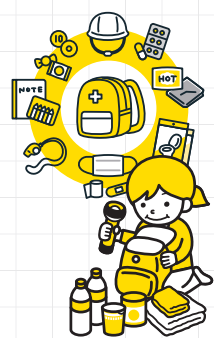


命を守るために、いま備える

— 小学5年生の決断が教えてくれた「自助」のカー



片田教授の言葉を、あらためて深く心に刻むきっかけとなる出来事が、今年7月に起こりました！



「こわいな、まだ死にたくない」
小学5年生、ひとりで避難を決断



なんこう つきな
南口 月和ちゃん

7月30日（水）、カムチャツカ半島沖で発生したマグニチュード8.8の大地震により、市内には津波警報が発表されました。そのとき、自宅に一人だった小学5年生の南口 月和ちゃんは、自分の判断で非常用持出しリュックを背負い、避難所へ向かいました。

「通知で『津波がくる』って見て、こわいな、まだ死にたくないって思いました。迷ったけど、友達から『もう避難してるよ』って連絡がきて、それで私も逃げようって思って、リュックを持って避難所に行きました」

ご両親は仕事、妹さんは学童保育中という状況で、月和ちゃんはお家に一人きり。けれど、恐怖や迷いの中でも、事前に用意していた非常用持出しリュックを手に、避難の判断を自分自身で下したのです。

「家族での話し合い」が、
こどもの判断を後押しした

父・元哉さんは、こう振り返ります。

「小学校での避難訓練の話が家で聞いたりしてはいたんですが、実際に『こういう状況になったらこう動く』という家族での話し合いは、正直あまりできていませんでした。でも、SNSなどで災害関連の情報を見る機会も増えたこともあり、家族で防災グッズを見直して揃えなおしていたんです。それが、まさに今回役立ちました」

母・千晶さんも言います。

「防災グッズがあれば安心だけど、最悪、リュックを持たなくてもとにかく逃げてくれればそれでいい。でも、事前に備えていたからこそ、こどもが『これを持って逃げる』という判断を冷静にできたんだと思います」

「まあ大丈夫」と思っていた
父親が語る「自助」への気づき

「正直、僕自身は、『まあ大丈夫だろう』と思うタイプでした。でも、準備していたことで、こどもが自分で判断して逃げられた。何も備えがなければ、きっと逃げられなかったかもしれない。僕のように、『起きないだろう』と思っている人にも、大切な人のために何か一歩踏み出してほしいと思います」

家族で話し合うこと、そして「最低限の備え」をしておくこと。それだけでも、いざという時にこどもが自分で



南口さんご家族
左から元哉さん、月和ちゃん、
陽和ちゃん、千晶さん

命を守る判断をしやすくなります。

千晶さんも言います。

「今回の件は、私たちにとても反省点がたくさんありました。だからこそ、今後はもっと話し合って、備えを進めたいと思っています」

このたびの南口さんご家族の体験は、災害が「突然」起こりうることを、そしてそれに備える日頃の準備の大切さを、あらためて気づかせてくれるものです。片田教授が繰り返し伝えてきた「自らの命は、自らが守る」という「自助」の精神。それは、災害時に誰かを待つことなく、日常の中で「自分で選択する力」を養うことです。

災害は避けられません。けれど、「命を守る行動」は、いま選べます。

もし今日、災害が起きたら—
あなたと、あなたの大切な人は、どう動きますか？

この問いを、ぜひ今日、ご家庭で話してみてください。

小さな会話が、大きな備えにつながります。

逃げる力が、命を守る

—いま、自助を考える—

津波てんでんこ

東北の三陸地方には

「津波が来たら、いち早く各自
てんでんばらばらに高台へ逃げろ」
という言い伝えがあります。



災害は、突然やってきます。そのとき、あなたは「迷わず逃げる」と決められますか？

日本では、いつ、どこで大きな地震や津波が起きても不思議ではありません。自分と家族の命を守るには、「備え」と「判断」が必要で

災害時に重要とされるのが、「自助・共助・公助」。このうち、最初に自分や家族を守るための行動をとるのが「自助」です。

「自助」とは、自分の命を守る行動を、自分で選び、実行すること。そしてその行動が、結果として家族や周囲の人の命を守ることにもつながる、それが「自助」の力です。

今月号では、実際に市内であった避難行動の実例を紹介しながら、家庭でできる備えや、話し合っておきたいポイントをご紹介します。

災害が起こる前に、「自分が助かるための選択肢」を準備しておくこと。それは、あなたの大切な人の命を守るための第一歩でもあるのです。



東京大学大学院
情報学環特任教授
かた だ としたか
片田 敏孝 氏

「自助」の意識が、
命を守る力になる。

災害はいつ、どこで起きるか分かりません。だからこそ、人は「人として逃げられない」のです。迷い、ためらい、判断を誤ってしまう。災害はそんな人間の弱さを突いてきます。

だからこそ、大切なのは「平時」の準備です。

家族と話し合ってください。「その時」が来たら、どう動くか。どこに逃げるか。どんな状況でも、それぞれが命を守る行動をとれるよう、あらかじめ決めておくのです。

私は講演で繰り返し伝えてきました。

【自らの命は、自らが守る】

これが「自助」です。そして「自助」は、ただ自分を守るだけでなく、大切な家族や友人を守り、悲しませないことにもつながります。

災害は避けられません。しかし、「命を守る行動」は選べます。その選択肢を、いま、家庭で、地域で話し合ってください。

自分が助かるという意志が、結果として多くの命をつなぐ力になるのです。