



# いのちを守る防災力

## 阪神・淡路大震災の経験から学ぶ

# 今すぐ役立つ具体策



1995年1月17日未明におきた阪神・淡路大震災。45秒で多くの人生が壊れてしまいました。被災した石井布紀子さんは各地の被災地に足を運び、被災した人たちの話を聞き、そこで学んだことを多くの人に伝えて、これから起きるであろう災害時に、一人でも多くの命を救いたいと活動を続けています。災害の後は長期間の避難所生活でのストレス、人間関係のトラブル、性的暴力なども起きやすくなります。2010年3月6日にエセなおおたで開催した石井布紀子さん講演会の内容をまとめました。



### ◆最優先事項は命を守ること◆



今日は、少しでも災害時の被害を減らしたいという思いで話をさせていただきます。地震災害から命を守るという意味では、私の場合は30分かかりました。最初は、爆発事故に巻き込まれたと思いました。ものすごい轟音がして、叩きつけられるような衝撃、体がまったく動けなくなっていました。動けるようになったのは弟の声でした。「姉ちゃーん！！」って。

被災した方が共通しておっしゃるのは、「轟音を聞いた」です。また、「声に支えられた」という人も少なくない。私自身も、真っ暗闇で腰が抜けたようになって、ほぼ動けない状態の時、声でよみがえった、正気になれたと感じました。

災害が起こったときの優先順位があるなか、まず自分自身が助かることでしょ。全壊しても、死ななければ明日はあります。そういう意味では耐震強化は効果があります。亡くなっている人の多くは古い木造家屋に住んでいる人たちでした。

短い揺れなら、2階以上にいるほうが助かる確率が高いことを覚えておいてください。1階にも安全な所があり、専門家に確認して頂くことができます。「家具を留める」、「整理整頓しておく」ことで、即死やけがを防げます。寝室にはあまり物を置かず、少なくとも高く積み重ねない、よう心がけて頂きたいです。



### ◆命が助かるのは3時間以内◆

大地震の場合、3分ぐらいが分かかれ目です。まだ揺れ続けるのか、逃げ出せる状況なのかがわかります。揺れ自体は1～2分で止まります。そして、まだ揺れるのか、火はどうかと判断すると、1～2分と推察できます。

3・3・3の法則というのがあり、最初の3は自力脱出のめやすであり、30分としています。次に、30分経っても出てこれない人は、3時間以内に掘り出せば助かりやすいとしています。

そのことを知っていた地域があります。2時間で40人を掘り起こそうとされた。最も危険な状況の人を3時間で救うことができたのは、ご近所の底力です。みんなが助かろうと思ったら、無事だった人がどんどん動いていくしかない。その時、誰から助けるかを判断するのに女性の力が大いに発揮されました。

地域で暮らしを支えていた民生委員さんや福祉委員さんの多くは女性たちでした。災害時に支援が必要な人、寝たきりの人、具合が悪い人を熟知し、2階に寝ているなど、世帯の様子もご存じでした。彼女たちが判断の要となり、自治会長さんが支持の要となった。祭りが活発で、子どもから大人までみんなで神輿を上げる地域力は救出力になりました。若い人や力のある人の機動力、福祉や要援護の方を理解している人の発見力、年を重ねて地域の信頼を高めた人の判断力が、救助力となりました。このことから、女性たちの持っている情報を上手に活用して、地域の救助体制を作ると非常にいいと思います。

### ◆救助の要はご近所の底力◆



行政が設置する災害対策本部が機能するまでに、時間がかかる場合があります。夜間や休日なら、職員の出勤に2～3時間必要でしょう。大田区ぐらいに人口が多いと、消防が組織的に動けるようになるには時間がかかると思います。

できれば3日以内には全員の状況を確認して救えるといい。今、国境なき医師団などの国際的援助組織は、世界のどこで災害があっても48時間以内の現地入りを目指しています。3日目、72時間を過ぎると命を救える可能性が絶望的に近づくからです。

阪神・淡路大震災の時、亡くなった6,134人のうち40%の人が3時間以内に、80%の人が3日以内に亡くなっています。助かった人たちは、家族、友人、近隣に助けられた人たちが、なんと95%です。神戸市の消防が、組織として正式に動けたのは5日後でした。

ですから、近くに少しでも信頼できる人、助け合える人がいると、とってもいい。自治会で対策をとるのもいい。避難所のエリアは大きすぎて、3時間の安否確認が間に合わないの、一時(いつとき)集合場所を自治会単位で決めておく。30軒から100軒単位でお互いに声を掛け合いながら、救出活動する体制を作っておくことが大事です。

阪神・淡路大震災で亡くなった人は、女性の高齢者が圧倒的に多く、圧死、窒息死でした。助け合いに参加できた人は

4割ぐらい、6割の人は呆然としていたか、助けられる側にまわらざるを得ませんでした。この4割を5割にできるだけでも、状況が大きく変わるはずと、私は信じています。少しでも意識を持って、知識を持ち、動いてくださる人が増えるだけで、奇跡の救助の確率は上がるのだと実感しています。

### ◆水害時の鉄則は近くの高い建物へ避難◆



災害は地震だけではなくありません。水害もあります。水が流れたあとは、すさまじい土の量、車は半分まで埋まり、川と道路の境目が見えません。雨の量と上下水道の作り方、治水のやり方によっては、一気にあつという間に水位が上がってしまいます。もし、避難勧告が間に合わず水が上がってきたら、あわてて避難してはいけません。むしろ、家や近隣の2階以上、マンションの屋上などに逃げるほうが、生命を守れます。



### ◆震災後5年間幸せに生き延びる法◆

震災の教訓に、「震災から5年間幸せに生き延びる法」というのがあります。冗談めいた話ですが、男性編と女性編があります。震災から3～4年後に、同じことで怒っていた女性の声。「あの震災の日、夫は私と子どもを放って1人で逃げた」と。中には、抱きしめたお父さんたちがいます。中には、かろうじて？後ろを向いて「大丈夫か？」と声をかけた男性もいます。夫の支えや声は大きな力と勇気になって、その後の復旧復興期を乗り切れた、頑張ることができたそうです。

ところが、気がついたら居ない、背中だけ見えた、ならこれはやはり傷ついたし、もうなんやねんって感じがあったそうです。そこで、男性のみなさんは、震災から5年間を幸せに生き延びるためにも？家族を抱きしめて頂きたいとお伝えしますね。

女性編はもっと深刻かも知れません。男性の本音を聞き出しにくい中、4年を過ぎてから4人の方が同じことを私に吐きました。「いやあ、いろいろあったけど、地震の時から忘れられないことがあってね。あの時、ウチのやつはわしを跨いで逃げて行きよってなあ」って。つまり、女性が受け取れる教訓は、跨がないことでしょう、とお伝えしています。

ショックと恐怖の中で、相手が自分を気にかけて、声をかけ、守ってくれようとする。その関係は大きな生きる力になります。不謹慎な教訓かも知れませんが、男女が支えあえる社会にしたいなあ、私は受け止めさせてもらっています。



### ◆防災から人を助ける減災へ◆

これまで日本の市民防災では、技術習得、AEDや消火器などの使い方の習得が中心であり、加えて自主防災組織結成が推進されました。個別の被災者支援は遅れていましたが、高齢者が亡くなる割合が高いことから、要援護者固有の課題に向き合い、被害を減らす考え方を国が掲げました。物中心の防災から人の被害を減らす活動を減災として、地域のつながりを大切に育てていくようになり、約5年が過ぎました。

さらに、災害時のボランティア活動の活躍は大きく、普段のボランティア活動が減災の力に繋がっていることがわかります。男女共同参画の勉強をしながら、地域の福祉を支えていた人、

子育て支援に関わる人、清掃や環境保全活動、お祭り、さまざまな活動を行なう人が、顔の見える関係、挨拶できる関係を築いていると、実は減災の活動に役立つことがわかっています。



### ◆避難所は住民の力で知恵を出し合う◆

では、避難所についてお話しします。災害後、一時的な避難拠点となる避難所。2～5日で入居ピークとなり、仮設住宅入居とともに閉鎖になります。発災当初、被災者の暮らしに影響が高いのは上下水道の復旧であり、3週間がメドになります。そして、3カ月間で仮設住宅入居と見通して頂きたい。とはいえ、災害の規模により変化します。阪神の時は、避難所閉鎖は約7カ半月後の8月末でした。体育館の床の上での集団生活は、ストレスや不安感が大きく、凄まじかったと記憶しています。

ただ、避難所生活のことを少しわかっておいていただくと、対処の仕方を考えやすくなります。快適化をめざし、関連死を減らすよう心がけたいものです。新潟中越地震の被災地では、車中生活を選んだ人がエコノミークラス症候群で亡くなっています。ノロウイルスやインフルエンザなどの感染による病死など、災害後の避難生活などの影響による死亡者を関連死者と認定し、助け合って元気を保つ工夫はできると考えられます。

避難所を少しでも快適にするための工夫では、導線づくりとレイアウトに留意できます。まず、広い部屋は通路を確保。ここは倉庫、ここはゴミ捨て場、ここはトイレのように、機能別にスペースを区切ります。トイレは、水道が止まった時は洋式化が理想です。ポータブルでもよく、ビニールを貼って、使う度に凝固剤で固めて捨てられます。トイレの課題はまだまだ大きいです。

その他に、快適避難所づくりのポイントとして、衛生管理、食事管理、健康管理、組織的管理などがあります。官民協働で快適な避難所づくりを行なうことが理想ですが、役所は災害対策本部としての機能を果たすために、避難所にははいけない、私はそう実感しています。



### ◆自分の困りごとの改善策を考える◆

防災リュックには、自分が何に困るかを考えて、必要なものを入れておいていただきたいです。生理用品、眼鏡、入れ歯、ウェットティッシュ、ミルク、オムツ等。避難所で女性が困るのは、安心して着替えられる場所がないことだと判断して、男女別の更衣室を作った避難所がありました。その避難所はとても安定しているように見受けられました。

避難所には、残念ですけど悪い人も来ます。人がたくさん集まることでハイになりやすくなり、暴力発生の危険性が高くなりますので、要注意です。

社会的に女性が弱い面も感じました。支援は世帯主が中心になり、内縁の妻や世帯主でない女性が、制度としての支援を受けにくい困難がありました。また、男性が社会にどんどん復帰して、パートを含めて女性が出にくい状況が起きていました。阪神の災害では、保育所が壊滅的でしたので、女の人が家を守って男が社会を守るということになりました。

さらに、雇用面では、たくさんの女性パート職員が不当な解雇処分を受けました。いずれにしても、女性のみなさんにはそれぞれに固有の困難をよく理解して、ご自身でできる備えを進めていただきたいと思います。働き方、人生のさまざまなリスクにどう向き合うのか、一度だけの人生を気持ちよく生き抜くため、家を強くし、備えを進める。夫や家族、ご近所のみなさん、気心の知れた仲間たちと、協力してどうやって乗り越えていくのかを考えて行動することも、とても大切だと言えます。そういった取り組みが、線となり、面になり、行政と市民が力を合わせて、地域の特性に合わせた対策を進めたり、快適で個性のある避難所を作っていくことにつながっていくと考えています。

◆減災の力は地域のコミュニティ◆

さて、都市部に行けば行くほど、重要となる復旧期の災害対策として相談窓口設置があります。さまざまな窓口が有効ですが、阪神・淡路大震災での、兵庫県立男女共同参画センターの設置窓口が印象に残っています。3日後から稼働し、女性固有の問題にも対応できるようにしました。私がいちばん感動したのは、12項目の情報ファイルです。ライフラインの復旧の見通しに関するファイルです。テレビやラジオ等から、徹底した情

報収集を進められたそうです。お風呂やお店の復旧状況、行政の支援情報。現状がわかるだけでも安心できますし、「もうすぐ変わる」という見通しを持つと意欲が出ます。今後、災害復旧時には、身近な生活情報ファイルをさまざまな機関が共有して被災者に寄り添うことが大切になる、と感じています。

私は阪神大震災以降、たくさんの被災地に行き、減災・防災の活動に関わらせていただきました。そして、最も深く理解できたことは、「人は一人ひとり必ず、その人に特有の力、固有の力、感性がある。その一人ひとりが持っている力がうまく組み合わせられていくことで、絶望感や不安感やいろいろな衝撃を乗り越えて、また新しい生活や気づき、新しい未来を作っていくことができる」ということでした。自然災害は突発的で、脅威は非常に大きい。生命をも脅かします。だからこそ、特に生活が壊れる地震では、生活を支えている女性の視点をうまく活かし、男性の機動力や組織力を活かしていくことで、解決を図ることが可能になるのです。日ごろから、防災から始まる地域づくり、防災から始まる身近なコミュニティに関心をもち、共感する人の輪であるコミュニティ作りを大切にしていきたいと思います。ご清聴いただき、ありがとうございました。(まとめ 田中きょうこ)



INFORMATION **エセナおおた**

第33号

平成22年6月15日

特集:「いのちを守る防災力 阪神・淡路大震災の経験から学ぶ  
～今すぐ役立つ具体策～:石井布紀子さん」

発行:大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

# 人も社会も環境も 多様性が未来を開く



5月22日は「国際生物多様性の日」、2010年の今年は「生物多様性年」です。国連は「生物多様性、それはいのち。生物多様性、それは私たちの暮らし」とスローガンをかけ、10月には、名古屋市で生物多様性条約第10回締約国会議が行なわれます。

地球上には約3千万種以上の生き物がいて、お互いが絶妙なバランスを保って共存しています。人間は、大気、水、食料、木材、医薬品、伝統文化、災害防止など多くの恵みを、その多様性から得ています。一方で、その豊かさを破壊しているのも人間です。現在、100種もの生物が毎日絶滅しつつあり、恐竜が絶滅した時代と同じ危機的状況にあると考えられています。そこで、世界全体で多様な生物を守っていくことを約束した条約が、1992年の地球サミットで採択されました。

地球上の生物はお互いに複雑なつながりを持っているため、一つの種が失われると、次々に連鎖していきます。人類も自然の一部であり、すべての命は自然の多様性に支えられています。多様性が重要な役割をするのは、自然だけではなく、人間の社会や組織も同じです。

今日のようにヒト・モノ・オカネ・情報が国境を越えグローバ

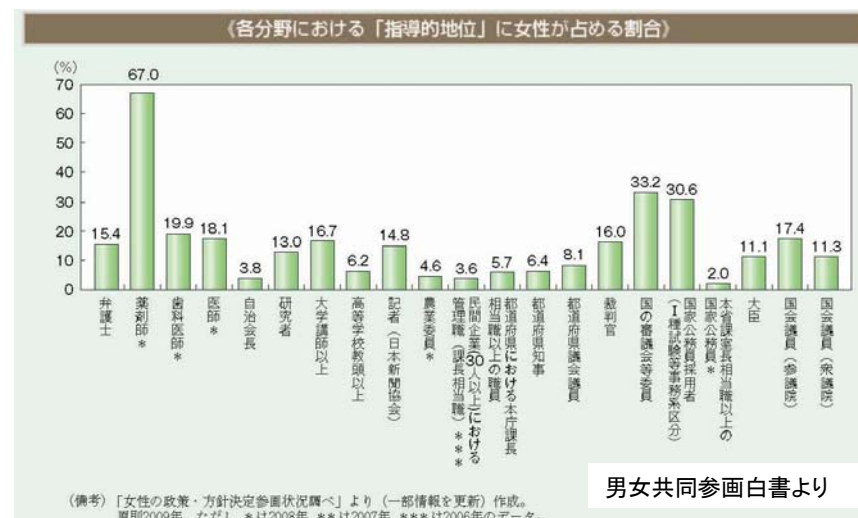
ルにつながっている時代には、単一の価値観の社会や組織では柔軟な対応ができません。欧米社会では、最高多様性責任者(CDO)という役職を設ける企業が増えています。国籍・性別・人種・学歴・経験などに関係なく、人材を採用し、組織を多様にする役割を担っています。企業の経営に関しても、男性だけで戦略を練るよりも、女性を含め多様な人材が参加すること

で、多様な検討ができるようになります。また、女性は男性よりも現実的に考える傾向があり、安定した企業運営につながっているといえます。

事実、ヨーロッパでは女性役員比率が高い企業は、そうでない企業よりも経営成績が良く、自己資本利益率(ROE)で5割、粗利益率で4割も高くなっ

ています。ひるがえって、日本の状況はどうなっているのでしょうか? 女性の社会進出について、世界からかなり遅れをとっています。国連開発計画(UNDP)による2009年の男女共同参画指標(GEM)で日本は109か国中57位です。GEMは国会議員に占める女性の割合、管理職に占める女性の割合、専門・技術職に占める女性の割合、男女の所得推計値の4つの統計を元に計算されています。欧米の管理職の女性比率は30~40%であり、日本と比べると大きな差があります。

企業が女性の活用を進めると同時に、社会全体が多様性という観点から、女性を始め、多様な人材が活躍できるシステムを築く必要があります。



片山善博さん講演会 エセナフォーラム2010

大田区発! **社会も家族も  
幸せにする秘訣**



ゲゲゲのふるさと  
~鳥取県を元気にしたあの前知事が語る!!~

**午後2時~4時**  
(入場無料・事前申込による先着順170名)

エセナおおたの催し物に FAX、メールでのお申込には必ずこちらから受付返信をいたします。申込み後3日を過ぎても返信がない場合は、届いていない可能性がありますので、電話で必ずお問い合わせください。

大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」  
〒143-0016 東京都大田区大森北 4-16-4  
電話 03-3766-6587 03-3766-4586  
FAX 03-5764-0604  
e-mail escena@escenaota.jp  
HP URL <http://www.escenaota.jp/>  
メルマガ [escenaotamail@yahoo.co.jp](mailto:escenaotamail@yahoo.co.jp)  
指定管理者 NPO 法人 男女共同参画おおた

エセナおおた映画会

夢に向かってたくましく進み続け、ファッションの歴史を塗り変えた  
**「ココ・シャネル」**  
8月7日(土) 13:30~16:00  
エセナおおた多目的ホール

申込受付は  
7月1日より

