

Sekijuji Yamaguchi



© JICA

CONTENTS

「特集」

いつ起こるかわからない災害。
「避難」について
知っておこう!



ひなん、そのとき。

[P2・P3] 避難のポイントを知っておこう

①ハザードマップで事前確認

②複数の避難先を考えよう／③状況を想定して行動
監修:気象防災アドバイザー 弘中 秀治さん

[P3] 「ひなんじゃたいけん」やってみた! at.熊毛郡平生町

[P4・P5] 避難で大切なのは/そのとき、赤十字は

[P6] 赤十字活動資金へのご協力方法・マンガ「ありがとうの声」 / [P7] 決算報告・赤十字活動の紹介 / [P8] まちがいがしがしプレゼントコーナー/X限定企画プレゼント

いのちを救う赤十字活動は皆さまからのご寄付により成り立っています

赤十字活動にご協力いただくための
振込用紙は6ページにございます

いつ起こるかわからない災害。「避難のポイント」を知っておこう！



監修：気象防災アドバイザー 弘中 秀治さん

PROFILE 1996年から22年間、宇部市役所で防災業務に取り組む。日本気象予報士会理事を長年務め、現在は、内閣府TEAM防災ジャパンお世話係や防災DX官民共創協議会自治体部会副会長、山口県教育委員会学校防災アドバイザーなどを務め、年間数十回に及ぶ防災講演活動を行う。

Seminars Report

2024.6.23 sun at.平生まち・むら地域交流センター 赤十字セミナーレポート

「ひなんじょたいけん」やってみた！



笑顔がステキな平生町のみなさん！

赤十字ポーズでバシヤリ!!!

「ひなんじょたいけん」ってなに？

避難所は「避難された方々が運営する」空間

意外と知られていませんが、避難所は「避難された方々が運営する」空間です。もしも大きな災害が起こり避難所生活が始まったとしたら、その避難所を運営していくのは「避難所にいる地域住民同士」となります。



平面図とカードを使ってグループで進行

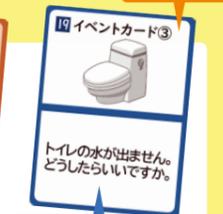
そうした状況を事前に想定し、ゲームのように疑似体験できるのが、この「ひなんじょたいけん」です。用意されるのは、避難所に見立てた平面図と、世帯ごとに避難者の年齢や健康状態、被災状況が書かれたカード。5〜7人のグループになって、避難者に見立てたカードを引きながら考えていきます。



様々なことが起こる避難所を疑似体験

「病気の家族がいる」「避難所のトイレが使えなくなった」など、さまざまな出来事、課題にどう対応していくか、グループメンバーと意見交換しながら気づきを深めることができます。

ご高齢だし積極的に声がけしよう！



ルールはかんたん！
避難者カードや課題カードにグループで向き合います

移動が少なくても避難所入口近くに滞在してもらう？

簡易トイレの在庫をすぐ調べよう！

参加者のこえ

原 まきさん
避難する方々は、避難所で生活を共にする仲間なので、みんなで協力し合える避難所環境を作っていくことが大事だと思いました。

参加者のこえ

財満 茂樹さん
避難者一人一人にどう対応すれば良いかを参加者同士で考えることができ、基本的な対応を学べたので良かったです。

3min. MOVIE

セミナーの様子をYOUTUBE動画でご覧いただけます！(3分です)



山口県支部 YOUTUBE 検索

次ページ

避難先で大切なのは…
そのとき、赤十字は…

「避難」とは、 「災難を避ける」こと！

地震や大雨など災害によって避難を余儀なくされることは誰の身にも起こり得ます。命を守るために、「避難のポイント」を知っておきましょう。

POINT

1 ハザードマップで事前確認

あらかじめ、「ハザードマップ」で、自宅や避難先が安全かどうかを確認しましょう。その結果によって避難の行動は変わります。

POINT

2 複数の避難先を考えよう

「避難指示」が出たら、その災害にあわないよう必ず避難行動をとります。その際、小中学校などの緊急避難場所に行くだけが避難ではありません。災害ごとに下記のような複数の避難行動先を考えておきましょう。

緊急避難場所 災害ごとに指定された緊急避難場所 緊急避難場所には物資や食糧がないことも。災害時に持ち出せる防災リュックの準備をしましょう。	自宅 屋内で安全を確保し在宅避難 ハザードマップで自宅が安全な場合は、無理に外出せず、自宅内のより安全なところにいましょう。
親戚・知人宅等 安全な親戚・知人宅等への立ち退き避難 もしもの時に避難してよいか等、親戚・知人宅・集会所・寺社など複数の相談しておきましょう。	ホテルや旅館 安全なホテル・旅館への立ち退き避難 宿泊料が必要となります。事前に災害時の避難先として、利用可能か等を確認しましょう。

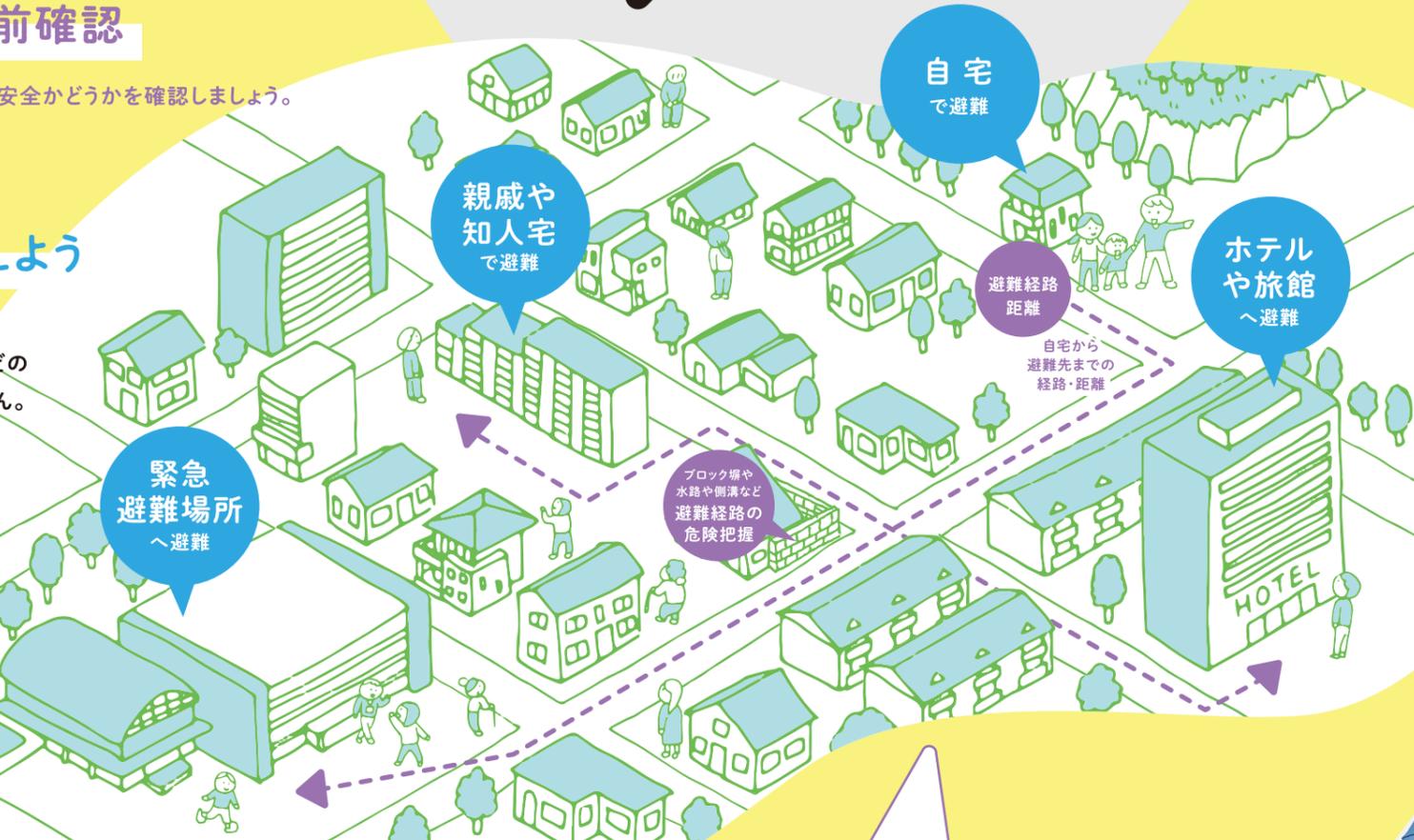
POINT

3 状況を想定して行動

避難は、お住いの地域や同居家族の有無など、それぞれが置かれた環境によって異なります。いざという時のために、右の6つの項目などを参考にしながら、その時の状況を想定して行動しましょう。

避難

ひなん、そのとき。



自宅は安全か？
ハザードマップなどで自宅・近隣の安全を確認しましょう。

水や食糧のストックは？
「備える→少し使う→買い足す」ローリングストック法を！

自宅→避難先までの距離は？危険は？
避難先までの距離や行き方、経路での危険を再確認しましょう。

すぐに避難できるか？
着替えなど、泊まれる準備はできていますか？

同居者の健康状態は？
避難先まで歩けるか？常備薬が必要な場合は？

避難時は昼？夜？天候は？
災害は日中や、過ごしやすい季節に起こる訳ではありません。

避難

ひなん、そのとき。

- 1 避難所内でのリーダーを決め、役割分担をしましょう
- 2 避難所内でのルールを話し合って決めましょう
- 3 衛生的な環境をつくりましょう

小さな役割でも係を決める
 避難所では、リーダーを決めることが大切です。ただし、リーダー1人で何でもできるわけではないので、多くの方に声をかけて、役割分担することが大切です。

掃除等は当番制に、消灯時間等も決めましょう
 様々な人が一緒に暮らしていくには、ルールが必要です。暮らすなかで環境も変わりますので、状況に応じて話し合い、ルールを修正していくことも大切です。

居住空間は土足禁止にしましょう
 避難所内に靴を持ち込むと砂などが居住空間に入り、床で寝ている人が病気になるやすくなります。居住空間にはできるだけ靴を持ち込まないようにしましょう。もしも持ち込む場合には、ビニール袋に入れて持ち込むようにしましょう。

そのとき、赤十字は苦しむ人を救います

写真は令和6年能登半島地震での赤十字活動の様子です。



救う

ケガや病気をされた方を「医療」で救う!

災害時は医療機能が停止し、治療や薬の処方を受けられない恐れがあります。日本赤十字社は、救護活動が必要と判断される場合や、被災地から要請があった場合に、救護活動を実施します。



支える

日用品など生活必需品の不足を「物資」で支えます!

被災された方に少しでも快適に過ごしてもらえるよう、安眠セット、毛布や緊急セットなどの救援物資を配布します。これらは常に備蓄しており、災害時に円滑な配分を迅速に行います。



寄り添う

避難所生活の不安をやわらげる「こころのケア」を!

避難所生活での健康管理やストレスを少しでも軽減するためのサポートを行います。被災した方々の不安や悩みに寄り添い、こころのケアに努めます。



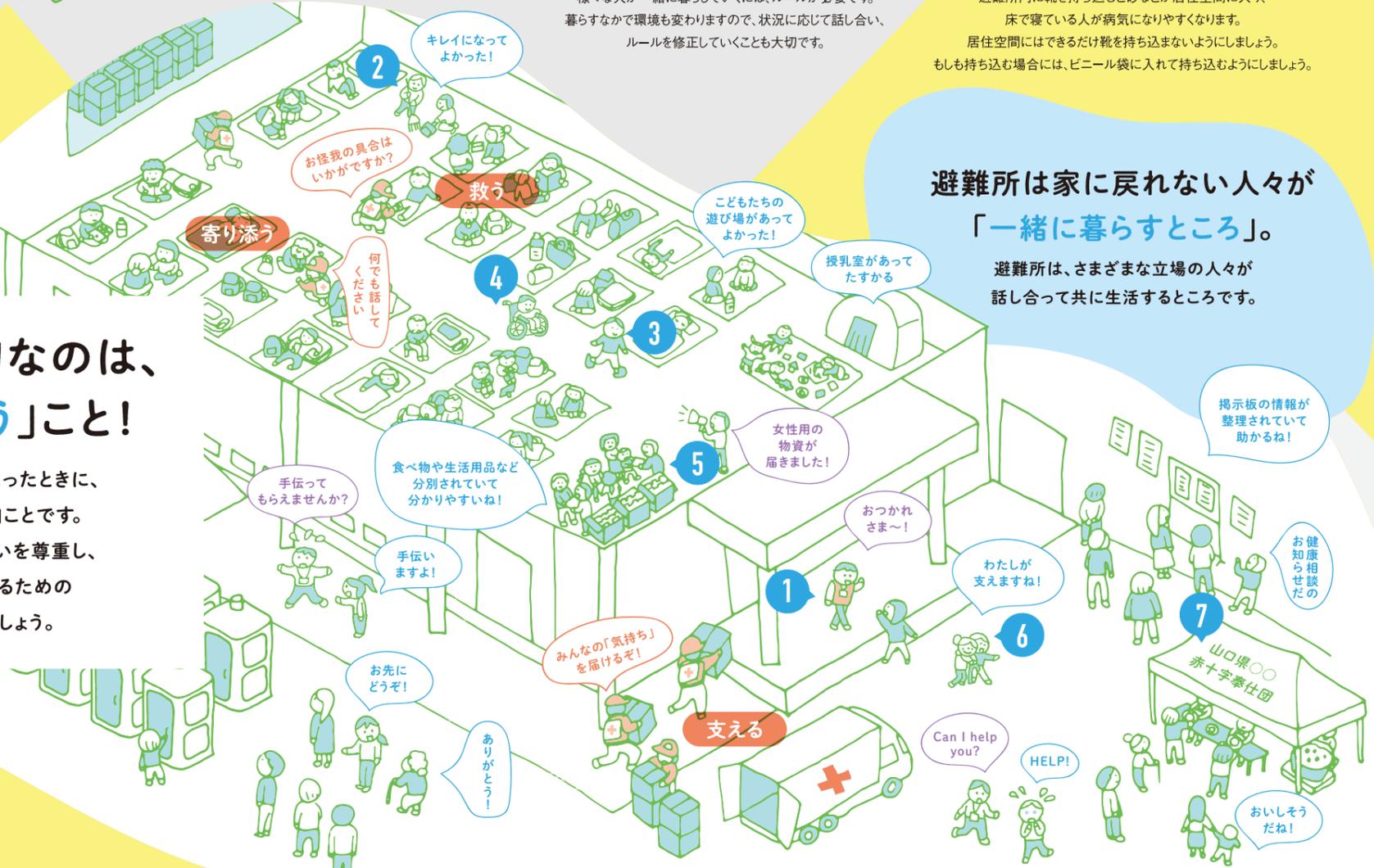
命を救う赤十字活動は、皆さまからのご寄付に支えられています



次ページ
赤十字活動資金へのご協力方法

避難で大切なのは、「たすけあう」こと!

実際に災害が起こってしまったときに、大切なことは「たすけあう」ことです。まずは避難者同士がお互いを尊重し、話し合って、集団生活をするためのルールづくりに取り組みましょう。



4 車椅子の方が通れる通路をつくりましょう
 できる限り快適に過ごすために後から車椅子の方が避難されるかもしれません。また救援物資等が届いた時に運びやすいよう通路を確保するようにしましょう。

5 救援物資は見えるところに置きましょう
 たくさんの救援物資があると安心感が生まれます。救援物資を倉庫などに保管すると、どのくらいあるの不安になるので、よく見えるところに置きましょう。また、物資が不足する場合は、避難所の周辺に協力を求めることも大切です。

6 あのお年寄り、ちゃんと歩けるかなあ...
 積極的にサポートしましょう。「お手伝いしましょうか」と積極的に声をかけましょう。自分だけで手助けできない時は、周りの方にも積極的に「手伝ってもらえませんか」と協力を求めましょう。

7 温かい、出来立てのごはんを食べてね!
 赤十字ボランティアによる炊き出し。赤十字が行う災害時の炊き出しや救護活動は、多くの赤十字ボランティアに支えられています。



赤十字活動資金 ご協力方法



1 郵便局・ゆうちょ銀行 からお振込み

窓口手続きなら、払込手数料は無料。
※ATMの場合は、手数料がかかります。

口座番号 **01590-3-4076**

振込先 **日本赤十字社山口県支部**



2 山口銀行・西京銀行 からお振込み

山口銀行山口支店 (普通)0100606

西京銀行山口支店 (普通)2075763

振込先 **日本赤十字社山口県支部**



3 クレジットカード からご協力

クレジットカードで
ご寄付いただけます。
お申し込みはこちらから
<https://donate.jrc.or.jp/>



4 自動引落とし (口座振替)

毎月/年1回など、ご希望の
頻度と額で定期的にご寄付
いただけます。申込用紙を
お送りしますので、山口県支
部までお電話ください。

5 現金 による受付

山口県支部または、
お住まいの市町の
赤十字窓口で
ご寄付を受け
付けています。



赤十字へのご寄付には
「税制上の優遇措置」や
「表彰制度」がごあります

「税制上の優遇措置」
について詳しくはこちら



「表彰制度」
について詳しくはこちら



地震災害により被災された方から、ご寄付をいただいた皆さまへ
感謝のメッセージが届いています

令和5年度 日本赤十字社山口県支部 決算報告

(単位:円)

歳入額 364,790,889

活動資金収入	216,362,948	資産収入	112,880
補助金及び交付金収入	3,820,941	雑収入	4,079,529
災害義援金預り金収入	87,567,828	前年度繰越金	50,991,763
繰入金収入	1,855,000		

歳出額 321,400,473

A.災害救護	116,150,701	E.国際活動、赤十字の 全国的事業	36,497,393
B.いのちと健康を 守る講習普及	9,535,378	F.市町の赤十字事業	34,021,867
C.ボランティアの 活動促進と社会福祉	12,977,924	G.赤十字思想の普及等	40,154,526
D.未来につなぐ 青少年赤十字活動	12,133,161	H.支部の運営費	34,115,817
		I.災害等基金積立	25,813,706



※赤十字病院、血液センターは施設ごとの特別会計となっており、この決算には含まれていません。

B | いのちと健康を守る講習普及

大切な人を守る、 いのちを救う知識を

大切ないのちと健康を守るための知識・技
術を広めていくため、心肺蘇生法やAED
(自動体外式除細動器)の使い方などを学
べる各種講習を実施しています。初めての
方も大歓迎です。お気軽にご参加ください。

救急法

心停止で倒れた人を救助するための心
肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)
の使い方、三角巾を活用したケガの手当
ての方法などの知識と技術が学べます。

幼児
安全法

乳・幼児期に起こりやすい事故の予防と
その手当、かかりやすい病気と発熱・け
いれんなどの症状に対する手当などの知
識と技術を習得できます。

健康生活
支援講習

誰もが迎える高齢期を健やかに生きるた
めに必要な、健康増進の知識や高齢者
の支援・自立に向け役立つ介護技術を習
得できます。

令和5年度 講習会実施状況 救急法 343回/10,734人
等講習



C | 赤十字ボランティアの活動促進

ボランティアは 赤十字の宝です

災害時の炊き出しや地域の清掃活
動など、皆さんで知恵を出し合い、社
会や地域ニーズに寄り添った活動
を行っています。



D | 未来につなぐ青少年赤十字活動

未来を担う、 大切な子ども達の育成

子ども達の“いのちと健康を大切に
する心”や“地域社会などに奉仕す
る心”を育成する活動を、県内190
を超える加盟校で行っています。



皆さまからのあたたかいご寄付により、
これらの赤十字活動を行うことができました。

ご協力ありがとうございました

次ページ

まちがいさがし
プレゼントコーナー

プレゼント応募シート

【ご記入ください】	フリガナ	ご年齢
	お名前	歳
	ご住所	〒(—)
	電話番号	— —
	ご希望のプレゼント	A・B・どちらでも 本誌 入手場所
ご意見・ご要望等		

右の絵とまちがっている「5つの部分」を、
矢印 ✓ でチェックしてください



Sekijuji Yamaguchi



5つの「まちがいを」見つけて、プレゼントに応募しよう!

しめきり | 令和6年 12/25 (水) (郵送の場合は必着)



応募方法

【当選発表】
プレゼントの発送を
もってかえさせて
いただきます。

郵 送

左上の「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、
切り取ってハガキに糊付けしていただき、下記応募先にご送付ください。
〒753-0094 山口市野田172-5 日本赤十字社山口県支部 総務課「広報誌プレゼント係」

F A X

FAX:083-932-3615
「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、FAXしてください。

W E B

「プレゼント応募シート」に、必要事項及び5つのまちがいチェックをご記入の上、
画像を撮影して右の二次元コードからご応募ください。



A ホテル西長門リゾート ペア宿泊券 1組 [2名様]



皆さんで赤十字を
応援しましょう!
ホテル西長門リゾートで
お待ちしております!

ホテル西長門リゾート
総支配人 庄司 隆治さん

コバルトブルーの美しい
海と眩しい砂浜が続くピ
ーチ。角島大橋が一望で
きる絶景のリゾートホテル
で、日常を離れ、心も
身体も安らぐ至福のひと
ときをお過ごしください!



抽選で
1
名様

B コープやまぐち 人気のコープ商品

CO-OPたまごスープ 5食入×1、CO-OPコープヌードル しょうゆ味×1

抽選で
20
名様

コープ商品で
災害に備えましょう~!



ローリングストックに役立つ「CO-
OPたまごスープ」と「CO-OPコー
プヌードル しょうゆ味」の2個セットを
プレゼント!どちらも水でも調理可
能なので、非常時に役立ちます!

コープやまぐち組合員理事
辻野さん、日下さん、河田さん



フォロー
お願いします! /
レノファ山OF C「河野孝汰選手」
サイン入り
サッカーボール
プレゼント!

抽選で
3
名様



いつも熱い応援ありがとうございます。
自分たちのプレーを通して皆さんに
夢や元気を与えることができるように、
残りのシーズンは最後まで全力で戦
いたいと思います。これからもレノ
ファ山OF Cへのご声援よろしくお願
いします!

レノファ山OF C ホームゲームスケジュール
at. 維新みらいふスタジアム

第36節

10/27 (日)
14:00
VS
ヴァンフォーレ
甲府

第38節

11/10 (日)
14:00
VS
横浜FC

● 応募方法・期間: Xの公式アカウントをご確認ください

日本赤十字社 山口県支部
Japanese Red Cross Society

〒753-0094 山口市野田172-5
TEL 083-922-0102 (平日8:30~17:00)

Sekijuji
Yamaguchi
2024 秋号



表紙のイラスト

イラストレーター りおたさん

山口県出身在住。独特のイラスト・似顔絵・デザインセンスでプロスポーツチームの公式グッズ・広告物など手がけ、近年ではメジャーリーガー前田健太投手とコラボしたイラストTシャツの制作など、活動の幅を広げている。



リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。