

つながる防災隊

No. 16

令和3年1月20日 発行

発行人：四日市市地区防災組織連絡協議会

会長 里中 俊雄

目次

1. 協議会活動の報告 1 P
2. 各地区での取り組み 2 P
3. 防災情報 4 P

今回は、令和2年度事例発表会や各地区の防災への取り組みを中心にご紹介します。

四日市市地区防災組織連絡協議会事例発表会を開催しました

四日市市地区防災組織連絡協議会 会長 里中 俊雄

令和2年11月10日（火）四日市市総合会館において、四日市市地区防災組織連絡協議会事例発表会を開催しました。この発表会は、地区防災組織による自主的な防災活動の活性化を図るため、市内の先進的な防災活動を行っている地区の防災活動事例を紹介するもので、今年で9回目となります。

今回は、大矢知地区自主防災協議会と中央地区自主防災組織連絡協議会の2団体から、それぞれ特色ある防災活動の取り組みのご紹介をいただきました。

各地区防災組織の代表者、減災アドバイザー等多数のご参加があり、今後の各地区での活動を進めていく上で、参考となる発表会となったのではないのでしょうか。



大矢知地区自主防災協議会の発表



中央地区自主防災組織連絡協議会の発表

コロナ禍における防災訓練について



富田地区での訓練の様子



三重北小校区での訓練の様子

コロナ禍において、今までのような防災活動が実施できない日々が続いています。

今年度の四日市市市民総ぐるみ総合防災訓練は桜地区にて開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、来年度に延期となりました。

しかし、各地区においては、規模を縮小したり、避難所運営における新型コロナ対策に特化した内容の訓練を実施していただいたり、コロナ禍においても、防災意識を低下させぬようさまざまな取り組みを実施していただいております。

これからも、防災意識の向上のため、地域住民が知恵と工夫を出し合い、協力しながら、いざという時のために備えた活動を継続していきましょう。

桜女性自主防災隊の活動に期待

桜地区自主防災協議会 会長 伊藤 隆夫

桜地区は四日市市の西部に位置し、矢合川を境に旧桜地区と、3つの新興住宅（桜台、桜花台、桜新町）で新旧住民が入り混じる地区です。この地区は今迄に大きな災害による被害もなく、その為に地区住民には大きな災害に対する意識が薄れていく現状があります。

いざという時のため、災害への備えや命を守るための知恵や方法を男性中心の自主防災だけでなく、女性の視点で見る防災意識を高め、桜地区の住民の皆様に防災意識を拡げていくことを活動の目的として女性自主防災隊「桜ずきんちゃん」を平成30年度に設立しました。桜ずきんちゃんの活動は防災講座として「パッククッキング」「防災頭巾の作り方」などを令和元年度に開催しました。



「パッククッキング」とはポリ袋に食材を入れて湯せんで火を通す調理法です。カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば、簡単な食事を作って食べることができます。



＜親子で一緒に作りました。＞

＊手作りした頭巾は車の中などに置いておくと外出先で被災した時に役立ちます。

「コロナ禍であってもできることを」

橋北地区防災組織連絡協議会 会長 山内 満

いつ起こるか分からない災害に備えることはコロナ禍であっても必要であるため、橋北地区では、10/11（日）9時から橋北小学校体育館を会場に、防災訓練を実施しました。

訓練当日は、9時前から続々と参加者が集合し、まずは参加者全員が「消毒、検温、チェックシートの記入・確認」を完了し、体育館内へ入りました。諸注意や日程の説明後、防災コーディネーターからは「避難所が全てではない、身を守るためにはどこに避難するかハザードマップを参考に自ら決断」「コロナ禍の避難所がどのような状態になるのかイメージを持って」の指導・助言がありました。

その後、間仕切りやプライベートルーム、簡易トイレの設置を行い、運営側と避難者役に分かれて避難所運営訓練が実施しました。実際の災害では、訓練とは違い様々な混乱が予想されます。明らかになった問題点は改善し、参加者がこの訓練で得たことを地域に広め、教訓を活かすことで「防災・減災の街、橋北」を目指していきます。

＜今回の防災訓練のポイント＞

- ①避難所を運営する側の講習が中心の内容
- ②参加者の限定（密を避け、80名規模）
- ③各自治会から3名（女性1人以上含む）参加
- ④感染防止策の徹底



間仕切り設置の様子



十分な対策をした受付の様子



密を避けて受付に並ぶ様子

羽津地区防災女性部の活動について

羽津地区連合自主防災会 女性部部长 内田尚子

羽津地区連合自主防災会女性部は各自治会から毎年2名ずつ選出され、約60名弱で地域の防災・減災への啓発を主として活動しており、今年はコロナ禍で多くが中止となっていますが、年度行事として様々なイベントを行っています。

今年11月22日に『新型コロナウイルス感染症防止対策に向けた避難所運営ガイドライン』を参考に羽津地区全体防災訓練を行いました。防災女性部では、実際の避難所に必要と考えられる具体的な要素や訓練がスムーズに進むような工夫を考え準備をしました。

①入り口で検温をしたら『検温済』のシールをマスクに貼り、分かりやすくする。

②従来の『炊き出し訓練』に代えて『配食の場所・装備・動線』を考えた訓練をする。

③災害時や避難所で大きな問題となる『ウチ問題』を取り上げたコーナーを展示。

※参加者全員にアンケートがすぐに書けるように全員にメモボードとペンを配布しました。

訓練では様々な課題が生じましたが、コロナ禍での防災訓練を実施できた事は非常に意義があったと思います。当日に実施したアンケートには、訓練方法について様々な意見がありました。アンケートからの課題は今後の訓練に生かすべき事だと思います。実際に災害が起こった時に自分が何をすべきか考え、『自助』の大切さと『共助』の重要性が見えて、地域の防災力向上につながると思います。これからも、地域の中で小さな種をまき続けていけるように、女性部として活動を続けていきたいと思っています。



防災訓練の様子

四郷地区 笹川『みんなの防災セミナー』

四郷地区自主防災協議会 会長 前田 義文

多文化共生モデル地域である笹川地区において、言葉や文化が違う外国人市民が、災害発生時に適切に行動ができるよう、また、お互い顔の見える関係で理解を深め、地域住民と一体となって「共助」の活動ができるよう、笹川連合自治会の関係団体が、多文化共生推進室と連携して、「防災セミナー」を毎年秋に、西笹川中学校体育館で行っています。

本年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止策をとって、2月の実施となります。

＜カリキュラム＞（予定）

1時限 防災講話（危機管理室）

「避難所での感染症対策をふまえた防災講話」「避難所でなくても安全な場所への避難」等

2時限 ① コロナ禍の避難所体験（笹川連合自治会・笹川自主防災隊）

② アルファ米の説明、試食（笹川自主防災隊）

③ 防災倉庫内見学、一部資機材の組立、収納訓練（笹川自主防災隊）

この機会に、災害時の「共助」においては、自治会が中心的役割を担うことから、自治会未加入者には地域からの支援が得られないことがあることを伝え、自治会への加入促進を図ります。

地震への備えをしていますか？

今年 2021 年（令和 3 年）は、1995 年 1 月 17 日に発生した阪神・淡路大震災から 26 年となりました。阪神・淡路大震災では、倒壊した家屋や倒れてきた家具に挟まれ、たくさんの方が亡くなりました。その後、耐震改修に関する法律が制定され、住宅の耐震化や家具の固定の重要性が広く知られるようになりましたが、皆さんは対策をされていますか。

住宅の耐震診断・補強をしていますか？

四日市市では、昭和 56 年 5 月 31 日以前の旧耐震基準で建てられた木造住宅の耐震診断を無料で行っています。また、診断の結果耐震補強が必要となった場合、補強（除却工事を含む）費用の一部を補助しています。

地震は、いつ発生するかわかりません。大切なご家族と自分の命を守るために、ぜひ耐震診断を受けましょう。

～木造住宅住まいの無料耐震診断～

以下の条件に該当する住宅に関して、無料の耐震診断を行っています。

〈診断対象〉

四日市市内に所在する住宅で、下の①～④のすべてに該当すること。

- ①昭和 56 年 5 月 31 日以前に建てた（工事着手した）木造住宅であること
- ②住宅であること（店舗などとの併用住宅の場合は、延べ床面積の半分以上が住宅用）、共同住宅または 長屋
- ③階数が 3 階以下
- ④在来軸組構法、伝統的構法、桝組壁工法のもので、丸太組工法でないもの

また、以下は診断の対象外となります。

- ・鉄骨造の住宅
- ・鉄筋コンクリート造の住宅
- ・木造丸太組工法（ログハウス）の住宅
- ・木造プレハブ工法の住宅 など

住宅の耐震診断・補強に関するお問い合わせ先
建築指導課 ☎ 354-8207



家具の固定、配置換えをしましょう！！

住宅の耐震化とあわせて重要なのが、家具や家電製品の固定です。

大きな揺れが発生すると、固定されていない家具や家電製品が移動したり転倒したりして、けがや最悪の場合命を落としてしまう原因となります。寝室には家具を置かないようにするか、どうしても置かなければならない場合は、L 型金具などを使い、壁にしっかりと固定しましょう。就寝中だけでなく、台所・居間など家族が集まる場所でも対策が必要です。地震の揺れによって食器棚の扉が開き、中身が床に散乱したり、ガラスが割れたりする危険性もあります。扉が勝手に開かないようストッパーを取りつける、ガラスには飛散防止のフィルムを貼るなどの対策をしましょう。

また、逃げ道となるドアや廊下、階段等の近くには家具を置かないようにすることも大切です。

地震が来たらどうなるか？という視点で、ご自宅に危険な箇所がないかどうか確認してみてください。



大雪時の注意事項について ご確認ください

これからの時期の大雪に備えるため、次のことに注意しましょう。

なお、大雪時は、不要不急の外出を控えましょう。

**共助による地域の除雪協力の働きかけ
助け合いの除雪にご協力をお願いします。**

○事前に備えておきましょう！！

- ・積雪で外出できないことに備えて、水、食料、燃料（灯油）などを備蓄する
- ・持病の薬を切らさないよう、少し多め（早めのご準備を）に持つ
- ・停電に備えて、使い捨てカイロ、予備電池、懐中電灯、携帯ラジオなどを準備する

○やむを得ず外出する場合は細心の注意をしましょう！！

- ・路面凍結している部分は歩かない（なるべく避ける）
- ・普段よりも時間に余裕をもって行動する
- ・軒下のそばには近づかない（屋根から雪が滑り落ちてくることがある）
- ・スタッドレスタイヤ、タイヤチェーンなど滑り止めを必ず装備する
- ・車間距離を十分取る
- ・吹雪の中で運転する際は、ライトを点灯する

○除雪をする時は注意しましょう！！

- ・作業は家族、となり近所にも声をかけて2人以上で
- ・建物のまわりに雪を残して雪下ろし
- ・晴れの日ほど要注意、屋根の雪がゆるんでいる
- ・低い屋根でも油断は禁物
- ・面倒でも命綱とヘルメットをつけましょう
- ・作業の時には携帯電話を持っていく

共助による地域の除雪協力の働きかけ

民有地の除雪は、各家庭または各事業者による対応が原則となります。
しかし、豪雪の場合には、高齢者世帯などご自身による除雪が困難な
場合もあるほか、通学路や利用者の多い交通安全上重要な歩道の
除雪については、地域の方の協力が必要となります。

**助け合いの除雪にご協力
をお願いします。**



新型コロナウイルス感染症の感染リスクを減らす、10のポイント

コロナ禍において、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。
新型コロナウイルス感染症から、**あなたと身近な人の命**を守るよう、日常生活を見直してみよう。

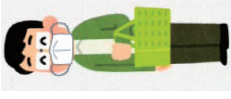
1 ビデオ通話で

オンライン帰省



2

スーパーは1人
または**少人数で**
すいている時間に



3

ジョギングは
少人数で
公園はすいた時間、
場所を選ぶ



4

待てる買い物は
通販で



5

飲み会は
オンラインで



6

診療は**遠隔診療**

定期受診は間隔を調整



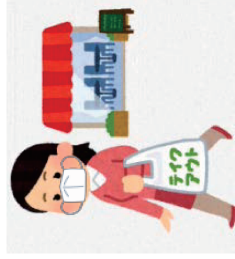
7

筋トレやヨガは
自宅で動画を活用



8

飲食は
持ち帰り、
宅配も



9

仕事は**在宅勤務**

通勤は医療・インフラ・
物流など社会機能維持
のために



10

会話は
マスクをつけて



3つの密を
避けよう

1. 換気の悪い密閉空間
2. 多数が集まる密集場所
3. 間近で会話や発声をする密接場面

手洗い・
咳エチケット・

換気や、健康管理

も、同様に重要です。