

○ 避難の方法

越山 健治

■避難の流儀

避難することは、迫り来る危険な状態を回避するために行動する、ということです。災害は種類によって、その危険となる現象が異なります。被害を及ぼす原因、広がるスピード、人に与える影響に違いがあります。また、遭遇する場所や環境によって、回避に必要な行動も変わります。大事なことは、「事前の情報を得て、避難行動時間を長くする」「自らをよく知り、相手（現象）をよく知ったうえで、状況に応じて行動する」「行動によって守るものを理解する」です。

■地震から「避難する」

強い震動を感じる地震の多くは震源が近い場合です。このときは行動できる時間はわずかしかありません。自分の身を守る行動および周辺にいる人の身を守る行動を瞬時に行うことが最重要です。具体的には、頑丈な構造をもった家具に身を潜める、落下物から頭を守る、などです。地震後の避難のためにドアを開ける、といった行動もできるとさらによいでしょう。一方、建物が倒壊する危険がある場所であれば、外に出るといった行動も是です。ただし慌てて行動することで、大けがをした事例が多々あるので、あくまで最後の選択肢です。

震源が遠い場合は、緊急地震速報が有効になる時が多く、数秒から十数秒程度の時間的余裕があります。ゆっくりとした大きな揺れがおそってくる可能性が高いので、倒壊物や落下物の恐れのある場所から離れ、身を守ってください。

地震の揺れが終わった後に避難する場合は、危険因子が「火災」と「余震」に置き換わります。火災予防のため家のブレーカーを落とし、落下物や破損物によるけがに気をつけて安全な空間に移動する行動をとりましょう。

■津波から「避難する」

日本沿岸は津波常襲地帯です。沿岸部で揺れを感じる、または警報が出た場合には、「津波」の危険性がありますので、即座に高台へ避難行動をとる必要

があります。通常、気象庁により警報が発令されますが、巨大地震のときほど不確実性が存在するので、いずれにせよ迅速な行動開始が望まれます。

避難行動は、津波高以上の場所への垂直避難が必要になりますが、時間のある限り内陸部への水平移動も求められます。津波による構造物被害や津波火災の発生、予期せぬ津波高の発生など不確定要素が多いからです。津波の来襲速度は、沖合なら100km/h以上、深さ10mの浅瀬でも約36km/hです。陸上への遡上も同等かそれ以上のスピードで伝播します。そのため津波を視覚で認識する前に行動をしなければなりません。原則徒歩避難で自動車による避難は最後の手段となります。交通混雑により避難が滞るおそれがあるためです。もう一方で災害時要援護者の移動に自動車を使うためにも、地域の協力がが必要です。

また津波は河川や谷筋を遡上するので、地形条件が悪いと海上の津波高以上の地点まで津波が到達します。地域の津波浸水予測図を活用し、前もって安全な避難ルートと避難場所を知っておくことが重要となります。

津波は、遠い地点の地震でも来襲しますし、ときには陸上で揺れを伴わず津波が発生する場合があります。この場合は津波警報が唯一の情報となります。

■水害・土砂災害から「避難する」

水害や土砂災害は各地で毎年頻繁に発生しています。避難行動の視点からこれらに共通していることは、発生前に「予見期」「警戒期」が存在する点です。大雨や台風の前測情報や、河川の水位情報、累積雨量等から、災害可能性のある場合には警報が発せられます。またこれらの災害については警戒すべき区域が事前にわかっています。自らの地域の災害危険区域について十分知っておくことが重要です。

自治体からは避難準備情報、避難勧告、避難指示といった情報が発信されます。警報とは異なり避難を促す情報ですので、安全を確保しつつ避難行動をしてください。水害・土砂災害の避難は、「水害が発生する前に避難場所に移動する」「発生していたらできる限り上に逃げる」ことが原則です。浸水深が50cmであっても、流れ等があり移動に危険が伴います。それ以上の浸水深がある場合は、危険が増大するので家屋の2階への避難の方が得策となることもあります。土砂災害についても、すでに大雨となり外への移動が困難な場合には、上方へ避難をすること、土砂災害警戒区域に居住しているのであれば大雨

時は万が一に備え2階以上で就寝するなどの対策も有効です。

■火災から「避難する」

地震後に火災が発生した場合、まずは初期消火行動が望まれますが、回避できない場合は避難となります。市街地火災の危険度は、風速により左右されるので強風時には迅速な地域避難が必要となります。火災から安全な場所は、広域避難地とよばれる大規模な公園や空地等になります。都市部など市街地火災の危険性の高い場所は、自治体により場所が指定・整備されていますが、これらは津波や水害と複合する場合には使えない場所もあるので注意が必要です。

市街地の建物や道路や緑地、公園の状況などにより延焼速度は異なりますが、風が強い場合を除き、現代の都市状況であればおおよそ人が歩く程度です。市街地火災からの避難は、まず近くの小公園や空地など一時避難地に地域の人と集まり、その後、風の状況を見極めて、できる限り風下を避け、安全な避難道路を經由して、広域避難地に向かうことになります。

■「避難」のきっかけ

危険を回避し安全な場所に避難するためには、避難行動時間が十分にあった方がいいことは当然です。ただし、人それぞれで避難行動時間は異なります。自分の状況に応じ準備をしておく自助、いざというときに周囲の支援を可能にする共助、リスクの高い人への対処を準備する公助があって避難は成功となります。

私たちにとって避難行動時間を左右するのは、情報入手時間とそこから行動を開始するまでの時間です。人は危険だという情報だけではなかなか行動をとりません。地域全体が避難しているという状態こそが、多くの人の行動を促すスイッチとなります。一人ひとりの避難行動開始への勇気が、互いに影響を及ぼし、他の人の避難をよび起こします。この時間が早いほど、避難困難な人への支援を可能にします。災害による避難は、個人の行動であるだけでなく、地域の行動です。あらかじめ災害ごとの安全な場所、危険な場所を知り、情報を共有し、みんなで逃げるという能力を日常から高める必要があります。