

「その時」を迎える前に

元宇城広域連合消防本部の消防長で、現在は市防災消防課に所属し、各所で防災への啓発活動を行っている坂本防災消防監に、災害との向き合い方を聞きました。

避難の3原則

東日本大震災から11年と半年が過ぎようとしています。この地震が起こったときに、多くの子どもたちを救った「釜石の奇跡」。釜石の小中学生約3000人が全員無事に生き延びた背景には、原動力となった「避難の3原則」がありました。

1 想定にとらわれるな

ハザードマップは人間が想定したもので、それにとらわれると危険である。

2 最善を尽くせ

「ここまで来ればもう大丈夫」と考えるのではなく、そのときで最善の行動をとれ。

3 率先避難者たれ

もし「その時」が来たら、まず自分の命を守り抜くことに専心せよ。

東京大学大学院の片田敏孝教授は著書『想定外を生き抜く力』の中で、この3つを徹底的に教育されていたからこそ、釜石で

坂本 勝夫
防災消防監

防災バッグには
妻と2人分の水・
食料、おスメ
グッズも

「その時」に対処できたと語っています。

子どもたちには「いざ」というときは僕は必ず逃げるからね」と、信じてくれるまでお父さんお母さんにちゃんと伝えること。親にも「しっかり子どもたちの訴えを受け止め、『この子は絶対に逃げてくれる』という確信が持てるまで話し合うこと」を教育していたといいます。

これが、「点でばらばらに高所に逃げ、まずは自分の命を守れ」と言い伝えられてきた「津波でんでんこ」の教えです。

片田教授は「自分の命に責任を持つだけでなく、それを家族が信じ合っている、そんな家庭を築いておけ。これが、『津波

ある大学の教授が言われました。「防災とは、避難することではなく避難しないで済む状況を作ること」だと。

確かにその通り。しかし現実には、危険な場所だからといって、代々受け継がれた家を移れない人々や高齢者など、実現困難な場合がほとんどでしょう。

そこで、頼りになるのが各行政区で結成される「自主防災組織」です。隣近所が協力し合い、いざというときに一緒になって安全な場所に避難すること。これがこの組織の一番の目的であり、自分たちの手で地域を守る1つの手段となります。

体の大きさに
おススメ

防災グッズ

おススメ度 ★★★★★

縦2つに折り、2カ所を切り取って広げる。気密性があり、温かい。

ゴミ袋防寒着

おススメ度 ★★★★★

非常用
ランタン

おススメ度 ★★★★★

LED ライトで500時間使用可能。モバイルバッテリー付き。

ペットボトル
シャワー

おススメ度 ★★★★★

ペットボトルにジョウロのシャワー部分を取り付け。非常時のシャワーとして使え、災害時に貴重な水を無駄にしない。

ライフハンマー

おススメ度 ★★★★★

窓ガラスを割れる

シートベルトカッター

車が水没したときなどに、簡単に脱出できる。車一台に一つぜひ。

自分・家族で防ぐ

てんでんこ』の真意ではないだろうか。」と述べています。

家族が信じ合える家庭を築くこと。簡単なようで難しい課題かもしれませんね。

わが家の自助ー坂本家の場合ー

わが家では、火災予防のためオール電化にし、テレビやタンスなどの転倒防止対策と、3日分の食料の備蓄、玄関には防災バッグを置いています。

まだまだ準備が足りないと思われるかもしれませんが、使いながら買い足すローリングストック法も実践しています。消



玄関に置いた
防災バッグ

費期限など、常に現在の状態を把握しておくことも大事です。

防災と共助

防災というと「避難訓練だ！消火訓練だ！」と、長年にわたって実施されてきた防災訓練を思い浮かべる人がほとんどだと思います。

とっさの救助法



段ボールとラップで固定

腕を骨折した

腕の長さにした段ボールの強度を調節し、幅に合わせて段ボールを折り込む。



ラップを巻き、その後、首、脇の下から背中にも通して固定する。

※新聞紙やビニール袋でも代用可能



浴槽からの救出

道具なしで移動可能

意識があるか確認する。相手の後ろに回り込み脇の下から手を入れ、片腕をつかむ。



お風呂場で意識を失っていた



上に持ち上げたまま後ろに引っ張る(自分の腰と相手の距離を空けないように)。

防災グッズや救助法は動画でも

