

被災時に想定される 様々な事から身を守る編

Vol.04

被災時に怖いのは怪我や病気だけではない、
睡眠や防寒など身体を健康に保つ備えを。

防災を考える時、最も重要なのは自分の身を守るということです。どれだけ備えていても、足を怪我して歩けないと避難もできません。また、身を守ると一言と言っても、その範囲はとても広いのです。怪我や病気に対する備えはもちろん重要ですが、それ以前の、例えば、きちんと快適な睡眠がとれること、体を冷やさないこと、トイレの確保、照明の準備、歩きやすくガラスなどが飛散している場所でも歩ける靴の用意などなど、日常生活では当たり前身近にある安全を自分で準備しなければならないのです。

衛生や医療の方面では、災害時に予想される感染症の予防、消毒に使えるグッズ、携帯トイレなどの衛生用品、重傷ではない怪我に対応する医療品などを、個人で対応ができる範囲に絞ってコンパクトに収納するようにします。生活面では、雨や寒さ、瓦礫やガラス片から身を守るためのアイテムを用意します。その際に重要なのは、持ち運びやすい軽量でコンパクトなものを選ぶことです。

＜製品リスト＞

- キングジム「着る布団&エアーマット」(参考価格 ¥4,500)
- コクヨ「不織布ブランケット」(参考価格 ¥3,500)
- 「30LEDランタン」(参考価格 ¥3,000)

空気で膨らむマットレス、防寒性に優れた「着る」寝袋(しかもいざという時は着たまま歩ける)、さらに、コンパクトに畳める不織布ブランケットを掛けて寝れば、オフィスに泊まる事になっても快適。枕元にはランタン型の照明で、暗闇になる事を防ぎます。



キングジムの「着る布団&エアーマット」は使用前は、ここまでコンパクトになる。オフィスに複数常備したいアイテムだ。



エアーマットは付属のポンプを使えば簡単に膨らむ。この空気層が優しく身体を支えてくれるのだ。



災害時に身を守ってくれる アイテム・ベスト6

避難時に怖いのは病気や怪我だけではありません。それよりもむしろ、普段の健康状態に近い体調を維持することが、迅速でスムーズな避難活動に役立ちます。寝不足にならない、体を冷やさない、油断して怪我をしないためのアイテム達です。



ポンチョやブランケットは、
色々な使い方ができるよ。

「タイベック製防災ポンチョ」
参考価格 ¥1,800

ポンチョは着て寒さや雨風をしのぐのに役立つ他、屋根のように使って、トイレの目隠しなどに使えます。



「アルミブランケット (静音タイプ)」
参考価格 ¥750

寒さ対策にアルミ製のブランケットはとても役立ちます。特に、カサカサ音を立てにくい製品だと周囲にも迷惑をかけません。



「手袋 (圧縮軍手&タオル)」
参考価格 ¥480

場所を取らず、沢山保管しておける圧縮軍手とタオルは、被災時の強い味方です。個人でも持ち歩くと安心ですね。



「《G2TAM》コインおしぼり8個入り」
参考価格 ¥280

抗菌・消臭加工を施した圧縮・乾燥おしぼりです。5年以上保存が可能で、全身を清拭できる肉厚で丈夫な不織布を採用しています。

水10mlを注ぐだけでウエットおしぼりのできあがり。世界初の抗菌圧縮おしぼり。全身が拭ける丈夫な厚手。



「保護めがね」
参考価格 ¥923

被災時は悪環境を長時間歩くことになりがちです。その際目をやられるのは最悪の事態の一つ。ゴーグルでしっかり視界を確保しましょう。



「タタメットズキン2」
参考価格 ¥4,800

折畳み式のヘルメットは、普段から持ち歩いたり会社に常備しやすく、避難時には落下飛来物から大事な頭を守ってくれる必携品です。



mini column

災害時に身を守るとは？

災害時に大事なものは、生き残る事。そして平時の健康状態を維持する事です。災害時は飛来落下物があつたり、路面がひび割れたり瓦礫が散乱しているなど、怪我をしやすい状況です。

また、衛生状態も悪化し、建物の気密性も低下します。ですから、気をつけていないと簡単に怪我をしてしまいますし、病気にもなりやすい環境に長時間さらされることにもなります。何より、怪我をしたり病気になると、避難行動自体が難しくなってしまうのです。

●非常食品についてのお問合せ・ご注文は

編集長 戸津弘貴

1974年、長野県生まれ。各種雑誌、WebなどのIT系メディアにて活躍中。ガジェット情報サイト「iPod Style」や、防災情報サイト「防災スタイル」を運営している。
【防災スタイル】
http://www.ipodstyle.jp/feature_cat/bousai/

