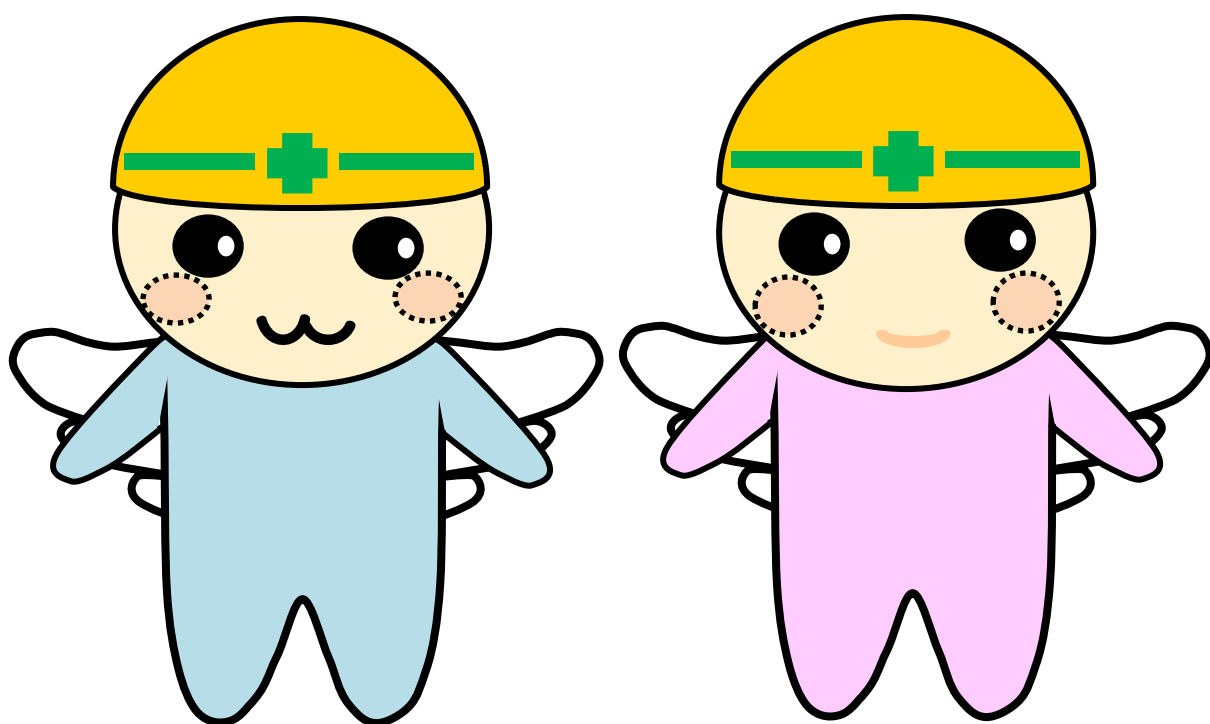


ケンちゃん・レンちゃんの

げんさい

減災学習ノート



©2013 千葉県手話サークル連絡協議会

2011年3月11日に発生した東日本大震災、千葉県内も津波などの被害がありました。手話を考えるフォーラムや県サ連学習会等で災害について皆さんと学習していますが、今までに経験したことがない災害が増えています。

いざ災害が発生しても慌てないようにするには日頃からの意識や準備も大切になります。サークル等で皆さんが話し合うきっかけとしてお使いいただければ幸いです。

発行：千葉県手話サークル連絡協議会

監修：千葉県手話サークル連絡協議会防災士有志

もくじ





| | | |
|----------|-----------------|---------------|
| 1.自助のために | | |
| | 防災情報って | 2019.11.11 配信 |
| | 防災情報と避難情報 | 2019.12.11 配信 |
| | 自助って | 2020. 2.11 配信 |
| | 飲み水はどれくらい必要？ | 2020. 3.11 配信 |
| | ローリングストック法 | 2020. 7.11 配信 |
| 2.共助のために | | |
| | 共助って | 2020. 9.11 配信 |
| 3.公助 | | |
| | 罹災証明書 | 2020.10.11 配信 |
| 4.知ろう | | |
| | 災害種別図記号 | 2020. 8.11 配信 |
| | 避難 | 2020.12.10 配信 |
| 5.やってみよう | | |
| | 防災クイズ1（問題編・回答編） | 2020. 1.11 配信 |
| | 防災クイズ2（問題編・回答編） | 2020.11.11 配信 |
| | 災害を想像する | 2021. 1.11 配信 |

1. 自助のために(水害・土砂災害)

千葉県手話サークル連絡協議会

防災情報って

2019年3月に「避難勧告等に関するガイドライン」が改定。なにが変わったのかな？

| 警戒 レベル | とるべき 行動 | 気象庁発表の 防災気象情報 | 市区町村発令の 避難情報等 |
|--|--|--|---|
|  5 | 命を守る最善の行動 すでに災害が発生！ 命を守るための 最善の行動を！ | 大雨特別警報 氾濫発生情報など | 災害発生情報 |
| 4 | 全員避難 全員が避難行動を！ | 土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 高潮特別警報 高潮警報など | 避難勧告 避難指示（緊急） |
| 3 | 高齢者等は避難 他の人は避難準備 高齢者・障害者など 避難に時間のかかる人 は避難！ | 大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報 高潮注意報など | 避難準備 高齢者等避難開始  |
| 2 | ハザードマップなどで 避難行動を確認 | 大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報 高潮注意報など |  |
|  1 | 心構えを高める | 早期注意情報 （警報級の可能性） | |

【話し合ってみよう！】

・命を守る最善の行動ってどういうことかな？



2.共助のために（共助って）

千葉県手話サークル連絡協議会

共助（きょうじょ）

＝地域・職場で助け合い、被害拡大を防ぐ

災害の規模が大きいほど、消防・警察など公的救援活動が十分に機能するまでに一定の時間がかかります。そこで大事になるのは**地域住民の力**。

発災直後における初期消火、避難誘導、避難所開設など住民によって多くの命が救われています。

防災訓練の参加など、平時から地域との関わりを持つ。



◆県サ連加盟サークルの取り組み一例◆

- ・災害対策委員会等→地域協会など関係団体と委員会等を作っている
- ・避難所マップ→ろう協会員とサークル会員の分布図を作成
- ・避難の手引き→文章の簡素化やルビ、絵を増やしてわかりやすいものに改訂
- ・防災訓練時→聴覚障害者理解のチラシを配布、筆談コーナーの設置
- ・情報→聴覚障害、または要約・手話の支援者がわかるグッズの作成・利用
 - 指文字をプリントしたバンダナを作成
 - パトライト・ポータブル文字表示器、文字情報付き AED の設置
 - 避難所にホワイトボードの設置を要望
- ・行政へ→防災無線の文字受信機の貸与要望、障害者手帳所持者に貸与
- ・その他→サークルで作成した避難計画を専門家に見せ、アドバイスを受けた
 - 災害に関する講演会の開催

【話し合ってみよう！】

- ・サークル中に災害が発生した時の避難の方法は？
- ・共助のために行っていることはありますか？



3.公助（罹災証明書）

千葉県手話サークル連絡協議会

公助（こうじょ）

= 国や自治体による公的支援

被災者の救助や被災者支援など国や自治体が行う支援です。

罹災（りさい）証明書ってなに？

→市町村が交付する災害の程度を証明する書類です。
各種届出や税の減免など罹災証明書が必要なことも。
わからない時は市町村に確認しよう。

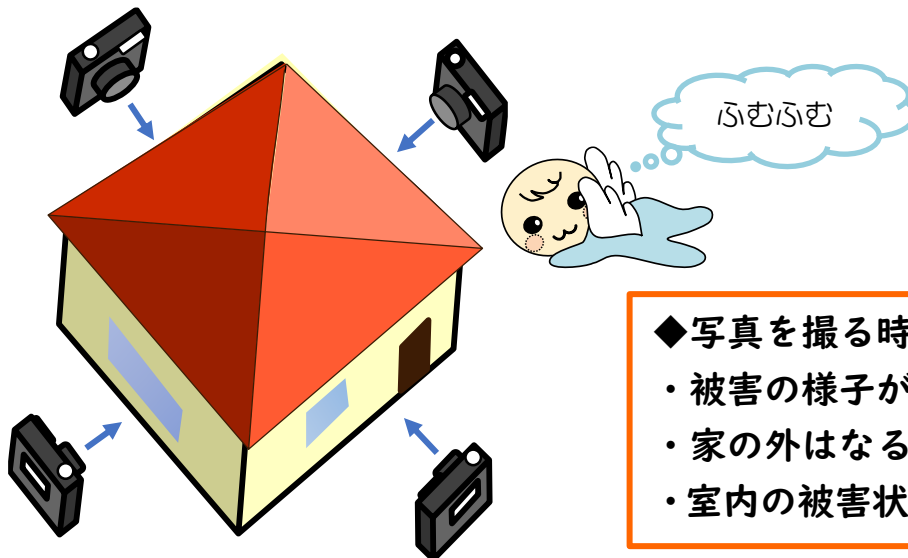
◆申請から調査まで
市町村窓口へ申請
↓
調査員が調査
↓
認定区分の決定
※2019年9月25日発行
かわら版号外 | 参照

被災したら

片付けや修理・修繕をする前に

被害状況を写真に撮ろう！

市町村から罹災（りさい）証明書を取得するときに役立ちます。
他にも保険金を請求する際にも必要です。



◆写真を撮る時の注意

- ・被害の様子がわかるように
- ・家の外はなるべく4方向から
- ・室内の被害状況もわかるように

※申請する時は**写真**を**プリント**して持っていきよう

【話し合ってみよう！】

- ・罹災証明を申請したことがある人の話を聞いてみよう。
申請には何が必要かな？



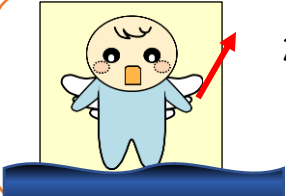
避難

◆避難場所と避難所の違いは？

| | 災害図記号 | 特色 |
|------|--|--|
| 避難場所 | <p>↓津波避難場所 ↓津波避難ビル</p>  | <ul style="list-style-type: none"> ・一時的に避難するところ ・大きな公園や広場など ・食料や水の備蓄なし |
| 避難所 |  | <ul style="list-style-type: none"> ・災害で家屋倒壊の危険や住む家を失った被災者が一定期間生活するところ ・小学校など ・飲料水やトイレがある |

◆避難＝避難所？

すでに危険が迫っている時、避難所に向かうと更に危険が伴うことも…。命を守る避難を考えよう。



急に水が迫ってきたら上に逃げる
垂直避難



土砂崩れの危険があるときは、斜面から遠い部屋へ

◆安全な場所にいる場合は「密」を避けるため避難所に行かない選択も…。



◆在宅避難



◆知人宅への避難



◆車中泊



◆宿泊施設への避難

【話し合ってみよう！】

- ・自分が住んでいる地域は過去にどんな災害があったかな？
- ・避難方法の長所と短所は？



防災クイズ I (問題編)

問題 1

「避難勧告」「避難指示(緊急)」「避難準備情報」のうち、一番危険が迫っているのは「避難勧告」である。

① ○ 「避難勧告」

② × その他



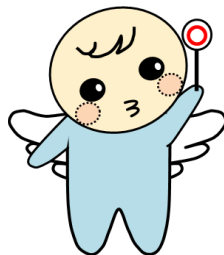
問題 2

家にいて大地震が起きました。

まだ揺れはおさまっていませんが、最初にガスの元栓を閉めに行きました。

① ○ 「閉めに行く」

② 「行かない」



問題 3

津波で浸水しました。何センチ以上の水が押し寄せると人は歩けなくなる？

① 30 センチ

② 60 センチ

③ 90 センチ



防災クイズⅠ（回答編）

問題Ⅰ 答え ②×

「避難勧告」「避難指示（緊急）」「避難準備情報」のうち、一番危険が迫っているのは「避難勧告」である。

①○「避難勧告」

②×その他

解説)

避難準備情報：避難に時間がかかるお年寄りなどに避難を呼びかけるもの。



避難勧告：住民に安全な場所への立ち退きを促すもの。



避難指示（緊急）：さらに危険が迫っている場合の「命令」にあたるもの。

※さらに厳しいものが**警戒区域**の設定

市町村長が強制的に立ち入りを禁じたり退去を命じたりできるものです。

問題Ⅱ 答え ②×

家にいて大地震が起きました。

まだ揺れはおさまっていませんが、最初にガスの元栓を閉めに行きました。

①○「閉めに行く」

②「行かない」

解説)

震度 6-7 クラスでは、全く何もできません。

まずは机の下に身を隠すなど安全を確保し、揺れが収まるまで待ちましょう。

問題Ⅲ 答え ①30センチ

津波で浸水しました。何センチ以上の水が押し寄せると人は歩けなくなる？

①30センチ

②60センチ

③90センチ

解説)

津波の 30 センチは大人でも歩行困難で足がすくわれる危険なものです。

5. やってみよう

千葉県手話サークル連絡協議会

災害を想像する

未曾有の災害・感染症など、想定していないことが次々と起こるのも災害です。落ち着いて行動できるよう、ゲームでイメージトレーニングしよう！感染症対策など見直しが必要になるものがあるかもしれませんよ。

◆目黒巻（めぐろまき）→東京大学の目黒先生が考案。災害発生時の状況をイメージトレーニングするものです。

| | | | |
|------------------|-----------|-------------------------------|-------------------------------|
| 目黒巻 | | 災害発生後の状況をイメージし、自分を主人公とした物語を作る | |
| 2① 災害の種類を設定 | 災害時の状況を記入 | → | |
| 2② 災害発生時の条件を設定 | 地震 目黒巻 | 震度 5強 | 地震発生 2③ 10秒後 |
| 記入日 2005.1.29(土) | 設定 | 地震 「どこへ歩いていけよう」等 | 1分後 |
| 季節 冬 | 天気 晴れ | 住時の状況 | 子供たちを広い所にあつめ、大人二人で囲んで守る。大園にTE |
| 時刻 a.m.10:30 | 設定 | 散歩先で園児と遊んでいる。(大人2人 0~1歳児 6人) | 揺れが収まつケータ |
| 記入者 目黒研太 | 設定 | | |
| (障がい者 保育) | 保護者 | | |



参照：目黒巻記入例

<http://risk-mg.iis.u-tokyo.ac.jp/meguromaki/meguromaki.html>

「食料が無くなった!」「家族が感染した!」などいろんな設定を試そう!

◆DIG (災害図上訓練) →地図に様々な情報を書き込み、命を守る方法を考えます。



かわら版 No.77号 2018.8.20 発行と
No.79号 2018.11.5 発行に関連記事あり

◆障害者の災害対策チェックキット
→国立障害者リハビリテーションセンター
研究所が主催する障害者の災害対策を
考えるワークショップで提案・開発
自分でつくる安心防災帳もあります。

