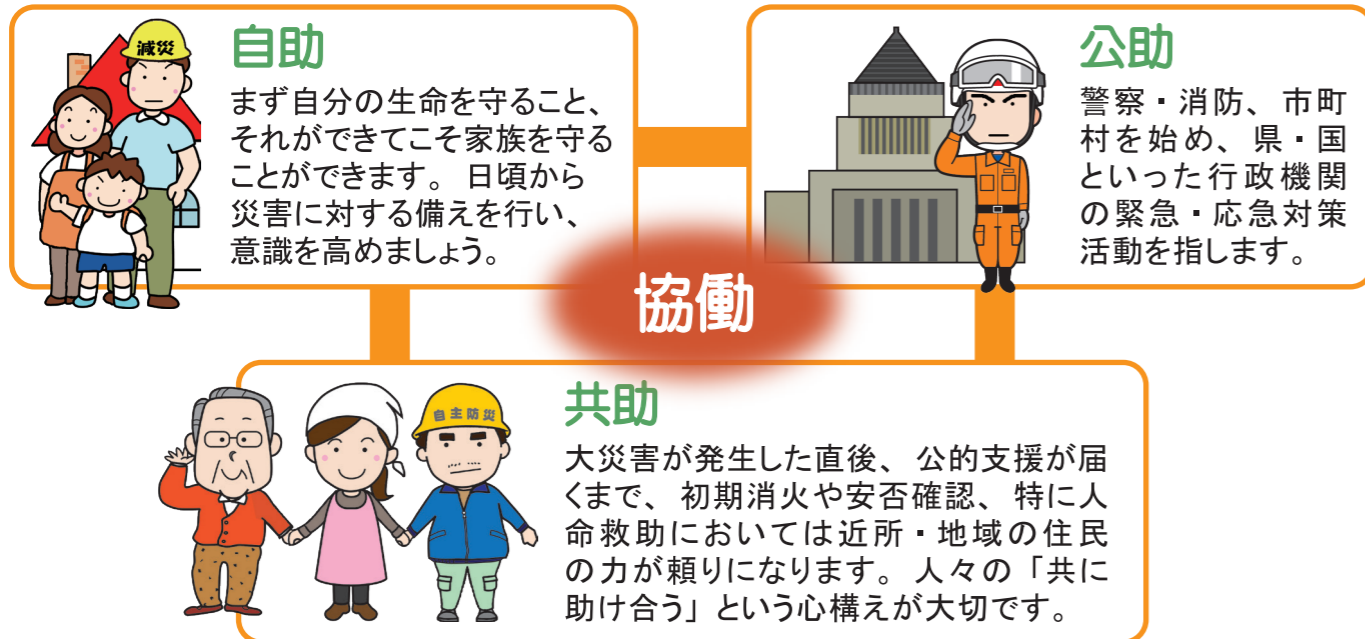


自助・共助・公助とは

災害被害を軽減するためには、これらの連携が重要です。



阪神・淡路大震災では、地震によって倒壊した建物から救出されて生き延びることができた人の約8割は、家族や近所の住民による救助でした。災害の被害は、日頃の努力によって減らすことが可能です。

出典：内閣府ホームページ平成26年版防災白書 大規模広域災害時の自助・共助の例

「自助」は何をするの？

家具固定・耐震対策

をして危険箇所を減らす

非常持ち出し袋・非常備蓄

を準備する

消火器など防災用具

を備える



ハザードマップ

を見て危険箇所を確認する

避難場所とルート

を決めておく

災害時の家族の連絡方法

を決めておく

「共助」は何をするの？

日頃から近所同士のコミュニケーション

- ふだんからの近所づきあいを大切にする事は、地域の防災力を向上させます。



地域での防災活動

- 地域の防災訓練に参加する。
- タウンウォッチングをして、自分の町をよく知る。
- 炊出し・救護などを学ぶ。

災害時に助けが必要な人をみんなでサポートしましょう！

避難行動要支援者とは

「避難行動要支援者」とは、災害が起きたとき、あるいは起きそうなときに、なんらかの支援がないと自らの安全を確保できない人たちを指します。高齢者や障がい者、外国人などが「避難行動要支援者」に該当します。こうした人々を地域で協力して支援していきましょう。

目の不自由な人

目が不自由な人を誘導するときは、声をかけながら、肘のあたり(杖を持っている場合は持っていない方の肘)に軽く触れるか腕を動かして、半歩位前をゆっくり歩きましょう。



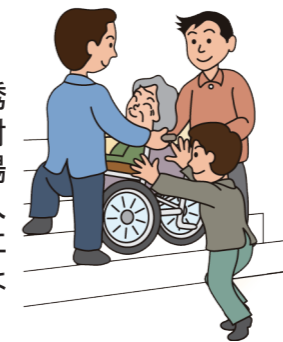
耳が不自由な人

耳が不自由な人と話すときは、近くによって相手にまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かしましょう。また、筆談も有効です。



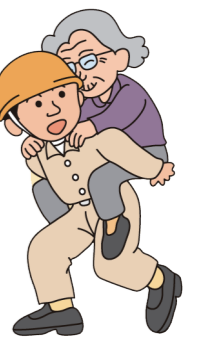
肢体の不自由な人

それぞれの人に適した誘導方法で臨機応変に対処しましょう。車椅子の場合は、階段では必ず3人で協力して、背中を下に向け恐怖心を与えないようにしましょう。



高齢者

背負ったり、肘や肩につかまってもらって誘導しましょう。危険箇所は誘導して確認などをおこない注意を促しましょう。



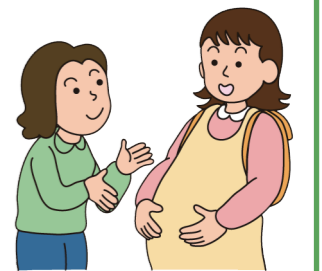
外国人・旅行者

外国人など言葉の通じない人には、身振り手振りで誘導しましょう。また、自分が旅行しているときは、非常口の確認をしましょう。



妊婦・乳幼児

妊婦や乳幼児を抱きかかえる母親などには、何か困っていることがないか、すすんで声をかけましょう。



災害時に助けが必要な人は避難行動要支援者だけではありません。災害時は、周囲の人々との共助がとても大切になります。大切な人を助けるためにも、万一災害が発生したときはまずあなたが無事であることが何より大切です。

