

S P Sに関する学校便り（～風の人より～）への掲載記事

③ 令和5年1月31日号 (No.10)

予期せず起こりうる震災を想定して

28年前には阪神・淡路大震災が発生し、地震による家屋の倒壊や地震後の火災などによって6434名もの尊い命が奪われました。12年前には東日本大震災が発生し、津波による影響が大きく、行方不明者を除く死者の総数は約15900名に達しました。こうした規模の地震は近未来にも高い確率で発生すると予測されています。特に近年、関東以西から九州の太平洋近海を震源とする南海トラフといわれる地域を震源とする東南海地震の発生が危惧されています。地震の発生確率は、今後20年以内に60%、30年以内に70～80%、40年以内には90%。奈良では（多くの家屋に倒壊などの被害が出る）

最大震度6強と推定されています。こうした状況の中で、日本全国において防災教育の充実が喫緊の課題です。こうした背景から本校ではS P S（セーフティープロモーションスクール）活動に取り組んでいます。

10月には授業中に地震が発生したという想定のもとで、当日の朝に事前予告をして全校で避難訓練を行いました。この訓練では、「避難方法は周知してきたものの訓練に対する心構えに甘さがあり、私語が少なからず聞こえた」、「窓ガラスからでるだけ離れて移動することを全員が意識すべきである」、「移動時も含めて安全な場所に集合するまでは、頭を守ることを最優先である」など、全員が徹底するうえで、多くの反省点を確認しました。そして次回の避難訓練ではその教訓が生かされるように、改善点を振り返り学習しました。

第2回避難訓練は1月24日に実施しました。3年生は受験期を迎えているため、1・2年生を対象に行いました。今回は地震発生時の想定日時を詳細に告げず、近日中（宣言した日から1週間以内）の地震発生を予告し、避難訓練を行うことを伝えました。そして、当日は生徒それぞれが自分の判断のもとに行動することが求められる昼休みの自由時間に地震のアナウンスを伝え、その後火災が発生したという想定のもとで体育館に避難するというシナリオで実施しました。全員の命を守るためには完璧をめざすべきであるという観点から、避難中にわずかに私語が聞こえたことを注意しましたが、前回に比べて、格段に進歩した避難行動を取ることができました。

避難訓練の後は学年毎に分かれて、自衛隊の方にご指導をいただき、各学年がそれぞれ次の2つのプログラムを行いました。

① 訓練時や被災時の心構えと自衛隊の方々が被災地支援を行ったときの体験談

阪神・淡路大震災 紀伊半島大水害 東日本大震災



【強く印象に残った自衛隊の方からのアドバイス】

- 実際に大地震が発生した時には、足がすくんで動転して、冷静な判断ができなくなる人がたくさんいる。「訓練は本番のつもりで、本番は訓練のつもりで。」の心構えが、万が一の時の正しい判断と行動につながる。自分で自分の命を守り、自分が無事であることが最も大事。そのために、自分でできる範囲の事前準備や訓練をしっかりすること。そして行動するための正しい知識を身に付けておこう。
- 万が一に備えて、災害時は防災気象情報に注目すべきであることを覚えておこう。避難する場所を日頃から家族で話し合い、確認しておこう。家庭に防災グッズを備えておこう。

【自衛隊の災害救助・復興支援活動として紹介していただいた内容】

- 被災地の瓦礫の除去
- 人命救助と人の捜索活動
- 流れた橋の代替としての仮設橋の設置
- 避難所での簡易仮設風呂の設置や炊き出し支援
- 水中に取り残された人を自衛隊員のチームで入水し救助する活動

②胸骨圧迫による心肺蘇生法とAEDの使い方の実習



非常時は、救急隊員などが到着するまで、または、心肺蘇生を受けている人が回復してもう大丈夫と本人から言うまで心肺蘇生を続ける。場合によっては、15分以上連続して心肺蘇生を続けられないといけないことも珍しくないそうです。

その他、ご紹介していただいたもの

『油圧式カッター』… かたい金属棒などを切ったり、隙間を広げる時に使用する道具で、直径3cm程度の鉄棒でも、この機械を使うと一人の方で簡単に切断することができます。

『破壊構造物探索機』… 長い筒状で先端にカメラが付いたこの装置を、瓦礫の隙間などに差し込むと、先端のカメラは遠隔操作により自在に向きを変えることができる仕組みになっている。破壊された瓦礫の下に動くものがあると、この機械でその存在を確認できる。

『南極の氷』… 自衛隊の方が南極越冬隊に同行されて持ち帰った南極の氷にも触れさせていただいた。



油圧式カッターで鉄の棒を切断しています。



破壊構造物探索機のカメラを覗いて、意を確認しています。

1月24日の避難訓練を振り返っての生徒の感想

【避難訓練を振り返って】

- これまでは予告があったけど、いきなり放送が流れてとてもびっくりした。でも、自分の身を守り、私語を控えることができた。逃げなきゃと思って小走りになってしまったから、本当に起きてしまったときに落ち着いて対処していきたいと思った。
- 今までの避難訓練では教室にいたけど、今回は廊下でどうすれば良いか分からなくて教室に戻ってしまった。震度も強い地震が来たら立てないかもしれないので、どうすればいいのかわかっておく必要があると感じた。廊下から教室に入るとすぐにある机の下にかくれたので窓が近くて、今思えばあの場所は絶対危ないと思った。
- これまでの自分は、少し話をしても助かると思ってた。でも、自衛隊の方からは「訓練でできないことは本番でもできない」と教えられた。小さなことでもちゃんとすれば助かる確率が上がると教えられたので、少しずつ冷静に考えて動くことを心がけようと思う。
- 前よりはしゃべっていないけど、少しだけしゃべってしまった。練習でできなかったら、本番でも無理なので、次からは必要な時以外、しゃべらないようにしようと思った。今回は緊張感がもてたと思う。

- マニュアルに書かれていないところにいた人もあり、そんな状況下で何より大切なのは、守るべきことを見誤らず、今までの経験をもとにどう行動すべきかを臨機応変に考え、対応することなんだと感じました。☺

☺
【自衛隊の方から災害時の対応の心得や被災地での活動の話聞いて】☺

- 上牧町で何かあっても自衛隊の人たちは宇治から来てくれるので、着くのに時間がかかる。だから、自分や家族で事前に準備したり、いろいろな知識をもっておくことが大切だと改めて知った。大きな災害にあった時に周りの人も自分を守ることで精一杯だと思うので、自分の命をきちんと守れるような行動を取りたい。☺
- 少しでも自分で自分の命を守るように、事前に防災マップを確認する、防災グッズを家につくっておく、家族と場所を話し合っておく等、対策しておこうと強く思いました。☺
- 災害が起こった時にまず対応するのは、消防ではなく市民であるということに改めて実感した。☺
- 瓦礫撤去とか生き残りがいるかどうかを捜すのも全部自衛隊の方々のお陰です。大変な思いをしても頑張って務めを果たしているんだなと思いました。☺
- 「最悪を回避する」、「安全確保」、「生き残る活動を続ける」ということが大事だと分かった。「FAST-Force」（初動派遣部隊）という言葉が教えていただき、この言葉の意味は、「24時間365日、必要があれば準備をして1時間以内に現地向けて出発できる」ということだと教えてもらった。とてもすごいことだと思った。☺
- 自衛隊の人は、被災地で人命救助だけでなく、炊き出しをつくったり、食料を分配したり、仮設のお風呂をつくったり、流れた橋を復活させたりするなど聞いて感心した。災害があれば全国各地どこにでも行ってきていることを知った。☺

☺
【救命救急講習を体験しての感想】☺

- 初めてAEDに触れたけど、すごいなと感じました。よくテレビで見るやつ、胸骨圧迫をするのが難しいと思いました。押す時に音が出ませんでした。音が鳴っていないということはできていないということと聞いたのでショックでした。もし出かけた時に人が倒れていて、周りに誰もいなかったりすると、「私がしないといけない」と感じると思うので、しっかり覚えておかないと、絶対に困るはずですよ。大事なとき、いざというときに、必ずできるようにしてみせます。家でも練習しようと思います。☺
- 胸骨圧迫はとてめにかたくて、しんどかった。冬でも5分ほどやると汗だくになった。☺
- 目の前で人を助けるだけでなく、周りの人の助けを呼ぶことも大事なこと。119番通報と助けを呼ぶ。この2つが大切だということを知った。☺
- これで一人の命を救える自信がついた。声をかけるときは優しく。AEDの手順も覚えたから、いつ誰かが倒れていても助けられる。やろうとすることが大事。胸骨圧迫で、押すところが少し難しかった。☺
- AEDの使い方を教わった。胸骨圧迫は、自分の両手を重ねて手の平の付け根を倒れている人の胸の真ん中に当て、自分の肘を伸ばして5cm程（手の力だけで押さずに）体全体の力で押す。私は全く力がなくてできなくて悔しかったです。☺

4
1月24日の避難訓練、自衛隊の方から教えていただいたお話や救命救急に関する実習では、生徒、教職員ともに、多くの学びがありました。今後も災害による被害を未然に防止したり、被害を最小限に食い止めたりするために、自分の命を、お互いの命を、守るための学習に繰り返し、取り組んでいきます。☺

令和5年5月には休日参観を実施して保護者の皆様にも参画していただき、自助・共助の意識や知識を身に付ける取り組みを試みたいと考えています。4月にはその内容についてお伝えさせていただきますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。