

記入例

地震災害を想像してその対応を考えましょう。

「ご家庭で防災対策を考えましょう。」と言われても、具体的には何をしたらよいのかわからない方も多いのではないのでしょうか。

そんな方は表面の東京大学生産技術研究所の目黒公郎教授が発案された「目黒メソッド」の考えを簡略化した表を利用して、ご家庭で防災対策を考えていただくことをお勧めします。

【表の作成手順】

手順1 あなたの1日の行動を思い浮かべ、表の縦軸に時間帯別の行動内容を記入してください。

(例) (7:00)	_____
起床・朝食・身支度	
(8:00)	_____

手順2 それぞれの時間帯内で、激しい揺れ(例えば震度6強とか7)を伴う地震に襲われた場合、地震発生からの時間経過(10秒後、1分後、10分後ほか)に伴って、あなたの身の回りで起こることを想像し、表の上段に具体的に記入してください。

手順3 手順2で記入した身の回りで起きることを踏まえ、それぞれの時間帯にあなたがしなければならないことを、欄の下に記入してください。

【表の記入例】

ここでは、日曜の正午、天候は晴れ、自宅にいる時間帯(昼食時)に地震が発生した場合を想定して表を作成してみました。(40代男性(会社員)・妻・子供2人)

時間		10秒後	1分後	10分後	30分後	1時間後	12時間後	1日後	3日後
(12:00)	地震発生	(あなたの身の回りで起こること) 食器棚が倒れ、ガラスや陶器が粉々に砕ける。 大型テレビや電子レンジが吹き飛んだ。	部屋の中から煙が出てきたが、まだ燃え広がらない。 揺れが収まる。 家族が負傷しているのが分かる。	炎が天井まで広がる。 電話が繋がらない。	家族を病院に連れて行ったが、病院は患者で一杯であった。 避難所に人が集まり始める。 消防車のサイレンが響く。	避難所に多くの人が集まる。 誰かが持ってきたラジオから、地震の規模が大きかったことを知る。	電気が一部復旧したが、通電火災が近所で発生している。 町の外へ出る自動車と安否確認や救援物資の搬入などで町の中に入ってくる自動車で大渋滞となる。	被害の大きさが分かる。 避難所に遺体が安置される。	給水車が到着し、救援物資が届く。 ガスの復旧は遅れている。 時間がたつほどに、避難所にゴミが溢れるなど、様々な問題が生じている。
		(その時、あなたがすべきこと) テーブルの下に潜る。	消火器で火を消す。 屋外で家族の怪我の応急手当をする。	迷わず避難する。 近所の人に自宅が延焼していることを知らせる。	近所に声をかけながら一緒に避難所に向かう。 途中、子供の同級生の家があるので、声をかけてみる。	避難所に集まった人々が協力して、付近の消火・救出活動をする。 災害伝言ダイヤル171を使って安否の電話をする。	妻と子供達は避難所で一夜を過ごす。 消火活動を協力する。	避難所の自治組織の一員となり、役割を担う。 生活必需品の買い出しのため、他の市町まで歩いて行く。	家の後片付けを開始する。 避難所内の諸問題を解決するために、皆で話し合いをした。
(13:00)									

【表の作成にあたって】

- 地震はいつ起こるかわかりません。「朝夕の通勤・通学時間」、「就寝中」、「子供の学校や塾の時間」、「園児の送り迎え時間」、「散歩時間中」、「繁華街で外食や宴会中」など、発生する時間帯によって、皆さんのまわりで起こる出来事は大きく変化することに注意して記入してください。
- すべての欄への記入が終わりましたら、次に「地震発生後の経過時間ごとに、あなたがすべきこと」に対して、「それを実行するためには何が必要か。またそれはどう入手するか。」を考えてみてください。災害の状況は、地震が発生する曜日や時間、季節や天候によっても大きく変化しますので、異なった条件での表を作成してみましょう。
- 表面の表で書ききれない場合には、コピーをしていただくか、町のホームページ (<http://www.town.yugawara.kanagawa.jp/>) の防災情報から表をダウンロードしてください。
- 「目黒メソッド」に関する詳しい説明は、書籍「東京直下大地震 生き残り地図 (監修：目黒公郎、発行：旬報社)」や、東京大学の目黒研究室のホームページ (<http://risk-mg.iis.u-tokyo.ac.jp/index2.htm>) から入手できます。