



# 身構えるだけでも違う

岩手・宮城内陸地震で、気象庁の緊急地震速報は、震源に近い地域は間に合わなかったが、震源から少し離れた地域では、揺れの十数秒前から数秒前に速報を受けた例も。そのわずかな時間で、自分の身を守るためにできることは何だろうか？ 防災アドバイザーの山村武彦さんに話を聞いた。

## 速報受信後にできること

防災アドバイザーに聞く



山村武彦さん

想定し、今いる近辺で最も安全な場所に移動することが重要」と指摘する。山村さんの言う「安全な場所」とは①地震時に物が倒れてきたり飛ん

で、天井から太いはりや柱が倒れてきたら、机ごと押しつぶされる可能性があるし、地震後に閉じ込められることもあるからだ。

「すぐに出入り口へ行き扉を開け、いつでも屋外に脱出できる態勢を取るのがベスト」と山村さん。「火を使っている場合、目の前にあれば消して、消すのに移動が必要なら、ほうっておいても大丈夫。都市ガスや通常

のLPガスではガス遮断装置が働きます」屋外に出ても、道路には絶対に飛び出さない。「今回も驚いて道路に出て、車にはねられた方がいたようで残念です。大地震では車はコントロールできなくなり、飛び跳

ねるなど暴走することを知っておいてください」山村さんは「速報後の数秒間で何ができるのかと思う人がいるかもしれないが、身構えておくだけでもけがをする確率や度合いは確実に下がるはず」と話している。

落ちてきたりする可能性のない②閉じ込められないよう移動経路が確保できる一場所のこと。例えば屋内にいた場合、机の下に身を隠すの

合、机の下に身を隠すの

合、机の下に身を隠すの

合、机の下に身を隠すの