

地震知恵袋 1

サバメシ

ビールのアルミ缶2つと牛乳パックでご飯を炊く方法、防災科学技術研究所の内山庄一郎氏が考案したもので、サバイバル飯、略してサバメシ。しかし、現在のビール缶はエコ志向もあり極薄い厚さとなっている。そのため、炊きあがるまでに缶が歪んでしまうことが分かった。それで、ここでは推奨はしない。

災害救助用 炊飯袋

プラスチックの袋で、1合の炊飯ができる。無洗米（濡れていると袋に詰めにくい）を目盛り線まで入れ、水を水の線まで入れて、空気を抜き、口をしっかりと輪ゴムで止める。30分程度沸騰した湯で煮沸すると、ふっくらと炊ける。この袋は集会室にも保管してある。

ラップ

食事のとき、皿や茶わんにこれを敷いて使う。食べ終わったらこのラップを外して捨てる。皿や茶わんは汚れないので洗う必要はない。水が貴重だった阪神大震災のとき、誰か始めたというのではなく、多くの家庭で行われたやり方です。

キャリアカート

車輪が付いていて、引っ張って大きなものや重いものを運べる運搬具。秋葉原でかさばる物を買ったときや、海外旅行に行くときなどに使うことの多い道具。地震のときには給水車で配られる水や、救援物物資を運ぶのに、とても役に立つ。折りたたみ式でかさばらず、しまっておくのも簡単です。



自転車・バイク

建物や電柱が倒れ込み、いろいろなものが散乱した道路では、自動車が走れないこともあります。自転車やバイクの出番です。「自転車で走ってみて初めて、全体の被害の大きさが分かった」、阪神大震災の被災者の一人の話です。情報を集めるだけではなく、もちろん物資の運搬などにも役立ちます。

カセットコンロ

すき焼きなどのときに使う卓上型のカセットコンロ。地震で電気が止まったときに威力を発揮します。室内でも屋外でも、鍋ものだけではなく、どんな料理でもできるし、ご飯を炊くこともできます。コンロがあっても熱源のボンベが切れていたら宝の持ち腐れ。水や食料と同じように、なくなったら買うのではなく、数本残っているうちに次を買い、予備のボンベが何本かいつも手元にあるようにしておくことが大切です。

水タンク

水道が止まったときに頼りになるのは給水車。でも、給水車から水をもらう容器が必要です。灯油を入れる赤いタンクには20ℓが入ります。あれでもよいし、同じくらいの大ささの水専用のタンクや、収納に便利な折りたたみ式の10ℓほどのものなど、いろいろ売っています。これが一つあると、いざというときに重宝します。もっとも困ったときには知恵も出てくるもの、阪神大震災のときには、段ボール箱の内側にビニールのゴミ袋をはめ込み、これを水タンク代わりにしていた人がいました。

スリッパ

窓ガラスやコップや皿が割れて床一面に散らばり、危なくて裸足では歩けなかった、阪神大震災でそんな話をたくさん聞きました。枕もとにスリッパとか室内靴を置いて寝る、そんな人が、以来、身につけた習慣です。

冷蔵庫

地震で電気が止まれば、冷蔵庫もその機能をストップします。でも断熱されているので、中のはかなりの期間冷やされたままで持ちます。野菜や肉、いろいろな冷凍食品、阪神大震災のとき、1日か2日の間だとしても、これらの食品はとても役に立ったといわれています。いろいろ買い込んで、冷蔵庫をいつも一杯にしておくのも、地震対策の一つかもしれません。

ウェットティッシュ

水道が止まると手を洗うこともできなくなりやす。そんなときに役に立ちます。

地震知恵袋 2

トイレトペーパー

本来の使い方以外にも、皿を拭くなど、いろいろなことにとても役に立ちます。

ガムテープ

たとえば窓ガラスが破れたとき、ビニールとか段ボールとか、ありあわせのものでふさいでおくしありませんが、そんなときガムテープはとても重宝します。

マッチ・ライター

タバコを吸う人がいない家庭には一つもなかったりすることがありますが、これは地震のときには必需品です。いわゆる100円ライターを非常持ち出しのリュックの中に入れておきましょう。

ファッション

チノパンツかジーパンにジャンパー、野球帽か毛系の帽子をかぶり、足元はスニーカーか軽登山靴、そして背中にはリュックサック、地震後の神戸を歩く人たちは、みんなこんな格好でした。動きやすく汚れても気にならないとなると、こういう服装になるのでしょうか、誰もがまるで山登りかキャンプに行こうとしているみたいな姿でした。

登山用具・キャンプ用品

山登りといえば、テントや寝袋や雨具、携帯燃料やコッフェルといった登山用品やキャンプ用品はどれも、とても役に立つようです。地震直後の数日は、それぞれ野外でキャンプをしているようなもの、野外用に作られているこういった道具は、文字どおり所を得るといわけです。

笛・ホイッスル

家具の下敷きになったりして動けなくなったときには、とにかく周りに人たちに知らせることが必要です。笛やホイッスルがあれば役に立ちます。それに備えて日頃から携帯電話のストラップに笛を付けている人もいます。

酒・ビール

救援物資にはめったに入っていないません。でも、一口飲んでほっと一息つきたい場面もあるはず、必要な方は、水や食料と同様、日常の備蓄を。

ろうそく・ランタン

電気の停まった街の夜は、本当にまっくらになります。あちらこちらに廃材を燃やす焚き火、あとは懐中電灯の灯りがちらちらするだけです。ろうそくやランタンが一つあると、その周りに集まって、食べたり話したり、いろいろな用事を片付けたりすることができます。

お風呂

2、3日は辛抱できても、それ以上経つと一風呂浴びてさっぱりしたくなります。阪神大震災のときには再開された銭湯に行列ができました。交通機関が復旧すると、電車やバスを乗り継いで、わざわざ大阪までお風呂に入りに行った人も少なくありません。東の街の場合、3号館、4号館は、給湯システムにガスを使っているので、水道、電気、ガス、この三つがすべて復旧しないと自宅のお風呂には入れないわけです。ガスの復旧にはかなり時間がかかるでしょうから、しばらくの間辛抱が必要、スーパー銭湯やスポーツクラブのお風呂の再開を待つということになりそうです。

洗濯

これも困ることの一つです。着替えがなくなったら、乏しい水を節約しながら洗うしかないでしょう。阪神大震災のときには、大阪のコインランドリーまで、洗濯物を持っていったという人もいます。神戸の街を流れる川で洗濯をしたという人もいます。でも、東の街の周りには、洗濯のできそうな川はありません。電気と水道が復旧するまで、下着を毎日替えるなんてことはできません。

商店

地震が起これば、もちろん、商店だって大きな被害を受けるのですが、多くの商店は業務再開に全力を傾けるようです。たとえば阪神大震災のとき、スーパーやコンビニは全国から応援を動員して六甲山を山越えして商品を運び、いつもとほとんど同じように供給を続けました。それだけではなく、たとえば店を開けた喫茶店の多くは、こんなときだからと、コーヒーを半額にしていました。地震は悲惨な災害ですが、また、人のがんばりや懸命さや温かさを実感することのできる、そんな場でもあるようです。