

第3章 対策

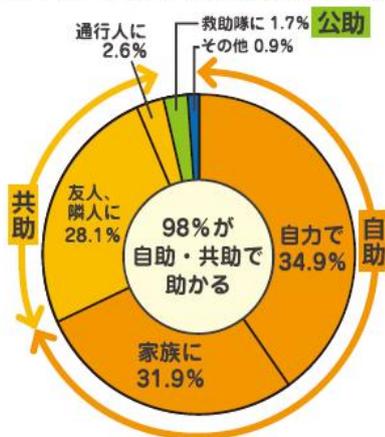
防災における基本理念として、「自助・共助・公助」という言葉がしばしば使われる。自助とは、家庭で日頃から災害に備えたり、災害時には避難したりするなど、自分で守ることをいう。共助とは、地域の避難行動要支援者（以下、要支援者という。）を援助したり、地域の方々と消火活動を行うなど、周りの人たちと助け合うことをいう。そして、公助とは、市役所や消防・警察による救助活動や支援物資の提供など、公的支援のことをいう。

災害時には、自助・共助・公助が互いに連携・協力することで、被害を最小限にできるとともに、早期の復旧・復興につなげることができる。また、それぞれにおいて日頃から災害に備えることで、減災につなげることができる。

本章では、それぞれにおいて取り組むことが望ましいこと、取り組むべきことについて記載する。

阪神・淡路大震災で生き埋めになった人たちが誰によって救出されたか？

阪神・淡路大震災では、生き埋めになり救助された人の98%が自助と共助で助けられました。一方、公的機関によって生存したまま救出された人はわずか1.7%という記録が残っています。



(社)日本火災学会：「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より



災害被害を軽減するには、これらの連携が重要です。

自助：自分（家族）の命を自分（家族）で守ること
共助：地域の皆さんで互いに助け合うこと
公助：国や市の行政機関が対策を行うこと

「避難行動要支援者」とは

大地震や風水害などの災害が発生したときなど、安全な場所への避難が必要な場合に、自分や家族の力だけでは避難できない人たちのことをいい、また、避難所での生活において大きな困難があるなど、まわりの人の手助けや、特別な配慮が必要な人たちも含む

3-1 自分の命は自分で守る…自助

3-1-1 (1) 日頃の備え

被害を小さくするためには、日頃からの備えが大切である。自分の住む地域、勤務先、通学先で、どのような災害が起こりうるかなどを調べた上で、身の回りの安全について、個人、家族で考えておくことが重要である。以下、『市民防災マニュアル』の内容を中心に記載する。

【考えておくこと、話し合うこと】

- 家族一人ひとりの役割を決める
例：火を消す、出入口を確保する、非常持ち出し品を確認する、消火器などを準備する
- 危険箇所をチェックする
家の内外の危ない場所は、修理や補強について話し合う
- 「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」をチェックする

●非常持ち出し品

基本品目32点		※大人2人分の目安			
<input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋	1個	<input type="checkbox"/> 救急袋	1枚	<input type="checkbox"/> サバイバルブランケット	2枚
<input type="checkbox"/> 缶入り乾パン(110g)	2個	<input type="checkbox"/> 毛抜き※	1本	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	2枚~
<input type="checkbox"/> 飲料水(500mlペットボトル)	6本	<input type="checkbox"/> 消毒液※	1本	<input type="checkbox"/> タオル	4枚~
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	2個	<input type="checkbox"/> 脱脂綿※	適当量	<input type="checkbox"/> ポリ袋	10枚
<input type="checkbox"/> ローソク	2本	<input type="checkbox"/> ガーゼ(滅菌)※	2枚	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー	1ロール
<input type="checkbox"/> ライター	2個	<input type="checkbox"/> ばんそうこう※	10枚~	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	2個
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	1台	<input type="checkbox"/> 包帯※	2巻	<input type="checkbox"/> 現金(公衆電話用の小銭)約50枚	
<input type="checkbox"/> 十徳ナイフ	1本	<input type="checkbox"/> 三角巾※	2枚	<input type="checkbox"/> ガムテープ(布製)	1個
<input type="checkbox"/> 軍手・手袋	2組	<input type="checkbox"/> マスク※	2枚	<input type="checkbox"/> 油性マジック(太)	1本
<input type="checkbox"/> ロープ 5m~	1本	<input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬など※	適当量	<input type="checkbox"/> 筆記用具	1セット
		<input type="checkbox"/> レジャーシート	1枚	<input type="checkbox"/> 生理用品	

※は救急袋の中に入れておく。

- ・ 感染症流行時には、マスク・体温計・アルコール消毒液・スリッパなども一緒に持ち出すこと

を固定する。

※玄関や掃き出し窓までの脱出経路を考えた固定をする。

※固定できない場合は、配置換えをする。

□ 塀など外構の補強

※ 塀が倒れると、地域の人が避難できなくなったり、緊急車両が通行できず、救助活動ができなくなる。補強するなど安全対策が必要である。

□ 家族の安否確認、救助が必要なときの連絡先の確認

□ 地震発生後、避難が必要な場合の、地域の人たちとの一時的な集合場所または一時避難所（広場、公園、学校のグラウンドなど）の確認

□ 家が被災した場合の避難所（学校など避難所、親せき・知人宅など）の確認

□ 大阪市防災アプリ（浸水想定図、避難場所、避難ビルなど）等の活用

B 風水害

B-1 津波

□ 住まいの地域で、津波災害が起こりうるかの確認

「2-2-(1) 津波」(P 14～)を参照

□ 避難先

※津波警報、大津波警報が、気象庁から発表されれば、湾岸の地域に避難勧告・避難指示を大阪市から発することとなっている。

※テレビ、ラジオ、インターネット、防災スピーカー、広報車、防災情報メール（『おおさか防災ネット』で事前登録が必要）、携帯電話会社の緊急速報メールサービス（対応機種のみ）により情報収集し、津波避難ビルの3階以上、または、3階に相当する高い場所へ避難する必要がある。

※避難する際は、地域の人たちと、正確な情報の収集・共有、助け合いの行動が必要である。

B-2 河川氾濫（はんらん）

□ 住まいの地域で起こりうる河川氾濫と、川の名称の確認

「2-2-(2) 河川氾濫」(P 17～)を参照

□ 避難先（避難ビル・避難場所）

※氾濫のおそれがある場合、気象庁や河川管理者から発せられる情報をもとに、避難準備情報、避難勧告・避難指示を大阪市から発する。

※テレビ、ラジオ、インターネット、防災スピーカー、広報車、防災

情報メール（『おおさか防災ネット』で事前登録が必要）、携帯電話会社の緊急速報メールサービス（対応機種のみ）により情報収集し、適切な行動をとる必要がある。

※避難先としては、できる限り、非木造の堅い建物の3階以上とし、3階まで浸水する場合は、屋上や4階以上とする。

※避難の際は、溝に注意が必要である。また、川には絶対に近づかない、川などの様子を見に行かないという心がまえが必要である。

※水位が高くなり、避難が困難な場合は、無理せず、自宅の上の階へ避難する。

B-3 内水氾濫

□ 住まいの地域で、内水氾濫が起こりうるかの確認

「2-2-(3) 内水氾濫」(P19～)を参照

※土地が、まわりの土地とくらべて低い場合は、内水氾濫が起こるおそれがある。

※浸水被害を繰り返すようであれば、排水設備や下水道などに不備がある可能性もあるので、排水設備業者や大阪市建設局津守工営所（電話6567-6495）へ連絡する。

□ 避難先

※内水氾濫は、下水道施設の能力を超える大雨が降った場合に起こるおそれがあり、市内では、2メートルの深さに達する地域も想定される。

※大雨の場合は、河川氾濫のおそれもあり、天気予報や、市役所・区役所からの避難情報を、よく確認する必要がある。

※情報収集・避難については、河川氾濫と同じである。

※防災無線のサイレンパターン

緊急事態の種類	サイレン（警報音）パターン	とっていただく行動
・テロやゲリラなど武力攻撃に関する警報 ・弾道ミサイル攻撃に関する警報	サイレン 14秒吹鳴	屋内に入り、テレビやラジオをつけ、詳しい状況を確認してください。
大津波警報	サイレン 3秒吹鳴 2秒休止 サイレン 3秒吹鳴 2秒休止 サイレン 3秒吹鳴	海岸や河川から離れ、津波避難ビルなど丈夫な建物の3階以上に避難してください。
津波警報	サイレン 5秒吹鳴 5秒休止 サイレン 5秒吹鳴	
避難指示	サイレン 15秒吹鳴 10秒休止 サイレン 15秒吹鳴 10秒休止 サイレン 15秒吹鳴	お近くの災害時避難所など、安全な場所に避難してください。
避難勧告	サイレン 10秒吹鳴 10秒休止 サイレン 10秒吹鳴 10秒休止 サイレン 10秒吹鳴	※河川の氾濫など、避難所に避難するより近くの3階以上の建物に避難することの方が安全な場合があります。普段から身を守る行動について確認しておきましょう。
緊急地震速報 (震度5弱以上)※1	緊急地震速報チャイム音	ただちに身を守る適切な行動をとりましょう。