

シリーズ

防災を考える

～「自助・共助・公助」

ってなんだろう～



▲東日本大震災直後の
岩手県大槌町
(羽村市役所被災地支援派遣職員撮影)



問合せ 危機管理課危機管理係



ハム夫

僕、ハム夫。高校2年生。身近に自然がある羽村市



▲ハム夫

が大好きです。でも、最近は地震や集中豪雨が頻繁に起きて、自然の脅威も感じます。

僕たちの住む東京の直下でも、遠くない将来に大地震が起こるようなこと、最近のニュースでよく報道されていますよね。

そんな「いざ」という時に備えて、これからシリーズで「防災」について皆さんと一緒に考えてみたいと思います。

今回は、「防災」を考える上で最も大切なキーワード「自助・共助・公助」について。解説は、なまず博士にお願いします。

博士、「自助・共助・公助」って、そもそもどういう意味なんですか？

災害時にあなたを助けてくれるのは…

なまず博士

「自助」とは「自らの生命は自らが守る」ということ。次に、「共助」とは、「自分の安全が確保された後に、周りの方・近所の方と助け合う」ということ。最後に「公助」とは、「市役所や警察、消防などによる公的な支援」のこと。この中で、第一に「防災対策」の基本となるのは、「自らの生命は自らが守る」という「自助」の考え方なんだ。

る」という「自助」の考え方なんだ。

阪神・淡路大震災の時に家の下敷きや生き埋めになった人を誰が助け出したのかというデータによると、



▲なまず博士

「自力や、家族による救助」で助かった人が66・8%、「友人や隣人」による救助が30・7%、「救急や自衛隊など」による救助はわずか1・7%。

この割合から見ても、被害が大きいと公の機関だけでは災害に対応しきれないことがわかるよね。

ハム夫

へえ、いざという時には、自分や家族の命は自分で守ることが最も大事なことなんだね。

なまず博士

そうなんだ。災害への対応は、市民の「自助」を基本として「共助」「公助」を加えた3つの要素がそれぞれの機能を十分に発揮することが大切なんだ。



その中で、お互いが責任や役割を明らかにして連携を図っていくことが欠かせないんだね。

特に、「自助」は防災対策の基本！

実際に地震が起きた時に緊急の支援態勢が整うまでには、2～3日の時間

を要すると言われているよね。

こうした状況になった時には、やはり自分と家族の安全はそれぞれが守らなければならないという「自助」の心が最も大切になってくるんだ。

実際の災害時にどの力がどれくらいの割合で必要になるかについて、阪神・淡路大震災のデータからも、一般的に「自助7・共助2・公助1」と言われているよ。それだけ普段からの「自助」に関する準備が大事なんだね。

ハム夫

なるほど！それでは、次回からは、この「自助」「共助」の考え方を中心に災害に対する準備を考えてみよう。



■生き埋めや閉じ込められた際の救助

誰が	%	自助・共助・公助の別
自力で	34.9	自助 66.8%
家族に	31.9	
友人・隣人に	28.1	共助 30.7%
通行人に	2.6	
救助隊に	1.7	公助 1.7%
その他	0.9	

出典：『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』



もう一度

節電

シリーズ節電特集 第2回

～事業所編～

シリーズ2回目となる今回は、事業所で無理なく長く続けられる省エネ対策を紹介します。

問合せ 環境保全課環境保全係

◇事業所で簡単にできる節電ポイント

対 象	節電対策
照 明	照明を半分程度間引きする
	照度の見直しを定着させる（執務室の机上は 500 ルクス以下）
空 調	実際の室温が 28℃ 以上になるように空調を調節する
	サーキュレーターを活用する
	ブラインドの羽根を水平にして、採光と熱負荷の軽減を同時に実現する
	フィルターを定期的に清掃する（2 週間に 1 回程度）
	エレベータ機械室・電気室の換気停止や温度設定を見直す（30℃ 以上に設定）
機 器	パソコン・プリンタの待機電力を削減する
	画面の輝度などを抑制する
節 電 啓 発	使用電力と消費電力が大きい設備などを把握し、電力を「見える化」することで、効果的な省エネ・ピークカットを実践する
	電力需給ひっ迫が予告された時に追加で実施する取組みを、事前に計画しておく

東京都地球温暖化防止活動推進センター（クール・ネット東京）では、中小規模事業者向けに無料の省エネ診断を行っています。ぜひ、活用してください。



多摩地域合同国体スタンプラリー開催！

いよいよ来年に迫ったスポーツ祭東京 2013（第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会）の開催気運を盛り上げるため、多摩地域30市町村合同でスタンプラリーを実施します。集めたスタンプの数に応じて素敵な賞品をプレゼントします。ぜひ、参加してください。

期 間 7月21日(土)～10月31日(水)

内 容 多摩地域の30市町村に設置したスタンプポイントを巡り、スタンプを3個以上集めた方に抽選で賞品をプレゼントします。

賞 品

☆特別賞（スタンプ15個以上）

◎ 舞浜テーマパーク&ホテル宿泊チケット

◎ 電動アシスト自転車

◎ JTB旅行券3万円分

◎ 任天堂Wii本体+Wiiパーティーセット

☆協賛企業賞（スタンプ7個以上）

◎ ホテル食事券

◎ 遊園地・市立美術館の招待券

◎ サッカー・バスケットボールなど、トップアスリートチームの観戦チケット

◎ 清涼飲料水や食品など

☆ゆりーと賞（スタンプ3個以上）

◎ スポーツ祭東京2013オリジナルグッズ

※賞品の発送をもって当選者の発表とします。

スタンプブックの配布 各市町村の国体担当窓口、多摩地域の鉄道各駅で配布するほか、各市町村ホームページからダウンロードすることができます。

応募方法 11月9日(金)（消印有効）までに、スタンプブックの最終ページにスタンプを集め、必要事項を記入の上、次のいずれかの方法で応募

①直接各市町村の国体担当窓口へ

②スタンプブックの最終ページに80円

切手を貼付し、郵送で多摩地域合同国体スタンプラリー実行委員会事務局へ〒183-0056府中市寿町1-5府中市国体推進室内

問合せ 国体推進室 ☎578-8788

東京多摩国体 平成 25 年開催

東京に 多摩に 島々に 羽ばたけアスリート



ゆりーと

スポーツ祭東京2013

第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会