

保存版

日本は地震大国です！ いつ地震が起きてもおかしくない！

防災

日本で起きた主な地震(平成以降)

平成5年1月15日	釧路沖地震
平成5年7月12日	北海道南西沖地震
平成6年12月28日	三陸はるか沖地震
平成7年1月17日	阪神・淡路大震災
平成12年10月6日	鳥取県西部地震
平成13年3月24日	芸予地震
平成15年5月26日	三陸南地震
平成15年7月26日	宮城県北部地震
平成15年9月26日	十勝沖地震
平成16年10月23日	新潟県中越地震
平成17年3月20日	福岡県西方沖地震
平成18年4月21日	伊豆半島東方沖地震
平成19年3月25日	能登半島地震
平成19年7月16日	新潟県中越沖地震
平成20年6月14日	岩手・宮城内陸地震
平成23年3月11日	東日本大震災
平成24年12月7日	三陸沖地震
平成25年4月13日	淡路島地震
平成26年11月22日	長野県北部地震
平成27年5月30日	小笠原諸島沖地震
平成28年4月14日	熊本地震(前震)
平成28年4月16日	熊本地震(本震)
平成28年10月21日	鳥取県中部地震
平成28年11月22日	福島県沖地震
××年××月××日	南海トラフ巨大地震 (発生確率:今後30年以内に70%程度)

阪神・淡路大震災 平成7年1月17日 早朝5時46分
マグニチュード7.3 震度7
淡路、神戸、大阪にかけて地震が発生。死者約6400人。住宅被害約64万棟。死者の多くは建物等の倒壊による圧死。避難所における障がい者や高齢者の支援が問題になり、「福祉避難所」の概念が打ち出された。



東日本大震災 平成23年3月11日 昼14時46分
東北地方太平洋沖に発生した地震
日本の観測史上最大のマグニチュード9.0を記録し、大津波が発生。この災害による死者・行方不明者は合わせて2万人以上。建物被害は110万棟以上。都心では交通機関の復旧が遅れて帰宅困難者(当時は帰宅難民と言われた)が多く発生。



平成28年熊本地震 平成28年4月14日 夜21時26分
4月16日 深夜1時25分
マグニチュードは6.5および7.3
2度にわたって震度7の地震が発生。死者は約130人。建物被害は約18万棟。何度も余震があり、家の中での生活に不安を覚えて、車中泊やテント泊の避難者が多くなる。「エコノミークラス症候群」が話題となった。



女性にとって 過ごしやすい避難所とは？

- ・避難所のトイレに生理用品を捨てる所が無い。
- ・仮設トイレが体育館の外で電灯も無く怖い。
- ・物干し場が男女共用のため下着を干しづらい。

過去の災害において、上記のような、女性の方が避難所で過ごしにくいと感じた意見があります。しかし「命が助かっただけでもありがたい」「みんなが苦勞しているから文句は言えない」といった具合に改善を求めにくい状況だったようです。

しかし、共同で生活するからこそどんどん改善をしていくべきです。特に高齢者、障がい者、女性、乳幼児といった配慮が必要な方のことを考えた避難所にすることで、避難所の雰囲気もよくなります。

では、みんなが過ごしやすい避難所にするためにはどうするのか？

答えは「みんなで運営する」ということです。高齢者、障がい者、女性や乳幼児を連れている保護者といった方々が、みんなで運営に携わるのです。自分たちが苦勞していることはきっと他の方も苦勞しているはず。色んな立場の人が話し合って運営していくことで、きっとその避難所は過ごしやすくなるでしょう。

各地域では防災訓練が実施されたり、区役所職員による防災出前講座が開催されています。

皆さんも、ぜひ訓練や学習会に参加して、防災に対する知識を高めましょう。



女性のための備えチェックリスト

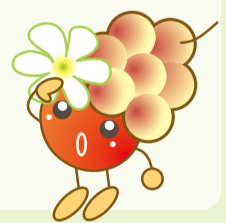
日頃から持っておきたいもの

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 携帯充電器 | <input type="checkbox"/> ホイッスル
(閉じ込められた時に) |
| <input type="checkbox"/> 常備薬
(1週間分) | <input type="checkbox"/> ヘアゴム
(洗髪できない時に便利) |
| <input type="checkbox"/> ティッシュ・
ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 非常食 |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> メモ帳&筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> 予備のメガネ・
コンタクトレンズ |



非常用持ち出し用としてプラス！

- エッセンシャルオイル・ハンドクリーム
(気分転換できるアイテムも重要。ハンドクリームは肌荒れ対策にも)
- ストール(寒さ対策や目隠しに)
- ドライフルーツ
(便秘になりがちな避難生活)
- 洗顔料



災害時には「いつもあるもの」がありません。「いつも通り生活を送るために」という目線で、日頃の備えを考えてみてはいかがでしょうか？