

令和3年度 青年赤十字奉仕団 WEBセミナー（第2回）



令和3年9月3日(金) 19:00～

日本赤十字社茨城県支部

研修にあたってのお願い

1. 研修中はカメラをON、マイクをOFF
(発言時はミュートを解除)
2. 名前の変更の実施
「大学名(茨大orキリ大) 氏名」にしてください
3. 研修は記録用及び配信用として録画いたします。
ご理解・ご協力をお願いします

令和3年度

第2回 青年奉仕団WEBセミナー 「防災」

災害への備え



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

セミナーの目的



災害に備えるために

「自助」



「共助」



- 災害発生時に「いのちを守る」
- 災害発生後の「暮らしをつなぐ」

内容

- 災害からいのちを守る
- 暮らしをつなぐ
- 感染症から身を守る
- まとめ

いのちを脅かす様々な事象(災害)

地震、津波、大雨、洪水、がけ崩れ、
竜巻、豪雪、噴火、大規模な火事 等



提供:岩手県宮古市

東日本大震災



提供:国土交通省

平成30年7月豪雨

過去の事例を超える事態への対応

● 今後発生が予測される大規模地震(例)

	南海トラフ地震	首都直下地震
今後 30年以内の 発生確率(※)	70~80%	70%
最大想定 死者数	約23万1千人	約2万3千人

※平成28年(2016年)に発生した熊本地震の発生確率は、発生時点では
 ほぼ**0~0.9%**でした。

出典：地震調査研究推進本部ホームページ(令和3年3月時点)、第39回中央防災会議資料、中央防災会議
 防災対策推進検討会議 首都直下地震対策検討ワーキンググループ資料(平成25年12月公表)

● 気候の変化による大雨・土砂災害の増加

局地的大雨の頻発

猛烈な台風の発生

私たち自身が考え、行動することが重要

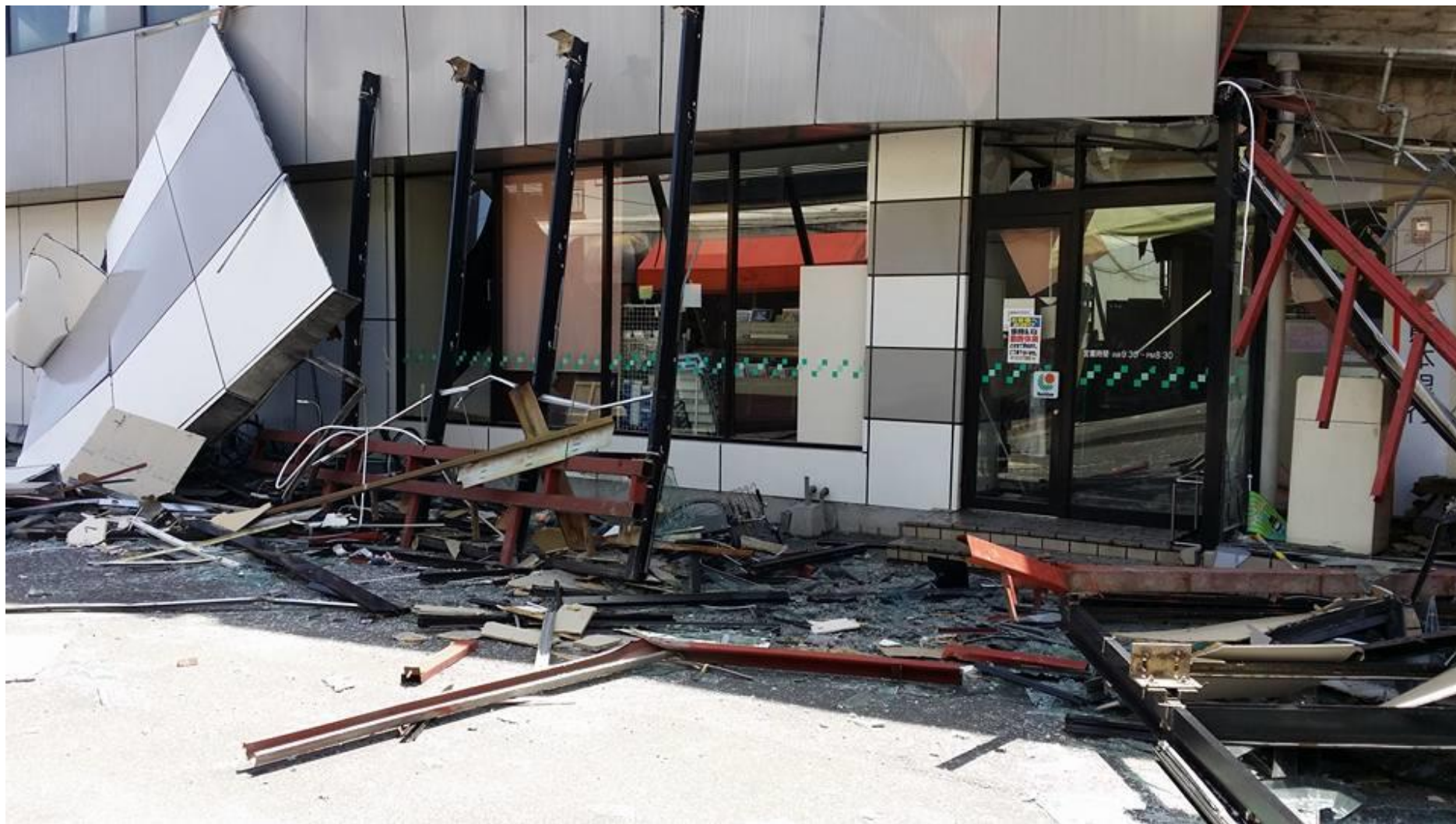
地震からいのちを守る



モノが倒れる



モノが落ちる



出典：熊本素材写真アーカイブス・キロクマ (<https://kumamoto.photo/archives/index.php?/category/263>)

モノが動く



地震による土砂災害

- 山間地の斜面崩壊
- 丘陵地・台地の造成盛土宅地の斜面崩壊

弱い地盤が地震の振動を受けて滑ることにより発生



平成30年北海道胆振東部地震の土砂災害の様子
出典：総務省消防庁ホームページ

地震による火災



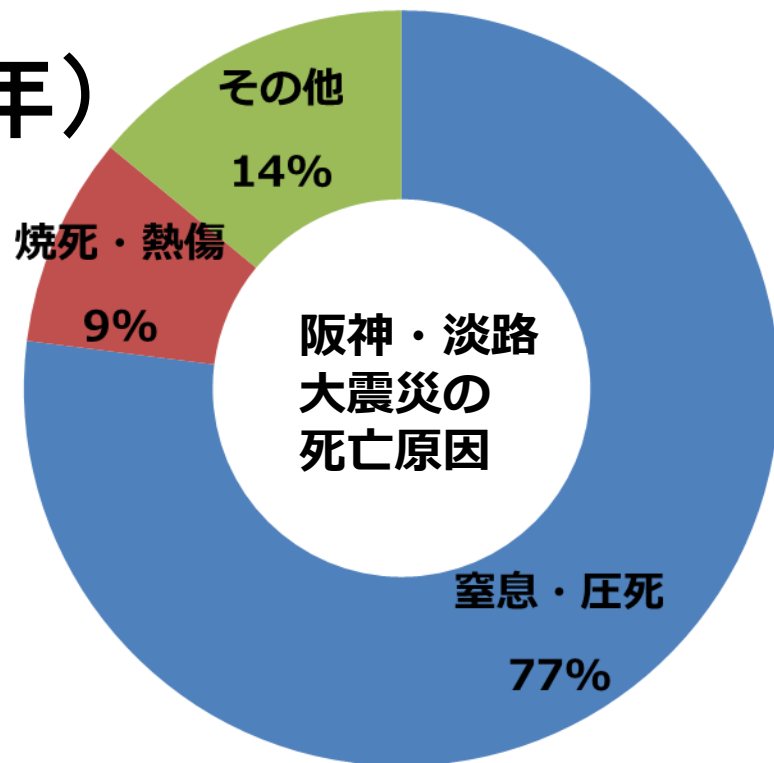
広域で同時に多発し

消火が追いつかない

地震による死亡の原因

阪神・淡路大震災（平成7年）

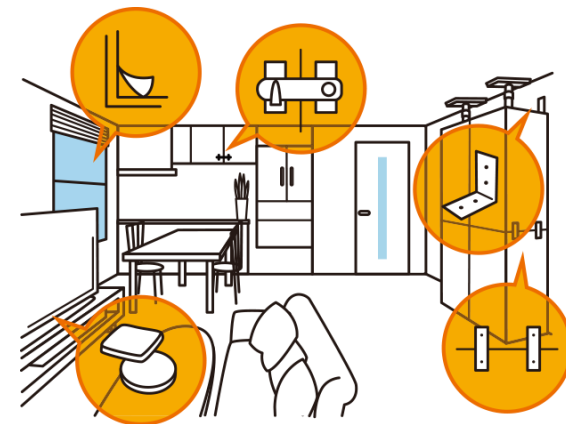
- 1 窒息・圧死
- 2 火災による焼死・熱傷
- 3 けが・外傷



いのちを守るために何が出来ますか？

被害を抑える・減らす

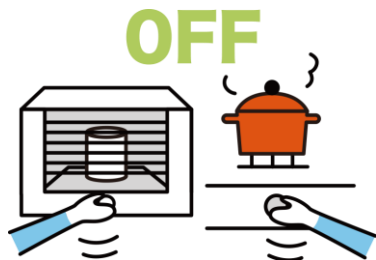
- 建物の耐震化や家具・家電の転倒防止
- ガラス飛散防止フィルムを貼る
- 高い所に重い荷物を置かない 等



**家の中が安全であれば、すばやく逃げられる
(二次災害を防ぐ)**

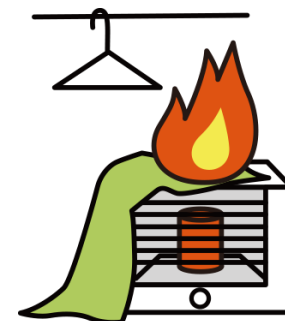
火の始末

火を消すのは揺れが収まった後

- 1 身を守る 
- 2 火の始末をする 
- 3 (万が一出火したら) 初期消火 
- 4 避難する際は、電気とガスを止める

気を付けたい火災の原因

- 落ちてきたものや倒れかかったものに暖房器具が接触して出火



- 電気復旧時に出火（通電火災）



通電火災の危険性

地震による停電から復旧した際、通電状態となった暖房器具や傷んだ配線などからの出火により発生する火災のことを通電火災といいます。阪神・淡路大震災（1995年）では、出火の原因が特定できた建物火災のうち、約6割がこの通電火災が原因といわれています。

地域の力でいのちを救う



提供：阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター

出典：消防庁「チャレンジ！防災48」

地域の力でいのちを救う



- なが たくと ざきどお つうこうにん ふく じゅうみん やく にん いっ ち きょうりよく

• 長田区戸崎通りでは、通行人を含む住民約100人が一致協力し

も あ い え な かこ ぼう か すいそう みず

て、燃え上がる家並みを囲むように 50m にわたり防火水槽の水

をバケツリレーした。

- にしのみやし じゅうみん しょ きしょうか じっし か さい けん

• 西宮市では、住民が初期消火を実施した火災は 28件あり、その

けん ふ きん しょう か き か て い しょう か き も よ

うちの4件が付近マンションの消火器や家庭の消火器を持ち寄

り、あるいは付近の河川、井戸、学校のプールなどからバケツリ

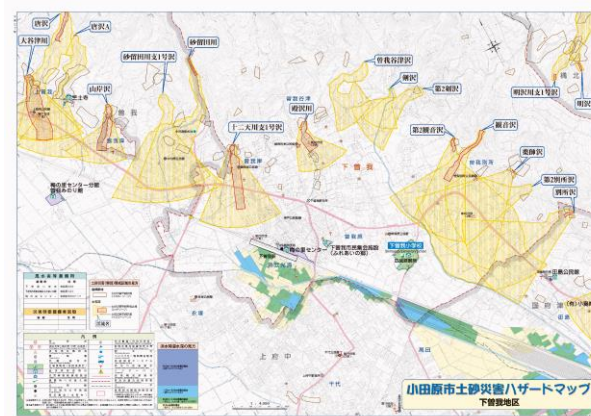
おこな しょう か せいこう

レーを行い消火に成功している。

住んでいる地域を知る

● ハザードマップ(防災マップ)を確認する

- 地域の危険性
- 避難場所・防災関連施設



● まち歩きをする

- 防災資源
- 危険箇所
- 手助けが必要な人が利用する施設



地震が発生する危険性

日本列島及び
周辺海域には
約2,000の活断層

日本では、いつ、どこでも、
地震に見舞われる可能性がある

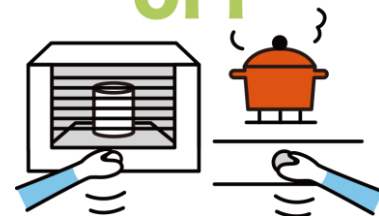
地震からいのちを守るために

1 地震発生時にとるべき行動

- まず身を守る
- 火の始末をする



OFF



2 住んでいる地域を知る

3 隣近所との日頃からの付き合い

津波からいのちを守る



東日本大震災(宮城県南三陸町)①



提供：南三陸町役場

東日本大震災(宮城県南三陸町)②



東日本大震災(宮城県南三陸町)③



津波からいのちを守るために
直ちに高い場所に避難する
絶対に戻らない



津波の特徴

① 予測を上回る場合がある

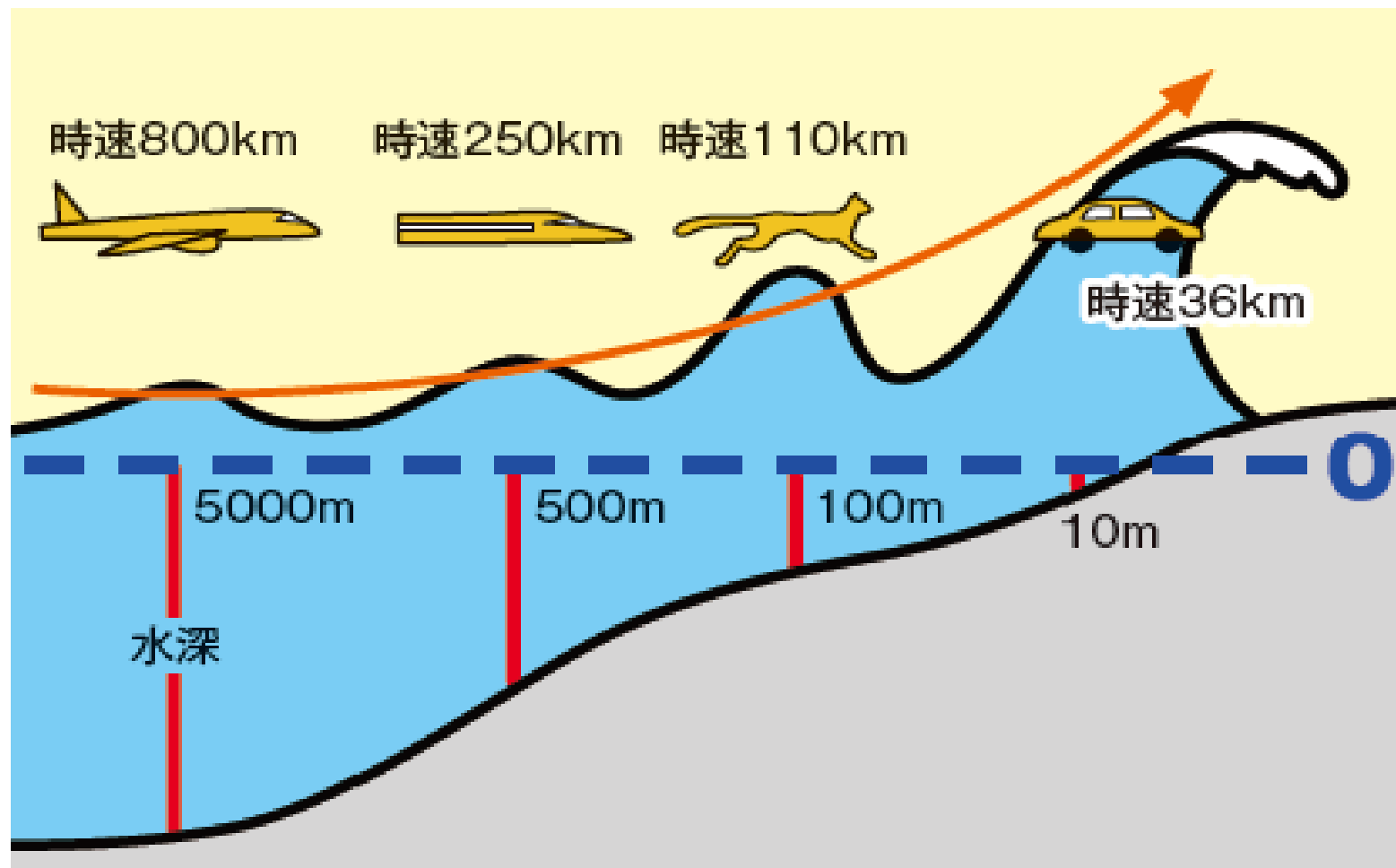
- 津波の大きさが、発生した揺れの大きさに比例するわけではない
- 地震発生後の到達時間や津波の高さ等の正確な予測は難しい

② 予測が間に合わない場合がある

- 地震発生後数分で到達する場合がある

津波の特徴

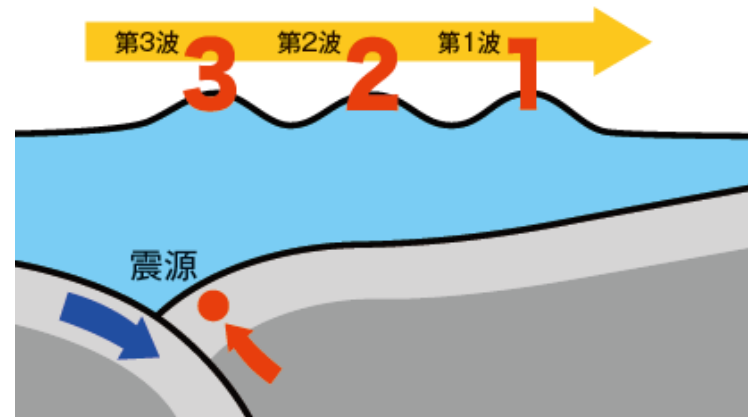
③スピードと威力がある



津波の特徴

④ 繰り返し押し寄せる

津波は繰り返し押し寄せ、
第1波が一番高いわけではない



出展: 総務省消防庁ホームページ
「津波災害への備え」を加工して作成

⑤ 引き波から始まるわけではない

- 必ずしも最初に引き波になるとは限らない
- 押し波の場合もある

このような場合はとにかく避難

- 海の近くで揺れを感じた時
- 弱くても長い揺れを感じた時
- 津波に関する注意報・警報が発表された時



避難場所を確認する

- ハザードマップを確認する

- 津波浸水域や避難場所

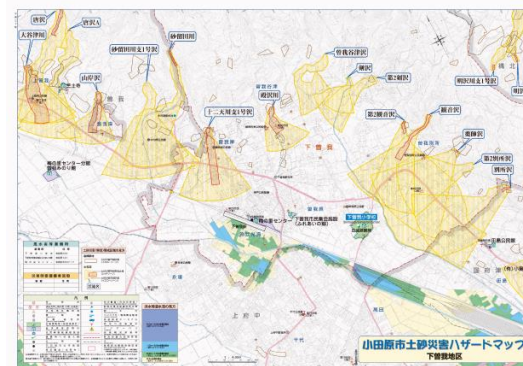
- 避難場所に行ってみる

- 避難にかかる時間や身体的負担の確認

- 避難場所の利用方法の確認

- まち歩きをする

- 津波避難の標識などの確認



津波からいのちを守るために

- 1 直ちに高い場所に避難する
- 2 声をかけながら率先して避難する
- 3 津波に関する情報を知っておく

大雨・土砂災害からいのちを守る



大雨による被害

- 洪水害
- 浸水害
- 土砂災害



がけ崩れ(斜面崩壊)



土石流



地すべり



大雨による被害



アンダーパスの危険性



大雨による土砂災害(がけ崩れ)



出典: 広島県砂防課 ～土砂災害 啓発・伝承支援制度～ 土砂災害啓発パネル(大人用)
(<http://www.sabo.pref.hiroshima.lg.jp/densyou/index.html>)

大雨による土砂災害(土石流)



出典: 広島県砂防課 ～土砂災害 啓発・伝承支援制度～ 土砂災害啓発パネル(大人用)
(<http://www.sabo.pref.hiroshima.lg.jp/densyou/index.html>)

大雨による土砂災害(地すべり)



出典: 広島県砂防課 ～土砂災害 啓発・伝承支援制度～ 土砂災害啓発パネル(大人用)
(<http://www.sabo.pref.hiroshima.lg.jp/densyou/index.html>)

平成21年中国・九州北部豪雨 (山口県宇部市住民の被災体験)

- お昼に「さあご飯を食べよう」って言っていたら、山の方でゴーンゴ
ゴーツと音がした。「なんでだろう？」と思って見たら、まさに山が
崩れてきて、土石流がダーツと押し寄せてきたそうです。
- ご主人は、奥さんと一緒に道のない裏山に逃げたというので、「な
んでそっちに逃げたんですか」と聞いたら、「家を建てた時に、何
かあったら裏山に逃げる」と夫婦で話し合っていたとのこと。
- 道端に車を置いていたが、そこは土石流の流れる方向にあった
ので、そちらに逃げていたら絶対命はなかったと思いますよ。

大雨・土砂災害からいのちを守るために 早めに安全な場所に避難する



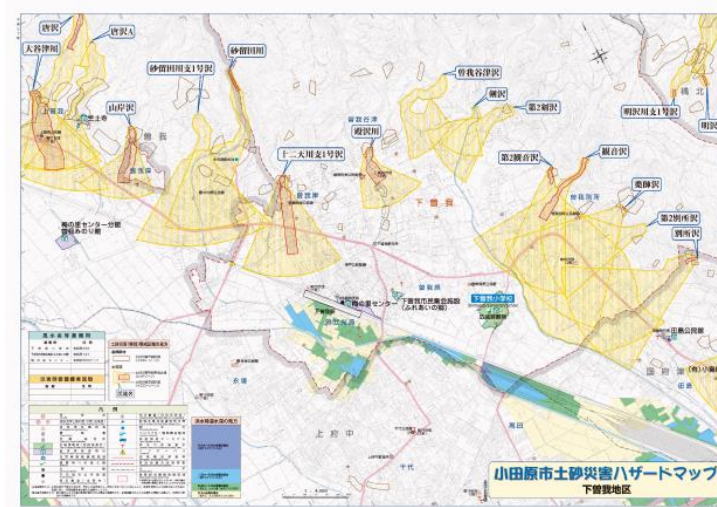
住んでいる地域を知る

- ハザードマップ(防災マップ)で確認する

- 被災想定区域

- 避難場所

- 防災関連施設



- まち歩きをする

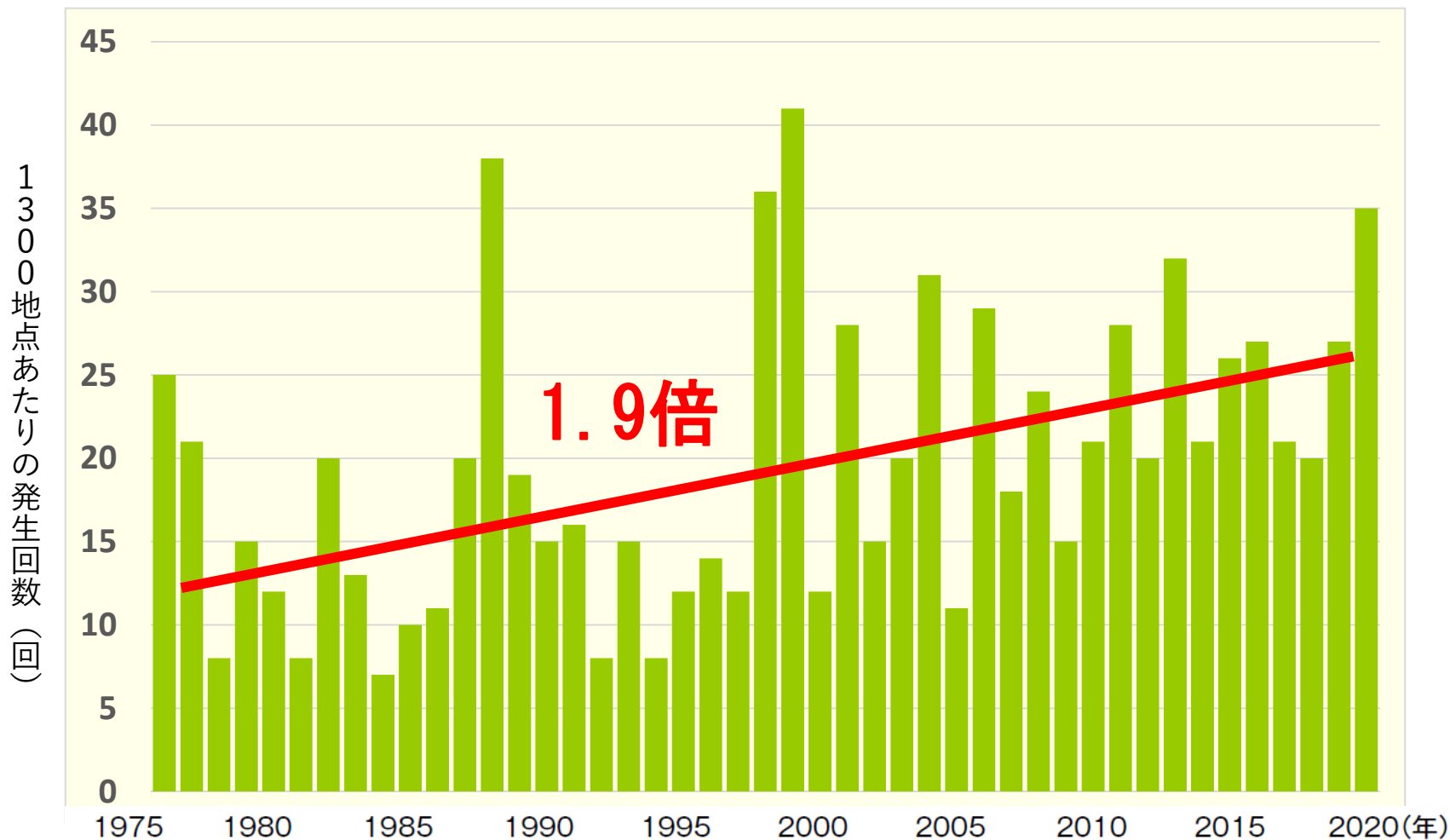
- 身近にある安全な場所



情報を理解し活用する

- 気象に関する情報
- 避難に関する情報
- 五感で感じる土砂災害の情報
(前兆現象)

1時間降水量80mm以上の年間発生回数



出典:気象庁ホームページ「大雨や猛暑など(極端現象)のこれまでの変化」を加工して作成

- ※ 棒グラフ(緑)は各年の年間発生回数を示す(全国のアメダスによる観測値を1,300地点あたりに換算した値)。
- ※ 直線(赤)は長期変化傾向(この期間の平均的な変化傾向)を示す。

大雨・土砂災害からいのちを守るために

早めに安全な場所に避難する

- 1 住んでいる地域を知る
- 2 情報を理解し、活用する
- 3 隣近所の日頃からのお付き合い

暮らしをつなぐ

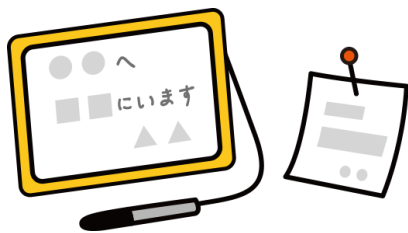


災害発生から1週間位まで

- いのちを救う活動が重要
- 安否確認が一段落
- 被害の全体像が段々と分かってくる
- 水道・電気・ガス(ライフライン)が停止
- 安全な場所での一時避難(避難所、親戚宅等)
- 被災者同士による協力

家族や知人の安否確認

電話は、発信や接続が制限される場合があります。
家族や知人等との連絡方法を予め決めておきましょう。



メッセージボード等



公衆電話



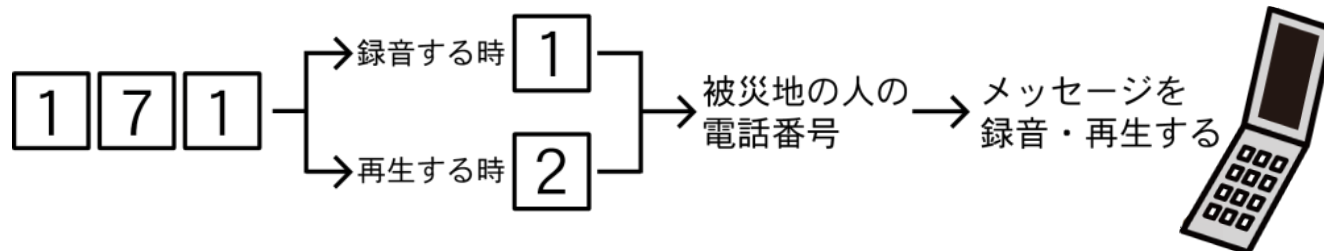
携帯電話



インターネット

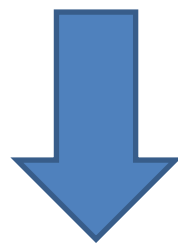
災害用ダイヤル「171」の使い方

「171」に電話をかけ、ガイダンスにしたがって必要事項を入力します。
(携帯電話などからも利用できます。)



これまでの日常とは全く異なる生活

- 住家・家財に大きな被害
- 水道・電気・ガス(ライフライン)が停止
- 不自由な避難生活



皆で協力し、助け合うことが大切

隣近所等との日頃のお付き合い

災害などの非常時に助け合うことができる共助の「核」

- 地域の炊き出し班長との使命感があったので、自宅は地震でメチャメチャだったが炊き出しを決行した。
- 道具も材料もなかったが、誰ともなく協力者が現れた。
- 1日目は避難所分の炊き出しを、2日目以降は多めに作って自宅にいる人達にも届けた。配達は集落ごとに担当してもらった。
- 防災訓練などの日頃の活動を通じ、「この人だったらこういうことができるのではないか」となんとなく把握しておいたのが良かったのかもしれない。
- 地域の人たちに譲り合いや助け合いの気持ちがあったことが一番の幸이었다。

災害時におけるリーダーの必要性

災害時は

- 発生直後から状況が様々に変化する
- 状況の変化に応じてニーズが変わる
- 時間の経過と共に、公的機関・市民団体等の支援活動が始まり、様々な調整が必要になる

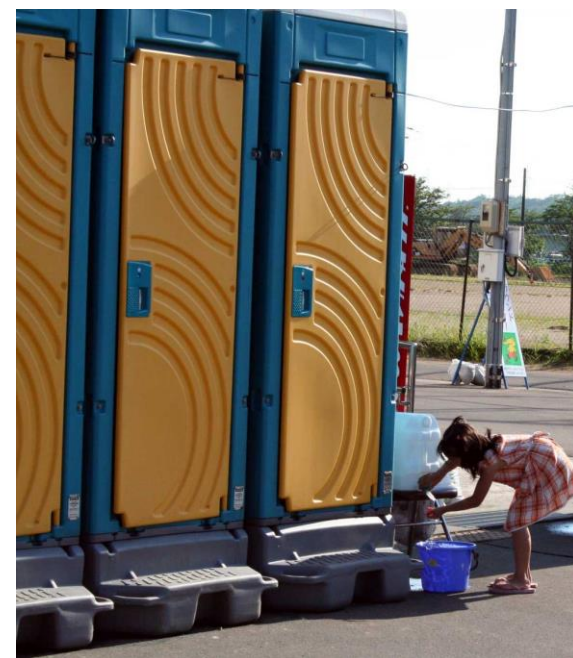
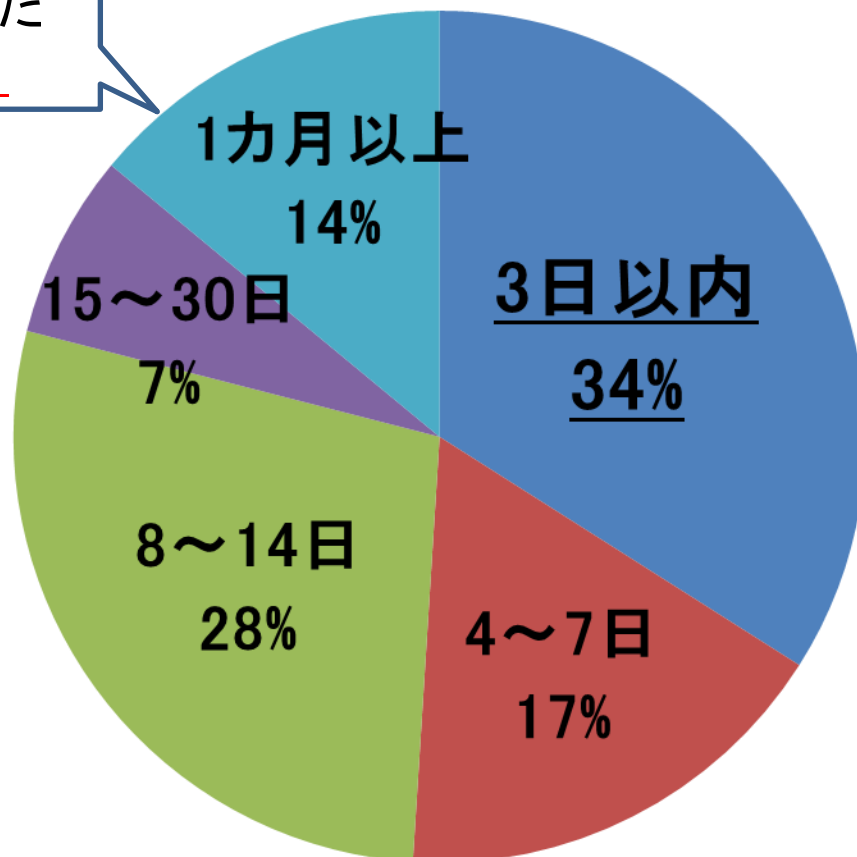
**リーダーに協力する、
あるいはリーダーになる**



無くて困ったもの

仮設トイレが被災地の避難所に行き渡るまでに要した日数
(東日本大震災)

最も日数を要した
自治体は65日



日常備蓄

ローリングストック法

食品を定期的に食べて、
食べた分を買い足し備蓄して
いく方法



数日分生活するために必要な備蓄品を準備しておきましょう

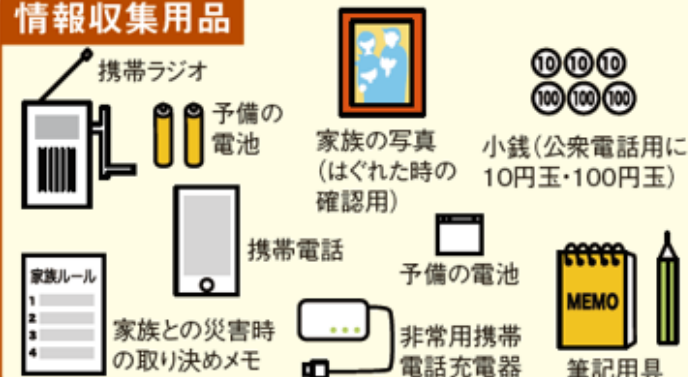
あなたが必要なものは

貴重品

※現物を持ち出せなかった場合に備えて、必要に応じてコピーを入れておく



情報収集用品



便利品など



食料など



清潔・健康のためのもの



個々の実情に応じて必要となるもの



暮らしをつなぐために

- 1 自分にしかできないことは自分で備える
 - ・ 無ければ生活に支障がでるものを準備
- 2 自分だけでは成り立たない暮らしを皆で助け合う
 - ・ 隣近所の人たちとの関係
 - ・ リーダーの役割



感染症から身を守る



感染症とは

病原体が体に侵入して、症状が出る病気のこと。

【感染経路】

接触感染



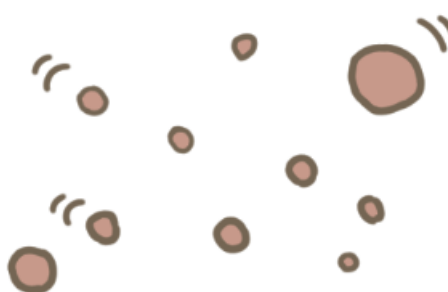
食品、物体、汚物、手指など

飛沫感染



咳やくしゃみ

空気感染



空気中に浮遊している

媒介物感染



食品、昆虫などを介する

過去に流行した・流行中の主な感染症 (コロナウイルス)

感染症名	発生時期	症状	流行地域
重症急性呼吸器症候群 (SARS)	2002年	38℃以上の発熱、悪寒、乾燥咳、頭痛など。 下痢などの消化器症状を伴う場合もある。	中国など
中東呼吸器症候群 (MERS)	2012年	急性の重篤な呼吸器症状で、発熱、せき、息切れや呼吸困難を伴い、ほとんどの割合で肺炎を起こす。	中東諸国など
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	2019年	発熱や呼吸器症状が1週間前後つづくことが多く、強いだるさ(倦怠感)がある。	世界各国

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)

【特徴】

- ・ 発熱や呼吸器症状が1週間前後持続することが多く、強いだるさ(倦怠感)や強い味覚・嗅覚障害がある。
- ・ 罹患しても約8割は軽症で経過するため、感染に気付かない場合がある。
- ・ 若年層では重症化割合が低く、65歳以上の高齢者や慢性呼吸器疾患、糖尿病、肥満などを有する者で重症化のリスクが高くなる。

【感染経路】

接触感染



飛沫感染



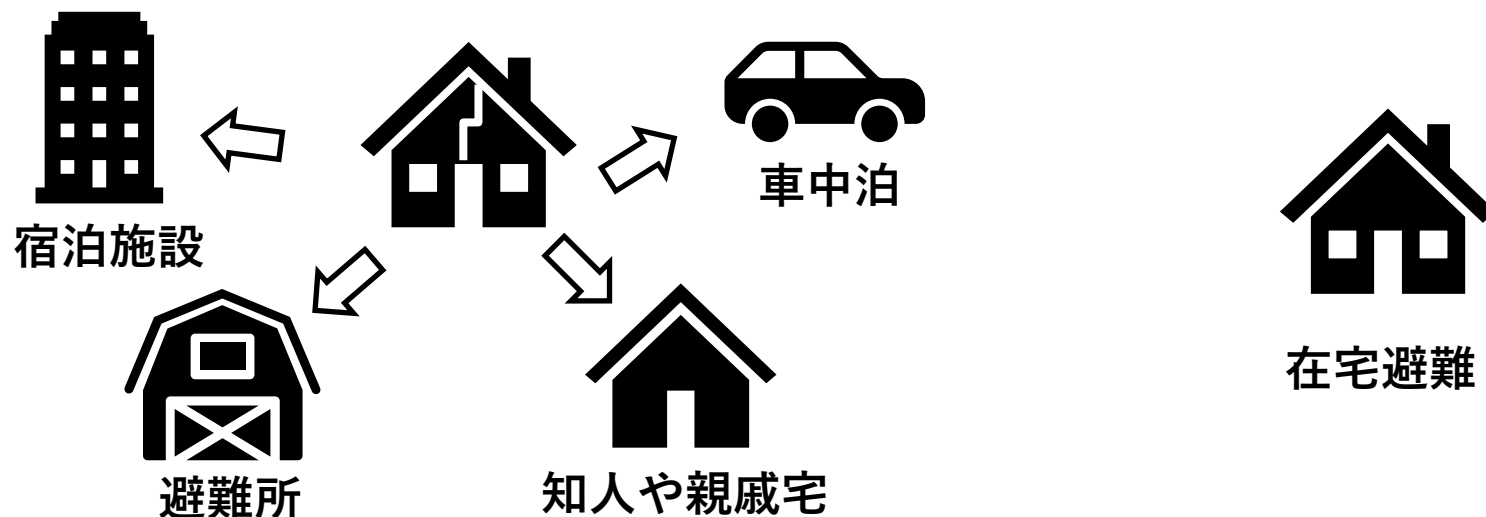
出典：新型コロナウイルス感染症対策本部
「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」

感染症流行時における避難先について

- ・ 少人数・個別空間を確保できる避難先を選ぶ
- ・ 「分散避難」を心掛ける

自宅の安全が確保されていない

自宅の安全が確保されている



危険な状況では、直ちに安全な場所に避難する

【参考写真】

平成30年7月豪雨災害



【参考写真】

令和2年7月豪雨災害



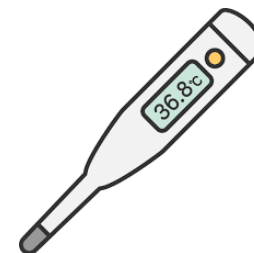
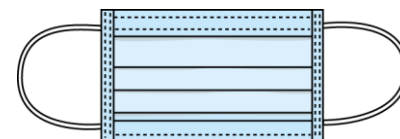
避難所で想定される感染症対策（例）

- 収容人数を制限することから、最寄りの避難所以外の場所に誘導される場合がある。
- 世帯間の距離を確保するため、パーティションなどによって、仕切られる場合がある。
- 健康状態に応じて避難スペースが分かれる場合がある。

。

避難所に持っていくもの

- マスク
- 除菌グッズ
(アルコール消毒液、除菌シート等)
- 体温計
- ビニール手袋
- スリッパ



非常持ち出し袋に入れておく

避難所生活で個人が気をつけること

1 「3密」を避ける



換気の悪い
密閉空間



手の届く範囲に多くの人がある
密集場所

お互いの距離は **2m** 以上あける



近距離での会話や発声をする
密接場面

2 手洗いアルコール消毒の徹底

手洗いの基本

①流水と石鹸で
手洗い



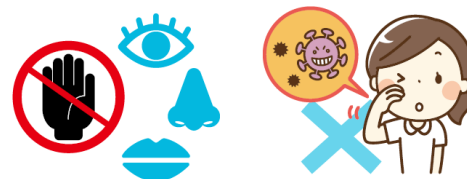
②乾燥



③アルコール消毒



3 無意識に目・鼻・口を触らない



【1～3】

出典：新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック

（認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVOAD）避難生活改善に関する専門委員会）

避難所生活で個人が気をつけること

4 マスクを着用し、咳エチケットを守る

※マスクがない場合



5 食器やタオル等を他人と共用しない

6 床付近での感染リスクも認識する

【4・5】

出典：新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック

（認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVOAD）避難生活改善に関する専門委員会）

避難所での集団生活で意識すること

- 他の避難者への配慮



- 避難所運営者に協力する

避難所運営者も被災者である

集団で生活する場合の感染症対策

- マスク着用、手指消毒の徹底
- 毎日の体温・体調確認
- ふたのあるトイレでは、ふたを閉めて流す
- ゴミは各世帯で密閉して廃棄
- 靴はビニール袋に入れて各自で保管
- 洗濯は各世帯で徹底



**フタを閉めてから
流してください**

集団で生活する場合の感染症対策

皆様へのお願い ～感染症予防のために～

トイレについて

- ◇ トイレはきれいに使いましょう。
- ◇ トイレを汚した場合には職員にお知らせください。
- ◇ 使用前後には便座を拭きましょう。



手洗いについて

- ◇ トイレのあとや食事の前には手を洗いましょう。
- 水が出ない場合には、
 - ・ アルコール消毒剤を多めに手に取り、手拭き用の紙で拭き取りましょう。



食べ物について

- ◇ 袋入りの食べ物は、手でちぎって食べたりせず、直接食べましょう。
- ◇ おにぎりを握る時は、使い捨て手袋の使用やラップに包んで作りましょう。



お願い 嘔吐・下痢・発熱などの症状のある方は
すぐに職員又は管理者等にお知らせください。

過去の災害における事例

・東日本大震災

⇒岩手県内の避難所で
数十人規模のインフルエンザ患者

・平成28年熊本地震

⇒南阿蘇村の避難所などで
ノロウイルスを含む感染性胃腸炎患者

感染症から身を守るために

- 1 避難するときには、分散避難を心がける
- 2 感染防止のために必要なモノを準備する
- 3 感染リスクを認識し、感染防止のための生活ルールを徹底する

まとめ



自助・共助・公助

自分や家族の
身は自分たち
で守る

自助

共助

近隣住民や地域の人
たちが互いに協力し、
助け合う

地域の
防災力

公助

国や都道府県、
市区町村などの
行政機関や公的
機関による対応

● 災害時(特に直後)は、
「公助」に期待できない

- ✓ 道路の寸断等で地域が孤立
- ✓ 行政等も自身が被災

災害に備えるために

「自助」の力を高める

= いのちを守り、暮らしをつなぐ備えを
実行する

「共助」の力を高める

= 人を知る

災害からいのちを守る基盤

**「災害の備え」は
これで終了です
ぜひ、皆さんで、
今一度考えて、
実行していただ
きたいと思います**



最後にアンケートにお答えください



<https://forms.office.com/r/4Gv0Ld0daJ>

本日中のご回答にご協力ください