

備えの極意

敵を知り、 己を知れば百戦危うからず

正しく備えるためのステップ

ステップ① 敵を知る

- 自分の地域を襲う可能性の高い地震について理解します。

次のページでは、冬の18時に川崎市を直下とする最大震度7の地震が起きたことを想定しています。地震は、家にいる時に起きるとは限りません。仕事やレジャーで遠い場所にいる場合など、様々なシーンを想定しておくとい良いでしょう。

敵を知るためには？

川崎市で起こる地震、被害想定は「地域防災計画」で確認することができます。



地域防災計画

ステップ② 己を知る

- 住んでいる場所の地理的状況や周辺の危険性を把握します。
- 公助の取組を確認します。
- 自助の取組を確認します。

ステップ1で想定した地震が起きた時に、自分がどのような状況に置かれるかを想像します。その時に重要となるのが、自分がいる場所の危険性やいつ、どのような支援が受けられるのか。また、支援を受けられるようになるまで自分が何をすればよいのかを想像することです。

己を知るためには？

自宅付近の危険箇所は、各種ハザードマップで確認できます。「土砂災害」や「津波」に加え、「ゆれやすさ」や「大規模盛土造成地」などの確認も有用です。必要な備えは「備える。かわさき」で確認できます。



ハザードマップ

ステップ③ 災害イマジネーション

- 起こり得る災害に対し、自分がどのような状況に置かれるかを想像します。(4、5ページ参照)

ステップ1・2で確認した地震、その時に自分が置かれる状況をもとに、自分がどのように行動するのかを想像してみましょう。想像しにくい場合は、次のページの下部の「地域の主な活動」の段に一つのイメージを記載しています。これをもとに自分の情報に置き換えて想像してみると始めやすいかもしれません。



備える。かわさき

地震が起きるまでの時間、どのように有効に使いますか？

首都圏を震源とする大地震は、今後30年以内に70%の確率で起きると言われています。しかし、地震はいつ起こるか分かりません。今起きたら？ 明日起きたら？ 1か月後起きたら？ を考えながら、今できる備えを始めることが重要です。

ステップ3で想像した災害時の自分の行動をより良いものとするために、今何をすることができるのかを考えることが、備えの第一歩です。また、備える際には、6ページを参考に日々の生活の中で、平時と有事を分けず、日常の中で備えることで、生活の質を向上させ、持続可能な備えにすることができます。