



## ①防災まち歩きに参加！

自分の暮らす自治会ではなくても、いろいろな発見ができます。

## ②なまずの会 月例会合に参加！

まち歩きなどの行事の企画準備や防災に関する情報共有、意見交換などざっくばらんに  
お話しする会合です。性別や年齢の様々な有志が参加しています。

中高生や若者、子ども連れのママやパパの参加也大歓迎！

多様な立場・多様な視点から、地域の防災について、一緒に考えていきましょう。



## これまでの活動



2016 年発足～  
ワークショップ形式で会議で  
中高生の意見も大切に



2017 年～  
防災まち歩きとマップ作り

2018 年  
東小学校・青少年育成地区民大会で防災  
ワークショップ



2019 年  
東小体育館にて避難所設営訓練

【発行・問合せ】 東地区まちづくり協議会・なまずの会

岐阜県不破郡垂井町綾戸 901-1（東地区まちづくりセンター内）

電話：0584-23-0028 / Email：higashikou@town.tarui.lg.jp



# 防災なまず通信 第1号

## 【なまずの会】とは？

「なかと まちを ずっと守ろう！」の頭文字を取って名付けられた、東地区の有志によるグループです。年齢や性別等を問わず、誰でも参加・発言のできる会議として、地域の皆さんと一緒に防災について考えていく場です。

## 防 災 の 基 本

### 自助…自分で自分を助けること

自分の命は自分で守る、自分のことは自分で助けるということは、防災の基本です。自分を守ることができると、家族や隣人、友人を助けに行くことができます。「助けられる人」から「助ける人」になることがポイントです。

- ☑ 緊急避難グッズや非常食の準備をしましょう
- ☑ 家具の転倒防止対策や家屋の耐震補強をしましょう
- ☑ 緊急時の対応や連絡先を確認しておきましょう



### 共助…家族や地域で助け合うこと

自分でできることには限界があります。また、災害時、公の救援隊がすべての現場に駆けつけることはできません。家族やご近所さん、班や自治会など地域で互いに助け合うことが求められます。もしもに備えて、普段からコミュニケーションを取って、お互いに知り合っておくことがポイントです。

- ☑ 家族で災害が起こった場合の対応を話し合しましょう  
(どんな時間？どこにいる時？などいろいろなパターンを考えておきましょう)
- ☑ 自治会の防災訓練や行事に参加して、地域にどんな人が暮らしているのか知っておきましょう
- ☑ なまずの会に参加してみましょう

**防災訓練**



### 公助…行政による救助・支援のこと

垂井町や岐阜県、国など公による救助や支援といった対応のことです。災害時の救援や避難所の開設などの事後対応と、避難所の整備や耐震補強工事の助成金制度などの事前の対応があります。

- ☑ 減災（災害の被害を減らすこと）の取り組みや補助金などの制度を調べてみましょう
- ☑ 災害時に困りそうなことがあれば、相談してみましょう