

災(わざわい)から  
命を守る、  
命をつなぐ

一人  
ぼっち  
じゃない

支え  
あおう



相談  
しよう

消費者行動ネットワーク(略称CAN)

# 自助 じじょ

生きるためには、ちゃんと食事しないと



「支え合いの制度」活用するのも自助

「命と健康を守る」制度、知って、相談する

## 自分の命は自分で守る！

困った時は

相談

助けを求める

社会で支え合う仕組みがあります

⑤ ページ

②

# 共助 きょうじょ

「助けあう」  
「協同する」って、素敵なこと！

ご近所さんと  
「笑顔のあいさつ」大切にしなきゃ

生協って  
共助なんだ



**「お互いさま」  
ご近所、地域で助け合う**

# 公助 こうじょ

おおやけ 社会で支えあう  
国・自治体

税金や社会保険料  
払って支えあっている



行政には、国民の「命と健康」「くらし」をサポートする責任と役割がある。

日本国憲法 25条

「国民の権利」

すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。

「国の役割・義務」

国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。