

昨年の北海道は、北海道胆振地方中東部を震源として発生した大地震により大きな被害をもたらしました、本当に災害は、いつ、どこで、どのように起こるかわかりません。

災害で怪我を負い、支援が必要になる可能性は誰にでもあります。

災害による被害を減らすには、日頃からの備え（**自助**）と地域での助け合い（**共助**）が欠かせません。

日頃から地域での関係作りが大きな防災力となり、いざという時の助け合いになります。

災害に備え事前に確認しておくこと

- 家族が離ればなれになった時の集まる場所や連絡方法
- 区役所が指定している避難場所（区役所で入手可能）
- 災害用非常袋の準備

内容（1例として）

貴重品、薬、現金、保険証、携帯電話、乾電池
充電器（乾電池式、停電時も使用可能）
着替え（服が濡れると体が冷え体力も奪われるので
速乾性の高い服）
防寒着（夏場でも夜間は冷えます）
水や保存の利く食料（チョコレート、飴、缶詰等）



避難する時の注意点

災害が発生し、札幌市（区役所）から避難指示などがあった場合は、まず落ち着いて行動し、区役所の職員や警察官の指示に従って避難しましょう。

車の運転中に大きな地震に遭ったときは、次のことを守ってください。

- あわてずに車を道路の左側に寄せて止めてください。
- ラジオ・テレビなどで地震情報、被害情報、道路情報等を確認し行動してください。
- 車はできる限り道路以外の場所に移動し、駐車してください。
やむを得ず道路に駐車したまま避難するときは道路の左側に寄せ、エンジンを止め窓を閉め、鍵を付けたままにし、ドアロックはしないでください。
- 通行止めなどの交通規制が行われているときは、現場の警察官や道路管理者の指示に従ってください。

地域の助け合いが大切です (自助・共助)

北海道胆振東部地震の発生により皆さんが感じた不便なことがあったかと思います。
例えば、水です。

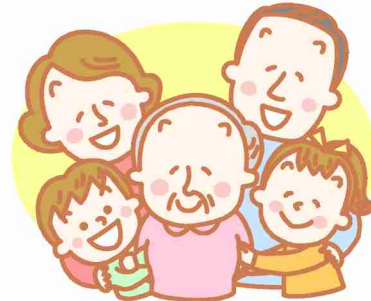
生活に直結する水道が断水することで、トイレの水、飲料水、食事、風呂等とかなりの不便があったかと思います。



次に、電気です。

最近では、オール電化の住宅も増えており、電気がなければ全てが使用不能になります。水道がポンプ式になっているマンションであれば、停電によりポンプが動かず水が出ない、発生が冬期であればストーブを使用することも出来ない等があるかと思います。

某区のマンションでは、居住者の高齢者がマンション高所に居住しており、給水車から水を運ぶことができないで困っていたところ、同じマンションに居住する高校生らが運んでくれたという話がありました。



今回の震災では、自宅に1人でいると不安な気持ちになるからと、避難所に身を寄せ、見知らぬ人でも話をして安心できたという話も聞きました。

まずはご自身の安全ですが、同じ被災者として周りの方同士で協力することで、お互いの不安や問題点を解消することができると思います。

阪神淡路大震災や東日本大震災等の過去の災害では、建物に閉じ込められた方の大半は、自助共助により助けられています。



災害の被害を最小限にするには、地域の支え合いが必要不可欠です。

この週間を一つのきっかけとして、今一度ご家族で話し合ってみて下さい。