

市東中避難対象地区防災計画



2019年度版

隣近所と近隣町会のみんなで築く防災力

公的支援に頼らず、3日間はしのげる地区の協力体制構築

市東中避難所運営委員会

市東中避難対象地区防災計画

目 次

I. 自助の推進	
1. 計画対象地区の範囲	P-2
2. 基本的な考え方	P-2
2-1. 基本方針	
2-2. 活動目標	
3. 地区の特性	P-3
3-1. 地区の自然特性	P-3 ~ P-9
被災状況写真（抜粋）	P-8
3-2. 地区の社会特性	P-10
3-3. 地区の防災マップ	P-11
II. 共助の推進	
4. 防災活動の内容	
4-1. 防災活動の体制	P-12
4-2. 平常時の活動	P-13
4-3. 発災時の活動	P-14
4-4. 復旧・復興時の活動	P-14
4-5. 6町会災害時行動基準	P-15
III. 計画の運用と管理	
5. 計画の実践と検証	P-16
5-1. 防災訓練の実施と改善	
5-2. 防災意識の普及・啓発	
5-3. 地区防災計画の見直し	
6. 今後の活動	P-16
7. 避難所自主運営3年計画	P-17

【家族・町会の防災意識向上参考資料】

別紙-1 ~ 別紙-9

I. 自助の推進

1. 計画対象地区の範囲

- ・ 下図に示す「市東中学校避難所対象地区」の6町会の区域とする。



2. 基本的な考え方

2-1. 基本方針

- ・ 公的支援に頼らず、3日間はしのげる、地区町会の協力体制づくり

2-2. 活動目標

- ・ 機能する町会防災組織の構築と市東中避難所自主運営体制の構築
 - 1) 各自の護身行動の習得と家族間の安否確認方法の周知
 - 2) 自宅避難を前提とした、各家庭の備蓄品の整備
 - 3) 町会（自主防災組織）による救護、避難支援訓練の実施
 - 4) 市東中避難所への避難の要否判断及び避難行動要支援者の支援
 - 5) 6町会の避難所スタッフと避難者による避難所の開設と自主運営

3. 地区の特性

3-1. 地区の自然特性

1) 千葉県北西部直下地震の被害予測結果（市作成防災カルテより）

- (1) 想定震度：震度6強
- (2) 建物全半壊棟数：全壊4棟、半壊49棟、焼失0棟、計53棟
- (3) 人的被害：死者0名、重傷者0名、軽傷者6名
- (4) 避難者：避難所内最大62名、避難所外最大93名、計155名

2) 台風時の倒木による、電柱倒壊・電線の破断による長期停電

- (1) 広域被害による長期停電

3) 豪雨による土砂崩落・洪水による災害

- (1) 事前予測可能地区での発生（市原市防災カルテ）

4) 地区の概要

市原市の東部に位置し、北側を千葉市、東側を茂原市、南側を長柄町と接する。地区の大部分は、台地とこれを刻む谷からなる。中央部を東西に主要地方道五井本納線が走る。主要な道路は整備されているが、集落内の道路は総じて狭い。地区一帯は、農地と民家が分布する。東部には斜面が多く、土砂災害の危険がある区域が分布する。

5) 基本情報

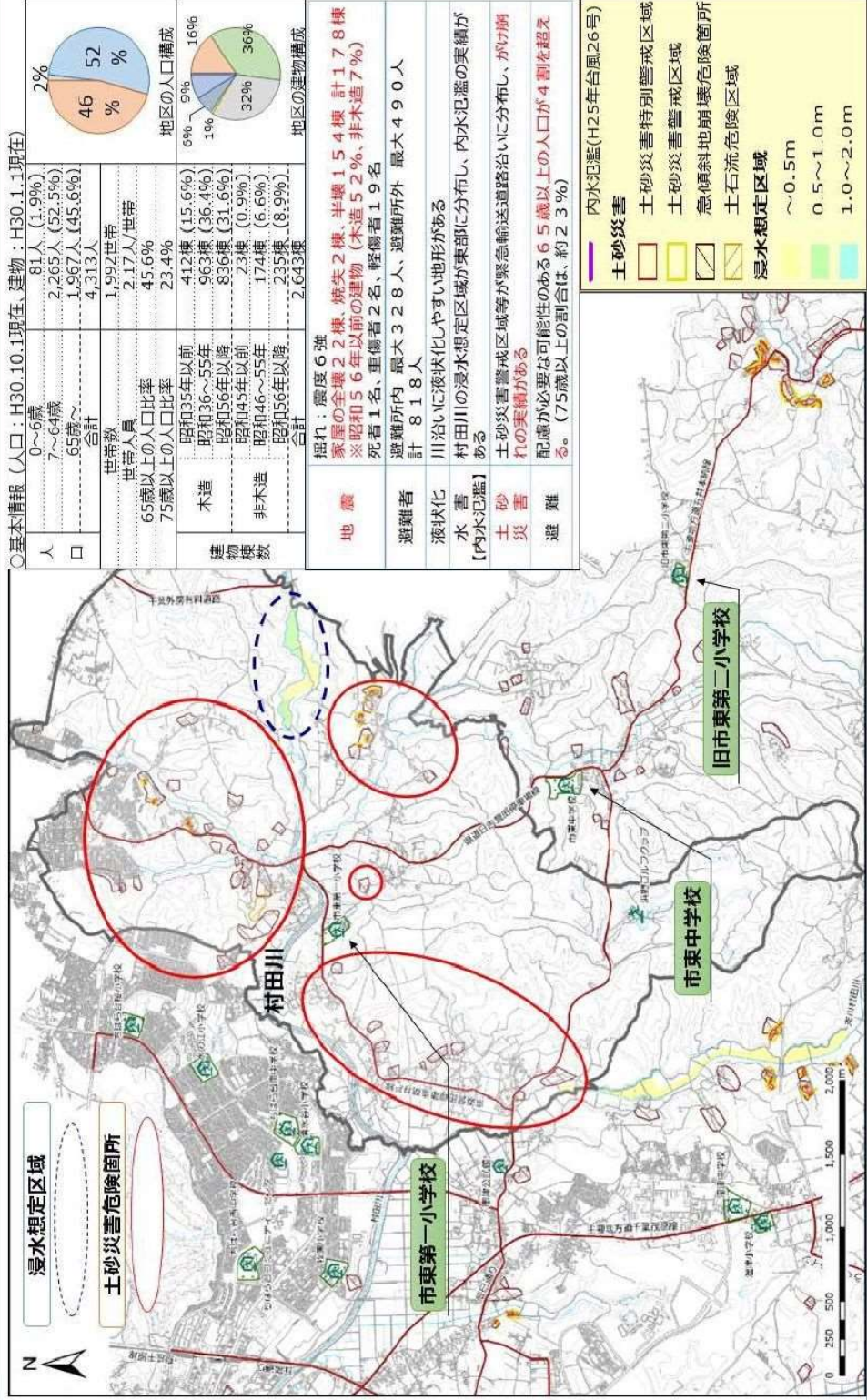
㊦人口：H30.10.1 現在、建物：H30.1.1 現在

人口	0歳～6歳		21人（2.0%）	<p>地区の人口構成</p> 
	7歳～64歳		586人（56.9%）	
	65歳以上		423人（41.1%）	
	合計		1,030人	
世帯数		424世帯		<p>地区の建物構成</p> 
世帯人数		2.43人/世帯		
65歳以上の人口比率		41.10%		
75歳以上の人口比率		21.50%		
建物棟数	木造	昭和36年以前	370棟（35.4%）	
		昭和36年～55年	301棟（28.8%）	
		昭和56年以降	241棟（23.1%）	
	非木造	昭和45年以前	45棟（4.3%）	
		昭和46年～56年	41棟（3.9%）	
		昭和56年以降	47棟（4.5%）	
	合計		1,045棟	

6) -1 地区の災害リスク-1



市東中学校区災害危険性評価 その1 (永吉・中野・高田・番場・押沼・瀬又)



○基本情報 (人口: H30.10.1現在, 建物: H30.1.1現在)

人口	0~6歳	81人 (1.9%)
	7~64歳	2,265人 (52.5%)
	65歳~	1,967人 (45.6%)
	合計	4,313人
世帯数	1,952世帯	
世帯人員	2,177人/世帯	
65歳以上の人口比率	45.6%	
75歳以上の人口比率	23.4%	
建物棟数	昭和35年以前	412棟 (15.6%)
	昭和36~55年	963棟 (36.4%)
	昭和56年以降	836棟 (31.6%)
	昭和45年以前	23棟 (0.9%)
	昭和46~55年	174棟 (6.6%)
	昭和56年以降	235棟 (8.9%)
	合計	2,643棟

揺れ: 震度6強
 家屋の全壊22棟、焼失2棟、焼失154棟、計178棟
 ※昭和56年以前の建物(木造52%、非木造7%)
 死者1名、重傷者2名、軽傷者19名

避難者 避難所内 最大328人、避難所外 最大490人
 計818人
 液状化 川沿いに液状化しやすい地形がある
 水害 村田川の浸水想定区域が東部に分布し、内水氾濫の実績がある
 【内水氾濫】
 土砂災害警戒区域等が緊急輸送道路沿いに分布し、がけ崩れの実績がある
 避難 配慮が必要な可能性のある65歳以上の人口が4割を超える。(75歳以上の割合は、約23%)

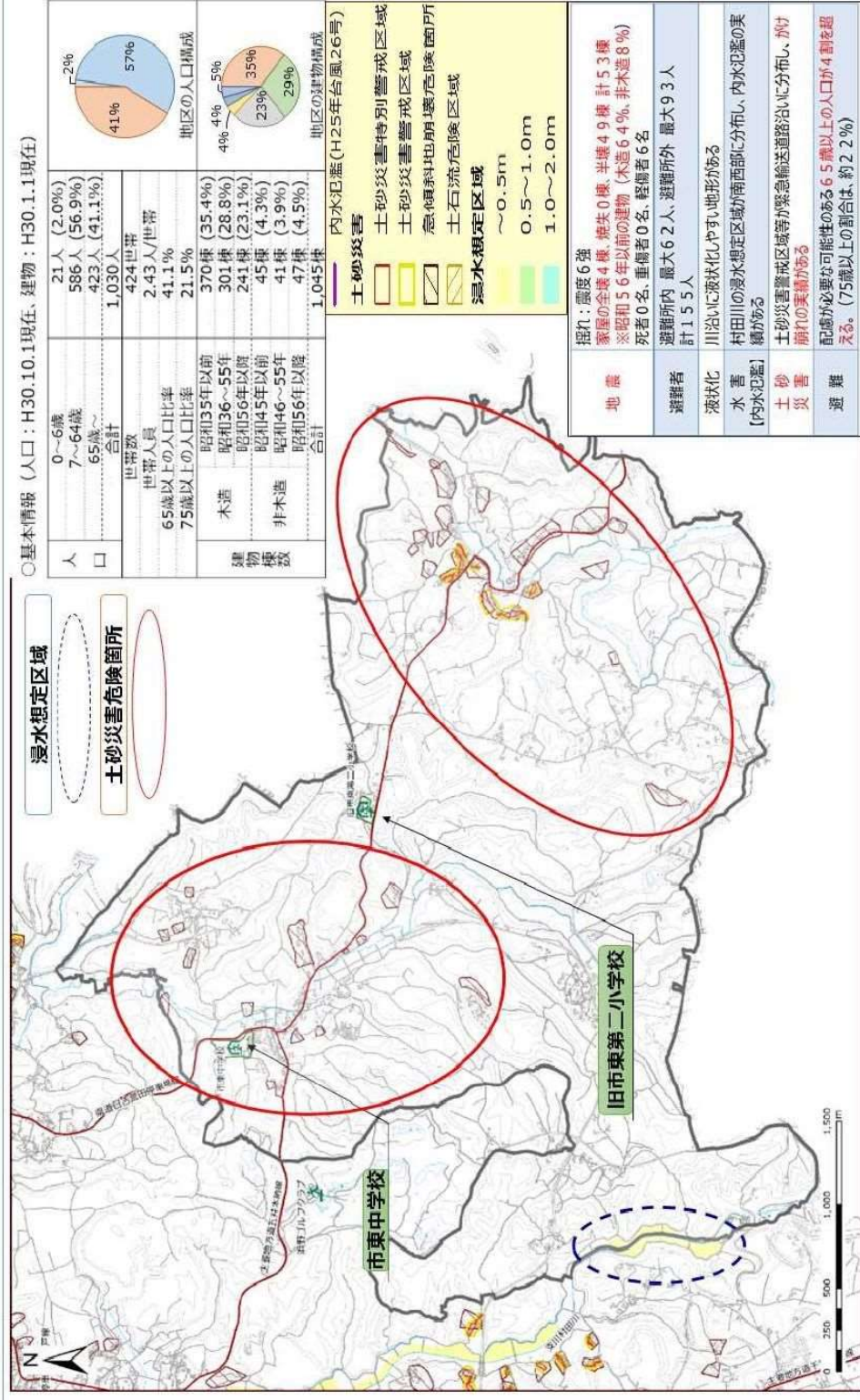


6) - 2 地区の災害リスク - 2



市東中学校区災害危険性評価 その2

(高倉・東国吉・金剛地・奈良・古都辺・山ノ郷飛地)



○ 基本情報 (人口: H30.10.1現在, 建物: H30.1.1現在)

人	0~6歳 21人 (2.0%)	7~64歳 586人 (56.9%)	65歳~ 423人 (41.1%)	合計 1,030人
口	世帯数 2.43人/世帯	世帯数 41.1%	世帯数 21.5%	合計 424世帯
建物 棟数	昭和35年以前 370棟 (35.4%)	昭和36~55年 301棟 (28.8%)	昭和56年以降 241棟 (23.1%)	合計 912棟
棟数	木造 45棟 (4.3%)	昭和45年以前 41棟 (3.9%)	昭和46~55年 47棟 (4.5%)	合計 1,045棟

- 地区の建物構成
- 内水氾濫 (H25年台風26号)
 - 土砂災害
 - 土砂災害特別警戒区域
 - 土砂災害警戒区域
 - 急傾斜地崩壊危険箇所
 - 土石流危険区域
 - 浸水想定区域
 - ~0.5m
 - 0.5~1.0m
 - 1.0~2.0m

地震	揺れ: 震度6強 家屋の全壊4棟, 倒壊49棟, 計53棟 ※昭和56年以前の建物 (木造64%, 非木造8%) 死者0名, 重傷者0名, 軽傷者6名
避難者	避難所内 最大62人, 避難所外 最大93人 計155人
液状化	川沿いに液状化しやすい地形がある
水害 [内水氾濫]	村田川の浸水想定区域が西部に分布し, 内水氾濫の 頻がある
土砂 災害	土砂災害警戒区域等が緊急輸送道路沿いに分布し, 逃げ 難れの実情がある
避難	配慮が必要な可能性のある65歳以上の人口が4割を超 える。(75歳以上の割合は, 約2.2%)

3-1. 地区の自然特性(続き)

7) 地区の主な災害履歴・災害危険性の評価

(1) 令和元年9月9日の台風15号での倒木による長期停電。10月12日の台風19号による竜巻被害。さらに10月25日の台風21号の影響による豪雨でのがけ崩れと床上浸水が発生。また、平成12年7月7日台風3号の際にも、がけ崩れと床上浸水が発生した。

(2) 災害危険性の評価

項目	特徴
土砂災害	土砂災害警戒区域等が、緊急輸送道路沿いに分布し、がけ崩れの実績がある。
水害	村田川の浸水想定区域が南西部に分布し、内水氾濫の実績がある。
地震	昭和56年以前の木造建築が、6割以上を占めている。
液状化	川沿いに液状化しやすい地形がある。
台風	台風時の倒木による電柱倒壊、電線破断による長期停電
避難	地区内に避難所・避難場所迄、2Km以上離れている場所がある。
医療・救護	地区内に病床のある医療機関は無い。

(3) 地区の取り組み

1. 斜面沿いでは、土砂災害の恐れがあるため、土砂災害警戒警報や前兆現象等に注意し、非常時は『5段階の警戒レベル』に基づき、早めの避難をする。
2. 周囲より低い土地では、浸水の恐れがあるため、自主防災組織の強化とともに、定期訓練を重ね非常時の早めの避難を周知する。
3. 建物分布では、昭和56年以前の木造建築が建物全体の6割を占めており、耐震改修の促進を図る。
4. 地区内の人口構成は、65歳以上が4割以上で、高齢化が進んでいる地域であり、各町会毎の避難行動要支援者の支援体制を早急に整備して、訓練を実施する。

8) 地区の避難所・避難場所

指定緊急避難場所 兼指定避難所	避難対象 町会名	一時避難場所 兼集合場所
市東中学校	東国吉	東国吉公民館
	高田	高田公民館
(旧)市東第二小学校 (*指定緊急避難場所)	古都辺	古都辺青年館
	高倉	高倉公民館
	金剛地	金剛地ふれあい館
	奈良	奈良公民館

9) 地区住民の意見・認識

(1) 台風15号時の長期停電と台風19号による竜巻の被害対応

市東地区は、大半の町会が9月10日から半月にわたり生活道路の通行止め、長期停電を強いられる結果となりました。各町会とも被災時の午前中は、生活道路の通行不能による町会住民の孤立を防ぐため、町会有志を総動員して最低限の道路啓開を行いました。

しかし、大量の倒木や電柱の倒壊で、市東地区の大半の町会は生活道路の長期通行不能となり、また長期の停電を強いられることになりました。

速やかに市の道路維持課に通行不能箇所の状況を伝え、早期の道路啓開をお願いしましたが、市東地区には1週間が経過しても、工事車両が入らなかったため、市の危機管理課や道路維持課に、自衛隊の派遣を要請するようお願いしました。

停電復旧が遅れていた高田・東国吉・奈良の一部及び金剛地の数十件が通電し、全面復旧したは実に半月後の9月23日でした。しかし、この時点で通行不能箇所はまだ残っている状態で、これらが解消したのは更に4日後のことでした。

何故、こんなにも市東地区の復旧が遅れたのか？速やかに倒木撤去が進んでいれば停電の復旧はもっと早くなったのではないかと？県や市、東京電力の協力体制はどうだったのか？自衛隊の派遣要請が遅かったのではないかと？等々検証する課題は少なくないと思いました。市原市の地域防災計画に「長期停電対応」を盛り込むべきと考えます。

また、台風19号による竜巻被害時には、避難所となっていた市津公民館が被災したため、危機管理課からの要請により、市東中避難所の開設準備を開始しましたが、停電のために市東第一小学校を避難所として開設し、避難者の受け入れを行いました。

(2) 台風15号時の長期停電対応と台風21号の影響による集中豪雨時の対応

台風15号の被害による長期停電時は、市東中避難所運営スタッフによる、支援物資の各町会内配布並びに支援物資配布場所の設置と輪番待機を行いました。

また、要支援者には食料の訪問配布を行い、さらに入浴希望者には、近隣ゴルフ場の協力を得て、浴場利用の案内を町会に行いました。

台風21号の影響による豪雨では、土砂崩れによる通行止め箇所が、各町会共複数箇所が発生しました。町会内の基幹道路や生活道路の早期復旧に向けて、土砂等の撤去は町会の有志で実施したが、崩落道路などは3ヶ月経過した現在も手付かずの状態です。

(被害状況抜粋写真は次頁参照)

(3) 町会自主防災組織の活動が軸

当地区のある町会で、数年前から年に数回、主に地震を想定した安否確認避難訓練を実施しており、『無事ですタオル』の庭先掲示を組長が確認し、タオル掲示が無い場合は、



竜巻被災地(永吉・下野)



道路冠水・床上浸水(東国吉町会)



家屋裏の法面崩落(金剛地町会)



瀬又川のボトルネック地の氾濫

道路冠水・家屋冠水(高田町会)



高倉と高田間の幹線市道



家屋裏の法面崩落(奈良町会)



炊き出しボランティア支援受け入れ(金剛地町会)



欠壊3ヶ月後の通学路(高倉町会)

声掛けすることでの安否確認を行い、町会員は一時避難所となっている町会公民館に避難することで、避難行動の手順を体験してもらっています。また、毎年11月に実施している避難『市東中避難所運営訓練』時には、町会で実施した安否確認・避難訓練に引き続き、避難所開設・運営訓練に、避難所運営スタッフと避難行動要支援者が参加しています。

今年も、11月10日の日曜日に6町会で組織する「市東中学校避難所運営委員会」が実施する避難所開設・運営訓練に合わせて、安否確認・避難訓練を実施しました。

年3回の災害時安否確認・避難訓練は町会の皆さんの負担にならないかとの懸念もありましたが、町会員の防災に対する意識の高まりもあり、9割以上の方が毎回避難訓練に参加しています。

(4) 活動できる避難所運営組織の構築が喫緊の課題

市東中学校避難所運営委員会は、平成29年度の総合防災訓練が市東中学校で開催され、市東中学校を指定避難所とする町会が参加して、避難所開設・運営訓練を実施したことをきっかけに、『被災後の3日間は、避難者が自分達で避難所を運営する必要がある』と痛感し、市の危機管理課の支援を受けながら「市東中学校避難所運営委員会」を組織し、「避難所開設・運営マニュアル」を作成し、避難所運営体制を構築し、年に1回の避難所開設・運営訓練を6町会で実施しています。今後は、市東中学校防災計画で策定している組織と市東中避難所運営組織との連携と地区の諸組織による支援体制について、早急に整理する必要があります。

(5) 各世帯の実施すべき事項と町会防災組織の強化と周知

個人の護身行動を始めとする、世帯として実施すべき事項を整理して、町会毎に周知・実践することと、町会防災組織に救出救護班を設置し、災害発生時に救出救護活動を速やかにできる体制の構築と救護資機材の使用訓練が必要です。

前述(4)の市東中学校と地区諸組織との連携体制並びに個人・世帯と町会自主防災組織の強化を行い、地区防災計画の策定を推進する必要があります。

(6) むすび

災害は、いつ何時やってくるか分かりません。各町会の防災組織の構築は喫緊の課題であることは誰もが承知していることと思いますが、個々人の意識には温度差があることから、意識改革を図ることが市の役割であり、町会は心をつなげて避けられないとされる大災害に備える必要があると考えます。

以上

3-2. 地区の社会特性

1) 地区住民の意見・認識

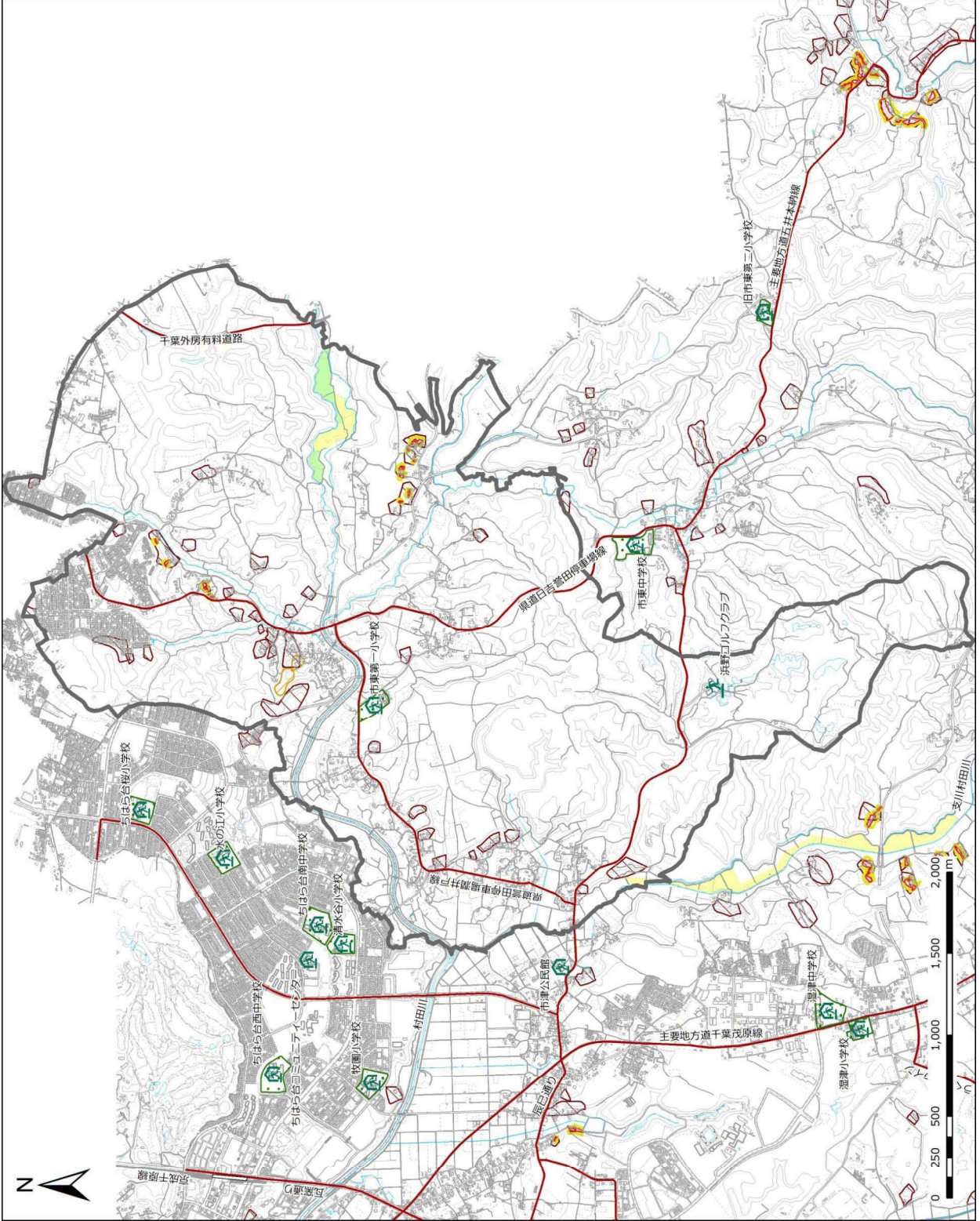
- (1) 2019年9月から10月にかけての、台風や集中豪雨による災害が発生する迄は、温暖化による気象変化は感じるも、千葉県には自然災害による大きな被害は発生しないだろうと考えていた。
- (2) しかし、台風15号による風害と台風19号による竜巻被害、台風21号の影響による局地的豪雨を経験し、明らかに従来との自然環境の変化を痛感させられる被害を受けた。
- (3) これらのことは、自然災害から身を護ることのすべを、真剣に考え家庭と町会の連携、近隣町会の連携による避難所運営、指定避難所間の相互支援体制の構築を早急に行うことの重要性を強く認識させられた。
- (4) その第一歩としては、自身と家族の被害防止策が重要であり、家族内での話し合いによる、危険要因とその回避策・予防策の共通認識を図ることが重要と考えた。
- (5) また、災害時には、緊急を要する事態の発生に対応することが求められるので、隣近所や町会内での助け合い（協助）が重要であることも学んだ。
- (6) さらに、町会の自主防災組織は、単なる形だけの組織ではなく、救助や避難者の支援ができる組織となるよう、早急に見直し定期的な訓練を実施する必要があることを感じた。
- (7) 市指定の避難所については、避難対象町会が協働して運営することを前提に、運営組織を設置して施設管理者と連携しての運営ができるよう、事前に運営ルールや担当を決めておき、定期的な打ち合わせと訓練を実施する必要性を感じた。
- (8) 市指定の地震と風水害時の避難所開設ルールの違いが、避難対象町会に周知徹底されていないことが、今回の災害対応の中での避難所開設場面で判明した。自宅避難⇒町会公民館避難⇒市指定の避難所の開設又は被害状況による避難所の対応順番について、市民に周知徹底することが必要と感じた。
- (9) 今回の台風による倒木及び倒木による停電、局地豪雨による土砂崩れへの自治体が行えた対応を見ると、電気や道路の復旧作業は、人口密集地（上流）からの対応が必然的であることを認識せざるを得ない。そのことを踏まえて、過疎地にある個人や町会及び避難所は、災害時の避難生活を想定しての準備をしておく必要がある。
- (10) 避難所の運営に当たっては、地域のあらゆる組織が一体となって、運営することが求められるので町会を始め、学校・PTA、消防団、医療機関、諸組織や施設等の関係者が一堂に会して、災害発生時の対応に関して意見交換して、共同しての対応ルールを定めておく必要がある。
- (11) 特に避難所に指定されている学校に関しては、学校ごとに作成している『防災計画』に基づく組織と市が推進する『避難所組織』との連携方法について、避難所運営組織と事前のすり合わせを早急に行う必要があると感じた。

以上

防災アセスメント調査（水害・土砂災害）

5-2 市東第一小学校

○危険箇所



凡例

- 指定緊急避難場所
 - 兼指定避難場所
 - 指定緊急避難場所・民間の避難場所
 - 避難場所の敷地
 - 緊急輸送道路及び補完する道路
 - 内水氾濫(H25年台風26号)
 - 土砂災害**
 - 土砂災害特別警戒区域
 - 土砂災害警戒区域
 - 急傾斜地崩壊危険箇所
 - 土石流危険区域
 - 浸水想定区域**
 - ~0.5m
 - 0.5~1.0m
 - 1.0~2.0m
 - 2.0~5.0m
 - 小学校区
- ※ 避難場所の災害適性を様式1で確認してください

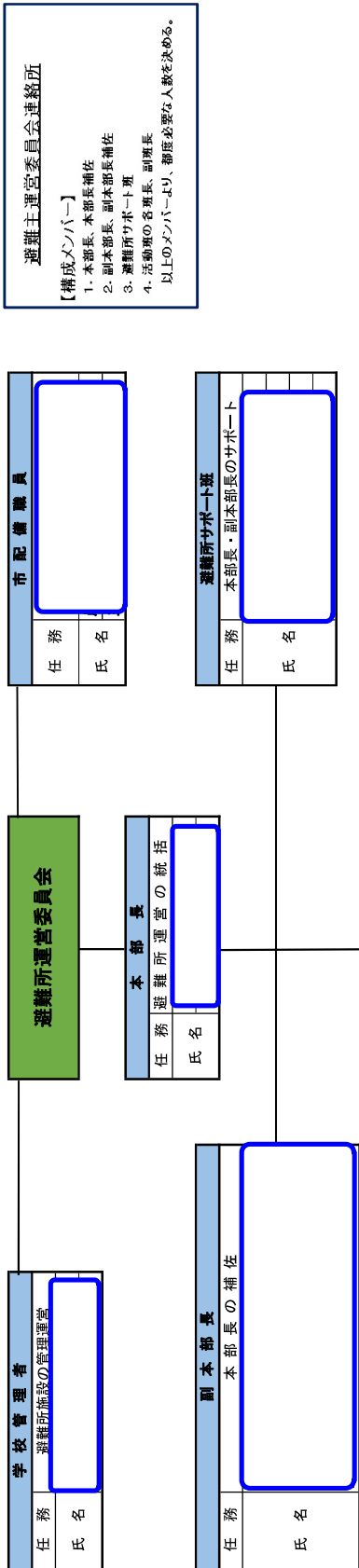
II. 共助の推進

4. 防災活動の内容
 4-1-1. 防災活動の体制
 市東中学校避難対象6町会と市東中学校避難所運営組織が連携して活動する。

別紙-1

市東中避難所運営組織図

(注) 被害状況により、避難所を開設せずに、避難所運営委員会連絡所として運営する場合があります。



避難所運営委員会連絡所
 【構成メンバー】
 1. 本部長、本部長補佐
 2. 副本部長、副本部長補佐
 3. 避難所サポート班
 4. 活動班の各班長、副班長
 以上のメンバーにより、都度必要な人数を決める。

居住区組長	
東国吉組長	
古部辺組長	
高倉組長	
高田組長	
金剛地組長	
奈良組長	
町会外組長	

班	活動班						支援渉外班	
	総務班	情報班	施設管理班	食料・物資班	炊き出し班	保健・衛生班		要配慮者支援班
業務	<ul style="list-style-type: none"> ○避難所運営記録の作成 ○避難者名簿の作成 ○問い合わせ・取材への対応等 	<ul style="list-style-type: none"> ○市災害対策本部等との連絡 ○被害情報・復旧情報の収集 ○避難者への情報提供等 	<ul style="list-style-type: none"> ○危険箇所・要修繕箇所への対応 ○避難所のレイアウト作成 ○公共スペースの管理 ○防火・防犯等 	<ul style="list-style-type: none"> ○食料の調達、受入れ、及び配布 ○物資の調達、受入れ、及び配布 	<ul style="list-style-type: none"> ○炊き出し実施 ○炊き出し用具調達 ○食材の調達 	<ul style="list-style-type: none"> ○医療・介護にかかわる相談・対応 ○清掃・ゴミ等の衛生管理 ○ベットの管理等 	<ul style="list-style-type: none"> ○要配慮者用の窓口の設置・相談対応 ○要配慮者の避難状況確認、本避難者の確認、要配慮者の状況、要望の把握等 	<ul style="list-style-type: none"> ○ボランティアの派遣要請 ○ボランティアの受入・配置 ○自衛隊・日赤等の支援団体との調整等
班長	東国吉町会	高田町会	高倉町会	古部辺町会	第二小区NW	金剛地町会	奈良町会	東国吉町会
正副								
班員								

制改訂: 2019年10月28日

4-2. 平常時の活動

市東中学校避難対象6町会と市東中学校避難所運営委員会が連携して活動する

- 1) 各家庭・世帯が行うこと 別紙-1
 - ①家屋の耐震診断と耐震改修の実施
 - ②家具を固定しての転倒を防止 別紙-2
 - ③窓ガラスに、飛散防止フィルムを貼る
 - ④備蓄品と非常持ち出し品の準備 別紙-3
 - ⑤家族会議で、次の⑥から⑨を話し合う
 - ⑥発災時の各人の行動を確認する 別紙-4
 - ⑦避難場所と避難所を確認する
 - ⑧避難ルートを確認する 別紙-5
 - ⑨災害後の、家族間の連絡手段について確認する

- 2) 町会(自主防災組織)が行うこと
町会(自主防災組織)は、町会の世帯規模に合った体制とする 別紙-6
 - ①年間の活動計画を作成して、定期的に訓練を行う
 - ②要避難支援者名簿を作成して、避難時の支援者を定めておく 別紙-7
 - ③一刻を争う倒壊家屋等からの救出救護班を設置し、必要資材を確保する
 - ④避難所迄の避難経路を確認して、複数路を定めておく 別紙-8

- 3) 市東中避難所運営委員会が行うこと
公的支援に頼らず、被災後3日間はそののげる、自主運営組織の構築
①避難所自主運営組織の役割任務の教育 別紙-8
 - ②班長を中心とした、活動体制の推進
 - ③外部機関との連絡体制の構築と連携
 - ④備蓄品や資機材の充実と点検維持
 - ⑤定期訓練結果に基づく改善継続 (PDCA推進)

- 4) 自治体、関係機関、医療機関等との連絡・連携体制構築
 - ①市原市危機管理課及び市津支所との連携
 - ②市津地区社会福祉協議会、小域福祉ネットワーク等との連携
 - ③消防分団、警察との連携
 - ④近隣医療機関との連絡体制の構築と訓練

4-3. 発災時の活動

1) 初期対応

(1) 各人が行うこと

- ①各自の護身行動
- ②家族の無事を確認

(2) 各家庭・世帯が行うこと

- ①町会公民館へ参集
- ②家族の安否報告
- ③家屋などの被害状況報告

(3) 町会(自主防災組織)が行うこと

- ①全世帯安否確認結果集計・把握(班長確認と世帯報告等より)
- ②家屋などの被害状況把握
- ③救出救護活動の判断と指示
- ④市東中避難所への避難の要否判断

(4) 市東中避難所運営委員会が行うこと

- ①各町会選任のスタッフ集合
- ②使用施設の安全確認と開錠
- ③避難所開設と運営組織の立ち上げ

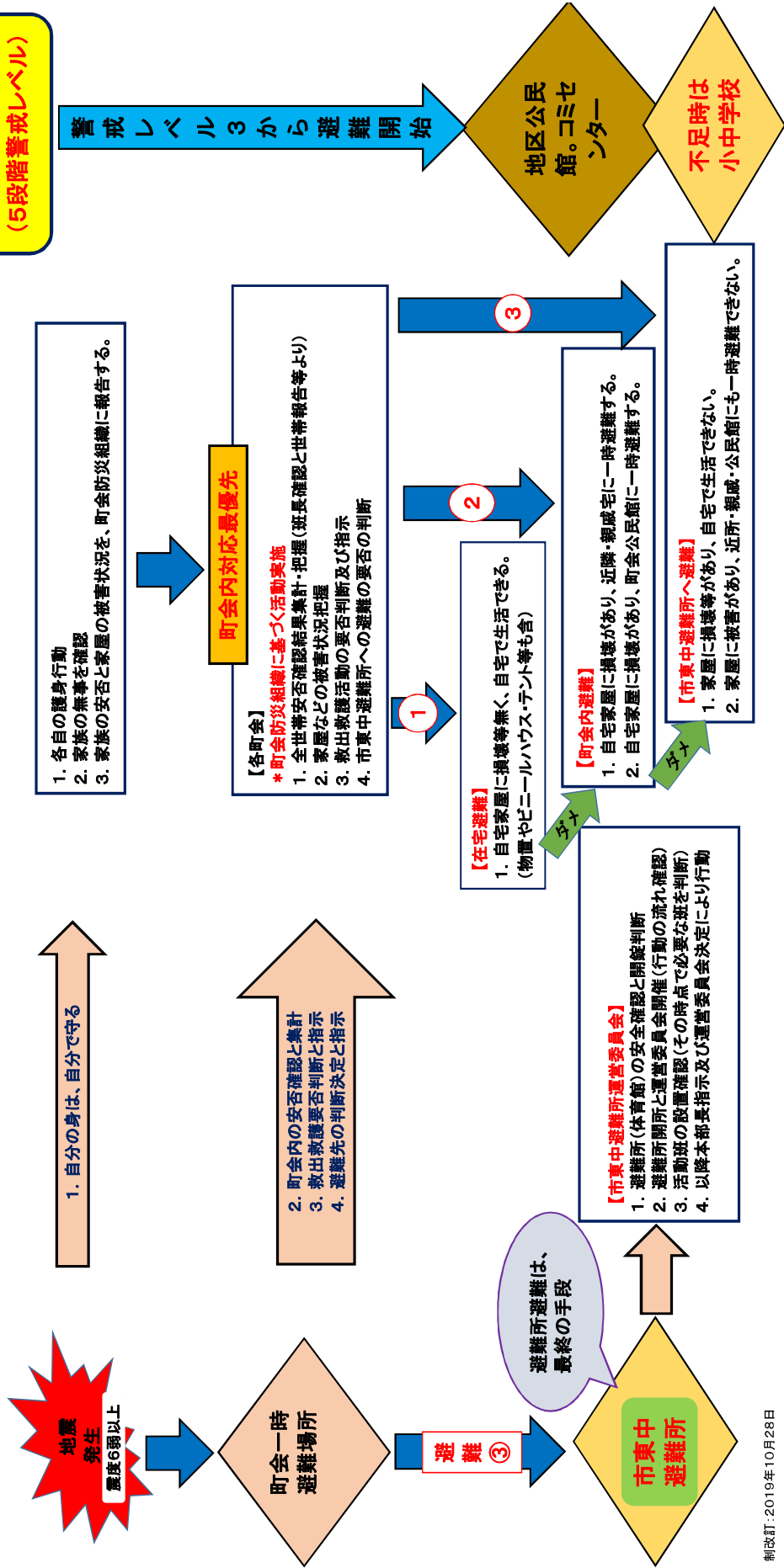
4-4. 復旧・復興時の活動

復旧・復興活動は、各町会防災組織の活動範囲として、町会防災組織で定める

4-5. 6町会災害時行動基準

震度6弱以上の地震発生時の個人・世帯、町会の行動

1. 巨大地震発生時の、個人の行動、町会の行動、町会中避難所運営委員会の行動を記載する。
2. 『地震発生時の個人の安全確保』ができてこそ、避難行動や避難所運営活動を行います。
3. 地震発生時の個人の護身後は、町会の一時避難場所(町会公民館)に状況報告を行います。(1名/世帯)
4. 家屋等の被害状況により、市東中避難所への避難が必要場合は、市東中避難所に避難させる。
5. 町会役員は、地震発後の町会内の被害状況把握と救出救護活動を最優先し、これらの行動の目的が fulfilled 時点で、市東中避難所に向かう。(避難所運営組織に基づき、その人選は町会で行う)



Ⅲ. 計画の運用と管理

5. 計画の実践と検証

5-1. 防災訓練の実施と改善

- 1) 避難所自主運営3年計画に基づく年度計画の推進
- 2) 実施後の評価に基づく改善の実施

5-2. 防災意識の普及・啓発

- 1) 町会内での勉強会実施（他の町会行事に合わせて）
- 2) 防災組織スタッフの講演や講習会への派遣
- 3) 町会員の地区防災訓練等への参加促進

5-3. 地区防災計画の見直し

- 1) 訓練実施後の反省に基づき改善を実施
- 2) 年度計画と避難所自主運営3年計画の見直し改善の実施
- 3) 見直しは、毎年11月の市東中避難運営訓練後に実施

6. 今後の活動

市東中避難所運営委員会の『避難所自主運営3年計画』及び『毎年度行動計画』に基づき、家族及び町会の防災力向上の取り組みを継続する。

《あとがき》

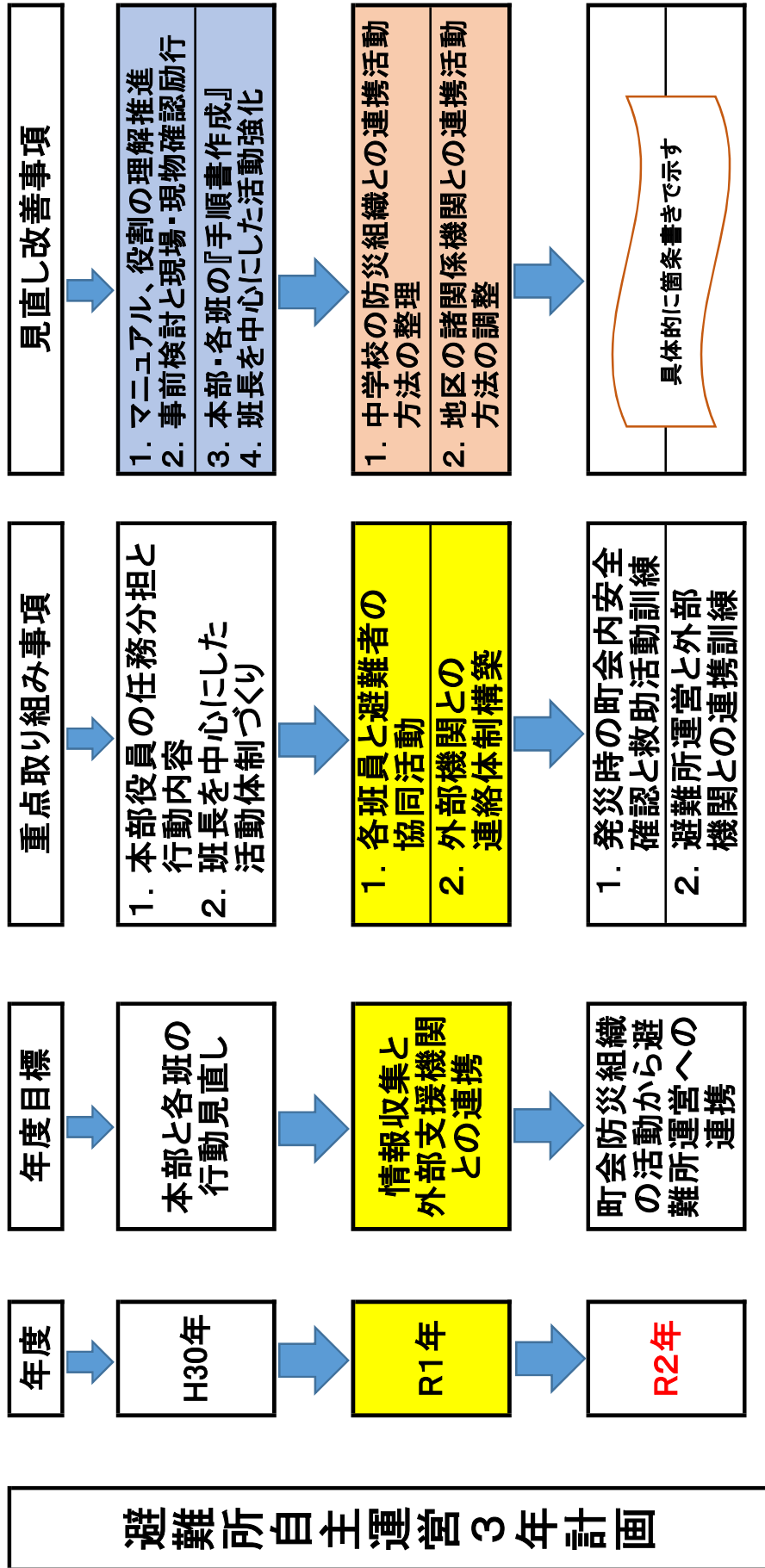
1. 市原市の地区防災計画策定モデル地区として取り組むにあたり、市津地区の他町会やいずれ係ることになる諸団体にも、勉強会やワークショップへの参加や避難所自主運営訓練の見学案内を行い、市津地区の5避難所の運営組織の活動と地区防災計画策定の機運が高まるように取り組みを行った。

2. 地区防災計画策定に当たっては、2017年秋より取り組んできた『市東中避難所自主運営3年計画』のうち、①家庭と町会の自助・共助力の強化 ②市東中学校・PTAとの連携 ③地域諸団体との協働の部分の具体化により、地区防災計画を作るという観点での取り組みを行った。

3. そのために、地区防災計画の内容検討の参考となるよう、ワークショップでは、①家族内 ②隣近所と町会内 ③在宅避難 ④避難所運営委員会 ⑤地区諸団体の項目に分けて、それぞれのやるべきことを整理した。

4. 気象状況の変化により、従来想定していなかった被害が発生し、今後も発生することが想定される。また大規模地震がいつ発生してもおかしくない状況から、各避難所単位での運営組織と活動内容を見直し、目的を定めた定期訓練を実施して、Plan(計画)、Do(実行)、Check(評価)、Action(改善)による改善を継続する重要性を強く感じた。

『被災後の3日間』を避難者自らの運営でしのご



『支援に頼らず、被災後3日間をしのげる体制』完成

制改訂：2019年12月14日

地震 その時10のポイント



地震だ！ まず身の安全

地震時の行動

- ・揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
- ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。



【高層階（概ね10階以上）での注意点】

- ・高層階では、揺れが数分続くことがある。
- ・大きくゆっくゆっくとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。

地震直後の行動

落ちついて 火の元確認 初期消火

- ・火を覚めている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の元を確認する。
- ・出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動 けがのもと

- ・廊下で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
- ・互、意がたふさ、騒音などが響いてくるので外に飛び出さない。



窓や戸を開け 出口を確保

- ・揺れがおさまった時に、避難がてきるよう出口を確保する。



門や欄には 近寄らない

- ・扉外で揺れを感じたら、フロアの扉などには近寄らない。



地震後の行動

火災や津波 確かな避難

- ・地域に大規模な火災の危険がせまらば、身の危険を感じたら、一階または屋外や避難場所へ避難する。
- ・沿岸部では、大きな揺れを感じた時、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所へ素早く避難する。



正しい情報 確かな行動

- ・ラジオやテレビ、放送機、行政のホームページから正しい情報を得る。



確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

- ・わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



協力し合って 救出・救援

- ・危険な屋外や高層などでの下動きになった人を近所で助け出し、救出・救援する。



避難の前に 安全確認電気・ガス

- ・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。





地震 に対する 10の備え

身の安全の備え

家具類の転倒・落下・移動 防止対策をしておこう



- ・けがをしたり、避難に支障がなないように家具を配置しておく。
- ・家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒・落下・移動防止措置をしておく。

けがの防止対策 をしておこう



- ・食器棚や窓ガラスなどには、ガラスの飛散防止措置をしておく。
- ・停電に備えて懐中電灯をすぐ使える場所に置いておく。
- ・散乱物でケガをしないようにスリッパやスニーカーなどを身近に準備しておく。

家屋や塀の強度を 確認しておこう



- ・家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。
- ・ブロックやコンクリートなどの塀は、倒れないように補強しておく。

消火の備えを しておこう



- ・火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置き（溢れ防止のため子どもだけで浴室に入れられないようにする）をしておく。

火災発生の早期発見と 防止対策をしておこう



- ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を設置しておく。
- ・普段使用しない電気器具は、差込みプラグをコンセントから抜いておく。
- ・電気やガスに起因する火災発生防止のため感震ブレーカー、感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。

非常用品を 備えておこう



- ・非常用品は、置く場所を決めて準備しておく。
- ・車載シヤッキやカーラジオなど、身の周りにあるものの活用を覚えておく。

初動対応の備え

家族で 話し合っておこう



- ・地震が発生した時の出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。
- ・外出中に家族が帰宅困難になったり、離れ離れになった場合の安否確認の方法や集合場所などを決めておく。
- ・家族で避難場所や避難経路を確認しておく。
- ・普段のつき合いを大切にするなど、隣り近所との協力体制を話し合っておく。

確かな行動の備え

地域の危険性を 把握しておこう



- ・自治体の防災マップ等で、自分の住む地域の地域危険度を把握しておく。
- ・自宅や学校、職場周辺を実際におき、災害時の危険箇所や役立つ施設を把握し、自分の防災マップを作っておく。

防災知識を 身につけておこう



- ・新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。
- ・消防署などが実施する講演会や座談会に参加し、過去の地震の教訓を学ぶしておく。

防災行動力を 高めておこう



- ・日頃から防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身に付けておく。

災害備蓄品リスト

ここに家族数を入力

4 人

毎年9月1日防災の日に見直しましょう

2018/11/7訂正

家族の人数

品名	補足	必要数量	実際の数量	保管場所	保管期限	備考
LEDランタン	安価で良いので数量確保	1個/人	4個		無	
ろうそく(マッチ共)	乾電池消費後の予備	3本	3本		無	
単3乾電池	利用頻度の高い単3に統一	10本/人	40本		5年	
携帯用USB充電器	各端末用充電ケーブル共	1個	1個		無	
手動発電ライト、ラジオ	乾電池消費後の予備	1個	1個		無	
アルミ蒸着保温シート	冬季の暖房補助	1枚/人	4枚		無	
使い捨てカイロ	冬季の暖房補助	5枚/人	20枚		2年	
ブルーシート	家屋破損部分の一時補修等	2~3枚	2~3枚		無	
ロープ	ブルーシートや家具の固定等	1本	1本		無	
軍手	片付け作業や防寒用に	1組/人	4組		無	
布製ガムテープ	破損品補修や梱包、応急手当等に	2巻	2巻		無	
飲料水(ペットボトル) 2Lサイズ	5日分。その後は給水車	5本/人	20本		2年	
清涼飲料水等(500mlサイズ)	よく飲むものを予備買い	4本/人	16本		1年	
米(10kg入り)	5日分。その後は支援物資	1袋	1袋		半年	
カセットコンロ(ガス)	新品の予備を1台	1台	1台		無	
カセットガスボンベ250g	1本で70分燃焼	2本/人	8本		5年	
保存食	各家庭での必要度合いに応じて	適宜	適宜		品毎	
ペットの餌	常用品の予備買い	1袋	1袋		1年	
非常トイレ用凝固剤	一人一日5回7日分	35枚/人	140枚		5年	
黒ポリ袋(大)	一人一日5回7日分	35枚/人	140枚		5年	
黒ポリ袋(小)	一人一日2回9日分	180枚/人	720枚		5年	
トイレトペーパー	一人一日0.2ロール9日分	18ロール/人	72ロール		5年	
ウエットティッシュ	一人一日5回9日分	450枚/人	1800枚		5年	
消毒剤(スプレータイプ)	エタノール500ML	1本/人	4本		3年	
スプレーボトル	消毒剤等の噴霧に	2本	2本		無	
密閉型汚物入れ	黒ポリ袋ごと一時保管	1個	1個		無	
防臭袋	トイレの臭い防止	1袋/人	4袋		無	
簡易小便秘器カイトル	男性用	1個	1個		無	
手指消毒剤(ジェルタイプ)	300~500ml 程度のもの	0.5本/人	2本		3年	
ウエットタオル	顔、体拭き	60枚/人	240枚		3年	
ドライシャンプー	シャンプーの代用	1本/人	4本		3年	
使い捨てペーパー下着	2週間洗濯が出来ないとして	14枚/人	56枚		無	
衣類用抗菌消臭スプレー	洗濯できない衣類に噴霧	1本	1本		3年	
ウォータータンク 20L	給水車からの飲料水運搬	2袋	2袋		無	
ポリ缶 18L	給水車からの雑水運搬	2個	2個		無	
屋外用ゴミ箱	ごみ収集復旧までの保管用	1個	1個		無	
ゴミ袋	自治体指定品	60枚	240枚		無	
消臭剤	ゴミの臭い防止	1本	1本		5年	
医薬品、生理用品、紙おむつ等	必要に応じて適宜					

なぜご近所付き合いが必要なの？

安心とトラブル防止に効果あり！

そもそもご近所さんとは“お互いの家が近いという条件でつながった関係者”です。家が近いというだけで年齢、立場、家族構成などはさまざまですから、考え方や生活習慣が異なるのは当たり前。それが同じ地域に暮らすとなると、時にはトラブルに発展することがあるかも知れません。けれども、トラブルが起きたからといって簡単に引っ越しなどできませんから、程よい距離感で「ご近所付き合い」をする必要があります。

ご近所付き合いのメリットとは

お互いの不安を取り除く

もしもあなたの家の隣に誰かが引っ越してきて、夜中に物音を立てたり、人の出入りが激しかったりしたら……。きっと「どんな人たちなのだろう？」と不安で落ち着かない気分になるはずです。このような顔の見えない状況は不安が募りやすく、不安からトラブルが起きることも。普段からお付き合いをして顔見知りになっておけば、お互いの不安を解消できますし、トラブルも回避しやすくなります。

いざという時の安心

2011年の東日本大震災で、隣近所の人たちが協力して救助や避難生活を乗りきったという例をご存じの人も多いのではないのでしょうか。“遠くの親戚より近くの他人”というように、万一の災害時や犯罪、病気、ケガなどの緊急時には、ご近所さんの力が大きな助けになります。特に小さいお子さんやお年寄り、体の不自由な人がいる家庭では、個人や家族だけでできることに限界があります。隣近所で助け合える体制を整えておくといよいでしょう。

円滑なコミュニケーション

ご近所さんと道ばたで会っても、無言で目をそらしてしまうのはなんとなく気まずいですよね。世間話で盛り上がる必要はありませんが、「こんにちは」と挨拶するだけで気持ちが軽くなるものです。日頃からコミュニケーションを心がけていれば、なにかあった時に気軽に声かけしやすいというメリットも。お互いに気まずくなる前に、ぜひ挨拶のコミュニケーションを始めましょう。

地域力の向上

「地域力」とは、安全、教育、自治など地域が抱える問題に住民が関心を持ち、解決していこうとする力のこと。地域力が高い地域ほど町に活気があり、災害時の助け合いや犯罪の抑止、子育ての協力などの体制が整っているため、「住みやすい町」として人気が高まる傾向があります。そんな地域力を支える一つが、ご近所同士のコミュニケーション。**ご近所付き合いが活発になれば住民の意識も高まり、地域力の強化につながります。**ご近所付き合いを通して10年後、20年後も暮らしやすい魅力的な町づくりを進めましょう。

メリットの反面、デメリットもあります

ご近所付き合いは上記のようなメリットがある一方で、どうしても面倒なことが起こるのも事実。例えば、程よい距離感のお付き合いをしたくても、中には他人のプライバシーを詮索する人がいるかも知れませんが、自治会の活動が熱心な地域では、地元のお祭りや清掃に参加するのが大変、という声も聞かれます。

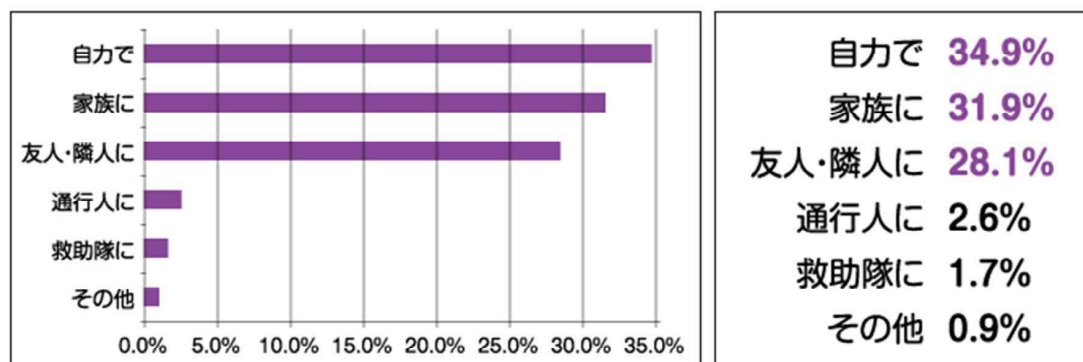
コミュニケーションの得意・不得意には個人差がありますから、ご近所付き合いを苦痛に感じる人もいます。ただし、**同じ地域で暮らしている以上、ある程度のお付き合いは仕方ないこと。「お付き合いのメリットもあるのだから」と割り切って、大人の対応を心がけたいものです。**

災害時に役立つ!ご近所付き合いの力

もしも大震災が起こって、あなたや家族が生き埋めになったり閉じこめられたりしたら、どうやって救助をお願いしますか？

「救助隊を待つ」という選択肢もありますが、事故や火災が頻発する災害時に救助隊による救助はほとんど期待できません。実際に1995年の阪神大震災では、救助隊によって救助された人はわずか1.7%。それ以外は自力で脱出するか、家族や隣人などに救助されています(表参照)。この阪神大震災は家族の在宅率が高い早朝に起こりましたが、東日本大震災のように、家族がバラバラに出払っている日中に地震が起こった場合、友人や隣人に救助される可能性はますます高まると考えられます。いざという時に備えて、日頃からご近所付き合いを大切にしたいですね。

家屋の倒壊による生き埋めや建物に閉じこめられた際の救助



社団法人日本火災学会「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より

組	No.	資機材名	所 有 者			
1組	1	ジャッキ(2t以上)				
	2	ジャッキ(小型)				
	3	チェンソー				
	4	バール(大)				
	5	バール(中)				
	6	アルミ梯子(2段)				
	7	アルミ梯子(1段)				
	8	脚立				
	9	ロープ				
	10	懐中電灯				
	11	チェンブロック				
	12	投光器				
	13	発電機				
	14	ユンボ				
	15	のこぎり				
	16	大ハンマー				
	17	中ハンマー				
	18					
2組	1	ジャッキ(2t以上)				
	2	ジャッキ(小型)				
	3	チェンソー				
	4	バール(大)				
	5	バール(中)				
	6	アルミ梯子(2段)				
	7	アルミ梯子(1段)				
	8	脚立				
	9	ロープ				
	10	懐中電灯				
	11	チェンブロック				
	12	投光器				
	13	発電機				
	14	ユンボ				
	15	のこぎり				
	16	大ハンマー				
	17	中ハンマー				
	18					

避難要支援者リスト

【 町会】 *一世帯で、該当者が複数いる場合は、それぞれ記載してください。

No.	要支援者氏名	性別	血液型	生年月日	年齢	介護認定有無	障害者手帳有無	世帯主氏名	連絡先	固定電話		住所 (町名から記載)	支援者 (2名)
										携帯	電話		
1									連絡先				
2									連絡先				
3									連絡先				
4									連絡先				
5									連絡先				
6									連絡先				
7									連絡先				
8									連絡先				

制改訂：2018年5月20日

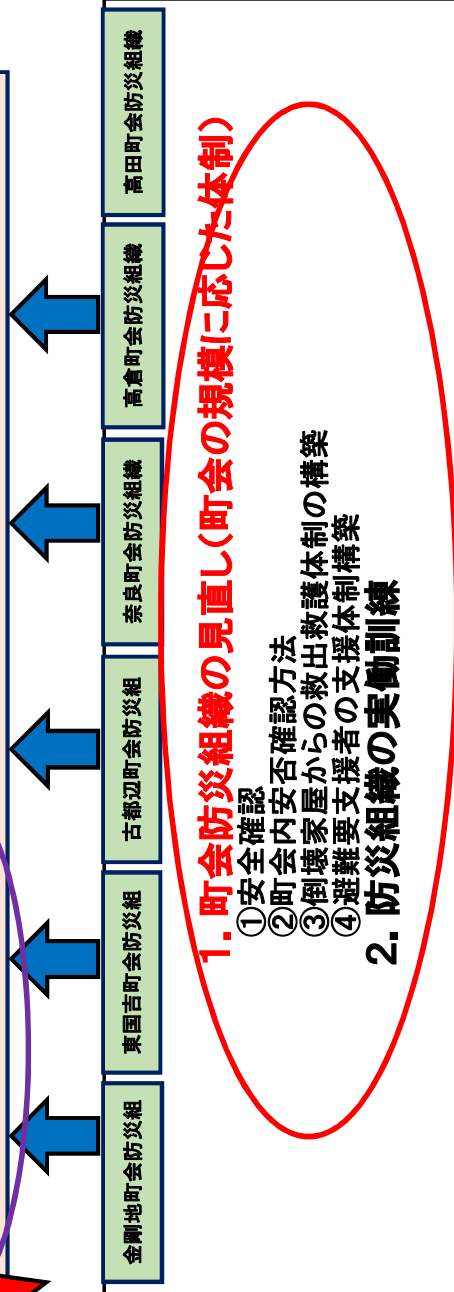
市東中学校区地区防災計画イメージ



2019年4月14日追記
2019年4月1日

市東中学校区防災計画

市東中避難所運営委員会《定期訓練・マニュアル見直し》



- 学校と学区PTA組
- 市津地区の社協組織
- 学区の小域NW組
- 学区の医療機関

支援

1. 町会防災組織の見直し(町会の規模に応じた体制)
 - ①安全確認
 - ②町会内安否確認方法
 - ③倒壊家屋からの救出救護体制の構築
 - ④避難要支援者の支援体制構築
2. 防災組織の実働訓練

1. 自分自身の身を護ることが最優先
2. 自分の身を護れてこそ、家族も守れます。
3. 自分と家族の安全確保ができれば、となり近所の支援もできます。

《各家庭で行うこと》

【1. 住まいの安全】 1. 家屋の安全性確認(s56年5月迄は、旧耐震診断結果により、改修の実施) 2. 家具の配置の検討 3. 家具の転倒防止の手目の固定 4. ガラス、飛散防止フィルム等の貼付	【2. 家族で話し合って備える】 1. 地区の防災マップで、危険個所の確認。 2. 避難場所までのルートを確認 3. 避難所までのルートを確認 4. 災害後の連絡手段の確認 ①災害用伝言ダイヤルと使い方 ②災害用伝言板と使い方 ③災害用音声お届けサービスと使い方 5. 非常持ち出し品と備蓄品の準備	【3. 地震発生時の行動】 1. 緊急地震速報の活用(防災ラジオ) 2. 護身行動(自分の身を護るが最優先) 3. 避難の要否判断(発災時に居る場所により) 4. 安否郭に「無事ですタオル」の提示 5. 町会防災組織のルールに従い行動
--	--	---

早め避難で災害を回避しよう!!

警戒レベル	避難情報など	避難行動（とるべき行動）
大	<p>5 警戒レベル 〔市が発令〕</p> <p>災害発生情報</p>	 <p>既に災害が発生しています。 命を守るための最善の行動をとり ましょう。</p>
大	<p>4 警戒レベル 〔市が発令〕</p> <p>避難勧告 ・避難指示(緊急)</p> <p>※避難指示(緊急)は、地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合などに発令されるため、必ず発令されるものではありません。避難勧告が発令された段階で避難をしましょう。</p>	 <p>速やかに避難しましょう。 避難先までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所への避難や、自宅内により安全な場所に避難しましょう。</p>
大	<p>3 警戒レベル 〔市が発令〕</p> <p>避難準備・高年齢者等避難開始</p>	<p>避難に時間を要する人 (ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。 その他の人は、避難の準備を整えましょう。</p>
大	<p>2 警戒レベル 〔気象庁が発表〕</p> <p>大雨注意報 洪水注意報</p>	 <p>避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。</p>
小	<p>1 警戒レベル 〔気象庁が発表〕</p> <p>早期注意情報 (警報級の可能性)</p>	<p>今後、大雨警報などが発表される可能性があります。 災害への心構えを高めましょう。</p>