



じしんだゾウ！ あなたの家族はだいじょうぶ??



今月号は50号ということで、特別版です!!
ある家族の、地震の直後から避難所へ向かうまでの様子を、それぞれの視点でマンガを織り交ぜ、注意したいことはチェック項目にしました。ご家族で相談しながら記入したり、チェックしてみてください。
また、おうちなどに貼っていただけるように一枚で裏表の構成になっていますので、目立つところへ貼っておきましょう!

171・災害用伝言板を活用しよう!

災害直後は一度に多くの問い合わせが集中して電話がつながらない輻輳(ふくそう)状態が起きる。その原因は安否確認やお見舞いコールがほとんど。そのために本当に必要な緊急連絡ができなかったりするため、災害時の電話は特に注意したいところ。ぜひ、171や災害用伝言板を活用して輻輳による被害を減らそう!

固定電話の場合

録音時間：1伝言30秒
保存期間：48時間
利用数：1~10伝言(災害の規模で異なる)
難点：固定電話(NTT加入電話)を持たず、携帯しかない人は伝言を聞くことはできるが、録音できない。
(参照：あるある11/12号)

災害伝言ダイヤル171 ※電話の指示に従って録音、再生

録音 171 → 1 → 052 567 1234
(伝言を残したい電話番号)

再生 171 → 2 → 052 567 1234
(伝言を聞きたい電話番号)

使わなきゃ覚えられない。体験してみよう!

- 毎月1日 00:00~24:00
- 正月三が日(1/1 00:00~1/3 24:00)
- 防災週間(8/30 9:00~9/5 17:00)
- 防災とボランティア週間(1/15 9:00~1/21 17:00)

用件は短く的確に。

- 自分の名前や、一緒にいる人の名前
- 避難している場所の名前や住所
- 落ちあう場所(「体育館の前で」など)
- 171以外の連絡手段(被災地外の親戚の電話番号など)

携帯で読める171の使い方



携帯電話の場合

利点：携帯さえあれば登録/閲覧ができる。またパソコンからも各携帯会社のサイトで携帯電話番号を入力すれば情報を閲覧できる。
難点：iphoneなどのスマートフォン※は現時点では閲覧はできても登録ができない。

災害用伝言板 ※それぞれの携帯会社によって操作は異なるので、事前に確認しておこう!

au ドコモ softbank willcom

↑毎月1日と15日(他は171と同じ)に体験できる

他にも、安否確認を要求することができたり、安否情報を複数のメールアドレスに斉送信することもできる。これは契約会社によって違うし、また事前登録が必要なことが多いので、事前に要チェック。

au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
docomo <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
softbank <http://dengon.softbank.ne.jp/>
willcom <http://dengon.willcom-inc.com/dengon/Top.do>

パソコンからも安否確認ができる →

スマートフォン/パソコンの場合

登録に必要な番号が携帯電話でも大丈夫なので、スマートフォンでも登録が可能に。

ウェブ171 171がさらに充実!!

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/index.html>

伝言の登録・閲覧→安否を登録/確認したい人の電話番号(携帯も可)が必要

- ワンポイントアドバイス**
- 電話よりメール(音声通話は電池の減りが早い。ましてや遠くの基地局を探してたらもっと早い)
 - 圏外の場合は電源を切ろう(近くの基地局が被災して稼働せず、遠い基地局から発信する場合、送受信の電波の出力をあげるため、電池の減りが早い)
 - ネットも回線が集中する場合もある
 - 電話番号同士のショートメールは最もつながりやすい
 - 財布などにメモを入れておこう(携帯の電源が切れても大事な人の電話番号がわかる?)
 - 携帯で連絡が取れない場合の連絡方法、集合場所は話し合っておこう
 - 練習もしくはメモが大事(171などはやってみないとわからない。忘れがち手順はちゃんと紙に書いて、電話機のそばに置いておこう)

※スマートフォン：携帯電話にパソコンのような機能がついたもの



営業中のパパの場合

会社も家も電話が通じない! 電車も止まっているし車も…無理だ

ママたち 大丈夫かな……

メールを打っておこう「パパ無事。今から家に向かう」災害用伝言板にも…「大地無事。今から家に向かう」

ええと…ここからはどうやって帰れば…う〜ん……

急には使い方が分からないぞ…<そっ!

これでよし!

あつと! マンホールにつまづくところだった…

うわ……ブロック崩ってこわっ!

ありがとうございます! 大空さん! 我が社に余分な地図がありますから持って行ってください!

…上も気をつけよう 靴でも少しは役に立つかな

そうだ! 災害用伝言板を見よう! …あれ!? 圏外!? うわーもしがして基地局がやられちゃったのかな~

…ん!? うわ! 電池残量が! なんて!? 今朝はfullだったのに! やばい電源offだ!!

…電気がきてない……

のどが乾いた…

あ! 自動販売機!

ワンポイントアドバイス

●帰宅距離が20kmを超えるときは 徒歩以外の方法を考える

●道路は緊急車両が通れるように配慮する

●倒壊/落下/陥没/火災/浸水/津波/切れた電線などに注意する

●避難するときにエレベーターを使わない

●歩きながらでも補給できる糖分/塩分を確保する

●熱中症に注意し、こまめに水分補給する

●一人より仲間がいる方が励まし合えるし、助け合えるので、なるべく同じ方向に帰る人と行動する

日頃の対策

□会社内での非常時のマニュアルを確認しておく(安否確認システムなど)

□会社に待機せねばならない場合の非常食や寝具などを今一度確認する

□会社から帰ってこられない場合のことを家族と話し合っておく

□日頃から地図を見て研究し、帰宅経路を複数考えておく

□年に一回は自転車や徒歩などで通勤してみる

□帰宅グッズをロッカーに入れておく

水/食料(カロリーメイトなどのバランス栄養食品)/運動靴/防寒具/雨具/携帯/携帯バッテリー/ラジオ(携帯は連絡用に電池を温存)/地図/手提げビニール袋

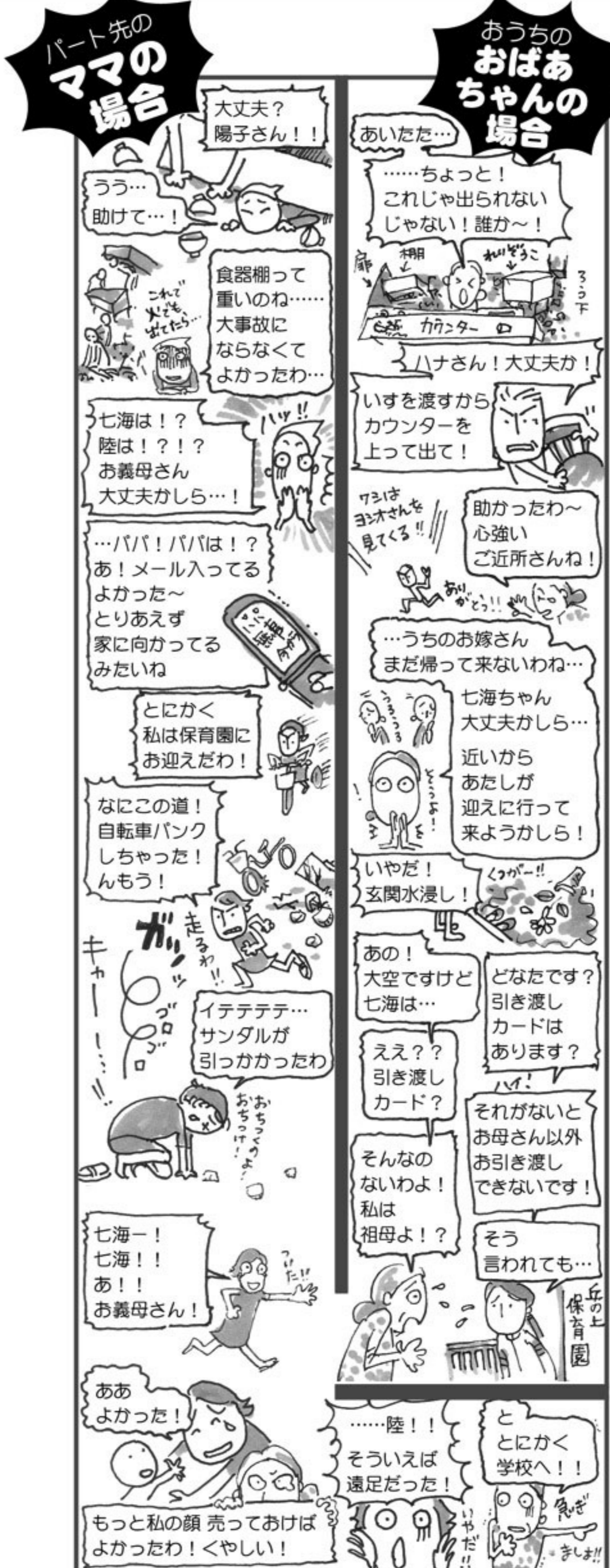
□帰宅途中にATMが使えない可能性が高いので、ある程度現金は用意しておく

パパ以外に徒歩で帰宅を考える人に

□危険な場所を事前にしっかり把握しておく

□よく行く場所などは、もしここで地震が起きたら…? と、どう徒歩で帰るか想像してみる

□高齢者は健康な人でも一度に歩ける距離は2kmとされている。家に帰るといよりは、安全なところへまずは避難し、少しずつ移動する。そのためいくつか休憩できる場所を探しておく



パート先のママの場合

大丈夫? 陽子さん!!

うう…助けて…!

食器棚って重いね……大事故にならなくてよかったわ…

七海は!? 陸は!?!? お義母さん大丈夫かしら…!

…パパ! パパは!?!? あ! メール入ってるよかった~ とりあえず家に向かってみよう

とにかく私は保育園にお迎えだわ!

なにこの道! 自転車バンクしちゃった! んもう!

七海ー! 七海!! あ!! お義母さん!

ああよかった!

もっと私の顔売っておけばよかったわ! <やしい!

うちの赤ちゃんの場合

あいだだ…

……ちよっと! これじゃ出られないじゃない! 誰か~!

ハナさん! 大丈夫か!

いすを渡すからカウンターを上って出て!

助かったわ~ 心強いご近所さんね!

…うちのお嫁さんまだ帰って来ないわね…

七海ちゃん大丈夫かしら…

近いからあたしが迎えに行ってみようかしら!

いやだ! 玄関水浸し!

あの! 大空ですけど七海は…

ええ?? 引き渡しカード?

そんなのわいよ! 私は祖母よ!?

七海ー! 七海!! あ!! お義母さん!

ああよかった!

……陸!! そういえば遠足だった!

とにかく学校へ!!

ワンポイントアドバイス

けが人が出たら

●血液感染を防ぐためになるべくゴム手袋やビニールで手を覆って治療をする。おう吐物にもふれないようにした方がいい。人工呼吸についても、出血していたり、おう吐している場合は控える

職場での日ごろの対策

□職場内での危険な場所を確認しておく、とっさに身をよける場所を考えておく

□日頃から整理整頓しておく

□火災が起きた場合の対処法を考える

□連絡手段である携帯などをロッカーに入れている場合、ロッカーの固定や場所の改善などをする

うちでの日ごろの対策

□ご近所さんに、日中に高齢者が一人で家にいることを話しておく

□家具の固定をしておく(参照: 13/14/32号)

□閉じ込められないような工夫をする(参照: 32号)

□薬/老眼鏡/杖など、避難所で手に入りにくい物は、持ち出しやすいところに置いておく

子どものひきとり

□ひきとりのルールを確認する

□母親以外の人も迎えにいけるよう顔合わせをする

□携帯に子どもと一緒に写しておく(証明証代わり)

□携帯電話などの最新情報を伝える(アドレスなどが変わっていて連絡がつかないということがある)

□保育施設が被災した場合の第2避難場所を確認する

□保育施設の非常持ち出し袋の内容を把握する

□足下の不安定な場所も移動できるよう、ベビーカーより両手のあくリユックタイプかおんぶひもを用意し、普段から使い慣れておく(参照: 15号)

□保育施設までの安全な道りを調べておく

□幼児用の避難グッズを用意しておく(参照: 15号)

保育施設側が、親が確認しておくこと

□棚や備品などが固定してあるか確認する

□停電になっても引き取り連絡メールが出せるのか、出せない場合どうするのか対策を考える

□長時間預かる必要性が出てきた際の非常食や医療品、衣料品などを確認する

避難する前に

●ガスの元栓を締める/ブレーカーを落とす

●安否が分かるよう避難先メモを見える場所に貼る



がいて、よんで、おほえよう!

おうちのじゅうしょ

じぶんのなまえ

かぞくのなまえ

おうちのでんわばんごう (ママなどのけいたいもね!)

じしんだぞうさんてぬぐいクイズ

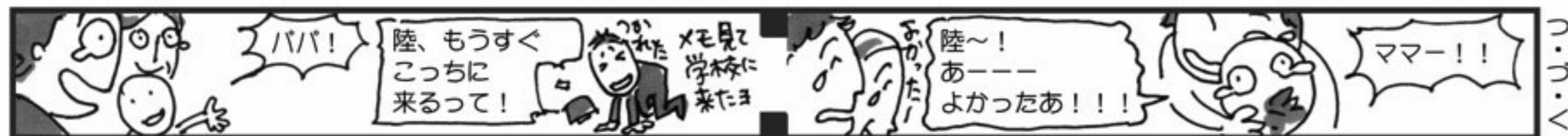
- 1) じしんがきたらどうしたらいい?
- 2) じしんがきたらちがづいちやダメなところは?
- 3) 「お・は・し」のいみは?



子どもがひとりで被災したときのために

- 子どもを見つけてくれた人が親に連絡を取ることで できる手段をいくつか考えておく
- じしんだぞうさんてぬぐいを持たせ、緊急時は誰かにてぬぐいを見せるように教える
- 家族の写真(連絡先つき)を持たせておく
- 学校からの道と一緒に歩いて危険なところを教える

- 日頃から「地震がおきたらダンゴムシの形になるんだよ」と、話しておく
- 起震車で地震を疑似体験させてパニックにならないようにさせる
- 海岸に近いようであれば、津波から逃げられる高い場所をいくつか決めておく(参照: 20/21号)
- アレルギーがあるようなら言えるようにしておく



じしんだゾウ! あなたの家族はだいじょうぶ??

～大空家の避難ものがたり 避難所編～

50号特別版にて登場した大空家。地震の後、避難所で家族と無事再会。この後、どんなことが起きるのでしょうか。ぜひ、この様子を参考にし、ご自分の「非常持ち出し袋」を考えてみましょう。

とにかく、休む場所を確保しよう

さっき少し見て回っただけ 体育館も1階も2階もどこもあいてなかったわ

3階に行ってみましょう

うわー... すごいことになってるなー

美術室

音楽室

すみません!

うちの子知ませんか!? 背が120cmくらいでおかっぱで黄色い帽子をかぶっていてとってもおとなしい子なんです!

これくらい? みゆうって名前の子、小学2年生なんです!

何か写真はありますか? 写真!? そんなのあの家から持ってくるってことなんでできないわよ!

携帯には何か入ってないですか? ...ある! あるわ!!

あれ? さっき運動場の小倉さんのテントにいた女の子じゃない? あら! そうよ! 一人で家から来たって言ってたわ!

ああ! よかった!!

行ってみます! ありがとうございます!!

うわー!! おおききやー!!

ああ、そうよ七海にミルクあげなきゃ! ...って、お湯! パパ、お湯!

あらー... おむつも大変なことに~ ウエットティッシュ間に合うから...

...ふう 疲れた座る場所探すのにも一苦労だ...

あいたた... 気が抜けたらリウマチが...

やだ! どうしましょう お薬おうちだわ! 入れておくの忘れてたわ~ 明日急いで取ってくるわ!

...考えたら人によっては薬がなかったら危ない人もいるんだよね...

ママー お腹すいたー

そうよね とりあえず配給物資のカンパンがあるからそれを食べましょうか

おいしくないー...

あの... うちの子アレルギーがあるから食べられないのであげます

アレルギーがなくてもこれは一日だけでいいわね...

救援物資で毛布をもらって来たよ!

数が人数分ないから陸はオレと一緒に寝ような

...ちよっとトイレに行ってくる

...うわー... 水が出ないからすごいことになってるぞ... こりゃここじゃ無理だなあ...

近くの池から水を汲んで来ましたからこれで流してください!

ありがたい! すみません 大事に使わせていただきます

...あ... あれ? ...電池切れだあ...

あの... 火の番 変わりましょうか 先ほどからずっと休んでおられないですよ

ありがとうございます すみません

いえいえ

この明かりがなかったらみんなどんなに心細いかな

さきほどだって暖かいお湯をいただけてどれだけホッとしたかわかりませんから

冷え込みますね... まだ建物の下に閉じ込められている人もいられるかもしれない...

あそここの教室はご遺体を安置しているそうですよ

余震もまだまだ続くし本当に大変なことになってしまったなあ...

情報が届かないからはっきりはわからないけど随分多くの方が亡くなられたみたいですよ

私たち家族は本当に運がよかったんだなあ...

ー翌朝ー

いたたたた...

さすがに段ボールだけじゃ腰が痛いわねえ...

私はドアの換気口からのすきま風が寒くて寝付けなかったわ

オレは隣の人のいびき...

膝が痛いからトイレに行くのもつらいわ

だからお水をあまり飲まなかったんですか!? ダメですよ! それが一番体に悪いんですよ!?

...ってあれ!? 七海!?

きゃー! 待って待って! 階段はダメー!

学校だもんな。生活の場として考えられてないからなかなか大変だぞ...

さっき車いすの人が段差だけで無理だと言って半壊の家に戻っていかれたわ 私だって大変だから障がいを持っておられる方はもっと大変だわよねえ...

ママー...

なんだか陸が昨日から私の側を離れないのよ怖がっているみたい何かおもちゃとかがあったら少しは私が楽なだけで... お風呂も入らせたいけど水がねえ...

おうち... 取り壊しかなあ...

あなた会社も一度行ってこなきゃいけないんじゃない? ...なんだか気が休まらないわね...

こういうことになると分かってたならもっといろいろ準備したのになあ

ホント、想像してなかった...

じしんだゾウ! あなたの備えはだいじょうぶ??

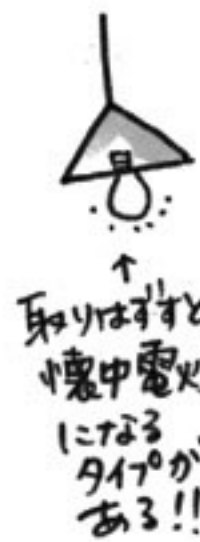
～大空家の避難ものがたり 非常持ち出し袋編～

50号では何とか避難所にたどり着き、52号では苦しい避難所生活をした大空家。避難所では、普段何気なく使っているものはないし、予想しないことがいっぱい!今回は、大空家の物語を参考に、持ち出し袋の中身を考えてみました。あなた様様の非常持ち出し袋を、実際にチェックしながら作っていきましょう!



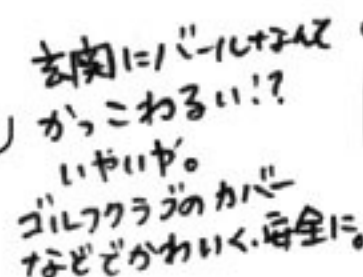
すぐに手の届く所に置くもの (リビングや枕元)

- ヘルメット
または防災頭巾
- スリッパ
- 軍手/革手袋
- 緊急用照明



避難経路にあると良いもの (玄関や庭先)

- バール
- 車用ジャッキ
- 斧またはノコギリ
- ロープ



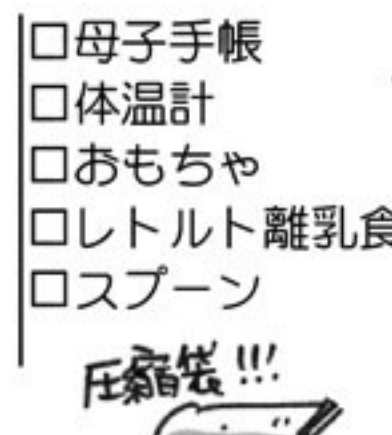
基本セット+ママの場合

- ポーチ (化粧品/クレンジング/毛抜き/手鏡)
- 生理用品
- おりものシート (下着が長持ちする)
- 風呂敷
- 大きな布 (着替え用)
- 足/腕/首ウォーマー (冷え対策)



基本セット+七海ちゃんの場合

- 粉ミルク
- 哺乳瓶
- おむつ
- おしりふきや洗淨綿
- バスタオル
- おんぶ紐



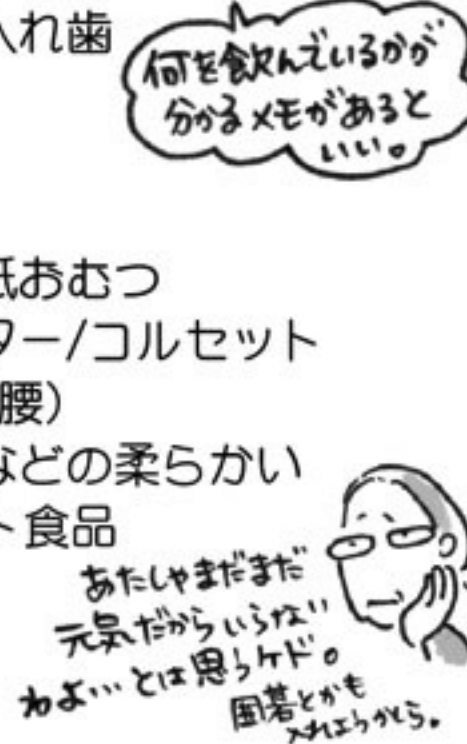
基本セット+陸くんの場合

- おもちゃ (小さいぬいぐるみなど)
- おかし
- じしんだぞうさん手ぬぐい



基本セット+ハナさんの場合

- 薬 (説明書、お薬手帳)
- 換えの入れ歯
- 老眼鏡
- 補聴器
- 杖
- 介護用紙おむつ
- サポーター/コルセット (ひざ/腰)
- おかゆなどの柔らかいレトルト食品



◆基本セット (一人にひとつ)

- 広域避難地図/ハザードマップ
- カッパ (防寒にもなる)
- 軍手/革手袋
- 懐中電灯
- 水 (目安: 1日3L)
- 非常食
- 保険証、免許証、通帳のコピー
- お金
- メモ帳 (電話番号を記入しておく)
- ボールペン
- 家族全員が写った写真 (裏に全員の名前や血液型などを記入)
- 携帯充電器
- 下着
- 手ぬぐい
- マスク
- ティッシュ
- ウェットティッシュ
- ビニール袋 (大/小)
- 目薬
- 歯ブラシ
- 耳栓
- 簡易トイレ
- 絆創膏
- 必要な人は... 常備薬
- めがね+ケース
- 使い捨てコンタクト
- メディカルカード (持病などの対処法を書く)
- あれば便利
- 箸/スプーン
- カイロ

◆基本セット (家族にひとつ) → 家族で分担して持つ

- 救急セット (絆創膏/三角巾/包帯/消毒液/常備薬/テーピング/刺抜き/ガーゼ)
- 10m程度
- ライター
- ナイフ (大きめのカッターナイフでも可)
- ラジオ
- 電池 (必要分)
- ラップ
- 折り畳み式給水タンク
- ゴム手袋
- 軍手/革手袋
- 布テープ
- 鍋 (蓋付)
- 油性ペン
- 石鹸 (芳香剤代わりに)
- あれば便利
- 延長コード
- 時計
- 裁縫道具
- 認め印

基本セット+パパの場合

- ひげそりセット
- 勤務先の緊急用マニュアル



勤務先に置いておくもの (勤務先にも基本セットを置いたらベスト)

- 帰宅マップ
- 運動靴
- 着替え (ジャージなどの動きやすい服)
- カッパ
- 小銭
- 携帯用充電器
- ひげそりセット



備蓄として用意してあると良いもの (家が倒壊しても取り出せる場所)

- 一週間分の飲料水と食料
- コンロ、鍋などの調理器具
- 燃料 (炭/着火剤/コンロ用カセット/暖房用燃料など)
- 新聞紙
- ブルーシート
- 段ボール
- スコップ
- テント/寝袋/毛布
- 簡易トイレ
- キャリーカート
- 長靴
- バケツ
- 発電機



自分の体重の持ち歩き重さの目安 = $\frac{1}{3} \sim \frac{1}{5}$ 程度



それぞれの活用法はバックナンバー参照!

- 47号...一日に必要な水の量 (断水体験)
- 44号...アレルギーっ子の避難生活
- 15号...乳幼児の持ち出し袋
- 51-53号...風呂敷
- 46-48号...ロープ
- 51号...バール/ジャッキ/ハンマー
- 40-41号...バケツ
- 39号...段ボール
- 33号...手ぬぐい
- 30号...簡易トイレ
- 29号...カイロ
- 28号...マスク
- 26号...ウェットティッシュ
- 24-25号...鍋
- 22-23号...ガムテープ
- 21号...新聞紙
- 20号...ブルーシート
- 18号...大きな布
- 17号...ビニール袋
- 10号...ナイフ
- 7-8号...懐中電灯
- 3号...軍手/ゴム手袋
- 2号...ラップ
- 1号...ゴミ袋

あれから6年 (2004.10.23中越地震)

「あいち中越支援ネットワーク」というゆるやかなつながりの中で、新潟県川口町 (現長岡市) 田麦山地区の復興支援をお手伝いした私たち。その後も続く田麦山の方々とおつきあいを、今の様子も交えて報告していただきました。

えんえんマーケットに行ってきました!

「炊き出し手伝って!」と元RSYスタッフ清野さんからの急なお誘い。翌週には、新潟へ。23日、えんえんマーケットの会場では地震のあった17時56分に黙祷が行われました。トークショーやライブ、ワークショップなども催され、それぞれに当時のことや、この6年間の思い出を話しました。翌24日、私たちは長岡市での「えんえんマーケット」に参加。「絆 (つながり) を育てていくこと」が大きな防災力になることを再確認する復興記念事業として開かれました。カレーを振る舞いつつ、それぞれに再会を喜びました。私は、仮設住宅での活動中に、大雪の中歩いてくれたおばちゃんと再会しました。今も文通を続けていますが、最後に会ったのは4年前。お互いの近況報告であったという間に時間が過ぎました。地震から6年、おばちゃんは新しく家を見て、お孫さんも誕生して、おばあちゃんになっていました。別れ際、手を握りあって何度も再会を約束しました。縁があって出逢った私たち。いつもお互いを気にしあえる、そんな絆を再確認した2日間でした。(奥村友香)

名古屋シティマラソンに田麦メンバーが参加!

11月22日午後、雨が降る栄の街に1台の車。「久しぶり!!」と声をかけようと近付いた私に、窓が開いたと同時に「きよちゃん、米!」と満面の笑顔でおにぎり差し出された。笑顔の主は田麦山の渡辺さん。3年ほど前から、田麦山の渡辺夫妻が名古屋シティマラソンに参加し、名古屋の私たちは田麦山ロードレースに参加するという交流が続いている。今年は、田麦山スポーツ振興会から昇さんも参加。当日、気持ちいい天気の中を快走して戻ってきた渡辺さんの第一声は、「はあ〜、やっぱり10キロは楽だわ〜!」...ほんと、すごい一言です。(竹内希代子)