

# あんどうりすの防災四季だより

第12回 放送日：2019.6.21（金）

パーソナリティー：あんどうりす

テーマ：豪雨で避難するときの靴



「命を守る」という大切なことに役立つのは、  
アウトドアのスキル。

阪神大震災を被災した「あんどうりす」さんが、  
防災・減災の方法を楽しく導きます。

大雨が心配な梅雨。  
第9・10回の豪雨対策を踏まえて、

雨の日の避難に適した靴とは？  
車で豪雨に遭ったら？



# 臨機応変



今週は、  
雨の日の「避難に適した靴」について  
お話ししたいと思います。

よく、豪雨の際の避難には  
長靴✕（不適）運動靴○（正解）のような、  
○✕情報が多く見られます。

アウトドアの世界では、  
自然を相手にする時に  
○良い、✕ダメでは、あまり判断しません。

どういう事かという、  
長靴は、いつも✕ではありません。  
運動靴も、いつも○ではありません。

その場の状況に応じて柔軟に  
判断する、対応する、行動する  
ということが重要になります。



# なぜ 長靴を✕と言わないか

長靴の丈が膝より低く、  
水が入ってきてしまうと、  
身体ごと水流に持っていかれます。



そもそも、  
避難する時点は、  
膝から下の水位の時だけです。

膝丈まであるものが有効と考えられます。

濁流が膝より上の水位の場合、  
安全な避難はできません。

動水圧により、  
人は簡単に流されるからです。(※)

丈の短い長靴はNG！ ダメです。

(※)

参照：第7回ライフジャケットを着けよう



# 膝丈までの長靴あるの？



カッコいいブランドの、  
ちょっとおしゃれで膝丈まである長靴は、  
2万円くらいであります。

これはOK！

避難の際に使えたりもするのですが、  
あまりにも値段が高い。

もうちょっと気軽に、  
安く手に入るものはないの？



# 田植用の長靴



土砂災害の現場で、  
活動がしやすく、  
意外と人気だった物があります。

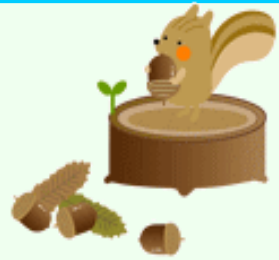
それは、「田植用の長靴」です。

膝丈まであり、水や泥が入らず、  
足にフィットするので、

泥の中に入っても、  
足に負担がかからず、スポッと抜けます。

2千円前後くらいから、  
ホームセンターやネット通販などで  
販売されています。





田植え用ですから、  
避難用にするには、  
靴底の強度が不安です。

踏み抜きを防ぐために、  
中敷きなどを  
入れる必要があります。

これ、実用的なのですが、

ちょっと見た目が今ひとつ(笑)  
ファッション性は落ちます。

日常に履きたいかと言えば、  
NO！ かな。(笑)

という事で、  
同じ性能の物は無いかしら？  
と、探してみました。



# バードウォッチング長靴

これなら普段から履ける♡  
というものに、  
日本野鳥の会が出している、  
「バードウォッチング長靴」があります。

ひざ丈まであり足にフィットしますから、  
野鳥を見る時に泥沼に入っても、  
スポッと抜けます。

デザインも良く、  
私も、ひとつ使っています。



5千円前後するのですが、  
メジロ色(抹茶色)、カワセミ色(青)、  
ベニマシコ色(赤)などがあって、  
結構カワイイと思います。

(注:人気の色は、いつもあるわけではありません)



# 避難時に有効か

私がここで言いたいのは、

災害時にも使える長靴とは、  
「膝丈の高さのあるもの」ということです。

みんなで野鳥の会の長靴を買おう  
とかいう話ではありません。(笑)

おしゃれでかわいくてカッコイイ、  
普段から使える長靴でも、

判断の基準を分かっているならば  
避難時にも使えますよ。

早い時点で避難するのであれば、  
普通の長靴でも大丈夫です。





# なぜ 運動靴を〇と言わないか

運動靴で水の中に入ると、  
濡れます。  
ブカブカする事もあります。

濡れたまま履き続けていると、  
体温を使って乾かすことになります。

液体が気体が変わる時に、  
気化熱という現象が起こり、

熱が奪われ、体温がどんどん下がります。

つまり、  
低体温症になってしまう  
心配もあるという事です。

ですから、  
一概に〇とは言えないのです。





水の中にいる場合では、  
空気中の20倍体温を奪うと  
言われています。

雨が降ってるときは、  
たいてい寒い不是吗？

その時に水の中に入ってしまうと  
命に係わる危険があります。

都市部で冠水が起こると、  
汚物も浮いているかもしれません。



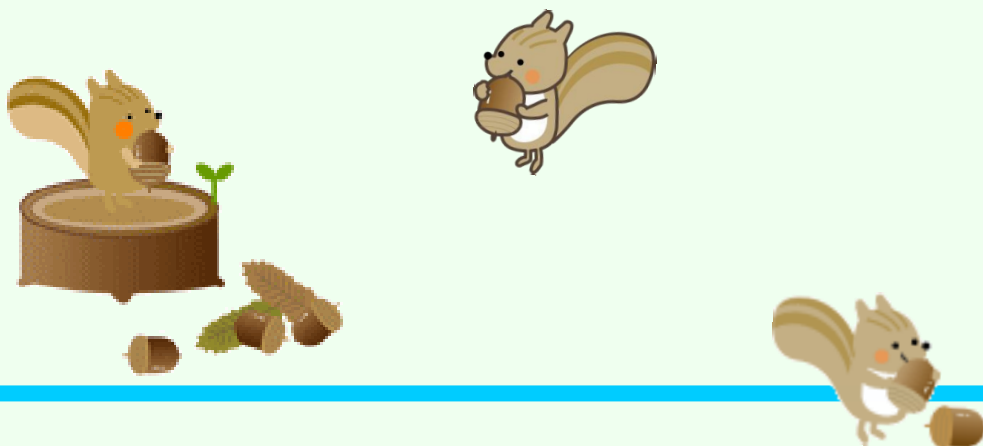
# いつの時点で避難するか？

避難するその時に、  
「長靴✖、運動靴○、  
だから運動靴じゃないとダメ」  
とってしまうと、

避難するのをあきらめてしまう  
可能性があります。

それはそれで危険です。

早い時期に避難するのであれば、  
別にどちらの靴でも良いのです。





3日前から避難しろと言われて、  
その時晴れていたら、

ハイヒールでも大丈夫なんです。

いつの時点で避難するか？ という事が、  
実は非常に重要です。

ですから、○✕では無く、  
臨機応変に対応できるように  
日頃から準備をしていただければと思います。



# 子どもの場合

子ども用の長靴というのは、  
丈があるものが  
あまり売られていません。



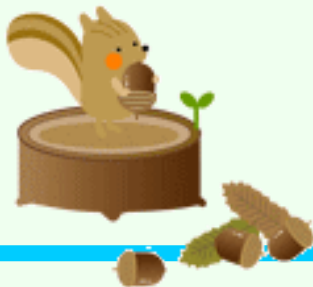
どうすれば良いでしょう？

たとえば、(^。^)/  
夏休みに向けて、水遊び用に  
ウォーターシューズを買おうと  
考えていらっしゃるいませんか？

その時は、素材に注目してください。

・メッシュタイプの物だと  
そのまま濡れます。  
体を冷やさないという機能はありません。

・ウエットスーツ素材の物は、  
濡れても身体を冷やさない機能を持っています。





これから購入するのなら、  
ウエットスーツ素材の物をお勧めします。

身体を冷やすことも無いし、  
災害時にも履いて  
避難できます。

避難に使用できる物を、  
普段の生活に取り込むことで、  
災害対策をする。

というスキルを  
身に付けていただければと思います。



# 車の水没

実際に避難しようとする時には、  
車は使えません。

車を運転中に  
豪雨に遭うことがありますね？

都市部だと、  
急に水位が上がってきたりします。

道路に急な冠水が起こって、  
タイヤの3分の1以上の水位になると、

車の電気系統が破壊される可能性があります。

そうすると、窓が開けられなくなります。





どんどん水かさが増して水没してくると、  
水圧で、  
ドアも開けられなくなる可能性があります。  
車の中も外も、  
すべて水没すればドアは開けられますが、  
どこに停まるかもわからないので、  
とても危険ですし、  
なかなか冷静に待ってられません。

ですから是非、  
車外脱出ツールを持っていて欲しいです。





# 冠水した道路は要注意



豪雨の中、冠水した道路では、

「前の車が進むから大丈夫だろう」  
という理由で「自分も突っ込む」

というケースが多くあります。

自分の車の、  
タイヤの3分の1以上の水位は、

突っ込まない！！

という事を  
しっかり頭の中に入れてください。

(隣の人が避難するから自分もする。  
というのに似ていますね!?)  
普段から縁石の高さなどで、  
水位の目安を知っておくと良いかも。  
自分で判断しなくちゃ:(◁')▷はしも)



# 車外脱出ツールを持とう



車外脱出ツールは、  
昔は1万円くらいするハンマーでした。

最近コンパクトで手頃な物が  
たくさんあります。

LEDライト付きや、  
女性でも簡単に割ることができる物など、

色々なタイプの物が出てきていますので、  
皆さんの使いやすい物を手に入れてください。



# どの窓を割るか

フロントガラスは、  
絶対に割れません。

車が衝突しても割れない性能だからです。

割れるのは、  
横と後ろの窓ガラスです。

横と後ろの窓ガラスは、  
圧縮ガラスという種類で、

釘と金槌などで衝撃を加えると  
割ることができます。





車種によっては、真横のガラスが  
フロントガラスと同じ性能の物があります。

プリウスの上位機種などがそうです。

ご自分の車の使用説明書を見て、  
どこの窓ガラスなら割ることができるのかを

確かめておきましょう。

後部座席の横と、真後ろは、  
割れる可能性が高いです。



どこを割るか、という事を考えて  
いざという時は、窓を割って脱出！

というような事を、  
普段からシュミレーションするなどして、

いざという時に  
備えておいていただければと思っています。



TEXT/はしも