

外出先での防災

今年は年始から能登半島地震があり、皆さんの防災意識が高まっていることと思います。能登

半島地震は、元旦に起きたこともあり、旅行中や帰省中に被災してしまった方が多くいました。

今回は、旅先での被災の対策を、準備段階と実際に起きてしまった場合に分けて紹介します。

【旅に出る前の準備】

○宿泊地、観光地周辺のハザードマップ

旅行前にまず習慣づけたいのが、宿泊地や観光地周辺のハザードマップの確認です。その地域でどのような災害が起きる可能性があるのかが分かるほか、避難場所も記載されています。

○防災ポーチ

防水のポーチや水筒などに災害時があると便利なものを詰めた防災ポーチや防災ボトルを用意しておくといいです（図1、図2）。必要最低限でコンパクトにまとめられるので、日常的に携帯していても良いでしょう。



図1 無印良品の防災ポーチ



図2 「いつものしもしも携帯セット」の中身

○モバイルバッテリー、USB充電器

災害時にスマートフォンが使えない状況は避けたいです。ただでさえ、慣れない土地なのでできる限りスマートフォンが使えるようにモバイルバッテリー等を用意しておきましょう。

○現地での確認

宿泊施設に到着したら、まず、非常口の場所を確認しましょう。部屋のドアなどに表示されている館内の見取り図で確認し、そして、実際に非常口まで歩いてみるのがポイントです。

【災害が発生してしまったとき】

屋外・屋内を問わず、災害発生時にはまず身の安全を確保することが最優先です。

○宿泊施設内で地震が起きた場合

机の下にもぐる、クッションで頭を守るなどの対処をしましょう。また、宿の従業員の指示に従って避難しましょう。

○屋外の場合

頭上からの落下物に注意し、持ち物などで頭を保護しましょう。揺れている最中はむやみに移動せず、揺れが収まってから避難を始めましょう。また、水辺の近くの際は状況をみて高い場所へ逃げる等の行動をする必要があります。

慣れない土地での被災は、地元と比べ、不安になる可能性が高いと考えられます。どのような状況に対しても冷静に判断できるよう普段からしっかり備えておきましょう。（4年 渡邊）

大雪への対策

2月5日、東北地方や関東地方が大雪に見舞われました。大雪の影響で、首都高速道路が最大で50時間余り通行止めになるなど、交通障害が発生しました。また、太平洋側の平野部、特に都市部では、慣れない積雪による転倒事故が多発しました。

そこで今回は、大雪への対策を紹介していきます。

まず、大雪に関する情報を集め、不要不急の外出を控えましょう。冬休みなどの大型連休では、家族や友達と出かける方が多いとは思いますが、雪の日に外出すると、交通機関の運休や主要道路の通行止めなどの交通障害に巻き込まれることがあります。気象庁からの情報をよく確認して、家族や友達と相談し、日程をずらすなどの対応をしましょう。

そして、雪道を歩くときは、転倒防止のため、歩き方に注意しましょう（図3）。また、建物の屋根や高層ビル等からの落雪や落水にも注意して歩いてください。雪道を歩くことが想定される場合は、事前に滑りにくい靴や防寒具を準備するとよいでしょう（図4）。

きちんと大雪対策をして、安全に冬を過ごしましょう。（1年 原）

雪道を歩く時

- 歩幅を狭くする
- つま先とかかとを同時に地面に付ける
- 滑り止めや深い溝が付いた靴を履く
- 手袋をして、両手はいつでも使えるようにしておく

道路の雪は人や車が通ると、踏み固められて氷のように滑りやすくなる場合があります。そうした場所を歩く時には、転倒に気を付けながら慎重に進む必要があります。バスやタクシー乗り場、横断歩道、歩道橋、タイル張りの建物は特に滑りやすい状態になることが多いので注意しましょう。

図3 雪道の歩き方

雪に慣れない都市部に潜む雪害のワナ

太平洋側の平野部、特に都市部では雪に慣れていないため、わずかな積雪でも転倒してしまう事故が頻発します。このような事故を防ぐためには、靴底に滑りにくくするグリップがある靴を選びましょう。また、転んだ際の被害を減らすために、帽子・手袋・厚手の防寒具、撥水性・防水性に優れた靴を身に付けることも大切です。万が一、滑った時は、しりもちをつくように転ぶと頭を打ちにくくなります。

図4 雪道を歩くときの対策

参考文献

https://travel.tokai-nippon.co.jp/news/20240207/1001459081000.html
https://www.bosai.go.jp/news/20240207/1001459081000.html
https://www.bosai.go.jp/news/20240207/1001459081000.html
https://www.bosai.go.jp/news/20240207/1001459081000.html
https://www.bosai.go.jp/news/20240207/1001459081000.html