

ひなん生活

みんなで共同生活をするときに気をつけること

写真を見て考えよう

下の写真を見て、ひなん所での生活はいつもの生活となにがちがうか、なにに気が付いたらよいか考えてみましょう。



このほかにも、写真のなかには気が付いたほうがよいところがたくさんあるね。きみはどんなことに気づいたかな？

みんなが気持ちよく生活できるように

ひなん所では、多くの人たちと共同生活をするようになります。生活環境が変わると精神的に余裕がなくなり、自分のことで精いっぱいになってしまいがちです。

しかし、みんなが気持ちよくひなん所で生活ができるように、各ひなん所で決められたルールやマナーを最低限は守り、思いやりや助けあいの心をもって生活することを心がけましょう。

自分のことは自分でやる

整理整頓

かぎられた空間をなるべく広く、快適に使えるように、自分の使った毛布をたたんだり、居住スペースのそうじをしたりしましょう。



持ち物の管理

自分のものは自分で責任をもって管理しましょう。また、みんなで使うものは使い終わったら、もとの場所にもどすのがマナーです。



ひなん所の1日

ひなん所での集団生活は起床時間や消灯時間などが決められていることもある。平成28年熊本地震のときに熊本大学黒髪ひなん所では、次のようなスケジュールを提示していた。

07:00	起床
08:30	そうじ
10:00	ラジオ体操①
11:30	食事の配給①
16:00	ラジオ体操②
16:30	そうじ
18:00	食事の配給②
22:00	消灯

人にめいわくをかけない

共有スペースはきれいに使う

共有スペースは、使う人が気持ちよく使えるようにルールをきちんと守ってきれいに使いましょう。基本的には、その場所を使った人や作業を担当した人たちでそうじやごみ捨てをします。



まわりを気づかって生活する

なれないひなん生活で、被災者はみんなストレスがたまっています。夜間の会話やラジオなどの音もれ、暗い場所でのスマートフォンの光もれなどは、ほかの被災者とのトラブルになりやすいので気をつけましょう。



防犯に気をつける

ひなん所は、生活環境や年代がことなる人びとが集まり、男性も女性も同じ空間で共に過ごさなければなりません。ひなんするとき現金や貴重品を持ってくる人が多く、仕切りや照明などの防犯につながる設備がざられたひなん所は、犯罪者にとってねらいやすい場所です。

盗難や置き引き、スリ、女性や子どもをねらった痴漢やいたずらなどの犯罪から身を守るために、ひなん所では防犯意識をよりいっそう高めて行動することを心がけましょう。

人気のないところ

だれもないところにひとりで行くのは危険です。どうしても行く必要があるときは、信頼できるおとなの人といっしょに行動しましょう。トイレが居住スペースから離れた場所にある場合もだれかといっしょに行くようにしましょう。



気をつけたほうがよいシチュエーション

! 夜間

暗くなったら、ひとりで外に出るのはやめましょう。ひなん所の居住スペースでは荷物を1か所にまとめ、見張れる人がだれもない状況をつくらないようにしましょう。寝るときは、貴重品を身につけて寝ると安心です。



! 着替えのとき

ひなん所に着替え専用の場所が用意されているときは、必ずそこで着替えましょう。ただし、周囲にだれもないと、着替えをのぞかれる危険があります。その場合は、バスタオルなどの大きい布をかぶって着替えると安全です。



被災者の声を読んで考えよう



ひなん所で盗難事件が確認された

大学生男性 / 平成28年熊本地震

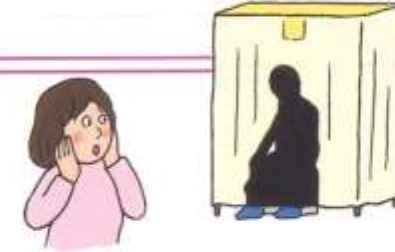
ひなん所において、知り合いがひなんしているかもしれないと探すふりをして侵入し、寝ている被災者の財布などが盗まれる事件が確認されていました。当時はSNSなどで情報が拡散されていました。

被災者の声をとおして、自分になにができるか、自分ならばどんな行動をとるかを考えてみましょう。

仮設トイレの囲いが透けていた

自治会役員 / 東日本大震災

仮設トイレでは「トイレ内の電気をつけると、トイレの囲いの素材が布張りのため、外から透けて見えてしまう」と相談されました。応急処置ですが透けないビニールシートでおおいました。



ひなん所や仮設の施設は、防犯環境を万全にするのは難しいと思う。

だからこそ、ふだんから自分の身は自分で守る意識を高めておくことが大事だね。



生きぬく知恵

ひなんするときは必ずかぎを閉めよう

ひなんするために家を空けるときは、あわてず、家の戸や窓のかぎを必ず閉めて火の元を確認してからひなんしましょう。

空き巣を防いだり、もし家で火災が起こったときに火をまわりに広がりにくくするなど、二次災害をさけることにつながります。



困っている人がいたら 助けあおう

できる範囲で お手伝いしよう

災害が起こったとき、自力でひなんすることが難しかったり、ひなん生活をおくるうえでさまざまな援助が必要となる人たちを「災害時要配慮者」といいます。このような人

ちは、被災後の不便な環境で困ったことや、健康面で気になることがあっても言いだせず、大きな不安をかかえているかもしれません。

もしものときにみんなで協力しあってひなん生活をのりきれるように、それぞれの立場に立って、「もしも自分だったらどんなことを手伝ってもらえたら助かるか」を考えてみましょう。

とくに助けを必要とする人

高齢者



足腰が悪くて、ひなん所までひとりで行けない……。

おなかのなかの子の健康が心配。急に体調が悪くなったらどうしよう……。

妊娠している人



めんえきや体温調節が不安定だから、体調をくずさないか心配。



小さな子ども

日本で初めて災害にあいました。日本語が十分に理解できないので、どうしたらよいかわからない……。

外国人



障がいのある人

災害で地面の状態が悪く、いつも以上に車いすで移動できない場所が多いな……。



被災者の声から学ぶ

命を守る ヒント

持病をもっている、障がいがあるなど、それぞれの事情でひなん生活やひなんすること自体がスムーズにいかない場合もあると思います。「もしも」にそなえて、どんな手助けが必要なのか、具体的に考えておきましょう。

使用食品がわからず 食べられなかった

外国人大学生女性／平成28年熊本地震



炊きだしのカレーはおいしそうでしたが、なかになにが入っているのかわからなかったため、宗教上の理由から食べることができませんでした。そのあいだはパンやお菓子、米などしか食べられなかったため、イスラム教徒用のハラール食品が支援されるまでは食べるものに苦労しました。

友だちの助けをかりて 1階へ

男性／平成30年台風第21号



台風の影響で停電となり、エアマットが使えず、夜間のヘルパーもおらず、自宅での生活をあきらめてひなんすることを決めました。エレベーターが使用できず、2階から下りるのに人手がいるため、急きょ連絡したにもかかわらず、昔からの友だちがかけつけてくれ、電動車いすを5人で1階まで下ろしてくれました。

ヒント 外国人にもわかるように案内する

日本人とはことなる習慣で生活をしている外国人にとって、ひなん生活は不安だけです。外国人にも必要な情報が伝わり、安心して生活できるように配慮することが大切です。

ヒント エレベーターが使えないと 困る人もいる

高齢者や障がいのある人など、エレベーターが使えなくなると外に出ることが困難になる人がいます。もしもエレベーターの近くで困っている人がいたら、なにが手伝えるか聞いてみましょう。

防災チャレンジ

関連教科

国語 英語 図工

やさしい日本語で ポスターをつくらう

ひなん生活中は、「配給」や「給水」といった言葉がよく使われますが、外国人のなかには、「配給」や「給水」という言葉を初めて聞き、意味がわからない人もいるかもしれません。

難しい言葉をかたんな表現に置きかえて、だれにでもわかるポスターをつくってみましょう。

「給水」という言葉を使えるだけかたんな表現に置きかえる



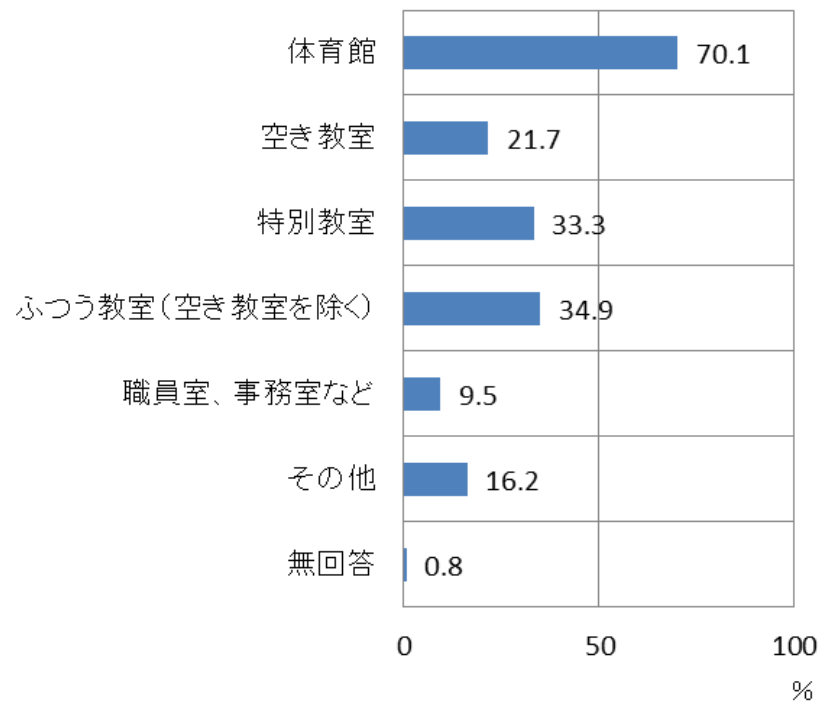
イラストや写真があるとわかりやすい
言葉は英語に訳すとよい
とくに伝えたい

資料 2

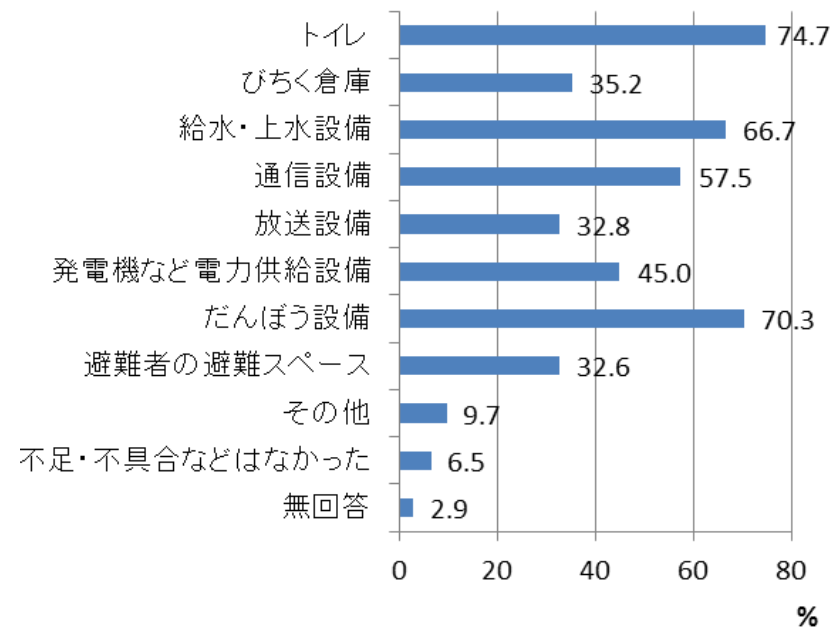
避難所となった学校施設の利用と課題 (Web)

福島県、宮城県（仙台市立除く）の避難所として利用された学校 525 校を対象におこなわれた、避難所となったことによる課題についての調査結果（平成 24 年 文部科学省）

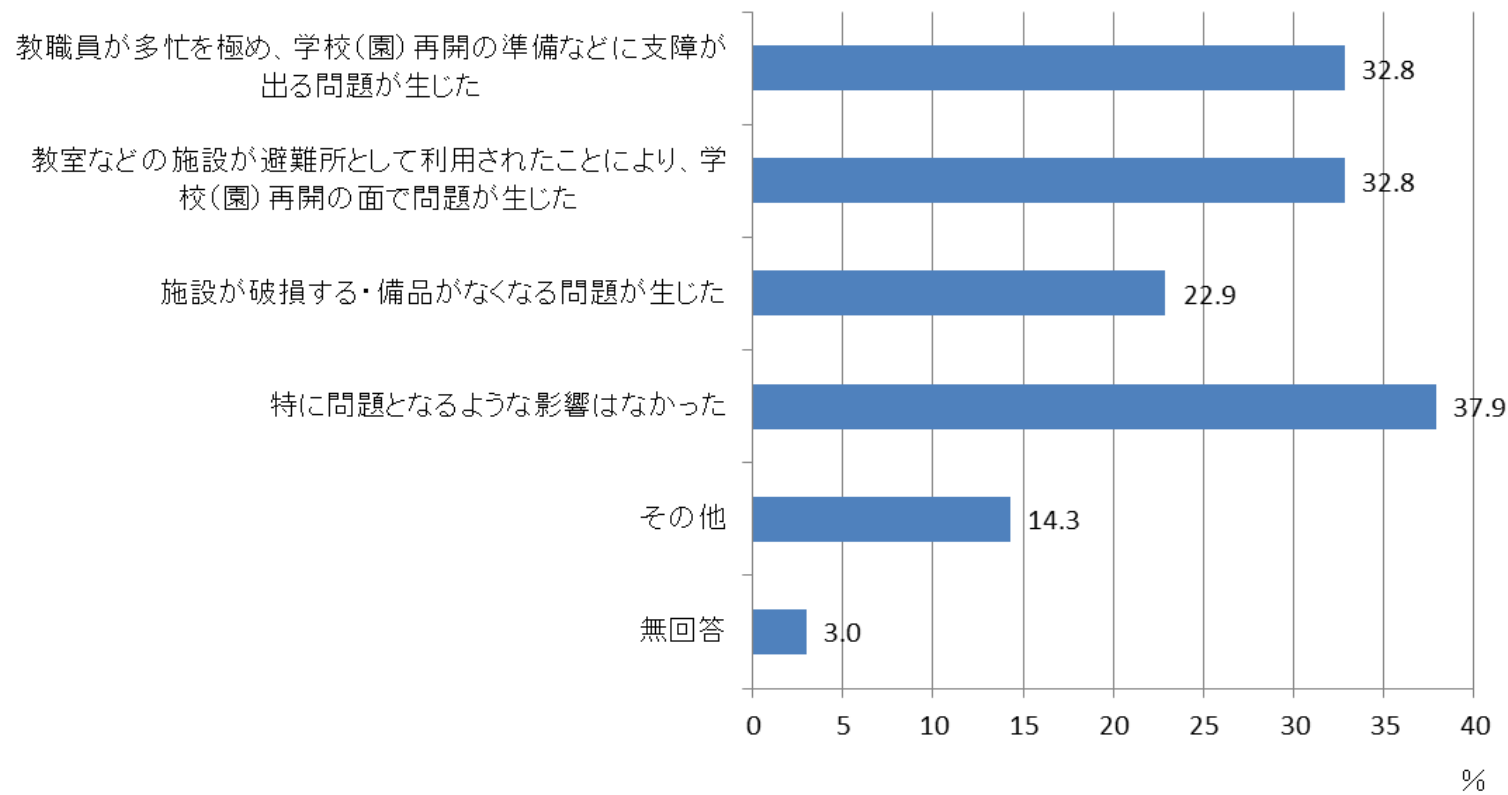
○避難所として利用された施設



○避難所で問題となった施設・設備



○学校が避難所として利用されたことによる課題



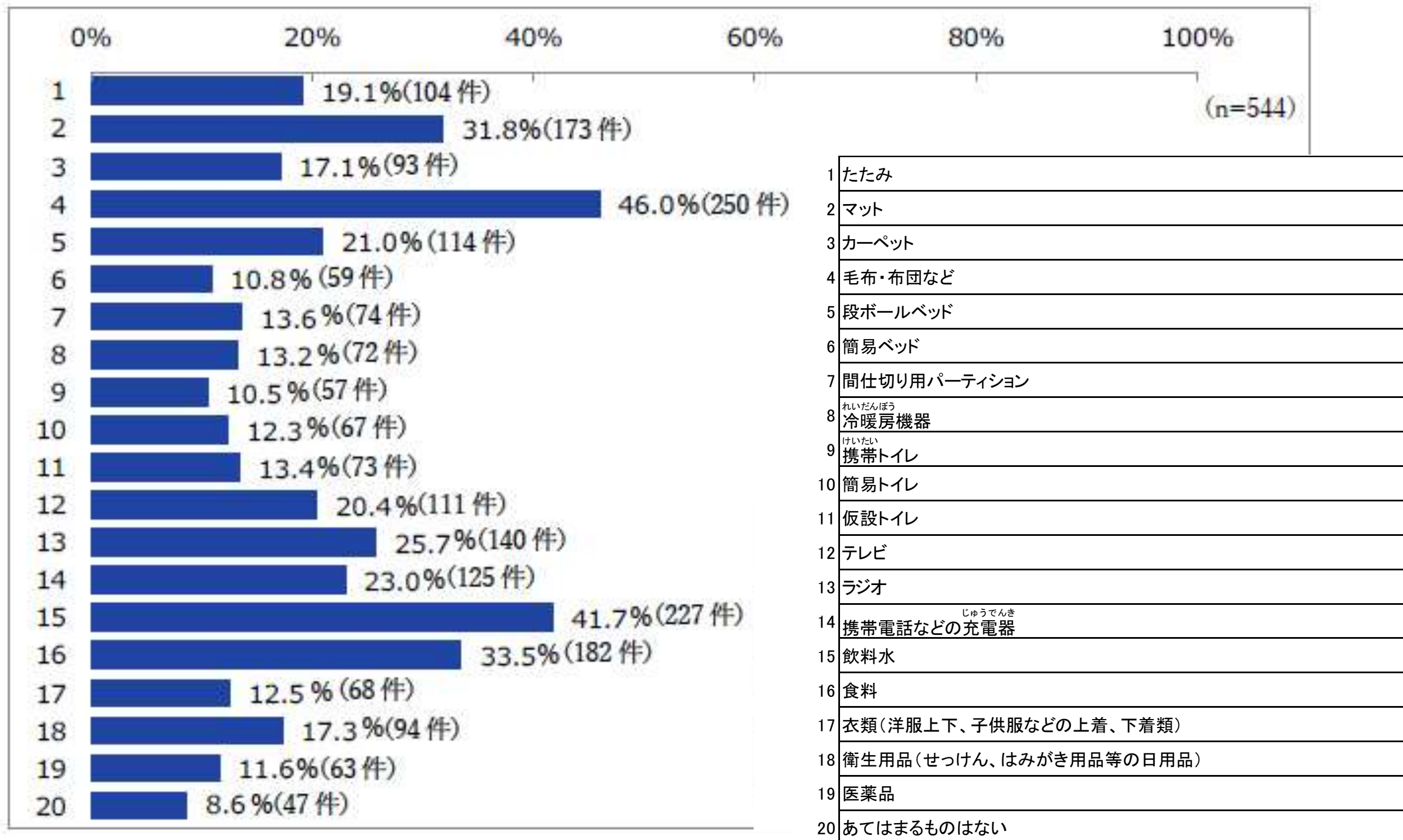
「災害に強い学校施設の在り方について～津波対策及び避難所としての防災機能の強化～」平成26年 文部科学省 から再作成

資料 3

ひなんじょ たいざい

避難所に滞在中に役に立ったもの (複数回答) (Web)

平成 29 年以降に発生した災害について、避難所に滞在した方に対しおこなったインターネットアンケート調査の回答 (平成 30 年 内閣府 (防災担当))



「避難所の役割についての調査検討報告書」 令和元年内閣府 (防災担当) から引用

南三陸町いこいの海・あらと

住所 宮城県南三陸町志津川蒲の沢190の1

避難者数 206人(24日午前7時現在)
避難地区 南三陸町志津川の蒲の沢、平貝、清水浜、松井田など

●三浦清枝さん(39) 南三陸町志津川蒲の沢
家が津波に流されてしまいい、一からのスタート。2人の息子と、どう生活していけばいいのか、不安が大きい。

●高橋梅太郎さん(82) 南三陸町志津川平貝
ホタテなどの養殖をしていたが、必要な道具で残ったのは船一隻だけ。市場もなくなり、途方に暮れている。

●菅原まつ子さん(90) 南三陸町志津川平貝
脚の痛みを和らげる薬がほしい。手術した膝が痛む。歩く時に使った手押し車は、津波でなくなりました。

●高橋おるさん(47) 南三陸町志津川蒲の沢
とにかく情報がほしい。働き口や住む場所は一体どうなるのか。いつかは、この避難所からも出なければならぬ。

●千葉雅明さん(37) 南三陸町志津川中瀬町
住居や車は全て流されたが、避難所のみさんの温かさで支えられている。亡くなった職場の同僚の分まで頑張りたい。

●佐藤淳さん(44) 南三陸町志津川竹川原
勤務する水産加工会社で被災した。今は避難所で物資搬入の手伝いをしている。会社から今後の連絡がないので不安だ。

●錦部功雄君(17) 南三陸町志津川平貝
家は流された。春から高校3年生。進学希望だが許されるのか。地元は就職先も消えた。日に日に不安が大きくなる。

●須藤るみ子さん(39) 南三陸町志津川清水浜
早く風呂に入りたい。被災後、全く入浴できず、不快でたまらない。灯油不足で夜は寒く、眠れない。疲れてきた。

●斎藤京介君(10) 南三陸町志津川上の山
家は津波に流された。おじ

気仙沼高

住所 気仙沼市常楽130

避難者数 600人(23日午後10時現在)
避難地区 気仙沼市の南郷、神山、田中前など

避難所

いま

●三上優子さん(48) 気仙沼市神山
病気で骨盤を悪くして車いす生活を送っている。避難所では多くの手助けを受けているが、トイレに行くのが大変だ。

●小野寺富二男さん(74) 気仙沼市本郷
家族6人で避難した。2人の幼い孫が熱を出したり、吐いたりしてかわいそう。小さな体で必死に耐えている。

●斎藤優子君(15) 気仙沼市南郷
気仙沼高に合格できた。家族は母と妹の3人。男は僕一人だけなので、泣き言を言わずに2人を引っ張っていきたい。

●雨宮浩三さん(91) 気仙沼市内の臨3丁目
82歳の妻が津波から救助され、仙台の病院に運ばれた。夫婦とも生き延びただけありがたい。悩んでいても仕方がない。

●斎藤弘美さん(38) 気仙沼市南郷
息子が高校に合格したこと

●佐々木悠君(15) 気仙沼市神山
気仙沼高に合格した。ただ学校が沿岸にあるので、高校生活を順調にスタートできるかどうかは分からない。

●小野寺孝子さん(67) 気仙沼市沼市浪板
自宅は津波にのまれた。高台にある神社に避難して助かったが、今も津波が襲ってきたときの光景が忘れられない。

●尾形浦子さん(71) 気仙沼市南郷
夜中に赤ちゃんの泣き声が聞こえるときがあるが、元気に生きている証拠だと実感し、とてもうれしくなる。

●鈴木美津子さん(57) 気仙沼市南郷
23日ようやく長男と連絡が取れたが、嫁と2人の孫の

青年部の機動力生かす



ちが機動力を発揮する」とと坂井さんは語る。避難住民の7割がお年寄り。体力のある若者が食料の配給やトイレの掃除を担当している。小山(62)が常駐するようになった。「診療所は津波でめちゃくちゃ。でも、力になりたい」。避難所で風邪気味のお年寄りが増える中、富山県から駆けつけたボランティアの看護師と協力して診療を続けている。

●久保学さん(48) 気仙沼市新浜町2丁目
妻と娘の家族全員が無事だったのが何より。女川町に住む妻の両親に、こちらの居場所を知らせたいが連絡が取れない。

●上坂章夫さん(75) 気仙沼市田谷
一関市に住む親戚が24日朝、自分の居場所を捜し出し、会いに来てくれて感激した。無事を確かめ合えて安心した。

●村上和さん(14) 気仙沼市南郷
24日の終業式で、久しぶりに友達に会えた。携帯電話が津波に流され、連絡手段がなかったのうれしかった。

完成直前 住民受け入れ



救援物資の衣類を仕分けする避難住民＝24日正午ごろ、宮城県南三陸町の「いこいの海・あらと」

難住民が持ち寄り、寄せた。残ったおもちや地元の水産加工会社から提供を受けたりして、数少ない楽しみだ。避難所の代表高橋順男(66)は「本来は老人ホームになるはずの施設。いつまでも甘えられない。仮設住宅建設の見通しを早く示してほしい」と話す。

●渡辺裕美さん(47) 南三陸町志津川清水浜
家は津波に流された。おじ

●熊谷すみさん(71) 南三陸町志津川権現
自宅は柱だけ残った。また住めるか分からない。いまは食事が出るのでありがたいが、避難所を出た後の暮らしが不安。

●菅原芳則さん(70) 南三陸町志津川清水浜
早く仮設住宅に入りたい。生まれ育った場所だが、海の近くはもう怖い。できれば町内の高台に集落みんなで移りたい。