

防災訓練で行動力を 身につける

防災の知識や備えなどは、いざというときに生かしてこそ役に立ちます。災害から自分や家族、地域を守るには、冷静に適切な対処ができる行動力を身につけておくことが大切です。自分自身が体験して覚えておけば、いざというときにも自信を持って行動できます。命を守る行動を確実にできるよう防災訓練などに積極的に参加しましょう。

自分の命は自分で守る

地震の多い日本
いつ起こるか分からない

災害はいつ起こるか分かりません。また、大地震が発生したら、そんな恐ろしい状況は、二度と体験したくはありません。しかし、平成12年に発生した鳥取県西部地震後も、平成15年には宮城県北部連続地震(震度6強)、つい最近では、9月5日に奈良・和歌山など近畿地方に震度5弱

の地震が発生するなど地震の多い日本に住む私たちにとって深刻な問題です。

防災を他人任せにしているだけでは、自分の生命を守ることはできません。大地震が発生すれば、道路・電気・水道・電話などライフラインは遮断され多くの被害が出ます。そのため、すぐに救出してもらえらるには限りません。だからこそ、自分の身は自分で守れるように、日ごろか

ら防災対策をしておくことがとても大切です。

災害から身を守るための3つのポイント

災害時に身を守るために次の3つのポイントをしつかり押さえておきましょう。

日ごろの備え

- ・ 非常持出品を準備する
- ・ 家具の転倒防止など家の中の安全を確保する

・ 防災訓練などに積極的に参加する

・ 家族、地域で防災について話し合う

災害発生時

- ・ 身の安全を確保する
- ・ 落ち着いて火の始末をする
- ・ 安全に避難する
- 被災後
- ・ 正しい情報を入手する
- ・ 協力し合いながら、消火、救助、応急救護をする

