

体験しよう 備えよう 障害者の防災を考える集い

さくらピア 避難所体験 2023

食育防災を 考えよう！



2023年6月は、豊橋市でも集中豪雨による災害が起きました。

避難所はもとより、災害ボランティアセンターが開設されたのも記憶に新しいところですが、年々、昔とは雨の降り方が違うのを実感しますね。避難に対する考え方もだいぶ変わってきました。私たちが今できることは何か、備えはどうすればいいのかをみんなで一緒に考えてみましょう。

2023年9月30日(土)午前10時～12時

さくらピア 3階 大会議室

≪ スケジュール ≫

2023

▼09:30 受付開始 (@3階 大会議室)

▼10:00 **開会**

主催者あいさつ 豊障連会長 山下 徹

▼10:05 ①クイズで学ぶ減災対策

講師：食育防災アドバイザー 本田 栄子 さん

▼10:45 質疑応答

▼10:50 休憩・準備

▼11:00 ②ローリングストックお試し体験

▼11:35 質疑応答・アンケート記入

▼11:40 避難訓練

大会議室から桜ヶ丘公園へ避難し、初期消火訓練を行います。

▼11:50 閉会・解散



さくらピア防災タイム2023まとめ

各グループの活動時間に実施

2023年9月1日（金）～14日（木）

午前11時30分・午後2時45分・午後8時の1日3回

●避難経路は、グループごとで確認

実施報告書より

参加団体 **72**グループ

合計 **650**名（障害者 292名・その他 358名）

年に1度だが、防災の意識を皆で持つことができた。部屋のドアが開かなくなったらどうしたらいいか話し合う。



ハザードマップに二次元バーコードを付けてほしい。



避難経路を確認できた。訓練することは必要。ローリングストックを知らりませんでした。



今日がついていたが、非常口を出たところの電気が消えていて、暗かったら足元が不安だなと思った。

7回目の防災タイム。まだまだ初めての人もいて経験してただけでした。やったことがある人でも発見がありました。

夜の活動なので、避難経路から駐車場へ出るのに暗くて怖い。スマホで照らすなど皆で協力。

非常口の戸が重いので、出るのに少し時間がかかった。



外の非常階段を使って訓練しました。スムーズに歩けるコースではないので、2回目ですがやってよかった。

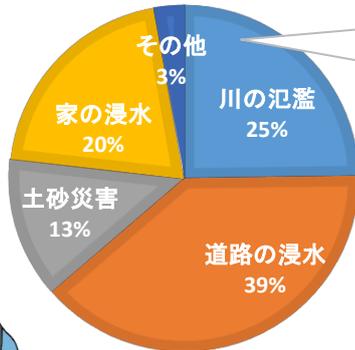
はじめての参加。非常扉をあけて行き止まりで戸惑った。一次避難所と外へ出る避難経路の違いを知らなかった。わかる工夫を考えてほしい。

2023年度 さくらピア避難所体験 事前アンケート まとめ

9月1日から2週間、650人の皆さんにご協力いただきました。



●大雨が降った時に心配な事(複数回答)

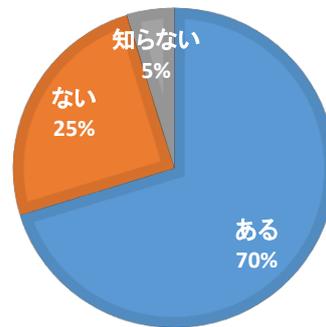
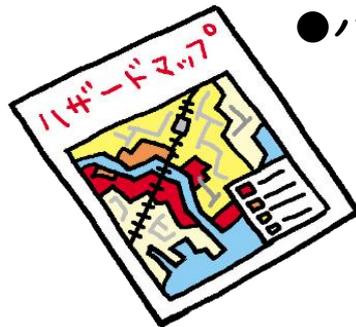


その他 内訳

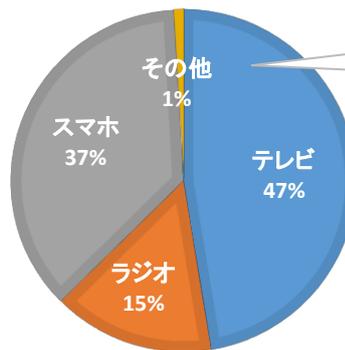
移動ができない
海にゴミが流れる
雨漏り、車の浸水、食料
津波、停電、命の危機
屋根、帰宅困難
電気システムのトラブル



●ハザードマップを見たことが



●災害情報を何で見るか



その他 内訳

見てない
防災ラジオ
市のホームページ



●「豊橋ほっとメール」に登録していますか？

- ・している 31%
- ・していない 69%

●災害に備えて食料を準備していますか？

- ・している 69%
- ・していない 31%

●「ローリングストック」を知っていますか？

- ・知っている 43%
- ・知らない 57%



食の備蓄ワーク

家に何があるかな



～長期保存食品・レトルト・缶詰～

～常温で保存できる食材～

～お菓子やお酒～

～冷蔵庫・冷凍庫の食材～

<クイズで学ぶ減災対策>

Q. 次のマークの意味は何でしょう？ 下から選んで書きましょう



① ()

② ()



③ ()

④ ()

⑤ ()



⑥ ()

⑦ ()

⑧ ()

ひなんじょ
・避難所

いちじ こういき ひなんじょ
・一時(広域)避難所

むせんまい
・無洗米

ほく にまい
・穂の国米

つなみ たかおひなん
・津波高潮避難ビル

つなみ たかおひなん ばしよ
・津波高潮避難場所

しやくしよ
・市役所

ひじょうぐち つうろゆうどうとう
・非常口(通路誘導灯)

ひじょうぐち ひなんぐちゆうどうとう
・非常口(避難口誘導灯)

しょうぼうしよ
・消防署

ふくしひなん
・福祉避難コーナー

さくらピアのこうざ「どなたでも」マーク

家庭の備蓄 ローリングストックについて

非常食=特別な食事という意味ではありません

★普段から 食べて備えることが大切

いつもと違うものを食べると…

- ・味が濃く感じる
- ・飽きてしまう
- ・食べづらい
- ・体が受け付けない
- ・食事への満足感をえられない

備える量はどのくらい？

- ・非常食は一人()分
- ・水は 一人一日()ℓ
()ℓの内訳
()ℓ 飲食用
(1)ℓ 生活用

★リュックに入れる食べ物を 選ぶとき 考える事は？

①()もの ②()もの ③()もの

- ・軽い
- ・頑丈な
- ・長期保存できる
- ・好きな
- ・個包装の
- ・栄養がある



「食べなれたものを 備えましょう」

消費期限

この年月日まで
()に食べられる期限

賞味期限

品質が変わらずに
()食べられる期限

のコツ



食べた分だけ買い足して備える



- ◆食品 ◆日用品
- ◆持ち歩き用品



さくらピア避難所体験のあゆみ 2009～2023

体育館で1泊2日

2009	東海豪雨被災体験 ① 「こどもはダウン症、母は耳が聞こえない」 地震体験車 防災設備確認ラリー	プライベート間仕切り組み立て実演 防災グッズ紹介・豊橋市の避難所状況 障害者の防災を考えるグループワーク	
2010	② 「阪神・淡路大震災、その時知的障害者は…」 地震体験車	防災紙芝居「おそろしい台風」 手作り防災グッズ紹介	
2011	③ 応急手当講習「三角巾の使い方」 はしご車 東日本大震災	そのとき 私たちは どう動くのか JDF(日本障害フォーラム)の活動からみえてきたもの 南三陸町視察報告	
2012	④ 「災害救助最前線」自衛隊講演 防災なるほどクイズ 九州北部豪雨 カレー炊き出し体験	防災講話 夜の避難訓練	報告集『体験しよう備えよう 避難所体験の取組』発行
2013	⑤ 「逃げ遅れる人々」映画上映 パッキング 煙体験ハウス・地震体験車	ちょっと拝見みんなの非常持ち出し袋 夜の避難訓練	第18回防災まちづくり大賞 総務大臣賞
2014	⑥ 「地域防災と障害者」消防団講演 車いすダンスSHOW&逃げましょう 煙体験ハウス	防災ラジオドラマ作成 平成26年度防災ラジオドラマコンテスト 最優秀賞	平成26年度防災功労賞 内閣総理大臣賞
2015	⑦ 防災ラジオドラマに書ききれなかった思い 防災手話体験 関東・東北豪雨	防災レクリエーション 防災じゃんけん・新聞紙でスリッパ	
2016	⑧ 講演 あのときのこと 「気仙沼避難所運営38日間の生活」 熊本地震	講演 これからのこと 「こども・障害者・高齢者の命を守る備え」 あそ防災 じゃんけん・釣りゲーム 防活ひろば・避難所GO!	親子防災① 防災頭巾 防災手話 防災タイム①

マンガ『障害者が避難所に来たら』発行

災害ボランティアと合同訓練

2017	⑨ ① 伝えて～避難・報告訓練 さくらピアからあいトピアへ 九州北部豪雨	② 地域で～ 避難所開設レイアウト実習	③ つながって 防活ミーティング 地域ごとで話し合い	親子防災② 防災頭巾 視覚障害者体験 防災タイム②
2018	⑩ ① ハートを伝える 避難・報告訓練 大阪府北部地震 北陸道胆振東部地震	② 備えを学ぶ 講演「災害時に役立つ薬の話」 西日本豪雨	豊橋でも 台風24号の影響で 大停電が…	親子防災③ 防災折り紙 知的障害者とは 防災タイム③

みんなで協力する地域づくり

2019	⑪ 防災運動会 ①非常食配達ゲーム ②大声コンテスト ③防災釣りゲーム ④わっしょいラリー	活動紹介タイム 防災グッズ紹介(豊橋防災VCの会) 避難所絵カード・防災手話(豊橋手話ネットワーク) 防災企画のヒント(さくらピア)	親子防災④ ペットボトルランタン ポッチャ体験 防災タイム④
------	---	---	---

新しい避難様式

2020	⑫ ①災害時の地域助け合いを進めよう ②避難所のトイレ事情 新型コロナウイルス感染症		親子防災⑤ 発達障害とは ポッチャ体験 防災タイム⑤
2021	※「3.11を忘れない集い」で実施 ①今すぐ防災! 災害まったなし! ②応急手当ワンポイントレッスン 新型コロナウイルス感染症	※感染拡大防止のため、 避難所体験・防災タイムは 中止	親子防災⑥ 防災手話 指文字缶バッジ作り
2022	⑬ ①川について考えよう ②災害にも役立つソロキャンプの知恵 新型コロナウイルス感染症		親子防災⑦ 親子で防災対策 盲導犬の役割 防災タイム⑥
2023	⑭ 食育防災を考えよう 台風2号による 6月豪雨		親子防災⑧ 車いす生活の話 防災ゲーム 防災タイム⑦