

減災を考える

—自分と家族の命は自分で守ろう—

発生から4か月半、現在も被害が伝えられる「熊本地震」。

今なお、数千人の方が避難所の生活を余儀なくさせられています。

8月30日から9月5日は「防災週間」。私たちの地域にも、いつ起こってもおかしくない災害への備えを、今一度見直してみましよう。

来るべき南海トラフ大地震に備えて「減災」

今年4月14日夜に熊本と大分の一部を襲った熊本地震。最大震度7を記録し、二日後の16日には、震度7の本震が観測されました。

震度7は、九州地方では初めての観測事例であり、特に、震度7が2回観測されたのは国内初めてのことです。大きな揺れが何度も発生し、建物の倒壊や土砂崩れなどの大きな被害が特徴的でした。

平成23年の東日本大震災、今年度の

熊本地震と、わずか10年の間に2度の大地震を経験し、もはや国内ではいつどこでどんな災害が起こってもおかしくないという意識が高まり、国や自治体の防災の取り組みは、「災害は防ぐことはできない」という考えから、「防災」ではなく、被害を最小限に抑えるという「減災」という考え方に切り替わってきました。

私たちが住んでいる東海地方でも、今後南海トラフ（四国の南の海洋にある水深4000m級の深い溝のこ）を震源とした巨大地震が発生することが予測（大町市内の最大震度は6

弱と予想（内閣府発表））されており、最悪の被害を想定した減災対策の必要性が叫ばれています。

日頃の備えを

家庭の日常の備えとして最低限準備してほしいことは、次の3点です。

①非常持ち出し品と家庭備蓄品の準備

「大町まちのカレンダー」や「防災マップ」の巻末に載っている「非常持ち出し品リスト」を参考に、いつでも持ち出せるようなリュックなどにまとめておきましょう。



平成19年新潟県中越沖地震により（新潟県柏崎市市内）



また、備蓄品として意外と見落としがちな食料品。普段使っている食材などを工夫すれば備蓄食料になります。ご家庭で実践してみてください。

「水」 ペットボトルのミネラルウォーターを購入している家庭は、タンポール1箱を余分に購入し、



常備してください。

年配の方で、水を購入するのに重たくて抵抗のある方は、今は災害備蓄用に5年保証のペットボトルの水も売っています。もしもの時に備え、購入してください。

【食・ beverage】災害用非常食を購入しなくても、缶切り不要の缶詰や卓上コンロのある家庭では、常温で保存のきくインスタントラーメンや乾めんを余分に購入し、食へ回しなかり買い足すことで備蓄になります。保存食として便利な冷凍食品は、通常時は保存がききますが、停電になると数時間でダメになることを覚えておきましょう。

また、お子さんがいる家庭等は、粉ミルクや紙おむつ、目が悪い方は眼鏡など、特別必要なものは各自で、必ず準備しておきましょう。災害時、町の備蓄食料だけでは、住民全員の備蓄量はありません。皆さんが各家庭で7日分の備蓄をしていたことが大変重要です。

②家屋の耐震補強、家具の転倒防止対策

一日のうち一番滞在時間の長いのは自宅。どんなに家を空ける時間が長い方でも、就寝時間などを含めると平均一日10時間程度は自宅で過ごしているのではないのでしょうか。自宅の耐震も改めて見直しておきましょう。家全体の耐震が難しい場合でも、家族が集まることのできるひと部屋、寝ている部屋だけでも補強しておくといざというとき安心です。家屋の耐震に対しては、町より補助が出ますので、詳しくは役場 都市整備課 にお問い合わせください。

また、家具の転倒防止対策はしてありますか？ 腰より高い家具などは危険です。簡単に取り付けられる転倒防止グッズがホームセンターで手に入ります。日頃過ごすことが多い寝室や居間だけでも

万全にしておきましょう。

③家族と避難所の確認を

大口町ではお住まいの地域ごとに避難先を指定していません。各家庭で、家族の集合場所となる避難所を決めておきましょう。また、その際の最も安全な避難ルートも同時に確認しておきましょう（近道ではなく、広い道路を選びましょう）。

大口町が指定する避難場所は次の8つです。

- ▼大口南小学校
- ▼大口町屋内運動場
- ▼大口西小学校
- ▼大口中学校
- ▼大口北小学校
- ▼ほほえみプラザ
- ▼大口町民会館
- ▼中央公民館



▲北地域自治組織の北地域避難・防災訓練

まずは自助、そして共助、公助へ

東日本大震災や熊本地震から得た教訓のひとつに、「いざというとき助けてくれるのはお隣の人」という事実があります。

「自助」つまり自分で自分や家族の身を守ることは大前提ですが、それと同時に「共助」、つまり、隣近所や地域で助け合うことが大切です。

地域のつながりが希薄となっていく昨今、改めて近所づきあいの大切さを見直してください。お隣の家族構成や一日の動き、持病の有無など、知っていますか？ 震災時に「〇〇さんの2番目の男の子をどこどこで見たい」「〇〇さんのお宅がいらない」と教えてくれるのは、近所の人です。それには、地域の行事に積極的に参加して交流してほしいと思います。清掃やごみ当番でちょっと会話をしてみてください、地域の防災訓練に顔を出してみてください。話したことのない近所さんに意外な接点を見つけたり、知らなかった地域の貴重な情報を入手できたりするかもしれません。

「公助」、つまり行政や消防、警察は

