

# この冊子で伝えたいこと

災害は、とき・ところ・ひとを選びません。この冊子には、災害に備えて日ごろから取り組んでもらいたいこと、実際に災害が起きたときに身を守るためにとるべき行動が書いてあります。

## 災害に備えて ▶ 備える!

### 自宅の危険度を知ろう

この冊子の14ページ以降に掲載しているハザードマップには、水害時の洪水予測や土砂災害の危険度などが示されています。  
まずは**自宅やその近所でどんな災害が想定されているのか**を知り、非常時の家族の集合場所や避難先を話し合しましょう。

### 普段の生活に防災を

災害への備えはついつい後回しになってしまいがちです。  
買い物のついでに備蓄品を購入したり、掃除のついでに家具を固定したりと**普段の生活に防災を関連づける**ことが大切です。

### まずは近所づきあいから

日ごろからの地域のつながりが深いほどいざというときに助け合う心が生まれます。  
普段から挨拶を交わし、**顔見知りになる**ことから始めましょう。



## 災害時に働く3つの力 ▶ 覚える!

### 自助

自分や家族の命を自分で守る

### 共助

隣近所の助け合い

### 公助

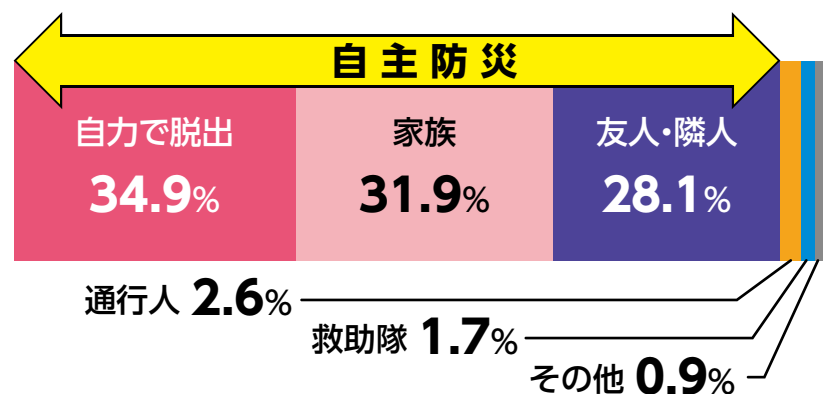
公的機関の救助・援助



## 防災の基本は自主防災 ▶ 覚える!

阪神淡路大震災では生き埋めになった人や閉じ込められた人の9割以上が、自力または家族、隣人などから救出されています。

大規模な災害では公的機関の救助や支援が届くまでに時間がかかります。非常時に被害を最小限に抑えるためには、**「自助」と「共助」の自主防災が基本です。**



出典：内閣府「平成26年防災白書」より・(株)日本火災学会「1995年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」