

報告

平成 30 年度講演会 社会交流セミナー
**超高齢・少子・人口減を迎える
 災害大国日本で生きるために**

成 田 登

1. はじめに

一昨年 12 月の委員会において、根本先生にご講演をお願いしてはどうかという提案があり、準備を進めてまいりました。先生は時々札幌に打合せ等出てこられるということでしたので、委員が実際にお会いして日時や内容などを相談させていただきました。折しも昨年 9 月に平成 30 年北海道胆振東部地震が発生し、地震による土砂崩れや液状化のほか、全道ブラックアウトという史上初の事態に遭遇しました。多くの方々の「これが冬だったら更にとんでもないことになっていた」という実感から、冬期災害の対処法についてもぜひご紹介いただきたいと期待して臨みました。

本報告では、非常に濃密であったご講演の内容から、特に報告者の印象に残った部分から抜粋してご紹介いたします。

2. 講師の根本先生

根本先生は北見市にある日本赤十字北海道看護大学看護薬理学領域教授・災害対策教育センター長を務めておられ、薬理学・寒冷地防災学がご専門です。センターでは災害看護・災害医療に重点を置いた被災者の命を護るための様々な取り組みを進めています。センターのホームページに、先の胆振東部地震における段ボールベッド 400 台の提供、『厳冬期災害演習 2019』などの紹介が掲載されています。(http://www.rchokkaido-cn.ac.jp/disaster_center/index.html)

胆振東部地震の前日、先生は道庁で防災担当の方々と打合せをしておられたそうです。その後札幌に宿泊された矢先、午前 3 時過ぎに地震が起こり、

本来でしたら翌日北見に戻るはずでしたが再度道庁を訪れてすぐに対応協議されたということで、何ともすごいタイミングであったのです。

3. 助かったはずの命

平成 28 年 4 月の熊本地震においては、最大避難者数 18 万 3 千名、死者 50 名でしたが、「震災関連死」として 215 名の方が亡くなっています(平成 30 年 11 月 22 日現在)。「関連死」は、地震では助かったけれども避難生活などの影響で亡くなった方々です。このうち 9 割には既往症があり、30% は呼吸器系疾患(誤嚥性肺炎など)により、30% は循環器系疾患(ストレスなど)が原因で亡くなっています。自殺者も 16 名いました。年齢的には、60 歳代以上が 9 割です。

もしも適切なケアがなされていたなら、助かったはずの命です。耐震対策、防災減災対策ももちろん重要ですが、震災関連死対策も必要であることがわかります。日本赤十字北海道看護大学の災害対策教育センターにおける「災害看護・災害医療」の取り組みがなぜ必要とされるか、大変良くわかりました。

4. 冬季地震

熊本地震が、また胆振東部地震が、もしも冬季に起こっていたとしたらどうでしょうか。日本における冬季地震は、過去に何度も起きています。1933 年 3 月 3 日の昭和三陸地震、1995 年 1 月 17 日の阪神・淡路大震災、2011 年 3 月 11 日の東日本大震災などなど。東日本大震災は厳冬期を過ぎた 3 月でしたが、それでも雪が舞う中大変だった様子をご記憶の方も多いことと思います。北海道内でも

1834年2月9日に石狩地震が記録されています。胆振東部地震は9月初めでしたが、全道停電の想像以上の不便さの中、「これが冬だったら、一体どうなっていたことか」と実感された方も多かったことと思います。素人考えでも「震災関連死」がかなり多くなりそうだという気がします。地震後、各地のホームセンターで乾電池式やガスボンベ式で電源を必要としないストーブ類が品薄になったとか、太陽光発電パネルやプラグインハイブリッドカーへの関心が更に高まったとか、感じられたのではないのでしょうか。

5. 震災関連死を減らすために

高齢者、障害者、難病患者など、避難生活において特に支援を必要とする方々について、災害対策基本法では行政が名簿を作り把握することを義務化しています。しかし行政だけではとても手が回りませんから、地域で共有し共助することが必要になります。それ以外にも、外国人、乳幼児、妊婦、慢性疾患患者など、配慮を必要とする方々が多く存在します。全道ブラックアウトの際に、行き場を失って途方に暮れている外国人旅行者のことが報道されましたね？ 札幌の地下歩行空間で一夜を過ごしたりしていたのですが、事前の想定や対策は恐らく無かったのではないのでしょうか。

支援・配慮が必要ではあるけれども、国立社会保障・人口問題研究所の介護給付費等実態調査における「要介護の将来推計人口」によると、かなり厳しい現実も見えてきます。2018年に32万人の要介護者数(このとき人口1億2,644万人・生産年齢人口320万人)は、2045年には48万人(人口1億642万人・生産年齢人口193万人)になると推計されています。超高齢化・少子化・人口減という波が、確実にやってくるのです。現在でさえ多くの震災関連死者数なのに、このままでは増える一方になってしまうではありませんか！ そして北海道は、日本の中でも特に高齢化が進んでいる地なのです。

6. 体育館雑魚寝の避難所は当たり前ではない

「避難所」というと、どういう光景を思い浮かべる

のでしょうか。小中学校の体育館に大勢の地域住民が毛布をかぶって雑魚寝をしている様子がいつも報道されるので、それが当たり前だと思ってしまうのも仕方がないのように思います。自治体による災害対策もそういう前提で進められて、毛布や食料などが備蓄されているのではないのでしょうか。果たしてそれらは有効なのだろうか？ ということで、日本赤十字北海道看護大学災害対策教育センターでは『厳冬期避難所展開・宿泊演習(通称：厳冬期災害演習)』を実施しています。災害に関わる専門職の方々を集めて実際に冬期の避難所生活を体験する、実践検証の場です。

ブルーシート+毛布による雑魚寝では、とても寒くて眠れないことがわかるそうです。秋口、気温が17℃でも「寒すぎて全く眠れない」ということです。これでは、震災関連死に「凍死」が加わってしまいます。「ブルーシートは、百害あって一利無し」と語っておられました。

演習では、徐々に改良を重ねて「第3世代」となった段ボールベッドを実際に使って、体感してもらっているようです。床面の冷たさが伝わってこない、床面を歩く音が耳につかない、段ボールそのものが収納スペースにもなる、展開・撤収が簡単でとてもコンパクトに収納できる、被災地外の工場であれば短期間で量産可能など、従前の避難所生活の難点を一つ一つ解消していった努力の結晶のようなものになっています。

講演会場に、段ボールベッド1セットを実際に展開して置いておきました。早く会場に来られた方は、早速寝転んでみて「暖かい」と感じられたようです。



写真-1 段ボールベッドに寝てみる

この段ボールベッド、6箱1組で1人分です。全体で約8トンの荷重を支えられるそうですから、相当に重い方でも使えます。身長のある方なら、もう2箱追加する必要があるかも知れません。箱の中には小箱が4つずつ入っています。これが荷重を支えるとともに、荷物類の収納スペースにもなります。組み立て・折りたたみも一瞬です。

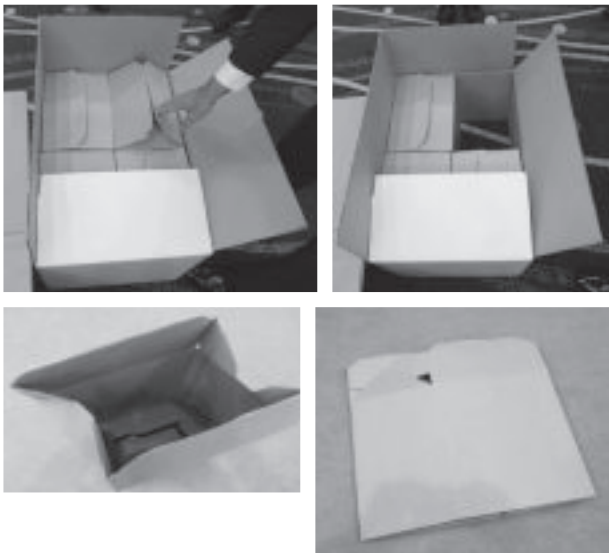


写真-2 段ボールベッドの中身

1月に発売になるという、デュポン社のタイベックで作られた緊急避難用寝具(寝袋タイプ)もありました。薄いけれども保温性が高く、適度な透湿性があるために汗が内側で結露することはありません。6~7,000円程度ということですので、ご興味のある方は検索下さい。

アルミ製のエマージェンシーシートにくるまると、中で結露して濡れてしまいます。却って体が冷えてしまうので注意が必要です。



写真-3 緊急避難用寝具(寝袋タイプ)



写真-4 緊急避難用寝具パンフレット
(<http://www.shinsei-bussan.co.jp/pdf/ESB.pdf>)

7. 車中泊対策

避難所にプライバシーが乏しい、ペットがいるなどの理由から、車中泊を選択される方も少なくないようです。しかしエンジンを掛けっぱなしにすることによる一酸化炭素中毒事故も多く報道されているところですので。そんな車中泊対策についてもお話がありました。北海道では、暴風雪により車が動けなくなり、かと言って外に出るのも危険だという事例が時々あります。そんなときに役立つ「暴風雪車内対策キット」も展示しました。休憩時間中には会場の方々も集まり、興味津々で見られておられました。

これらは、避難所に行かず車中泊する際にも大いに役立ちます。ご興味のある方は、ネットでご確認下さい (https://www.koyanagi-net.co.jp/?page_id=152)



写真-5 暴風雪車内対策キット



写真-6 展示物を見る方々

8. 食事は大事！

避難所の食事といえば？ パン、おにぎり、カップ麺……。でも普段の生活でそんなものばかり食べていたらどうでしょう？ 食物繊維が少ない、冷たい、塩分が多いなど、あまり健康に良さそうにありませんし、なんか惨めな感じになってしまいますね。

ただでさえ厳しい避難所生活でそんな食事ばかり続くと、身体的にも精神的にも健康を害してしまいます。そこで必要なのが「炊き出し」。キッチンカーがたくさん用意してあって、災害があるとすぐに被災地に送られるというイタリアの事例紹介がありました。プロの調理師がボランティアとして加わるので、普段と変わらない(いえ、普段よりおいしい?) 暖かい食事をいただくことができるそうです。食事とともに、「食べる空間・団らん」もとても重要な要素なのだとか。胆振東部地震では、いくつかの企業がキッチンカーを提供したことが報道されていました。

災害救助用炊飯袋「ハイゼックス」も、簡単に暖かい食事が作れる(炊飯以外にも、いろんなレシピがネットに公開されています) ツールとして備えてお

くと良いそうです。

9. その他

講演内容の詳細については、あまりにも情報量が多くてとても紹介しきれません。厚真にも導入されたコンテナ型トイレについて、ポータブルストーブから出る大量のCO₂について、冬季の長い暗時間について、情報の活用について(フェイク排除)など、たくさんのお話がありました。

会場には、NHK 札幌放送局の撮影クルーも来ていました。



写真-7 撮影クルー

道内ニュースでも取り上げられ、関心の高さがうかがえましたが……。[活動レポート]に書きましたようにメディア対応の必要性を感じた講演会でした。

最後に、根本先生によるまとめです。

- ・現状を捉える。当たり前を見直す。
- ・他者依存度を下げ、自律できる家庭内防災。
- ・まず何かやる。とりかかる。地域活動に参加。

成 田 登 (なりた のぼる)
技術士(衛生工学)／総合技術監理部門
社会活動委員会 委員
環境調和設計 代表

