

災害発生！

在宅？避難所？どちらにしますか？

令和4年10月1日



NPO法人 CONNECT

★はじめに

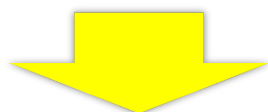
- ・ 首都直下地震とは？
- ・ 災害に備えるとは？
- ・ 防災×SDG s
- ・ まとめ

★21世紀は災害の世紀になる

- ・地球温暖化
- ・生態系の破壊



自然災害の規模や範囲が巨大化
発生間隔も短くなり多発する



★首都直下型地震の発生確率

- ・30年以内に70%の確立

★コロナウイルスの感染拡大



首都直下地震の概要

被害が大きく、首都中枢機能への影響や新幹線・空港等の交通網の被害、木造住宅密集地帯の火災延焼が発生する。

種類	都心南部直下地震	多摩東部直下地震	大正関東地震	立川断層帯地震
震源	区部南部	多摩地域の東部	相模トラフ沿い	活断層内
規模	M7.3	M7.3	M8クラス	M7.4
震源特性	プレート内地震	プレート内地震	海溝型地震	活断層地震
被害特性	都全体での被害が最大となる地震動	多摩地域に大きな影響を及ぼすおそれのある地震	震源域に近い東京の南側において地表震度が大きい	震度6強以上は多摩地域に限定

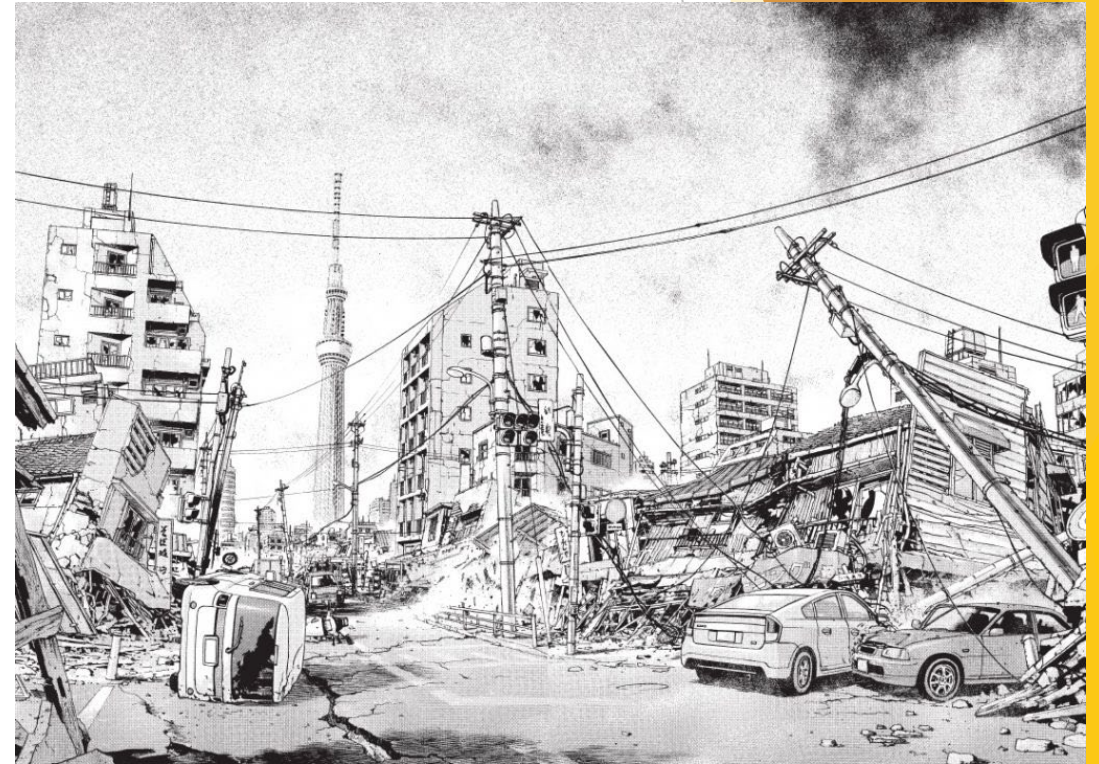
想定地震の主な被害予想

	都心南部直下地震(M7.3)	多摩東部直下地震(M7.3)	大正関東地震(M8クラス)	立川断層帯地震(M7.4)
死者	6.148人	5.104人	1,971人	1.490人
負傷者	93.435人	81.609人	39,445人	19.229人
住宅全壊	194,431棟	161.516棟	54,962棟	51.928棟
(地震火災)	118.734棟	94.425棟	27,216棟	17,554棟
避難者	2.993.713人	2.755.568人	1,506,105人	590.149人

大田区の被害想定

被害の規模は、都心南部直下地震の影響が最も大きい。

被害の種類	都心南部直下地震
死者	726人
原因：揺れ	306人
原因：火災	390人
負傷者 (うち重傷者)	7,815人 (1,354人)
原因：揺れ	5,259人
原因：火災	1,695人
建物倒壊	23,829棟
原因：揺れ	22,310棟
原因：火災	1,763棟
出火件数	57件
避難者	313,000人
閉じ込め(エレベーター)	1,508件



★災害に備えるとは

自然災害の知識や身を守る方法を、
知っている事で守られる命と、
知らない事で失われる命がある

大切な自分の命を守る、家族の命を守る

1・災害直後

身を守る基本行動

お か し も



DROP!



COVER!



HOLD ON!



- ・ 家の中
- ・ 外の施設
- ・ エレベーターの中

- ・ 車の中
- ・ 道路を歩いている
- ・ 電車の中

2 ・ 自宅の備えの基本

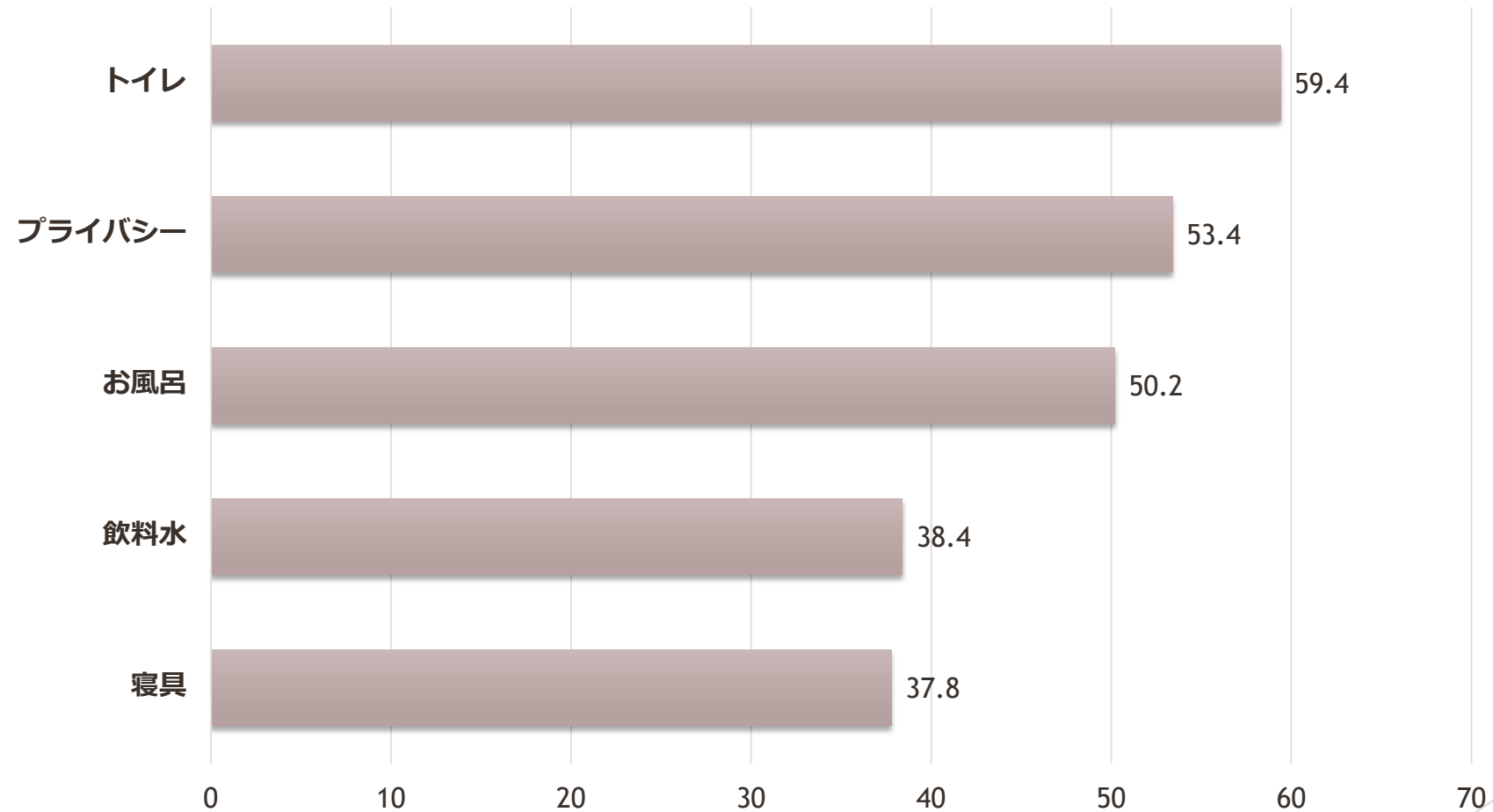
- ① 耐震性を高める
- ② 火を出さない・隣家からの類焼を防ぐ（耐火化）
- ③ 家具を固定する（けがの防止）



避難所へ避難せずに「在宅避難」体制を整えること



★避難所で過ごして困ったことは？



ネオマーケティング実施の調査結果より

① 家の耐震化

・家の建築年代を調べる

1981年（昭和56年）6月以前 ・ ・ 旧代診基準

震度5程度の揺れに対応

1981年（昭和56年）6月以降 ・ ・ 新耐震基準

震度6強から7程度揺れに対応

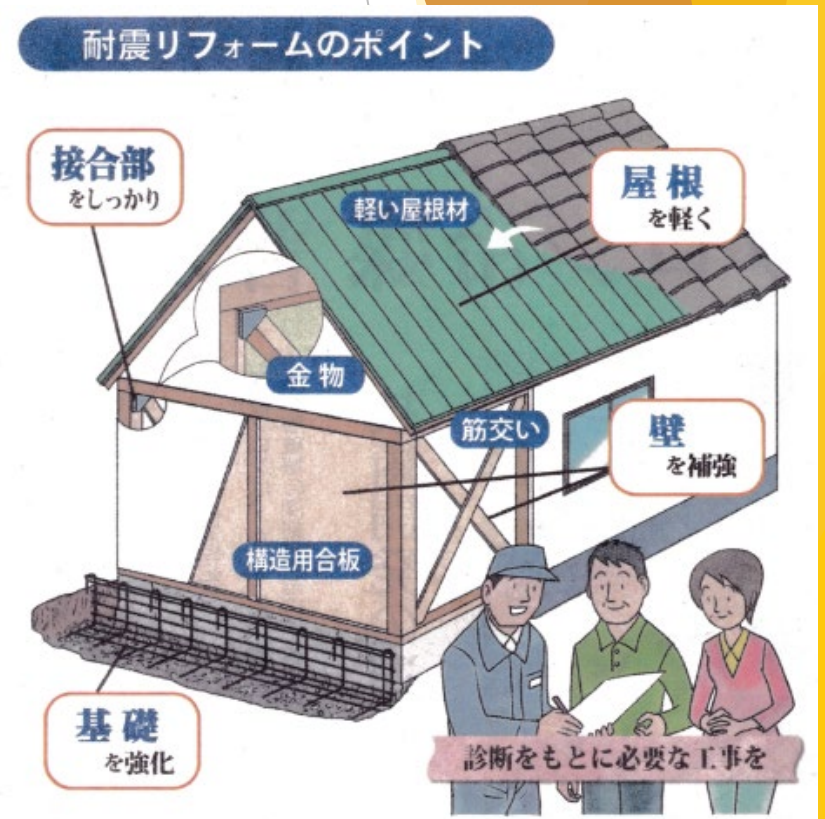
・耐震診断を受ける（助成金制度有）

大田区役所 防災まちづくり課

03-5744-1349

・耐震補強を行う（助成金制度有）

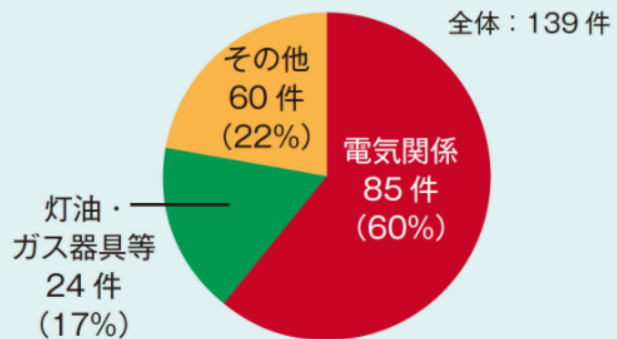
家全体が難しい場合、寝室だけでも補強する



読売新聞（2016年2月6日朝刊より）

② 火災を防ぐ

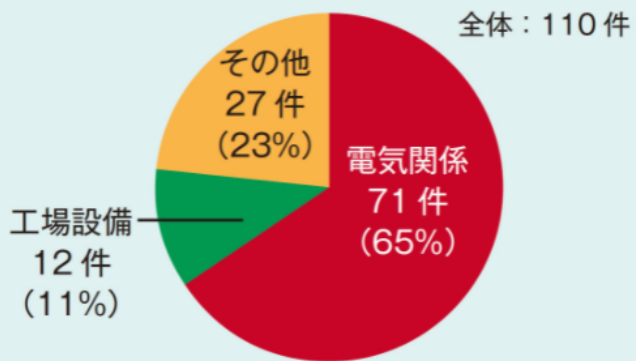
《阪神・淡路大震災》



総出火件数139件のうち、電気関係は85件（約6割）

<消防庁検討会報告書（1998）>

《東日本大震災》



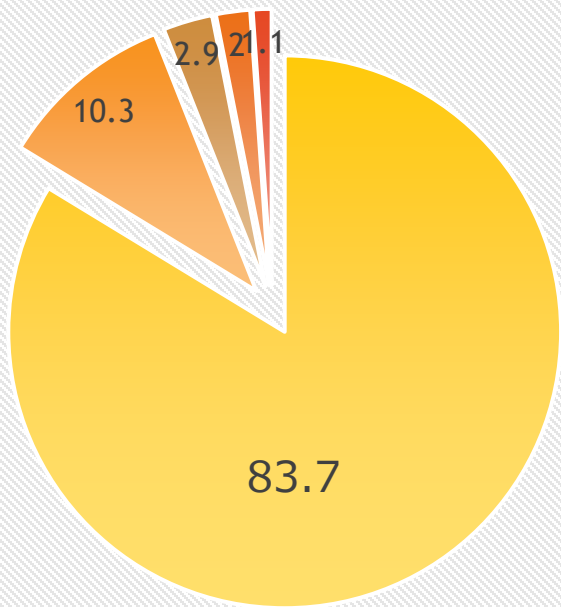
総出火件数110件のうち、電気関係は71件（約6割強）

<日本火災学会調査（2014）>



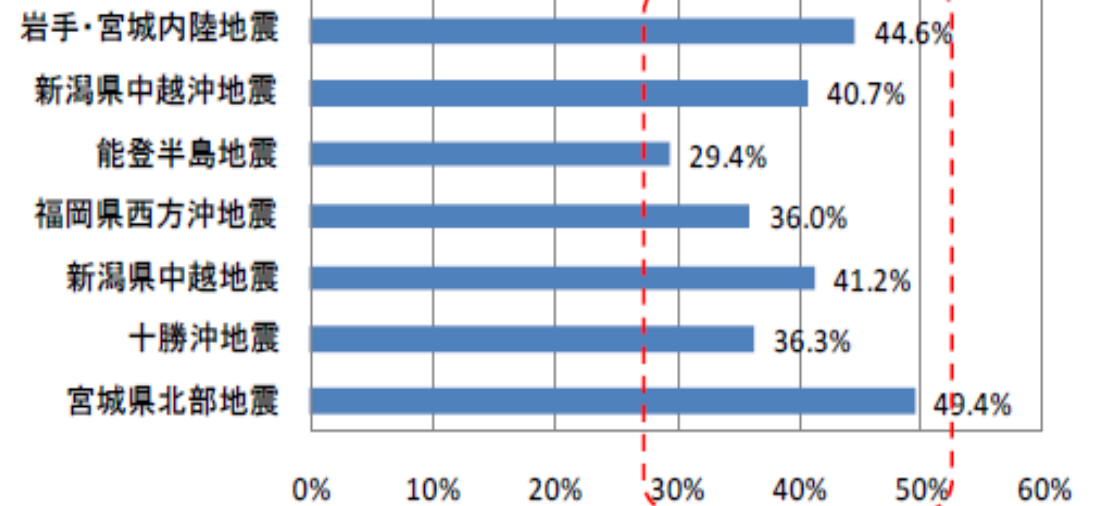
③ 家具の転倒防止

阪神・淡路大震災における死因



- 圧死・窒息死
- 焼死・火傷死
- 損傷・その他
- 出血・ショック死
- その他

兵庫県監査医より引用



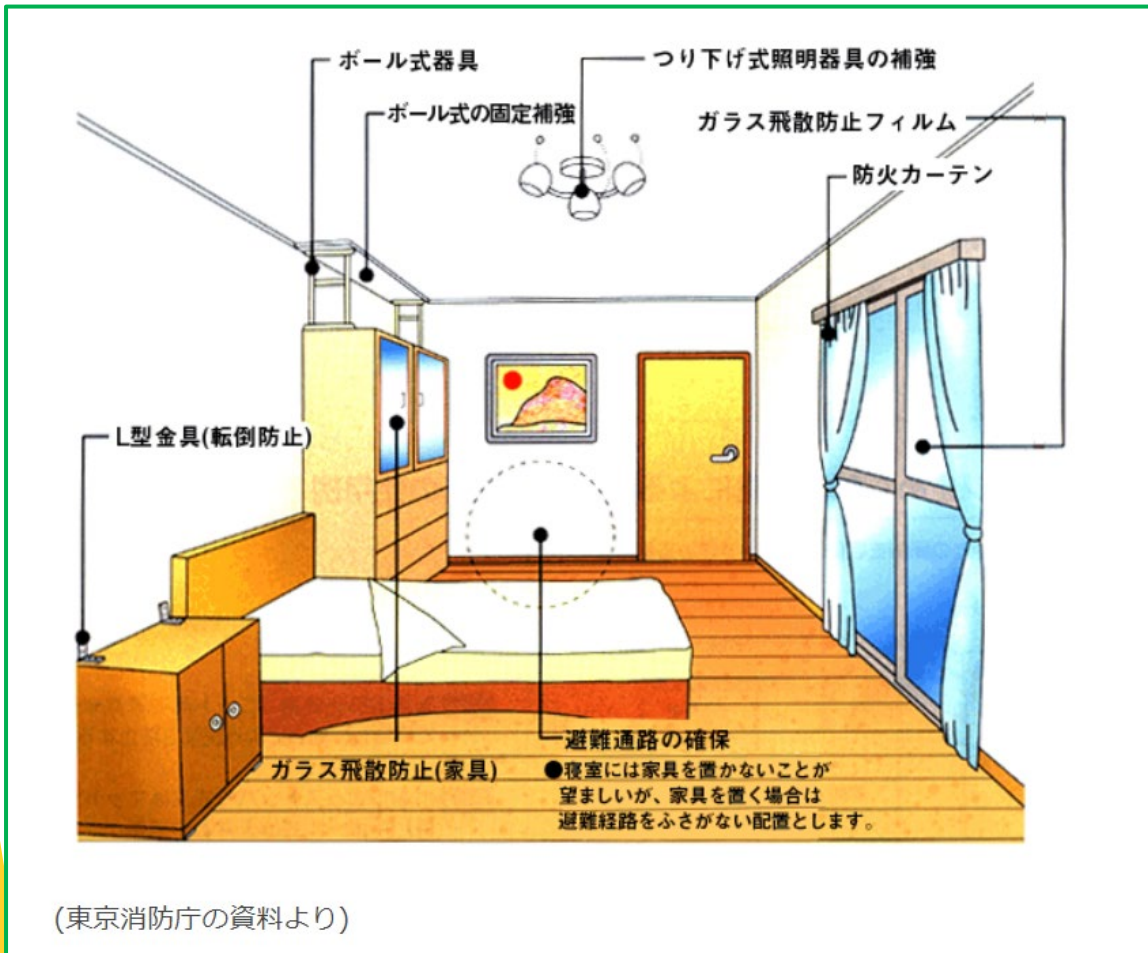
近年発生した地震における家具類の転倒・落下・移動が原因のけが人の割合

日本建築学会 「阪神淡路大震災住宅内部被害調査報告書」

家具の固定が重要

★寝室の備え

1日24時間のうち3分の1の8時間を、無防備な状態で寝ている寝室での備えは、特に重要



- ベッド脇に運動靴と懐中電灯
- 玄関に非常持ち出し用品
- 廊下に手すり
- 食器棚にガラス飛散防フィルム
- 引き出しストッパー
- 小家電にタックフィット
(強粘着制震マット)
- 庭・ベランダに、停電時家内に持ち込み可能なソーラーライト

★在宅避難できるかな??

▶ 自宅被災状況チェックのポイント（外観）

- ①隣接する建物が傾き、倒れ込む危険性がある
- ②地すべり、崖崩れ、地割れ、液状化、地盤沈下、噴砂が周辺にある
- ③基礎が壊れた
- ④建物が傾斜した
- ⑤外壁材が落下、又は大きな亀裂が生じた
- ⑥屋根瓦がずれたり、落下した
- ⑦窓ガラスが沢山割れた



該当するものがあれば避難所へ避難

▶ 自宅被災状況チェックのポイント（内部）

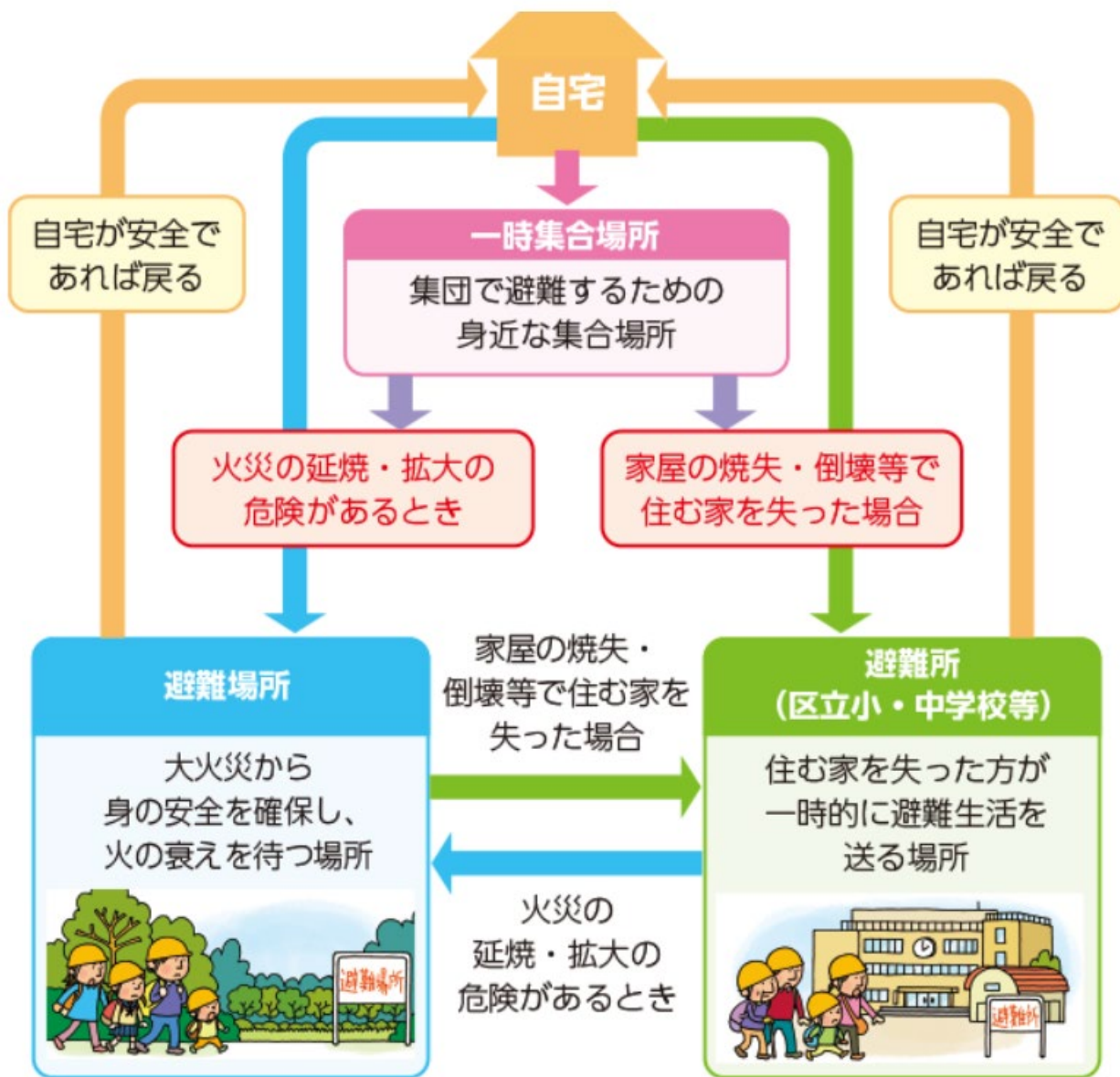
- ⑧床が傾いたり、下がったりした
- ⑨柱が折れり、割れを生じた
- ⑩内部の壁が壊れたり、大きなひび割れや目透きが生じた
- ⑪建具やドアが動かない、又は壊れた
- ⑫天井、照明器具が落下、又は落下しかけている



該当するものがあれば避難所へ避難



3・被害状況に応じた避難の方法



避難の目安



区から避難勧告等が発令されたとき



自宅が倒壊する恐れがあるとき、もしくは倒壊したとき



自宅で火災が発生し、火が天井まで燃え移ったとき



近隣で火災が発生し、延焼する恐れがあるとき

4・災害関連死

建物の倒壊・家具の転倒や火災など、災害の被害によって直接亡くなるのではなく、災害後の生活による身体的・精神的負担などによる間接的に亡くなること

原因

- ①慣れない生活からのストレス
- ②エコノミー症候群
- ③水分や栄養不足などの衰弱死
- ④適切な治療が受けられない
- ⑤過労死



5・在宅避難の備え

①備蓄

生きていくためには必要不可欠



②情報

知識や情報を知っている事で正しい判断ができる



③協力体制

1人で何もかも完璧には出来ない

→近隣同士（近助） 地域の中での助け合い（共助）

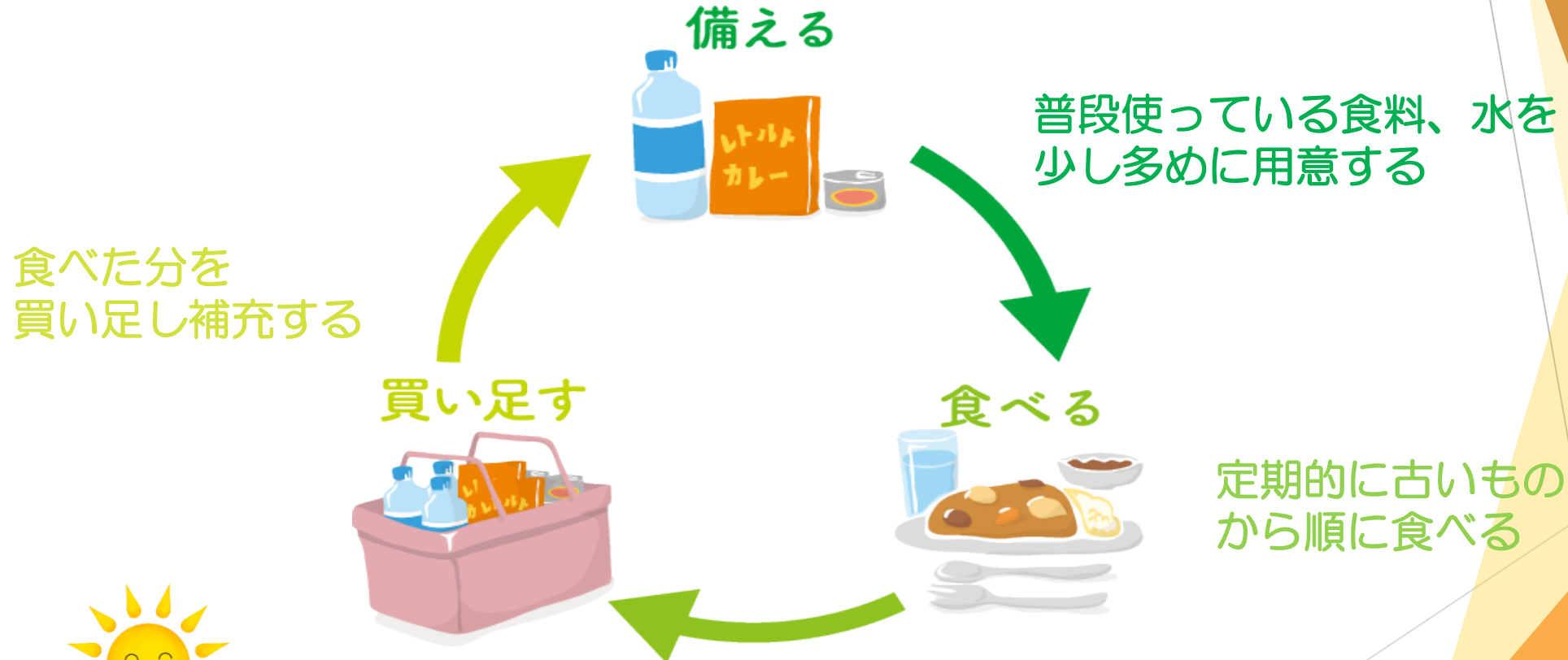
インフラの予想被害程度

	地震発生直後	1日目～	3日目～	1週間目～	1ヶ月目～
電気	× 停電	→	△ 計画停電	○ 1週間～	
上水道	× 断水	△ 備蓄品使用	△ 給水支援	→	○ 1～2ヶ月
下水道	△ 利用制限	△ 携帯トイレ	→	△ 仮設トイレ追加	○ 1ヶ月～
都市ガス	× 供給停止	→			○ 1ヶ月～
通信	△ 遅配、不通	△ つながりにくい	→	○ 順次回復	
鉄道	× 運行停止	→	△ 計画運休	○ 順次再開	
道路	△ 一般車両通行規制	→		△ 通行規制段階的解除	
水・食料	×	△ 備蓄品使用	△ 食料支援	→	○ 1ヶ月～

① 「災害時＝非常食」の固定概念を見直そう

● ローリングストック法

ローリングストック法ならば、普段から食べ慣れた食品を「非常食」にすることができます。



費用、時間の面で、普段の買い物の範囲でできる
買い置きスペースを少し増やすだけで済む

★災害時に準備したいもの（4人家族×1週間）

- 水1日3ℓ×4人分×7日⇒84ℓ
（2ℓペットボトル6本入り7箱程度）
- 食料（甘いおやつ含む）
- 携帯トイレ140回分（1日5回×7日分）
- カセットコンロ・1つ
- カセットボンベ・15本
（1日60分使用⇒約1か月分）
- LEDランタン・3つ
（リビング・キッチン・トイレ）
- ヘッドライト
- 家中用スニーカー
- 歯ブラシ・液体歯みがき
- 充電式の掃除機またはほうきちりとり
- 携帯ラジオ
- 水のいらないシャンプー
- 赤ちゃん用お尻ふき
ウエットティッシュ
- 乾電池・携帯電話バッテリー
- 軍手・マスク・消毒液
- トイレットペーパー28ロール（1ロール×4人）
- 救急セット・常備薬
- サランラップ・ポリ袋・ゴミ袋

★これは便利！防災アプリ

※東京防災アプリ



※東京備蓄ナビ

<https://www.bichiku.metro.tokyo.lg.jp/>



結果をご家族にシェアしたり、自分用に保存したりすることでスーパーなどのお店で備蓄品を購入する際に役立てよう

水：33L	レトルトご飯：33食	レトルト食品：11箱
缶詰(さばの味噌煮、野菜など)：11缶	缶詰補助食品：11箱	野菜ジュース：11本
チーズ・プロテインバー等：4パック	健康飲料粉末：11袋	調味料セット：適宜
乾麺(即座席)：3パック	無洗米：5kg	飲み物：11本
お菓子：3パック	柔地の缶詰：3缶	除菌ウェットティッシュ：120枚
アルコールスプレー：2本	マスク：12枚	口内洗浄液：1000ml
救急箱：1箱	常備薬：1箱	カセットコンロ：2台
カセットボンベ：ガスコンロ1台につき1日43本	ラップ：1本	ポリ袋：1箱
ドニール手袋：1箱	アルミホイル：1本	トイレトペーパー：4ロール
ティッシュペーパー：4箱	懐中電灯：2灯	乾電池：単1～単4までのセット
点火棒：1本	使い捨てカイロ：24個	使い捨てコンタクトレンズ：1人が月分

今すぐご家族に必要な備蓄品をECサイトで購入しよう

分類：食品 **水**

必要な数量： **33L**

人が生命を維持するのに必要な水分量は、年齢や体重によって変わってきますが1日1人3リットルが目安量です。

ネットで購入する

②情報

信頼できる情報を知る

⇒ 行政サイトや防災アプリ等情報収集先の登録



東京都防災
アプリ



東京都防災ツ
イッター



東京都公式動画
チャンネル

大田区ホームページ



大田区防災アプリ



大田区防災ポータルサイト



・大田区ハザードマップ（震災編・風水害編）



・区役所5階、危機管理課
・各特別出張所
にて配布

・水害に関する予想区域や浸水の程度、避難時の行動、避難所等が記載されています。

・地震に関連する各種被害想定や震災直後の行動、避難所や避難場所等を表示しています。

※NHKニュース防災

※気象庁防災情報（キキクル）

※ヤフー防災速報

※ハザードマップポータルサイト

<https://disaportal.gsi.go.jp/>

※防災無線

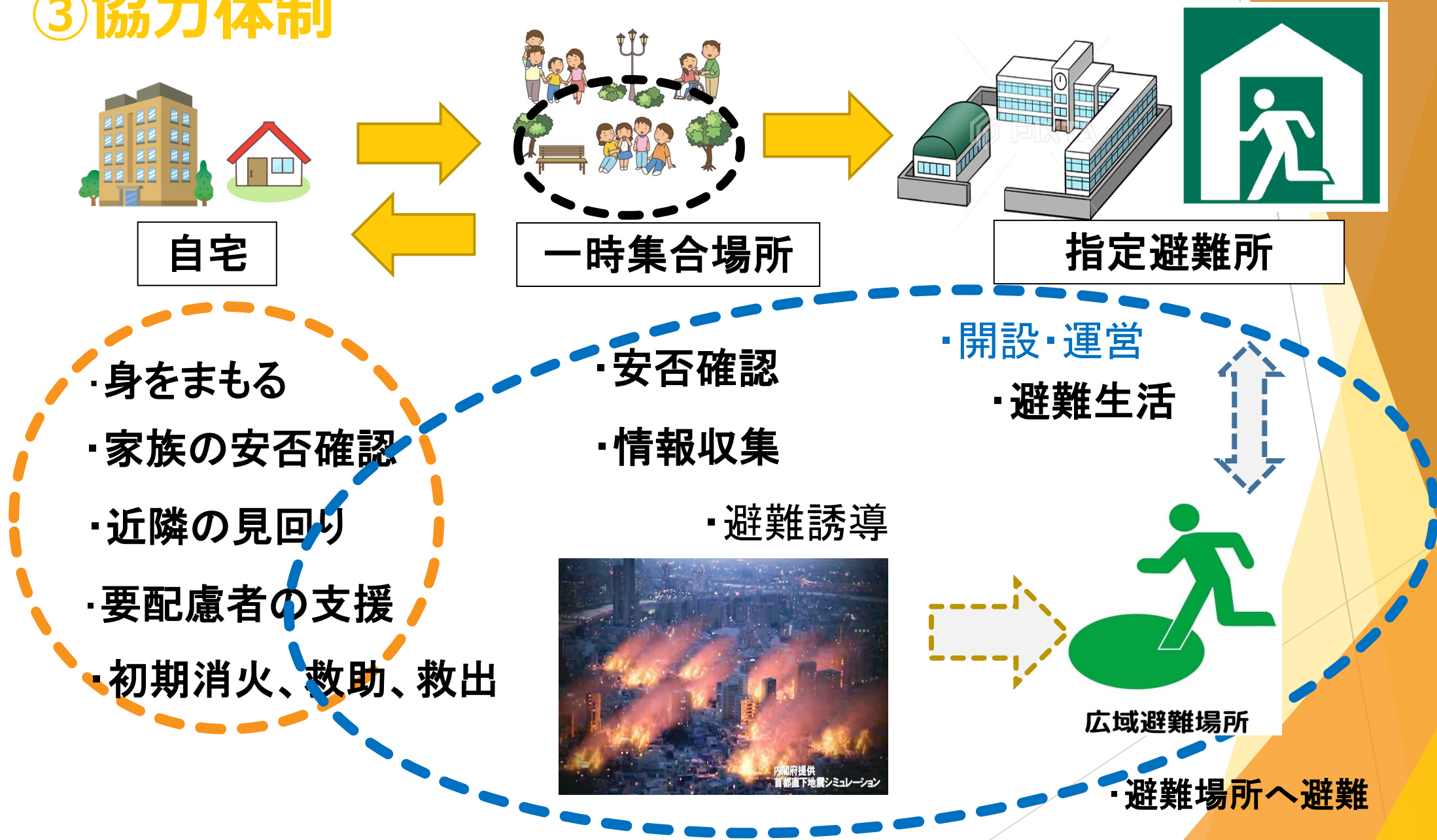
※区民安全・安心メールサービス

※災害用伝言ダイヤル（伝言板）



ヤフー防災アプリ

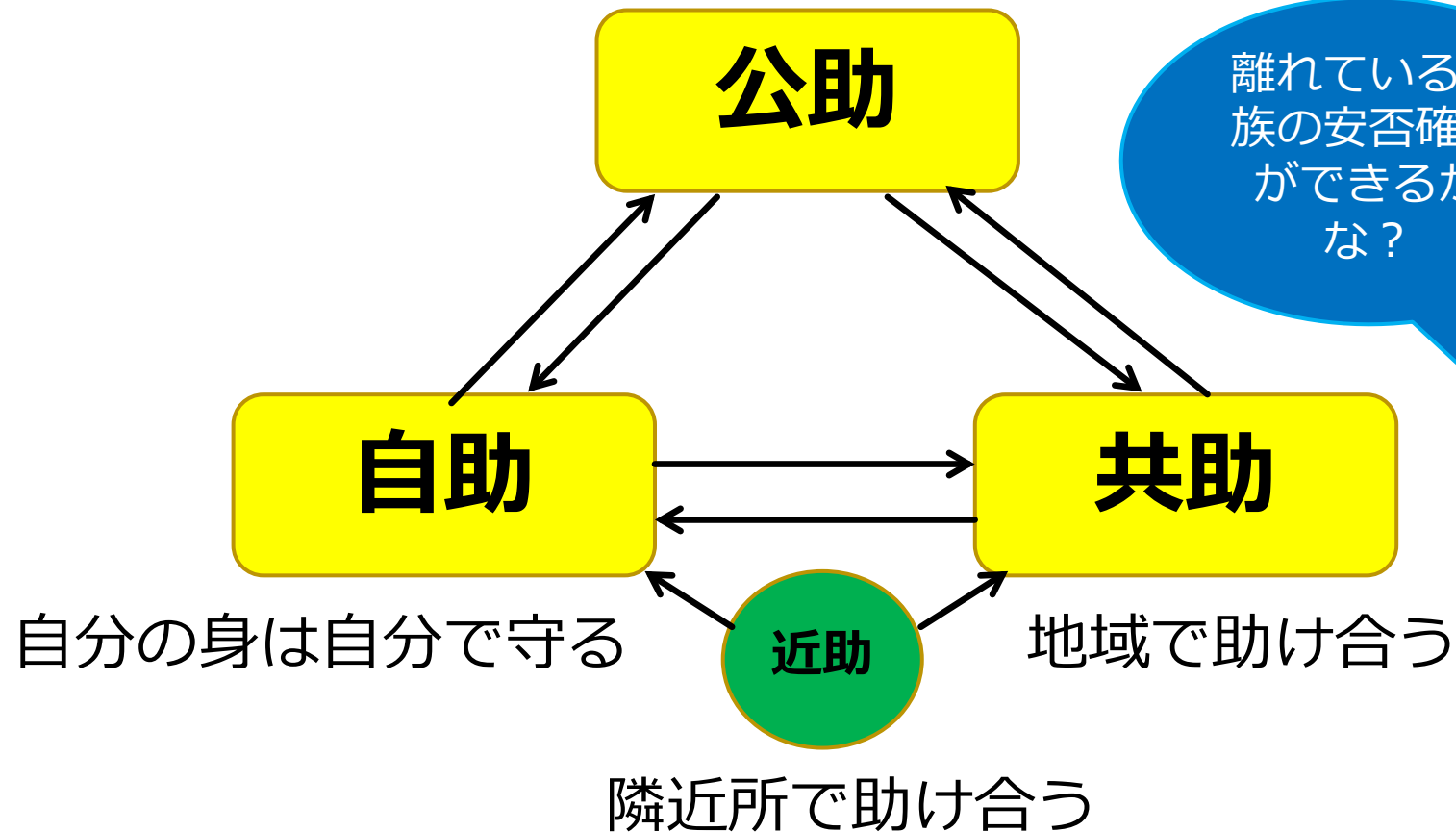
③ 協力体制



自助と共助と公助の関係

「三位一体体制」

7 : 2 : 1 行政による支援



初期消火は一人では不安。家が燃えたら困る！

離れている家族の安否確認ができるかな？

家族が怪我をした時はどうしようかな？

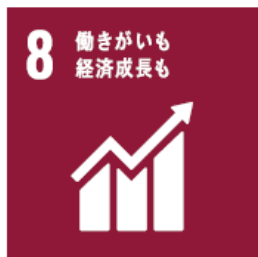
ペットの世話は？

備蓄足りるかな？



防災×SDG s

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



まとめ

一人一人の備え

地域の助け合い

地域の防災力をアップ

