

# 防災通信

## 防災新時代「フェーズフリー」って何？

ダブルエッチジャーの皆様こんにちは。防災委員会です。新年度が明けて早くも1カ月が経とうとしておりますが今年度も皆様の防災意識の向上に尽力していきますのでどうぞよろしくお願いたします。

さて新年度第1発目の特集テーマですが見出しの如く「フェーズフリー」という新しい防災の考え方について解説していきたいと思えます。皆様は「フェーズフリー」と聞いてまず何を思い浮かべますか？言葉の意味からみていきますと「フェーズ」とは「局面」や「区切り」を意味し、「フリー」とは「自由」や「解放」などを意味します。これらの言葉を防災というカテゴリに当てはめると「フェーズ」とは「日常」と「非常時(災害時)」のことで、それらの区切り無くす(フ

リー)という意味で「フェーズフリー」という言葉が生まれました。

私たちはこれまで「災害」というフェーズ(局面)に備えて、防災用品等を備蓄しようとしてきました。しかし実際に備えたと「何が必要かわからない」、「面倒くさい」等の意識が働いてしまい中々が備えが進まないのが現状です。また備えをしても長い年月の間どこにあつたか忘れてしまったり、使い方が分からない等の問題も出てくると思えます。そうした問題を少しでも無くそうという目的で「日常で使うものを非常時にも使える」ようにしたのがフェーズフリー商品です。

それでは次はどんなものがフェーズフリーとして商品化されているか実際に見ていき

たいと思います。

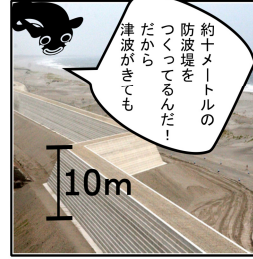
①バックにもバケツにもなる超撥水バック「ハートブリッチ」これはバックの表裏両面が超撥水生地で出来ていて普段は買い物バックとして使用できる他、非常時には中に水を入れて運ぶことも出来ます。

②目盛り付き紙コップ「メジャーメント」これは紙コップに様々な単位の目盛りが印刷されていることにより非常時には液体や、米、粉ミルクの計量でも使えるようにしたものです。

③防災LED付モバイルバッテリー「DE・M21L・6700BK」普段はモバイルバッテリーとして使えて災害時には4段階調光とSOSモジュール信号パターンの点灯が可能です。LEDが付いています。また、防水防塵仕様で磁石、フック、1、4インチ穴もあるので場所を選ばずに取り付けられるのも便利です。

以上3つほど今回は紹介させていただきますが他にも災害時に濡れた紙でも書くことができるボールペン等、色々と商品化されています。(松原)

### 浜名湖物語2 P.N セッキー



「ハートブリッチ」  
 メーカー  
 「三和製作所」  
 価格  
 3 2 7 8 円



「メジャーメント」  
 メーカー  
 「サンナップ」  
 価格  
 2 9 5 円 (50個入)



「DE-M21L-6700BK」  
 メーカー  
 「エレコム」  
 価格  
 2 9 0 0 円 (実勢価格)

# どうなる？コロナ5類

みなさん新しい年度は如何でしょうか？5月からコロナが2類から5類へ変更になりま

すね。今回は2類が5類になるとどうなるのかまとめてみました。我々の生活にどう影響して来るのでしょうか。ちなみに感染症法は1類に近づくほど危険とされています。例を挙げると1類エボラ出血熱、2類結核、3類コレラ、4類狂犬病、5類インフルエンザ、

といった感じです。聞いたことのある感染症ばかりですね。では具体的にどう変わるのでしょうか。ポイントは患者を受け入れる医療機関の対応、今はないが今後の自己負担をどうするか。また、

現在の診察を促しています。つきましては入院、検査の費用は法律に基づいて公費で負担されています。ワクチンなども実費負担はありませんよ。行動制限も患者は最大で7日間、濃厚接触者は5日間とあり、該当者になってしまったことのある方は、元気がなくてもお仕事に行けず参っているのではないのでしょうか。

大雑把に分けると変わるの①入院や受診時の対応。②検査やワクチンなど公費でできた部分。③行動制限。の3つに分けられるかと思えます。ではこれが今後5種になるとどうなるのでしょうか。

まず入院や診察も一般の病院で可能になります。医療のひつ迫軽減ですね。ワクチンなどは原則自己負担になります。ですが、外来診療の費用や治療薬の負担で患者の受診控えが起き、感染確認や治療が遅れることが懸念さ

の中のお仕事している人達もだいぶ助かるのではないのでしょうか。最後にマスクですが、

## ワクチンアンケート結果報告

の意見も多く見られ、度重なるワクチン接種の疲れや時間的に余裕が無くなっている様子がうかがえました。

でそうするとますますワクチン接種離れが広がっていくと予想されます。

私たちが愛してやまない理事長の竹内大先生もおっしゃっていらっしゃいますが、お国では原則不要の案がありますが利用者さんに関わる仕事ですので可能な限り着用を心掛けるように促して今回のまとめとさせていただきます。最後まで読んで下さりありがとうございました。(石川、菅野)

ここでは先日、皆様方にご協力いただいた「ワクチンの接種状況」のアンケート結果をご報告させていただきます。回答数は167通いただきました。その中でワクチンの接種回数につきましては85%以上の方は3回目以上接種されていて非常に高い接種率であることがわかりました。また接種されていない方にはアレルギー等が理由

由としてあげられていました。次に1〜2回目を接種したが3回目を接種しなかった方の中が多かった理由が「副反応が厳しかった」が挙げられ、これは3回目まで接種した方も同様に次の接種に行かなかった理由として多くなっています。また3回目まで接種した方の中には「もうワクチンは十分」だという意見や「4回目をうつ時間がなかった」と

最後は4日目、5回目と現状、国内で最大回数のワクチン接種をされた方に「今後のワクチン接種をどうしますか？」との問いに対してはおよそ4割の方が「まだ決めていない」とのことです。今後の状況で分からないという不安が多くなっていくと感じられました。またワクチンは5類に下がった後、段階的に実費負担が発生するようなの

今後はワクチン接種率の低下による感染症の拡大や重症化のリスクの上昇、医療崩壊など様々な状況が危惧されます。ワクチン接種を継続するにはやはり現状の不安の払拭が必要であり、回数や副反応の軽減等、ワクチン自体の性能の向上が進まないと難しいと思えます。いつか安心安全につながるワクチンが開発されることを節に願います。(松原)

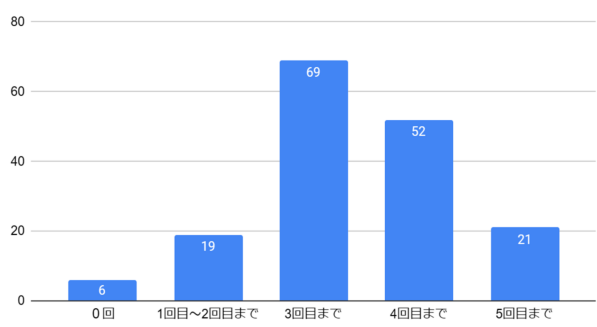
### 5類になったらどうなる？

	感染者	医療機関	行動制限	費用
<b>2類</b> (結核など) 相当	全数把握	一部 (発熱外来含む)	できる	公費負担
<b>5類</b> (インフル エンザなど)	全数把握せず	全て	できない	自己負担 (一部)

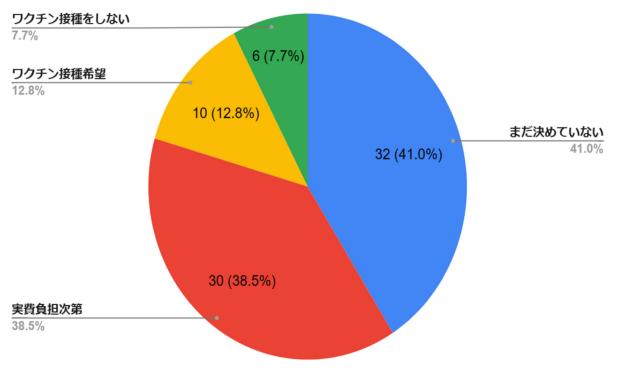
### 新型コロナウイルス 5類となった場合の課題

入院	一般医療機関も対応 院内感染対策が必要
医療費	保険適用外は自己負担 受診控え・感染発覚遅れ
措置	行動制限できず 感染広げないように理解求める

「現在（1月）までのワクチン接種回数」



「4回目～5回目」まで接種済みの方の今後のワクチン接種希望



今までの防災新聞では、正しいマスク・手袋の着脱方法を行いました。今回の新聞は、**防護エプロンの脱ぎ方**について皆さんにお知らせします。

防護エプロンも、マスク・手袋同様、正しく着脱を行えば感染対策には有効です。しかし、誤った着脱方法を行うと感染拡大、最悪の場合だと、自分自身が感染してしまう恐れがあります。そのようにならない為にも、今一度正しい防護エプロンの脱ぎ方を確認しましょう。

【正しい防護エプロンの脱ぎ方】※今回は手袋無しで撮影しています。



① 手袋交換後、首のところに引っ張り、ちぎる。



② 胸当て部分を前に垂らす。



③ エプロンの裏側から手を入れ、中心に向かって折りたたむ。(左も同様に行う)



④ 下からクルクル巻き上げる。



⑤ 腰の付近で、腰ひもを引っ張り、ちぎる。



⑥ ゴミ箱へ捨てる。

⑦ 手袋を外し、石鹸で手洗いを行う。  
※最後に部屋の換気も忘れずに！

いかがでしたか？「あっ、これ自分やれてなかった。」「こうやってやればいいのか。」と理解して頂ければ幸いです。

新型コロナウイルス感染症は、5月8日から感染症法上の位置づけとして5類相当（季節性インフルエンザと同等）に引き下げられます。（5類引き下げで何がかわるかの詳細については、同新聞の別記事に記載していますのでここでは割愛します。）

感染対策に有効なマスク着用についても、愛知県の基本方針が発表されました。その中では、マスク着用は個人の判断に委ねる事としていますが、障害福祉サービス事業所の従事者については勤務中のマスク着用が効果的であり、推奨する事が記載されています。

当法人としても、この方針に従い3月13日以降についても新たな県の方針が出されるまで、原則マスク着用で勤務を行ってください。職場内感染のリスクを少しでも軽減するため、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

新型コロナウイルスの分類が5類に変更になったとしても、基本的な感染対策は重要であり、引き続き、「**必要場面でのマスク着用**」、「**三つの密の回避**」、「**人と人との距離の確保**」、「**手洗い等の手指衛生**」、「**換気**」等の実施を宜しくお願いします。

※感染症法上の分類が引き下げられる5月8日までは、新型コロナウイルスに感染した場合は有症状では最短7日間（発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快から 24 時間経過している場合）、無症状では最短5日間（検体採取日から7日間を経過した場合には8日目に療養解除を可能。加えて、5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、5日間経過後（6日目）に療養解除を可能とする）の自宅療養の必要があります。

（水野・天野・関島）

## 令和5年度防災委員のご紹介

新聞の途中ではありませんがここで令和5年度の防災委員の紹介をさせていただきます。令和5年度は前年度と比べて大きなメンバーの変更はありませんでしたが、人事異動により加藤さんが防災委員会から福利厚生委員会へ代わりました。また、1名欠員ができましたので新たにガイアの杉江さんが防災委員会の新メンバー

として入ることになりましたのでよろしくお願いたします。尚、今回の新聞第4号は締め切りの関係上、旧メンバーで作成いたしました。次回から改めて新メンバーで新聞を作成していくのでよろしくお願いたします。令和5年度も皆様のお役に立てるようこのメンバーで頑張りますのでよろしくお願いたします。



ダブルエッチジェーの皆様こんにちは。  
防災委員会委員長の松原です！！

このコーナーでは毎回、私自身がこれまで見たり聴いたり体験した事の中でこれはいいなどと思う素材を紹介していくコーナーです。

今回は第4回目ということで災害をテーマにしたスマホアプリゲームを紹介していきたいと思ひます。

それでは第4回スタート！！

前回、このコーナーでは災害をテーマにしたおススメ映画を紹介させていただきましたが今回はもう少し能動的に災害について考えていただきたいと思ひ、手軽に出来るものとしてスマホゲームで何かいいものがあるんじゃないかと思ひ調べてみました。それこそ昨今は膨大な数のスマホゲームリリースされている中で災害をテーマにしたゲームも沢山あるだろうと思ひて高を括っていましたが意外と少なく、子供向けの内容だったり、ゾンビが出て来てしまったりとちょっと違うかなと思ひるものばかりでした。そんな中検索を続けているとふと気になるタイトルが目飛び込んできました。「サバイバーズ、ギルト」とありましたのでこれは！！と思ひ、レビューを見てみると、どうやら災害体験シュミレーションのようです。やっと今回のテーマにあったものを見つけることができましたので早速紹介していきたいと思ひます。



タイトル  
「サバイバーズギルト」

対応OS  
android（一部非対応）、ios、PC版（有料）あり  
料金：無料（広告あり）

まずプレイする前に「ギルト (guilt)」を「ギルド (guild)」と間違えて読んでしまっただけでなにかチーム運営しながら災害に立ち向かうゲームと思っていました。が実際はギルトでしたのでまったく意味が違いますがこの辺りはゲームをプレイしていく中で自然とタイトルの伏線が回収されていく仕組みとなっています。

一応、エンディングまでプレイしましたが内容としてはアドベンチャー+脱出シュミレーションとなっており、最初、「かまいたちの夜（懐かしい）」を彷彿されるテキストタイプのゲームと思ひましたが途中から地震によりエレベーターに閉じ込められ、そこから脱出するのがメインとなっていきます。システム面はそれほど複雑なゲームではないのですが限られた時間、空間、物資の中でいかに生き延びていくか考えながら進めていかなければならないので意外と難しかったりします。ですが難易度をイージーにすれば失敗してもコンティニューできるので最初はイージーモードでプレイしていただくことをおススメします。そしてこのゲームの本当の魅力はやはりその物語にあると思ひます。物語についてはネタバレになりますので割愛しますが一部ボイスもあり、その緊迫した状況が上手く表現されていて非常に引き込まれます。最後にエンディングについてですがどのようなルートをとろうとも結末は一つしかありません。これにも作者のこだわりが感じられ、現実には常の一つしかなくたらればは通用しない、そんなリアルな現実を描きたかったのだと思ひます。果たしてどのような結末が用意されているのか？それはぜひご自身の目で体験していただければ幸いです。（松原）

## 「正常性バイアス」「同調バイアス」



Q. 職場や外出先で非常ベルが鳴っています！あなたの行動は？

A.

- (1) 点検や誤作動だから大丈夫だと思い、そのまま過ごした。
- (2) 周りが避難していないので大丈夫だと思い、そのまま過ごした。
- (3) 煙や火が見えないし、においもしないから大丈夫だと思った。
- (4) すみやかに安全な場所に避難した。

これは、簡単にできる「正常性バイアス」と「同調バイアス」のチェック方法です。

この中でバイアス（先入観・偏り）がないのは（4）のみ。（1）～（3）には下記のバイアスがあります。

### 「これくらいなら大丈夫」 正常性バイアス



回答（1）は「非常ベル」が鳴っても「点検・誤作動」という過去の経験から自分にとって危険な状況と認識できない正常性バイアスが働いています。また、（3）は「火事」＝「煙が見える・火が見える・においがする」という固定観念から、火事以外の危険の可能性があることを認識しない正常性バイアスが働いています。正常性バイアスは、異常なことが起こった時に「大したことじゃない」と落ち着こうとする『心の安定機能』のようなもの。日常生活では、不安や心配を減らす役割があります。しかし、緊急事態では逃げ遅れなど、危険に巻き込まれる原因にもなるので注意が必要です。

### 「みんなと一緒にだから大丈夫」 同調バイアス



回答（2）は非常ベルが鳴って危機的状況が知らされているにもかかわらず、周囲の人の行動に合わせる同調バイアスが働いています。同調バイアスは、集団の中にいるとついつい他人と同じ行動をとってしまう心理で、日常生活では『協調性』につながります。しかし、災害時には周囲の人の様子をうかがっているうちに避難が遅れる原因にもなります。その反対に周囲に率先して避難する人がいれば、より多くの人を避難に導くことも可能です。

人間の深い心理をすぐに変えるのは難しいことです。まずは認識の偏りがあることを知り、訓練を繰り返し行い身体を勝手に反応させる、行動指針を作成すること等、身近なところから少しずつ意識を高めていくことで、防災・減災につなげていきましょう。（加藤・森下）

## 編集後記

今回も防災新聞を読んでいた方がたくさんいました。これまで防災委員会では4回にわたる新聞を発行してきましたがいかがだったでしょうか？こうして新聞第1回から振り返って見ると各委員がどのような視点で防災を捉え、発信しようとしているか個々の特徴が出ていて面白いです。新聞というのはその性質上、どの記事が読者の興味を引くのか分かりません。だからこそ防災という1つのテーマに対して様々な側面からアプローチすることで色々な方々に興味を持ってもらうきっかけ作りになればとの狙いがあります。まずは興味をもってもらい、そして自分で考えて行動してもらおう。一人ひとりが正しい知識で正しい行動ができればそこには自助共助が生まれ、より災害に対して対抗できる力が身につくと思います。防災委員会ではそのお手伝いができれば考えておりますので今後ともよろしくお願ひいたします。ではまた次号にてお会いしましょう。（松原）