

子どもを守る防災ワークショップ in 熊本市東区役所

防災士
柳原 志保さん

このワークショップは熊本市東区在住の乳幼児をもつ保護者の方を中心におこなわれました。ママたちが熊本地震の時、どのような思いで子どもを守ったのか、その時大変だったことや助けられたことなど意見交換しました。また、講師の柳原さんからは、防災士、そして東日本大震災の経験者としてたくさんのアドバイスをいただきました。(平成28年11月22日、29日)

避難所で過ごすとき

今回ワークショップに参加したママたちによると、お子さまのいるご家庭の多くが「避難所には入れなかつた」と車中泊を経験されたようだ。

誰もが利用できる避難所にするために、多くの課題が明らかになり、今後改善をはかっていく必要があります。今回は避難所を利用しなかった方も多いですが、避難所に行くことで被災者のニーズ、声が届くともいえます。

避難所を誰でも利用できる場にしていくために大切なことは、お互いに助け合うことです。支援を受けることにどっぷりとつかって抜けられなくなる“支援漬け”にならないようにしましょう。

小さな役割で助け合い

もし、避難所での生活を経験することができたら、それぞれ一人ひとりができる役割を果たすという気持ちを忘れずに。

工夫する力が大事

今回、予期せぬ地震で災害への備えが十分ではなかった方も多いかもしれません。必要な物が届かず不自由を感じられたのではないかでしょうか。支援が来るまでは時間がかかります。3日間しのげるぐらいの備えが必要です。なければ、“ある物を活用”することも大事です。発想の転換こそ、生きる力です。

水の確保

今回、本震後数日から数十日断水になりました。自宅は住めるが、水が出ないために避難をしなければならなかつた方も多くいました。断水に備えて

- ◎お風呂などに水をためる
- ◎水をストックするためのポリタンクの準備
- ◎水くみ用のバケツの準備
- はぜひ行っておきたいことです。
(雨水タンクについて、熊本市では雨水貯留施設補助制度があります。詳しくは熊本市HPをご覧ください。)

子どもの生きる力を育てよう!

熊本地震では、前震、本震とともに夜間に発生したので我が家と一緒にいた時は、親はすぐに子どもを助けに行くことはできません。だからこそ、子ども自身に命を守る方法を身につけさせておくことも大事です。家族でふだんからよく話し合っておくといいですね。キャンプなどはサバイバル力をつける体験としても有効ですよ。

親の心構え

防災グッズなどの準備だけではなく、親が防災に関する知識をもっていることが大事です。これにより保護者自身心構えができ、いざという時に落ち着いた行動をとることができるでしょう。安心させる親の態度や言動は子どもの安心につながります。熊本地震のような大きな災害体験によって、子どもが赤ちゃん返りをしたり親から離れられなくなるというのもよくあることです。こんな時こそ意識してスキンシップしてあげましょう。

子どもを守る!

子どもを守るために、まずはおとなが無事でいなければなりません。地震発生時に子どもが離れた所にいた場合、まずは自分の安全を確保して、大きな揺れがおさまったところで子どもの所へ。

今回のワークショップに参加したママたちのほとんどが、4月14日、16日とも地震発生時には、子どもたちを守るためにおいかぶさる行動をしていました。

POINT

太い血管が通っているところはしっかり守ろう!



地震から身を守る
だんごムシポーズ!



避難のタイミング

自宅が倒壊などの恐れがあれば外に避難した方がいいですが、耐震構造の家屋であれば家の中の方が安全かも。まずは、「わが家の耐震を知ることから」今回の経験をもとに、家族で災害発生時を想定して、家族でどういう行動をとるか話し合って決めておくことが必要です。



「家族のルールを作ろう」

災害発生時は、家族と連絡がとれるとは限りません。もしも…だったら想定して家族でルールを決めておくことが大切です。そして、ルールは具体的にしておくことがポイント。例えば、避難する時の待ち合わせ場所を約束するときは「小学校の校庭」ではダメ。たくさん的人がいて混雑しますから「小学校の校庭のブランコの所」など具体的に!

もしも車中泊になつたら

エコノミークラス症候群予防のために、下肢のマッサージや運動が必要です。もしもに備えて、ガソリンが半分になつたら給油する習慣をつけておくといいでしょう。今回の車中泊では、車用の電源ソケットが活躍。携帯電話の充電や電気ケトルでお湯を沸かすのに使つたそうです。

その他、車の中に入れておくと便利な物としては、めがね、筆記具、エコバッグ。簡易トイレもあればもっと安心ですね。

避難ルートの確保

ドアの近くにものを置いていると、いざという時にドアが開かず、逃げることができなくなります。マンション等は逃げ道が玄関しかないので、玄関にものをいろいろ置いていると逃げ道を塞いでしまうので、玄関はすっきりと片付けておきましょう。割れ物があると、破片が靴に入つて履けなくなったり、逃げる途中で靴をしまうかもしれません。日ごろから、逃げ道の安全確保をしておきましょう!