

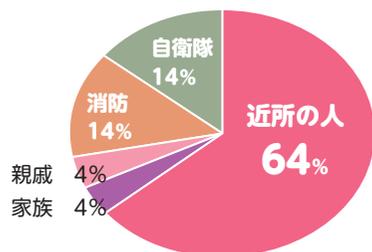
地域全体で防災に取り組みよう



大規模災害が発生したとき、公的機関による支援が届くまでの間、近所の人たちが協力して初期消火活動や救出活動に当たらなければなりません。災害時、頼りになるのは地域住民の助け合いである「共助」です。地域に暮らす私たちは、お互いに助けたり、助けられたりする関係にあります。いざというときに備え、みんなで協力しあって地域を守っていくことが大切です。

自主防災組織に参加しよう

人命救助をした人の内訳

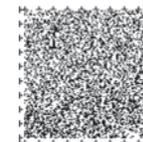
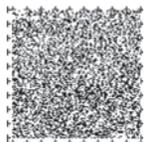


(『1995年兵庫県南部地震による人的被害(その5) 神戸市東灘区における人命救助活動に関する聞き取り調査』宮野道雄(大阪市大) 他 1996年日本建築学会大会学術講演梗概集)

自主防災組織は、地域住民が自発的に防災活動をする組織です。阪神・淡路大震災の際、がれきの下から救出された人の6割以上が「近所の人」によって助け出されたという調査結果もあります。「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで自主防災組織に積極的に参加し、災害に強いまちづくりを目指しましょう。

📣ポイント! 近所付き合いから始めよう

共助とは、簡単に言えば「困ったときはお互いさま」の精神で助け合うことです。平常時の地域住民の交流が深ければ深いほど、いざというときの共助の力はより確かなものになります。難しく考える必要はありません。ご近所同士で普段からあいさつを交わし合い、顔見知りになることから始めてみましょう。



消防団を知っていますか

消防団は地域住民によって構成された消防機関で、消防署と協力して消火活動などに当たります。消防団員は、自営業や会社勤めなどの仕事、学業や家事などに従事しながら活動する非常勤特別職の地方公務員です。高齢化などの影響により、近年は団員数の減少が憂慮されている一方で、女性や学生の消防団員が増えています。興味がある場合は、最寄りの消防署に問い合わせてみましょう。



◎消防団の活動内容

平常時	災害時
<ul style="list-style-type: none"> ● 地域を災害から守るための火災予防や防災啓発 ● AEDの使い方など応急手当ての普及・啓発 ● 各家庭を訪問した防火啓発など 	<ul style="list-style-type: none"> ● 消防署と連携した消火活動 ● 地震・風水害時の住民の救助・救護、避難誘導 ● 台風や集中豪雨時の水防活動など

県と市の職員が合同で「機能別分団」を結成

福岡県内では、平日昼間の消防団員不足に対応するため、県職員と市職員が合同で「機能別分団」(特定の活動、役割のみ実施する分団)を結成、勤務時間内に発生した火災の消火活動や行方不明者の捜索などに当たる取り組みを進めています。県職員と市職員合同の機能別分団は、平成27年(2015年)1月に全国初の試みとして宗像市で、平成29年(2017年)7月には豊前市で結成されました。定期的な訓練を実施して団員の消火技術等の向上を図りながら、平日昼間の地域の安全・安心を確保するために努力しています。

火災が発生したら

火災の現場に居合わせたらまず「通報」、その後「初期消火」「避難」の順番で行動するのが原則です。ただし、優先順位は状況により異なります。出火直後なら「通報」と「初期消火」の優先順位が高くなりますが、そのために逃げ遅れては大変です。あわてず冷静な判断を心がけましょう。

火災発生時の行動3原則

- | | | |
|---|---|---|
| 1 大声で知らせる！ | 2 初期消火する！ | 3 早く逃げる！ |
| <ul style="list-style-type: none"> ●「火事だー！」と大声で叫んで隣近所に援助を求め ●どんな小さな火災でも必ず119番通報する | <ul style="list-style-type: none"> ●出火直後なら初期消火が可能。落ち着いて、素早く対応する ●消火器や水だけでなく、座布団で火をたたき、ぬらしたシーツで火を覆うなど、手近なものを利用する | <ul style="list-style-type: none"> ●火が背の高さを超えたら初期消火は難しい。無理をせず避難する ●避難するときは、部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断する |



📞がポイント! 覚えておこう! 「119」のかけ方

119番通報では、次のような内容を落ち着いて正確に答えましょう。

- 1 火災が発生していること
- 2 出火場所の住所はどこか。目印になる建物・施設なども
- 3 何が燃えていて、火災の規模はどの程度なのか
- 4 けが人や逃げ遅れた人はいるか
- 5 通報者の名前と電話番号



消火器を正しく使って初期消火する

消火器の使い方



消火器を使う際のポイント

- 出入り口を背後にして、避難路を確保する
- 姿勢を低くし、煙を吸い込まないように
- 炎ではなく、火元を狙ってほうきで掃くように
- ホースが強く振られるので、ノズルをしっかり握る
- 消火器の消火剤はすべて出し切る
- 消火後は、火が消えたかどうか再確認する



📣がポイント! 本当に恐ろしいのは煙です!

火災で発生する煙には、一酸化炭素などの有毒ガスが含まれています。吸い込むと中毒などにより命を落とす危険性があるので、次のポイントに気をつけながら避難しましょう。

- ぬらしたタオルやハンカチなどで口と鼻を覆う
- 短い距離なら息を止め、一気に走りぬける
- できるだけ姿勢を低くする
- 視界が悪いときは壁づたいに避難する



覚えておきたい応急手当て

突然の災害では、けが人が出ても救急車がすぐに駆けつけられるとは限りません。そのようなときに役立つのが、事前の知識と備え。万が一のときにすぐに対処できるように、消防署が実施する救命講習に参加するなど応急手当ての方法を覚えておきましょう。

出血

- 止血のため出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。

※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用し、直接血液に触れないようにするのが望ましい。



ねんざ

- 患部を冷やす。
- すぐに医療機関へ。



やけど

- 10分以上流水で冷やす。
- 冷やした後は医療機関へ。

※衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。

※水泡（水ぶくれ）は破らない。

※流水は直接患部に当てない。



骨折

- 折れた部分を動かさず添え木を当てて固定し、医療機関へ。

※適当な添え木がなければ、板、筒状にした雑誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用する。その上からテープでとめてもよい。



人が倒れていたら（心肺蘇生法）

1 反応を確認する

まず、周囲の安全を確認する。次に傷病者に呼びかけながら軽く肩をたたき、反応がなければ周囲に助けを求め、119番通報し、AEDを取り寄せる。周囲に誰もいない場合は、自分で119番通報する。



2 呼吸を確認する

胸と腹部の動きを見て、動いていないか普段と違う呼吸ならば「呼吸なし=心停止」と判断し、胸骨圧迫を行う。

3 胸骨圧迫

- ① 傷病者の横に向ひざ立ちになる。
- ② 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- ③ 肘を伸ばし、胸が約5センチ沈み込むように圧迫する。
- ④ 1分間に100～120回のテンポで絶え間なく圧迫する。
- ⑤ 周囲に複数の人がいる場合は、交代で行う。



4 胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ

人工呼吸ができる場合は「胸骨圧迫を30回、人工呼吸を2回」を1セットとして、この動作をAEDの到着もしくは救急隊員に引き継ぐまで繰り返す。



人工呼吸の方法

あおむけに寝かせる。片方の手のひらを額に、もう片方の手の人さし指と中指を下あごの先に当てて持ち上げ、頭を後ろにそらす。

気道を確保したまま傷病者の鼻をつまみ、口を大きく開けて傷病者の口を覆い、空気が漏れないように約1秒間かけて息を吹き込む。吹き込みは2回。傷病者の胸が持ち上がるのを確認する。

※出血や傷があると感染の危険があるため、できるだけ人工呼吸用マスクを使う

※人工呼吸のやり方に自信がない場合や口と口が直接接触することに抵抗がある場合には、人工呼吸を省略して胸骨圧迫をする



AED が到着したら

心肺蘇生の途中でAEDが届いたら、すぐにAEDを使います。AEDは電源を入れると音声メッセージと点滅するランプであなたが実施すべきことを指示してくれます。落ち着いて指示に従って操作してください。