

# シリーズ 防災・思いの丈

今回は「世間に流されない防災活動」を考えます。

「世間に流されない防災活動」とは、自分が責任を持ち、自分に必要な備えを考えているかということです。ここで大切なことは「自分が責任を持つこと」です。多くの防災活動は、新聞やテレビ等のメディアで放送されることを鵜呑みにする「鵜呑みの防災活動」と呼ばれるものです。しかし、ここには落とし穴が存在します。それはそのほとんどが「脅しの防災教育」と呼ばれるものです。テレビ番組名も「緊急！いつ起きてもおかしくない巨大地震」などという人の心をあおり、そして脅すことを目的としているような番組があります。その内容は「巨大地震はいつ発生するの」「巨大地震のメカニズムは」「自分の住む町に活断層が」「家屋を守る為に」「ハザードマップを確認」「100年に一度の大雨が町を襲う」「過去の災害写真や映像」等の恐怖喚起と脅し文句で放送されます。放送内容の9割が脅しであり、実際の災害への「備え」となるはずの防災の内容は1割程度しかありません。番組制作側からすれば、「こんなに自然災害が襲うのだから備えなければならぬですよ」との最後の締め括りのつもりで「災害→防災→備え」と結論づけているようですが、見ている人の多くは最初から脅しの内容にウンザリし、最後まで見る人も少なく、見ていても内容が「備蓄品はこれだ」的な商品宣伝や「バケツリレーで町を守れ」と消防訓練内容であり、実際に「守るべきものはこれだ！」という放送は非常に少ないのが現実です。この過ちは「災害が襲って来る！だから防災」という一連の流れをつくってしまっていることに問題があります。「災害が襲ってくるから防災をする」のではありません。「自分の大切な人を守る為に防災活動をする」とならなければならないのです。でも阪神・淡路大震災から20年以上も経つ今でも理解されていないのが現状です。



では、なぜ「脅し」がダメなのか？それは防災教育では当たり前前に叫ばれている「脅しの防災教育には、まったくもって効果はない！」ということなのです。

運転免許更新の際、こんな経験をしていませんか？講習で交通事故の写真や悲惨な映像を見せられます。更新手続きが終わり、帰路につくときには、人が飛び出してくるのではないかと、速度を出しすぎないようにと安全運転を心掛けます。でも少し時間が経てば元の運転に戻っています。これは決してあなたが悪いわけではなく、心理学でいうところの、人間の脳は怖かった出来事やその時に怖いと思った感情を忘れるようにできてい



います。それはなぜか？忘れることができないといつまでも過去の恐怖体験にとらわれ、心が不安定になり、生きていくことが難しくなってしまうからです。

地震に関していえば「地震は恐ろしくて怖いから防災を学ぼう」と一時的に思っても、すぐに地震の怖さを忘れてしまうのです。「怖いぞ。恐ろしいぞ」からの学びは「記憶への定着」には繋がらず、モチベーションも維持できません。ましてや脅し恐怖喚起の手法を繰り返せば、自分の居場所さえもイヤになってしまい、生きることに疲れを感じてしまいます。



皆さんも子どもの頃のテスト勉強を思い出してください。「テストがあるから勉強しなければ」「テストはイヤだ」「テストで良い点を取らないと怒られる」これではいくら勉強時間を割いたとしても記憶に定着はしません。それよりも、自分は将来こんな風になりたい。その為に今勉強する。そうすれば「これってなぜこんな風になるのだろう面白いな、もっと調べてみよう」。この様に勉強をしていくと、覚えようと思わなくても記憶に定着するのです。どんな教科、どの分野でも同じことがいえます。例えば「星の王子さま」は、世界中で総販売部数1億5千万冊を超えたロングベストセラーにも関わらず、子どもの頃は何が面白いのか全く判らなかった書籍です。しかし今読んでみると、こんなに面白く深い読みものがあるのか。だからロングベストセラーなのだと気付きます。面白いと思えば、何度も繰り返し読んだり判らなければ元に戻って読み返したりもします。テストの為に暗記しなければという焦りよりも、いつの間にか覚えてしまっていたとなるのではないのでしょうか。「1+1=2」なぜ「2」になるのかを知れば、数学にも興味を持つようになり、興味を持てばモチベーションも続きます。「自分はこうなりたい！」だから、その為に「これを学ぼう」となれば、それらは更に加速し自分で研究生み出すようになります。「これはイヤだ！だからやらない！」これではいつまで経っても前進できないどころか、逃避してしまうだけなのです。こうなると目の前にイヤなものが現れただけで、それらに打ち勝つことすらできず、最初から負けを決め込んでしまう。こんな残念な結末を創り上げてしまうのです。

「何の為に防災活動をするのか！」その答えをあなた自身で導き出してください。そうすれば防災活動なんて簡単なことです。イヤなものの為にやるのではなく、守りたいものの為にやる。あなた自身が自分で責任を持ち、必要な備えを考える。そう気付けば「楽しく継続できる防災活動」ができるのです。その為にも日常の中でできることを探してみませんか！？

次回は「日常の中でできること」