

序章 自助・共助・公助

東日本大震災は未曾有の大災害として東北地方を中心に大きな被害をもたらしました。区では、この災害を教訓として、標高図の作成や区内全域への海拔標示板の設置、津波ワークショップの開催、防災ラジオのあっせん(平成24年12月販売終了)、街頭消火器の増設やスタンドパイプの地域への配備などを行い、災害に強いまちづくりを進めています。しかし、災害が発生したときは、区、都や国は全力で対応しますが、自分の身を自分で守るとともに、近隣や地域の人々と協力し合うことが必要です。日頃から事前の備えに取り組み、災害が発生したときの対応をしっかりと考えて、自助・共助・公助により、災害に強いまちづくりを進めていきましょう。

共助

地震等の大規模災害では、区、警察や消防などの公的な支援には限界があります。近隣や地域の人々と日頃から話し合い、災害時にお互いに力を合わせ助け合うことを共助と呼びます。

人が倒れていたら
どうしたらいいの？

→ 詳細は26ページへ

地震が発生したら
どう避難すればいいの？

→ 詳細は9～11ページへ

地震に備えるには
どうしたらいいの？

→ 詳細は7ページへ

風水害から身を守るには
どうしたらいいの？

→ 詳細は30ページへ

区はどんな支援を
しているのかな？

→ 詳細は35ページへ

避難所や広域避難場所は
どこなのかな？

→ 詳細は39～46ページへ

自助

防災対策の基本は、自分の安全は自分で守るということです。災害に対する日頃の備え、自分自身や家族・財産を守ることは災害に対する基本的な行動であり、その行動を自助と呼びます。

火災を防ぐには
どうしたらいいの？

→ 詳細は22ページへ

津波は
どうしておきるの？

→ 詳細は15ページへ

公助

区や都、警察、消防などの行政機関、電気・ガス・水道などの生活基盤となるサービスを提供する公益企業が、日頃の自助・共助や、災害時の支援活動を実施することを公助と呼びます。

**災害の被害を軽減するためには、自助・共助・公助が不可欠です。
一人ひとりが自ら取り組み、近隣や地域の人々と協力し、
区や防災関連機関と連携を取り合っていきましょう。**