

いのちを守る行動を!



2018年(平成30年)7月7日 堤防が決壊し、大規模な浸水被害が発生した岡山県倉敷市真備町

(出典:「防災ニッポン」ホームページ 2020/11/16 読売新聞社)

ひかり新聞

共生共助の社会をめざす

2021.10.10
No.43

一般社団法人
ひかりプロジェクト

『正常性バイアス』と自然災害

藤原真久

皆さん、「正常性バイアス」という言葉を知ったことがありますか?

ご存知の方もいると思いますが、例えば自分の身の回りに異常事態が起こっても「大したことはない、正常の範囲内だ」ととらえ、心を平静に保とうとする働きのことです。人が生活していく上で様々なことが身の回りで起こりますが、それに心が過剰に反応すると疲れてしまうので、それを防ぐために人間に備わった機能とも言えます。

しかし、この働きが過ぎてしまうとどうなるでしょうか? 特に自然災害が目の前に迫っているとき、「ここは、今まで水害に遭ったことはないから、大丈夫!」「避難指示が出ていないけど、どうせ空振りに終わるんじゃないか」「ハザードマップじゃ、ここは土砂災害危険区域だけど、昨年の大雨でもそんなことは起きなかった」等々です。

九州から北海道まで大きな被害をもたらした「平成30年(2018年)7月豪雨」も記憶に新しいことなのです。岡山県の高梁川とそこに流れ込む小田川に囲まれた倉敷市真備町一帯が水に浸かり、真備町だけでも51人の方が亡くなりました。バックウォーター現象という言葉を、その時初めて聞いた人も多いでしょう。本流である高梁川の増水で合流する小田川の流れがせき止められ、堤防からの越水により堤防の外側が削られ決壊したとみられています。

この地域は以前にもたびたび洪水被害がありました。近年では昭和51年

(1981年の台風17号による洪水が発生しています。それから40年近くが経過し、住民の多くは、その災害後に引越してきた人たちがたまたまといいます。土地の古老は水害被害のリスクを知ってはいませんが、床上浸水の経験はないそうです。倉敷市のハザードマップに示された浸水域は、この豪雨で浸水した地域とほぼ重なります。

もともと、岡山県、特に瀬戸内地方は雨も少なく日照時間の多い地域です。ハザードマップもまだまだ普及していない中であって、住民の方々は「まさか、こんなことが起こるなんて思わなかった」ということでしょうか。まさに正常性バイアスが働いたと言えるでしょう。

現在の日本は、これまで経験したことのない自然災害が、いつどこで起こっても不思議ではない状態なのです。24時間、何があるかわからないというような緊張状態はとも保てません。しかし、まずはハザードマップで、自分の住んでいる場所に、洪水や土砂災害のリスクがあることは知っておくことはできます。そして、過去に経験したことがないほどの大量の雨が降ると予報された時、あるいは避難指示が出たときどうすればよいか(時間帯にもよりますが、どこに逃げ出すか)考えておくことくらいはできます。そういった平時の備えが身を守り、周囲の人の生命も助けることができるのです。

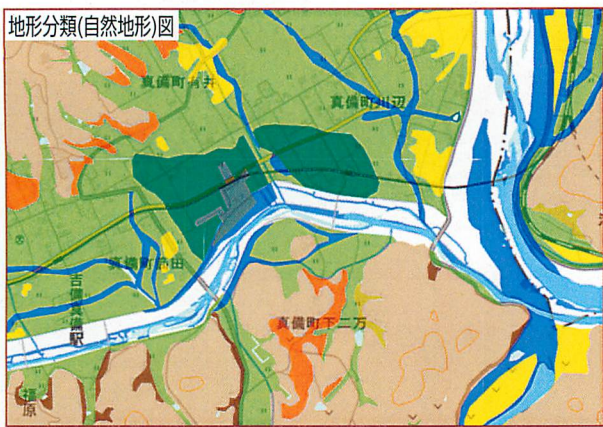
自然災害時にはぜひ「正常性バイアス」を取り除いてください。

ハザードマップを活用しよう

入田 央
(元 気象庁予報官)

地球温暖化の影響で、近年の豪雨は雨量の増加が進んでいます。

平成30年西日本豪雨の浸水害による倉敷市真備町の人的被害について、国土交通省国土調査資料の地形分類図【図1】によると、後背低地・湿地(緑色)・氾濫平野(薄緑色)のように低地と分類され、周囲から水が集まりやすい所で犠牲者が生じていたと思われま



【図1】 緑色(後背低地)、薄緑色(氾濫平野)
黄色(自然堤防)、茶色(山地・丘陵)
出典：国土交通省国土調査(土地分類調査・水調査)

ハザードマップの活用

みなさんはハザードマップをご存じでしょうか。市役所などから各戸に配布されていると思いますが、この機会に、ハザードマップをぜひご覧ください。お住まいの市区町村のホームページ等にも掲載されています。

ハザードマップとは、「災害時の被害想定情報と、その災害から避難する場所の避難場所、避難経路」などを表示した地図のことです。

今年も7月から8月にかけて、記録的な大雨となりました。そこで、大雨による災害として、「洪水(浸水害)」と「土砂災害」のハザードマップについて、見ていきたいと思います。

洪水ハザードマップ

まず、洪水ハザードマップですが、地域毎に、これまで観測記録のある大雨の中で最も降雨量の多かった事例を選んで、これをもとに、それぞれの河川の増水・氾濫による浸水の高さ、広がりなどを想定して図にしたものです。

低気圧や台風による、大雨に関する防災気象情報や大雨警報などが、私たちの住む地域に発表された場合、「洪水ハザードマップ」(地域によっては防災マップ)があれば、どのような災害が起きるのかという想定ができます。

また、想定のような災害が発生するとしたら、どのような避難行動をとればよいか、あらかじめ決めておくために、ハザードマップには避難場所や避難経路も表示されています。

私の住んでいる東村山市洪水ハザードマップ【図2】を例に見ていきます。

まず目を引くのは、2本の河川(前川、空堀川)と、その兩岸に広がる水色の領域です。これが、この地域で選ばれた、最大規模の降雨により想定された、浸水想定区域の広がり、浸水の深さになります。浸水想定区域の広さに驚かされます。

近年、都市部では、短い時間に激しい雨が降り、市街地内を流れる側溝や排水路、下水道などから水が溢れる災害が発生しています。これを「内水氾濫」と呼び、内水氾濫ハザードマップを準備するところもあります。

浸水想定区域の広がりや、浸水の深さを想定するときの最大規模の降雨量を知っておくと、ハザードマップを見るときに役立ちます。

ハザードマップの計算に使われた想定雨量に、実際の降雨量が近づけば近づくほど、浸水による災害のリスクが高まってきます。災害のリスクがさらさら高まるのが予想されれば、リスク回避のための避難など、減災対策をとらなければいけません。ここからは、気象庁や市町村が発表する防災気象情報や避難情報に留意して、適切な防災行動をとることになります。

土砂災害ハザードマップ

令和3年3月現在、全国の土砂災害警戒区域の指定数は6003,250箇所、うち、土砂災害特別警戒区域の指定数は549,370箇所あります。

国土交通省の調べで、令和2年の土砂災害の発生件数は46都道府県で1319件でしたが、令和2年7月豪雨は37府県で96件の土砂災害をもたらしました。過去最大クラスの広域災害の7月豪雨で最も被害が大きかった熊本県では、集計開始以降最多の発生件数で227件を記録しました。

【図3】は、広島県の一部地域の土砂災害警戒区域の指定状況です。

土砂災害(特別警戒区域は、土砂災害により住民に危害(著しい危害)が生じるおそれがある区域を、都道府県が現地調査を行って指定しています。

土砂災害とは、がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)、土石流、地すべりの総称です。土砂災害ハザードマップは、土砂災害のリスクがある区域が示されていて、その区域の住民は、避難行動を地区単位で設定するなど、警戒避難体制が整備されています。

また、土砂災害警戒情報は、気象庁と都道府県が共同して、避難にかかる時間を考慮して、2時間先までに基準に到達すると予測されたとき、大雨警報(土砂災害)の危険度分布で「非常に危険」(警戒レベル4相当)が出現したとき、速やかに発表しています。

「非常に危険」が出現した時点で速やかに避難を開始することが大変重要です。周囲の状況や雨の降り方に留意し、危険を感じたら躊躇することなく、自主避難を気象庁は呼びかけています。



前述のように、洪水ハザードマップには、土砂災害によって命が脅かされる危険性が認められる区域や河川が氾濫した場合、浸水が想定されるおそれのある区域、指定緊急避難場所等が掲載されています。

さらに、大雨が降ると冠水し車両が水没するおそれのある箇所(アンダーパス)や、土砂崩れや落石の危険のため通行規制が行われる箇所が掲載されているものもあります。いざという緊急時に、地図を見ながらの歩行はとても危険です。ましてや、夜間になっての屋外避難では不可能です。

平時だからこそ 緊急時の準備を

- ① 自宅から避難所など安全な場所に避難することを想定して、ハザードマップを見て、避難場所(避難所)や
- ② 避難形態も複数あります。避難ルートとともに、避難形態についても考えましょう。降雨の状況や浸水状況、そして昼間か夜間かによって、避難所ではなく、自宅の2階等へ避難する垂直避難も、選択肢の一つとして重要です。できればご家族と話し合ってください。
- ③ 主体的な避難行動を起こすタイミング(どういった状況になったら避難するか)を考えておきましょう。

避難ルートを考えましょう。その時、自分や家族が安全に移動できる時間、あるいは距離を考慮しましょう。また移動は、可能な人は徒歩にしましょう。

避難形態も複数あります。避難ルートとともに、避難形態についても考えましょう。降雨の状況や浸水状況、そして昼間か夜間かによって、避難所ではなく、自宅の2階等へ避難する垂直避難も、選択肢の一つとして重要です。できればご家族と話し合ってください。



「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」を準備しておきましょう

梅雨、台風、秋雨などによる大雨、土砂災害、いつ来るか分からない地震災害などに備えて、今回は「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」について取り上げました。

この2つは、共通するものもありますが、目的がちよっと違います。

「非常持ち出し品」は、安全に避難するために必要最低限、自宅から持ち出す

【非常持ち出し品の例】

貴重品	現金、キャッシュカード、預金通帳、健康保険証、運転免許証 印鑑、マイナンバーカード、病院の診察券 ※普段使っている物なので、非常持出袋には入れず、一緒に持ち出すこと
非常食品など	缶詰、栄養補助食品、ミネラルウォーター、割り箸、皿、コップ ラップフィルム、乳幼児・高齢者・病人向けの食料
応急医療品	絆創膏、ガーゼ、包帯、消毒液、体温計、常備薬・持病薬
生活用品	衣類、タオル、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ、マスク 洗面用具、軍手、雨具、ビニール袋、レジ袋、ライター
その他	懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、レジャーシート、筆記具 携帯充電器、自分の生活に欠かせないもの、リュックサック

【非常備蓄品の例】

非常食品	飲料水（一人1日3リットル）、レトルトご飯、缶詰 インスタント食品、梅干、おかず、ふりかけ、ドライフード 菓子類、栄養補助食品
燃料	卓上コンロ、ガスボンベ
生活用品	毛布、寝袋、洗面用具、トイレットペーパー、ポリタンク バケツ、クーラーボックス
生活用水	風呂などへの水の汲み置き、雨水タンク
その他	ラップフィルム、ビニール袋・シート、新聞紙、ローソク ガムテープ、ボール、ノコギリ、スコップ、工具類 使い捨てカイロ、ペットフード、水なしで使える災害用トイレ LED ランタン（ヘッドライト）

すものです。できるだけ身軽に避難できるようにするため、持ち出し品は避難に必要な物品や貴重品に限りましょう。いざとなつてから、これを持ち出すか考えていたのでは間に合わないのので、書き出して見やすいところに掲示しておいてください。

非常持ち出し品は、リュックサック等に入れて持ち出すとよいでしょう。季節によって、衣類など違ってこれらに留意してください。

一般的な例を出していますが、一人ですべて持ち出すことは無理ですので、家族で分担し、自分たちに必要なものだけを選んでください。

「非常備蓄品」はライフライン（電気・水道・ガス）が止まったときに備えて、家などに蓄えておくものです。

地震が起きた直後は、水、食料、日常生活用品もすぐには入手できません。救援活動が受けられるまでの間の水や食料などを、各家庭で蓄えておく必要があります。3日以上以上の備蓄が必要とされていますが、南海トラフ巨大地震に対しては、1週間分以上が望ましいとされています。これは被害が広域になることが想定される一方、助けに行ける人が限られているためです。

非常食や飲料水を長期間保存することは抵抗があると思います。

最近、よく言われるのはローリングストック法です。これは、少し多めに準備し、古くならないように消費していきながら、使った分は必ず補充するという方法です。

タオルの備蓄について

近年、台風・洪水等の被害が全国的に多発しています。まずは人命救助が最優先ですが、その後の復旧作業等でタオルがとても役立ちます。

ご自宅で余っているフェイスタオル等の備蓄に、ご協力いただける方（グループ）は、HPAにご連絡ください。なお、タオルは新品と使用済みを仕分けして、皆さまのお手元で保管をお願いいたします。

被災地から要請があった場合には皆さまに送り先をご連絡いたしますので、よろしお願いいたします。

（送料はHPAで負担します）

編集後記

今年も日本全国で大雨や台風による浸水被害、土砂災害が多発しています。被災された方々には、心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈りいたします。

今号では正常性バイアスとハザードマップに焦点を当てて特集しました。常日頃からこつこつした点に留意し、何も無い平時に学び、準備することが大切だと思います。

賛否両論があったオリンピック・パラリンピックも無事に開催され、アスリートたちが多くの人に勇氣と元氣を与えてくれました。各種の問題課題はありましたが、関係者の方々の叡智をもって実施されたことは素晴らしいことだと思います。

コロナ禍第五波は急速に減速し、10月1日から日本全国で緊急事態宣言や、まん延防止等重点措置が解除されました。私もワクチン2回接種を完了していますが、引き続き、マスク、手洗い、消毒、検温等の感染対策を続けていきたいと思えます。皆さまも災害対策とともに感染対策を続け、ご安全にお過ごしください。（大江）

ひかり新聞

No.43 2021年(令和3年)10月10日

発行者：一般社団法人 ひかりプロジェクト

〒401-0304 山梨県南都留郡富士河口湖町河口1975

電話 0555-72-8191 FAX 0555-76-6696

https://hikari-project.org E-mail: hpa@road.ocn.ne.jp