

Zivilschutzfibel

民間防衛入門

情報
×毛
助言

民間防衛入門

日々、我々は不運について読んだり聞いたりしている。家や街で我々は不運に脅かされている。休暇中も不運から逃れられない。そして、繰り返し人々は自然災害に脅かされている。世界中で、男たちと女たちと子供たちが、誰かの手助けを必要とすることなく一週間で過ぎていくことはない。

最大の災厄である戦争に、いまなお地球上の多くの人々が脅かされている。不幸なことは、平和維持の努力は、世界から緊張関係をなくすことにも、軍備縮小にも成功していない。

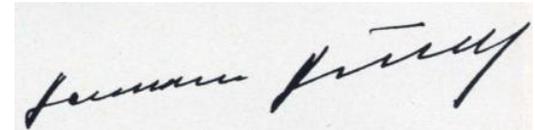
我々はこの事実に目を閉ざすことはできない。我々を脅かす可能性のあるすべての危険について、合理的かつ責任ある準備をすることが我々の務めである。我々は危険について知らなければならない。そして、危険の、自然災害の、あるいは破局のときに、自らを守り、自らと他人を助ける方法を知らなければならない。

世論及びあらゆる政治勢力は、責任ある政府が国民を周知し、自らのためにこれらの問題に真剣に取り組むよう求めることで一致している。

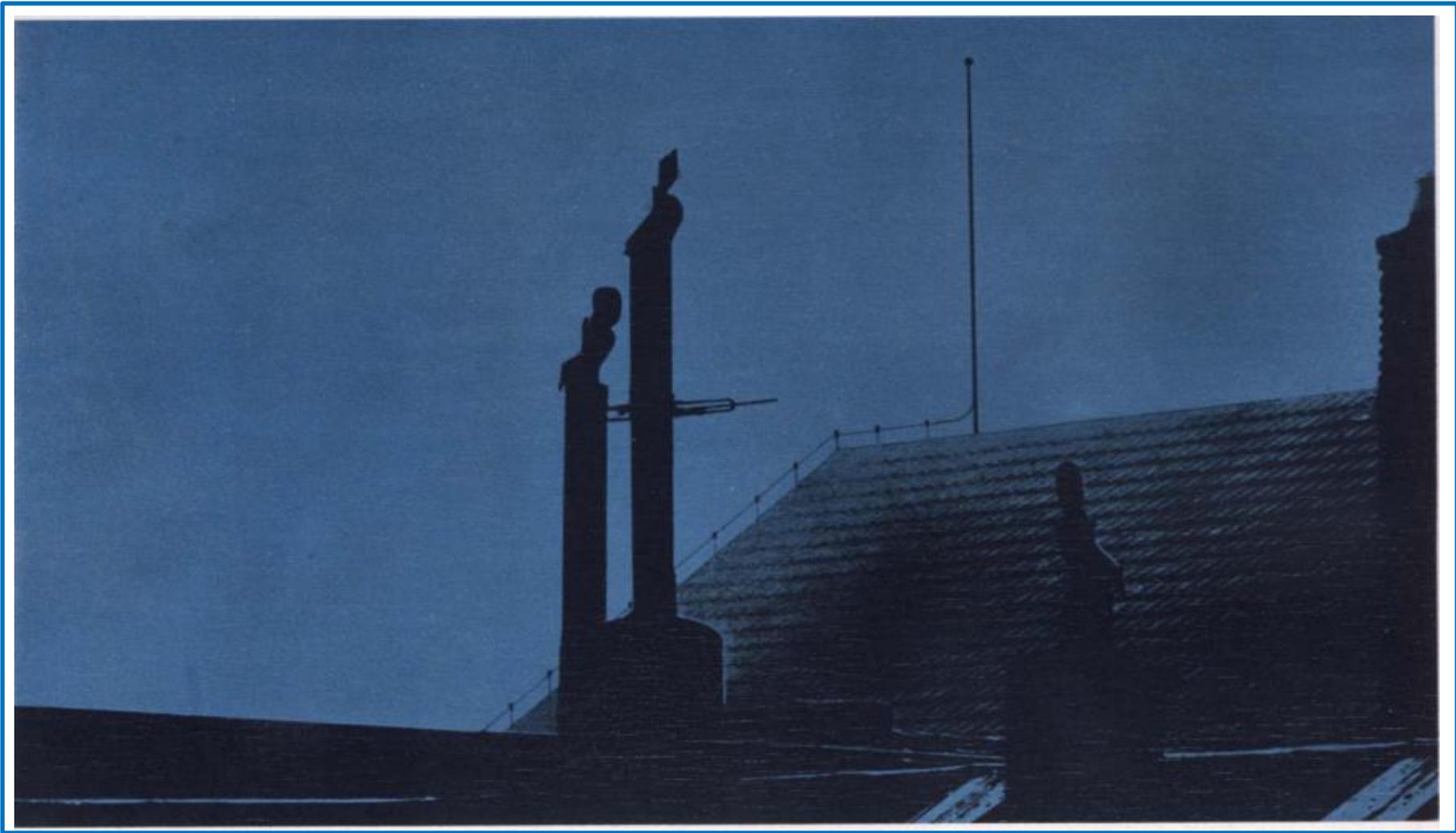
この目的で、民間防衛入門は作成された。これには誰もが読み、常備し、

必要に応じて使うための、最高水準の知識に基づき、国際的に熟達した科学者や技術者によりまとめられた重要な情報や助言が掲載されている。

ボンにて、1964年秋



連邦内務大臣



避雷針

家を持っている何千万もの人々が屋根に避雷針を設置している。彼らは落雷のリスクとその結果から身を守るためにそうしている。用心するに越したことはない。

しかしながら、ほとんど落雷など起きないのに、なぜ避雷針にお金をかけるのかと問うてみよう。そして、他の家の方が高いので、この家には落ちないだろう。しかし、その時が来れば、落雷に備えていたことを喜ぶことだろう。民間防衛も同じことだ。

覚えているだろうか？ そんな昔ではないことだが、大型旅客船が火災を

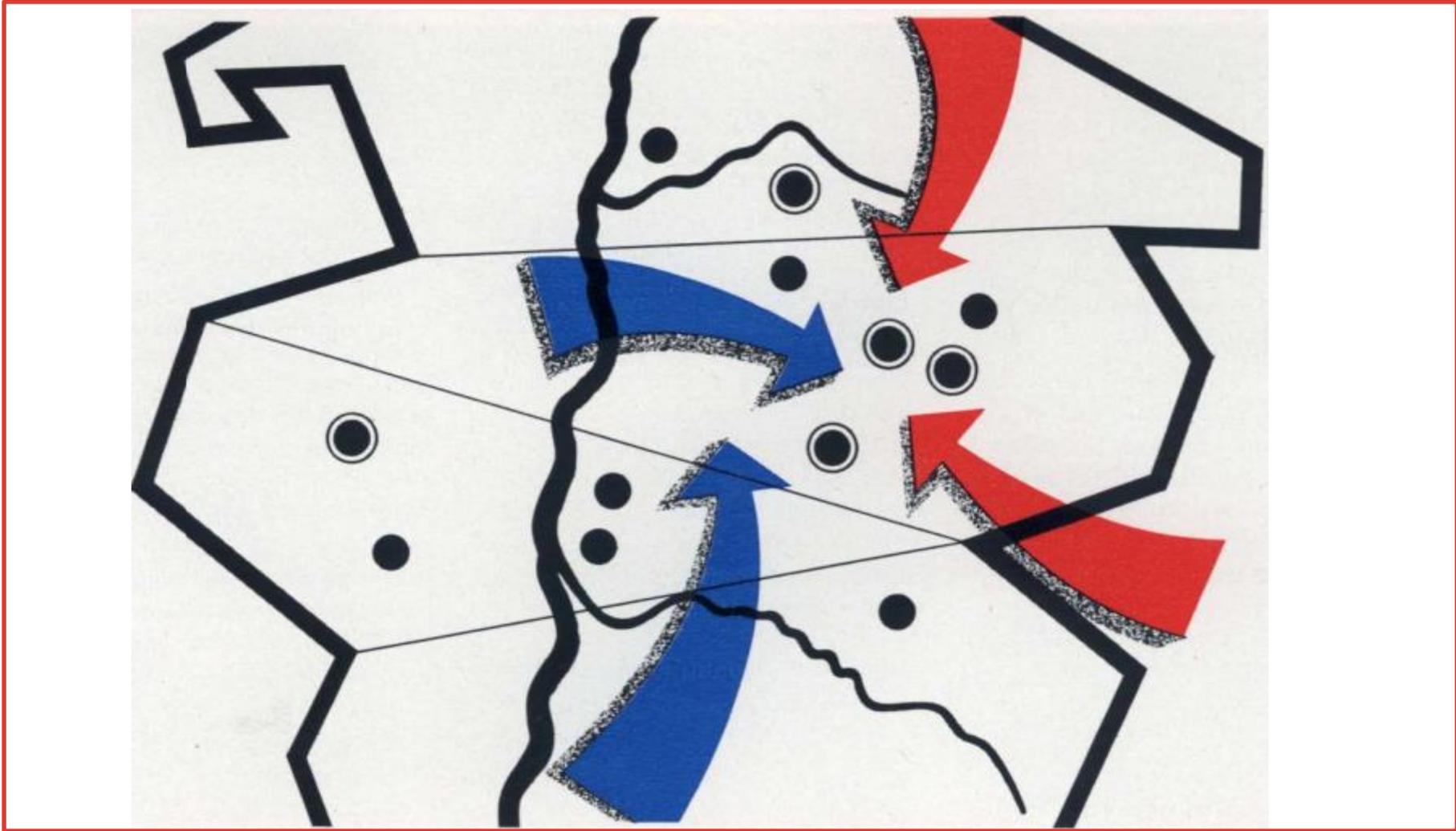
起こした。多くの乗客と船員が行方不明になった。バケツで消火しようとしたものもいたが、ホースがつながらず、酸素ボンベが燃え上がった。何時間も瀬戸際のパニックだった、乗客は誰も、このような惨事が起きるとは思っていなかった。そのような惨事は、人間の想像力を超えている。人間の想像力の範囲では、あらゆる予防策を講じれば、最悪の大惨事である戦争が発生することはない。結局、人々は恐怖を知っている。

しかし、大型旅客船は燃え尽きた。人々は予期していなかったので、死ぬか、海峡に落ちた。あらゆる災厄に備える必要がある、何をすべきか

知っておく必要がある。

真剣にその務めを果たそうとする政府は、戦争抑止のためあらゆることをする。政府はあらゆる国々と平和に生きていこうと努める。潜在的攻撃者に対して、政府は防衛手段が真剣であることを知らしめようとしている。

しかし、政府は、平和努力と防衛体制が失敗することなど、あらゆる事態を予期しなければならない。それが政府の義務である。



もしものとき何が起きるのか？

核戦争でどのような影響があるか想像しがたい。10メガトンの核爆弾がドイツの大都市で爆発したら、2.5km圏内では石も溶ける。この範囲内では、家屋も樹木も人間も、あらゆるものが破壊される。ここには生存者はいない。そのような核兵器が数百個あれば、ドイツ全土が破壊される。ごくわずかの生存者は、月面のような光景と、膨大な死体を目にするようになる。この場合は、現実的な防護手段はない。裏表なく、そう言える。しかし、そのような壊滅が起こるのだろうか？

絶滅戦争？

ドイツ連邦共和国は、平和維持のための偉大なる防衛同盟たるNATOに属している。最強の同盟国は米国で

ある。米国は幾万の強力な爆弾を保有している。いかなる大規模核攻撃も、破滅的な混乱をもたらす。いかなる攻撃者も、自らの兵器で自らの国を放射性降下物で脅かされる。攻撃者は支配地域に隊入れない。すべての人間が死に、攻撃者の利益になる工業施設さえも破壊される。したがって、絶滅戦争の可能性は否定できないにせよ、起きそうにない。

通常兵器による戦争？

我々は知っている。誰が忘れられようか。第二次世界大戦、朝鮮戦争、インドシナ戦争、ベトナム戦争と、1945年から既に40の戦争が起き、1時間たりとも戦争がなかったときはない。ロケット駆動の爆弾が頑強なバンカーをも砕く。焼夷弾が都市全体を破壊する。今日の航空機は、

1945年当時の3倍速で飛行し、爆撃機は8倍速で飛行する。この種の戦争は決して排除できない。

限定核戦争はどうだろうか？

広島と長崎は破壊された。ドイツのひとつの都市はそのように破壊される。限定核戦争では、交通の要衝、橋、工業施設、軍事目標などが核兵器で攻撃される。偶然にも、兵器開発は、大砲やミサイルで投擲できる小型核兵器へと向かっている。我々はこれを綱領に入れなければならない。敵がどのような手段で戦争を遂行するか、誰にも予測できない。この不確実性のもと、我々はあらゆる危険を考慮し、あらゆる可能性に対する防護手段を探求する必要性が生じる。



全住民に対する強力な原爆攻撃を除いて、あらゆる戦争に対する防護手段が存在する。

第2次世界大戦中、良好な防空体制は数限りない生命を救った。ドイツでは、甚大な空襲でも住民の1%しか死亡しなかった。予防措置たる良好な民家防衛は将来、多くの声明を救える。大規模原爆の場合でも、被害地域の3/4を含む周辺地域なら、適切な行動をとりシェルターがあれば、生存は可能である。

逃げ出したいくなるだろう、すべてを聞いて、読んだら。しかし、核戦争であれ、通常戦争であれ、限定核戦争であれ、逃げ出すことは間違った選択だ。

どこへ逃げればいいのか？ 山岳地帯か？ 中立国か？ はるか西方か、はるか東方か？ 退くか、進むか？

聖霊降臨祭のことを考えてみよう。聖霊降臨祭のときの車だ。聖霊降臨祭では多くの場所で交通規制される。街はお祭り気分である。空に飛来する航空機の姿はない。警察と救急のサイレン以外に、サイレンも鳴っていない。

奇襲戦争で大規模な航空戦力が投入されたとき、どのような混乱が起きるだろうか？ そして軍隊の動員までに。

家に留まれ！

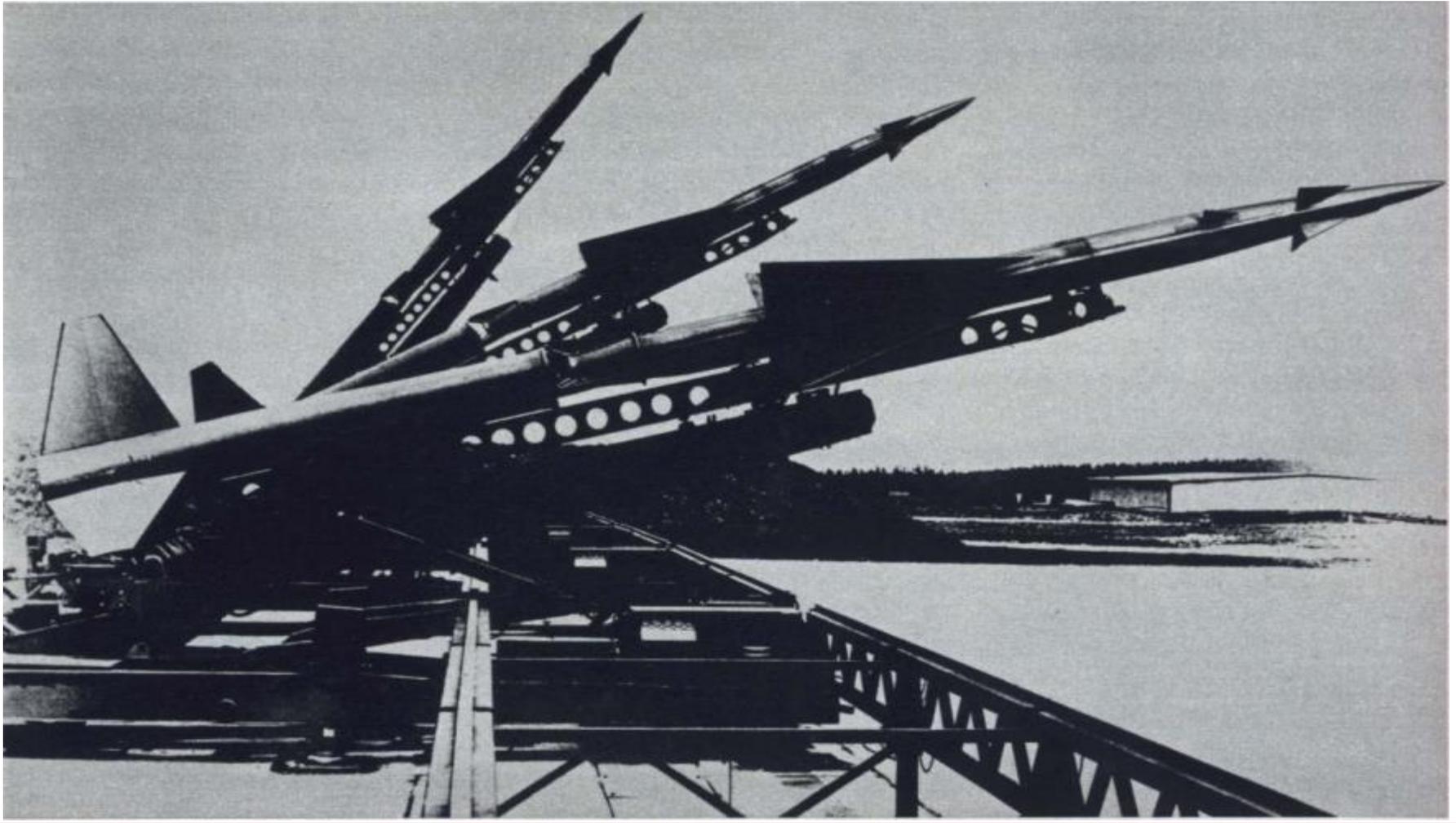
「家に留まれ」は、国家非常時における専門家の助言である。今日の戦争では、国土全体が危険である。なじみの場所が、最も自分自身を守れる場所である。

自宅には友人や隣人が助けってくれるものがたくさんある。食料、毛布、衣服がある。道路や混雑した電車

の中では、危険に直面できない。警報時間は非常に短く、防護手段を見つけられない。もちろん例外はある。特定のエリアを避難する必要があるかもしれない。しかし、これらは準備された対策であり、それについては誰もが事前に通知される。

小さな慰め

我々のみならず、世界のほぼすべての国の幾億人が、これらの危険を考えなければならない。すべてが破壊されれば、征服するものはなくなる。誰もが知っていることだが、このことが平和を維持している。しかし、アメリカ人であろうとロシア人であろうと、スイス人であろうとスウェーデン人であろうと、我々でさえ、誰も危険に直面し、準備をすることから逃れられない。



巨大な兵器庫を見てみよう

巨大な兵器庫を見れば、動揺するだろう。

部門1: 通常兵器

ピストルとリボルバー。ショットガン、機関銃。大砲、グレネードランチャー、戦車、ミサイル。爆弾は先の大戦の爆弾の4倍の重量である。破滅的な火災効果を持つナバーム弾。そして超音速航空機。

部門2: ABC兵器

これらのABCを知っておく必要がある。Aは核兵器、Bは生物兵器、Cは化学兵器である。



原爆

これは正確な名称ではない。原子の核分裂あるいは核融合を取り扱っているので、核兵器と呼ぶのがより正しい。

核兵器がどう機能しているか知る必要はないが、核兵器がどのような効果を持つのか知る必要がある。

まず閃光、眩い明るさの火球である。次に、数秒の熱線が続き、近距離ではすべてを燃やし、広範囲で火傷になったり、燃えやすいものに火をつけたりする。それに続いて超音速の強力な圧力波と吸引波が到達する。建物がトランプハウスのように崩壊する。

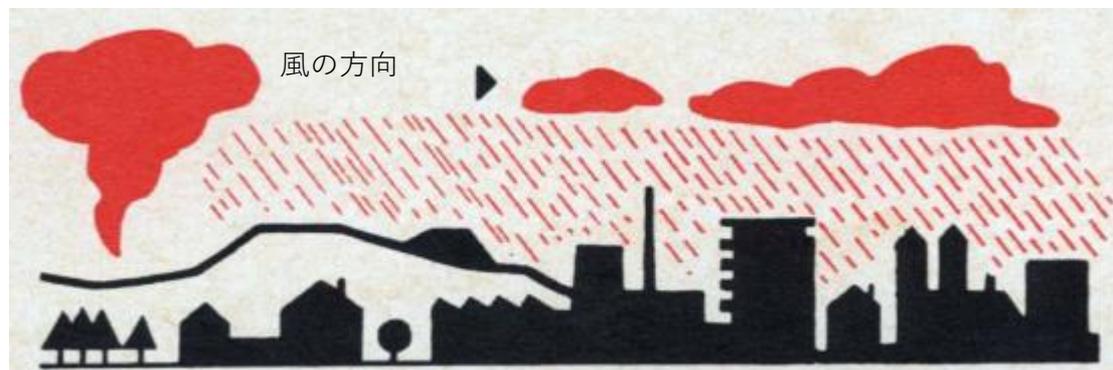
潜在性: 放射線。放射線には気づくことができず、吐気、嘔吐、筋力低下、死などをもたらす。これは初期放射線の効果である。特定の状況では、数日後、数週間後、または数年

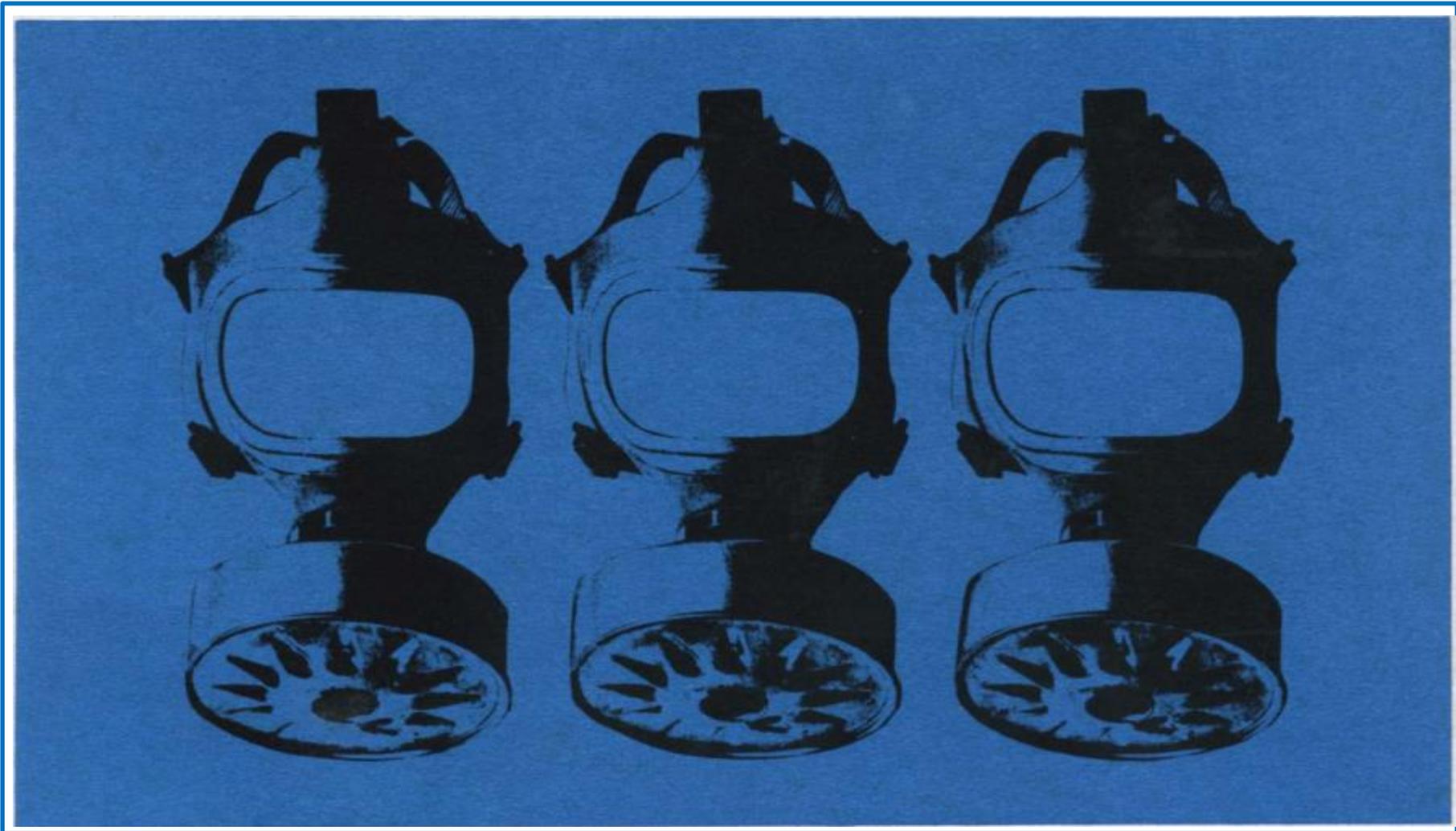
後にも、同様の影響を及ぼすことがある。

これは狭い攻撃目標地域に対する核兵器の効果である。これは地上から離れた上空での爆発の場合に起きる。地上で爆発すれば、クレーターが生成されるだけでなく、超高層ビルも巻き込まれることになる。その後、爆発の力によって巻き上げられ粉碎された土壌は、高度に放射化される。

これらの粒子は放射性の塵や雨の形で、空から地上に降り注ぐ。爆発から数百km離れた場所にも降ることがある。この放射性降下物は眼に見えなくても、生命に危険が及ぶ。さらには、畑や牧草地や家畜など、農業全体を危険が及ぶ。

核爆発後の放射性降下物





生物兵器

これはとても恐ろしい！
航空機やロケットの他、エージェントや致命的な病原体や害虫や植物汚染物質も使用される。これにより、人間や動物に伝染病が広がり、畑が枯れる。

化学兵器

第1次世界大戦中に何千人もの人々を障害を与えた毒ガス兵器は、第2次世界大戦では使用されなかった。それにもかかわらず、新しい毒ガス兵器が開発された。

化学兵器は、固体、液体、気体の形がある。皮膚に水疱ができて、傷の治癒が遅いものもあれば、咳、目の涙、吐気、窒息がすぐに起きるものもある。

視覚障害、呼吸器系および循環系の麻痺にすでに痕跡を残している神経を損傷する兵器物質があり、痙攣や死に至る可能性がある。

20世紀の兵器を一通り見てくると、絶望するかもしれない。しかし、皆さんは兵器を知る必要がある。

生物兵器の散布



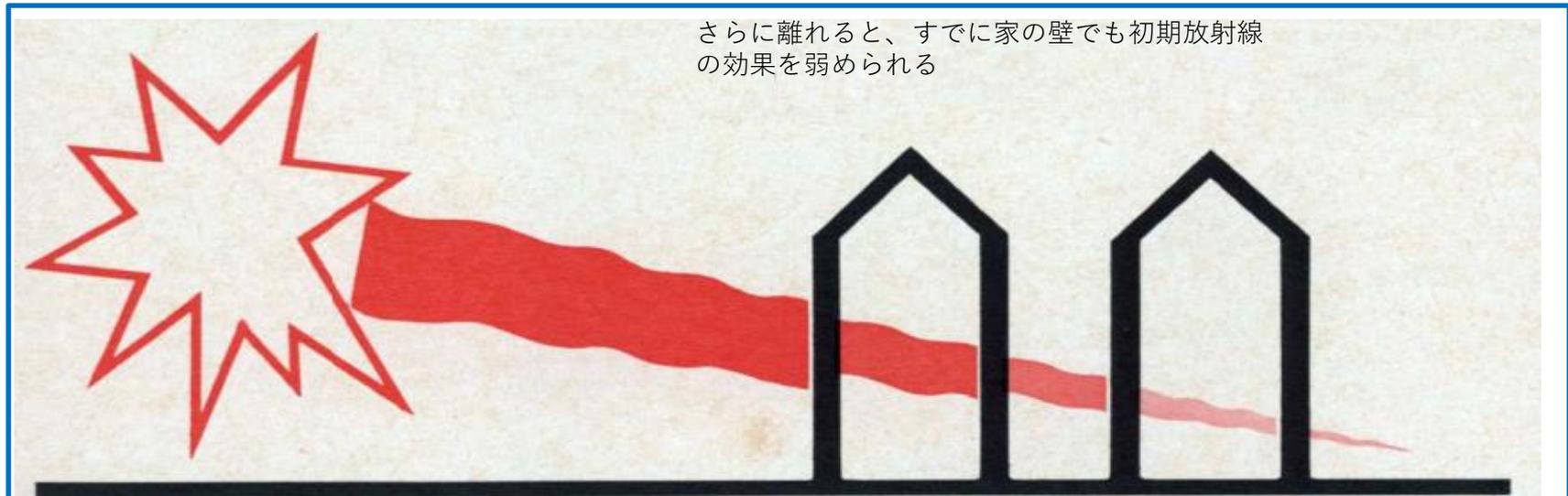


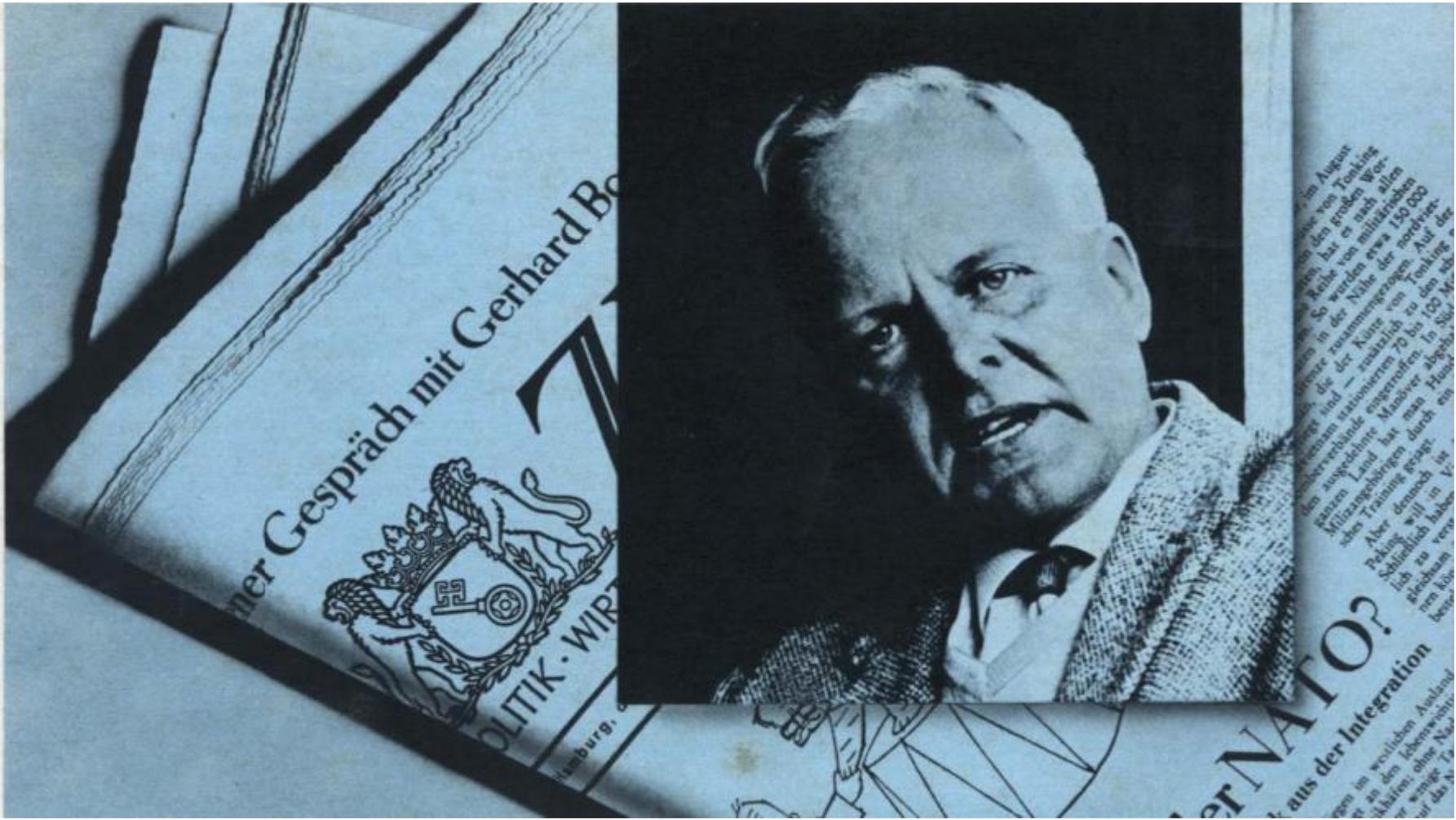
シェルターは最も安全である!

この主張を本当に証明しなければならないのだろうか?
広島の実例を繰り返さなければならないのだろうか?
ネバダ砂漠の結果を検証しなければならないのだろうか?
圧力が壁を破壊する比例則を計算しなければならないのだろうか? 危険

になったら、近くのシェルターや地下室に飛び込まないといけないと考えているのだろうか?
爆弾の爆発
熱線
圧力サージ
初期放射線
放射性降下物

生物兵器
化学兵器剤
常にシェルターはこれらの効果を弱め、しばしば無力化できる
(シェルターの詳細については、35ページ以降で)





科学者は語る

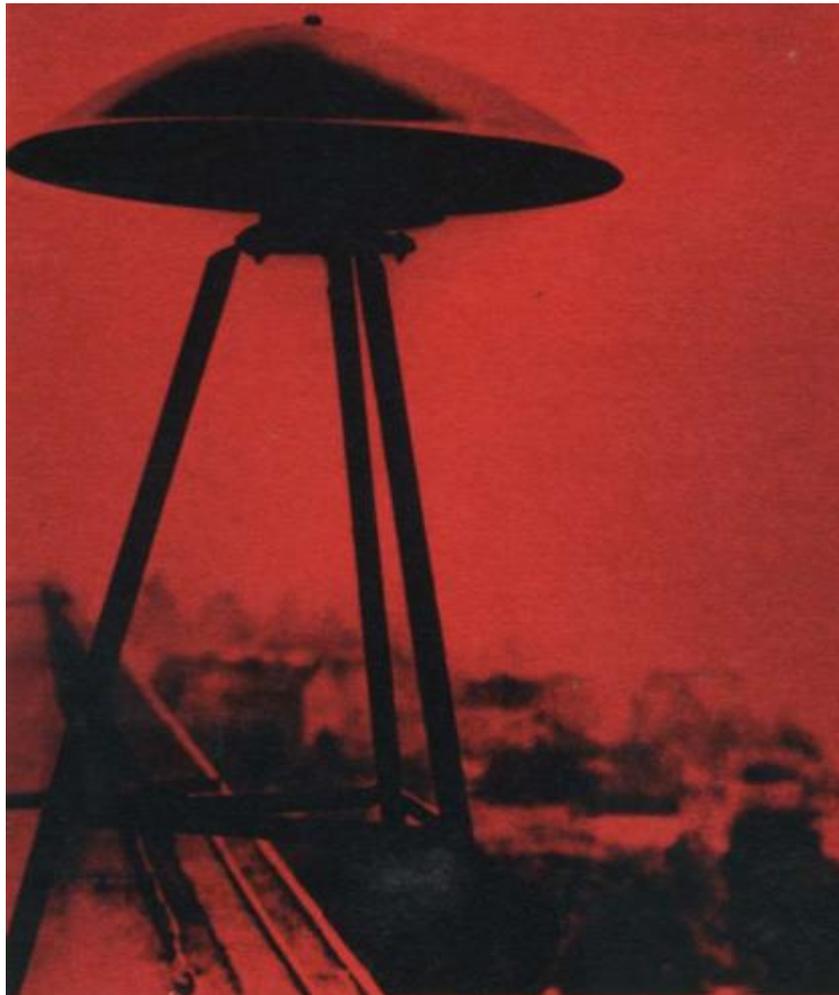
「…戦争の脅威に対する最も安全な防護手段は、戦争の回避である。私はここで、今日の兵器の常識的自殺効果が戦争の勃発を防ぐのに十分であると考え、人々と議論をするつもりはない。もちろん、これらの人々が正しければ、民間防衛は必要ない。その自信の程度が間違っていると考えるなら、私は間違いなく西側世界と東側世界の主要な政治家と意見は違っていない。今日の戦争は、水素爆弾が発明される前よりも、起こりそうにないが、絶対起きないわけではない。それを明示的または暗黙的

に不可能と見なすことは、理解可能な抑圧のプロセスの一部である。もっと真剣な見方は、これとは異なる見方である。それによれば、今日の戦争を回避することが、最も安全で、戦争の危険に対する唯一の防護手段である。「戦争が始まれば、我々はすべて死ぬ。」この見方が正しいとしても、防護手段は無駄であり、余計である。（特に、連邦共和国の人口が密集している小さな地域について）この見方が確かに間違っていることを誰も証明できないと思う。しかし、また、この見方が正し

いとも誰も証明できないと思う。第1に、進行中の戦闘が継続されるか、停止されるかによらず、非常時に既存兵器がどのように使用されるかを確実に知る方法はない。第2に、兵器技術は5～10年ごとに根本的に変化している。私の意見では、この不確実性だけが、民間防衛の事前準備が無意味でない唯一の理由である。適切な準備が数百万人の命を救い、他の苦難を軽減または救うことができるような、戦争が起こるかどうかはわからない。…」

Carl Friedrich Frhr. v. Weizsäcker教授
ドイツ書籍販売協会平和賞授賞
週刊"Die Zeit" 1962年3月23日

警報



警報 - 良い言葉ではない。サイレン - とても悪い響きだ。しかし、そのような抵抗は、しばらく横においてほしい。サイレンを使えば、いつでもどこでも危険を警告できる。それがサイレンが必要な理由である。中・超短波放送で住民に正確な情報を届ける準備がなされている。試験警報を怖れないこと！サイレンの意味を覚えること。

サイレンは戦争の際の警報にのみ使われるものではない。それらは住民保護に役立っている！サイレン信号のページを切り取って、誰もがみれる場所に貼っておく。そうすれば、信号の意味を覚える必要はない。もちろん、常に知っておく方が良いが。

サイレン信号

防衛時サイレン信号

空襲警報

空襲あるいは兵器による
攻撃が差し迫っている
1分のハウリング音

ABC警報

放射性降下物や生物兵器や
化学兵器による危険が
差し迫っている
2回の中断をはさむ
1分間のハウリング音

警報解除

差し迫った危険の終了
1分間の一定音



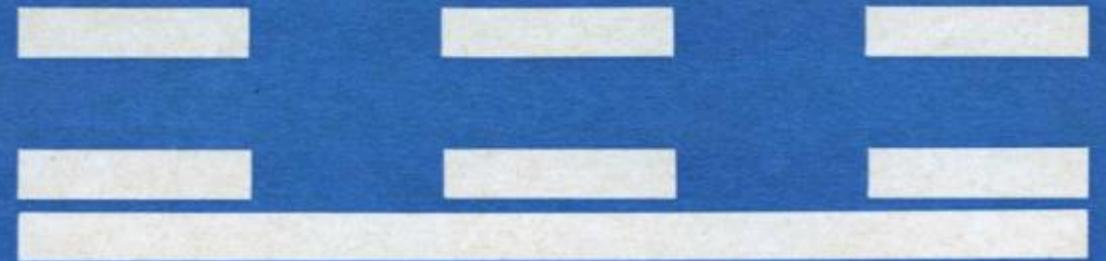
平時サイレン信号

火災警報

2回の中断をはさむ
1分間の一定音

災害警報

2回の中断をはさむ
1分間の一定音の後に
1分間の一定音





非常時に何をすればいいのか？

ポイント1

空襲警報あるいはABC警報発令時：最も近いシェルターや地下室に急いで入る。非常用荷物だけを持って行く。できれば携帯ラジオを持って行く。非常用電源については41ページ参照

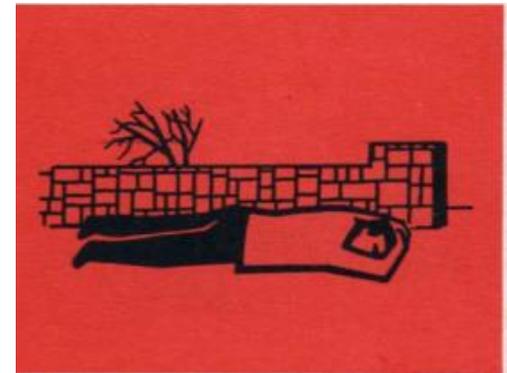


ポイント2

警報なく奇襲攻撃を受けた場合：どこにいても、屋内でも屋外でも、核爆発の閃光があったら、ただちに地面に伏せる。顔を閃光の反対側に向ける。何もなければ腕で頭と首を守る。目をしっかり閉じる。自動車に乗っていたら：エンジンを直ちに切って、自動車の床に伏せる。

ポイント3

その後、数秒間は動かない。爆風に対して物陰に隠れる。壁や戸口でも生命が助かることがある。しかし、寄りかかってはいけない！必要なら、窪みでも役立つ。爆風が終わり、破片や瓦礫の飛散が終わるまで、隠れたままでいること。



ポイント4

衣服に火がついた場合、地面に転がって火を消す。

ポイント5

衣服が放射性ダストで汚染されている、あるいは化学兵器が付着している疑いがある場合、衣服を拭き取る。洗っていない手で身体に触れないこと。

ポイント6

核攻撃の後：警報解除されるか、危険な放射線がもう存在しないという安全通知が為された場合は、シェルターを離れてよい。



中間の備考

(戦争とは関係ない。全く関係ない)

自然災害は常にある。洪水、堤防
決壊、地震、大規模火災。

自分の生命や所有物を守る方法を知
ることは非常に役立つと思わないだ
ろうか？たとえば、ハンブルクで洪
水が起きたと考えてみよう。

そして、火事が起きたら？ おそら
く、獲得した知識を有用に使えるだ
ろう！

そして、もし誰かが家の中やや交通
事故で怪我をしたとき応急処置の訓
練を受けた人がそこにいれば、その
人は求められるだろう。ブックレ
ットの他の論点をすべて否定するとし
ても、これらだけでもこのブック
レットを注意深く読む価値があるは
ずである。



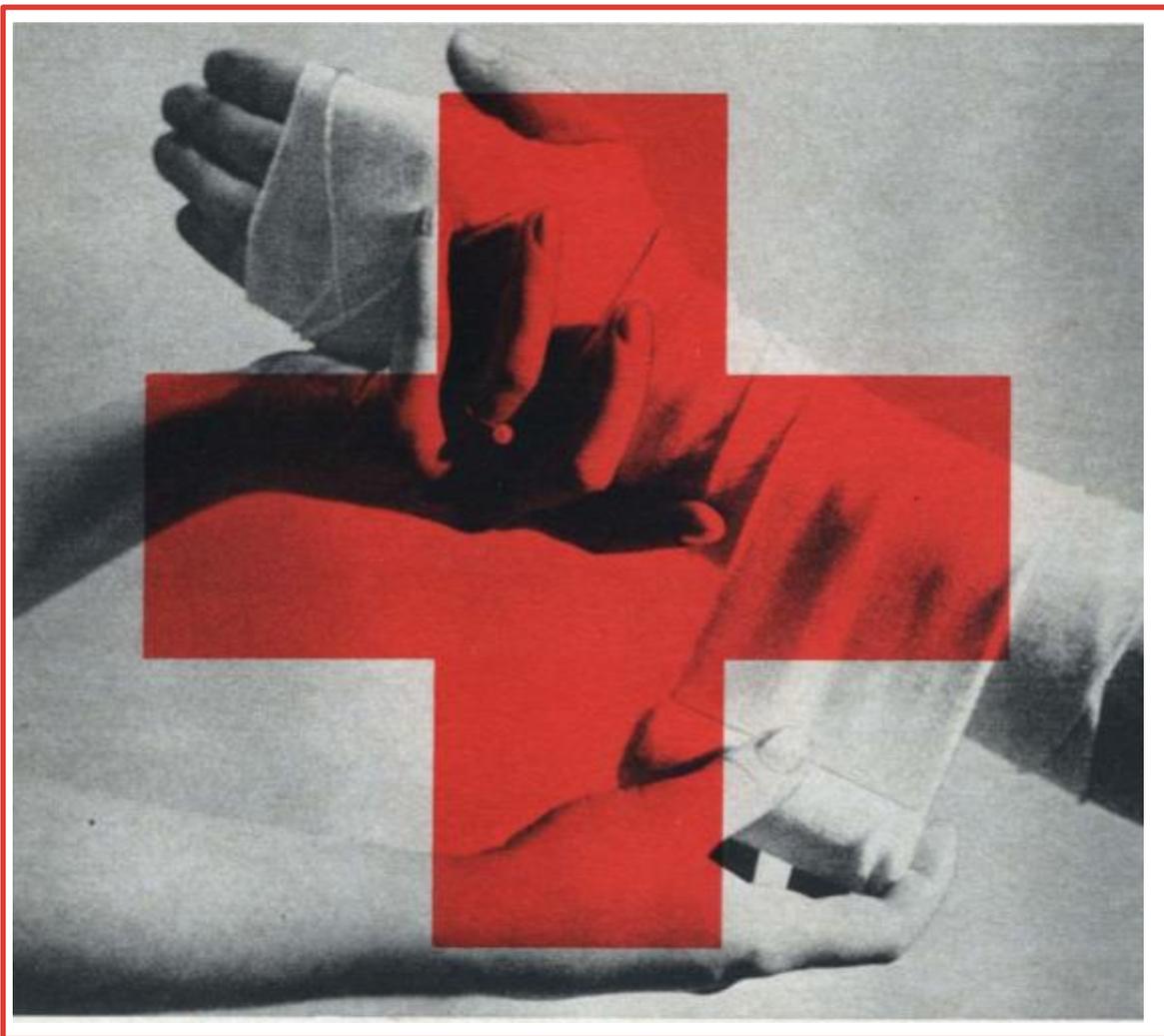


どうすれば自分や他人を助けられるだろうか？

この章は3つの部分がある。1つめは「負傷したとき」で、2つめは「火災のとき」で、3つめは「生埋め救助のヒント」である。

応急処置と消火と生埋め救助について必要最小限を述べる。詳しくは、連邦防空協会や、ドイツ赤十字やマルタ騎士修道会救助団やドイツ労働者サマリア人連盟やヨハネ騎士修道会事故救助団などで。

この助言が明日必要になるかもしれない。
助ける方法を学ぶ必要がある！



負傷したら、医師が最善を尽くす。
しかし、医師がない場合や、あまりに多くの負傷者がいる場合、自分で何とかしなければならない。

- 1.**
負傷が外力によるものである場合、重傷者を動かしてはならない。ただし、顔や口から大量に出血している場合は、体を横に向けて、自分の血で窒息しないようにすること。



2.
呼吸が停止したら、すぐに行動する。成功した緊急治療は、多くの場合、人工呼吸の口対口または口対鼻である。呼吸が止まれば、わずか3分後に死亡する可能性がある！



3.
負傷者を落ち着かせる。彼を毛布またはコートで覆う。負傷者が嘔吐したら、犠牲者が窒息しないように頭を横に向ける。

4.
距離が遠い場合でも、すぐに救援を求めること。医師・救急隊員・燻煙を受けた一般人ヘルパーなどの救援を求めること。

5.
負傷者を注意深く調べる。必要に応じて、動かすのに邪魔な衣服切断する。火傷から衣服を剥がさないこと！

6.
傷の出血がひどい場合は、無菌ガーゼか、必要に応じて新しく洗った布を、手でしっかりと傷に押し付ける。ガーゼや布が血液を多量に含まないように、新たにガーゼや布を用意して、傷に押し付けること。

7.
酸およびアルカリによる負傷の：水で十分に洗い流す。水泡を開かないこと。目に見える皮膚の傷を殺菌する。皮膚についた化学兵器の飛沫は、石鹼と水で洗いが為す。

8.
負傷者を励ます。負傷者に必要な対処が摂られることを知らせる日知ようがある。

9.
意識がないか、朦朧としている場合、何も与えてはならない。液体が気道に入り、窒息を引き起こす可能性がある。叩いたり、揺すったり、音をたてたりして、意識のない人の目覚めさせないこと。アルコールを飲ませないこと。

これらのメモは手がかりにすぎない。自分や他人を効果的に助けたい人は、もっと知る必要がある。応急処置コースに参加する必要があることを覚えておくこと！





火災が発生した場合...

消防署に通報するだろう。通常は、それが正しい。それは戦時には不可能だ。市民保護部隊は最も重要な被害地点に投入されるので、自分自身で何とかしなければならない。

だから：消防について学ぶ必要がある。

消火活動への適切かつ慎重なアプローチ。人々が危険にさらされていますか？人命を救うことがすべてである。

水と消火器は消火に役立つ。火災が発生している部屋のドアを非常に慎重に開く。フラッシュファイアの危険がある。ドアの背後に隠れる。火に向かって、立って歩くのではなく、這って行くこと。呼吸できる空気は床近くにあり、熱くない。煙が充満した部屋では、防護マスクをするか、濡れた布で口と鼻を覆う。

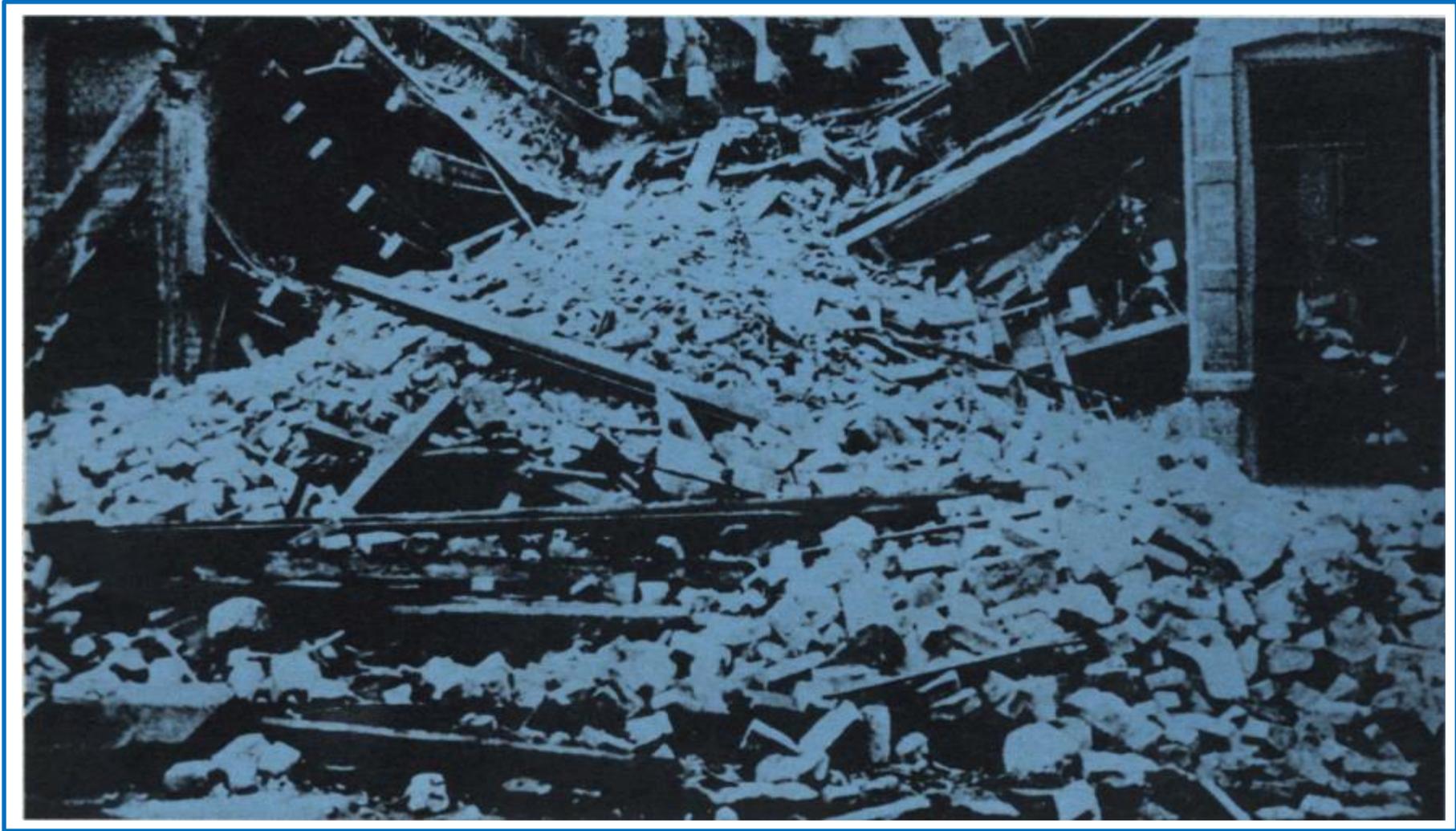
煙や炎に向かって漠然と水を散布しないこと。まず火元を探す。そこを狙う。広い範囲が燃えている場合は、水を散布する。火は常に下から上へ

と燃え広がる。したがって、下から上へと消火を進めること。

例外：梁をまず消火する。火元に近づけなくなったら、扉を閉めて、外から扉を濡らして火が付かないようにし、天井と床に注意する。火元を繰り返し確認する。

消火できない場合は、近隣の建物を防護すること。亡する可能性がある！





被災者をどう救うのか？

被災者を早く見つけられれば、それだけ生存の可能性が高まる。なので、待っていてはいけない。瓦礫で動けない人々を可能な限り迅速に見つけること。生命を救うことは、被害に対処するより重要である。

行き当たりばったり作業をはじめないこと。まず、瓦礫を見て、瓦礫の端を見て、自動車を見る！たどりつける部屋をすべて探す。そのあと、埋まった部屋や地下室に向かう。助けに来たことがわかるように、大声を出したり、(1回-3回-1回の) ノックをしたりする。

梁から瓦礫を取り除いたら、梁が支

えている瓦礫がないか確認する。被災者の救助を慎重に行う。必要なら、壁を壊す。崩れそうな構造物を慎重に支える。すぐにあきらめてはいけないが、自分でどうしようもないときは、助けを呼ぶ。

助けをどこで呼べるのか？

まず自衛責任者を呼ぶ。将来的には大規模集合住宅や一部の小規模家屋に配置される。責任者は何をすればいいか、訓練を受けていて、知っている。平時だと、求めれば助言をしてくれる。戦時には近隣救援の責任を負う。自衛責任者は地域の民間防衛事務所と連絡を取っていて、必要なら自衛訓練を要請できる。

自衛訓練では、消火や被災者の救援や怪我の手当てなどを学べる。放射線計測器もある。

大きな被害の際には、近代的装備を整えた民間防衛部隊を、地域民間防衛事務所へ救援に出せる。

なので、重要なのは自衛責任者である！既に配置されていて、それが誰か知っているだろうか？ そうでないなら、地方自治体に要請する。自衛責任者を招く。自衛責任者は自衛準備について喜んで助言する。「自衛待機」というのは、それほど良いことではない。



中間の備考

国家は何をするのか？

それはとても正当な疑問だ。国家が市民に予防措置を求めているなら、国家は自らが範を示さなければならない。心配することはない。

今日、10の警報事務所と35,000のサイレンが設置され、攻撃警報と放射性降下物警報を発令する。政府は自衛を深掘りし、関心のある人々に自衛訓練を提供している。

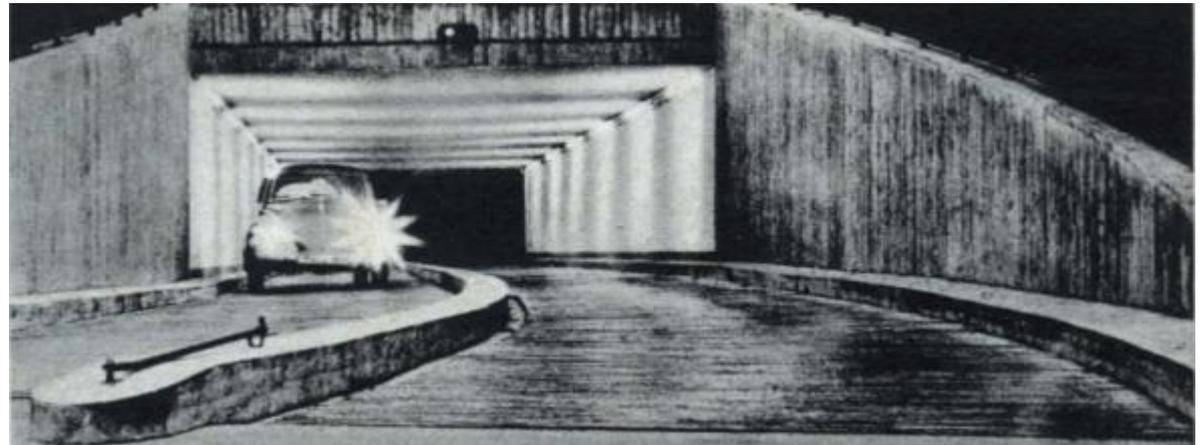
住民5000名あたり1回の自衛訓練を実施。さらに、重装備した機動民間防衛隊が編成中である。既に63,000人のヘルパーがこれに所属している。

政府は全国に分散して食料と医薬品の備蓄を行っている。医療機器が備蓄され、非常用病院が準備中である。

交通の要衝には大規模シェルターを設置中である。新しい地下駐車場や

地下交通施設をシェルターとして拡張中である。生存に必要なものを備蓄するために、毎年数百万マルクを費やしている。

科学者たちが政府のために、効果的な救助装備の実験と開発に幾年にもわたり従事している。特にシェルター建設について、すべての外国の経験が役立てられている。



警報事務所を見る



今日できることは何か？

このブックレットで、もっと民間防衛について知ることができる。このブックレットを手元に置いておくこと。

今日、シェルターを最悪ではない状態にできる。正しい方法をもっと学べる。

シェルターで2週間以上、生きていくための物品を準備できる（39頁参照）。非常用荷物を準備しておける（41頁参照）。数十万人のボランティアたちのように、防空協会でも無料で訓練を受けられる。戦時に重要なことだけでなく、日々の生活で繰り返し使えることも学べる。

市役所や地方自治体は皆さんの居住地域で民間防衛を準備している。近隣で相互扶助の準備を整えられる。

たとえば、近隣の人々は皆さんのシェルターと非常口を知っておく必要がある。

既に今日、これらをすべて実行できる。将来のために備える人の一人であるなら、これらをすべて実行しよう。

地下室はシェルターとなるのか？

そんなことはない。シェルターと呼べるような地下室を既に持っている人はわずかである。シェルターはどうあるべきなのか？

おそらく、皆さんは、60cmの厚さの鉄筋コンクリートに囲まれた、9

気圧の超過圧力に耐えるシェルターを建設できないだろう。

これ種のシェルターが500以上、ドイツ国内にある。しかし、それは住宅ではなく、多くの人々が集まる学校や公共施設の地下にある。

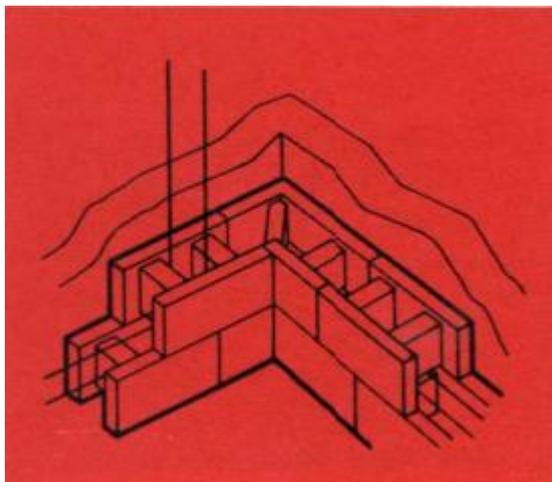
我々は知っている。原爆の爆心では防護手段はない。しかし、遠く離れた場所では、周囲をコンクリートに囲まれ、超過圧力3気圧に耐えられ、粗い砂のフィルターによる単純な換気装置があれば、防護手段となる。

少なくとも、シェルターの天井は、家の瓦礫の荷重に耐える必要がある。壁と天井には、放射性降下物の効果から防護できるだけの厚さが必要である。

さらに部屋は、生物兵器と化学兵器に対して気密を保ち、換気装置を備えている必要がある。

自家製シェルター？

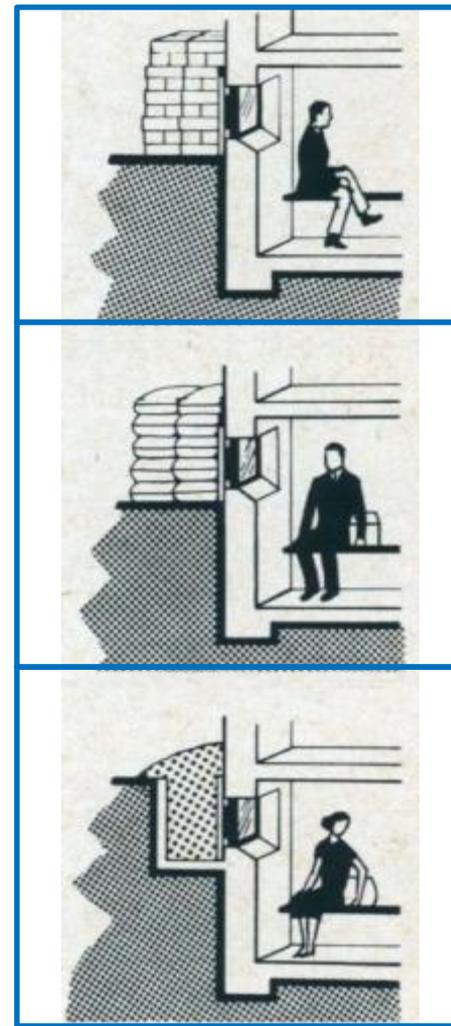
これには驚くだろう。少しスキルがあれば、既存の家の地下室に、加工済みの部品を使って、放射線と落下する瓦礫から防護できるシェルターを用意できる。鉄筋コンク

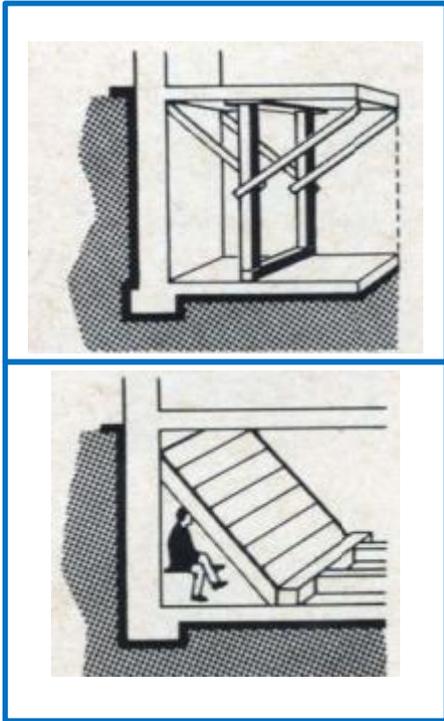


リートでできた加工済み部品を結合する。

連邦防空協会にさらなる選択肢を質問しよう。

必要なら、一時的に補強し、目張りすることができる。天井が木製である地下室や、ボイラー室になっている地下室のみ不適である。





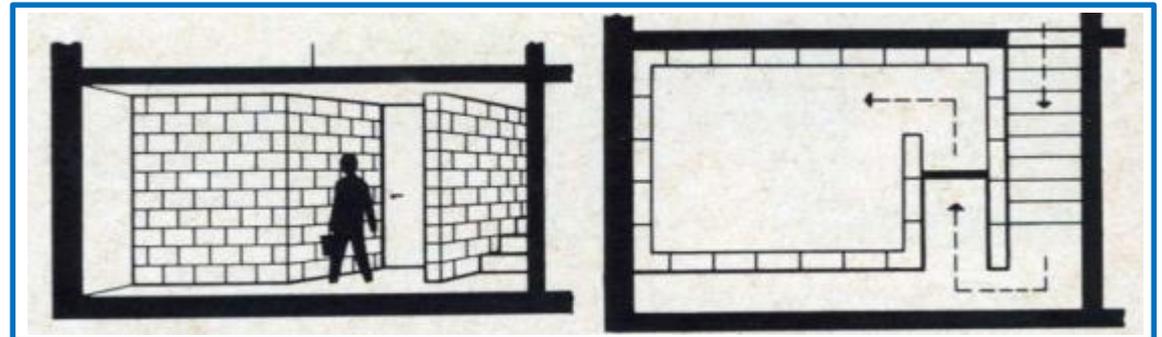
一人あたり0.5平方メートル必要だが、1平方メートルがあればより良い。空間は1.2立方メートル必要だが、2立方メートルあればより良い。

天井を支える。支持柱と天井をしっかりと固定する。扉を目張りする。地下室が完全に地表より下でないなら、土をまわりに積み上げる。砂袋や土嚢でもよい。

非常口：地下室の窓にカバーを取り付ける。

必要なら、荷重に耐える壁を地下室の隅に傾けて、しっかりと固定して、非常用シェルターを準備できる。壁の上の高さは1.5メートル。壁からの距離は1.2メートルである。もちろん、これは応急措置である。しかし、ないよりはましである。

防護室の入り口の作り方の例

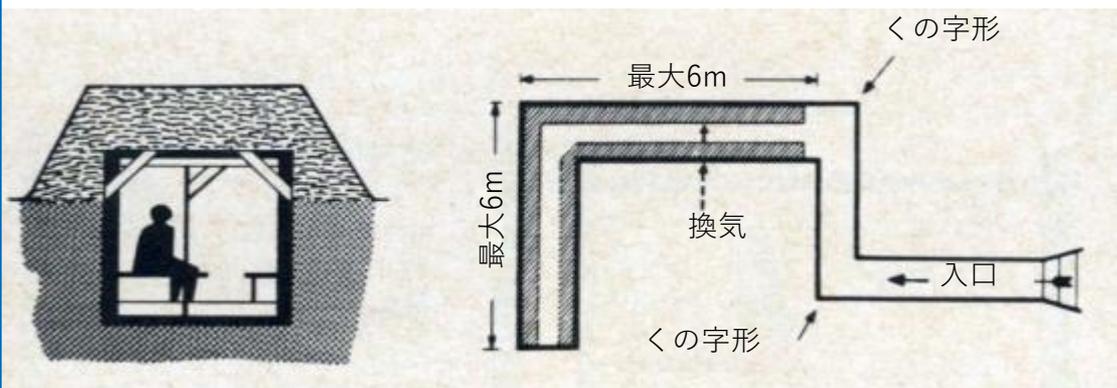


地下室がない場合、どうすればよいのか？

その場合、他の手段を取る必要がある。屋外にコンクリートシェルターを建設できる。土で覆われた強化塹壕も何らかの防護手段

となるが、崩れ落ちる家屋の破片が落ちてこない場所に建てる必要がある。放射性降下物からの放射線に対する非常防護手段として、家の中の廊下も使える。

塹壕の例



忘れないこと: シェルターの物品



応急シェルターを含め、誰もが必要なら、2週間、滞在できるようにしなければならない！したがって、座ったり、横になったりできる必要がある。敷物や、暖かい衣服や、応急トイレなど。キャンプ用品は忘れないこと。

誰も闇の中で座ってはいられない。口ウソクや懐中電灯などの非常用照明を用意する。そしてラジオ、できれば電池ラジオも。ラジオだけが外界との唯一のつながりになる。屋外アンテナとの接続をしておこう！

調理や暖房やラジオ受信機などの電気機器を地下室で使いたい場合は、湿気の多い場所で使えるものを用意する。そうしないと感電する恐れがある。

シャベルやスコップや斧や鉋やバールやノミやハンマーやツルハシ。これは自力脱出に必要不可欠である。

水を入れたバケツと放水器。あわせて古いバスタブや容器などシェルターの外に可能な限り大容量の水を用意すること。

シェルターの入り口の前に、放射性降下物や化学兵器で汚染されたいふくを入れる箱を用意する。

最後に、個人用の防護マスクとヘルメットも用意する。



まとめて持っておくもの

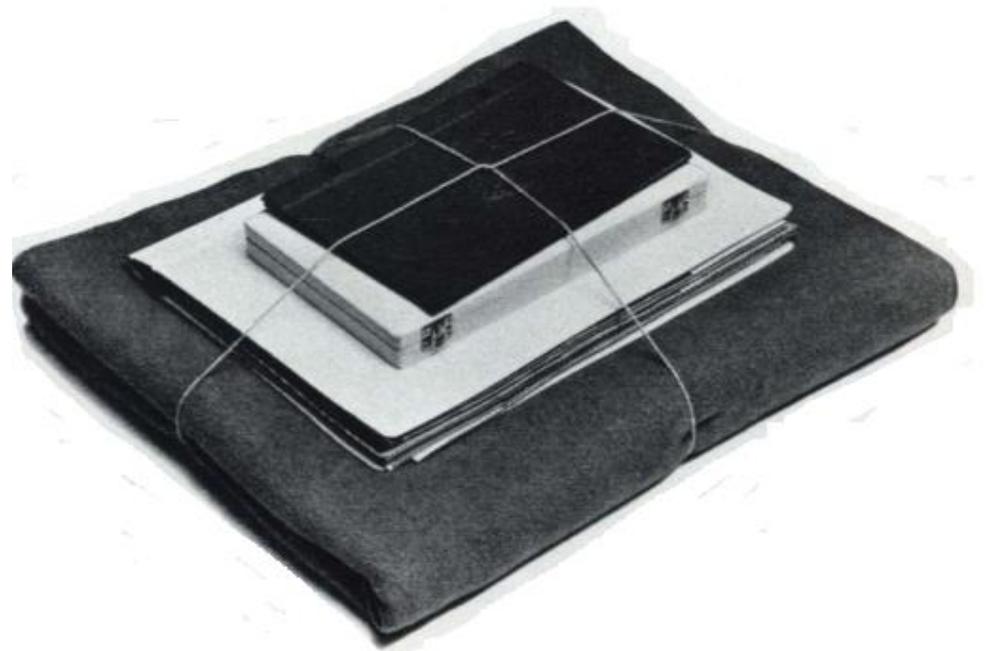
まとめて持っておくもの...

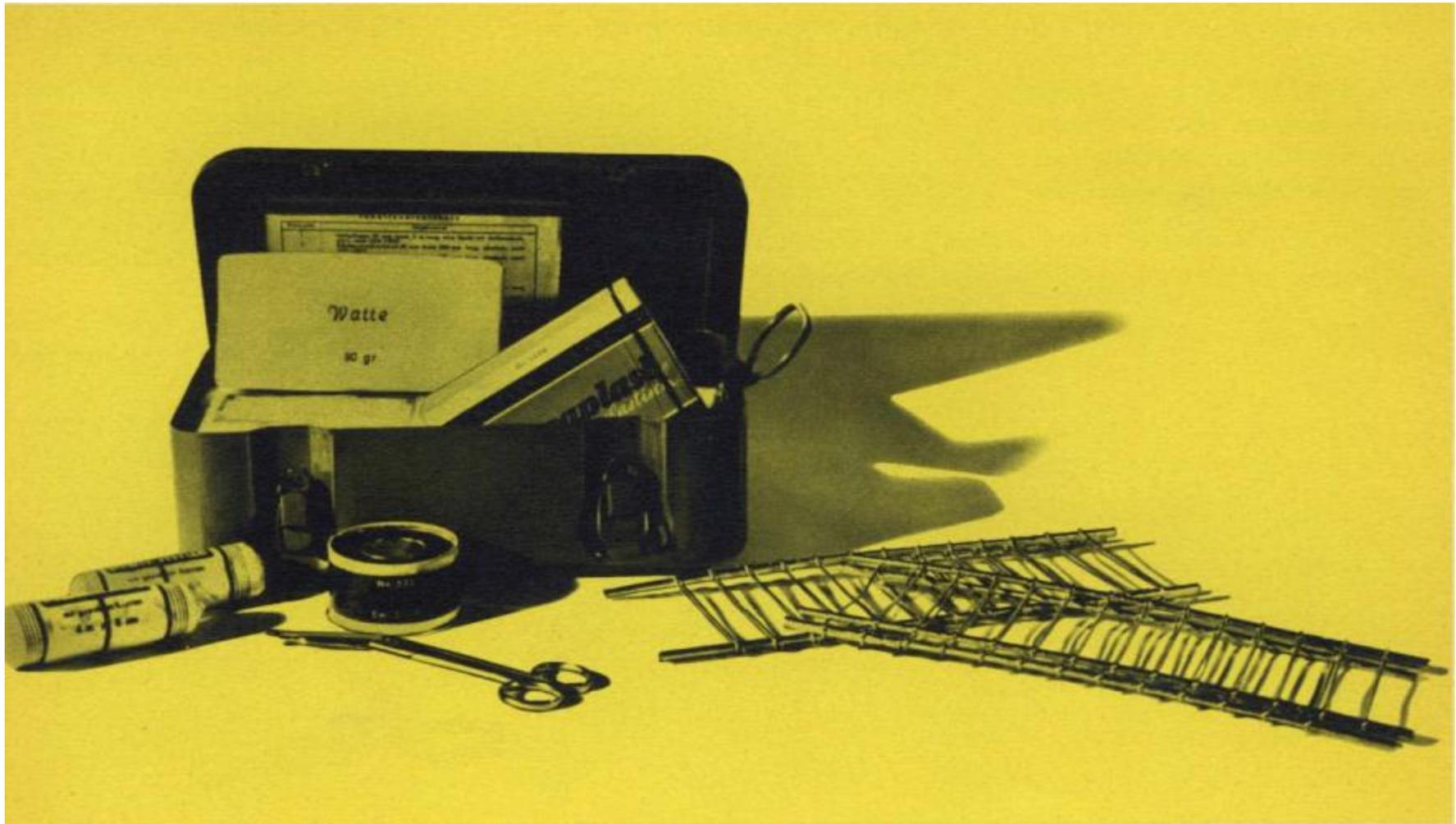
これは平時に普通の人にとっては当然のことである。危機の時にはさらに当然のことである。常に手の届く範囲にある必要があるものがある。

- ウールの毛布
- 家族証明書あるいはコピー
- 履歴書・卒業証明
- 共済年金証書
- 退職年金証書
- 子供用の認識票

常に手元に持っている必要があるものをまとめる

身分証明書、衣服、下着、日用品。





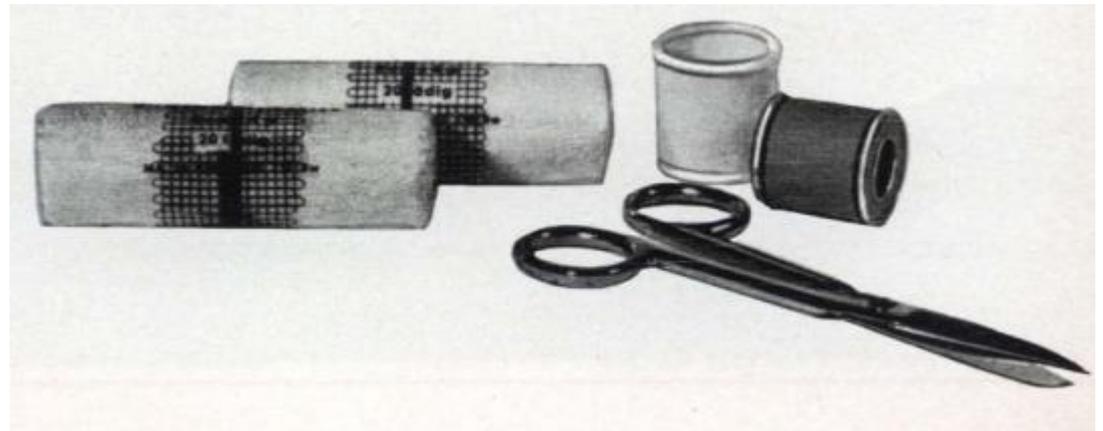
救急箱

救急箱は自動車用応急処置キットと同様に重要である。誰かが家で怪我をした場合、明日この薬箱が必要になるかもしれないことを考えると、良い、役立つ買い物である。

救急箱に必要な物

(本質的に5人用の自動車応急処置キットに対応)

- 5 m x 2.5 cmの絆創膏 1ロール
- 50 cm x 6 cmの絆創膏 1枚
- 10 cm x 6 cmの絆創膏 3枚
- ガーゼ包帯 小 2個
- ガーゼ包帯 中 2個
- 10 cm x 10 cm セルロースガーゼ 5枚セット
- 火傷用絆創膏 3枚
- 動脈止血帯 1個
- 4 m x 8 cmのガーゼ包帯 4枚
- 90 cm x 90 cm x 127 cmの三角巾 2個
- 眼帯 1個
- 包帯はさみ 1個
- 安全ピン 12個
- 25 cm x 8 cmのワイヤラダー スプリント (一緒に差し込む) 4個と発泡剤パッド
- 体温計 1個
- 皮膚消毒剤 1個
- バレリアン入り鎮静剤 1個
- 鎮痛剤 1個





生活必需品 食料と水

閉店しているデリカテッセンの前に来て、気付くだろう。今日は土曜日の午後だと。そして、未加工品を使わないといけないことに。

我々の助言に従って、少しの食料備蓄をしておけば問題ない。そうすれば買い物に来なくても、自分で対処できる。

これが食料備蓄の日常的な利点である。

デリカテッセンが開店しておらず、買い物ができない非常時について考えれば、食料備蓄にはまったく別の意味合いが出てくる。そう、家族が2週間生きていくための備蓄がある！

十分に梱包された備蓄食料を自宅に保管する必要がある。困った時には、それはシェルターに持って行く。

そして何を備蓄すればよいか？
ここにヒントを示す。

肉とソーセージの缶詰、ドライソーセージ、スモークベーコン、魚の缶詰、米、パスタ、オートミール、マメ、クリスピーブレッド。ラスク、ハードビスケット、缶詰パン、ラード、脂肪、食用油、砂糖、蜂蜜、ジャム、練乳、粉乳、野菜と果物の缶詰、ドライフルーツ、トマトペースト、缶詰粉末コーヒー、紅茶、ココア、チョコレート、フルーツキャンディー、乳児または幼児が家族にいる場合は牛乳とデンプンと野菜をベースにしたベビーフード。

電気とガスが止まる可能性があるため、最良の食品は、温めなくても食べられるものである。多くの食品の保存期間は最大2年である。

そのような物資が利用できない場合は、家族用の緊急物資パッケージを購入できる。科学産業はそのようなパッケージを開発している。それは2週間すべての重要な栄養素を含んでいる。

これらが食料である。しかし、人間は食べるよりもさらに緊急に水を飲む必要がある。

人間は1日に2リットルの水を必要としている。プラスチック製などの簡単に密閉できる清潔なボトルや容器に入れた水を飲む。あるいはフルーツジュースやレモネードやミネラルウォーターなど。

念のため：食器、割れない皿、飲用カップ、缶切り、栓抜きも用意する。



外国を見る

毎年数百万人が国外に出ている。皆さんは隣国を訪問している。そして他国の人と知り合い、町や田舎での生活を我々のものと比べる。

何世紀にもわたり戦争をしていない中立国スウェーデンに行ったことがあるだろうか。ストックホルムをドライブすれば、広い道路でカタリナベルゲットに到着する。山にある巨大で明るく照らされたガレージがここであなたを歓迎する。このガレージは世界最大のシェルターである。そう、スウェーデン、平和愛好国スウェーデンの、これまで民間防衛に何よりも力を入れてきた。この巨大で非常に安全な5階建てのシェルターは岩盤に建設されている。20,000人が数日から数週間にわたり生活できる。中央駅のクララ教会の下のトンネルには、15,000人を

収容できる。ヨハネスバンカーには10,000人を収容できる。全国に14の巨大なシェルターがある。そして、多くの新築住宅には、エアフィルターが取り付けられた鉄筋コンクリート製の壁と床と天井の個人用シェルターがある。

スウェーデンのような中立国が民間保護のためにそんなに多くのことをしているとして、何が言えるだろうか？

中立国スイスの個人住宅の50%がすでにシェルターを設置しており、地下の医療センターと食料貯蔵庫があり、民間防衛体制が確立されているという、最初は羨望の眼で見ることができないものを見て、どう考えるべきだろうか？

とても簡単だ。戦争や災害が完全に問題外にはできない。皆さんがこの事実に順応し、予防策を講じるならば、それは戦争の準備や誇張された恐怖とは何の関係もない。なぜ多くの人が個人用シェルターを作るのか？救命ボートのない船に乗る人や、救助訓練から自分を除外する人はいるだろうか？確かに誰もいない！海運会社に適用されるもの、船長と乗客に適用されるものは、国家にも適用される。それは我々全員に適用される。責任者は予防措置を講じる。

目次

ページ

- | | | | | | |
|----|---|----|---|----|--|
| 1 | 序文 | 18 | 警報 | 35 | 今日できることは何か |
| 3 | 避雷針
必要な紹介 | 19 | サイレン信号
防衛時サイレン信号
平時サイレン信号 | 35 | 地下室はシェルターとなるのか
自家製シェルター (p.36)
家に地下室がない場合 (p.38) |
| 5 | 幾つかの戦略
絶滅戦争
通常兵器による戦争
限定核戦争
脱出は不可能 (p.7) | 21 | 非常時に何をすればいいのか
奇襲攻撃時の行動に関する指示 | 39 | シェルター内の物品 |
| 7 | 小さな慰め | 23 | 中間の備考
戦争とは関係ない。全く関係ない | 41 | まとめて持っておくもの |
| 9 | 巨大な兵器庫を見よう
通常兵器とABC兵器 (p.11)
生物兵器 (p.13)
化学兵器 (p.13) | 25 | どうすれば自分や他人を助けられるだろうか
負傷したら (p.26)
火災が発生した場合 (p.29)
被災者をどう救うのか (p.31)
助けをどこで呼べるのか (p.31) | 43 | 救急箱に必要な物 |
| 15 | シェルターは最も安全である | 33 | 中間の備考
国家は何をするのか | 45 | 生活必需品：食料と飲料水
備蓄のヒント |
| 17 | 科学者は語る
Carl Friedrich Frhr. v.
Weizsäcker教授 | | | 47 | 外国を見る |

バードボデスブルクの連邦民間防衛局のため連邦内務大臣の命令で出版