

港北区災害ボランティア連絡会 News



事務局 〒222-0032 横浜市港北区大豆戸13-1吉田ビル206 港北区社会福祉協議会

TEL 045-547-2324 FAX 045-531-9561

FB 港北区災害ボランティア連絡会

119号

2023年8月



* 入会は随時受け付けています。

* あなたの町の防災度を高めるためにお力を貸してください。

・関東大震災 100 周年ぼうさいこくたい

・横浜市総合防災訓練

・港北シェイクアウト

今年 は 地元 で 防災 イベント が 目 白 押 し

関東大震災100周年と防災国体

今年 は 10 万 5 千 人 の 犠 牲 者 を 出 し た 関 東 大 震 災 か ら ち ょ う ど 100 年 と な り 、 そ れ に 合 わ せ て 防 災 国 体 (防 災 推 進 国 民 大 会) が 横 浜 国 立 大 学 を 会 場 に 9 月 17 日 (日) 18 日 (月 祝) で 開 か れ ま す 。 横 浜 駅 か ら バ ス で 行 け る 利 便 性 の 良 い 会 場 で す 。 災 ボ ラ と し て は 見 逃 せ な い ビ ッ グ イ ベ ン ト で す 。 「防 災 国 体 2023」 で 検 索 す る と 詳 し い 内 容 を 見 る こ と が で き ま す 。

ま た 馬 車 道 に あ る **神 奈 川 県 立 歴 史 博 物 館** で は 「**関 東 大 震 災 - 原 点 は 100 年 前**」 と 題 す る 展 示 が 9 月 18 日 ま で 開 催 さ れ ま す 。 関 東 大 震 災 で は 東 京 で の 被 害 が 語 ら れ る ケ ー ス が 圧 倒 的 で す 。 本 所 被 服 廠 跡 地 で 火 災 旋 風 に よ り 4 万 人 も 焼 死 し た せ い も あ る で し ょ う 。 た だ し 震 源 地 は 神 奈 川 だ っ た た め 被 害 の 割 合 と し て は 神 奈 川 が 甚 大 で す 。 津 波 で 200 人 ~ 300 人 が 亡 く な っ て お り 、 土 砂 災 害 に よ る 犠 牲 者 の 700 人 ~ 800 人 も ほ と ん ど が 神 奈 川 で 発 生 (根 府 川 列 車 転 落 な ど) し て い る こ と か ら も 良 く わ か り ま す 。 山 下 公 園 は 災 害 瓦 礫 を 埋 め 立 て て 作 ら れ た も の で す 。

今 年 は 熱 中 症 対 策 を し な が ら 県 立 歴 史 博 物 館 か ら 山 下 公 園 へ 足 を 運 ん で み る の も 良 い の で は な い で し ょ う か 。

も う 一 つ の お 勧 め は 8 月 2 7 日 に 新 横 浜 公 園 第 一 駐 車 場 で 開 催 さ れ る **横 浜 市 の 総 合 防 災 訓 練** で す 。 会 場 が 近 く で 見 学 に 便 利 で す 。 市 の 防 災 力 を 一 目 で 見 る こ と が で き る 絶 好 の チ ャ ン ス で す 。

港北シェイクアウト 9月1日10時

地 震 は い つ ど こ で 起 こ る か 分 か り ま せ ン 。 で す か ら い つ ど こ で 起 き て も 自 分 の 身 を 守 る 訓 練 が 欠 か せ ま せ ン 。 そ の 訓 練 が シ ェ イ ク ア ウ ト で す 。 こ の 訓 練 は 決 め ら れ た 日 時 に 、 そ の 時 自 分 が い た 場 所 で 大 き な 揺 れ が 襲 わ れ た と の 想 定 で 身 を 守 る 行 動 を 学 ぶ も の で す 。 日 本 人 が 慣 れ 親 し ん だ 学 校 で の 訓 練 の よ う に 、 ま ず 机 の 下 に 潜 り 身 を 守 る こ と が で き な い 場 所 で 、 自 分 の 安 全 を ど う 確 保 す る の か の 応 用 力 が 問 わ れ る 良 い 訓 練 で す 。

多 く の 区 民 が 参 加 す る よ う 連 絡 会 の メ ン バ ー も 周 圍 に 働 き かけ た い で す ね 。



(宇田川)

引っ越し祝いに！

先日友人が引っ越しをしました。

堅苦しいお祝いも避けたいし、かといって何もしないのも寂しいと悩みました。そこで**転倒防止グッズを送ろう！**

引っ越しのタイミングならば大きな家具の下にプレートやマットタイプの防災グッズを入れやすいですね。これらは床に跡が残りにくいのも魅力。場所を気にせずに使いやすいアイテムです。

そして足元だけでなく二段構えでの対策として固定タイプのものもあります。家具と壁を固定して転倒を防止するアイテムです。固定するための素材もいくつかあるようです。しっかり固定するには金具式のものの方が便利な反面、壁に跡が残りやすいため賃貸住宅では粘着素材を使ったアイテムのほうがいいようです。

天井と家具の間が小さい背の高い本棚や食器などには突っ張り棒タイプもあります。デザインも豊富で強度の高いモデルもあるため、しっかり家具を固定したいときはこちらですね。天井のはり部分などを確認して設置してもらいました。

友人曰く「まさか防災グッズをもらうとは思わなかったわ！」

昨年の防災食に引き続き、今年は防災グッズを特集していきたいと思います。みなさまからのプチ防災、教えてください。

(小澤美津子)

こんな風
に使って
もらって
います



防災アイデアグッズ 耐震ベッド

我が家に殺されないためには家の耐震補強が一番良いのですが、一番の問題はお金です。それを解決する一つの手段です。寝たきりのご家族にも対応できます。どの製品も一階に設置して二階が崩れても耐えられる強さを持っています。行政の補助制度もあります。

宇田川撮影



= 非常食に糖분을 =



1 はじめに

Twitter（現：X）を見ていたら、「何故乾パンに氷砂糖が入っているのか？」という書き込みがありました。理由は「非常食を食べる状況下でのストレス緩和のため」だそうです。

また、私共では、先日トイレセミナーを開催しましたが、トイレを我慢するという事は、かなりのストレスになるそうです。トイレだけでなく、避難所生活にせよ在宅避難にせよ、過剰なストレスが想像できます。これを少しでも緩和するために、糖分が必要になります。

2 糖分のある非常食

氷砂糖は、密閉すれば、半永久的に保存が可能です。また、羊羹も、非常食として用いられています。

参考：株式会社パールエース『砂糖が非常食として優秀な理由』

<https://www.pearlace.co.jp/know-and-fun/tips/post-84.html>

この他にも、糖分がある非常食は紹介されています。

参考：『糖分たっぷり「甘味非常食」で心に安らぎを』

<https://bougensai-levelup.com/bousai-goods/sweet-emergency-ration>

3 事前に主治医に相談を

ただし、糖質や食事に制限がかかっている方やアレルギー体質の方は、事前に主治医や管理栄養士の方に相談が必要です。

また、糖質制限が必要な方向けの非常食も紹介されています。

参考：『糖質制限中の災害時におすすめの低糖質備蓄食&非常食10選！』

<https://hamsonic.net/tousituseigen-saigai/>

(岩撫)

イラストはイラストAC(<https://www.ac-illust.com/>)より使用許諾を受けて使用しております。筆者に無断でイラストを転載することは、著作権侵害となり重罰が課せられます。

災害対応カードゲーム「クロスロード」 第二回



Q：ボランティアセンターに戻る予定の時間になりました。ただ、まだ作業は残っていて、あと30分～1時間あれば終わりそうです。あなたはどうしますか？

→右の2次元コードから回答をお願いします。

クロスロードゲーム(第一回)の皆さんの回答

お題：ボランティアセンターに、スカートで手ぶらの女子高生が奉仕の申し込みに来ました。あなたは、ボランティアとして受付、受け入れますか

- 92%の方が、ボランティアとして受け入れることを選択されました。
- 現場での作業だけでなく、事務作業や避難された方のケアなど、ボランティアが必要な作業は多くあるから、というのが理由でした。
- あとは、せっかく奉仕しようと思ってくれた「気持ち」を大切にしたいというご意見もありました。
- 一方で、準備が不十分な状態で奉仕してもらうのは、準備や調査・調整に時間がかかり、対応が難しいこともあるとのご意見もありました。

(中島)

「特定の個人を識別することができる情報」とは、どのようなものをいうのでしょうか。それは単体の情報を指すのではなく、情報の「群」を指すことが多いです。一つの情報で、個人を特定することは難しく、多くの場合、個人の複数の情報が必要となります。

「いやいや、名前がわかればだれかわかりますよね」

そうでしょうか。それはその人の他の情報を知っているから特定出来るのではないですか？たとえば「長男のお友達のお母さんの〇〇さん」とか「サークル***の〇〇さん」とか。単純に「中島さん」といってもどこの誰かは特定できませんよね。

一方でこんなケースもあります。「港北区***町に住んでいる95歳の男性」指定された町内に95歳の男性がお一人だけなら、お名前も住所の詳細がなくてもそれは「特定の個人を識別することのできる情報」となります。お一人暮らしであれば「住所」だけでも「特定の個人を識別することのできる情報」となりますが、5人家族同居であれば、住所のみでは「特定の個人を識別することのできる情報」にはなりません。「港北区***町9-13に住んでいる男性」とした場合、5人家族でも男性がひとりなら、その情報は「特定の個人を識別することのできる情報」となります。

電子メールが始まったころ（もうはるか昔ですが）には、メールアドレスは一人1個しか持てませんでした。（本当ですよ）このような時代では、メールアドレス＝「特定の個人を識別することのできる情報」でした。いまでも確かに多くの場合はメールアドレス＝「特定の個人を識別することのできる情報」といえますが、本人証明不要で取得できるフリーメールアドレスは、はたして「特定の個人を識別することのできる情報」なのか微妙なところです。

では「写真」はどうでしょう。名札もない写真だけの情報は「特定の個人を識別することのできる情報」でしょうか。ネットでは「顔」だけで検索して個人を特定することが可能なケースが多くあります。いまや顔がはっきりと識別できる写真は、「特定の個人を識別することのできる情報」と言えそうです。

今回は「秘匿すべき個人情報」について考えてみたいと思います。

(中島)

永野海弁護士の「被災者生活再建カード」

7月の定例会でとりあげたのは、弁護士の永野海さんの「被災者生活再建カード」です。被災したときに、公的な支援や損害保険、ボランティアの支援など、受けることのできる「支援」にどのようなものがあり、どうしたら生活の再建ができるかを考える「ボードゲーム」です。7月は時間がなく紹介だけになってしまいました。9月の定例会化では、体験をしたいと考えています。下記、永野海さんのホームページで、詳細をご覧ください。

<http://naganokai.com/card/>

(中島)

【編集後記】

- 「暑い、暑い」災害並みです。自分の体を守る（熱中症から）だけで精一杯。沖縄に長居している台風、海水の上昇も原因の一つと言われています。自然の力には勝てないのでしょうか？（付岡）
- お手伝いに行っている川崎市立中学の廊下に、シェイクアウトのピクトグラムが沢山はってあります。（室伏）
- この夏の台風の被害が心配です。しっかり備えをしていきたいと思います。（鴨下）
- ボーイスカウトで340人のスカウトと220人の指導者で、5泊のキャンプ大会をしました。熱中症と感染症の対応で、とても神経をつかった6日間でした（中島）