

家庭における日ごろの備え

(財)市民防災研究所 池上 三喜子

1 地震措置3原則

(1) その場にあった身の安全(家を丈夫にする。家の中に生存空間をつくる。)

(2) すばやく火の始末(ガス、電気の防火対策)

加熱防止装置付ガステーブル

自動消火装置付ガストーブ

感震ブレーカー

(3) 隣近所の助け合い

家族の安否(NTT 災害用伝言ダイヤル、iモードを用いた災害用伝言板、被害のなかった地域の親戚・知人を連絡先にする)

助け合いの例(西宮市の半壊マンション、長田区戸崎通2丁目のバケツリレー、長田区真野地区の避難所運営)

2 大津俊雄さん(神戸市灘区にて被災)の教訓

3分間で自らの命を助け、

3時間で近所の救助と消火を行い(避難してはいけない。その場で闘うべきである。)

3日間は公的救援なしで生き延びる方法を皆で話し合っ編み出してほしい。

いざという時に頼りになるのは個人の想像力と創造力である。

3 古市忠夫さん(神戸市長田区にて被災)の教訓

地域でよく遊ぶこと。これが災害の時にものをいう。(地域社会を大事にして、普段の付き合いをしっかりとっておかないと、いざという時には自分の命まで危うい事態になってしまう。)

4 非常用備蓄は家、物置、職場、車のトランクなどに分散しておく

役に立ったグッズ ベスト20(コープこうべ調べ)

懐中電灯 食料品 ラップ ビニール袋 小型ラジオ トイレットペーパー 乾電池 ウエットティッシュ 手袋、軍手 小銭 使い捨てカイロ カセットコンロ 下着 薬 紙コップ 飲料水 アルミ箔 紙皿 生理用品 帽子

5 健康と防災は自己責任

腹八分 くよくよするな よくかんで 化粧忘れず 毎日歩け