

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

平常時の活動

● 防災意識の普及

防災マップの作製、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会などでの防災イベントの実施など。



● 防災巡視・防災点検

各家庭の防災用品の点検、防災倉庫の備品や消防水利の確認、燃えやすいものの放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすいものの点検など。



● 防災資機材の整備

ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食品、救急医薬品などの防災資機材の整備や備蓄品の管理など。



● 防災訓練の実施

避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、情報収集・伝達訓練、給食(炊き出し)訓練など。



● 災害時要配慮者対策

災害時要配慮者の把握・見守り、担当者の確認など。



防災
チェック
ポイント

自主防災組織は
なぜ必要なのか

自主防災組織とは、地域住民が連携し防災活動を行う組織のことをいいます。日ごろは、防災知識の普及啓発、防火訓練や地域の防災安全点検の実施、防災資機材の整備といった活動に取り組みます。そして、いざ災害が起きたときには、避難所の開設・運営、住民の避難誘導、初期消火活動の協力などに従事します。

特に大地震のような大規模な災害時には、交通網の寸断、通信手段の混乱、同時多発の火災などで、自治体や消防、警察なども、同時にすべての現場に向かうことはできません。そのような事態に備え、地域住民が連携して地域の被害を最小限に抑えることが自主防災組織の役割です。あなた自身とあなたの町を守るために自主防災活動へ積極的に参加し、「災害に強いまち」をつくりあげましょう。

自主防災組織活動事業補助金

市では、自主防災組織の結成と、その活動を推進するため、自主防災組織が行う防災・減災活動(防災資機材や備蓄品の購入など)にかかる経費の一部を補助しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。市役所までお問い合わせ下さい。



災害時の活動

避難所の開設・運営への協力

● 避難所の開設

避難所の開設、避難所施設の状況確認、避難者誘導・受け入れ、避難者の居住場所と業務の割り振りなど。



● 避難誘導

地域住民などの安否確認、避難所への誘導、災害時要配慮者の安否確認・援助など。



● 食糧・物資関係

備蓄食糧や救援物資などの避難所への運搬および配布、炊き出しなど。



● 衛生管理

水確保・トイレの清掃、ゴミの搬出保管、施設内の清掃など。



● 情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。



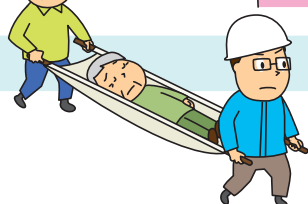
● 初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツリレーなどによる初期消火活動など。



● 救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。



● 医療救護活動

負傷者の応急手当、救護所への搬送など。



災害が発生したとき、避難に時間がかかったり、自力で安全な場所へ避難することが困難な高齢者や障がいのある人(避難行動要支援者)がいます。このような人が災害時に地域の中で支援が受けられるように名簿を作成し、本人の同意を得たうえで、必要な支援内容などの情報を自治委員や民生委員など(避難支援関係者)に提供しています。こうした避難行動要支援者を災害から守るために、普段の見守りなど、地域で協力し合いながら支援していきましょう。

避難行動要支援者の特性

- 1 災害の危険を察知することが困難である。
- 2 自分の身に危険が差し迫っていても、支援者に助けを求めることができない、もしくは困難である。
- 3 危険を知らせる情報を受け取ることや正しく理解することができない、もしくは困難である。
- 4 危険を知らせる情報を受け取っても、それに対応して行動することができない、もしくは困難である。

避難行動要支援者を守りましょう

平常時には

日ごろから地域の人たちと避難行動要支援者が交流し協力して、避難行動要支援者の支援体制をつくる必要があります。

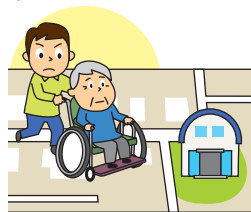
1 防災訓練への参加

避難行動要支援者と一緒に避難経路や避難所が確認できます。また、避難時に避難行動要支援者がどのような支援が必要になるのかを知ることができます。



2 避難行動要支援者の身になって防災環境を点検する

放置自転車などの障害物はないか、耳や目の不自由な人や外国人向けの警報や避難の伝達方法はあるかなど、避難行動要支援者に対応した環境づくりをしましょう。



3 日ごろから積極的なコミュニケーションを図る

避難時の支援活動をスムーズにするためには、避難行動要支援者とのコミュニケーションを日ごろから図っておくことが大切です。



災害時には

避難行動要支援者は、一人では身の安全を確保することが困難です。災害時、地域からは積極的に声をかけて、手助けしましょう。

1 避難するときはしっかり誘導する

一人の避難行動要支援者に対して複数の住民で支援するなど、地域で具体的な体制を決めておきましょう。隣近所で助け合いながら避難するようにしてください。



2 安全に避難できるように支援する

目が不自由な人には、階段や障害物を説明しながら進みましょう。耳が不自由な人には、身ぶりや筆談などで正しい情報を伝えましょう。避難行動要支援者が安全に避難できるように支援しましょう。



3 困ったときこそ温かい気持ちで

非常時にこそ、不安な状況に置かれている人の立場に立ち、支援する心構えを。困っている人や避難行動要支援者に対し、温かいおもいやりの心で接しましょう。



防災士について

防災士とは、「自助」「共助」「協働」を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを日本防災士機構が認証した人のことを言います。

● 防災士の役割

防災士は民間の資格のため、災害時の活動に権限や責任はなく、あくまでも個人の意思によるボランティア活動になります。防災に対する知識を高め、志と使命感をもって活動することが期待されています。災害時には防災リーダーとして自発的にボランティアに取り組み、自治体やボランティアの方々と協働して活動していきましょう。

● 平常時に期待される防災士の行動

- ・地域・企業・団体での防災啓発活動、救急救命知識の普及活動
- ・防災訓練・避難訓練などの企画・開催
- ・防災計画の立案など

● 災害時に期待される防災士の行動

- ・地域での避難誘導・救助活動などの率先行動
- ・避難所の運営・手伝い
- ・ボランティアなどの団体との協働など



より詳しい内容は「認定特定非営利活動法人 日本防災士機構」のHP よりご確認ください。

突然の災害では、どういう事態が発生するか誰にも予測できません。けが人が出ても、公的救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りませんし、ライフラインもすぐには復旧できないでしょう。そうした場合、重要となるのが事前の知識と備えです。万が一のときにすぐに対処ができるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

心肺蘇生法の仕方を覚えよう ※感染症に注意して行うこと

人が倒れていたときは、一刻を争う場合があります。まずは倒れている人の肩を軽くたたきながら呼びかけ、すばやく状態を観察しましょう。意識がない場合にはすぐに心肺蘇生法を行うと同時に、大声で協力してくれる人を求め、救急車を呼びましょう。

1 反応があるかを確認する



反応がなければ、大きな声で助けを求め、その際、119番通報とAEDの手配を依頼する。

2 反応がないときは、呼吸を確認する



傷病者の胸と腹部を見て、上がったり下がったりしていれば「呼吸あり」。動いていなければ「呼吸なし」(心停止)と判断し、すぐに胸骨圧迫を行う。

3 胸骨圧迫を行う

- 1 傷病者の横に両ひざ立ちになる。
- 2 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- 3 ひじを伸ばし、胸を5センチ圧迫する。
- 4 1分間に100回の速さで圧迫し、これを30回繰り返す。



感染防止のために

- 1 自分のマスクがあれば着用しましょう。
- 2 意識や呼吸の確認は、倒れている人の顔と応急手当を行う方の顔があまり近づきすぎないようにします。呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います。
- 3 胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、布やタオル、マスクなどがあればかぶせましょう。
- 4 応急手当を行う方が複数いれば、一人は部屋の窓を開けたりして、室内の換気をしましょう。

倒れている人が
大人の場合

胸骨圧迫のみを行い、人工呼吸は行わないでください。

倒れている人が
こどもの場合

人工呼吸の訓練を受けており、それを行う意思がある家族等は、胸骨圧迫に加えて人工呼吸を行います。人工呼吸用マウスピース(一方弁付)等があれば、活用しましょう。

救急隊に
引き継いだ後は

- 1 口元にかぶせた布やタオル、マスクなどは、直接触れないようにして廃棄しましょう。
- 2 石けんを使い、手と顔をしっかり洗いましょう。
- 3 うがいをしましょう。

AEDの使い方

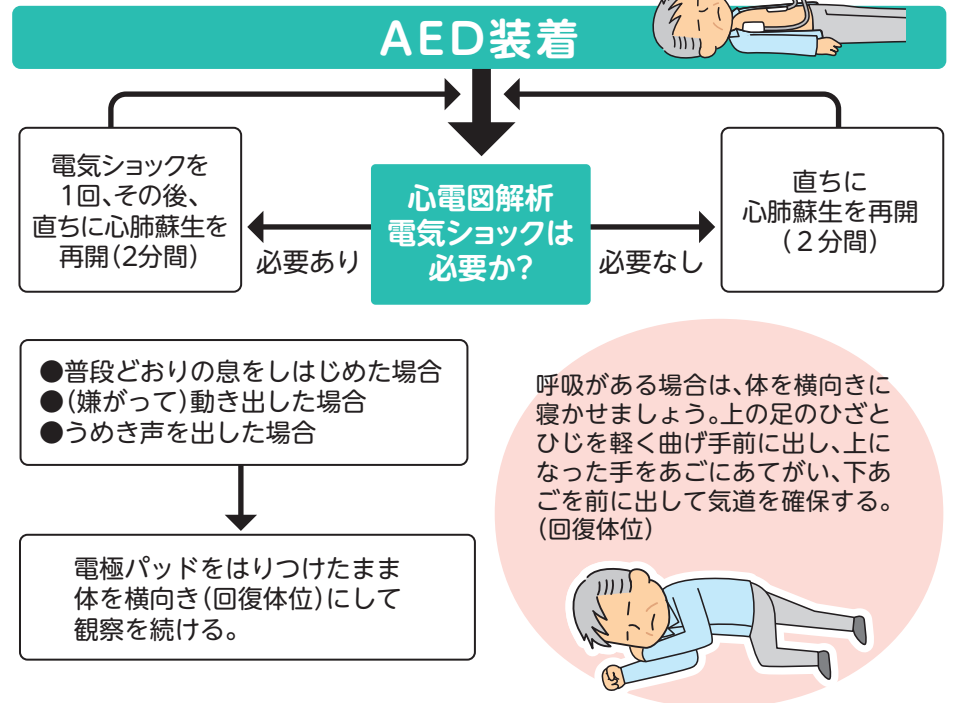
AED(自動体外式除細動器)が到着したら、傷病者に装着し、AEDの指示に従って操作してください。

現場にAEDがある場合は、AEDを優先的に使用しましょう。

- AEDとは、心停止状態にある心室細動を電気ショックによって除去(除細動)し、心臓を正常な状態に戻す装置です。
- 自動的に傷病者の心電図を解析し除細動の必要性を判断したうえで、音声メッセージにより必要な処置を指示します。
- 心停止から5分以内の除細動の実施が、心停止状態の傷病者の蘇生・社会復帰の確率を高めます。救急現場にAEDがある場合には、落ち着いてAEDを使いましょう。

防災 チェック ポイント

- AEDは2分おきに自動的に心電図解析を始め、そのつど「体から離れてください」などの音声流れます。傷病者から手を離し、周囲の人にも離れるよう声をかけてください。
- 「ショックは必要ありません」のメッセージを、「心肺蘇生をやめてもよい」と誤解しないようにしてください。



応急手当のポイント

● 出血

- 1 出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。
- 2 傷口は心臓より高い位置にする。
※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。

● やけど

- 1 流水で冷やす。
- 2 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- 3 水疱(水ぶくれ)は破らない。
- 4 冷やした後は消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。

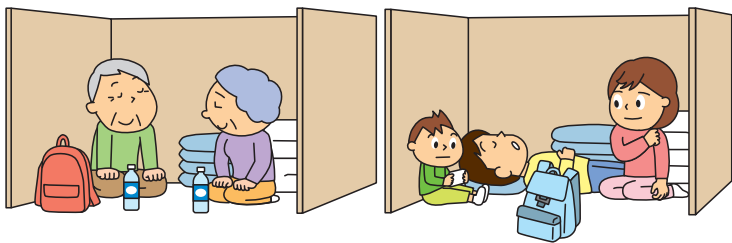
● 骨折・ねんざ

- 1 折れた部分やねんざした部分に添え木を当てて固定し、医療機関へ。
- 2 適当な添え木がなければ、板、筒状にした週刊誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用する。その上からテープでとめてもよい。

避難所で生活するのは大変不自由なことです。ストレスや疲労から体調を崩してしまうこともあります。また、避難所生活は共同生活となります。マナーとルールを守り、みんなで支え合ひましょう。

共同生活

- 所持品は、1か所にまとめて、余震のときにはすぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- 避難者同士がトラブルにならないためにも、所持品に名前を書いておきましょう。
- 自治組織をつくり、共同での生活ルールを守りましょう。



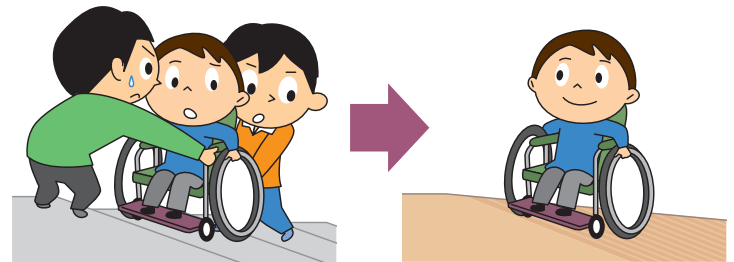
生活環境を衛生的に

- ゴミは所定の場所へ。
- トイレもきれいに使いましょう。
- 掃除などは定期的に行い、清潔な状態を保ちましょう。



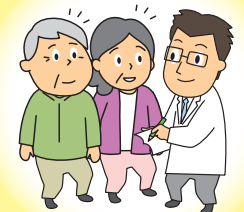
災害時要配慮者への配慮

- 障がいのある人や高齢者、妊産婦などには、手助けをしましょう。
- 車いすが通行できるよう、バリアフリー化をしましょう。
- おむつ交換や補装具交換が必要なときは、間仕切りやカーテンを設けるなどの配慮をしましょう。
- ちょっとした工夫と配慮で、みんなが生活しやすい環境をめざしましょう。



「避難所で過ごす」ということは

阪神・淡路大震災、東日本大震災、熊本地震、能登半島地震などでは、長引く避難所暮らしが体力の弱い高齢者等の命を奪ってしまう悲劇が相次ぎました。避難している住民同士で助け合うことはもちろん、支援してくれる医師・看護師といった専門家や相談相手としてのボランティアなどを積極的に活用して、心身の健康を保つように努めましょう。



感染症対策

災害が発生した場合の避難所では、密閉した空間の中での集団生活などにより新型コロナウイルスをはじめ、インフルエンザや風邪などの感染症のリスクが高まる恐れがあります。

少しでも感染リスクを軽減するために次のことについて、地震や風水害発生時の避難に備えて平時から準備をお願いします。

●避難者の健康状態の確認

避難者の健康状態を確認するため、避難所に入られる際は、ご自宅での体温測定にご協力願います。なお、発熱、咳などの症状がある方は、かかりつけ医に相談し、可能であれば旅館やホテルなどでの避難も検討してください。

●親戚や知人の家、ホテル、旅館などへの避難の検討

避難時に、避難所が過密状態になることを防ぐために、可能な場合は親戚や知人の家、ホテル、旅館などへ避難することを検討しておいてください。

●手洗い、咳エチケット等の基本的な対策の徹底

避難者は頻りに手洗いをするとともに、咳エチケット等の基本的な感染対策を徹底しましょう。他の人と2m以上離れ、会話も必要最小限にしましょう。



●避難所の衛生環境の確保

避難者が共有する物品やスペースは定期的に、家庭用洗剤を用いて清掃するなど、避難所の衛生環境をできる限り整えましょう。

なお、避難所の備蓄品には限りがあります。水や食料品などに加え、自身の健康状態を確認するために体温計を持参するなど、可能な限り必要なものは持参してください。