

はぐくみ徳島 減災・防災セミナー 子育て家庭の地震の前にはできること

子育て家庭が減災・防災に関する実践的な知識を深め、家族ぐるみで安全な未来を築くため
専門家のアドバイスや参加者との交流を通じて、具体的な減災・防災対策を行うセミナーを開催。
今回はその内容を抜粋して紹介します。 開催日時：2025年2月9日(日) 会場：東部防災館おきのすインドアパーク



【オープニングトーク】災害から子どもと家族の命を守るにはどうすればいい？



講師：江夏 猛史 氏

NPO法人 減災教育普及協会 理事長
減災人づくりアドバイザー

被害から考える減災教育の専門家として、全国で2,000
件以上のセミナーを実施し、30,000人以上に指導。根拠
に基づく防災教育や避難訓練のアップデートを推進。

想定外の災害と闘う時代

これまで日本は30年に一度、50年に一度、100年に
一度の予想される災害に対して防災対策をしてきた
国でした。しかし1000年に一度の東日本大震災が
起こったことで1000年に一度の対策が必要な時代に
なっています。今までの町づくりでは1000年に一度の
災害には耐えられません。

皆さんがこれから挑む相手は誰も経験したことがな
い災害です。親も子も学校の先生も町の人たちも経
験したことがない、これまでの常識が通用しない相手
です。

皆さんはこのセミナーに子どもを守りたいと参加し
てくれています、大事なことは親も子も一緒に生き残

ることです。そのために命を守る話しをしていきたいと
思います。

徳島で起こる地震を知ろう

災害から家族の命を守るといいます、どんなとき
に、どんな場所で命がなくなるかを知っておかなけれ
ば命は守れません。子どもにも自分で自分の命をどう
守るかを教えるには、まず予想されている地震を知る
ことが大切です。

この会場で予想される地震は南海トラフ地震、中
央構造線断層帯地震の二つの大地震です。

南海トラフ地震は最大想定震度7、揺れは3分～5
分続くとされています。命を守る行動を取れるのは
揺れ初めからおよそ1分。中央構造線断層帯地震で



は最大想定震度6強でおよそ40秒以上続くと言われ
ています。ぐらっときたらすぐに大きな揺れになり、這わ
ないと動けなくなります。初動が大事なのは同じです
が、それぞれ全く違う地震です。

そして震度によって被害も違います。皆さんがやっ
ている避難訓練の震度の想定はいくつでしょうか？国
の資料では震度4までは被害がなく、震度5弱から被
害が出ます。震度6強～7は這わないと動けないと書
いてあります。今の避難訓練で這って逃げる訓練を
していますか？



会場の天井からの落下物から逃げる避難訓練

今いる場所の危険を探ろう

会場の「おきのすインドアパーク」の耐震設備や防災対策、津波がきたらどう逃げるかについて調べた人はいますか？今、南海トラフ地震の想定最大震度7が来たら、この会場ではなにかから命を守りますか？それは上から落ちてきそうな天井の照明や、エアコン、天井の躯体、倒れてきそうな物のことです。



天井板の模型を支えることで、実際の落下物の危険度を体験

今回の大きなポイントはどんな被害が起こるのかについて考え行動する。正しい行動、正しい避難、正しい備えは起こりえる被害によって決まります。それはその時にならないと分からないと言いますが、今備えていることが起こりえる災害にどれだけ近い備えなのか、それを考えることが大事です。また、子どもたちがどれだけ危険な物を知っているかが



命を守ることにつながるので親は危ない物を教えておかないといけません。

被害に合った対策を考えよう

わが家の防災計画は、予想される災害本番に合わせてつくるのが重要です。まずは住んでいる地域の被害を予想し、わが家の備えを見直します。備えが足りないところに被害が出ます。何が起こるのかが見えてくれば、お父さんお母さんのやることは分かります。子どもも自分に降りかかってくる相手が分かれば逃げることはできます。自分で逃げなくてはならないと分かって初めて主体性が発揮されます。

今回、防災に興味があって参加されたと思います。災害をただ怖がるだけでは答えは出ません。でも怖い相手を調べればやり方、方法が出てきます。今日、皆さんはそのことに気づいたと思います。

この気づきを行動に移し、子どものため、家族のために未来を一緒に変えていきましょう。

【ワークショップ】わが家の防災計画づくり

実際に住んでいる地域で何が起こるのか、南海トラフ地震、中央構造線断層帯地震でどんな被害が予想されるのかを【調べる→現状を知る→想像する】の流れに沿って事前学習を行い、防災計画をつくりました。



ファシリテーター&「ゆらし隊」
徳島ママ防災士の会Switch
左から中川さん、瀬戸さん、藤村さん

ワークショップでは、異なった地域にお住まいの家族が4つのグループに別れて計画づくりを行いました。各自がスマートフォンで行政のハザードマップを参考にしながら、地域によって震度や浸水想定高が違ったり、想定していた被害より大きくなるのが分かり、備えを見直す家族もありました。想定される被害と、わが家の現状を比べ、チェックシートで自己採点を行うことでさまざまな気づきがあり、災害から命を守る方法を相談しながら、わが家の防災計画づくりに取り組んでいました。

地震の揺れを体験「YURETA」

南海トラフ地震などで想定される震度5～7の揺れを、どこでも地震体験マット「YURETA」で転びにくい体の使い方や、危険から逃げる方法を家族みんなで体感して実践しました。



地震の揺れの中で子どもを守る方法を知りたいと家族で「YURETA」を体験

