



居宅介護支援事業所

熊田 晶代

カレンダーが残り一枚になり「もう正月か」と、毎年同じセリフを言い落ち込みます。思えば今年の元旦に能登半島地震が起こったショックは忘れられません。

その後何度も大きな地震がありました。幸いに私の住んでいる町は災害が少なく、とても感謝しなければいけません。

屋島やすらぎで防火管理者として、1年に2回避難訓練を利用者さんと一緒に行い、シェイクアウトに参加しています。

先日は地域の自主防災訓練に参加し、消防団の指導を受けて消火訓練、土嚢作り、AED・心臓マッサージ、簡易担架、段ボールベッド、仕切り作りをしました。緊急時に対応できるか不安はありますが、いざという時思い出せたらと思います。

また、東日本大震災や能登半島地震などで被災地の医療をサポートする活動をしている医師の講演を聞く機会がありました。災害対策には、自分自身や家族で備える「自助（一人ひとりの役割）」、地域で助けあう「共助（地域の役割）」、行政が行う「公助（行政の役割）」の3つがあります。地域の弱者を支援し、適切な避難行動がとれないことのないように、考えられました。自分の力、他人の力、行政の力が早く整うことが出来るようにと思います。



訓練や講演を通して、自分の身の安全を考え、地域や身近にいる人どうしで行動することが大事だと、定期的に訓練をすることは、再認識するためにとっても大切だと感じました。

未だに避難生活を送っている方もおり、復興はまだ続いています。ケアマネジャーもBCP（業務継続計画）策定し、自然災害や感染症対策に位置付けるようになっていきます。

災害や感染症が無くなるわけではありません。臨機応変に動くことができ、心身ともに健康で過ごせるよう頑張りたいと思います。

