

中学生のための防災講座

2023-11-19

1. 防災とは

- ① 自然現象…地震、台風、津波、噴火、暴風、大雨
- ② 災害…社会的に人に被害が起こった時
2011. 3. 11 東北地方太平洋沖地震→東日本大震災
- ③ 自然現象は止められない
- ④ 防災…被害をできるだけ少なくしようとする事。

2. 防災のためにできる事

- ① 情報を手に入れ、知っておく
過去の災害について、地震のメカニズム、自分の地域のハザードマップなど
- ② 被害を阻止するための工事など
耐震化、防潮堤、土地利用など
- ③ 被害を少なくするための準備
防災計画、防災訓練、マニュアルの設定、
- ④ 災害が起こった時の準備
自主防災隊の編成、非常食、水、資機材等の備蓄、非常持ち出し袋の準備等

3. 防災の目的

- ① いのちを守る
- ② 守った命をつなぐための生活の安定
- ③ 暮らしの再建、復興

4. 防災の基本

- ① 自助…一人一人が取り組むこと
自分の命は自分で守る。自分でできる対策は自分でしておく。
- ② 共助…地域の自主防災隊の組織、自治会、隣近所が取り組むこと
地域住民が力を合わせ相互に助け合う。また準備をしておく。
- ③ 公助…行政が行うこと（国、県市町村、ライフライン各社、自衛隊、警察、消防）
防災計画を立て、訓練をし、危機管理を行いながら防災対策をおこなう。
また、発災時は、速やかに災害対応を行う。



大きな災害が起こった時、全員が被災者です。まずは自分で自分を守る「自助」が大切になります。自分が助かったら次はだれかを助けてあげましょう。それが「共助」の基本です。行政などの「公助」が動き出せるのは発災後すぐではありません。まずは、自分で、自分たちで何とかしなくてはなりません。

自助、共助、公助がうまく機能することは、迅速で的確な災害対応に繋がります。

5. 地震が発生したら

① 自分の命を守る行動をしましょう

あなたがいる場所によってやるべき行動は違ってきます。マニュアルはあってないのと同じです。あるのは命を守るということだけ。自分自身で考えて行動しましょう。

② 揺れがおさまったら、落ち着いて周りの状況を確認しましょう

③ 避難所への避難（自分の避難場所、避難経路を確認しておきましょう）

避難場所：一時的に避難する場所です。学校のグラウンドや、公園など（看板あり）

避難所：自宅での生活ができなくなった人が生活する場所です

★自宅が大丈夫な場合は、在宅避難が基本です。

全員が避難所に行かなくてはならないわけではありません。

6. 避難所での生活

この地域では泉小学校体育館に避難所が開設されます。避難所の運営は、発災直後は自主防災隊（泉、和合町合同）が行いますが、その後は、ここで生活する人たちの自主運営となります。泉小学校と、市の防災倉庫には、水や非常食の備蓄、簡易トイレや毛布、また、防災用の資機材が保管されています。学校の備蓄、市の備蓄、各町の自主防災隊の備蓄を合わせても、被災者全員分はありません。また、支援物資もすぐには届きません。各家庭で、必要なものを備蓄しておきましょう。

7. 最低限の備蓄とは

（ア） 水…一人一日3リットル×3日分

（イ） 食糧…最低3日分（ローリングストックをしましょう）

ローリングストック…普段から多めにカップ麺、缶詰、レトルト食品などを購入し、食べたらずき買い足すやり方

（ウ） 携帯トイレ…一人一日5回×7日分

停電と、断水になると水洗トイレは使えなくなります

★他にもたくさんのものがありますが、必要なものは個人によって違います。

自分がいざというときに困らない準備をしておきましょう



8. 防災訓練の目的

自主防災隊では、災害が起こった時を想定して、様々な組織を決め、訓練をし、いざというときのために供えています。しかし、防災は役員だけ、組織だけがやっていていいものではありません。皆が災害を自分事として考え、防災意識を高め、いざというとき、自分が助かったら、次は何をすればいいのか。何ができるのかを考える。そうすることで、一人でもたくさんの人を助けることができると考えています。さまざまな訓練に参加し学ぶことで、防災意識を高めてくれればと思います。