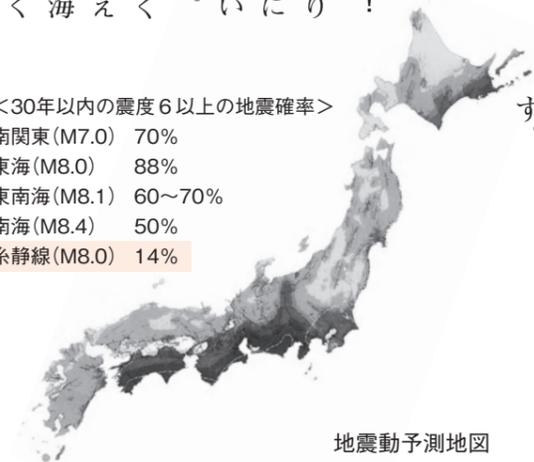


備えあれば憂いなし

災害ボランティアコーディネーター 中村 昇

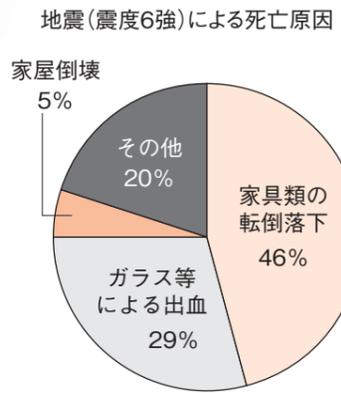


★地震災害は繰り返しやってくる！
を覚えておく必要があるようです。



★地震災害は繰り返しやってくる！
昨今の地震災害は国内ばかりではなく、地球全体が活動期に入ったといっても過言ではないほど、各地で多発しています。「災害は忘れた頃にやってくる」と考え、ふだんからの備えが重要です。また最近、東南海の3連続地震に、長野県を貫く「糸魚川―静岡構造線断層帯」も連動し、超巨大地震が起きるとの新説も発表されました。「単なる学説の一つ」と受け流すのではなく、最悪のシナリオ

★大切な家族の生命を守るために！
諏訪地方に予想される地震災害の震度は、6強といわれています。その震度6強に



死亡原因の46%は家具類の転倒落下、次に29%のガラス等による出血です。家屋倒壊による死亡は全体の5%です。家屋の耐震補強をする前に、まず次の対策をとり、大切な家族の生命を守りましょう。
・寝室と居間を分け、寝室には家具を置かない。
・寝室に懐中電灯、靴、笛を用意する。
・ガラス窓の近くで就寝しない。
・家具類の転倒落下防止をする。

★3日間は自力で生き抜く！
災害の被害を最小限に抑えるためには「自助(家庭)・共助(区、町内会)・公助(行政)」の連携が大切といわれています。しかし「自分の安全は自分で守る」というのが、防災対策の基本です。日頃から非常時に備え持出品を用意し、何としても、三日間は自力で生き抜きましょう。
行政の非常持出品リストは、
食料・衣類・医療用品・貴重品・生理用品・道具類と多岐にわたっています。被災者の生の声として、取り急ぎ次の用品を備えましょう。
・準備品 懐中電灯、靴、笛 (各部屋に)
・備蓄品 飲料水(3日分、一人9リットル)、食料品(3日分) 乾パン、缶詰等

☆出前講座(無料)受け付けています
防災教室「有備無患」開催中
連絡先 (28) 3102

防災は「いつも」の想像力・行動力・地域力から

下諏訪町消防団女性消防隊長 両角 真由美



今、この場所で震度5の地震が起きました！
あなたはどうしますか？

ある講習会の中で、そう言われ、地震が起きた瞬間から自分が取るであろう行動を、十分間でスケジュールにするという作業をしました。「もし、そんな地震が!」と思うと手が震えましたが、普段思い描いている自分と家族の行動を文字にしました。結果、地震が起きてから三日目までは詳細に書いた行動も、一週間、一ヶ月、一年と考えると、はたと手が止まり、自分の中で考えたことがないと気付かされました。考えたことがないのですから思い浮かぶはずもな

く、備えのしようもないと更に気付くのです。
さあ、あなたの場合はどうでしょう？地震が起こるのが昼か夜か、平日か休日か、季節は、その場所が自宅か会社か、建物内か外か、山か海か、その瞬間から取るべき行動が違ってくるはず。様々なケースと備えを『想像』しましょう！

「もし、そんな地震が!」と前述しましたが、ある本によると、日本という国においては地震の起きる可能性、それは「もしも」ではなく「いつも」なのだそう。だから、防災についてもモシモと考えてあれもこれもと防災グッズを集めるよりは、イッモと考えて特別じゃないもの、当り前のものをどんな時にでも上手に活用できる知識

を準備し、イッモと心掛けて準備しておく方が良いのかもしれない。イッモの生活の中のもの、イッモの生活の中のものに進めること。これが『防災』になるのです。
我が家では、災害用伝言ダイヤル(毎月一日「171」)で体験できます(子どもが小さい頃は毎月体験していましたが、先日久しぶりに子どもに訊ねたら「119」と答えてしまいました。イッモ訓練しておくことが大切なんですね。
すぐにも実践できる「イッモ」の例：水を溜めておく、笛・ライトを携帯電話に付けておく、大判ハンカチ・レジ袋を持つ、家族で防災について話し合うなど、こんな小さなことでも防災につながります。『行動』しましょう！

そして、その「いつも」の中にはコミュニケーションも欠かせません。家族の中で、近隣で地域みんなで、イッモ挨拶を交わすこと、声を掛け合うこと、助け合うこと、そこに住む人が

どんな人でどんな事情を抱えているかを知っていること。そうしたことが、災害の時には、どんな知識よりも備蓄よりも大きな力に地域力となります。「つながり」しましょう！
私は、消防団員になってから地域の方と挨拶を交わす時、いつも「火の用心で」と添えています。みなさん「はいよー」「そうだね」と応えてくれます。その笑顔に、いつもみんなとなつながらいることを感じ、いつもみんなが「火の用心」を思い出してくれることを想像し、願う毎日です。



保育園で 防災のおはなし