

書評 02

高荷 智也 著

『今日から始める家庭の防災計画 災害で死なない環境を作るための事前対策メソッド』

徳間書店 / 2023 年 9 月刊 / 192 ページ / 1,800 円 + 税
ISBN 978-4-198-65670-6

評者：片上 敏喜
日本大学生物資源科学部



本書は家庭における防災を持続していくために、「防災そのもの」をライフスタイルにすることに着目して編まれた著書である。

本書は、『第 1 章 家族が死なない環境作り』、『第 2 章 災害を「避ける」』、『第 3 章 災害を「耐える」』、『第 4 章 災害から「逃げる」』、『第 5 章 災害を「しのぐ」』の全 5 章の構成で取りまとめられている。

まず第 1 章では、家族が死なない環境をいかにして作り上げるかという観点から、「正しい防災とは何か」を問いかけている。防災には非常食を準備する、防災訓練に参加する、地震保険に加入する、防災リュックを準備するなど多岐に渡るが、何より大事なのは「まず死なないことである」ということを、著者は強く述べている。被災地から聞こえてくる被災者の声は、災害を生き延びた生者の声であり、災害で命を落とした人々の声は当然含まれていない。筆者は第 1 章において、災害で命を落とした人々は、どのような事前対策を講じていれば死なずにすんだのか、という問いから、死なない環境づくりとそれらを脅かすリスクについて述べている。死なない環境づくりにおいて必要な要素としては、①物理的に安全な空間（災害などによる物理的な脅威から身を守れる空間）、②生存できる空間（適切な空気と温度、活動できる照明が整った空間）、③生活できる空間（清潔な飲料水、美味しい食事、トイレがある空間）を整えることが重要であると指摘している。そし

て、そうした死なない環境をつくるために、災害を「避ける」（災害の度に避難しなくてもよい準備）、災害を「耐える」（災害の直撃により自宅で即死しない準備）、災害から「逃げる」（避難すれば命を守れる災害で死なない準備）、災害を「しのぐ」（電気・水道・道路などのインフラの停止によってじわじわと死なない準備）といった本書において展開される重要な 4 つの観点から対策を進めていくことが述べられている。

第 2 章では、災害のたびに避難を行わなくてもよい準備として、災害そのものの避け方を知る重要性について述べられている。大地震や暴風など、日本国内においてどのような地域でも生じる自然現象を避けることはできないが、噴火・水害・土砂災害などの生じる場所が決まっている自然現象を回避することはできる。ゆえに周囲で生じる災害リスクを把握し、危険が生じづらい環境に暮らすことや、災害が起きても逃げるができる情報を持つことの重要性を指摘している。また災害を避ける具体的な方法として、土地で自然現象を避けること（例：雪による災害を避けたければ温暖な地域に住むなど）、建物で自然現象を避けること（例：居住する地域が浸水想定区域の場合、建物が浸水の影響を受けない高さの部屋で暮らすことなど）が示されている。また、自身の生活圏の災害リスクを、各ハザードマップ（＝自然災害による被害の軽減や防災対策に使用する目的で、

被災想定区域や避難場所・避難経路などの防災関係施設の位置などを表示した地図）や関連資料などの情報から知ること、地域の状況を自分自身の目で見て確認し、把握することの重要性が述べられている。

第3章では、災害の直撃によって自宅で即死しないための建物と室内の安全対策について述べられている。地震大国である日本においては、北海道から沖縄まで、どこでも、いつでも、巨大地震が生じる可能性がある。そうした地震は恐ろしい災害ではあるが、自然現象としては「揺れる」という一点に尽きるため、建物と室内の対策を万全にすれば、個人の対策でも被害をなくすことはできる。そのための「建物対策」、「室内対策」、「緊急対応への備え」の重要性を指摘している。例えば建物対策においては、旧耐震基準（震度6弱以上の揺れで倒壊の恐れがある建物）の家には住まないことや、住宅購入時は建築基準法2000年基準といわれる2000年6月1日以降に建てられた家を選ぶこと、住宅表示性能における自然現象への評価を表す指標である「耐震等級」、「耐風等級」といった情報を確認して、耐震等級であれば3、耐風等級であれば2を選ぶことなどが具体的に述べられている。

第4章では、避難すれば命を守れる災害で死さない準備として、迅速で安全な避難計画の必要性が指摘されている。一例として、毎年のように想定外の水害が生じているが、それらの水害はハザードマップによって想定されていることが多く、そうした情報をもとに、的確な避難と避難を行うことができる道具を準備することの必要性が述べられている。そしてそのためには、「我が家の避難方針」（何から・どこへ・いつ逃げるか）を事前に考え、避難のタイミングを検討することが重要であると指摘している。また、避難行動の準備として、「今」、「ここ（自宅内外）」で、「これ（大地震等）」が生じたらどうするか？ということのをイメージする意識を、毎日の通勤・通学・外出時に少しずつ蓄積

していくことの必要性が述べられている。加えて避難の最中や避難先に到着した後で、死なない環境の維持に必要な道具を取りまとめた「非常持ち出しセット」（セットの内容としては、上述の第1章で紹介した①②③の条件を満たすセット）を準備することや、それらのセットをもって、避難場所まで行くリハーサルとしての防災散歩を推奨している。

第5章では、災害をしのぐための在宅避難とインフラ代替の準備について述べられている。災害や突発的な影響で発生する停電、断水、流通の停止といった各インフラの停止で生じる生命の危険を回避するための対策として、「被災地から一時的に離脱する」、「避難所へ行く」、「在宅避難をする」の3点を挙げて、それらの内実を詳細に述べている。特に在宅避難においては、安全な室内環境づくり、身体の一部を補う道具（眼鏡・補聴器等）と医療・持病の薬の確保、ライフライン（電気・ガス・水道・ゴミ回収等）の代替、生活物資（飲料水・食料品・日用品）の備蓄の必要性が述べられている。

また本書において筆者は、一般的にテレビなどのメディアから発信される防災の話では、死なないための防災よりも災害を生き延びるサバイバル術が取り上げられている傾向があることに警鐘を鳴らしており、事前に行う防災の重要性を指摘している。

こうした事前の防災は、事が起こる前の段階における準備であるため、目に見えにくく、手応えも感じにくく、「本当にそこまで考えて行う必要があるのだろうか？」という気持ちと闘いながら行動しなくてはならないといえる。しかし、防災や減災において、事が起こってから解決することは難しい。防災や減災は、「何としても」事前に手を打ち、日々実行しなくてはならない。そうした思いを醸成することと、その思いを実行する的確な準備の必要性を教えてくれるのが、本書の価値であるといえる。