

# 近大奈良減災 NEWS

近畿大学奈良病院DMAT災害対策委員会

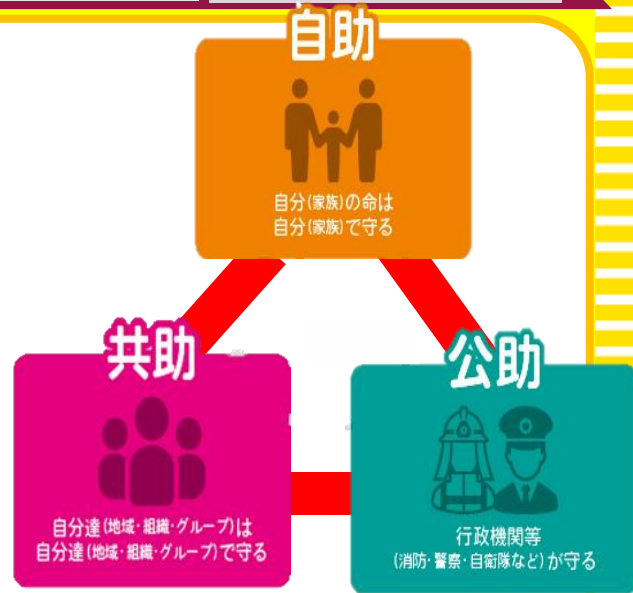
文責：辻谷太・加藤宏樹

vol. 02

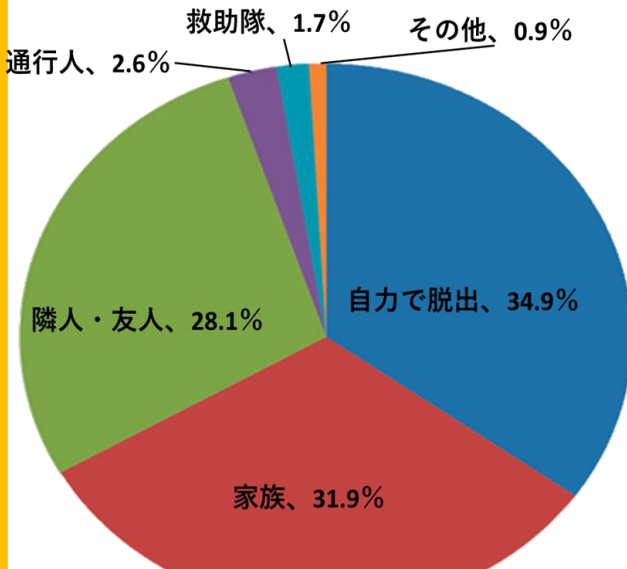
2021. 4. 20

みなさんこんにちは。  
昨年は大きな地震が少ないなと感じていたのですが、2月13日に東北地方で震度6強の地震が観測されるなど、最近大きな地震がふえています。このような地震や台風などの災害への備えを考える際には、「自助」「共助」「公助」の3つに分けることができます。

「自助」とは、災害が発生したときに、まず自分自身の身の安全を守ることです。この中には家族も含まれます。「共助」とは、地域やコミュニティといった周囲の人たちが協力して助け合うことをいいます。そして、市町村や消防、県や警察、自衛隊といった公的機関による救助・援助が「公助」です。（総務省消防庁）では、実際の災害時には、「自助」「共助」「公助」の3つどれくらいの割合で救出されていると思いますか？



少し前になりますが、下の図は1995年の阪神淡路大震災に関するデータです。



阪神・淡路大震災における生き埋めや閉じ込められた際の救助主体の割合

出典：(社)日本火災学会 (1996) 「1995年兵庫県南部地震における大規模災害に関する調査報告書」

このように、7割弱が家族も含む「自助」、3割が隣人等の「共助」、救助隊による救出「公助」は数%に過ぎなかったという調査結果があります。自助が非常に大きな割合を占めており、一人ひとりの減災に対する意識や備えが重要です。まず、自助では、電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、食料や飲料水などを備蓄する必要があります。これまでは、よく【3日程度の備蓄】をするようにと言われてきましたが、内閣府は現在予測されている南海トラフ地震のような大規模地震に備え【1週間程度の備蓄】をすることが望ましいとしています。

次回に備蓄の具体的な内容について掲載させていただく予定です。  
災害時に自分で自分、家族の身を守るため、まずは身近なところから災害に備えていきましょう。

ご意見やご感想、ご質問等ございましたら、【患者さまの声】にお願いします。  
(患者さまの声は、2階MACHIcafe右横の電話コーナー、各デイルームに設置しています。)