

R財団補助金事業準備例会「助かるために」「助けるために」



上田市防災士等連絡協議会

上田防災研究所・たんぽぽ 代表

西藤 直義様

上田市は安全・・・そう思っている人が多かったために、令和元年東日本台風（台風19号）ではその脅威に驚いた方は

多かったと思います。上田市においても各地で被害が報告され、「まさか」が「現実」になることをあらためて教えられたのではないのでしょうか。その後、市民からは地域防災力を高めようと積極的に防災に取り組む組織や団体が増えました。とりわけ上田市住民自治組織が真剣に防災に取り組む様々な活動をされていて、他市町村からも関心が寄せられています。

上田市で起こる可能性のある災害は、地震はもとより特に土砂災害が今後多いと予想されます。その原因は山間地であり急傾斜地が多い地形であり、最近の豪雨による雨量の増加が上げられます。また、山林の整備も手が行き届かない現実もあり、今後の施策に期待するところです。また、メガソーラー建設に対する不安を持つ地域もあり今後の成り行きが注目されています。上田市は年平均雨量が全国でも少ないことで知られていますが、最近の豪雨により土壌雨量指数（降った雨が土壌中にどれだけ溜まっているかを示す指標）が高くなり、大きな地滑りも懸念されます。また、大雨や台風により千曲川をはじめ、支流となる河川の増水による水害も危惧されています。

自然災害を無くすことは出来ませんが、災害から逃れ、身の安全を守ることはしなくてはなりません。そのためには日頃からの備えと、訓練を繰り返すことが必要であり、自治会をはじめ学校や企業でも防災を自分の事として捉え、惜しまずに防災活動を推し進めることが大切です。とは言っても実際にどのように防災に取り組むのかを考えると、解からないことが多々有るのが現実です。上田市では令和6年より「上田市自主防災リーダー等連絡協議会」を発足させ、自治会や各種団体などからの依頼に応え指導アドバイスを行っており、今後の地域防災の活性化が期待されます。

◇避難方法と避難

避難は確かな情報収集とタイミングが大切です。危険だと感じたら直ぐに避難することは大切ですが、避難所（自治会公民館、指定緊急避難所）が開設されているかの確認が欠かせません。避難所の情報は自治会長もしくは「上田市 防災ポータルサイト」で確認できます。また、避難は近所の人たちと複数人とするのが安心で心強いでしょう。

尚、今年度より市民の皆さん宅に「避難者カード」が配布されていますので、必要事項を記入の上、避難所にお持ちください。避難所受付がスムーズになり早く入場が出来ます。（避難者カードがない方は、お近くの市役所又は自治センターで受け取ることが出来ます。）

尚、避難者カードが無くても入場は出来ます。

◇避難所運営について

避難所の開設管理は、自治会公民館については自治会が責任を持って行います。指定緊急避難場所については市が行いますが、市の職員数にも限りがあり手が足りません。避難された方からの「何かお手伝いすることがありますか？」の一言が避難所運営には欠かせません。

◇避難所運営

避難所ではサービスはありません。運営は市職員だけでなく避難者が協力し、困難な状況から身を守る必要があります。率先し運営に協力をしましょう。また、避難が長期に亘る時には「避難所運営委員会」を設置し皆さんに協力を頂くことがあります。

◇在宅避難

在宅避難が可能なら、是非避難所に行く必要はありません。在宅避難はストレスがなく、プライバシーが守れるだけでなくペットと一緒に居られることが出来、また感染症のリスクも少ないと言えます。

在宅避難の注意点としては

1. 在宅避難を自治会長（組長）に伝える。
2. 在宅が危険と感じたら、避難所までの避難が可能であれば迷わず避難を開始する。
その時にも、自治会長（組長）に連絡をする。
3. 緊急事態が起こった時は迷わず消防などにSOSを。

大きな事より、今できることをしましょう。家族で話し合い家具の固定やライフラインがストップした時に必要な事から始めましょう。

【防災知恵袋】

- ❖ 呼子笛を持ち歩くようにしましょう。困った時に人を呼ぶことが出来ます。
- ❖ 緊急連絡先を記したメモをバッグの中に。携帯電話が使えない時でも電話番号が分ると公衆電話などでも通話出来ます。
- ❖ お子さんが車に閉じ込められた時に「クラクション」を鳴らすことを教えておきましょう。実際に鳴らすこ

とをさせてみましょう。また、登下校の途中でケガをしたり体調が悪くなったりした時、誰かが倒れているのを見た時など、「防犯ベル」で周りの人に助けを求める事も大切です。

- ❖ 防災訓練だけでなく、「救命講習会」は命を守るために必要なことです。積極的に講習会に参加をしましょう。自治会単位でも、会社、団体などでも受講できます。詳しくはお近くの消防署にお問い合わせ下さい

防災は市民一人ひとりが担当者です。万が一に備え危機感を持ち、市民協働で災害に備えましょう。後悔しないために。

例会 日誌 9月10日(水) 曇り 2025～2026 No.9

- 司 会 飯島裕也君
- 斉 唱 「四つのテスト」
- ゲ ス ト 西藤直義様(上田防災研究所・たんぽぽ 代表)
- ラッキー賞 柳澤 誠君(季節のアレンジ花)
- 友 愛 賞 竹花 強君(蓑輪君より新潟の新米)
宮下博道君(玉井君より飯島商店のジャム)



■会長挨拶 山寺 高太郎 会長

9月3日、中露朝の赤い帝国の指導者3者と、これらの国々に追従あるいは親密な国々の首脳が北京に集まりました。前回習近平主席とプーチン大統領が会談したのは2022年2月の北京オリンピックの時でした。その4日後、各国選手団が母国に帰り着くとウクライナ戦争が始まりました。ヨーロッパブロック同盟であるEUは、疑似連邦国家制度であっても昨今は右傾化し、すこしずつ変わってきています。自国の国益と国民生活優先で当初理念が霞んできました。

トランプ国王は、かつてのモンロー主義を振りかざしつつ『自分ファースト・アメリカファースト』を推し進め、同盟国である日本は、10回もお願いに参上しやっと「許して遣わす」の一言を条件付きながら頂戴しました。しかも、そのトランプ国王に切り捨てられたイーロン・マスク氏に日本の国家予算を上回る148兆円の報酬を提示するテスラが話題を呼んでいます。

日本国内も今まで経験したことのない政治的混乱と米騒動、物価高、人手不足を人質にした賃金上昇、さらには異常気象と頻発する災害。まるで徳川幕府末期から明治維新の時を彷彿とさせるかのようです。

歴史は100年に一度大変革を迎えるといいますが、現

在がその時でしょう、ネットやAIによる情報爆発、資本主義に対する価値観の転換、成功の定義を変える社会構造の再編等々と津波のように押し寄せている昨今です。

我々、小市民であるロータリアンとしては、せめて経済的、自然的災害から積極的に自分の身を守るすべを学ぶ時期に来ていると思います。

■幹事報告 倉島 博 幹事

- ・9月のロータリーレート 1\$=147円(←149円)
- ・社会福祉協議会より第19回上田市社会福祉大会の協賛依頼が届く。 10月29日(水) サントミューゼ

■次年度幹事候補者決定 田守 正彦 会長エレクト

本日の理事会において、次年度幹事候補者が承認されました。水出博史君です。年次総会で正式に決定となりますが、10月の地区セミナーに出席します。

■出席報告

	正会員数	ベース	欠席	メイク	出席率
本 日	52	48	17	—	64.58%
前々回	52	47	22	18	91.49%

ニコニコBOX

(敬称略)

飯島(裕)、石井、上原、小田中、上條、工藤、倉島、神津後藤、塩之入、滝澤(修)、竹内、竹花、田守、塚田手塚(達)、中嶋、橋詰(洋)、蓑輪、宮澤、村上、母袋(創)柳澤亨、柳澤誠、山寺、渡辺

※山寺高太郎君/西藤防災士さん大変お世話になります。

※工藤 恒君/西藤さん、防災のお話楽しみです。

※神津 健君/西藤さんのお話楽しみにしています。

※田守正彦君/西藤様、本日は宜しく願います。

※柳澤 誠君/だいぶ日も短くなってきました。

※蓑輪佳明君/早寝早起きです。涼しく寝れます。

※滝澤修一君/2週お休み。何か久しぶりの感じです。

※母袋創一君/伊東市長の「議会解散」判断、誠にお粗末。

※渡辺敏成君/石破氏が辞任。上田の市長選も半年先になったとのこと。はたしてどうなる？

本日の金額/30,000円 累計/335,000円

【次週のプログラム】 10月1日(水) 慶祝、スカウト代表 8日(水) ガバナー補佐事前訪問