

# 命を守るために取り組むこと

## 「自分から」「できることから」対策を

大規模災害が起こった場合、行政が全ての被災者をすぐに支援することが困難な場合があります。そのため、住民一人ひとりの自発的な避難行動や地域コミュニティの助け合いがとても重要となります。

### 一人ひとりの取り組みこそ大切

災害の被害を軽減するためには、「自助・共助・公助」の取り組みが不可欠です。この3つの連携が円滑なほど、被害は軽減できます。その中でも基本となるのは「自助」。まず、自分の身を守ることが最も重要です。

## 自助

一人ひとりが自分の身の安全を守る

- 非常持出品・備蓄品の準備
- 避難所・避難経路の確認
- 屋内・屋外の点検・補強
- 自主的な避難 など



## 減災

- 自主防災組織による防災の取り組み など



- 公的機関による救援・救出、復旧活動 など

地域や身近にいる人同士が助け合う

国や地方公共団体などの取組

## 共助

## 公助

### 自主防災組織を結成し、地域で地域を守る取り組みを!

自主防災組織は、「自分たちの地域は自分たちで守る」という自覚や連帯感に基づき、災害による被害の予防・軽減のための活動を行う組織です。

#### 平常時の活動例

- 防災知識の普及
- 災害危険箇所の把握
- 防災訓練の実施
- 防災用資機材などの点検 など

#### 災害時の活動例

- 情報収集・伝達
- 初期消火、救出・救護
- 住民の避難誘導
- 生活物資の配給 など

### 避難は助け合いながら

#### 目の不自由な方

安全な場所まで誘導する。



#### 耳の不自由な方

メモなどで正確な情報を伝える。



#### 肢体の不自由な方

介助は2人で行う。声をかけ安心するようにする。



#### 高齢者の方

声をかけ、避難場所などへ案内する。



## 避難所の種類

- 「指定緊急避難場所」は、住民が集合し、一時的に避難する場所です。
- 「指定避難所」は、避難してきた住民を収容する施設です。
- 「福祉避難所」は、一般の避難所での生活が困難な要配慮者を受け入れる施設です。

## 安全に避難するために

「避難」とは、災害から命を守るための行動です。避難所への避難だけでなく、家屋内にとどまり安全を確保することも「避難」の一つです。状況によって判断しましょう。

### 町などからの避難情報

災害が発生するおそれがあるときに町などから避難情報が発令されます。

(こんな方法等でお知らせします)



### 避難準備・高齢者等避難開始

避難の準備を整え、テレビ・ラジオ等の放送に注意してください。避難に時間のかかる方は、避難を始めましょう。

### 避難勧告

速やかに避難を開始しましょう。

### 避難指示(緊急)

避難を完了していない方は、ただちに避難しましょう。場合によってはその時に居る建物内で安全を確保してください。

## 避難時の服装



## 非常時の持ち物を準備

記入しましょう!

### 非常持出品

避難するときに必要なものをリュックサックに詰めておく、いつでもすぐに持ち出せるようにしましょう。

非常持出品(例)	点検日
非常食3日分程度(乾パン・缶詰・栄養補助食品・チョコレートなど)	/
飲料水3日分	/
貴重品(預金通帳、印鑑、保険証、免許証など)	/
懐中電灯、携帯ラジオ、予備の乾電池	/
ヘルメット、防災ずきん	/
厚手の手袋、毛布	/
缶切り、ライター、マッチ、ナイフ	/
生理用品、携帯用トイレ	/
救急箱(絆創膏、消毒液、包帯、常備薬、お薬手帳など)	/
下着、靴下	/
長袖、長ズボン	/
防寒用ジャケット、雨具	/
	/

### 備蓄品

災害直後から数日間、自足するためのものです。

備蓄品(例)	点検日
レトルト食品(ごはん、おかゆなど)、アルファ米	/
インスタントラーメン、カップみそ汁	/
飲料水(1人1日3ℓ)	/
生活用水(給水用ポリタンク、お風呂などにためる)	/
紙皿、紙コップ、割り箸	/
カセットコンロ、ランタン	/
ラップフィルム ※お皿に敷くと洗う必要がない	/
ティッシュペーパー、ウェットティッシュ	/
簡易トイレ、水のいらぬシャンプー	/
ビニール袋 ※雨具、敷物、簡易トイレとしても使用可能	/
ロープ、工具セット ※救助活動用	/
ほうき、ちりとり ※瓦礫などの除去用	/
長靴 ※瓦礫などからの保護用	/

### 遠軽町の防災情報

町では地域の自主防災活動を支援しています。組織結成などのご要望や防災研修会などを希望される場合、総務部危機対策室までお問い合わせください。