

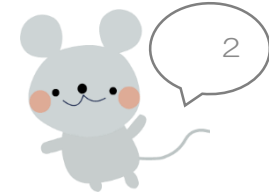
# 避難所ってなんだろう？

国立研究開発法人 防災科学技術研究所  
マルチハザードリスク評価研究部門 鈴木比奈子

2019年11月6日桜川市立大國小学校  
参考：教育現場の防災読本（中井、2018）



# 防災とはなにか（おさらい）

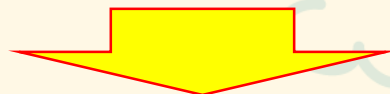


## 災害から生きのこること

- いつも小学校にいるとは限りません
- いつも家にいるとは限りません
- ディズニーランドで災害にあったらどうしますか？
- 今いる場所以外のところに住んでいるかもしれません



どこにいても  
どんな災害でも  
生きのこること



災害に対応できる人になろう！





# 「避難所」には種類がある

ひなんばしょ

## • 避難場所

- 災害から身を守る場所
  - 広域避難場所、一時避難場所などと呼ばれる
    - 公園、神社、ビルなど
  - 注意：生活をすることはむずかしい



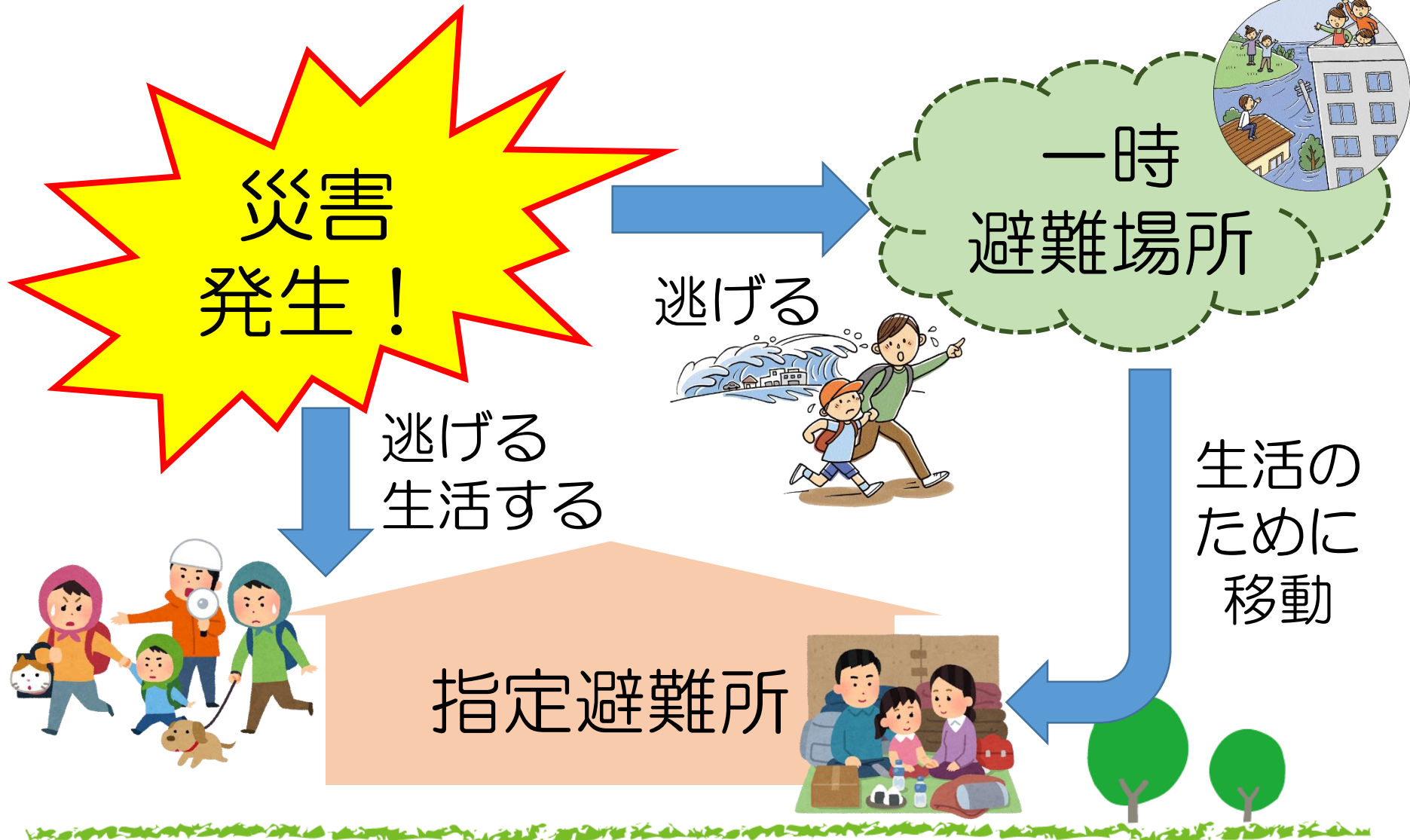
していひなんじょ

## • 指定避難所

- 一時的に生活をする場所
  - 指定避難所、福祉避難所などと呼ばれる
    - 学校、公民館など
  - 注意：安全な場所にあるとは限らない



# 「避難所」 にくるまで 2通りある



# 「避難所」とは



- ちいきの人の数で計画をしている
  - びちくや収容人数はその数で考えている
  - 桜川市：2km以内に避難場所を設定
  - 桜川市：指定避難所の広さ一人当たり2.0m<sup>2</sup>

- 避難対象者は全員ではない
  - そのハザードに「合致する住民」

- 人によって避難所が変わる
  - 3歳以下のお子さんと親→体育館以外の個室
  - 生活の全部に介助が必要な人→福祉避難所



# 自分たちだけで避難所にいることを想像する



## ◆ アレルギー

- 食物、ぜんそく、アトピー性皮膚炎など
- アレルギーを示すカードを作成する
- 周りの人にわかってもらうようにつくっておこう。



## ◆ ひとりでいない

- おきがえは男女が分かりづらいのものをきる
- おトイレはひとりでいれない

⇒男女ともに不審者にいやがらせを受けた事件があります



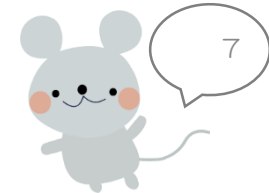
## ◆ もちもの

- いつもじゅんびしておきたいもの
- おくすりや生理用品
- 連絡先や本人の情報はあったほうがいい（他人にはみせない）





# こんなことが起こる可能性がある



- 風邪や胃腸炎
  - せき、おなかが痛くなる、きもちわるくなるなど
  - 体が弱っているとかかりやすい
- エコノミークラス症候群
  - 同じしせいで長時間いるとなる
  - 下半身に血栓ができる。
- 不眠（ねむれない）
  - 寝不足で体力が落ちる
  - ざこねで足音が気になる、など
- 体が冷える
  - 板張りは思ったより冷える
- プライバシー
  - 着替えたり、寝るのに他の人が気になる



# 「避難所」で気をつけたいこと

- かぜや胃腸炎
- エコノミークラス症候群
- ねむれない（不眠）
- 体が冷える



- 床から30cm高く寝ると解消される
  - ホコリを吸い込む量が減る

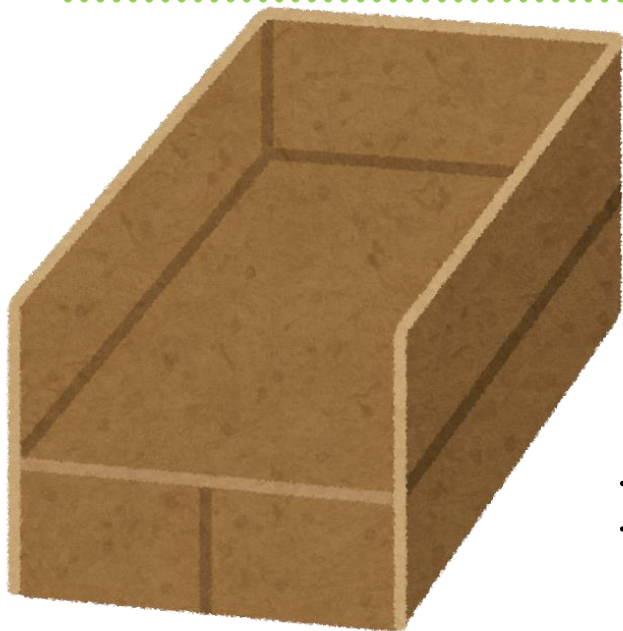
- プライバシー



- かべを作って、空間を作ることで解消

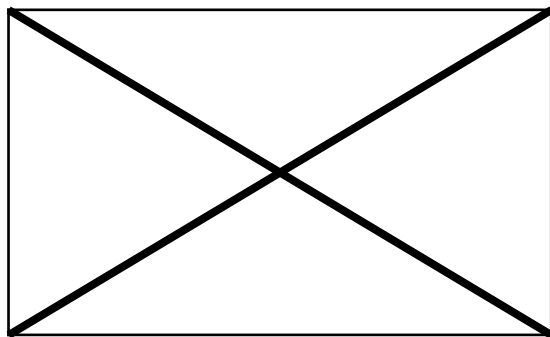
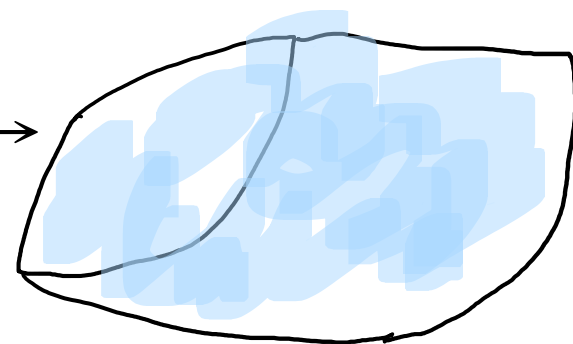


# ダンボールでベッドや壁をつくらう



←段ボールを8個くらい  
組み合わせるとベッドになる

ゴミ袋に新聞紙を→  
入れて足を  
入れると温かい



←はこのなかにX状に  
すじかい（筋交い）を入れると  
はこが強くなる

# みんなのあそびばを避難所につくろう



- 災害時には小学校や中学校が避難所になる



- 学ぶ場所、あそび場所がなくなる  
▶ 自分たちでつくっていい



- おとなにもあそび場所をつくってもらおう



- こどもはあそびことがストレス解消
- 遊んでいいんですよ！！

