

# 昭 和

## 地域ニュース

No. 47

令和5年(2023年)

1月号

発行 中野区昭和中野区民活動センター運営委員会  
編集 広報部会 昭和地方ニュース編集会議  
〒164-0001 中野区中野 6-16-20  
TEL : 03(3368)8164  
FAX : 03(3368)8168  
E-mail:nakano\_showa@nifty.com  
http://www.nakano-showa.gr.jp/



我が家のアイドル  
昭二町会の小池さん。我が家の猫「ミント♂、バニラ♀、オリーブ♀」です。みんな元保護猫です。いつまでも元気でいてね！

ミント バニラ オリーブ

### 「自分たちのまちは自分たちで守る」中野区総合防災訓練

令和4年11月27日(日)に昭和・東中野地域中野区総合防災訓練が行われました。総合防災訓練は、防災関係機関と住民が共に訓練を行うことにより、区民の防災意識と防災行動力向上を図るものです。地域ごとに約7年に一度行われますが、COVID-19の流行により昭和では久しぶりの開催となりました。初めて参加した一般参加者も多く、総参加者は約900名。防災への関心の高さが感じられました。桃園第二小学校校庭での訓練に参加した皆様に、体験レポートや感想をうかがいました。



参加した10防災会(ブロードウェイを含む)と関係団体、一般参加者

#### 【医療救護所開設、運営訓練】

最初に、けが人の状態に応じて治療の優先順位を決定するトリアージが行われた。赤色タグは緊急、黄色のタグは準緊急、緑色のタグは待機、黒色のタグは医療不要に選別され、搬送された。大震災時には大勢のけが人が発生する。重傷者は拠点病院に搬送し処置するが、軽症者はあわてずに待機することが大切である、ということだった。救急車が来ない中、誰がどうやって搬送するのが課題だと感じた。



トリアージタグ

今回、参加した方が傷病者役になり、トリアージを受け搬送されている様子を見て、日頃から訓練に参加し方が一に備えること、大震災の際には救急車は来ることができないので自助共助が必要なこと、事前に避難拠点の確認をしておくこと、などが大切だとわかった。



トリアージと搬送

また、医療救護所はこの地域では桃二小の避難所のみであり、他の避難所にはないそうである。

#### 【東京都獣医師会中野支部】

前回(平成25年度)の総合防災訓練には悪天候のため参加できず、この地域での参加は初めて。今は区から「地域防災計画」を受け取った段階で、避難所でのペットの管理方法や獣医師会の関りなどの検討はこれからとなる。区内の避難所はペットと一緒に避難可となっているが、「自分のペットは自分で守る」が基本。区で20ケージしか準備されていないことも課題。ペットと共に避難した場合どうするのか、どこに收容するのか、避難所運営会議で明確化されていないことも課題である。



犬用のケージ

ペットと共に避難した場合どうするのか、どこに收容するのか、避難所運営会議で明確化されていないことも課題である。

#### 【東京ガスネットワーク株式会社】

マイコンメーターの復帰を学んだ。マイコンメーターは、震度5以上の揺れを感じた時や多量のガスが流れた時などに、ガスを止め警告を表示する。復帰方法は ①すべてのガス機器、ガス栓を止める ②復帰ボタンを奥まで押す ③3分待ち赤ランプの点滅が消えたらガスが使える。自宅のマイコンメーターを見て、復帰操作を覚えておくと万が一の時に慌てず行動できると思う。

#### 【赤十字奉仕団昭和・東中野分団】

三角巾を使った包帯法を教わった。頭のけが・膝のけが・足首の捻挫などの保護や、腕を骨折した場合の吊り方などを体験した。三角巾は包帯として使うだけでなく、出血時の直接圧迫止血にも使える。1枚、バッグなどに入れて持ち歩きと役に立つ、ということだ。



#### 【中野区介護サービス事業所連絡会訪問看護部会】

昭和・東中野地域での総合防災訓練には初めての参加であり、災害発生時に訪問看護部会として何ができるのか、検討を始めたばかりのこと。病床にある方だけが訪問看護の対象ではなく、見た目はお元気でも家屋被災のために避難所へ来られる方も想定される。しかし、訪問看護師の人数には限りがあり、遠方に居住されている場合や看護師ご自身が被災されている場合も想定される。災害発生時に、各避難所と訪問看護ステーションとの情報共有の方法も検討しておく必要があるのではないだろうか。

#### 【中野区民生児童委員協議会】

「高齢者支援をとおして支援が必要な方を把握しているので、災害発生時には家で動けない方々を中心にお声を掛けていきたい」とのこと。民生児童委員は、避難所が開設された際には避難支援部に属し、他の部署の皆さんと連携して要支援者の安否確認にあたることになっている。

#### 【東日本電信電話株式会社】

大規模災害が発生すると、全国から被災地へ電話が殺到しつながりにくくなるので、被災者の安否確認用に「災害伝言ダイヤル171」が提供される。利用するためには、「171」をダイヤルし利用ガイドランスに従って、伝言の録音・再生を行う。録音は30秒間なので、『あいたいよ』…あ:あなたの名前、い:今いる場所、た:誰と一緒に、い:痛いところはあるか、よ:予告(次の連絡はいつか)…で録音すると良いそうだ。毎月1日、15日など体験利用日があるので、利用してみたいがと思う。

#### 【関係機関へのインタビュー】

##### ・中野消防署

区からの避難指示・勧告等が出たら、自分の身を守ることを優先に行動する。指示・勧告等がなくても、身の周辺に危険が迫っていると判断した場合は、ためらうことなく避難する。消防と自衛隊は救急や救助活動、警察は交通整理等に追われることが予想される。活動に支障をきたすので災害状況等の問合せはしないしてほしい。



中野消防署ポンプ車

##### ・中野区医師会

災害対応には、まず「自らの命は自らで守る」ための「自助」の備えが基本。自分や家族の命を守り、避難生活を乗り切るための備えをしておく。日頃から、持病の薬を避難時に持ち出せるよう備えておくことも大切。

##### ・中野消防団第六分団

「消火栓」や「防火水そう」付近は駐車禁止である。消火栓の前に物が置かれていたり、バイクや自転車が停めてあると、一刻を争う災害時に消火活動の妨げとなるので、気を付けてほしい。また、雪が降った時には「消火栓」や「防火水そう」付近の雪かきを、優先的にやってほしい。中野消防団では分団員募集中！



佐々木分団長

#### 【参加者体験談】

##### ・煙体験ハウス

テントの中は疑似の煙に匂いを付け、煙が充満した屋内を再現していた。伸ばした自分の手先が見えないくらい煙が濃くて、短い距離だったが出口も薄っすら見えるくらいだった。本当の火事だったら、煙には一酸化炭素などの有毒ガスが含まれており、とても怖いものだという貴重な体験ができた。

##### ・災害伝言ダイヤル171

171は停電時でも使用できる。また避難所には特設公衆電話が設置されるそうだ。安心できると思った。



171体験

##### ・中野区起震車グラットさん

震度2から震度6まで、段階的に上がっていく揺れを体験した。震度5くらいから怖くなり、これ以上強く揺れたら家の中にある物が壊れることを想像してしまった。家に帰ったら家具を固定しようかな、と思った。



グラットさん体験

##### ・訪問看護コーナー

頭部負傷の場合はストッキングとタオルで処置する、腕の負傷の場合はラップとタオルで処置する、などのアイデアグッズによる手当てが参考になった。

##### ・東京電力パワーグリッド

地震を感知して自動でブレーカーがOFFになる機能。災害時にとっても安心だと思った。

##### ・感想

久々の総合防災訓練に参加して、視覚や体験の定期的な訓練実施の必要性を改めて強く感じた。

##### ・避難所運営委員会での課題

過去に昭和地区のいくつかの防災会が実施した安否確認訓練で使用した、無事であることを示すタペストリーや、目印になる黄色いタオルなどが中野区内の全世帯に行き渡れば、安否不明の世帯を優先的に確認し、一刻も早く救護することができるようになるだろう。中野区での対応を検討してほしい。



安否確認タオルの一例