

共助

地震に限らず、台風等、大規模な災害が発生したとき、救出救助をはじめ、行政からの支援は皆さんのもとにすぐには届きません。そのため、災害による被害を軽減するためには、自分や家族を守るための備えや行動をとる「自助」とともに、普段から顔を合わせている地域や近隣の人々が集まって、互いに協力し合いながら防災活動に取り組む「共助」が重要です。



みんなで 地域全体を 守る

災害時はインフラ崩壊や人手不足で公的機関の支援が迅速に行われない可能性も。だからこそ、家族や隣近所の助け合い「共助」が非常に重要に！

P.34



ペット・ 感染症対策・ その他について 知っておくこと

災害時のペット対策で事前に準備しておくことをチェックしましょう。その他、高齢者や障害者など、災害時要援護者支援についても知っておきましょう。

P.36

みんなで地域全体を守る

自らの身を守る「自助」が大切なのはもちろんですが、地域での助け合い「共助」も忘れてはいけません。共助をスムーズに行うためにも、日頃からあいさつをしたり、交流を持つておくこともポイントになります。

■ 隣近所の助け合い

地震発生から72時間(3日間)が生死を分ける境といわれています。大地震発生時には、消防車・救急車がすぐに現場に駆けつけられるとは限りません。そんなとき、隣近所の助け合いが大きな力となります。

● 家族の安否・近隣の安否

家族の安否を確認したら、近隣の人の安否も確認しましょう。

逃げ遅れた災害時要援護者(P37参照)がないか注意しましょう。



● 協力し合って救出・救護・消火

倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を、近隣で協力し救出・救護しましょう。自分の力だけで足りないときは、周りの助けを借りたり、地域防災拠点に備蓄されているジャッキやバルなどの救助資機材を活用しましょう。地震でこわいのは火災です。消火も地域で協力して行いましょう。



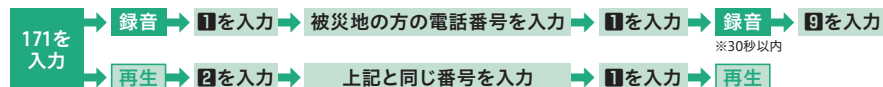
管理組合や住人同士での協力

共同住宅では同じフロアの住人など、隣近所で協力を。設備の点検や災害訓練のお知らせ、災害時のマニュアルなど、管理組合からの連絡に目を通しましょう。

■ 家族の安否確認方法

● 災害用伝言ダイヤル

災害時に被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。



※平成24年8月から、スマートフォンへの対応や伝言登録機能を追加した「災害用伝言板(web171)」の提供も行っています。

災害時以外にも、災害用伝言ダイヤル(171)(電話サービス)を体験できる「体験利用日」があります。家族・親戚・友人間で体験してみましょう。

災害用伝言ダイヤル 検索



● 携帯電話回線やインターネット回線を使った回線

Twitter(ツイッター)やLINE(ライン)といった、災害時に比較的つながりやすい連絡手段で、メッセージのやりとりや通話することも有効です。

■ 防災・減災推進研修

地域防災力の向上を図るため、地域の防災活動の担い手向けに研修を実施しています。

〈基礎編〉	〈応用編〉	〈支援編〉
防災・減災に関する基本的な知識を習得していただきます。	地域での実践的な啓発方法を学んでいただきます。	各地域で実施される自助・共助の取組をアドバイザーの派遣等により支援します。



防災・減災
推進研修



防災・減災推進研修

検索

■ 地域の訓練

自治会・町内会など町の防災組織の訓練や地域防災拠点の避難所開設・運営訓練など、地域では自主的な防災活動を実施しています。市民一人ひとりが訓練に参加して、災害への備えに取り組みましょう。

〈自治会・町内会の訓練〉

- 消火器の使い方がわかる
- 止血の方法がわかる
- AEDの使い方、心肺蘇生法がわかる
- 煙の中からの避難方法がわかる
- 初期消火器具の使い方がわかる



消火訓練



救急訓練

地域での助け合い

〈地域防災拠点の訓練〉

- 避難者の受け付け、集計訓練を体験する
- 生活場所の区割り訓練やトイレ対策訓練を体験する
- 飲料水の確保訓練や救出・救護訓練を体験する



避難所開設・運営訓練(区割り)

避難所での助け合い

■ 地域のみんでまち歩きをしよう

まちの中で、災害時に危険なもの、災害時に役立つ地域資源(公園、緑地など)や避難場所を、まちのみんで一緒に歩き回って点検し、地域のことを知り課題を検討しましょう。

※本市では防災減災推進研修・支援編にて、まち歩きや地域の危険箇所の把握など、地域の防災活動に対する取組にアドバイザー等を派遣して支援を行っています。

〈まち歩きの便利アイテム〉

- 住宅地図(「わいわい防災マップ」を活用するのも便利です)
- ハザードマップ
- カメラ
- 筆記用具(赤・青などの色サインペン等も)
- 付箋紙、メモ
- セロハンテープ など

〈まち歩きの進め方〉

みんなで地震が起きたときの地域の様子をイメージし、積極的に話し合います。地図を用意し、まち歩きのルートを決めます。(1回1時間くらいが目安です)

ペット・感染症対策・その他について 知っておくこと

地域防災拠点とは、多くの被災者が共同で避難生活を送る場であり、動物を苦手とする人や、動物アレルギーなどの理由で動物と一緒にいられない人もいます。このような避難者がいることを考慮し、地域防災拠点の実状に応じたペット対策を日頃から考えておくことが大切です。また、避難生活をする上での感染症対策や、普段なかなか知ることのない高齢者や障害者、妊婦など、周囲の助けが必要な人への支援も知っておきましょう。

■ 日頃からのペット対策

地域防災拠点で考えておくこと

- 人との動線を分けた雨風をしのげる場所にペットの一時飼育場所を設定しておきましょう。
- 一時飼育場所でのペットの管理方法や清掃について飼育ルールを決めておきましょう。
- 拠点訓練などの機会を捉えて受入れ訓練を行い、地域の飼い主同士の協力体制を築いておきましょう。この際飼い主の窓口となる代表者を決めておく、その後の取組がスムーズに行えます。
- 身体障害者補助犬はペットではありません。補助犬の同伴については円滑に受け入れを行きましょう。



飼い主が考えておくこと

- ペットをキャリーバッグやケージに慣らしておきましょう。外出するときだけに使用するのではなく、日頃から扉を開けた状態で部屋に置き、ペットがくつろいだり眠ったりする「安心できる場所」として慣らすことで、速やかな避難行動ができ、避難生活での使用においてもストレス軽減につながります。
- 災害が起きたら、地域の飼い主が協力してペットの一時飼育場所での飼育・衛生管理を行います。日頃から地域防災拠点の活動に積極的に参加しましょう。
- ペットに関する臭いや鳴き声などのトラブルについては、地域の飼い主同士協力して責任を持って解決しましょう。

■ 避難生活をする上での感染症対策

- 災害時に自宅で安全を確保できる場合には、感染症を防止するためにも、在宅避難に努めてください。
- 在宅避難に備え食料やトイレパック等の備蓄品を準備してください。
- 行政が開設する避難場所・避難所だけでなく、親戚や友人の家などへの避難も検討してください。
- 避難場所・避難所に避難する際に持参する非常用持出品に、マスク、体温計等も含めてください。



横浜市発行の「災害時のペット対策」ガイドラインをチェック!

災害時の
ペット対策
について



横浜市 ペット 災害 検索



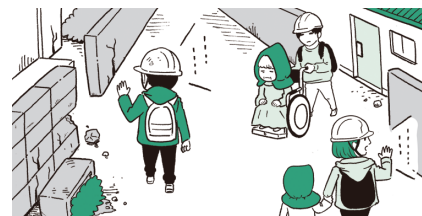
■ 災害時要援護者支援

私たちの中には、高齢者や障害者、乳幼児や妊産婦など災害が起きたとき、何らかの支援が必要な人たち（「災害時要援護者」といいます）がいます。また、災害時には、けがを負い、誰もが災害時要援護者になる恐れがあります。

災害時要援護者が災害から身を守るためには、本人、家族などによる十分な事前準備が必要です。また、周りの人たちが災害時要援護者のことを理解し安否確認、避難支援などの手助けをすることや、避難先で必要な配慮をすることが大切です。

日頃からできること

- 日頃から、住民同士のコミュニケーションを図ることを心がけましょう。地域には、高齢者や障害者などの災害時要援護者をはじめ、様々な事情のある人がいます。隣近所の人や地域の人と、声をかけ合える関係をつくりましょう。
- 地域で支援が必要な人を日頃から把握し、情報の管理方法などについて、事前に決めておきましょう。地域で支援が必要な人の名簿について、区役所から提供を受けることもできます。
- 定期的に防災訓練などに、地域の災害時要援護者も参加してもらいましょう。誰が声をかけるか、避難の手助けをするかなど、あらかじめその人の支援者を決めておくのもよい方法です。また、避難経路に、道の幅がせまいところがないか、地震などの際の危険箇所を確認しておいて。



災害が起きたら…

- 自分の身の安全を確保できたら、近所の人と声をかけ合って避難しましょう。
- 家族だけでは困難なときには、手助けを頼みましょう。単独での行動はせずに、身近な人たちと集団で行動します。
- 目や耳の不自由な人には周りの状況を教え、必要に応じて一緒に避難しましょう。
- 寝たきりの人など、自分で移動することが難しい人は、シーツや毛布を利用して移動させることも考えられます。



普段から横浜市民防災センターを利用してみましょう!

横浜市民防災センターは、体験型の防災学習施設です。体験ツアーなどを通じて、様々な災害をリアルに体験することで、自分の命を守る「自助」や周りの人たちと助け合う「共助」について学ぶことができます。災害に対する備えと対応を学び、いざというときに備えましょう。



横浜市民防災センター
横浜市神奈川区沢渡4-7
TEL: (045) 411-0119



横浜市民防災センター

検索

