

3班

自助：自分や家族の命を自分で守ること

共助：地域や会社など身近な人と助け合うこと (≒自治町内会)

### 自助

### 共助

**避難中**  
0分~3時間

白百合小学校の避難  
(河川渡りか  
・遊歩を回避) **保赤**  
直接の連絡 ~~手配~~ 等  
(息子、奥さん、お父さん等)

・12階ある? 外国人等を補助  
・白百合避難場所の手配  
・近隣の空き確認

**発災後**  
3時間~72時間

自宅の戻り  
・467号線 **経路** の帰る  
・江島道へ戻る  
×  
自宅の安全を確認

・一時避難所の手配  
~~経路~~  
・指定避難所の良好な場所へ  
① 避難規則 (付中、付録等)  
・避難場所

**平常時**

① 津波避難のルートを確認 (2階)  
② 避難ルートを (自治会館、利用可能な場所) の付近  
・備品を確認しておく事  
③ 外出時に携帯用の物 (20L程度の  
H2O、食糧、  
現金等)  
④ 家族との連絡方法  
を確認しておく

・指定避難場所の確認  
・水や食糧の確保 (町内会、倉庫)  
・避難ルートの確認 (避難場所)  
・車や避難ルートの確認