

<参考>

### 個人力 ～身の安全を考えよう・危険からの回避～

危険な目に遭わないかと怯えて暮らすのではなく、普段からまちな様子や人の様子に関心を持つことで犯罪や危険から回避できることが多くあります。

#### 1 何かが変わると気づく目の力と感覚

- (1) まちの様子
- (2) 背後の様子
- (3) 人の声
  - ・ 大声、叫び声、悲鳴、うなり声、つぶやき声など
- (4) 車の音
  - ・ 制限速度から極端に外れる速度など（早すぎる、遅すぎる）
  - ・ クラクション、ブレーキ、軋み、ぶつかる音など

#### 2 状況を即座に把握

- (1) 逃げるか
- (2) 離れるか
- (3) 近づくか

#### 3 自分の行動決定

- (1) 逃げる
  - ・ 人や車が自分に向かってくるなど身の危険を感じた場合には、大声をあげながら全速力で近くの家や店に助けを求める。かぎをかける。
  - ・ ハンドバッグを投げる、小銭を投げつける、
  - ・ 防犯ブザーの音を鳴らしたまま投げつけるなど相手の動線を妨げる
- (2) 離れる
  - ・ 喧嘩や事件、交通事故など一人で解決できない場合は、相手とは少なくとも腕の長さ2本分以上離れて、すぐに110番や119番に通報する
- (3) 近づく
  - ・ 病気やけが人には、「何かできることがありますか？」と声をかける
  - ・ 意識がない場合には、119番で通報するとともにAEDや心臓マッサージなどの救命のための応急措置を行なう
  - ・ 119番通報する

#### 4 連携

周囲には、頼りになる大勢の人がいます。警察、消防、地域の人々など、助けが必要なときには協力してくれるでしょう。助けを求めるときには、どのような状況なのか、誰に何をしてほしいのかを具体的に指名してお願いしてください。普段からまちや人に関心を持つことが、ひいては自分の安全を守ることに繋がります。