

## 「正しく恐れる」ことはむづかしい

これも寺田寅彦の言葉である。「ものをこわがらな過ぎたり、こわがり過ぎたりするのはやさしいが、正当にこわがることはなかなかむづかしいことだと思われた」と浅間山爆発についてのエッセイに書いている。

爆発している浅間山からおりてきて「なんでもない、大丈夫」と言っている学生や、平気で登っていった登山者に対して、むしろもっと危険性を知ってもらう必要があるという文脈で「正当にこわがる」を使っている。

甚大な被害を出した東日本大震災では、「大地震の混乱もあり、すぐに避難できなかった」「あれほど巨大な津波が来るとは想像できなかった」と思った人がたくさんいたことが知られています。

人には異常なことや予期しない事態に対峙したとき、「ありえない」という先入観や偏見（バイアス）が働き、変事も正常の範囲内だと自動的に認識してしまう心の働き（メカニズム）があります。こうした偏見が起こるのは、脳が過剰なストレスを避けるためです。過剰なストレスがかかる場面に遭遇すると脳が機能を停止・制限して、その負担を最小限にしようと試みます。これを心理学用語で「正常性バイアス」といいます。

天災が来ることを、今日か明日かと恐れていたのでは、日々の生活を続けることはできない。天災が来ることをわかっても自分の地域は大丈夫だとか、まさか今日明日に来ることはないというように、意識をずらして安心を得て生活を続けている。この正常性バイアスは、人が生き延びるための心理的反応ですが、そのために災害への遭遇を「正しく恐れる」ことをむづかしくしているのです。その結果、被害を拡大したり、生命・財産を危険にさらすことにもなるのです。

— 理事長 東樋口 護 —  
以上

★住宅メンテナンス診断<床下編>のご案内 <https://yukashita.holsc.or.jp/>

- ・自分で点検 【我が家の健全度・セルフチェックシート】  
[セルフチェックのお薦め | 住宅メンテナンス診断 <床下編> \(holsc.or.jp\)](#)

- ・プロの点検お申込み  
[お申込みフォーム | 住宅メンテナンス診断 <床下編> \(holsc.or.jp\)](#)

★賛助会員様の情報提供

KITOIRO <https://kitoiro.com/> 無垢の木に様々な色や柄を特殊塗装「kitoiro」—(株)ウッドワン  
無垢 No.1 木質総合建材メーカー WOODONE 木を育てている会社が作る、木のキッチン!—(株)ウッドワン

<https://www.jfd-gr.co.jp> 地盤調査・改良工事のエキスパート—(株)JFD エンジニアリング

- ※ 維持保全計画、点検の実施についてのご質問、ご不明の点は、事務局までお問合せください。
- ※ 「登録住宅いえるて」については、ホームページをご覧ください。<http://www.holsc.or.jp/iekarute/>
- ※ 「登録住宅いえるて」WEBの「利用者（ログイン）ID」をお忘れの方や不明の方は、[info@holsc.or.jp](mailto:info@holsc.or.jp) へメールをお願い致します。
- ※ センターのブログも是非ご覧下さい。
  - ブログ <http://www.holsc.or.jp/information/blog/>
- ※ このメールマガジンをご希望、又は不要の場合は、[info@holsc.or.jp](mailto:info@holsc.or.jp) へご連絡をお願い致します。