

伊藤朋子氏講演会

身近な防災

― 毎日を安心して過ごすために ―

大地震は必ず起こる

「三十年以内に震度6強の地震が起こる確率は60パーセント」というのはウソ。一〇〇パーセント、起きます。ですから私たちは十分な備えが必要です。



まず土地の歴史を知るようにしましょう。古地図を見たり、地名から推察して地盤の状態を確認します。自治体で出しているハザードマップを見て自宅が置かれた状況をしつかり頭に入れておきます。耐震基準が設けられた昭和56年以前の古い家は、市役所に相談して耐震化の工事をしましょう。

大事なものは室内の安全

「家にはほとんどいないから」と油断するのは禁物。寝ている時がいちばん危ない。無防備だからです。

地震が起きたら我が家の中はこうなる、と想像すると、危険な要素がいっぱいあることに気づくはず。ガラスの入った飾り棚、寝る場所を囲んでいる本棚、出口付近の家具：などなど。家具は倒れても飛んできても大丈夫な所に配置換えしましょう。要は、死なない場所で寝ること

です。それと、寝室には必ず靴を置いておくこと。巨大地震の後の屋内は、あたり一面に割れたガラスが散乱し、裸足では素早く逃げられるものではなくともありません。

リビングやキッチンでは、食器は落ちるは、冷蔵庫の中身は飛び出すは、家具は飛んでくるのは、凄まじい状態になります。テーブルの下に逃げ込み、脚をしつかり握って命を守りましょう。

家具の転倒防止に天井との間にカラーボックスをはめ込むのも有効です。

避難の時

避難の際はブレーカーを落とすこと。停電後、通電した時にショートして火災が発生します。大規模災害時には消防車は来ないものと思いい、火災対策はしつかりお願いします。

避難後の家族の連絡方法も大事です。複数、用意します。一般電話も携帯電話も通じにくくなりますが、メールは使え、LINEが威力を発揮します。災害用ダイヤル171も便利です。171をプッシュして、音声ガイダンスに従えばよいのです。毎月一日と十五日に練習できます。

ローリングストック法

自宅が倒壊せずに住めるのであれば、それに越したことはありません。自宅で避難生活を送る場合、大事なものは、食料と水の確保、トイレや寒さ暑さの対策です。

高価な非常食を貯蔵しておく必要

はありません。普段から食料を少し多めに買って置いて、古い順に食べていきます。ローリングストック法と言います。そして、残った食材を使ってエネルギー節約料理を作ります。刻んだ材料を一人前ずつ水と一緒に、二重にしたポリ袋に入れ、ポリ袋の口をぎゅつと縛って、30分ほど鍋で茹でればおしまい。鍋に注ぐ水は生活用水で構わないし、お米も研ぎません。

トイレ問題

たとえ水が来ても、下水管が破損していると、トイレは使えません。水が出るからと、トイレを使えば、マンションやアパートでは下の階に多大な迷惑を掛けてしまいます。こうした時は、トイレでポリ袋に新聞紙を入れて用を足し、ポリ袋の口をぎゅつと縛ってベランダの隅に置いておきます。

備えた分だけ憂いなし

- ① 大震災に備え、備蓄が必要な物を挙げておきましょう。
- ② LEDの懐中電灯。手が自由に使えるヘッドライト型を人数分。
- ③ 乾電池型の充電器と乾電池(乾電池は十年もちますので、多めに)
- ④ カセットコンロ、同ボンベ(温かい飲み物で、生き返った気分)
- ⑤ 予備の眼鏡やコンタクト(下駄箱の上に置く)
- ⑥ 大型ごみ袋
- ⑦ ラップ(包帯にもなります)
- ⑧ 古新聞、段ボール(冬季なら寒さ対策にも)

熊本地震で私たちが出来ること

「義援金」と「支援金」は異なる。「義援金」は、被災者に直接渡るが、渡るまでに時間が掛かるうえ、本当に必要な人に届いたかどうか分かりません。その点、「支援金」は活動資金の提供なので、目的を定めた今すぐの支援になります。

おカネでなく物資の支援は、仕分けに人手が掛かり、その物資を欲しい人がいないと、残念ながらゴミになつてしまう恐れがあります。どうしても品物で送りたいとお望みの方は、アマゾンで「被災者の」欲しい物リストを検索してから実行されることをお勧めします。

\* \* \*

東日本大震災後に立ち上げた、NPO法人かながわ311ネットワークの代表理事である伊藤氏の熊本地震直後のご講話でしたが、「公的支援を当てにせず、自分の身は自分で守る」と、一本筋の通ったお話でした。

講演前に仕込んでおいたエネルギー節約料理のカレーとご飯がちょうどお話が終わる頃出来上がり、参加者全員美味しくいただきました。

ところで、ガソリンスタンドが地震の時安全な場所だということをご存じでしたか？あそこは耐火、耐震基準が厳しいので、阪神淡路大震災の時ガソリンスタンドの所で火事が食い止められたそうです。

「知っていて良かった」という情報をたくさん頂いた一時間半でした。

(文責・永栄悦子)