

いま いま
宮城は現在も現実に立ち向かう。

2017.4.11

NOW IS.

Vol.
12
毎月11日発行
ナウイズ



in
亘理

NOW IS. 防災

もしものときあなたを守る、
防災のヒントを、
12回にわたって紹介します。

Theme 12 まとめ

11回にわたり紹介してきた、防災のヒント。

災害は、いつ、どこで、どのように起こるか分かりません。

災害に備え、被災した時はそれを乗り越え、教訓を生かしていくために—。

一人ひとりが考え、できることに取り組みましょう。

備える



年2回は見直したい!
防災グッズや食料備蓄

災害によって備えは異なりますが、最低限必要なのは非常持出袋と食料備蓄。季節や個人の状況によって必要なものは変わるので、年2回は見直して、薬を追加したり、賞味期限をチェックしたりしましょう。

乗り越える



一人で抱え込まず、
周囲に助けを求めよう!

災害時には、一人ではどうしても乗り越えられないことが出てくるもの。助けが必要な時は遠慮なく求めましょう。つらい体験も、周囲に話して理解を得ることで、少し気持ちが楽になることもあります。

生かす



相手に役立つ情報を、
整理して伝えていこう!

災害の種類や場所、日時によって対応は異なります。災害教訓を伝える時は、他の地域で起こる様々な災害にも役立つ備えや避難方法を伝えましょう。防災ハンドブックを使うなど、伝え方を工夫することも大切です。

防災コラム Vol.12

- ★“知る”をはじめよう!
- ★災害をイメージして備える!
- ★簡単なことほど、後回しにしない!

災害は何度も起こります。まずは自分の地域の歴史・地形を知る、危険性を知ることからはじめましょう。その上で、起こりうる災害をイメージして備えることが大切です。また、家族の防災会議で家具の固定などを確認していますか？簡単な備えほど後回しにしてしまいがちです。“いつでもできるから”ではなく、“今すぐできる”ことからはじめましょう！

今村文彦教授
東北大学災害科学国際研究所
所長



災害リスク研究部門津波工学研究分野に所属。津波被害の軽減を目指し、数多くの研究を行う。東日本大震災復興構想会議検討部会などのメンバーとしても活動。