

南海トラフ地震発生確率 80%超に上昇!「机の下に隠れる」「外に出る」…地震発生時の本当は NG な行動リスト 7 選

2/9(日) 5:02 ピンズバ NEWS



日本国民を震撼させる事実が発表されたのは、1月15日のことである。

「政府の地震調査委員会は、マグニチュード8～9程度が想定される、“南海トラフ地震”の30年以内における発生確率を、今年は80%程度に引き上げました。

この数字は年々上がっており、委員長の平田直東京大学名誉教授は、いつ起きてもおかしくない、警鐘を鳴らしています」（全国紙社会部記者）

南海トラフ地震は、静岡県に面した駿河湾から宮崎県東部にある日向灘のプレート境界を震源域とし、これまで100～150年の間隔で発生してきた。

「死者・行方不明者1223人といわれる1944年の昭和東南海地震から、今年で約80年。いつ、大地震が列島を襲ってもおかしくない、防災知識のアップデートは必要不可欠です」（前同）

地震直後の行動として第一に求められるのは、身の安全を確保することだろう。小学校の防災訓練などでは、テーブルの下に身を隠すとも教わった。しかし、『防災システム研究所』の所長で、防災・危機管理アドバイザーの山村武彦氏は「正解とも言い切れない」と話す。

「テーブル下に隠れるのは間違っていないですが、家が倒壊したら元も子もない。大切なのは、自宅の耐震強度を知ることです」

基準となるのは建物の築年数だという。

「2016年に発生した熊本地震で、約2000棟の木造家屋の被害状況を調査したところ、00年6月1日以降に建てられた新・新耐震基準の建物は、61.4%が被害なしでした。

それ以前の建物には甚大な被害が出ています。00年以前の建物に住んでいる人は、地震が来たら、玄関へ逃げたほうがよい」（前同）

玄関は、背の高い家具やガラスなどの危険物が少ない。そのため、いざという際はドアを開けて外に脱出できる安全地帯だという。

「昔は、トイレや風呂は柱が集中していて安全とされていましたが、現代の建物には当てはまりません。

また、目の前の火は消すが、離れていたら後でよい。大きな揺れが来る前に逃げるのが避難の鉄則です。揺れを感じたら、すぐに玄関へ行きましょう」（同）

また、地震発生後は、防災頭巾を被って屋外へと習った人も多いと思うが、

「マンションなど、耐震強度の高い建物なら、すぐ外に飛び出さないほうがよい。揺れているときに外へ出ると、外壁などの落下物でケガをする危険大です」（同）

また、地震で倒壊した2階建て家屋の多くは、1階部分の損傷が激しいという。「2階にいたら下の階には下りず、その場で身を守りましょう」（同）

身の安全を確保したら、次は、避難場所への移動だ。この際、車は使わず徒歩移動が推奨されているが、

「海岸近くで津波のリスクがある場合など、いち早く避難したいなら車を使うべきです。ただし、地域ごとに避難経路が決まっていることも。

例えば福島県では、被災時の車両禁止エリアや避難ルートを細かく決めています。ふだんから集会に参加するなどして、ルール of 把握に努めましょう」（同）

■避難所に行けば大丈夫は幻想

震災時にも欠かせないのは、スマホだ。スマホアプリ情報メディア『Appliv』が男女663人を対象に行った調査によれば、約4割の人が、「災害時にスマートフォンは役に立たなかった」と回答。理由として、通信障害や停電が列挙されている。しかし、この意見を前出の山村氏は否定する。

「自治体の『防災メール』に登録しておけば、被災時に最新情報が得られます。また、『東京都防災アプリ』など、オフラインでも使える、避難所マップを搭載したアプリもある」

今や生活必需品となったスマホは、緊急時の命綱でもあるというわけだ。

もう一つ、被災時の生活に欠かせないのが備蓄品だ。数か月単位での避難生活を強いられることも念頭に、工夫が求められるという。

「昔は、乾パンなどの食料や飲料水が重要視されていましたが、それだけでは不十分。被災時は調味料が不足するので、うどんスープの素など、うま味を感じるものも必須です」（前同）

実際に、被災生活を経験した人の言葉にも耳を傾けよう。最大震度7の熊本地震を経験した女優の井上晴美さんが言う。

「避難所に行けば大丈夫と思ったら、大間違い。避難所は、そこに集まった人で運営するので、場を仕切る人が決まらないと、支援物資の配給も進みません」

被災当初は、自身が準備していた備蓄品だけが頼りだったという。

「自家用車に積んでいた水やクッキーで食いつなぎました。初めから避難所や支援物資を当てにするのは、やめましょう」（前同）

来る巨大地震に備え、正しい準備をしておこう。