

# 災害時の行動力を身に付けよう



## ロバンの備え

〈基本的な備え〉

- ① 防災訓練に積極的に参加する。
- ② 家やブロック塀の補強、家具の転倒や落下の防止などで、安全なスペースを確保する。
- ③ 消火器や消火用水（三角バケツやふるへの水はり）を備えておく。
- ④ 非常持出品を用意する。  
【主な非常持出品：飲料水、食料品、貴重品、医薬品、ヘルメットまたは防災ずきん、手袋、懐中電灯、衣類、毛布、ラジオ、予備電池、マッチ、ロウソク、ナイフ、缶切り】
- ⑤ 家族で防災会議を開く。  
【主な確認事項：幼児やお年寄りの避難はだれが責任をもつか／避難するときだれが何を持ち出すか／非常持出袋はどこに置くか／ほか】
- ⑥ 避難カードを作成し、各自携帯する。
- ⑦ 災害時のボランティアなどに関心をもつ。

大地震などの災害に襲われたとき、あなたはすばやく、落ち着いて行動できる自信はありますか。非常時の行動力は、一朝一夕に身に付くものではありません。日ごろからどんなことを心掛け、また、いざというときどう行動すればよいか。行動力を養うためのポイントを紹介します。

## 地震が起きたとき

身の安全を守ることが第一です。動けないほどの大けがをしては、火災などの二次災害を防ぐといった、次の行動に移ることはできません。

### 命を守る

- ① 揺れを感じたら、丈夫なテーブルなどの下に身を隠す。
- ② 座ぶとんなどが身近にあれば、頭部を保護する。
- ③ 玄関などの扉を開けて、非常脱出口を確保する。
- ④ あわてて外へ飛び出さない。
- ⑤ 外にいるときは、塀ぎわやがけ、川べりに近寄らない。

### 火災を防ぐ

- ⑥ 使用中のガス、ストーブなどは、すばやく火を消す。
- ⑦ ガスは元栓を閉め、電気器具はコンセントを抜く。
- ⑧ 万一出火したら、消火器や三角バケツなどの消火用具で消し止める。
- ⑨ 大きな火は、隣近所に声をかけ、みんなで協力して初期消火に努める。

### 避難する

- ⑩ ガスの元栓などを再度確認。
- ⑪ 避難は徒歩で。
- ⑫ 持ち物は最小限にとどめ、なるべく背負うようにする。

- ⑬ 海岸などでは津波の恐れがあるため、急いで高台などの安全な場所へ避難する。
- ⑭ 山ざわや急傾斜地では、山崩れやがけ崩れが起こりやすいので、急いで離れる。
- ⑮ ラジオやテレビの報道、役場や消防署・警察署が発表する情報に注意する。
- ⑯ 軽いけがは、お互いに協力し合って応急処置をする。

## 災害時のトイレ対策

阪神・淡路大震災（平成7年1月17日発生）では震災発生直後、約130万戸が断水し、各家庭の水洗トイレが使用不可能になりました。その結果、避難所などで次のような事態が起こりました。

▼1月17日の時点で、校舎内のトイレはすでに「便のてんこ盛り」に。校庭で生活を始めた人はグラウンドに穴を掘って排便。▼仮設トイレが届いたが、掃除は手つかずの状態。頻繁に使うトイレは極めて汚い。  
（神戸市内の中学校）

## 非常持出品にひと工夫

詰め込みはよくありませんが、これも用意しておけば役に立つというものを紹介します。紙パンツ・生理用品／ウエットティッシュ／塩（手で少量もむだけで多少の殺菌効果がある）／ごみ袋（トイレで使用した紙を入れる袋）／バケツあるいは洗面器／新聞紙／太めのマジックと紙（避難所内広報・トイレ広報として、被災者への情報伝達で使用）

## ● 応急トイレの作り方 ●

災害発生後3日間くらいは個人でトイレ対応ができるよう、必要なものを備えておきましょう。  
〈用意するもの〉 バケツあるいは洗面器／ごみ袋／テープ／おがくず、砂

①バケツまたは洗面器を利用



②洋式の水洗トイレを使用



※ベニア板などがあれば、囲いに使用する。 ※用を足したら、おがくずや砂などをかけて糞尿を覆う。

〈資料〉 消防庁