

## 自助・共助・公助

災害が起こったとき、どうしたらよいでしょうか。

まず大事なものは「自助」です。「自分の身は自分で守る」これが防災の基本です。いざというときの備えや、正しい知識を持った行動が、自分自身を助けます。

そして「共助」です。自分の安全が確保できれば、次に助けを必要とする人の力になりましょう。あるいは、自分が助けてもらう立場になるかもしれません。地域住民が助け合うことで、災害の被害は軽減できます。そのためには、自分の住んでいる地域を知るということも大事です。避難場所や地域の危険個所など、地域住民で情報を共有しあい、災害に備えましょう。

最後に「公助」です。行政や消防などが日ごろから防災活動を行い、災害が発生すれば救助や支援を行います。しかし、災害が大きくなればなるほど、「公助」の機能が行き届かなくなる恐れがあります。そのためにも地域に密着した「共助」の活動が非常に重要です。

大切なのは、災害に対する一人一人の心構えです。日ごろから災害に関する正しい知識と十分な備えを心掛けましょう。

## 自分の身は自分で守る

地震が起こったら…。あなたの身を守るのはあなた自身です。目の前にある火災の元を断ち、家族や財産を守るのもあなた自身です。冷静に判断し、瞬時に最善の行動をとるためには、正しい知識と備えが必要です。一人一人が自分を守ることで、災害の被害も最小に食い止められるのです。こうした、自らが自分や家族の生命、財産を守る備えと行動を「自助」と呼びます。

## 家の中の危険を無くす

家の中を見渡してみましよう。タンスなどの家具は、地震の時に転倒を防止する金具などで固定されていますか？窓や戸棚などのガラス戸は、割れると大変危険です。ガラス飛散防止フィルムを張るなどしましょう。

また、大雨や台風が近づいてから家屋を修理するのは大変危険です。点検・修理は日ごろの備えの一つです。そして避難経路を確認し、廊下や階段はいつも整理整頓して、逃げ道がふさがることの無いようにしましょう。

## 火災に備える

火災に備えて、台所など火の出

やすいところに、消火器などを備えましょう。いざというとき、お風呂の水も役に立ちます。

燃えやすいものを火の近くに置かないことはもちろん、カーテンを防火加工のものにしておくのもいいでしょう。万が一、火を使っているときに揺れを感じたら、すぐに消してください。消火器は設置場所、使い方、有効期限を確認しておきましょう。

## 家族で防災会議

いざ、災害が起きて避難が必要になったら、何をすればいいのでしょうか。火の始末、避難経路を確保する、非常持ち出し品を確保する…。やるべきことはたくさんあります。また、遠隔地で災害に



## 京都府で想定される地震被害

平成19年8月、京都府地震被害想定調査委員会が京都府周辺で発生する地震の震源となる断層を調査されました。調査によると、南丹市を通る「殿田-神吉-越畑断層」で地震が発生した場合、南丹市の一部で震度7を超える揺れが発生するとの結果が出ました。また、これ以外でも南丹市周辺の断層で地震が発生した場合、震度5弱から震度7の揺れが起こり、多くの被害が予想されています。

あつてしまうことも考えられます。家族が離れ離れになってしまった場合の連絡方法や、避難するときの家族の役割分担、災害時の対処法など、家族で防災会議を開きましょう。

参考として、9ページに防災チェックシートを掲載しています。一度、家族で災害への備えをチェックしてみてください。