



かほく防災記者 1・2期生レポート

仙台市上杉山中2年 植村亜美さん

缶切りにはこつが要る

弟、母と8月17日、自宅

で屋内避難訓練を行った。ダイニングにいますきに地震が起きたと設定。訓練前は、いつも食事をする大きなテーブルの下にもぐれば、大丈夫だと考えていた。実際にテーブルの下に身を隠してみると意外と狭く、3人でギリギリのサイズだった。

もし父も一緒に食事をしているときに地震が起きたら、全員がテーブルの下にもぐるのは無理だ。近くにある弟の勉強机の下も活用しないと

いけない。その後、家の外に出てみた。みんな「暑いなあ」とうなった。避難訓練を行った時刻は午後5時ごろだったが、まだ太陽が出ていて気温は31度もあり、蒸し蒸ししてい



植村亜美さん

た。

家族とは昨年11月にも、避難訓練をした。涼しかったため、気温を意識しなかったが、夏に避難する場合は、用意している非常持ち出し袋に加えて、熱中症を予防するものが必要だと思っ

た。家の中でグッズを探してみたところ、おでこに張る冷却シートや塩あめ、うちわが役に立ちそうだ。冷凍したペットボトルは、短時間の停電なら、保冷材の代わりに冷

蔵庫の食品を冷やせるし、避難時に持っていけば、体を冷やしたり、水分を補給したりできる。

訓練の一環で、賞味期限が近くなった缶入りの非常食のクラッカーを食べようと思った。指で

缶の上のつまみを引くタイプではなく、缶切りで開けるタイプだった。

以前、母がパイナップルの缶詰を開ける時に、缶切りを使う様子を見たことがあったが、自分ではほとんど触ったことが

ない。最初に、缶切りのとがった部分を缶に刺すときにこつが要る。少してこずったものの開封できた。初挑戦の弟も、こつを教えたなら、缶切りを器用に使って缶詰を開けていた。

屋内避難訓練を通して、テーブルに隠れられる人数、熱中症対策、缶切りの使い方などの発見があった。今度は別の季節に、家族と訓練に取り組みたい。



本年度3期生が研修をしているかほく防災記者(河北新報社主催)の1期生、2期生が、災害や防災・減災に関するテーマを選び、取材、執筆したりレポートを随時紹介します。



屋内避難訓練で、缶切りに初挑戦する弟。使い方を教わって缶詰を開けた

2024年度版 宮城県 好評発売中 高校受験総合ガイド

公立高校82校、私立高校19校、私立・単位・通信3校のガイドを掲載!

行事&部活動
課外活動
進学状況
などを紹介

特集 わが子、自分に合った志望校をどう探す?
最新データからひもとく

宮城県の高校受験最前線

● 制服図鑑 ● 入試直前対策テスト 解答と解説

発行 河北新報出版センター

〒980-0022 仙台市青葉区五橋1丁目2-28
電話022(214)3811 FAX022(227)7666
9:30~17:30(土日祝を除く)
https://www.kahoku-books.co.jp



お求めは、書店、河北新報販売店または河北新報出版センターまで。
河北新報配達地域にお住まいの方が、河北新報販売店または出版センターにお申し込みの場合、ご自宅や職場に配達します。(配達料無料・ただし一部に配達できない地域もあります)

河北 Books



定価 1,650円