

災害から命を守る「自助・共助・公助」

豪雨や震災など、災害はいつ起こるか分かりません。被害を完璧に防ぐことはできませんが、災害のリスクを想定し日頃から備えておくことで、被害を最小限に抑えることはできます。

今回は、災害発生時に重要となる「自助・共助・公助」について考えてみましょう。

3つの要素が連携することで、**災害時の大きな力**となります！



【自助】… 自分（家族）の命や安全を守ること

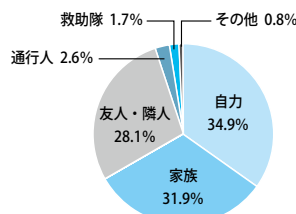
【共助】… 近所や地域の人が協力して助け合うこと

【公助】… 行政機関、消防、警察などによる救助や支援のこと

過去の大規模災害時には、行政機関や消防などの「公助」の人手が不足し、迅速な救出・救助活動ができない状況がありました。このような事例から、「自助」と「共助」の重要性がますます高まっています。

実際に、平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、倒壊した家屋などに閉じ込められた人の**約9割**が自力で脱出したり、家族や近所の住民等によって救出され、救助隊によって救助されたのは1.7%であるという調査結果もあります。

(内閣府 平成26年版 防災白書より)



自助 自分や家族の身を守るために

地域の災害リスクを知る！



ハザードマップなどで自分の住む地域の災害リスクを確認し、避難先や移動手段、家族との連絡方法などについて話し合っておきましょう。

家でできる準備をしよう！

災害時に電気・水道などのライフラインが止まったときに備え、最低3日程度は自力で生活できるように準備しておきましょう。



家具類を転倒防止のため固定したり、寝室には必要以上の家具を置かないなど、自宅の安全対策をしましょう。

共助 近隣の人と顔の見える関係を

地域の防災活動に参加しよう！

地区によっては、地域の人が自発的に防災活動を行う自主防災組織が結成され、地域内の安全点検や防災訓練を行なっています。また、各団体が主催する防災イベントなどにも積極的に参加しましょう。

自力での避難が難しい方の支援

災害時は自助が基本ですが、高齢者や障がいのある方など避難に支援が必要な方もいます。日頃から近所同士であいさつや声かけをする、地域活動や自治会に参加するなど、まずはお互いに「気にかけてくれる関係」をつくっておくことが大切です。

益田市では、支援が必要な方の名簿の作成や個別の避難計画の作成にも取り組んでいます。



まずは自分自身や家族の安全確保を優先し、無理のない範囲で近隣の方々と協力しましょう

**いつ起こるか分からない自然災害
今できることから始めましょう！**

【問い合わせ先】

| | | | |
|---------------|----------|-----------|-------------|
| 防災に関すること…………… | 市危機管理課 | ☎ 31-0601 | FAX 23-5001 |
| 個別避難計画に関すること… | 市高齢者福祉課 | ☎ 31-0235 | FAX 24-0181 |
| | 市障がい者福祉課 | ☎ 31-0251 | FAX 31-8120 |