

自助・・・自らの命は自ら守る！

これまでに起きた地震では、家屋の倒壊のほか、家具の転倒や落下物、ガラスの破損などにより、多くの方がケガをし、命を落とされました。「いつ・どこで起きても不思議ではない」地震において、対策をとらなければ、大きな被害があることは明かです。地震が起きた時、自宅で命を落とさない、ケガをしないためにはどうすればよいのでしょうか。

また、過去の災害では、多くの被災者が避難所に押し寄せ、避難所での生活は大変過酷なものでした。そんな避難生活をすることなく、引き続き自宅で生活するためにはどうしたらよいのか、電気・ガス・水道が止まってしまっている不自由な中、いかにして自宅で生活していくためには、どのような準備をしておけばいいのか、

その対策として「**家庭内 DIG**」というものがあります。今回は家庭内 DIG について説明します。



◎家庭内 DIG (ディグ) とは・・・

まず、「DIG」とは、大きな地図を囲みながら、参加者全員で災害時の対応策などを考える訓練のことで、Disaster Imagination Game の頭文字をとって「DIG (ディグ)」と名付けられています。

「DIG」という名称には「防災意識を掘り起こそう」「災害を理解しよう」といった意味が込められており、家庭内での危険個所を確認し、自宅の安全確保を考えるという方法です。

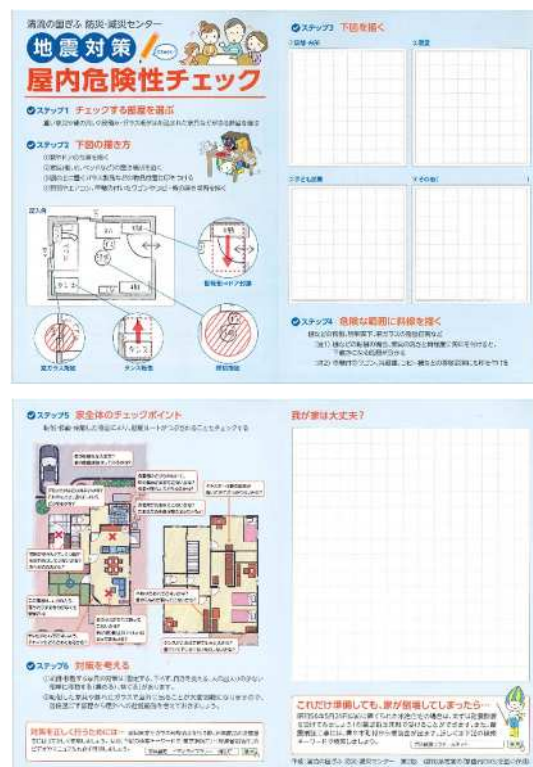
◎実施方法

家庭内 DIG は、特に難しいことをするわけではありません。紙一枚に家の間取り図を記入して、現状の危険個所について確認することが一般的ですが、実際の家の中を確認して回り、危険だと思う箇所をメモして、危険を排除するためにはどうしたらよいのか、対策を立てることで問題ありません。

実施方法については色々手段がありますが、大事なことは「いかにして自宅で生き延びるか」を考え、その対策について家庭内で話し合うことが最も重要です。家具転倒防止による対策や家の耐震化、食料にトイレなど自分の家で安心して暮らせるよう準備をしましょう。また、家全体の耐震化も重要ですが、どこか一部屋を強化する（シェルター）などの対策を講じることも検討しましょう。

また、【図1】のように、清流の国ぎふ防災・減災センター作成の資料をご参考にしてください。

参考 (<https://www.pref.gifu.lg.jp/uploaded/attachment/217315.pdf>)



【図1】清流の国ぎふ 防災・減災センター作成