

→地震は未然に防ぐことはできません。しかし、日頃から身の整理や物品の準備をしておくこと、そして、発生した際にはどのようにして行動すべきかをイメージしておくことで、被害は最小限に抑えることができます。

▼詳しくはコチラ！

[http //www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page01.htm](http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page01.htm)

② 津波への備え

→地震発生後、特に沿岸部では津波が押し寄せてくる場合があります。海岸で大きな揺れを感じたら、すぐに高台など安全な場所に避難しましょう。

津波は急速に、かつ繰り返し襲ってくる場合があります。警報・注意報が解除されるまでは、海岸に近づかないようにしましょう。

▼詳しくはコチラ！

[http //www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page02.htm](http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page02.htm)

③ 風水害への備え

→台風や豪雨は、その到達時期・規模などを予測することができますので、普段から気象情報に注意して、対策を立てましょう。

▼詳しくはコチラ！

[http //www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page03.htm](http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/page03.htm)

※このように、自らの身を守るための準備・行動（「自助」といいます。）を整えておくことは、とても大事です。

そして災害が起きたときでも、この自助という基礎が整っていれば、家族を含めて周囲の人と協力して助け合うこともできます。（「共助」といいます。）

普段からしっかり備えておくことは、自分の大切な人の命を救うことにも繋がりますので、ぜひこの機会に対策を始めてみましょう！

▼総合ページはコチラ！役立つ情報がたくさん！

[http //www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/index.htm](http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/bsb/sonae/index.htm)

【1】 トピックス②

■山菜採りでの遭難に注意！

今時期からは、おいしい山菜が採れるシーズンになってきました。

この時期によく発生するのが、山岳での遭難などの事故です。

しかしながら、新型コロナウイルスの関係で外出自粛の現在、山菜採りに出かけることは好ましいことではありません。

それを念頭に置いて頂きながら、今後の参考にして頂きたく、本記事を掲載致します。
山岳での遭難には、多くの危険があります。

《山菜採りに伴う危険の具体例》

- ①食料、水分等の不足
 - ②残雪による経路の見失い（特に4月・5月）
 - ③気温低下による低体温症
 - ④熊などの野生動物との遭遇
 - ⑤急斜面での作業による滑落 等・・・
- ⇒全てが落命に繋がる可能性があります！

《普段からの対策》

- ・当日の天気予報を必ずチェック
→山では急激に天候が変化します。それに対応できる装備を持って下さい。
すぐ帰るからと、軽装で入山するのは大変危険です。
- ・目立つ色の服装で行き、鈴を持ち歩く。
→平常時から周囲に自己位置を知らせることになり、また、熊対策にもなります。
- ・一人で行動しない。
→複数人で行動することで、誰かに何か発生しても外部との連絡手段を確保できます。
また、家で待つ家族などに、出発時間や帰宅予定時間を伝えておくことも大切です。
- ・表示のある進入禁止地域には立ち入らない。
→このような場所にこそ立派な山菜があるかもしれませんが、やってはいけない行為です。
- ・万が一の時の装備品
→発煙筒、警笛、GPS、コンパス等を携行すること。
自己位置を周囲に知らせる道具を持って下さい。
- ・経路のマーキング
→入山時に、ポイントごとにスズランテープを木に巻き付け、帰りはそれを回収しながら

ら下山することで、経路を見失いません。

※もし遭難したら！

→むやみにその場から動かないようにして下さい。

近場で雨風をしのげる場所をすぐに見つけ、そこに待機して自己位置を周囲に知らせて下さい。

遭難してしまうと、自分の大切な人に大きな心配をかけてしまいます。

普段からのちょっとした注意で未然に防げることは多いはずです。

自分の命は自分だけのものではありません。大切な人のことを考え、目先の収穫ばかりでなく、安全第一で行動しましょう！

▼詳細はコチラ！

[http //www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/sangaku-r1.htm](http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sm/ktk/sangaku-r1.htm)

【2】 北海道からのお知らせ

■ イベント関連について

新型コロナウイルス感染の沈静化に向け、3密（密閉、密室、密接）を回避するため、各イベントやフェアの中止・延期が発生しております。

中止・延期に関する情報はホームページなども通じて発信してまいります。

大変ご迷惑をおかけ致しますが、ご理解のほど、宜しくお願い申し上げます。

【3】 編集後記

今月のメールは、「災害はいつ発生するか分からない」、「5月の特性を踏まえた注意喚起」という2点に着目して配信しました。

5月はゴールデンウィークがあり、本来なら家族や友人と一緒に旅行！というシーズンですが、新型コロナウイルスの拡大防止の観点から、遠出は自粛することになります。

この厳しい状況の中、今は皆様の行動が本当に大切な時期になります。しかし同時に、災害はいつ起こってもおかしくありません。

普段からアンテナを広く張って、まさかの事態にしっかりと備えておきましょう。

=====

発行：ほっかいどう防災教育協働ネットワーク事務局
(北海道総務部危機対策局危機対策課)

- ・最新情報発信中！フェイスブック「ほっかいどうの防災教育」

[https //www.facebook.com/hokkaido.bousaikyouiku](https://www.facebook.com/hokkaido.bousaikyouiku)

- ・ポータルサイト「ほっかいどうの防災教育」

[http //kyouiku.bousai-hokkaido.jp](http://kyouiku.bousai-hokkaido.jp)

=====