

実体験から学んだ「備え」と「行動」のギャップ
 令和2年7月豪雨のとき、私は日頃から防災グッズをそろえていたにもかかわらず、実際に水が迫ってくるのと頭が真っ白になりました。結局、避難するときに頭にあつたのは「子どもたちを車に乗せなければ」ということだけ。結果的に何も持ち出せませんでした。その経験から、備えていることと、実際に動けることは違うのだと痛感しました。災害心理学では、災害時に学んだ通りに動ける人は、全体の10%から15%ともいわれていて、ほとんどの人が私のように凍りついて動けなくなりません。だからこそ、知識を伝えるだけでは足りませ

Interview



Team 防災執事 副代表
渡辺 志保さん (鬼木町)

ん。パニックになつても体が動くように、日頃から考え、備え、行動に移すことが大切だと気が付き、このチームを結成し皆さんと一緒に実践しています。

防災を「特別」にしない

「防災」と聞くと難しいイメージがありますが、そうではありません。防災のために生活レベルを落とすのではなく、いつもの暮らしの中に自然に溶け込ませる。いわば「ついでに防災」を心掛けることが大切です。当たり前に、日々の暮らしの中にあるものとするれば自然と備えることができます。自分と大切な人を守るために、まずはできることから始めてみてください。

備えのプロから学ぶ
場所・場面に合わせた備え

いざというときのために、日頃の備えは何をしたらいいのでしょうか？ 一例として、地域の防災意識向上や実践的な防災知識の提供などに取り組む「Team防災執事」の玄関置き型防災バッグの中身などを紹介します。



玄関 (すぐに持ち出せる場所に設置)

※あくまで一例です。多くの人にとっての必需品もありますが、災害時に必要なものは性別や年齢、家族構成、普段の生活スタイルで一人一人違うため、自分用にアレンジして準備しましょう。また、自分で持って避難できる重さにすることも大切です。

Point 日常に溶け込ませる (ついでに防災)

避難するときに、常に持ち出せるような状態にしておくことが大切です。写真のバッグは普段は玄関の椅子、中身を全部出すと保冷バッグにもなります。生活の一部として自然に配置できるものを選ぶと、いざというときに慌てず持ち出すことができます。キャンプやアウトドアに持って行っても役立ちます。

Point ストレスを軽減する工夫を取り入れる

避難所生活を想定し、音が少ない静音アルミブランケットや、子どもが普段から好む食品を備えておくと、被災時のストレス軽減につながります。お菓子や酒類など自分にとっての嗜好品を1つ入れておくことも大切です。

寝室から外に出る (枕元などに設置)



Point 身近なものや安価なものを活用する

防災グッズは子どもがもう使わない古いリュックを活用したり、100円ショップで手に入るグッズを組み合わせてすることで、500円程度からでも十分な備えを始めることができます。夜間や停電時の災害のため、ライトなどには蓄光テープを貼るとすぐに見つけやすくなります。

大雨の場合



Point 足首が固定できるサンダルやひもがついた運動靴で避難

豪雨時の長靴での避難は中に水が入って重くなり、非常に危険です。足首が固定できるサンダルや、履き慣れた運動靴でひもをしっかり締めて逃げましょう。傘は足元の安全を確認するための「杖(棒)」として有効です。深い側溝やフタの外れたマンホールがないかを傘で突いて確認することで安全に避難することができます。

防災講座・防災グッズなどの相談は
Team 防災執事にお任せください

Team 防災執事では、防災に対する意識の向上と避難時の実践訓練を兼ね合わせた楽しく防災スキルが身に付くイベントを定期的に開催しています。子ども会や町内会、企業への出張開催依頼も大歓迎です。気軽に相談・お問い合わせください。

内容
 おもしろい防災講座、防災バック(寝室用・普段用・車用)制作ワークショップ、防災食試食カフェ、子ども向け防災イベントなど



問合せ Team 防災執事 (☎27-4858)

人吉市に防災士登録しませんか？

地域の防災力向上のために、市に防災士として登録できる人を募集しています。防災士の資格を生かして地域のために活動してみたい人、防災に関する訓練や研修会などに関心がある人はぜひ登録をお願いします。

問合せ 市防災課防災係 (☎22-2111 内線3241)

防災士インタビュー

防災士は、災害時だけでなく、日頃から地域防災のリーダーとしての役割を担う存在です。大学1年生で資格を取得した渡辺さんに、防災士になって感じたことをインタビューしました。



渡辺 優美さん
熊本大学4年

母の勧めをきっかけに、Team 防災執事の高校生メンバーと一緒に防災士の資格を取得しました。資格は発言の説得力となり、防災の大切さを自信を持って伝える後押しになっています。ただ、取得はあくまでスタート。大切なのは学びをどう実践するかです。昨年の人吉市総合防災訓練と今年の自主避難訓練では、避難所運営ゲームの進行役を担当。英語でも対応ができる高校生や大学生の防災士たちがリーダーとして間に入ることで、住民の意欲を高めるような役割を果たせると実感しました。これまでの経験や知識は、地域の安全・安心を支える大きな力になります。皆さんもその力を地域で生かしてみませんか？