

見つけよう防災の種

人は何事かに直面した時、自分にできることよりも、まずできないことを探し、できない言い訳を用意します。災害に対して自分がステップアップできる瞬間が訪れても、その場から逃れることを先に選択してしまい、折角の大きなチャンスを逃してしまふ。災害への備えも同じことがいえます。自分にできることを先に考えることができれば、あなたとあなたの大切な人の命を失わずにすむ瞬間を見逃さなくなります。

今年は、**防災・防犯・地域活動・日常生活等を通して「これなら自分でもできる」。**自分ができるところを探す年にしてみようと考えました。みんなが自分のできるところを探し出すことができれば、グリーンシティの地域力は飛躍的にアップし、あなた自身が住みやすく、暮らしやすい心地よい居場所となるはずですよ。

災害は、**誰もが予測できないことが起こること**で、いつも我々の想定を越えるものです。誰もが「こんなことまでは予測したくない」と考えても、起こってしまうのが災害です。そこまでの予測をしたくないから、防災減災という災害への備えもついつい手を抜き「明日やろう、またやろう、そのうちにやろう」と備えることを怠ってしまうのです。自分の身に降り掛かることを予測できれば怠ることは無くなるはずですよ。

予測できずに災害に関連してしまうことのひとつに「**避難**」というものがあります。この「避難」は、近年「**その場から逃げる避難**」と「**その場でできる避難と同等の行動**」があるといわれています。避難しなければならぬ事態が、自分に降り掛かりそうだと誰もが思いたくはない。思いたくないから「来た！今だ！」とは思えず避難行動をとれないのです。これは「**人はなぜ逃げおくれるのか・広瀬弘忠著**」に記載されている「**正常性バイアス**」といわれる、誰もが持っている心理が発動した時といわれています。



正常性バイアスとは、社会心理学、災害心理学などで使用されている心理学用語で、正常化の偏見、正常への偏向、日常性バイアスとも呼ばれています。正常性バイアスの「バイアス」は、**偏見・先入観**といった意味です。つまり正常性バイアスとは、多少の異常事態が起こっても、それを正常の範囲内としてとらえ、心を平穏に保とうとする働きのことです。この働きは、**人間が日々の生活を送るなかで生じるさまざまな変化や新しい出来事に、心が過剰に反応し、疲弊しないために必要な働き**といわれています。しかし、この働きの度が過ぎてしまうと、本当に危険な場合、警報装置が鳴っている非常事態の際でも、それを異常と認識せず、避難などの対応が遅れてしまふ。実際、避難

が必要となった人々や避難を誘導・先導すべき人達に正常性バイアスが働いたため、被害が拡大してしまった災害が多いと指摘する専門家も多くなります。

皆さんも思い当たることあるのでは？火災報知器が鳴動しても「あっ、火事だ！」とはならないのでは？「何の音？またイタズラ？うるさいなー早く止めて！」と思う人が多いようです。もしも本当の火災だったとしたらどうなのでしょう。消火が数秒でも遅れば、小さな火も大火へと変わり、人の命や財産を一瞬で焼失してしまいます。火災報知器が鳴れば「火元は？初期消火！避難！」と連想ができれば人は死なずにすむのです。しかし、多くの人は「誰かがやってくれるだろう。私がしなくても」とやらない言い訳を探し、自分自身の心の非常ベル（緊急行動）を止めてしまいます。これは、自分の命をどこの誰か知らない他人に「**自分の命を丸投げしている行動**」となります。折角、「あなたの命に危険が及んでいますよ」と、丁寧なお知らせであるにもかかわらず、無視してしまう残念な思考・行動なのです。



災害時を考えると、行政からの避難勧告・避難指示やメディアからの避難情報など、自分の身に迫る危険情報を見聞きしても、まずは避難しない言い訳を考え、避難しない自分を正当化し、それによって平常心を保とうとします。実際のところ、人はなかなか避難行動には移せないものといわれています。避難することは日常と違う行動をとることになります。自分の本能や感情に動かされず、冷静に理性の判断に従い行動します。災害後には「備えとけば良かったな～、避難しておけば良かったな～」と備えていなかった人や避難しなかった人の誰もが思います。これは「**後の祭り**」というもので、何も無い日常の中で「**備えることや予測（想定）**」を考えるとすることは非常に高度な理性の判断が必要となるからなのです。言い換えると



「**備える人・避難できる人**」は高度な理性を持った人なのです。「**備えることのできる人**」になるには、まず災害に襲われた時、「**自分は逃げようとしたくないのでは？**」と自分自身を理解しておくことが重要で「逃げない自分」を押しつけて「**逃げる・避難する・備える**」などの行動に移すことができる冷静な理性が必要となります。

「**さあ、今こそ心の備えを始める時です！**」大切な人を守るために、やれることから、できることから始めてみましょう。今、気付かなければあなただけではなく、将来の世代のどこかで大きな被害に遭ってしまいます。「**今がチャンス！**」備えていなかった自分を、備えている自分に変えましょう。すると今までのものの見え方・人生までもが変わります。災害ごときには負けない、そして「**楽しく住みやすいグリーンシティ**」をみんなで一緒に創り上げるため、今年もご協力をお願いします。