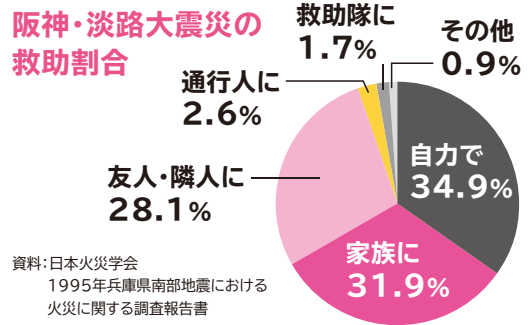


# 地域防災対策

## 自主防災組織とは

地域住民が「自分の地域は自分達で守る」という意識を持って、自主的に結成する防災組織のことです。地震や台風等の大規模災害では、行政の支援が遅れる場合があります、また避難行動要支援者の避難支援等は個人の力では限界があります。地域の皆さんが協力し合い防災活動を効果的に行うための組織が「自主防災組織」です。



### 普段の活動

#### 地域・家庭の安全対策

地域や家庭内の防災対策の確認や救護の必要な方の確認、避難経路の把握などを行う。また、防災知識の普及や意識啓発などを行う。

#### 防災用資機材などの整備

情報収集・伝達、初期消火、救出・救助、避難、給食・給水などに必要な資機材を備えておく。

#### 防災訓練の実施

災害を想定した避難所への避難誘導訓練や、炊き出しなどの避難所運営を想定した訓練を行う。

### 災害時の活動

#### 災害情報の収集

災害の正しい情報を集め、混乱のないよう住民に伝達する。

#### 救出・救助

災害の発生により、被害のあった人の救出・救助、負傷者への応急処置などの協力を行う。

#### 避難誘導・避難所運営

避難活動の中心的役割として、避難場所までの誘導や、避難所の開設・運営、給食・給水活動などを行う。



煙道体験



女性消防団員による救急法



消火器による消火訓練



起震車体験

Try!

# 防災訓練に参加しよう!



防災訓練の目的は、災害の基礎知識を得る、地域における個々の役割を理解する、防災資機材の使用法の習得、避難場所の確認や避難経路の確認などがあります。日頃から近隣の方と顔見知りになり、地域での協力態勢を作っておきましょう。



消火用

## 消火訓練のポイント

- 1 消火器の使い方を学んだり、濡れた布や毛布による初期消火の訓練をしましょう。
- 2 隣近所の人や地域の人と連携してバケツリレーの練習を行うなど、消火活動ができる体制をつくりましょう。
- 3 バケツリレーなどの消火活動訓練のほか、「火を出さない」ための工夫や日頃注意する点を確認し合いましょう!



## 避難訓練のポイント

- 1 いざというときに、避難場所まで確実にいけるように実際に行ってみましょう。
- 2 要配慮者の避難訓練や幼児・児童の家族引き渡し訓練を行いましょう。
- 3 火災、地震、水害など、災害の種類によって違う避難方法を確認しましょう。
- 4 避難所に避難した際の手順や避難所でのルールの確認を行いましょう。

## 避難所での過ごし方

避難所は、多くの人たちと共同で生活する場となります。限られた生活スペースの中で、どのように過ごせばよいでしょうか。

### 係の人の指示に従った行動

集団で生活しなければならない避難所では、避難所を運営する人の指示に従い、ルールを守って行動しましょう。

### 適度な散歩と体操

避難生活中はストレスがたまったり、エコノミー症候群になることもあります。そうならないよう時々、体を動かして気分転換をしましょう。

### 周囲の人との助け合い

避難生活を乗り切るためには、まわりの人たちと協力し合いながら、避難所を運営する人とともに、積極的に行動しましょう。



災害に備える

エコノミー症候群

長時間狭い場所でじっとしていることが原因で、足の血管内に血のかたまりができてしまう病気。症状が重いときは、腹痛、呼吸困難、失神等の症状を引き起こすこともあります。