



# 助け合いながら避難行動を！

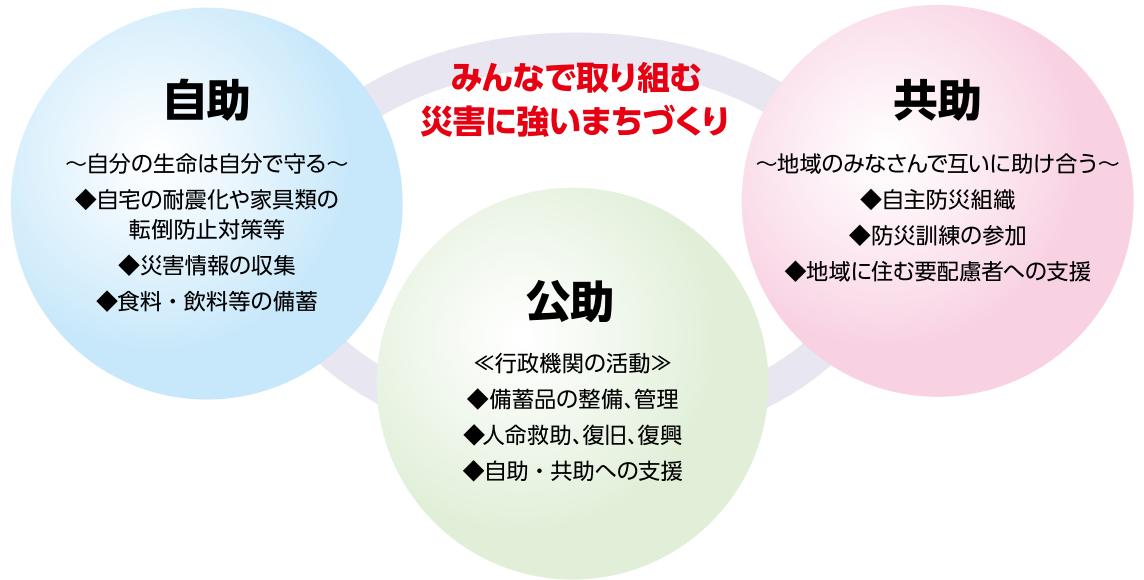
「地域で防災」を合言葉に、地域の防災力を高めよう！

## 地域の防災力を高める 自助・共助・公助

地震や洪水、台風等の自然災害による被害を最小限に抑えるためには、自分の命は自分で守る「自助」、地域で助け合う「共助」、行政の救助・支援「公助」の取り組みが必要です。

大規模災害時では、公助の機能に限界がありますので、「自助・共助・公助」が連携することにより、住民と行政が一体となって地域防災力を高めることが重要となります。

いざという時に備え、適切な行動ができるよう日常的に防災を意識しましょう。



## 自主防災組織の活動で地域防災力の向上を！

あなた自身とあなたの地域を守るために自主防災組織に積極的に参加して助け合う体制を築きましょう。

地域で自主防災組織を作るときや活動するときは、町に相談してください。資機材購入や避難訓練経費などの補助をしています。自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という連帯意識のもと、地域住民が自主的に防災・減災活動を行う組織です。

### 自主防災組織の活動に参加しましょう

自主防災組織は住民が防災活動を実施するために、自発的に結成する組織です。地区会の代表者や役員が、自主防災組織の代表者や役員を兼ねている場合が多く、地区会の活動と一体的に防災活動を行っています。



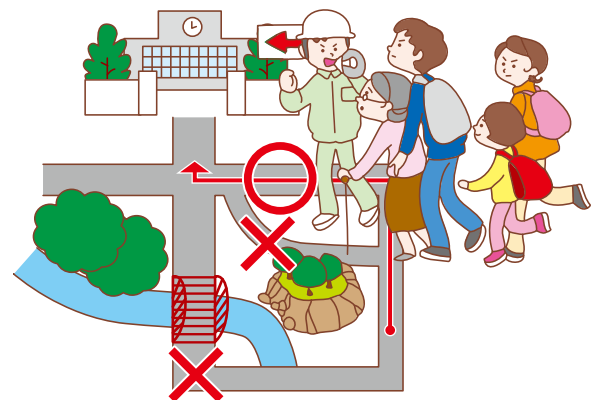
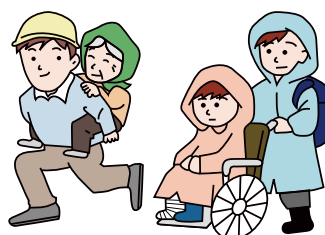
### 自主防災組織の取り組み

- 地域の防災訓練や活動に積極的に参加し、防災の知識やAED・消火器などの使い方を身につけましょう。
- 日頃からご近所の方々とのコミュニケーションを深めましょう。
- 災害時に備え、日頃から支援が必要な人を知っておきましょう。
- 地域で初期消火や避難誘導、救出・援護等ができるよう、必要な資機材を整備しておきましょう。
- 災害時には、避難誘導や、救出・救護活動、避難所運営へ協力しましょう。
- お年寄りや体の不自由な方などの避難に協力しましょう。

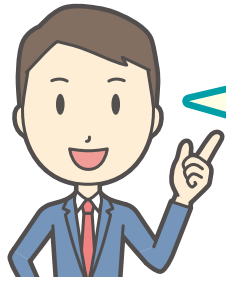


## 「避難行動要支援者」制度について

高齢者、障がい者など災害時において特に配慮が必要な人（避難行動要支援者）の名簿を作成しています。この名簿を地域の支援者と共有することで、普段の見守りや災害があったときの手助けなど、地域の助け合い（共助）の力を強くする体制づくりを進めています。



# 警戒レベルを確認して逃げ遅れゼロへ!



それぞれの警戒レベルに相当する情報を、早めの避難行動の判断に役立ててください。  
 町からの避難指示等の発令に留意するとともに、避難指示等が発令されていなくとも自ら避難の判断をしてください。  
 警戒レベル5の状況では災害が発生して避難できなくなることから、警戒レベル3や4の段階で避難することが重要です。

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保※1
〜 〈警戒レベル4までに必ず避難!〉 〜			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※2	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません  
 ※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり危険を感じたら自主的に避難するタイミングです  
 注: 令和2年12月24日公表「令和元年台風第19号等を踏まえた避難情報及び広域避難等のあり方について(最終とりまとめ)」の内容で作成しています。

避難行動

## 在宅避難を行うときの心得

災害の状況によっては、外へ避難することが危険な場合もあります。  
 自宅での安全が確保できるのであれば、在宅での避難を検討しましょう。

### 周囲が浸水してからの自宅外避難は危険です

屋内の2階以上へ(建物倒壊の危険がない場合)緊急的に一時避難し、救助を待つことも検討してください。

### 身の安全を確保しましょう

地下室や低い場所にあるドアは開けておきましょう。水圧でドアが開かなくなり危険です。

### 水道・電気・ガス・トイレなどのライフラインの停止に備えましょう

ライフラインが復旧するまでの数日間のために飲料水や食料などの備蓄があると安心です。(3~7日分)

### 家屋や家財の被害を軽減しましょう

- 水に浸かってしまった家財は一瞬にしてごみと化してしまいます。できる限り家財の被害を軽減しましょう。

○通帳・保険証・パスポートなどの貴重書類は、浸水を免れる高い場所へ移動しておきましょう。

○自家用車は早めに安全な場所へ移動しておきましょう。移動が困難な場合であっても、せめてエンジン部分の浸水を防ぎましょう。

○畳は高い場所へ移動しておきましょう。食卓などの上に載せておくだけでも浸水を防げる場合があります。

○数日分の衣類だけでも浸水から退避させておきましょう。

○高価な家電製品や思い出がつまったアルバムなど簡単に移動できるものはできるだけ高い場所へ移動しておきましょう。

○風呂の浴槽の水は溜めておきましょう。排水路の逆流防止、生活用水としての利用、下流域の水位低減などの利点があります。

### 被災後は安全を点検しましょう

- 断線した電線が家屋に触れていないか確認しましょう。
- 落下や倒壊の危険物は無いか確認しましょう。
- 浸水の被害にあったら念入りに消毒しましょう。
- 水害を受けたら衛生に注意しましょう。水道水は煮沸し、手の消毒を忘れないようにしましょう。
- 活動時にケガをしないよう、肌を露出しない服装で、ヘルメットも着用しましょう。
- 家の中は風通しを良くして乾燥させましょう。