

# シルバー防災

編集委員

白戸かずこ  
高部剛  
前田だいじ  
野武弘子

## 自分ごととして

### 他人まかせでなく 防災に取り組む

#### 大災害を生き延びるため

私たちはシルバー防災チームは、高齢者として地区の先住者として、長年の経験や知恵を地域の防災減災対策に活かします。優先すべき私たちの自分ごととして 防災行動◎地域でこれまでどのような災害があったか知る ◎将来起こりうる災害の可能性について

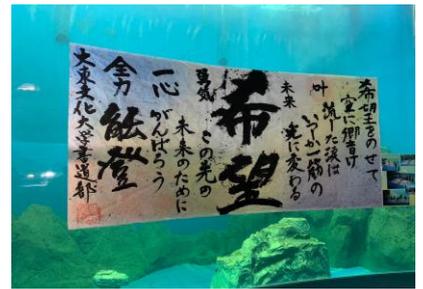
て学ぶ ◎地域の防災マップをつくり活用する ◎地域の集まりで防災教育を進める◎地域に伝わる災害の知識や教訓を集めて防災減災にいかす◎多種のメディアを活用して防災減災について情報共有をすすめる ◎地域のどの場所が災害に弱いかなど

対策をすべきか、自分たちの視点で考える ◎災害時、社会的弱者(避難行動要支援者)の人たちに配慮ができる対策をすすめる ◎災害対応の研修や訓練を受ける。一人ひとりが自分ごととしてとらえて防災減災について、学び考え行動を起こして助け合ったり遂げる。 みんなでつくる防災まちづくりがんばろう



防災まち歩き(みんな)で災害に強いまちづくり  
上手沢上流部の砂防ダム建設予定地を望む

日ごろ、地域の防災訓練に参加していなかった私は、顔を合わせた地域の防災士の方に「参加していきなすみません」と言いました。「失礼ですが自分ごととして考えていないのではないですか」と言われて、まさにそのとおりで一言も返す言葉がありませんでした。災害防災を自分ごととして受け止め、地域の防災訓練に積極的に参加することを目標にしたいと思いましたが、地震や災害はいっつかくるのではなく、明日くるかも知れないとの思いでもう一度、家具や家電の転倒・落下防止やガラス飛散防止対策。家族の最低一週間分の食料備蓄の見直し。自分や家族の命を守り、地域の皆さんと協力して行きたいと思えました。100年先へと続ける防災まちづくり



のとじま水族館(七尾市)  
2025年3月 営業完全再開

## 都留市の災害の歴史

地震・洪水・噴火・飢饉等の伝承

◎都留市は富士山の度重なる噴火で溶岩と火山岩が堆積して長い年月をかけて、現在の地形を形作った。◎享禄に中津森館が炎上し、谷村が郡内の中心になった。◎天保飢饉や伝染病により地域社会に大打撃を与えた。◎明治に豪雨が降り続き、大幡川、朝日川が氾濫し、多数の死者と家屋が流失して、北海道に多くが移住した。◎大正に関東大震災の後、台風の高雨で被害となった。◎昭和になり谷村大火で多くの建物と文化財が焼失した。◎平成になっても豪雪で交通が遮断されて山梨県が孤立して、救命や物流に大きな影響を与えた。『シルバー宣言』自力で逃げられる体力維持

### 孤立しないために

#### 地域で生き抜くために

まずは、家族との連絡方法を確認しておく。また、当たり前であるが、事前に防災用品を準備しておくことが必須である。

この講座後我が家では、すぐに家具が倒れないように再点検し不備であった所に倒れないよう器具を購入し取り付けた。

### 防災再点検

今回、改めて防災について話し合い、自分ができることを確認しました。

忘れてはいけないトイレ それらの中でも特にトイレ用品は重要であるとのことだった。

復旧を待つ期間は、七日間程度の生活を維持できる家庭内備蓄が必要であるといわれている。水・食料・生活物資・常備薬等はもちろん、医療や衛生管理のための物資も必要である。医薬品等は、常備薬も含め袋にまとめて入れすぎ持ち出せるようにしておきたい。

一人一日に平均七回はトイレを使用する。被災した時のために、家庭で簡易便器・蓄便袋・凝固剤・蓋のある容器・トイレットペーパーなどの備蓄は絶対必要であると確信できた。再度防災グッズの点検をしなければならぬ。孤立集落を守るため最近ドローンを利用し物資運搬も試みられている。支援が届くまで地域で助け合う取り組みが大切だと強く思った。