

第2回 庄内支部研修会

日時 2025年12月21日(日)13時30分

場所 山形県防災学習館

講師 小野山先生

参加人数 5名

防災に関するビデオでは、正常性バイアス、同調性バイアスの学習をしました。

みんなと一緒にここは安全、まだ、大丈夫、と言う思い込みが「逃げる」を遅らせてしまうことがある。

「今すぐ、逃げよう」の言葉がそこに居るみんなの命を守る行動に繋がると知りました。

①地震体験

震度7は、何かにつかまっても体が浮くほどの揺れになる。自分の力ではコントロールできない恐怖を感じた。

②煙避難体験

腰を屈めて、口にはハンカチ、壁を触りながら出口を目指す。煙は一旦上昇し、天井に達したら床に落ちてくる。その間に脱出。

③消火体験

消火器は意外に重い。個人宅には設置の義務はないが、台所や石油ストーブを使用する部屋にはあると初期消火ができ、安心に繋がる。

④応急手当

まずは自身の安全を確認。その上で周りの人に協力を呼びかけ、とにかく、心臓マッサージで蘇生を試みる。同時にAEDと119番へ通報。AEDの手順は音声ガイドの通りに行く。消防の到着まで心臓マッサージとAEDを続ける。

使い方を知っていれば、気持ちにゆとりが生まれ、冷静に対処できると思われる。

知っているつもりでも実際やってみると思い通りにはいかないと実感しました。

年一回はみんなで体験することが必要だと感じました。

庄内支部 佐藤 みどり