

～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～

平成 28 年度自治会長研修会・防災講演会

『スマート防災で 災害から地域を守る準備と行動』

講師：山村武彦（防災システム研究所所長）

日時：2016.7.10 会場：フォレスト・イン昭和館

～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～

昭島市が、東京都も推奨しています「防災隣組の構築」を積極的に取り入れ、実践していることに対し大変敬意と感謝を表したい。

災害は起こるということを前提にして準備をしていれば、慌てないで済みます。

何のために備えるかは、失ったら取り返しがつかない「命と時間」のためです。



1、平成28年熊本地震

4月14日(木)午後9時26分に熊本地方で震度7の地震が発生。あとから、それは前震ということになりましたが、そのとき自宅で書き物の最中でした。フジテレビから電話があり「山村さん、熊本が大変なことになっています。特番をやるのでお台場に、タクシーを拾ってすぐに来てくれませんか」でした。特番は、番組を停止してやるので、人も何人もごちゃごちゃいる戦場みたいなもので「データは入っているのか！」「よそはもう火事のニュースやっているぞ」「うちのヘリはどうなっている！」「現場はどうなっている！」などと、いろんなことをがんがんに、怒号が飛び交いながら、特番は始まり、「専門家の意見を聞きましょう」と、こっちへ振ってきます。

最初は夜中の2時か3時の予定が、2時過ぎにまた熊本で震度6以上の地震があり、朝方の4時半まで特番に出演し、隣の「グランドニッコー東京 台場」ホテルに部屋を取り寝ていましたら、朝6時半に電話が「フジテレビですが今、車出しま

したら、羽田から熊本空港に向かってくれませんか？」でした。羽田空港で伊藤利尋アナと合流し熊本に向いました。

熊本空港に着き、熊本市内を通過して、益城町等、途中で中継の放送を何回か行い、熊本市内に戻って15日の夜は熊本市内のホテルの4階に宿泊していましたら、午前1時25分に“ドーン！”と阪神大震災に匹敵するM7・3の本震が起きました。益城町と西原村が震度7でしたが、熊本市内も震度6強でした。私は阪神淡路大震災の時は大阪にいました。東日本大震災のときは最大余震というのが4月何日かあり、その時は仙台にいました。仙台は震度6強でした。

今回の熊本地震の特徴は震源の深さが10キロから11キロと浅く近いので、揺れ方がダイレクトに“ドーン！”と来ました。

近いと激しく揺れます。立川断層が動いたら昭島も近いので激しく揺れます。皆さんは立川断層を知っているのですが、なんとなく昭島は大丈夫なのではないかと思っている。熊本地域の人たちも断層があることはみんな知っていたのですが、まさか動くと思っていませんでした。断層は何百年に1回、あるいは20万年に1回程度起こる。この立川断層は1万2500年程度の周期で起きているが、前回何年前に起きたかわからないので1万5,6000年前ではないか言われています。何時起きても不思議ではないと言われてもピンと来ないので、今日明日の話ではないだろうと思って、地震への備えの準備をしなくなります。明日起きると思っていれば準備します。

取り戻せないのは『命と時間』です。だけど地震は、まだ先だと思っている間は何もしなくていいわけですから。

「備えあれば憂いなし」と言いますが、現実、憂いが目の前にあったときに、初めて準備、対策

ができるのです。だから憂いをきちっと、本当に起きることをしっかりと地域の方に伝えるということが大事。今日お集まりの自治会長さんの皆様は地域のリーダーです。そのリーダーがやらなきゃいけないことは、皆さんの意識をあげることです。役員だけ意識が高くても、一般の住民の意識が低ければ、その地域では犠牲者が必ず多く出ます。

防災の一番大事なことは、人が死なないこと、死なせないことです。命より大事なものはないのです。よく水・食料が大事だといいますが、日本での災害で水・食料がなくなって死んだ人は一人もいないのです。命さえ助かれば、あとはなんとかなる。災害なんかで死んではいけないし、死なせてはいけないのです。



2、熊本地震からの教訓

今年6月に全国の震度6弱以上の地震の発生確率が発表されました。今年の1月1日現在を基準にして、向こう30年以内に震度6弱以上の地震が発生する確率。東京湾の辺は真っ赤です。熊本市はどうだったかという、発生確率は7.6%で、ゼロに近いと思われていた熊本で地震が発生しているわけです。これは今回の熊本地震前の数値です。7.6%だったら地震なんて起こるなんて思わないです。私たちの住む東京は47%の発生確率です。

熊本地震では前震、本震と前震の1.6倍が本震でM7.3でした。今回の特徴は、地震が誘発して

連続して起こった。大規模な地盤土砂災害が発生した。山が崩れる以外に住宅のよう壁です。基礎をやっているよう壁がみんな崩れていました。建物は大丈夫ですが、地盤がやられて斜めに崩れて全壊に近い。数千台の車中泊。死者69人、うち20人が関連死でした。行方不明1名、全半壊約3万棟。火災は16軒でした。

熊本城は大きな被害を受け天守閣の石垣も崩落しました。(益城町・南阿蘇村・水前寺公園・阿蘇大橋などの被害模様を紹介)。

地震の後の土砂災害が起こるといのは、関東大震災でも実は土砂災害で1,000人亡くなっているのです。それも町中です。例えば横浜の元町でも、擁壁が崩れて死んでいる。町中だから大丈夫だとは限らない。だから避難経路と、地震による土砂災害の危険性はないかどうかの確認作業も大事です。(ここで熊本地方の断層を説明)

立川断層は、東側が西側に向かって乗り上げるような感じの揺れ方、ずれ方になると思います。例えば阪神大震災もほとんど水平の右横ずれです。立川断層の場合には上下に動く可能性があると言われています。熊本では比較的新しい建物がばたばた倒れたのが、今回の地震の特徴。だから今、新しく耐震性があるから安全とは限らない。こういう連続地震とか、激しい地震によっては崩れることになります。

熊本市東区のマンションは、1階が崩れています。マンションとか共同住宅、団地とかで、1階に駐車場があるところは、比較的、ピロティ形式で弱いのです。今まで、なんでも外に避難しましょう！と言われてきましたが、1階は外に出たほうが安全ですが、2階3階は、慌てて1階に下りていくのは、逆に危険になる可能性もあります。その場所や建物の状況によってもずいぶん違いま



す。だから実際に地震があったときに、マンションや団地はすぐに被害確認して、立ち入り禁止にするかどうかを判定するルールの準備をしておかないと駄目です。

マスコミにも取り上げられていたが、比較的新しいマンションの渡り廊下に亀裂が入ってずれてしまったのです。これは当初、設計とか施工が悪かったのではないかと言われましたが、実際はつなぎの箇所にエキスパンションジョイントが入っていて、ジョイントが壊れたりして、その下のエネルギーを吸収して本体の建物に影響を与えないような役目で、このジョイントはその性能通りに正常に働いたので、隣の建物は、ほとんど被害がなかった。揺れを吸収したのです。

マンションの中には一見、何でもなさそうなのですが、柱がもうこういう状態。これはほとんど立ち入り禁止状態。というのは、この次に大きな地震が来たら崩れる危険性があるからなのです。つまり余震ということを考えたら、もうその場でダメージを受けている建物は立ち入り禁止にせざるを得ないということになります。だから地震があった後に、管理組合の理事長や役員がやらなければいけないことは、その建物の安全がどうかの確認作業です。これをやらないで、立ち入り禁止等にできなかった場合、後で管理責任が問われる場合があります。

3階建ての益城町役場は、エレベーター、渡り廊下が崩れた。それを見た役所の人、これは危険だからと立ち入り禁止にしてしまった。立ち入り禁止のため、住民の基本台帳だとかデータが全部出せない。保健センターに業務を移行したのですが、初動体制が大変遅れてしまった。よくよく

町役場のことを調べたら、4年前に耐震補強工事をやっていたのです。そして柱も壁も主要構造部の床も一部は壊れているけれども、主要構造部は壊れてなかった。

これなら大丈夫だってことで5月2日から対策本部を3階に戻したのです。震災から2週間、ほとんど機能不全状態でした。だから初期段階でちゃんとした判定が大事なのです。

今、私がアドバイスしている地域では災害時のマンションや施設の「建築物等の簡易安全チェックシート」を作ってもらっています。これはマンションだとか団地とか公共施設が、災害時、専門家が来るまで待っていたら間に合わないので自分たちでできるようにしました。また、敷地や建物、設備の点数の付け方があって、それ以上だと“立ち入り禁止”、それ以下なら“注意”、もっと下であれば“安全”と、三つの判定を自分たちでできるようにしています。一種の応急危険度判定に近いですが、応急危険度判定と違うのは、建物の中も最初から見るということです。応急危険度判定は最初に傾いているかどうかの外観しか見ないのですが、この場合には中にも入って設備やなにもかも確認する！これが実は非常に大事なことです。今後はもし余震でまたつぶれたら、責任問題が出てきます。それから実際に震災時に対応が早くできるかできないかにもつながってきます。

益城町の民家で火災が発生し全焼でした。熊本市内で本震に出会った直後にホテルから外に向けて撮った写真には、真っ暗のなかに、車の明かりと、それ以外にぽつぽつと小さい光が写っていました。実は携帯やスマホの明かりで、停電の中に、すごく明るく感じます。

震災時停電が発生し、真っ暗になってしまいました。余震が来たらどうしますか。益城町では3日間で震度6以上の地震が7回発生し、そのうち6回

は全部真っ暗な中で夜か未明でした。まさに暗闇の中の恐怖です。熊本地方の人たちは、120年間マグニチュード7クラスの地震が発生していない地域で安全だと言っていたのです。その地域にいきなり大揺れが夜中に、発生したわけですから、この恐怖たるや大変です。

だから夜間の訓練が欠かせないと思います。皆さんは夜間訓練をやっていますか？ 私がアドバイスしている地域で在宅避難生活訓練（停電になったときに何が起るか）というのを1日だけ電気・ガス・電話・水道を止めて暮らしてもらうという在宅避難生活です。この訓練はマンションはやりやすいですね。そうすると何が本当に必要か課題等が見えてきます。

今回の熊本では、夜になると地震が起こるので、みんな家の中で寝られないので外に出てきました。『避難所に入ってください』と言っても、怖がって誰も入らない。益城町避難所の公民館が壊れました。この次にまた夜中に地震があるかもしれない、そうしたら我が家が壊れるのではないかと、その恐怖で家の中で暮らせないのです。その結果、車中泊です。約2000台、グランメッセ熊本は満車でした。皆さん本当に余震の怖さを肌身に知ったのです。



しかし車中泊の人達には避難所からの情報が伝わるようで伝わらない。一番は避難所の入口にある掲示板でした。広報車や防災無線は、聞いた人、聞かなかった人、聞こえなかった人、あるいは間違っ聞いてしまう人がいます。だから一番大事だったのは掲示板で、この掲示板を自治会でもマンションでも用意して、何か情報は必ず掲示板に貼るという訓練を今のうちにやっておいたほうが良いです。

阪神大震災時に芦屋市は前年の市議会議員選挙用のポスターを貼るベニヤ板を町中に置いて、防災掲示板として情報を貼り出したら、行政への問い合わせの電話の量が減りました。住民は情報がないから、すぐに役所に電話するのです。『給水車はいつ来るのだ』とかで、役所はほとんど話し中となり。役所の人達は電話対応係りっきりになってしまう。だから情報をできるだけ早く地元の方に出すと、無駄な情報確認の電話がなくなるのです。こういうことも含めて地域ごとに掲示板で情報を伝える訓練も大事だと思います。

避難所の仮設トイレに車で来た方に聞いたら、『いやあ、下水管が壊れたから流さないでくださいと。トイレが流せないのです』『だからトイレが使えないから、この仮設トイレを使いに来ているのです』でした。

それと物資がなかなか避難所に届かなかった。私の家には、水や食料、簡易トイレも3カ月分あります。今回、熊本から自宅に電話し送ってもらったのです。ヤマト運輸だけは避難所に届けることができました。避難所の住所と避難所名を書き、携帯電話、その人の名前を備考欄に入れておけば届きました。

3、震災から命と地域を守る準備と行動

今回の熊本地震で想定外だったことも、次回は想定内となります。熊本地震の現状をみんなテレビで学習しました。これから連続で地震が起きる可能性もあり断層の近い地震の場合は、室内に入らないで車中泊の人が非常に増えます。その車中泊用の避難所を、役所は用意しなければいけません。また、地域でもこのことを考えて対策を十分にすることが、これからは想定外ではない。

災害は休日夜間を問わない。だから夜間の避難訓練、安否確認の夜間訓練、これをやらないと駄目です。役所に「なんで夜間やらないのですか？」

と聞くと、「けがするといけないから」との返事で、そんなこと言っている場合ではない。今後夜間訓練が大事だと思います。私がアドバイスしている地域で夜間訓練を実施してわかったことは車を要所要所に配置して、ライトを照らし皆が避難しやすくするという訓練をやっていきます。これは訓練をやらないとわからない。これからは新しい見直しを図ってもらいたいと思います。

東日本大震災の際、宮城県名取市では10メートルの大津波警報が出て皆が車で非難したため大渋滞し車ごとみんな流されてしまった。高齢者とか障害者は車でないと避難できない。だから健全者は歩いて避難し、体の不自由な人は車で避難していいというルールを地域で決めないとだめです。5年目の今年3月で死者・行方不明・関連死合わせて21,862人でいまだにまだ避難者がたくさんいます。

被災地で皆様にお聞きすると「地震はいつかは起こると思っていました。それがまさか今日だったとは」。地震が起こるってことはみんな知っていた。立川断層だっていつかは動くだろう。首都直下地震が起こるだろう。で、『今夜は起こらないだろう。明日もまだ大丈夫だろう。なんでそう思うのですか?』と聞くと「なんとなく」なのです。今夜、起こるかもしれない。明日、起こるかもしれない。そう思ったら準備できるのです。まだ先だと思っているときは何も準備できない。これをきちっと地域の皆様に意識付けすることが一番大事です。

役所もそうですが防災倉庫をたくさん増やすことよりも、みんなが死なないように、みんなの意識をあげることです。自分の命は役所が守るのではなく、なぜ自分で守らなければいけないのか、その意識、正しい知識がないと正しい意識は生まれません。意識を上げることが大事です。

5年前の東日本の際、高齢の男性が津波の来ているのにゆっくり歩いていた映像を見たかと思いますが、それらの人に話を聞いてみたのですが大抵の人が同じ答えなのです。「走っているつもりでした。足がすくんで前に出ないのです」。若い人も同様でした。

心理学者ジョン・リーチ博士(イギリス)の研究によると、突発災害が起きると人間は三つの行動パターンがある。落ち着いて行動できる人10% / 取り乱す人15% / ショック状態・茫然自失になる人75%で、75%の約半数はすぐショックから覚めるのですが、半数は覚めない。それを「凍りつき症候群」と呼ぶのです。

命を守る訓練をやっていますか。多くがやっていないですね。命を守る訓練をやっているところは、落ち着いて行動できる人が増えるのです。

多くの防災訓練は「ただいまから防災訓練を始めます。〇〇中学校に集合してください」。そんなふうには地震は起こらない。それは命を守る訓練ではない。今ほとんどの地域でやっている訓練は“命を守ったあとの訓練”で避難訓練、初期消火訓練、救出救助訓練。これらは全部、災害後の対処訓練。災害の後の訓練をなんでやるのですか。なんで「災害予防訓練」をやらないのですか。火を消す訓練の前に、みんなが火を出さない訓練でしょう。避難訓練をやる前に、みんながその状態の中で状況別に生き残り訓練でしょう。そして閉じ込められた人を助ける訓練の前に、みんなが閉じ込められないようにする訓練ではないですか。そういう実践的な訓練をやると、みんな落ち着いて行動できるのです。

災害後の対処訓練ばかりやっている。それを防災訓練ごっここというのです。これはこれで大事なのですが、初期消火訓練も避難訓練も大事でそれぞれに意味がありますが“災害予防訓練”に

も力を入れてください。

東京都の地震想定は元禄型関東地震、立川断層帯地震、東京湾北部地震、多摩直下地震の四つあります。立川断層が動いたら昭島も震度6強以上が今夜来るかもしれないですね。

だからいつでもどこでも震度6強に備えることが大事です。阪神大震災のときの震度6強で亡くなった人の87.8%は建物の下敷きでした。東日本は亡くなった人の92.4%は津波による溺死で、建物の下敷きで死んだ人はたった4.4%しかいない。立川断層が動いたら阪神と同じ揺れ方になるかもしれない。その揺れ方に注意して準備する必要があります。

この揺れが今夜あたり来るかもしれない。生き残り訓練をしておかないと生き残れないです。みんなに、誰かが守るのではない。子どももお年寄りにも、自分の命は自分で守るしかないことを教えておくこと。そして家の中を安全にしておくこと。凍りつき症候群にならないよう訓練を普段から緊急地震速報や小さな揺れを感じたときに、訓練と思って行動している人だったら大丈夫です。

阪神大震災の時、2時間後に神戸に入ったのですが、まだ行方不明者がたくさんいました。みんなぼーと歩いているのです。「道具持って来て！」って言ったら、急に慌てて動き出す。みんな凍りついてしまっていました。これからは安全な場所に住む、安全な場所にする防災。今までは逃げる・守る防災でしたが、それだけではなくて安全な場所にする防災。耐震補強も大事と思います。神戸で軽トラに乗せて病院に運ぼうとしているが大渋滞。不要不急な緊急車両以外の車は移動しない、自粛することがマナーです。それから救命講習も普通以上の上級救命講習を受けて、応急手当だけは地域でできるようにすること。軽傷者は病院に運ばない。地域で手当をして済ませる。そしてそ

ういう市民トリアージ訓練で、トリアージとは、医療スタッフや医薬品等の医療資源が制約される状況下で、1人でも多くの傷病者に対して最善の医療を提供するため、傷病者の緊急度に応じて搬送や治療の優先順位を決めることです。

神戸市立西市民病院では患者44人、看護師3人が生き埋めになりました。病院だって壊れるのです。本当の大けがした人は被災地の外に出すルールを考えておかないといけない。役所も被災する。行政だって被災者になってしまうのです。だから自分たちの地域は自分たちで守るしかないのです。自分や家族を守れるのは自分なのです。

立川断層も直下地震はP波もS波も同時に来ると言われています。大事なのはわが家の安全ゾーンを作る。安全ゾーンというのは転倒落下物の少ない、閉じ込められない場所です。小さな揺れでも緊急地震速報で、直ちに安全ゾーンに移動するということが大事です。学校でも役所でもマンションでも安全ゾーン。その階が危なかったら、いつでも次の階に脱出できるところ、閉じ込められない場所。なんで安全ゾーンが必要なのか。避難誘導係が誘導なんかできない可能性が高い。本当の地震があったら誰かが何か言ったって聞こえやしない。避難誘導係だって自分の命を守るので精いっぱいになってしまう。だからこの安全ゾーン。転倒落下物の少ない、閉じ込められない場所をちゃんと用意しておきましょう。そこへ自分で行ってください。自分で見つけて、そういう場所をこういう公共施設でも、あるいはわが家でも、わが家の安全ゾーンを作ってください。

今から93年前の関東大震災、10万5千人の死者がでました。普段から小さな揺れや緊急地震速報、空振りでも、そのときに安全な場所に移動する癖を普段からつけている人は、凍りつき症候群にはならない。これを地域やマンションや市で

ルールを決めるべきです。小さな揺れや緊急地震速報は防災訓練開始の合図。あなた地震のときどうしますか？「私は火を消しますよ、ドア開けますよ」と言うのですが、大抵の人は「おお、地震だぞ」と言っているだけで何もしない。「いや、大揺れになってから逃げようと思っていました」と言います。大揺れになったら逃げられない。歩くことも立つこともできない可能性がある。家にいる人はだいたい「おっ、地震。テレビつけろ」



テレビ見ている場合ではないです。テレビで全体が報道されるのは、揺れが収まってからです。テレビは揺れが収まってから見るもの。その間は自分の命を守る行動を取らなきゃ駄目なの

です。その癖をつけておきましょう。訓練と思って、空振りでもカタカタと戸が揺れたら、地震の小さな揺れを感じたり、緊急地震速報を見たり聞いたりしたら、直ちに防災訓練開始の合図と思って、安全ゾーンに移動する。目の前に火があったら火を消す。その場に居合わせた命を守る退避行動。つまり普段から行動選択訓練。状況に合わせた行動選択訓練が欠かせないです。普段、空振りでも普段からやっている人は凍りつき症候群にはならない。普段やってないことが、いざってときにできるわけがない。これはぜひ、家族でも徹底し、職場でも家庭でも地域でも、この行動が一番大事です。そうならないようにするのが、命を守る訓練。これを普段やっておくべきです。命を守る訓練をぜひやってほしい。

古い木造家屋の1階にいたら脱出し、2階にいたら慌てて1階に下りないほうがいいです。つぶれても2階のほうが隙間がしやすいのです。1

階と2階は対応行動が違うのです。今までの地震のときには、すぐに外に飛び出すなど言っているのは、落下物ですね。各家庭で転倒落下物対策と避難経路の安全対策をしっかりとやることです。その上で危険なところから安全なところに脱出することです。集合住宅の場合、ドアが変形してしまうことがあります。ドアは小さな揺れや大きな揺れが繰り返すうちにドアが開かなくなるのです。押ししても引いても開かない。そんなときに火災やガス漏れが発生したら、逃げられないので真っ先にドアを開けることが大事です。小さな揺れや緊急地震速報でドアを開け、避難路の確保をしましょう。

閉じ込められた人を助ける訓練の前に、みんなが閉じ込められない訓練、普段から。小さな揺れ、緊急地震速報で、それを訓練しておけば閉じ込められを助けなくていいのです。ドアを開けた後に、靴を履くのです。

私は50年間、地震の現場を回っていますが、玄関だけ残った家をずいぶん見てきました。玄関というのは比較的、安全ゾーンです。家の中で柱の数が面積あたり多いのです。だから比較的つぶれにくい。マンションや古いビルでも、火災が発生しますから、もし地震でいくら耐震性があっても、中から火が出てしまったら耐震性も役にたたないです。出火原因は電気ガスが6割と言われていきますから、地震直後は火気厳禁です。ろうそくを地震直後はつけちゃいけないです。ガスの匂いがしたら、出入口を徹底的に開けておくことです。そしてガス会社と消防署に連絡するのです。そういうことをしっかり地域の皆さんに認識させることが大事です。避難するときは必ず電気のブレーカーを切ってから避難することも大事です。

火を消す訓練の前に、火を出さないさまざまな訓練と準備が必要です。普段から火を使うところ

の周りの整理も含めて、どう行動するかをしっかりと決めておくことが大事です。

落下物や転倒物で人がけがしたり死んだりしますから、家の中の耐震化(家具転倒移動対策)を徹底的にすることです。「命捨てるな、もの捨てる」で年2回は地域ごとにやってほしいのは、防災大掃除。そうするといろいろな有害物質を出すのも、まとめて出せるわけです。捨てられないものはしまうか固定せよ。ガラスは飛散防止フィルムを今のうちに貼ることが大事。ガラスは地震の際は凶器になります。

これからは『スマート防災』それは命を守ることを優先する防災のことを、スマート防災と呼びます。消火訓練、避難訓練、救出救護訓練、避難所体験訓練、だいたい今やっている定番です。これは災害後の対処訓練でしかない。これはこれでもとても大事なのですが、これと合わせて火を消す訓練の前に火を出さない訓練、状況別行動選択訓練、命を守る訓練、閉じ込められない訓練、在宅避難生活訓練、つまり災害予防訓練、これを徹底してやってください。



これから防災訓練を地域でやるのであれば、防災訓練5カ年計画を立ててやってください。

毎年同じことをやっている、「ええ、また同じことやるのだろう」。学校に行って初期消火訓練をやって、炊き出しやって、最後に地元の消防団が放水して、期限切れになりそうな乾パンをもらって帰ってくると。そういう訓練ごっこを何時までもやっているのは駄目です。

初年度に何をやり、次年度に何をやり。毎回同じことをやっていたら、どうせ同じだから行かなくていいよと、行く人は同じ人ばかりになって

だんだん参加者が減ってしまう。これを初年度、次年度と決めてやると、毎回違う。そうすると毎回みんな集まってきます。

それから避難所は、決して優雅な生活ができる場所ではない。阪神大震災のときも、ピーク時は32万人避難した人がいた。しかし避難所で震災3カ月間922人が亡くなっています。せっかく命が助かって避難所に行ったのに全体の14.3%は避難所で亡くなっているのです。

避難所というのは、決して楽園でもホテルでもない劣悪な環境なのです。インフルエンザもやはり、肺炎だとか心不全とか、急にせき込んで亡くなってしまう人がずいぶんいました。

「避難所」は家が壊れて住めない人のためです。避難所というのは、家が壊れた人が一定期間、家や仮設ができるまでの間、住む場所です。

「避難場所」は一時的に様子を見る場所で避難場所と避難所は違います。避難所に住まないでもいいようにすることのほうが大事です。

今までの被災地を調べてみますと、人口比で約95%は家で暮らしている。だから避難所体験訓練の前に「在宅避難生活訓練」のほうが重要です。電気、ガス、水道、電話を止めて、そして1日暮らしてもらう。あるいは半日暮らして、その後1時間みんなで話し合ってもらおう。トイレどうでした？冷蔵庫から水が出てしまうのです。実験をやって初めてわかることがたくさんありますよ。今までは換気扇が回っていれば気にならなかった排泄物の臭いも、1日中すごいです。そういうことで、ああ、消臭剤が必要なのだ、固形剤が必要なのだって初めてわかり、実践的な「在宅避難生活訓練」をやるのが「スマート防災」です。

スマート防災は身の丈に合った防災、命を守ることを優先する防災です。私は防災は男のロマンだと思っています。男というのは、男だ女だとい

う意味ではなくて、男前のことです。命を守る。それ以上のやりがいのある仕事はないです。防災は、主義主張も宗教も何も関係ない。誰でも共通の価値です。あの人は好きだからやっているのだ、と言われようが、結果として命を守ることを優先する仕事、それ以上のやりがいのある仕事はないですね。もちろん消防署も警察署も普段からやっていますが、それを一般の人がやっている、男のロマンだなと思います。

防災は自助・共助・公助と言われてきましたが、私は自助・共助の間に「近助」が大事だと思います。

近くで近くの人を助ける防災隣組を作ってください。 自主防災の自主というのは、自らを守る防災です。最近ソーシャルインクルージョンと言います。社会的包摂。体が不自由、体が弱い人も含めて、1人も排除せず、家庭・地域・行政、互いに近くで助け合うご近所で包み込む社会だと思います。

それには防災は男のロマン。東京都防災隣組に昭島市でもずいぶん認定されていますが、もっともっと認定されていいと思っています。

マンションで、消防計画に基づく単なる消火訓練ばかりやっているところがありましたが、地震が発生したとき、何が起こるかを想定して防災訓練をやっていただきたい。私の住むマンションが今年にやった防災訓練として防災ミニ運動会をやったのです。実際、駐車場は狭いのですが、知らせる・消す・助ける・逃げるの大声競争から始まって、そして担架作りも担架を作るのから、そしてぬいぐるみに応急手当をして担架に乗せて、子どもたちも含めてみんなで運び、1位2位3位と優勝を決めて商品を出すのです。その近所のお菓子屋さんから商品を提供していただきものすごく盛り上がりました。具体的なことをぜひやってください。

牛久市は防災訓練と一緒に地域の野菜即売会です。取れたて野菜即売会。この地域は100世帯くらいなのですが、毎回1千人くらい集まります。地域の農家と連携して特売です。これはすごく盛り上がります。訓練の際、ちょっとしたアイデアで盛り上がるのです。

防災ピクニックで、非常食だけ持ってピクニックをやっているグループもあります。防災芋煮会、避難訓練コンサートをやっているところもある。そのコンサートも地域の中学校や高校生のブラスバンドのコンサートです。

防災運動会で一番盛り上がるのは、大声競争ですね。東京大田区では大声競争用の機材とか、防災訓練用の資機材を貸し出す制度がある。大声を出すと数字で表示されるのです。「はい、ただ今の大声は何ホーンです。90ホーン以上いかないと、もう1回どうぞ」て、また「助けて!」とか「火事だ!」とか「逃げろ!」とか、女の人でも「助けて」ってなかなか声を出しにくいのです。また、カードを伏せておいて、そのカードを開けてから大声で読み上げるのですが、中には「お好きにどうぞ」とか「母ちゃん勘弁な」とか書いてあり和気あいあいとやります。そういうちょっと工夫が大事です。

4. 互近助で逆境に立ち向かった人たち

災害現場をたくさん回っていますが、今回の熊本地震で川原小学校が避難所本部になっていた。そこへ行ってびっくりしたのは、みんながニコニコしているのです。最初、えっ、これが避難所ですか? 役員も避難している人たちもニコニコしている。この地域は犠牲者がゼロだったのです。建物が多くつぶれて、大けがした人も、家の下敷きになった人も大勢いたのですが、みんながあつという間に助けて犠牲者はゼロ。安否確認を直ちにやり、生き埋めの人救出救護をすぐにやり、

この小学校に約 700 人を避難させたのです。普通の避難所は勝手にどんどん入ってしまう。でもここでは、最初から町内会ごとに避難所の割り当てをし、みんな周りは知っている人ばかりなのです。「何々ちゃん、大丈夫か?」。みんな安心して子どもを預けられる。教室に避難するときもちゃんと分けてね。それからみんなが食料品などを持ち寄るのです。



米を取れる地域は玄米を備蓄しているのです。玄米そのまま食べられませんから、すぐ

十何台の精米器が集まった。そして、それを動かす発電機も集める。学校の給食室で炊き出しをすぐに開始して、夜中の地震でしたが、翌日の朝食からちゃんとおにぎりがみんなに配られた。玄米で作って、精米し立ての炊きたてのおにぎりほどうまいものはない。そして、その町内会にいる看護師さんが救護室を開始します。音楽室をキッズルームにして、休憩室は高齢者のティールーム。役員の携帯番号は玄関に貼り出す。全員の個人情報も何もなし。みんな誰でもいいですから、この係はこの人に電話をください。みんないつでもかけられる。それがなぜできたかというのは、住民の世帯帳というのを作ってあった。そして避難者全員がお客さんではありません。一つ以上の役割を必ず持って役割分担をした。子どもたちもゴミ拾いとか清掃とか、あるいはトイレ掃除とか。笑顔の絶えない避難場所で、震災で一層結束が固くなったようでした。

西原村は、目立ったものはないのですが、人口が増えている。それはなぜか。新しく入居した人を 1 人に絶対させない。選挙に行くときも「何々さん、選挙行きました? 一緒に行きますか」っ

て言うのです。「催しがあるのですが、行きますか?」と、みんなが 1 人にしない。西原村は人口 7,000 人のすごい村です。これなのに人口が増えている。それはみんなが住みやすいから。私は一番のメリットというのは、いいマンションか、いい町か、そうではないだろう。誰が住んでいるかが大事なのだと思います。

絆がちゃんとできている町。ですからこうやって救護室を作ったらすぐに、入口に「救護室はみなさまと同じ、被災した看護師の有志によって運営しています。正式な委託ではありませんので、責任もありません」。つまり医師法とかいろいろなものに引っかかるといけないから、これを書いてあるのです。そして玄米もみんなが持ち寄るのです。玄米だけではない。野菜から肉から、みんな持ち寄ってくるのです。それを調理する。発電機、精米器、みんな持ち寄り。だからこのおむすびのおいしかったこと。おいしいものを食べると元気が出ます。キッズルームでは、子どもたちへのキッズルーム係と保育士さんがいらしたり、保育園の園長さんもいたりして、一緒に遊ばせたりしていました。

この地域で防災の専門家を呼んで勉強会をやったら、ここは断層がある。断層が動く危険性がある。もし断層が動けば、この地域は停電になり、家もつぶれ、もし名簿を作っても、コンピューターは使えない。紙に台帳を作っておいても持ち出せないだろう。そこで世帯名簿帳を作ることになり、一軒一軒回って説得して、全員の承諾を得て世帯名簿を作ったのです。何々地区の戸主世帯主は誰で、家族は誰々。その生年月日から職業から、これを毎年 4 月に見直しをやっているのです。そして特徴は、ここには発電機があるとか、この人は元看護師だとか、いろいろなことが備考欄に書いてある。これが手帳になっていて、すぐに

持ち出すことができる。これを消防団と消防署、民生委員、福祉関係者、自治会長が持っているため、みんなとの連絡を取るのが早いこと早いこと。携帯電話も全部入っています。了解を得て作成したこの小冊子。これが一番役に立ったそうです。

川原小学校体育館の避難場所ですが、最初に行ったときは何も無かったのですが、次回訪問したときにはつい立も入り、プライバシーも保護されていました。また壁には中学生たちが作った「頑張ろう、川原」の横断幕がありました。そこには笑顔、ファイト、絆、助け合い、大丈夫、一緒に頑張ろう。こうやって助け合い、絆があるところは、私はいざという時は強いなど。そして住みやすい町なのだなと思いました。

5、災害現場のちょっといい話

車中泊の人たちが多かったグランメッセ熊本の駐車場で場所取り用に名前が書いてあるのです。夜戻ってきたときに、場所が取れなくなってしまうからです。グランメッセ熊本も実は壊れちゃって中に入れなから、外にテントで水や食料の拠点として配ったのです、そこに鍼灸師のボランティアの方が来て、疲れとかエコノミー症候群にならないようにと、マッサージや鍼をやると、みんな生き返ったようになったのです。無料で一生懸命でした。

また、自宅が壊れ、家を失って、息子夫婦は嫁さんの実家の長崎に避難した。でも養護老人ホームの職員の母親は仕事を休むことができない。グランメッセの駐車場に車中泊をして、毎日老人ホームに通ってほとんど眠れない。そういう状態の中、このマッサージを受けて本当に生き返ったそうです

老人ホームでは、平屋だったから被災はしてないのですが群発余震、停電、断水、物流が途絶えて、介護は本当に困難を極めました。しかも職員

22人のうち、約半数は全半壊で家を失った人たち。その人たちが避難所や車中泊から通ってきて、みんな疲れ果てているのです。ここには90歳4人を含む、平均年齢81歳の入所者43人がいる。中には認知症の人もいる。その人たちのトイレから食事の対応が必要ですが食事が作れないのです。それをどうするかって、毎日毎日。普通だったら八百屋さんや魚屋さんが毎日来るのが、まったく来ない。このために大変だったそうです。トイレも1週間目によく入ったそうですが、私が1週間目に行ったときに玄関前に設置された仮設トイレ、これがようやく自衛隊が1週間目に。疲れ果てて、車中泊で満足な睡眠が取れない職員たち。飲料水、食料、尿取りパッド、物資が欠乏し、職員たちの疲労とストレスは極限に達していました。ついには職員そのものが、今日は何日か、自分は食事をしたのか、今自分が疲れているのかさえわからない状態になってしまったそうです。でも年寄りを放っておくことはできない。そんな疲れ果てているときにこのお尻ふきパッドというのが届いた、救援物資で。そこにはですね、このお尻ふきパッドに紙が貼ってあったのです。こういう救援物資は大抵の場合、頑張ってくださいとか書いてあるのですが、そんなこと書いてないのです。そんなとき、救援物資が届けられたお尻ふきの箱、書かれた激励文。それに職員が目留めました。そこには頑張ってくださいではなく、こんなことが書いてありました。「何事もなく行き着いた未来より、何かを乗り越えてたどり着いた未来のほうがいいに決まっている」と書いてありました。これを見た職員たちは緊張の糸が切れたように、全員が大声を上げて泣いたそうです。涙が止まらなかったそうです。それまでは今やらなければならないこと、あれもないこれもない、その目の前のことで一生懸命なだけで、それ

でいっばいで、未来どころか自分の明日さえわからない状態でした。そのときに届いたこの激励の紙。「何事もなく行き着いた未来より、何かを乗り越えてたどり着いた未来のほうがいいに決まっている」。この言葉、その暖かい気持ちにみんな号泣したそうです。それまで泣くことすら忘れていた。がこの言葉に励まされて、吹っ切れたように仕事に励むようになったそうです。

私はこの話を聞いて不足している物資を、私の仲間なんかにも相談して届けてもらいました。今はみんな明るい顔になりました。ホーム職員の方は「自分の家はなくなってしまって、生活再建はいつになるかわかりませんが、前を向いて一步一步進んでいきます。たくさんのご支援、ありがとうございました」。

人は誰でも秘密兵器を持っていると思います。それは困難や逆境に立ち向かう勇氣。倒れたらまた起き上がろうとするしぶとさ。人を思いやる優しさ。そして感謝の心。これがある限り、日本は負けないな。熊本も負けないな。東北も頑張っている。そう思います。



(当日の講演を速記し要点をまとめました)

文責：昭島市自治会連合会 宮田 2016.8

◆熊本地震・16項目の主な教訓◆

- ① 連続（誘発）大地震
(夜が怖い、不安・恐怖で室内避難拒否)
- ② 今回想定外も、次回は想定外ではない
(車中泊避難所の整備必須)
- ③ 災害は休日夜間を問わない
(夜間の避難訓練、対策本部訓練)
- ④ 非主要構造部の耐震点検強化
(天井、照明、ドアの耐震診断・補強)
- ⑤ 耐震建物の倒壊
(災害直後、施設簡易安全チェック体制)
- ⑥ 少なかった資器材備蓄
(長期流通混乱想定・水食糧備蓄は7日分)
- ⑦ 大規模災害に備える地域防災の仕組づくり
(互近助、防災隣組)
- ⑧ 情報パニック対策
(受発信・情報トリアージ訓練)
- ⑨ 緊急物資（プッシュ型緊急ロジスティック、物資受入態勢、流通備蓄)
- ⑩ 広域自治体・事業所連携
(受支援協定、広域避難計画)
- ⑪ 複数の避難所確保
(域外複数避難所確保とバックアップオフィス)
- ⑫ 被害確認と応急支援要請
(複数の緊急連絡システム)
- ⑬ 損壊に備えバックアップ施設と輸送手段確保
(広域官民連携)
- ⑭ 迅速応急危険度判定
(被災地派遣、職員育成、広域支援要請体制)
- ⑮ 要員の過労対策
(マンパワー確保、強制休日・睡眠時間確保)
- ⑯ リスク想定・BCP・防災計画の見直し
(新知見対応、バックフィット)