

あの日を忘れないで

3月11日で、 東日本大震災発生から9年。 防災意識、薄れてきていませんか？

私は25年前に**阪神淡路大震災**を経験しました。神戸市灘区で被災した時の恐怖は、今でも忘れることはありません。

1995年1月17日5時46分、震度7の揺れと同時に、電気、ガス、水道、電話の全てがストップしました。夜が明けると暗闇の怖さと寒さ、そして何の情報も入ってこない不安でいっぱいでした。

押し入れや天袋、家中の戸や引き出しが全て開き、中からモノが飛び出して部屋の中はめっちゃめちゃ。床一面にガラスや物が飛び散り、履き物なしで歩ける状態ではありませんでした。

この体験から日頃の備えの大切さを実感し、防災について真剣に取り組むようになったのです。

鈴木 裕子さん

光が丘在住。練馬区の区民防災組織「心のあかりを灯す会」会長。練馬区を中心に子どもの防災教育に取り組んでいる。

首都直下地震が30年以内に起こる確率は70%とされています。もしかしたら今すぐ起こるかもしれません。そのための備えを、今できることから始めてほしいと思います。食料や水はもちろんのこと、普段使っている生活用品や、簡易トイレの準備も忘れずに。

日頃から利用しているものを少し多めに備蓄しておき、消費した分を補充する“ローリングストック”がおすすめです。

防災教育を通して私が伝えてきたのは、

いちばん大切な命を守ること。そして助け合うこと。

これからも伝え続けていこうと思っています。



イラスト：「心のあかりを灯す会」提供

～ 地元ではじめよう！ 習い事 & 教室 特集 ～

Kacce かっせ の特集広告

記事広告も募集中！
(取材・撮影付き)

年間予定 各号テーマが異なる企画です

1月号 年賀	5月号 医療機関
3月号 習い事 & 教室	7月号 暑中見舞い
学習塾、音楽教室、英会話、ダンス・バレエ、水泳 など	10月号 習い事 & 教室
6月号 体を整える	12月号 美と癒やし
8月号 終活	
11月号 便利ダイヤル	

医院、歯科医院、接骨院、はり、きゅう、整体 など

月刊 Kacce への広告掲載は編集室まで！

USボーカル教室 上石神井駅前校

歌う楽しみ、表現する喜びを実感しよう

30分無料体験レッスン実施中

初心者歓迎 入会金なし

- ★ 初月月謝 3,000円 OFF !!
- ★ 6才～88才が在籍

練・上石神井 4-3-23
ホワイフェニックス 201 ☎0120-1692-88

<http://www.us-kamisayakujii.com/>