

## 防災連載(第3回)

# 「自助」「互助」「共助」「公助」ってなに？

防災に関する用語として「自助」「互助」「共助」「公助」が大切とよく聞きます。何となく分かる気はしますが、具体的にはどういうことなのでしょう。

### 「自助」とは

自分自身や家族の命と財産を守るために、自分や家族で防災に取り組むことです。まずは、自分の命は自分で守る。自分の命が守れなければ、他の人や地域の安全を守ることはできません。また、自分が怪我をすれば、他の人の手を借りることになります。

○日常的な災害に対する備えや、災害時の対応を行っていくために次のようなものを備えます。

・発災後3日間を乗り切る人数分の備蓄（できれば7日分）

水（一人分の目安：3リットル／1日当たり）

食料（一人分の目安：3食／1日当たり）

災害用トイレ（一人分の目安：5回／1日当たり）

・常備薬など日用品の備蓄 ・家具、テレビ、照明器具などの転倒、落下防止措置

・ガラスの飛散防止 ・家族で災害時の安否確認の伝達手段の確認 ・避難経路の確認

○避難所へ避難するときに持参するものは次のようなものがあります。

・飲料水 ・食料 ・処方薬（お薬手帳） ・懐中電灯 ・歯ブラシ ・除菌ウェットティッシュ

・携帯電話、充電器 ・ラジオ

○自宅から避難する場合は、次のようなことを確認します。

・出火の原因になるものはないか ・ブレーカーを落としたか ・ガスの元栓を閉めたか

### 「互助」とは

自分自身の安全を確認できた後に、家族や近所の人などで助け合うことです。

○具体的には、次のようなことがあります。

・家族や隣近所の人たちの安否確認 ・避難所へ一緒に避難する

### 「共助」とは

自分自身や近所・地域の人たちと助け合い、みんなで地域の安全を守ることです。

○具体的には、次のようなことがあります。

・自主防災活動への参加 ・防災訓練への参加 ・高齢者、障がい者への支援

### 「公助」とは

町、消防、警察、自衛隊などによる公的な支援のことです。町では、事前対策として、食料や飲料水などの生活物資の備蓄や資機材の整備、民間事業者や他の市町村との応援協定などを実施しています。

また、災害時には、人命救助や復旧・復興を行っていきます。

○具体的には、次のようなことがあります。

・避難所の開設 ・水や食料などの提供 ・ライフラインの復旧 ・被災者の生活再建支援

“備えあれば憂いなし”ということわざがありますが、日頃から家庭で話し合い、互助の精神を忘れず防災に対応していれば、いざというときに役立つでしょう。

□問い合わせ 総務課 ☎内線314

★防災行政無線の放送内容は、☎69・1890で確認することができます。