

防災術

熊本地震から学ぶ
家庭でできる

県 3月、熊本地震に関する県民アンケートの結果を公表しました。有効回答数のうち、約7割の人が自宅以外に避難したと回答。その多くが支援物資が届きにくい自動車の中や親戚・知人宅などで過ごしています(左図)。自宅を含む避難生活では、食料や水に困ったとの回答が最も多く、家庭での備えが不十分だったことも分かりました。

熊本地震から4月で1年を迎えます。次の災害に備えるために、もう一度、家庭でできる備えについて考えてみませんか。

★防災クイズ★
いくつ正解できるかな!?



Q1 もしものときの備蓄食料、何日分必要?

- ① 1日分
- ② 3日分
- ③ 1週間分

Q2 子どもだけで家にいるときに大地震が発生! どうする?

- ① 急いで避難所へ向かう
- ② 近所の大人の言うことを聞く
- ③ お父さんお母さんを待つ

Q3 災害が発生したときに意外と役に立ったものはどれ?

- ① キッチンばさみ
- ② ラップ
- ③ ペットボトル
- ④ 土鍋
- ⑤ ベビー用おしりふき
- ⑥ ベットシート

Q4 地震が起きて火事になった。経済的な家の備えとして火災保険に入っていれば安心?

- ① ○
- ② ×

Q5 避難グッズを入れた「非常用持出袋」。どこに置くのがいい?

- ① 押入れ
- ② 台所
- ③ 玄関

Q6 火を使っているときに大きな揺れを感じました。どうする?

- ① 急いで火を消す
- ② 揺れが収まってから火を消す

Q7 倒れた家具に足を挟まれて長い時間動けなくて苦しんでいる人がいます。どうする?

- ① 家具を持ち上げて助け出す
- ② 救助隊が来るのを待つ
- ③ 挟まれている足をマッサージする

Q8 阪神淡路大震災発生後の避難所生活者への聞き取りで分かった一番食べたかった料理はどれ?

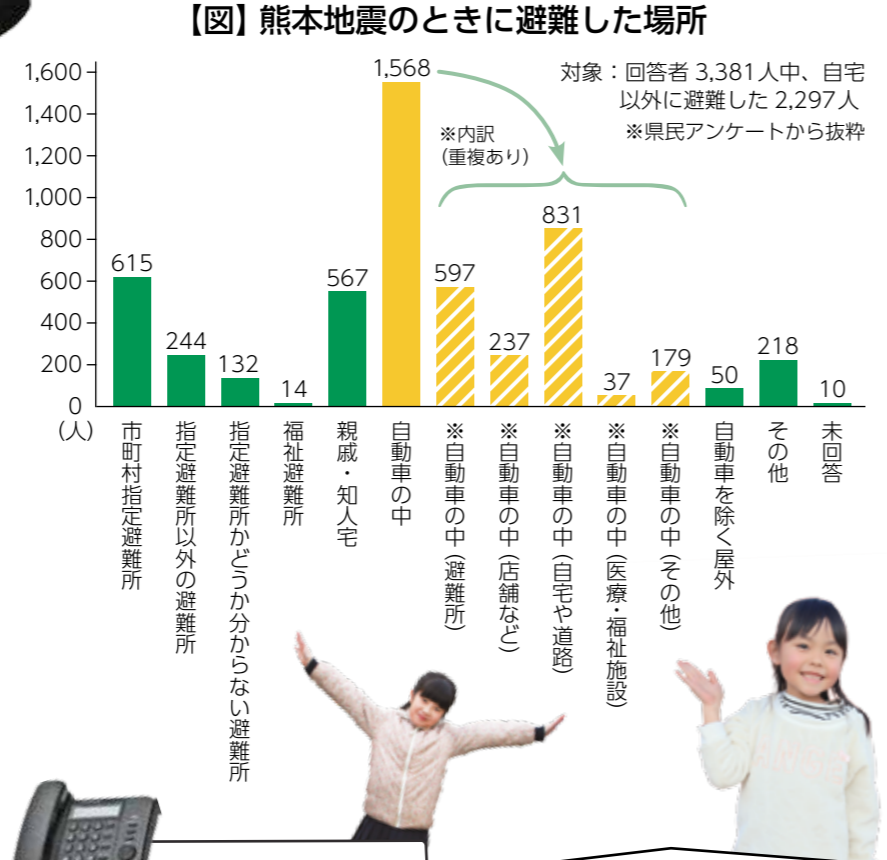
- ① 魚類
- ② 肉類
- ③ 野菜類
- ④ お米
- ⑤ パン類
- ⑥ 麺類

Q9 「1171」に電話。いかにつながる?

- ① 消防・救急
- ② 災害用伝言ダイヤル
- ③ 海上の事件・事故の急報

Q10 災害時に子どものストレスを減らすために用意しておく良いものは?

- ① 大好きなおもちゃや絵本
- ② 精神安定剤
- ③ 毛布



★クイズの答え★

- Q1** ③ 以前は3日ともいわれていましたが、支援物資がすぐに届くとは限りません。家の中に備蓄場所を確保できないときは、普段から使っている食材と組み合わせましょう。
- Q2** ② もしお父さんやお母さんがいないときは、近所の知っている大人の人の言うことをよく聞いて行動しましょう。普段から家族で災害が起きたときの集合場所を決めておくとうれしいです。
- Q3** 全て正解 ①は食材の調理に。②はおにぎりに握ったり皿に使ったり。③は給水に便利。④はご飯も汁物もできる。⑤は体やテーブル拭きに。⑥はオムツやトイレマット、おねしょシーツにも。
- Q4** ② 地震や地震による火災・津波の損害は、地震保険に入っていないと補償されません。
- Q5** ③ すぐに持ち出せるよう出口に近い場所に置きましょう。車のトランクや外の物置などに置けば家が被害を受けて取り出せないときに安心です。
- Q6** ② 大きな揺れのとときに無理して火を消そうとするとやけどする危険があります。揺れを感じたらコンロから離れて、揺れが収まってから慌てずに火を消しましょう。
- Q7** ② 長時間、足や腕などが重い物の下敷きになっていると体の中に毒素が発生します。そのため、急に家具を取り除くと毒素が血液をめぐる心肺停止などを引き起こすことがあり危険です。
- Q8** ③ 野菜類が34.4%で最も多く、魚類20.5%、肉類10.5%を上回りました。備蓄食品は乾パン、アルファ米、インスタント麺などが多く、災害時は野菜不足に陥りがち。健康維持のために野菜ジュースや缶詰・レトルト・瓶詰など毎食一つ備蓄することをお勧めします。
- Q9** ② 「1171」に電話すると、案内に従って録音や再生ができます。1回に録音できるのは30秒まで、保存期間は48時間です。毎月1日、15日などに体験日が用意されています。ちなみに、②は「119」、③は「118」です。
- Q10** ① 大好きなものがそばにあると心が落ち着き、嫌なことを少しでも忘れられます。親が話を聞いてあげたり抱きしめてあげたりすることも大切。備蓄に好きなお菓子を入れるのも良いですよ。