

## 今月のHOTニュース

## 防災会議をしていますか

もし、家族みんながそれぞれ外出しているときに大地震がおきたら…。万が一のために、家族ひとりひとりに起こりうる状況を考えて、落ち合うための決まりごとを作っておくのもひとつの対策です。そこで今回は、外出先での対応や家族で防災会議をするときのポイントをまとめました。

### 外出先での地震に備える防災備蓄のポイント

#### ★外出先で持っておきたいもの

笛	地震でがれきの下敷きになったとき、笛を口にあて呼吸をするだけで自分の居場所を知らせることができます。
コンパス	電車やバスが動かなくなり帰宅難民になることが考えられます。歩いて帰宅したり、避難場所へ向かう時に役立ちます。
懐中電灯	停電になり、街に街灯の明かりもなくなる可能性があります。
携帯ラジオ	避難する際の情報収集に必需品です。デマや噂に惑わされないために、あると大変役立ちます。

#### ★外出先から帰宅するために

交通機関が麻痺し、多くの人が帰宅困難になると考えられています。自宅から離れた場所で震災にあっても無事に帰宅できるように、普段から心がけと準備をしましょう。

#### 【地震の前の準備】

- ・携帯ラジオの準備
- ・帰宅地図を作っておく（地図には避難場所も書き入れる）
- ・スニーカーなど歩きやすい履き物をロッカーに用意（履き古したものでいいので）
- ・使い捨てカイロも用意する
- ・チョコやキャラメルなどの簡易食料、飲料食品の準備
- ・事前に家族で連絡手段、集合場所を決めておく
- ・季節に応じカイロやタオルなどを準備する
- ・帰宅のシミュレーション、帰宅訓練をしておく
- ・必要に応じ、その他防災グッズを用意しておく（夜間に備え懐中電灯は必要）

#### 【地震の後の行動】

- ・あわてず、騒がず、冷静に状況判断
- ・声を掛け合い、周りの人と助け合う（夜間の単独行動はさける）
- ・NTT伝言ダイヤル「171」を使い、家族の安否確認



#### ★避難用携帯カード

携帯用カードを作成して、財布やカバンなどにいつも入れておきましょう。

被災時の行動や約束事を家族間で決めメモしておくことで、混乱せずに的確な行動がとれるでしょう。また、大けがを負った時など血液型や、体の特徴などを記入しておくことで救助活動に大変役に立ちます。

### 家族で防災会議をしよう

#### ★考えられる事態

地震が日中に発生した場合、家族が離ればなれの状態になることが考えられます。

想定される事態…○子供は学校、遊び先

- 大人は職場など
- 帰宅途中で被災して帰宅困難になる
- 連絡をとることが困難になる

話し合うテーマ…○連絡手段は？

（どこに？どのように？）

○どこに帰るの？

離ればなれになったときに、まず連絡を取ることが重要ですが、携帯電話など通信がマヒして連絡が取れない事態が想定されます。また、携帯電話を持たない子供や老人のことも考えなくてはなりません。もし子供達が大人がまわりにいない公園で遊んでいた時に被災したらどうでしょうか。

あらゆる事態を考えて家族内でルールを決めましょう。

#### ★話し合うテーマ

対策は一つではなく、第二候補までであるとあらゆる状況に対応できます。

状態	決めておくこと
家族がバラバラの時	▼連絡方法 ▼合流場所（避難場所）と合流方法
家族が一緒の時	▼役割の分担（家族の安否確認、非常持ち出し品の準備、避難経路の確保、近所の救助活動） ▼避難場所と道順
共通のテーマ	▼乳幼児・高齢者・病人・妊婦・ペットのいる家庭での避難について

#### ★連絡について

連絡方法や連絡先などについて話し合ひましょう。

考えられる手段	課題
電話・携帯電話による連絡	▼どこ（誰）に連絡するか ▼電話が使えない場合の代替案
伝言・書置き	▼伝言をどこに残すか

#### 【地震後に家族と連絡をとるための対策】

##### 連絡方法を決める

- ・メールによる連絡
- ・災害用伝言ダイヤル171
- ・携帯「災害用伝言板」
- ・公衆電話の使用

##### 連絡方法がない場合のことを決める

- ・連絡をあきらめて落ち合う場所に向かう

（落ち合う場所を決める）



# 交通安全のポイント

交通事故を起こさないためには、車を安全にコントロールするとともに自分の心もコントロールすることが大きなポイントになります。知らず知らずのうちに、危険な運転操作・運転態度を繰り返していると、思わぬ事故を招くことにつながります。今回は、自分の運転を振り返るためのチェックポイントをあげますので、自分の運転を振り返りチェックしてみてください。

## Check1 交通ルールを軽視していませんか

「違反で捕まるのは運が悪いからだ」とか「違反をしても事故さえ起こさなければいい」と考えていませんか。このようなルール軽視の運転は、たとえ自分が事故を起こさなかったとしても、交通の円滑な流れを阻害し、他車の事故を誘発しているかもしれません。どんなスポーツやゲームもルールなしには成立しません。車の運転も、ルールを守ってこそ安全で快適になるのです。



## Check2 運転にスリルを求めていますか

運転にスリルを求めて「スピードを落とさずにカーブに進入する」ような危険な行為をしていませんか。このような運転は、ひとつ間違えれば重大な事故につながります。「スリルを求めて事故を起こし、命をなくしたら何にもならない」と考えて、スリルよりも安全を優先しましょう。

## Check3 優先意識が強すぎませんか

「自分のほうが優先であれば、相手に譲る必要はない、相手が止まるべきだ」と考えていませんか。状況によっては優先であっても相手に譲ることが大切な場面もあります。例えば対向車線が右折待ちの車のためにその後ろが渋滞している場合、自車が停止して相手を右折させてあげれば渋滞は解消します。また、優先意識が強過ぎると、「相手が止まるべきだ」が「相手は止まるはずだ」という思い込みにつながるおそれがあります。自分が優先であっても「状況に応じて相手に譲る」、「相手は止まらないかもしれないと考える」ことが事故を未然に防ぐことにもつながります。

## Check4 運転操作が優れていれば事故は起こさないと考えていませんか

運転操作が優れていることは、事故を起こさないための重要な条件の一つですが、それだけでは安全な運転はできません。交通統計（財団法人交通事故総合分析センター・平成19年度版）によると、「運転操作不適」による人身事故は全体の6.7%で、事故の大半はそれ以外のことで発生しています。事故を起こさないためには、運転操作に優れるだけでなく、運転態度や意識も向上させましょう。

## Check5 他車との競争意識を持っていませんか

「他車より速く発進したり加速する」、「追い越されたら追い越し返す」といった運転をしていませんか。他車との競争意識が強いと、危険な運転をしがちです。また、対象となる他車にだけ注意が向き、それ以外のことが目に入らなくなり危険を見落とすおそれもあります。道路は、レース場のような「競争する」場所ではなく、「協調する」場所であることを忘れないようにしましょう。

## Check6 ちょっとしたことでもカッとなったリイライラしていませんか

「他車に割り込まれてカッとした」、「なかなか右折できないでイライラした」ということはありませんか。運転中にカッとしたリイライラすると、運転が荒っぽくなるだけでなく、的確な認知や判断もできなくなるおそれがあります。「カッとしたリイライラしても自分が損をするだけだ」と考えて、常に平静さを保つようにしましょう。



## Check7 いちいち停止するのはムダだと考えていませんか

一時停止の標識のある場所にさしかかったとき、「停止するのは面倒だ」「何も出てこないんだから停止するだけムダだ」などと考えるのはいませんか。一時停止・確認は決してムダなことではなく必要なことなのです。一時停止の目的は、安全確認をすることにあります。つまり、「しっかり止まって、はっきり確認」することが重要なのです。