

# 「その時どうする」自分は家族は

今年の1月1日には能登半島地震が発生し、日本全域で災害に対する危機感がより一層高まっています。この機会に、自分や家族の身の安全を守る「自助」を考えましょう。 問 危機管理課 内線244

## 実際に石川県羽咋郡志賀町で災害支援を行った職員の声

志賀町は津波や火災による被害はなかったものの、特に古い家屋においては、町内のいたるところで大規模な倒壊や破損の状況が確認できたほか、道路については液状化による影響から、亀裂、陥没が生じている状況でした。

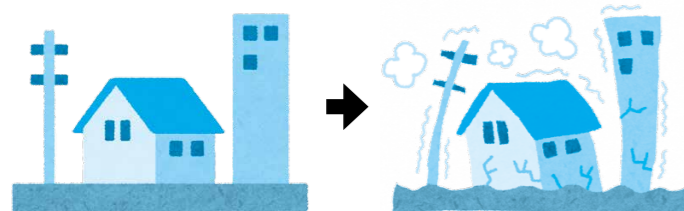
ライフラインについては、発災直後から特に水道の断水状態が長く続き、全国の自治体から運ばれる給水車からの給水が不可欠でした。

地震発生から約3週間が経過する中においては、被災者の方々が生活再建に向けて動き始め、公的証明書の発行やごみの仮置き場の増設、仮設住宅の建設など日常生活の再開に向けたニーズの変化とともに、さらなる公的・人的支援を必要としている被災地の現状を確認しました。

※石川県志賀町にて大磯町職員が撮影

### 1 ご自宅の耐震性に問題はありませんか？

能登半島地震では、特に古い家屋の倒壊が目立ちました。これを機にご自宅の耐震性について考えてみましょう。



### 2 耐震基準は満たしていますか？

ご自宅が耐震基準を満たしているかは、建築確認年月日で判断することができます。

建築確認年月日は、古い形式であれば建築確認通知書、比較的新しい形式であれば建築確認済証と書かれている書類に記載されています。

これらの書類に記載されている建築確認年月日は1981年6月1日より前か、それ以降かを確認することで新耐震基準を満たしているかどうか判断できます。

もし耐震基準を満たしていない場合は、耐震改修をして、災害に備えましょう！



### 3 逃げ遅れを防ぐ

東日本大震災が発生した際に、「自分のいる場所は安全だ」、「誰も逃げていないから大丈夫」と思い込み、避難をせず津波の被害にあった方が多くいました。

危険な状況でも「自分だけは大丈夫」と楽観的な方向に錯覚してしまう心理状態を「**正常性バイアス**」、他者と同じ意見や行動に傾いてしまう心理状態を「**同調性バイアス**」と呼びます。

これらの心理状態は、災害時の逃げ遅れにつながるため、問題視されています。

逃げ遅れを防ぐためには、日頃から災害時の行動指針を作っておく等、いかなる事態でも冷静に状況を判断し、対処できるようにしておくことが大切です。

### 正常性バイアスに打ち勝った事例 ～釜石の奇跡～

東日本大震災の際に、岩手県釜石市では、「指定された避難場所が安全だ」という先入観にとらわれず、より安全な高台に避難したことで多くの命が救われました。



## ～非常用持出品の準備とローリングストック～

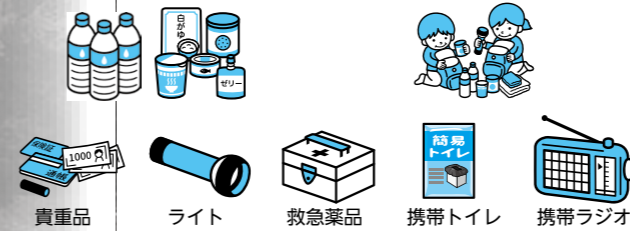
能登半島地震発生直後、想定以上の避難者が発生し、食料や飲料水がすぐに尽きてしまいました。町での備蓄は限界があるため、日頃から「個人の備蓄」を意識しておきましょう！

※災害直後は、国などによる支援「公助」は受けられません！

### 4 非常用持出品

飲料水・非常食  
(3日以上用意しよう！)

避難の際に持ち出すものを  
事前に確認しておこう！



#### ■携帯トイレの必要性

能登半島地震では断水の影響により、トイレを流せないことによる問題が深刻でした。不衛生な環境による感染症やトイレに行く回数を減らすために、水分摂取を控えてしまうことで発症するエコノミークラス症候群を防ぐためにも、携帯トイレの備蓄をしておきましょう。

### 5 ローリングストック

普段の買い物で食品や医薬品などを少し多めに購入し、消費したら消費した分補充することで、常に備蓄をしておきましょう。



### 6 ペットを守るために

災害時にペットを守るには飼い主だけです。ペットの防災用品は飼い主が責任をもって準備しましょう。健康面やしつけを含め、日頃から適切な飼育をして、いざという時のために備えましょう！

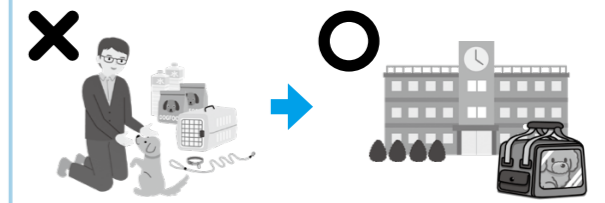
#### 同行避難

避難所までペットと一緒に避難する「行動」



#### 同伴避難

避難所でペットと一緒に生活する「状態」  
※原則として、同室での避難生活はできません。



### 防災講演会

備えよう！ペットと家族の防災対策 ～「飼い主力」と「防災力」～

大切な家族であるペットを守るために、今一度、飼い主にできることを考えてみませんか？

- 講師 平井 潤子氏 (公益社団法人東京都獣医師会事務局長、特定非営利活動法人アナイス理事長)
- とき 3月30日(土) 10時～正午
- ところ 保健センター 2階研修室
- 定員 50人
- 費用 無料
- 申込み 電話または町ホームページ

