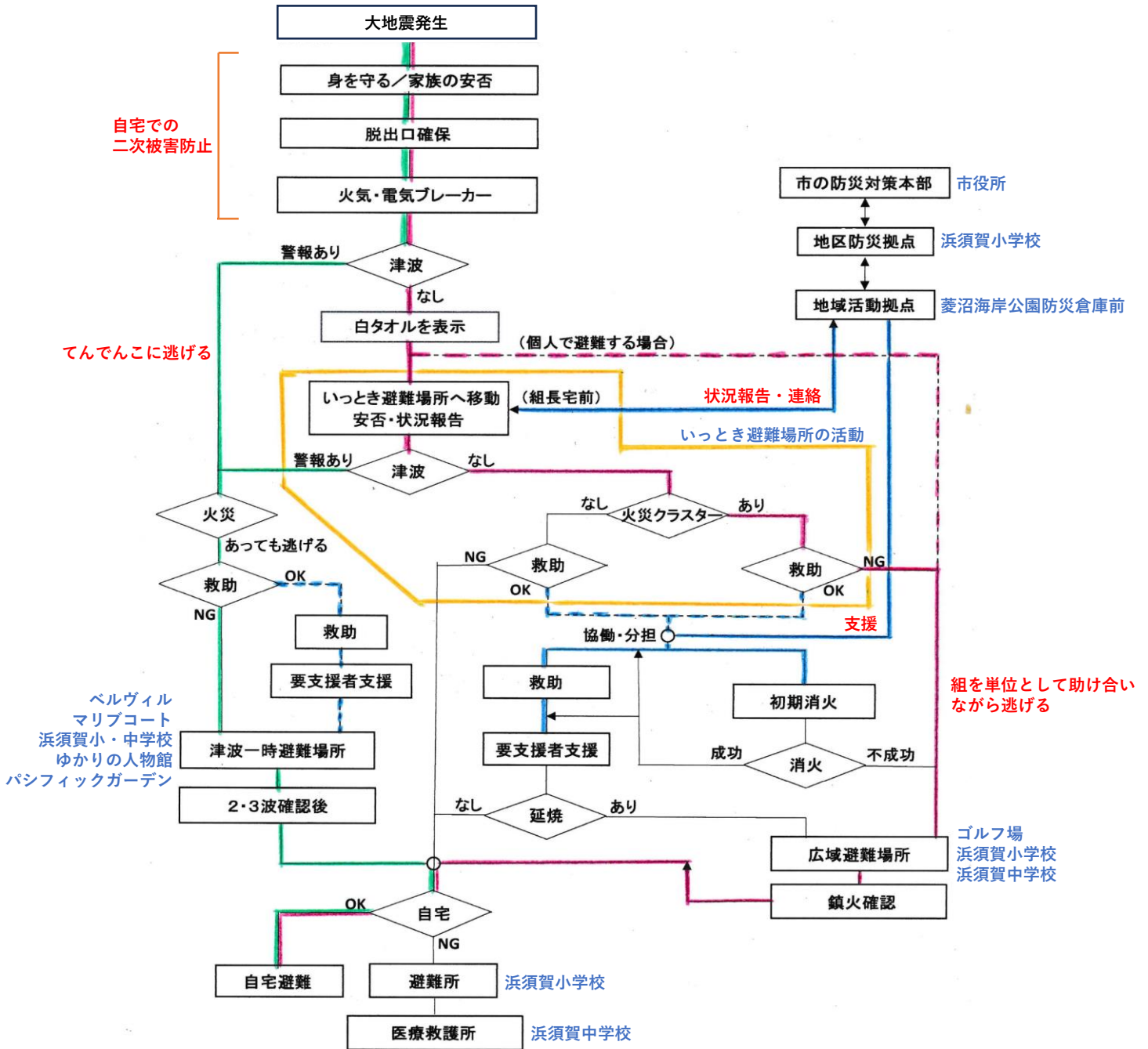


避難と共助ガイドライン (まとめ)

2025年01月16日発行

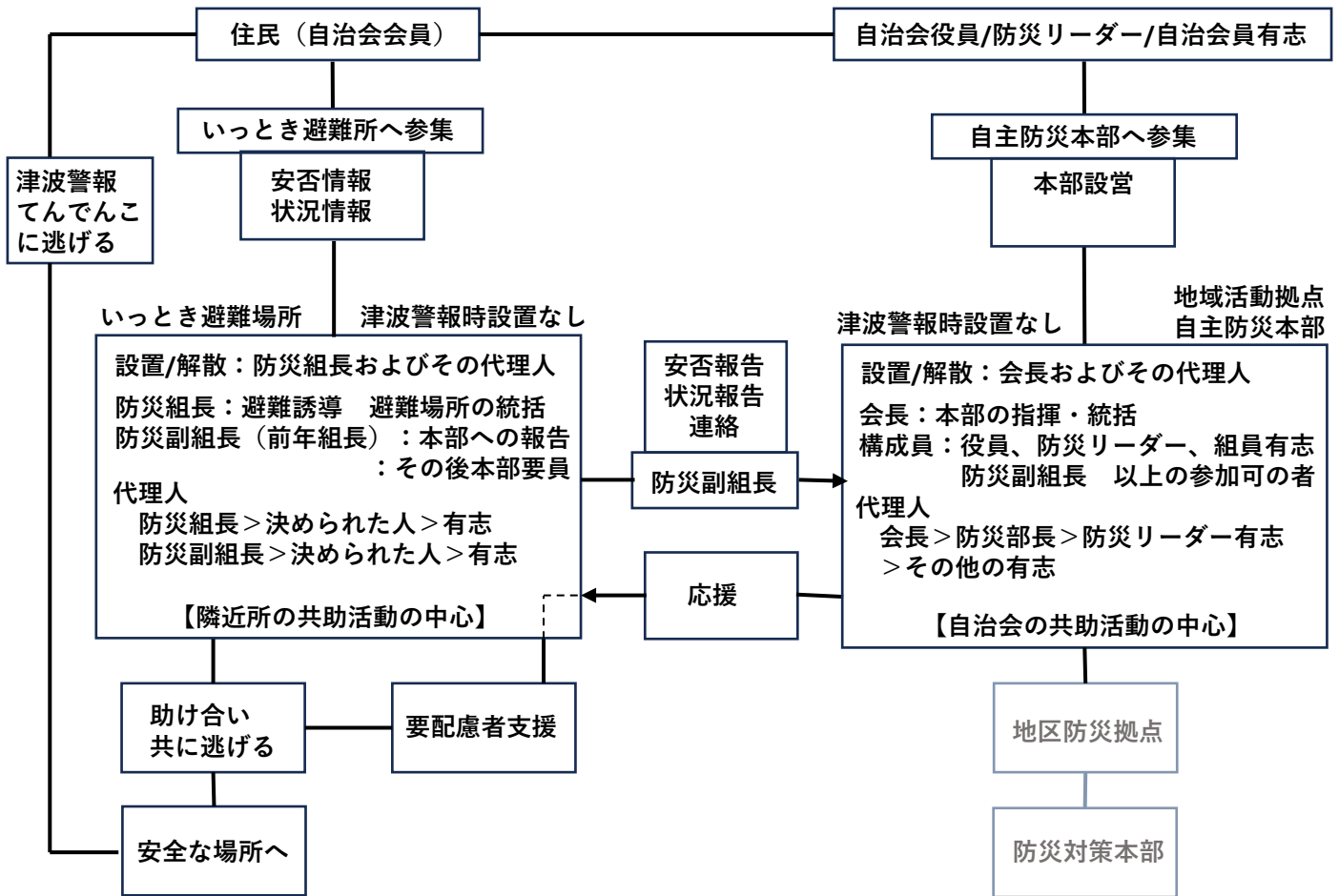
(1) 大震災直後の「標準的な避難行動と共助活動」は、以下のフローチャートで表されます



(2) 共助活動の原則と活動の種類

| 共助活動の原則 | 共助活動の種類 | |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①津波警報発令時は組織的救助は期待できない ②やれる人が、やれる状況下でやる (二次被害の防止) ③共助と公助のできる範囲を適切に判断する | 広義の共助 | ①自分と家族を守る (自助であり最大の共助です) ②避難誘導、助け合いながら安全な場所に逃げる |
| | 狭義の共助 | ③要配慮者への支援 (声掛け、安否確認、避難補助) ④救助 (倒壊物からの救出等) ⑤応急手当 (切傷、打撲、骨折) と救護所への搬送 心肺停止 (AED) 応援要請 ⑥初期消火 (水バケツ、消火器、移動式ホース格納庫) |

(3) 大地震直後の自主防災組織の活動（前ページのフローチャートの一部を視点を変えて記述したものです）



(4) 訓練の必要性

発災直後にとるべき行動について総合的に俯瞰してきました。特に個人と自主防災組織とのかかわりと共助について、普遍的（標準的）にあるべき姿について考えてきました。

もし今発災したら私たちはどうしたら良いのでしょうか？ 不安に負けず、助け合いながら共に避難をするために「いつとき避難場所」や「地域活動拠点」（自主防災会本部）のような存在が必要ではないでしょうか。そのためには避難訓練が必要です。訓練なくしては決して「みんなで避難」「みんなで共助」を行うことはできません。

（訓練は、できる所からやる方法もあります。例えば「津波警報が出た場合の避難」「本部設置を除いた火災クラスター避難」等、部分的に徐々に実施していくやり方などがあります。（放水訓練や白タオル安否確認 等もその一例にあたります））（地震は夜にも起こります。非常持ち出しのチェックも必要です。全部はできなくても、少しずつ準備を積み重ねていきましょう）

(5) 参考資料

今回の【防災だより・避難と共助活動編】は主として以下の資料を参考に作成いたしました。

- ① 菱沼海岸緑自治会・自主防災マニュアル 第1版（2021年）
- ② 茅ヶ崎市発行 自主防災組織活動の手引き（令和5年版）
- ③ 茅ヶ崎市避難行動要支援者支援計画（全体計画）（第2版 平成31年）
- ④ 避難行動要支援者支援制度の取組の推進について（令和5年）
- ⑤ 茅ヶ崎市地域防災計画・地震災害対策計画およびその資料編（令和6年版）

最後までお読みいただき有難うございます。いつか必ずおこるといわれている大地震に、今、備えましょう。