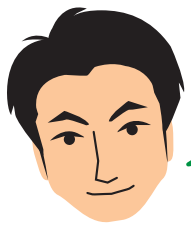
こども新聞
週刊かほピョンプレス
毎週日曜発行
2021 10/24
河北新報社 TEL.022-211-1111（月曜から金曜）

きょうのテーマ



おりはらアドバイザーの 学ぼう防災 ⑱

時間や場面ごとイメージ

地震への備え 考えるには

最近、地震が多いですね。東北地方の太平洋沖では、10年前の東日本大震災の影響で地震が起きやすい状態が今も続いている上に、おおむね38年に一度、繰り返し発生している宮城県沖地震がまたやってくる日もどんどん近づいています。いつ大きな地震が起きても不思議ではありません。

その時に備えて、皆さんの家ではどんなことをしていますか？「非常持ち出し袋」を用意したり、「家族との連絡方法」を決めたり…。とても大事な備えですね。でも、ちょっと待って。他にも大事な備えを忘れていませんか？

備えを考えるポイントは「今もし大きな地震が起きたら、自分の周りでどんなことが起こるのか」。ぐらっと揺れた瞬間から1分後、5分後、1時間後、1日後、1週間後…と順番にイメージしてみることです。

家にいた場合、家具が倒れてきたり、ドアが開かなくなったりするかもしれないし、台所から火が出る可能性もあれば、海の近くは津波が来るかもしれません。電気やガス、水道が止まったら何ができなくなるのか、食べ物は買うことはできるのか、家が崩れそうになったらどこに避難するのか…。いろいろ思い浮かべてみてください。

今度は地震に遭う場面も変えてみて、登下校中だったら、外で友達と遊んでいる時だったらと、また一から順番に起こりそうなことをどんどんイメージしていきましょう。紙に書いていくと分かりやすいかも。

「これ以上もうないかな」と思うくらいイメージできたら、地震発生の時に時間を巻き戻します。そして次は、イメージした事態が起きた時のために、準備しておけることを考えます。

最後に答え合わせ。考えたことと、今、準備できていることを比べてみましょう。もし準備できていないことがあれば、それこそがこれから皆さんに始めてほしい備えです。

（仙台市防災・減災アドバイザー・折腹久直）

地震発生後の行動と日頃の備え（例）

時間経過	行動	備え
地震発生		
地震発生後 ～3分	●落ち着いて、自分の身を守る ●できたら火の始末 ●ドアなどを開け、避難路を確保する	●シェイクアウト訓練（身を守る訓練）の実施 ●家具の固定 ●ストーブなど火気の管理
地震発生後 ～5分	●火元の確認（ガスの元栓を閉め、電気のスイッチ・ブレーカーを切る） ●火災が発生したら初期消火 ●家族の安否確認 ●ラジオなどで情報確認	●消火器の準備 ●初期消火の方法を身に付ける ●スリッパ、スニーカーの準備 ●情報収集手段の確認
地震発生後 5～10分	●隣近所の安否確認 ●家屋倒壊の恐れがあれば避難する	●非常持ち出し袋の準備 ●避難場所の確認
火災発見 倒壊家屋発見 負傷者発見 地震発生後 10分～数時間後	●自主防災活動に参加する（みんなで消火・救出等活動）	●防災訓練に参加する
地震発生後 数時間～7日間	●生活必需品は備蓄でまかなう ●協力し合って秩序ある生活	●１週間分の食料などの備蓄 ●ライフライン停止に備える

みんな思い出
みんな動こう
みんな知りたい
みんな守ろう
みんなトモダチ

今週の注目ニュース

◇29日（金）　「おかえりモネ」最終回

気仙沼市と登米市を舞台にしたNHKの連続テレビ小説「おかえりモネ」が終わるよ。清原果耶さん演じる主人公百音と家族、友人らが東日本大震災後を生きる姿が印象的だったね。早くもモネロスになりそう。

きょうの紙面

2面　ニコ☆プチ
3面　3分チャレンジ
4・5面　わが校わがまち　スクール通信
6面　聞いて学べる　こども英語
7・8面　投稿特集