

第4回

さくらピア避難所体験



実施報告書

2012年9月29日(土)～30日(日)

第一部	防災交流会	121名
第二部	夜の防災訓練	85名
第三部	宿泊体験・非常食試食	46名
第四部	まとめと講評	42名
	計	294名

スケジュール

29日(土)

<第一部 防災交流会> 1階ロビー・体育館

- ◆ 13:00 受付で、自分が食べるハイゼックス米を袋詰めします。
- ◆ 13:30 会長あいさつ 豊橋障害者(児)団体連合協議会会長 山下徹
- ◆ 13:40 自衛隊講演「災害救助最前線」
講師：自衛隊豊橋地域事務所所長 鬼頭広正 氏
広報官 門脇正充 氏
①自衛隊について ②災害派遣のしくみ
③東日本大震災での活動状況
- ◆ 14:40 休憩
- ◆ 14:55 大災害！！その時役立つ知恵袋
講師：豊橋防災ボランティアコーディネーターの会 尾崎公枝 氏
- ◆ 15:25 一緒に学ぼう防災クイズ
- ◆ 16:00 カレーライス炊き出し体験
- ◆ 16:30 解散予定

<第二部 夜の防災訓練> 3階大会議室→桜ヶ丘公園

- ◆ 18:00 受付
- ◆ 18:30 来賓あいさつ 豊橋善意銀行常務理事 内藤公久 氏
- ◆ 18:35 防災講話 豊橋市中消防署主査 金子久夫 氏
- ◆ 18:55 避難訓練(さくらピア→桜ヶ丘公園へ)
- ◆ 19:20 消火訓練 消火器の使い方を学びます。
- ◆ 20:00 終了予定

<第三部 宿泊体験と非常食試食> 1階体育館

- ◆ 20:30 受付、宿泊表記入
- ◆ 21:00 宿泊体験
体育館に宿泊し、避難所生活を体験してみましょう。
- ◆ 22:00 消灯

30日(日)

- ◆ 7:00 健康チェック
- ◆ 7:30 非常食試食(2階図書談話室) 梅粥、味噌汁を試食します。
- ◆ 8:30 館内清掃・後片付け

<第四部 まとめと講評> 3階大会議室

- ◆ 9:00 受付
- ◆ 9:30 まとめと講評
講評者：豊橋市役所福祉部障害福祉課長 西尾康嗣 氏
豊橋市役所福祉部福祉政策課長 木村昌弘 氏
豊橋市社会福祉協議会事務局長 松井晴男 氏

参加者内訳

障 害 種 別		29日			30日	合 計
		①防 災 交流会	②夜 の 防災訓練	③宿 泊 体 験	④まとめ と講評	
障 害 者 ・ 家 族 (当 事 者)	身 体	17	14	8	8	47
	重 身	1	1	1	1	4
	内 部	0	1	1	2	4
	聴 覚	14	13	6	1	34
	視 覚	4	0	0	0	4
	精 神	3	0	0	0	3
	知 的	7	6	5	1	19
	発 達	0	1	0	0	1
	家 族	14	8	8	6	36
	小 計	60	44	29	19	152
一 般	介 助	2	0	0	0	2
	ボ ラ	15	10	7	8	40
	一 般	15	5	4	1	25
	市 議	1	2	2	1	6
	民 生	2	0	0	0	2
	社 協	2	1	0	1	4
	市職員	8	7	0	3	18
	その他	10	8	1	5	24
	さくらピア	6	8	3	4	21
	小 計	61	41	17	23	142
合 計		121	85	46	42	294

総参加者数294名、障害当事者の割合は51.7%で、ともに昨年(277名、44%)から微増となった。

障害種別に見ると、聴覚(34名)が昨年(15名)の2倍以上であったのが顕著な変化と言える。身体(47名)が最も多いこと、その他の参加比率等は昨年同様の傾向を示した。全体として、障害当事者は昨年(122名)から30名増加した。

今回はじめて避難訓練を夜に実施したため単純に比較出来ないが、第一部～第四部の全てにおいて障害当事者の参加比率が昨年から増加した。特に③宿泊体験は障害当事者29名が参加し、昨年(13名)から参加者、割合ともに大幅に増加した。また、広報やチラシを見てはじめてさくらピアを訪れた一般参加者が計25名となり、こちらも昨年(6名)から増加した。防災意識が豊障連内だけでなく、市全域の障害者や一般市民に少しずつ広がってきており、4年目の積み重ねの成果と言える。

自衛隊講演「災害救助最前線」

講師：自衛隊豊橋地域事務所所長 鬼頭広正 氏 広報官 門脇正充 氏

今回の自衛隊の講演では、普段あまり身近ではない自衛隊の活動や使命などを知ることが出来て大変良かったかと思えます。

自衛隊についての場面で「我が国、唯一の武力集団である」との言葉には、少しヒヤリとしましたが、その後の「命をかけて国家・国民、愛する家族・恋人を守る仕事」と聞き、安心しました。また、勤務地として陸上が158ヶ所、海上が33ヶ所、航空が71ヶ所、計262ヶ所と全国を網羅して国を守っていることが大変よく分かり、自衛官のコースと階級の説明も初めて知り、面白かったです。



災害派遣の仕組みの場面では、災害派遣の基準として「公共性の原則」「緊急性の原則」「非代替性の原則」の3原則があり、災害派遣時の活動内容は、偵察、情報収集・人命救助・捜索・生活支援と多岐にわたり、東日本大震災発生時は、わずか2分後の14時48分には指揮所が開設され、その14分後の15時02分には偵察、情報収集のためにF-15が離陸していたという話には驚くばかりでした。

東日本大震災での豊川駐屯地災害派遣活動についての場面では、迅速な対応や救援地の宮城県山元町での実際の活動、そして地元の人に喜ばれたことなど3月12日から5月24日まで約1,100名の隊員の皆さんが使命感を持ち、その役割をほぼ手作業で遂行されたことには本当に頭が下がる思いでした。

いつ来るかもしれない私たちの街を襲う有事に備えること、皆さんで支え合う気持ちを忘れないことを改めて思い出させてくれた講演でした。

(文責：豊障連会長 山下 徹)



「大災害！！その時役立つ知恵袋」

講師：豊橋防災ボランティアコーディネーターの会 尾崎公枝 氏

防災ボランティアの尾崎さんの防災グッズのお話は、毎回楽しみにしています。

最初に登場したのは、「おすすめの避難袋」。タオルやマスク、軍手、靴、笛、ライトなどがコンパクトにまとめられて入っていました。特に靴に関しては、「脱げないものにしてください」とのアドバイスが。私はスリッパでもいいと思っていましたが、やはり瓦礫の中を歩く時、簡単に脱げてしまうものでは役に立たないんですね。そして、笛。助けを求める時、声を長時間出し続けることは出来ないもので、笛や、子どもが持つ防犯ブザーなども役に立つということでした。



懐中電灯は、振るだけで充電出来るものを紹介されました。私も手回し充電のものは持っているのですが、これなら片手がふさがっていても充電出来るので便利です。発電機も、コンパクトで値段も安くなったものがホームセンターで取り扱われているそうです。それから、仕事先などから帰宅困難になった時のためのセットも、車の中や会社などに用意しておくという話もありました。歩きやすい靴やレジャーシート、トレーニングウエアや毛布などをひとまとめにして車や、会社に置いておくという話です。

そして毎回楽しみにしているのが手作りの防災グッズ。百均の座布団2枚で作った防災頭巾や家にある毛布で簡単に作られた防寒着。メッシュの小物入れ袋をベストの裏に縫い付けた貴重品入れ。小型のドラム缶に2枚の板をのせた簡易トイレなど、お金をかけなくても作れるアイデアグッズばかりでした。時間の関係で一部しか紹介されなかったのは残念でしたが、最後に「これはおススメです！」と紹介して下さったのは、棒状の持ち手が光る笛でした。これなら笛を吹いて助けを呼ぶだけでなく、夜も発見されやすいですね。改めて、自分の家の防災用品を見直さなければと思いました。

(文責：豊障連副会長 鈴木 佐和子)



防災なるほどクイズ 問題

Q 1 火災時における、ビニール袋の正しい使い方は？

- (1) 膨らませて防災ずきんの代わりに使う
- (2) 水を入れて火元に投げつけ、火を消す
- (3) 頭からかぶり、煙を吸わないようにする

Q 2 地震が起きた時に、最も倒れやすい家具は？

- (1) 本棚
- (2) タンス
- (3) 食器棚

Q 3 地震などの大きな災害時には電話が通じなくなります。この時、別の場所の人と連絡をとるための「災害用伝言ダイヤル」の番号は？

- (1) 1 1 7
- (2) 1 7 1
- (3) 1 7 7

Q 4 エレベーター乗車時に地震が発生した場合、最も適切な行動は？

- (1) 1階のボタンを押す
- (2) そのままじっとしている
- (3) すべての階のボタンを押す

Q 5 一般的な大きさの粉末消火器の、粉が出る時間はおおむね何秒？

- (1) 15秒
- (2) 30秒
- (3) 45秒

Q 6 あなたが外にいる時に大地震が起きた場合、一番正しい避難場所は？

- (1) コンビニエンスストア
- (2) ガソリンスタンド
- (3) 交番

Q 7 高速道路を走行中に地震にあつて脱出する場合、非常階段を使います。非常階段は何キロおきにあるのでしょうか？

- (1) 約1キロ
- (2) 約2キロ
- (3) 約3キロ

Q 8 平成7年に起きた阪神・淡路大震災において崩れた建物から助けられた人のうち、近隣住民等により助けられた人の割合はどのくらいでしょう？

- (1) 約3割
- (2) 約5割
- (3) 7割以上

Q 9 これらは全て地震災害の時に必要なものです。大きな地震が起きた時に、最も重要と思われるものはどれでしょう？

- (1) 水
- (2) 非常食
- (3) 懐中電灯
- (4) 携帯ラジオ
- (5) 多機能ナイフ
- (6) 医薬品
- (7) 財布
- (8) スリッパ
- (9) 笛
- (10) ガムテープ

Q 10 さくらピアにある消火器の数は？

- (1) 14個
- (2) 24個
- (3) 34個



答 え

A 1

(3) 頭からかぶり、火災のときの煙を吸わないようにする

空気を入れて頭からかぶると、2～3分呼吸することができます。煙を2呼吸分吸うと、意識を失い、倒れてしまいます。

A 2

(1) 本棚

奥行きが浅く、重い収納物になりがちな本棚がもっとも倒れやすくなります。阪神淡路大震災の際、インテリア学会で調査された結果からも明らかなようです。

A 3

(2) 1 7 1

「1 1 7」は時刻、「1 7 7」は天気予報です。

A 4

(3) すべての階のボタンを押す

階ボタンを全部押し、最初に止まった階で必ず降りるようにしましょう。



A 5

(1) 1 5 秒

種類や大きさによりますが、1 5 秒前後の放出時間のものが広く普及しています。

A 6

(2) ガソリンスタンド

ガソリンスタンドは意外にも、火災や地震に強い施設です。阪神淡路大震災では実際に、猛烈な火災がガソリンスタンドで焼け止まりになったという例があります。

A 7

(1) 約1キロ

路面が走行不能になったときや崩壊の危険があるときは、車を降りて非常階段や非常口から脱出します。ちなみに、トンネル内では非常脱出口が4 0 0 mごとに設置されています。

A 8

(3) 7割以上

消防や警察、自衛隊などではなく、7割以上の人が近隣住民等により助けられました。日頃からの、地域とのつながりが重要です。

A 9

(9) 笛

最悪のケース、生き埋めになることも考えられます。脱出できない場合に所在を知らせるため、笛が最も重要になります。地声を張り上げるのでは疲れてしまうでしょう。阪神淡路大震災では3万5千人の方が生き埋めとなり、自力で脱出できない状況に陥ったとされます。

A 10

(3) 3 4 個

2 0 m以内に1 個ずつ設置されています。

④まとめと講評 議事録

2012年9月30日

<本田（さくらピア事務長）>

あらためましておはようございます。皆さんけが人もなく、無事にここまでたどりつけて良かったです。今年の避難所体験も、このまとめの会で最後となりました。はじめに主催者を代表して草場からごあいさつ申し上げます。

<草場（豊障連副会長）>

さくらピアを中心として、地域の皆さんに今後とも豊障連の活動に積極的に参加していただきたく思います。よろしくお願いします。

<西尾（障害福祉課課長）>

昨日の1時半から避難所体験に参加させていただきました。防災クイズが難しかったですね。10問全部正解した方はいないのではないのでしょうか。私も全ては分かりませんでした。夜の避難訓練は初めての試みですが、無事、避難誘導が完了して良かったですね。一点注意点があります。消火器の取り扱いについてですが、最も大事な点として、「逃げ場を作ってから消火活動を行う」ということです。必ず出口を確保してください。

今回の避難所体験、皆さんにとっては非常に貴重な経験になったのではないかと思います。改めてもう一度、防災対策を見つめなおしていただくきっかけになったらと思います。ありがとうございました。

<本田>

それでは今から参加された皆さんのご意見をうかがいたいと思います。

<鈴木（育成会副会長）>

皆さんおはようございます。私は2年ぶり3回目、知的障害の娘との参加でした。娘はリュックサックをととても喜んでいました。しかしリュックに「知的障害」と書くのは少し戸惑いがあります。とはいえ「育成会」と書いても分からない方が多いと思いますので、家に帰ってからじっくり考えたいと思います。

自衛隊の方の生の声を聞かせていただけてとても貴重でした。防災グッズの紹介も知ることが多かったです。防災クイズは難しくてかなり間違えてしまいました。クイズ形式にしてもらうことにより、いかに知らないことが多いか、改めてよく分かりました。カレー炊き出しですが、ハイゼックス米が硬くて食べにくい人が多かったのではないのでしょうか。水量の実験等を事前にやっておくといいのかもしれませんが。

夜の防災訓練は、最初の放送ですぐにあたふた行動しようとし



てしまいました。訓練でもそうになってしまうのですから、本番ではなおさらだと思います。また、夜ということで非常階段が暗かったです。本番ではどうなるのか、どうにせよゆっくり下りていかなければならないと思います。日々訓練していくことで違ってくるんだと、避難所体験に毎回参加するたびに感じています。

夜の宿泊体験は、親子そろってぐっすり眠れました。荒木さんのお子さんは夜中に大きい声を2回ほど出してしまったそうで、起きてしまった方も多かったそうです。そういう子のためにも、やはり個室が必要だと思いました。クーラーの無いような状況では、私たちでも落ち着いた生活は難しくなってくるのかなと思います。朝の非常食もおいしく、娘もすっかり満足していました。

避難所体験は、まるで経験したことが無いよりは少しは役に立つと信じて、周りの方にも参加を促していきたいと思います。

<本田>

ハイゼックス米の実験は今後もしていきたいと思います。

<平田（アレルギーっ子の会）>

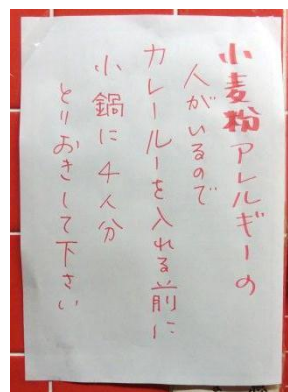
去年はほぼ一日を通して参加させていただきました。カレー炊き出しでは、アレルギーの子の配慮のために具を別にとっておいていただいたおかげで、肉じゃが風に食べることができ、とてもありがたかったです。

宿泊は家族4人で参加させていただきました。子どもはアレルギーがあり、体育館という普段と違う環境への変化や、室温等で身体がかゆくなって声をあげてしまったので、一度児童保育室に移動させていただきました。小さい子やアレルギー持ちの子はあの体育館では眠りにくいのだなあ実感しました。また、うちの子は聴覚障害もあるのですが、補聴器を取ると夜では耳も聞こえないので、そのあたりの配慮が難しいなと感じました。

朝食のお味噌汁はおいしくいただきました。里芋や大豆のアレルギーを持つ子もいるので、具材を表示する習慣が欲しいと思っています。災害の時には忘れてしまうかもしれないので、日頃の訓練の時から準備が必要だと思います。いろいろ体験でき、参加することができて良かったです。

<塩田（3才の子どもと参加）>

去年は参加中に子どもにおっぱいをあげたりしていましたが、今年はその心配はいりませんでした。しかし宿泊時には普段と違う環境が影響したのか、せき込んだりしていたので、周りの人に迷惑をかけてしまったかもしれません。こういう場合にはマスクが必要になることを実感しました。暑いので今の季節ではあまり着けたくないものですし、子どもも嫌がりましたが、自分の予防のためにもその必要があると思います。お友達もでき、いい体験になりました。



<前田（豊身協、低肺機能障害）>

私は今回で4回目の参加となりますが、毎回のように、これが2、3日続くだけでも大変なことだなあと実感しています。宿泊体験に参加された方々の意見にありましたように、子どもさんたちが声をあげてしまうということですが、実際の避難所はこの比ではないと思われまます。ですからそんなに気にしないでほしい、こんなものだと思ってほしいです。いろいろ他の人達に気を使っていたらいいとは思いますが、私たちも様々な立場の方たちについて勉強させていただきたいと思っております。



<石原（父母の会、肢体不自由児の保護者）>

車いすだと床で寝ることはできません。体育館宿泊の際には、簡易ベッドを設置してもらえれば、車いすの方も一緒に寝られると思います。今年は個室で寝ることになりましたが、それでは訓練にならないと思います。皆さんと一っしょに参加することによって、相手の気持ちも分かるようになりたいです。



<斉藤（豊橋市市議会議員）>

去年の初参加でお友達もたくさんでき、今回も参加させていただきました。現場を直接見るということはとても重要ですからね。避難所生活においては我慢を強いられる場面は多々あるでしょうが、障害を持つ方は我慢してでは済まないことがどうしても出てきてしまうと思います。経験を積んでそれらを学んでいきたいと思っております。また、障害は個別的で様々なものです。日頃から、周りの方とのコミュニケーションや、近隣者の情報を掴んでおくことがとても大事だと思っています。そうしたことは実際に災害が起きてトラブルが発生した時、フィードバックとなるものだと思います。



<本田>

福祉避難所の中身、近隣の方との運営を含めて、連携ということを考えていかなければいけないと思います。今年は市の防災訓練で福祉タクシーによる移動訓練を行いました。

<木村（福祉政策課長）>

豊橋市では9か所の福祉避難所が指定されていますが、まだまだ場所が少なく、最寄りの避難所という感じにはなっていません。それは今後の課題であり、積極的に取り組んでいこうというところです。福祉タクシーの移動訓練もそうですが、福祉避難所として、通常の避難所には無いルールを作っていかなければなりません。全国的にもまだまだ発展段階ですが、がんばっていきたいと思っています。



<加藤（豊橋防災VCの会）>

今回4回目の参加ですが、プログラムがますます充実してきています。昨日は防災グッズ紹介をさせていただき、発表者の尾崎



も喜んでいました。皆さんと一緒に勉強を続けていきたいと思
います。

<本田>

各階に置いてあるイーバックチェアも、防災V Cの方々が浜松
の防災グッズの展示会で知り、私たちに教えていただいたもので
す。今後もいろいろな提案を出していただき、会館の危機管理に
活用していきたいと思います。

<中神（父母の会会長）>

石原さんも、今年は痙攣がおきなかったということで良かった
です。今後も継続して避難訓練を行っていただきたいと思いま
す。

<本田>

重度身体障害の方は本当に大変だと思います。一緒に参加して
いただけることで、他の参加者の方にもどのような立場であるか
を知っていただける、よい機会になると思います。

<後藤（豊身協）>

豊身協の会員の防災意識が年々高まってきました。役員の前田
が日頃から口うるさく言っていることが浸透してきたのだと思
います。私は宿泊体験で、人生ではじめてダンボールで寝てみまし
た。ぐっすり眠れましたが、さくらピアの体育館は広いし冷房付
きで快適ですから、訓練としては環境が良すぎるかなと思いま
した。

<福山（手話サークル）>

避難訓練ははじめて参加させていただきました。講演を聞き、
自衛隊の方は日頃から市民のことを考えていただいていることを
実感しました。宿泊体験ですが、体育館では全然眠ることが出来
ませんでした。自分自身が慣れていくためにも何度も体験するこ
とが必要だと思いました。聴覚障害者の方で非常灯がまぶしくて
寝られないという方もいましたが、その一方で、耳が聞こえない
ので、大きな物音を立てて行動していることが自分には分からな
いという現象がおきていて、皆、中々他人のことは理解出来な
いと実感しました。朝食のお粥がおいしかったです。私の評価とし
ては全て5点満点でした。

<本田>

聴覚障害者は耳が聞こえないので、暗闇がいつそう不安にな
ります。知的障害者の子たちも不安が増幅し、パニックに陥りやす
くなります。灯りは心に安心を与えますから、そういった場合に
備えるためにも、市にランタン等を要望しています。今回の夜の
防災訓練のために、懐中電灯を危機管理課から10個貸していただ
きましたが、備品として会館に貸出用のライトやランタンを備
えたいところです。よろしくお願ひします。



<大宮（総合支援センター職員）>

今回はじめて参加させていただきました。避難所に行ったこともなかったので戸惑うことが多かったです。実際の避難生活では知り合いもない状況でしょうから、余計に不安になるのだと思います。今回参加して、恥ずかしいことではありますが、自分が知らないことが多すぎるということを改めて実感しました。



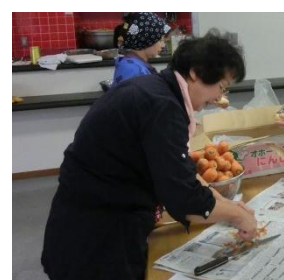
<小久保（豊身協）>

私は消火器のことでお話しさせていただきたいです。怖いので、まだ私の家には消火器を取り付けていません。そもそも火災はどこで発生するか分からないものですし、消火器は重たく、私の力では簡単に持ち運びすることが出来ません。取っ手が付いているような消火器があったらいいのかなと思います。



<木下（ボランティア）>

野菜切りボランティアに参加させていただきました。切った野菜を別の鍋に取り分けておくことに関しては、最初は不思議に思いましたが、アレルギー持ちの子への配慮ということで納得しました。カレーは、フォーク付のスプーンの方が、食べやすい人もいるかなと思いました。



<菊池（豊身連）>

現職時代に避難訓練自体はたくさん参加していますが、さくらピアの避難所体験にははじめて参加しました。いつ、どういう時に災害が起こるか分かりません。また、人は自分の身が可愛いものですから、簡単に配慮というわけにもいかないでしょう。実際に被災した場合、助かるには運不運の要素も大きいとは思われますが、避難訓練の数を重ねていくことが重要だと思います。



<松井（社会福祉協議会事務局長）>

内容も第一回に比べると充実してきて、現実的になってきているなと感じています。皆さんのお話を聞いて思い出したことがあります。3・11の大地震の後、災害ボランティア派遣運営のために社協の職員が被災地に行っていましたが、職員が寝ている横の部屋の天井が落ちたそうです。また、支援者と被災者とのあいだに、はじめは対立的な空気があったという報告もありました。そんな状態でしたから、被災当初の一週間程度は相当ひどい状況だったと思われれます。しかしそれも、時間とともに生活や支援に少しずつ工夫がされていくことによって、感情も平穏化されてきたということです。

障害には個別性がある。私も分かってないし、皆さんもまだ十分には把握しきれていないと思います。障害当事者である皆さんから声を出していただくことによって、出来る出来ないの前に、絶えず工夫をすることが重要であることを改めて感じています。よく言われることですが、体験して、気づき、そして備えるとい



うことを、どんな場面でも肝に銘じておかなければならないのだと思います。

介護サービスの研修で感銘を受けた言葉があります。「訓練以上のことは出来ない。被災する前に訓練をしなければならない」「備蓄品は、発災したときにはそこにあるものしかない。それをどう使うか」。そういった体制は、今回のような避難所体験が充実してくるに従って整っていくのだと思います。今後とも皆さんと共に工夫していきたいと思います。よろしくお願いします。

<西尾>

豊橋市には160か所の指定避難所があり、実際の災害時には市の職員が管理運営していくことになりますが、障害の特性を知らない者が市の職員でも数多くいます。避難所を運営していく身なら知っておく必要があることです。昨日お配りした資料は、避難所に従事する職員が、個人個人の障害やその特性を理解しやすくするためにも重要な物です。たとえば避難所を移転する場合にも、また一から説明する必要もなく、効率的な引き継ぎが出来ることになります。

<前田>

社協さんの20年度マニュアルの中に、障害者や児童、高齢者に対する扱い方や注意点が載っています。社協さんが管轄になる福祉センターではそうしたマニュアルを参照することになると思いますが、市が作成するものも食い違いがないように連携する必要があります。また、避難者名簿は社協さんのマニュアルにもあると思いますが、社会的弱者を対象としているのですから、健常者を対象としているものよりも備考欄を充実させる必要があると思います。

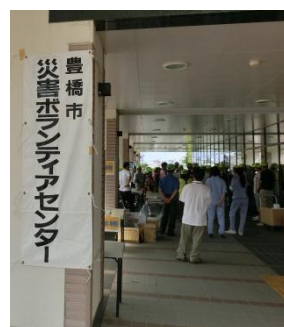
<松井>

そのあたりはこの1、2年の間でいろいろな案が出て、現在はその整合性をとっていくところです。また、個別支援マニュアルはあくまでも個別性を重視していくという方針から、もう少し詳しいものになっていくはずです。

<山下（豊障連会長）>

みなさん、お疲れ様でした。避難所体験がはじまって最初に、「知っていることを互いに教えあいましょう」と言いました。私からひとつ言っておきます。携帯電話を持っている方は多いと思いますが、昨日の夜の避難時のような暗闇ではライト代わりになります。そんなことも覚えておいてもらえれば、とっさの時に役立つかもしれません。

防災体制は万全になるにはまだまだ時間がかかると思います。しかし今回参加していただいた皆さんはいろいろ体験したので、隣の家の人より助かる確率が高くなったと思います。本当にお疲れ様でした。



「災害救助最前線」 自衛隊講演

- ・今まで知らなかった自衛隊の活動について知ることが多かった。
- ・後ろの席で聞いていたが、マイクの声が籠ってよく聞き取れなかった。
- ・手話通訳者がついていたので良かった。
- ・自衛隊の方の生の声を聞くことが出来たのが良かったです。
- ・初めて拝聴し、初めて聞くことが多かったです。テレビや新聞ではご遺体の捜索や発見時の様子、収容について詳しく報道されていないように思います。部分的ではありますが知ることができ、大変良かったです。
- ・あらためて自衛隊の組織力等が日本にどれだけ大切か、良く分かりました。もう少し世の中に障害の人達の特性を知っていただくことが出来たら…。
- ・とても感動しました。

防災グッズ紹介

- ・テレビや新聞などで見聞きはするが、実際に行事に参加したり、防災グッズなどに触れることはなかったの、参加出来て良かった。
- ・グッズ紹介は目からウロコでした。
- ・防災グッズ紹介も新しい物や便利なものを知ることが出来て良かったです。
- ・尾崎さんの防災グッズは何度も見ても新しい発見があります。
- ・自分が備えている防災グッズではまだ足りないことが分かった。



防災クイズ

- ・問題を出しながら答えるようにしていたのが良かった。
- ・感心した。
- ・意外と知らないことが多かった。防災クイズは意外と難しくて間違えた問題が多く、知らないことがまだまだあると感じました。
- ・クイズは意外と知らないことがあって、面白くためになりました。
- ・楽しく知識を頭に入れることが出来ました。
- ・もっと時間が欲しいと思いました。



- ・大変おいしくいただきました。良かったです。(多数の方から)
- ・ご飯は硬かったが、カレーはおいしかった。
- ・1回目よりずっと良くなった。
- ・ご飯の量がちょっと多めだった。
- ・アレルギー対応で、ルーを入れる前に取り出してくださりとっても良かったです。
- ・カレーは嫌いな人や食べられない人がいるので、ルー無しの煮物があって良かった。
- ・離乳食にもなると思った。

カレー炊出し体験



②夜の防災訓練

暗いのは怖かった

非常口→



- ・体験したことの無い防災などの話を聞かせてもらって良かった。消火器を久しぶりに使用し、昔使った時のことを思い出した。
- ・避難時の非常階段が狭く、実際に夜に避難する状況になった時は、よほど気をつけないと危険だなと感じました。
- ・はじめてで緊張しました。
- ・避難訓練では、電気を消したり、パトランプ点灯など、仮想的に展開してもらい、参加する方もまじめに取り組みました。消火器は初体験でした。
- ・非常階段を使うことが出来て、いい体験になった。
- ・防災講話の時間が短かった。非常口と階段にフットライト等があるといい。
- ・消火訓練の説明時、参加者にかがむようには言えないなら、台を用意しておくとか目立つようにしたらどうか。
- ・講話の時間が短く、理解に苦しんだ。避難の際は、階段を明るくする工夫をしてほしい。
- ・防災講話では、実際に地震のあった時の生々しい映像に改めて恐ろしさを思い知らされました。夜の避難訓練は、思っていた以上に階段が暗く、今回は懐中電灯を持っていたので良かったですが、何も無かったらかなり怖いだろうと思いました。
- ・市役所の危機管理課の方の防災講話とは違った視点でお話を伺うことができ、こちらは大変勉強になりました。もう少し時間をとっていただき、続きを聞きたかったです。避難では、階段がやはり一番ポイントだったと思います。実際の地震の場合、パニックになってしまわないよう、何回か体験するのは大事だと思いました。
- ・すぐに忘れてしまう災害の悲惨さを改めて思い出しました。
- ・はじめて夜に避難階段を下りて、怖かった。

③宿泊体験・非常食試食



- ・今年の宿泊は、トレーニング室のベッドを使わせてもらい、大変良かったです。
- ・73才にてダンボールの上で寝た。宿泊については何らも問題はなかった。来年は廊下で体験してみたい。
- ・夜10時に寝るといのは普段あまり無いので、すぐには寝付けなかったが、そのうちぐっすり眠ってしまったらしく、気付いたら朝の6時だった。知的障害の娘と一緒に参加したが、娘も良く眠れたと言っていた。朝ごはんのお粥が熱く中々食べられなかったが、冬に食べられたらとてもありがたいと思った。お味噌汁もおいしくて、朝からしっかり食べられた。
- ・子連れの方の参加もあり、避難所の「乳幼児版」を考えていたので、良い機会をいただきました。体育館は広いのでスペースは十分で、寝具等も多彩だった。私はマットを体験しましたが快適でした。声掛けがあっただけうれしかった。「体調は？」と聞かれて「ことば」の力を思いました。
- ・梅粥と味噌汁のあったかいことが会話を弾ませ、食後も情報交換をしました。コミュニケーション能力の高い方々に囲まれてラッキーでした。

眠れた人

やっぱり 眠れなかった人



- ・避難所での宿泊は周りのことが気になり大変だなと、改めて思いました。さくらピアの非常食の味噌汁はいつもどおりおいしかったです。
- ・夜は少し暑くて、よく眠れませんでした。味噌汁がおいしかったです。
- ・机上で考えることと、実際にやってみることに、大きな隔りがあると感じました。特に避難所生活は、ちょっとした気配りで過ごしやすさが違うと思いますので、経験しておくことが、本番（無いにこしたことはないですが）に生きてくると思います。
- ・今回が初参加でしたが、この体験は被災者の立場になった時に何らかの役に立つと思います。こういう簡単な訓練でも経験があるのと無いのでは大違いだと思います。
- ・室内温度は良かったです。でも本当の災害時にはそんなこと言っていられないと思います。夜中に子供の泣き声で寝られませんでした、これも災害時には発生することだと思い、楽しめました（笑）
- ・夜中に子ども？の泣き声が聞こえてきて、眠れなかった。
- ・いい体験をした。もしこれが本当にあった場合のことと考えると実際には耐えられるかどうか。
- ・体育館はゆとりのある広さだったが、寝られなかった。非常灯や泣き声、人の動く音など、長期になったらと思うと本当に大変なことだと実感した。アルファ米はご飯よりお粥のほうが、温まって良かった。
- ・避難所体験で一番体験したかったのが、宿泊体験でした。寝袋があれば、かなり気持ち的にも落ち着くことが出来るんだなあ、というのが実感でした。覆われている＝守られている、につながるからでしょうか。福祉避難所となった場合、私には何が出来るんだろうかと考えさせられる経験でした。手話ができる方の存在の大きさも実感しました。・寝る時、背中が痛かった。
- ・いつもながら、腰が痛くなりました。たかが一晩で、これが何か月も続くと思うと、避難生活の困難さをつくづく感じました。自分もいびきをかきますが、やはり人のいびきや子供の声は響くので、期限も希望の無い中では、感情的になることは仕方がないかな。障害のあるわが子は大きな声を出すので、やはり特別な部屋（個室）が欲しいと思いました。
- ・朝の味噌汁がとてもおいしかったです。本当の災害時は、味噌汁の内容を書きだしてくれると嬉しいです。（アレルギーの中には、大豆、里芋などもアレルギーの子もいて、表示してあると親が判断できます）災害時には、バタバタしていて書き忘れることもあると思うので、やはり日頃の訓練から書いて表示することに慣れておくといいと思います。



- ・娘が夜中に咳をすると申し訳ない気持ちになった。まだまだ暑いのでマスクをする人もいない。自分の予防のためにも体育館の中では、マスクが必要だと思った。

<アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。>

考 察

<準備>

事前にボランティアを募り、午前中のテント組立てや、カレーライスの野菜切り等を手伝ってもらった。さくらピアの行事ボランティアとして初参加の方が多かったが、仕事内容を明確して募集したため、高齢の方にも「野菜切りだけなら出来る」と積極的に参加し、かつ楽しんでもらった。募集の段階で作業内容を明確にしておくことは、避難所体験の実施や福祉避難所を運営していくに当たり、市民を巻き込んでいくために効果的であることを実感した。



①防災交流会

<受付>

米と水をハイゼックス袋に入れ、非常食を作る作業を参加者各自で体験してもらった。袋と冊子に番号を記入して混同を避け、湯煎後の受け渡しをスムーズに行えるようにした。非常食は、玄関前テント内の大鍋で一括湯煎した。玄関前の大鍋は視覚障害者にとって危険なので、受付・案内について誘導方法等を事前に確認しておく必要があった。市作成の避難者名簿の様式は記入方法が分かりにくいとの声が多かった。

<自衛隊講演「災害救助最前線」>

昨年度3・11セレモニーでの保健師さんの講演会では、自衛隊設置のお風呂の入浴時間を、障害者と一般で別々に設けるように交渉したと聞いた。それがきっかけとなって今回の講演を依頼したが、自衛隊地域事務所の方も初めて来館されたそうで、日頃交流の無い方とのつながりが出来て良かった。





<大災害！！その時役立つ智慧袋>

必須の防災グッズを中心に、新発売や開発中のもの、また手作り品など、実物を見せながらの説明なので分かりやすかった。

<一緒に学ぼう防災クイズ>

身近な問題を集めたので、積極的に参加しやすく楽しめるものとなった。出題者はピアカウンセラーの方が務めたが、声が聞き取りやすく、会場への問いかけも上手で盛り上がった。



<カレーライス試食>

ごはんが固く、ほぐしにくかったとの声があったので次回は改善したい。配膳は大きな混乱なく行き渡った。スプーンの形状は、先が割れているものが良いのではないかとの声もあった。タッパやスプーンを各自で持参してもらうほうが良いかもしれない。また、火元の番をするボランティアを前もって決めておくべきだった。

②夜の防災訓練

<避難訓練>

訓練地震放送は「慌てて行動しないで、指示に従ってください」と言ったが、すぐに立って動くという方が多かった。また、指示する者を決めていなかったのも問題だった。普段からの会館利用団体の方々にも協力していただき、有事に指示・行動することができる体制作りを整える必要がある。

夜の非常階段は暗くて怖かったという意見が多かった。階段にセンサーライトをつけたらどうかという提案もあった。無事全員が避難出来たので良かったが、部屋の電気を消した時には悲鳴やどよめきがあがり、停電は予想以上に人の心に不安をもたらすことが分かった。





③宿泊体験・非常食試食

<受付>

カレーライス試食が4時だったので、夜食を準備した。名簿で各自を確認した後、就寝場所を決めた。重度身体障害者の方はトレーニング室のベッドを利用した。看護師も、非常時の呼び出しをスムーズにするために同室にした。体育館のマット等の使用は高齢者から順に配布した。

消灯点呼時に知的障害の男性が館内におらず、公園でボランティアと一緒に休憩していたのを職員が発見した。今回は大事には至らなかったが、人の出入りには対策が必要なことが分かった。



<出張理容室>

障害者も助ける立場になれることを実践してもらうため、会館利用者である理容店経営の聴覚障害者2名を招いて体育館に理容コーナーを開いた。福祉避難所で障害者が安心して暮らせることに加えて、障害者自身が主体的に活動できる環境作りを考えたい。



<30日朝の非常食試食>

起床後、数名から「ラジオ体操はやらないの？」という声が聞かれ、早起きをして散歩する方もいた。朝食の準備はできるだけ参加者に協力してもらった。今回は味噌汁とアルファ米の梅粥だったが、共に好評だった。ハイゼックス米は固めに仕上がることが多く、朝食としては重い、梅粥の方が適しているかもしれない。



④まとめと講評

今回は夜の話合いを設けなかったため、なるべく多くの方に意見を聞いた。宿泊体験には多くの初参加の方や、多種多様な障害者の参加があったため、それぞれ異なる意見や指摘が聞けた。

課題と今後に向けて

★障害者防災の話題づくり

昨年度避難所体験で配布した防災カードは、その後も福祉施設などからの配布要望があり、作成した1000冊はすべて出回った。防災カードには毎月の来館時にシールを貼る欄を設けており、失語症のグループの方が1年間シールを貼り続けてくれた。

避難場所、非常持ち出し品等を各自であらためて考え直すきっかけ作りのために「ハートリュック」を制作した。名前や校区、障害種別等を記入することによって簡単に自己紹介できるようになっている。障害名を書くには躊躇する方もいると思われるが、その点は各自の判断に任せたい。

また、今年度は初めて9月1日の旭校区防災訓練に豊障連が参加し、福祉避難所としての受入れ訓練として受付のみを行った。受付後を含めた動き方については、市と協働して充実を図っていく必要がある。



★避難訓練

今回は参加者を一か所に集め、事前にグループ分けを行って一斉に避難したが、次回は通常活動中での発災を想定し、利用者がそれぞれの部屋に居る状態から訓練を実施したい。避難移動の際に利用団体ごとに主体的に行動してもらうことによって、有事における実践的な、効率的かつ迅速な行動につながることを期待したい。

★避難所運営の具体策

第一次・第二次避難所には避難所運営マニュアルがあり、組織作りや基本生活ルールが決められている。さくらピアは病院でも施設でもないため、生活設備や職員数等、種々の点で不安案件が多い。部屋やトイレがバリアフリーだからといって、それだけで福祉避難所が機能するとは考えてはならない。ハード面でバリアフリーの施設も、それに甘んじることなくソフト面での防災力について具体的に検証し対策を整えていかなければ、大震災の教訓が活かされないままになってしまう。

★施設管理の充実への効果

夜の防災訓練を実施し、非常階段の暗がりの危険性を認識した。非常階段の足元にはセンサーライト等を設置できれば安全になる。また、災害準備物品として、各部屋へのランタンの配備や、貸出用懐中電灯、簡易ベッド、救助用工具一式の備蓄などが求められる。

★おわりに

豊障連事務局がさくらピア内にあるため、有事の際は福祉避難所運営だけでなく、障害者支援団体の情報収集基地となることが予想される。その点についても対策を準備し、連絡体制を整理する必要がある。

万一に備えて避難所体験

障害者と家族、
福祉関係者ら

豊橋の「さくらピア」で

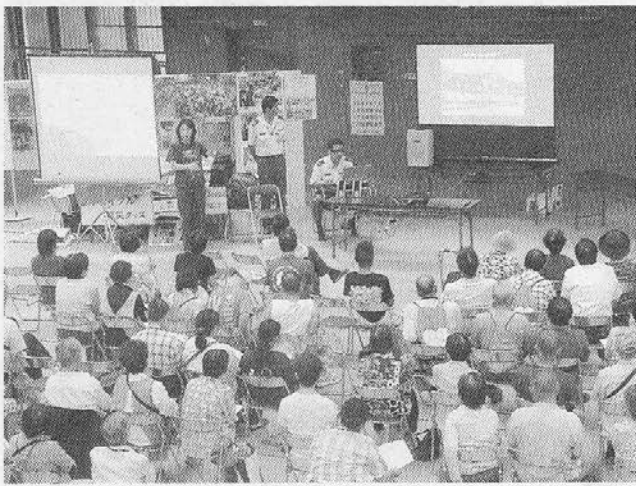
豊橋市障害者福祉会館「さくらピア」で29日、障害者と家族、地元福祉関係者、住民を対象にした1泊2日の避難所体験が始まった。豊橋障害者(児)団体連合協議会主催。30日まで。

障害者および高齢者の災害時の指定避難所である同館で避難生活を仮想体験してもらい、防災意識の啓発を促す。約90人が参加した。

骨董と遊空間
稀彩洞
古い物買取します
0532・56・0153
豊橋市瓜郷町

初日は、自衛隊豊橋地域事務所所長の鬼頭広正氏と同広報官の門脇正充氏が、東日本大震災震災における活動状況などについて講話。「いざという時のために万全の準備を」と呼びかけた。

また、今年初の試みとして夜間の避難訓練も行った。停電時を再現、地下非常口を通って同館前の桜ヶ丘公園まで避難した。障害者の災害時の避難について、西尾康嗣(千葉敬也)市障害福祉課長は「逃げ遅れなど防ぐには危機意識を持つことが必要になる。各地域の自主防災会やボランティア、近隣住民の協力や連携が必要になる。日頃から近所同士でコミュニケーションをとって」と話



講話を聞く参加者ら＝豊橋市障害者福祉会館さくらピアで

<配布物・提供物>

- ①防災交流会 …冊子、ハートリュック、飲料水、カレーライス
- ②夜の防災訓練…冊子、ハートリュック、ハンカチ
- ③宿泊体験 …冊子、ハートリュック、夜食、飲料水、梅粥、味噌汁、新聞記事、速報写真
- ④まとめと講評…冊子、ハートリュック

<展示物>

- ・防災月間関連新聞記事・救急医療情報キッド・自衛隊活動写真・防災グッズ・ハートリュックの使い方
- ・豊橋市内避難所一覧表・障害者防災関連冊子

<借用物品>

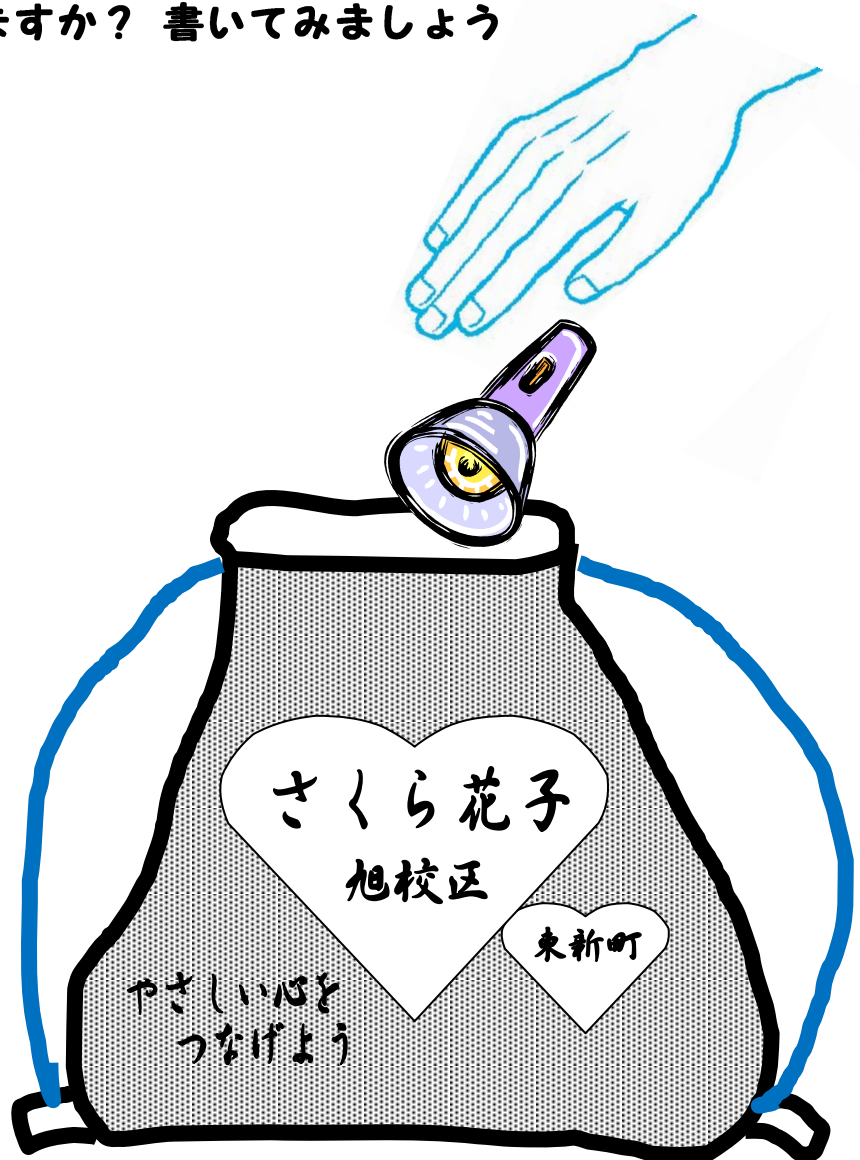
- ・炊き出し用大鍋、懐中電灯(防災危機管理課)・包丁、まな板、ザル、ボウル(八町福祉センター)

さくらピアハートリュック

昨年のお話し合いで「外から見ただけでは障害が分からない」「SOSのサインがうまく出せない人がいる」「同じ地域の人分からない」などの意見がでました。ご家庭で非常持ち出し袋を準備している方は多いと思いますが、2つめとして、グループや障害名や町名校区名などを分かりやすくアピールするためにハートリュックを作りました。障害名などを書きにくい場合は地域や名前を書くだけでも、そこに共通の話題が生まれ地域の絆を結ぶことができるかもしれません。ピンクのリュックを見て、さくらピアの避難所体験を通してどこかでつながっている人だなと、連帯感が生まれてくれると嬉しいです。障害や個性の違いによってリュックの中身も様々だと思います。

あなたは 何を入れますか？ 書いてみましょう

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____



制作：さくらピア