

8. 助け合うルール ー自助・近助・共助・公助ー

《いのちを救う自助・近所・共助》

阪神・淡路大震災では、生き埋めになった人たちの98%が自助と共助で助けられました。

大災害が起こったら、地域住民が力の全てを合わせなければ乗り越えることはできません。

周りの人と協力し、ひとりでも多くの人を助けることで地域の被害を軽減することができます。

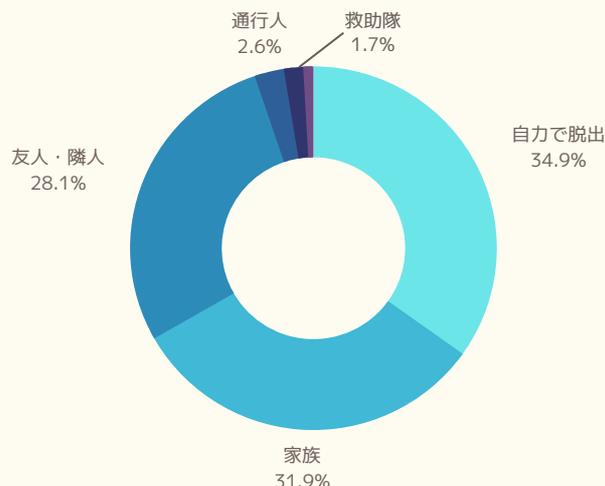
自助：自分（家族）のいのちを自分（家族）で守ること

近助：隣近所同士で助け合うこと

共助：自主防災組織や地域住民同士で助け合うこと

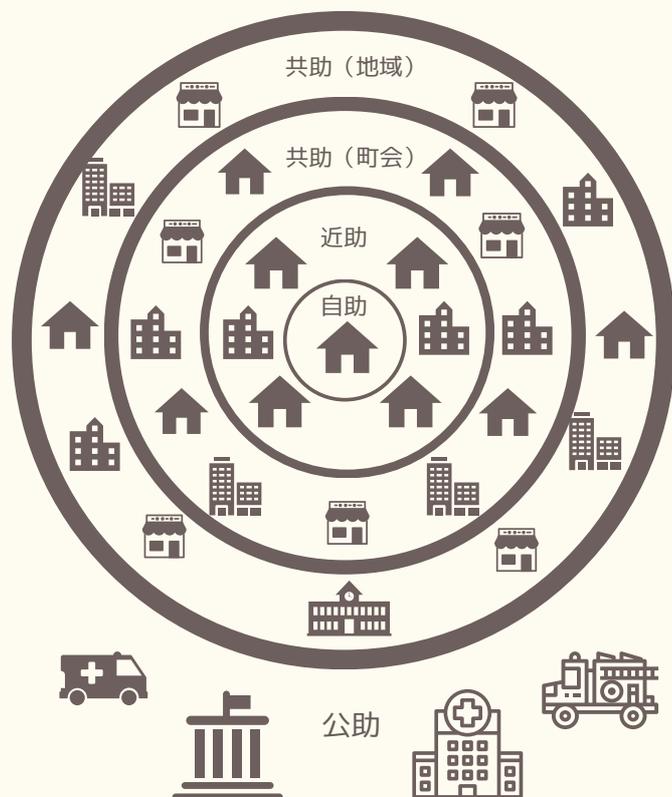
公助：国や市の行政機関が対策を行うこと

阪神・淡路大震災における生き埋めや閉じ込められた際の救出主体等



標本調査：（社）日本火災学会（1996）
「1995年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」

《いのちをつなぐ自助・近助・共助》



自助ー近助ー共助ー公助へつなぐルール

発災→0分

自助（自分）
身の安全の確保

発災→3分

自助（家族）
家族の安全確認
火の元確認・出口確保

発災→30分

近助（隣近所）
隣近所で助け合う

発災→3時間

共助（町会）
安否確認
初期消火・救助救出

発災→3日間

共助（地域）
自主防災組織の活動
地域災害対策本部設立
避難所運営委員会設立

発生からのタイムラインの中で、自分として、隣近所の住民として、町会や地域の一員として、適切な行動を全員で担っていきます。

9. 要配慮者・帰宅困難者へのサポート —隣近所の助け合いで被害を最小限に—

要配慮者

高齢者や障がいのある人などの要配慮者が必要とする支援は、移動の介助や情報の提供、避難所での配慮などさまざまです。一方、支援を必要とする人も得意な分野で他の人を支援できる場合もあります。

要配慮者の心構え

- 災害が起こるとどんな危険があるのか、どう行動したらよいのかを日頃から考えておきます。
- 非常用持出袋として、必要な薬や生活用品とともに避難行動要支援者は「避難支援プラン」を準備しておきます。
- 隣近所の人と日頃からコミュニケーションを図り、信頼関係を作っておきます。
- 火災が迫るなどの緊急時には、大きな声や音を出して周囲に知らせます。

避難行動要配慮者への支援

- 要配慮者のうち自ら避難することが困難な人でその円滑かつ迅速な避難の確保を図るために特に支援者が必要な人（避難行動要支援者）の避難支援は、所在や状況を日頃から把握しておくことが大切です。
- 把握する場合は、その目的や取扱について本人の了解を得ておきます。

避難支援プランを作る

- 誰がどのように避難をお手伝いするのか、個々の避難行動支援者と話し合っておき、内容をまとめてお互いに持っておきます。
- 支援者は複数決めておくのがベターです。

避難所

- 視覚障がい者向け：トイレや水道などの場所確認のための誘導を行います。
仮設トイレなどを屋外に設置する場合は、壁伝いに行くことができる場所に設置するなど、移動が容易にできるよう配慮します。
- 聴覚障がい者向け：お知らせなどは、紙に描いて知らせます。
- 身体障がい者向け：車椅子が通れる通路やスペースを確保します。
- 身体障がい者向け：やさしい文・絵、写真などを用いて避難所の生活をわかりやすく伝えます。
- 外国籍避難者向け：日本語がわからない人のために、お知らせなどは他言語で行うなど、工夫して表記します。

帰宅困難者

外出中に災害が起こり、交通機関が動かずに家に帰れなくなることがあります。このような場合に備えて、徒歩での帰宅ルートを事前から確認しておきます。通勤通学路での安全な避難場所を調べておき、普段から家族にも知らせておきます。

右記のマークのあるガソリンスタンドやコンビニエンスストアなどでは、水道水・トイレ・道路情報など帰宅支援サービスが受けられます。

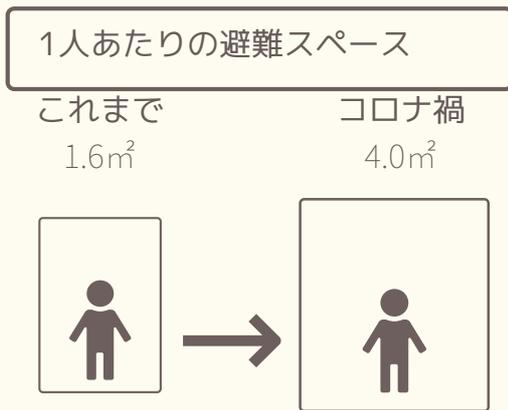


出典：大阪市ウェブサイト「大阪市民防災マニュアル」。

<https://www.city.osaka.lg.jp/kikikanrishitsu/page/0000011873.html>

10. 新東三国地域災害時避難所の開設と運営（コロナ禍版）

《コロナ禍での災害避難所の受け入れ人数》

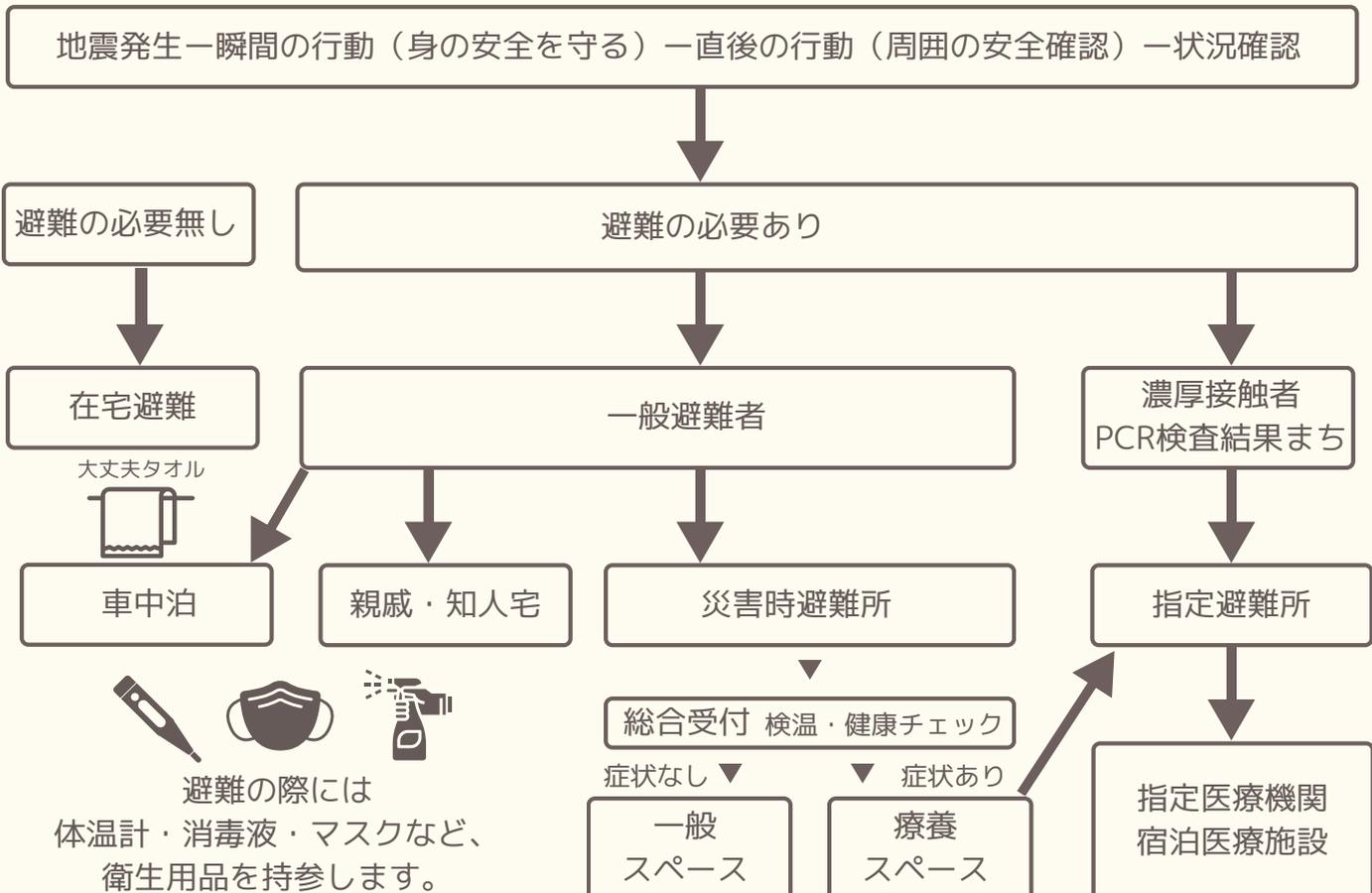


新型コロナ禍でも避難所の場所の変更はありません。
 変更点は、避難所における1人当たりの居住スペースが、通常1.6平方メートルのところ、感染防止のため、概ね4平方メートル（療養スペースは6平方メートル）の確保が必要になります。
 また、居住スペースの間を2m確保するため、受け入れ可能人数は大幅に減少します。

《分散避難の必要性》

新型コロナ禍の中では、災害時に、これまでのように災害時避難所に多くの人々が密集すると、新型コロナウイルスの感染が広がるリスクがあります。

「災害時避難所」への避難以外にも、「在宅避難」「親戚・知人宅」「車中泊」などさまざまな避難先に分散して避難することが求められています。



11. 新東三国地域災害時避難所開設の概要

避難所運営委員会の立ち上げ

次の場合、新東三国地域では災害対策本部を設置します。

- 地震：震度5以上の地震が起きた時
- 台風による暴風・豪雨：区役所から開設の指示が出た時
- 水害：警戒レベル3の時
- 災害対策本部より避難所の開設が相当との結論がでた場合、避難所運営委員会が設置され、避難所を開設します。
- 災害時避難所が施錠されている場合、地域の錠の管理者により開錠します。

施設の安全点検と避難者の誘導

災害時避難所が開錠したら次のことを行います。

- 施設：施設の安全点検を行います。
- 避難者：施設の安全がわかるまで校庭で待機します。
- 通信：MCA無線を校長室から取り出して区本部と通信を開始します。
- 開設：開設に必要な物品・マニュアル等を防災倉庫より搬出します。
- 本部室：安全な部屋に災害対策本部室を設営します。

避難スペースの区分け

避難スペースは、次の通りに設営します。

- 健康状態に問題のない人が生活する一般スペースと熱咳等症状者※の人が生活する療養スペースに分け、通路・トイレ・食堂など、生活空間を全て分けるようにします。
- 3密を避けるため、1人あたりのスペースを一般スペースは4平方メートル、療養スペースは6平方メートルとるようにします。

避難者の受け入れ

施設の安全が確認できたら避難者の受け入れを開始します。

- 総合受付：検温・健康チェックにより入所スペースを次の通り振り分けます。
 - 一般スペース：熱咳等症状者※以外を収容します。
 - 療養スペース：熱咳等症状者※を収容します。
- 両スペースとも、次亜塩素酸液に浸したマットで靴を消毒し、靴を脱いで入室します。
- 受付担当者は受付キットを使って自身の防護を優先して任務を遂行します。

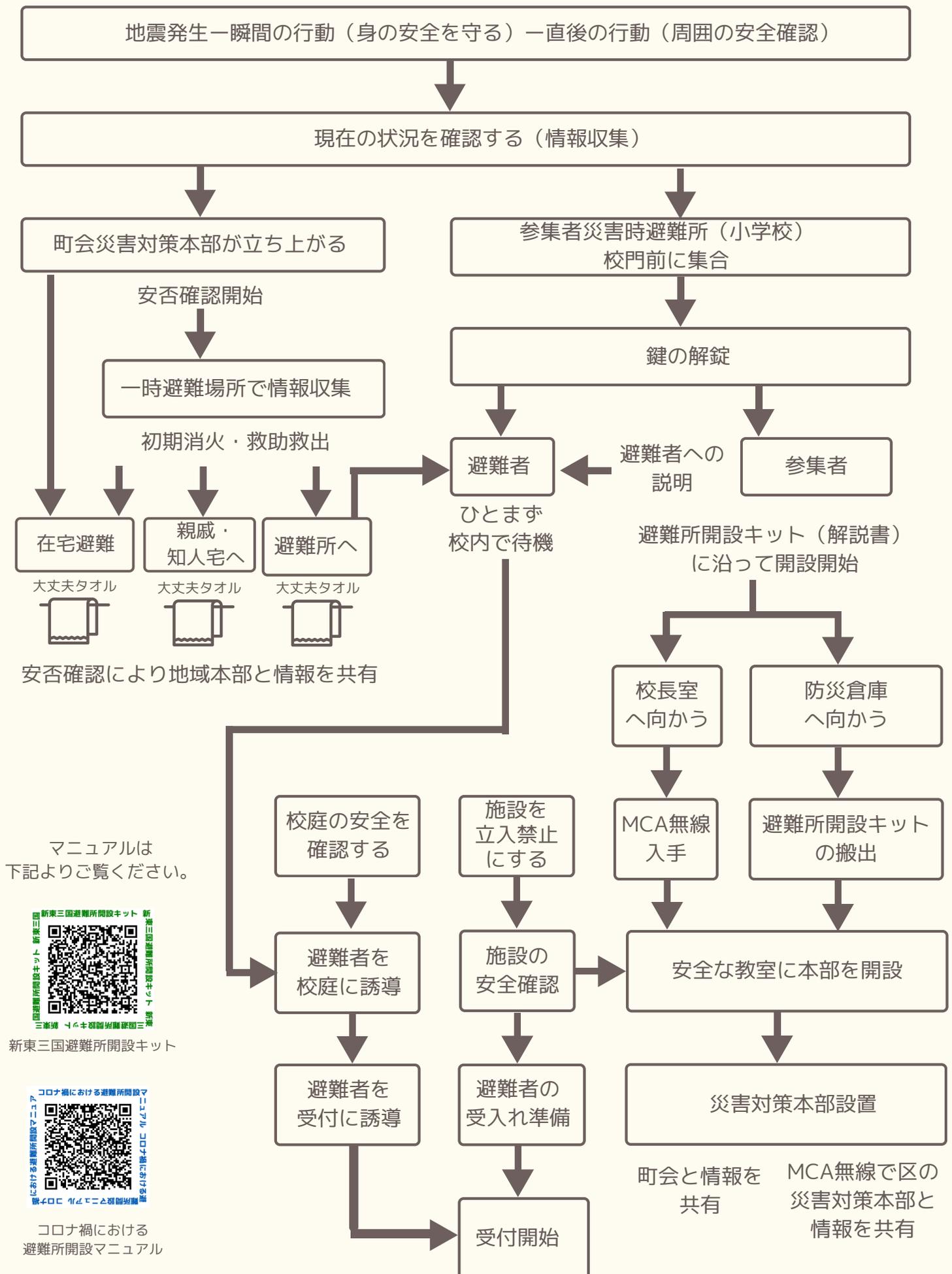
各班の立ち上げ

災害対策本部の各班を立ち上げ、次の通り連携します。

- 淀川区災害対策本部と避難所の避難状況と被害状況、地域内の避難状況（在宅避難）と被害状況を報告するなど、連携します。
- 町会本部と連携し、地域内の状況把握を行います。

※熱咳等症状者とは：37.5℃以上の熱がある、又は咳くしゃみの症状がある人のことです。

12. 新東三国地域災害時避難所開設の流れ



13. 新東三国地域災害時避難所開設運営に必要な役割とミッション

災害対策本部	名称	主な役割
	災害対策本部長 災害対策副本部長	関係機関との連絡調整・企画運営・組織の統括 組織内の連絡調整・指揮
	総務情報班	組織全般の庶務、全体調整・関係機関との連絡調整 避難所の開設 ・ 被害・避難状況の全体把握 災害情報の収集・伝達・関係機関との情報伝達
	消火救出班	可搬式ポンプ・消火器などによる初期消火 負傷者の救出・応急手当・救護所への搬送
	避難誘導班	住民の安否確認・避難誘導 避難行動要支援者支援
避難所運営委員会	名称	主な役割
	避難所運営委員長 避難所運営副委員長	施設管理者や関係機関との連絡調整・企画運営 組織の統括・組織内の連絡調整・指揮
	総務部	関係機関との情報収集・伝達・避難者への情報提供 人的応援の要請 その他、他部に属さないこと
	施設管理部	避難スペースの配分・誘導・施設・設備の確認・警備 ごみの集約・清掃・避難所施設の管理 その他施設に関すること
	施設受付部	避難者の把握・リスト作成。避難者等の出入所管理
	救護部	応急救護所の確保、傷病者の救護・把握 その他、救護に関すること
	福祉部	要配慮者への対応
	食糧部	飲料水の確保・炊き出し・配給 その他、食糧に関すること
	物資部	救援物資・調達物資の集約・管理及び避難者への配給 その他、物資に関すること

14. 新東三国地域災害時避難所の約束ごと

誰もが安心して避難生活を送るために

- 1 避難所は、避難者の生活再建の拠点です。
- 2 避難所の運営に必要な事項を協議するため、避難者の代表、区担当者、施設管理者からなる避難所運営委員会(以下「委員会」という。)を組織します。
 - (1) 委員会は、毎日定時に定例の会議を行います。
 - (2) 委員会の運営組織として、総務、管理施設、管理受付、救護、福祉、物資、食糧の運営部を避難者で編成します。
- 3 避難所は、電気、水道などライフラインが復旧する頃を目処に閉鎖します。
- 4 避難者は、家族単位で登録する必要があります。
 - (1) 避難所を退所する時は、委員会に転居先を連絡して下さい。
 - (2) 食料や物資の供給を必要とする在宅避難者も登録する必要があります。
- 5 食料・物資は、原則として全員に配給できるようになるまでは配給しません。
 - (1) 食料、生活物資は避難者の組ごとに配給します。
 - (2) 特別な配給を行う場合は、委員会の理解と協力を得てから行います。
 - (3) 配給は、避難所以外の近隣の在宅避難者にも等しく行います。
 - (4) ミルク・おむつなど特別な要望は、避難所運営委員会で対応します。
- 6 消灯は、午後10時です。
 - (1) 廊下、通路は点灯したままとし、体育館等は照明を落とします。
 - (2) 管理に必要な部屋は、安全確保のため点灯したままとします。
- 7 放送は、午後8時で終了します。
- 8 電話は、午前8時から午後8時まで、受信のみを行います。
 - (1) 放送等により呼び出しを行います。
 - (2) 公衆電話は、緊急用とします。
- 9 トイレの清掃は、午前10時、午後4時に、避難者が交替で行うこととします。
 - (1) 清掃の時間は、放送を行います。
 - (2) トイレは、それぞれのトイレに掲示する注意事項に従って使用して下さい。
- 10 防犯のため、夜間のトイレ等の施設の使用には付き添い人を求めてください。
- 11 施設内での飲酒・喫煙は、禁止します。
- 12 金銭等の貴重品は、各自が責任を持って管理してください。
- 13 犬・猫等のペットは避難所内の決められた場所で、他の避難者に迷惑がかからないように管理をしてください。
(身体障害者補助犬法に規定される盲導犬等の補助犬は除きます。)
- 14 ごみは分別して指定された場所に出してください。
- 15 各種の伝達情報は、避難所の掲示板に貼り出します。
- 16 避難所の屋外に避難されている方も、同様に上記のルールを守ってください。

避難者のみなさんは、当番等を通じて自主的に避難所運営に参加してください。

15. 新東三国地域災害時避難所約束ごと—コロナ禍による追加項目—

コロナ禍の状況下でも安心して避難生活を送るために

1 マスクの着用をお願いします。

- (1) マスクを終日着用し、食事などでマスクを外した時はポケットに入れたり、机などに放置したりしないようにします。
- (2) マスクを触った後は必ず手洗いします。

2 換気をします。

- (1) 複数方向の窓があれば両方開け、窓が1カ所の場合は出入口扉も開ける等空気の流れることができるように換気します。

3 衛生面に気をつけます。

- (1) 手洗い時のタオルは、各自の持ち物を使用します。使い捨てペーパータオルを利用する場合は、使用後にゴミ袋に廃棄して他の人に触れないようにします。
- (2) 外出から戻った際は、上着・荷物・カバン等は部屋に持ち込む前に入口の外でほこりを払い、濡れているときはふきます。
- (3) 必ず石鹸での手洗いを励行します。
- (4) 感染予防の観点からも口腔内を清潔に保つため歯磨きを励行します。

4 人との接触に注意します。

- (1) 面談する場合は、最低2mあけて、テーブルなどでは向かい合わせにならないように着席し、15分以上にならないようにします。
- (2) 感染の可能性のある人に接触したら、マスクを取り替え、手洗いし、衣服も着替えるか消毒します。
- (3) スリッパ等の室内履きも共有しません。

5 食事の時は次のことに注意します。

- (1) 食事は同じ方向に並んで座るようにします。向かい合わせは禁止です。
- (2) 食事は家族単位とし、ほかの避難者と集まって食べないようにします。
- (3) 食器は使い捨てにします。

6 ゴミの処理のご協力をお願いします。

- (1) 配布されたゴミ袋で家族単位でゴミを集めて密封し、決められた集積場所に廃棄します。

7 寝る場所（高さ）に気をつけます。

- (1) 寝る場所はできるだけ床から高くしてほこりを吸い込まないようにします。

8 共有スペースの消毒等にご協力ください。

- (1) 共用で触るところ(ドアノブ、引き戸口、テーブル、窓ガラス、手すり、水道栓など)は30分毎に消毒液で拭き取ります。

9 簡易トイレを使用した場合は次のことに注意します。

- (1) 袋は使用のたびに交換します。
- (2) 避難所受付は玄関近くに設け、手指用消毒液を常備します。
- (3) 一般スペースと療養スペース避難者の使用するトイレは完全に分けます。
- (4) 感染予防のため、避難所からの外出は必要最小限にします。

16. 復旧・復興・生活再建 ー被災後の生活についてー

二次災害を防ぐために

- 被災した建物の応急危険度判定が行われ、3段階のステッカーが貼られます。
 - 家財道具を取りに戻ったりする際には、判定に従い注意しましょう。
 - ただし、この判定は住宅の被害認定とは一致しません。
- 調査済（緑）被災程度が小さく、使用可能
 ● 要注意（黄）十分に注意すれば立ち入ることは可能
 ● 危険（赤）専門家に相談して応急措置をしない限り、立ち入ることは危険

各種支援策を受けるために

- 火災を除く被災による被害があったことが認定された家屋に対しては、申請により区役所が「被災証明書」・「罹災証明書」を発行します。
- ただし、火災による被災については消防署が「り災証明書」を発行します。

罹災証明書・被災証明書（火災を除く自然災害）		り災証明書（火災）	
地震の場合		風水害の場合	火災の場合
①全壊	④半壊	①流失	①全焼
②大規模半壊	⑤準半壊	②床上浸水	②半焼
③中規模半壊	⑥準半壊に至らない （一部半壊）	③床下浸水	③その他

がれきの処理

- がれき等の処理については、市が状況を判断し、公有地等を利用して、がれき臨時集積場を設け一時集積します。
- 自分で解体する場合などは、市からのお知らせに注意してください。

市税の減免等

- 災害が発生した場合において、申請に基づいて市税の減免がされる場合があります。
- 納税者等がその財産について災害を受けた場合、その該当する事実に基づき市税の納税が困難なときは、1年以内の期限に限り猶予される場合があります。
- 災害により市税の申請・請求等の書類提出や申告等ができないと認められるときは、期限を延長される場合があります。

お金をおろしたいとき

- 自動現金払出機が使用できなくなったり、家屋が損壊し通帳や印鑑が取り出せなくなることもあります。
- 非常用持出袋に通帳のコピーや身分を証明できるものを入れておきましょう。