

「命を守るためのそれぞれの危機管理～ その前に、そしてその時、すべきこと～」

防災システム研究所所長 山村 武彦 氏

巨大地震はいつ起こる？

近い将来、南海トラフ巨大地震や上町断層帯地震が起こると言われていますが、今夜起こると思っている人はまずいません。起きないと思ったほうが楽だから、人間は楽なほうを考えようとするわけです。しかし、まだ先だと思っている間は、防災や危機管理は真剣に考えることができないのです。数日もしくは数カ月以内に起こると思ったときに初めて真剣に備蓄したり訓練するようになるのです。段取り八分とよく言いますが、事前対策が 8 割。災害が発生してから対応できることはせいぜい 2 割しかありません。だから、知識も行動も事前に準備しておかなければならないのです。

想定外に備える

熊本地震が起こるまで、熊本県ではホームページをつくって企業を誘致していました。そこには「熊本地域では過去 120 年間、マグニチュード 7 以上の地震は発生していない。だから、ここは安全地帯です。」と書いてありました。そうやって東日本大震災の後、いろいろな企業を誘致して、工場も随分熊本に移転しました。しかし、そこがみんな被災しました。地震学は進みましたが、予知学はほとんど進んでいません。世界で起こる地震の 5 回に 1 回は日本で起こっているという現実を見たら、日本に安全な場所はないという認識を持ったほうが間違いないと思います。絶対な安全はありません。

巨大津波が起こったら

東日本大震災の映像を見ると、津波がすぐそばまで来ているのにゆっくり歩いている人がたくさんいました。そういう人に「なぜ走らなかったのですか。足腰が悪いのですか。」と訊くと、「そうじゃないんです。走っているつもりでしたが、足が前へ進まないんですよ。」「何だかよくわからないのだけど、体がゆっくりしか動かなかったんです。」という答えでした。イギリスの心理学者であるジョン・リーチ博士の研究によりますと、突発災害が起こったときに落ちついて行動できる人は約 10%、取り乱す人が約 15%、残りの 75%はショック状態、茫然自失状態になり、さらにその半数はその状態から覚めないのです。それを凍りつき症候群といいます。心と体が凍りついてしまって、今、自分が何をしなければいけないのかが出てこなくなってしまうのです。自分の命は自分で守るのが原則です。凍りつき症候群を防ぐために、実践的な生き残り訓練をぜひやっていただきたいと思います。「グラツきたら、津波警報！津波・洪水逃げるが勝ち！」「俗説を信じず、最悪を想定して行動せよ。」そして、「遠くより、高く。」高いビルに避難すれば助かります。「健常者は車を使わず、駆け足で。」「一度避難したら警報解除まで戻らない。」こういうことをみんなが意識しておくことが大事だと思います。

安全ゾーンをつくらう

安全ゾーンというのは、転倒落下物の少ない、閉じ込められない場所のことです。地震のときに、机の下に潜るのも間違いではありません。でも、絶対ではないのです。なぜならばドアが変形したりして閉じ込められたときに、火災やガス漏れが発生したら逃げられなくなってしまう可能性があるからです。ですから、家庭でも職場でもこの安全ゾーンをつくって、小さな揺れや緊急地震速報のまだ動けるうちに玄関のドアを開けて避難経路を確保し、安全ゾーンへ移動することが大切です。目の前に火があれば火を消す。離れていたら後でもいい。その場にあわせた命を守る退避行動をとる。これが一番大事です。ぜひ、ご家族にも教えてあげてください。

ご近所で助け合うことの大切さ

防災は自助・共助・公助と言われてきました。これに加えて、“近助”がとても大切です。向こう三軒両隣の顔が見える助け合いや、近くの人が近くの人を助ける防災隣組をつくって、自分のために住みよいまちづくりに自ら参画していくことが大事だと思います。何かあったら行政職員も被災者になるのです。ですから、自分たちの町は自分たちで守る、自分や家族は自分が守るという基本認識を持つべきです。私は自分が日本人でよかったと思います。日本で暮らせることは幸せなことなのかもしれません。これからも近助の精神で、助けられる人から助ける人へ、みんなが立ち位置を変えていけば、これからもずっと住みたい町になるだろうと思います。