

# みんなの経験から考える 防災減災

震災からもうすぐ一年。今もなお復旧復興は道半ばですが、みんなの被災経験や防災意識を共有することで今後の災害に備えましょう。アンケートで寄せられたコメントを受けて日本赤十字社石川県支部 防災ボランティア・リーダーの北村裕一さんに防災減災のアドバイスをいただきました。

ご協力ありがとうございました

**防災減災アンケート**  
2024年9月、インターネット・とらいあんぐるのお便り欄で実施。236名が回答（うち46名が能登地域在住）

教えてくれた人



日本赤十字社  
石川県支部ボランティア  
防災ボランティア・リーダー  
赤十字救急法指導員

**北村 裕一さん**

阪神・淡路大震災や東日本大震災など、各地の被災地で災害ボランティア活動を継続。2022年8月の南加賀を中心とした大雨災害や2024年の能登半島地震の際にも現地でもボランティア活動の傍ら、調整役も務める。

## 地震で揺れている最中や揺れがおさまった直後のあなたの「避難行動」は？

### 地震発生時の行動

- 子どもを抱きしめた
- 揺れている最中は車中では動くことはできなかった
- 冷蔵庫を押さえた
- 2階に逃げた
- 何もできなかったが子どもがとっさに玄関ドアを開け放つ行動を取っていた
- じっとしたまま動けなかった
- こたつに座っていたので、揺れがおさまるまで立ち上がることができなかった。ストーブの火を消してスマホとカバンを持って家の外に出た
- 頑丈なリビングのテーブル下に潜って揺れがおさまるのを待った

### 地震発生直後の行動

- 財布やスマホの入ったカバンだけ持って高台に徒歩で避難した
- 貴重品・お薬・上着・食料を持ってすぐに家から出た
- 玄関のドアを開けテレビ(NHK)をつけた
- 揺れがおさまるとすぐ、家族全員家の外に出た。屋根瓦など落ちてこないか確認してから、情報が入ることが大事なので車でラジオやテレビをつけた

#### 北村さんコメント

##### 頭上からの落下物に注意しながら屋外へ

玄関は比較的頑丈だと思っている方は多いと思いますが、家の耐震性によって異なります。

##### 屋外に避難できない場合は

家の中の丈夫なテーブルの下などに潜れば、家具が倒れてきても安心です。万一、閉じ込められてもテーブルなどを叩いて音を出せば助けを呼ぶことが可能です。



## 「知りたい 知識・情報」第1位 「断水時の対応・対策」

役立ったこと 備えておけばよかったこと

### 水の確保

- 長い間、水が出なかったので衛生のために除菌ウェットティッシュが役に立った
- 給水にはポリタンクだと重い。5ℓくらいの袋タイプの物が扱いやすかった
- 以前、輪島で地震が頻発していた時に揺れてからしばらく後に断水したと聞いたことを思い出してとっさにポリタンクに入るだけ水をためた。結果、給水やミネラルウォーターが配られるまでしのいだ。生活用水を汲みに行くにもポリタンクは必要
- 夏に利用していたウォーターサーバーに給水車からの水を入れた。コックをひねって手を洗い、両手が使えてとても便利だった
- 水をストックしていた。リュックにとりあえず1本ずつ持ち避難した

### お風呂 洗濯・調理

- お風呂に入れない不快感を軽減するような物ドライシャンプー・ふきとりタイプのメイク落とし・シャンプーシート・ボディシート
- コインランドリーがいっぱい洗濯ができなくて困ったがタライで手洗いできた
- 袋のまま調理も保存もできるアイラップ
- 液体歯みがきやマウスウォッシュ
- 紙皿・紙コップ・割りばし
- ラップやナイロン袋。水がなかったのでお皿に巻いたり被せたり、買い置きがあつて良かった

### トイレ

- 大きめのビニール袋を便器に設置して新聞紙を刻んで中に入れて汚物を処理した
- 簡易トイレの凝固剤がなくて、ペットシーツやオムツなどを代用した
- 不要になったバスタオルをゴミ袋に入れて、トイレに役立った
- 簡易トイレの知識を深めなくてはならないと思った
- トイレ用の水のある程度備蓄してあったので助かった
- 新聞紙を使った非常用のトイレの作り方の知識が役立った

#### 北村さんコメント

##### やはり断水時に一番困るのはトイレ

今回の地震では避難所や地域に仮設トイレが設置されましたが、メンテナンスが追いつかずすぐに使えなくなった、ということも多かったです。長期間にわたり断水することも想定した災害時のトイレ対策が必要です。詳しくは、過去の記事を参考にしてください。



断水時に水を流すのはNG!?

##### 災害時のトイレ対策

トイレの逆流被害を防ぐために、安心できるトイレが身体を守るなど掲載

とらいあんぐる 2022年1月号

