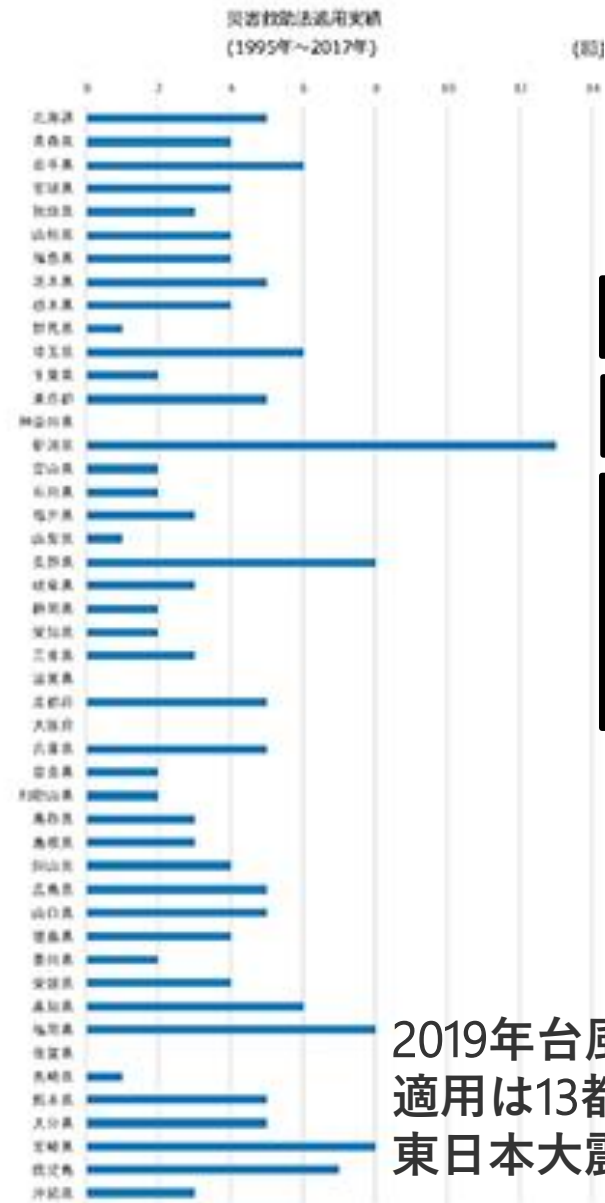
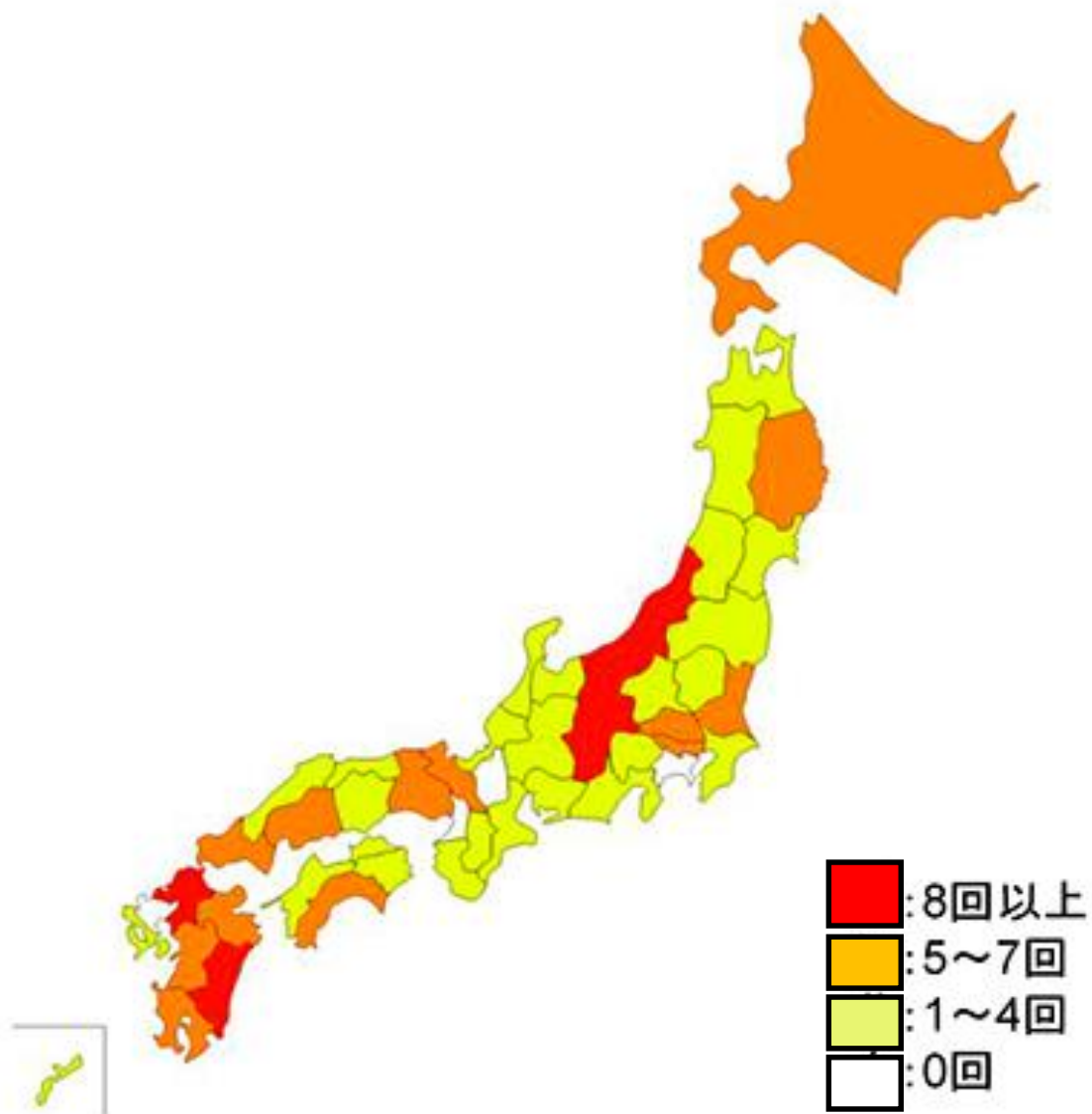


亀戸子ども会

災害に備える-身近なもので作る防災グッズ

令和元年11月21日(木曜日) 午後7時より8時30分
亀戸文化センター 6階 第1研究室

東京情報大学 看護学部 小島 善和 (P.A.R.T.Y Isehara 代表)



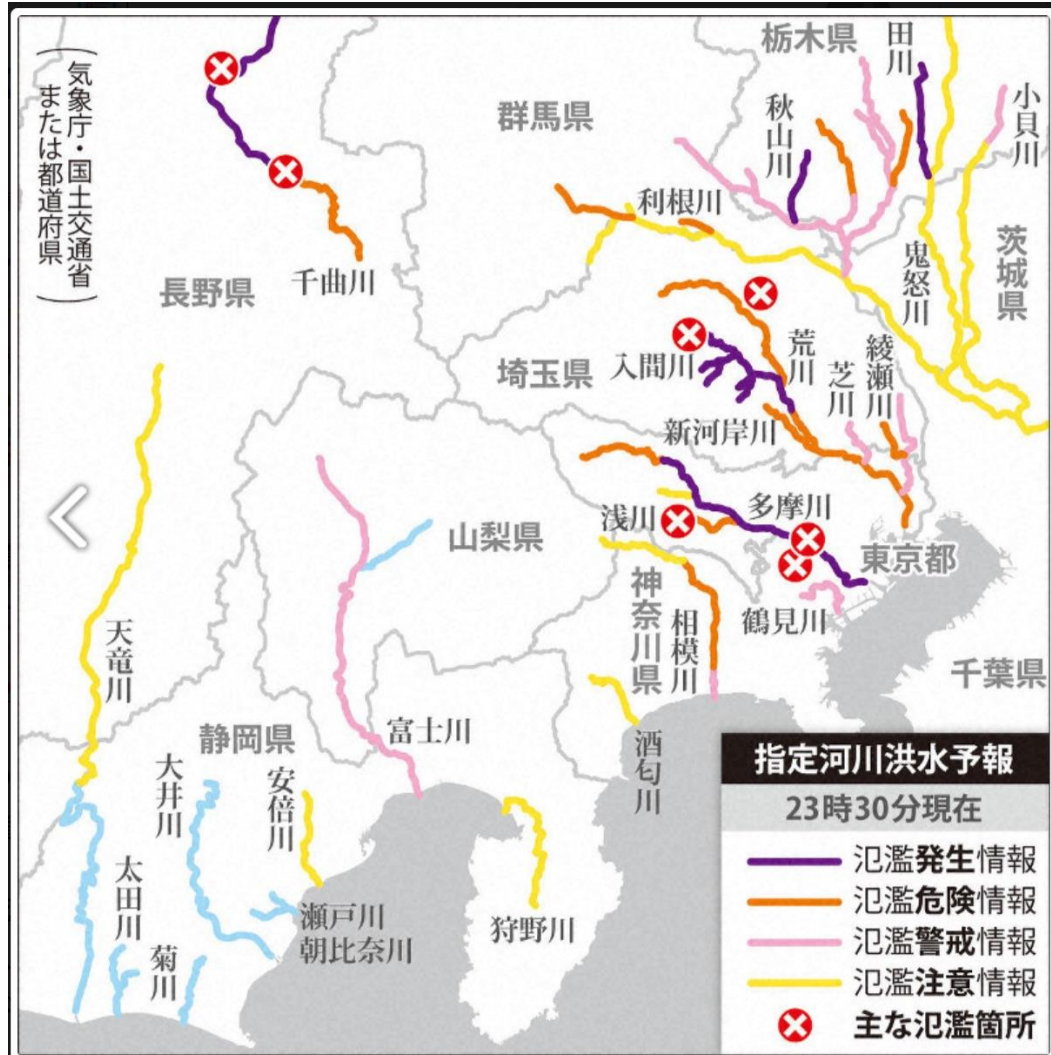
東京都 5-7回

神奈川県 0回

千葉県 1-4回
2019年
台風15号、第19号
10月25日 豪雨

2019年台風19号による「災害救助法」適用は13都県317市区町村に東日本大震災(241市区町村)を上回る

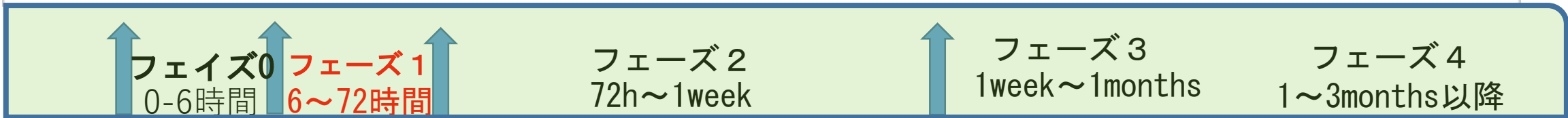
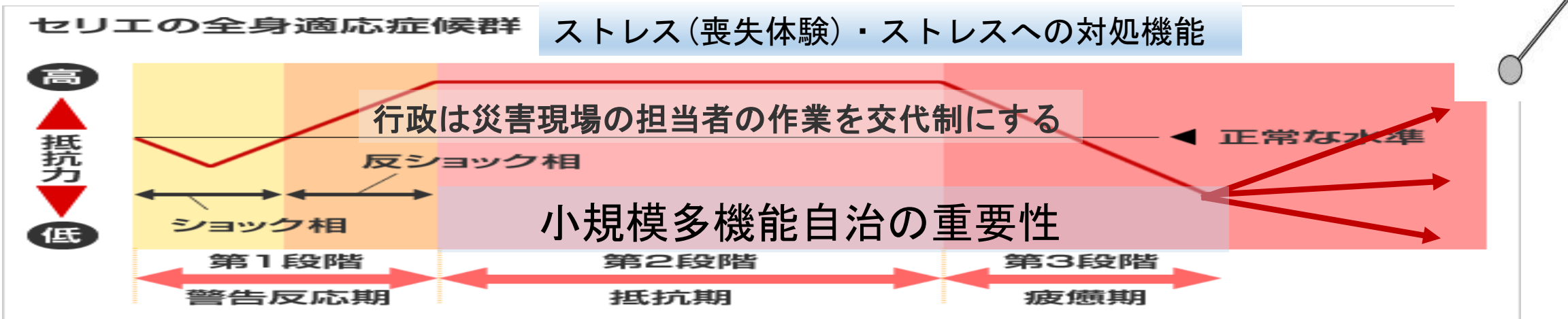
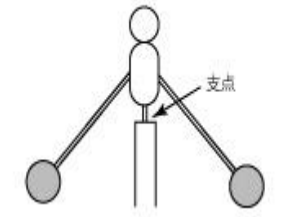
洪水・浸水被害



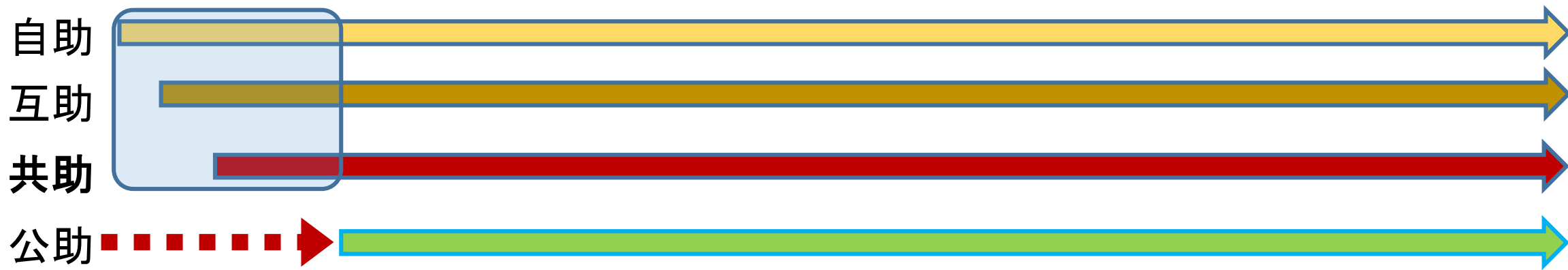
2019年10月12日 相模川 厚木市から海老名市を望む

フェーズ0(概ね発災後0-6時間)の被災者救出活動

バランスが崩れると
ヤジロベいは落下



発災 発災直後 超急性期 喪失体験(死別・家財の崩壊) 不自由な生活でも何とか頑張る 不自由な生活の中で支えきれない 新しい生活と人生になじめる人・なじめない人



防災として、被災者個人の立場から大切なこと



充電バッテリー

1. 災害時のライフライン(いのち綱)確保

衣食住が確保され、水道・電気・ガス・通信等のライフラインが機能すれば、被災後の生活を何とか乗り越えることも可能。

本当のライフラインは隣近所の日ごろからのお付き合い

★災害ボランティアの募集と受け入れは、市町村の社会福祉協議会が行っている。ボランティアセンターの立ち上げ(公助)には時間が必要となる。

災害時における相互応援に関する協定締結都市:大田原市

友好都市:北上市

(有償)ボランティア や 派遣する側の自治体が補助

2. 衣: 冬の「防寒」と夏の「暑さ」対策

体温低下は心身の活動と免疫力を低下させ、上昇は熱中症による脱水を招く。気温の変化に対応して「衣服」を整えること、身体の保清と清潔な下着の着用は必要不可欠。

続く

防災として、被災者個人の立場から大切なこと

3.食: 生きるためのエネルギー確保

成人は最低1日に1200kcalのエネルギーが必要。栄養バランスと嗜好も、被災生活を続ける上で重要。食べたものは消化・吸収後に排泄物となる。

排泄を整える(便秘・下痢、頻尿)対策も大切。

ある製品は、4人家族が3日分食べられる非常食が入っていると説明書に記載されていたが、 α 米の非常食は一人当たり9食分は入っていなかった(ビスケット・パン缶込み)

共同生活では、不公平感を感じないようにすることが大切

ひとりひとりが納得する対応-糖尿病や腎不全の人、高齢者や子どもへの配慮-



非常食セットの確認と分配

初日は我慢できても、
2日目からは食べ続けることが限界



防災として、被災者個人の立場から大切なこと

4.住: 雨風を防ぐとともに、安全を守る住家(避難所)

室内環境(ライフライン)と家具や生活用品が使用できれば、**自宅に戻る**ように「行政」は指導。 **大規模災害では、避難者が避難所の収容人数を超える**

5.財産:貴重品や大切にしている物の保管

日頃から貴重品は火災や浸水、盗難に備えた場所(金庫)に保管することが安心・安全に繋がる。

耐火・耐水金庫



浸水時に浮かないような
固定も必要



今やろう。災害から身を守る全てを。

東京

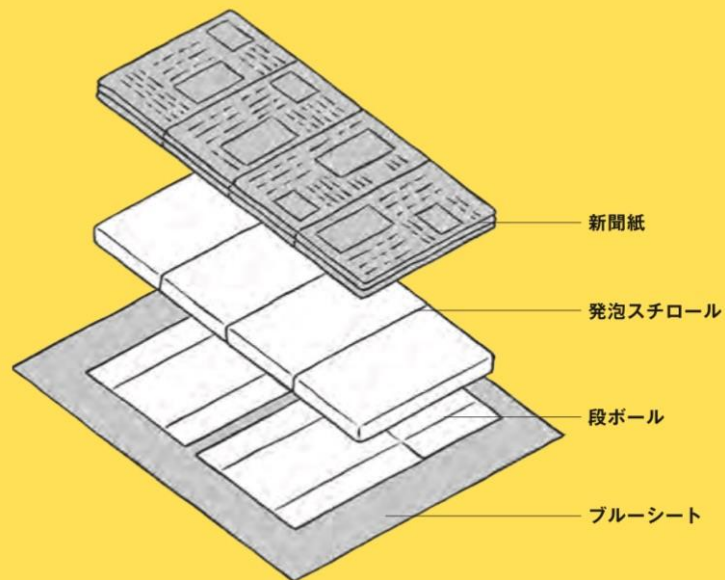


防災

TOKYO BOUSAI / LET'S GET PREPARED!

✂️ 簡易ベッドの作り方

材料 | ブルーシート、段ボール、発泡スチロール、新聞紙



床にブルーシートを敷き、段ボールと発泡スチロールを重ねます。断熱効果とクッション性のあるベッドができ、床からの冷えを防ぐことができます。上掛けには、新聞紙を利用します。

✂️ クッション・枕の作り方

ポリ袋でクッションを作る

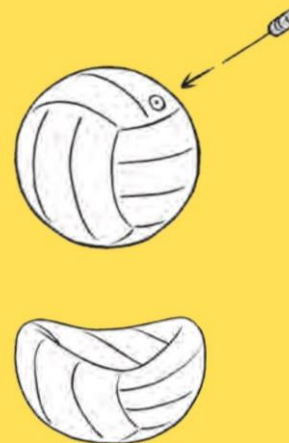
材料 | ポリ袋、ひも



ポリ袋に空気を3分の1、ないしは2分の1程度入れます。空中で上からポリ袋を振り下ろすと簡単に空気が入ります。空気の量を調整して好みの柔らかさになったら、口をしっかりと結びます。

枕にボールを利用する

材料 | ボール



避難所が学校や体育館なら、備えてあるボールを枕に利用しましょう。ボールと一緒に保管されている空気入れをボールの穴に差し込みます。好みの高さになるまで、ボールから空気を抜いて、枕として利用します。



仮設ベットの作成



体育館での仮設ベット就寝体験

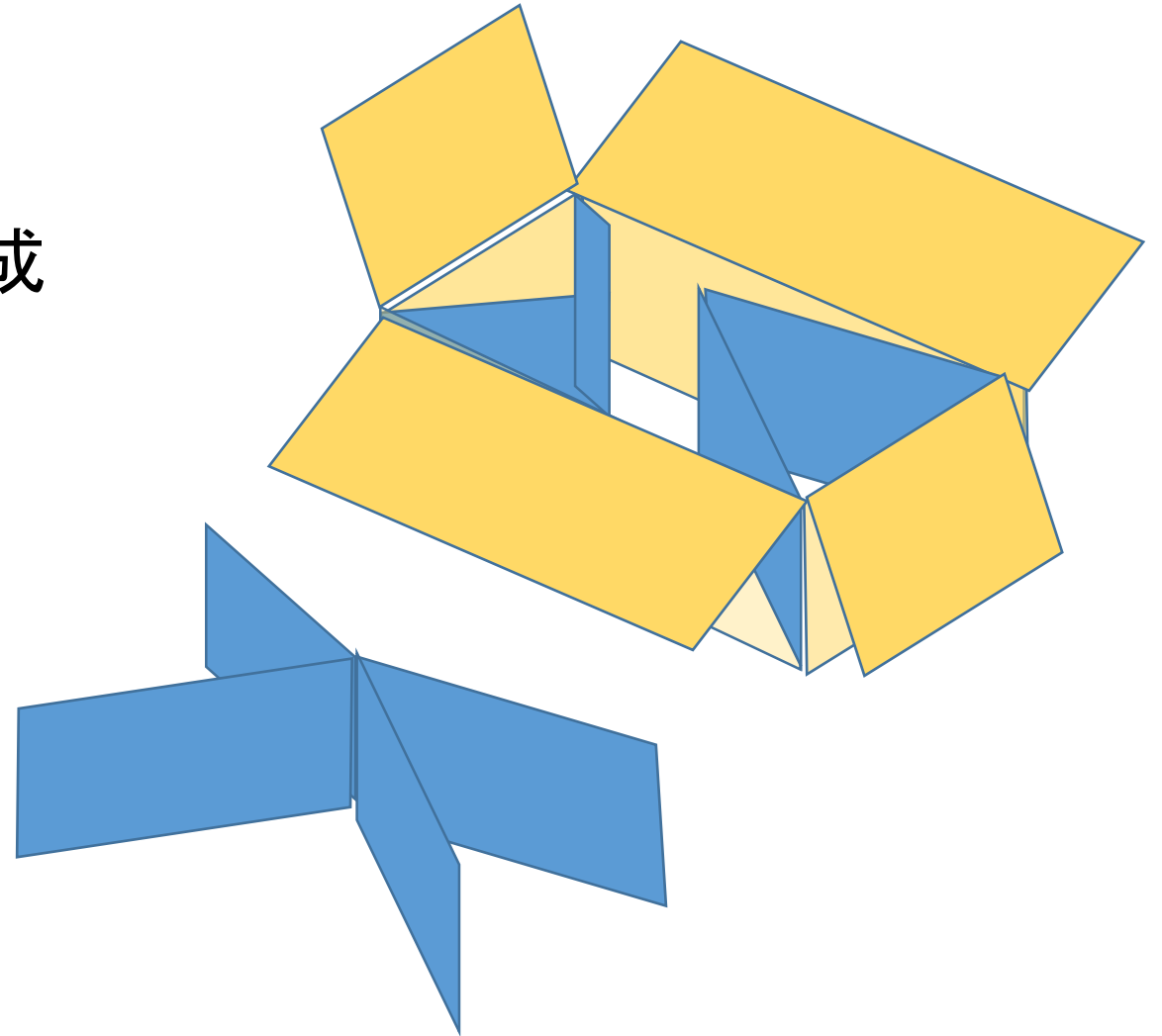
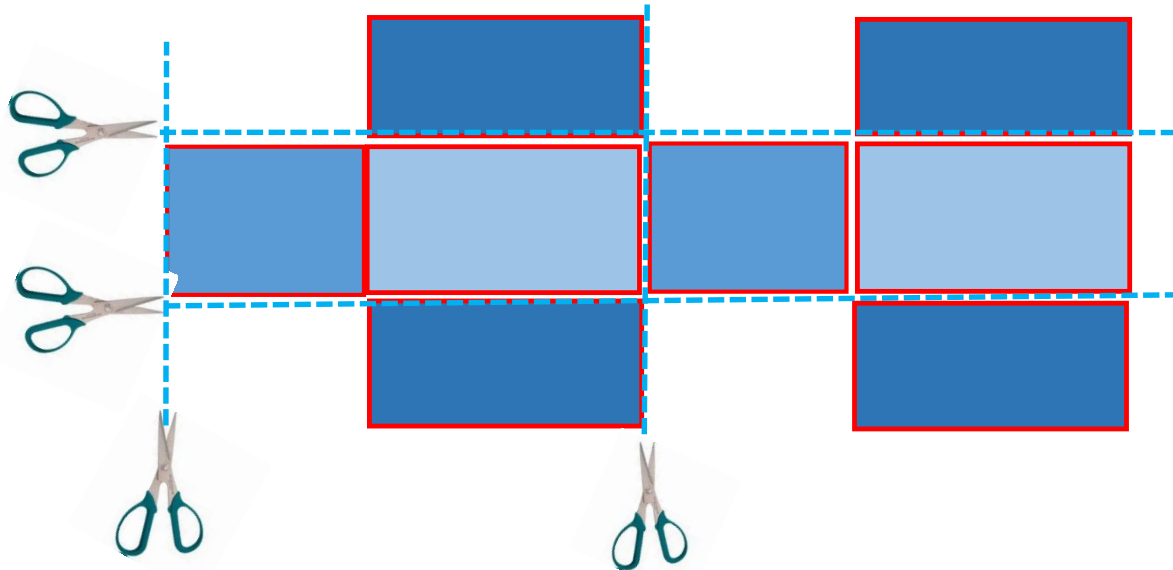
2018.3.11



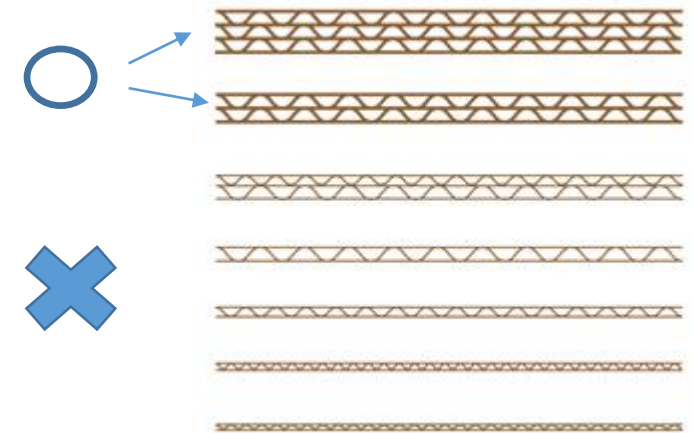
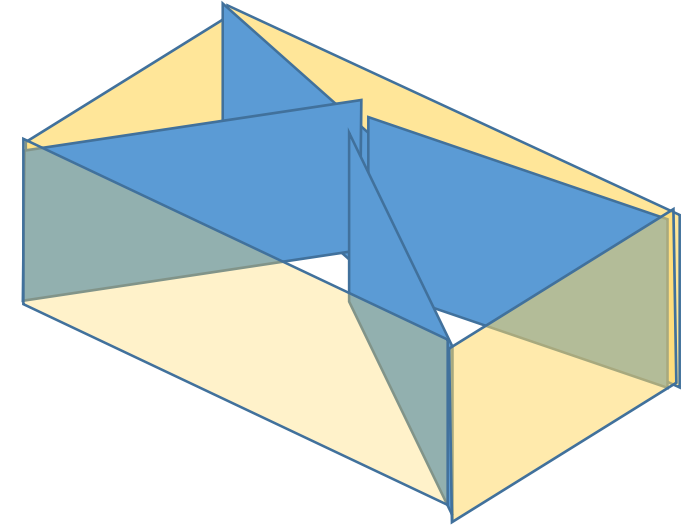
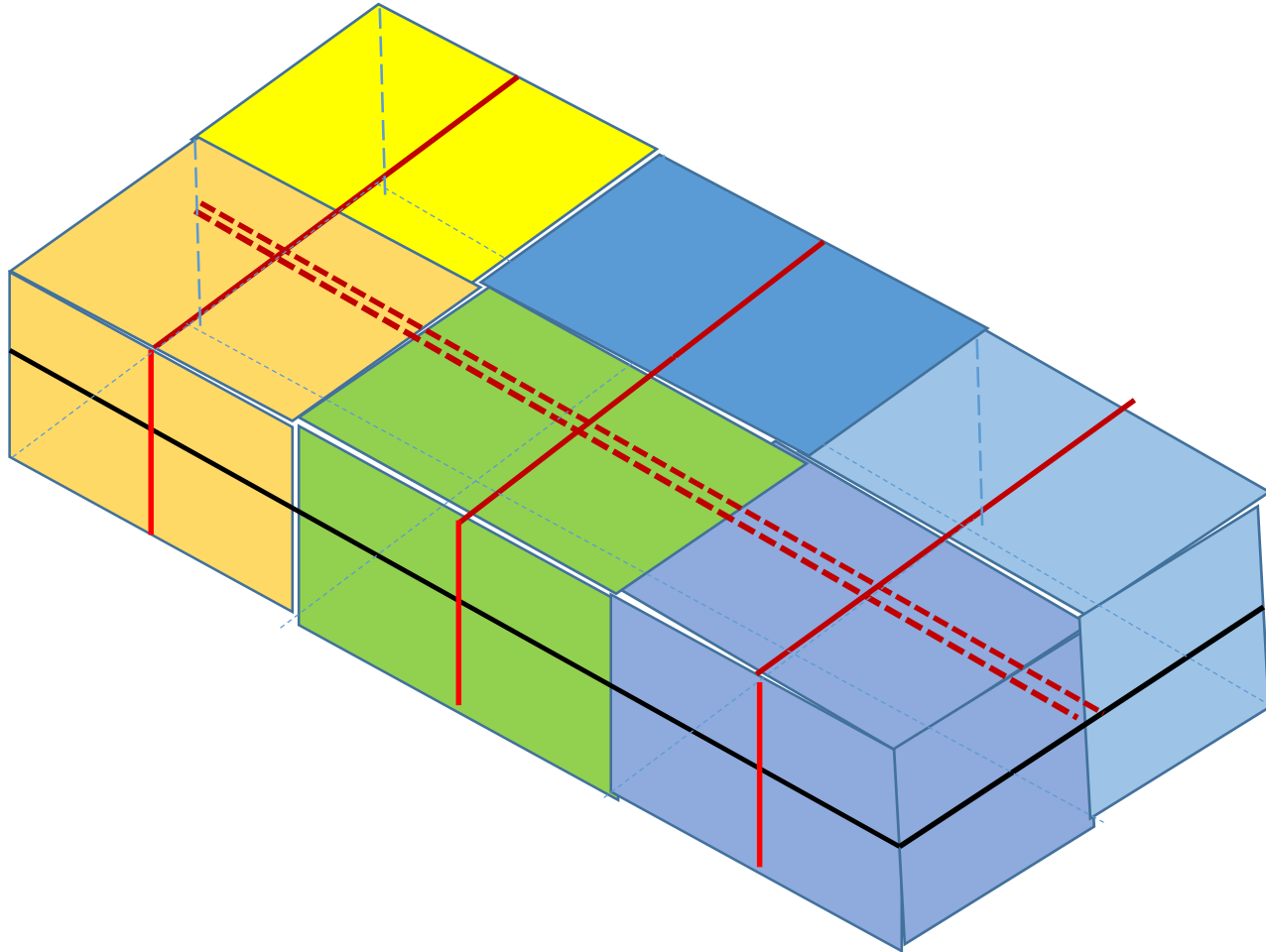
床に寝るのと、簡易ベットに寝るのでは、寝心地が全く異なる

必要物品とパーツの組み立て

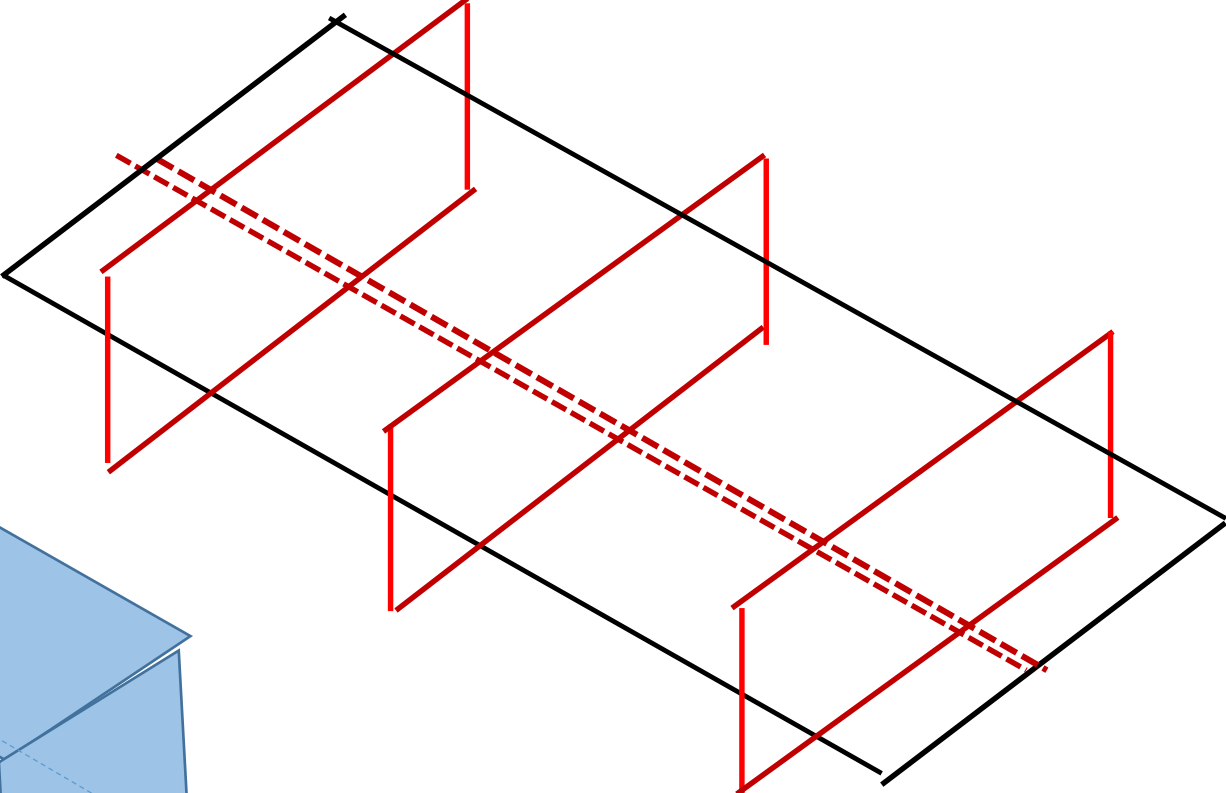
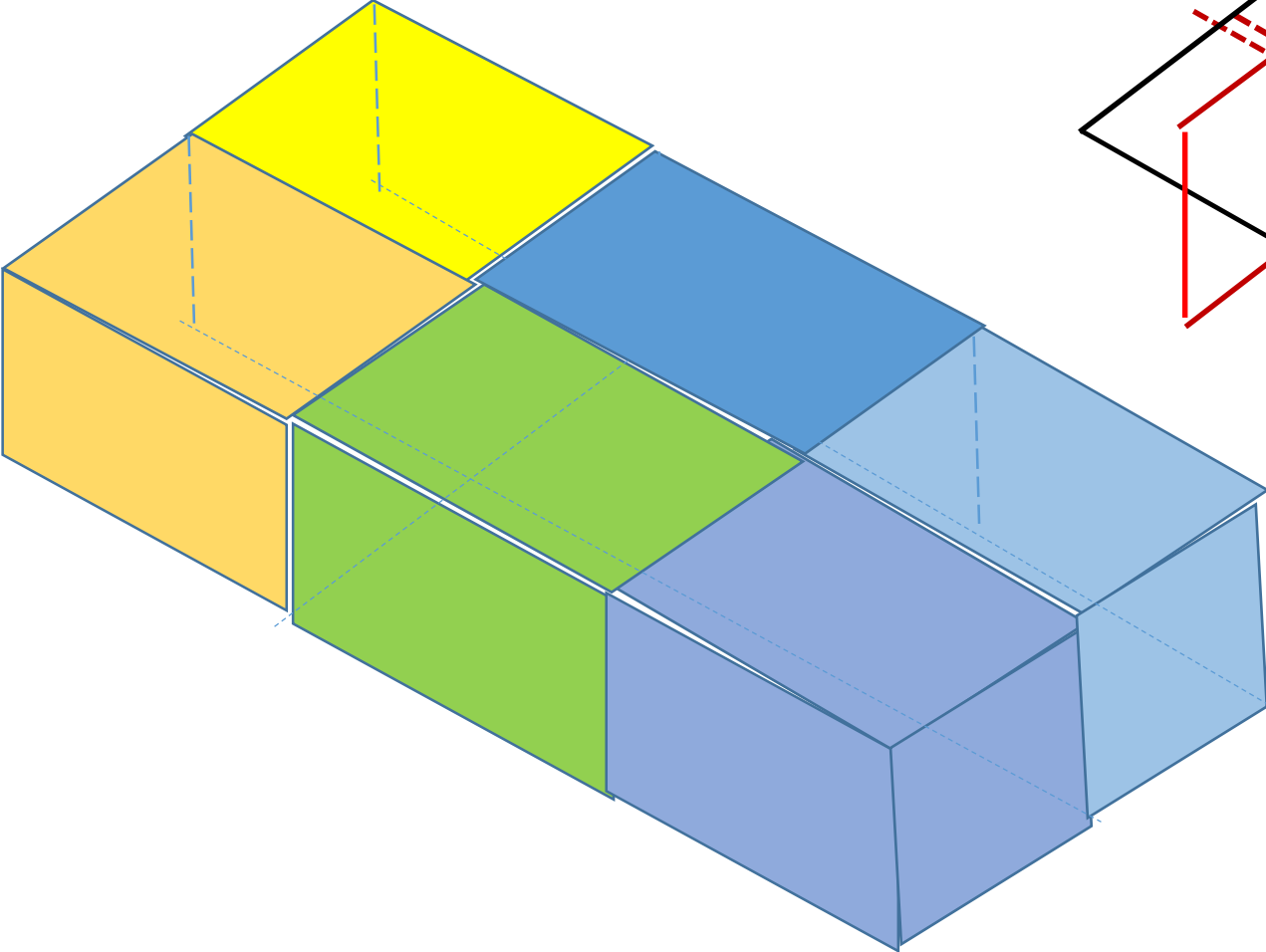
- 段ボール 1台のベットの10個
- ガムテープ 1巻
- 荷造り紐 パーツ箱の連結
- カッターとハサミ 箱内の骨組み作成
- 軍手 ケガ予防



段ボール 簡易ベットの作成



紐で6つの箱を連結し、補強する



災害時の標準感染予防策(スタンダード プリコーション)

★ こまめな手洗いと 衣類や持ち物の洗濯・消毒 ・ 入浴(シャワー)

★ 血液・排泄物・ケガなどの浸出液などに直接触れない。

☆ 直接の接触を避ける ○扱うときは、使い捨ての手袋を使用

○破棄する場合は、ビニール袋に入れる

○飛沫物や量が多い場合は、使い捨てエプロン使用

☆ 処置前後の対応

○処置前後は、流水か消毒薬で洗浄・消毒

★ 感染経路

☆ 飛沫感染(くしゃみなどによる空気感染)

☆ 接触感染(触れた物が粘膜から呼吸器や消化器に)



☆ 傷ついた皮膚からの感染

★ 免疫力の低下した人は、嚴重に



感染予防

1.流水と石鹼による洗浄 2.煮沸 3.紫外線(太陽光) 4.細目に行う

消毒薬	ベンザルコニウム塩化物	オスバンS (逆性石鹼)	細菌・ウイルスに
	次亜塩素酸ナトリウム	ハイター 	ノロ・ロタウイルスにも有効
	アルコール手指消毒剤	手指消毒剤 アルボナーズ	風邪ウイルス ノロウイルスは抵抗性
使捨手袋	使い捨てポリ手袋		
	ニトリルゴム手袋 極薄 粉なし	ニトリルゴム手袋 極薄 粉なし	
ラップ	被覆ラップ	ラップ	傷の応急処置等
防ダニ剤	ピレスロイド系 防虫剤	ダニクリン Wケア	疥癬の予防

仮設模擬避難所



- ★食べ物に関連する食品包装、食器、飲み物は、直接 床に置かない
- ★テーブルや椅子、座布団類は、定期的(朝・昼・晩・使用前)にアルコール等で消毒する
- ★避難所の出入りに消毒薬を常備する。マスクがあれば、マスクを使用する。
- ★床掃除(掃除機、コロコロクリーナー) 被災後の避難所はホコリだらけの
- ★寝具類や衣類は、洗濯と日光消毒

非常時に役立つグッズの作成

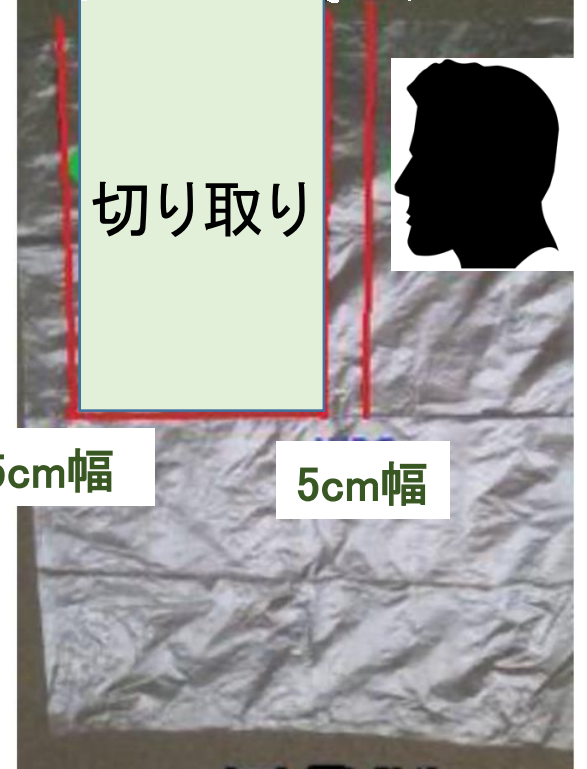
ゴミ袋で作る雨カッパ



下がゴミ袋の開口部



頭部の頭巾部分



下がゴミ袋の開口部

- 水仕事をするときの衣服の濡れ防止
- ★体温の低下は、免疫力の低下に結びつく
- ★飛沫の衣服への付着を防ぐ

非常用使い捨てサンダル・スリッパ

★足のケガや土・ホコリの付着防止

★トイレの洗浄水や汚物の付着防止



トイレサンダル



段ボールサンダル
裏面の固定



ポリ袋は燃焼しても有害なガス等は発生しない。



新聞スリッパ



段ボールと新聞の
ハイブリッド型

揃えるときは、必ず
ポリ手袋を着用

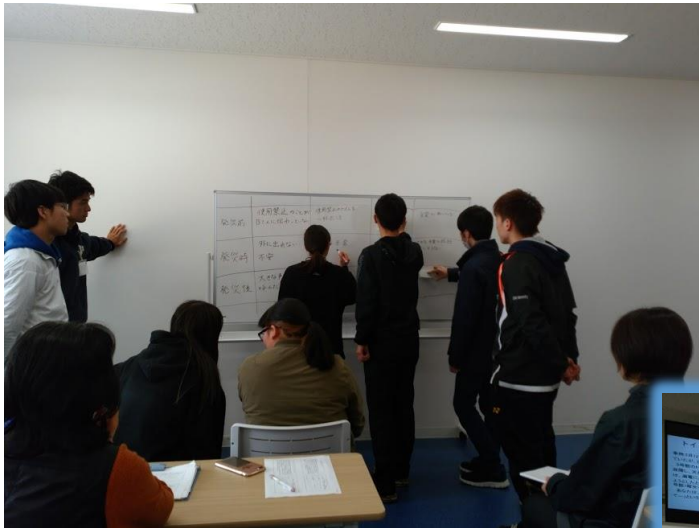
毎日、消毒薬に
30分以上漬ける

チームワーク/災害予防/自助・互助・共助・公助とは

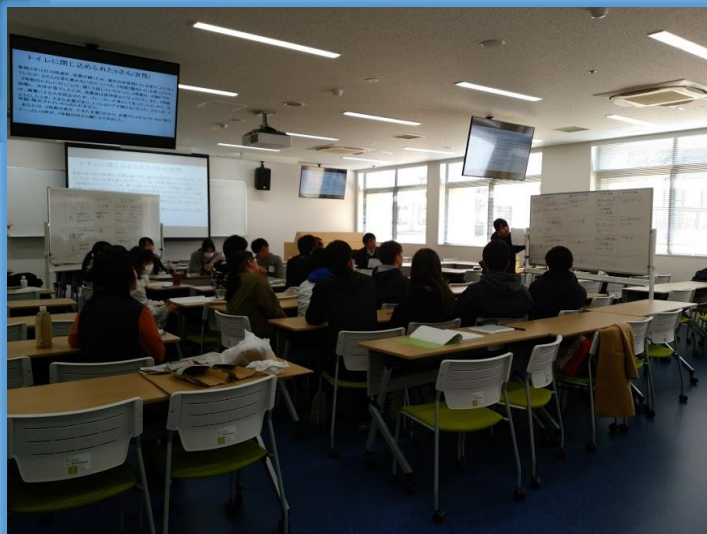
余震でトイレに閉じ込められた事例検討(紙上事例)

Aさん(女性)3月11日16時過ぎに、非常用トイレでは落ち着かないので、5号館1階のトイレを使っていた。5号館のトイレに行くことは、誰にも話していなかった。5号館は、自動ドアが故障し、天井が落下したため、地震後は使用禁止になっていた。また、5号館は、漏電による火災防止のため、ブレーカーが落としてあった。トイレから出ようとしたとき、余震でトイレのドアが開かなくなった。

グループ別検討会



全体検討会



Haddon Matrix(アセスメントツール)
を用いた事例分析

	被害に遭った人	被害を与えたもの、出来事	環境要因	
			社会的環境	物理的環境
発災前				
発災時				
発災後				



非常トイレ

★できれば「尿」と「便」は、別々に処理した方が保管等扱いやすい。

☆「尿」のみの場合は、貯尿容器等に貯めて、下水等に流す。

☆「便と尿」の場合は、便器にポリ袋を入れて、緊急簡易トイレ(凝固剤/吸水性樹脂)に新聞紙等を混ぜる。二重に密封する。

☆「便」のみの場合は、便器にポリ袋を入れて、細かく刻んだ新聞紙を混ぜ、二重に密封する。多少なら、尿が入っても問題ない。

★ 排泄後の手洗いと消毒は十分に。

便器やドアノブの消毒も使用した人が行い、次に使用する人も必ず行う。

細菌学的清潔:感染症は、慢性疾患、抵抗(免疫)力のない人、高齢者、乳児から発病する。

感覚的清潔:トイレに行く回数が減ることで、便秘や体調不良に繋がる。

こころの防災教育

避難所生活でのストレス・コーピング
慣れない避難所生活での対応

講義：ストレス反応とコントロール



グループディスカッション

避難所に泣き止まない幼児がいたら
どのように対応するか



避難誘導と一次救命処置の練習

歩行困難な被災者を避難所に誘導



心肺蘇生法訓練

