

# 自助

平常時から、一人ひとりが防災への意識を高めましょう。正しい知識を身につけ、自分の身の安全は、自分で守ることが大切です。

## 非常持出品の用意

避難するとき、最初に持ち出すものです。被災地に救援物資が届くまでに最大3日かかると言われています。現金や通帳などの貴重品、非常食、水、携帯ラジオ、懐中電灯、応急医薬品など、家族の人数分用意し、すぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。

## 自主的な避難

危険を感じたら、自主的に避難しましょう。また、地震のときに備え、けがをしないために家具の固定や置き方を工夫しておきましょう。



### 非常持出品の一例

携帯ラジオや懐中電灯、応急医薬品などが入っている。水や非常食なども用意が必要。

災害から住民の生命を守る基本となるものに、「自助」「共助」「公助」の3つがあります。  
「自助」は、自分の身は自ら守ること。「公助」は行政や消防、警察などの公的機関が守ること。「共助」が、地域の連携で地域を守る自主防災組織のことです。この3つが連携することで、地域の防災力が高くなります。

# 公助

町や県をはじめ、公的な機関は住民の生命や財産を守るため、防災対策の推進に努めています。災害時には、皆さんの安全を守ることに全力をあげます。

## 災害を想定し訓練

町や消防などでは、河川の増水を想定した水防訓練や大地震、洪水を想定した防災訓練などを実施しています。これらは、いざというときに的確な対応ができるようにするためのものです。

### 防災訓練

汐見で行われた総合防災訓練。水防訓練や避難訓練などが実施された。

