

増え続ける災害

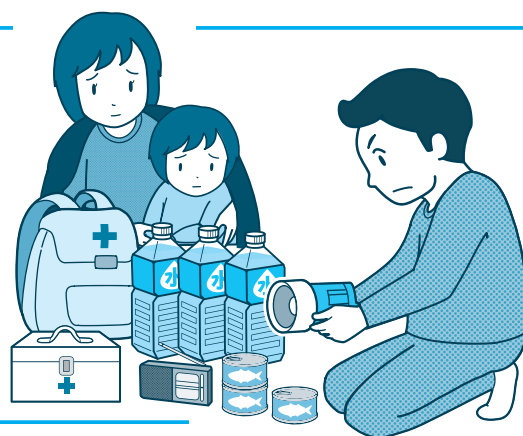
2011年の東日本大震災をはじめとして、各地で大規模な地震が発生し、大きな被害が出ています。最近では、「30年以内に約80パーセントの確率で南海トラフ地震が発生する」と報道されています。日本のどこで地震が起きても不思議ではない状況といえます。また近年は、大型台風等の発生に伴い、人的被害はもとより、経済的被害や地域コミュニティの崩壊などの社会的被害が増大しており、気候変動による影響も大きいと考えられています。こうした避けられない災害に対して、防災対策が必要になります。



災害に対する備え

防災は、自助・共助・公助と言われていますが、大規模災害時の初期(3日間)は自助・共助が中心となります。

日頃から防災グッズの準備、ハザードマップや避難場所・避難経路を確認するとともに、災害時の連絡方法を家族と話し合っておくことが大切です。また、電気やガス、水道などライフラインが止まった時の備えとして、食料や飲料水など最低3日間以上の備蓄が必要といわれています。加えて、地域の防災訓練等に参加して、防災意識を高めておくことも求められます。



くらしの防災

日頃から、防災を意識して部屋の整理整頓をしておくことで、災害時に避難がスムーズに行えます。また、不用品やごみを処分することで、災害ごみを少なくする防災対策につながります。

日常、食料品や日用品をスーパーやコンビニ等から必要量だけ購入するのは経済的ですが、いざ災害が起こると、こうした商品は、すぐ売り切れとなります。防災用に非常食を用意しておくほか、普段食べているものや使っているものを少し多めに買っておきましょう。なくなる前に買い足して、古いものから使っていくと賞味期限切れを防ぎつつ、非常時の備蓄となります。そうめんや缶詰、カップ麺などの保存期間が長い食品がお勧めです。具体的には、1人当たり最低3日間から1週間の備蓄(飲料水と非常食)が必要とされています。

また、買い置き品の品名、個数や賞味期限を常に見えるところに表示することで、食品ロスが出ないように在庫確認ができ、買い過ぎや買い忘れも防げます。

いざという時、助け合いができるご近所の方との日頃のお付き合いも大切です。



POINT

1人当たりの備蓄量の目安

- 飲料水 1日当たり3リットルを目安に3日分(9リットル)
- 非常食 ごはん(アルファ米など)やビスケット、板チョコなど3日分
- その他 トイレットペーパーやティッシュ、カセットコンロなど