

開催地名	愛知県蒲郡市
開催日時	令和7年11月26日(水) 9:30 ~ 10:15
開催場所	蒲郡市立蒲郡東部小学校
語り部	吉田 亮一 (宮城県仙台市)
参加者	蒲郡市立蒲郡東部小学校児童 48 名、一般参加 11 名
開催経緯	これまでも防災について学んできたが、実際に災害を経験された方の話を聞き、より防災について深く考え、生活の中の防災・備えというところに生かしてほしい。
内容	<p>(1)これまでの地震体験について</p> <p>宮城県沖地震、岩手・宮城内陸地震、南三陸で経験した地震、東日本大震災、大阪北部地震と、大きな地震を5回経験してきた。震度5弱以上は20回以上、最高震度7も体験している。さらに避難所運営の責任者も務めた。今日はこれらの体験に基づく実践的な防災のお話をさせていただく。</p> <p>地震の揺れは、盛土・切土・昔田んぼだった土地など、地盤の違いによって大きく異なる。震度計が設置された場所の最大値が記録されるため、発表より強い揺れを受けた地域も存在する。東日本大震災では15,900人以上が亡くなり、行方不明者も2,500人を超えた。</p> <p>(2)多様な自然災害と危機感をもつ大切さ</p> <p>自然災害には、地震、津波、豪雨、豪雪、台風、竜巻、火山噴火、さらに近年増加している熊の被害など多くの種類がある。それぞれメカニズムは異なるが、「いつ起こるか分からない」という共通点がある。</p> <p>地球は常に動いている生き物のような存在であり、地震や噴火がまったく起きない「死んだ地球」では人間は生きられない。つまり私たちは、自然(災害)とともに生き続けるしかなく、そのために必要なのが危機感である。豪雨や津波、豪雪、急激な地震など、あらゆる災害に対して「もし起きたらどうするか」を想像し、備えておくことが重要である。</p> <p>(3)備えの基本と家庭でできる工夫</p> <p>備えにおいて大切なのは、自治体を示す想定以上の備えである。断水5日と想定されるなら10日分の水を備える、津波10mに対し15mを想定するなど、「想定以上の備え」をすべきである。自然は人間の想定を超えてくるからである。</p> <p>家庭の具体例として、食品トレーを洗って保管し、断水時のお皿代わりとして活用している。サランラップを敷けば洗う必要がなく、割れやすい食器がなくても済む。ダンボールやお菓子箱のふたでも代用可能で、防災では非常に役立つ。</p>

また、家の整理整頓も備えの一つである。停電で真っ暗な中、散らかった部屋では転倒・負傷の原因となる。机の下に物を置かない、タンスを固定する、タイヤ付き家具のブレーキをかけるなど、日常の工夫が命を守る。特に寝室の安全確認は重要で、寝ている自分にタンスが倒れてこないか、ガラスが落ちてこないか、今日帰ったら必ず確認し家族と相談してほしい。

#### (4) 学校・地域に潜む危険と地震時の行動

学校にも危険は多い。タイヤ付きのホワイトボード、テレビ台、楽器などは揺れで移動するため、使用後はブレーキをかけることが必要である。

通学路では、ブロック塀の倒壊が大きな危険となる。大地震では子どもは立っていられず、その場でしゃがむしかない。多くのブロック塀は道路側へ倒れるため、命を奪うことがある。大阪北部地震では、事前に危険を指摘していた学校のブロック塀が倒壊し、児童が亡くなる事故が発生した。

そんな時に頭や首、背中を守る必要がある、あの重たいランドセルを頭上に持ち上げても支えることは出来ないため、背負ったままマグネットを開け、蓋を頭にかぶせ体育座りをとる。そうすれば、頭から背中がランドセルで守られる。

道路の崩落、電柱の倒壊、自動販売機や看板の転倒など、地震時の通学路は危険だらけになる。普段から道の危険箇所を知っておくことが大切である。

#### (5) 地震発生時の安全確保と避難行動の要点

夜間に大きな地震が起きた場合、まず身を守る姿勢が重要である。丸まって転がりやすい「ダンゴムシ姿勢」ではなく、足を広げて体を前に倒す「カエル姿勢」が最も転がりやすく安全である。

続いて机の下に入る際は、机の重心と支点を理解し、倒れにくい押さえ方をする必要がある。机は前側に重心があるため、平行に持つと簡単に倒れてしまう。上から押さえて三角形をつくるように支えることで安定し、揺れの中でも安全が確保できる。4本足の机では、斜め対角線を意識して4点支持をつくと倒れにくくなる。

さらに、避難時の怪我を防ぐためには「防災用品6点セット」を枕元に置いて寝てほしい。中身は靴下、スニーカー、ヘッドライト、携帯ラジオ、防犯ブザー、フード付き雨具である。夜間の地震では室内に割れ物が散乱し、玄関の下駄箱が倒れて靴が取り出せなくなることもある。布団の上で靴下とスニーカーを履き、ヘッドライトを装着することで安全に移動できる。防犯ブザーは気絶しても鳴り続け、救助を呼ぶ手段として有効である。

(6)避難所運営と地域の協力

東日本大震災では、中学生や高校生が避難所運営の中心として大きく活躍した。避難後の公園ではブルーシートやテントを張り、薪で暖を取りながら地域の人々が協力して生活を維持した。物資が届くと中高生が体育館に運び入れ、種類別に仕分けし、数量を台帳に記録した。配布物資の必要な管理も若い世代が率先して行った。

さらに避難所では当時からインフルエンザや胃腸炎などの感染症対策としてマスク着用が徹底されていた。プールの水を小学生がバケツで組んで、ポリタンクに入れる。それを高校生や大学生がアパートや高層マンションでエレベーターが止まり、物資を取りに行くことが出来ない高齢者の自宅に、非常階段を使って運んでいく作業を担った。

(7)さいごに

災害時に大切なのは、「みんなで協力すること、思いやりを持って助け合うこと」。日々仲良く暮らすことが、災害に勝つことになる。そして命を大切にしてほしい。



開催地より

4年生が、総合的な学習で「防災」について学んできた。吉田さんから避難生活を協力しておくれた経験をもとに、「起きる前にしておく備え」「起きた瞬間にすべきこと」「避難生活が始まってから子どもたちができること」について、活動を交えながら詳しく教えていただけてよかった。