

災害に備える！！



地球環境の変化とともに災害のレベルがずいぶん大きくなっています。今回は、災害に備えてどんな準備が必要か、改めて考えてみましょう。

防災対策とは、非常食や持ち出しセットを用意することだけでなく、助かるはずの命や資産を守る減災のための心得や、被災後の生活再建も考えておくことも必要です。

1 減災の知恵 そのとき自分を守るために

まずは、ハザードマップで普段過ごしている①自宅や②職場・学校、③被災後に行く避難所の場所をチェックしましょう。インターネットから「浜松市ハザードマップ」で検索できます。各区の「避難行動計画」は区民生活課で入手することができます。

次に自宅の耐震について知ることが大事です。建物の強度・家具の配置や固定は大丈夫でしょうか。耐震自動消火装置等が普及するとともに「地震だ火を消せ」から「地震だ身を守れ」へ教訓も変わってきています。新しい情報にも目を向けましょう。

2 急な大雨・竜巻・雷から身を守る方法

温暖化が急激に進んだことや、自然の保水装置であった田んぼや森林が減り、舗装された場所が増えたために、思いもよらぬ速さで川が氾濫するなどの豪雨災害が起こっています。減災のためには災害時の対応以上に、情報を得て早めに行動することが肝心です。緊急情報、気象情報などをお届けする「浜松市防災ホットメール」への登録をご検討ください。



3 災害時の心理

人間は不意打ちに弱いものです。安心を最優先させて危険に対する感度を下げる「正常性バイアス」や、周囲の行動に影響される「同調性バイアス」、大きな災害を前に頭の中が真っ白になる「凍りつき症候群」などの影響を受けるため、災害時にきちんと逃げることは、普段考えているほど簡単ではありません。

4 被災後の生活再建のための準備



誰もが被災者になりうる中、対策として保険（火災・地震）加入、貯蓄（月々の生活費の半年～1年分）、財産管理メモの作成などが挙げられます。また、非常時持ち出し袋に用意するものとして、水・非常食・救急セットと財産管理メモのほか、顔写真付きの身分証明証（コピー）を入れておくと本人確認に役立ちます。また、小銭と千円札で1万円程度を入れておくと安心です。

もし被災してしまったら、区役所に「罹災（りさい）証明書」を申請しましょう。広範囲の被災の場合等で調査が遅れることもあるので、罹災した状況を写真に撮っておくとよいでしょう。

5 家族で実践、防災ピクニック

現状の防災の備えを屋外に持ち出して簡易トイレを使ったり非常食を試食したりする「防災ピクニック」をして、各家庭に必要な備えを整えていきましょう。想定外のことが多い災害時には、自分で考え行動する姿勢が大切です。

6 その他に…

耐震診断と耐震工事はお済みですか。特に耐震設計基準改正（1981年）以前に造られた住宅は専門家に耐震診断をしてもらうことを強くお勧めします。

*** ご存じですか？ 災害伝言ダイヤル「171」 一度体験しておきましょう！**

主要生活物資価格調査結果表

(浜松市くらしのモニターによる調査結果)

2015年 12月調査

【単位:円(消費税込)・%】

No.	調査品目	規格	平均	前月比	高値	安値	前年同月比
1	食パン	1斤 袋入り 4~8枚切り	161	0.6	192	141	3.9
2	うるち米	国産米 精米 コシヒカリ100% 5kg	1,908	0.4	2,570	1,598	2.8
3	みそ	袋入り 1kg	314	0.3	410	203	1.0
4	マーガリン	植物性ソフトタイプ プラ容器入り 300g	219	-0.5	257	178	-6.4
5	砂糖	上白 1kg 袋入り	194	0.5	257	169	-2.5
6	しょうゆ	1ℓ ポリ容器入り こいくち 特級	263	1.9	360	192	-3.7
7	食用油	サラダ油 1kg ポリ容器入り	287	-0.3	397	170	-4.0
8	マヨネーズ	450g ポリ容器入り	251	-3.5	306	198	-6.0
9	小麦粉	薄力粉 袋入り1kg	213	-0.9	267	168	-0.5
10	キャベツ	1個	137	-44.1	248	84	1.5
11	大根	1本	107	-22.5	159	41	-1.8
12	牛乳	1000ml 紙パック入り	189	2.2	257	163	5.6
13	豚肉	国産 スライス もも肉 100g	161	-4.2	228	106	-1.2
14	鶏卵	Lサイズ 10個パック入り	232	1.3	306	149	2.7
15	台所用洗剤	食器野菜用中性液状コンパクト 200又は260ml	161	1.3	213	130	2.5
16	洗濯用合成洗剤	衣料用洗剤液体 0.85~1.0kg	316	1.9	409	236	-1.9
17	ティッシュペーパー	5箱セット 1箱300~400枚入りのいずれか	239	6.7	322	178	0.0
18	ガソリン	レギュラー 現金売り 1ℓ	125	-3.1	139	116	-18.3
19	家庭用灯油	18ℓ 店頭渡し(10月~3月の間、調査)	1,347	-1.5	1,890	1,152	-25.4

くらしのモニターだより

毎月、価格調査を行っているくらしのモニターさんの感想、意見を紹介します。

- ★ スーパーでは、クリスマス・おせち料理・お正月飾りなどが店頭に並びはじめました。置かれている商品や、お店の方の飾りつけなどで季節の移り変わりを感じられて楽しいです。気候が暖かいですが、スーパーで新年を迎える気分になりました。
- ★ 今年は大根が豊作で廃棄することもあると聞きました。廃棄してしまうのはもったいないと感じてしまうので、良い解決策ができるといいと思います。
- ★ 生産者の方は天候に左右されて本当に大変だと思いますが、いかなる時も旬の野菜を購入して食べることが、今の私にできることかなと思います。
- ★ 早いもので12月に入りました。今年は今のところ冷え込みがそれほど強くないので、我が家はまだ暖房器具を使っていません。おかげで光熱費が助かっています。
- ★ ノロウィルスの講習会へ行ってきました。今年は特に感染が多くなる予想とのこと。インフルエンザ対策も兼ねて、うがい・手洗いをしっかり行なっていきたいと思います。