

防災の一步先へ 震災後の暮らし方

東日本大震災から5年がたった今も、震災は被災地の人々の生活や心に大きな影響を与えています。大きな災害では、発災直後のことだけでなく、その後に続く被災生活をどう過ごすかも重要となります。平常時とは違う震災後の暮らしがどんなもので、どんな備えが必要なのか。今回は過去に起きた大震災を例に、震災後の生活について考えます。



その後の生活で何が起きるのか。

CASE 1 トイレ トイレがスゴいことに…

上下水道が止まってトイレが流せない。便器には排泄物がたまってあふれそう。こんな状態で用を足さなきゃならないなんて…

CASE 2 テレビ 携帯電話 情報が届かな〜い!!

テレビが見られず、被害状況がわからない。電話もつながらず、家族とも連絡が取れない。どうしたらいいの!?

CASE 3 水 洗濯も入浴もできない!!

飲み水の確保で、精一杯! 洗濯や入浴などの生活に使える水が足りない。だから、下着すら何日も替えられず、もう我慢の限界!!

CASE 4 燃料 寒くて凍えそうう〜

電気やガスが使えないし、頼みの灯油も足りなくなって、暖房器具を使えない…! 暗いし冬で寒い、もう凍えそうだった…

防災の知恵 トイレパックを備蓄し活用する

東日本大震災では、避難所でのトイレの問題が大きな課題でした。そんな時に便利なのが、トイレパックです。これは、便器にセットするだけで水が流せなくても使用できるため、トイレ環境を常に衛生的に保つことができます。

情報収集は地域防災拠点で。安否確認は171を使う

発災後は、電気も電話も使えません。ただ、地域防災拠点には被害状況や安否状況などの情報が集まります。また、安否確認には、「災害用伝言ダイヤル(171)」が使えます。毎月1日と15日に試行できるため、事前に家族間で確認しておきましょう。その他、ツイッターやLINEも有効です。

風呂水は流さず、ためておく。ウエットティッシュの常備も!

被災生活では、食料や飲料水のほか、洗濯や入浴に使う生活用水も不足します。風呂水などは流さずに常にためて、いざの時に確保しておきましょう。また、ウエットティッシュも体を拭くのに役立ちます。女性は生理用品の備蓄も忘れずに。

「寒さ」「暗さ」に負けない! 季節に合った備えを欠かさず!

阪神淡路大震災、東日本大震災では、多くの人が暗くて寒い中で夜を明かしました。そこで重要なのが、懐中電灯や防寒具などの準備です。灯油は備蓄量に制限があるため、カセットボンベや乾電池のような比較的備蓄しやすい燃料で使用する器具を準備しましょう。

鶴見区の被害想定 (元禄型関東地震級の場合)	最大震度 6強	揺れによる全半壊棟数 12,347棟 (5棟に1棟)	避難者数 58,283人 (5人に1人)	火災での焼失棟数 7,886棟 (7棟に1棟)	元禄型関東地震が発生した場合、鶴見区の最大震度は6強と予測されています。これは、固定していない家具がほとんど倒れてしまうほどの強い揺れです。また、火災や揺れによる建物への被害は、計20,233棟にものぼり、区民の約5人に1人が避難を余儀なくされるほどの被害が予測されます。
----------------------------------	----------------	--------------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	--

被災後もやっぱり住み慣れた我が家で「在宅被災生活」の手引き

震災発生後、地域防災拠点の避難スペースは、避難者であふれ返り、混乱します。その後の避難所生活も、プライバシーの確保や健康状態の維持など、多くの要因でストレスを抱えることとなります。そのため、自宅が安全と判断できれば、極力自宅で生活しましょう。住み慣れた我が家であれば、精神的負担だけでもかなり軽減されます。市の想定では、区民の約8割が「在宅被災生活」を送ることが予測されており、日頃からの在宅被災生活への準備や心づもりも大切です。

1. 快適な被災生活は普段の備えから

- ◎大きな揺れにも耐えられる環境づくり
家具の固定、耐震ブレイカーの設置などして、家の中を安全にしましょう
- ◎最低3日分の備蓄品を用意
水、食料だけでなく、トイレパックなどの消耗品も準備しましょう

2. 地域防災拠点の活用

- ◎食料や物資、情報を得ることができる
地域防災拠点の役割は避難所機能だけではなく、在宅被災者であっても、地域防災拠点で食料などの配給を受けられます

3. ご近所との助け合い

- ◎いざという時に支え合える関係づくり
情報や物資を分け合えるだけでなく、声をかけ合うことで孤立感が和らぎ、安心感を得られます

横浜市防災情報Eメール

登録無料

パソコンや携帯電話から事前に登録した人に、震度情報、気象警報などの防災情報をEメールで配信します。登録方法など、詳細は横浜市のウェブページをご覧ください。

防災情報Eメール

地震への備えや被災後の生活まで、鶴見の地震対策を1冊にまとめました。区役所5階5番窓口で配布中です。

「わが家の地震対策」
(鶴見区版)

一家に1冊!

マンションだけで自立できる環境づくりを **モアレスト菊名**

馬場にあるマンション『モアレスト菊名』では、8年前から「減災」と「住民同士の助け合い」による在宅被災生活の推進に取り組んでいます。その中心は、水道や電気などのライフラインが機能しない時に、どう生活していくかをマニュアル化した「在宅被災生活継続計画」です。マグネット・シートを玄関ドアに貼って住人が安否を知らせる仕組みや、自家発電での夜間照明の確保など、震災後にマンション内で生活を続けることができるシステムを作り上げました。

「大災害の場合、役所だけを頼りにできない。発災後の数日間、住民が協力し合っ、マンションだけで自立した生活ができることが大切です。今後は、周辺地域や地域防災拠点とどう連携していくかが課題です」と取組の発起人でもある渡辺久雄さん。

27年11月には初のマンション全体での訓練を行い、その必要性を再確認。今後は計画をいかに実行に移すかを協議していくそうです。

モアレスト菊名
(株) 天明修さん(管理人)・渡辺久雄さん

一步進んだ 地域の取組 **この街で暮らしていくために**

別所自治会は、2,350世帯を抱える、区内でも有数の大きな自治会です。取組の始まりは、25年の総会で、「自治会として『地域防災』をどう考えているか」という住民の質問がきっかけ。そこから話し合いが始まり、希望制による救助対象者の登録や、移動式の初期消火装置の購入、防災勉強会などを実施してきました。さらに、広範囲で起伏のある地形でも素早く情報伝達できるよう、区の補助金を活用し高性能のトランシーバーを購入するなど、地域の特性に合った取組を進めています。

「防災拠点訓練に加え、今年から自治会独自の訓練も始めました。そこでの課題を一つずつ潰していくことが、私たちがやるべきことだと思っています」と防災部長の若松武壽さん。始まったばかりの活動とはいえ、一歩ずつ前進している、まさに住民による自主的な防災の好例です。

別所自治会
時崎達彌さん・若松武壽さん

別所自治会 **広範囲で起伏のある地形に対応した独自の対策**

防災時も、その後の生活も、大切なのは備えと助け合い

区
防災担当
から

政府の発表では、今後30年以内に横浜市で震度6以上の地震が発生する確率は78%とされています。これは、県庁所在地の中で最も高い確率です。私たちは、大震災を「明日起きるかもしれない」という現実の問題として、受け止めなければなりません。

発災時に生き残るためにも、その後の生活を立て直すためにも、大切なのは、自分が助かるために備える「自助」と、ご近所や家族と助け合う「共助」です。

まずは、避難場所の確認や備蓄品の準備、隣近所への挨拶など、今できることから一つずつ実行し、被災後に想定される暮らしについても考えておきましょう。

区役所防災担当
川島正裕係長

区役所防災担当(5階5番窓口) ☎ 510-1656 fax 510-1889