

## 防災対策で重要な「自助」とは？

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が自ら取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要だと言われています。（下図）

その中でも基本となるのは「自助」、自らの命は自らが守る意識を持ち、一人一人が自分の身の安全を守ることです。特に災害が発生したときは、まず、自分が無事であることが最も重要です。一人一人が平時からハザードマップを確認し自宅の災害リスクを認識するなど、自分の周りにもどのような災害の危険が及ぶのかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を講じることが重要です。

「自助」とは、自分や家族の安全を守るための一人一人が取り組む防災です。

〈防災士 荻野 勝也〉



図：「自助」「共助」「公助」  
（出典：マイレット公式サイト）