



かほく防災記者リポート



東日本大震災の教訓伝承と防災啓発の強化を目指す官学民の連携組織「みやぎ防災・減災円卓会議」は6月、防災・減災運動会を仙台市若林区荒浜の「深沼うみのひろば」で開いた。参加したかほく防災記者(河北新報社主催)の有志が、運動会の成果を報告する。

研究者、行政・報道関係者ら30人が参加した。東北福祉大、宮城教育大の学生と、復興支援アイドル「みちのく仙台ORI☆姫隊」が運営に協力した。参加者は3チームに分かれ、バケツリレー、AED(自動体外式除細動器)の手順を確認する応急手当てリレー

に挑戦した。防災教育に取り組む市民団体「わしん倶楽部」(仙台市)は、乾物を使った防災食の作り方を実演。みちのく仙台ORI☆姫隊は手話を振り付けに取り入れたステージ、東北福祉大の学生は防災レンジャーショーを披露した。

バケツリレー

並び方工夫 時間短く



ボールを水に見立てたバケツリレー

バケツリレーは、水に見立てた小さなボールをバケツにくみ、人から人へ手渡しで10メートル離れた場所まで、ボールを落とさずに運ぶ早さを競った。重要だったのが、並び位置だった。横一列ではなく、ジグザグに斜めに向かい合って立った。横一列だと180度、体を回転させる必要があるが、ジグザグにすることで渡す際に振り向く動作が小さくなり、短時間でものを運べる。次の人にバケツを渡すときに「ハイ!」と声をかけることも重要だった。相手に受け取ることを意識してもらえるほか、作業全体にリズムが生まれて、バケツの受け渡しがいよりのスムーズになった。地域のコミュニケーションを図る点でも効果が期待できそうだ。

仙台市錦ヶ丘中3年

森谷優翔さん

2期生



AED応急手当てリレー

操作の早さ 経験で差



AEDの手順を確認した応急手当てリレー

AED(自動体外式除細動器)の応急手当てリレーは、倒れた人に見立てた人形を発生し、電気ショックを与えるまでの早さを競った。AEDの手配を呼びかける人、AEDを持つてくる人、AEDを操作する人の連携が試される。私が通っている長町中は、2年生の授業で学年全員がAEDの使い方を体験する。私も操作したことがあったため、迷うことなく使えた。その結果、他の2チームよりも早く電気ショックを与えることができた。経験している人としていない人では、AEDの操作の早さに差が出て、命が助かる確率にも関わってくると思う。まだ経験したことがない人はぜひ一度、AEDを使ってほしい。

仙台市長町中3年

千葉瑞月さん

2期生



乾物防災食づくり

戻し方は水以外にも



乾物を使った非常食作りに取り組む参加者

「乾物防災食づくり」に初めて取り組んだ。備蓄食という、缶詰、レトルト食品、乾パンなどが定番だが、乾物は保存性にたけているほか、水などの液体に漬ければ、火を使わずに食べられるので非常食に適している。乾物を戻す方法は、水だけではなかった。塩昆布、梅干しとともに、切り干し大根をノンオイルの無塩のツナ缶で戻すレシピや、干し野菜をヨーグルトで戻すレシピが実演された。スープ、ジュース、紅茶も戻しながら味わうことができる。軽いため、持ち運ぶときに負担にならない。栄養価が高いところも、災害時は頼もしい。非常用持ち出し袋の中に水などと共に、乾物を入れておくことをお勧めしたい。

仙台市五橋中3年

山口岳人さん

3期生

