

# 今こそ、本気で考えてみよう！

東日本大震災の後、防災・減災がメディアでもクローズアップされ、多くの方が今まで以上に「災害対策」に関心をもつようになりました。色々な防災グッズや備蓄用品は、スーパーやコンビニでも販売されています。確かに備えることは正しいことです。でも、今だから冷静になって考える必要があります。

マスメディアや防災講演会でも、取り上げられるのは災害発生後の対応や防災減災の総称が発信されることが多いということです。言い換えれば、全国を一律に考え防災活動を行うのが大半です。本当にこれで良いのだろうか？多くの疑問が沸き上がってきます。

「命あっての物種」ということわざ通り、何事も命があってこそ様々なことができますが、死んでしまっただけは何にもならないということです。**命が何よりも大切である**ことを考えなければなりません。自分の「命を守る判断」をするのは自分自身であって、他人に自分の命を預けてはいけません。そのためにも「**自分で判断できる命を守る能力**」を習得しましょう。

## 死なないための対策が最優先

「あなたは防災対策していますか？」と聞かれて、「やっていますよ」と答えた人の多くは「水や食料等の保存食の用意」や「懐中電灯やラジオを準備」、また「非常持ち出し袋の用意」などと答える人が多いのですが、よく考えてみると、それらは本当に「一番重要な防災対策」と言えるのでしょうか？

いやいや、みなさん勘違いしていますよ。それらは災害が発生した後の準備に過ぎません。ということは「本当の災害を防ぐ」ことにはなっていないのです。もちろん、それらの準備も必要なことであり、大切なことです。しかし、死んでしまっただけは「何の意味もないもの」になってしまいます。

## 東日本大震災がクローズアップされている今こそ、阪神・淡路大震災の教訓を掘り起こすとき



阪神・淡路大震災の災害因である「兵庫県南部地震」では、亡くなった人のほとんどが、建物の倒壊、家具の転倒が原因で亡くなっています。検死された結果、死者の8割以上は、午前5時46分の地震発生後から午前6時までの15分足らずで死亡していたという事実です。

また、地震による火事も恐ろしい。普段から家の中が片づけられていて、家具も転倒していない状態なら出火しても初期消火は行いやすいし、火も小規模の状態なら、そこにいる人が簡単に消火をすることが可能だということです。しかし、家具は転倒し家の中が散

乱している状態で出火したとなると、素人での消火がかなり厳しくなり、消火器では消火しきれないので、必ず「水」を使っての消火が必要となります。そう考えると、普段から家の中を片づけておくことや、家具の転倒防止は必須となります。

話はそれますが、消防訓練で消火器の使用方法を覚えることと同様に、マンションでは屋内消火栓の使用法、戸建て住宅では近隣の消火栓や散水ホースを利用した訓練、更には洗車用の高圧洗浄機を使用して、消火活動（効果大）をする訓練も必要ではないでしょうか。

話を戻しますが、第一に我々がやるべきことは、災害が起こった瞬間に「**死なない・命を守る対策**」こそが必要なのです。そう考えれば「一人でもできる・家族とできる」そんな防災訓練（会議）が重要です。

## 防災訓練（会議）をやってみましょう

今回は、昼間の自宅での場合です。まず、あなたの自宅内での「**安全確保シェルター（安全な場所）**」を考えてみましょう。では、何からはじめればよいのか？まず「自分自身にどんな災害や被害が起こるのか？」を想像してみましょう。



さあ、D I G（災害イメージネーションゲーム）の開始です。

自宅（昼間）に居る場合、一番安全だと思える場所（以下、「**避難場**」と呼ぶ）を考えてみましょう

- 自宅の中で一番安全な場所はどこですか？
- 避難場**に落下してくるものはありますか？
- 避難場**に転倒してくる家財道具はありますか？
- 避難場**に転倒してくる家電製品はありますか？
- 避難場**に飛んでくる物はありませんか？
- 避難場**に割れる窓ガラスはありますか？
- 避難場**は家族全員が避難できますか？
- 今居る場所からすぐ**避難場**に移動できますか？
- 避難場**から脱出口（玄関や窓）まで見通せますか？
- 寝室から**避難場**まで移動距離は近いですか？
- 小さな揺れでも**避難場**への移動訓練をしていますか？
- 「**避難場は大丈夫**」と自分で言い切れますか？

「大丈夫」と言い切れば、あなたが自分の命を自分で守る能力が、ひとつアップしたことになります。また、**小さな揺れの間に避難場へ移動する習慣を身に付けることも本当に大切なことです。家族でやってみましょう！**

3・11以降はもうきれいな事のいえる段階は終わりました。「**助かりたい**」と思う人が助け合う時代です。

「**自分でやるから放っておいてくれ**」という方は、災害後、他人に迷惑をかけない方法を、今の時点から自分で探し用意しておいてください！

災害時、誰もあなたを助ける余裕なんてありません！