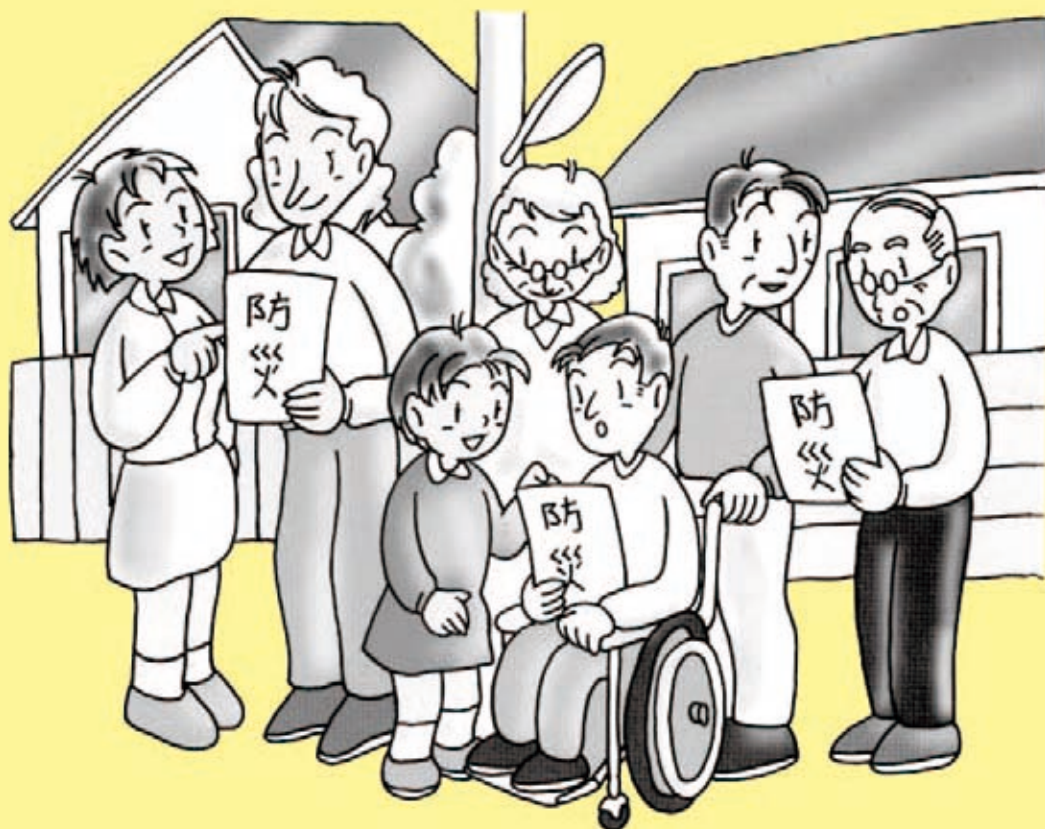


～備える 確認する 行動する～

大田区わがまち防災計画

(区民版地域防災計画)



—地域力は人と人のつながりから—

平成25年3月

大田区

『大田区わがまち防災計画（区民版地域防災計画）』の作成にあたって

～ あの日を忘れない ～

平成23年3月11日午後2時46分に発生した東日本大震災（マグニチュード9）から、2年が過ぎようとしています。

一日も早い被災地の復興と生活再建を願ってやみませんが、復興への道のりを目の当たりにしますと、改めて大規模災害の恐ろしさと過酷さを思い知らされます。

未曾有の被害をもたらした大震災は、大田区民も大きな揺れを経験するとともに、生活面でも多大な影響を被りました。

そして、東京で直下地震が発生したらどのような被害になるのか、我が身に置き換えて想像したとき、十分すぎるほどの教訓を残したのではないかと思います。

区は、この東日本大震災の教訓と経験に基づき、「これまでの震災対策は十分だったのか」という視点のもとに、改めて防災対策の抜本的見直しを行うこととしました。

見直し内容については、区と防災関係機関及び区民、自治会・町会、事業者等が、災害予防・応急・復旧・復興対策を実施する現行計画へ最大限反映して修正しました。その後、昨年12月と本年2月の大田区防災会議の審議を経て、「大田区地域防災計画（平成24年修正）」として決定いただき、策定しました。

一方で、首都直下地震に対する備えとして、自らの命や地域を守るためには、区民自ら何をどのように取り組むべきか、ということも大きな課題でした。

そのため区では、具体的対策として、区民一人ひとりに「自助」と「共助」の取り組みの重要性を理解いただき、いざという時に主体的かつ具体的な防災行動マニュアルとして活用できる『大田区わがまち防災計画（区民版地域防災計画）』を作成しました。

また、全217の自治会・町会ごとに、防災設備（街頭消火器、消火栓、防火水槽、AED等）を地図上に表示した『わがまち防災マップ』も作成し配付していきます。

区民と地域が自らの責任で行動する「自助」「共助」と、区及び防災関係機関等の「公助」が連携することによって、首都直下地震による被害を最小限に抑えていくことができると確信しています。

引き続き、地域力を結集して総合防災力を高めていく大田区の取り組みに対しまして、区民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

平成25年3月

大田区長 松原忠義

目 次

I 首都直下地震の新たな被害想定 ～わがまち防災計画の前提～	
1 大田区の被害想定 概要	— 1 —
2 東京湾北部地震による大田区の被害想定の結果	— 2 —
II 東京湾北部地震が起こったら ～災害シミュレーション～	
1 発生する事象と自助・共助の取組み	— 5 —
2 自助・共助による応急・復旧・復興対応	— 19 —
III 地域防災力を高めるために ～自助・共助の充実と公助の連携～	

<自助編>

1 災害に備えて（事前の対策）	— 22 —
「その1 自ら備える」	— 22 —
1 家庭の備え（準備と確認）	— 22 —
(1) 非常備蓄品	— 22 —
(2) 非常用持出品	— 23 —
(3) 家族構成にあわせた準備	— 23 —
(4) 防災用品の紹介	— 24 —
(5) 家庭用消火器を備えましょう	— 24 —
2 家の内外の安全対策	— 25 —
(1) 室内の対策	— 25 —
(2) 家具の転倒を防ぎましょう	— 25 —
(3) 屋外の対策	— 26 —
(4) 住宅やマンション等の耐震対策	— 26 —
「その2 家族で確認する」	— 27 —
1 家族との「連絡方法」を確認する	— 27 —
2 家族との「集合場所」を確認する	— 28 —
3 「家族を守る つなぐ 絆シート」を活用する	— 30 —
「その3 日ごろから実践する」	— 31 —
1 実践に勝る経験はなし	— 31 —
(1) 繰り返し起こっている地震で、行動実践してみましょう	— 31 —
(2) 防災行動を習慣化しましょう	— 32 —
(3) 地域の防災訓練への参加	— 32 —

2 災害時の行動（応急対策）	—33—
「その1 揺れから身を守る」	—33—
(1) 地震！その時 10のポイント	—33—
(2) 災害発生直後の避難行動の基本的な心構え	—36—
「その2 助け合って避難行動する」	—38—
(1) 避難の際の助け合い	—38—
(2) 避難の基本ルール	—38—
「その3 地域ぐるみで助け合う」	—40—
(1) 助けあいと支えあい(愛)のポイント	—40—

<共助編>

1 地域で取組む災害への備え（事前の対策）	—41—
「その1 日ごろからのつながりをつくる」	—41—
(1) 顔の見える関係作りのポイント	—41—
「その2 地域ぐるみで備える」	—43—
(1) 地域の自主防災体制	—43—
(2) 防災訓練の実施	—46—
(3) 防災講話の実施	—49—
(4) 東京防災隣組の取組	—50—
「その3 地域で確認する（知る）」	—51—
(1) わがまち防災マップの充実	—51—
(2) 「共助力」向上のための新たな取組	—52—
2 共助で取り組む応急対策（災害発生後の共助活動）	—57—
「その1 消火活動の実施」	—57—
(1) 消火・救出・救護の基本的な心構え	—57—
(2) 防災資源の活用	—57—
「その2 救出救護活動の実施」	—59—
(1) 近隣との協力体制	—59—

『大田区わがまち防災計画』は、『大田区地域防災計画（平成24年修正）』の中から、区民の皆様の命と生活を守るために最も重要とされる“自助と共助”に関する内容を抽出し、とりまとめたものです。

自らの命と地域を守るために、お一人お一人に実践していただきたい内容を事例や参考資料を用いて具体的にお示ししております。

ぜひ、ご家庭、地域の防災行動マニュアルとして活用いただき、『わがまち防災マップ』とともに、地域防災力の向上にお役立ていただければ幸いです。

I 首都直下地震の新たな被害想定 ～わがまち防災計画の前提～

1 大田区の被害想定 概要

平成24年4月18日に東京都が公表した「首都直下地震等による東京の被害想定」は、震源域が浅くなったことにより、23区部西部の大田区や品川区などの木造密集住宅等が多い地域で火災延焼被害を受けやすいと想定されています。

大田区内の大部分で震度6強(93.1%)が想定され、一部地域では震度7(1.4%)が想定されています。(震度による揺れの状態は下図のとおりです)

この冊子「わがまち防災計画」では、新たな見直された被害想定のうち、発生確率と切迫性が高い「東京湾北部地震」を災害対応の前提条件として述べていきます。

【参考】気象庁震度階級関連解説表(震度6弱以上)

震度階級	6弱	6強	7
人間	立っていることが困難になる。	立っていることができず、這わないと動くことができない。	揺れにほんろうされ、自分の意志で行動できない。
屋内の状況	固定していない重い家具の多くが移動、転倒する。開かなくなるドアが多い。	固定していない重い家具の多くが移動、転倒する。戸が外れて飛ぶことがある。	ほとんどの家具が大きく移動し、飛ぶものもある。
屋外の状況	かなりの建物で、壁のタイルや窓ガラスが破損・落下する。	多くの建物で、壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。	建物で壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。補強しているブロック塀も破損するものがある。
木造建物	耐震性の低い住宅は、倒壊するものがある。耐震性の高い住宅も壁や柱が破損するものがある。	耐震性の低い住宅では、倒壊するものが多い。耐震性の高い住宅でも、壁や柱がかなり破損するものがある。	耐震性の高い住宅でも、傾いたり、大きく破損するものがある。
鉄筋コンクリート建築物	耐震性の低い建物は柱や壁が破壊するものがある。耐震性の高い建物も壁、梁、柱等に大きな亀裂が生じるものがある。	耐震性の低い建物では、倒壊するものがある。耐震性の高い建物でも、壁、柱が破壊するものがある。	耐震性の高い建物でも、傾いたり、大きく破壊するものがある。

2 東京湾北部地震による大田区の被害想定の結果

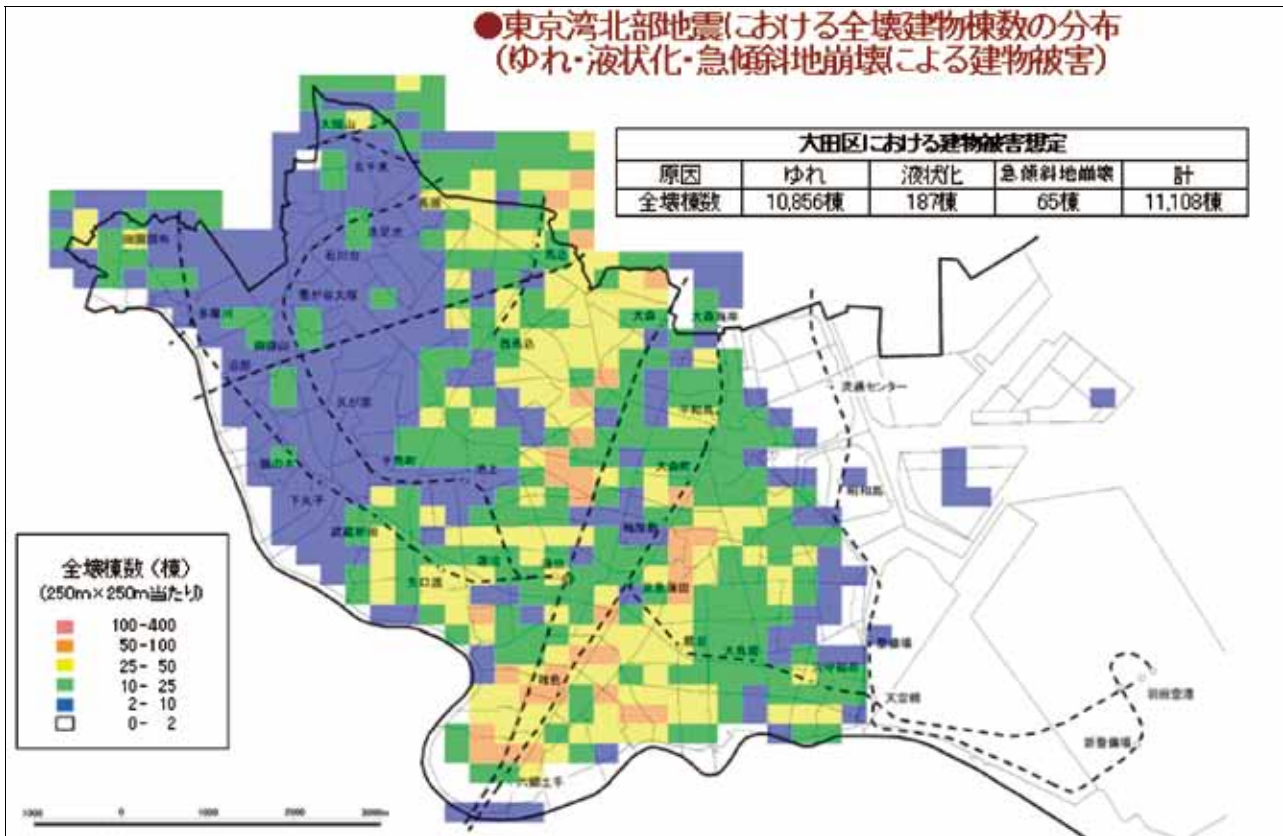
震源	東京湾北部	規模	マグニチュード7.3
気象条件	冬の18時 風速 8m/秒	震度	7（面積の1.4%） 6強（面積の93.1%）6弱（面積の5.5%）

災害事象		被害想定（大田区内）
建物被害 (分布図参照)	ゆれによる建物全壊件数	10,856棟
	液状化による建物全壊件数	187棟
	急傾斜地崩壊による建物全壊件数	65棟
出火被害 (分布図参照)	火災による建物全壊件数	32,218棟
	出火件数	68件
人的被害	死者 (うち火災)(うち建物倒壊等)	1,073人 (642人)(431人)
	負傷者 (うち火災)(うち建物倒壊等)	10,412人 (2,908人)(7,504人)
	避難所生活者	237,135人
ライフライン	電力施設（停電率）	36.8%
	通信施設（不通率）	23.9%
	ガス施設（供給停止率）	21.6～100%
	上水道施設（断水率）	67.9%
	下水道施設（管きよ被害率）	30.3%
帰宅困難者		166,426人
エレベーター閉じ込め台数		384台
災害時要援護者死者数		604人
震災廃棄物		440万t

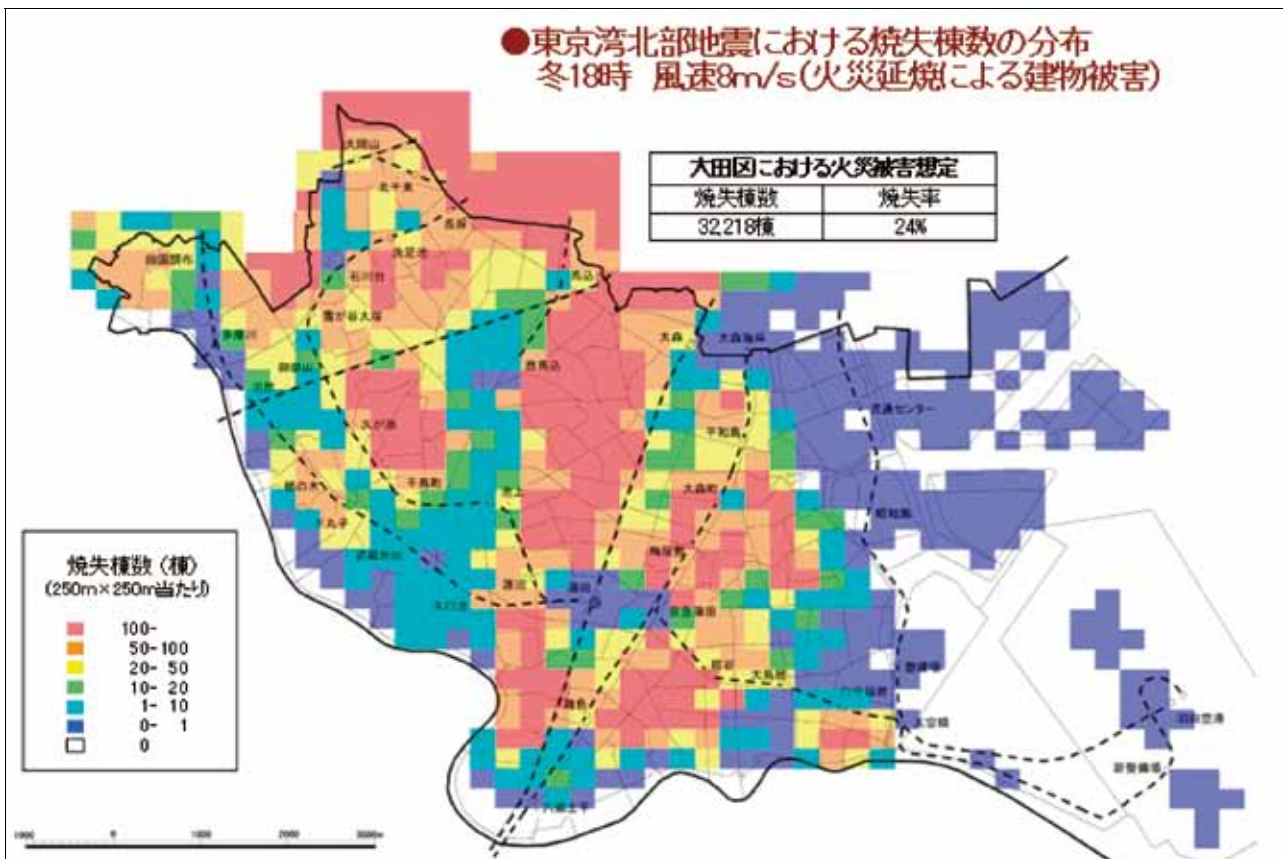
津波に関する想定		
想定する地震	東京湾北部地震	元禄型関東地震
最大津波高	1.58m ※多摩川河口付近	2.27m ※平和島付近
津波到達時間	3～7分程度	2時間20分程度
津波浸水予測	最大50cm程度 ※大森南の一部地域	最大1.2m程度 ※大森南、大森東の一部地域
人的被害	被害なし	被害なし
建物被害(全壊)	被害なし	88棟
建物被害(半壊)	被害なし	1,020棟

※浸水予測、被害数値は水門が閉まらなかった場合です。閉鎖時は浸水しません。

※元禄型関東地震は、直近での発生確率は低いですが、東京湾北部地震よりも、津波被害が大きいと考えられるため、元禄型地震に対応した津波防災対策をとっていきます。



<全壊建物棟数の分布図>



<火災焼失建物棟数の分布図>



<東京湾北部地震の津波浸水想定域分布図・水門開放時>



<元禄型関東地震の津波浸水想定域分布図・水門開放時>

※東京湾北部、元禄型関東地震ともに、水門が閉鎖している場合、浸水被害は発生しません。

II 東京湾北部地震が起こったら ～ 災害シミュレーション ～

1 発生する事象と自助・共助の取組み

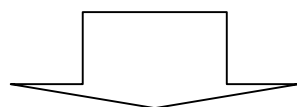
区 の 現 況	<p>区には、現在、約70万人（うち外国人約1.8万人）、約35万世帯の区民が暮らしており、約14万棟（木造約9万棟、非木造約5万棟）の住宅や建物があります。</p> <p>また、約4,300もの工場が集積し、木造密集地域も多いことも特徴です。</p> <p>面積60km²の広大な大田区で、大規模地震が発生すると、多くの住民の生命と財産に甚大な被害をもたらす、交通機関や電気・ガス・水道等のライフラインも大きな影響を受け、今までの環境は一変し困難を強いられる生活が続いていきます。</p>
------------------	--



想 定 に よ る 災 害 事 象	<p>想定に基づく首都直下地震が発生した場合、</p> <ol style="list-style-type: none">(1) 大田区内では、どのような災害事象が起きるのか。(2) 区民（自助・共助）の災害行動はどのようになるのか。(3) 区の災害対策各部（公助）はどのように動くのか。 <p>これらを、発災直後から時間ごとの時系列でどのように拡大・変化していくかをシミュレーションしました。</p> <p>それとともに事前の対策と応急対策の取組みを列挙しました。</p>
---	--



心 構 え	<p>このシミュレーションを参考に、いつ、どのような条件下で発生するか分からない大規模地震に対して、事前の備え（自助・共助）と、災害状況に応じて機動的に対応できるような応急対策（共助・公助）を構築しておくことが大切です。</p> <p>東京湾北部地震が発生した場合、人的・物的被害を最小限に抑えるためには、一人ひとりの区民や地域、企業、団体など地域全体の取組みが必要不可欠です。</p>
-------------	---



次の「災害シミュレーション」を参考にして、災害を想像してみましょう。

地震その時どうする ～ある家族のストーリー～

首都直下地震が起きたら、みなさんはどんな行動を取るでしょうか。ここでは、大田区に住む架空の大田さん一家の災害体験録を紹介します。

このストーリーから災害を想像し、どうすれば危険を回避し、命を守り抜くことができるのか考えてみてください。

○ストーリーの前提

東京湾北部地震 冬 夕方6時 風速8m/秒（やや強い北風）

<登場人物と主な動き>

【大田家の家族】

物語の語り手（3人）

- | | | | |
|----|----|-----|--|
| 夫 | 一郎 | 38才 | 区外商社に勤務
就業中に被災。帰宅困難に陥る。
家族の安否確認を試みる。 |
| 妻 | 花子 | 34才 | 区内勤務
勤務先からの帰宅中に被災。
揺れによる家屋の倒壊や救出劇を目撃。
娘を保育園から引き取り、息子のいる中学校へ避難。 |
| 祖母 | 和子 | 67才 | 息子夫婦、孫と同居。
自宅で夕食を作っていたときに被災。
「地震！その時10のポイント」を実践し、身を守る。
火災に追われ広域避難場所、避難所への避難を行う。 |
| 祖父 | 梅二 | 72才 | 息子夫婦、孫と同居。寝たきり状態。
自宅でテレビを見ていたときに被災。
災害時要援護者となり、隣人の支援を得て避難する。 |
| 息子 | 翔 | 13才 | 中学生
学校の部活動中に被災。
母親と避難所で合流した後、避難所の活動を手伝う。 |
| 娘 | 陽子 | 4才 | 保育園児
保育園で被災。
母親の引取りを待ち、学校避難所へ避難。 |

【大田家の隣人】

- | | |
|--------|--|
| 友助おじさん | 大田家の隣に住んでいる。自宅で被災。
歩行困難の梅二を担ぎ、和子と避難行動を共にする。 |
|--------|--|

夫 一郎さんの場合

(地震その時 一郎さんの状況)

18:00 地震の発生

20××年の冬、身を震わす北風が吹きすさいでいます。オフィスの窓から外を見ると街中は、帰宅を急ぐ人で混みあっています。自宅では母が夕飯を作っている頃でしょう。

父が病気に倒れ、大田区に2世帯住宅を構えてから、5年が経ちました。私は、自宅から電車で30分かけて、区外の商社に通勤しています。

会議を終え、コーヒーでも飲もうかと席を離れたときでした。足元から突上げられるような衝撃が襲い、続いて地鳴りのような音とともに、大きな揺れが発生しました。

(地震その時 一郎さんの行動)

18:00 揺れから身を守る

「地震だ！でかいぞ！」誰かが声を上げました。方々から、悲鳴も聞こえます。「みんな、机の下に隠れろ！」課長が叫びました。私は、必死に机の下に隠れましたが、隣の席の社員は、机の下に書類を詰め込んでいたせいで、隠れられず、倒れてきた書棚に間一髪つぶされるところでした。

18:03 状況確認

どれほど、たったでしょうか。地震が止み、恐る恐る机から出ると、執務室の書棚は多くが倒れ、書類やら割れた窓ガラスが散乱しています。

窓から外を除くと、ビルから落下したガラスが飛散し、倒れている人がいます。駅や建物から人々がぞろぞろと出てきて混乱が起き始めているのが確認できます。どうやら、電車は止まっているようです。

18:04 情報収集

テレビをつけると、都内を中心に、震度6強を観測したことが、口早にアナウンスされているのが聞こえてきました。とうとう関東大震災が起きたことを察しました。

18:05 電話が使用不能

「家族はどうなっただろう」ととても心配になりました。しかし、電話は混みあっているのか、つながりません。

18:07 事業所での待機

「みんな、聞いてくれ！家のことが心配だろうが、この地震では、今日は帰れないだろう。電車も止まっているようだ。会社の備蓄品があるから、それで今日の食事と暖を取ってくれ。一斉に帰宅すれば、町中が混乱して危険だ。外出は控えて様子を見てほしい。

それから、家族の安否確認は、災害用伝言ダイヤル171か、災害用伝言板を使ってみてくれ。あと、公衆電話は一般電話よりも繋がりやすいらしい。ただし、みんなが使うから、順番を守って、長話はしないように」

18:10 災害用伝言ダイヤルでの安否確認

私は、171に電話をかけ、自分が無事であることを自宅の電話番号に録音しました。

しばらくは、身動きが取れなくなりそうです。幸い、我が家は、耐震対策が済んでおり、家具の転倒防止も設置しています。備蓄も3日分していますし、非常用持出し袋もちゃんと用意しています。

それでも、家に帰れない以上、ただただ、家族の無事を祈るばかりです……。



妻 花子さんの場合

(地震その時 花子さんの状況)

18:00 地震の発生

私が強い揺れに襲われたのは、勤めを終え、自転車で家路を急いでいるときでした。

強い揺れに襲われ、倒れこむように自転車を止め、身動きが取れなくなりました。地面に這いつくばっているのが精一杯です。

周りの家々が軋む音を立て、木造の古い家がすさまじい音を立てて崩れ落ちていきます。ブロック塀や自動販売機も倒れ掛かってきました。

車が急ブレーキを踏む音が聞こえ、その後に大きな音が続きました。パニックに陥った運転手が慌てて、ブレーキを踏んだのでしょう。後続車が追突した姿が確認できました。

(地震その時 花子さんの行動)

18:03 状況確認

揺れが治まった後、あたりには埃がもうもうと立ちこめています。車両の事故現場では、幸いケガ人は発生しなかったようです。

18:05 自力脱出困難者の発見

ホッとしたのも束の間、崩れた建物のほうから、救助を呼ぶ微かな声が聞こえます。がれきは道路上にまで広がっており、助けはすぐに来れそうにありません。途方にくれたその時、「誰か閉じ込められているのか」近所の町工場の顔見知りの方が様子を見に来てくれました。

「家の下敷きになっている人がいるみたいなんです！助けてください！」

「わかった！いま工具を持ってくる！」

18:15 救出活動

しばらくすると、バールやジャッキを持って、若い職人さんたちと戻ってきました。

「今、助けるぞ！せーの！」みんなで協力し、なんとか助け出しました。助け出された住人は、材木に足を挟まれ、大ケガを負ったようです。

18:40 病院搬送

「担架はないのか！病院まで背負っていくぞ！」

職人さんたちの手によって救出された住人は、病院へと搬送されていきました。でも、病院は大混乱の渦中で機能しているのでしょうか。



18:45 自宅へ向けて移動

そのとき、あたりに煙の臭いが立ち込めていることに気づきました。

「火事だー！」いまは、夕飯時です。きっと多くの人が炊事をしているはずです。しかも、今日は乾燥注意報が出るほど乾燥した冬で、強い北風も吹いています。そういえば、関東大震災では、大火が発生したと聞いたことがあります。

「家族を守らなくては」子どもたちはまだ学校と保育園に行っており、一応の安全は確保されているはずです。自宅には、おばあさんと寝たきりのおじいさんがいます。子どもたちのことを不安に思いながら、自宅に帰ることを選択しました。

道路はがれきやガラスが散乱し、自転車では帰れそうもありません。徒歩で帰ることを決断しました。家までは、橋を渡ればすぐそこです。

18:50 帰宅の断念と保育園への引き取り

しかし、橋まで行って、驚きました。「橋が、ない……」

橋を渡らないと、家には大回りしなければなりません。迂回する道もどうやら塞がっていて、家にはどうやっても辿り着けそうもありません。

お隣の家には、いつも良くしてくれる友助おじさんがいます。何かあったら面倒を見てくれるといつも言ってくれています。いまは、その言葉を頼りにするほかなさそうです。

私は、帰宅を断念し、娘の引き取りに向かいました。

祖母 和子さんの場合

(地震その時 和子さんの状況)

18:00 地震の発生

夕飯を作っているときでした。居間では、おじいさんがベッドの上でニュース番組を見えています。

ふと、テレビから聞き覚えのある音が流れてきました。緊急地震速報です。念のため、テーブルの下に身を寄せよう、と、思った瞬間、どしんと激しい揺れが起きました。今まで感じたことのない、大きな揺れです。食器棚から皿が飛び出し、激しい音を立ててわれ落ちます。補強していなかった家具は、まるで生き物のように移動してきます。

おじいさんを助けに行こうにも、自由に身動きが取れません。テーブルの下に身を寄せ、揺れがおさまるのを待ちました。

(地震その時 和子さんの行動)

18:03 火の元確認 慌てた行動によるケガ

揺れがおさまりました。まず、火の元を確認します。「大丈夫、火事の心配はないわ」電気は消えてしまいました。窓の外も真っ暗です。どうやら停電が発生しているようです。

それから、あわてて居間の様子を伺おうすると、「痛い！」何かを踏みました。割れた食器の破片が当たり一面に散らばっていたようです。近くにあったスリッパを探して履きます。

18:04 祖父の安否確認 祖父からの注意喚起

居間に踏み入ると、幸い、おじいさんのベッドの周りには、家具や落下物がなかったのので、事なきを得たようです。

「大丈夫だよ。それより、窓が開くか確認してくれ。避難口を確保しないといけない。それから、火事が起きてないか、外の様子を見てきてくれないか」

「わかったわ」

「上から、瓦や看板が落ちてくるかもしれないから、十分注意してくれ。古いブロック塀や壊れそうな家にも近づかないように」

おじいさんの実家は、昔、震災で大変な被害にあっています。

おじいさんの両親は、揺れがおさまったあと、避難中、アーケードが崩れるという、二次災害で大ケガを負いました。何より一番怖いと言っていたのは・・・

18:06 地震火災の発生

「火事だー」と声が聞こえます。

そう火事が恐いのです。このあたりは、木造家屋が多く、地震であちこちから火の手が上がれば、完全に消火することは難しいそうです。

18:15 市民消火隊の活動を目撃、避難の勧告を受ける

近所に住む、市民消火隊の皆さんが消防機材を運んでいます。

「この先は、がれきでポンプ車の進入は難しいぞ！手軽に運べるスタンドパイプを使おう！」スタンドパイプは、区の広報で見たことがあります。火災への備えとして、すべての自治会・町会の防災市民組織に配備された器具です。路上の消火栓に器具を取付けるだけで、すばやく放水活動ができて扱いやすいものだそうです。

「こっちに火が来るかもしれない。避難してください」隊員の方が声を掛けてきます。おじいさんを連れて避難しなくては行けません。しかし、道路はがれきが散乱し、車椅子での移動は不安です。

18:20 隣人からの支援

その時、後ろから声を掛けられました。「おばあちゃん、無事でしたか」隣に住む友助さんです。「避難するよ。おじいちゃんはどうしているの」

「家にいて無事なのだけど、これでは動けなくて」

「わかった。おれが担いでいくよ」

友助さんの助けを借りて、広域避難場所へと難を逃れることになりました。私、一人では、運べていたか。本当に、命の恩人です。

18:25 避難の前の身支度

家に戻るとおじいさんが矢継ぎ早に言います。「友助さん、ありがとう。助かったよ。おばあさん、避難する前に、ブレーカーとガスの元栓を締めて。非常用持出し袋も持っていこう。ラジオが入っていたはずだから、点けといておくれ。それから、災害用伝言ダイヤル171で家族の安否確認をしてくれ」

「ちょっと待って、混乱してしまうわ。」

「おばあちゃん。心を落ち着けて、一つずつ冷静に行動しよう」

18:40 広域避難場所への避難

広域避難場所に到着しました。人が続々と集まってきます。町を振り返ると、空が赤く染まっています。家の様子が心配です。

広域避難場所は、火の手から免れるための場所で屋外です。非常用持出し袋から、耐熱シートを取り出し、暖を取りますが、それでも冬の北風が体温を奪います。

21:00 災害用伝言ダイヤルの使用 避難所への再避難

災害用伝言ダイヤルで家族の安否は確認が取れました。息子は、会社で無事、娘と2人の孫は、安全の確保ができた学校避難所にいるということです。

「うちのあたりは、火の手に巻き込まれたらしい。住み続けることは難しいようだ。安全な避難道路を通って娘さんたちと合流しましょう」友助さんが情報を仕入れて避難所への再避難を勧めてくれました。

娘たちのいる学校避難所へと向かいます。

21:30 学校避難所への避難 避難所生活でのあれこれ

学校避難所に到着しました。体育館の安全は確認されたく、体育館に大勢の人が避難しています。停電は続いており、非常用発電機で動いている投光器の灯り以外は、ほとんど暗闇です。

「お母さん！ここです！」ようやく娘たちと合流することができました。しかし、孫の翔が見当たりません。「花子さん、陽子ちゃん、無事でよかった。翔くんはどうしたの」

「翔は避難所のお手伝いをしています。向こうでおじいさんの介助を行っているわ。ここでは、地域の皆さんが協力して、必要なものの受け渡しや調整、区との連絡も行っているの。中学生はもちろん、誰でもみんなのためにできる限りのことを協力し合っているんです。ここで生活するためのルールも相談して決めているそうだから、あとで確認しましょう。

おじいさんは、ここでは横になれるスペースがないから、総務をしてくれている人に相談してみましよう。可能な限り、配慮してくれると言っていたわ」

1日後 復旧・復興に向けた支えあい

地震発生から、一日経ちました。まだ、被害の全体は伝わってきません。我が家がどうなったのかもわかりません。

それでも今はただ、家族全員が無事でいたことが、何よりの救いです。

そして、ここには、等しく被災した地域の皆さんがいます。支えあい、協力し合うことで、きっとわがまちの営みを取り戻していくことができるでしょう。

首都直下地震が発生したとき、ストーリーのような事態に遭遇するかもしれません。

区民一人ひとりが具体的な災害を想定し、想像することによって、何が起こるかかわからない災害に対して、それぞれが置かれた災害の場で自ら考え、立ち向かうことができるようになります。

どんなことが起こるのか、災害シミュレーションをもとに、想像してみましよう。



発生する災害事象と自助・共助による予防的な取り組み

凡例：□は発生する災害事象、△は自助・共助により取り組むべき内容、○は事前の備えを表す。

災害事象 (10パターン)	項目	初動態勢の確立期				応急対応期	復旧対応期		復興対応期	
		直後～	3時間～	6時間～	12時間～	1日目～3日目	4～7日目	2週間以内	1ヶ月以内	1ヶ月以上
		★地震発生 ・M7.3 震源の深さ約25km ・震源地:東京湾北部	☆6弱～5強程度の余震発生、余震の頻発化							☆余震の沈静化
ア 揺れ・液状化	□ 発生する被害など	□ 建物被害が発生	□ 余震による更なる建物被害							
	△ 対策(自助・共助)	△ 揺れから身を守る	△ 破損の大きな家屋やアーケード等から離れる			△ 被災建築物の応急修理や撤去				
	○ 事前の備え	○ 住宅や家具等の耐震化 ○ 身の守り方を身につける	○ 二次被害についての理解を深める							
イ 火災	□ 発生する被害など	□ 出火(大田区内で68箇所)	□ 炎上	□ 区内広範に延焼拡大	□ 鎮火(焼失棟数32,218棟(焼失率24%))					
	△ 対策(自助・共助)	△ 初期消火活動	△ 広域避難場所へ避難		△ 避難所生活					
	○ 事前の備え	○ 消火器具の操作方法を習熟する	○ 火災からの避難行動を身につける		○ 避難所生活の基本原則を身につける					
ウ 津波	□ 発生する被害など	□ 津波の発生	□ 浸水被害の発生【水門開放時】			□ がれきの発生				
	△ 対策(自助・共助)	△ 水辺から避難	△ 2階以上へ垂直避難							
	○ 事前の備え	○ 津波への理解を深める	○ 津波避難行動を身につける							
エ 人的被害	□ 発生する被害など	□ 建物倒壊・屋外落下物等による死者、負傷者の発生	□ エレベーター等への閉じ込め発生	□ 火災および救助・救急活動の遅れによる人的被害の拡大						
	△ 対策(自助・共助)	△ 救出救助活動								
	○ 事前の備え	○ 応急手当を身につける								
オ ライフライン被害	□ 発生する被害など	□ 電力:電柱等の被害、停電の発生(停電率36.8%)	□ 通信:輻輳による通話支障、電話回線の支障発生(不通率23.9%)	□ ガス:都市ガスの被害発生、供給遮断(供給停止率21.6～100%)	□ 上水道:管等の被害等による断水の発生(断水率67.9%)	□ 下水道:管きよの被害発生(30.3%)	(一部地域で通電)	応急復旧完了(7日以内に95%回復)		
	△ 対策(自助・共助)	△ 災害用伝言板での家族の安否確認	△ 非常用持出し袋の携帯	△ ポータブルトイレ等の使用			□ 通話支障の解消	応急復旧完了(14日以内に95%回復)	応急復旧完了(60日以内に95%回復)	□ 応急復旧完了(30日以内に95%回復)
	○ 事前の備え	○ 食糧、水、物資(非常用持出し袋、ポータブルトイレ等)の備蓄と点検	○ 災害用伝言ダイヤルの使用方法の習熟					△ 応急給水、配給受取り等の実施		

災害事象 (10パターン)	項目	初動態勢の確立期				応急対応期	復旧対応期			復興対応期
		直後～	3時間～	6時間～	12時間～	1日目～3日目	4～7日目	2週間以内	1ヶ月以内	1ヶ月以上
		★地震発生 ・M7.3 震源の深さ約25km ・震源地:東京湾北部	☆6弱～5強程度の余震発生、余震の頻発化							☆余震の沈静化
カ 交通障害	□ 発生する被害など	□ 道路・橋梁:段差、陥没、道路閉塞で通行困難箇所発生		□ 大渋滞の発生		□ 道路復旧(一部)、経済活動に伴う道路の渋滞				
		□ 交通規制・抑制の実施								
		□ 鉄道:全線で運転停止				□ 一部区間の運転再開		順次再開		
	△ 対策(自助・共助)	△ 規制に従い路肩駐車	△ 車両の使用を控える							
	○ 事前の備え	○ 交通規制への理解を深める								
キ 避難者	□ 発生する被害など	□ 屋外避難者の発生	□ 延焼火災からの避難者の発生			□ 避難所避難者の拡大(火災避難者・生活支障者)	(避難所避難者の減少)			□ 避難所の閉鎖
			□ 避難所避難者の発生							
	△ 対策(自助・共助)	△ 屋外避難	△ 延焼火災からの集団・個人避難							
			△ 避難所生活・避難所運営の実施							
	○ 事前の備え	○ 避難行動を身につける								
ク 災害時要援護者	□ 発生する被害など	□ 避難できない住民(災害時要援護者)の発生				□ 在宅避難者の発生				
						□ 避難所生活困難者の発生				
	△ 対策(自助・共助)	△ 避難支援(支援者)				△ 避難生活支援(支援者)				
						△ 福祉避難所への再避難				
	○ 事前の備え	○ 災害時要援護者への理解を深める(支援者)				○ 被災生活の準備をする(要援護者)				
ケ 帰宅困難者	□ 発生する被害など	□ 帰宅困難状況の発生(徒歩帰宅者の発生)				□ 交通機関等での帰宅による滞留者の解消				
	△ 対策(自助・共助)	△ 事業所等での待機		(△ 滞留者一時受け入れ)						
	○ 事前の備え	○ 帰宅困難者の心得を身につける								
コ 震災廃棄物	□ 発生する被害など	□ 建物倒壊による廃棄物の発生			□ 焼失建物による大量廃棄物の発生	□ 片付け等による廃棄物の増加				
	△ 対策(自助・共助)					△ 廃棄物の片付け、ごみの分別				
	○ 事前の備え					○ 災害時のごみの分別への理解を深める				

2 自助・共助による応急・復旧・復興対応

※ ア～コは、前2ページの災害事象との対応を表します。

主体者	項目	初動態勢の確立期				応急対応期		復旧対応期			復興対応期	
		直後～	3時間～	6時間～	12時間～	1日目～3日目		4～7日目	2週間以内	1ヶ月以内	1ヶ月以上	
区民	避難行動	ア 身の安全の確保										
		イ 屋外(広場等)へ避難	イ 延焼火災からの広域避難			イ 避難所への移動(火災避難) → 避難所生活						
		ウ 津波避難所への避難(避難勧告等があった場合)										
			アイ 自宅損壊による避難所への避難				(自宅へ移動の増加)					避難所の閉鎖 キ 仮設住宅への入居 アイ
		ア 在宅避難				オ 避難所への移動(生活支障)				キ 学校教育の再開		
		ア 児童・生徒等の引き取り		エケ 学校等残留		(帰宅困難解消による引き取りの増加)						
		キク 避難誘導・要援護者の避難支援(地域)			ク 災害時要援護者の再避難(避難所生活が困難な場合)							
	消火・救助・救護	イ 初期消火(地域)		イ 延焼拡大防止								
		エ けが人(軽傷)の応急手当										
		エ けが人の病院搬送・救急搬送要請				(救護の本格化)						
		ア 生き埋め者等の救出・救助(地域)				(救出・救助の本格化)	アイ 行方不明者の捜索					
	見守り確認・活動	オ 家族の安否確認(災害用伝言ダイヤル等の活用)					アイオ 捜索(避難所など)					
		アク 隣近所の安否確認(地域)					オク 地域の自主的な見守り活動(本格化)			(アイ 遺体収容所での照会)		
							オ 地域の治安対策					
	情報	オ 情報収集(ラジオ、テレビ、区ホームページその他利用可能な通信手段)										
					オキ 避難所内等の貼紙、区の相談窓口等での情報収集							
避難生活		キ 避難所の開設				キ 避難所の自主的な運営管理(本格化)						
			オキ 避難所での飲料水・食糧・物資の配布									
		オキ 避難所での投光機等活動資機材の設置、管理	オキ 避難所でのトイレ等の設置、管理									
		キ 避難所レイアウトの決定(寝食、ゴミ、トイレ、ペット等)、避難所スペースの管理										
生活再建				被災宅地危険度判定結果の確認								
					ア 被災家屋危険度判定結果の確認							
						被災住宅の応急修理の実施			アイ り災証明発行申請			
									アイ 生活再建支援制度の活用			
									アイ 義援金品の配布			
災害時要援護者		ク 避難行動(支援を受けて実施)				ク 福祉避難所への再避難(避難所生活が困難な場合)						
	外国人	ク 避難行動										
		ク 情報収集(Inter FM、都・区ホームページ、外国人災害情報センターなど)							ク 災害時外国人対策班の設置			
帰宅困難者	ケ 事業所持機	ケ 交通障害の発生により帰宅困難に陥る							ケ 帰宅行動開始→子ども等の引き取り			
		ケ 延焼火災の危険がある場合は避難行動							アイ 遺児の発生			

Ⅲ 地域防災力を高めるために ～自助・共助の取り組みと公助の連携～

大地震の発生を予知したり止めることは、残念ながら現段階ではできません。

しかし、日常の暮らしの中で、一人ひとりが、地震と火災の恐ろしさや生き残ること、支え合うことの大切さを、我が身、我が事として捉え向き合うことで被害を軽減することができます。

大災害が起こった場合は、一人ひとりがあわてず、落ち着いて行動し、自らの命と家族の命を守ってください。そのためにも、日頃から、災害に備えて、具体的な防災対策を実践することが大切です。首都直下地震が発生する前に、一人ひとりができることからやっていきましょう。

阪神・淡路大震災や東日本大震災では、地震発生直後の住民同士による助け合いや支え合いによって多くの命が救われました。これまでの災害の教訓としても、災害時における「自助」「共助」の取り組みと「公助」の連携は大切です。

改めて、「自助」「共助」「公助」の基本的な考え方を示します。

○「自助」「共助」「公助」の基本的な考え方

大規模地震発生直後は、「自らの命は自ら守ること」と「隣近所の協力や地域の助け合いによって安全を確保すること」が基本となります。

区民一人ひとりが「自助」と「共助」の重要性を十分理解し、自らの責任で命を守り、安全を確保できる行動ができるようその準備を行うことが大切です。

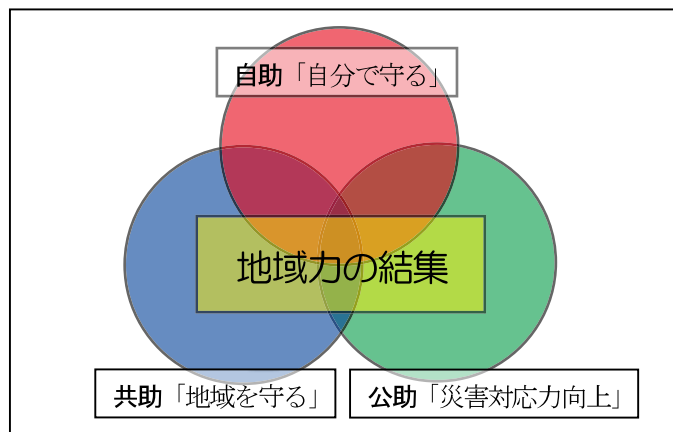
区は、区民による「自助」と「共助」の理解促進と区民自らの取り組みを支援するとともに、「公助」としての役割を認識し、責任をもって区の総合防災力を強化していきます。

「自助」 地震の発生直後は、「自分の命と安全は自分で守ること」が防災の基本です。自分が怪我をしなければ大切な家族を守ることができます。

「共助」 地域を守ることは自分や家族を守ることにつながります。災害時に地域の人間関係は生きる希望です。隣近所の協力や地域で支え合い、助け合うことが大事です。

「公助」 区や防災関係機関は、連携して防災予防対策に取り組むとともに、災害が発生した場合は区民の安全確保と被災者の救済・支援を迅速かつ的確に実施します。

○「自助」「共助」「公助」の連携イメージ



『自分の命と安全は自分で守ること』は防災の基本です。
揺れや火災から自らの命と身を守ることができれば、大切な家族も守れます。
ここでは、命を守るための事前の準備と発生直後の行動ポイントを示します。

その1 自ら備える

<自助の備えの促進>

防災用品を備え、住まいの点検をしましょう

地震や火災はいつ起こるか分かりません。

日ごろから家庭で、非常食や非常持出品の確認や住まいの点検をしておきましょう。

いざという時の防災力は、日頃の取り組みの積み上げによって発揮されます。

日常生活の中で「防災」を意識する、防災意識を日常化することにより、一人ひとりの防災力は着実に高まっていきます。

1 家庭の備え（準備と確認）

（1）「非常備蓄品」

防災の基本は日頃からの備えです。普段から備えておくことで、いざという時にあわてず、騒がず、冷静に、落ち着いて行動することができます。

最低3日間は自力で生活できるように、必要な食料や物品を日頃から用意しておきましょう。

○ 非常備蓄品の一例

区 分	必 要 物 品
非常食	そのままや、簡単な調理で食べられるもの (アルファ化米、レトルトご飯やおかず、インスタントラーメン、チョコレート等) しょうゆや味噌などの調味料も準備しておくとう便利です。
水	飲料水と生活用水が必要です。 飲料水は1人1日3ℓが目安です。生活用水はタンクなどに保存しましょう。 風呂の水の貯め置きを習慣化しておくとう、生活用水として利用できます。
生活用品	カセットコンロと予備ガスボンベ、毛布、衣類、洗面用具、歯ブラシ、マスク、 トイレットペーパー、ビニール袋、カイロ、キッチン用ラップ、生理用品など

工具類	家屋倒壊等に備えて、救出に使えるスコップやバール、のこぎり、車用ジャッキ等
その他	ガラスの破片から足を保護するスリッパやスニーカー。消火器、ラジオなど

(2) 「非常持出し品」

非常持出し品は避難の際に持ち出す最小限の必需品です。重すぎると避難の支障となるので、必要最小限のものをまとめ、すぐに取り出せるところに保管しておきましょう。

○ 非常持出し品の一例

区 分	必 要 物 品
停電対策	懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池。 停電時や夜間の移動には欠かせません。
非常食、水	火を通さず食べられるクラッカーや乾パン、アルファ化米など
ヘルメット、防災ずきん、生活用品	落下物から頭を守るもの。衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶切り、非常用笛、簡易トイレなど
救急医薬品・常備薬	絆創膏、かぜ薬、解熱剤、胃腸薬など
貴重品	現金、預金通帳、健康保険証、免許証など

(3) 家族構成に合わせた準備

「非常備蓄品」や「非常持出し品」は家族構成に合わせて必要なものを用意しましょう。

○ 備蓄物品の一例

家 族 構 成	必 要 物 品
乳幼児のいる家庭	粉ミルク、哺乳瓶、オムツ、離乳食、スプーン、洗浄器、おぶい紐など
妊婦のいる家庭	脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、洗浄綿、新生児用品、母子手帳など
要介護者のいる家庭	オムツ、ティッシュ、補助具等の予備、常備薬、障害者手帳など

(4) 防災用品の紹介

区では年間を通じて防災用品のあっせんをしています。ホームページでも確認ができます。防災用品は、2月に自治会・町会へのチラシのほか、特別出張所にカタログを置いています。

【あっせん商品の例】

アルファ米、乾パン、災害備蓄用パン、即席乾燥もち、けんちん汁、クラッカー、レトルト保存食 ビーフカレー、ドロップ、保存水、簡易トイレ、LEDランタンなど

以下の二つの商品は、平成25年2月のあっせんから新たに追加した商品の一例です。



LEDランタン (非常用ライト)

あらかじめ決めた場所に保管しましょう。



スマートトーチ (手回し充電ラジオライト充

電電池不要です。

ラジオ・LEDライト・携帯充電機能付です。

(5) 家庭用消火器を備えましょう

区内には約7000本の消火器を街頭に設置していますが、家庭でも消火器を備えましょう。区では、家庭内で火災が発生した場合に備え、家庭用消火器をあっせんしています。消火器の種類は2種類あります。

種類	説明
蓄圧式 (握る部分に圧力ゲージがついています。)	本体全体に圧力がかかっており、圧力計を見て良・不良が一目でわかります。また、レバーを離せば薬剤の放出を止めることができます。
加圧式	内蔵圧力ポンペを破って薬剤を放出するもので、放出を途中で止めることはできません。

2 家の内外の安全対策

災害時に倒壊などしない「我が家が避難所」となるような自宅とするために、家の内外の安全対策はとても重要です。できるところから取り組んでいきましょう。

（1）室内の対策

負傷者の3割以上が家具類の転倒や落下、窓ガラス等の飛散によるという被害事例もあります。家具の固定やガラスの飛散防止など、事前の対策で人的・物的被害を軽減できます。

対 策	具 体 策
家具を安全に配置する	家具類は人の出入りが少ない部屋にまとめましょう。寝室の家具は身体の上に倒れないようにしましょう。
家具の転倒・移動や落下を防止する	家具と壁や柱の間に空間がないようにしましょう。L字型金具や重ね止め金具、家具転倒防止シートなどを利用して転倒、移動、落下を防ぎましょう。
窓ガラス等に飛散防止フィルムを貼る	窓はもちろん食器棚や額縁などのガラスにも、忘れずに飛散防止フィルムを貼りましょう。
通路や玄関回りの荷物を整理する	いざという時の避難路を確保するために、通路や出入口には荷物を置かないようにしましょう。
区の助成制度を活用する	大田区の家具転倒防止器具の支給事業や耐震シェルター、耐震ベットの助成事業を利用ください。

（2）家具の転倒を防ぎましょう

大地震の際は、タンスが倒れ、下敷きになり亡くなったり、ケガをする危険性があります。

区は、下記の方に対して非課税世帯タンス2棹まで家具転倒防止器具を無料で支給（取付け含む）しますので、震災に備えて家具転倒防止器具を取り付けて家具を固定しましょう。無料支給の対象とならない方は、防災用品のあっせんでもご紹介しています。

① 家具転倒防止器具の例



家具転倒防止器具（圧着ポール）



家具転倒防止用L型器具

② 支給対象者

非課税または住民税課税所得金額80万円以下の世帯であり、
次のいずれかに該当する世帯であること

- ◇高齢者（65歳以上）ひとり暮らし / ◇ 高齢者（65歳以上）のみの世帯
- ◇障害者（身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度）の方がいる世帯
- ◇精神障害者保健手帳を交付されている方がいる世帯
- ◇介護保険 要介護度3～5度の方がいる世帯

③ 申し込み方法

申請書が区役所防災課、特別出張所へ置いてあります。
区役所防災課へ郵送で申し込むほか、特別出張所又は区役所防災課の窓口へ提出ください。

④ 防災用品のあっせん＜家具転倒防止器具の紹介＞

・商品例



不動王（家具転倒防止器具）

地震の時、家具も凶器になります。
家具の天板・側面と壁を器具で固定しましょう。

(3) 屋外の対策

自宅の周囲に落下するものはないか、ブロック塀とともに安全対策を再確認しましょう。

場 所	対 策
屋根、ベランダ	屋根にひび割れ、ずれ、はがれがあれば補強しましょう。 アンテナ、鉢植えなどは落下しないように固定しましょう。
ブロック塀	ひび割れや傾きがあれば補修し、基礎部分や鉄筋が不十分なものは補強しましょう。

(4) 住宅やマンション等の耐震対策

区では、住宅やマンションなど、地震発生時に建物倒壊による道路閉塞を起こす恐れのある建築物などの耐震化を促進するため、建築物の所有者に対し耐震診断、耐震改修に要する費用の一部を助成（要件あり）しています。

わが家の建築年月（耐震基準が強化された昭和56年6月以降の建物かどうか）や壁（窓の配置や造り等）、老朽度（基礎の腐食や柱や床の傾き度）などをチェックし、必要に応じて耐震診断を受けましょう。

その2 家族で確認する

<連絡方法や避難行動を知る>

1 家族との「連絡方法」を確認する

災害時に離ればなれになった場合を想定し、連絡方法などを具体的に決めておきましょう。

連絡手段	説明	利用方法と事前の取組み
災害用伝言ダイヤル	NTTは、地震発生時等に、災害用伝言ダイヤルサービスを開始します。 サービスの開始はテレビ等で知らせます。 事前契約は不要です。	<伝言を録音> 171+1+ (自宅電話番号等) をプッシュ <伝言を確認> 171+2+ (自宅電話番号等) をプッシュ ※ 災害用伝言ダイヤルの録音と再生には同じ番号を使用する必要があります。あらかじめ番号(自宅電話番号等)を決めておきましょう。
災害用伝言板	携帯電話各社は、地震発生時に災害用伝言板サービスを提供します。	各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開き、サイト内のガイドに従って伝言を登録、確認しましょう。 ※ 被災者の安否情報を伝言板に登録でき、登録した伝言は、同じ会社の携帯電話はもちろん、他社の携帯やPHS、パソコンからも確認できます。
公衆電話 災害時特設電話	大規模災害時で広範囲にわたり停電が発生している場合には、公衆電話は無料で通話(国内のみ)できます。 災害時特設電話は学校避難所などに設置されます。	<緊急通話用ボタン付き電話> 緊急ボタンを押すか、コインを入れて通話 <デジタル電話> 受話器をとるだけで通話が可能 <災害時特設電話> 一般電話と同じ
連絡中継点	災害時には、被災地から被災地以外の場所への電話は比較的つながりやすい場合があります。 遠隔地の親戚や友人などに依頼して、連絡中継点になってもらう方法も有効です。	事前に、遠隔地の連絡中継点になってもらうことをお願いしましょう。 どなたを中継点にするのか、家族で話し合っ て情報共有しておきましょう。

2 家族との「集合場所」を確認する

いざという時に困らないように、家族で集合場所や避難方法などを確認しておきましょう。

集合や避難の種類	説明
家族の集合場所	災害時に家族が集合する場所を、事前に決めておきましょう。
一時集合場所 【公園や校庭等】	避難の際に、自治会・町会単位で一時的に集合して、避難所や避難場所へ集団で避難する身近な集合場所です。事前に確認しましょう。
避難所 【区立小・中学校等】	家屋の倒壊や焼失等で住む家を失った被災者が一時的に避難生活を送る場所です。事前に防災地図で確認しましょう。
(広域) 避難場所 【大規模公園等】	火災の延焼・拡大の危険がある時、大火災から身の安全を確保し、火勢の衰えを待つ場所です。事前に防災地図で確認しましょう。

(二次的な避難所) 福祉避難所 【社会福祉施設等】	高齢者や障がい者、乳幼児など、一般避難者と避難生活することが困難な「災害時要援護者」の方が避難生活するために開設します。
(二次的な避難所) 補完避難所【都立学校、 協定締結団体施設等】	避難所が不足する場合に、新たに開設する避難所です。
地区内残留地区	震災時に大規模延焼火災の恐れがなく、広域避難の必要がない地区のことです。

※ 二次的な避難所は区災対本部が必要に応じて開設します。開設には一定の受入準備期間があります。

避難の基本的な流れ

震災時に避難が必要となった場合は、慌てず安全な避難行動をとりましょう。

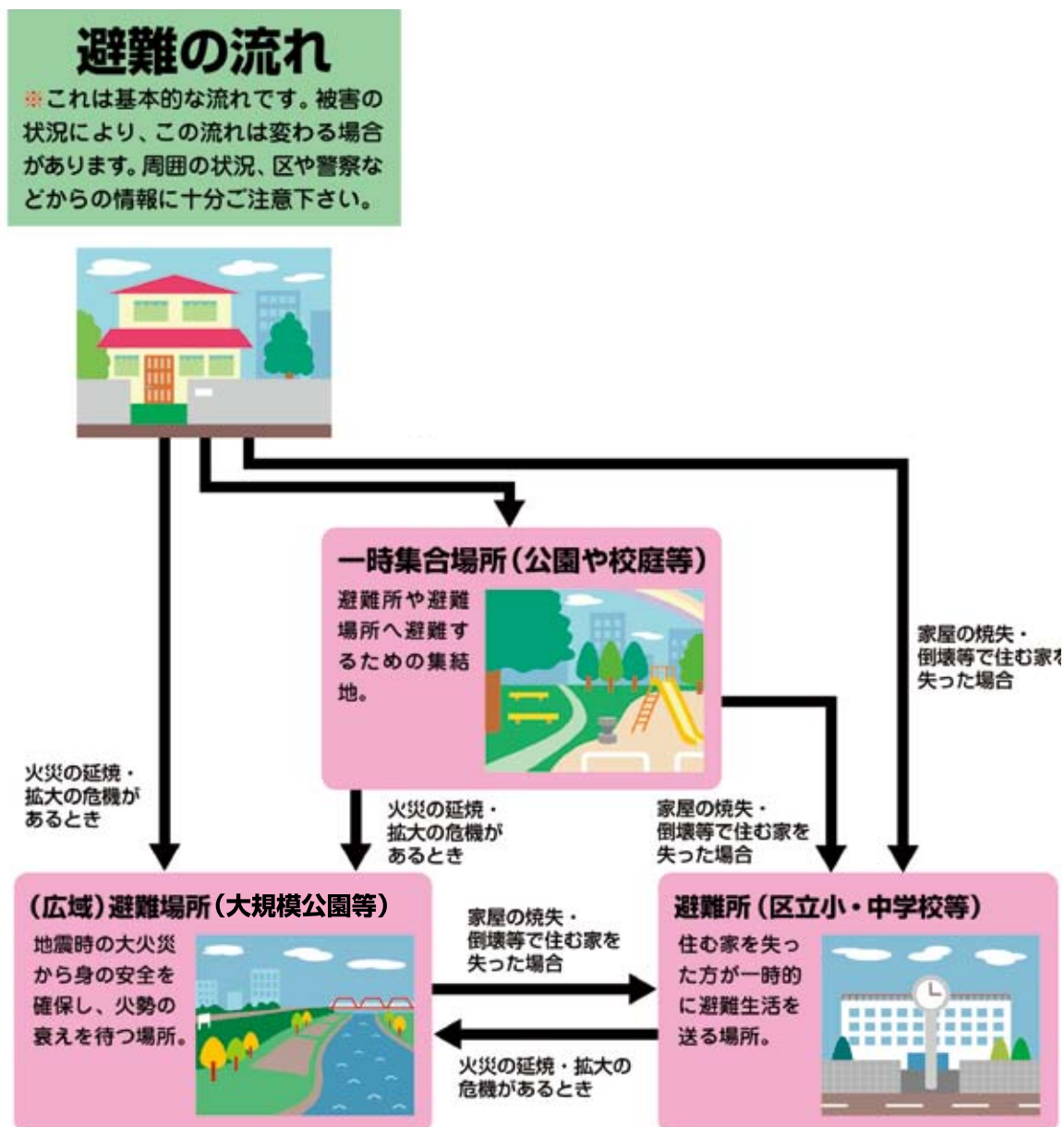
震災発生直後は、まず、自らや家族の安全を確保した後に、地域の初期消火、安否確認及び救出救護等の防災活動を行います。

避難行動や防災活動を行う際には、集団行動が必要となるため、適宜、一時集合場所等を活用します

家屋の倒壊や焼失によって自宅で生活できない場合は、避難所で応急的な避難生活を行います。自宅で生活が可能場合は、自宅で生活することが原則です。

火災の発生や火災が燃え広がる恐れがある場合は、その地域から一時的に近隣地域の安全な場所(公園及び学校等)に避難し危険を回避します。

火災が大規模に延焼拡大し、その周辺にも危険が迫る場合は、広域の避難場所に避難します。



※避難場所の指定については、新たな被害想定をふまえ、見直し中です。

【避難道路及び誘導路について】

都の広域避難計画では、大規模火災が発生している場合の広域の避難場所までの避難ルートは、避難者ごとに任意のルートとすることが原則です。

しかし、避難場所までの距離が3km以上の「遠距離避難地域」や「火災の延焼の危険性が著しい地域」には、東京都震災対策条例に基づき避難道路を選定しており、概ね、国道や都道などの幹線道路が指定されています。

また、区は、避難道路が指定されていない地域のうち、避難道路から直線距離で500m以上離れている地域に誘導路を選定しています。

3 「家族を守る つなぐ 絆シート」を活用する

大田区では、わがまち防災計画の発行にあわせて、新たに、本人と家族の情報と、我が家の避難先や連絡手段を具体的に記入できる「家族を守る つなぐ 絆シート」を作成しました。

いざという時に備えて、家族で話し合っ決めて内容を具体的に記入し、一人ひとりが保管するなど、活用してください。

※個人情報のため大切に保管してください

記入日 _____ 年 ____ 月 ____ 日

_____ 人家族 **家族を守る つなぐ 絆シート**

家族の基本情報

<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;"><small>(フリガナ)</small></td> <td style="width: 45%;"></td> <td style="width: 10%;"><small>続柄</small></td> <td style="width: 10%;"><small>本人</small></td> <td style="width: 10%;"><small>性別</small></td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>住所</td> <td></td> <td><small>血液型</small></td> <td><small>年齢</small></td> <td></td> </tr> <tr> <td>連絡先 (自宅)</td> <td>(携帯電話)</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>(メール)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>勤務・通学先</td> <td>連絡先</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>所在地</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>持病</td> <td></td> <td>服用薬</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>過去に入院歴のある病気、ケガ</td> <td></td> <td>かかりつけの病院 診療科/担当医師</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>病院住所</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>連絡先</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	<small>(フリガナ)</small>		<small>続柄</small>	<small>本人</small>	<small>性別</small>	氏名					住所		<small>血液型</small>	<small>年齢</small>		連絡先 (自宅)	(携帯電話)				(メール)					勤務・通学先	連絡先					所在地				持病		服用薬			過去に入院歴のある病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師			病院住所					連絡先					<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;"><small>(フリガナ)</small></td> <td style="width: 45%;"></td> <td style="width: 10%;"><small>続柄</small></td> <td style="width: 10%;"><small>本人</small></td> <td style="width: 10%;"><small>性別</small></td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>住所</td> <td></td> <td><small>血液型</small></td> <td><small>年齢</small></td> <td></td> </tr> <tr> <td>連絡先 (自宅)</td> <td>(携帯電話)</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>(メール)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>勤務・通学先</td> <td>連絡先</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>所在地</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>持病</td> <td></td> <td>服用薬</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>過去に入院歴のある病気、ケガ</td> <td></td> <td>かかりつけの病院 診療科/担当医師</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>病院住所</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>連絡先</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	<small>(フリガナ)</small>		<small>続柄</small>	<small>本人</small>	<small>性別</small>	氏名					住所		<small>血液型</small>	<small>年齢</small>		連絡先 (自宅)	(携帯電話)				(メール)					勤務・通学先	連絡先					所在地				持病		服用薬			過去に入院歴のある病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師			病院住所					連絡先				
<small>(フリガナ)</small>		<small>続柄</small>	<small>本人</small>	<small>性別</small>																																																																																																											
氏名																																																																																																															
住所		<small>血液型</small>	<small>年齢</small>																																																																																																												
連絡先 (自宅)	(携帯電話)																																																																																																														
(メール)																																																																																																															
勤務・通学先	連絡先																																																																																																														
	所在地																																																																																																														
持病		服用薬																																																																																																													
過去に入院歴のある病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師																																																																																																													
病院住所																																																																																																															
連絡先																																																																																																															
<small>(フリガナ)</small>		<small>続柄</small>	<small>本人</small>	<small>性別</small>																																																																																																											
氏名																																																																																																															
住所		<small>血液型</small>	<small>年齢</small>																																																																																																												
連絡先 (自宅)	(携帯電話)																																																																																																														
(メール)																																																																																																															
勤務・通学先	連絡先																																																																																																														
	所在地																																																																																																														
持病		服用薬																																																																																																													
過去に入院歴のある病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師																																																																																																													
病院住所																																																																																																															
連絡先																																																																																																															

避難先

どんなとき？	どこに行けばよい？	我が家の避難先 (事前に確認しましょう)
家族が集まりたいとき	家族の集合場所へ	
避難したいとき	一時集合場所へ (地元の集合場所)	
倒壊などで自宅に住めなくなったとき	学校避難所へ	
大規模火災が発生し生命に危険があるとき	広域避難場所へ	

決められた避難先であっても、100%安全とは限りません！火の手や建物倒壊の危険はありませんか？周辺情報に注意し身を守りましょう！

連絡手段

どんなとき？	我が家の連絡手段 (使い方)
1 災害用伝言ダイヤル	
<電話が繋がらないとき>	災害用伝言ダイヤルの録音と再生には同じ番号を使用する必要があります。あらかじめ番号(自宅電話番号等)を決めておきましょう。
伝言を録音したい	171+1+ _____ (自宅電話番号等) をプッシュ
伝言を再生したい	171+2+ _____ (自宅電話番号等) をプッシュ
2 連絡中継点	
<電話が繋がらないとき>	被災地以外への電話はつながりやすい可能性があります。遠隔地の親戚などに連絡中継点になってもらう方法も有効です。 _____ さん宅 (TEL _____) を中継点にします。
3 災害用伝言板	
<メールが届かないとき>	携帯電話から安否情報を伝言板に登録できます。他社の携帯電話やPHS、パソコンからも見ることができます。
ケータイやスマートフォンで伝言を残す・確認したい	各社のトップメニューから「災害用伝言板」を選ぶ

災害時は必ず連絡が取れるとは限りません。複数の連絡手段を確保しておき、家族の安否確認が取れるようにしましょう！

お困りのときは・・・

大田区役所	5744-1111	東京ガスお客さまセンター	0570-002-211
大田区防災課	5744-1236	NTT 東日本 116センター	116
東京電力カスタマーセンター	0120-995-002	東京都水道局お客さまセンター	5326-1100
		下水道局南部下水道事務所	5734-5031

1 実践に勝る経験はなし

(1) 繰り返し起こっている地震で、行動実践してみましょう

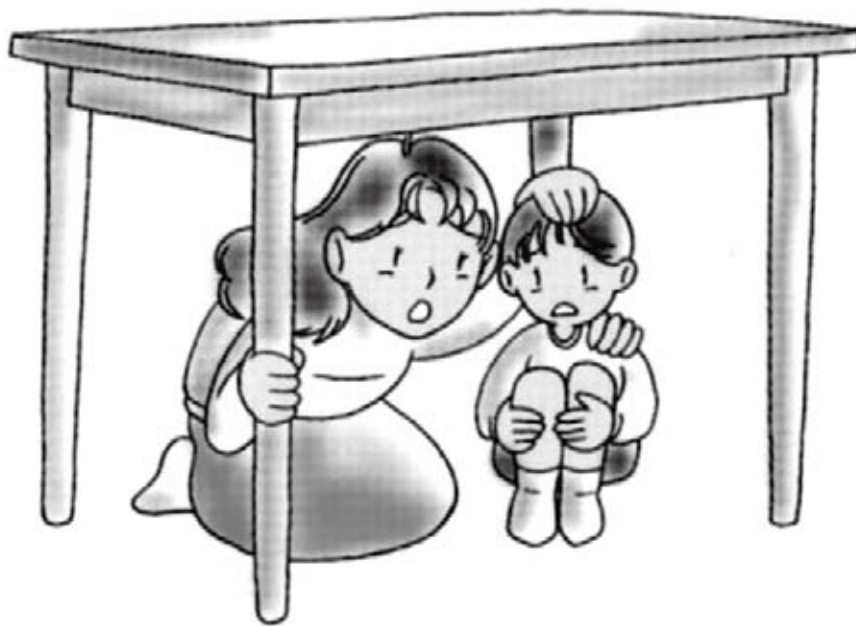
地震が発生したら、まず、「第一に身を守ることを考え、あわてず落ち着いて行動する」ことが自助の基本になります。わかっているけど、いざ初めて経験する大規模地震に見舞われたとき、混乱の最中に思わぬ危険にさらされる可能性があります。

比較的小規模な地震で、防災行動を実践し経験を積み重ね、いざというときの「自助力」を身につけましょう。

○「防災行動」の実践

日常生活で、繰り返し起こっている比較的小規模な地震から防災行動を学習しましょう。

日頃の小規模な地震の際に、揺れがおさまるのをただ待つのではなく、身の安全と怪我をしない具体的な行動（テーブルの下などの安全な場所で頭や身体を守る、スリッパや靴を履く、非常持出品や避難行動をイメージする…）をとりましょう。



（2）防災行動を習慣化しましょう

日々の暮らしに、防災面の強化・充実につながる取り組みを織り交ぜることにより、日常生活に根づく防災意識を育て、災害時の生活を継続できる力を培うことができます。

区民一人ひとりが、日常生活で「防災」を意識し、プラスαの「防災」の取り組みにより防災力は着実に高まります。小さな工夫を習慣化し、確実に防災力を高めていきましょう。

①「備蓄」の実践

ランニングストック方式により、「備蓄水・食糧・生活用品」を確保しましょう。

ランニングストック方式

日常生活に必要な水・食糧・生活用品を多めに買置きしておき、古い在庫から使っていく方法です。在庫がなくなる前に買い足しを行い、常時、「自助」で3日間の生活を送るのに必要な物資を確保します。

無理なく気軽に備蓄しましょう。

日常生活で欠かせない物資は多めに在庫し、「我が家が防災倉庫」を目指しましょう。

飲料水、食糧（缶詰、インスタント食品、レトルト食品など）、歯ブラシ、石鹸等がおすすめです。

②「生活用水確保」の実践

日常生活の中で、生活用水を確保しましょう。

毎日の風呂の水を翌日まで貯め置きして、災害時には生活用水として活用しましょう。

災害時の生活用水として、蚊の発生等に注意しつつ屋外に雨水を貯蔵しましょう。

（3）地域の防災訓練への参加

自治会・町会の防災訓練に参加しましょう。

災害時に安全かつ的確に行動するには、日ごろからの訓練が欠かせません。自治会・町会の防災市民組織では、定期的に防災訓練を行っています。

- ・ いつ、どこでやっているの？

自治会・町会ごとに異なります。お近くの特別出張所でお問合せください。

- ・ どんなことをやるの？

たとえば、以下の訓練を行っています。

ア 地震体験車訓練

イ 煙体験訓練

ウ 備蓄食糧の配布

エ 避難所開設運営訓練

オ 初期消火訓練

カ 応急救護訓練

地震の発生直後は、最優先に、自分の命と安全を自分で守ることで

日頃の備えで身に着けた「防災力」を活かし、あわてず落ち着いて、「自らの身を守る」ための防災行動を実践しましょう。

ここでは、命を守るために必要な応急対策と行動のポイントについて示します。

その1 ゆれから身を守る

＜自ら身を守るための行動＞

（1）地震！その時 10のポイント

新たな被害想定（P.2 参照）では、区内の死者数が1073人、負傷者数が10,412人（うち重傷者は1,855人）と想定されており、そのほとんどが最初の揺れか、揺れの直後に発生する火災によるものと想定されています。

これらから、「揺れから身を守る」と「火を出さない」ことが何より重要であることがわかります。

災害時は、「地震！その時 10のポイント」を実践し、自らの命を守りましょう。

地震が収まった後、建物倒壊や大規模延焼火災の危険があるときは、「非常持出し品」を持って避難行動を開始しましょう。

大地震の発生後、まちなかには「建物倒壊」や「延焼火災」などの危険があります。周囲の状況に注意し、冷静に、落ち着いて行動しましょう。

また、救援を求める近隣の声があるかもしれません。お互い様の精神で助け合いましょう。

○ 地震！その時 10のポイント（災害時の行動）

＜地震時の行動＞	
1 まず身の安全を守る	揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたら、身の安全を最優先して行動する。 テーブルの下や物が落下してこない空間に身を寄せて、揺れがおさまるまで様子を見る。
＜地震直後の行動＞	
2 落ち着いて火の元を確認する	火を使っている時は、揺れが収まってからあわてずに火の始末をする。出火したら落ち着いて消火する。
3 窓や戸を開けて出口を確保する	揺れがおさまったら避難ができるように出口を確保する。
4 あわてて行動しない	室内では転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。屋外では、瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくる危険があるので、あわてて外に飛び出さない。
5 門や塀には近寄らない	屋外で揺れを感じたらブロック塀などには近づかない。
＜地震後の行動＞	
6 火災や津波からすばやく避難する	地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。 沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら高い安全な場所に避難する。
7 わが家の安全と隣近所の安否を確かめ合おう	我が家の安全を確認した後、隣近所で安否を確かめ合い、お互いに助け合う。 個人の活動には限りがあるので、思いやりをもって行動する。
8 みんなで協力し合って救出・救護する	倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力して救出・救護する。
9 避難の前に、電気・ガスの安全を確認する	避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。
10 正確な情報と確かな行動をとる	ラジオやテレビ、防災行政無線や広報車など、報道機関や行政機関から正しい情報を得て、適切な行動をとる。

地震時～地震後の行動（5つのパターン）

家の中では

- ・ テーブルなどの下に隠れて身を守る。余裕がなければ座布団等で頭を保護しましょう。
 - ・ 集合住宅は玄関から避難できない場合、避難はしごやロープを利用してベランダから脱出します。
- ※エレベーターは使用しないようにしましょう。

車の運転中は

- ・ ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落としてください。
- ・ 道路の左側に車を止めエンジンを切ってください。
- ・ 周囲の状況を確認し、情報収集（ラジオ）しましょう。
- ・ 車から離れるときは、キーは挿したままにします。

路上では

- ・ 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意しましょう。
- ・ 空き地や安全性の高い場所へ移動しましょう。
- ・ 頭を保護しながら落下物から身を守り、空き地や公園に避難しましょう。

エレベーターの中では

- ・ 閉じ込められないようにすべての階のボタンを押し、最初に停止した階に下ります。
- ・ 閉じ込められた場合には非常ボタンやインターホンで外部に連絡をして救助を待ちます。無理やり外に出てはいけません。

電車内では

- ・ つり革や手すりに両手でしっかりつかってください。
- ・ 途中で停車しても勝手に車外に飛び出さないでください。
- ・ 乗務員の指示に従い行動してください。

海岸では

- ・ 直ちに高台に避難してください。
- ・ 防災行政無線やラジオ等に注意し、津波情報を聞きましょう。
- ・ 注意報や警報が解除されるまで海岸には近づかないでください。

(2) 災害発生直後の避難行動の基本的な心構え

地震が発生した時、「すぐ避難」ではありません。自分や家族の命を守るため隣近所の人達と協力して、消火や救助などの活動を行いましょう。

避難が必要になったら、一時集合場所（公園等）へ、家屋の焼失や倒壊等で住む家を失って生活ができない場合は、避難所（小・中学校等）へ、火災の延焼や拡大等で家にいることが危険で広域避難が必要な場合は、避難場所へ、避難することになります。

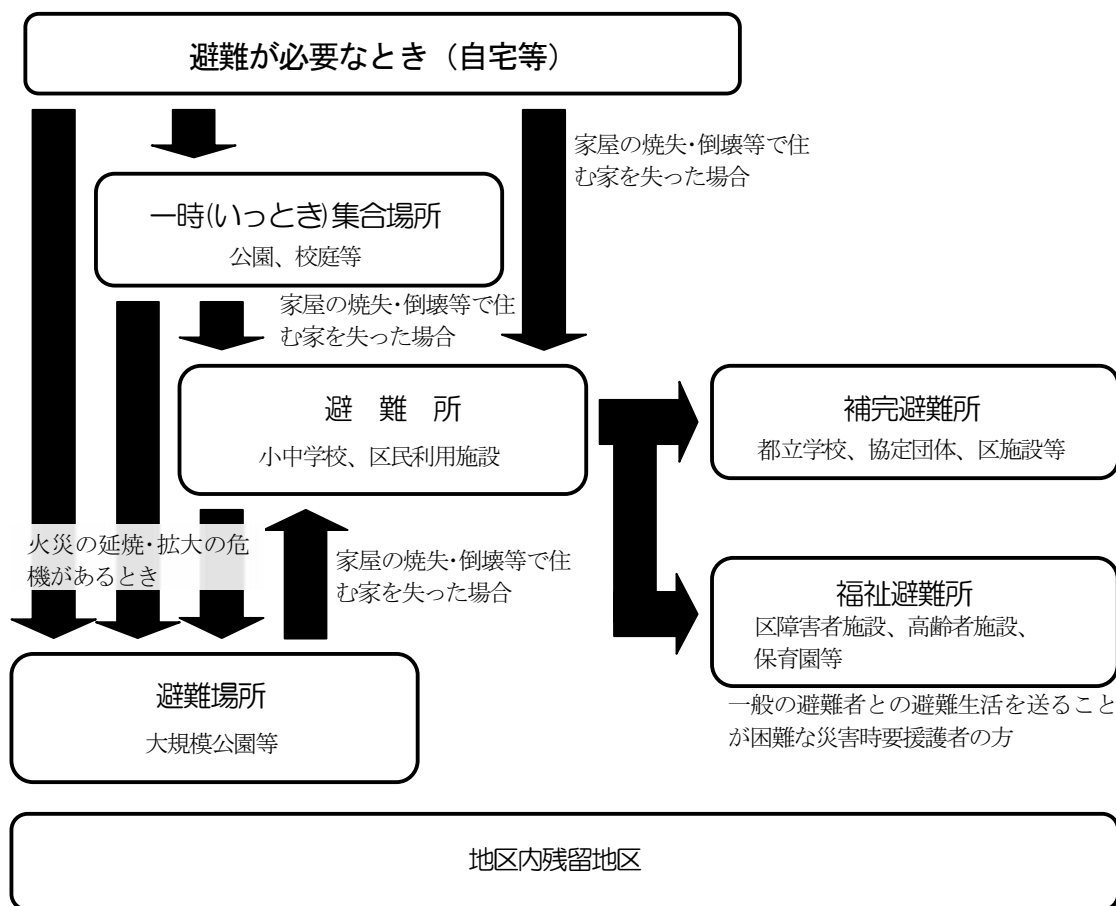
○ 避難行動のためのスペース

種 類	説 明
家族の集合場所	災害時に家族が集合するための目印です。 各家庭で防災地図等を参考に事前に決めておきましょう。
一時（いつとき）集合場所 【公園や校庭等】 <区全域で、310ヶ所あります>	避難を行う場合に、自治会・町会単位で一時的に集合する場所です。災害状況に応じて避難所や避難場所へ集団で避難してください。 一時集合場所は、各自治会・町会に1～数ヶ所あります。大田区防災地図に一覧を表示してありますので事前に確認しましょう。
学校避難所 【区立小・中学校等】 <区全域で、91ヶ所あります>	家屋の倒壊や焼失等で住む家を失った被災者が一時的に避難生活する場所です。 学校備蓄倉庫には、非常食、毛布、簡易トイレなどの生活必需品を備蓄してあります。
(広域) 避難場所 【大規模公園等】 <区全域で、11ヶ所あります>	火災の延焼・拡大の危険がある時、大火災から身の安全を確保し、火勢の衰えを待つ場所です。 事前に防災地図で確認しましょう。
(二次的な避難所) 福祉避難所 【社会福祉施設等】	高齢者や障がい者、乳幼児等で、一般の避難者との避難生活を送ることが困難な「災害時要援護者」の方が、避難生活するために開設します。開設は災対本部が決定します。 高齢者対象（7ヶ所）、障がい者対象（14ヶ所）、乳幼児対象（18ヶ所）
(二次的な避難所) 補完避難所 【都立学校、協定締結団体施設等】	避難所が不足する場合に、新たに開設する避難所です。 (13ヶ所)
地区内残留地区 <区全域で、5ヶ所あります>	震災時に大規模延焼火災のおそれがなく、広域避難の必要がない地区のことです。

※ 二次的な避難所は、区災害対策本部の判断により、必要に応じて開設します。

＜基本的な避難の流れ＞

避難の流れ図



大規模延焼火災の危険がなく、避難の必要のない地区

- ※ 延焼火災の危険がなく自宅での生活が可能な場合は帰宅し在宅避難をします。
- ※ 避難後、火災などの危険が迫った場合は、再避難を要する場合があります。

その2 助け合って避難行動する

＜避難のルール＞

(1) 避難の際の助け合い

震災時に避難が必要となった場合は、近隣の人と協力し合い、慌てず秩序だった安全な避難行動をとりましょう。

震災発生直後は、まず、自らの安全を確保した後に、地域で協力して、地域の初期消火、安否確認及び救出救護等の防災活動を行います。

地域には、高齢者や障がい者などで、避難に支援を必要とする人や、地震により負傷して、動けない人がいる可能性があります。

みんなで助け合い、かけがえのない命を守りましょう。

その後、家屋の倒壊又は焼失によって自宅で生活ができない場合は、避難所での応急的な生活を行います。避難所ではたくさんの人たちが生活を送るので、マナーやルールを守りましょう。

(2) 避難の基本ルール

避難勧告、避難指示が発令された場合、原則として次のとおり避難します。

なお、避難勧告、避難指示が発令される前でも、目前に危険が迫っているときは、「自助」により、自らの判断で自主的に避難してください。

項目	内容
避難の単位	① 自治会・町会単位で避難します。 ② 自治会・町会として組織していない地区は、集合住宅の管理組合等が中心となり、隣接の自治会・町会と行動を共にします。
避難行動	① 自宅から、自治会・町会が指定する場所(一時集合場所や学校等)に集合します。 ② 集合した場所で適当な集団(班又は組等)を作り、その集団で行動します。 ③ 避難経路及び避難先は、避難勧告、避難指示で周知された経路と場所です。 ④ 避難場所から1,000m以内の距離の住民は自由避難(個人での避難も可)とします。避難場所では、各自治会・町会別に集合し、その後の行動は集団で行ってください。
避難原則	① 避難は、幹線道路やJR線路等を越えた地域など、飛び火する可能性が少ない、近隣の安全な地域に避難してください。その地域にも延焼火災の危険が迫ってきた場合は、他の安全な地域、避難場所に避難してください。 ② 避難にあたっては、できるだけ指定の避難道路(国道や都道など)等を使用してください。

※ 避難が必要と判断される場合は、区などから避難に関する様々な発令がされます。

発令内容は、防災行政無線や広報車、防災市民組織等との連携により周知します。

発令内容を確認したら、家族や近所とも声をかけ合い、助け合いながら避難しましょう。

延焼火災の拡大などで、住民の身に危険が及ぶ場合に発令されるキーワードをご紹介します。

・避難準備情報、避難勧告、避難指示

火災が延焼拡大するなど、住民の身に危険が及ぶおそれがある場合、発令されます。

自分のいる地域に、これらの発令がされた場合は、周辺に目配りしながら、速やかに避難しましょう。

(危険の切迫性)

避難準備情報 (事前避難) < 避難勧告 (危険のおそれ) < 避難指示 (危険が切迫)

・警戒区域

災害が発生した(するおそれがある)場合で、住民の身に危険が及ぶおそれがある場合、警戒区域が設定されることがあります。

区域内への立入りは、制限、禁止されます。また、区域内にいる人は退去を命じられます。

その3 地域ぐるみで支えあう

<誰でもどこでも支援>

(1) 助け合いと支えあい(愛)のポイント

阪神・淡路大震災や最近の災害の犠牲者で最も多かったのは高齢者でした。また平成16年の新潟豪雨や福井豪雨でも高齢者に犠牲が集中しました。

一般的に災害時要援護者と呼ばれる方々は、様々なハンディキャップを負っているため、災害時に被害を受けやすいといわれています。

支えあいの精神で、地域ぐるみで支援の手を差し伸べ、かけがえのない命を守りましょう。

○ 支援の一例

・ 車椅子利用の人

階段では3人以上で援助してください。上りは前向き、下りは後ろ向きで支援しましょう。

・ 目が不自由な人

杖を持つ手の反対側のひじのあたりに軽く触れて、ゆっくり歩いて誘導してください。進む方向を時計の針で「○時の方向です」などと伝えてあげると安心できます。

・ 耳の不自由な人

紙がない場合は、手のひらに字を書く方法など、状況に応じた方法で正確に伝えましょう。話をするときには、口を大きく動かし、ゆっくりと話しましょう。

・ 妊産婦など

妊産婦をはじめとする女性が避難所での共同生活を行うときは、周りの人たちはプライバシーを確保するための配慮をしましょう。

<日頃からの心構え>

災害時に支援が必要な人は

防災訓練や地域行事に参加するなど、日頃から積極的に地域の人達と交流の機会を持ち、災害時には避難の支援が必要であることを理解してもらいましょう。

地域の人は

支援が必要な人の、災害に対する不安な気持ちを理解してください。
普段から交流をもつようにしていただき、「災害時に何か支援が必要ですか」などと声をかけてみてください。

地域で取組む災害への備え（事前の共助活動）【共 助】

地域を守ることは自分や家族を守ることに繋がります。
災害によってまちが壊滅した時、地域の間人間関係は生きる希望となります。
隣近所の協力（近助）や地域の支えあいによって助け合うことが大事です。
ここでは、共助の担い手や強化策等について示します。

その1 日ごろからつながりをつくる

＜共助の取り組み＞

共助による地域防災力の備え

大規模地震が発生した場合は、区や消防・警察等の防災関係機関による防災活動のみならず、地域住民による自発的かつ組織的な防災活動が極めて重要であり、対応が速いほど地域の被害軽減を図ることができます。

大田区は、自治会・町会や消防団活動に見られるように地域に根差した住民活動が活発な土地柄です。このような地域特性を活かして、大田区ならではの地域力を結集した住民の連帯意識に基づく自主防災組織と企業、NPO、ボランティアなどの区内団体が連携して、日頃から協力体制を構築していくことが大切だと思います。

また、東日本大震災では各現場の対応に生活者や女性の視点を取り入れることの重要性が明らかとなりました。このことから、災害対応における女性の活躍に対する期待が増しているところです。

（1）顔の見える関係づくりのポイント

① 住んでいる地域に関心を持つ

地域内をいつもと違う視点でみると、歴史、文化や伝統行事、自治会・町会の行事やイベント等、様々な発見や交流の機会があります。新たな交流は災害時にも大きな支えとなります。

② 勇気をだして隣近所の人たちと挨拶を交わす

顔は知っているけれど挨拶まで交わしたことはないという程度の人と、次は挨拶を交わすことによって新たなコミュニケーションが生まれるきっかけとなり得るのではないのでしょうか。隣近所の関係は、災害時にも安心を共有できる関係です。

③ 地域の防災訓練に参加する

平成7年の阪神・淡路大震災は東京への影響はありませんでした。

しかし、平成23年の東日本大震災では区内でも震度5強を経験しました。

いつ起こってもおかしくない首都直下地震への備えとして、「今、ここで地震が起こったら具体的にどのように行動するか」を改めて体験するきっかけとして、地域の自治会・町会で実施している防災訓練に積極的に参加してみましょう。

④ 災害時に支援を必要とする人が隣近所にいないかの確認と支援を行う

身体の不自由な人や高齢者など、災害に弱い立場にある人（災害時要援護者）は、災害時に必要な情報を受け取りにくく、危険を察知できても助けを求められない場合や、すぐに逃げるできない場合があります。地域ぐるみで災害時援護者を守りましょう。

⑤ 防災市民組織、市民消火隊や消防団への参加

大地震が起こると地域には大きな被害が発生します。

特に、火災が発生すると延焼地域が拡大して被害が甚大になる危険性があるため、自分と地域を守るために迅速な初期消火が大切です。

自治会・町会などの消火組織での活動に参加し、地域を守ることは自分や家族を守ることもつながります。

区民一人ひとりが、自治会・町会などの消火組織の活動を、地域全体で協力して推進しなければなりません。

(1) 地域の自主防災体制

首都直下地震等の災害に立ち向かうためには、私たち区民一人ひとりが、地域社会を支える一員として、積極的・自発的に地域の防災活動に参加する等、お互いに協力しあい、自分自身の生活再建とあわせて、居住する地域の復旧・復興に努めなければなりません。

地震による被害を最小限にとどめるためには、まず個人の行動が基本になりますが、その力には限界があります。

隣近所の助け合いとともに、災害の規模によっては地域住民の命そして財産を守るため、自治会や町会を単位とした地域の協働体による活動が重要となります。

区では、共助によって地域防災力を向上するために、自治会・町会を母体とする「防災市民組織」を設置して様々な活動を行なっています。

近所の人たちと協力しあい、地域の防災活動を効果的に行なうための組織である防災市民組織に参加して、災害に強い地域社会を作ることを目指しましょう。

一口メモ

防災リーダーへの期待

自主防災組織が組織的な活動を行うには、防災について熱意があり、「私たちの地域は私たちが守る」という共通目標で、防災に対する知識と行動力を備えた防災リーダーが必要です。

リーダーの担い手として、防災市民組織の役員をはじめ、青少対、PTA、子ども会、保護司や民生委員など地域で活動している方、福祉や建設など専門的な特技を活かして活動できる方などが期待されています。

ぜひ、平時の活動の中で、防災の取組みを広めていってください。

区防災課では、職員による出前講座や防災訓練への起震車派遣、資機材の貸出などを行っています。お気軽にご連絡ください。

○ 区内の主な自主防災組織

防災市民組織	市民消火隊
<p>震災時に、被害の軽減を図り、応急活動を確実、迅速に実施するため、地域の自治会・町会を母体として結成しています。</p> <p>平成24年度現在、217自治会・町会中、213組織で結成されています。</p> <p>また、震災時に地域の防災拠点となる自治会・町会会館等を火災から守るため、ミニポンプ隊（D級ポンプ）を結成している組織もあります。平成24年度現在187自治会・町会に240台のポンプが配備されています。</p>	<p>震災時の初期消火と避難道路周辺の延焼防止を目的に結成しています。防災市民組織の中核として、防火部・消火班の一部に位置づけられ、区から貸与されたC級ポンプを使って、消火活動にあたります。</p> <p>平成24年度現在、145自治会・町会で結成され、消防署員、消防団員の指導の下、訓練を行い、地震災害に備えています。</p>
その他の自主防災組織	
<ul style="list-style-type: none"> <p>・ 臨海部企業の自主防災組織</p> <p>現在、臨海部の平和島・昭和島・京浜島は非居住地域であり、防災市民組織はありませんが、昼間人口は約7,200人にも及びます。臨海部企業が従業員の命と財産を守るため、「共助」の考え方にに基づき、自主防災活動を行います。</p> <p>・ 事業所の自主防災体制の強化</p> <p>全ての事業所に対し、事業所防災計画の作成を指導するとともに、各種の訓練や指導等を通じて自衛消防隊の活動能力の充実・強化を図っています。また、事業所相互間の協力体制および防災市民組織等との連携を強めるとともに、保有資機材を活用し、地域との共同体制づくりを推進しています。</p> 	

○ 活動計画の作成にあたって

自主防災組織では、災害に備えて活動計画を作成し訓練を実施します。

計画は「これでなくては」という決まりはありません。しかし、前年度の反省をしないと、毎年同じパターンの繰り返しになってしまい、組織が沈滞してしまいます。

地域の特性や環境を踏まえ、どのような訓練や啓発が地域等に役に立つかを考えます。また、組織や地域住民等に不足していることについて分析を行い、活動計画の見直しに反映させることが重要です。

近隣の組織の行っている計画も参考にし、効率よく成果があがる計画にしましょう。

○ 年間活動計画の一例

月	事業項目	月	事業項目
4月	・役員全体会の開催 (家庭防災啓発等の重点項目、資機材整備計画などと担当者の決定) ・年間計画決定 ・消防団消防操法審査会見学	10月	・ポンプ操法発表会出場 ・青少対運動会での啓発活動(炊き出し)
5月	・地域内災害時要援護者支援活動検討会 ・防災映画会	11月	・防災講習会開催 ・避難所生活のルール検討
6月	・学校避難所(防止拠点)運営協議会	12月	・防火部による夜のパトロール
7月	・夏休みラジオ体操での啓発活動(起震車など)	1月	・高齢者懇談会での啓発と災害時要援護者支援の説明
8月	・わがまち防災マップ編集会議	2月	・地域内災害時要援護者応援活動検討会 ・わがまち防災マップ更新作成 ・次年度訓練内容の検討
9月	・地域防災訓練 ・地域内危険箇所確認(要援護者と協働)	3月	・区主催防災講習会参加 ・事業計画の見直し ・備蓄色材の点検、確認

○ 私たちの備え

地域等にあった資機材を計画的に配備しておきましょう。

また、いざというときにすぐに使えるよう日ごろから点検・整理を行い、誰でも使えるように訓練を行いましょう。

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ヘルメット ・毛布、軍手、タオル、古着 ・消火器 ・救急医療品 ・非常食 ・誘導灯 ・電池式メガホン ・懐中電灯、強力ライト ・ロープ ・担架 ・テント ・ハンマー、バール、オノ、スコップなどの作業用具 ・携帯ラジオ ・はしご ・自家発電装置 ・防水シート ・炊飯用具 など |
|--|

※ 防災資機材格納庫を公園などに設置する場合は、一定の基準と許可が必要です。
設置を希望する場合は、区防災課へお問合せください。

(2) 防災訓練の実施

訓練を企画する場合は、まず訓練の目的を定め、型にこだわらず、自分たちの自主的な訓練として取り組むことが大切です。

防災リーダーを中心に、自分たちはどんな訓練を実施すれば地域全体の防災意識と行動力が向上するかを考え訓練に取り組みます。

訓練企画のポイント

- ① 各家庭での安全行動訓練と隣近所との協力・連携を第一に取り組み、地域全体の防災活動につながるようにします。
- ② 地域防災活動を活発にするため、年に一度は総合訓練を行います。
- ③ 訓練日時や内容をできるだけ早く広報して、地域内の周知に努めます。
- ④ 事故防止には、最大限の注意をはらいます。
- ⑤ チラシ、ポスターなどで学校・P T A・事業所など幅広い参加を呼びかけます。
- ⑥ 訓練の曜日や時間(昼・夜)に変化をもたせ、幅広い分野の人が参加できるよう工夫します。
- ⑦ 参加意欲のわく訓練内容を工夫します。
- ⑧ 地域の環境やまちなみに応じた訓練にします。
- ⑨ 役割分担をはっきりし、担当役員が内容をしっかり把握しておきます。
- ⑩ 訓練終了後は、成果の確認と反省を行い、次の計画に反映します。
- ⑪ 訓練計画は、事前に区防災課、消防署に連絡します。(万が一の事故で、訓練災害補償を受けるとき、事前の届出がされていることが補償適用の条件になります)
- ⑫ 学校や公園を使用する場合は事前の許可が必要です。区防災課へご連絡ください。

一口メモ

訓練中などに事故が起こったら

万が一、訓練中や地域の防災活動中にけが人が出た場合、自治会・町会の役員は、ただちに各特別出張所の窓口か防災課へお知らせください。

区が加入している「大田区地域活動保険」から、補償を受けられる場合があります。

以下のような補償があります。

- ・ 傷害保険
死亡保険、後遺障害保険、入院保険、通院保険
- ・ 賠償責任保険
身体賠償、財物賠償、保管物賠償

補償の対象となる場合は、事故証明書を提出していただくことになります。

災害時の活動中に事故が起こったら

災害時の防災活動へ協力中、死亡、負傷、病気にかかるなどした場合、「大田区防災業務従事者損害補償条例」により、補償される場合があります。消防署または防災課へお知らせください。

○ 防災市民組織の活動実績

最近の活動実績と特徴的な訓練を示します。地域等での活動の参考にしましょう。訓練内容の詳細は、区防災課へお問合せください。

○ 訓練実績の概要

a 平成24年度実績（11月30日時点）

① 実施回数：延べ340回（自治会・町会 131回、事業所 12回、学校等 197回）

② 参加者数：78,356人

b 平成23年度実績

① 実施回数：延べ399回（自治会・町会 146回、事業所 12回、学校等 170回）

② 参加者数：85,633人

c 主な特徴的な訓練

訓練実施日	団体名	主な訓練内容
平成24年4月22日	子どもガーデンパーティー	毎年GW前後におこなわれている、「子どもガーデンパーティー」に起震車・煙体験を派遣。多くの参加者に「自助」の防災力向上の普及を実施。
平成24年6月10日	多摩川芙蓉ハイツ管理組合	マンションベランダの避難路確保として、隔壁の破壊訓練を実施。
平成24年7月21日	東調布第三小学校 第三いきいき活動	東調布第三小学校 第三いきいき活動（保護者）が主催する、防災訓練（学校避難、炊き出しなど）をおこない、宿泊する。 同様の訓練 他7件
平成24年8月5日	蒲田東口商店街商業協同組合	大蒲田まつり（JR蒲田駅東口）に起震車を派遣。多くの参加者に「自助」の防災力向上の普及を実施。
平成24年9月9日	青少年対策 羽田地区委員会	青少年対策 羽田地区委員会主催で、萩中集会所にて東調布第三小学校 第三いきいき活動（保護者）が主催。児童・生徒と保護者を対称に防災訓練（炊き出し、備蓄物品確認、防災講話など）を実施した。 同様の訓練 他1件
平成24年10月28日	大森東地区	自治会連合会事業である「いつつのわふれあい祭り」防災訓練をコラボし実施。2,500名参加のうち防災訓練に315名参加。スタンプラリーには115名参加。
平成24年11月3日	OTAふれあいフェスタ	毎年、平和島地区で行われているフェスタに起震車・煙体験を派遣。多くの参加者に向け「自助・共助」の防災力向上の普及を実施。
平成24年11月11日	大森第六中学校	今年度は、千束地区の大田区防災訓練として実施。生徒と地域住民とが共同で学校避難所（学校防災活動拠点）の開設・運営訓練を実施。「自助・共助」

		の防災力向上と「学校防災活動拠点」訓練を実施。
平成24年11月18日	糀谷地区一斉訓練	今年度は、大田区防災訓練として、糀谷地区の避難所ごとに「自助・共助」の防災力向上と「公助」との連携による訓練を実施。
平成24年11月27日	防災文化祭	「大切な命を震災から守る」をテーマに子どもから大人まで楽しみながら防災について考えるイベント。山王三・四丁目自治会(共催新井宿自治会連合会)を中心に実施。

一口メモ

訓練を活発にするために・・・

自主防災組織が組織的な活動を行うには、防災について熱意があり、「私たちの地域は私たちが守る」という共通目標で、防災に対する知識と行動力を備えた防災リーダーが必要です。

リーダーの担い手として、防災市民組織の役員をはじめ、青少対、PTA、子ども会、保護司や民生委員など地域で活動している方、福祉や建設など専門的な特技を活かして活動できる方、そして、女性の活躍などが期待されています。

ぜひ、平時の活動の中で、防災の取組みを広めていってください。

区防災課では、職員による出前講座や防災訓練への起震車派遣、資機材の貸出などを行っています。お気軽にご連絡ください。

市民消防隊・ミニポンプ隊の皆様へ

迅速な初期消火活動の実施に向けて・・・

大規模延焼火災に対する危機感が高まる中、ポンプ隊の活躍は地域の方々から大いなる期待が寄せられており、隊の冷静かつ迅速な行動力の向上が求められています。

そのためには、一步一步訓練を積み重ねる以外に道はありません。

いざというときの自信は、日ごろの訓練から生まれます。常に火災をイメージし、技術を体で覚え、隊員間のチームワークを高めてください。

また、ポンプは生き物と同じで、数ヶ月使わずにいと、部品がさびつく、燃料が変質するなど、機能できなくなってしまうものです。いざという時、すぐに出動できるよう、月に一度はエンジンをかけ、放水を行ってください。

操作の習熟にあたっては、けがには十分注意いただき、ポンプ操法の手引きを活用し、消防署員・団員の指導のもと、消火活動能力の更なる向上を目指しましょう。

皆様の努力がいざというときに、多くの命と財産を守ることに繋がります。

（3）防災講話の実施

区民一人ひとりが、災害時に適切な防災行動を行うために、区内各地域の特性を把握し、首都直下地震や防災情報などについて正確な情報と知識を得ることが重要です。

このため、区防災課では、職員が地域に出向いて、区民の防災行動の心構えや地域防災計画及び都の新たな被害想定などを分かりやすく説明する「防災講話」を行っています。自治会・町会やマンション等の集合住宅や防災に関心のある団体等、希望に応じて出向いていますのでご利用ください。

○ いつ、どこでやっているの？

主催する団体等のご希望に応じて対応していますので、防災課まで気軽に連絡ください。

○ どんなことをやるの？

防災に関するテーマであれば、できる限り対応していきます。パンフレットやパワーポイント（スライド）などを活用して講話します。

- ・ 講話内容の例
 - ア 災害時にとるべき防災行動について
 - イ 自助と共助の取り組みについて

○ 開講実績の概要

a 平成24年度実績（11月30日時点）

- ① 講習会実施回数：延べ 53回（自治会・町会23回、事業所4回、その他26回）
- ② 参加者数：2,365人

b 平成23年度実績

- ① 講習会実施回数：延べ 4回（自治会・町会 4回）
- ② 参加者数： 380人

c 主な特徴的な講習会

訓練実施日	団体名	主な講習内容
平成24年6月13日	萩中文化センター利用者協議会	文化センターを利用されている高齢者を対象に「いざというときの対策と事前の準備」をわかりやすく説明。
平成24年7月10日 7月12日	東京海洋大学政策実習	木造密集地域における官学地域連携による災害に強いまちづくりをテーマに大田区の防災対策及び地域代表者の協力をいただき、大森東地区の街歩き点検をおこない学生の目から見た防災実習をおこなった。
平成24年9月29日	六郷工科高校	今年度より都立高校で実施されている、宿泊訓練に講師として派遣。震災時の対応などを説明。
平成24年10月10日 から3回実施	大森東貴船自治会 大森町自治会 本宿町会 大森山谷自治会	大森第一小学校を避難所とする4町会の防災意識の向上と11/18の防災訓練実施に向け、合同防災セミナーを3回開催。
平成24年10月13日 10月30日	区民大学	区民大学の防災講座に講師として派遣。大田区の防災対策について避難所での生活などを説明。

平成24年10月22日 10月23日	新井宿六丁目町会	10/28の訓練に向けて、町会員に災害時の心構えや、対策を学ぶ防災講習会をおこなった。
平成24年11月10日	マンション管理組合 (クレセント東京サウス)	マンション管理組合役員向けに講話。震災時の対応や高層マンションならではの対応・準備についてDVDを使い、わかりやすく説明。

(4) 東京防災隣組の取組

自治会・町会、企業、学校など、地域内の様々な主体が参加し、意欲的な防災活動に取り組んでいる団体が「東京防災隣組」として東京都から認定されており、大田区内では、3団体が認定されています。(平成24年11月20日現在)

○ 認定団体と主な取組み内容

認定団体名	主な取組内容
古市町会 (平成24年4月15日認定)	ア 町会独自の様式を用いて、災害時要援護者の調査を実施し、70名の災害時要援護者の状況を把握、平時から見守りを実施 イ 氏名や既往症、かかりつけ病院等を記載した「救急あんしんシート」を購入し、高齢者世帯等に配付 ウ 「地元へのお祭り」への参加を促すことで、高齢者等の見守り活動を実施 エ 町会役員等が東京ガス、東京電力及び消防署と連携して、災害時要援護者宅を訪問し、防火防災診断を実施 オ 昭和27年4月から現在まで、毎月1回防災対策委員会開催し、年度計画に基づく積極的な防災事業を実施
中央四丁目町会 (平成24年4月15日認定)	ア 地元総合病院(大森赤十字病院)と「相互応援協定」を締結し、合同防災訓練を実施 イ 市民消火隊の活動訓練及び定例防災会議を毎月実施 ウ 町会役員が、災害時要援護者に対し、日頃から見守り活動を実施 エ 中学生と消防団との合同放水訓練や中学生の応急救護訓練を実施 オ 防災DVD勉強会を実施
六郷地区自治会連合会 (平成24年4月15日認定)	ア 連合会の全15自治会に市民消火隊を編成。連合会全体で「六郷自治会連合会市民消火隊訓練成果発表会」を実施 イ 災害時要援護者施設と自治会との間で、応援協定を締結 ウ 連合会独自の災害時要援護者名簿を作成し、定期的に見直しを実施 エ 各種福祉関係団体と連携して、定期的研修会を実施 オ まちなか訓練に被災建物を設定した発災対応型訓練を採用

その3 地域で確認する(知る)

<わがまち防災マップの活用>

(1) 「わがまち防災マップ」の充実

わがまち防災マップとは

首都直下地震で生き残る、最低限の生活を確保するため、区民の自助・共助の取り組みを今以上に充実しなければなりません。

しかし、現在、提供されている情報は都や区単位の情報を中心であり、区民にとって、身近であり必要な地域情報が十分提供されているとはいえません。

そこで、今回、自治会・町会ごとに、区で把握している防災資源(強み)を地図上にお示した「わがまち防災マップ」を配布します。

参照・活用いただくことで、自助・共助活動を活性化し、地域防災力の向上をめざします。

〈掲載項目〉

- | | | | |
|-----------|-----------------------|--------------|-------|
| ① 避難場所 | ② 避難所(福祉避難所、補完避難所を含む) | | |
| ③ 医療救護所 | ④ 市民消火隊等格納庫 | ⑤ 消防団本部及び格納庫 | |
| ⑥ 街頭設置消火器 | ⑦ 消火栓 | ⑧ 防火水槽 | ⑨ AED |

マップの活用方法

わがまち防災マップは、まち歩きや図上訓練、打合せに活用するなど、アイデア一つで様々な活用ができます。

「わがまち防災マップ」の充実を図ることは、災害時に役立つ有効な資料となります。様々な場面で日頃から気軽に手にとりいただき、区民の皆様と区が意見を交換する中で、内容と活用方法の充実を図っていきましょう。

活用例 ～まち歩きに活用してみる～

① 防災資源をチェック

- ア 一時集合場所、避難所、避難場所の確認と道路の整備状況
- イ 街頭設置消火器、消火栓、防火水槽などの消火設備
- ウ 各ブロックの防災担当者の所在
- エ 保育園、幼稚園、学校、福祉関係施設などの所在地
- オ 区関係、病院、警察・消防関係、ライフライン関係などの所在地

② 地域の安全をチェック

ブロック塀、よう壁、がけ、堤防などの状態、看板や自動販売機などの設置状況

※まち歩きのポイント

住民、企業、団体等と調査することでお互いの理解と協力関係にもつながります。地域の安全について話し合い、危険要因を取り除く活動を行いましょう。

(2) 「共助力」向上のための新たな取り組み

～ 「学校防災活動拠点の整備」「まちなか点検事業」の取り組み ～

【地域防災の重要性】

阪神・淡路大震災や東日本大震災で、「地域防災」すなわち、地域に暮らす住民一人ひとりの防災の備えや、災害時の対応力をさす「自助」と地域の人々による初期消火や救出救助、避難支援、見守りなどの支え合いの取り組みをさす「共助」の重要性が増しています。

同じ都市型災害であった阪神・淡路大震災では、全体の8割以上の方が地震直後の14分以内に亡くなっていることがわかりました。共助、公助が得られない発災直後に多くの方が亡くなっています。この結果から、自分そして家族の命を守るためには、いかに自助が重要であるかが明らかになりました。

また至る所で生き埋めが発生し地元の方が救出した方の生存率が高い結果がでています。

阪神淡路大震災では、消防隊員が生き埋めになった方の救出を優先せざるを得なかったため、初期消火が後回しとなり火災が広がってしまったとされています。

大災害から区民の尊い命を守るためには、初期消火を含め救出救護、負傷者の搬送など、地域の方々の支え合いによる災害時の共助活動もまた大変重要となっています。

【東日本大震災後の新たな事業展開】

東日本大震災を契機に、学識経験者や防災関係機関、そして多くの区民の皆様に参加いただき「大田区総合防災力強化検討委員会」を設置して区の防災対策を抜本的に見直す検討をしていただき、平成24年1月には5つの主要対策と23の重要対策からなる報告書を区長への提言としてとりまとめていただきました。

その後、東京都の新たな被害想定公表を受け、提言の中で可及的速やかに対応すべき事項を「大田区総合防災力強化プログラム」として具体的な事業化を図り、区議会に補正予算を可決いただいて、早速、今年度より事業執行に取り組んでいます。

特に、区では、地域力を結集して地域防災力を高めるために、「学校防災活動拠点の整備」と「まちなか点検事業」の取り組みを進めています。

「学校防災活動拠点の整備」事業とは、現在91ヶ所の学校避難所を「学校防災活動拠点」と位置付けて、「学校＝逃げ込む場所」から『学校＝災害に立ち向かう場所』へと、これまでの避難所機能を拡充するとともに、新たに情報拠点や地域活動拠点の機能をもった地域の防災活動拠点にしていく取り組みのことで、今年度はモデル校2校（小・中学校から各1校）を選定して、今後全校へ展開していくための検討を行っています。

「まちなか点検事業」とは、区民の防災意識の向上と災害に強いまちづくりを目指し、まちなかの危険や防災資源等を発見するまち歩きや防災上の課題に対して地域で具体的な取り組み方法を

検討するワークショップを通して、区民が主体的に防災まちづくりを考える住民参加型の事業です。複数町会の連携による取り組みを基本にして、今年度は3地区を選定して実施しています。

学校防災活動拠点の取り組み

(1) 目的

災害発生時に被災者が“逃げ込む場所”であった学校を、地域住民のいのちを守り、また最低限の生活を守るため、「地域住民」「学校」「区」の力を結集して“災害に立ち向かうための地域拠点”としての機能拡充を図り、避難所から拠点への転換を進めていきます。

(2) 事業概要

項目	内 容
機能	<p>① 避難所機能 災害発生後、避難を余儀なくされる区民を一時的に収容し、避難者の生活の安定化を早期に図るための場としての機能。</p> <p>② 情報収集・伝達機能 災害発生後、地域と区災害対策本部が連携して活動するために必要な地域の各種情報を一元的に収集・集約する機能。また、区災害対策本部等から地域に対して情報を伝達・発信する機能。</p> <p>③ 地域活動機能 災害発生後、地域内の被災者全般に必要な対応が行き届くよう、地域全体を見守り、地域の早期復旧を図るための活動を推進する機能。</p>
組織	<p style="text-align: center;">学校防災活動拠点本部の組織構成(案)</p> <pre> graph TD A[学校防災活動拠点本部] --- B[本部長(地域の代表者) 副本部長(学校長)] B --- C[総括班 ・班長、副班長] B --- D[避難所班 ・班長、副班長] B --- E[情報班 ・班長、副班長] B --- F[地域活動班 ・班長、副班長] C --- G[企画・調整担当 施設管理担当 学校連携担当 ボランティア調整担当] D --- H[避難所管理担当 給食・物資配分担当 物資管理担当 生活管理担当 要援護者支援担当] E --- I[情報収集・集約担当 情報伝達担当] F --- J[地域情報連絡担当 地域見守り担当 地域復旧担当 救急・救護担当] subgraph K [拠点本部会議] B C D E F end </pre>

内容	<p>○ 事業計画</p> <p>5か年で全91か所の避難所を学校防災活動拠点へ転換する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成24年度：2校（モデル校によるあり方検討） ・平成25年度：18校（特別出張所で各1校） ・平成26年度：36校（特別出張所で各2校） ・平成27年度：18校 ・平成28年度：13校+4施設 <p>※4施設：こらぼ大森、コミュニティーセンター羽田旭、ふれあいはすぬま、北蒲広場</p> <p>○ モデル校による取り組み【平成24年度】</p> <p>6月 モデル校の選定（馬込第三小学校、大森第六中学校）</p> <p>7～3月 あり方検討（被災地の視察、検討会議など）</p> <p>8～1月 訓練計画づくり</p> <p>9～12月 資器材の調達・配備</p> <p>11～2月 訓練・検証（11/11 大森第六中学校、2/16 馬込第三小学校）</p> <p>3月 成果発表会</p> <p>○ 活動資器材の配備</p> <p>全ての避難所（区立小中学校+4施設）に活動資器材を新たに配備した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・配備時期 平成24年9月から11月まで ・配備品 救助活動用品：大ハンマー、バラシバール、レスキューアックス、救助ロープ 消火活動用品：イージープール 災害時要援護者支援用品：アシストストレッチャー、おんぶひも、コミュニケーションボード
----	--

○ 避難所と学校防災活動拠点の違い

	避難所	学校防災活動拠点
目的	避難者の収容	地域防災力の向上
機能	①避難所機能	情報拠点機能 地域活動機能 避難所機能
運営形態	避難者による自主運営	区、学校、地域住民による協働
運営組織	避難所運営連絡会	学校防災活動拠点本部
事前検討組織	避難所運営協議会	学校防災活動拠点会議

自治会・町会	①協議会への参加 ②避難所の開設・運営への協力	本部組織の構成員 拠点運営に従事 拠点と連携した自治会・町会内災害対応活動
区・学校	協議会への参加 避難所の開設・運営支援	本部組織の構成員 拠点運営に従事 拠点と連携した区・学校としての災害対応業務 (大田区災害対策本部業務、学校災害対策本部業務)

○ 共助力の強化（学校防災活動拠点の取組みのポイント）

ア 災害に強い地域をつくる

地域、学校、区、地域団体等は会議や訓練などに積極的に参加し、日頃から顔の見える関係を築き、災害時に協力して地域を守ることができる関係づくり、人づくりを心がけます。

イ 個人の特技、地域の企業やNPO法人など、地域力の活用

災害時には、個人の持つ特技（手話、外国語、職業）や企業の力などの活用を活かして災害に立ち向かいます。

ウ 女性や災害時要援護者への配慮をした避難所運営

拠点本部への積極的な女性の参画を図り、女性からみた視点や、避難所での女性への配慮など、両性を考えた計画づくりを行います。また、災害時要援護者への配慮を踏まえた運営体制を確立し適切な支援を行います。

エ 将来の地域を担う防災リーダーを育てる

防災塾、被災地支援などの経験者の活躍場を提供することで、次世代の防災リーダーを育成します。リーダーは避難所運営などで、その経験を活かし主体的に活躍することで円滑な運営ができるよう心がけます。

まちなか点検の充実による地域防災力の向上

(1) 目的

区民の防災意識の向上と災害に強いまちをめざして、個別単独ではない面的な広がりを持つ地域の防災まちづくりを推進していきます。

自宅や地域の危険を知り、自分の身に降りかかる具体的なリスクが明らかになることが、人々に主体的な防災行動を促す大きなきっかけとなります。

また、私たちは自分が想像できる範囲以上の対策を考えることは困難であり、普段からご自身の「災害時を想像できる力」を磨く取り組みが必要になるのです。

そして、この地域の防災リーダーの育成と自助・共助で取り組む各地域の仕組みづくり（モデル化）を推進することを目的とします。

(2) 事業概要

まちなか点検事業は、防災の視点で実際にまちを歩いて、まちの弱みや強みを知り、起こりうる事態を地図や図表を使って見える化し、地域で取り組める具体的な対策を地域の仲間と一緒に考え、実行する事業です。

3地区（特別出張所単位で複数の自治会・町会を基本とする）を選定します。
選定された地区は、合計4回のワークショップを通して以下の4点に取り組みます。

- ①「まちあるき」等を行い、今まで気づかなかった地域の問題点を把握する
- ②「マップ作り」で共通した災害対策への問題意識や理解を生み出す
- ③「課題検証」を行い、災害に対する想像力を養い、課題の把握を図る
- ④「対策の検討」を行うことで地域課題の具体的な解決策を見出していきます

(3) 内容【平成24年度】

地 区	内 容
入新井地区（9町会）	検討テーマ： 地域連携を考える ～地域全体の共助のしくみづくり～ 地域目標： 地域連携のルールを考え、「地域連携マップ」を作成する。
雪谷地区（3自治会）	検討テーマ： 安否確認・見守りを考える ～見守りのしくみづくり～ 地域目標： 自治会ごとに地域で見守るためのしくみを定める。
蒲田東地区（19自治会・町会）	検討テーマ： 救助・援助を考える ～いのちを救うしくみづくり～ 地域目標： 地区全体と自治会・町会ごとに援助・支援のしくみを定める。
成果発表	平成25年3月に、3地区の成果を『いのちを守る地域づくり提案書』にまとめて成果発表し、全地区と取り組み内容及び活動成果を共有する。

【平成25年度以降】

- ① 前年度に『いのちを守る地域づくり提案書』をとりまとめた地区では、提案内容に基づいて実際にそれぞれの地区内で実践していきます。
- ② 3地区（特別出張所単位で複数の自治会・町会を基本とする）程度を基本に、未実施の地区からまちなか点検事業の実施地区を選定し、それぞれのテーマに基づいて順次ワークショップに取り組み、成果を『いのちを守る地域づくり提案書』にまとめます。
- ③ それぞれの活動成果について、当該地区内のみならず区内全地域で共有し、その成果を参考とした各地域の活動が展開されるよう、併せて区の防災対策の普及・啓発に努めていきます。

地域で取り組む応急対策（災害発生後の共助活動）【共 助】

その1 消防活動の実施

<防災資源の活用>

(1) 消火、救出・救護の基本的な心構え

地震発生の際、火を出さないことが被害を最小限に食い止めることにつながります。自分の家が安全であれば隣近所に声をかけ安否を確認し、協力して初期消火に努めましょう。

また、負傷者や倒壊家屋等に閉じ込められた人を発見したら、消火活動とともに救出・救護活動を行いましょう。

(2) 防災資源の活用

消火活動は、家庭の風呂水からのバケツリレーや街頭設置消火器など、あらゆる防災資源を総動員して行いましょう。事前に、わがまち防災地図を活用して地域内の街頭設置消火器の場所の確認や、消火器の活用方法などを知っておくことも大切です。

○消火活動に活用できる防災資源・方法

	防災資源・方法	活動内容	事前の対応・訓練
区 民	バケツリレー	<ul style="list-style-type: none"> ・阪神・淡路大震災では、近隣の人たちのバケツリレーで火災の延焼を食い止めました。 ・より早く、よりの確に行うことが大切です。リレーには近所や、同じ自治会・町会でも、あまり知らない人が加わることもあります。全員で心と力を合わせ消火にあたりましょう。 ・バケツの水を少なくすると、力のあまりない方でも、火元へコントロールよく水をかけられます。また、リレーが楽にできます。少ない水を上手に使いましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リレーをする前にどこに水源があるのか、どこが利用できるかチェックしましょう。 ・家庭の風呂水を使ってのバケツリレーを行うことで、実践的な訓練ができます。屋外と比べリレーがしにくくなります。 ・水を運ぶ訓練も必要です。水をこぼさずにいかにうまく運べるかもやってみましょう。 ・リレーの長さを変えてやってみましょう。短い距離や長い距離、直線だけでなく曲がりくねった道や細い道など様々な場所でやってみましょう。 ・バケツだけでなく風呂おけなどほかのものを使って取っ手のないものがどれだけやりにくいか実感してみましょう。

	街頭設置消火器	<ul style="list-style-type: none"> ・わがまち防災マップを活用して、近隣の消火器を集めましょう。原則として、設置間隔を 100 メートルに 1 本として整備を行っています。 ・火が燃え広がる前の初期消火活動に使用しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・消防署や消防団へ指導を依頼し、消火活動を身につけましょう。 ・区では水消火器の貸し出しを行っています。 ・わがまち防災マップを活用して、近隣の消火器の設置箇所を確認しましょう。
市民消火隊・ミニポンプ隊	スタンドパイプ	<ul style="list-style-type: none"> ・防災市民組織を有する 213 の自治会・町会に、消火栓に直結して放水するスタンドパイプ（ホース・台車等装備）を支給しています。 ・消火栓に器具を取付け、放水活動を行いましょう。 ・消防車両等の入れない狭あい道路での活躍が期待されます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・放水訓練を行い、実際に使用してみましよう。 ・わがまち防災マップを活用して、近隣の消火栓の設置箇所を確認しましょう。
	C級可搬式消防ポンプ	<ul style="list-style-type: none"> ・市民消火隊に支給されています。市民消火隊は平成 24 年度現在 145 隊結成されています。 ・防火水槽等から取水し、放水活動を行いましょう。 ・消防車両が到着するまで、延焼拡大防止が期待されます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・月 1 回程度、放水訓練を実施しましょう。 ・ポンプ操法発表会に参加して、他地域と消火能力を高めあいましょう。 ・年 1 回、区が定期点検を行うほか、経年に応じて計画的に取替えを行います。
	D級ミニポンプ（D級可搬式消防ポンプ）	<ul style="list-style-type: none"> ・配備を希望する自治会・町会に D 級ポンプを支給しており、平成 24 年度現在 187 自治会・町会に 240 台のポンプが配備されています。 ・防火水槽等から取水し、放水活動を行いましょう。 ・消防車両が到着するまで、延焼拡大防止が期待されます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・月 1 回程度、放水訓練を実施しましょう。 ・ポンプ操法発表会に参加して、他地域と消火能力を高めあいましょう。
	防火水槽	<ul style="list-style-type: none"> ・区は、区有地に 40 t の防火水槽を設置しています。 ・スピンドルドライバーで開錠し、C・D 級ポンプの消火活動を行いましょう。 ・水槽の水は、一定の生活用水としても利用可能です。 	<ul style="list-style-type: none"> ・平時の放水訓練で実際に使用し、扱い方を身につけましょう。 ・使用する場合は、消防署へ事前の申請が必要です。

その2 救出・救護活動の実施

<連携が命を救う>

(1) 近隣との協力体制 <近助>

都の想定では、東京湾北部地震が発生した場合、建物倒壊や延焼火災によって、10,412人もの負傷者が発生すると想定されています。加えて停電や交通渋滞などにより救急隊、医療機関も通常どおりの活動はできません。

災害時には、身近にいる人や近隣の人たちが協力して、適切な応急手当を行う必要があります。区民一人ひとりが、日ごろから応急救護の知識を身につけておきましょう。

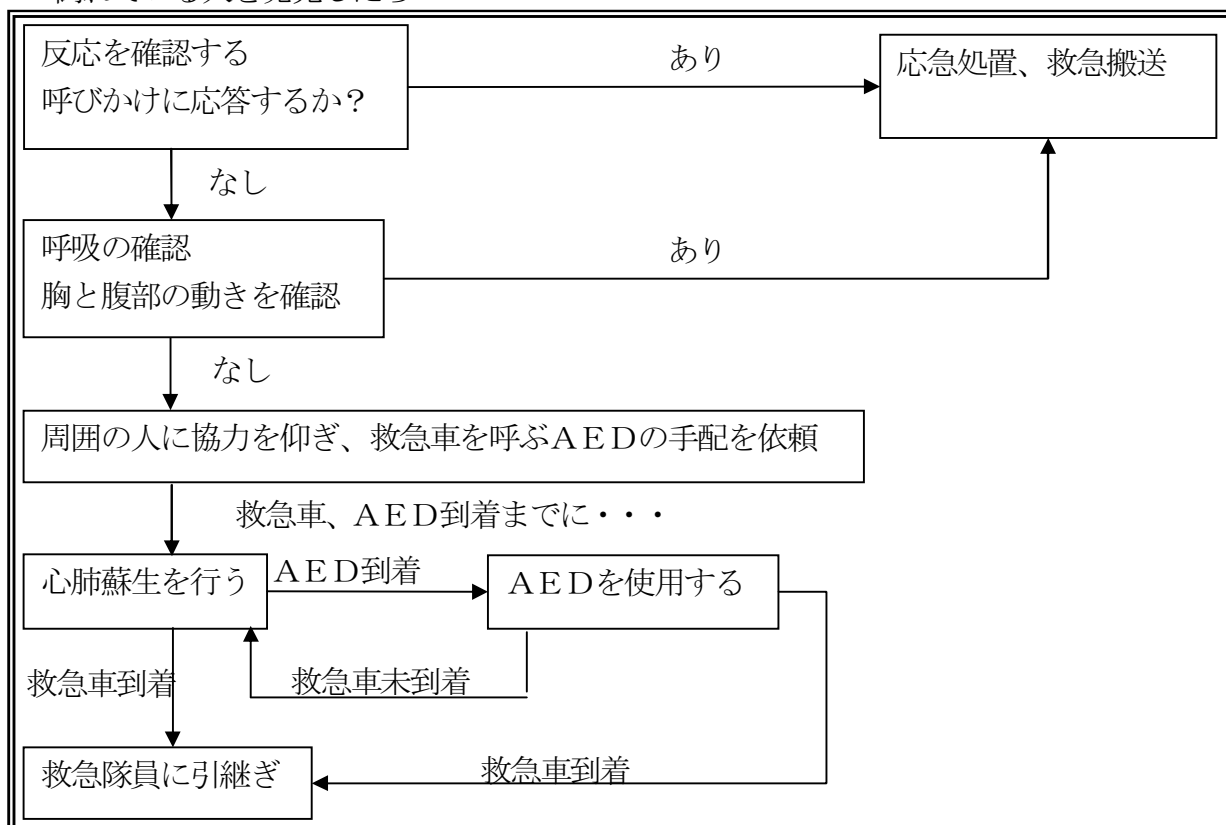
人工蘇生法や止血法などの応急救護の技術は、集会所などでグループにより何度も繰り返し、からだで覚えることが大切です。消防署で行う普通救命講習に参加し、応急手当のやり方を習得するのも効果的です。また、習得した技術を地域に広めることも大切です。

大地震が発生したとき、負傷者を救急車等により救護することができない事態も考えられます。そんなとき、自分たちの手で行う応急救護が大きな威力を発揮します。

応急救護の技術は、何度も繰り返し、からだで覚えることが大切です。

○ 心配蘇生法の流れ

倒れている人を発見したら…



○ 心肺蘇生法

①胸部圧迫

- ・ 部の真ん中に手を重ね、垂直に体重をかける
- ・ 胸全体が5cm程沈むように胸を押す。
- ・ この動作を100回/分のリズムで30回繰り返す。

②人工呼吸

- ・ 親指と人差し指で鼻をつまみ鼻の穴を塞ぐ。
- ・ 大きく口を開けて2秒間静かに息を吹き込む。
- ・ 抵抗なく息が入れば繰り返す。

※人工呼吸は省略しても構いません。

③AEDの使い方

- ・ AEDの電源を入れる。
- ・ 電極パッドを胸に貼る。
- ・ AEDが心電図を解析するため傷病者に触れないようにする。
- ・ 傷病者に触れていないことを確認しショックボタンを押す。
- ・

○ いざという時の応急措置

①切り傷

- ・ 清潔な布で出血箇所を完全に覆う
- ・ やや強く抑えて止血する
- ・ 患部を清潔に保つため包帯を巻く

②ヤケド

- ・ 流水で患部を冷やす
- ・ 水ぶくれは破らない
- ・ 消毒ガーゼやきれいな布を当てて包帯を巻く

③骨折

- ・ 骨折しているところに副子を当て上下を固定する。
- ・ 関節が動かないように固定する。

※副子とは棒・板・傘等の骨折部分を固定できるもののことです。

○ 応急救急ガイド

ケガ人等を搬送するかどうかを判断が迷ったときに目安を確認できます。（消防庁サイト）

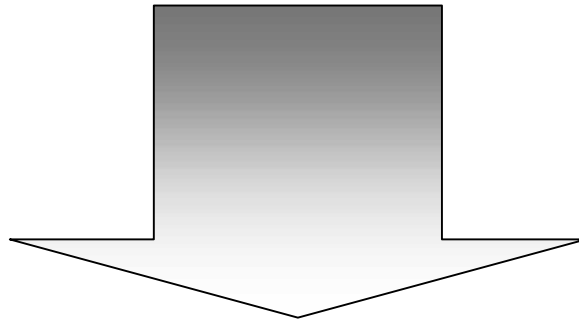


携帯版



スマートフォン版

災害に立ち向かうには



区内には、首都直下地震をはじめとする都市型災害が起きたとき、「自助」「共助」の活動に役立つ「防災資源」があります。

どこにどんな防災資源があるのか示した、「わがまち防災マップ」を活用し、まちなかの防災資源をチェックしてみましょう。さらに実際に防災資源の使い方を覚えましょう。

そして、いざ災害が起きたら、何としても自分と家族の命を守り、そして地域で連携し支え合い、みんなで力を合わせて「地域力を結集」し、災害に立ち向かっていきましょう。

— 大田区の地域力を結集し
災害に立ち向かっていきましょう —

大田区わがまち防災計画

(区民版地域防災計画)

平成25年3月発行

事務局 大田区地域振興部防災課

大田区蒲田5-13-14

電話5744-1236

人家族

家族を守る つなぐ 絆シート

家族の基本情報

(フリガナ) 氏名		続柄	本人	性別		(フリガナ) 氏名		続柄	本人	性別	
住所		血液型		年齢		住所		血液型		年齢	
連絡先	(自宅) (メール)	(携帯電話)				連絡先	(自宅) (メール)	(携帯電話)			
勤務・通学先 連絡先 所在地						勤務・通学先 連絡先 所在地					
持病		服用薬				持病		服用薬			
過去に入院歴のある 病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師				過去に入院歴のある 病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師			
病院住所 連絡先						病院住所 連絡先					
(フリガナ) 氏名		続柄	本人	性別		(フリガナ) 氏名		続柄	本人	性別	
住所		血液型		年齢		住所		血液型		年齢	
連絡先	(自宅) (メール)	(携帯電話)				連絡先	(自宅) (メール)	(携帯電話)			
勤務・通学先 連絡先 所在地						勤務・通学先 連絡先 所在地					
持病		服用薬				持病		服用薬			
過去に入院歴のある 病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師				過去に入院歴のある 病気、ケガ		かかりつけの病院 診療科/担当医師			
病院住所 連絡先						病院住所 連絡先					

避難先

どんなとき？	どこに行けばよい？	我が家の避難先 (事前に確認しましょう)
家族と集まりたいとき	家族の集合場所へ	
避難したいとき	一時集合場所へ (地元の集合場所)	
倒壊などで自宅に住めなくなったとき	学校避難所へ	
大規模火災が発生し命に危険があるとき	広域避難場所へ	

決められた避難先であっても、100%安全とは限りません！火の手や建物倒壊の危険はありませんか？周辺情報に注意し身を守りましょう！

連絡手段

どんなとき？	我が家の連絡手段（使い方）
1 災害用伝言ダイヤル	
<電話がつながらないとき>	災害用伝言ダイヤルの録音と再生には同じ番号を使用する必要があります。あらかじめ番号(自宅電話番号等)を決めておきましょう。
伝言を録音したい	171+1+ _____ (自宅電話番号等) をプッシュ
伝言を再生したい	171+2+ _____ (自宅電話番号等) をプッシュ
2 連絡中継点	
<電話がつながらないとき>	被災地以外への電話はつながりやすい可能性があります。遠隔地の親戚などに連絡中継点になってもらう方法も有効です。 _____ さん宅(TEL _____) を中継点にします。
3 災害用伝言板	
<メールが届かないとき> ケータイやスマートフォンで伝言を残す・確認したい	携帯電話から安否情報を伝言板に登録できます。他社の携帯電話やPHS、パソコンからも見ることができます。 <u>各社のトップメニューから「災害用伝言板」を選ぶ</u>

災害時は必ず連絡が取れるとは限りません。複数の連絡手段を確保しておき、家族の安否確認が取れるようにしましょう！

お困りのときは・・・

大田区役所 5744-1111

大田区防災課 5744-1236

東京電力カスタマーセンター 0120-995-002

東京ガスお客さまセンター 0570-002-211

NTT 東日本116センター 116

東京都水道局お客さまセンター 5326-1100

下水道局南部下水道事務所 5734-5031