

重要ワードまとめ（マニュアル）

【日常での心がまえ】

- 意識して自然とともに生きる（生きる力を付ける）
- 今ここで地震が来たら！津波が来たら！どうするか？想像する
- どこに逃げれば助かるのか？指定避難所や高台などを確認しておく
- 住んでいる地域のハザードマップを一度見ておく
- 便利な電気・水道・ガスが使えなくても生活できるか？想像する
- 台風、梅雨前線、大寒波、大雪など気象情報をしっかりと把握できるようにする
- 住んでいる地域に的確なリーダーを育成する
- 日常的に行政、社協、NPO、企業、大学、地域組織などが連携し何かを行う
- 自分の得意分野や仕事を生かして出来る支援活動や社会貢献活動を考える
- 普段からの地域課題が災害時には極端に出る
- 災害が起こる前に、予防・防災の視点で地域課題と向き合う
- 地域の防災組織は、住んでいる場所だけではなく、職場や立場なども考慮し、災害時をリアルに想像し、一人一人の役割を決める
- 自分が心身ともに健康で、人間関係がうまくいっていることが大切
- 自分の価値観を知り、辛いことを辛いと言えるようになること

【災害が起きたら】

- ① 先ずは自分の命を守る
- ② 全体に無理をしない
- ③ 自分の安全を確保する
- ④ 家族の命を守る
- ⑤ 近くの人を助ける
- ⑥ 指定避難所に行く または 安全な場所に集まる

【南海トラフ大地震が起きたら宮崎県は？】

- ◇ 概ね 100 年～150 年で繰り返し起きている
- ◇ マグニチュード 8～9
- ◇ 震度 6～7（家が倒れる）
- ◇ 津波が地震後 15 分～21 分で到達する
- ◇ 津波の高さは 12m から 17m

宮崎県／南海トラフから身を守ろう！

https://www.pref.miyazaki.lg.jp/kiki-kikikanri/kurashi/bosai/bousai-kikikanri/nankaitorafu_miwomamorou.html

【避難生活について】

- 暖かい服装と寝床の確保
- 飲み水、食料の確保
- トイレの確保
- リーダーを立て、役割分担をし、助け合う
- 正確な情報を収集しみんなで共有する
- 自分たちが出来ることはなるべく自分たちで行う
- 災害によって道や橋が寸断され地域が孤立したら、しばらくは自力で耐えるしかない
- 助けが来たら、しっかりと助けてもらう
- 役場や市役所に行き罹災証明を発行してもらう。それまでは家を解体したり修繕しない。スマホでも申請可能。

罹災証明書の発行申請（YAHOO！くらし）

https://kurashi.yahoo.co.jp/procedure/details/103001?cpt_n=kurashi_tetsuduki_2&cpt_m=dd&cpt_s=ysearch&cpt_c=web

【支援について】

- 安全エリアにボランティアセンターを設置する
- ボランティアセンターの総務スタッフが非常に重要。事務能力の高い人材が最低3名は必須。ボランティアでは出来ない仕事なので手

当てをどう確保するか？被災地に繋ぐコーディネーターも同様。

- 地域の行政、社協、NPO、企業、大学、地域組織などが得意とする役割を担い、連携するための協議の場を設ける
- 全国規模の災害支援組織と連携する
- 正確な情報収集を行い共有する
- 自分が安全じゃなければ行動しない（2次被害を起こさない）
- 被災地の受入拠点を明確にし、リーダーと直接連絡が取れるようにする
- 避難者の話を聞き、必要な物資や支援は何か調査する
- 必要な物資、活動資金、ボランティア人材をインターネットや情報ツールを活用し募る
- 集まった物資を適切に被災者に届ける
- 集まったボランティア人材を適切に被災地に派遣する
- 緊急的に出る助成金や補助金の情報を収集し応募する
- 個人情報の流失に最新の注意を払いながら、被災状況の情報発信を行い、支援の機運を高める
- 民間の理念「助けられるのは友だちの友だちまで」
※30人の地域リーダーがそれぞれ30人の友達を助ければ900人が助かる
- 重機を扱える土建業や建設業、草刈や討伐が出来る農林業、食事の

提供が出来る調理業、物資の運搬が出来る事業所や軽トラを持っている個人など、プロのボランティアとの連携を図る

- プロのボランティアと被災地をつなぐコーディネーターが必須
- 大学生はボランティア人材として欠かせない存在
- 気候変動により豪雨災害が頻繁に起きる地域で安心して暮らし続けるために出来ることは？
- 持続可能な暮らしが約束されなければ復興は難しい
- コーディネーターが被災地の住民の場合、しがらみなどでやりづら
い事があるので、先ずは信頼できる仲間です小さくグループを作って
始める
- クリエイティブな力は、資金集め、物販、商品開発、情報発信、映
像作成など大きな支援力となる。

【コロナ禍での災害支援】

- 個人の場合、遠方からでも長期滞在による支援なら成立する
- 小規模の団体や組織であれば他との接触が無いため受け入れられる
- 住民と外部ボランティアのトイレを分ける
- 宿泊や食事は住民が利用しない施設を使う
- 空き家を利用できれば多くの外部ボランティアを受け入れられる
- 信頼の出来る、顔の見える関係性をつくることで外部ボランティア

を増やせる

- 事前の PCR 検査・抗原検査・ワクチン接種、当日の検温、マスク着用、食事のとり方など、出来る対策が見えてきた
- 県単位での移動制限ではなく、被災地の文化圏を基本に行った方がより安全な支援が出来る
- コロナ禍で外部ボランティアに頼れない現状が地元住民の奮起につながった