

防災塾

No.18

巨大地震に、“備える「自助」”
“備える「共助」”を！

巨大地震が起きた時に怖いのは、次の2つではないでしょうか！

①自分や家族が、「死ぬこと。」・「ケガをすること。」

※健康な人が、いとも簡単にケガ人に成ります。

特に高齢者は、ケガをすると寝たきりになったり、障害者になることもあります。

②火災で「財産を失うこと。」 ※命の次に怖いことです。

このことから、これらに対する事前の対策として

“備える「自助」”と“備える「共助」”が必要ではないでしょうか！

では、“備える「自助」”とは、どんなことでしょうか？

①項に対する備えとは

- 家に対する備え→家が倒壊しないように耐震補強をすること。
- 家財（家に置いてあるすべての物品）に対する備え
→家財に、転倒させない／飛ばせない／移動させない／落とさない／配置換えをする／整理して捨てる…などを行い、

家の中を安全な場所にする。

- 地震の安全対策の事例から学び、備えること。

②項に対する備えとは

- ブレーカーを「感震ブレーカー」にして電気を遮断する。
→使っているブレーカーに「アダプター」を追加すること。
→使っているブレーカーを「感震ブレーカー」に交換すること。
- 火災にしない対応をする。※「火事」火が燃えている現象。「火災」火事が災害に成ること。
→火の気が有る所の周囲を整理すること。
→消火器の取り扱いを訓練に参加して学ぶこと。
→消火器を常備すること。

他に、“非常持ち出し”や“飲料水・食料品の備蓄”などの備えも必要です。

では、“備える「共助」”とは、どんなことでしょうか？

- **避難訓練に参加する。** ※訓練では多くの「共助」を学びます。
→みんなで、有事にどう対処するのを学ぶことができます。

戸によって、家族の人数・年齢構成、家財の量、間取りも違います。
従って、各戸によって“備える「自助」”と“備える「共助」”も違って来るはずですが。
自分・家族で、もっと備えることは無いのか？と自問し、過去の巨大地震を例に、想像力を働かせて「想定内」から「想定外」を考え、枠を広げて備えて下さい。