

# 災害に備えて「自助」「共助」

大雨や台風による土砂災害・浸水害などが心配される時期となりました。また、発生を予測できない地震についても常に備える必要があります。災害に対しては、「自助」「共助」「公助」の3本の柱で備えることが重要です。

特に、災害発生直後の身の安全に直結するのは「自助」「共助」です。町民の皆様におかれましては、大雨・台風シーズンに向けてこれらの備えをお願いします。

## 自助の取り組み

**「自助」とは** … 「自分の命は自分で守る」という考え方に基づき、食料や飲料水、衛生用品等を備蓄したり、災害時に自分が取るべき行動を事前に想定しておくなどの備えを行うことです。

### ハザードマップを確認しましょう

- ・自宅や職場などが洪水や土砂災害の危険性のある区域に入っているかどうか、必ずハザードマップをご確認ください。
- ・洪水や土砂災害の場合、ハザードマップの区域に入っていない方は、避難をすることで、かえって被災リスクを高めてしまう可能性があります。災害発生時に落ち着いて対応するためには、平時からハザードマップを確認しておくことが重要です。

### 避難時の準備

- ・特に、自宅や職場などがハザードマップの区域に入っている方は、避難先などを確認しておきましょう。町ホームページや、町総務課窓口で確認できます。
- ・非常用食料・非常持出品を準備しておきましょう。重さの目安は、男性で15kg、女性で10kgです。

### 【非常用食料・非常持出品チェックリスト（一例）】

備蓄食料	<input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> 缶詰 <input type="checkbox"/> アメ・チョコレート <input type="checkbox"/> サプリ <input type="checkbox"/> インスタント・レトルト食品 <input type="checkbox"/> 飲料水（目安：1人1日3ℓ）
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金（公衆電話用の10円玉含む） <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 免許証
避難用具	<input type="checkbox"/> 懐中電灯（1人1台） <input type="checkbox"/> 予備の電池（携帯用バッテリーなど） <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 上履き <input type="checkbox"/> 防寒着
救急用具	<input type="checkbox"/> 救急箱 <input type="checkbox"/> 処方箋の控え <input type="checkbox"/> 胃腸薬・持病の薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳
生活用品	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ <input type="checkbox"/> ティッシュ <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> ビニール袋
衛生用品	<input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 手指消毒液 <input type="checkbox"/> 体温計

**「共助」とは** … 近隣の方の安否確認や安全確保に協力したり、自主防災組織を立ち上げて災害時の地域の行動ルール等を決めておくなど、近隣や地域の方と助け合うことです。

### 安否確認・安全確保の協力

- ・自分の安全が確保できたら、無理のない範囲で近隣の方々の安否確認と安全確保に協力しましょう。

### 地域での話し合い・自主防災組織の立ち上げ

- ・地域の自治会等で防災対策を話し合い、災害時の役割分担や行動ルールを決めたり、避難時の支援が必要な方を把握するなど、協力体制を整えましょう。
- ・自主防災組織を立ち上げ、防災訓練を行うなど、地域の防災体制を強化しましょう。



自助・共助

# による防災対策を！！

## 公助の取り組み

**「公助」とは** … 防災行政無線等による情報の発信や避難所の開設、避難者の食料や飲料水等の備蓄など、行政等の公的機関による支援のことです。

### 気象庁が発表する気象情報

種類	大雨・台風時の主な警報・注意報	内容
注意報	大雨、洪水、強風、雷	災害が発生するおそれがある。
警報	大雨（土砂災害、浸水害）、洪水、暴風	重大な災害が発生するおそれがある。
特別警報	大雨（土砂災害、浸水害）、暴風	重大な災害が発生するおそれが著しく大きい。

### 警戒レベルと町などが発令する避難情報等

警戒レベル	避難情報等	住民がとるべき行動	発令元
警戒レベル5	緊急安全確保	既に安全な避難ができず、命が危険な状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	町
警戒レベル4	避難指示	速やかに避難先へ避難しましょう。避難場所までの移動が危険な場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	町
警戒レベル3	高齢者等避難	避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	町
警戒レベル2	洪水注意報 大雨注意報等	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	気象庁
警戒レベル1	早期注意情報	気象情報を確認するなど、災害への心構えを高めましょう。	気象庁

(注) 各種情報は、状況が急変することもあり、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。

**町は、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行うことから、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が発令されるわけではありません。**

## 災害時の避難における新型コロナウイルス感染症対策について

町では、感染症対策を踏まえた避難所運営に向け、避難者の健康状態の確認や十分なスペースの確保等の対策を行います。町民の皆様におかれましても、以下のとおり避難における感染防止対策についてご検討いただきますようお願いいたします。

### (1) 親戚や知人宅への避難や車中避難の検討

避難とは、災害から命を守るために安全な場所に行くことが重要です。（避難の方法は、避難所へ行くことだけではありません）

避難所は「密閉・密集・密接」（3密）の状態が発生しやすい場所であるため、可能な場合は、親戚や知人宅、もしくは避難所の駐車場などでの車中避難をご検討ください。

### (2) 手洗い、咳エチケット等の徹底

避難所内でも手洗いや咳エチケットを徹底し、マスクについては必ず着用するようお願いいたします。

### (3) 必要な物品の持参

町の備蓄品には限りがあります。避難に必要な物品については、「自助」の取り組みとして日頃から備蓄していただき、ご持参くださいますようお願いいたします。

### (4) 体調不良の方や感染症の疑いのある方の避難について

避難される際、体調不良や経過観察期間中（濃厚接触者）の方については、事前に町にご連絡の上、職員の指示に従っていただきますようお願いいたします。

【問合せ先】 総務課 防災・危機管理グループ ☎ 029-240-7125（直通）