自分で守り自分を助ける—

自助

Nagasu SPECIAL

愛する人を守る二つの言葉

皆さんは「自助」と「共助」の2つの言葉を知っていますか。

「自助」は自分の身は自分で守ること

「共助」は地域で助け合うこと

災害が発生したとき、この2つは不可欠なものです。

東日本大震災から1年が経つ今、「防災」が「忘災」にならないように、私たちには何ができるのでしょうか。

今月は、2つのキーワードから「防災」について考えてみたいと思います。

共助

地域で共に助け合う—

熊本県市町村広報担当者による合同防災特集

愛する人を守る 二つの言葉

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、私たちの想像をはるかに超えた被害をもたらしました。約180万人が暮らす熊本県でも、災害が発生しないという保証はどこにもありません。自分や大切な人の命を守るため、今一度、防災について考えてみましょう。

多くの命を救った奇跡

災害が起きたとき、あなたを助けてくれるのは誰だと思いますか。自衛隊や警察、消防署の人だと思いますか―。

東日本大震災の死者・行方不明者は、合わせて約2万人を数えました。そのような大災害の中、多くの子どもの命が助かった地域があります。

それは岩手県釜石市。同市は津波による被害を受ける可能性が高いため、防災教育を徹底してきた地域です。その教育を受けた子どもたちは、避難に関して十分な知識を持ち、訓練を積み、助け合う精神を育んでいました。地震が発生すると、釜石市の中学生たちは、津波が発生することを想定し、自分の身を自分で守りながら、小学生と保育園児を連れて避難しました。

このことから、大きな災害が発生した場合には、まず自分の命は自分で守ることが大切なのが分かります。

奇跡から学ぶ自助と共助

津波による釜石市の小中学校が管理する生徒の犠牲者はゼロでした。それは「釜石の奇跡」としてメディアなどで報じられました。しかし、子どもたちは教えられた通りに行動しただけです。彼らに根付いていた自分の命は自分で守る「自助」と地域の人たち同士で守り合う「共助」の精神。「釜石の奇跡」は、奇跡ではなく、当然の結果だったのかもしれません。

あなたを守るのは、あなた自身。そして、大切な人を守るためには、お互いに助け合うことが重要です。

「自助」と「共助」を知ることが、防災の意識を高めることにつながるのです。

Special Interview

交流が人を救い、救われる―

東日本大震災復興構想会議議長や防衛大学校長を務め、阪神・淡路大震災を経験した五百旗頭真さん。TKU 報道フォーラムのために来熊した五百旗頭さんに災害において重要なことは何なのかを聞きました。

五百旗頭（いおきべ） 真（まこと） さん

◎ Profile
昭和 18 年兵庫県西宮市生まれ。京都大学法学部卒、同大学大学院修了。神戸大学大学院教授、日本政治学会理事長などを歴任。吉田茂賞、吉野作造賞など受賞多数。現在、防衛省防衛大学校長、東日本大震災復興構想会議議長を務める。68 歳

阪神・淡路大震災の時、私は兵庫県西宮市の自宅にいました。直下型地震のすさまじい揺れに生きた心地がしませんでした。室内を家具が飛び交うのを感じました。でも、家族全員が無事だと確認できたときは、心からホッとしました。

停電で辺りは真っ暗でした。人は、情報の暗闇の中では、あらゆる妄想をしてしまいます。「これほど揺れるのであれば、日本が沈没してしまうんじゃないか」とさえ思いました。その後、トランジスタラジオで淡路島が震源であることを知りました。

災害時に情報を得ることは、安心感を得ることです。情報のありがたみを改めて認識しましたね。

地域コミュニティーで支え合うことも、防災ではとても大事なことです。阪神・淡路大震災の時、救出された人が多い地域には「祭り」がありました。祭りには、住民同士が交流し、お互いに協力し合おうという雰囲気が生まれる効果があります。そんな交流のある地域では、誰かが、がれきに埋もれたとしても「あそこには誰かいたはず」と助け合えるのです。こうした「共助」を進めるためには、日頃からのコミュニケーションが大切なのです。年に1回でも祭りやスポーツ大会などで交わりのある地域になることが、とても大切だと思います。人を助けるためには、自分の安全を確保することが大切です。自らが災害に対する強さを持てば、人を助けることができるのです。

日本は地震の多い国です。早急に東北を完全に復興させて、次の災害に備えなければなりません。東日本大震災を忘れず、この悲惨をかみしめつつ、必ず来るであろう次の大災害への減災に努めることです。

熊本県は、九州の中央に位置し、自衛隊など防衛拠点が集中しています。熊本県が自らの安全性を高めながら助ける能力を持つことが、日本全体にとっても大変貴重なことだと思います。県民の皆さんも地域のつながりを大事にしながら減災・防災の心を大切にしてほしいと思います。

熊本県内の広報担当者が一緒に制作した防災特集。地震や風水害などの自然災害は、私たちに突然襲いかかります。家族や恋人、友人を守るために大切なことは「自助」と「共助」でした。二つの言葉は、まず自分が生き延びることと日頃から地域のつながりを大事にすることの大切さを教えてくれました。愛する人を守るために、二つの言葉を忘れないでください―。

熊本県 災害年表

幾度となく自然の猛威にさらされてきた熊本。過去にどのような災害が発生しているのでしょうか。熊本を襲った災害を年表で振り返ります。

梅雨前線豪雨（平成 19 年 7 月）

梅雨前線による豪雨で河川が氾濫した豪雨災害。美里町では道路寸断、土砂崩れで集落が孤立した。

県南集中豪雨（平成 15 年 7 月）

九州の広範囲を襲った集中豪雨。水俣市では大規模な土石流が民家を直撃。19 人が犠牲になった。

台風 18 号災害（平成 11 年 9 月）

県内全土が大きな被害を受けた台風災害。宇城市（旧不知火町）では、高潮で 12 人が犠牲になった。

白川大水害（昭和 28 年 6 月）

県北中部を中心に発生した集中豪雨。死者・行方不明者は 500 人超、家屋全壊は 1,000 戸を超えた大水害。

（参考）熊本県防災情報ホームページ（写真）熊本県大水害寫眞集

愛する人を守るために必要な「自助」と「共助」。想定外に備えて、今できることは―。

1 避難場所の確認

日頃から、離れ離れになった時のために、集合場所や連絡手段を家族で決めておきましょう。

民間協力による「津波避難ビル」

津波などの大災害が発生した時、一刻も早い避難が必要です。

しかし、場合によっては、避難場所に指定されている公共施設まで、避難が間に合わないかもしれません。

そこで、民間企業の協力をいただき、一時的に避難場所として利用できるよう、協定を締結しました。それが「津波避難ビル」です。

現在、津波避難ビルに協力していただいているのは次の3カ所のビルです。

■ビジネスインうめさき
■ビジネスホテル大石館
■ホテル有明会館

＊その他にも長洲町建設業組合に加入されている企業など、災害時の救援や復興を支援していただく民間企業が多くあります。

2 メールサービスの活用

災害時、情報を得ることは安心感を得ることです。
テレビやラジオだけでなく、メール配信サービスも利用しましょう。

緊急速報エリアメール

長洲町では、避難勧告や避難指示などの緊急情報をより多くの町民の皆さんに迅速に提供するため、メールアドレス登録の必要がない「緊急速報メール」を導入しました。これは、町がドコモ、ソフトバンク、au3社の携帯電話・スマートフォンを利用して、町内にいるすべての人に町の災害情報を発信するものです。

■登録方法
登録は不要です。町民の皆さんだけでなく、旅行や通学・通勤で町内にいるすべての人に発信します。

■利用料金　無料

緊急速報エリアメールのイメージ画像

熊本県防災情報メールサービス

熊本県では防災に関する情報をメールで発信しています。災害内容や地域指定で設定ができ、長洲町に関する情報のみ受信することも可能です。

■登録方法
「entry@anshin.pref.kumamoto.jp」宛に空メールを送信するか、下の2次元バーコードを携帯で読み取ってメール送信してください。

■利用料金　無料
(パケット通信料は利用者負担)

3 非常用持出品の準備

避難するときに、まず持ち出すべきものです。
袋に入れ、持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

＊持ち出し品は、参考例です。
各家庭に適したものを準備しましょう。

食料品関係
□飲料水　□乾パン・クラッカー　□レトルト食品・缶詰
□粉ミルクと哺乳瓶　□缶切り　□鍋・水筒

救急・安全関係
□救急医療品　□常備薬の予備　□防災頭巾・帽子
□底の厚い靴

貴重品関係
□現金(小銭も必要)　□預金通帳の写し
□健康保険証の写し　□認印

衣類等
□下着　□寝袋　□雨具　□タオル

日用品
□携帯ラジオ　□懐中電灯　□予備の電池　□軍手
□マッチやライター　□ロープ　□使い捨てカイロ
□マスク　□生理用品　□紙オムツ　□ティッシュ
□包装用ラップ　□筆記用具　□厚手のごみ袋

4 自助と共助を知る

防災は「自助」「共助」「公助」で成り立っています。
「自助」は自分で自分自身や家族・財産を守ること。
「共助」は、地域の人たち同士で守り合うこと。
「公助」は国や町、警察や消防といった公的組織による助けです。

災害直後、「公助」は人命救助に集中し、生活や財産の救援には機能しにくくなります。そのため、「自助」と「共助」が大切です。

町では、全町一斉に放送可能な同報系防災無線の整備など、今後も防災への取り組みを続けていきます。防災メールやハザードマップなどを活用した自助、消防団や自主防災組織といった共助による防災活動へのご理解とご協力をお願いします。