

<水害経験>もしもの自体が起こった時お金より食料より大事になるもの

こんにちは、いきもです。

台風が通り過ぎて、いきも家の周辺一帯は水没してしまいました。

いきも家の隣は大きな川が通っていて、堤防は決壊しなかったものの
下流からの逆流で床下浸水の被害でした。

ただ、今となっては「なんとか住める」だったから
落ち着いてこんな物書いている余裕がありますが、
水害発生した昨晚から翌日の今日までほぼ寝れていません。
(いつも21時とかに寝てるのに)

非常に貴重な経験だったので、これは何が何でも役に立てなきゃ損だ！という気持ちで
このレポートを書こうと思います。

1. 1週間以上前から来ていた台風情報
2. 台風対策の情報に興味になさすぎた
3. 先に上陸した台風による被害を見ても信じられない
4. 実際にデータで見せられているのに信じられない
5. 「避難指示」が出て初めて、みんなが「やばい」と思う
6. 避難セットを準備しておいたから、気持ちに余裕があった←多分コレが一番大きい
7. 逃げた後の時間の使い方を考えた準備が必要
8. 他人事なうちは、絶対に動けない
8. 逃げてきてから聞きたいいろんな声

1. 1週間以上前から来ていた台風情報

今回の台風って、けっこう前から
「規模が多きい」「災害レベル」「最大限の警戒を」
といった情報がまわっていました。

でも、私が実際に対策をしようと動いたのは前日でした。
もっと早くから動いていたら、もう少し被害は防げたのではないかと反省しています。

でも実際、動けない人のほうが多い。
それは人の心理に関係しています。(詳しくは後述)

2. 台風対策の情報に興味になさすぎた

いざ準備しようと思っても、
何を準備したらいいのか、どう対策をすればいいのか全くわかりませんでした。

なんたって、そもそも情報がまったくなかったから。

いつか災害が自分の身に降りかかるのはわかっていたけど、
それを自分事として全くとらえていなかったんだなと思います。

3. 先に上陸した台風による被害を見ても信じられない

私達の済む場所は、台風が比較的あとから上陸する地域でした。
だから、先に被害を受けた地域の情報はテレビでいくらでも入っていたんです。

なのに、この時点でもまだ、「自分のところは大丈夫」と思っていました。

家族でのんきにカレーなんて食べてましたよ・・・。

4. 実際にデータで見せられているのに信じられない

川の推移はリアルタイムで情報が公開されていることをネットで知ったので逐一見ているものの、

やはりデータでみても情報だけだとなんとなく現実感がないんですよね。

だから夜中の2時に「緊急避難指示」が出ても

一瞬みんなを起こすか戸惑いました。(まじで)

5. 「緊急避難指示」が出て初めて、みんなが「やばい」と思う

最初私の家族は

「今まで氾濫なんかしたことないんだ。大丈夫。心配いらないよ」と高をくくっていました。

確かにとても大きな川幅の割に、普段流れる量は大したものではなかったのですが

私達の家は大きな川を目と鼻の先。

普通に考えたら「ものすごく危険」なんです。

でも、一度「大丈夫だ」と思ってしまえば、人って動けないんですよ。

動けないというか、

「大丈夫だと思いたい」気持ちが「危ないかもしれない」気持ちに見ないふりをしてしまうんです。

逃げるということは「自分が災害に巻き込まれる」最初の一步ですから、それを認めることができない。
そんな事実はとても受け入れたくないからです。

人間は、自分の想像を超えるようなことが起こると

それを「ないもの」としてとらえたくなくなります。

知らないものって怖いじゃないですか。
怖いものに、向き合いたくないじゃないですか。

だから、一番手っ取り早いのは「見ないふりをする」「なかったコトにすること」。

でも、人の心理が持つこういった傾向のせいで災害被害で亡くなる方がたくさんいることを私はよくわかっていました。

だからどれだけ家族や夫に「心配するな」と言われても信じることはできませんでした。

私以外の家族は全員、「少なくとも明日の朝までは大丈夫だ」と本気で思っていたんですから。

だから私はネットの洪水情報や避難情報をずっと見ていました。
手遅れになる前にみんなを連れ出すのは私にしかできないとわかっていたから。

6. 避難セットを準備しておいたから、気持ちに余裕があった（←多分コレが一番大きい）

人生で初めて、洪水の被害を受けるかもしれない恐怖を感じた私は、

「やらないよりいい」と逃げるときに持ち出すものの準備をしました。

これは、結果としてもものすごく大きな助けになりました。

といっても、持ってきたものは現状ほぼ使っていません。

では何が私を助けたのか？

精神的に落ち着いていられたということです。

何かあってもあれがある、これがあるというのは絶対に心の余裕になります。

実際に使うか使わないかは関係なく、備えがあるというのは心持ちを大きく支えてくれるもの。

そこに時間と手間は惜しむべきではないなと思います。

7. 逃げた後の時間の使い方を考えた準備が必要

今これを避難所で書いていますが、時間が生産的に使えないのはかなりストレスです。

今後どうなるのか？なんてことは考えても仕方ないのに、やることがないとついつい考えては絶望的な気持ちになります。

私はこうして「やること」を準備できたから、無駄にメンタルは消費せずに済んでいます。

緊急時でもいつもどおりのことをやるって、すごく心が安定するんですよ。

これは現実逃避ではなく、身を守る行動だと思いました。

8. 逃げてきてから聞きたいいろんな声

実際に避難所に来てから色々な人の言葉を聞きましたが、感想として「知らない」っていうのは本当に危険なことだと思いました。

知らないがゆえに、危機管理能力ができないんだなと。

どんな言葉を聞いたかといえば

- ・緊急避難指示が出てるのに「川見てくる」と言い出す
- ・「逃げろって言うから逃げてきたけど、なんにも準備してなかった」
- ・土砂水の汚さを知らないのか、水浸しの服を洗濯して「着れる」と言い張る
- ・床上浸水した場合今後どうするかの見通しが全然立たない
- ・心配で落ち着かない、と夜通し起きていたので寝不足

などなど・・・

知識がないと、自分の身を危険に晒すことがあるんだなあというのがしみじみ感じられた経験でした。

9. 他人事なうちは、絶対に動けない

これまで生きてきてたくさんの震災被害を見てきたのに、全く自分の身に降りかかると思えてませんでした。

自分の目で見ても、音を聞いてもまだちょっと信じられないんだから、人間の感情とか心理って命守る上ではほんとに役に立たないなって思いました。

結論として、非常時の備えとして一番必要なのって

「自分事だと思ってちゃんと情報を集めて適切に判断すること」でした。

私はこの災害時、「情報」と「それを使った根拠のある判断」に救われたと思っています。

最初は川の推移は「平常」でした。

でも「避難勧告」は出ていました。

避難勧告って、逃げられる最後のハードルなんです。

コレを超えると、「逃げること自体が危険になる」緊急避難指示。

が、そんなことみんな知らないから避難勧告で逃げようと思わない。

私にはみんなを説得して避難勧告の状況で避難を促すことができませんでした。

・・・いや、促しませんでした。

「夜中にみんなを起こして何もなかったらどうしよう？」なんてこと、考えてました。

結局、命が危ないかもしれないのに

「信じたくないことは信じない」

という人の気持ちのメカニズムに流されてしまったんです。

ここですでに、「人の心理・感情的判断というのは全く当てにならない」ということが証明されます。

なぜなら、私の住む家のまわり一帯は湖になったから。

あのまま「今まで大丈夫だったんだからだろう」に従って家にい続けていたら？
安心しきって熟睡していたら？

結果としてうちは床下浸水で済んでいるけれど、
万が一のことがあったら？
遅れて避難していたら？

多分車もろとも水没していました。
場所によっては2m近くは浸水していましたから。

そして助かったとしても精神的なストレスは相当なものだったと思います。

人って、体の疲労より心の疲労の方が消耗するんです。

今コレを読んでいる人にわかってほしいのは、
自分の「なんとなく」の判断に頼ってはダメだということ。

人間って、たとえ目の前に事実を見せられても
信じたくないとすると信じられないんです。

自分にとって都合が悪い事や大変なことは認めたくないんです。

それが人間なんです。そういうものなんです。

私は違うと思ってたけど、その考えが間違っていました。

あらかじめ人は心理学的に

「そういう傾向がある」「それに従ってしまう」とわかっていたから、
私は行動をとることができました。

でもそういう情報を知らなかったら？

そして事実を受け入れる勇気を持たなかったら？

インターネット上に洪水や水害のハザードマップがあることを知っていても

河川の状況を移したライブカメラの写真がアップされていても

緊急避難指示が出ているのをスマホで見たとしても

脳が否定したらその情報は存在しないことになります。

感覚や常識に頼っていたら自分も、大事な誰かもを守ることはできません。

自分と大事な人の命を守るためには

- ・正しい「情報」を手に入れること
- ・情報をもとに「根拠のある判断をすること」

私の夫、義母、義祖母は

「心配で寝ることなんかできない」

「ご飯を食べる気もしない」

「どうすればいいかわからない」と大変な心理的ストレスを受けていました。

これは私がどれだけ理屈で説明しても取り去ってあげることができません。

なぜなら相手が情報を「心」で拒絶しているから。

一方の私は心の持ち方や考え方について学んでいたからこそ、

「何もできない今は体力を温存する時」と、

睡眠をちゃんと取ることができたし、食事を摂ることもできました。

それは情報を持っていたから。

「根拠」があったから。

信用できる情報を手に入れて、根拠のある判断ができたから。

なにより、「**心を開いて**」情報を取り込むことができたから。

今回の件で言えば

情報：家の前の川の水位

判断：川の目の前にあるこの家は危険だ

情報：過去の震災被害の体験談

判断：何かあった時すぐ逃げられるようにしておけば冷静に逃げられる

情報：水は高いところから低いところへ流れる

ここは高台でハザードマップ対象の地域から外れている

判断：この避難所は安全

情報：今できることはなにもない

家が浸水した場合、片付けに相当労力がかかる

大雨の被害は後から被害が増加する

判断：明日以降のために体力を温存しておくべき

いつ食べられなくなるかわからないからちゃんと食べておこう

といったように、情報がなければ判断はできませんでした。

災害時に冷静な判断って、簡単にはできません。

だって新しい情報を取り込む余裕がないから。

あらかじめ頭に情報が入っていれば、それらを使って正しい判断をすることができます。

でも心が閉じた状態で情報を拒絶し続けていたら？

情報を取り込むこともできません。

そしたら、正しい判断なんてできません。

できるのは、運に任せることだけ。(一番危険！)

だから、まずは「心」で拒絶しないで自分に必要な情報にアンテナを立てること。

そして根拠のある情報が手に入ったら、それを使って論理的に判断すること。

それがこの災害で私が一番学んだことです。

最後に、超個人的な覚書を。

- ・ 緊急時持ち運ぶものリストを作っておく
- ・ 乾電池、ソーラー充電器、アルミブランケットはちゃんとストック買っておこう
- ・ 危ないかもと思ったら、感情抜きにしてちゃんと避難すること
- ・ 米農家なので、早めにお米は上げておくべき
- ・ 農機具も、安全な場所に移しておくべき
- ・ いらぬものは早めに処理しておくべき（浸水したゴミは重くて片付けが大変）
- ・ なにより、準備や経済的な基盤はちゃんと準備しておくべき。心の持ちようが全く違う。

最後まで読んでいただき、ありがとうございました！