大切な人の「いのち」を守ることができますか？

～第1回　私がNPOにハマった理由（わけ）～

小田　順子
NPO法人「東京いのちのポータルサイト」
広報担当理事
ライター・ウェブコンサルタント

【おだ じゅんこ】1965年、東京都新宿区生まれ。「わかりやすい文章」、「わかりやすいサイト」作りを大切にし、人がよりよく生きるために必要な知識・情報を発信することをミッションとする。現在、NPOや公共・公益団体、士業事務所などを支援

震度7の地震発生！
あなたがとるべき行動は？

いきなりですが、クイズです。

【一】地震に備え、優先してやらなきゃいけないことはどっち？

A：耐震補強や家具の転倒防止

B：三日分の食料・水の準備と、家族の安否確認方法を決めておく

【二】冬の夕方、午後六時。あなたは台所にいます。背後にはグツグツと煮え立つお鍋。その時、震度七の地震発生！　あなたがとるべき行動は？

A：まず、コンロの火を消す

B：とにかくわが身を守る

【三】一九九五年一月に発生した阪神・淡路大震災の犠牲者は六四三四人です。年齢別にみて、犠牲者が多いのはどちら？

A：二〇～二四歳

B：八五～八九歳

防災にもNPOにも興味ナシ

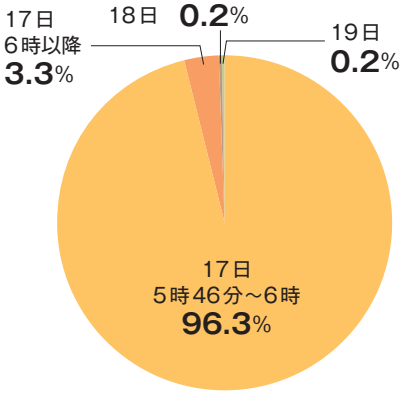
このクイズは、NPO（特定非営利活動）法人「東京いのちのポータルサイト」、通称「いのポタ」が制作したものです。

「いのポタ」は、二〇〇二年八月に任意団体として設立されました。当初は、「早稲田いのちのまちづくり」、「都民と創る産業振興ビジョン」、それに広範な防災関係者が参加して、各地域の防災の取り組みをインターネット上で束ねるポータルサイトの構築が目的でした。

勤務先でインターネット関連の業務を担っていた私は、「自分の業務に役立つかもしれないから、とりあえず、メーリングリストに登録しておこう」という程度の気持ちで参加。防災にも、NPOにも、全く興味がありませんでした。

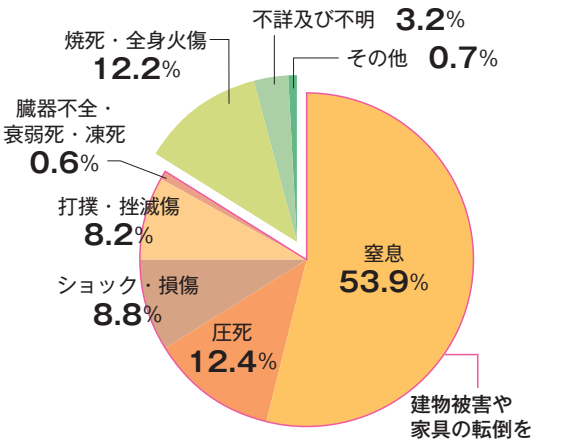
大地震で被災した方や、被災地の様子を目の当たりにした方で、防災ボランティアを始める方は少なくないと思

図1　「ほとんどの人が即死だった」
兵庫県南部地震における死者（神戸市）の死亡推定時刻（監察医検案分）



（西村明儒ほか、救急医学1995/10より）

図2　「凶器はマイホームだった！」
兵庫県南部地震による神戸市内の死者（関連死を除く）の死因分析



（東京大学　目黒公郎教授　資料より）

います。でも、私は生まれてこの方、大地震に遭ったことがないのです。そもそも私は、ボランティア活動やNPOで他人のために働くなんて、そんな崇高な志を持ち合わせていない人間です。

ところが、今では「いのポタ」の広報担当理事として、こんな防災クイズを作ったり、防災イベントを企画したり、役所の防災訓練にコンサルタントとして参加したりするほどまでに、このNPOの活動に、そして防災に、すっかりハマってしまったのです。

その理由を、冒頭のクイズの解説を通してお伝えしたいと思います。

まずはクイズの答えをお知らせしましょう。

【一】A：耐震補強や家具の転倒防止

【二】B：とにかくわが身を守る

【三】A：二〇～二四歳

いかがでしたか。もしかしたら、納得できない方もいらっしゃるかもしれません。

では、この後、「いのポタ」の活動をご紹介しながら、解説していきますね。

衝撃の映像と衝撃のデータ

「いのポタ」は、二〇〇二年一二月にNPO設立のための総会を開き、翌二月には、銀座の電通ギャラリーで、二週間連続の耐震補強イベントを開催しました。

オープニングは「五：四六の衝撃」。一九九五年一月一七日の「兵庫県南部地震」、いわゆる「阪神・淡路大震災」の再現映像です。地震前後の写真、地震の揺れ方と建築物の構造などをもとに専門家が研究し、都市が崩壊していく様子を、特撮により再現したものです。

※注　監督は、「ゴジラ」の特撮で有名な川北紘一氏。神戸の「人と防災未来センター」で、常時、原版を上映しています。五面の大型スクリーンと大音響により、震災発生の瞬間を体験することができます。

その映像とセットで、私に大きな衝撃を与えたのは、目黒公郎先生（東京大学教授）の講演でした。

阪神・淡路大震災で亡くなった方は、神戸だけで三六五一人です。

そのうち少なくとも二九四〇人の方は、地震の発生した午前五時四六分から六時までの間に亡くなっています（図1）。実際には、最初の数十秒間で亡くなっているのではないかとも言われています。

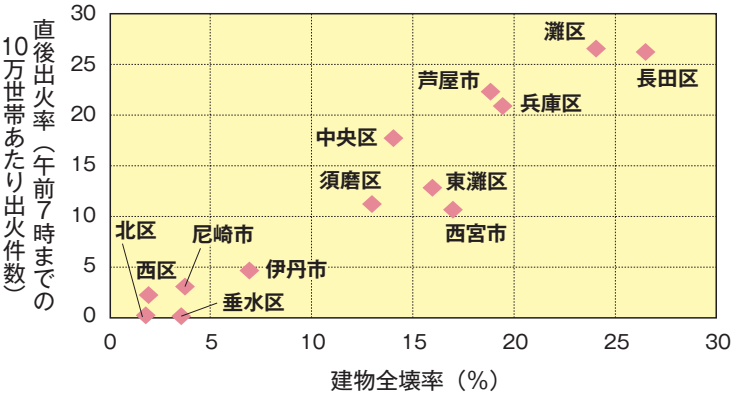
これはいったい何を意味しているのでしょうか。

窒息、圧死、ショック、損傷、打撲、挫滅傷など建物被害や家具の転倒を原因とする犠牲者は八三・九％になります（図2）。

臓器不全や凍死、衰弱死も、倒壊

図３　「家が壊れないと火事は出ない！」

阪神・淡路大震災における阪神地域の建物全壊率と直後出火率



（消防庁ホームページより）

した建物の下敷きになったことが原因である可能性が高いのではないかと思われます。

倒壊した建物に閉じ込められて焼死された方も多く、最初の数十秒で家屋が倒壊し、そのほとんどが二次災害である火災の被害にあいました。

阪神・淡路大震災での延焼速度は時速二二～二六メートル（一分間に三六センチ～四三センチ相当）ですから、ゆっくり歩いてでも逃げることができたはずです。

倒れてきた、いえ、〝飛んできた〟家具や落ちてきた天井の下敷きになり、逃げたくても逃げることができなかったのです。

また、建物がたくさん倒壊した地域ほど、火災も多く発生しています。つまり、建物の倒壊が原因となっている火事が多いということができます（図３）。

家具も地震で凶器に変わりました。

被災者の話では、冷蔵庫やピアノが飛び跳ね、踊り、テレビは落ちるのではなく「飛ぶ」というのです。

防災啓発ツール「CD説法士」

これは、衝撃的な事実でした。こんな大事なことを、私は何十年も知らずに生きてきたのです。私の周囲の人も知らない。私の大切な二人の息子たち（二三歳と二〇歳）も。

阪神・淡路大震災で亡くなった方は、家が壊れたり、家具が飛んできたりして、ほとんどが即死。あるいは、生きながら火に焼かれた方もいらっしゃったのでしょう。

ちょっと想像してみてください。自分が瓦礫の下敷きになっているところを。私は息苦しくなってきます。あるいは、自分の一番大切な人だったら…。

亡くなった方々が、もし、ご遺族や私たちに大地震の教訓を伝えることができるとしたら、何とおっしゃるでしょうか。おそらく、「食料・水の準備をしても、家族との連絡手段を決めておいても、一瞬で死んでしまったら何の役にも立たないよ！　それよりも、家やオフィスを耐震補強して、家具が落ちてこないよう、しっかり留めて！」とおっしゃるのではないでしょうか。

ですから、クイズ【一】の答えは、Aの「耐震補強や家具の転倒防止」なのです。

伝えなくては。みんなに伝えなくては。

その思いが、「いのポタ」のメンバーを、そして、防災に無関心で、自分のことしか考えていない私をも突き動かしました。

「いのポタ」は、この衝撃の映像とデータを多くの人に見せ、地震から身を守る正しい知識を知らせるために、プレゼンテーションを作り始めました。プレゼンテーションソフトで作ったデジタルデータを配布し、それを使って説法をしてくれる人をどんどん増やす。日本中に説法士を作る。私たちは、そのプレゼンテーションの入ったCDを「CD説法士」と名づけ、啓発活動を始めました。

耐震偽装の詐欺に遭う

一九八一（昭和五六）年の建築基準法改正で、耐震設計基準が見直され、建物の耐震性能は高くなりました。阪神・淡路大震災では、昭和五六年以前の建物に大きな被害があったそうで

す。CD説法士を作る中で、それを知った私は、またしても衝撃を受けました。ナント、我が家はこの旧耐震基準で作られた木造二階建て。首都直下地震なんかが来たら、大変！

そこで、二〇〇三年の春、思い切って耐震補強工事をすることにしました。知人に建築士さんを紹介してもらい、耐震診断をしたところ、「小田さん！この家、大変ですっ！」との診断結果。一階の壁を数か所強くするなどの工事をし（写真）、費用は約八〇万円でした。

工事の様子は「いのポタ」のメンバーに公開し、ビデオ撮影もしました。また、メンバーの建築や構造の専門家に、設計図などの資料も提供しました。おかげで、工事完了後の設計図を見たメンバーが、補強工事をしていない壁の耐震強度が水増しされていることを発見。いわゆる耐震強度偽装です。

専門家メンバーが、その建築士に問いただすと、「素人なんかだましてでも安心感を売ればいいんだ」と言ったとか。大地震で我が家が倒壊したら、私も家族も、そのときはもうこの世にいないから、文句も言われない…ということでしょうか。ひどいものです。

結局、他の専門家に耐震診断をしてもらったところ、「補強工事をした効果がないわけではない」という結果だったので、それ以上、騒ぎ立てるのはやめました。

内壁をはがして「筋交い」を入れるのではなく、外壁にワイヤーブレースを取り付ける工法で耐震補強。居ながらにして工事ができ、価格も安い。工法自体は悪くないが…

女は強し!?

いのポタメンバーを巻き込んだ耐震偽装騒ぎ。でも、転んでもタダでは起きません。二〇〇三年八月～一〇月に上野の国立科学博物館で開催された「THE地震展」（主催：内閣府）での特別フォーラム「耐震補強は地球を救うか」（九月一四日開催）で、パネラーとして一部始終を発表しました。

このフォーラムでの論点は、「なぜ耐震補強は進まないのか」ということでした。

①費用が高い②面倒だ③効果がわかりにくい④だまされる恐れがある⑤地震なんて来ないという思い込み。さまざまな対策が提案されましたが、おもしろかったのは「女性を巻き込もう」というアイデアでした。

「うちは、お財布を握っているのが妻だから、妻が納得しないと工事ができない」

「女性の〝口コミ〟力はすごい。〝○○工務店さんはいい仕事するわよ～〟など、地域で評判が広まれば、悪徳業者は仕事ができないのではないか」

「楽しくて、何か得をするようなイベントだと、女性も興味を持つのでは」

フォーラム会場を見渡すと、ほとんどが年配の男性です。しかも、防災・建築の専門家や防災ボランティアの方ばかり。そういえば、「いのポタ」のメンバーも、四〇歳代が「若手」状態です。

私は何か違和感を持ち始めていました。

私が守りたいものは何だろう。

それは、自分と家族の命と財産。自分勝手だと言われようが、それが優先順位の一番。それができないのに、他人を救うなんておこがましい。

でも、私は息子たちに、年老いた母に、この大切な情報を伝えているだろうか。

答えはノーでした。

伝えたい情報が、難しいし、おもしろくないのです。

人の命に関わることなのに、「おもしろくない」というのは不謹慎かもしれません。でも、たくさんの死を無駄にしないためには、伝えなければいけませ

NPO（特定非営利活動）法人「東京いのちのポータルサイト」とは

Column

「東京いのちのポータルサイト」、通称「いのポタ」は、耐震補強をはじめとする地震防災を中心として、命を守るための活動をしています。

地震や水害などの自然災害で、一瞬にして多くの人の命が奪われる。いじめや生活苦で、自ら命を断つ人が激増している。そんな日本の状況を、自分たちの力でなんとかしたい。

そこで、防災、防犯、環境、医療、福祉、教育、地域活性化、スポーツなどなど、各地域で活動し、情報を発信しているたくさんのグループと連携し、平常時と災害時の両方で機能する、緩やかで大きな人と人とのつながりをつくろうと考えました。

「自分たちのまちは自分たちで守る！」
「自分たちが死なないために！」
をキーワードとして、首都圏の全ての地域社会、商店街、民間企業、NPO、大学、学校、行政関係者、更には全国、海外の人々にも連携を呼びかけていきたいと思っています。

あなたもご一緒に活動をしませんか。

お問い合わせ先：
NPO法人東京いのちのポータルサイト
東京都新宿区新宿6-7-1-209
http://www.tokyo-portal.info/

いのポタのホームページのキャプチャー

意しよう。

そんな思いつきから生まれたイベントが「サバイバルゲーム・イン・六本木」です。

サバイバルゲーム・イン・六本木

二〇〇六年一二月一〇日、場所は六本木ヒルズのハリウッドホール。それだけでも、女性や若者に喜ばれそうですが、さらに、ゲームの優勝者はハワイ旅行にペアでご招待！　そのほか、たくさんの景品に、会場での飲み物や食事は無料。人気漫画家やグラビアアイドルまで登場します（そんなお金、どこから出るの？…それは、助成金など公的なお金ではありません。そのヒミツは次号で！）。

会場では、ストーリー映像に沿って二者択一クイズが出題されます。そのたびに、回答AのエリアとBのエリアの間を大移動。制限時間ギリギリで、違うエリアに走る人も。

当日は四〇〇人が参加する大イベントとなり、その日の夕方のテレビ番組や翌日の新聞で取り上げられるほどでした。

我が家は、七〇歳を過ぎた母が友人と一緒に参加。「難しい話はわかんないけど、今日のクイズはわかったし、楽しかった！」と言ってくれました。

この六本木イベントで、もっとも不正解者が多かったのが、冒頭のクイズ【二】です。

「地震だ！火を消せ！」は、関東大震災で火災による被害が大きかったことから、長い間、語り継がれてきたフレーズです。二〇歳以下の若い世代にも浸透していますが、実はこれは間違いです。

揺れている最中に火に近寄り、熱湯などで火傷をしてしまうケースが多く、かえって危険です。また、家や家具に押しつぶされてしまったら、一巻の終わり。大きな揺れの時は火を消すよりもまず身を守ることが大切です。もし、ん。そのためには、わかりやすく伝えること、興味を持ってもらえる工夫をすることが必要です。

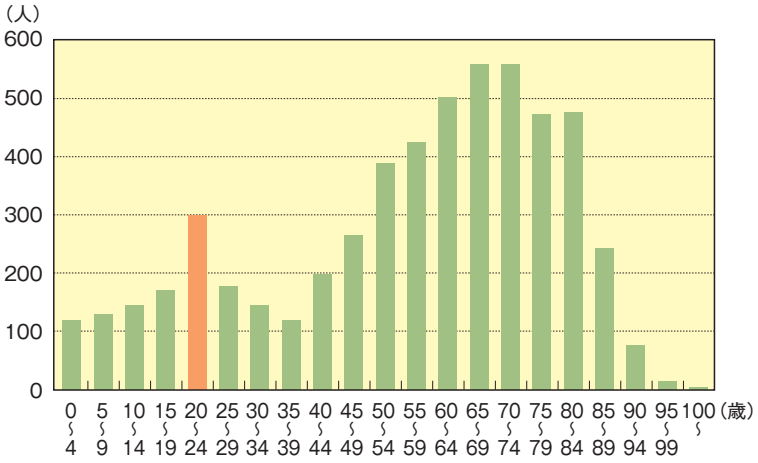
これは私の得意分野です。ライターとしての血が騒ぎます。そこで、伝えたいことをクイズ形式にしたのが、冒頭のクイズの始まりです。クイズを出されると、つい、答えを考えてしまいますよね。

さらに、じっと座って話を聞くようなイベントではなく、体を使ったゲーム形式にしてはどうか。クイズに真剣に取り組んでもらうために、賞品も用

六本木ヒルズのハリウッドホールで大ゲーム大会。現役大学生の司会とアップテンポのBGMで、オシャレに楽しく、命を守る知識を身につける

図4　「お年寄りと若者に犠牲が集中した　壊れたのは、古い家や木造アパート」

阪神・淡路大震災による人身被害の実態（年齢別死亡者数）



（『国民衛生の動向』；厚生統計協会　1996年）

火が周囲に燃え移っても、揺れがおさまってから消せばいいのです。

現在は、震度五以上の揺れを感知すると、ガスのマイコンメーターが作動し、自動的にガスを止める仕組みになっています。最近では、テレビの地震速報でも「揺れがおさまってから火の元の始末をしてください」と言っています。ですから、クイズ【二】の正解は「とにかくわが身を守る」なのです。

大学生のためのチェックリスト&大学入学直前マニュアル

一九九五年一月に発生した阪神・淡路大震災の犠牲者は六四三四人。

年齢別にみると、お年寄りが圧倒的に多いのですが、実は二〇～二四歳の若者も目立ちます（図4）。

これは神戸など被災地に大学が集中していたからです。

壊れたのは古い家や木造アパート。

耐震性のない建物に住み、家具に囲まれて寝ていた大学生が大勢亡くなりました。グラフのとおり、クイズ【三】の答えは、Aの「二〇～二四歳」です。

同じような事態を避けるため、「いのポタ」は「大学生のためのチェックリスト&大学入学直前マニュアル」を作成しました。これは、新大学生がアパート探しをするときに、アパートの耐震性などを自ら調査できるようにチェック項目を設け、項目ごとに点数化するものです。

また、小学生向けのクイズも作成しています。二〇〇八年三月、国学院大学渋谷キャンパスで行われた「だいじょうぶキャンペーン～こわくないまち、つくろう～」（主催：毎日新聞社ほか）で、このクイズを実施したところ、小学生の長蛇の列（もちろん、景品があったからなのですが）。

「だいじょうぶキャンペーン」で防災クイズを出す筆者（写真中央）と真剣に考える小学生。寒い中、約350人の小学生・保護者が参加した

お父さん・お母さんも一緒にクイズの答えを考えるのですが、「えっ！〝地震だ！　火を消せ！〟じゃないんですか？」と言う方が圧倒的に多い中で、「耐震補強です」とキッパリ答えた方がお一人だけいらっしゃいました。「よくご存知ですね～」と言うと、「阪神・淡路大震災のとき、私は神戸にいたんです。仲間をたくさん亡くしましたから…」と静かにおっしゃったのが印象的でした。

三〇年後の「私のため」に

六本木イベントのストーリー映像は、ヒロインを息子の友人のお姉ちゃんに、ヒーローを「いのポタ」メンバーの勤務先のインターンに演じてもらい、母親役で私も出演。イルミネーションの美しい六本木ヒルズや東京消防庁立川防災館の起震台、耐震補強された私の自宅などで撮影をしたものです。その映像とクイズを追加した新しい「CD説法士」なら、うちの息子たちにも見てもらえる！

バージョンアップした「CD説法士サバイバルゲーム・イン・六本木」を見せたおかげで、息子たちは、自主的に部屋の家具を固定し、高いところに

Column

映像とクイズとチラシで若い世代に伝えたい

CD説法士のレーベル

①CD説法士「サバイバルゲーム・イン・六本木」

ハリウッド美容専門学校に通う主人公のなな子と、大学3年で就職活動中のジンは、12月のある寒い日、六本木ヒルズでデートの待ち合わせ。午後6時、待ち合わせ場所に現れた2人に、震度7の大地震が襲いかかる･･･というストーリー映像に沿って、二者択一クイズが12問出題されます。

②大学生のためのチェックリスト＆大学入学直前マニュアル

これは、大学・高校・専門学校・企業の新入社員など、若い方向けの啓発チラシです。未来を担う学生さん、若手社員の方々に、命を守るための大切な情報をお伝えします。

このチェックリストは、

■アパート探しのチェックリスト

・建築年代：1981（昭和56）年をチェック！
・構造：建物のバランスをチェック！
・地盤：固さを古地図や地名でチェック！
・まち：危険度・安全度をチェック！

■アパート暮らしのチェックリスト

・部屋：室内をチェック！
・避難：安全に素早く逃げられるかチェック！

という項目ごとにチェックすべきことを具体的に挙げ、それぞれの安全度を点数化するものとなっています。

また、裏には「1限　現代社会」「2限　数学B」など、入試対策問題風に必要な知識をまとめています。

今年は、青山学院大学、文化服装学院、早稲田大学の3校に配布しました。

チラシ配布に協力してもいいよ！という学校・自治体・企業を募集中です。映像コンテンツによる出前講座とセットで、チラシを配布することもできます。詳しくは、東京いのちのポータルサイトまでお問い合わせください。

■ホームページからチェックリストをダウンロードできます

「大学生のためのチェックリスト＆大学入学直前マニュアル」
http://www.tokyo-portal.info/books_goods/checklist.html

大学生向けチラシのイメージ

重いものを置かないように部屋の模様替えをしました。

三〇年以内に首都直下地震が発生する確率は七〇％。東海地震は八四％です。息子たちの次は、世間の若い人たちにメッセージを伝えたいと思っています。息子の友人がけがをしたり亡くなったりしたら、息子たちは悲しみますから。

それに、もし三〇年後に大地震が来たら、その時、私は七〇歳を超えています。助けてくれるのは、今の一〇代、二〇代ですからね！

そんな自己中心的な私が、不純な動機で参加したNPO。そして、わが身とわが子かわいさを原動力とする活動のお話でした。NPOの運営、資金集めなどについては、また次号でお伝えしたいと思います。

二〇一〇年一月一七日で、阪神淡路大震災から、一五年。

私たちは神戸からのメッセージをしっかり受けとめ、いつか「必ず」来る日のために、力を結集し、大地震を迎え撃たねばなりません。

地震は地球が生きている証拠です。地震は必ず来ます。

この記事を読んでいる今も、あなたの足元で地球は動いています。

（つづく）