ふだんから、みんなで防災　⑰

令和８年１月号 再度、寝ている時の備え編

１２月８日に青森県沖でかなり大きな地震が起きましたので、前回の回覧板でお伝えした事を、再度ご確認いただける様、予定を変更してお届けします。
「寝ている時に、大きな地震が来たら、スムーズに玄関から出られますか？」
ニュース映像でもご覧になったと思いますが、もしも南海トラフが来たら、あれと同じ様な揺れが広島にも来ます。なぜスムーズに外に出る必要があるのかと言いますと、家庭内や近隣での火災、数時間後には津波が来ると想定されているからです。

※　家の中を素足で歩きまわるのは危険です！

ニュース映像にもありましたように、揺れた直後には家の中に様々な物が散乱します。ガラスなどの危険物もあるかもしれません。その中を素足で歩き回るのは、足の裏をケガする可能性が高くなります。そもそも寝ている所に靴はありませんよね？でも靴が無いとケガをします。そこで、厚底のゴムサンダルでも良いので、袋に入れて、手の届く所に置きましょう。それとセットで、滑り止め付の軍手かできれば皮の手袋と、イラストにあるような頭に付けるライトが必須です。両手が空きます。玄関口の持ち出し袋にペットボトル入りの水（未開封の物）、寒さ対策が出来る物、メガネや補聴器・入れ歯などの保管ケースやお手入れ道具、薬を飲んでおられる方は予備の薬か、お薬手帳をご用意ください。

発行元　若草町内会自主防災防犯部

防災士　三吉　恭太