

今回の特集は「防災」です。万が一の備えを区役所防災課の村野さんに伺いました！！



教えて村野さん！

防災Q&A



Q 地震や火事！まずはどうすればいいの？

A 地震の場合ですが、自分の身を守ることに集中しましょう。具体的には、とばされないように身体を支えたり落下物でケガをしないようにすることが大切です。

ただし、調理や就寝、外出と様々な状況が生活の中にはありますので、一人ひとりに対して、状況に合った身を守る方法が求められます。

また、火事の場合ですが、まずは消防署へ通報しましょう。しかし、消防署が駆けつける間にも火は広がってしまいますので、その間、できる限りの消火活動が求められます。その際には、火を消す手段は何があるのか、自分で消火できる範囲か、避難する経路が確保されているかといったことを確認し、消火が困難だと判断した場合には、速やかに避難をすることが大切です。また、避難の際はハンカチなどで鼻と口を覆い、姿勢を低くするなど、煙を吸わないよう注意をしましょう。

Q 家が倒壊！家族と連絡がとれないときは？

A まず、家が倒壊した場合ですが速やかに避難しましょう。避難する先としては、区立小中学校を避難拠点と位置づけていますので、そちらへいくと良いと思います。また、家族と連絡をとる方法ですが災害時には電話が繋がらないことが予想されますので、それに代わる手段として開設される「災害伝言ダイヤル171」や「災害用伝言板」を用いると良いと思います。ただし「災害伝言ダイヤル171」や「災害用伝言板」はお互いに使用方法を知っていないとメッセージを受け渡しができません。ですから普段から使用方法を自分のもとより、災害時に連絡を取り合いたい人にも知らせておく必要があります。この2つの機能については毎月1日や防災週間等でテストができますのでぜひ試してみてください。

Q 防災に対する心構えはどんなこと？

A 日頃から「防災」を自分のこととしてとらえ、自分が地震等災害に遭ったときに困らない自分にしておこうという意識をもつかが重要です。そのために、普段の生活の中で自分は何をしているのか(物の備えや連絡方法、家の中の家具への転倒防止、いざという時の行動の確認等)について考えていただきたいと思います。また、防災の勉強会や訓練があれば積極的に参加していただき、その場で得た知識や体験を、各家庭に持ち帰っていただきたいと思います。日本は地震が多く発生する国です。その中で生活をしているのですから、いつ地震がきてもおかしくないということを十分認識して、いざという時でも困らない自分でいられるようこころがけておきましょう。

Q 自分でできる備えはどんなものがあるの？

A 備えといってもいろいろありますが、ここでは「モノ」の備えについて考えてみたいと思います。すぐに思いつくものとしては、水や食料だと思います。目安としては、一人につき3日分準備するようにしましょう。水は一日分として3ℓ、食料は保存に適しているもので各自の好みに合わせて用意しましょう。

また、用意した後は、保存期間に注意して入れ替えをするようにしましょう。(久しぶりに確認してみたら保存期間がかなり前に経過していたという話をよく聞きます)

また、水と食料と同じく欠かせないものとして、トイレが挙げられます。断水している状態では、水洗トイレが使用できませんので簡易トイレを用意しましょう。簡易トイレがない状況では、ゴミ袋と新聞紙を用いて応急的なトイレを作ることもできます。(凝固剤や消臭剤があるとよい)

他にも用意すべきものはありますが、まずはこのあたりから始められるのが良いと思います。



災害は意外と身近にあるもの。安全な暮らしのためできることから始めたいですね！