

12 . 知っているると役立つ！防災豆知識 ～避難生活編～

ここに掲載されている内容は、阪神・淡路大震災後に避難生活を余儀なくされた方々からの貴重な体験談です。

多くの犠牲を払ってからの避難生活は、満足な物資も得られず、慣れない共同生活で非常に辛いものがありました。

その中で、助け合いながら生活していくうちにちょっとしたアイデアや知恵がいろいろと浮かんでいきますが、これらは、実際に不自由な避難生活を体験しないと気付かないことばかりです。

そこで、そうした避難生活の知恵を残し、広く伝えていくため、ここに紹介します。

1 水

3日目にやっと給水車が来ましたが、それまでの間、大変困りました。近くに住吉川が流れていたお蔭で、家族で何度も川まで往復してバケツで水を運び、湯船のなかにためました。それをトイレや洗濯に使いました。飲み水はアウトドア用のポリ容器に入れて使いました。（東灘区 女性）

ライフラインが途絶えると、たちまち困るのが飲み水です。当時、湧き水や井戸水を分けて頂けるところや給水車まで水汲みに行くのが日課になりました。

清潔なポリバケツは手に入らないのでゴミバケツや掃除用のバケツなどを代用せざるを得ません。そのまま使うと、飲めなくなるので、ポリ袋を被せて水を入れ、袋の口をくくります。そうすると水が汚れず、運ぶときに水面が揺れて、こぼれたりふらつきたりせず瓦礫の中を楽に歩くことができました。さらに、土砂を運ぶのに使う一輪車にポリ袋を敷いて使うと、大量の水を一度に楽に運ぶことができます。（東灘区 17歳 男性）

2 食事

焚き火のあとにできた炭は、捨てずにとっておきます。配給される弁当は、この炭の上に網や鉄板、鉄筋を敷き、中身をアルミホイルに包んで温めると美味しく食べることができます。また、汚れた水でも鍋で沸かしてその中へビニール袋で密閉した食べ物を入れて温めると、これもまた美味しく召し上がることができます。炭は焚き火の火を使うより安全です。（東灘区 17歳 男性）

お寿司に付いていた割り箸がいつの間にか沢山たまっていましたので、これを着火材として利用したので火や炭をおこす時にとっても役立ちました。（東灘区 74歳 女性）

食事したあと水を無駄に使えませんので食器にラップを敷き、終わってからラップをはがして処分します。そうすれば食器は洗わずに済みます。（東灘区 女性）

地震後3日目くらいに雨が降ったと思います。その時、家族総出でありったけのうつわを庭に並べて雨水を溜めました。この水を食事のあとの食器洗いに利用しました。今も、雨が降るたびにこの事を思い出します。（中央区 女性）

(ワンポイントアドバイス)

カセット式コンロが非常に役にたった話をよく聞きます。中には鉄板焼きなどで二台並べて使った例もあったようですが、これが非常に危険でした。二台並べるといずれか一方のカセットボンベの位置が中央にくるので、過熱して爆発した例があったようです。

利便性だけでなく、危険性にも充分注意してほしいと思います。

3 カイロ

地震の前々日に、主人が始めてカイロを沢山買ってきたのでびっくりしていましたが、二日後に地震がやってきて、このカイロが二十四時間役立ったので、これまたびっくりしました。また、昭和29年に引っ越してきたとき炭を利用していましたが、この残りがあり、これにもびっくりしました。若いときに苦しい生活をしていたので、この不思議な偶然に助けられた思いがします。（東灘区 74歳 女性）

空いたペットボトル（円筒より角柱のほうが強い）に熱湯を半分くらい注ぎ、ふたをしっかり閉めて、2枚のタオルを巻き付けて毛布に入れて寝ました。避難所は寒く、足が凍えてずっと眠れなかったけれど、これでOKでした。ボトルは少々歪みますが、破れることはありませんでした。熱湯は、自衛隊の人が焚き火にかけていたヤカンのお湯をもらいました。もちろん並んで。（東灘区 31歳 女性）

4 電気製品

私の住んでいる住吉台は地震当日の午後から電気が復旧しましたので、湯を沸かすのに電気ポットが役に立ちました。その他、電磁器、電子レンジなどまだ色々ありますが、電気製品がこんなに役立つとは思いませんでした。（東灘区 女性）

ホットカーペットが役に立ちました。倒壊した自宅の床から助け出した二帖のホットカーペットが震災後の唯一の暖でした。身も心も昼夜ホットな気持ちでした。（東灘区 61歳 女性）

単2の電池が無かったため、家にあった単3電池に紙や布をぐるぐると巻付け、単2電池の代用にしました。これで、懐中電灯や電池式シェーバーなどを使うことができました。（北区 61歳 男性）

〔ワンポイントアドバイス〕

ライフラインが途絶したあとでもっとも早く復旧するのは、電気のように、ガスや水道が機能していない間は、電気器具が非常に重宝します。しかし、電気器具のなかには、電気復旧後、発熱して火災に至るケースがあるのです。熱帯魚の保温ヒーターがそれです。地震でガラス水槽が壊れてしまったままで、通電すると水がないので高温になり、付近の可燃物に着火して火災となるのです。

震災で停電したあとは、一旦電気ブレーカーを遮断し、電気が復旧した時に確認しながらブレーカーを入れるようにしなくてはなりません。

5 ポリ袋

地震直後の避難生活では、毛布などはなかなか手に入れることができなかつたので、新聞紙とゴミバケツ用ポリ袋で簡単な布団をつくりました。これは、新聞紙を丸めてポリ袋に詰めるだけの簡単なものですが、この中に足を入れてみると空気の層が熱の放散を防いでくれるので、以外と温かく過ごすことができました。真冬の夜には何も無いよりましです。（東灘区 15歳 男性）

大震災時、寝巻のまま避難しました。寒い日でしたので、体がガタガタ震えました。避難所へ行っても毛布など体を覆うものはありませんでした。あったのは、黒い大きなゴミ袋だけでした。仕方がなく、そのゴミ袋で体に巻き付けると、結構、暖かくて助かったことを覚えています。（長田区 60歳 女性）

〔ワンポイントアドバイス〕

寒さ対策としては、これ以外に段ボール箱をたたんで床に敷くと以外と温かく過ごせます。また、新聞紙を一度丸めてシワを作り、再び延ばして上着と下着の間に入れて着ると空気の層ができて寒さを防ぐことができます。

6 消毒

私は、弁当や寿司などに付いてくる魚の形をした醤油入れに、毎朝の洗顔時に水を入れ、いつもポケットに入れて持ち歩いています。それは次のことに役立つからです。

- 1 小さい傷をしたとき、傷口を洗うことができる。
- 2 倒壊家屋の瓦礫処理でほこりなどが目に入っても、目の洗浄ができる。
- 3 親指と人さし指の先だけなら充分洗えるので、食べ物をつまみ食いするのに（常に箸やフォークなどがあるとは限らない）最低の条件が整う。
- 4 服に小さな汚れが付いたとき、染みが付くのを防ぐことができる。
- 5 中の水を捨てて、スポイドとして利用できる。（北区 60 歳 男性）

濡れティッシュが消毒などに非常に役に立ちました。水道が途絶しているのに、傷口などを拭くにはこれしかありませんでした。今でも何個か買い置きしています。（東灘区 女性）

〔ワンポイントアドバイス〕

水道が途絶しているときには、きれいな水はなかなか手に入りません。救急箱にある消毒液などは傷口の消毒に使えますが、食事前の手洗いや子供の顔拭きなどには、利用できません。濡れティッシュなどは非常持出し用の防災グッズに必ず加えておきたいものです。

7 トイレ

わが家の周囲は、震災後に建っているのはマンションだけというような状態で、私達のマンションも給水タンクが壊れ、外壁が全てないという大きな被害を受けました。ほとんどの住民が鷹匠中学校へ避難しました。その避難所の生活の中で今も思い出すのはトイレのことです。あれほど水洗トイレがうらめしく思えたことはないというくらいのトイレを見ても汚物の山。「水が流せないの、紙は流さない。」「オシッコ以外の汚物、紙は新聞紙に取ってください。」という注意書も全く無視。本当に言葉では言い表せないものがありました。そんな時、避難所で一緒になった女性の方が「私、家でいつもこんな風に簡易のごみ箱を作っておいているんだけど・・・」と新聞紙を折って作った箱を見せてくれました。それがヒントになり、簡易トイレが誕生しました。

トイレで用を足すとき、それをもって入り、終わったら手を汚さずにごみ箱へ捨てることができます。子供なら電気のついていない時でも校庭の隅でさせてやることもできました。夜に女性、子供が色々な話をしながら、せっせと新聞紙を折っていたことが、今はなつかしい思い出です。そのごみ箱を教えてくれた女性の方と新聞紙に深く感謝します。（灘区 40 歳 女性）

〔ワンポイントアドバイス〕

避難所の仮設トイレは早いところで3日後、遅いところでも1週間くらいで設置されたようでした。家庭では断水でトイレが使えない場合に備え、浴槽のお湯を捨てずに残しておけばトイレ用水として利用することができます。

8 照明

停電すると、夜は街灯もなく懐中電灯の光が頼りになります。でも、これも束の間、電力の復旧には数日かかるので、電池切れを起こした懐中電灯はただの筒になってしまいます。こうした震災時の長時間の明かりはなかなか手に入りません。そこで気がついたのが、結婚式に使ったウェディングキャンドルでした。ひっくり返った押し入れの中からようやく探し当てて使いました。（東灘区 26 歳 女性）

〔ワンポイントアドバイス〕

サラダ油を利用した簡易オイルランプ（ほのぼのあかり）も役にたつでしょう。万が一、コップがたおれても、中の油が外に出るだけで、炎はコップの中にのこり火災になりません。ほのぼのあかりの作り方につきましては、財団法人 市民防災研究所のホームページの『市民防災研究所のアイデア』をご覧ください。