

体験しよう 備えよう 障害者の防災を考える集い

# さくらピア 避難所体験 2023

## 食育防災を 考えよう！



2023年6月は、豊橋市でも集中豪雨による災害が起きました。

避難所はもとより、災害ボランティアセンターが開設されたのも記憶に新しいところですが、年々、昔とは雨の降り方が違うのを実感しますね。避難に対する考え方もだいぶ変わってきました。私たちが今できることは何か、備えはどうすればいいのかをみんなで一緒に考えてみましょう。

2023年9月30日(土)午前10時～12時

さくらピア 3階 大会議室

# 《 スケジュール 》

2023

▼09:30 受付開始 (@3階 大会議室)

▼10:00 **開会**

主催者あいさつ 豊障連会長 山下 徹

▼10:05 ①クイズで学ぶ減災対策

講師：食育防災アドバイザー 本田 栄子 さん

▼10:45 質疑応答

▼10:50 休憩・準備

▼11:00 ②ローリングストックお試し体験

▼11:35 質疑応答・アンケート記入

▼11:40 避難訓練

大会議室から桜ヶ丘公園へ避難し、初期消火訓練を行います。

▼11:50 閉会・解散



# さくらピア防災タイム2023まとめ

各グループの活動時間に実施

2023年9月1日（金）～14日（木）

午前11時30分・午後2時45分・午後8時の1日3回

## ●避難経路は、グループごとで確認

### 実施報告書より

参加団体 **72**グループ

合計 **650**名（障害者 292名・その他 358名）

年に1度だが、防災の意識を皆で持つことができた。部屋のドアが開かなくなったらどうしたらいいか話し合う。



ハザードマップに二次元バーコードを付けてほしい。



避難経路を確認できた。訓練することは必要。ローリングストックを知りませんでした。



今日はついていたが、非常口を出たところの電気が消えていて、暗かったら足元が不安だなと思った。

**7**回目の防災タイム。まだまだ初めての人もいて経験してただけでした。やったことがある人でも発見がありました。

夜の活動なので、避難経路から駐車場へ出るのに暗くて怖い。スマホで照らすなど皆で協力。

非常口の戸が重いので、出るのに少し時間がかかった。



外の非常階段を使って訓練しました。スムーズに歩けるコースではないので、2回目ですがやってよかった。

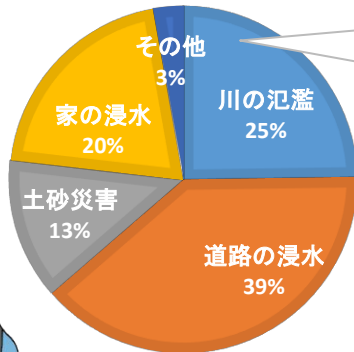
はじめての参加。非常扉をあけて行き止まりで戸惑った。一次避難所と外へ出る避難経路の違いを知らなかった。わかる工夫を考えてほしい。

# 2023年度 さくらピア避難所体験 事前アンケート まとめ

9月1日から2週間、650人の皆さんにご協力いただきました。



## ●大雨が降った時に心配な事(複数回答)

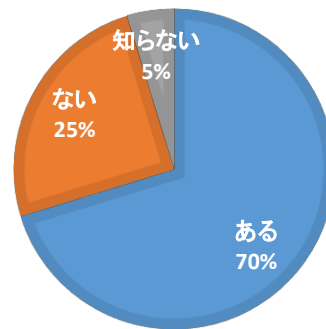
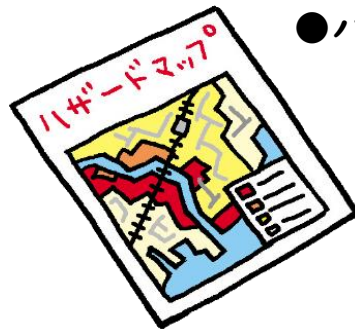


### その他 内訳

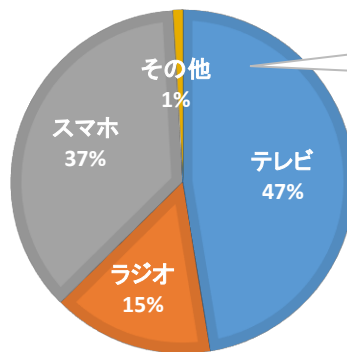
移動ができない  
海にゴミが流れる  
雨漏り、車の浸水、食料  
津波、停電、命の危機  
屋根、帰宅困難  
電気システムのトラブル



## ●ハザードマップを見たことが



## ●災害情報を何で見るか



### その他 内訳

見てない  
防災ラジオ  
市のホームページ



## ●「豊橋ほっとメール」に登録していますか？

- ・している 31%
- ・していない 69%

## ●災害に備えて食料を準備していますか？

- ・している 69%
- ・していない 31%

## ●「ローリングストック」を知っていますか？

- ・知っている 43%
- ・知らない 57%



# 食の備蓄ワーク

家に何があるかな



～長期保存食品・レトルト・缶詰～

～常温で保存できる食材～

～お菓子やお酒～

～冷蔵庫・冷凍庫の食材～

# <クイズで学ぶ減災対策>

Q. 次のマークの意味は何でしょう？ 下から選んで書きましょう



① ( )

② ( )



③ ( )

④ ( )

⑤ ( )



⑥ ( )

⑦ ( )

⑧ ( )

ひなんじょ  
・避難所

いちじ こういき ひなんじょ  
・一時(広域)避難所

むせんまい  
・無洗米

ほ くにまい  
・穂の国米

つなみたかしおひなん  
・津波高潮避難ビル

つなみたかしおひなんばしよ  
・津波高潮避難場所

しやくしよ  
・市役所

ひじょうぐち つうろゆうどうとう  
・非常口(通路誘導灯)

ひじょうぐち ひなんぐちゆうどうとう  
・非常口(避難口誘導灯)

しょうぼうしよ  
・消防署

ふくしひなん  
・福祉避難コーナー

さくらピアのこうざ「どなたでも」マーク



## 家庭の備蓄 ローリングストックについて

非常食=特別な食事という意味ではありません

### ★普段から 食べて備えることが大切

いつもと違うものを食べると…

- ・味が濃く感じる
- ・飽きてしまう
- ・食べづらい
- ・体が受け付けない
- ・食事への満足感をえられない

備える量はどのくらい？

- ・非常食は一人( )分
- ・水は 一人一日( )ℓ  
( )ℓの内訳  
( )ℓ 飲食用  
( 1 )ℓ 生活用

### ★リュックに入れる食べ物を 選ぶとき 考える事は？

①( )もの      ②( )もの      ③( )もの

- ・軽い
- ・頑丈な
- ・長期保存できる
- ・好きな
- ・個包装の
- ・栄養がある



のコツ

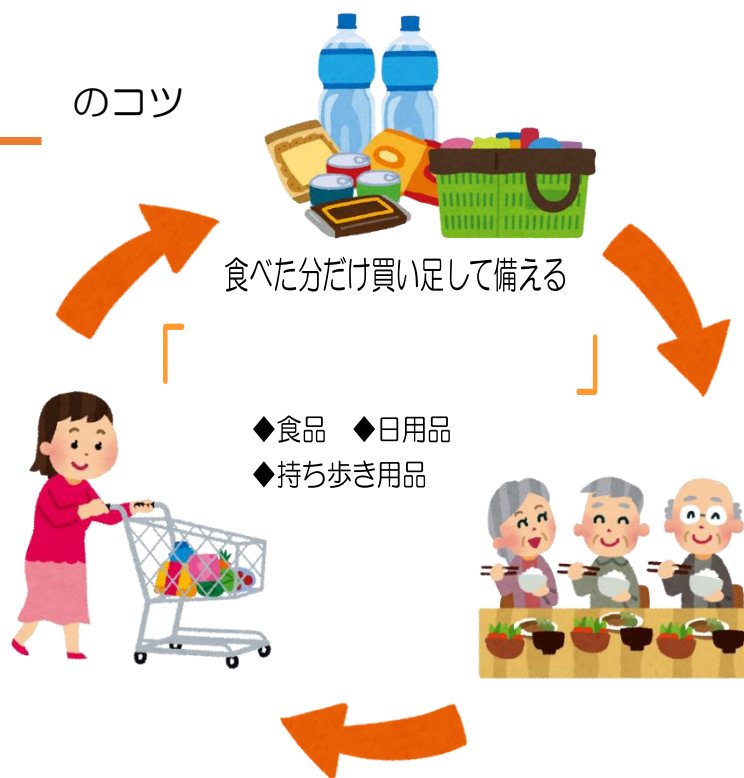
「食べなれたものを 備えましょう」

#### 消費期限

この年月日まで  
( )に食べられる期限


#### 賞味期限

品質が変わらずに  
( )食べられる期限



# さくらピア避難所体験のあゆみ 2009～2023

## 体育館で1泊2日

2009	東海豪雨被災体験 ① 「こどもはダウン症、母は耳が聞こえない」 地震体験車 防災設備確認ラリー	プライベート間仕切り組み立て実演 防災グッズ紹介・豊橋市の避難所状況 障害者の防災を考えるグループワーク	
2010	② 「阪神・淡路大震災、その時知的障害者は…」 地震体験車	防災紙芝居「おそろしい台風」 手作り防災グッズ紹介	
2011	③ 応急手当講習「三角巾の使い方」 はしご車 <b>東日本大震災</b>	そのとき 私たちは どう動くのか JDF(日本障害フォーラム)の活動からみえてきたもの 南三陸町視察報告	
2012	④ 「災害救助最前線」自衛隊講演 防災なるほどクイズ <b>九州北部豪雨</b> カレー炊き出し体験	防災講話 夜の避難訓練	報告集『体験しよう備えよう 避難所体験の取組』発行
2013	⑤ 「逃げ遅れる人々」映画上映 パッククッキング 煙体験ハウス・地震体験車	ちょっと拝見みんなの非常持ち出し袋 夜の避難訓練	第18回防災まちづくり大賞 総務大臣賞
2014	⑥ 「地域防災と障害者」消防団講演 車いすダンスSHOW&逃げましょう 煙体験ハウス	防災ラジオドラマ作成 平成26年度防災ラジオドラマコンテスト 最優秀賞	平成26年度防災功労賞 内閣総理大臣賞
2015	⑦ 防災ラジオドラマに書ききれなかった思い 防災手話体験 <b>関東・東北豪雨</b>	防災レクリエーション 防災じゃんけん・新聞紙でスリッパ	
2016	⑧ 講演 あのときのこと 「気仙沼避難所運営38日間の生活」 <b>熊本地震</b>	講演 これからのこと 「こども・障害者・高齢者の命を守る備え」 あそ防災 じゃんけん・釣りゲーム 防活ひろば・避難所GO!	親子防災① 防災頭巾 防災手話 防災タイム①

マンガ『障害者が避難所に来たら』発行

## 災害ボランティアと合同訓練

2017	⑨ ① 伝えて～避難・報告訓練 さくらピアからあいトピアへ <b>九州北部豪雨</b>	② 地域で～ 避難所開設レイアウト実習	③ つながって 防活ミーティング 地域ごとで話し合い	親子防災② 防災頭巾 視覚障害者体験 防災タイム②
2018	⑩ ① ハートを伝える 避難・報告訓練 <b>大阪府北部地震 北海道胆振東部地震</b>	② 備えを学ぶ 講演「災害時に役立つ薬の話」 <b>西日本豪雨</b>	豊橋でも 台風24号の影響で 大停電が…	親子防災③ 防災折り紙 知的障害者とは 防災タイム③

## みんなで協力する地域づくり

2019	⑪ 防災運動会 ①非常食配達ゲーム ②大声コンテスト ③防災釣りゲーム ④わっしょいラリー	活動紹介タイム 防災グッズ紹介(豊橋防災VCの会) 避難所絵カード・防災手話(豊橋手話ネットワーク) 防災企画のヒント(さくらピア)	親子防災④ ペットボトルランタン ポッチャ体験 防災タイム④
------	---	---	---

## 新しい避難様式

2020	⑫ ①災害時の地域助け合いを進めよう ②避難所のトイレ事情 <b>新型コロナウイルス感染症</b>		親子防災⑤ 発達障害とは ポッチャ体験 防災タイム⑤
2021	※「3.11を忘れない集い」で実施 ①今すぐ防災! 災害まったなし! ②応急手当ワンポイントレッスン <b>新型コロナウイルス感染症</b>	※感染拡大防止のため、 避難所体験・防災タイムは 中止	親子防災⑥ 防災手話 指文字缶バッジ作り
2022	⑬ ①川について考えよう ②災害にも役立つソロキャンプの知恵 <b>新型コロナウイルス感染症</b>		親子防災⑦ 親子で防災対策 盲導犬の役割 防災タイム⑥
2023	⑭ 食育防災を考えよう <b>台風2号による 6月豪雨</b>		親子防災⑧ 車いす生活の話 防災ゲーム 防災タイム⑦