

# 第9回 防災勉強会

## 第19回 高尾台町会防災会議 議事録

日 時 : 2019年9月15日(日) 16時00～ 第9回 勉強会  
17時00～ 第19回 防災会議

会 場 : 高尾台町会会館

出席者 : 16名

### 1. 「第9回防勉強会」について

講 師 : IDPT知るチーム 大場 康子氏

テーマ : 防災力(その3)～在宅避難時の備えのアイデアと防災グッズ色々～

昨今様々な災害が起きている。IDPT その他で学ばせて頂いたことを復習整理して、主婦目線でまとめてみました。

いざという時に生き延びるために ①日頃から周辺ハザードマップを把握しておく ②避難場所、避難所へのルート確認、安全な場所・行動について話し合っておく ③在宅避難を可能にするために、耐震化、室内の備え物の備えをしておく。

我が家は92歳で難聴、軽度の認知障害の母と夫、私の3人家族です。在宅避難を念頭に置いています。災害が起こったら、慌てず、落ち着いて周辺を見渡し、出口を確保する。

① 避難情報、防災気象情報を入手する。別紙参照ください。各家庭に配られたものがあります。皆さんのスマホや携帯にピンポーンと来るわけです。

② 家族と離れている時に被災した場合の安否確認方法を決めておく。我が家は高尾台中学校です。災害用伝言サービスの利用もある。

③ 在宅避難か避難所避難かを判断、決定する。落ち着いたら避難案内を玄関に貼付しておきます。在宅避難をしていますとか、避難所、高尾台中学校にいますと。各名前を書いてあります。いざという時、メモする余裕がないので、事前に作っておきます。在宅の場合は避難所責任者に在宅避難をしている事を知らせる。

④ 在宅避難…家具類の転倒対策、金具・粘着シートの利用です。食器棚はガラス飛散防止フィルム貼付や開放防止器具の取り付け。又は輪ゴムを20本程束ね、持ち手を閉じる。我が家は30年前の建物なので、リフォームしたところは、引き戸式の食器棚ですが、観音開き式の食器棚もあります。いろいろ実験してみましたら、普通の輪ゴムを20本束ねると、引っ張っても開きません。いろんな粘着テープもあるが、まずはそれでやってみるのもいいかなと思います。

防火対策として、消火器、火災報知器、漏電遮断器、感電ブレーカー。

物の備えとして、日常備蓄、賞味期限に注意してローリングストックする。飲料水は一人1日3ℓ7日分、これまでは3日分と言われていましたが、近々の災害の状況を見ると7日分位は考えておいた方が良いでしょう。それに×家族数。野菜ジュース缶詰ペットボトルは賞味期限約2年、缶ジュースは約3年、500mlの買い置きも便利です。防災用ペットボトルは期限が5年、期限が切れても洗い物、選択、トイレに使用します。

食料も同様に7～10日分程度日持ちする物、そうめん、調味料、癒しになる嗜好品(チョコ、飴、果物缶詰、soyjoy、パックゼリーの栄養補助食品)。期限は、缶詰約3年、レトルト食品1～2年、防災用5年、素麺は塩が入っていて洗わなくてもよく、短時間調理が可能ですので便利かなと思います。切干大根、乾燥ひじき・わかめ・野菜、カップスープも同様です。

万能ナイフ、缶切り、割り箸、スプーン、フォーク、簡易食器、コップ、ラップ、アルミホイルを備蓄してあります。缶詰等と一緒に常備しておきます。

断水・停電の時は簡単な調理方法で節水の工夫もします。ポリ袋、ラップの利用です。冷凍食品は耐熱高密度ポリエチレン袋に入れ、鍋底に皿を敷いて茹でるとOKです。パックご飯は様々ありますが、電子レンジが使えない場合は湯せんで15分～30分程必要となります。これはテレビでやっていたのですが、耐熱高密度ポリエチレン袋に米1合、水120ml入れ、空気が入らないように袋を閉め10分吸水、鍋底に皿を敷いてひたひたに水を入れて強火で10分煮るとOKです。

更に現金、現金決済となる事が多いので、小銭やテレホンカードも用意しておきます。非常用ライト、LEDランタン、ヘッドライト、懐中電灯、人感センサーライト、これは我が家では階段、廊下に常設してあります。高齢者のいるところでは夜間、トイレへの道案内としても利用できます。小型ラジオ、手回し充電出来るもの。予備の乾電池、単3や単4が便利です。補聴器用の予備も我が家は必要です。カセットコンロ、携帯用のコンロ、予備のボンベも。トイレットペーパー、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ。使い捨てカイロも、使用期限があります。簡易トイレ・ポリ袋、新聞紙・尿取りパッド、生理用品。洗面用品。応急医薬品として慢性疾患で内服治療の場合は、受信時常に2週間分の予備を処方して貰います。更に傷絆創膏、軟膏。眼鏡、老眼鏡も。スコップ、バール、ジャッキ、鋸、布テープ、ブルーシート、ロープも必要です。我が家の寝室には、ベッドサイドに紐ズック靴、ヘルメット、ラジオ付き懐中電灯、非常持ち出し袋を置いてあります。

非常持ち出し袋は、皆様もご準備と思いますが、私はパニックになるといけないと思って、その中に必ず防災用タウンページとか、東京防災の本と一緒に置いてあります。現金や貴重品、飲料水は家族に1本ずつ最低必要です。携行食にビスケット、チョコレート、飴、栄養補助食品。マスク、ラバー手袋、携帯電話、モバイルバッテリーも必要です。懐中電灯(キーホルダー型ミニライト)、携帯ラジオ、保険証、日常服用している薬、お薬手帳、これには既往歴、薬剤情報、診察券を入れてあります。筆記用具としてマジックも必要です。メモ帳、タオル、下着、靴下、三角巾、風呂敷、ウェットティッシュ、ティッシュペーパー、ビニール袋、絆創膏、ポリ袋(透明と黒)透明の物は防災訓練でありましたように万が一火災になった時、目が辛かったり前が見えなかったりするのでフワッと膨らませて頭からすっぽり被ります。黒いのは防寒や着替えをする時、頭からすっぽり被ってするように考えています。更にちょっとした裁縫道具、携帯トイレ、アルミ保温シート、レインポンチョなどです。

トイレ対策としては、逆流浸水に注意。ゴボゴボした音、ドブのような臭いがした時は、45ℓポリ袋に水を入れ、水嚢を作り、便座を上げてトイレの中に入れて蓋をする。その他同じく排水している洗濯機、洗面所、キッチン流し台、風呂の排水に注意が必要です。

断水時には、排水可能な場合は、尿は数回にまとめて、便はその都度バケツ1杯の水で流す。トイレットペーパーは流さず、ゴミとしてまとめて捨てる。排水不可の既存トイレの場合は、便座を上げて、45ℓポリ袋ですっぽり覆い、2枚目のポリ袋を便座の上から被せる。更に被せたポリ袋の中に1/4枚サイズの新聞紙を1枚敷き、細かく切り裂いた新聞紙を重ね入れ、用を足す。除菌・防臭目的でキッチン用漂白剤を2～3滴かけると安心です。用を足したら上側のポリ袋を取り出し、出

来るだけ空気を抜いて根元を 1 回きつく縛り、裏返して更に縛り小さくまとめます。ダンボール型の簡易トイレの利用もあります。非常用簡易トイレを利用して、もし凝固剤が足りないときは保冷剤の中身を小サイズなら 3 個程度を取り出し、塩をかけて水とで凝固剤にする。キッチンペーパーでろ過し、日光で乾燥させ使用する。高齢者用の尿取りパッドや犬のおしっこシートで代用する。

保清として、清拭剤、ドライシャンプー、マウスウォッシュ、口腔ケアティッシュ、速乾性アルコール除菌剤、ティッシュペーパー、マスクを準備します。

温度対策として、夏の場合は保冷剤、保冷シート、冷凍ペットボトルを利用し体に霧吹きでミスト状の水をかけると涼しいです。涼感、速乾吸水下着の着用も有効です。冬は電気を使わない石油ストーブ、灯油の備蓄が必要です。殆どオール電化なので、お寺にもあるような四方が暖くなる対流型石油ストーブを我が家は準備してあります。灯油も 18ℓ のポリタンクを常に夏でも 1 つ準備してあります。使い捨てカイロ、新聞紙、ポリ袋、ラップ等で暖をとる、暖感ヒートテック下着、防寒服の着用も便利です。

冷蔵庫内の食料は生鮮食品から食べ始め、冷凍食品、真空パックの順で食べます。

雨漏り浸水対策には、ブルーシート、ガムテープ（布テープ）が有効です。ポリ袋水嚢を空き段ボール箱に入れ、簡易土嚢として浸水を防止します。

支援物資の運搬には、キャリーカート、一輪車、介護用カートを使用します。

いろいろ学んできた中で、日頃から防災について意識を高めること、防火・防災訓練に参加し、知識と経験の蓄積をすることが大事だと思います。先日、伏見台防災フェスタに参加させて頂きました。いろんな新しい防災グッズも出ておりましたし、高尾台の防災士の方々も色々と皆さんのために説明をしていただきました。回覧板で情報を得ることもありますし、近隣住民と挨拶する関係でいることも大事ですし、消火栓の位置を把握しておき、降雪時除雪することも必要です。

エコノミークラス症候群の予防のため、ストレッチと 30～60 分ごとに立ったり屈伸するだけでも有効です。

ここにいろんな防災グッズを並べてあります。皆さんもご準備してあるかと思いますが、ランタンや懐中電灯等々。この間の防災フェスタの時には、こんなに便利な物があるのだと初めて知りました。これはソーラー型のリュックサックで、中に携帯電話対応のケーブルも入っています。バッグの中に無くなならないように取り付けてあり、とても便利かと思います。最近はガラケーからスマホへと移動しておりますが、懐中電灯一つでライトになり、ランタン、ラジオも付いている。いろんな会社のスマホの為に充電できるプラグ、アダプターが揃っている。これがあるととても便利かと思います。先日のフェスタで首から提げるランプもあることを教えていただきました。凄く明るいです。あと昨年 3 月の北國新聞にカート式の防災グッズを紹介してあり、どんなかなと思って購入してみました。結構色んな物が入っていました。価格 3 万円で高いなと思いましたが、ウォーターバッグ、5 年間もつ水、食料、裁縫道具、懐中電灯、栄養補助食品、薬品とか諸々入っています。移動する時はスーツケースの様に移動出来て、外してリュックにして、水とかタンクを入れて使うことが出来ます。いざという時は、各人が持つものを決めていきます。

昨年、北海道で震度 6 弱の地震に遭遇しました。日頃から学んでいた順番はこれだと思って、まずホテルの自家発電のある時間内にテレビをつけて、スマホを見て情報をもらって、すぐに出口を確保して服に着替え、貴重品を持ってトランクに封をして、ドアの所に荷物を置いて、事前に避難階段を確認しておきましたので、懐中電灯を持って廊下に出ました。大きなホテルですが、ずっと真っ暗で何の連絡も放送もありませんでした。2～30 分経ってから、「停電しています」の一言だけ

で、どんな状態で停電したかの説明も一切ありません。後でそれを確認したら、「自家発電が無くなると困るので、一齐放送しませんでした」と言うので、エッ?と思いました。テロの防止ばかりやっていないで肝心なこういう時も大事でないのかと思い、一言申し上げて来ました。日頃の備えとか慌てず落ち着いてどういう順番で防災するかということが、いかに大切かということを知りました。主人の薬は、旅行の時は常に予備でプラス 5 日分を持って行っているのです、その時は安心して対応することが出来ました。3 日間そこで足止めを食らって千歳空港を飛び立ったのは 4 日目です。常にこういうものを見返しながら考えることが大事だなと思いました。

ご清聴ありがとうございました。

清水：お聞きになりたいことありましたらどうぞ。北海道地震大変でしたね。

大場：本当に、大きなホテルで明け方まだ皆さんが寝ている時にグラグラときたから、これはでかいし、余震がすぐ来るかもしれないと思って、情報を見たときに 6 弱やと思って、こんなの経験したことが無いのでこれはいかんと思って、すぐ主人を起こして退避する準備をして出ました。旅行に行った時必ず避難口、階段を確認して、懐中電灯のある場所も確認するようにしていました。

本当に日頃薬を飲んでいる場合は、予備を持っていた方がいいと思います。あと一つ、保険証とか何もない時、保証金というものが必要になる事がある。それで私はここに 1 万円を常に入れてあります。

清水：聞きたいこと他にありませんか。

大場：いろいろ新しくなって、これの前のモバイルバッテリーは、ガラケーの物でしたが、これはスマホとかノートパソコンとかも使える物でした。

我妻：こういう品物は皆さん何処で入手されるのですか。

清水：ホームセンターに防災グッズコーナーがあります。金沢工大にも防災コーナーがあって、パソコン系統の物があります。東京防災をお配りしましたが、2011 大震災の時、横浜にいる娘に見せてもらって、これはいいなと思いました。出張の時とかに持って行って読まれたら良いと思います。IDPT 川原さんがいろいろご存知です。行って、見て、触って、ネットで買うという方法もあるとのことでした。

大場：ヘルメットも色々あった。簡単な物で 1800 円位。

片岡：それはラジオですか。

大場：ラジオ聞けるし、ライトにもなる。手回しで発電出来るし、充電も出来る。これはセットで 3 万円。いろんなところを見ると 9 千~1 万円。ちょっとした物で 2 万円とかになる。これはカートが付いている物です。取り外してリュックだけになります。

片岡：カートが付いているから高い。

直江：避難する時の何日分になります？

大場：これは 3 日~4 日です。

直江：これを玄関に置いておくと言われたが？

大場：重いと 15 kg 位。

直江：1 週間分なんて人は持てませんね。

大場：在宅避難を考えている。

直江：水は別途で旅行用のカバンに入らない。下着まで入っている。家で枕元に置くとか色んな人の話を聞くと、心配させて協力してもらおうという講習を受けたことがあるが、全部が、人が自分の

ために助けてくれることは絶対に無いからね。済んでしまってボランティアで行くのは聞くが、わざわざ直江さんと言って来てくれる人は、これだけコミュニケーション図っていても無理です。

こんな良い防災グッズがあるのを町内で色んな勉強会を班々で開いて、出席してくれた人に助成する案を清水さんに提案させて貰った。実際に数が少なくてもいいから、この通り入れてみまっし、びっくりするほど大丈夫かと思うくらいになる。夫婦やったら2人分入れんなんし。

大場：うちはそれぞれが持つようにしている。

直江：男女兼用の物、雨具にしても何にしても実際にやってもらって、よく理解してもらえば、自主防災という形で進めて来ているので、教えたからと言っても誰もその通り出来ないの、百人居れば百人とも違った考え方で自分の命を守って行くと思う。

大場：本人の自覚ですよ。意識が問題なのです。

直江：それで大きさを聞いてみた。これやったらどれだけかなと。枕元に置いてみてもみっともない物でないし、掴んで走ってもらえるし。軽いカバンでもこれだけの大きさや、それで重さを聞いたんです。

大場：女性で重い場合には、家族での分け方が書いてある。

直江：今紹介された中で凄いなと思ったのは、物凄く小さくなっている。班長に回って来る防災グッズは半強制的でもまとめて値段を安くして、ある程度の援助をすれば欲しい人は、三分の一位居るのでないかと思う。

大場：本当にコンパクトになって来たので、以前は単3電池が主流になっていたが、これは単4です。

直江：LEDやと重さも軽い。緊急で欲しい物は、出来るだけ小さい物。

大場：たくさん持てないから。これは皆さんにお見せしたいから色々持って来た。この間の防災フェスタでは、町会、会社でまとめて購入すると安くなると言っていた。

直江：ある程度まとまったら市の方で助成はないのか。

片岡：今のところ無い。防災グッズに関しては、無い。

大場：いろいろなフェアに行って知識を入れると同時に、いいなと思ったら購入したらいい。

片岡：防災用と名が付くと高くなる。水も普通のペットボトルは2年だけど防災用は5年、5年もつかから高いのを買わなければならないかと話があったけど、その辺意見を出してもらって、在宅避難であれば使い回しでいいので、高い物を買う必要は無いですよという話、出ていた。その辺のところまとめてもらって、班長連絡会の時、班長に聞いてもらってというか、防災会議に出てもらうという方法もある。

直江：それは反対なのです。班長やと言えば、あっという間に指名がかかってしまう。班長を主体にしたような考え方でなく、他のやり方があるのでないか。

片岡：班長がダメなら、防災担当の方から選ぶのでなく、決まったこと。

直江：決まったこと？

片岡：総会で決まっている。

清水：一旦勉強会はここで終わり、休憩に入ります。

## 2. 「第18回 防災会議」について

議長：片岡 重人

### (1) 防災アンケートの結果を報告 (IDPT・清水 義博氏)

- ・6月1日～23日、全戸配布にて実施。
- ・各家庭で実行されている備えに関し、10項目の質問を行い、自己評価方式の採点を行った。  
加えて受援者となるか、支援者となるかを質問。更に家族の年齢構成を伺った。
- ① 配布対象総世帯数は690世帯
- ② 回収率の低下 全体では回収率が今年の71%から49%に低下。  
防災意識向上のブレーキとならないことを祈る。  
軒並み低下しているが100%を目指したい。
- ③ 防災士の増加 3名増加し、9名となった。1丁目3名、2丁目5名、3丁目1名の9名が新たに増加する予定。
- ④ IDPTメンバーの増加 任命されるわけではなく自主的にメンバーになっている。  
町内の防災強化をサポートする。3名増加し29名となる。  
各班1名以上が目標。13の班にメンバーいない現状の改善に至らず。
- ⑤ 高齢化率 全体では23%から29%へ高齢化が進んだ。  
アンケート回答者のみでの上昇なので実質これほど大きくはないとみる。
- ⑥ 家庭の防災への備え (自己評価100点満点)  
全体を通して低い評価を示し、総じて災害への備えは不十分だと認識している。  
せめて6～7割をと思うが、そこまで備えを行っていない町会と見てとれる。
- ⑦ 受援者認識 何かあった時、ご近所の方に8割が助けて貰いたいと思っている。  
ただ自宅における備えは不十分だと思っておられる。
- ⑧ 支援者認識 人工呼吸をして蘇生させる時、骨折するまで力を加えることができるか不安がある。それでも6割の方が前向きな回答をしている。

住所が分かる形で統計をとっているのので、各班長に去年のものと併せてファイルしてもらいます。

二つご意見があった。町会に親が一人で住んでいると連絡先等が書いてあった。個人情報なので、班長だけに伝えた。もう一つは、お医者さんからの回答で、医療機関としては支援者になる時にケースバイケースがある。どこまで町会に対して住民として支援できるかは、回答を控えさせて頂きたいという表現があって、医者立場として町会の中でどんな事が出来るかを考え、当然医者としての仕事が優先されるからお書きにならなかったと思う。自治体では甚大な被害があった時にまとめて動かれると思う。それが優先される。町会の支援者になるのは、二の次になる事を想定されていると思う。

### (2) 伏見台防災フェスタ2019への協力について報告 (IDPT・清水 義博氏)

9月1日9時～12時に伏見台小学校体育館で行われた。

町会から防災士5名が協力し、非常用伝言ダイヤル操作体験コーナーを竹内、西村の2防災士が家具転倒防止金具の紹介コーナーを清水、清水、出口の3防災士が運営を担当した。

コーナーを担当して勉強になりました。新築では、転倒防止装置が付いて販売されている。

食器棚に敷くと落ちないシート。伝言ダイヤル操作では、落ち着いた確かな伝言が必要と感じた。

高尾台町会から防災機材の体験コーナーに油圧ジャッキ2台を貸し出した。

お茶のコーナーもあり、のんびり学べるいい時間であった。従来のように時間を決めてやると、一気にドンと来られ順番をつくことになるが、今回は自分ですいた所から回れるし、気軽に体験出来た。爆笑コントやビンゴゲームもあり、楽しみながら学べた。

### (3) その他、協議事項

#### ① 第6回防災懇談会(2丁目対象)の運営について

清水：第5回の総括を議事録の形でホームページに公開されている。何を皆で役割分担し、どうやったのか参考にしていただきたい。

片岡：内容に関してはもう少し変えるという話が出ていたが…

清水：電気のない不便な状態にしてやるとか。根本にはそれが一つある。

竹内：私から一言、考えてみますと書いてあるが、全くノープラン。記憶を辿りながらの話になるが、私自身も1回目できちんとしてしようという思いが前面に出ていた。予行演習もさせて頂き、滞りなく出来たが、量的なものについては、どのくらいが適量か分からない内にやってしまったところがあった。永山さんから企画としては大成功だが、本来の目的に沿っていなかったのではないかと指摘して頂いた。その通りだが、それが一番難しいところ。目指すところ目的はそれなのだが、どうしたらいいか簡単に分かるのであれば、誰しもが出来てしまうのだろうが、目的達成のための方法をどうしたらいいか、お話しさせていただきたいというのがあった。

1つは、上手くいかないことを前提にやったらいいかな、もう1つは千葉のこともあって、暑い時に涼しい所でやっていて、電気の無い時本当にどうやったらいいのか。居るだけでもしんどいし、それに加えてご飯を作ることが出来ているのか。その疑似体験をやることは、結構敷居が高いというか、家でやるには面倒くさい、わざわざやることもない。皆でやればやれる、どうしてもやらなければならないという気持ちになる。

ちょっと不便な状態でやってみるのも方法の1つ。仕度時間を遅らせて、最初の段階は外も明るい、時間が経つにつれて電気も点かない状態になっていく、その時にランタンを使用してみるというのも方法の1つ。

レシピに関して未だ考えていないが、たまたまテレビを見ていて、大きな災害時にクックパッドの災害時のご飯の炊き方にアクセスが一番多かった。確かにシンプルだが、まずご飯を炊いてみるというのもどうかな、と思う。2品ぐらい、主菜と副菜みたいなものが有ってもいいかなと思っています。その辺は皆さんからこんなのどうかな、とご提案頂いて決めさせて頂くのも1つの方法かな。今のところはその程度です。進行の仕方としては前回のように2丁目班長対象で、基本的に皆さんにお越し頂くことが前提で、その中でIDPTと出席できる方で役割分担し私ではなく、2丁目担当の方で皆さん協力してやってみるのも良いかなと思う。上手くいかないことを前提で、あえてやってみるのはいかがでしょうか。

片岡：全部変えるのは、ややこしい。

清水：時間を遅らせるのは、やった方がよい。クックパッドでアクセスが多かったということ

は、皆ご飯を食べたがるから。

竹内：やっぱり皆さん知らないのだ。出来上がったものを食べてみたい思いもある。

清水：ご飯を炊いて、2品ぐらいおかずがあって、うまくいかないことを前提にしているから。

竹内：今からだと前回やったような予行演習は日にち的に難しいので、講師役をお願いする方が家で試作されるのはいいが、ぶっつけ本番でやって食べられない物が出来るのは、お金をかけているから困るので、そこは川原さんと相談しながら、メニューを変えること自体は、そんなに難しいことではない。一番私が気にしているのは、本来の目的に沿った形にするためにそれが適しているかどうかは気になる。

清水：2丁目のIDPTの皆さんの主体になっていくことと人数がどちらかというところら側のサポートが少ない。3～4人しかいないですね。

竹内：そうなんです。

片岡：10月20日の日の入りは5時12分。

清水：5時に集合？

片岡：もうちょっと早く。途中で暗くなる位で良いのでは。4時か4時半ぐらいでどうですか。

そこから準備してやり始めればもう5時。あまり遅くするのもね。

竹内：皆さんお忙しい中ですから。

片岡：4時半か5時でも良いが、どんなものですか。だんだん暗くなっていく感じでいいですか。

竹内：大丈夫ですか、その時間帯で？

片岡：もともと4時の設定ですから、30分遅れで日の入りが早いから。

清水：この前早く終わりましたね。

片岡：それは練習した人が主導してやったから早く終わった。

\*\*：目的がご飯を炊くというポイントを作ってしまうと、それだけ出来れば良いわけでしょ。

あとは温かいものを欲しがる人が多かったというから、フリーズドライの味噌汁にお湯を注ぐとか簡単に物事を考え、そろそろ備えておくものはどんなものであればいいか分かれば良いと思う。ご飯は白米の方が良い、玄米でなくて。そこからがスタートだと思うし、誰でも簡単に出来る状態のものを作っておいた方が良い、難しいことをするより。

真っ暗になってからでは、子ども達に食べさせられない。配られたおにぎりをどうやって温かい状態で食べられるか、割と言われている。

片岡：全く違うものだと後で共通の話題が無くなるので、1丁目、2丁目、3丁目のね。共通の話題が必要なので、同じものを残したいなとは思っている。どうやったとか、作ってどう思いましたとか全員の共通の話題があるのが一番良いと思う。1品ぐらいいは残して後はちょっとずつ変えるとか、視点を変えたもので違ったものを作っていきながらの方が良いのかな。

竹内：今の意見を受けて、ご飯を炊くというので、どれを下ろすか。

\*\*：素麺なのか、何なのかというところ。

\*\*：カレーは残ると、後始末が大変だった…

片岡：カレーとパンケーキやめて、ご飯にしますか。おかずは同じで。

\*\*：カレーもケーキも素麺もやめて、他に何か2品。

片岡：一応見込みとしては人数が増えるから、1品減らして簡単なものでご飯というのでも、それなりに時間がかかる。

\*\*：片付けを考えたら、ご飯に食べたくなるものを主にしてやれば良い。

\*\*：最近いろいろ災害があるから、一生懸命メモしている。ビニール袋に浸しておいたのを温めた。

\*\*：量は一人一口位で良い。この前皆さん残されていた。

\*\*：フリーズドライの味噌汁とかだったら、お湯を沸かしてすむ。

\*\*：そうすると早く終わりにすぎないか。マア遅く初めて早く終われば良い。

竹内：私の思いは調理の中身より、調理しながらお喋りしてコミュニケーションを図ることが前提だった。前は手際が良すぎて、すぐ出来た。調理の中身も大事だが、調理することでの喋りが大事なので、あんまり短時間で終わってしまうと、それこそ日時を決めてやることをやりましたで終わる気がする。

片岡：少し物が減ってもその間喋りながらやる形で良いですかね。

竹内：実際出来てから懇談する形は、難しいと言えば難しい。

\*\*：アルファ米は備蓄されていますか？

片岡：してないです。簡単な非常食と水だけです。

\*\*：此間、女性学級でアルファ米を食べましょうというのに参加した。段ボールの中にアルファ米としゃもじとお箸とか全部揃っていることに吃驚した。アルファ米のやり方はただお湯を注ぐだけでなく保温しておくとか色々あったので、1回自分でもやってみたい思いもあり、ここにストックがあれば1回やってみるのも良いかな。

片岡：今のところ無い。

\*\*：次の来年の1丁目の時にどうか。

竹内：すり合わせのため1つは残しながらやってみてはどうか。

片岡：次回はご飯を炊く、でいいですね。結構カセットコンロで、お鍋で炊くというのは中々面白いと思う。普段使っていないから難しい。

竹内：茹で、炊きになる。

\*\*：吸水時間も必要です。10分かな。

片岡：洗いをなくすということがあるので、直にはない訳わかりました。そこら辺難しいものであるなら練習して頂いて。メニューはご飯とサバと味噌汁ですか。洗えるプラコップか、使い捨ての紙コップがいいか？

\*\*：紙コップ。

片岡：紙コップということで。参加者は決まっていないから、決まった時点で誰かにまとめて頂かなければならないが、どこのチームでやって頂けますか。

清水さんの所に2丁目の班長さんと役員のしゅっせきを総務でまとめてもらって、清水さんに伝える。

竹内：班長さんへの案内は29日になるのか。

片岡：体育祭があるので、22日。

清水：16時30分スタートで。

片岡：明かりはランタンに限らず代用できる物を持って来てもらう。1人1個持って来てもらう。確認方法は、IDPTはライン、班長は緊急連絡網で出席確認を。

## ② 停電対策について

片岡：あと千葉の問題で、電気が来ないからと、3万円の物がいくらになるか、とりあえず班長に持ってもらうことになるか、そこまでの物があるか、そこまでいらぬか。町会で発電

機を持つか、班長に配って100万より町会で100万の物を持った方がいい。

竹内：班長は持ったというだけで、終わってしまう。

片岡：その辺の意見も次回に出して頂く。燃料の備蓄の問題。太陽光発電もあるが、高い。蓄電池に深夜電力を利用。

大場：聞いたところでは、大きい物で10万、小さい物で6万。

片岡：5万10万では、使えるほど貯まらない。EV車とトータルで持っていなければならない。ガスのエネファームで発電か、太陽光か。個別に置いておくのは難しい、資格が必要なこともある。だんだん良くなっていく防災用品をどこまで町会で揃えて、何処に保管しておくかを皆さんに考えてもらおうと思う。

大場：勉強会の時にこんな物があるという紹介をして欲しい。

片岡：次回に資料を揃えてみたい。

清水：防災会議の案内と出欠を総務の緊急連絡網で、IDPTのラインで、

片岡：運用の面もあるが、来年までは班長に発信だけはする。出欠をとります。出られない人にも返事をお願いします。

### ③ 防災士試験について

片岡：防災士講習を12月14日15日に必ず受けること。それまでは送られてきた物を添削して、当日提出すること。救急救命訓練を受講しない方は当日までに受講しておく。

日程が都合悪い時は、早目に申し出る。

懇談会は来月だけど、次の回は1月19日。今日はありがとうございました。

# 第9回防災勉強会 並びに 第19回防災会議 次第

令和元年9月15日

## ◆防災勉強会:16時00分～17時00分

テーマ：防災力（その3）～在宅避難時の備えのアイデアと防災グッズ～

## ◆防災会議 17時00分～18時00分

報告事項：

### 1. 防災アンケート結果報告

- ・全戸配布にて6月1日～6月23日の期間にて実施
- ・各家庭で実行されている備えに関し、1年以上前～この1年+物の備え+室内の備え+室外の備え+コミュニケーションという備えから10項目の質問を行い自己評価（100点）方式の採点を行った。加えて、災害時に助けを受ける、受援者となるか？逆に率先してご近所を助ける、支援者となるか？を質問し、更に、昨年同様に家族の年齢構成を伺った。

添付資料：各丁目別かつ班別平均値評価並びに昨年の評価

#### ① 配布対象総世帯数

H30年度は2丁目1-2班（15世帯）が不参加であったことから昨年662世帯が今年度690世帯を対象として全戸配布を実施した（実質は13世帯増の配布であった）。

#### ② 回収率の低下

各丁目回収率が低下し全体で昨年71%から49%に低下した。個別にみた場合、1丁目4班58%→85%、2丁目8班90%→100%に向上し、1丁目10班は2年連続での100%回収であった。回収率の低下が、防災意識向上のブレーキとならないことを祈る。

#### ③ 防災士の増加

防災士は、昨年比3名増加し全体で9名となった。2丁目未だゼロであるも今年度2丁目から5名の皆さまが防災士育成候補に推薦されており、1丁目3名、3丁目1名を加え9名の新たな防災士の皆さまが誕生する予定です。

#### ④ IDPTメンバーの増加

班単位の防災活動をサポートする役割を担う存在として、各班1名以上が目標ですが、30ある班の内13の班にメンバーが存在しない現状の改善には至らなかったが、メンバーは、1名退会4名参加で3名増加し29名となった。

#### ⑤ 高齢化率

65歳以上の人口比である高齢化率は、1丁目26%→21%、2丁目26%→35%、3丁目16%→19%、全体で23%→29%へと回答世帯の高齢化が進んだ結果を示した。

#### ⑥ 家庭の防災への備え（自己評価100点満点）

全体を通して低い評価を示し、総じて災害への備えは不十分だと認識している。平均点で1丁目43点、2丁目40点、3丁目39点であった。

### ⑦ 受援者認識

災害時にご近所に助けてもらうとの回答は、平均で1丁目77%、2丁目77%、3丁目77%の皆さんが助けを必要とする場合は助けてもらうと回答した。

### ⑧ 支援者認識

一方、自らが率先して助ける側になるとの回答はやや低く、1丁目66%、2丁目66%、3丁目65%の皆さんが支援者になると回答した。若干控えめなのは、防災知識や防災訓練を通しての経験値の不足から「状況による」との慎重な回答であったと感じられる。

## 2. 伏見台防災フェスタ2019協力報告

- ・9月1日9時00分～12時00分 於) 伏見台小学校
- ・伏見台校下防災会、伏見台校下連合町会主催の防災フェスタに高尾台町会から防災士5名が協力し、非常用伝言ダイヤル操作体験コーナーと家具転倒防止金具の紹介コーナーの運営を担当した
- ・その他、高尾台町会から防災機材の体験コーナーに油圧ジャッキ2台を貸し出しました
- ・今回の防災訓練は従来のような時間を決めて集合し安否確認することから始めるやり方を改め「自ら学ぶ」ことに重点を置き、参加動員せずに自由に自らの意思で好きな時間に来て学んで頂く防災フェスタとして開催した。告知も回覧のみとしたが、3時間を通して人は途切れることなく500人強の参加があり、防災関係のみならず爆笑コントやビンゴゲームを楽しみながら防災を学びました。

## 3. その他

協議事項：

1. 第6回防災懇談会（2丁目対象：10月20日（日）16時～19時実施）の進め方  
添付資料：
  - （1）第5回 防災懇談会 総括（第18回防災会議 議事録）
  - （2）第5回 役割分担表

### 2. その他

- ・防災勉強会～防災会議の開催案内並びに出欠確認方法  
IDPTメンバー：清水がLine+SNSにて確認  
役員・班長：堀内総務部長が緊急連絡網にて確認