

在宅避難を考える

「在宅避難」という言葉を聞いたことがありますか？

避難所が開設されるような災害が発生した時に、避難所に避難せず、自宅にとどまって避難生活を送ることを言います。

「自宅の建物が無事で、倒壊の恐れがない」

「二次災害が起きる可能性が低い」ことが前提です。



在宅避難を選ぶ理由は「避難所への移動に危険を伴うと判断して自宅に留まった」場合だけでなく、個々の様々な事情で避難所へ行くことを断念する場合があります。しかし、誰にでも起こりうるのが、「避難所の収容能力の問題」という場合です。

「避難所に入りたくても入れず、在宅避難しかできない」かもしれないのです。

実際に、東京都は「在宅避難」をすすめています。(冊子「東京防災」(P.54))

大規模水害発生の可能性がある場合をのぞき(※)、在宅避難には大きなメリットがあります。

あなた自身、家族、ペット、財産を守るために、在宅避難について考えてみましょう。

●在宅避難の主なデメリット

不安や心細さを感じる	余震が続いたり、強い雨が降り続いたりしている間は、不安や心細さを感じる場合があります。
情報入手が困難	避難生活において、「情報」は重要です。 公的な支援は避難所中心に行われ、情報も避難所に集まります。 在宅避難者はみずから避難所へ足を運ばなければなりません。
ライフライン・食料・水は自分で確保しなければならない	避難所の避難者には最低限の生活物資は配給されます。 在宅避難者は自力で調達しなければなりません。
自宅のトイレが使用できない場合、簡易トイレの使用、し尿の保管が必要	避難所には仮設トイレが設置されます。 在宅避難者は備蓄したトイレを使用し、し尿は自宅で保管しなければなりません。



<デメリットは軽減できる>

一般的に、災害時に必要な力の割合は「自助7割、共助2割、公助1割」といわれています。

一人一人が「自助」を意識した備えをすれば、在宅避難のデメリットを軽減することができます。

「情報入手」については、災害協力隊が情報を入手して掲示するなど、対策を考えています。

災害時は、運用が落ち着くまで混乱は避けられませんが、避難所との時間差はなくせませんが、避難所まで出向かなくても情報入手は可能です。

(※)大規模水害の恐れがある場合、江東区には広域避難勧告が発表され大規模な避難が必要になる可能性があります

●在宅避難の主なメリット

<p>住み慣れた場所で生活できる</p>	<p>避難生活は大きなストレスをとるもの。 避難所では生活環境の変化から体調を崩す人もいます。 住み慣れた自宅で過ごせるだけでメリットです。</p>
<p>プライバシーが確保される</p>	<p>限られたスペースに大勢の人が集まって過ごさざるを得ない避難所では、プライバシーを確保するのは困難です。近年、仕切り板やテントなどが導入される避難所もありますが、視線を遮ることはできても、光、音、臭い、気配などは遮れません。 プライバシーが確保された空間で、手足を伸ばしてのびのびと眠ることができることは、大人にも子供にも大切なことです。</p>
<p>犯罪やトラブルに遭う可能性がさがる</p>	<p>災害発生時には様々な犯罪やトラブルが起こります。 金品の盗難、性犯罪、暴力事件、ペットトラブル、留守宅の空き巣被害。喧嘩や言い争いも起こりやすくなります。 在宅避難であれば、遭遇する可能性はさがります。</p>
<p>感染症リスクがさがる</p>	<p>新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスやインフルエンザなど、集団生活には感染症のリスクが伴います。 災害発生時、医療現場は混乱しており、簡単に診察を受けることができない可能性があります。 在宅避難ができれば、感染症のリスクを減らすことができます。</p>



大規模な災害が発生する度、避難所の運営は改善が行われ、進歩しています。しかし、混乱の中で不特定多数の人が一気に集まってくる避難所で、発生する問題をすべて解決するのは不可能です。いざという時、「家で過ごす」ことを選択できるのは、強みです。



<在宅避難を可能にするには「備え」が必要>

- 水、飲み物、食料、簡易トイレ、カセットガスなどは最低3日分、できれば7~10日以上を家族構成や生活様式に応じて備えましょう。携帯できる灯りは一人に一つあると便利です。
- 給水所はどこか、水を汲める容器はあるか、水を家まで持ち帰れるか、イメージしてみましょう。
- 江東区では「防災備蓄用ラジオ」が7月から順次配布されます。いざという時にすぐ使えるよう、届いたら一度は使っておきましょう。インターネットラジオは災害時には使えないことがあります。
- 家の中が安全でなければ避難生活はできません。家具の転倒防止、落下防止を意識しましょう。割れたガラスの破片などでケガをしないで室内を移動できるか、見直しておきましょう。

<マンションの防災に関心を>

「共助2割」は「助け合い」。地域とマンションの防災です。フェイシアにはどんな備えがあるのか、普段から関心を持ってくださるとありがたいです。

「共助2割」がなければ「自助9割」、つまり、ほぼ自力で避難生活を過ごすこととなります。

災害下で孤独にならないことは、とても大切です。

