

# ぼうさい通信 Vol. 8



その1

平成30年2月16日発行  
熊本県立湧心館高等学校

## 今月のテーマは「避難所について」

2月も最強の寒気団が入って厳しい寒さが続いています。十分に寒さ対策をとって過ごしてください。今月は、本校生徒（定時制1年生）で調べた「避難所やその暮らしについて」を掲載したいと思います。

### 【食欲がなくても食べること、適度に運動すること】

仮名 効ハナさん

- ①おにぎりや炭水化物を含むものを摂ること。⇒食べないと栄養失調になります。
  - ②適度に水分を摂ること ⇒知らぬ間に脱水してしまいます。
- ※ほかに、体を伸ばしたり、安全な場所を歩くなどエコノミー症候群に気をつける

### 【避難時に最低限必要なもの】

仮名 ホダツウイロさん

- ①2Lペットボトル1箱②日持ちのする非常食(カンパン、肉、魚の缶詰)③毛布(防寒)
- ④着替え(何日も着ていると汚れます)

また、子どもは動揺してパニックになり叫びます。そんなときは「大丈夫だよ」と言ってあげて。絶対に「ダメかも・・・」などと言わないように。安全が確保できたら子どもは退屈しますので一緒に遊んであげてね。

※下記はネットより掲載



### 【避難の時に必要なもの】

仮名 テキラさん

- ①現金 ②懐中電灯 ③電池 ④水 ⑤貯金通帳(印鑑) ⑥紙コップ ⑦食品用ラップ

### 【避難するときの正しい行動】

※自宅の場合は・・・

- ①玄関に逃げる（比較的物が少ないのと逃げ道の確保）②ブレーカーを落とす

※外出時は・・・

- ①できればガソリンスタンドがよい（危険なものを扱っているためいろいろな対策が施してある）

裏に続く・・・

## その2



### 【避難所生活での問題点】

仮名 クラティウス・和さん

避難所経験者 70 人に聞いた、避難生活で困ったことTOP 5は・・・

- (第1位) トイレ (第2位) 水・食料 (第3位) 寒さ (毛布必要)  
(第4位) お風呂 (第5位) プライバシー やはり「水」が大切。そこで・・・

### 【水に困らない避難生活のために】

ライフラインの断絶のため困ったのは水の確保。特にトイレは困った。本校でも江津湖に水を汲みに何度も往復した。

- ①水道水の汲み置き (残留塩素は 200容器で約 1 週間程度は残留し安全だが、3 日間を目安にして水を汲みかえよう。)
- ②水道水は容器の口いっぱいに入れ、ほこりや雑菌が入らないようにしっかりとフタをする
- ③ローリングストック法で飲用水を確保 (備蓄量と賞味期限を見比べながら随時使い足していく循環備蓄のこと。)

### 【避難所のマナーとルール】

仮名 アルテラさん

- ①譲り合いの心を持って。②共同生活の和を乱さないように決められたことを守る
- ③お互いのプライバシーを尊重。④室内は原則として火気厳禁・禁煙。
- ⑤トイレは汚したら自分でキレイにふく。⑥ゴミ集積場は清潔に。⑦介護が必要な人は原則家族が介護を行う。⑧救援物資の配給はお年寄りを優先に。⑨避難所から別の場所へ移動するときは運営組織役員に声をかけること。

☆災害後、自宅以外の場所へ避難している場合、郵便局に「避難先届」を提出すれば転送してもらうことが可能。(親族からの物資も手元に届きやすくなる)

### 【災害後は盗難や窃盗が増える】

- ①貴重品、身分証、キャッシュカードは肌身離さず。
- ②避難所での女性や子どもの単独行動はさけること。

### 熊本地震体験談

●ガソリンの購入が困難で苦労した。何事かおこった場合はガソリンスタンドでの早めの給油やスタンドの確認など必要だと思った。●携帯の充電ができずに情報収集ができなかったことからラジオの大切さを知った。●水道復旧が遅れたためトイレを含め日頃から風呂の水は抜かないよう習慣づけが必要。●ライフラインが使えないと現金も引き出せないことから、緊急用の現金は確保する必要があると思った。●震災後の情報で自衛隊の給水情報を知ったが、実際は給水をやっていなかった。すべての情報は鵜呑みにはできない。

※今回は、生徒たちが調べた内容ですが、いろいろな事を教訓に命を守ってください。

