

健康カルテ-番外編-



今一度、防災意識を高めよう



産業医 北祥男

今後、起こると予想される災害を小さくするために今できることは何かと考えてみましょう。南海トラフ地震がいつ起こるかを心配するよりも、いつ起こってもいいように対策を立てる、備える、生き延びる、助け合うことです。

東日本大震災の当時、「釜石の奇跡」と呼ばれた出来事をご存知でしょうか。震災前に行われていた防災教育が小中学生のほとんどの命を救う奇跡を起こしました。小中学生が率先して避難し、指定された避難場所よりも、より安全な場所に避難し全員無事でした。その時の避難3原則は①想定にとらわれない②状況下において最善をつくす③率先避難者になる、でした。

それでは皆さん、職場で地震にあった場合の対策は立てていますか？建物被害があった場合どうするか、停電、断水の時どうするか。他にも、帰宅をどうするか、帰宅困難の際は職場に宿泊できるのか。

また、自宅で地震にあった場合、電気・ガスの停止や住居の被害確認、状況によっては避難の準備が必要となります。

個人として今できること、職場において今できることについて対策を立て、備えておきましょう。



東日本大震災での釜石の出来事

おおつちわん

うのすまい

岩手県の釜石市では約1,300人が亡くなったり行方がわからなくなったりしました。大槌湾に面した鵜住居地区も津波で壊滅状態となりましたが、この地区の鵜住居小学校と釜石東中学校の当日の欠席児童、途中の避難先での保護者受け渡し児童、学校に残った事務職員を除く児童・生徒約570人は全員無事に避難することができました。これは当時、「釜石の奇跡」と呼ばれました。

鵜住居小学校では、地震直後、まず校舎の3階に避難しました。ところが集まり始めたころ、隣の釜石東中学校では生徒が校庭に駆け出していました。これを見た小学校の児童は、日ごろから釜石東中学校と行っていた合同訓練を思い出し、自らの判断で校庭に駆け出しました。その後、児童・生徒は約500m先の高台にあるグループホームまで避難しましたが、建物の裏の崖が崩れるのを見た生徒が教師にもっと高いところに避難しようと提案し、さらに高台の介護福祉施設まで避難しました。この後、津波が堤防を越えたという消防団員や地域の人々の声を聞き、さらに高台の石材店までかけのぼりました。数分後に学校やまちは津波にのまれてしまいましたが、避難行動を行った児童・生徒は全員無事でした。

このできごとは、この地域で日ごろから行われていた防災教育を学んだ子どもたちが、自分たちの普段から行っている行動を当たり前に実践した結果が起こしたものです。子どもたちは自らの手で登下校時の避難計画を立て、津波の脅威を学ぶため、年間5～10数時間の防災授業を受けていました。加えて年に1回、鵜住居小学校と釜石東中学校の合同訓練が実施され、「小学生を先導する」「まず高台に逃げる」という教えも徹底されていました。