

地域の防災力を高めて、 みんなで助け合おう

東日本大震災では、発生当日は津波に襲われて避難所で水も食料もまったく口にできない人々がたくさんいました。それでも住民同士声をかけあい、励まし合って生き抜いてきました。自宅避難者が避難所の人びとの健康維持に必要な血圧計などを提供することもありました。地域の防災力が日頃から高いところは、多くの住民の安全を守り、不安な被災者を励まします。そして地震被害から早く立ち直ることができます。ここではふだんからの地域コミュニティの大切さを考えてみましょう。地域コミュニティとは、「地域社会」のことをいいます。



次の3つのことを日頃から意識することで、震災時にはあなたと家族を守り、地域を守ることができるようになります。地域を知って地域の行事や活動に積極的に参加しましょう。

①近所での助け合い ②「共助」の訓練 ③住む地域を知る

震災時には近所での助け合いができるように



近所で声をかけあおう



家具にはさまれて出られない

コミュニケーション と情報

2

ご近所との助け合い「共助」を日頃から訓練



家族の無事を黄色い旗で知らせたこと
ですばやく安否確認(宮城県の例)



避難所を想定した共助訓練をして
おくなど、いろいろな訓練ができます

3

共助力を高めるためにあなたの住む地域を知ろう



地域の
防災訓練に
参加し
よう

解説 大地震が起こると、倒壊した建物やエレベータにとじこめられる人がたくさん出ます。同時にたくさんの人々が救助を求めているので、警察や消防による救出はむずかしくなります。近隣の人や友人たちが近くにいてくれることで、一刻も早い救助ができ、命を守るために大きな助けになります。近い将来の発生が心配されている首都直下地震では、23000人から32000人もの人が自力では脱出できない状態になると予想されています¹⁾。

解説 大地震発生時は、ご近所との助け合いが大切です。まずは声をかけあって、無事を確認します。けが人や手伝いが必要な人々がいたら、たんだで治療できる施設まで運ぶなどして助けます。食料や水などが足りなくて困っている人がいたら、余分な分を分けてあげましょう。近所のお年寄りや障がい者の人たちには、声をかけ、不安なことや要望を聞き取ります。できれば地域の住民同士で復興に必要な情報を伝えます。地震前からこれらについて訓練をしたり、知識をつけたりしておく、いざという時にあわてません。

解説 助け合いを急にやろうとしても、うまくいかないかもしれません。普段から近所の人たちと交流しておき、地域行事や防災訓練などに参加しておきましょう。地震の混乱のなかでも助け合える関係を普段からきずいておくことで、地域力を高められます。

参考資料 1) 東京都総務局：首都直下地震による東京の被害想定(平成18年5月)、東京都防災ホームページ、<http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/tmg/assumption.html>。

平田京子