

防災力を高めよう！

9月1日は

「防災の日」

防災の日は、「台風高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する」また、「防災の日」を含む1週間を防災週間として、さまざまな活動を行っています。

○災害時に命を守る一人一人の防災対策
地震や津波などの自然災害は、時として、想像を超える力で襲ってきます。

しかし、日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることはできます。防災対策で大切なことは、自分の身の安全を守るために一人一人が取り組む「自助」。

○一番大切なのは、一人一人が取り組む防災

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合っ

て取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要だといわれています。その中でも基本となるのは「自助」、一人一人が自分の身の安全を守ることです。特に災害が発生したときは、まず、自分が無事であることが最も重要です。「自助」に取り組むためには、まず、

災害に備え、自分の家の安全対策をしておくとともに、家の外において地震や津波などに遭遇したときの、身の安全の守り方を知っておくことが必要です。

また、身の安全を確保し、生き延びていくためには、水や食料などの備えをしておくことも必要です。

防災対策には、十分とか絶対大丈夫というものはありません。防災対策だけでなく、一人一人が、自分の周りにどのような災害の危険が及ぶのかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を講じることが重要です。

○地震が発生したときの、身の守り方を知っておく

地震はいつでもどこで発生するかわかりませんが、気象庁の「緊急地震速報」を活用することによって、強い揺れがくることを直前にキャッチし、身の安全を守る行動をとることができます。緊急地震速報は、地震の発生直後に震源や地震の規模（マグニチュード）を推定し、可能な限り早く知らせるシステムです。緊急地震速報は震度5以上が予想されたときに発表され、テレビやラジオ、携帯電話、市町村の防災無線などを通じて告知されます。

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れがくるまで数秒から数十秒のわずかな時間しかありません。すぐに周りの人への地震が来ることを知らせ、あわてずに身の安全を確保するようにしましょう。

の安全を確保するようにしましょう。

○災害時に備えた備蓄品の例

▼飲料水：一人1日3リットルを目安に、3日分を用意

▼食品：ご飯（アルファ米など一人5食分を用意）、ビスケット、板チョコ、乾パンなど、一人最低3日分の食料を備蓄しておきましょう。

▼貴重品：（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）、救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）

▼その他：ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手、懐中電灯、衣類、毛布、タオル、携帯ラジオ、予備電池、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、洗面用具、トイレトーパーパー、マッチ、ろうそく、カセットトコンロなど



※非常に広い地域に被害が及ぶ可能性のある、南海トラフ巨大地震では「1週間分以上」の備蓄が望ましいとの指摘もあります。

※飲料水とは別に、物を洗ったり、トイレを流したりするための水も必要です。日頃から水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつもはっておくなどの備えをしておきましょう。

乳児のいる家庭はミルクや紙おむつ、ほ乳びんなども用意しておきましょう。

ぼうさい
防災ハンドブック

やさしい日本語版を配布

簡単な日本語で書いた外国人向けの防災ハンドブックを作成しています。

「津波」という言葉は知っていても、「高台」という言葉を知らなかったために避難できなかった、有料だと思っ

て避難所へ行かなかつたなど、外国人ならではの視点で作成されています。

◆問い合わせ先

鳥取県国際交流財団 本所
☎0857・31・5951

