

在宅での生活継続のポイント 助け合いの大切さ

Key Points for Sustaining Yourself at Home

Importance of Mutual Aid



避難所は、避難所利用者の居住空間としての機能だけでなく、地域の被災者の支援拠点としても機能する場合があります。行政とも連携しているため、給水や配給、さまざまな支援に関する情報の窓口にもなる。近所の人と声をかけ合い、助け合ったり、情報を交換したり、地域の助け合いの輪に加わろう。

地域の支援拠点

- ・ 自宅で過ごす被災者も避難所を利用することがある。
- ・ 避難所利用者の一員として運営にも協力する。



避難所生活の人

住宅避難の人

給水所の利用

- ・ 給水は地域住民みんなが利用できる。
- ・ 給水が行われる時間などの情報を集めておく。



避難所生活の人

住宅避難の人

コミュニティづくり

- ・ 情報収集や気分転換を兼ねて他の被災者などとふれあう時間をつくる。



避難所生活の人

住宅避難の人

支援物資の配給

- ・ 自宅で過ごす被災者も避難所などで物資の支給を受けることができる。
- ・ 避難所のルールを守って利用する。



避難所生活の人

住宅避難の人