



特集1 災害に、 「今」備える

問い合わせ先 総務課
(☎4317211)

東日本大震災、広島市土砂災害、熊本地震。災害はある日突然起こります。そんな災害から身を守る「防災」にあなたは取り組んでいますか？何かあれば誰かが教えてくれる、助けてくれると思いませんか？

これからの出水期、府中市でも土砂災害などの災害発生の危険性が高まります。

いざという時は、しっかりと備えておかなければ落ち着いた行動は、決してできるものではありません。

防災の基本って…

災害の被害を減らすためには「自助」「共助」「公助」の3つが重要といわれています。中でも「自助」は「防災の基本」といわれ、とりわけ重要とされています。なぜ、「自助」が防災の基本といわれるのか？それは、自分が助かれば、家族や友人・知人を助けること（共助）ができるからです。つまり、自分が「救助される人」ではなく「救助する人」になるということです。そのためには、誰かが声を掛けてくれる、助けてくれると待つばかりでなく、自ら行動し情報を入手できる準備が必要です。

熊本派遣職員の声



主事 長谷 洋
人事秘書課勤務

5月4日〜10日まで避難所の運営や物資の仕分けなどのため、避難所で支援を手伝いました。

避難所へ避難している人は、「自宅は無事だが、裏山が崩れそうで危険だから帰れない。」という方や、「自宅に帰っても、断水しているから、自宅で生活できない。」という方から話を聞きました。

私が支援をしていた期間は、直後ということもあり、食事も人手も十分とは言えず、余震も続いている中での避難生活は体だけではなく、心にも余裕がなくなっていくようでした。また、断水も復旧の目処がたつておらず、いつまで避難生活が続くのか先行きの見えないう不安を抱えながらの生活をされていました。



熊本地震で起こった土砂すべりの様子

災害から一つでも多くのことを学び取り、今後起きるかもしれない災害からの被害を少しでも減らすよう努力することが、私たちのすべきことではないのかと思います。

私が伝えたいこと
熊本の方たちも言っておられました。災害は、いつ起こるか分かりません。明日かもしれないし、明後日かもしれない。ある日突然、災害は発生し、そこからの日常生活を一変させます。もしこうしていれば、あれをしていたらという後悔しないためにも、何も起こっていない今の準備が大切です。例えば、家の周りの倒れそうなものをチェック

する。家具などの倒れそうなものを壁に固定する。非常食や飲み水などを3日分できれば1週間分は準備しておく。防災グッズなどを準備しておく。これらをしておくことで、少しでも被害を減らしたり、災害が起こった後の生活を苦しくなくすることができるようになります。ぜひ今からでも準備をしてみてください。

府中市防災情報メールに登録しよう

登録方法

- ①登録用のアドレスまたはQRコードから、件名・本文を入力せずメールを送信。
- ②希望する情報を選択。
- ③登録完了の表示ができれば、完了。

府中市防災情報メールに登録すると、避難情報（避難勧告・避難指示など）や災害による交通規制などが、Eメールで送られてきます。



スマホや携帯電話で受け取れます。

パソコンで受け取れます。

Q. 災害に備えるのに重要なことって何？

気象情報や災害情報を入手できるようにしておくことです。気象情報は、NHKのデータ放送からの入手がおすすめです。災害情報は、府中市防災情報メールからの入手がおすすめです。

Q. 出水期って何ですか？

市役所総務課の栗根です。災害について質問に答えます。集中豪雨（梅雨）や台風の発生しやすい時期のことを言います。一般的には6月～10月が出水期にあたります。この時期は降水量が増加し、災害が発生しやすい時期であると言われています。

Q. 避難はいつすればいいの？

身の危険を感じたら避難しましょう。大雨が降り始めてからの避難は、避難の途中に災害にあう可能性が高く危険です。早めの避難を心掛けてください。もちろん避難勧告や避難指示が発令された場合も避難しましょう。

Q. 自主避難するときはどうすればいいの？

府中市の指定避難所に避難してください。避難する時には、自主防災組織の役員と市役所に必ず連絡をしてください。指定の避難所以外に避難された場合も、必ず連絡してください。