

そなえる まつなみ 第8号



発行／松波自主防災会 千葉市中央区松波 2-22-35 松波会館内 2024年11月

●大地震に備えるー避難所には何がどれくらいあるの？

○大災害が起きると開設される避難所は「来た人拒まず」、町民でなくとも利用できます。では、町内の避難所である千葉商には何がどれくらい備蓄されているのでしょうか？身近なものを下に紹介します。

○**食べ物** アルファ米(白飯 350 食、五目ごはん 200 食、おかゆ 250 食)、クラッカー 490 食、クリームサンドビスケット 240 食、ペットボトル水(500ml) 1704 本

○**寝具** アルミ毛布 230 枚

○**衛生用品** マスク(大人用 2100 枚、子ども用 200 枚)、紙おむつ(乳幼児向け 296 枚、大人用 94 枚)、携帯トイレ 100 回分、歯ブラシ 850 本、生理用品 216 枚 など(2024年4月現在)

★市防災課によれば、「避難所はスペースもあって備蓄品は当面の分です。市では『3日分』を目安に倉庫に備蓄しています」とのこと。



●避難所の望ましい食事は？ー「朝日新聞」3月22日付



国立健康・栄養研究所の笠岡宜代さんは「避難所こそバランスの取れた食事が大切で、それは決して『ぜいたく』ではない」と名言する。笠岡さんによると、避難生活が2週間くらい続くと、口内炎や便秘を訴える人が顕著に増えるという。またストレスや運動不足、炭水化物に偏りがちな食事が重なると、高血圧・高血糖なども起こりやすい。「『生き延びただけでありがたい』ではなく『できるだけ元気に生き延びる』方向に考え方を変えて」と話す。(一部省略)

●「地震は予知できない」ー

ロバート・ゲラーさん(東京大学名誉教授／地震学)
「東京新聞」11月16日付から抜粋

ゲラーさんは「政府は南海トラフ巨大地震と首都圏直下地震の危機をあおり続けてきたが、2011年3月の東日本大地震、最近では能登半島地震と大地震は別の場所で発生している。地震は予知も予測もできない」と断言した。「南海トラフなどの長期予測は地質学者 H・F・リードが提唱した『周期説』に基づいているが、カリフォルニア大学の研究グループが検証したところ『統計学的に有意ではない』、つまりは『周期説は正しくない』。日本の専門家が数値化しようとしている『20年以内』『30年以内』という年月はほんの一瞬でしかない。地球科学で『近いうち』は1000年前後のくりで、明日かもしれないし1000年後かもしれない」