

# 命を守るための三助 ～自助・共助・公助～

近年、日本各地において自然災害が発生し、激甚化しています。平成30年は、6月の大阪府北部地震や、平成30年7月豪雨、9月の北海道胆振東部地震などが各地に甚大な被害を及ぼしました。

このような大規模災害が発生した場合には、行政や防災関係機関の対応には限界があります。実際に、阪神・淡路大震災では、救出の主体の多くは近隣住民等であり、消防・警察・自衛隊に救助された人は約2割に留まります。

このように、災害から、大切な命や財産を守るためには、行政や防災関係機関による「公助」だけに頼るのではなく、自分の身は自分で守る「自助」、そして近所の方と互いに助けあう「共助」の取り組みが大切です。

問合せ 消防防災課危機管理係（内線2648）

## 自助

### ◆家具の転倒防止対策

近年発生した地震でけがをした方のうち、約30～50%の人が家具類の転倒や落下によるものでした。家具類の転倒や落下は、直接体に当たってけがをするだけでなく、避難経路を塞ぐなどさまざまな危険をもたらします。

大きな家具は、金具や突っ張り棒で固定するだけでなく、寝室や出入口周辺に置かないなど、配置にも工夫が必要です。

### ◆避難所・避難場所、避難経路の確認

災害時は、建物の倒壊などによる避難経路の遮断によって、避難する場所が異なってきますので、あらかじめ自宅近くで避難所・避難場所を数か所確認しておく必要があります。また、避難所等までの道を実際に歩いて、危険な箇所（倒壊のおそれがある古い家屋や、用水路、蓋がはずれている排水溝な

ど）がないか併せて確認しておきましょう。市内の避難所等は久喜市防災ハザードマップまたは市ホームページ等で確認できます。

また、洪水の場合、浸水想定区域内に留まること、命の危険につながる場合があります。自然災害に対しては、各人が自らの判断で避難行動をとることが原則です。「自分の命は自分で守る」という考えの下、身の危険を感じる時は、早めに遠くの親戚・知人を頼るなどして避難することも必要です。

### ◆非常持出品・備蓄品の準備

大規模災害が発生したときは電気、ガス、水道などのライフラインが止まる場合や、道路の破損により、水や食料など、支援物資が手元に届くまでに時間がかかる場合があります。「自分にとって、我が家にとって」災害時に必要なものを整理し、いざというときに備えましょう。

### 非常持出品・備蓄品チェックリスト

ここで示すのは一例です。リストを参考に、必要なものを備えましょう。

	貴重品	応急医薬品	個別用品（女性）		衣類
非常持出品	<input type="checkbox"/> 現金（小銭も）	<input type="checkbox"/> 服用中の薬・お薬手帳	<input type="checkbox"/> 生理用品	備蓄品	<input type="checkbox"/> 下着・上着
	<input type="checkbox"/> 預貯金通帳	<input type="checkbox"/> 救急用品セット	<input type="checkbox"/> 化粧品・スキンケア用品		<input type="checkbox"/> 毛布
	<input type="checkbox"/> 印鑑	<b>衛生用品</b>	<input type="checkbox"/> 防犯ブザー		<input type="checkbox"/> 寝具
	<input type="checkbox"/> 免許証などの身分証明書	<input type="checkbox"/> マスク	<b>個別用品（乳幼児）</b>		<b>飲料水・食料品</b>
	<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> （ウエット）ティッシュ	<input type="checkbox"/> 哺乳びん・粉ミルク		<input type="checkbox"/> 飲料水（1人1日3リットル程度）
	<b>情報機器類</b>	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> 離乳食		<input type="checkbox"/> レトルト食品・缶詰・カップ麺（1週間分以上）
	<input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器	<b>生活用品</b>	<input type="checkbox"/> 紙おむつ・おしりふき		<input type="checkbox"/> 調味料
	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 手袋（軍手）	<input type="checkbox"/> おもちゃ		<b>燃料</b>
	<input type="checkbox"/> 乾電池	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 母子手帳		<input type="checkbox"/> カセットコンロ（ボンベも）
	<input type="checkbox"/> 筆記用具	<input type="checkbox"/> 缶切り・ナイフ	<b>個別用品（要配慮者）</b>		<input type="checkbox"/> 固形燃料
	<input type="checkbox"/> ガムテープ	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ	<input type="checkbox"/> 大人用紙おむつ		<b>その他</b>
	<b>飲料水・食料</b>	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 予備の眼鏡		<input type="checkbox"/> ラップ
	<input type="checkbox"/> 飲料水（ペットボトル500ml入りを3本以上）	<b>避難グッズ</b>	<input type="checkbox"/> 入れ歯・補聴器		<input type="checkbox"/> ビニールシート
	<input type="checkbox"/> 非常食（乾パン・缶詰・レトルト食品など3日分程度）	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 障害者手帳		<input type="checkbox"/> 工具類（ロープ・バール・スコップ等）
<input type="checkbox"/> 菓子類（チョコレート等）	<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾		<input type="checkbox"/> トイレ用品		