

開催地名	大阪府茨木市
開催日時	令和7年12月14日(日) 10:00 ~ 11:30
開催場所	茨木市立東奈良小学校 体育館
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	東奈良地区 地域住民約180名(内 小学生8名 中学生1名)
開催経緯	茨木市では、地域の方の意向で開催しており、東奈良地区では大阪北部地震以降、防災意識を高めるため活動してきたが、今回は消防庁の防災意識向上プロジェクトを通じて、語り部の吉田亮一さんをお迎えしての講演会と、東奈良地区の自主防災会の防災訓練を開催するに至る。
内容	<p>(1)はじめに</p> <p>地震は必ず来る。南海トラフ地震も必ず来る。今日の話をお願いいただき、今後の備えのヒントとして受け取ってほしい。私は、見聞きした話や資料だけで防災を語ることはしない。すべて自分自身の経験と体験に基づいて話をする。現在68歳であるが、防災は生まれたときから68年間続けてきた。その理由は後ほど述べる。</p> <p>(2)危機感を持つということ</p> <p>自然災害には、竜巻、大雨、大雪、津波、地震、火山噴火など多様な種類があり、それぞれ発生のメカニズムは異なる。気圧の変化による竜巻、低気圧による豪雨や豪雪、地震を伴わない津波、プレート型地震や直下型地震、火山噴火など、その成り立ちはさまざまである。しかし、これらすべてに共通するのは、地球が生きているという事実である。地球が活動しているからこそ、地殻変動や気候変化が起こり、自然災害が発生する。人間は生きている地球と共に暮らす存在である以上、嫌でも共に生きていくしかない。</p> <p>人間や動物には、考えて行動する力がある。日常の食事や買い物も、すべて考えた上での行動である。この力を防災に生かすことが重要である。防災の基本は自助・共助・公助とされるが、それらが機能するためには、まず危機感を持つことであり、大地震や想定外の豪雨が起きたときどうなるのかを想像できなければ、備えも助け合いも成り立たない。</p> <p>さらに必要なのが「想定以上の備え」である。行政は停電や断水の期間などを想定しているが、それを作るのは人間であり、相手は自然である。想定を下回る場合もあれば、大きく超える場合もある。だからこそ、想定通りではなく、それを超えた備えが求められる。自然災害は必ず起こる。その現実を受け止め、危機感を持ち、想定以上に備えることこそが、防災の出発点である。</p>

### (3) 日常の備え

日頃からの備えが大切である。まさかが現実になる時代である以上、備えは欠かせない。まずは自分が住む地域の災害想定を知ることである。市や府県が公表している停電日数、断水期間などを調べ、それを上回る備えを各家庭で行う必要がある。

自助とは、自分自身と家族を守る行動である。住宅の耐震化、ブロック塀や外壁の安全確認は重要である。私は震度5弱以上の地震を五回経験している。震度5強では、大人でも立っていられず、子どもはしゃがむしかない。道路沿いのブロック塀や大谷石の塀は、ほとんどが道路側に倒れる。自分の家の塀が、他人の命を奪う可能性があることを知るべきである。

家庭での防災用品の備蓄も欠かせない。水や食料だけでなく、工夫が重要である。スーパーで使われる食品トレーは洗って保管すれば、断水時の使い捨て食器として活用できる。カップラーメンは便利だが、塩分が多いため、スープを薄めて食べるなど工夫が必要である。災害時は味よりも空腹をしのぐことが優先である。非常持ち出し袋を用意している家庭は、まだ半数にも満たない。

しかし、それ以前に最初に使うものがある。靴下、厚底のスニーカー、ヘッドライト、防犯ブザー、携帯ラジオ、フード付雨具の「6点セット」である。これらを枕元に置いておくことが重要である。停電した室内は危険物だらけであり、足元を守り、両手が使える状態を作ることが命を守る。

防犯ブザーは防災ブザーとして非常に有効である。笛は吹けなくなることがあるが、防犯ブザーは鳴り続け、居場所を知らせてくれる。子どもたちには、整理整頓の重要性も伝えたい。散らかった部屋では、停電時に転倒しやすく危険である。日常の生活習慣が、防災につながる。

共助とは、地域で支え合うことである。自治会や防災組織の役割は大きい。自助と共助は切り離せず、地域の力が発揮されてこそ、公助も生きる。

### (4) 避難行動と防災教育

地震発生時の身の守り方は、知識と訓練によって身につく。ランドセルを使った身の守り方はその一例である。揺れているうちは、体育座りの姿勢をとり、揺れが収まったら、前かがみの姿勢で安全な場所へ移動する。

机の下に隠れる際も、机の重心を理解することが重要である。前側に重心がある机は、正しい位置を押さえなければ倒れてしまう。低学年でも理解できるよう、印をつけるなどの工夫が必要である。

また、一時避難場所の存在を、子どもたち自身が知っていることが命を守る。自治会が定めた公園や広場が、一時避難場所である。地震災害と風水害では、避難の考え方が異なることも理解する必要がある。避難所運営も、事前の準備が重要

である。仙台市では、すべての小中学校に避難所運営の詳細な事前計画があり、教室の使い方、要配慮者の配置、遺体安置場所まで決められている。災害が起きてから考えるのではなく、平時から決めておくことが、混乱を防ぐ。そして、避難スペースは平等が原則である。一人当たりの面積を確保し、導線を一方通行にすることで安全と秩序を保つ。感染症対策も含めた運営が必要である。

#### (5) 東日本大震災での体験

東日本大震災では、停電5日、断水2週間、ガス停止3~4週間という状況であった。揺れの収束後、一時避難場所ではすぐにテントや暖房が準備され、雪の中でも暖を取ることができた。印象的だったのは、子どもたちの行動である。小学三年生の女の子が一人で一時避難場所に来た。中学生8人が避難所開設の連絡に走り、中学生・高校生は炊き出し、配膳、物資管理、記録作成を自主的に行った。小学生は受付、掲示板作り、清掃をした。高校生・大学生はエレベーターが止まり、身動きが取れなくなった高層マンションに住む高齢者宅へ水などの運搬を担った。

17日間の避難所生活で、冷たい食事は一度もなく。温かい食事を提供し、嚥下食にも対応した。薬の手配も地域で行い、感染症対策も徹底されていた。

この成功は、日頃から地域全体で防災に取り組んできた結果である。自治会だけでなく、学校、保育園、医療機関、高齢者施設を含めた地域防災が機能した。避難所の運営では、子どもたちが大きな力となってくれる。

防災は特別なことではない、日常の延長であり、教育であり、地域づくりである。校区全体で防災に取り組めば、誰にでもできることである。

#### (6) 5年間の積み重ねにより機能した校区防災

私が町内会の防災部長になったのは平成18年である。その際、場当たりの対応ではなく、継続的な防災が必要だと考えた。町内会単位にとどまらず、小学校・中学校・保育園・幼稚園・高齢者施設・開業医まで含めた校区全体で防災に取り組む方針を掲げた。

防災マニュアルの作成、防災マップの整備、自主防災組織の立ち上げ、勉強会や訓練、防災用品の備蓄、要支援者対策を5年間かけて積み重ねてきた。その結果、5年後に発生した東日本大震災において、これらの取り組みが有効に機能した。これは偶然ではなく、5年間の積み重ねの成果である。

防災マップは、市が作成した啓発用とは別に、町内会単位で訓練に使える実践的なものを独自に作成した。指定避難所や一時避難場所を明確にし、近さではなく、あらかじめ決められた避難所へ向かう原則を共有した。マニュアルは8ペー

ジに簡略化し、誰でも理解できる内容とした。自主防災組織は、救護班や救出班、給食・給水班などを含め23人で構成し、毎年役割を交代させることで、負担の固定化を防ぎ、高齢化しても継続できる体制を整えた。その結果、多くの住民が防災の役割を経験することとなった。

さらに、役員研修や班長研修、自主防災研修を毎年実施し、子ども会を通じて子どもたちも参加させた。訓練は昼夜交互に行い、自宅から一時避難場所、指定避難所へ至る一連の流れを再現した。こうした継続的な下積みがあったからこそ、震災後17日間に及ぶ避難所運営も破綻せずに乗り切ることができたのである。

#### (7) 自治会防災を超えた地域防災と訓練

私が強調してきたのは、防災は自治会防災ではなく、校区全体で取り組む地域防災であるという点である。そのため回覧板は使わず、自治会未加入世帯にも情報が届くよう、すべてポスティングで対応した。これを行わなければ、防災訓練は自治会員だけのものとなり、未加入者は災害時に何をすべきか分からず、避難所で受け身の存在になってしまうからである。

校区訓練では、土曜朝に一時避難場所へ集合し、中学生が地域を回って被害状況を把握し、体育館で住民に報告する訓練を毎年実施してきた。学校と地域が相互に訓練へ参加する体制を整え、平日昼間に地域に残る人がリーダーとなることの重要性も共有した。東日本大震災では、内陸部では多くの働き手が職場対応のため地域を離れ、避難所には子どもと高齢者、非就労者しか残らなかった。それでも避難所運営は続けなければならない、子どもを含めた訓練と役割分担が不可欠であることが明らかになった。

備えについては、自治会費を活用し、無線機や発電機、投光機、介護用トイレなどを段階的に整備し、炊き出しは薪を用いる方法を採用した。さらに、保育園や幼稚園と自治会が事前に連携し、避難所内の受け入れ体制を決めておく必要性を訴えてきた。自治会の枠を超え、校区全体で大人から子どもまでが関わり、命を守り、その後を支える防災を学ぶことこそが地域防災の本質であり、これが地域で防災が機能した最大の理由である。



開催地より	本日の講演を聞いて、課題がまだまだ多いということに気がついた。いざという時に備えて、横のつながりや助け合える環境・関係性を築いてもらい、東奈良地区の自主防災会が掲げる「自らが助かれば、人を助けられる」という標語のように、一人ひとりに意識を高めてもらいたい。
-------	--