

自分たちのまちは自分たちで守る！

奥沢地区防災まちづくり『新・提言』

概要版



奥沢・東玉川地区区民防災会議

平成28年4月14日夜以降、熊本・大分を中心に震度7の強い地震が連続して発生しました。一連の地震で40人以上の方が亡くなられ、未だに多くの方が避難されている状況です。亡くなられた方々に哀悼の意を捧げるとともに、被害にあわれた多くの方々に心からお見舞い申し上げます。また、被災地の一刻も早い復興をお祈りします。

本紙は、平成10年に策定した「奥沢地区防災まちづくり提言」を時代にあった内容に改善した「奥沢地区防災まちづくり新・提言」の概要版となっております。地震はいつどこで発生するか分かりません。この概要版が皆さま方の防災対策の一助となれば幸いです。

■『新・提言』の4つの基本方針

- A 「自分たちのまちは、自分たちで守る」
- B 「お互いに顔のわかる助け合えるまちづくり」
- C 「防災意識を高める」
- D 「訓練はより実践的に」

今、大切なことは！

平成7年に起きた阪神・淡路大震災は、都市部で起きた災害という点では、東京と状況が同じで、もし首都圏で震災が発生した場合は、甚大な被害が出ることを思い知らされました。

そのため、奥沢地区では阪神・淡路大震災を契機に、これまでに数々の避難所体験訓練を重ねてきました。その実践的な訓練を通して得られたものは、避難所開設のノウハウもありますが、一番の収穫は「**避難所生活は極めて過酷である**」ということに気づいたことです。狭いスペース、冷暖房がないという問題、プライバシーの問題、トイレ、伝染病、ペットの問題などあげればきりがありません。避難所は、地震があったときに、とりあえず行くところではなく、最終手段として行く場所であるということ。そして、「**災害時の最善の避難所は『自宅である』**」ということを多くの方々に知っていただくことが必要です。

➡ では、なぜ避難所で生活しなければならなくなってしまうのでしょうか？

まず、一番大きな原因は、家の倒壊や焼失などの家屋の問題です。次に、家屋は大丈夫でも、家具の転倒、ガラスの飛散などで住める状態ではないといった内部の問題です。

また、避難所に行けば食糧があり、しばらくは安心と考えている方がいらっしゃいます。

しかし、学校の防災倉庫にある世田谷区の備蓄は、ビスケットとアルファ米が**ほぼ1日分**しか備蓄されていません。飲料水にいたっては、主にアルファ米と粉ミルク用となっています。避難所に行っても、救援物資が届くまでの間は、当座あるもので対応せざるを得ないのが現実です。

住み慣れた自宅で、住み続けながら、救援物資を待ち、復旧に向けた行動をしていくことが最善の方法です。

➡ それでは、避難所に行かなくて済むにはどうすればよいのでしょうか？

そのためには、個人、家庭、地域が一丸となって普段から防災意識を持って行動することが大切です。具体的には次のようなことがあげられます。

1. 耐震診断と耐震補強を行う

昭和56年5月31日以前着工の旧耐震基準で作られている家屋の場合は、各家庭（個人）の取り組みとして、耐震診断や耐震補強を真剣に検討すべきです。費用はかかりますが、命に関わる問題を解決するためにその取り組みが求められています。 ※ 区では、様々な耐震支援制度を実施しています。

2. 家の中の安全性を高める

各家庭（個人）での取り組みとして、寝室には、背の高い家具など転倒の可能性が高いものは置かず、また転倒防止器具を取り付けて、家の中の安全性を高めることが求められています。

3. 備蓄をする

各家庭（個人）での取り組みとして、当面の生活ができるように、各家庭の状況に応じてリストを作成するなど必要なものを検討し、備蓄していくことが求められています。

※ 災害復旧までの生活を自足するために、3日以上を目安として準備しましょう。



非常時持出品 (例示※各自状況に応じて必要なものを準備)

災害が起こったときに持ち出すものを予め用意し、適切な場所に保管しましょう。

貴重品	現金、通帳、キャッシュカード、印鑑、権利証、保険証、免許証
非常食等	保存食、缶詰、飲料水、缶切り、割り箸など
応急医療品	絆創膏、消毒薬、傷薬、胃腸薬、鎮痛剤、解熱剤、目薬、風邪薬、常備薬
生活用品	衣類、くつ、マッチ、ライター、ローソク、ヘルメット、マスク、作業手袋、タオル、ティッシュ、ポリ袋、携帯トイレ、歯ブラシ
その他	ラジオ、携帯電話、充電器、懐中電灯、予備電池、ビニールシート
赤ちゃん	粉ミルク、哺乳ビン、ミルク用飲料水、おむつ、だっこひも、子どもの医療証、肌着、離乳食
お年寄りや障害者	常備薬、看護介護用品、入れ歯、眼鏡、つえ
食物アレルギーの方	対応食
ペットのいる家庭	ケージ、ペットフード、ペットシーツ、リード、水、新聞紙
あったら便利なもの	使い捨てカイロ、水のいらぬシャンプー、10円硬貨(公衆電話用)
枕元に	救助要請用の笛、スリッパ、靴

非常備蓄品

災害復旧までの生活を自足するために、家族構成に合わせて準備します。

生活用水	風呂の汲み置き(トイレの排水用など)
非常用飲料	1人1日に3リットル
非常用食料	レトルト食品、缶詰など ★備蓄専用にとすると入替えの時期を忘れてたり、量や種類に限界があります。 普段から使う食品を備蓄の分だけ多めにストックし、古いものから使って、新しいものを補充するという方法がお勧めです。
生活用品	はし、スプーン、紙皿、ラップ、缶切り、ガスボンベ、カセットコンロ、洗面道具、毛布、救急箱、生理用品など

4. 普段から近隣や地域で助け合える関係をつくる

災害時に最も必要とされるのは「人と人とのつながり」です。災害が起きてしばらくの間は行政も機能しないということが阪神・淡路大震災のときに証明されています。その間、近所で、地域で助け合って乗り切らなければならず、もう一度、近所づきあいや地域のつながりの大切さを見直していくことが求められています。

そこで、奥沢地区では、地域活動の活性化を最重要課題と位置づけて、子どもから大人まで幅広い世代が関わるよう取り組んでいます。地域行事では、町会、学校、PTA、商店会、消防団など様々な団体が協力して開催される場合が多く、人と人とのつながりが自然に作られていく絶好の機会でもあり、その機会を捉えて地区の絆を深めていきます。

(1) 新春奥沢地区まつり

町会、学校、PTA、商店会、青少年地区委員会、身近なまちづくり推進協議会、ごみ減量・リサイクル推進委員会、地区民生児童委員協議会、赤十字奉仕団、消防団、区民センター運営協議会、保護司会、地区社会福祉協議会、婦人会、少年野球チームなどの代表者で構成される運営委員会は、地域の関係者が一堂に会する貴重な場で、お互いに顔の分かる関係づくりに貢献しています。

(2) その他の地域行事

- ・まちの事業(盆踊り、区民センター文化祭、古布回収、駅前音楽祭)
- ・「青少年奥沢地区委員会」健全育成事業(飯ごう炊飯、親子バスハイク、音楽フェスティバル)

- ・「身近なまちづくり推進協議会」事業（歩こう会、さぎ草展・植え付け講習会、花壇運営、子育てふれあいルームなど）
- ・「ごみ減量・リサイクル推進委員会」事業（リサイクル施設見学会、環境学習、ごみ減量リサイクルステーション運営など）

現代は、近所づきあいが煩わしい、干渉されたくないといった考え方もあり、隣近所に誰が住んでいるのかも分からないといった声が聞かれます。何事もなければ特に問題を感じないと思いますが、いざ思いがけない災害・事件が起きたときには、やはり近所や地域に情報交換をしたり、助け合えたりする知り合いがいるだけで心強いと思います。

特に震災などの場合は、食糧や生活用品をお互いに融通し合ったり、可能な範囲で助け合うことで、避難所に行かないですむかもしれません。少しだけ地域に目を向けて地域のサークル活動に参加したり、PTA活動に協力したり、町会活動に参加するなど、地域とのつながりを持つことが災害を乗り越える最良の方法です。

5. 防災リーダーの育成

奥沢地区では4の(1)や(2)のような様々な地域行事を活発に行っています。これらの行事を企画し、円滑に準備・運営できている背景には、多くのリーダーの存在があります。このようなリーダーは、災害時のような緊急事態に、地域をまとめていくノウハウを持っています。災害時には、建物の倒壊、火災の発生、避難行動など、大変な混乱が予想されます。

このようなときには、地域住民に信頼されたリーダーの的確な指示が求められます。引き続き、様々な地域活動を行うことで、防災リーダーの育成に取り組んでいきます。

6. 日頃からのペットのしつけと心構え

災害時、やむを得ずペットと一緒に避難しなければならない状況になってしまった場合、飼い主は人とペットはエリアを分けて生活せざるを得ないことを理解しなければなりません。

また、飼い主は、日頃から基本的なしつけをしておくことが求められます。「人や動物を怖がらない」「ケージに嫌がらずに入れる」「トイレは決められたところである」「むだ吠えしない」といった日頃の備えが、災害時にペットを救う鍵となります。

7. だれもが参加できる防災訓練の実施

年に1回、避難所開設訓練、防災訓練を実施し、地区の防災力向上に努めていきます。

また、時が経つとともに、社会情勢は変化し、今までは効果的だった訓練方法が形骸化することが考えられます。常に今置かれている状況を把握し、環境の変化に対応していくことが求められており、毎年見直しをして、改善していきます。

8. 講演会などの実施

年に1回、テーマを設定し、専門家などの講演や質疑応答を行い、まちぐるみで防災の知識を身に付けて、減災に取り組みます。

- ※「奥沢地区防災まちづくり新・提言」原本は奥沢まちづくりセンターで配布しております。奥沢まちづくりセンター、奥沢交和会、東玉川町会のホームページにも掲載しております。

奥沢まちづくりセンター（事務局）
TEL 03-3720-3111