

●自助・共助・公助

- 自助**：自分の身は自分で守る
- 共助**：自分たちの地域は自分たちで守る
- 公助**：行政など公的機関による対応

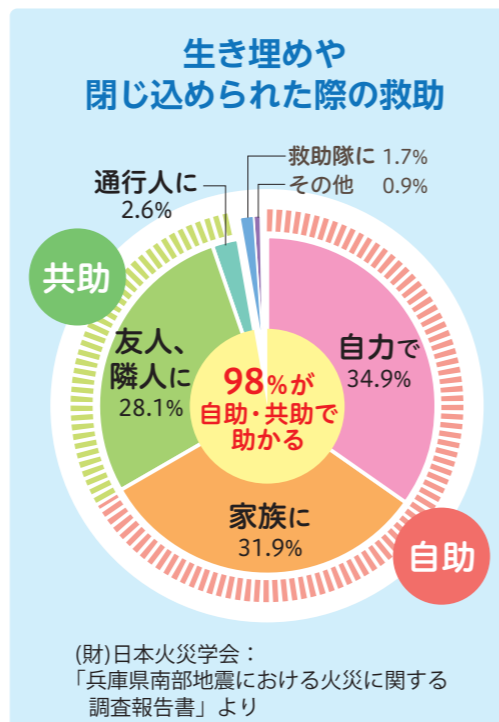


「自助」「共助」「公助」という言葉があります。災害の被害を最小限に抑えるためには、自助・共助・公助それぞれの取り組みが連携し、災害への対応力を高めていくことが大切です。

大規模災害時において、公助だけでは限界があり、自助・共助による取り組みが必要になります。

阪神・淡路大震災では、生き埋められた方、建物・家具に閉じ込められた方のうち、自力で脱出した方と、家族や友人、隣人等に救助してもらった方の割合は98%におよびます。

これは救助対象者数や、交通障害の増大により救急隊員等による救援を受けるのが難しく、隣近所など被災者同士で助け合わなければならない状況であったことを表しています。



●避難行動要支援者への支援

災害発生時に各種警報や情報の収集が困難で、避難等に介助が必要な高齢者、障がい者、外国人等、配慮を要する人を要配慮者といい、そのうち、自ら避難することが困難で特に支援を要する人を**避難行動要支援者**といいます。

情報を伝えよう

- 1 視覚や聴覚に障がいのある人には、確実な伝達手段で避難情報を伝えましょう。
- 2 外国人には災害の状況や避難の意味が理解できないことがあるので、身振り手振りを交えて情報を伝えましょう。
- 3 避難行動要支援者は、認識不足により災害時の混乱や被害によって精神的動揺が激しくなる場合があります。気持ちが落ち着くようわかりやすく、必要に応じて繰り返し情報を伝えましょう。



一緒に避難しよう

- 1 乳幼児や高齢者は手をつなぐ、背負うなどして避難誘導しましょう。
- 2 避難経路に車いす等の通行が困難な階段など、障害物がないか日頃から確認しておきましょう。
- 3 避難行動要支援者一人に対して、複数の住民による援護が必要です。日頃から具体的な救援体制を決めておきましょう。



福祉避難所の開設

避難所で一般者との共同生活が困難な、介護を必要とする人に対しては、障がいの程度や体力、病状などの状況を判断し、状況に応じて福祉避難所を開設します。

福祉避難所一覧	住所
●塩山保健福祉センター	塩山上於曾977番地5
●勝沼健康福祉センター	勝沼町休息1867番地2
●大和福祉センター	大和町田野77番地

●家族で防災会議を開く

災害は突然襲ってきます。いつ災害が発生しても被害が最小限になるように、自宅の内外の危険箇所をチェックして、各自ですべきことや避難方法、連絡方法などを家族で話し合っておきましょう。

1 避難所や避難経路を確認する

- ハザードマップを活用して、避難所を確認しましょう。避難経路は複数決めておき、一度家族全員で歩いて下見しておきましょう。
- 自宅最寄りの避難所だけでなく、職場や子供の通学路の最寄りの避難所や、万が一家族が離ればなれになったときの集合場所を確認しておきましょう。



2 家族の連絡先を確認する

- 家族の職場や学校の所在地や電話番号について確認しておきましょう。
- 親戚や友人など、非常時の連絡先について確認しておきましょう。
- 災害伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板など、緊急時の連絡方法を確認し、その使い方を知っておきましょう。



3 防災備蓄品や非常持出品をチェックする

- 家族で必要なものが揃っているか、その保管場所がどこかを確認しましょう。
- 飲料水や非常食は定期的に取り換え、懐中電灯やラジオも定期的に動作するか確認しましょう。



4 自宅の危険箇所をチェックする

- 家の中でどこが一番安全かを考えてみましょう。
- 家具類やガラスなど、家の中の安全点検をしましょう。
- 屋根や家まわり（プロパンガスやブロック塀など）の危険箇所の点検と補強をしましょう。



5 地域の防災活動に積極的に参加しましょう

- 地域の自主防災組織などが開催する防災訓練や避難訓練に家族全員で参加し、普段から地域で協力しあう体制を築いていきましょう。

