

防災研修カリキュラム・講師支援教材

平成20年3月

総務省消防庁国民保護・防災部防災課

目 次

本資料の目的	1
本資料の構成	1
留意事項	1
1. 防災研修カリキュラム項目一覧	3
2. 防災研修カリキュラム項目別「有益な情報源」	9
3. 研修時間割サンプル	19
4. 項目に対応した解説資料サンプル	35
5. 参考資料	113
(1) 検討委員会設置要綱	115
(2) 検討委員会委員名簿	116
(3) 解説資料に活用できる写真	117
(4) 解説資料のうち地域性に係る部分（被害想定・ハザードマップ、 防災対策等）のサンプル	126

■本資料の目的

本資料は、市町村や消防本部等において実施される一般向けの防災研修を支援することを目的に作成したものである。防災知識の習得度に幅がある中で、受講者が興味を引き、理解を促すための基本的な教材が求められている。本資料では、その教材にどのような内容を盛り込んでいけば良いのかについてたたき台を示すとともに、サンプルを示した。また、想定する講師である市町村や消防本部職員等が資料を作成する際に活用できる写真等の素材を収めた。本資料をひとつの手がかりにして、防災研修の活性化が図られれば幸いである。

■本資料の構成

1. 防災研修カリキュラム項目一覧
2. 防災研修カリキュラム項目別「有益な情報源」
3. 研修時間割サンプル
4. 項目に対応した解説資料サンプル
5. 参考資料

■留意事項

1. 本資料で示した防災研修カリキュラム項目は例示的なものであり、地域の実状等に応じて適時加除する必要がある。
2. 本資料で示した防災研修カリキュラム項目を用いて、どの内容をどのようなスケジュールで研修を行うかは防災研修の実施主体の判断に委ねられるものである。
3. 素材として提示した写真は自由に使用することができる。

1．防災研修カリキュラム項目一覧

大項目	中項目	小項目	ステージⅠ	ステージⅡ	ステージⅢ				
			災害イメージ編	災害知識編	防災対策編 ～基礎～	防災対策編 ～実技～	防災対策編 ～地域活動～	防災対策編 ～ワークオフ～	
Ⅰ 災害のイメージを持つ	1 地震・津波が起きたらどうなる？	1 揺れのイメージ：震度6弱のイメージ	○						
		2 震度6強のイメージ	○						
		3 体験談(鳥取県西部地震)	○						
		4 震度7のイメージ	○						
		5 体験談(阪神・淡路大震災)	○						
		6 揺れによる被害のイメージ	○						
		7 津波のイメージ：津波発生のイメージ	○						
		8 津波による被害のイメージ	○						
		9 体験談(日本海中部地震)	○						
		10 体験談(北海道南西沖地震)	○						
		11 生き延びた後に直面する可能性のあること：人命に関すること	○						
		12 体験談(阪神・淡路大震災)	○						
		13 被災・避難生活に関すること	○						
		14 体験談(阪神・淡路大震災)	○						
Ⅱ 災害の基礎知識	2 雨・風などによってもたらされる主な災害	1 洪水災害	○						
		2 高潮災害	○						
		3 土砂災害	○						
		4 風害(竜巻)	○						
		5 体験談(平成16年新潟水害)	○						
		6 体験談(平成16年豊岡水害)	○						
	1 地震・津波の基礎知識	1 地震の発生確率：地球上の地震の2割は日本付近で起きる			○				
		2 30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率(J-SHISより)			○				
		3 〇〇市(町村)では？(J-SHIS より該当市町村の図と確率を示す)			○				
		4 30年以内に火災で罹災する確率等			○				
		5 地震・津波に関して気象庁から発表される情報：震度とマグニチュード			○				
		6 緊急地震速報1 仕組み			○				
		7 緊急地震速報2 発表されたときの行動			○				
		8 津波予報1 津波警報・注意報の種類			○				
9 津波予報2 津波予報区				○					
2 本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害		1 本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害			○				
		2 地震被害想定調査結果			○				
3 風水害の基礎知識		1 毎年日本には平均13個の台風が接近又は上陸(過去30年間)	2 1時間に50mm以上の集中豪雨の回数が400回を超える年もある		○				
			3 雨の強さと降り方		○				
			4 風の強さと吹き方		○				
	5 風水害に関して気象庁から発表される情報：警報と注意報			○					
	6 台風情報			○					
	7 記録的短時間大雨情報			○					
	4 本市(町村)で過去に起きた風水害		1 本市(町村)で過去に起きた風水害			○			
2 洪水ハザードマップ				○					

大項目	中項目	小項目	ステージ I	ステージ II	ステージ III			
			災害イメージ編	災害知識編	防災対策編 ～基礎～	防災対策編 ～実技～	防災対策編 ～地域活動～	防災対策編 ～ワークショップ～
Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと	1 地震による被害を最小限とするために	1 地震が起きる前に 1 地震を知る			○			
		2 地震が起きる前に 2 家庭での防災会議			○			
		3 地震が起きる前に 3 家族との連絡方法の確認			○			
		4 地震が起きる前に 4 自宅の脱出ルートを考える			○			
		5 地震が起きる前に 5 避難路を確認する			○			
		6 地震が起きる前に 6 防災活動への参加			○			
		7 地震が起きる前に 7 備蓄品を備える			○			
		8 地震が起きる前に 8 非常持出品を準備する			○			
		9 地震が起きる前に 9 火災に備える			○			
		10 地震が起きる前に 10 電気機器の火火を防ぐ			○			
		11 地震が起きる前に 11 ガス機器の火火を防ぐ			○			
		12 地震が起きる前に 12 石油機器の火火を防ぐ			○			
		13 地震が起きる前に 13 耐震診断を受ける			○			
		14 地震が起きる前に 14 耐震補強を行う			○			
		15 地震が起きる前に 15 ブロック塀・石塀の撤去・補強			○			
		16 地震が起きる前に 16 家具の転倒を防止			○			
		17 地震が起きる前に 17 家電などの転倒・落下防止			○			
		18 地震が起きる前に 18 家具の配置を工夫する			○			
	2 地震が起きたときの行動	1 地震が起きたときの行動 1 一般住宅・自宅での基本的事項			○			
		2 地震が起きたときの行動 2 一般住宅・寝ているとき			○			
		3 地震が起きたときの行動 3 一般住宅・トイレ・お風呂			○			
		4 地震が起きたときの行動 4 一般住宅・台所			○			
		5 地震が起きたときの行動 5 マンション			○			
		6 地震が起きたときの行動 6 職場			○			
		7 地震が起きたときの行動 7 スーパー・デパート			○			
		8 地震が起きたときの行動 8 映画館・劇場			○			
		9 地震が起きたときの行動 9 地下街			○			
		10 地震が起きたときの行動 10 学校			○			
		11 地震が起きたときの行動 11 エレベーター			○			
		12 地震が起きたときの行動 12 住宅地			○			
		13 地震が起きたときの行動 13 オフィス街・繁華街			○			
		14 地震が起きたときの行動 14 海岸			○			
		15 地震が起きたときの行動 15 山・丘陵地			○			
		16 地震が起きたときの行動 16 運転中の場合			○			
		17 地震が起きたときの行動 17 鉄道			○			
		18 地震が起きたときの行動 18 バス			○			
		19 地震が起きたときの行動 19 身の安全の確保			○			
		20 地震が起きたときの行動 20 避難の判断			○			
		21 地震が起きたときの行動 21 避難の行動・家を出るとき			○			
		22 地震が起きたときの行動 22 避難の行動・火災に遭遇した場合			○			

大項目	中項目	小項目	ステージⅠ 災害イメージ編	ステージⅡ 災害知識編	ステージⅢ			
					防災対策編 ～基礎～	防災対策編 ～実践～	防災対策編 ～地域活動～	防災対策編 ～ワークショップ～
Ⅳ 本市(町 村)の防災		23 地震が起きたときの行動 23 避難の行動・避難方法			○			
		24 地震が起きたときの行動 24 帰宅困難者・避難の判断			○			
		25 地震が起きたときの行動 25 帰宅困難者・帰宅方法			○			
		26 地震が起きたときの行動 26 救出・救護・初期消火			○			
		27 安否確認 1 電話は使えない！			○			
		28 安否確認 2 災害用伝言ダイヤル171(仕組み)			○			
		29 安否確認 3 災害用伝言ダイヤル171(利用方法)			○			
		30 安否確認 4 災害用伝言板			○			
		31 安否確認 5 公衆電話は優先電話			○			
		32 安否確認 6 停電時の固定電話の使用			○			
		3 風水害による被害を最小限とするた めに			○			
		2 避難路の確認			○			
		3 家の周りの確認や補修			○			
Ⅴ 先人の教 え		4 風水害による危険が迫ったときの行 動			○			
		1 危険が迫った場合の行動 警戒と早めの避難が命を救う			○			
		2 市町村からの防災行政無線に注意する			○			
		3 普段との様子の違い(前兆現象)に注意する			○			
		4 川や海に近づかない			○			
		5 外出中の飛来物に注意する・外出は控える			○			
		6 風雨の中での台風対策は危険			○			
		7 過去の災害の体験を過信してはいけない			○			
		8 地下に注意			○			
		9 車は早くあきらめる			○			
		10 マンホールや側溝などに注意			○			
		11 高齢者や障害者に気配りを			○			
		1 緊急時に本市(町村)から発表され る情報			○			
Ⅵ 本市(町村)の防災の現況		2 緊急時に本市(町村)から発表され る情報			○			
		2 本市(町村)の防災の現況			○			
		1 災害時の本市(町村)の連絡先(24時間体制)			○			
		2 本市(町村)の防災の現況 耐震診断・補強補助制度			○			
		3 避難所・避難場所の指定状況			○			
		4 備蓄物資の状況			○			
		5 防災行政無線の状況			○			
		6 消防団の現況			○			
		7 自主防災組織の現況			○			
		1 「災害は忘れた頃にやってくる」という警句を解説		○				
		2 関東大震災記念碑を基に事前の被害防止対策の重要性を解説		○				
		3 「稲むらの火」を基に災害に関する知識を身につけることの大切さを解説		○				

大項目	中項目	小項目	ステージⅠ	ステージⅡ	ステージⅢ			
			災害イメージ編	災害知識編	防災対策編 ～基礎～	防災対策編 ～実践～	防災対策編 ～地域活動～	防災対策編 ～ワークショップ～
Ⅵ いざという 時役立つ知識	1 初期消火	1 消火器の使い方について解説				○		
		2 投てき水バックの使い方について解説				○		
		3 三角バケツの使い方について解説				○		
		4 軽可搬ポンプ・屋内消火栓等を紹介				○		
	2 救命手当	1 救命手当の流れについて解説				○		
		2 AEDを用いた救命手当を紹介				○		
	3 避難	1 避難の一般的な注意点を解説				○		
		2 津波発生時の避難について解説				○		
		3 風水害時の避難について解説				○		
		4 火災からの避難について解説				○		
Ⅶ 地域防災 の実践	1 自主防災活動の必要性	1 阪神・淡路大震災のデータを基に、自助、共助の必要性を解説					○	
		2 生活のさまざまな場で自主防災活動が必要であることを解説					○	
		3 自助の例示を行う					○	
		4 共助の例示を行う					○	
	2 自主防災組織の活動に参加しよう	1 わがまちの自主防災組織の状況を説明					○	
		2 自主防災組織の有効性(即応性・……)を解説					○	
		3 自主防災組織に求められることを解説					○	
		4 自主防災組織のリーダーに求められることを解説					○	
	3 防災まちづくり活動の紹介	1 マンション防災の取り組み					○	
		2 災害時要援護者対策の取り組み					○	
		3 消防団の取り組み					○	
Ⅷ ボランティア活動の実践	1 災害ボランティア活動の意義と役割	1 災害ボランティア活動の意義と役割について解説					○	
	2 ボランティア活動を行う際の心構え	1 ボランティア活動を行う際の心構えを解説					○	
Ⅸ 実践的なワークショップ	1 実践的なワークショップ・防災訓練	1 タウンウォッチング						○
		2 状況予測型訓練						○
		3 DIG						○

２．防災研修カリキュラム項目別 「有益な情報源」

大項目		中項目	小項目	有益な情報源	URL
I 災害のイメージを持つ	1 地震・津波が起きたらどうなる？		1 揺れのイメージ：震度6弱のイメージ		
			2 震度6強のイメージ		
			3 体験談(鳥取県西部地震)	「平成12年鳥取県西部地震 震災体験記録」鳥取県	http://www.pref.tottori.jp/bosai/sebuis/hin/data/db/sec1.html
			4 震度7のイメージ		
			5 体験談(阪神・淡路大震災)	人と防災未来センター 震災を語る	http://www.dline.jp/shinwa/katar.html
			6 揺れによる被害のイメージ	インターネットにつながれば、災害被害を軽減する国民運動ホームページ 災害の記録(内閣府)を通じて震災の様子を伝えることができる。	http://www.bousai.go.jp/ksn/agr/index.html
			7 津波のイメージ：津波発生のイメージ		
			8 津波による被害のイメージ	インターネットにつながれば、津波デジタルライブラリを通じて、津波の様子を伝えることができる。	http://tsunamidb.nis.go.jp/time-uag02/
			9 体験談(日本海中部地震)		
			10 体験談(北海道南西沖地震)		
			11 生き延びた後に直面する可能性のあること：人命に関すること		
			12 体験談(阪神・淡路大震災)	人と防災未来センター 震災を語る	http://www.dline.jp/shinwa/katar.html
			13 被災・避難生活に関すること		
			14 体験談(阪神・淡路大震災)	人と防災未来センター 震災を語る	http://www.dline.jp/shinwa/katar.html
			1 洪水災害	気象庁 天気予報・台風	http://www.jma.go.jp/mas/kishou/know/kouhou.html

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
II 災害の基礎知識		2 高潮災害	気象庁等 バンフレット「高潮災害とその対応」	https://www.mma.go.jp/ma/kishou/book/s/takasho/index.html
		3 土砂災害	国土交通省砂防部 土砂災害に備えて	http://www.mlit.go.jp/nies/sabo/r/sabo/
		4 風害(竜巻)	気象庁 バンフレット「竜巻から身を守る」	http://www.mma.go.jp/ma/kishou/book/s/tsumaki/index.html
			内閣府・気象庁バンフレット「竜巻等突風災害とその対応」	https://www.mma.go.jp/ma/kishou/book/s/tomado/index.html
		5 体験談(平成16年新潟水害)		
		6 体験談(平成16年豊岡水害)		
		1 地震・津波の基礎知識		
		2 地震の発生確率・地球上の地震の2割は日本付近で起きる 30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率(J-SHISより)	地震ハザードステーション(J-SHIS)(防災科学技術研究所)	https://www.shis.bosai.go.jp/
		3 ○○市(町村)では?(J-SHISより該当市町村の図と確率を示す)		
		4 30年以内に火災で罹災する確率等		
		5 地震・津波に関して気象庁から発表される情報・震度とマグニチュード	消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」災害の基礎知識コース「地震・津波」	http://www.e-collage.fma.go.jp/learn/index.html
		6 緊急地震速報1 仕組み	気象庁	http://www.sisvol.kishou.go.jp/e/EE/W/kaisetsu/index.html
		7 緊急地震速報2 発表されたときの行動	同上	
		8 津波予報1 津波警報・注意報の種類	気象庁	http://www.sisvol.kishou.go.jp/e/EE/W/kaisetsu/index.html
		9 津波予報2 津波予報区	気象庁	http://www.sisvol.kishou.go.jp/eq/index.html
		1 本市(町村)で起き得る地震・津波被害	地震調査研究推進本部 日本の地震活動	http://www.hpi1039.ishin.go.jp/each/eachfrm.htm
		2 地震被害想定調査結果		

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと	3 風水害の基礎知識	1 毎年日本には平均13個の台風が接近又は上陸(過去30年間)	気象庁	http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/typhoon/1-4.html
			集中豪雨への備え・パンフレット 消防庁・国土交通省・気象庁	http://www.jma.go.jp/jma/kishou/book/s/eouu/index.html
			2 1時間に50mm以上の集中豪雨の回数が400回を超える年もある	
			3 雨の強さと降り方	http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/yousei_ho/a/nehvo.html
			4 風の強さと吹き方	http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/yousei_ho/a/zeiho.html
		4 本市(町村)で起き得る風水害	5 風水害に関して気象庁から発表される情報・警報と注意報	http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/hosai/index.html
			6 台風情報	同上
			7 記録的短時間大雨情報	同上
			1 本市(町村)で過去に起きた風水害	
			2 洪水ハザードマップ	http://www.tokai.go.jp/eco/www/d/sarogai/
Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと	1 地震による被害を最小限とするために	1 地震が起きる前に 1 地震を知る	消防庁 防災マニュアルー震災対策啓発資料ー	http://www.tokai.go.jp/eco/www/manual/index.html
		2 地震が起きる前に 2 家庭での防災会議	同上	
		3 地震が起きる前に 3 家族との連絡方法の確認	同上	
		4 地震が起きる前に 4 自宅の脱出ルートを考える	同上	
		5 地震が起きる前に 5 避難路を確認する	同上	
		6 地震が起きる前に 6 防災活動への参加	同上	
		7 地震が起きる前に 7 備蓄品を備える	同上	
		8 地震が起きる前に 8 非常持出品を準備する	同上	
		9 地震が起きる前に 9 火災に備える	同上	
		10 地震が起きる前に 10 電気機器の出火を防ぐ	同上	

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
	2 地震が起きたときの行動	11 地震が起きる前に 11 ガス機器の出火を防ぐ	同上	
		12 地震が起きる前に 12 石油機器の出火を防ぐ	同上	
		13 地震が起きる前に 13 耐震診断を受ける	同上	
		14 地震が起きる前に 14 耐震補強を行う	同上	
		15 地震が起きる前に 15 ブロック塀・石塀の撤去・補強	同上	
		16 地震が起きる前に 16 家具の転倒を防止	同上	
		17 地震が起きる前に 17 家電などの転倒・落下防止	同上	
		18 地震が起きる前に 18 家具の配置を工夫する	同上	
		1 地震が起きたときの行動 1 一般住宅・自宅での基本的事項	同上	
		2 地震が起きたときの行動 2 一般住宅・寝ているとき	同上	
		3 地震が起きたときの行動 3 一般住宅・トイレ・お風呂	同上	
		4 地震が起きたときの行動 4 一般住宅・台所	同上	
		5 地震が起きたときの行動 5 マンション	同上	
		6 地震が起きたときの行動 6 職場	同上	
		7 地震が起きたときの行動 7 スーパー・デパート	同上	
		8 地震が起きたときの行動 8 映画館・劇場	同上	
		9 地震が起きたときの行動 9 地下街	同上	
		10 地震が起きたときの行動 10 学校	同上	
		11 地震が起きたときの行動 11 エレベーター	同上	
		12 地震が起きたときの行動 12 住宅地	同上	
		13 地震が起きたときの行動 13 オフィス街・繁華街	同上	
		14 地震が起きたときの行動 14 海岸	同上	
		15 地震が起きたときの行動 15 山・丘陵地	同上	
		16 地震が起きたときの行動 16 運転中の場合	同上	
		17 地震が起きたときの行動 17 鉄道	同上	
		18 地震が起きたときの行動 18 バス	同上	
		19 地震が起きたときの行動 19 身の安全の確保	同上	
		20 地震が起きたときの行動 20 避難の判断	同上	
		21 地震が起きたときの行動 21 避難の行動・家を出るとき	同上	
		22 地震が起きたときの行動 22 避難の行動・火災に遭遇した場合	同上	
		23 地震が起きたときの行動 23 避難の行動・避難方法	同上	
		24 地震が起きたときの行動 24 帰宅困難者・避難の判断	同上	
		25 地震が起きたときの行動 25 帰宅困難者・帰宅方法	同上	
		26 地震が起きたときの行動 26 救出・救護・初期消火	同上	
	28 安否確認 2 災害用伝言ダイヤル171 (仕組み)	27 安否確認 1 電話は使えない！	同上	
		28 安否確認 2 災害用伝言ダイヤル171 (仕組み)	NTT	http://www.ntt.co.jp/saisho/171.html
		29 安否確認 3 災害用伝言ダイヤル171 (利用方法)	同上	

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
IV 本市(町村)の防災		30 安否確認 4 災害用伝言板	NTTドコモ、au、ソフトバンク、WILLCOMホームページ	
		31 安否確認 5 公衆電話は優先電話	NTT	http://www.ntt.co.jp/safetel/tushin.html
		32 安否確認 6 停電時の固定電話の使用		
	3 風水害による被害を最小限とするために	1 日頃行うべき対策 危険箇所の確認	消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」災害の基礎知識コース「風水害」	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 避難路の確認	同上	
		3 家の周りの確認や補修	同上	
		4 家族の連絡方法の確認や非常持出品の備え	同上	
		5 台風接近時の備え	同上	
	4 風水害による危険が迫ったときの行動	1 危険が迫った場合の行動 警戒と早めの避難が命を救う	消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」「風水害から身を守る」	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 市町村からの防災行政無線に注意する	同上	
		3 普段との様子の違い(前兆現象)に注意する	同上	
		4 川や海に近づかない	同上	
		5 外出中の飛来物に注意する・外出は控える	同上	
		6 風雨の中で台風の対策は危険	同上	
		7 過去の災害の体験を過信してはいけない	同上	
		8 地下に注意	同上	
		9 車は早くあきらめる	同上	
		10 マンホールや側溝などに注意	同上	
		11 高齢者や障害者に気配りを	同上	
IV 本市(町村)の防災		1 緊急時に本市(町村)から発表される情報	緊急時に本市(町村)から発表される情報: 避難準備情報	
		2 避難勧告		
		3 避難指示		
	2 本市(町村)の防災の現況	1 災害時の本市(町村)の連絡先(24時間体制)		
		2 本市(町村)の防災の現況 耐震診断・補強補助制度		
		3 避難所・避難場所の指定状況		
		4 備蓄物資の状況		
		5 防災行政無線の状況		
		6 消防団の現況		
		7 自主防災組織の現況		

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
V 先人の教え	1 寺田寅彦	1 「災害は忘れた頃にやってくる」という警句を解説	消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」「師範室」	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 関東大震災記念碑を基に事前の被害防止対策の重要性を解説	同上	
		3 「稲むらの火」を基に災害に関する知識を身につけることの大切さを解説	同上	
VI いざという時役立つ知識	1 初期消火	1 消火器の使い方について解説	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「いざという時役立つ知識コース」の「初期消火」を参照。	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 投てき水バックの使い方について解説		
		3 三角バケツの使い方について解説		
	2 救命手当	4 軽可搬ポンプ・屋内消火栓を紹介		
		1 救命手当の流れについて解説	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「いざという時役立つ知識コース」の「救命手当」を参照。	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
	3 避難	2 AEDを用いた救命手当を紹介	「消防防災博物館」の「調べる」-「基礎知識」-「応急手当の基礎知識」を参照。	http://www.bousaihakubutsu.or.jp/contents/index2.cgi
VII 地域防災の実践	1 自主防災活動の必要性	1 避難の一般的な注意点を解説	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「いざという時役立つ知識コース」の「避難」を参照。	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 津波発生時の避難について解説		
		3 風水害時の避難について解説		
	2 自主防災組織の活動に参加しよう	4 火災からの避難について解説		
		1 阪神・淡路大震災のデータを基に、自助、共助の必要性を解説	「自主防災組織の手引き」(消防庁)を参照。	http://www.fdma.go.jp/htmlife/jisyuh
		2 生活のさまざまな場で自主防災活動が必要であることを解説		
	3 自助の例示を行う	3 自助の例示を行う	「自主防災組織指導者用教本」(消防大学校)を参照。	http://www.fdma.go.jp/keigeneral/life/kyosei/index.html
		4 共助の例示を行う		
	4 共助の例示を行う	1 わがまちの自主防災組織の状況を説明	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「地域防災の実践コース」-「地域防災の必要性」-「地域の防災リーダーの役割」を参照。	http://www.e-collage.fdma.go.jp/japan.html
		2 自主防災組織の有効性(即応性・……)を解説		
		3 自主防災組織に求められることを解説		
	4 自主防災組織のリーダーに求められることを解説			

大項目	中項目	小項目	有益な情報源	URL
	3 防災まちづくり活動の紹介	1 マンション防災の取り組み	消防防災博物館 調べる「防災まちづくり」「フリーワード検索」で「マンション」と入力して検索	http://www.bousai-haku.co.jp/
		2 災害時要援護者対策の取り組み	消防防災博物館 調べる「防災まちづくり」「フリーワード検索」で「要援護者」と入力して検索	http://www.bousai-haku.co.jp/
		3 消防団の取り組み	消防防災博物館 調べる「防災まちづくり」「フリーワード検索」で「消防団」と入力して検索	http://www.bousai-haku.co.jp/
Ⅷ ボランティア活動の実践	1 災害ボランティア活動の意義と役割	1 災害ボランティア活動の意義と役割について解説	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「災害時のボランティア活動の実践コース」を参照。	http://www.e-collage.fma.go.jp/japan/learn/
		2 ボランティア活動を行う際の心構え		
Ⅸ 実践的なワークショップ	3 実践的なワークショップ・防災訓練の紹介	1 タウンウォッチングを紹介	(社)日本損害保険協会の「ぼうさい探検隊」実施マニュアルを参照。	http://www.bousai.or.jp/bou-sai/
		2 状況予測型訓練を紹介	「防災・危機管理e-カレッジ」の「基礎を学ぶ」-「地域防災の実践コース」-「地域防災の実践」を参照。	http://www.e-collage.fma.go.jp/japan/learn/
			日野宗門氏主催のブログ「防災・危機管理トレーニング」の「状況予測型図上訓練」を参照。	http://bousai-navi.air-navi.com/training/2008/05/24/041.html
		3 DIGを紹介	「消防防災博物館」の「調べる」-「報告書・記録集」-「報告書」-「地方公共団体の地震防災訓練(図上型訓練)実施要領モデルの作成に関する調査研究報告書(平成16年度)」を参照。	http://www.bousai-haku.co.jp/cgi-bin/hp/index2.cgi
			静岡県地震防災センターの「災害図上訓練DIG」を参照。	http://www.e-quake.pref.shizuoka.jp/dig/index.htm

３．研修時間割サンプル

本時間割は、1の研修カリキュラム項目を効果的に研修する際の時間割の目安として示したものである。

主に、以下の3パターンから構成される。

(1) 90分コースの時間割

各市町村で研修時間が90分しかない場合を想定し、その場合に優先的に研修すべき項目を列挙し、時間割のサンプルを示した。

(2) 半日コースの時間割

各市町村で研修時間が半日程度ある場合を想定し、その場合に優先的に研修すべき項目を列挙し、時間割のサンプルを示した。

(3) 全項目を学習する場合の時間割

1で示したカリキュラム項目の研修を実施する場合について、ステージⅠ（災害イメージ編）、ステージⅡ（災害知識編）、ステージⅢ（防災対策編～基礎～、防災対策編～実技～、防災対策編～地域活動～、防災対策編～ワークショップ～）の全てを研修する場合の時間割のサンプルを示した。

(1) 90分コースの時間割

[90分コース]

I 災害のイメージを持つ

1. 地震・津波が起きたらどうなる？

<揺れによるイメージ>

- (1)震度6弱のイメージ
- (2)震度6強のイメージ
- (3)体験談 (鳥取県西部地震)
- (4)震度7のイメージ
- (5)体験談 (阪神・淡路大震災)
- (6)被害のイメージ

→ 学習時間の目安: 15分

<津波のイメージ>

- (7)被害の内容
- (8)被害のイメージ
- (9)体験談 (日本海中部地震)
- (10)体験談 (北海道南西沖地震)

→ 学習時間の目安: 10分

<生き延びた後に直面する可能性のあること>

- (11)人命に関すること
- (12)体験談(阪神・淡路大震災)
- (13)被災・避難生活に関すること
- (14)体験談(阪神・淡路大震災)

→ 学習時間の目安: 10分

II 災害の基礎知識

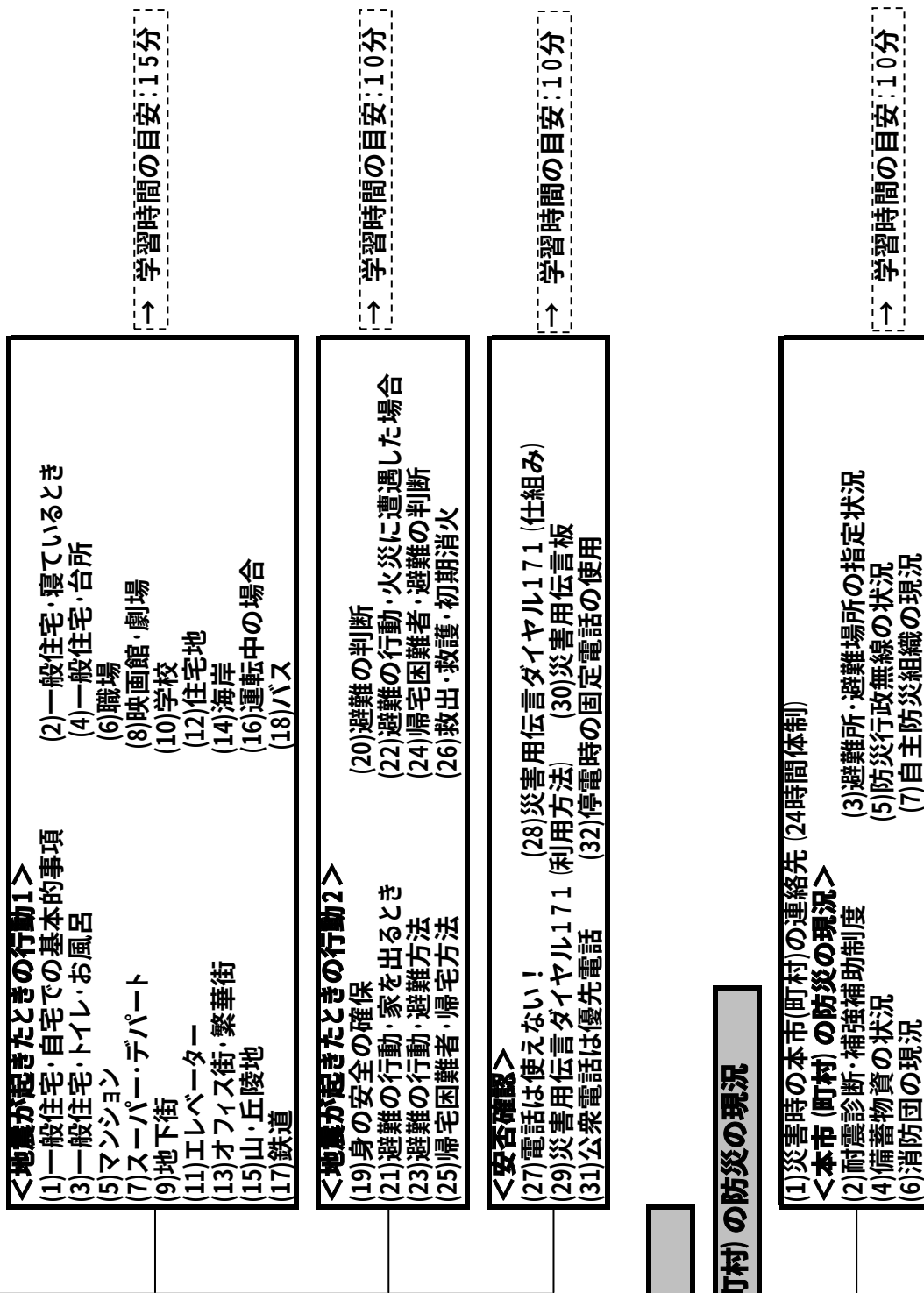
2. 本市(町村)で起き得る地震・津波被害

- (1)本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害
- (2)地震被害想定調査結果

→ 学習時間の目安: 10分

III 災害に備えて知っておくべきこと

2. 地震が起きたときの行動



(2) 半日コースの時間割

[半日コース]

I 災害のイメージを持つ

1. 地震・津波が起きたらどうなる？

<揺れによるイメージ>

- (1)震度6弱のイメージ
- (3)体験談(鳥取県西部地震)
- (5)体験談(阪神・淡路大震災)

- (2)震度6強のイメージ
- (4)震度7のイメージ
- (6)被害のイメージ

→ 学習時間の目安:15分

<津波のイメージ>

- (7)被害の内容
- (9)体験談(日本海中部地震)

- (8)被害のイメージ
- (10)体験談(北海道南西沖地震)

→ 学習時間の目安:10分

<生き延びた後に直面する可能性のあること>

- (11)人命に関すること
- (13)被災・避難生活に関すること

- (12)体験談(阪神・淡路大震災)
- (14)体験談(阪神・淡路大震災)

→ 学習時間の目安:10分

2. 雨、風などによってもたらされる主な災害

- (1)洪水災害
- (3)土砂災害
- (5)体験談(平成16年新潟水害)

- (2)高潮災害
- (4)風害(竜巻)
- (6)体験談(平成16年豊岡水害)

→ 学習時間の目安:25分

II 災害の基礎知識

1. 地震・津波の基礎知識

<地震の発生確率>

- (1)地球上の地震の2割は日本付近で起きる
- (2)30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率(J-SHISより)
- (3)〇〇市(町村)では？(J-SHISより該当市町村の図と確率を示す)
- (4)30年以内に火災で罹災する確率等

<地震・津波に関して気象庁から発表される情報>

- (5)震度とマグニチュード
- (6)緊急地震速報1 仕組み
- (7)緊急地震速報2 発表されたときの行動
- (8)津波予報1 津波警報・注意報の種類
- (9)津波予報2 津波予報区

→ 学習時間の目安: 15分

2. 本市(町村)で起き得る地震・津波被害

- (1)本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害
- (2)地震被害想定調査結果

→ 学習時間の目安: 10分

3. 風水害の基礎知識

- (1)毎年日本には平均13個の台風が接近又は上陸(過去30年間)
- (2)1時間に50mm以上の集中豪雨の回数が400回を超える年もある
- (3)雨の強さと降り方
- (4)風の強さと吹き方

<風水害に関して気象庁から発表される情報>

- (5)警報と注意報
- (6)台風情報
- (7)記録的短時間大雨情報

→ 学習時間の目安: 15分

4. 本市(町村)で起き得る風水害

- (1)本市(町村)で過去に起きた風水害
- (2)洪水ハザードマップ

→ 学習時間の目安: 10分

III 災害に備えて知っておくべきこと

1. 地震による被害を最小限とするために

<地震が起きる前に>

- | | |
|--------------------|-----------------|
| (1)地震を知る | (2)家庭での防災会議 |
| (3)家族との連絡方法の確認 | (4)自宅の脱出ルートを考える |
| (5)避難路を確認する | (6)防災活動への参加 |
| (7)備蓄品を備える | (8)非常持出品を準備する |
| (9)火災に備える | (10)電気機器の出火を防ぐ |
| (11)ガス機器の出火を防ぐ | (12)石油機器の出火を防ぐ |
| (13)耐震診断を受ける | (14)耐震補強を行う |
| (15)ブロック塀・石塀の撤去・補強 | (16)家具の転倒を防止 |
| (17)家電などの転倒・落下防止 | |

→ 学習時間の目安: 15分

2. 地震が起きたときの行動

<地震が起きたときの行動1>

- | | |
|-------------------|----------------|
| (1)一般住宅・自宅での基本的事項 | (2)一般住宅・寝ているとき |
| (3)一般住宅・トイレ・お風呂 | (4)一般住宅・台所 |
| (5)マンション | (6)職場 |
| (7)スーパー・デパート | (8)映画館・劇場 |
| (9)地下街 | (10)学校 |
| (11)エレベーター | (12)住宅地 |
| (13)オフィス街・繁華街 | (14)海岸 |
| (15)山・丘陵地 | (16)運転中の場合 |
| (17)鉄道 | (18)バス |

→ 学習時間の目安: 15分

<地震が起きたときの行動2>

- | | |
|------------------|---------------------|
| (19)身の安全の確保 | (20)避難の判断 |
| (21)避難の行動・家を出るとき | (22)避難の行動・火災に遭遇した場合 |
| (23)避難の行動・避難方法 | (24)帰宅困難者・避難の判断 |
| (25)帰宅困難者・帰宅方法 | (26)救出・救護・初期消火 |

→ 学習時間の目安: 10分

<安全確認>

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| (27)電話は使えない! | (28)災害用伝言ダイヤル171(仕組み) |
| (29)災害用伝言ダイヤル171(利用方法) | (30)災害用伝言板 |
| (31)公衆電話は優先電話 | (32)停電時の固定電話の使用 |

→ 学習時間の目安: 10分

3. 風水害による被害を最小限とするために

<日頃行うべき対策>

- (1)危険箇所の確認
- (2)避難路の確認
- (3)家の周りの確認や補修
- (4)家族の連絡方法の確認や非常持出品の備え
- (5)台風接近時の備え

→ 学習時間の目安: 10分

4. 風水害による危険が迫ったときの行動

<危険が迫った場合の行動>

- (1)警戒と早めの避難が命を救う
- (2)市町村からの防災行政無線に注意する
- (3)普段との様子の違い(前兆現象)に注意する
- (4)川や海に近づかない
- (5)外出中の飛来物に注意する・外出は控える
- (6)風雨の中での台風対策は危険
- (7)過去の災害の体験を過信してはいけない
- (8)地下に注意
- (9)車は早くあきらめる
- (10)マンホールや側溝などに注意
- (11)高齢者や障害者に気配りを

→ 学習時間の目安: 10分

IV 本市(町村)の防災

1. 緊急時に本市(町村)から発表される情報

<緊急時に本市(町村)から発表される情報>

- (1)避難準備情報
- (2)避難勧告
- (3)避難指示

2. 本市(町村)の防災の現況

- (1)災害時の本市(町村)の連絡先(24時間体制)

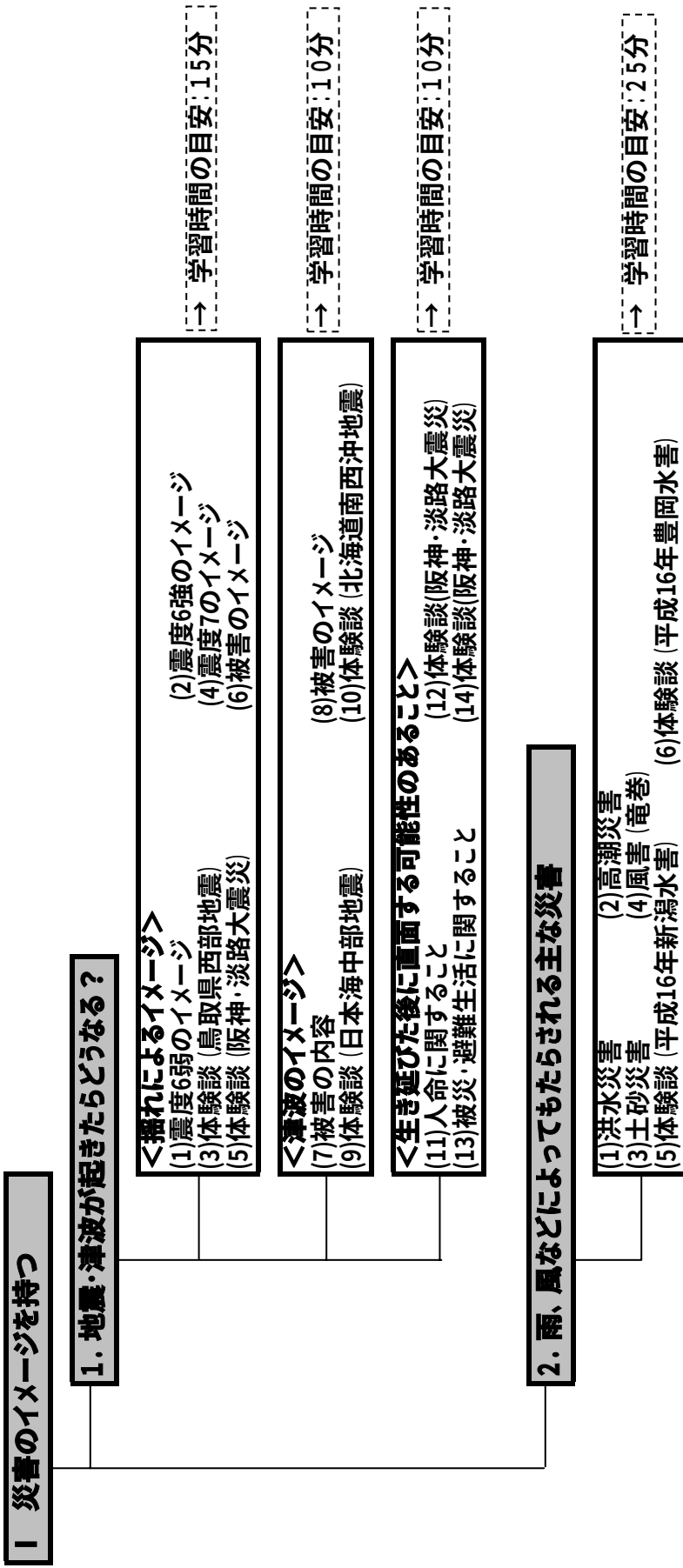
<本市(町村)の防災の現況>

- (2)耐震診断・補強補助制度
- (3)避難所・避難場所の指定状況
- (4)備蓄物資の状況
- (5)防災行政無線の状況
- (6)消防団の現況
- (7)自主防災組織の現況

→ 学習時間の目安: 20分

(3) 全項目を学習する場合の時間割

[ステージⅠ～災害イメージ編～(1時間)]



[ステージⅡ～災害知識編～(1時間)]

Ⅱ 災害の基礎知識

1. 地震・津波の基礎知識

<地震の発生確率>

- (1)地球上の地震の2割は日本付近で起きる
- (2)30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率(J-SHISより)
- (3)〇〇市(町村)では?(J-SHISより該当市町村の図と確率を示す)
- (4)30年以内に火災で罹災する確率等

<地震・津波に関して気象庁から発表される情報>

- (5)震度とマグニチュード
- (6)緊急地震速報1 仕組み
- (7)緊急地震速報2 発表されたときの行動
- (8)津波予報1 津波警報・注意報の種類
- (9)津波予報2 津波予報区

→ 学習時間の目安: 15分

2. 本市(町村)で起き得る地震・津波被害

- (1)本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害
- (2)地震被害想定調査結果

→ 学習時間の目安: 10分

3. 風水害の基礎知識

- (1)毎年日本には平均13個の台風が接近又は上陸(過去30年間)
- (2)1時間に50mm以上の集中豪雨の回数が400回を超える年もある
- (3)雨の強さと降り方 (4)風の強さと吹き方

<風水害に関して気象庁から発表される情報>

- (5)警報と注意報 (6)台風情報 (7)記録的短時間大雨情報

→ 学習時間の目安: 15分

4. 本市(町村)で起き得る風水害

- (1)本市(町村)で過去に起きた風水害
- (2)洪水ハザードマップ

→ 学習時間の目安: 10分

Ⅳ 本市(町村)の防災

1. 寺田寅彦

2. 今村明恒

3. 濱口梧陵

→ 学習時間の目安: 10分

III 災害に備えて知っておくべきこと

1. 地震による被害を最小限とするために

＜地震が起きる前に＞

- (1)地震を知る
- (3)家族との連絡方法の確認
- (5)避難路を確認する
- (7)備蓄品を備える
- (9)火災に備える
- (11)ガス機器の出力を防ぐ
- (13)耐震診断を受ける
- (15)ブロック塀・石垣の撤去・補強
- (17)家電などの転倒・落下防止

- (2)家庭での防災会議
- (4)自宅の脱出ルートを考える
- (6)防災活動への参加
- (8)非常持出品を準備する
- (10)電気機器の出力を防ぐ
- (12)石油機器の出力を防ぐ
- (14)耐震補強を行う
- (16)家具の転倒を防止

→ 学習時間の目安:15分

2. 地震が起きたときの行動

＜地震が起きたときの行動1＞

- (1)一般住宅・自宅での基本的事項
- (3)一般住宅・トイレ・お風呂
- (5)マンション
- (7)スーパー・デパート
- (9)地下街
- (11)エレベーター
- (13)オフィス街・繁華街
- (15)山・丘陵地
- (17)鉄道

- (2)一般住宅・寝ているとき
- (4)一般住宅・台所
- (6)職場
- (8)映画館・劇場
- (10)学校
- (12)住宅地
- (14)海岸
- (16)運転中の場合
- (18)バス

→ 学習時間の目安:15分

＜地震が起きたときの行動2＞

- (19)身の安全の確保
- (21)避難の行動・家を出るとき
- (23)避難の行動・避難方法
- (25)帰宅困難者・帰宅方法

- (20)避難の判断
- (22)避難の行動・火災に遭遇した場合
- (24)帰宅困難者・避難の判断
- (26)救出・救護・初期消火

→ 学習時間の目安:10分

＜安否確認＞

- (27)電話は使えない！
- (28)災害用伝言ダイヤル171(仕組み)
- (29)災害用伝言ダイヤル171(利用方法)
- (30)災害用伝言板
- (31)公衆電話は優先電話
- (32)停電時の固定電話の使用

→ 学習時間の目安:10分

3. 風水害による被害を最小限とするために

<日頃行うべき対策>

- (1) 危険箇所の確認
- (3) 家の周りの確認や補修
- (5) 台風接近時の備え

(2) 避難路の確認

- (4) 家族の連絡方法の確認や非常持出品の備え

→ 学習時間の目安: 10分

4. 風水害による危険が迫ったときの行動

<危険が迫った場合の行動>

- (1) 警戒と早めの避難が命を救う
- (3) 普段との様子の違い(前兆現象)に注意する
- (5) 外出中の飛来物に注意する・外出は控える
- (7) 過去の災害の体験を過信してはいけない
- (9) 車は早くあきらめる
- (11) 高齢者や障害者に気配りを

- (2) 市町村からの防災行政無線に注意する
- (4) 川や海に近づかない
- (6) 風雨の中での台風対策は危険
- (8) 地下に注意
- (10) マンホールや側溝などに注意

→ 学習時間の目安: 10分

IV 本市(町村)の防災

1. 緊急時に本市(町村)から発表される情報

<緊急時に本市(町村)から発表される情報>

- (1) 避難準備情報
- (2) 避難勧告
- (3) 避難指示

2. 本市(町村)の防災の現況

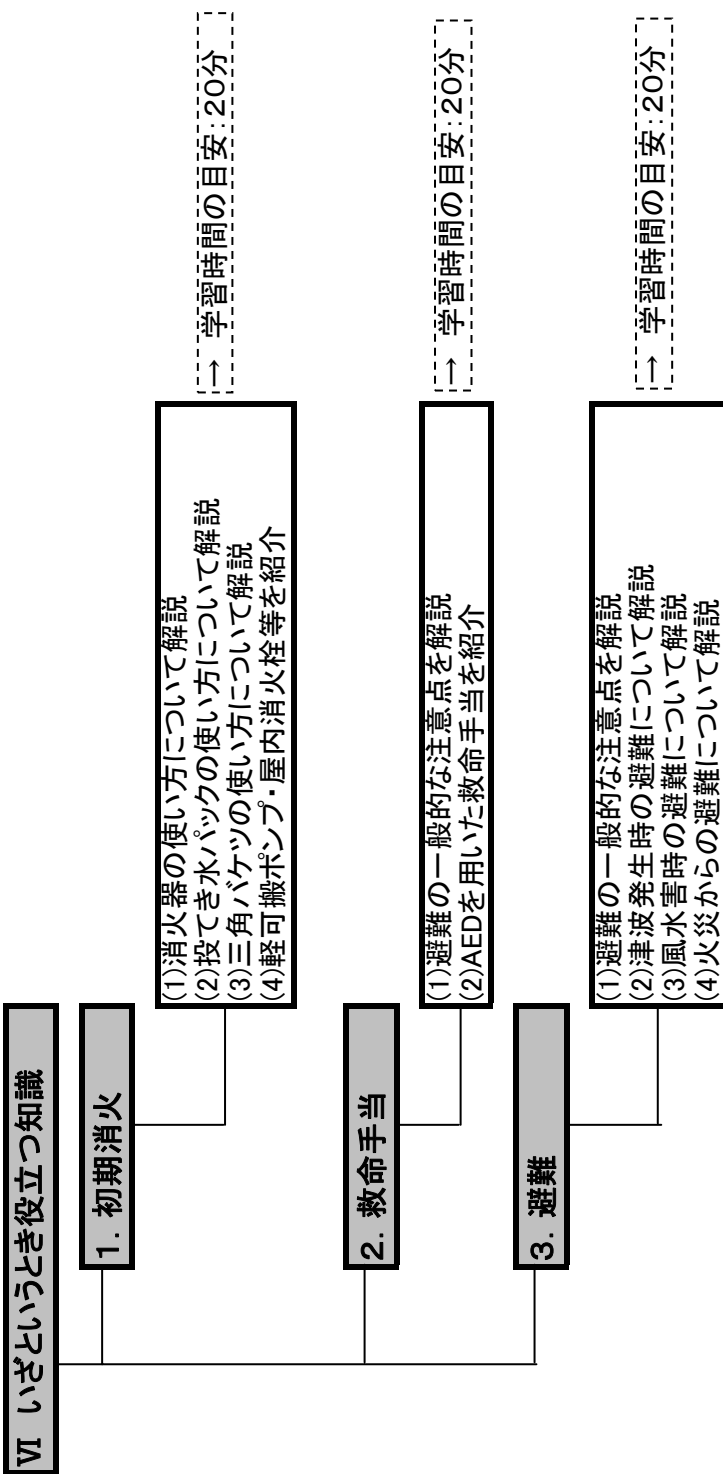
- (1) 災害時の本市(町村)の連絡先(24時間体制)

<本市(町村)の防災の現況>

- (2) 耐震診断・補強補助制度
- (4) 備蓄物資の状況
- (6) 消防団の現況
- (3) 避難所・避難場所の指定状況
- (5) 防災行政無線の状況
- (7) 自主防災組織の現況

→ 学習時間の目安: 20分

【ステージⅢ～防災対策編(実技)～(1時間)】



【ステージIII～防災対策編（地域活動）～（1時間）】

VII 地域防災の実践

1. 自主防災活動の必要性

- (1) 阪神・淡路大震災のデータを基に、自助、共助の必要性を解説
- (2) 生活のさまざまな場で自主防災活動が必要であることを解説
- (3) 自助の例示を行う
- (4) 共助の例示を行う

→ 学習時間の目安：15分

2. 自主防災組織の活動に参加しよう

- (1) わがまちの自主防災組織の状況を説明
- (2) 自主防災組織の有効性（即応性……）を解説
- (3) 自主防災組織に求められることを解説
- (4) 自主防災組織のリーダーに求められることを解説

→ 学習時間の目安：15分

3. 防災まちづくり活動の紹介

- (1) マンション防災の取り組み
- (2) 災害時要援護者対策の取り組み
- (3) 消防団の取り組み

→ 学習時間の目安：15分

VIII ボランティア活動の実践

1. 災害ボランティア活動の意義と役割

2. ボランティア活動を行う際の心構え

→ 学習時間の目安：15分

[ステージIII～防災対策編 (ワークショップ) ～ (3時間×3日間)]



4．項目に対応した解説資料サンプル

防災研修カリキュラム 解説資料 サンプルファイル

- 本ファイルは、防災研修カリキュラム項目の内、ステージⅠ（災害イメージ編）からステージⅢ（防災対策編～基礎～）までについて、研修を行う際のサンプルとして作成しました。研修の時間、地域特性等に応じて適宜加工の上ご活用ください。

I 災害のイメージ

1. 地震・津波が起きたらどうなる？

揺れのイメージ

震度6弱

気象庁震度階級解説表

人間	屋内	屋外
立っていることが困難になる。	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。	かなりの建物で、壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。

揺れのイメージ

震度6強

気象庁震度階級解説表

人間	屋内	屋外
立っていることができず、はわないと動くことができない。	固定していない重い家具のほとんどが移動、転倒する。戸が外れて飛ぶことがある。	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。

□平成12年鳥取県西部地震 (最大震度6強)の体験談

- ・「非常に怖いと思った」56.3%
「かなり怖いと思った」28.8%
「絶望的になった」11.7%

★昼食のご飯を口にした瞬間「あっ地震だ」と感じたまま固まってしまいました。

★腰が抜けたように動くにも動かず、驚きのあまり声も出なくなりました。

★孫の怖がる大声の泣き声で何もできず抱いておりました。

★この歳になって地震で度肝を抜かれたことが一番である。わずかな時間で長年かかって築いた人生が一瞬にして終わってしまう恐ろしさです。

★後になって考えてみれば、瓦なども屋根から落ちていて危なかったのですが、慌てて外に飛び出していました。

★防災訓練に参加するなど準備していたはずですが、いざという時はテーブルの下に隠れるだけで驚いて何もできませんでした。

★私の母は散歩中に地震に遭い転倒し、大腿骨骨折のケガをしました。

(出典) 鳥取県,2001,『平成12年鳥取県西部地震 震災体験記録』

<http://www.pref.tottori.jp/bosai/seibujishin/data/db/sec1.html>

揺れのイメージ

震度7

気象庁震度階級解説表

人間	屋内	屋外
揺れにほんろうされ、自分の意志で行動できない。	ほとんどの家具が大きく移動し、飛ぶものもある。	ほとんどの建物で、壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。補強されているブロック塀も破損するものがある。

□平成7年阪神・淡路大震災 (最大震度7)の体験談

《「すぐおさまるだろう」と思っていたが・・・》

神戸に生まれ育った私は、震災のその時も、JR住吉駅の南に広がる住宅街にある自宅におりました。1階の6畳間でひとり寝ていると、突然、車がデコボコ道を走るような激しい縦揺れに見舞われて目が覚めました。「**神戸に長年住んでいて大きな地震なんてない、すぐおさまるだろう**」と思っていたところ、タンスらしきものが下半身に倒れてきて、身動きが取れなくなってはじめて事態の重大性に気づきました。全壊した家屋の下敷きになってしまったんです。

《「ああ死ぬんだな」》

ドーンッという激しい衝撃で、私は布団の中から外に放り出されました。何が起きたかわからないまま激しく振り回され、ゴゴーツという不気味な音の中で深い穴の中に落ちていく自分を感じました。「ああ死ぬんだな」と、冷静になった瞬間を今でもはっきり覚えています。

ずいぶん長い時間だったように感じた揺れがおさまると、今度はものすごく静か。口の中はザラザラでした。隣の部屋にいた息子の無事を確認し、とにかく外へ出ようと試みました。まず、自宅の2階の部屋から階段の方へ行きましたが、そこに階段はなく、暗闇の中に何か山のようなものが天井に突き上げているのが見えました。

今度は、這って南の窓の方へ。閉めておいたはずの雨戸もなく、外からは「早く出なさい！」という声が聞こえました。誰かが立てかけてくださった板を伝うと、わずか3歩か4歩で地面に辿り着きました。自宅の2階にいたはずなのですが...家が潰れていたんですね。

《テレビが動く・ポットが飛ぶ》

地震に襲われたときは、長田区の自宅で寝ていました。50キロくらいあるテレビがゴーンと1メートルほどズレて、こたつの上からはポットが飛んできました。その衝撃で熱湯はみるみる寝具に広がり、左のお尻から大腿部にかけて火傷を負ってしまったんです。火傷は早い処置が肝心！ と、やっとの思いで点けたキャンドルの灯りのもとで、水ぶくれを1時間半ほどかけてめくっていき、真っ赤な患部に消毒液をつけて自ら応急処置を施しました。

《タイヤが4つ同時にパンクしたのか？》

牛乳工場の朝は早く、地震のあった時は出勤の途中。左に住友、右に三菱という銀行に囲まれた、市内でもっとも大きな新開地の交差点に入る手前です。私の乗った軽自動車飛び上がるように上下に揺れると、交差点の街灯はすべて消え、車のヘッドライトだけが前方を照らしてありました。一瞬「**タイヤが4つ同時にパンクしたのか？**」と感じたのが、最初の印象です。ヘッドライトが照らし出す前方の道路がクネクネとうねるように見えたのを、今でも「目の錯覚だったのではないか？」と思っています。地面からは大量の埃が舞い上がり、同時に車の屋根にパラパラという音。それが、反対車線側にあるビルの外壁ガラスが割れて落下したものだ気がつくまでに、しばらく時間がかかりました。

今思えば、慌てて車の外に出なくて本当によかったと思います。

(出典) 人と防災未来センター 阪神・淡路大震災10周年記念事業 震災を語る

<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

揺れによる被害のイメージ

家の中



(出典) 時事通信社 中川和之氏

http://homepage.mac.com/nkaz_pb/quake/PhotoAlbum265.html





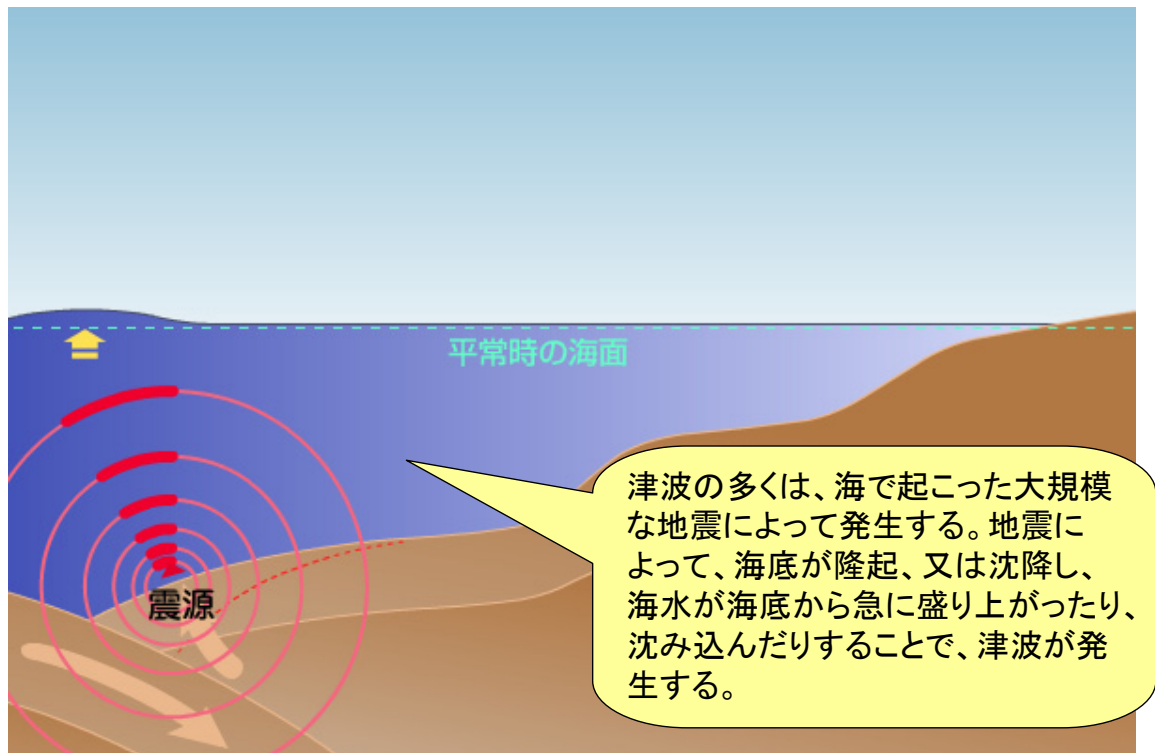






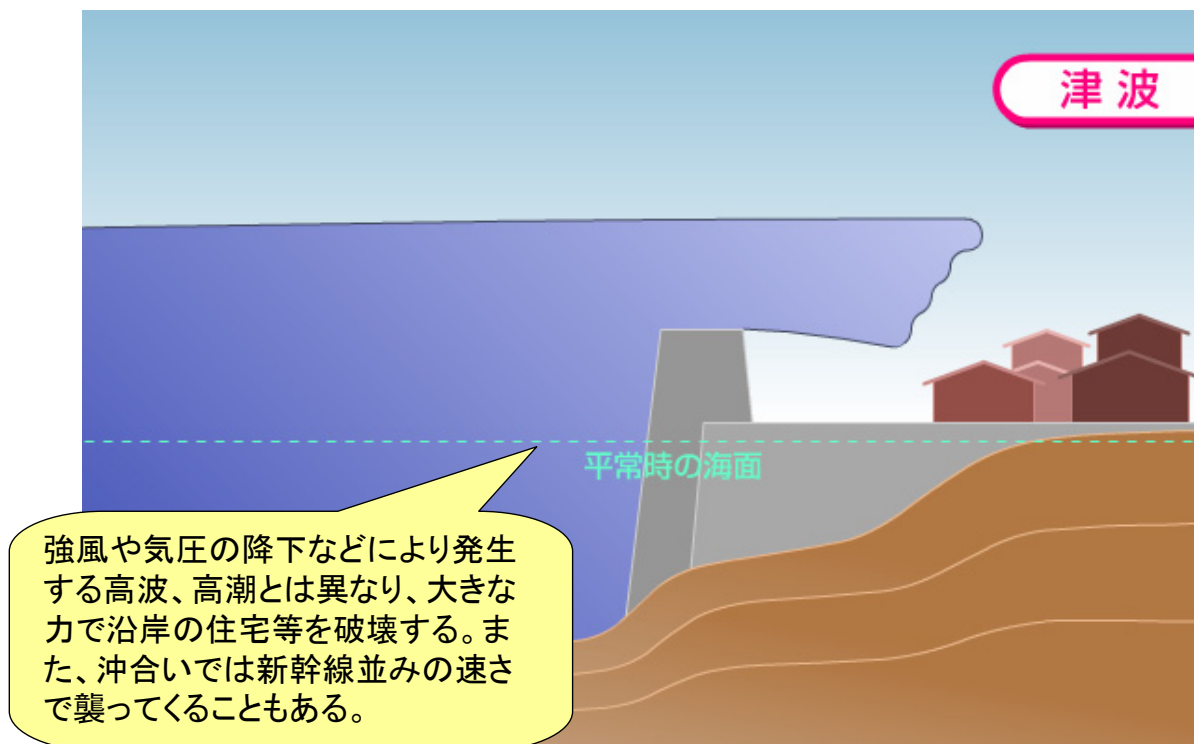


津波のイメージ



(出典)地震…そのときに備えて 津波対策編

津波のイメージ



(出典)地震…そのときに備えて 津波対策編

インターネットリンク : 津波デジタルライブラリー

* インターネットに接続できれば、ここから映像や写真を示すことができる。

【URL】<http://tsunami.dbms.cs.gunma-u.ac.jp/>

□昭和58年日本海中部地震津波 体験談

《狂った海に次々にのまれた9人の釣り人》

★理性を失った海は、放たれてしまった矢のように、次々と釣り人をのみ込んでいく。橋まであと7~80メートルの地点まで逃げのびた人も、ついに足を濁流に掬われて転倒してしまった。津波が去って静寂が戻った時、釣り人の姿は一人としてそこにはなかった。寂寞とした砂浜だけが残った。

(青森県市浦村十三湖に被害調査に赴いていた役場職員)

《死に神につかまり、岸壁をよじ登り助かる》

★押し流されてから、まず、足をばたつかせました。すると、長くつがそのままずっと抜けたのです。「しめた」と思いました。足を動かしたら、水面に顔が出たのです。一呼吸ほどでした。再び水面の下になり、今度はどうしても浮かべないのです。これでは死ぬと思い、手の竿を離し、クーラーを水面下から手をのばしてつかまえ、やっとのことで顔を出すことができました。すると、目の前に海岸の崖が見えたのです。ほんの2メートルぐらいのところでした。

しかし、その2メートルの所へ向かって泳いでも泳いでも進まないのです。すでに引き波の始まるころだったからです。やっとのことで崖の岩につかまり、「もうはなすもんか」とつい声が出たくらいです。

(青森県深浦町椿山海岸で磯釣りをしていた人)

(出典) 秋田県つり連合会編、1983、『大津波に襲われた-釣り人が証言する日本海中部地震-』

□平成5年北海道南西沖地震津波 体験談

《波間で娘とはぐれる。そして再会》

★私は高校生の娘と2人暮らしをしていたのですが、あの地震の瞬間は、2人ともそれぞれ2階の自分の部屋にいました。家ごと流されながら、水の中で私は娘をしっかり抱いていたのですが、娘が苦しいというのでちょっと腕の力をゆるめてしまったのです。そのとたんに、娘は、あっという間に消えてしまいました。

(本人は砂浜に打ち上げられ助かる。娘も漁船に助けられる。) 娘とは函館の病院で再会しました。震災の翌日の夕方、たぶん4時から5時ごろだったと思います。声をかけることもできず、2人ともただただ抱き合いながら泣きました。

(青苗地区の女性)

《懐中電灯の光を目指して裏山をよじ登る》

★なにしろ海辺の町に暮らすのは初めてだったものですから、地震＝津波とか、その津波がどれほど恐ろしいものであるかというような認識はまったくありませんでした。

（津波に襲われたが職員住宅の屋根の上に出られた）

メガネをなくしていたので、よくわからなかったのですが、そのとき、山のほうで懐中電灯のものらしい光が見えたんですね。あそこには人がいる。あそこまで行けば助かるのではないか。とつさにそう思い、屋根から飛び降りると、裏山に登りはじめました。（奥尻に赴任したばかりの小学校教諭）

（出典）奥尻町，1996,『北海道南西沖地震 奥尻町記録書』

生き延びた後に直面する可能性があること

【人命に関すること】

- 家族の安否がわからない
- 119番通報しても消防車や救急車が来ない
- 病院に行っても直ぐには診てもらえない
- 消火や救助の助けを求められる

□平成7年阪神・淡路大震災の体験談

《徒歩5分の病院、小学校まで25分もかかる》

亡くなった方のご遺体やケガ人を運ぶため、避難所と病院へ向かうのですが、倒壊した家、倒れた電柱の間を歩くには、とても時間がかかるのです。徒歩5分の道のりに25～30分もかかってしまいました。すべての作業を終えるのに夕方までかかってしまったのです。

《道路に倒壊した家で消防車が入れない》

私の暮らす長田の町は、地震による火災が多く発生した地域でした。道路は波打ち、家々が道路側へ倒れて道をふさいでしまっ、まともに歩けない状況。消防車もそんな道にはとても入って来られず、消火活動が難しかったんですね。何故、家が道路側へ倒れたのかはご存じですか？ 家屋は建築構造上、柱の少ない方へと倒れるんですね。家の裏側にあたる部分にはトイレや台所、お風呂場などが集まっていることが多く、柱の間隔が狭く壁も入っていて頑丈です。だから、表側へ倒れてしまうことが多いんです。道が波打ったり塞がったりしたことで、車イスの自由が利かず、病院へ通うにもずいぶんと苦労しました。

《普段の生活からは想像できない体験の数々》

夕方になって「病院は大ケガをした人でいっぱいになっており、骨折程度では相手にもされない」との話が伝わってきました。私も家族もあちこちに軽傷を負っており、とくに私は五寸釘を踏んだ時の傷がズキズキと疼きます。そこで自転車に乗って薬局を探しに行くと、赤チンを手に入れることができました。それを家族で塗り合い、お互い真っ赤になったのを見て笑いました。家族全員が無事であり、こうして笑顔を見られたことを神に感謝し、電気もなく空腹を抱えたままにその夜は早めに就寝しました。

震災から2日後の夕方に電気が使えるようになり、束の間ホッとしました。テレビの地震被害についての報道を観ていると、画面に映る数字がだんだん増えていきます。それが確認された死者の数とわかると、身の震える思いがし、涙がこぼれてきました。

それから、壊れた家の中から取り出してきた炊飯器でご飯を炊きました。ご飯に生卵としょう油をかけただけの2日ぶりの食事は、これまで食べたものの中で最高に美味しいもので、今でもその味を覚えています。その後もさまざまな困難はありましたが、多くのボランティアの方や友人、そして親戚たちに励まされ、助けられて私たちは生活を再建していくことができました。

《40年にわたる消防人生初の体験(消防署長)》

消防署の北方100メートル付近では炎上火災が発生し、猛烈な勢いで黒煙を噴き上げていました。ただちに作業服を着用し、防火装備を行って火災現場に向かうと、中隊長が「署長、水が出ない」と進言してきました。私は「地震の時、断水は当然だ。消防が火事を消さなくてどうするんだ」と叱咤激励。近くの河川や工場の水槽から取水活動を行うように命令しました。その頃には、地元消防団の車輛も3台到着していて心強かったですね。消防団の指揮者に取水して消防署の車輛に送るように命令すると、数分後には放水可能になり、消防団員と協力して鎮火することができたのです。震災時の火災で、「消火栓の断水」「消火活動が困難な状況」「他の署からの応援はなし」などといった悪条件を40年の消防人生で初めて体験しました。

《力及ばず...それでも胸が熱くなった現場エピソード(消防署長)》

救出活動をする中で、2階建てアパートの下敷きになっていた20歳くらいの女性を助けてあげられないことがありました。かわいそうでしたが、消防職員と消防団が力を合わせても、人間の力ではどうにもならないこともあるんですね。何とも言葉に表せない思いでいた時、彼女のお父さんが「消防さんはよくやってくれた、ありがとう。一生懸命助けてくれた、それでも助からなかった...消防さんは悪くない」と感謝の言葉を述べられました。取り乱すことなくそういう言葉を発せられ、なんと立派なお父さんだろうと思ったのと同時に、ホロリと涙がこぼれました。

《本当は心配でならなかった家族。感謝の気持ちでいっぱい(消防署長)》

震災当日の午前中、家族に電話をかけてみると運良くつながりました。「大丈夫か？」とたずねると、「お父さん、すぐ帰ってきてください！」と電話口で妻の叫ぶ声。「消防職員という立場上、帰ることはできない。消防職員の妻ならば、自分の身は自分で守れ」と強い口調で言い、電話を切りました。消防署の最高指揮者でしたから、そこはやはり職務が最優先です。

4日ほど経った頃でしょうか、大きな余震があったので、もう一度家に電話をしてみました。「大丈夫か？」と問うと、「大丈夫です。しょうもないことで電話してこないで。あなたはあなたでしっかりやりなさい！」という妻の答え。もう開き直って、強くなっていましたね。

生き延びた後に直面する可能性があること

【被災・避難生活に関すること(初日)】

■電気・ガス・水道が止まって不便な生活を強いられる

■トイレに困る

■食料・水・生活必需品の調達に困る

■自宅に入れない場合、避難所で見知らぬ人と共に避難生活を余儀なくされる

生き延びた後に直面する可能性があること

【被災・避難生活に関すること(数日後)】

■避難所でのプライバシーに困る

■避難所での衛生面(風邪の蔓延など)に困る

■(夏冬の場合)避難所で暑さ・寒さを凌ぐのに困る

□平成7年阪神・淡路大震災の体験談

《避難所でも思いやり》

避難所での生活は辛いこともたくさんありましたが、それ以上に感動させられることもたくさんありました。狭いスペースの中で見知らぬ者同士が場所を譲り合っていたこと、自分の家が潰れてしまっても大変だということに炊き出しに参加する人がいたこと、次にトイレを使う人のためにバケツリレーで水を運ぶという思いやり溢れる行動...どれもが印象的でした。そして電気が復旧してTVがついた時、ほんの少し日常が戻った気がして何とも言えない安心感を覚えたことを思い出します。

《忘れることのできない、伝えておきたい避難所でのエピソード》

全身打撲やショックが残っており、私が体育館で横になっていた時のことです。隣には視覚障害のご夫婦と小学生の姉弟が身を寄せていました。ある日、姉弟の目の前で父親がバツリと倒れ、そのまま運ばれて行ってしまいました。まだ幼い子どもたちの姿と父親の容態を慮っていた翌日、父親の兄弟だという男性と子どもたちが戻ってきました。父親は亡くなられたとのことでした。荷物をまとめて避難所を立ち去ろうとしたその時、姉弟は手にしていた牛乳パックを「残っている人に置いていってあげよう」「早く飲むようにと書いておこう」などと相談をはじめたのです。大震災に見舞われ、衝撃的に父親を亡くし、悲しみがはち切れんばかりであるはずなのに、なんて思いやりのある姉弟だろうかと私はいたく感動していました。

しばらくして、学校の先生らしき女性が姿をあらわすと、これまで気丈に振る舞っていた子どもたちがその女性の胸に顔を埋めてワッと泣き出したのです。私はさっきまでの感動に大きな悲しみが重なって、言葉にはできない思いにかられました。この光景は、決して忘れることができず、いまでもこの姉弟の将来に幸あれと祈り続けています。

《「ありがたい」と感じたのは、水・知恵・人のころ》

自宅に戻れなかったため、住むところが見つかるまでのあいだ車の中で1週間、その後公園にみんなでテントを張って4カ月間生活していました。ライフラインが寸断され、不自由な毎日を送る中で「水」のありがたみをひしひしと感じました。電気やガスがなくても火を起こすなどして代用できるのですが、水だけは生きていくためにどうしても必要。トイレなどの衛生面を考えても「水がある」ということが本当にありがたく感じられましたね。

それから、生きる知恵としてもものすごく強かったのがキャンプなどの野外活動体験です。火を起こしたり、テントを張ったりという何気ないことがすごく活きました。日頃から、見ているだけでなく実際にやってみて身体に覚えこませておくことが大切だと思います。

《炊き出しのリーダー》

避難生活をしているあいだ、私は炊き出しのリーダー格として火の番をしていました。はじめは自分と家族のために夢中でとった行動が、自然と人のためにもなっていたんです。被災した人々はみな疲れ果てていて、なかなか自分で何かをしようとしなかったんですね。ただ途方に暮れ、誰かが何かをしてくれるのを待っていました。でも、人に助けていただくことと甘えることは違うんですよね。自分にできることは、自分でやっていかなければダメ。そのことに気づいてからは、ひたすら貫き通してきました。

《まちと消防とのつながり(消防署長)》

私が勤務する消防署にも、地震の翌日から飲み物や食べ物の差し入れが届き「消防さんご苦労さん」「あなたたちも被災者なのに、市民を守ってくれてありがとう」などと多くの声をかけていただき、これにも深く感謝しました。町と消防とのつながりの大切さ、また震災を教訓として「人與人」のつながりの大切さも痛感しました。

(出典) 人と防災未来センター 阪神・淡路大震災10周年記念事業 震災を語る

<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

I 災害のイメージ

2. 雨、風などによってもたらされる 主な災害

■洪水災害



(出典)平成16年台風21号、平成19年
7月梅雨前線による大雨(写真:高知
県越知町)



■高潮災害



(出典)平成16年台風16号高潮災害(写真:
高松市提供)



■土砂災害



(出典)平成18年7月土石流災害(長野県岡谷市)

■風害(竜巻)



(北海道佐呂間町竜巻災害(H18.11.7))

□平成16年新潟水害の体験談

Aさん（30歳代女性）：消防車で「避難してください」と言っているのを聞いたが、全然実感が湧かなかった。自宅2階から川が見えるが、こんなひどいことになるとは思ってもみなかった。「もうこれで済むだろう」という感じでした。避難したくなかったのかもしれない。「歩いて避難してください」と言われたが、どこに避難したらいいのかわからなかった。また、「避難してその後はどうなるんだろう」って思った。子どもが通っている小学校には何回も電話をしたが、「大丈夫です」というので、迎えには行かなかった。道路には水が流れていたが、荷物を運び出そうともせず、避難勧告を聞いてからも30～40分は動けなかった。水が入ってきて大変だと思ってから荷物やテレビを2階にあげた。

Bさん（50代男性）：市役所に避難勧告が出ているか確認したら、住んでいる曲渕3丁目には出ていないということだった。破堤の1時間前くらいに区長さんに電話で聞いたときも出ていないということだった。奥さんと娘さんを連れて渡瀬橋に様子を見に行ったところ、途中で会った知人が「堤防が切れた」と教えてくれた。Uターンして戻ろうとしたが、間に合わないので途中で車を捨てて、やっとのことで自宅に逃げ込んだ。その後、ボートで救出された。避難というよりも脱出です。

Cさん（50歳代女性）：避難勧告は職場にいて聞いていない。午後2時半頃、職場周辺も側溝から水が出てきて品物などを棚の上に上げるなどしていた。家に電話すると「家はもう水がいっぱい入ってきて、畳の上だ」というので、急遽、帰宅。胸まで水に浸かり、垣根に捕まりながらやっとの思いで自宅に帰り着いた。家族そろったところで、避難所である南小に行こうとしたが、危険で行けず、翌日、ボートで途中まで行って、そこからヘリで避難所に行った。

（出典）東京経済大学吉井博明教授 調査より

□平成16年豊岡水害の体験談

Aさん：6時30～40分に家に帰ったら姪から防災無線で「避難がどうの」って言っていたと聞いた。親、姉夫婦とその子どもと一緒に暮らしているが、水が浸かり、姉夫婦が帰ってこられなくなり、結局、高齢の親（うち母は寝たきりに近い病気）と子どもを抱えて避難できなかった。避難指示が出て、危険だなあと思ったが、出石の方で決壊したと聞いたので、こちらは水が引くのかなあと思った。堤防決壊の情報が入ったとき、下に見に行くと車庫のところに水が渦を巻いて入ってきたので、どうしてもあげたいものだけを2階にあげた。その後、感電する危険があるので、ブレーカーを落とした。

Bさん：戸別受信機はズーっとワアワア言っていた感じで、内容はよくわからなかった。今、何とか水位がどこまで来て、どうのこうのと言われても、「それどこやろ？どこにポールがあるんやろ？」と想像力が働かなかった。避難勧告はよく聞こえたが、避難しなければならないと言われても、どうなんだろうという感じで受け止めた。水はひたひたとゆっくり来た。早い段階で近所の人が避難する際に声をかけてもらったが、それでも避難しなかった。その後、避難しようかどうか迷っているうちに冠水で道がみえなくなったので、やっぱりダメだと思い、そのまま自宅にいた。電気はズーっとついていた。

(出典) 東京経済大学吉井博明教授 調査より

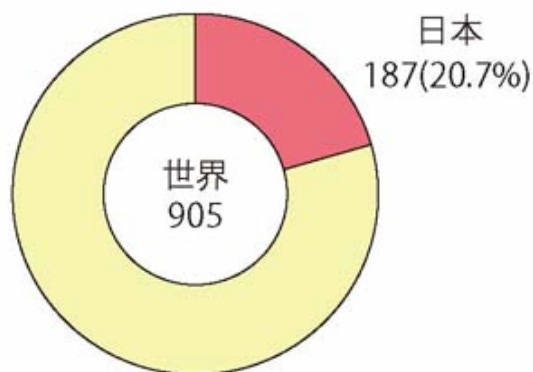
Ⅱ 災害の基礎知識

1. 地震・津波の基礎知識

地震の発生確率

■地球上の地震の2割は 日本付近で起きる

マグニチュード6.0以上の地震回数

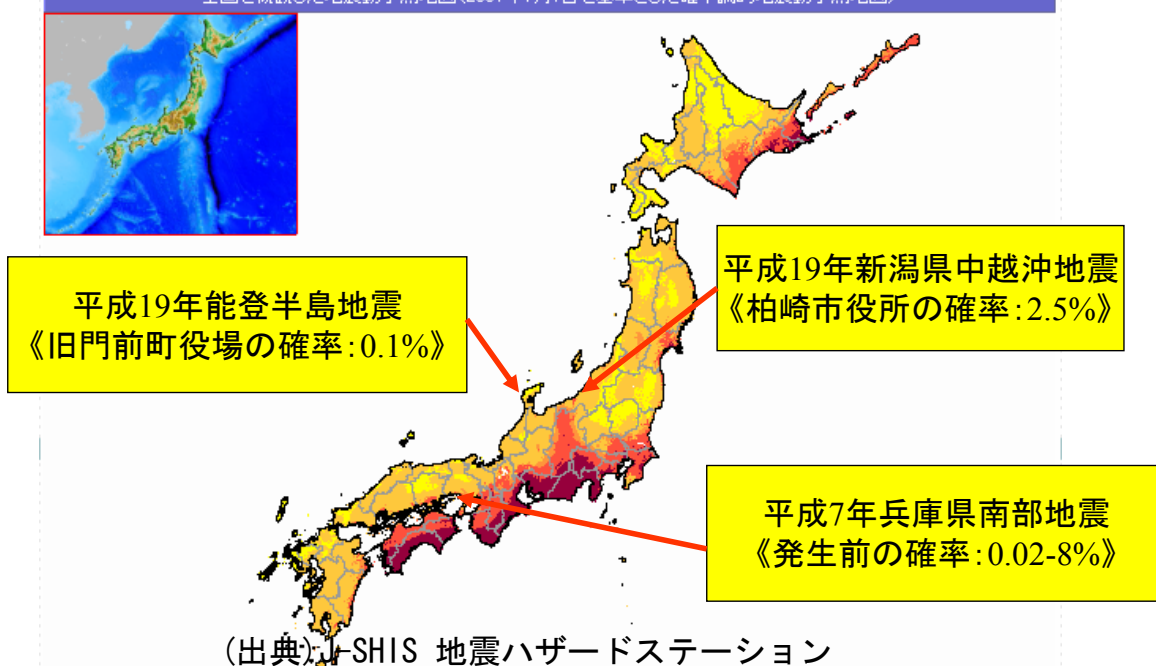


注) 1997年から2006年の合計。日本については気象庁、世界については米国地質調査所 (USGS) の震源資料をもとに内閣府において作成。

(出典) 防災白書 平成19年版 内閣府

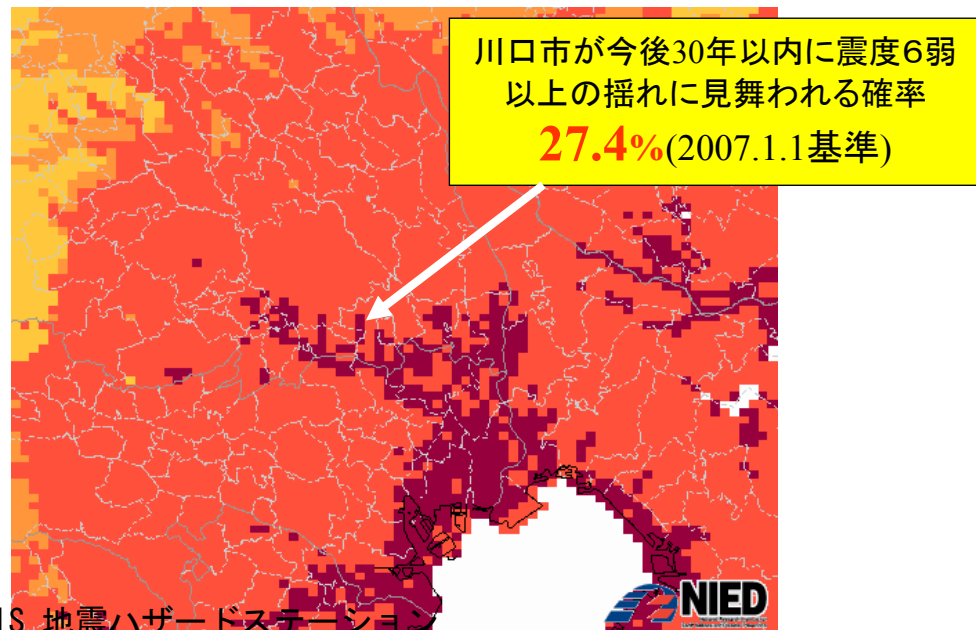
■日本ではどこでも地震が起きる 1 (30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率)

全国を概観した地震動予測地図(2007年1月1日を基準とした確率論的地震動予測地図)



NIED 防災科学技術研究所 <http://www.j-shis.bosai.go.jp/>

■ 日本ではどこでも地震が起きる 2 (川口市は？)



■ 日本ではどこでも地震が起きる 3

<参考> 30年間で

火災で罹災する確率	約 2.0%
火災で死傷する確率	約 0.2%
交通事故で負傷する確率	約 20.0%
交通事故で死亡する確率	約 0.2%

資料: 長期的な地震発生確率の評価手法
について(地震調査委員会)

(出典) 住宅における地震被害軽減に関する指針
平成16年8月内閣府

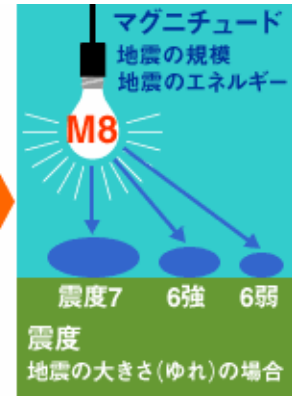
地震・津波に関して気象庁から発表される情報

■震度とマグニチュード

◆マグニチュード:地震の大きさ

◆震度:地震によるある場所での揺れの程度

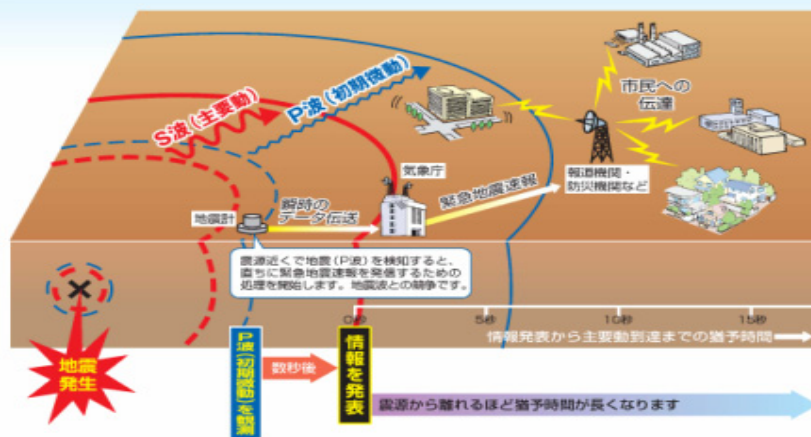
* 同じ地震でも場所によって震度は異なる



■緊急地震速報1 緊急地震速報とは？

緊急地震速報のしくみ

緊急地震速報は、最大震度5弱以上と推定した地震の際に、強い揺れ（震度4以上）の地域の名前を強い揺れが来る前にお知らせするものです



○「緊急地震速報」は、震源近くで地震（P波、初期微動）をキャッチし、位置、規模、想定される揺れの強さを自動計算します
地震による強い揺れ（S波、主要動）が始まる数秒～数十秒前に、素早くお知らせします

○ただし、震源に近い地域では、「緊急地震速報」が強い揺れに間に合わないことがあります

(出典) 気象庁ホームページ

■緊急地震速報 2

緊急地震速報が発表されたら(心得抜粋)?



(出典) 気象庁ホームページ

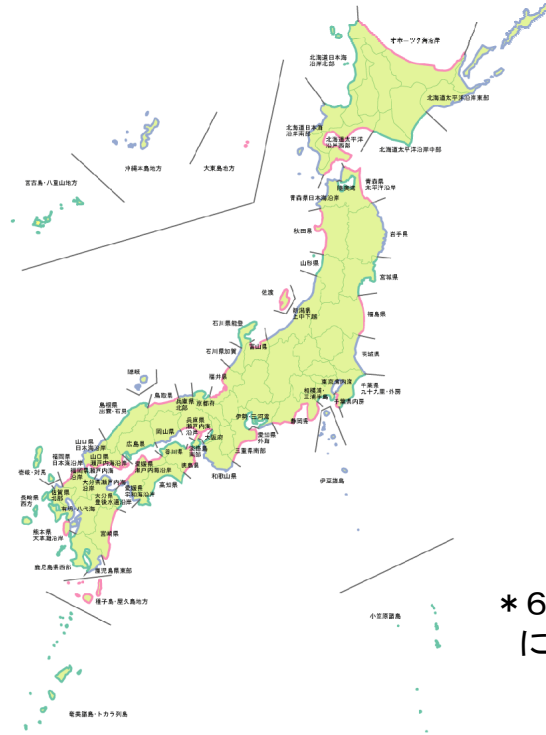
■津波予報：津波警報・注意報の種類

種類	解説	発表される津波の高さ
津波警報	高いところで3 m程度以上の津波が予想されますので、厳重に警戒してください。	3 m、4 m、6 m、8 m、10 m以上
	高いところで2 m程度の津波が予想されますので、警戒してください。	1 m、2 m
津波注意報	高いところで0.5 m程度の津波が予想されますので、注意してください。	0.5 m

(出典) 気象庁ホームページ

(注) 津波の高さは「検潮所」で観測されますが、かなりの高さまで陸上をかけ上がることもあるため、検潮所で測った津波の高さより、かなり大きくなる場合もあります。

■ 津波予報：津波予報区



* 66に区分した沿岸を対象に発表。

(出典) 気象庁ホームページ

Ⅱ 災害の基礎知識

2. 本市(町村)で起き得る 地震・津波被害

本市(町村)で過去に起きた地震・津波被害

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

*** 市町村、都道府県で行った地震被害想定結果等から市町村で作成**

Ⅱ 災害の基礎知識

3. 風水害の基礎知識

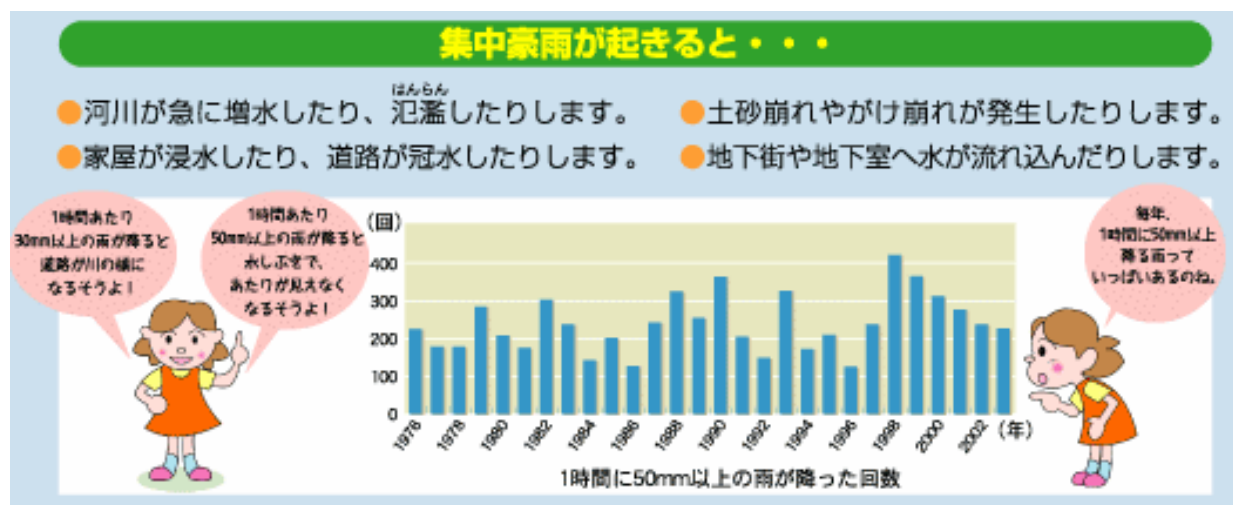
■ 毎年日本には平均13個の台風が
接近又は上陸(過去30年間)

台風の平年値

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	年間
発生数	0.5	0.1	0.4	0.8	1.0	1.7	4.1	5.5	5.1	3.9	2.5	1.3	26.7
接近数				0.1	0.5	0.7	2.1	3.4	2.6	1.3	0.7	0.1	10.8
上陸数						0.2	0.5	0.9	0.9	0.1	0.0		2.6

(出典) 気象庁ホームページ

■ 1時間に50mm以上の集中豪雨の回数が400回を超える年もある



(出典) 集中豪雨への備え

消防庁・国土交通省・気象庁

■ 雨の強さと降り方

1時間雨量 (mm)	予報用語	人の受けるイメージ
10以上～20 未満	やや強い雨	ザーザーと降る
20以上～30 未満	強い雨	どしゃ降り
30以上～50 未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る
50以上～80 未満	非常に激しい雨	滝のように降る（ゴーゴーと降り続く）
80以上～	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる

(出典) 気象庁

■風の強さと吹き方

平均風速 (m/s)	予報用語	人への影響	建造物の被害
10以上 15未満	やや強い風	風に向って歩きにくくなる。傘がさせない。	取り付けの不完全な看板やトタン板が飛び始める
15以上 20未満	強い風	風に向って歩けない。転倒する人もでる。	ビニールハウスが壊れ始める
20以上 25未満	非常に強い風	しっかりと身体を確保しないと転倒する。	鋼製シャッターが壊れ始める。風で飛ばされた物で窓ガラスが割れる
25以上 30未満		立ってられない。屋外での行動は危険。	ブロック塀が壊れ、取り付けの不完全な屋外外装材がはがれ、飛び始める
30以上	猛烈な風		屋根が飛ばされたり、木造住宅の全壊が始まる

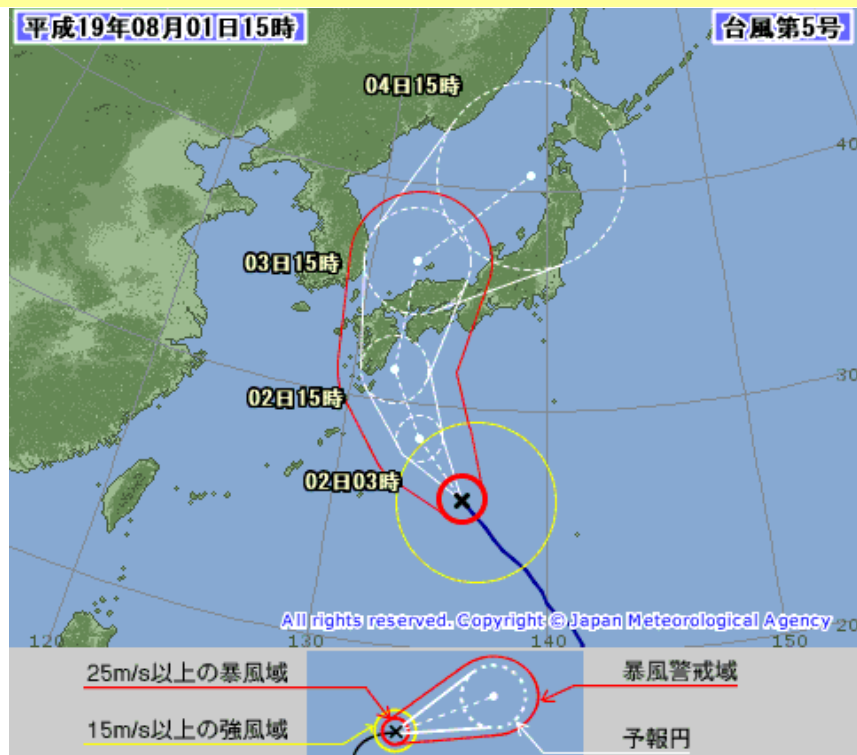
(出典) 気象庁

■風水害に関して気象庁から発表される情報 《警報と注意報》

- ◆気象庁は、大雨や強風などの気象現象によって災害が起こるおそれのあるときに「注意報」を、重大な災害が起こるおそれのあるときに「警報」を発表して、注意や警戒を呼びかけます。
- ◆警報の種類：大雨警報、洪水警報、大雪警報、暴風警報、暴風雪警報、波浪警報、高潮警報
- ◆警報・注意報の発表区域：全国を373の区域に細分化
- ◆警報・注意報の発表基準：全国一律ではなく地域特性などに応じてそれぞれ決められている

(出典) 気象庁

■風水害に関して気象庁から発表される情報 《台風情報》



(出典) 気象庁

■風水害に関して気象庁から発表される情報 《記録的短時間大雨情報》

◆299名が亡くなった長崎豪雨災害を教訓に、「警報慣れ」を緩和するために生まれた情報。

◆数年に一度程度しか発生しないような激しい短時間の大雨を、観測(地上の雨量計による観測)したり、解析したときに発表。その基準は、1時間雨量歴代1位または2位の記録を参考に、各細分区域ごとに定められている。

この情報は、現在の降雨がその地域にとって災害の発生につながるような、稀にしか観測しない雨量であることをお知らせするために発表するもの。

(出典) 気象庁

Ⅱ 災害の基礎知識

4. 本市(町村)で起き得る風水害

■本市(町村)で過去に起きた風水害

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)に関する 洪水ハザードマップ

* 市町村で作成

Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと

1. 地震による被害を最小限とするために

■地震が起きる前に 1

1. 地震を知る

地域や住んでいる建物によって地震による揺れの強さが違うことを知っておきましょう。

●震度とは、地面の揺れの強さで表しますが、同じ地震でも地盤や同じ建物でも階により揺れの程度が違ってくるので、地域で想定されている震度を基に実際に自宅や職場がどれくらい揺れるのか知っておく必要があります。

●マグニチュードは地震そのものの大きさを表すもので、実際の揺れの強さを意味するものではありません。

	震度0	人は揺れを感じない。
	震度1	室内にいる人の一部が、わずかな揺れを感じる。
	震度2	室内にいる人の多くが、揺れを感じる。眠っている人の一部が目覚める。
	震度3	室内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。恐怖を感じる人もいる。
	震度4	かなりの設備があり、一部の人は、身の安全を認ろうとする。眠っている人はとどろき目を覚ます。
	震度5弱	多くの人が身の安全を認ろうとする。一部の人は、行動に支障を感じる。
	震度5強	非常な恐怖を感じる。行動に支障を感じる。
	震度6弱	立っていることが困難になる。
	震度6強	立っていることができず、はわないと動くことができない。
	震度7	揺れにほんろうされ、自分の意思で行動できない。

〈気象庁震度階級関連解説表〉→拡大

(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 2

2. 家庭での防災会議

地震の時に家族が慌てず行動できるよう、日頃から話し合い、情報を共有しておきましょう。

●地震はいつ起こるか分からないことから、時間帯や誰が在宅してるかなど様々なケースを想定し話し合っておきましょう。

●話し合いでは、想定したケース毎に分担を決めるほか、高齢者や乳幼児など家族構成も考慮し次のようなことも相談しておきましょう。

- 家の中でどこが一番安全か
- 避難場所、避難経路はどこか
- 非常持出袋はどこに置いてあるか

●住所、氏名、連絡先や血液型などの自分の情報を記載した避難カードを作成し、普段から携帯しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

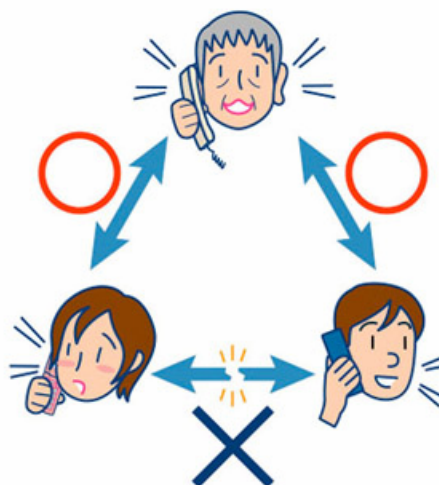
■地震が起きる前に 3

3. 家族との連絡方法の確認

家族が離ればなれで被災したときを考えて、お互いの安否の確認手段を考えておきましょう。

●家族が離ればなれで被災した場合、自分の身の安全が確保できたら、次は家族の安否を確認しましょう。

●被災地では、連絡手段が限られていますので、公衆電話等から利用できるNTTの「災害伝言ダイヤル171」や携帯電話の「災害用伝言板」などのサービスがあるので活用方法を知っておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 4

4. 自宅の脱出ルートを考える

避難所に避難するためには、まず自宅から安全に脱出する必要がありますので、事前に自宅の避難経路を考えておきましょう。

●地震により、玄関が開かぬいなどが考えられるので、自宅から外への避難経路は複数のルートを考えておきましょう。

●脱出通路に障害になるものを置かないようにしましょう。

●就寝時に地震が起こることもあるので枕元には懐中電灯、スリッパなどを用意しておきましょう。

●また、2階などからの脱出用に避難はしごを用意しておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 5

5. 避難路を確認する

自宅から避難所までのルートを事前に確認しておきましょう。

- 地震時は、自宅から避難所までの道のりは、普段と違い通行できない場合もあることを知っておきましょう。
- 実際に歩いてみるなど危険箇所を把握し安全なルートを確認しておきましょう。
- 具体的に自宅から避難所までのマップを描き、危険箇所や避難時に役立つ情報等を書き込むなどしておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 6

6. 防災活動への参加

地震に備えるには、防災訓練などの地域の防災活動に積極的に参加しましょう。

- 地震の時に、初期消火や救出救助活動を行うには日頃からの訓練が欠かせないので、家族全員で防災訓練に参加しましょう。
- 9月1日は防災の日で、8月30日～9月5日は防災週間となっていますので各地で防災訓練等が行われていますので、役場などで確認しましょう。
- 災害などが発生した場合を想定して参加者で被害状況や対応策について地図に書き込みイメージする「災害図上訓練」も行われています。
- 地域の自主防災組織などの活動に参加し、普段から地域で協力しあう体制を



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 7

7. 備蓄品・非常持出品 ・備蓄品を備える

地震が発生すると普段どおりの生活ができなくなる事も考えられます。数日間生活できるだけの『備蓄品』を備えておきましょう。

●目安として最低限3日間程度の水や食料品は備蓄しましょう。

●家族構成、住居や地域の特性によって必要となるものは異なります。自分や家族にとって本当に必要なものを考えて準備しましょう。

●家族、地域の状況や消費期限などと照らし合わせて定期的にチェックし、必要に応じて入れ替えましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 8

7. 備蓄品・非常持出品 ・非常持出品を準備する

地震の被害によっては、避難を余儀なくされることもあります。避難する時に持ち出す『非常持出品』を準備しておきましょう。

●非常持出品は、備蓄品の中から、避難生活に必要なものを選ぶのがよいでしょう。備蓄品にない場合は、必要に応じて準備しましょう。

●玄関や寝室など持ち出しやすいところに置いておき、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。背負える袋などに入れておけば、持ち出したときに両手が使えて便利です。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 9

8. 火災を防ぐ ・火災に備える

地震による火災が発生すると大きな被害をもたらします。火災を出さないためには日頃からの備えが大切です。

●時間帯や季節、場所などによって出火の危険性は異なります。様々な状況をイメージして出火防止に努めましょう。

●消火器の正しい使い方を理解し、いざという時に使いやすい場所に備えておきましょう。

●また、消火器には有効期限があるので確認しておきましょう。

消火器の使い方

①



安全ピンに指をかけ、上に引き抜く。

②



ホースをはずして火元に向ける。

③



レバーを強く握って噴射する

(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

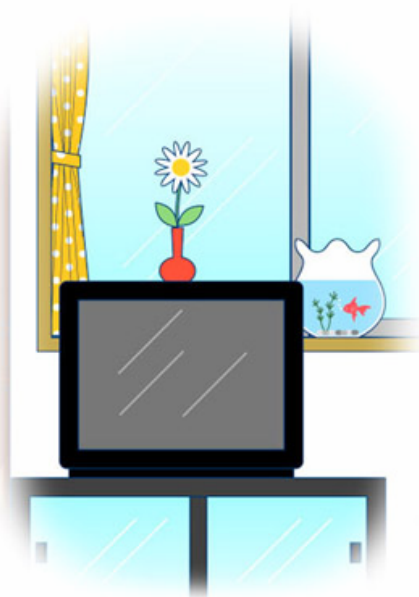
■地震が起きる前に 10

8. 火災を防ぐ ・電気機器の出火を防ぐ

日常生活に欠かせない電気も地震時には出火の要因となりえます。

●家電製品のそばに花瓶や水槽など水の入ったものを置かないようにしましょう。地震で倒れてコンセント部分に水がかかると発火する恐れがあります。

●電気が復旧したきに、転倒したままの電気機器が作動して発火することがあります。ブレーカーが落ちても、器具の転倒やガス漏れを確認してから戻すよう心がけましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

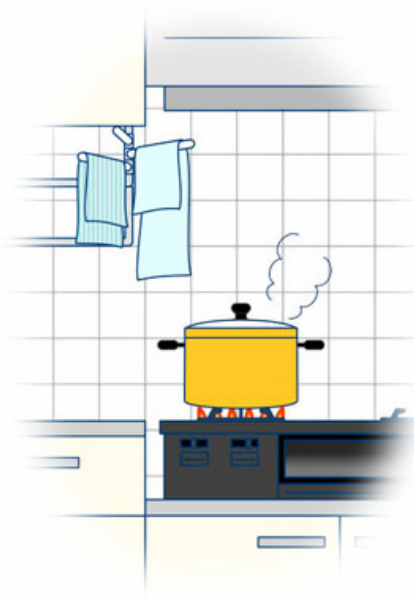
■地震が起きる前に 11

8. 火災を防ぐ ・ガス機器の出火を防ぐ

ガスも日常生活に欠かせないものですが、地震時には出火の要因となりえます。

●揺れを感じて自動的にガスの供給を停止するガス漏れ遮断器(ガスマイコンメーター)がほとんどのご家庭に設置されています。特性や使い方を十分に理解しておきましょう。

●ガスコンロ周辺の棚などから燃えやすいものが落ちてこないようにしておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 12

8. 火災を防ぐ ・石油機器の出火を防ぐ

地震時に火の要因になりうる石油機器としては、石油ストーブが考えられます。

●石油ストーブへの給油時などに灯油をこぼさないよう注意しましょう。また、倒れても灯油が漏れないように給油口をしっかりと閉める習慣をつけましょう。

●石油ストーブのそばには洗濯物やカーテンなど燃え移りやすいものを近付けないようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 13

9.住宅の耐震診断・耐震補強 ・耐震診断を受ける

阪神・淡路大震災では家屋の倒壊による死者が約8割を占めました。まずは耐震診断を受け、自分の家が安全かどうかを確認しましょう。

●昭和56年以前に建てられた建物は、古い耐震基準で建てられているため、耐震診断を受けましょう。また、昭和56年以降に建てられた建物でもバランスの悪い建物や地盤が悪い敷地に建てられた建物、壁や基礎にひび割れがある建物なども耐震診断を受けましょう。

●地方自治体によっては耐震診断を無料で受けられたり、費用の補助を受けられる場合があるので、住んでいる地方公共団体に問い合わせてみましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 14

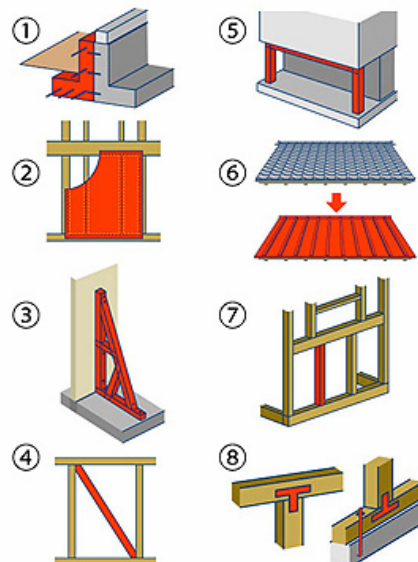
9.住宅の耐震診断・耐震補強 ・耐震補強を行う

地震発生後にも普段どおりの生活を送るためには住宅の耐震化が非常に重要です。必要に応じて耐震補強を行い、自分の家の安全を確保しましょう。

●耐震補強方法にはこんなものがあります。

- ①打ち増しなど基礎部分の補強
- ②構造用合板や筋交いなど壁面の補強
- ③沿柱など建物の外側からの補強
- ④筋交いなどの補強
- ⑤ベランダなど「はね出し部」の補強
- ⑥屋根の軽量化
- ⑦柱の増設
- ⑧柱や梁などの交換、金具補強

●地方自治体によっては費用の補助を受けられる場合があるので、住んでいる地方自治体に問い合わせてみましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 15

10. ブロック塀・石塀の撤去・補強

1978年宮城県沖地震では、死者の大半がブロック塀の倒壊によるものでした。また、倒れた塀は道路をふさぎ、避難や救助・消火活動を妨げることにもなります。

●ブロック塀にも基準があり、基準を満たしていないものは大変危険です。また、石塀は、石と石を結んで補強することが難しいので十分な注意が必要です。

●ブロック塀や石塀などは専門家による強度の確認を受け、必要に応じて撤去するか、補強をしましょう。また、そのような塀を生垣に変えることも有効です。

●地方公共団体によっては撤去や補強などの費用の補助を受けられる場合がありますので、住んでいる地方公共団体に問い合わせてみましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 16

11. 家具・家電製品 ・家具の転倒を防止

建物が無事でも、家具などが転倒すると、下敷きになってケガをしたり、避難経路を塞いだりしてしまいます。

●タンスや棚はL型金具などで壁の棧や柱に固定しましょう。

●引き出しや観音開きの扉にはストッパーなどを取り付け、中身が飛び出さないようにしておきましょう。

●扉がガラスの場合はガラス飛散防止フィルムを貼っておきましょう。

●壁や家具の種類などによって適した方法が異なります。自分の家や家具などにあった方法を選びましょう。

●地方自治体によっては家具転倒防止器具の取り付けを無料で実施していたり、費用の補助を受けられる場合があります。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 17

11. 家具・家電製品 ・家電などの転倒・落下防止

家電製品が転倒したり、照明器具が落下したりすることも大変危険です。

●台にテレビやパソコンを載せている場合は、金具や耐震シートなどで本体と台を固定し、L型金具などで机や柱に固定しておきましょう。

●吊り下げ式の照明器具は複数のチェーンを使い数箇所を天井に止め、固定しましょう。

●蛍光灯や電球は、割れても飛び散りにくい飛散防止が施されたものに取り替えましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きる前に 18

11. 家具・家電製品 ・家具の配置を工夫する

家具などの配置を工夫することも有効です。まずは手軽にできることから始めてみましょう。

●寝室や子供・高齢者の部屋、出入口付近にはできるだけ背の高い家具は置かないようにしましょう。

●就寝位置を家具から離したり、転倒しにくい側方とするとといった方法も考えられます。

●重量のある家電製品はできるだけ低い位置に置くようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと

2. 地震が起きたときの行動

■ 地震が起きたときの行動 1

1. 一般住宅・自宅での基本的事項

丈夫な机やテーブルなどの下にもぐり、机などの脚をしっかりと握りましょう。
また、頭を座布団などで保護して、揺れが収まるのを待ちましょう。

- 突然大きな揺れに襲われたときは、まずは自分の身を安全に守れるように心がけましょう。
- 戸を開けて、出入り口の確保をしましょう。
- 棚や棚に乗せてあるもの、テレビなどが落ちてきたりするので、離れて揺れが収まるのを待ちましょう。
- あわてて戸外に飛び出さないようにしましょう。



■地震が起きたときの行動 2

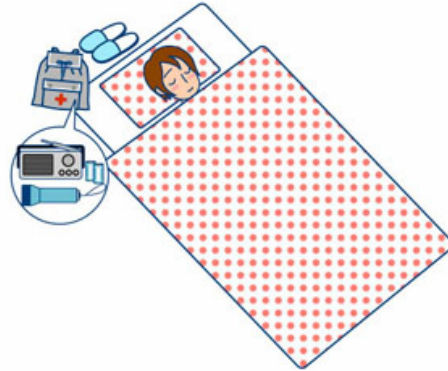
1. 一般住宅 ・寝ているとき

揺れで目覚めたら寝具にもぐりこむかベッドの下に入れる場合はベッドの下に入り、身の安全を確保しましょう。

●暗闇では、割れた窓ガラスや照明器具の破片でけがをしやすいので注意をしましょう。

●枕元には、厚手の靴下やスリッパ、懐中電灯、携帯ラジオなどを置いておき、避難が出来る準備をしておきましょう。

●寝室には、倒れそうなもの等をおかないようにし、頭の上にも物が落ちてこない所に寝ましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 3

1. 一般住宅 ・トイレ・お風呂

揺れを感じたらまずドアを開け、避難路を確保し揺れが収まるのを待ちましょう。

●風呂場ではタイルや鏡、トイレでは水洗用のタンクなどが落ちてくる可能性がありますので注意しましょう。

●入浴中は鏡やガラスの破損によるけがに注意しましょう。

●浴槽の中では、風呂のふたなどをかぶり、頭部を守りましょう。

●揺れが収まるのを待って避難しましょう。



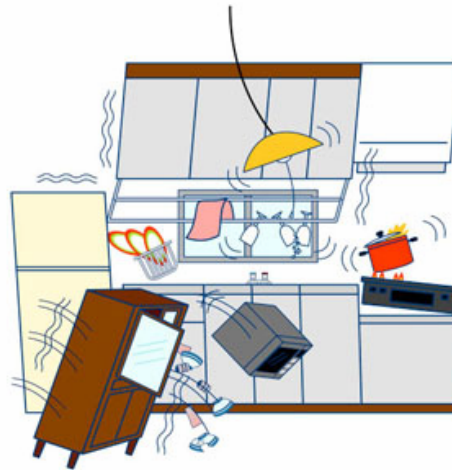
(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 4

1. 一般住宅 ・台所

まずは、テーブルなどの下に身を伏せ、揺れが収まるのを待ちましょう。

- 無理して火を消しに行くと調理器具が落ちてきてやけどなどをしたりするので、揺れが収まるまで待ちましょう。
- 食器棚や冷蔵庫が倒れてくるだけでなく、中身が飛び出してくることもあるので注意しましょう。
- コンロの近くの場合、調理器具が滑り落ちてくる場合があるので、コンロの近くから離れ、揺れが収まったら落ち着いて火を消しましょう。
- 揺れを感じて自動的にガスの供給を停止するガス漏れ遮断器(ガスマイコンメーター)がほとんどのご家庭に設置されています。特性や使い方を十分に理解してお



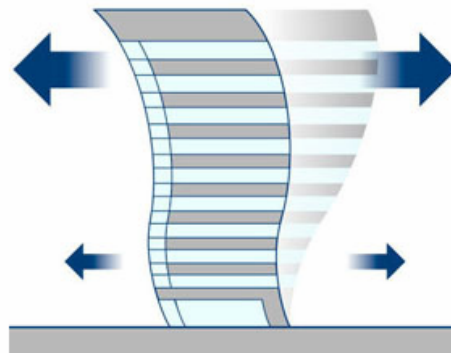
(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 5

2. マンション

高層階では、地表より揺れが大きくなることがあるので注意しましょう。

- 丈夫な机などの下に身を隠し、揺れが収まるのを待ちましょう。
- 高層階での地震は、揺れ始めは遅く、揺れ出すと長く揺れ、揺れ幅も大きくなる傾向があります。
- 日頃から非常口の確認をしておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 6

3. 職場

職場ではキャビネットや棚、ロッカー、コピー機などから離れ、頭部を守り、机の下に隠れるなど身を守りましょう。

- 窓ガラスが割れることがあるので、窓際から離れましょう。
- OA機器などの落下に注意しましょう。
- 常日頃から整理整頓をするなど職場環境をよくしておきましょう。
- 外へ逃げるときは落下物などに注意し、エレベーターは使わないようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 7

4. スーパー・デパート

バックや買い物かごなどで頭を保護し、ショーケースなど倒れやすいものから離れましょう。

- エレベーターホールや比較的商品の少ない場所、柱付近に身を寄せましょう。
- ガラス製品や瀬戸物、その他、陳列棚の商品などの落下・転倒に注意しましょう。
- 慌てて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。
- エレベーターが動いていたとしても、エレベーターによる避難はしないようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 8

5.映画館・劇場

バックなどで頭を保護し、座席の間に身を隠して、揺れが収まるのを待ちましょう。

- 天井からの落下物や窓ガラス等にご注意しながら、安全な場所に避難しましょう。
- 停電しても誘導灯や非常灯がつきますので、慌てずに、係員の指示に従いましょう。
- 慌てて出口や階段に殺到しないようにしましょう。
- 事前に避難口を確認しておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 9

6.地下街

慌てずに、バックなどで頭を保護し揺れが収まるのを待ちましょう。

- 停電になっても、非常照明がつくまでむやみに動かないようにしましょう。
- 地下街では60メートルごとに非常口が設置されているので、一つの非常口に殺到せず地上に落ち着いて脱出しましょう。
- 脱出するときは、壁づたいに歩いて避難しましょう。
- 火災が発生しなければ比較的安全なので、慌てずに行動しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 10

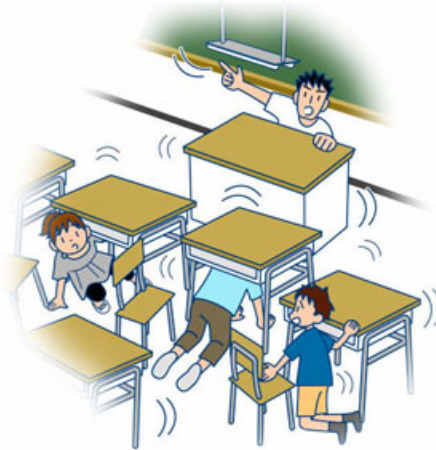
7.学校

教室では、机の下に潜って落下物などから身を守り、慌てて外に飛び出すなど勝手な行動はせずに、教職員の指示に従いましょう。

●廊下、運動場、体育館などでは、中央部に集まってしゃがみましょう。

●実験室などで薬品や火気に注意し、避難しましょう。

●通学路が危険なこともあるので、勝手に帰宅しないようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 11

8.エレベーター

全ての階のボタンを押し、最初に停止した階でおりるのが原則ですが、停止した階で慌てておりるのではなく、階の状況を見極めるのも大切です。

●地震の時は同様に閉じこめられている人も大勢いると予想されます。救助にすぐに駆けつけてくれるとは限りません。

●エレベーターに閉じこめられても、焦らず冷静になって「非常用呼び出しボタン」等での連絡を取る努力をしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 12

1. 住宅地

強い揺れに襲われると、住宅地の路上には落下物や倒壊物があふれます。

●住宅地の路地にあるブロック塀や石塀は、強い揺れで倒れる危険があります。揺れを感じたら塀から離れましょう。

●電柱や自動販売機も倒れてくることがありますので、そばから離れましょう。

●屋根瓦や二階建て以上の住宅のベランダに置かれているエアコンの室外機、ガーデニング用のプランターなどが落下してくることがあります。頭の上も注意しましょう。

●強い揺れが起きると、耐震性能の低い住宅が倒壊する場合があります。これにより瓦礫や窓ガラスが道路内に散乱する可能性もありますので、揺れを感じたら周辺



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 13

2. オフィス街・繁華街

中高層ビルが建ち並ぶオフィス街や繁華街では、窓ガラスや外壁、看板などが落下してくる危険性があります。

●オフィスビルの窓ガラスが割れて落下すると、時速40～60kmで広範囲に拡散します。ビルの外壁や張られているタイル、外壁に取り付けられている看板などが剥がれ落ちることもあります。鞆などで頭を保護し、できるだけ建物から離れましょう。

●繁華街では、オフィス街には少ない、店の看板やネオンサインなどの落下・転倒物がかかります。強い揺れに襲われた際には十分注意しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 14

3. 海岸

海岸で強い揺れに襲われたら、一番恐ろしいのは津波です。避難の指示や勧告を待つことなく、安全な高台や避難地を目指しましょう。

- 近くに高台がない場合は、3階建て以上の建物を目指し、3階より上に上がります。
- 津波は繰り返し襲って来て、第一波の後にさらに高い波が来ることもあります。いったん波が引いても絶対に戻ってはいけません。
- 避難標識が整備されている場合には避難する際の目安になります。
- 海水浴中の場合は、監視員やライフセーバーがいる海水浴場では指示に従って避難しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 15

5. 山・丘陵地

落石に注意し、急傾斜地など危険な場所から遠ざかりましょう。

- 登山やハイキングで山にいる時に強い揺れに襲われた場合には、まず落石から身を守りましょう。
- 地震で地盤がゆるみ、崩れやすくなっている可能性がありますので、ガケや急傾斜地など危険な場所には近づかないようにしましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 16

1. 運転中の場合

急ブレーキを踏めば予想外の事故を引き起こすことにつながります。

●揺れを感じたら

1: 急ブレーキは禁物です。ハンドルをしっかり握り、前後の車に注意しながら徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車します。

2: エンジンを切り、揺れがおさまるまでは車外に出ず、カーラジオから情報入手します。

3: 避難の必要がある場合は、車のキーはつけたままにし、ドアをロックしないで、窓を閉めます。

4: 連絡先が見えるところに書き、車検証などの貴重品を持ち、徒歩で避難します。

●車での避難は、緊急自動車などの妨げになりますのでやめましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 17

2. 鉄道

緊急停車に備え、ケガをしないように姿勢を低くしたり、手すりやつり革をしっかり握りましょう。

●強い揺れを感知すると電車は緊急停車します。

●座席に座っている場合には、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護し、立っている場合には手すりやつり革をしっかり握って転倒しないようにしましょう。

●停車後は、乗務員の指示に従いましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 18

5. バス

急ブレーキが踏まれる場合もあります。ケガをしないように姿勢を低くしたり、手すりやつり革をしっかり握りましょう。

- 強い揺れを感じた場合に、危険を回避するために急ブレーキが踏まれることもあります。
- 座席に座っている場合には、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護し、立っている場合には手すりやつり革をしっかり握って転倒しないようにしましょう。
- 停車後は、乗務員の指示に従いましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 19

1. 身の安全の確保

まずは周囲を確認。身の安全を確保しましょう。

- あわてて行動すると、転倒した家具類、飛び散ったガラスの破片等でケガをする恐れがあります。
- 小さな揺れの時、又は揺れがおさまった後に、窓や戸を開け、出口を確保しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 20

2. 避難の判断

正しい情報に基づいた判断を！ それがあなたの運命を左右します。

●災害が発生したときにはデマが飛び交いがち。噂に惑わされず、テレビ、ラジオ、役場等からの情報に注意し、正しい状況の把握に努めましょう。

●役場から避難の指示・勧告等が出たら、それに従いましょう。

●役場からの指示・勧告等がなくても、身の周辺に危険が迫っていると判断した場合は、ためらうことなく避難しましょう！

●消防署、警察等は救急・救助活動等に迫られていることが予想されます。災害状況の問い合わせ等はこれらの活動に支障をきたすのでやめましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 21

3. 避難の行動 ・家を出るとき

避難するときも周囲を確認。思わぬ事故に遭う恐れがあります。

●外に出るときも周囲の確認を。ガラスや看板等が落ちてくる可能性があります。

●避難する時には、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。

●我が家の安全を確認後、近所にも声をかけて安否を確認しましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 22

3.避難の行動・火災に遭遇した場合

火災では煙が死亡要因の多くを占めています。冷静な避難行動をとりましょう。

- 日頃から火災が発生した場合に備えて避難ルートを確認しておきましょう。
- 火災報知設備の警報を聞いたときは、状況を確認するとともに、速やかな行動を心がけましょう。
- 煙が部屋や廊下に充満してきた場合は、ハンカチやタオルなどで口・鼻をしっかりと覆い、煙を吸わないよう姿勢を低くして避難しましょう。



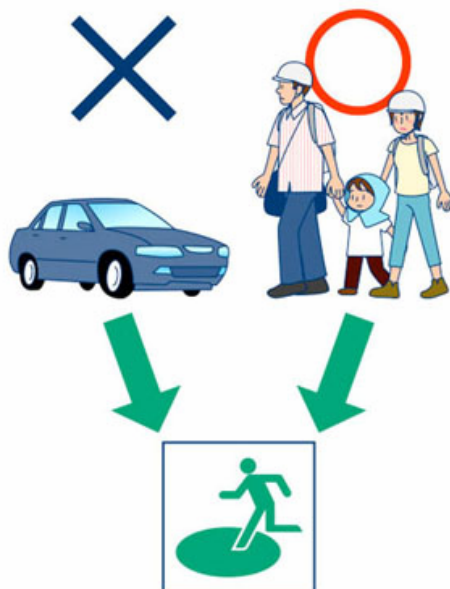
(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 23

3.避難の行動・避難方法

避難するときに車を使うと混乱を来す場合があります。

- 避難する時は原則として徒歩で避難しましょう。車を使うと渋滞を引き起こし、消防・救急活動などに支障を来します。
- 普段歩いている道も混乱して、歩きにくくなっている恐れがあります。携帯品は歩きやすいよう背負える範囲のものにとどめ、服装は活動しやすいものにしましょう。
- 最寄の小・中学校などが避難所に指定されています。また、さらに危険性がある場合は広域避難場所に避難する必要がありますので、身の回りの避難所や広域避難場所を日ごろからチェックしておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 24

4. 帰宅困難者・帰宅の判断

遠距離を無理に帰宅しようとする、却って二次災害を引き起こす恐れもあります。むやみに移動しないようにしましょう。

●通行できる道路が限られ、また駅などには人が押し寄せてパニックが発生する恐れがあり、消防活動などに支障を生じる恐れもあります。

●家族の安否が心配な場合は、公衆電話、NTTの災害伝言ダイヤル171、携帯電話の災害伝言板で家族と連絡を取り、安全が確認できたら、無理に避難する必要はありません。

●帰宅することだけを考えるのではなく、状況に応じて、自分がいる地域の救援活動に参加することも考えましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 25

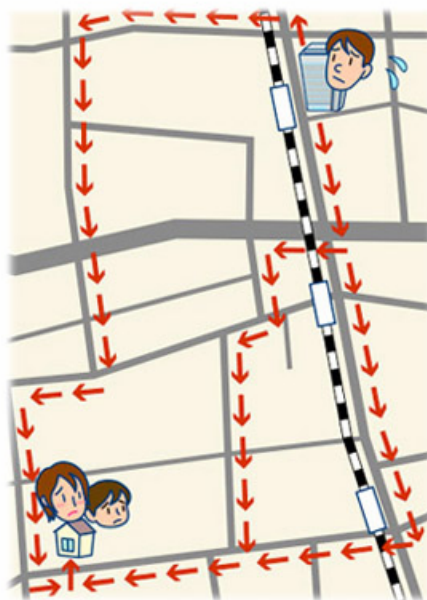
4. 帰宅困難者・帰宅方法

地震が起きると普段通っている道路も通行困難になります。普段から自分で帰宅ルートを書くなどして、道路の状況を確認しておきましょう。

●徒歩で帰宅する場合に備えて、普段から帰宅ルートを確認しておきましょう。災害時に通行止めになったり、混乱が発生する恐れが高いルートは出来るだけ避けましょう。

●夜は特に足下が見えにくく危険です。特に自宅まで遠距離の人は時間帯もよく考えて行動しましょう。

●災害時には、情報提供などを行う帰宅困難者支援施設として、学校や公共施設、コンビニエンスストア、ガソリンスタンドなどが指定されるケースが増えてきています。これらの施設も併せて確認しておきましょう。



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■地震が起きたときの行動 26

5. 救出・救護 ・初期消火

強い揺れではまず身の安全を確保してから火を消しましょう。

●大きな揺れの時は、一度机の下などに身を伏せ、揺れが収まるのを待ってから火を消しましょう。

●火災になった場合は、周りの人に大きな声で助けを求めるとともに、手近にある消火器などで初期消火をしましょう。

●もし初期消火ができず天井まで火が広がってしまったら、自分や他の住人の安全を確保するとともに、消防隊や消防団へ助けを求めてください。

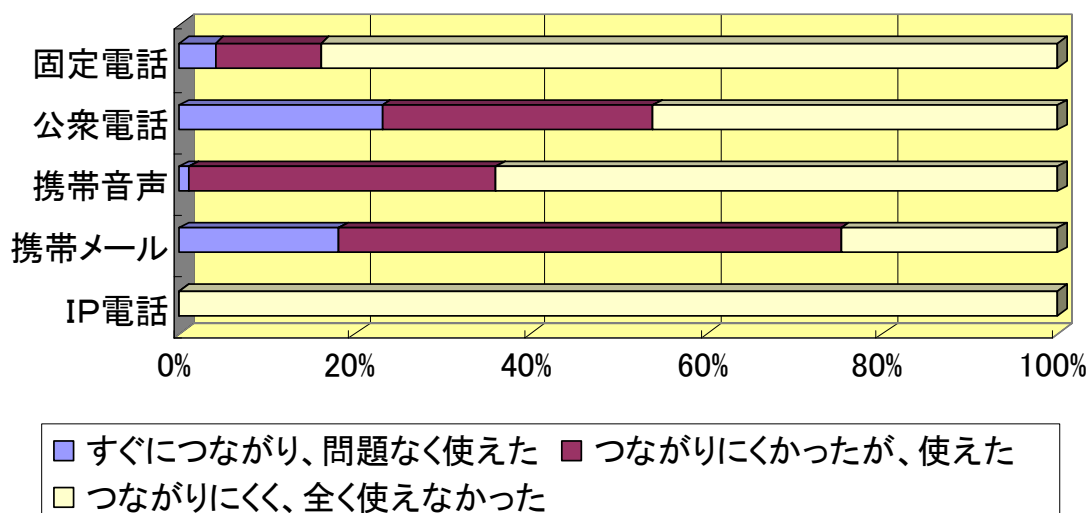
●消防隊が到着するまで、近所の人たちや自主防災組織の人などと協力して、近隣の住民(特に子供や高齢者などの要援護者)の避難を確認し、バケツリレーなど



(出典) 消防庁防災マニュアルー震災対策啓発資料ー

■安否確認 1 電話は使えない！

各通信メディアの疎通状況(新潟県中越地震 十日町市)



(出典) 災害時における携帯メディアの問題点 中村功他

NTTドコモモバイル社会研究所 2005.3

■安否確認3 災害用伝言ダイヤル171

「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って、伝言の録音・再生を行ってください。

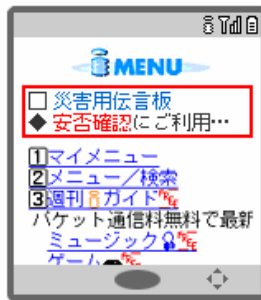
The diagram illustrates the disaster message dialing system (171). At the center is a yellow box with the number "171" in red. Above it is the text "災害用伝言ダイヤルセンタ" (Disaster Message Dialing Center). Below it is a speech bubble containing the text "伝言の録音・再生" (Recording and Playback of Messages). Four arrows point towards the center box, each labeled "再生録音" (Recording and Playback). The arrows originate from four locations: top-left (labeled "<被災地>" - Affected Area), top-right (labeled "<その他の地域>" - Other Areas), bottom-left (labeled "<避難所等>" - Evacuation Sites, etc.), and bottom-right (labeled "<避難所等>"). Each location is represented by a cartoon character using a mobile phone.

– 100 –

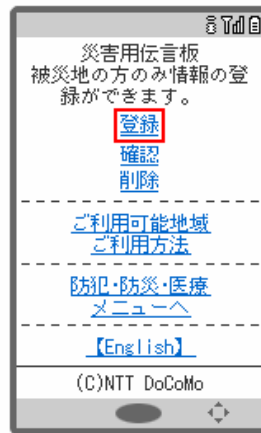
■安否確認4 災害用伝言板

メッセージの登録方法(ファミリー割引グループ以外)

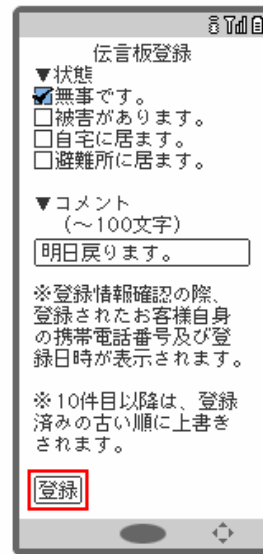
※ 本機能は、iモードご契約者で、且つ、登録可能エリアにいらっしゃるお客様のみご利用可能です。



[1] 「iMenu」のトップに表示される「災害用伝言板」を選択。



[2] 「災害用伝言板」の中の「登録」を選択。



[3] 現在の状態について「無事です。」などの4つの中から選択し、任意で100文字以内のコメントを入力します。

(出典) NTT ドコモホームページ

* 他の会社でも同様のサービスを実施

■安否確認5 公衆電話は優先電話



* 携帯電話の普及によって数が減ってきています。まちを歩くと、日頃から公衆電話の場所を確認しておくとい良いでしょう。

■安否確認6 停電時の固定電話の使用

◆停電時でも電話はつながりますが、最近の電話機の多くは、商用電源を使用していますので、停電時に電話が利用できないことがあります。

◆予めコンセントを抜いても使用できるかを確認しておきましょう。（コンセントを抜いた状態でも、受話器からツーツーと音がする電話は、停電でも使えます。）

Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと

3. 風水害による被害を最小限とするために

■ 日頃行うべき対策

- ◆危険箇所の確認
- ◆避難路の確認
- ◆家の壁、瓦、アンテナなどの確認や補修
- ◆家族の連絡方法の確認や非常持出品の備え
- ◆台風接近時：
 - ・ 風に飛ばされそうなものは室内に取り込む
 - ・ 倒れたり流されそうなものを固定
 - ・ 窓ガラス、窓枠の確認・補強

#インターネットにつながれば、下記コンテンツを通じ映像を交えて解説できる。

(出典)消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」災害の基礎知識コース「風水害」

<http://www.e-college.fdma.go.jp/kiso/01/kiso01.html>

Ⅲ 災害に備えて知っておくべきこと

4. 風水害による危険が迫った場合の行動

■危険が迫った場合の行動

- ◆警戒と早めの避難が命を救う
- ◆市町村からの防災行政無線に注意する
- ◆普段との様子の違い（前兆現象）に注意する
- ◆川や海に近づかない
- ◆外出中の飛来物に注意する・外出は控える
- ◆風の中での台風対策は近い
- ◆過去の災害の体験を過信してはいけない
- ◆地下に注意
- ◆車は早くあきらめる
- ◆マンホールや側溝などに注意
- ◆高齢者や障害者に気配りを

#インターネットにつながれば、下記コンテンツを通じ映像を交えて解説できる。

（出典）消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」：「風水害から身を守る」

<http://www.e-college.fdma.go.jp/top.html>

IV 本市（町村）の防災

1. 緊急時に本市（町村）から 発表される情報

■緊急時に本市(町村)から発表する 情報

情報の名称	発表の基準
避難準備情報 (ひなんじゅんびじょうほう)	
避難勧告 (ひなんかんこく)	
避難指示 (ひなんしじ)	

《参考》避難措置に関する用語

避難準備情報	—	避難に時間がかかる高齢者や障害者らのために、通常の避難勧告(避難行動を開始すべき段階)や避難指示(生命への危機が迫っている段階)に先だって発令し、いち早く安全な場所に逃げてもらうための情報である。
避難勧告	60条	避難のための立ち退きを勧め又は促す行為(従わない場合の罰則無)
避難指示	60条	被害の危険が目前に切迫している場合等に発せられ、「勧告」よりも強く、避難のための立ち退きを促す行為(従わない場合の罰則無)

IV 本市(町村)の防災

2. 本市(町村)の防災の現況

■本市(町村)の防災の現況 《耐震診断・補強の補助制度》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)の防災の現況 《避難所・避難場所の指定状況》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)の防災の現況 《備蓄物資の状況》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)の防災の現況 《防災行政無線の状況》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)の防災の現況 《消防団の状況》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■本市(町村)の防災の現況 《自主防災組織の状況》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

■災害時の本市(町村)の連絡窓口 《24時間体制》

* 地域防災計画等を基に市町村で作成

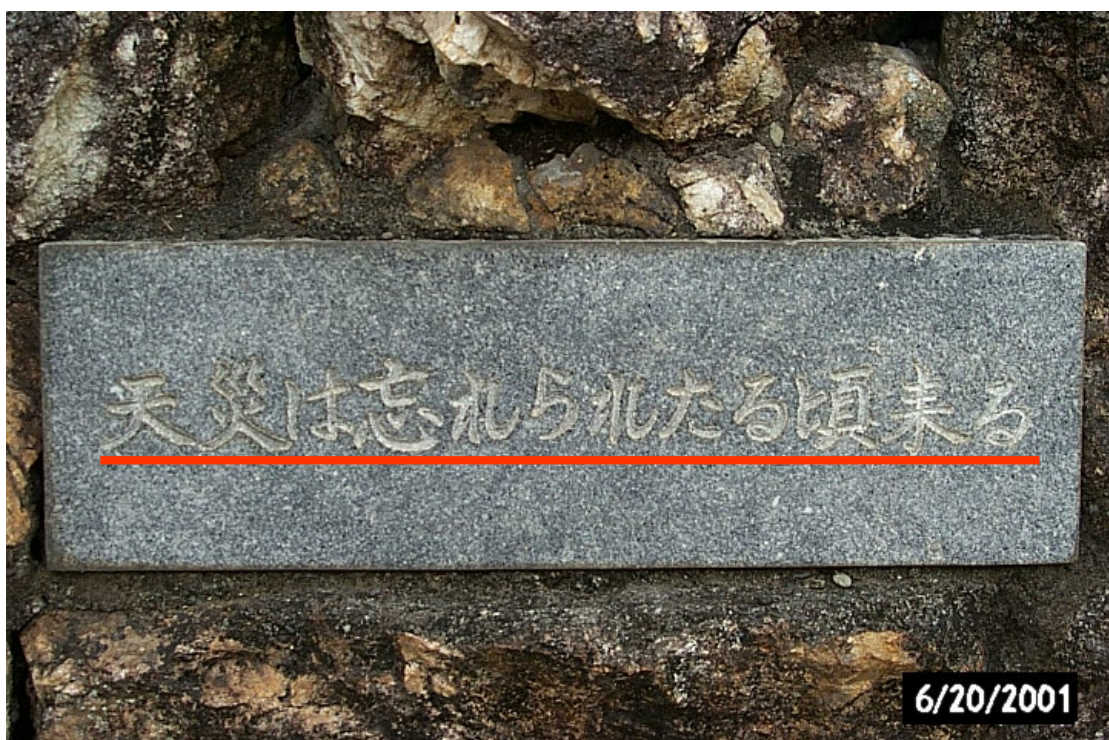
V 先人の教え

寺田寅彦、今村明恒、濱口梧陵

(参考) 消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」:「師範室」

<http://www.e-college.fdma.go.jp/shihan/shihan01.html>

■ 災害を忘れない【寺田寅彦】



(寺田寅彦記念館 高知市)

■被害を未然に防ぐ(予防)【今村明恒】 「不意の地震に不断の備え」



(関東大震災記念塔 東京数寄屋橋)

■災害の知識を身に付ける【濱口梧陵】 「津波」を知っていた濱口梧陵



(「稲むらの火」のモデルとなった濱口梧陵の像 和歌山県広川町役場前)

5. 參考資料

(1) 検討委員会設置要綱

防災研修カリキュラム・講師用教材の検討及び作成に関する検討委員会 設置要綱

1. 目的

大規模災害時において、被災初期の地域住民による応急活動は極めて重要であり、これまでも各自治体で防災研修等を実施し、地域防災力の強化を図ってきたところである。しかしながら、防災研修の実施状況等を見ると、地域住民の防災に関する知識技能レベルも多様であることなどから地域によって格差があるのが現状である。

そこで、地域住民の防災に関する知識技能レベルに対応した基本的なカリキュラム・講師用教材を作成するため、「防災研修カリキュラム・講師用教材の検討及び作成に関する検討委員会」（以下「本委員会」という。）を設置し、検討を行うものとする。

2. 検討項目

本委員会は、次に掲げる事項について検討する。

- (1) 基本的な防災研修カリキュラムに関する事項
- (2) 講師用教材に関する事項
- (3) その他、地域住民を対象とした防災研修に関する事項

3. 組織

- (1) 本委員会の委員は、学識経験者及び関係行政機関の職員等の中から（財）消防科学総合センター理事長が委嘱する。
- (2) 本委員会の委員長は、（財）消防科学総合センター理事長が委員の中から委嘱する。

4. 運営

本委員会の庶務は、財団法人消防科学総合センターが行う。

5. 雑則

この要綱に定めるものの他、本委員会の運営に関して必要な事項は委員長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成19年12月26日から施行する。

(2) 検討委員会委員名簿

防災研修カリキュラム・講師用教材の検討及び作成に関する検討委員会 委員名簿

委員長 池上 三喜子 財団法人市民防災研究所理事

委員 上山 健三 川口市総務部次長兼災害対策室長

萩野 透 所沢市消防本部警防課長

金谷 裕弘 総務省消防庁国民保護・防災部防災課長

関沢 愛 東京大学大学院工学研究科教授

中森 広道 日本大学文理学部准教授

日野 宗門 Blog 防災・危機管理トレーニング主宰

(以上 50音順)

事務局 杉原 隆光 総務省消防庁国民保護・防災部防災課理事官

鷹見 恭平 総務省消防庁国民保護・防災部防災課総務事務官

高橋 健二 総務省消防庁国民保護・防災部防災課総務事務官

黒田 洋司 (財)消防科学総合センター調査研究第2課長

小松 幸夫 (財)消防科学総合センター調査研究第2課研究員

(3) 解説資料に活用できる写真

① 地震—新潟県中越地震



建物被害（川口町内）



建物被害（川口町内）



まちの被害状況（川口町内）



救援物資（小国町）



仮設トイレ（小国町）



仮設風呂（小千谷市内避難所）

② 地震－能登半島地震



建物被害（輪島市門前町内）



建物被害（輪島市門前町内）



ブロック塀の倒壊（輪島市門前町内）



道路被害（輪島市門前町内）



災害対策本部の様子（輪島市）



災害対策本部の様子（輪島市）



プレスルーム（輪島市）



給水の様子（輪島市）

③ 地震—新潟県中越沖地震



建物被害（柏崎市内）



建物被害（柏崎市内）



まちの被害状況（柏崎市内）



ブロック塀の倒壊（柏崎市内）



災害対策本部の様子（柏崎市）



災害対策本部の様子（柏崎市）



避難所の様子（柏崎市内）



給水の様子（柏崎市内）



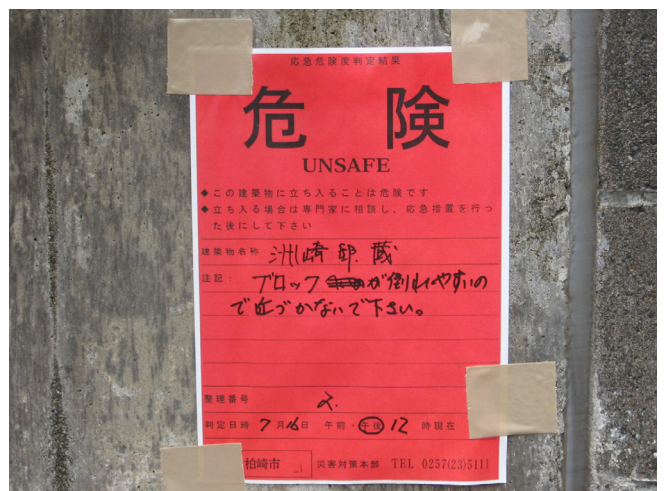
食料配給の様子（柏崎市内）



救護所（柏崎市内）



自衛隊による炊き出し（柏崎市内）



応急危険度判定結果の用紙（柏崎市内）

④ 津波



津波記念碑（大船渡市内）



津波記念碑（大船渡市内）



明治三陸大津波伝承碑（大船渡市内）



明治三陸大津波伝承碑の趣意（大船渡市内）



避難路（大船渡市内）



チリ地震津波水位表（大船渡市内）

⑤ 浸水災害—平成 16 年台風 21 号、平成 19 年 7 月梅雨前線による大雨—



仁淀川沈下橋越水（平成 19 年 7 月越知町内）



平常時の沈下橋（越知町内）



大河と化した仁淀川（平成 19 年 7 月越知町内）



平常時の仁淀川（越知町内）



宮の前公園水没（平成 16 年 10 月越知町内）



町道水没（平成 16 年 10 月越知町内）

⑥ 高潮災害—平成 16 年台風 16 号—



まち中での浸水状況（高松市）



まち中での浸水状況（高松市）



まちの中での浸水状況（高松市）



高松駅のアンダーパス（高松市）



災害廃棄物の様子（高松市）

⑦ 土砂災害—平成 18 年 7 月土石流災害—



家屋や車の被害（岡谷市内）



家屋や車の被害（岡谷市内）



集落の様子（岡谷市内）



集落の様子（岡谷市内）



土砂の流出（岡谷市内）



土石流が流れた跡（岡谷市内）

地域性サンプル ～川口市～

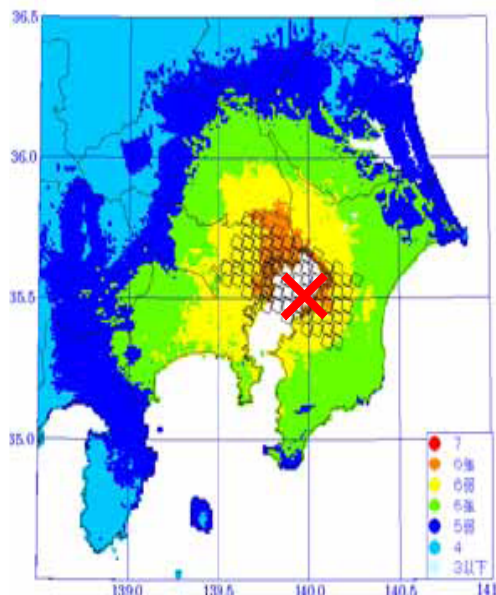
Ⅱ 災害の基礎知識

2. 本市(町村)で起き得る 地震・津波被害

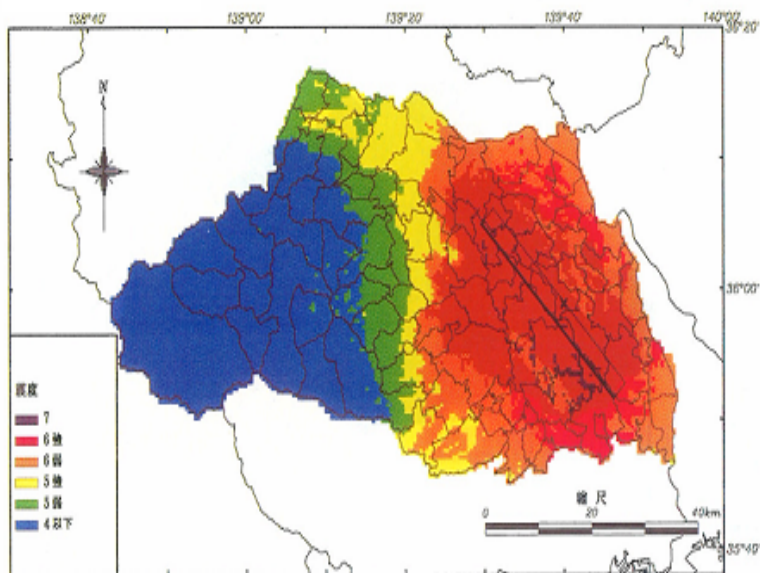
川口市の地震被害想定 〈川口市地域防災計画〉

東京湾北部地震 と 綾瀬川断層の地震

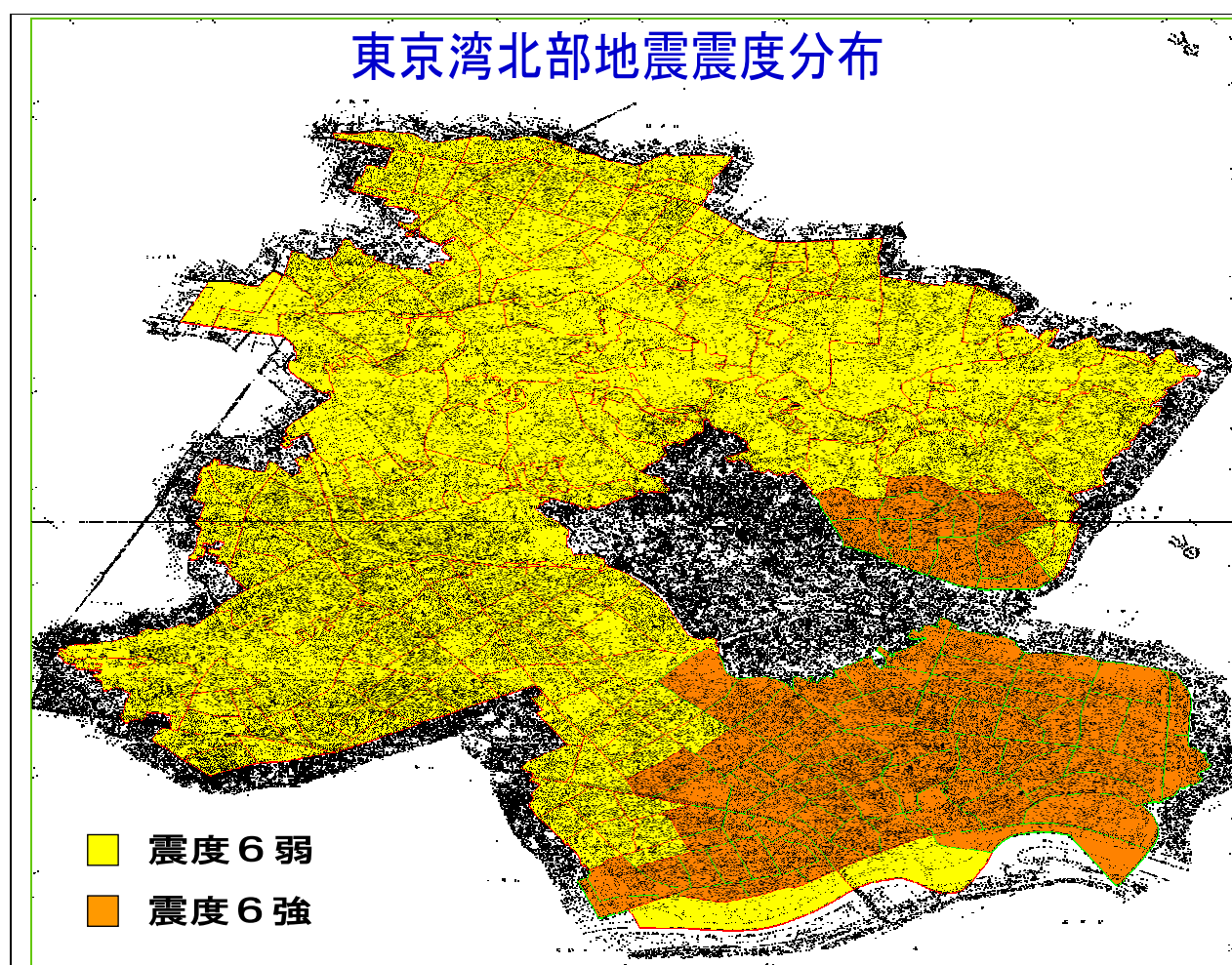
東京湾北部地震、M7.3



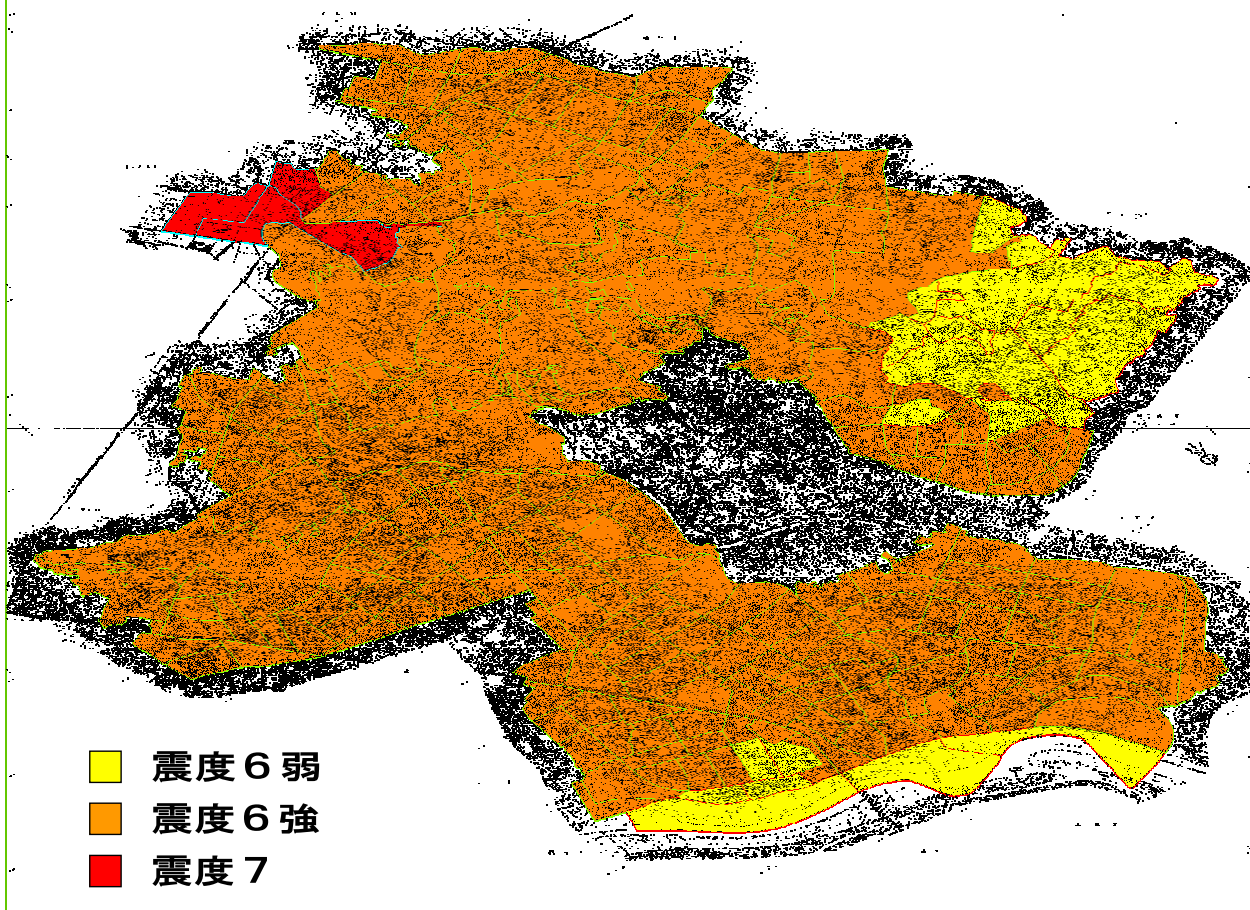
綾瀬川断層地震 (M7.4)



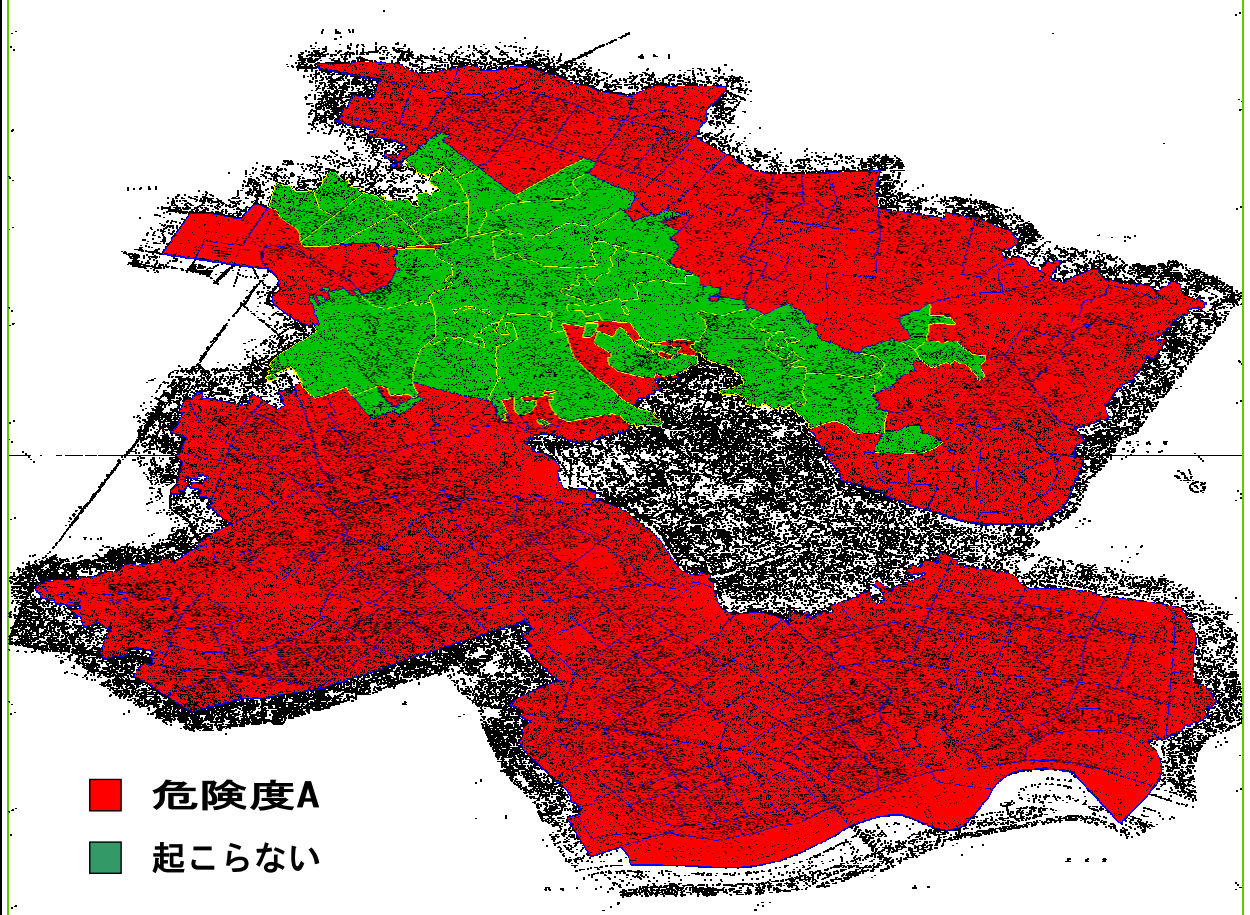
東京湾北部地震震度分布



綾瀬川断層の地震震度分布



地形分類による液状化危険度予測



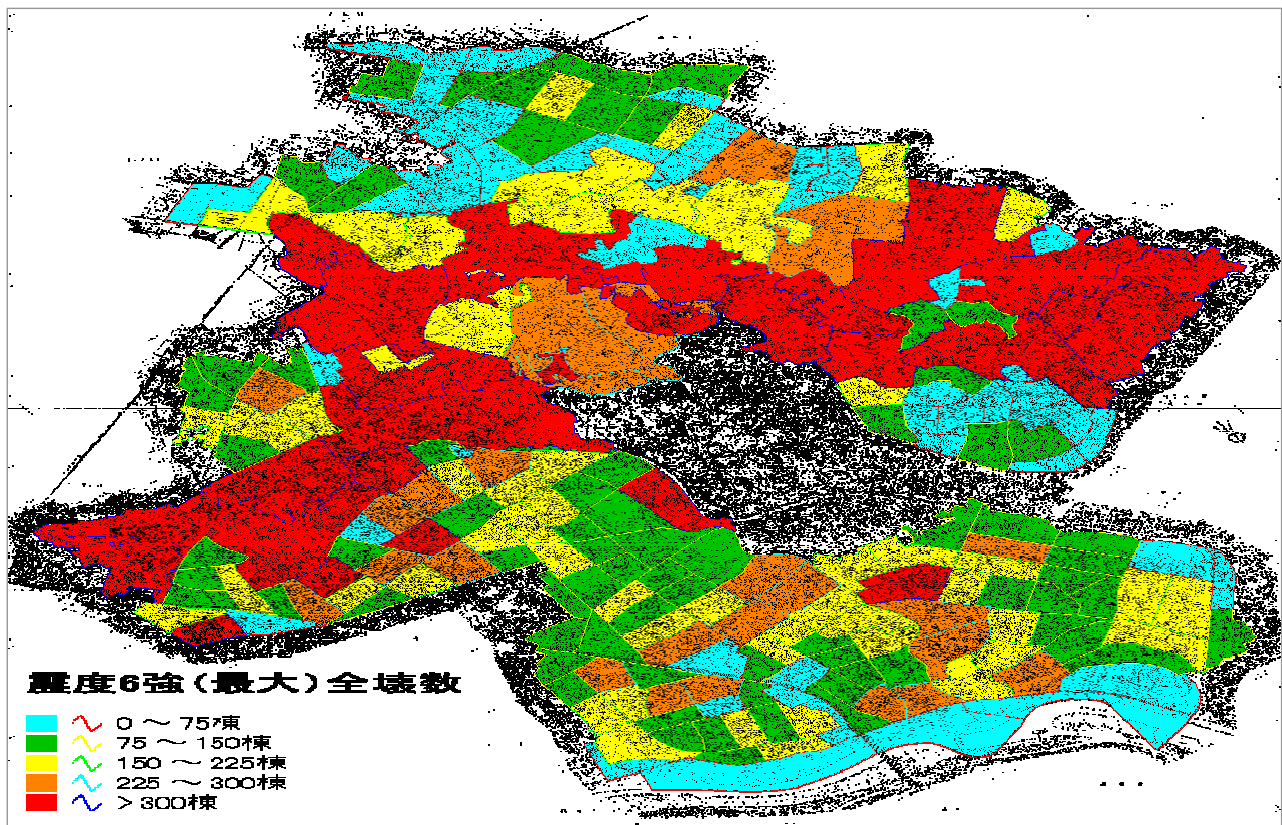
川口市の地震被害想定 の条件（平成18年度川口市地域防災計画）

〈防災アセスメント調査による想定（平成17年度）〉

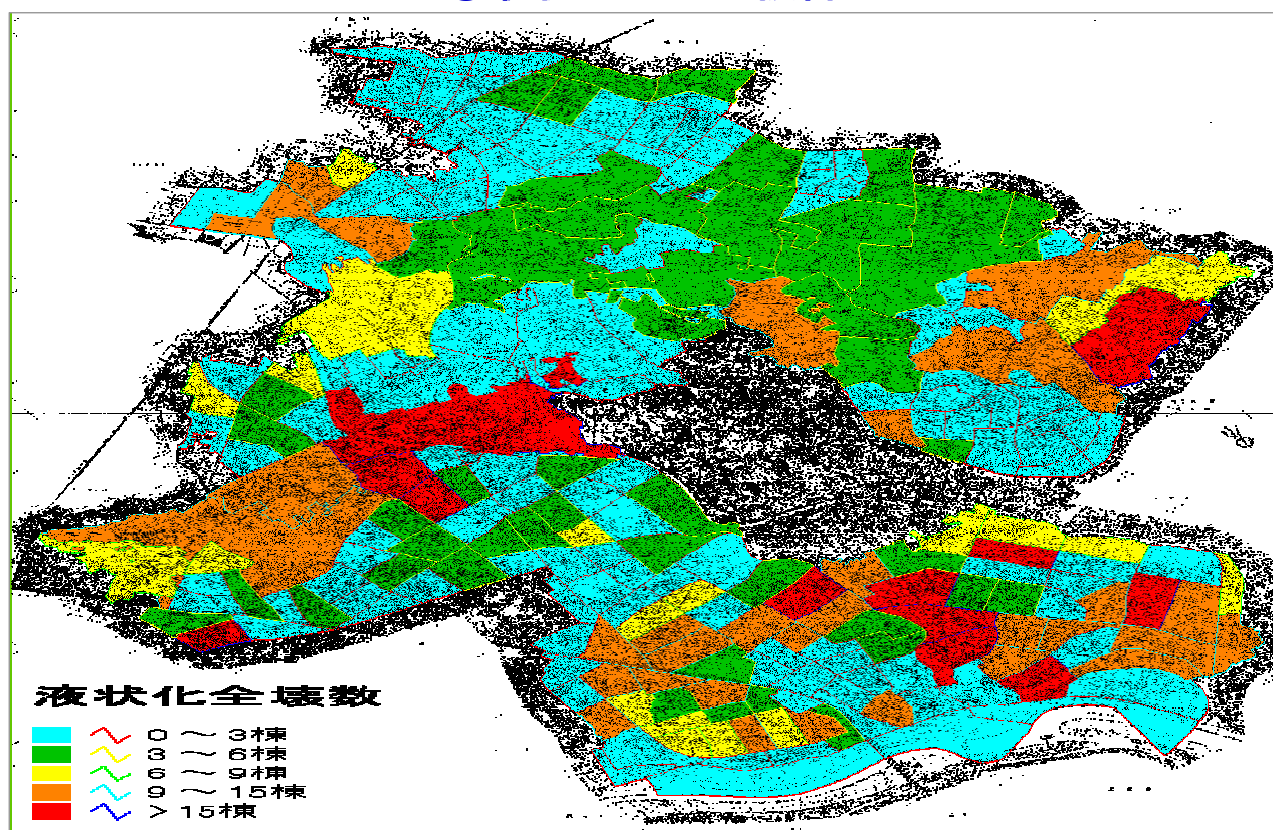
想定地震 「東京湾北部地震」「綾瀬川断層による地震」 震度6強		
被害対象における最大の被害をもたらす条件		
◎ 物的被害		
建築物	震度6強	
火 災	震度6強	冬・18時・風速14m
ライフライン・危険物施設	震度6強	震度6強
◎ 人的被害		
死者・災害時要援護者	震度6強	冬・5時・風速14m
負傷者・避難者	震度6強	冬・18時・風速14m
帰宅困難者	昼間	

1 建物被害想定

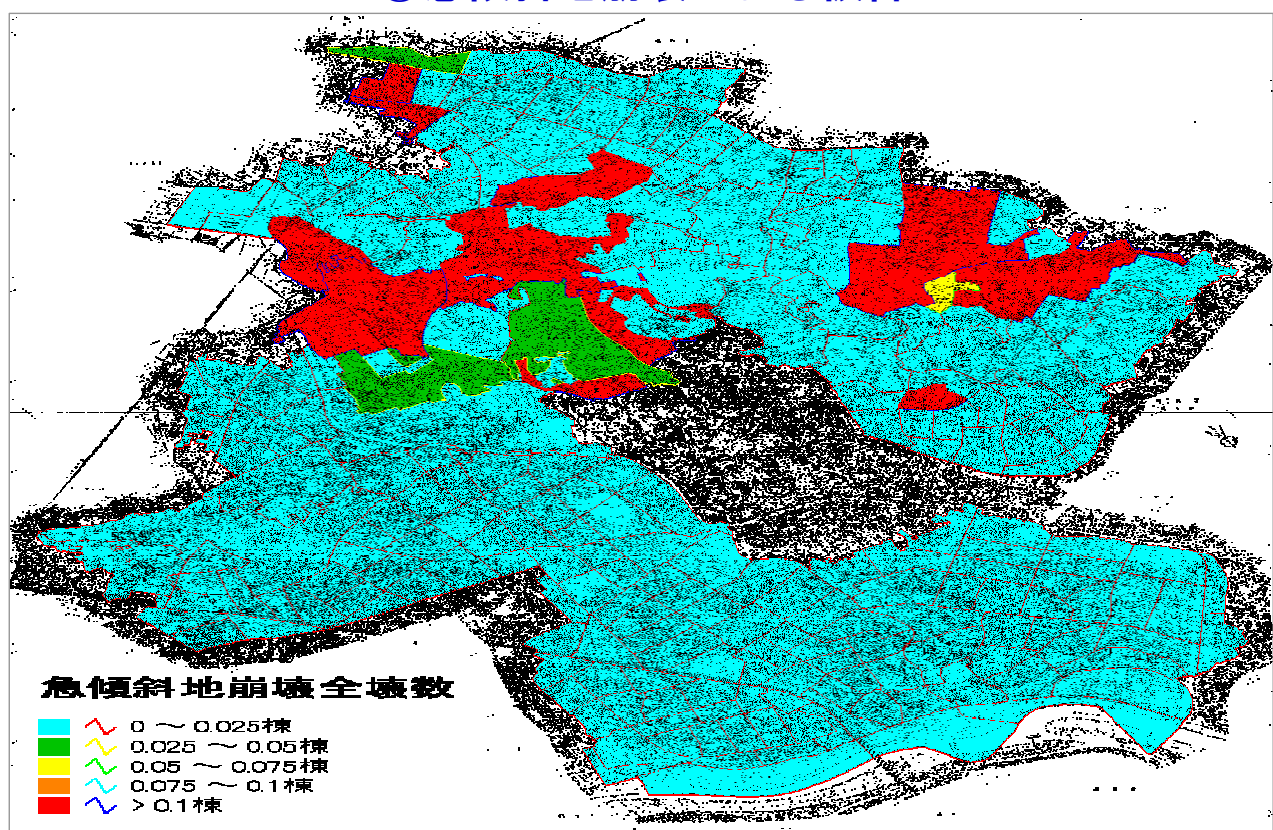
①ゆれによる被害



②液状化による被害

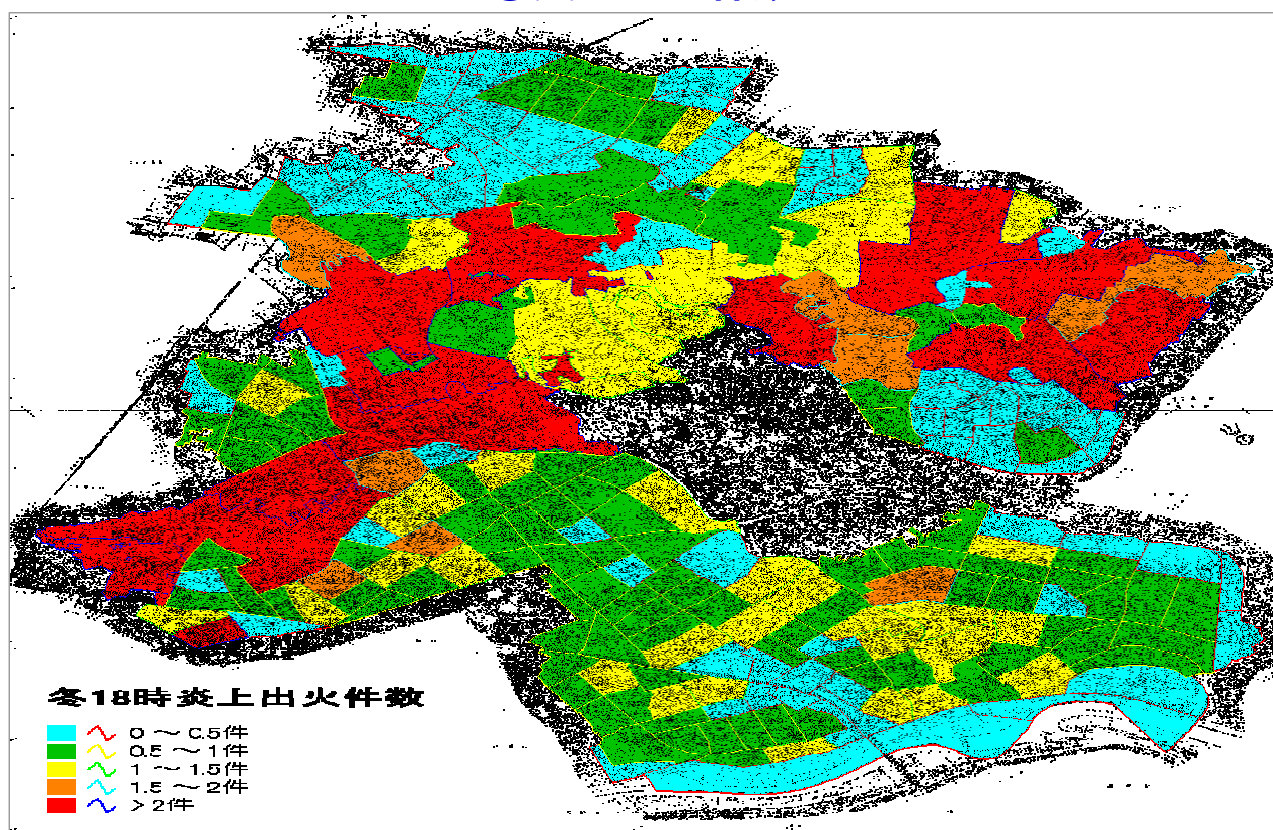


③急傾斜地崩壊による被害

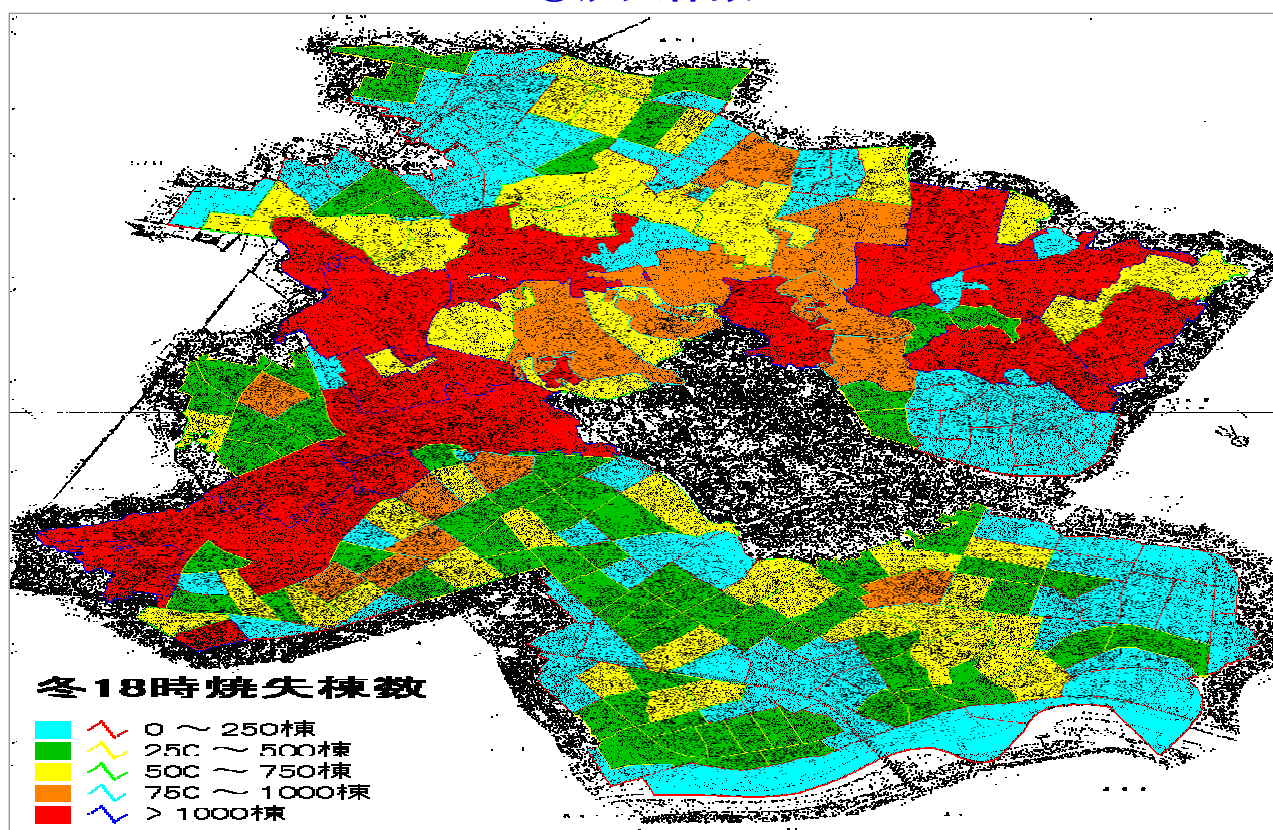


2 火災被害想定

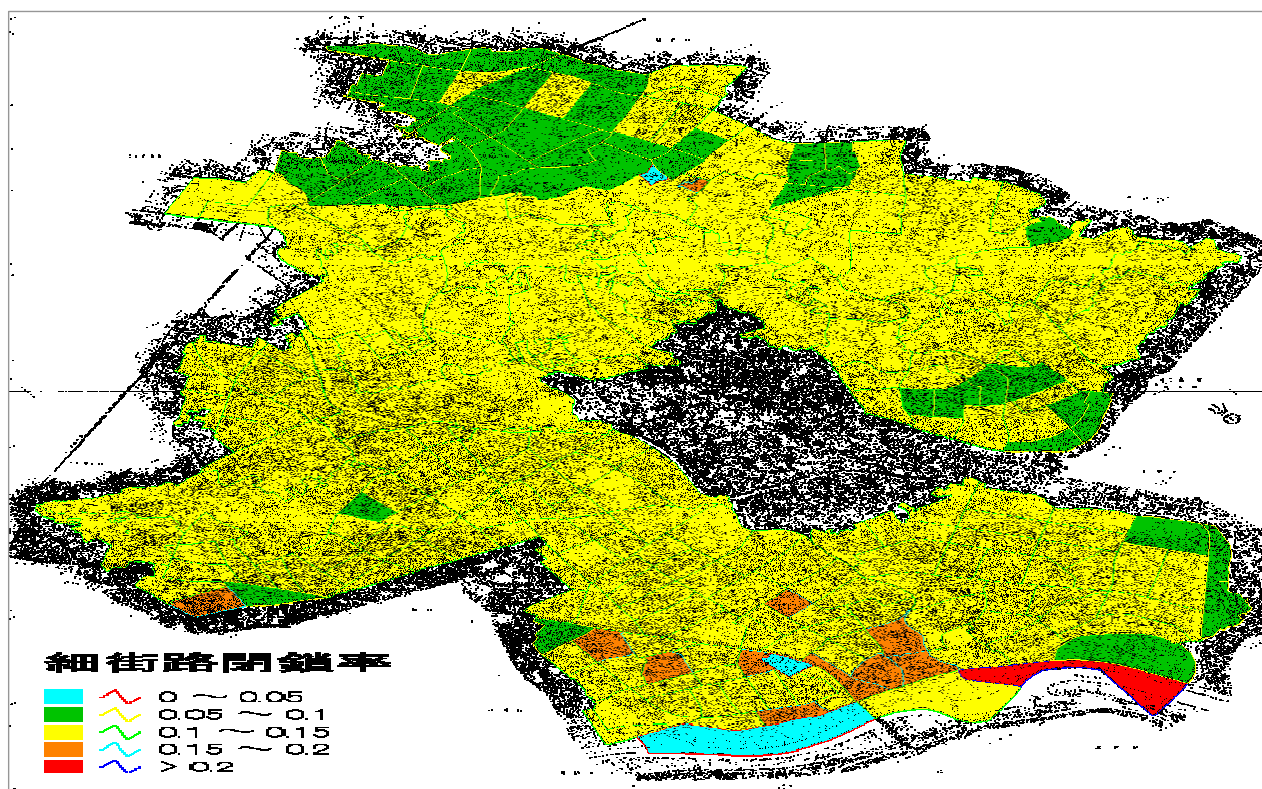
①炎上出火件数



②焼失棟数

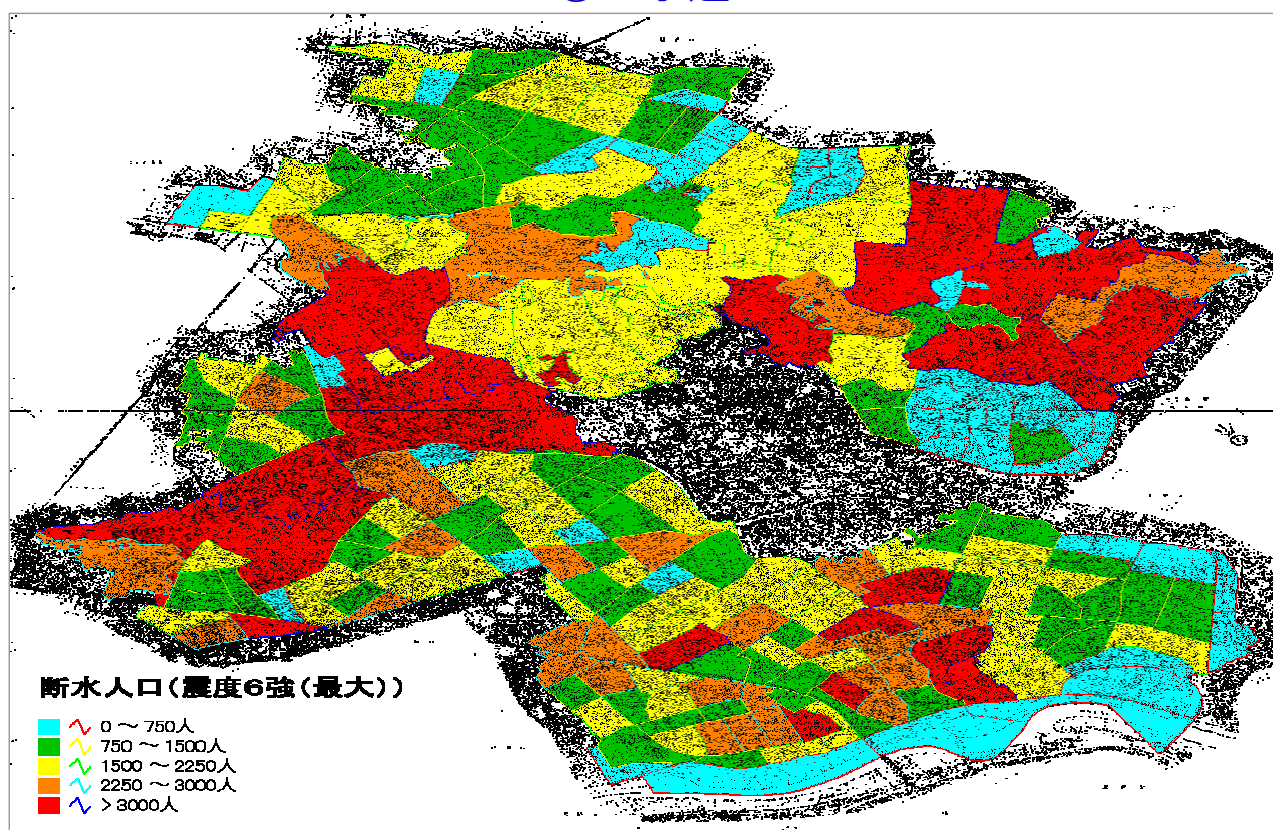


3 交通被害

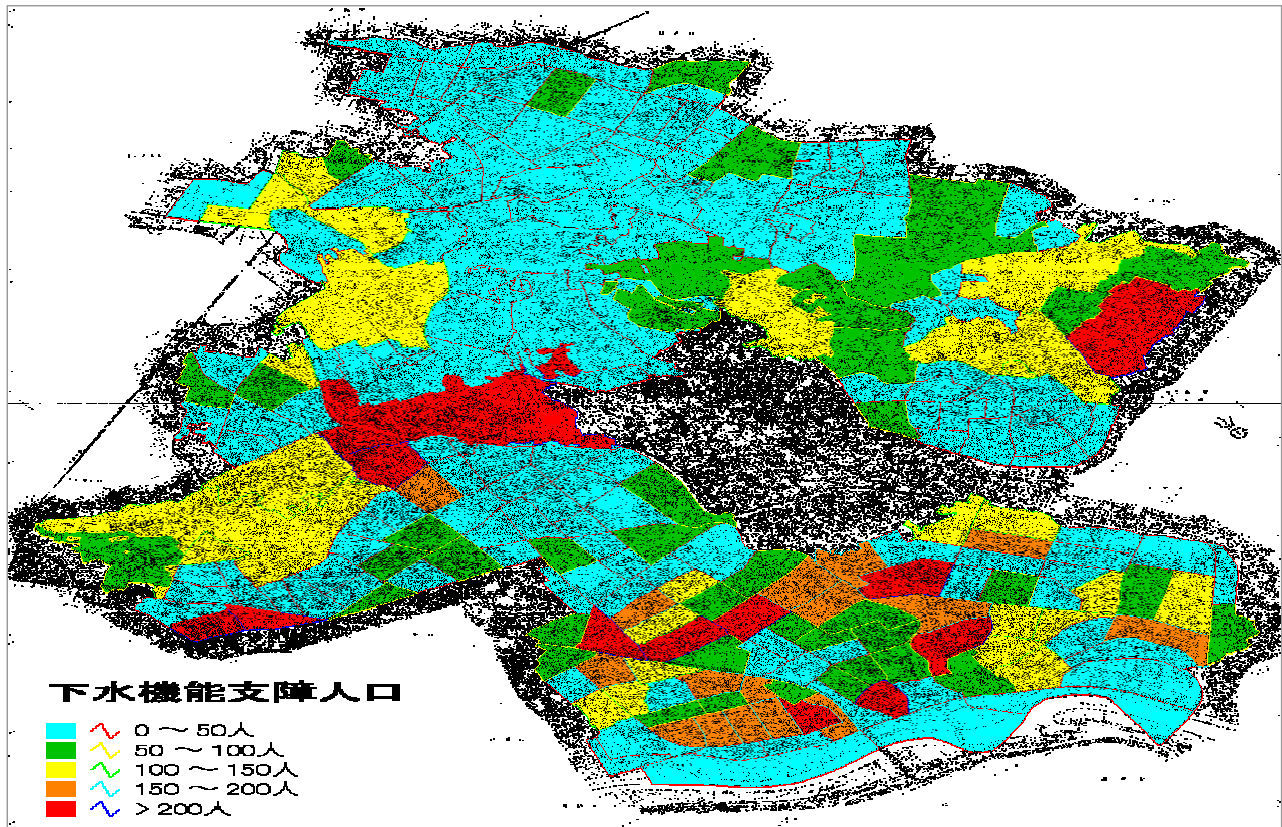


4 ライフライン被害

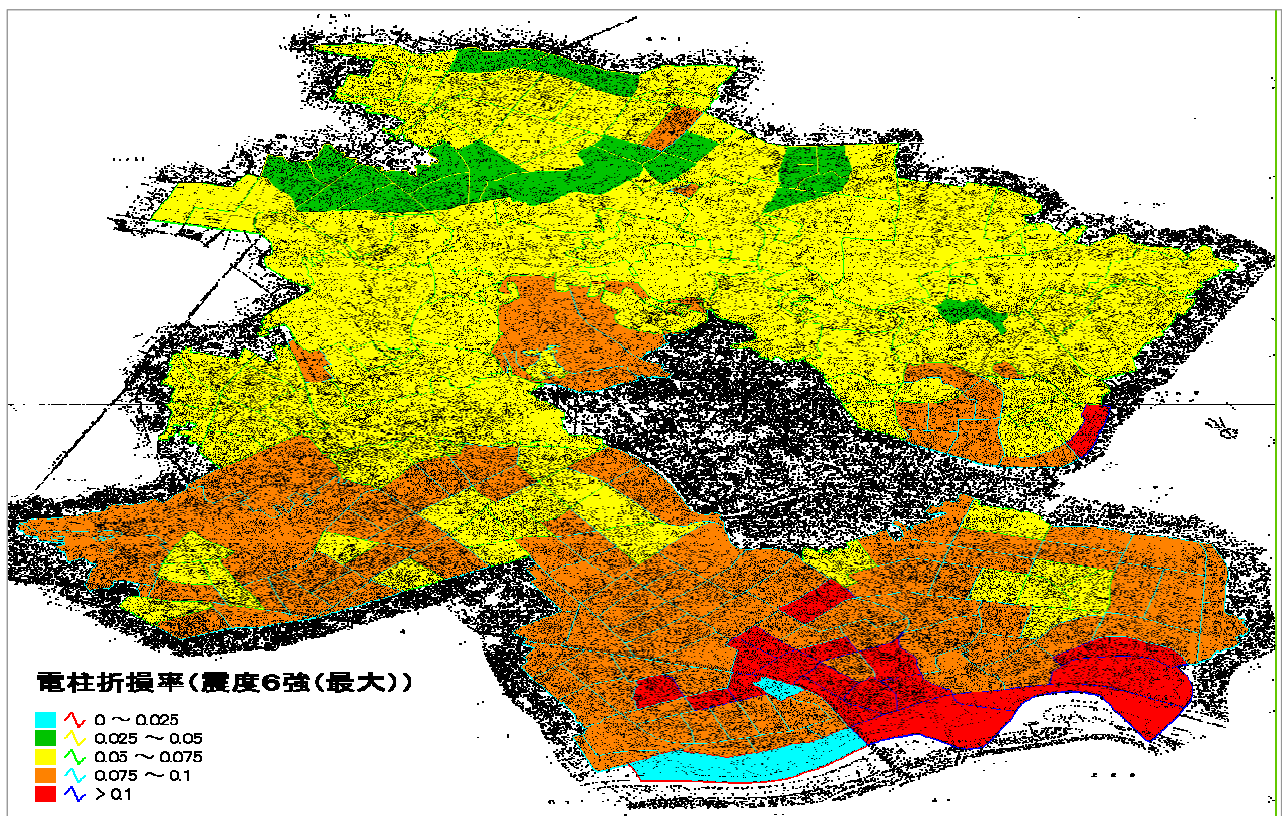
①上水道



②下水道

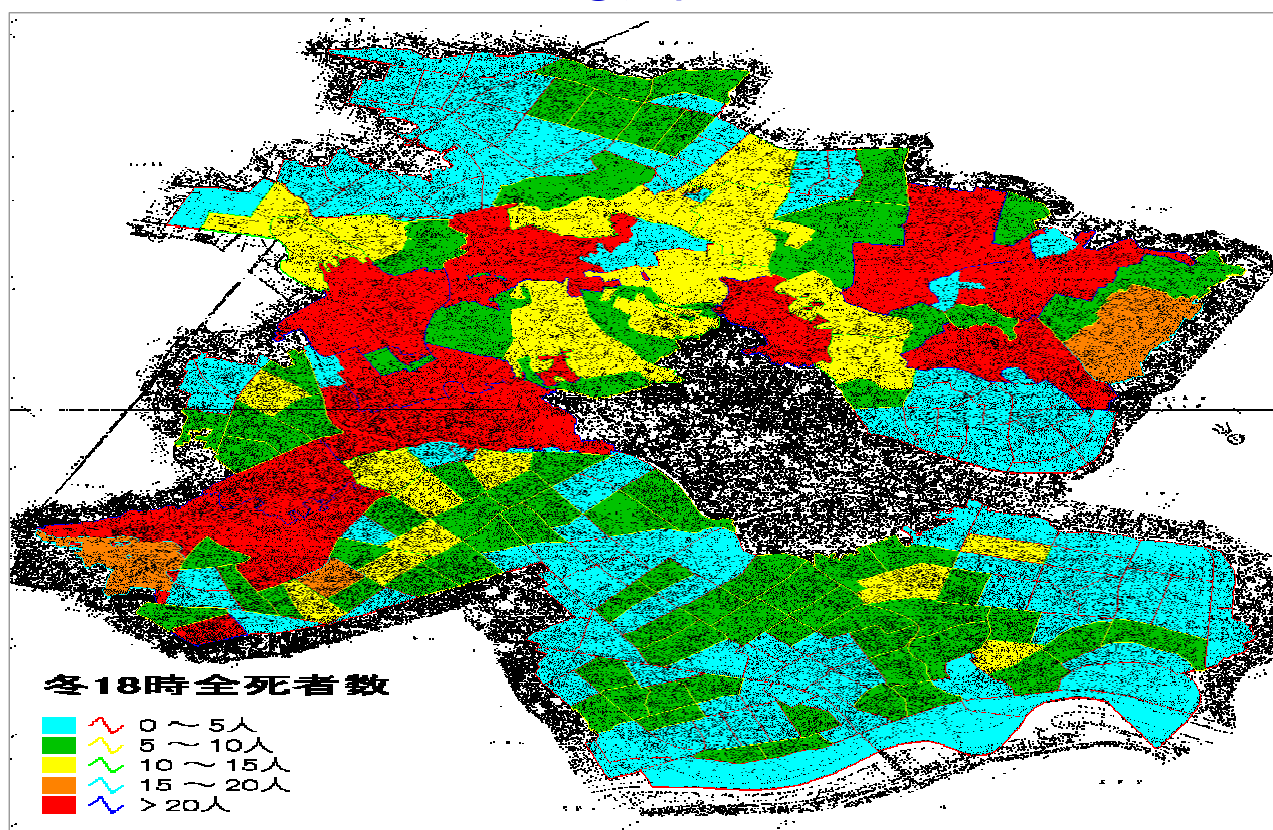


③電力

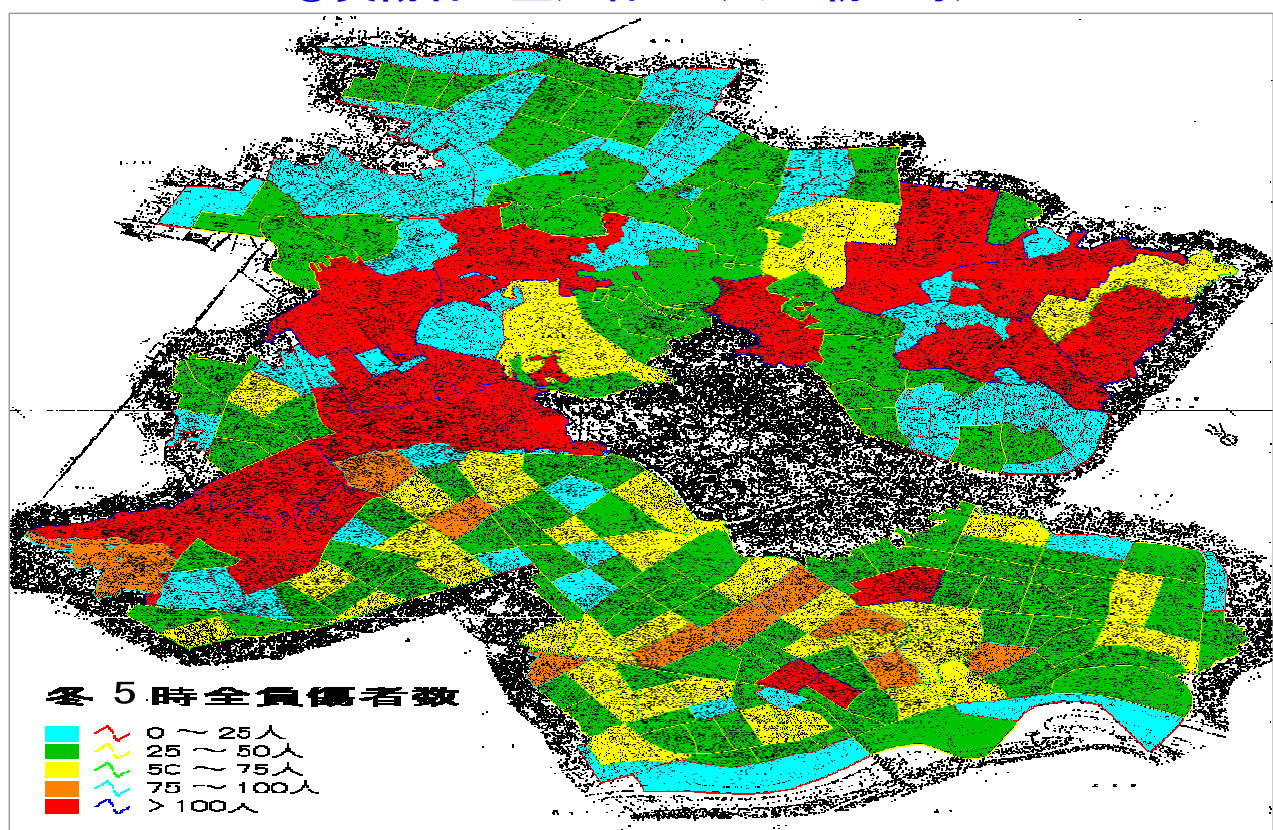


5 人の被害想定

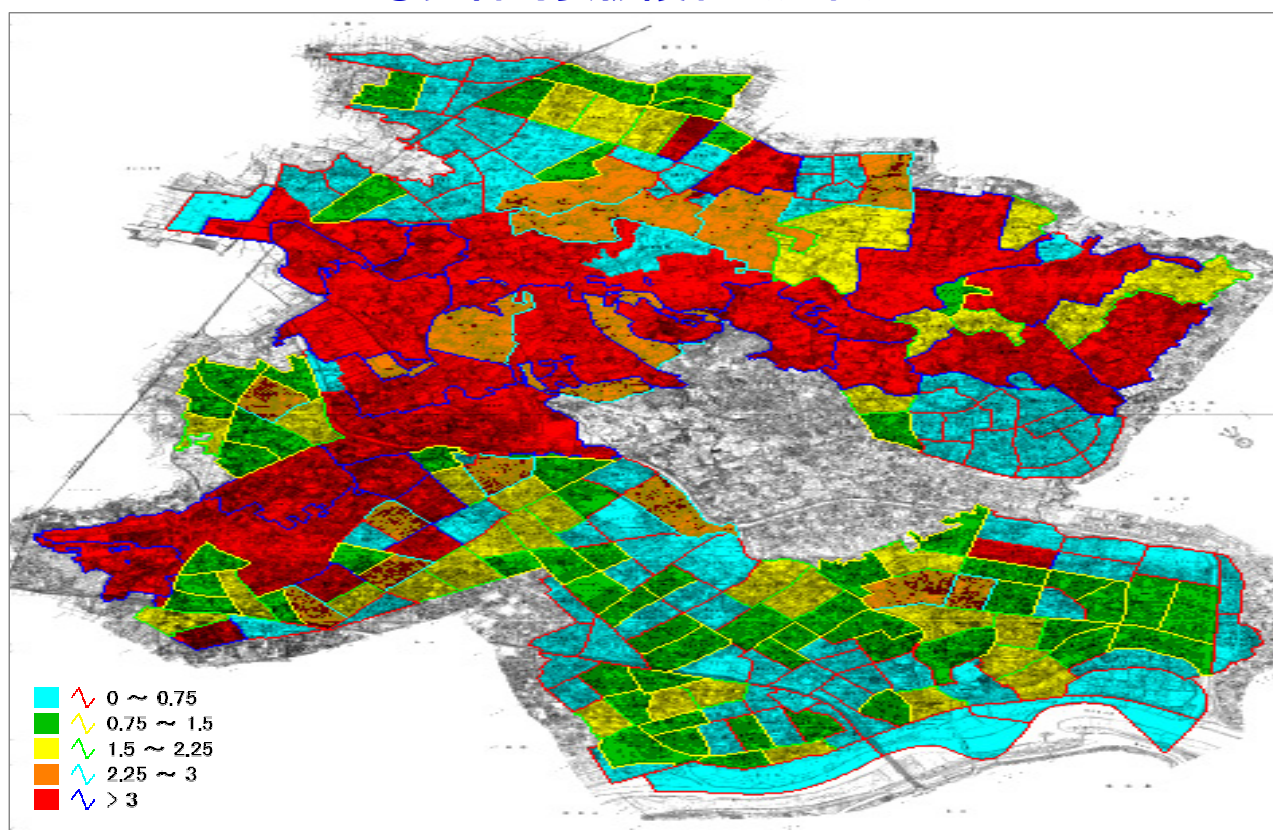
①死者



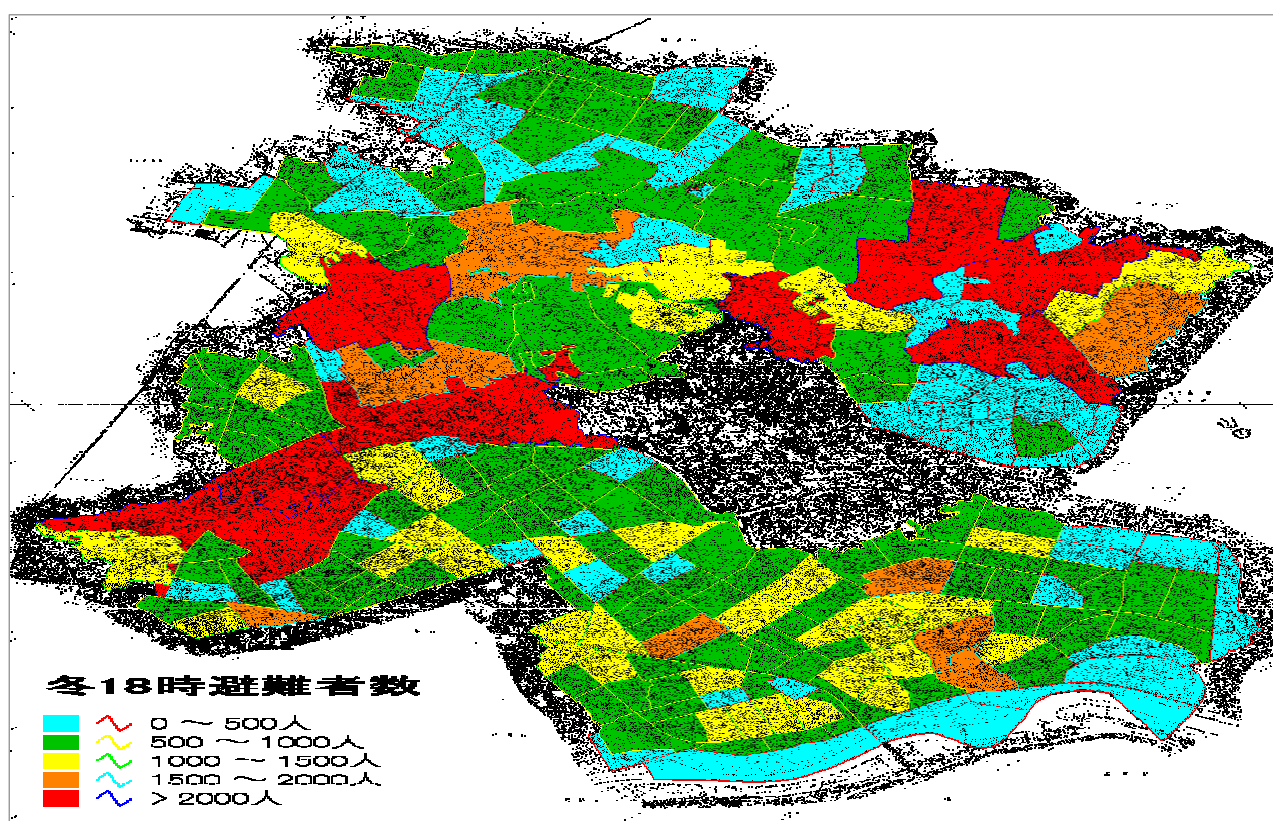
②負傷者・重症者（冬・朝5時）



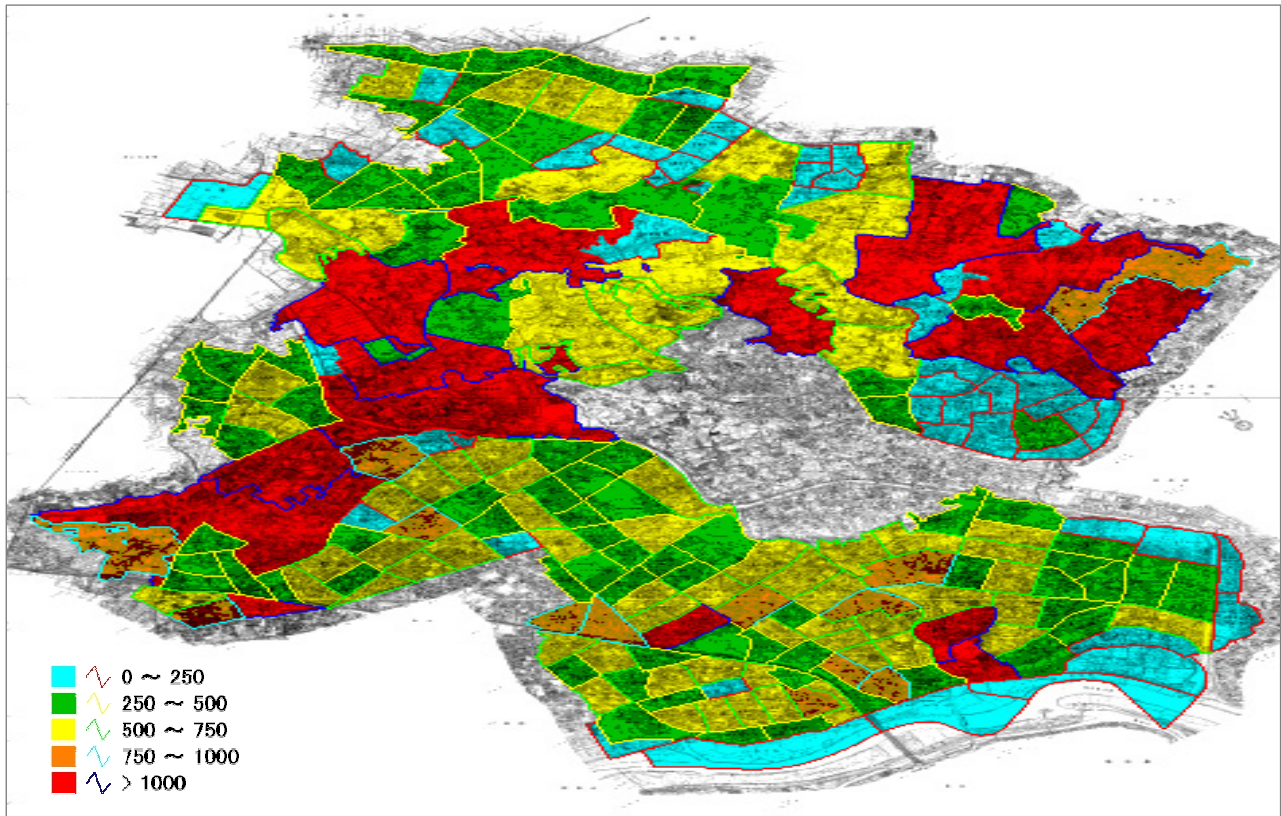
③災害時要援護者（死者）



④避難者



⑤り災者



川口市の地震被害想定

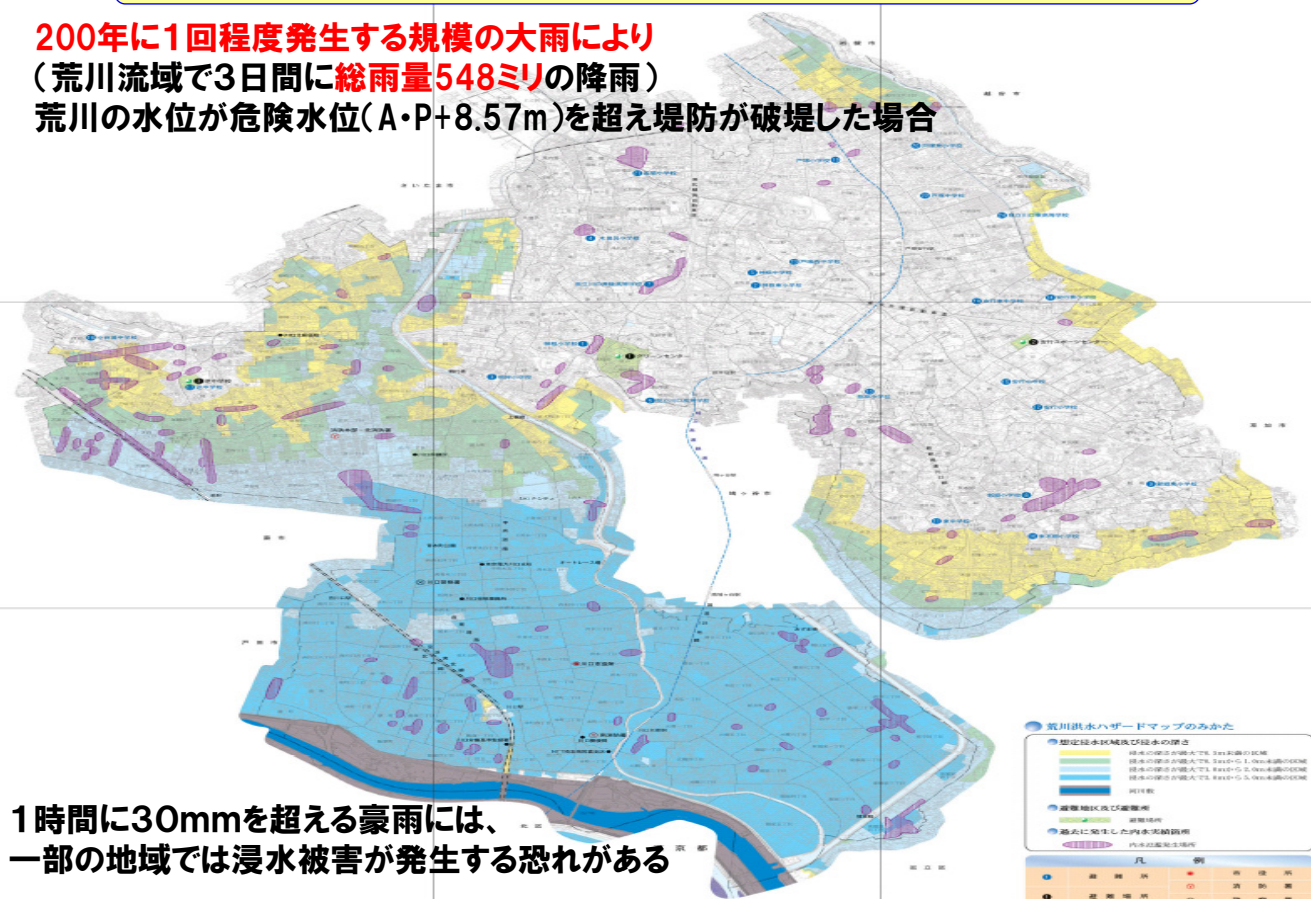
建築物	① 木 造	96,230棟 (全壊・半壊・液状化)
	② 非木造	10,738棟 (全壊・半壊・液状化)
火 災	① 出火件数	349件
	② 焼失数	95,614棟
人的被害	① 死者	1,433人 (要援護者含む)
	② 負傷者	8,109人 (重傷者含む)
	③ 避難者	179,104人
	④ 帰宅困難者	81,390人 (市を出・入者)
	⑤ り災者	116,418人
道路	① 幅員～3.5m	73%(閉塞率)
	② 3.5m～5.5m	34%(閉塞率)
ライフライン	① 上水道	370,546人(断水人口)
	② 下水道	14,207人(支障人口)
	③ 電力	2,587本(電柱折損数)
災害廃棄物	① 建物倒壊廃棄物	9,740,820m3
	② 火災廃棄物	4,239,788m3

Ⅱ 災害の基礎知識

4. 本市(町村)で起き得る風水害

荒川洪水ハザードマップ

200年に1回程度発生する規模の大雨により
(荒川流域で3日間に総雨量548ミリの降雨)
荒川の水位が危険水位(A・P+8.57m)を超え堤防が破堤した場合



過去の川口市の大きな台風被害

災害救助法の適用により、国、県等の救援を受ける
※救援に係る経費は、国、県が負担

□昭和33年9月21日「狩野川台風（台風22号）」

床上浸水	26,799戸
床下浸水	2,457戸
被災者数	138,113人

□昭和41年6月28日「台風4号」

床上浸水	10,046戸
床下浸水	29,377戸
被災者数	157,708人

川口市の風水害被害想定

◎外水氾濫

建築物

① 木造	床上浸水	41,495棟
	床下浸水	7,968棟
② 非木造	床上浸水	19,001棟
	床下浸水	3,103棟
計		71,567棟

人的被害

①	り災世帯	135,487世帯
②	り災者	272,932人
③	要援護者り災者	26,297人
④	帰宅困難者	81,390人（市を出入者）

◎内水氾濫

建築物

床上浸水	14.6件（年）
床下浸水	345件（年）
交通	48件（年）

平成17年 集中豪雨による被害状況

■ 8月12日の集中豪雨

○ 最大降雨量 神根地区 約88mm（22時～23時）
○ 住宅浸水被害 床上浸水： 69棟 床下浸水：206棟 主な地区：差間、安行吉岡 安行慈林、西立野 上青木ほか
○ 道路冠水 8地区：31箇所

■ 9月4日の集中豪雨

○ 最大降雨量 緑町 約100mm（21時30分 ～22時30分）
○ 住宅浸水被害 床上浸水： 34棟 床下浸水：149棟 主な地区：芝、横曽根 青木、前川 神根ほか
○ 道路冠水 4地区：16箇所

中央・幸栄地区の災害危険度

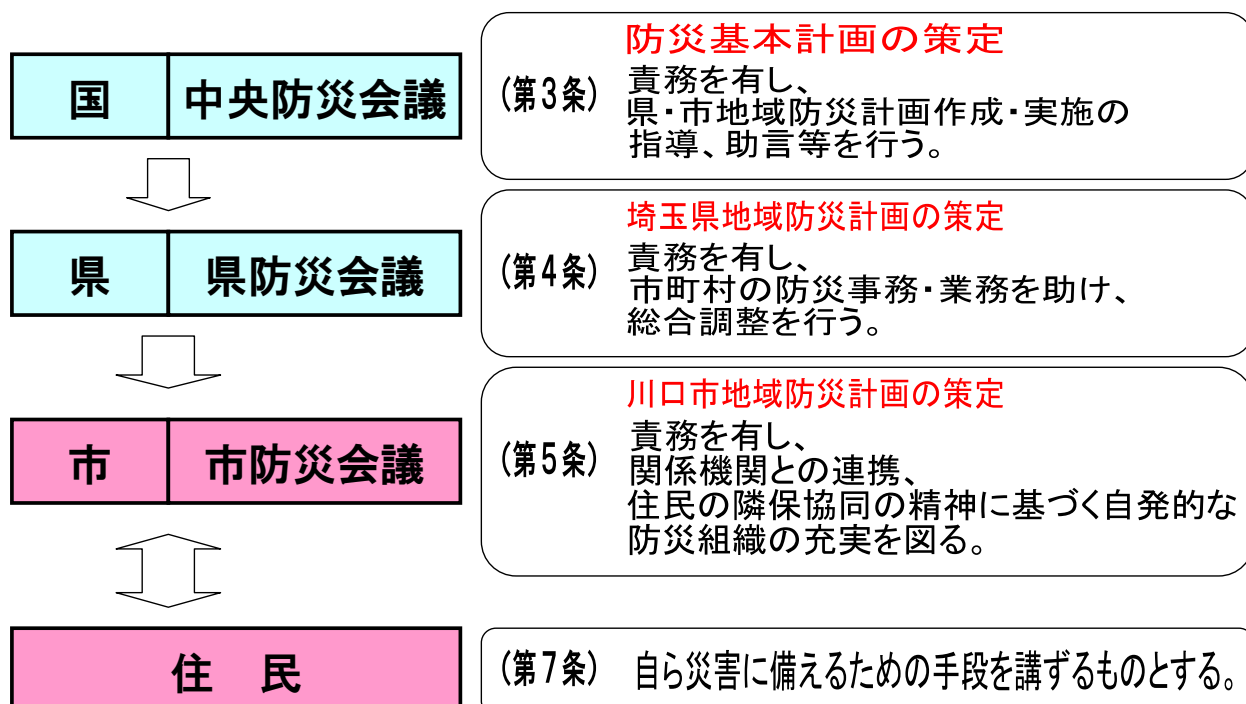
町丁目名	総合評価（震度6強（最大）、冬18時、風速14m/s）					風水害 （外水）	風水害 （内水）	課 題
	液状化 PL 値	建築被害 全壊数	火災被害 焼失棟数	人的被害 死者数	総 計			
本町1丁目	2	4	2	5	13	危険性有	実績無	建物改善、浸水対策
本町2丁目	3	2	2	4	11	危険性有	実績有	建物改善、浸水対策
本町3丁目	3	2	1	2	8	危険性有	実績有	浸水対策
本町4丁目	3	2	1	2	8	危険性有	実績無	浸水対策
栄町1丁目	3	3	2	4	12	危険性有	実績無	建物改善、浸水対策
栄町2丁目	3	2	1	2	8	危険性有	実績無	浸水対策
栄町3丁目	2	1	1	1	5	危険性有	実績有	浸水対策
金山町	4	4	2	4	14	危険性有	実績有	液状化調査・対策、建物改善、浸水対策
舟戸町	4	1	1	1	7	危険性有	実績無	液状化調査・対策、浸水対策
幸町1丁目	3	2	1	2	8	危険性有	実績無	浸水対策
幸町2丁目	2	3	1	2	8	危険性有	実績有	浸水対策
幸町3丁目	2	2	1	2	7	危険性有	実績有	浸水対策
川口1丁目	3	2	1	2	8	危険性有	実績無	浸水対策
川口2丁目	4	1	1	1	7	危険性有	実績有	液状化調査・対策、浸水対策
川口3丁目	4	1	1	1	7	危険性有	実績有	液状化調査・対策、浸水対策

IV 本市(町村)の防災

2. 本市(町村)の防災の現況

「防災計画」の体系

〈災害対策基本法〉



市民の基本的な役割 I

■ 平時の備え

① 家屋の安全確認、補強

地震：家や塀の耐震化、家具類の転倒・落下の防止等
風水害：屋根、看板、雨どい、側溝、樹木等

② 火気器具の点検、管理の励行

ストーブ等の点検、火気使用場所の不燃化、可燃物の管理

③ 消火器、消火用水の準備

風呂の水をためておく

④ 非常用飲料水、食糧の準備

1人1日分の水＝3リットルの準備（3日分の備え）

⑤ 救急医療品の準備

救急箱等の準備

市民の基本的な役割 II

■ 平時の備え

⑥ 生活必需品の準備

下着、毛布、タオル、石鹸、ちり紙、マッチ等

⑦ 防災用品の準備

ラジオ、懐中電灯、シート、かなづち、ロープ等

⑧ 防災講習会、訓練へ参加

地区で行う訓練等に参加

⑨ 家族で防災会議

地震発生時のためにそれぞれの役割を決めておく

⑩ 避難所の確認

近所にある避難場所、避難所等を確認

⑪ 自主防災組織への参加

自主防災組織の基本的な役割

■ 平時からの実施事項

- ① 組織の編成と各班の役割を明確に
 - ② 避難者カード、防災マップの作成
 - ③ 防災知識の普及活動
 - ④ 防災訓練を行う
 - ⑤ 火気器具の点検、管理の励行
 - ⑥ 防災用資機材の整備
 - ⑦ 情報の収集、伝達体制の確立
-

事業所の基本的な役割

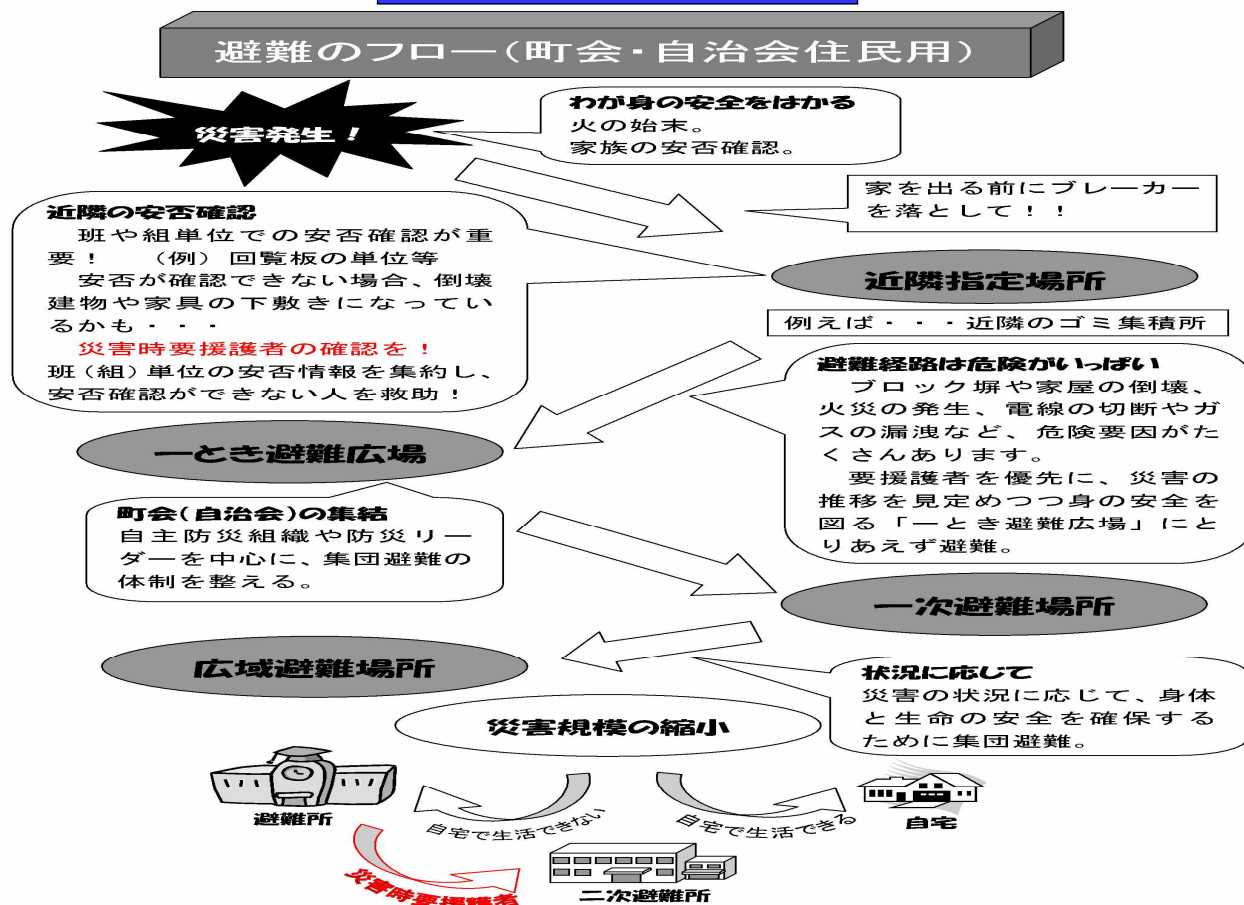
■ 平時からの実施事項

消防法に係る事業所はもとより、その他の事業所でも防災責任者、防災計画を作成し備える

- ① 自主防災体制の確立
- ② 教育、広報活動
- ③ 防災訓練
- ④ 危険防止策
- ⑤ 防災資機材等の整備
- ⑥ 情報の収集、伝達体制の確立

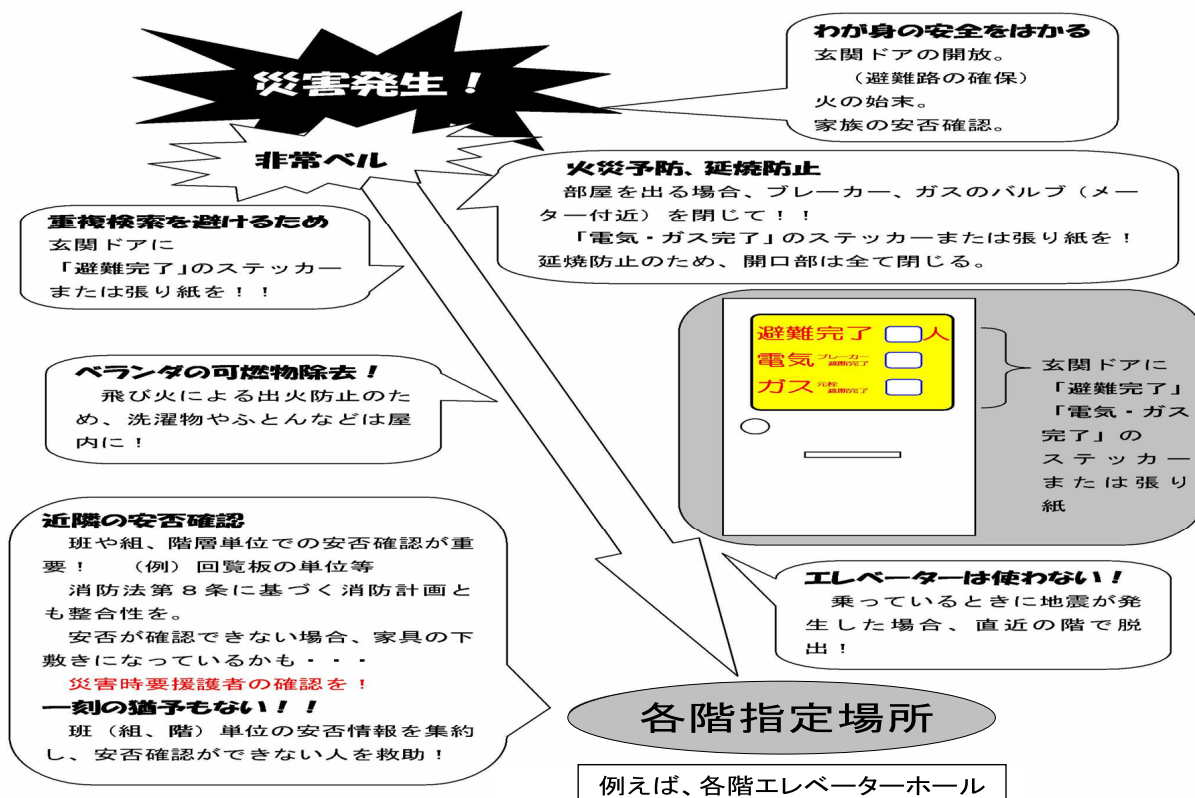
避難のフロー ①

川口市方式

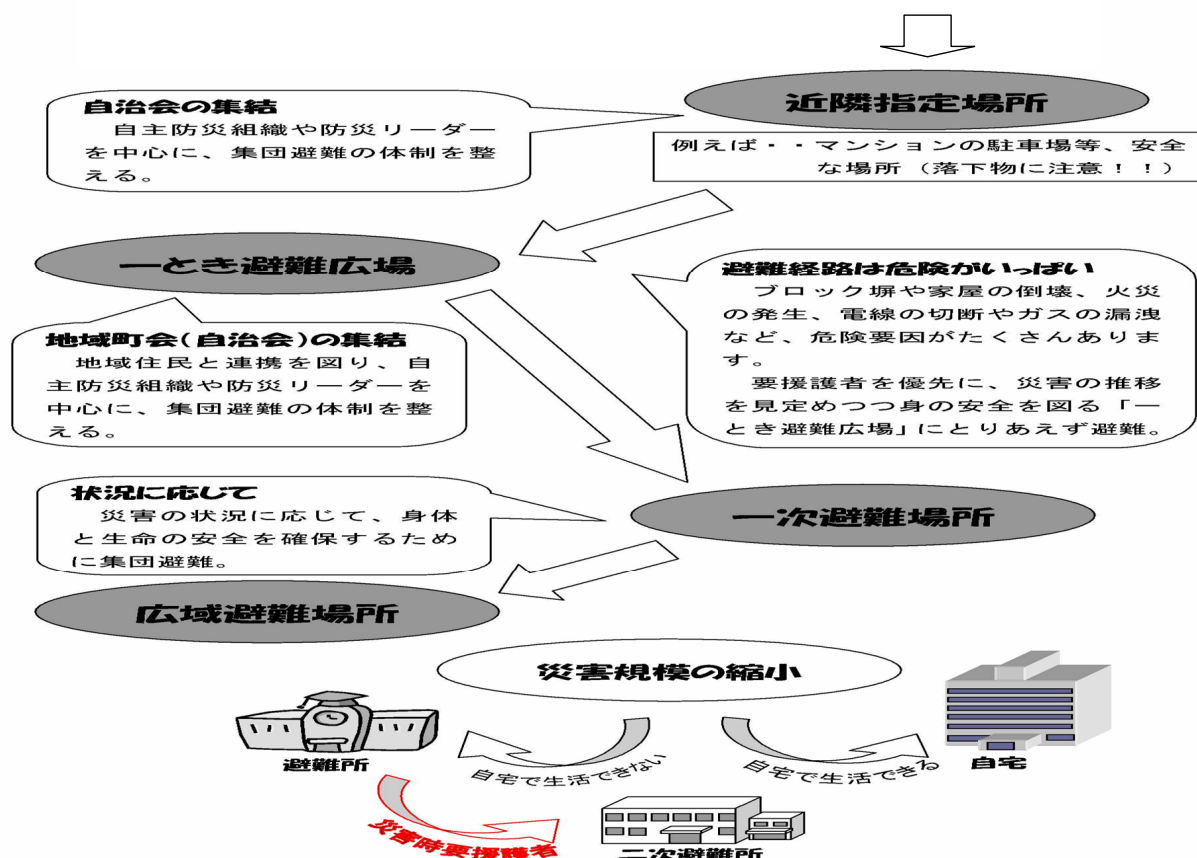


避難のフロー ②

避難のフロー（マンション住民用）①



避難のフロー ③

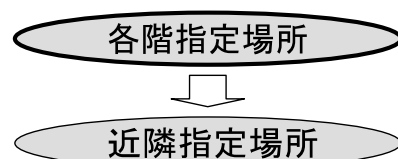


近隣の安否確認(マンションの場合)

エレベーターは使用厳禁！
必ず階段を使用する。

生命に直結！一番重要！！

隣近所の集結場所



例えば・・・エレベーターホールなど
階単位や階段単位で集結できる安全な場所

例えば・・・マンションの駐車場等の安全な場所
落下物に注意！

あらかじめ
隣近所で
決めておき
ましょう！

隣近所の安否確認

班や組、階や階段単位での安否確認が重要！（例）回覧板のエリア、階層の単位等
安否が確認できない場合、転倒家具の下敷きになっているかも・・・
一とき避難広場まで行く前に、必ず確認する。一刻の猶予もない！
救助隊や行政では間に合わない！

重複検索を避けるために・・・

部屋を出る世帯の玄関ドアには **避難完了**

電気・ガス完了

のステッカー、貼り紙を！！

事前に隣近所の安否確認チェック表の準備

迅速に安否確認するためには、準備しておくことが必要

同じ班(組・階等)の家族構成を把握。特に要援護者(お年寄り、障害者、子ども)は自力が困難
健康な人でも、転倒家具の下敷きになるおそれがあります。

避難者カード（例）

町会名 〇〇町会		班 名 〇 班	責任者 〇〇 △△			避難所名 〇〇〇小学校	
No	氏 名	住 所	性別	確認 日付	連絡先 日付	負傷部位	備考
1	〇〇 △△	本町1234	男	9/1	9/1	無	

町会・班 〇〇町会・△班		班長 〇〇 △△	防災リーダー □□ 〇〇	近隣指定場所 〇〇〇駐車場
	名前	家族構成・確認		
1	〇〇家	男〇人、女△人 高齢：男 人、女 人、成人：男 人、女 人、 高学：男 人、女 人、中学：男 人、女 人、 小学：男 人、女 人		

震災後の生活(マンション)①

建物倒壊危険度

マンションの倒壊危険がないか？

建築士等専門家の診断を受けるまで極力進入を制限

- ・住民の中に建築関係者がいないか？
- ・普段の建物維持管理はどこの業者？
(建物全般、水道、ガス、電気エレベーター等)
- ☐ 事前に緊急連絡先等を把握
- ☐ 異常を見つけたら、管理組合、自治会に報告

エレベーター 使用厳禁

専門業者により
安全が確認されるまでは、使用厳禁。
必ず階段を

要援護者は 低階層に

- ・全てのドアに「使用禁止」の張り紙！
- ・テープ等で封鎖し、立入りできないように！

生活していく場合、要援護者や傷病者等は、階段の移動
が困難なため、低階層で生活

- ・高層階で体調を崩すと、階段による救出は困難
(空部屋、集会場、ホールなど)
- ☐ 災害時要援護者や傷病者は、救援しやすい環境で生活を

階段の点検！

担架等の備え

震災後の生活(マンション)②

その水道・・
ほんとに大丈夫

水道管の破損や停電により、受水そうに水が供給されていない可能性があります。

- ・最低限の飲料用以外は、水を使わない。
蛇口から水が出ても、受水そうが空になる。
- 普段から水道水の経路を点検し、非常時には元栓バルブによる使用制限も考慮する

排水も・・・
確認が必要

配管が破損している可能性があります。
下階で汚水が噴出しているかも・・

要援護者は
低階層に

水と食糧は、一戸建てよりも
多くを備蓄！
上階層になるほど物資の
供給が困難を来す

- ・確認が終わるまでは、水は流さない！
トイレには、便座にビニール等を被せて、袋の中に
- ・配管の確認は、全世帯の協力が必要！
□ マンションの配管が破損しなくても、公共下水が破損している可能性にも配慮

- ・常に入れ替わるトイレのタンク内の水や冷蔵庫の氷も飲料水として・・・
トイレ洗浄剤混入水は、飲用不可！ 風呂水の残り湯は生活用水として有効！
- 生命維持のために必要な最低限の水は1人1日3リットルといわれるが、
炊事、衛生等の生活維持のためには15～20リットルを考慮

自主防災活動とは？

- 1 自主防災活動は、なぜ必要か？
- 2 自主防災活動を担うのは、どのような集団・組織か？
- 3 自主防災活動は、どのような活動を行うのか？

- ① 大規模な災害の発生 → 防災関係機関の活動が制限
- ② 住んでいる地域を「安全で住みよい、災害に強いまち」にするための、住民を主体とする活動
- ③ 災害発生時 →
- 初期消火
 - 避難誘導（安否確認）
 - 応急手当て
 - 情報の収集・伝達
 - 被害者の救出・救護
 - 給食・給水など

自主的な防災活動を効果的に行うために

自主防災組織の整備
災害時における情報収集・伝達
避難体制の整備
防災用資機材の備蓄

防災訓練実施の継続

地域の現状に照らし合わせ→活動目標をどのように設定するか？

中高層住宅地区の防災面の捉え方と問題点

項目	問 題 点	対応の方向性
危険評価	危険評価における潜在的危険の認知の有無	潜在的危険の認知、危険把握の強化
	地区という「点」の評価にとどまる危険評価	周辺地域も含めた「面」を考慮に入れたうえで地区を再評価する。
人員	昼間人口指数 ⇒ メンバー選出の困難性	女性の戦力化を推進する。
活動	防災に関する育成の困難性、防災意識の欠如	短期輪番制を利用した防災意識の普及
	通路などで個人所有物の積載、ベランダへの落下危険物の設置などの居住者問題	中高層住宅地区に特有な問題の解消のための活動の強化と防災意識の普及
	消防活動中心の自主防災活動	地区の実情に応じた主要活動方針の選択と活動の多様化
	特徴のない訓練と訓練回数の少なさ	中高層住宅地区の実情に応じた訓練内容と訓練回数の増加
	行政への依存	自立的な行政との結びつき

中高層住宅地区の自主防災活動の問題点とその対応の方向性

項目	捉 え 方 ・ 問 題
危険評価	⇒ 中高層住宅は、都市の中で相対的に災害に強いと見られる ⇒ 構造は基本的に耐火構造で耐震技術の発達、ハード面での災害に対する強化 ⇒ 大多数の中高層住宅では、ソフト面の災害対応力が著しく低い状況 ⇒ 特に、住民組織の災害対応力のなさや住民の防災への無関心が拡大
人員	⇒ 昼間人口指数の低さ、流動率の高さなどの特性が組織の維持・運営や活動に大きな障害 ⇒ 流動率の高さは、仁減関係の希薄さをもたらし、コミュニティ意識の形成の妨げ
活動	⇒ 自主組織に携わる機関も一部の役員を除き、輪番制による短期交代が多い ⇒ コミュニティの希薄さが加わって、居住者の自主活動への参加が形式的・義務的 ⇒ 以上から、メンバーの防災意識の低さ、防災に関する技術習熟度の低さ
安全意識	⇒ 地域の安全は、居住環境、外部環境（周辺環境）、行政による災害対応、居住者による災害への対応、防災設備という要素から構成されている。 ⇒ これらが相互に関連を持つことで地域の安全が確保されることになる。 ⇒ 居住環境の危険性を的確に評価したうえで方針の決定と活動の展開、訓練の強化、防災意識の普及啓発が絶対条件

自 助

共 助

隣近所の持つ最大の特徴は「即応性」にある

- ・ 災害から危険な場所、安全な場所、一人暮らしの方の家等それぞれの**地域の実情を最も知っているのは地域**
- ・ 力を合わせて住民の方々が中心となった**防災力を高めることが重要**

90%

平成7年1月17日、午前5時46分「阪神淡路大震災」・・ 死者約6,400人

地震発生直後、
各消防署に通報や
駆け込みが殺到

- ・ 要員や資機材が追いつかず、倒壊した建物で**道路が寸断**されて現場に**急行できず**
- ・ さらに、火災の現場では**断水**のため、消火のための**水を確保できなかった**。

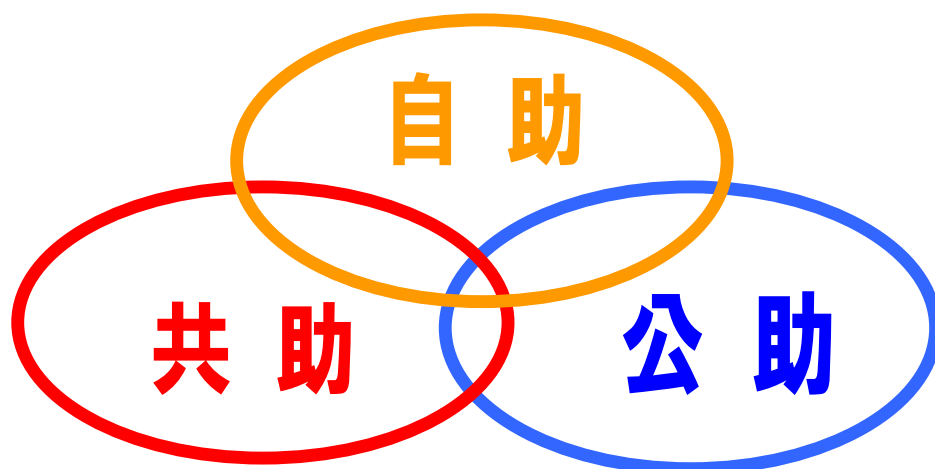
こうした中、大きな力を発揮したのは、近隣の人たち！

生き埋めや建物等に閉じ込められた被災者のうち、消防などの専門の救助隊から助けられたのは、全体の僅か1.7%
この時、**救助された人の90%は、自力または家族、近隣の人々によって救助されました。**

阪神・淡路大震災のような災害が発生した場合、普段のように消防車や救急車が駆けつけることは困難です。

市民・自主防災組織・事業所の基本的役割

市民一人ひとりが自分を守る〈個人・家庭〉



地域社会がお互いを守る
〈自主防災組織、事業所、ボランティア〉

行政が市民を守る

防災情報メール配信

- ・ 気象、地震情報のメール配信サービス

大雨・洪水警報
震度3以上の地震
その他緊急情報

- ・ 携帯電話、パソコンに配信

- ・ メール登録アドレス

kawaguchi @ jijo. bosai. info

地域性サンプル ～所沢市～

Ⅱ 災害の基礎知識

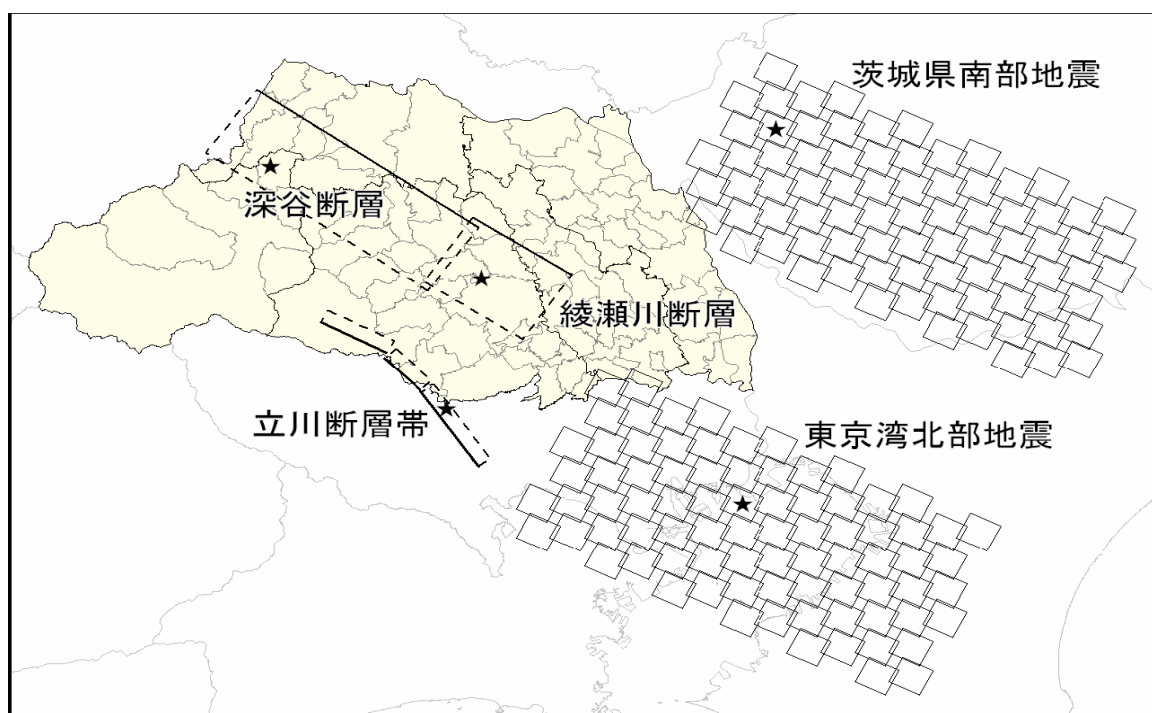
2. 本市(町村)で起き得る 地震・津波被害

所沢市に被害を及ぼす地震

- 立川断層地震 震度6弱～6強
- 首都直下地震 震度6弱
 (東京湾北部地震など)
- 南関東地震 震度5強～6弱
- 東海地震 震度5強以下
- 東南海地震・南海地震 震度4以下

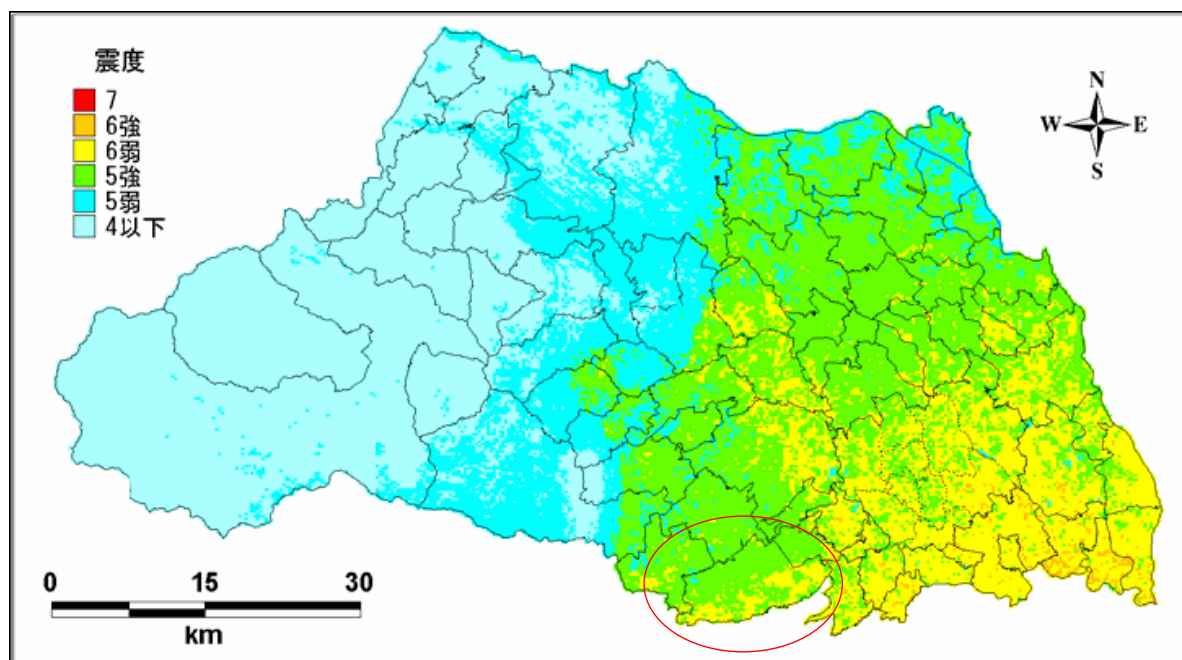
所沢市地域防災計画より抜粋

埼玉県地震被害想定調査の対象地震



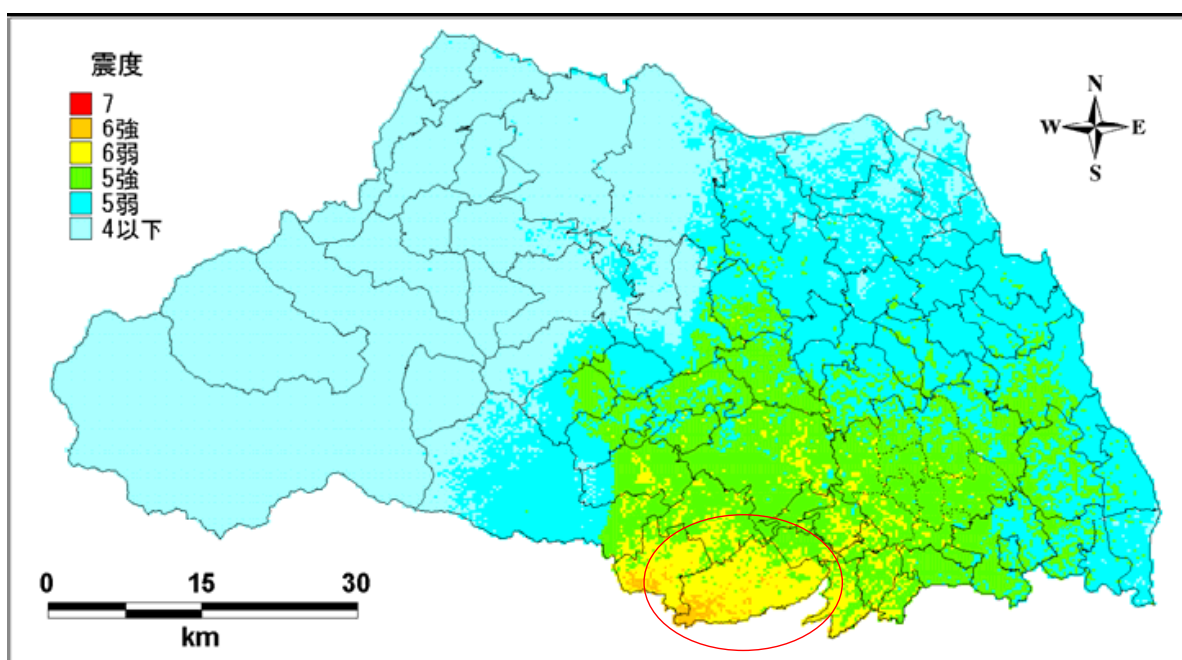
(出展)埼玉県地震被害想定調査

東京湾北部地震 (M7.3)



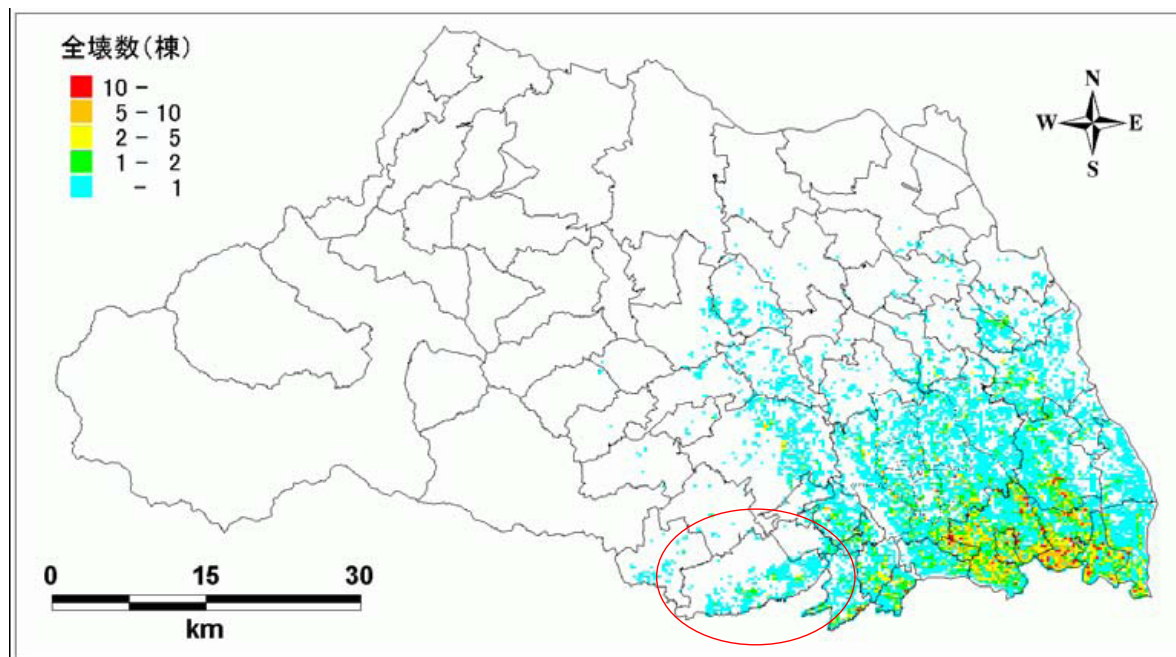
(出展) 埼玉県地震被害想定調査

立川断層地震 (M7.4)



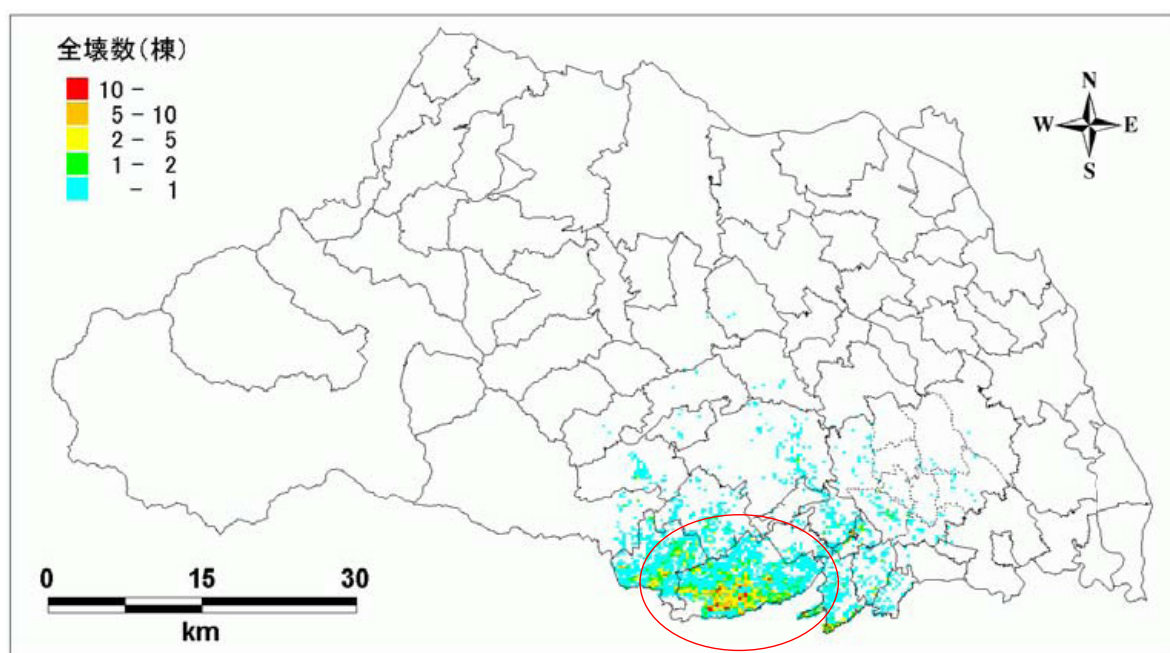
(出展) 埼玉県地震被害想定調査

東京湾北部地震 (M7.3)



(出展) 埼玉県地震被害想定調査

立川断層地震 (M7.4)



(出展) 埼玉県地震被害想定調査

所沢市の地震被害想定 の条件

〈埼玉県地震被害想定調査による（平成19年度）〉

想定地震 「東京湾北部地震」（震度6弱）「立川断層による地震」 震度6強	
被害対象における最大の被害をもたらす条件	
◎ 物的被害 建築物 火 災	冬 18時 風速15m
◎ 人的被害 死者・災害時要援護者 負傷者・避難者 帰宅困難者	冬・18時・風速15m 冬・18時・風速15m 冬・18時

東京湾北部地震被害想定

建築物	① 木 造	3,902棟（全壊・半壊・液状化）
	② 非木造	244棟（全壊・半壊・液状化）
火 災	① 焼失棟数	1,153棟
人的被害	① 死者	11人
	② 負傷者	393人（重軽者含む）
	③ 避難者	14,420人
	④ 帰宅困難者	45,709人
ライフライン	① 上水道	17,858世帯
	② 下水道	47,702人（支障人口）
	③ 停電	3,015世帯（地震直後）
災害廃棄物	① 建物倒壊廃棄物	111,942m ³
エレベーター被害	① 閉じ込め	134台

立川断層地震被害想定

建築物	① 木 造	17,556棟（全壊・半壊・液状化）
	② 非木造	987棟（全壊・半壊・液状化）
火 災	① 焼失棟数	8,476棟
人的被害	① 死者	264人
	② 負傷者	1,942人（重軽者含む）
	③ 避難者	45,888人
	④ 帰宅困難者	45,709人
ライフライン	① 上水道	42,640世帯
	② 下水道	55,237人（支障人口）
	③ 電力	34,180世帯（地震直後）
災害廃棄物	① 建物倒壊廃棄物	573,408m ³
エレベーター被害	① 閉じ込め	405台

Ⅱ 災害の基礎知識

4. 本市（町村）で起き得る風水害

過去の所沢市の大きな台風等の被害

□昭和41年9月25日「台風26号」

負傷者	4名
全壊家屋	95戸
半壊家屋	341戸
一部損壊	1,530戸
※ 瞬間最大風速	35.4m

災害救助法の適用を受け被災者の救助にあたった。

□平成17年9月4日「大雨」

床上浸水	21戸	
床下浸水	86戸	
被住家浸水	12戸	119戸の浸水被害

時間最大雨量 75mm、最大10分雨量 29.5mm

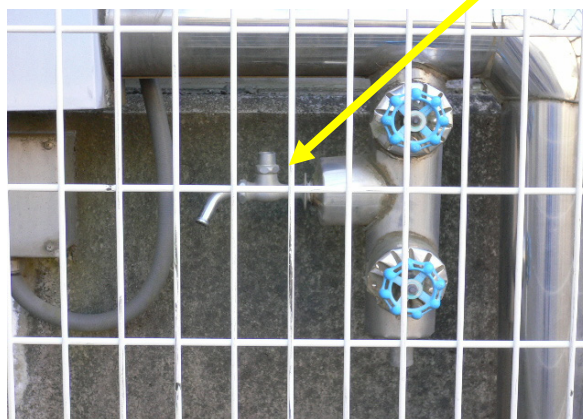
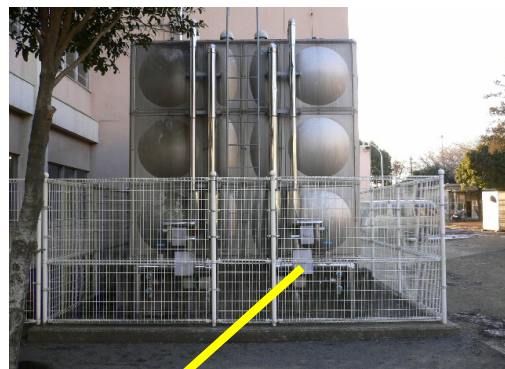
IV 本市(町村)の防災

2. 本市(町村)の防災の現況

所沢市の主な防災対策・業務 I

- ① **地震・風水害に備えての体制づくり**
地震：警戒・非常体制 風水害：待機・警戒・非常体制
- ② **指定避難場所整備事業**
市内67箇所
- ③ **応急物資備蓄・保守事業**
備蓄食糧・防災資機材の保守点検
- ④ **災害用貯水槽整備事業**
- ⑤ **学校受水槽災害用緊急遮断弁設置事業**
市内の小・中学校 38校に設置
- ⑥ **備蓄倉庫整備事業**
指定避難場所 62箇所設置 所沢商業高校：県の防災拠点施設

防災備蓄倉庫・緊急遮断弁



所沢市の主な防災対策・業務 II

⑦ 総合防災訓練事業

所沢市では毎年8月の最終日曜日に実施

⑧ 防災マップ作成事業

平成19年2月作成 市内全世帯配布

⑨ 消防相互応援協定等による体制強化

緊急消防援助隊、埼玉県特別機動援助隊

市民の基本的な役割 I

■ 平時の備え

① 家屋の安全確認、補強

地震：家や塀の耐震化、家具類の転倒・落下の防止等
風水害：屋根、看板、雨どい、側溝、樹木等

② 防災用品の準備

ラジオ、懐中電灯、シート、かなづち、ロープ、医薬品等

③ 非常用飲料水、食糧の準備

1人1日分の水＝3リットルの準備（3日分の備え）

④ 生活必需品の準備

下着、毛布、タオル、石鹸、ちり紙、マッチ等

⑤ 家族で防災会議

地震発生時のためにそれぞれの役割を決めておく

市民の基本的な役割 II

■ 平時の備え

⑥ 避難所の確認

近所にある避難場所、避難所等を確認

⑦ 防災講習会、訓練へ参加

地区で行う訓練等に参加

⑧ 消火器、消火用水の準備

風呂の水をためておく

⑨ 自主防災組織への参加

⑩ 消防団への協力

所沢市では10個分団325名の団員が活躍

⑪ 地域自衛消防隊への協力

所沢市では30団体439名の隊員が活躍

自主防災会の重要性

平成7年1月17日、午前5時46分「阪神淡路大震災」・・死者約6,400人

地震発生直後、
各消防署に通報や
駆け込みが殺到

- ・要員や資機材が追いつかず、倒壊した建物で道路が寸断されて現場に急行できず
- ・さらに、火災の現場では断水のため、消火のための水を確保できなかった。

こうした中、大きな力を発揮したのは、近隣の人たち！

生き埋めや建物等に閉じ込められた被災者のうち、消防などの専門の救助隊から助けられたのは、全体の僅か1.7%
この時、救助された人の90%は、自力または家族、近隣の人々によって救助されました。

阪神・淡路大震災のような災害が発生した場合、普段のように消防車や救急車が駆けつけることは困難です。

自主防災活動とは？

- 1 自主防災活動は、なぜ必要か？
- 2 自主防災活動を担うのは、どのような集団・組織か？
- 3 自主防災活動は、どのような活動を行うのか？

- ① 大規模な災害の発生 → 防災関係機関の活動が制限
- ② 住んでいる地域を「安全で住みよい、災害に強いまち」にするための、住民を主体とする活動
- ③ 災害発生時 →
- 初期消火
 - 避難誘導（安否確認）
 - 応急手当て
 - 情報の収集・伝達
 - 被害者の救出・救護
 - 給食・給水など

自主的な防災活動を効果的に行うために

自主防災組織の整備
災害時における情報収集・伝達
避難体制の整備
防災用資機材の備蓄

防災訓練実施の継続

地域の現状に照らし合わせ→活動目標をどのように設定するか？

自 助

共 助

隣近所の持つ最大の特徴は「即応性」にある

- ・ 災害から危険な場所、安全な場所、一人暮らしの方の家等それぞれの**地域の実情を最も知っているのは地域**
- ・ 力を合わせて住民の方々が中心となった**防災力を高めることが重要**