

熊本地震で改めて知った地震の恐怖

～絶対に安全がないからこそ備えておく～

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>「いいね！」
お願いします<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>

九州最大規模の震度7

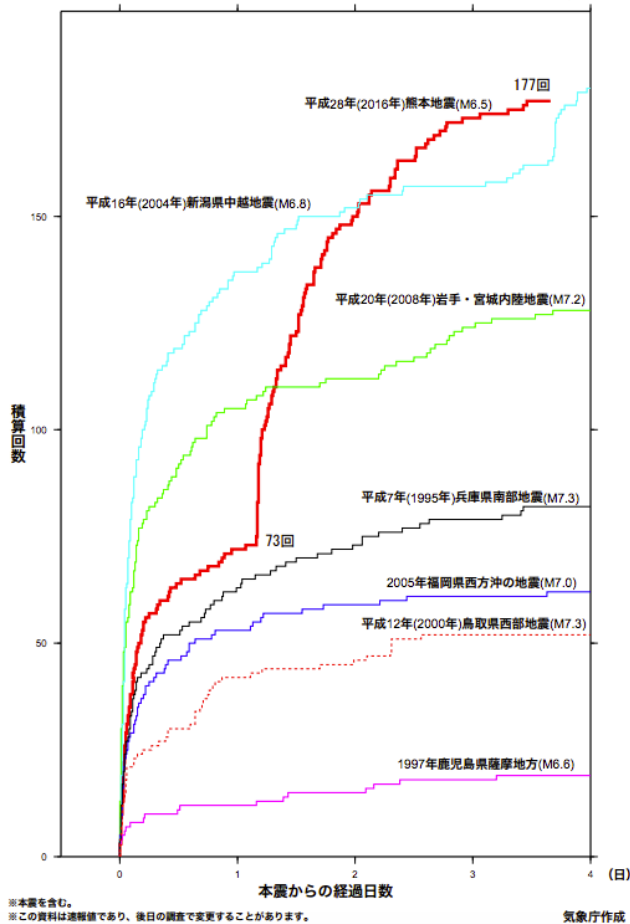
2016年4月21日2時26分、緊急地震速報が鳴り響き、激しい揺れが九州全体を襲いました。震度7を九州で初めて観測したこの14日の地震が「前震」であり、更に大きな規模の地震が来るとは想定されていませんでした。そして16日1時25分、再び震度7の「本震」が九州を襲いました。

14日、16日と2回にわたり震度7の地震が発生し、今もお熊本県や大分県では余震が続いている。今回の「熊本地震」。その規模は数字を見ても明らかに異例で、気象庁震度階級では最も大きい震度7が二回は震度1以上の揺れは地震発生から一週間で77回を記録しました。震度1の774回という回数はいずれにも多く、平成7年の阪神淡路大震災の約190回、新潟県中越沖地震の約580回を遥かに上回っており、4月・5月の累計で1600回を超えています。今回は幸いにも津波の被害は起きませんでしたが、家屋倒壊や土砂災害によつて、多くの被害者が出る結果となりました。消防庁の発表によると、5月24日時点で、住宅の全壊が7,996棟、半壊が17,803棟、一部破損が73,635棟確認されています。また、公共建物の被害も248棟確認されています。

株式会社安信のスタッフも、現地へ支援物資をお届けに向かいました。スタッフの向かったのは震度7の被害があつた熊本市内を（ましき）町。熊本市内を抜けて益城町へ入った途端、目の当たりにする被災状況

に愕然としました。どこへ目を向けても倒壊した家屋が並び、道路もいたるところに路面陥没やひび割れが起きていました。被災者の中には、14日の時点では避難していたものの、「もう大きな地震は来ないはず」と思い込んでしまったり、車での避難生活に疲れてしまったりという理由で自宅に戻り16日の地震で建物の倒壊などに巻き込まれて亡くなったという方もいらっしゃいます。地震によって倒壊した家屋も、14日の時点では倒壊しておらず壁にひびが入っているだけだったものでも、その後続いた余震の影響によって倒壊してしまったという事例が数多くあるため、地震のあとの行動が明暗を分けると言えるでしょう。

内陸及び沿岸で発生した主な地震の
地震回数比較（※本震を含む）（マグニチュード3.5以上）
2016年04月18日13時30分現在



※本震を含む。
※この資料は速報値であり、後日の調査で変更することがあります。
※今回の地震は14日2時26分の地震からの経過日数及び累計日数。

近年発生したマグニチュード6を超える巨大地震の地震発生回数。熊本地震では、14日に観測した前震から2日目で発生した余震の回数が新潟県中越地震を上回った（提供：気象庁）

震災で倒壊した家
（熊本県 益城町）



災害時の豆知識～vol.19～

防災グッズの収納

【防災グッズの収納ポイント「分散収納を行う」】

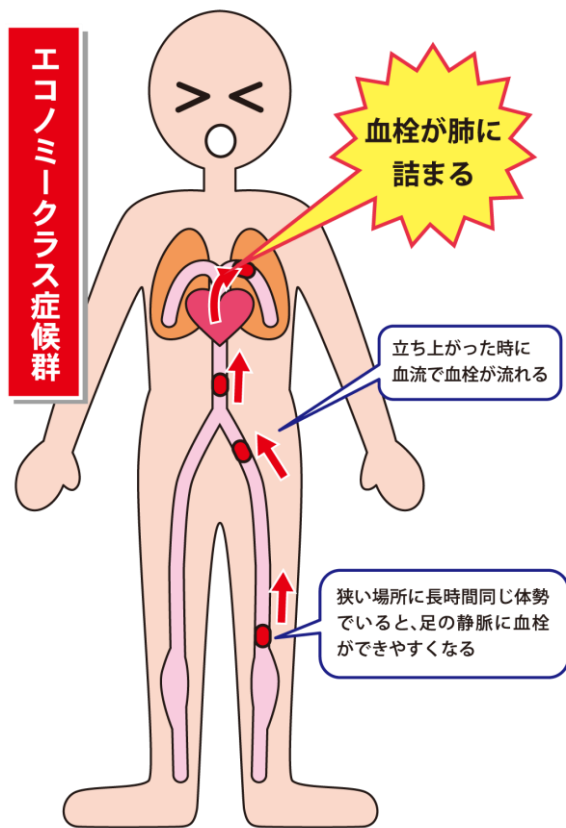
非常用持ち出し袋は、もしもの時にすぐ出せる場所、たとえば玄関や廊下など脱出経路に置くのがよいといわれています。

ただし、そこだけに全員分を置いてしまうのは少々危ないかもしれません。なぜなら実際の体験談として、物が倒れていて通れなかった、ドアが開かなくなってしまったなどが原因で「玄関まで行き着けなかった」という方がいらつしたからです。非常用持ち出し袋も備蓄品も1か所にまとめてしまっておくのではなく、分散して収納するのが、収納の面でも出しやすさの点でもよいといえます。それに、備蓄品は分散して収納すれば、ずいぶん多くのものをしまえるようになります。

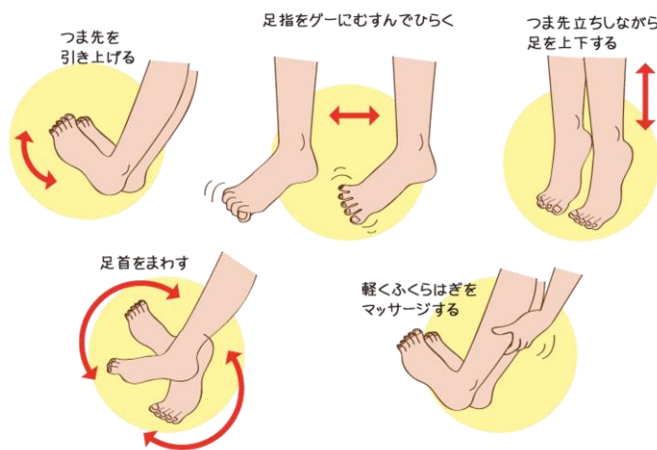


震災は起こった後も要注意

～避難所生活に潜む危険～



■ エコノミークラス症候群を予防する運動



■ 今もなお続く避難生活
本震の起こった16日の翌日には18万人を超えた避難人数も次第に減ってきつつありますが、現在でも7,000名ほどが避難生活を送っています。ニュースなどでも報道されていましたが、避難所へ入りきらず車中泊をしている人々も多く、避難所の駐車場だけではなくコンビニの駐車場や空き地などで避難生活を送る人もいらつしやいました。震災から約二ヶ月、長引く避難生活で気をつけなければならぬことがあります。

■ 避難所生活での危険
今回の地震だけではなく、震災後の避難生活の中で危険とされていることがあります。それは、エコノミークラス症候群と呼ばれる静脈血栓塞栓症です。今回の熊本地震の被災者も、5月15日までに51人がこのエコノミークラス症候群を発症し、そのうち1名が亡くなっています。

この病気は、飛行機内などで長時間同じ姿勢を取り続けて発症することがよく知られています。長時間同じ姿勢でいると足の血液の流れが悪くなると血の塊ができてしまうといわれるもので、中には、その塊が血管を通じて肺の動脈まで運ばれ、最悪の場合血管がつまって亡くなることもあります。

車の中だけでなく、避難所でも体を動かさずに座ってばかりいると発症するリスクが高まるとされています。東日本大震災でも地震の発生から四ヶ月後までに宮城県内の32の避難所で、足の血管から血の塊が確認された人が190人見つかっています。

■ 自分でできる予防法
地震が起きて、無事に避難場所へ辿り着いたとしても決して気を抜いてはいけません。血栓は治療よりも予防が重要なのです。

12年前の新潟県中越地震で多くのエコノミークラス症候群の患者を診察し、今も診療や検診を続けている新潟大学医歯学総合病院の榛沢(はんざわ)和彦医師は「地震直後で車中泊が続く時期は、血栓ができていく危険。長時間同じ姿勢をとらず、こまめな水分補給を心がけるとともに、ゆとりを持ったスペースを確保し、生活を少しでも日常に近づけることが大切」と話しています。避難後の健康状態にも気を配り、予防しておくことがとても重要です。

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



災害時の豆知識～vol.20～

災害用伝言ダイヤル

【災害用伝言ダイヤル】の利用方法

災害用伝言ダイヤルの番号は「171」です。

ここに電話をかけ、そこで録音・再生を行ないます（固定電話、公衆電話、携帯電話などから可能）

●自分がメッセージを録音する場合 171+1+ [被災地内の電話番号]

●相手のメッセージを再生する場合 171+2+ [被災地内の電話番号]

※「被災地内の電話番号」は市外局番からです。

※録音する場合は、30秒という時間制限があるため、要点を手短かに録音するのがコツです。

※メッセージ録音後、「8」をプッシュすることで録音内容の確認、「9」で録音のやりなおしができます

（そのまま切っても伝言は録音されます）

災害用伝言ダイヤル 171

●伝言の録音

171+1+ 自分の家の電話番号など

●伝言の再生

171+2+ 自分の家の電話番号など

このほか、災害用ブロードバンド伝言板や携帯電話会社の伝言サービスもあります。



益城町新耐震基準 家屋51棟が倒壊

建築基準法による 耐震基準の見直し状況

1950年	建築基準法制定 震度5強程度でほとんど損傷しない
1978年	★宮城県沖地震 震度6強から7程度で倒壊・崩壊しない ※木造家屋の壁の強度規定を引き上げ
1995年	★阪神大震災 震度6強から7程度で倒壊・崩壊しない ※木造家屋の柱と土台を金具で固定するよう義務化
2016年	★熊本地震 見直しも念頭に対応検討
？年	

西日本新聞 5月15日分引用

◆新耐震基準の家屋も倒壊
今回の熊本地震で震度7を二度記録した熊本県益城(まさき)町では、新耐震基準の規定が強化された2000年以降に建てられた木造家屋も数多く倒壊しています。消防庁発表によると、5月24日時点で住宅の全壊が7996棟、半壊が17,866棟、一部破損が73,035棟確認されています。また公共建築物の被害が248棟確認されています。詳しい調査によると、倒壊は免れたものの大きく傾いた全壊家屋では、太さや長さが適切でなく、太さ

わられていたり、壁のバランスが悪かったりするなど、設計上の配慮不足や施工不良が数多く見つかつたそうです。
調査を担当した京都大学の五十田(いそだ)博教授は「現行の基準は『倒壊しない』という最低基準であり、基準に適合していても地盤や設計、施工の不良があれば倒壊・全壊することは想定される」と指摘しています。
建築基準法は地震で建築物が損傷、倒壊しないように強度基準を定めている法律です。以前は中規模地震(震度5強程度)の揺れがあつた場合に「倒壊せ

■新耐震基準なのに何故？
では、何故2000年に規定が強化されたにも関わらず、今回の地震によって倒壊してしまつた家屋が多かつたのでしょうか。
その理由として、現在の新耐震基準が「一度目の地震に耐えることを前提としており、何度も大きな地震が続くことは想定していない」ということが考えられます。一度目を耐え、その間に補修し二度目の大地震に備えるための法改正だつたのですが、地震は二度目に来るとポディブローのようになり、柱や梁にダメージを与えていきます。最初の地震で損傷し強度が落ちることによって、むち打つようになつて揺れやすくなります。
もちろん、耐震基準をクリアしている家とクリアしていない家では被害の差は明らかだつたのですが、耐震基準をクリアするのための補強にはかなりの予算がかつてきます。そして新耐震基準というものはあくまでも最低限の基準であり「クリアしているから絶対に安全」という認識ではないので、防災への意識を高めることが大切です。

日頃から意識しておくことで、いざ震災が起こった時にスムーズに行動することができ、身を守ることにつながります。準備を怠らず、意識を高めることが大切ではないでしょうか。

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>「いいね！」
お願いします<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>

災害時の豆知識～vol.22～

スマホのアプリにも防災

【防災アプリで情報収集】

いざという時の為にスマホにも防災のアプリを入れておきましょう。
実際に地震が起きた直後では混乱状態に陥りやすいので、いざという時の対処法や情報をスマホから取得することが出来ます。

- ◆天気・気象情報から安否確認まで網羅「goo防災アプリ」(無料・iPhone/Android)
- ◆近くの避難所をすぐに見つける「全国避難所ガイド」(無料・iPhone/Android)



ダウンロード後一度見てみる事をお勧めします

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>「いいね！」
お願いします<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>

震災から生まれた教訓

■被災者の想いを繋ぐために
皆さんは、東日本大震災や阪神淡路大震災で被災した方々から「震災を風化させないでほしい」という言葉が出ていることをご存知でしょうか。ただ言葉だけを聞くと、被災地が忘れ去られると寂しい。復興への興味が無くなるのも寂しい。という思いだと受け取ることもできます。実際に、震災が起きた直後は日本中、そして海外からも被災地を心配する声や復興支援の物資やボランティアが集まりましたが、日が経つに連れその意識はだんだんと薄れていきます。しかし、実はこの言葉には忘れられてしまったのは寂しいというものとは違う意味が込められているのです。

■震災に向けて何を備えるか
日本各地で起こる地震ですが、いっどこで発生するか分かりません。本来地震は起きないと思われていた地域でも、大きな地震が発生しています。地震は普段の備えが重要となり、その備え次第で被害をいかに抑えることができるかが決まってくる。震災が起きた際に助かる要素は大きく3つです。1つ目は自分で自分を助ける「自助」、2つ目に家族や企業、地域コミュニティで助け合う「共助」、最後に国や行政による救助・支援の「公助」です。

■いざという時への準備
「自助」に取り組むためには、災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、様々な場所での地震や津波などに遭遇した際の身の守り方を知っておくことが必要です。建物の中の場合でも、自宅や友人宅、会社やスーパーなど様々です。その他には、車に乗っていたり電車に乗っていたり、海や川の近くへいることもあるでしょう。もちろん、「地震が起きた時にこれをすれば確実に助かる」という方法があるわけではありません。災害時に備えて、避難後に生き延びるための水や食料など必要なものを用意しておくことは非常に大切ですが、これらの避難グッズにも、これで十分や絶対大丈夫というラインはありません。準備だけで安心せずには何が一番大切かを理解しておくべきでしょう。用意した持出品や備蓄品は避難後の生活を支えるものであり、命あつてこそそのものだということを忘れないで下さい。まずは安全を確保し、命を最優先にした行動を心がけてください。命さえ助かれば後の生活はなんとかなります。

被災者の方が述べているように、もう震災で亡くなったり傷ついたりする人々を増やさないためには、私たち一人一人が明日は我が身という意識を持たなければなりません。

72時間の壁が生死の境

【東日本大震災の救助者数】

《防衛白書平成24年版より》

3月11日（震災発生当日）	8202人
3月12日（震災発生翌日）	6362人
3月13日（震災発生3日目）	3944人
3月14日（震災発生72時間の4日目）	465人
3月15日（震災発生5日目）	203人
3月16日（震災発生6日目）	77人
3月17日（震災発生7日目）	26人
3月18日（震災発生8日目）	7人

消防や自衛隊の救助隊性が完全に整うのにかかる日数は3日です。災害時の人命救助では「72時間の壁」や「黄金の72時間」などと呼ぶ例もあります。一般に、人間が飲まず食わずで生き延びられる限界が72時間であったり、阪神淡路大震災や東日本大震災での救助された人の生存者の割合が、発生から3日を境に急減したことが根拠となった表現です。ただ救助を待つだけでは手遅れとなってしまいます。



普段から備えを忘れない

もしものために今できること



地震発生後、身動きが取れるようになったあとは？

■ライフラインは「水」
地震が発生して身動きが取れるようになると一番に確保すべきは水です。人は1日あたり約3リットルの水が必要で、断水してしまった場合、給水車などで水が供給されるようになるまでしばらくの時間がかかります。災害の規模や地理的条件により変わるため、少なくとも3日分以上の水を用意しておく必要があるといわれています。4人家族の場合、3日分で2リットルのペットボトル18本分の水が必要です。

また飲み水だけでなく、トイレや洗い物に使うための水を風呂などに汲みおきしておきましょう。飲み水は給水車で手に入りますが、生活に使う水は断水状態の場合は手に入れるのが大変です。実際に被災地でも飲み水は確保できても生活用水の確保に困ったという事例があります。日頃から風呂桶にまとまった量の水を汲みおきしておく、と断水になっても慌てずにすみ、残り湯でもトイレに十分利用できます。ただし、風呂桶にはふたをしておき、小さな子供が水に落ちないように注意しておく必要があります。

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



■非常用持ち出しバッグを用意する
日頃から非常用持ち出し品を準備してリュックサックやかばんにつめておきましょう。避難の時に支障の無い重さは成人男性で15キロ、女性では10キロほどです。中に入れておくのは、乾パンや缶詰などの非常食、目安は水同様に少なくとも家族3日分です。大事な情報源のラジオ、懐中電灯、予備の電池も必要です。それに衣類、毛布、傷薬や常備薬、手袋・ティッシュ。家庭によっては、おむつやミルク、離乳食、眼鏡やコンタクトレンズの保存液。貴重品もいざという時に持ち出せるよう日頃から整理しておきましょう。食料品は賞味期限があるため定期的に中身を循環させましょう（ローリングストック）。最近には様々なタイプの非常食が販売されているため、普段から食べ慣れておくと、非常時に味が合わないということを防げます。防災について家族で話すきっかけにもなるのでおすすめです。

■日用品を活用する
普段から使用しているものも非常時に役立ちます。例えばラップは、皿を包んでその上に食事を盛り付ければ、皿を水で洗わずにすみます。ゴミ袋用の大きなポリ袋は、水を汲みに行く時にバケツの中に敷きます。口をしれば、運ぶ時にごみも入らず、水がこぼれることもありません。粘着テープは散乱したガラスの破片を拾うことにも活用できます。災害時に活用するために少し多めに買っておくとい良いでしょう。

持ち出し品リスト（防災新聞5号より再掲載）

貴重品 - 現金 - 車や家の予備鍵 - 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど - 銀行の口座番号・生命保険契約書番号など - 健康保険証 - 身分証明書 - 印鑑 - 母子健康手帳	情報収集用品 - 携帯電話 - 携帯ラジオ - 家族の写真（はぐれた時の確認用） - 緊急時の連絡先 - 広域避難地図 - 筆記用具	食料・飲料 - 非常食 - 飲料水 - 紙オムツ - 生理用品 - 粉ミルク	便利品など - 懐中電灯 - 笛やブザー - 万能ナイフ - 使い捨てカイロ - マスク - ビニール袋・ラップ - アルミ製保温シート - 毛布 - スリッパ - 軍手か皮手袋 - マッチ、ライター - 簡易トイレ - 救急セット - 常備薬 - タオル - 着替え - ウェットティッシュ
---	--	---	---

■持ち出し品を再確認しておく
防災新聞でも何度かご紹介していますが、いざという時の持ち出し品リストを確認しておきましょう。特にラジオやスマートフォンなどは情報収集に必要なもので、いざというときに電池が切れてしまわないように予備を多めに用意しておきましょう。可能であれば複数の場所に非常用のバッグを用意できていると安心です。免許証や保健証は1枚しかないの念のためにコピーを取っておくとよいでしょう。携帯電話やスマートフォン以外の電話帳以外に紙で電話番号を控えておけば充電が切れた時にも公衆電話を使って連絡を取ることができるため用意しておきましょう。

防災新聞が届いたら構の下に潜る練習を



よく避難訓練では机の下に隠れるように教えられますが、実際は物が落ちてきた際に机ごと押しつぶされてしまう危険もあります。

安信の構シリーズは耐荷重があるためかなりの衝撃に耐えられます。構シリーズをご購入いただいた方は、潜る練習をぜひひたしておきましょう。地震がおこるとパニック状態になったとき高さがつかめずに頭を強打してしまうなど、思わぬけがをしないように可能性のあるため普段から潜る練習をしておくことをお勧めいたします。