

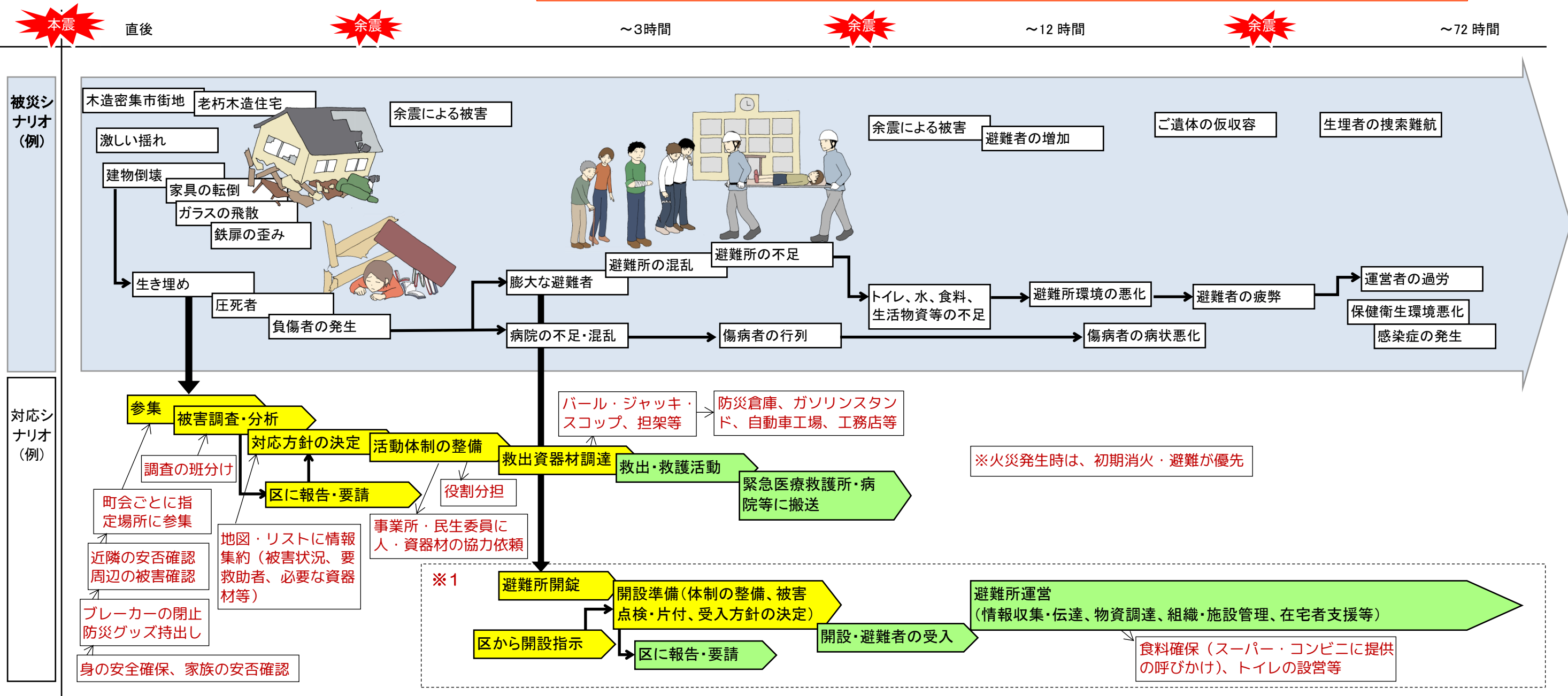
### (3) 板橋地区「被災・対応シナリオ(共助)」

(注1) 「対応シナリオ(例)」の( )は活動内容を示し、( )は活動準備を示す  
 (注2) 写真は全て阪神・淡路大震災の様子

#### 1) 建物倒壊

#### ポイント!

建物が倒壊した場合、「安否確認」をおこない、生き埋め者や負傷者が確認されると、「救出・救護活動」や「緊急医療救護所・病院等に搬送」等が必要になります。



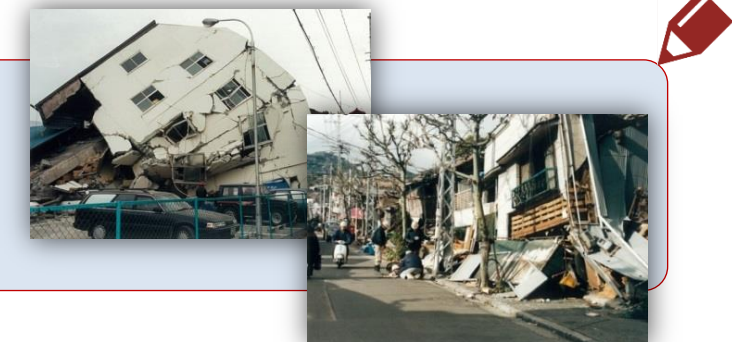
#### さらに詳しく!

#### 【※1 避難所開設・運営】

○応急対応が一通り終わった後は、自宅の倒壊等により住めなくなった膨大な避難者への対応となる「避難所の開設・運

営」が必要になります。  
 ○区の防災計画では「区からの開設指示」を受けて「避難所の開設」を行うことに

なっていますが、区からの指示が届かない場合も想定し、地域住民による主体的な対応を検討しておくことも必要です。



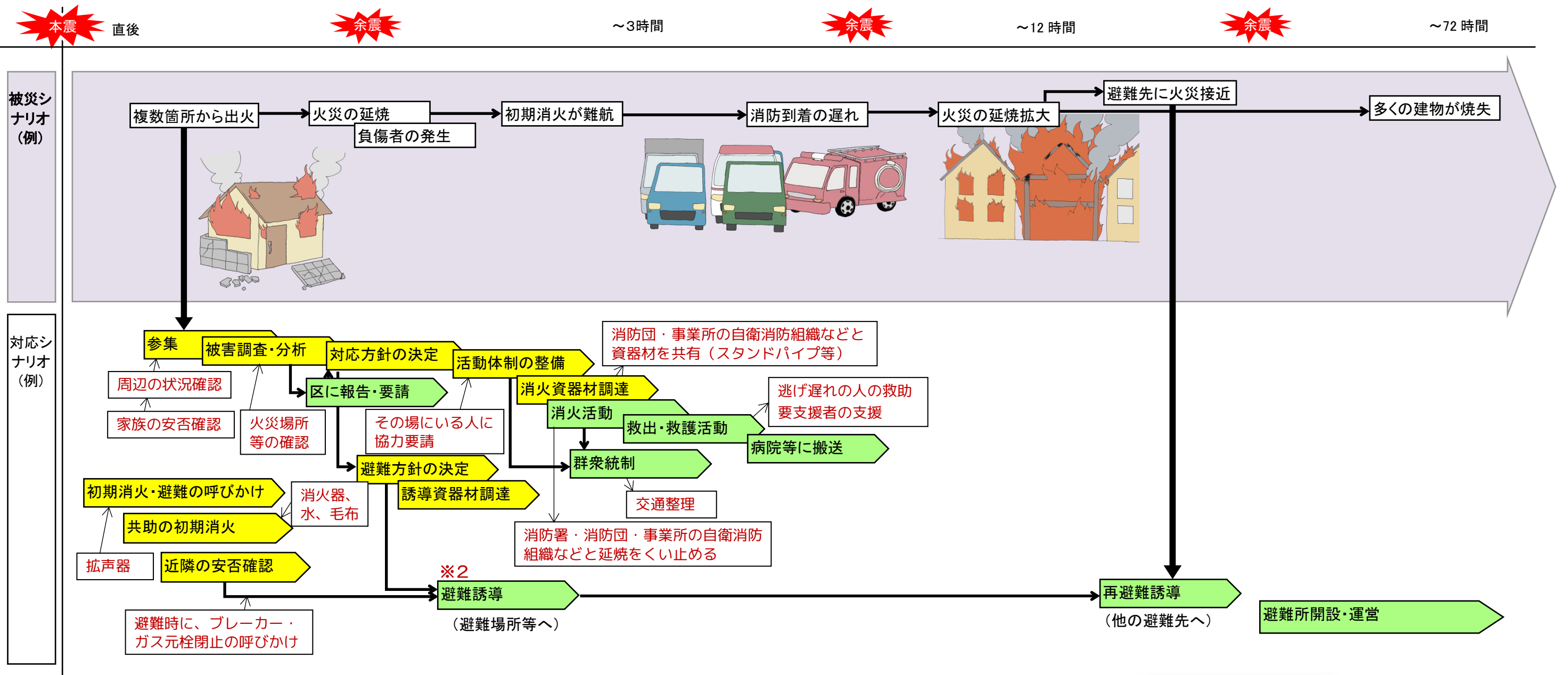
(注1) 「対応シナリオ(例)」の( )は活動内容を示し、( )は活動準備を示す

(注2) 写真は全て阪神・淡路大震災の様子

## 2) 建物火災

### ポイント!

火災発生の場合は、「消火活動」、「救出・救護活動」、「避難誘導」等が必要となります。そのためには、迅速な「対応方針の決定」、「活動体制の整備」、「必要資器材の調達」等が重要です。



### さらに詳しく!

#### 【※2 避難誘導】

○密集市街地では、同時多発火災の場合も想定し、「初期消火」、「安全な避難路の選定」、「要支援者の避難支援」等を事前に検討しておくことが重要です。

○たとえば、避難先に火が近づき、「再避難」の必要に迫られた場合、先遣隊が現地を確認し、安全な避難路を確保した上で先導します。

○また、あらかじめ考えていた避難路が使えない場合も想定されます。道路の混雑・渋滞や被害状況に応じた安全な避難方法を、複数パターン考えておくことも大切です。



**ポイント！**

災害対応を効果的に行えるように、区等が提供する情報等を活用しながら、災害対応の「特に優先度の高い活動」と、そのための「事前対策」を、「人・モノ・情報・空間」の視点で考え、進めましょう。

**(1) 「事前対策」の考え方****1) 「事前対策(公助)」について**

板橋区等が提供している各種情報を利用して、事前対策を進めましょう。

— p21 から詳しく！ —

**2) 「事前対策(自助)」の考え方**

「事前対策リスト(自助)」では、自助を普及・啓発するために、災害に備えて日頃から家庭で準備しておきたい事柄をチェックリストにしました。現時点での備えをチェック(評価)した上で、今後の実施計画を考えてみましょう。

— p23 に詳しく！ —

**3) 「事前対策(共助)」の考え方**

実際の災害では、限られた資源を、特に優先度の高い活動に集中的に動員する判断が求められます。そこで、共助の事前対策を考えるにあたっては、まず、被害状況の把握とそれにもとづくその後の対応について、その優先度合いを検討します。

次に、優先度が高い活動を円滑に進められるように、以下の「人・モノ・情報・空間」の視点で必要なことをリスト化し備えます(下記参照)。

「事前対策リスト(共助)」では、「対応シナリオ」に応じた活動テーマ別の事前対策をリストにしました。地域で協力しながら大事なこと、できることから取り組みましょう。

— p24 から詳しく！ —

**用語説明**

「**人**」は、人材や組織を育て、地区内外の関係団体と連携すること、住民同士が交流し顔見知りの関係になること等が大事です。

「**モノ**」は、救出・救護・搬送、消火等の対応に用いる資器材の配備、調達方法等を検討しておくことが大事です。

「**情報**」は、必要になる情報を整理し、情報収集・伝達の体制をつくり、情報連絡手段を準備し、訓練で動けることが大事です。

「**空間**」は、災害対応に必要な空間、安全な避難に必要な空間、災害に強い空間の整備、利用方法の検討等が大事です。

## (2) 「事前対策(公助)」を活用しましょう

### 1) 地震時の避難先や自宅周辺の状況を確認しましょう

#### ポイント!

防災マップや「どこナビいたばし」「板橋区防災マップアプリ」などを使い、最寄りの避難先とそこまでの避難路を確認しましょう。一時集合場所は、地域の町会・自治会で決められています。(マップの「一時集合場所リスト」参照)

### 避難の流れ

避難先を記入しましょう

情報の収集・伝達



一時集合場所

火災が拡大



避難場所

自宅で住めない



避難所 (区立小中学校等)

### 「どこナビいたばし」

ホームページ上に用意した地図を利用して、避難所や避難場所等、区内の様々な施設の位置を探ることができます。

### 「板橋区防災マップアプリ」

防災マップと防災関係情報を閲覧できるスマートフォンのアプリ(無料)です。

- ◇インターネット非接続状態でも現在地を表示。
- ◇避難所や避難場所等、区内の様々な施設を地図上に目印表示。
- ◇防災関係施設と現在地を結び、進行方向を案内。

※アプリダウンロード時の通信費、外部リンクページの閲覧による通信費、電話番号発信による通話料等は、自己負担となります。



Android  
端末用



iPhone  
端末用

### 2) 防災・緊急情報メール配信サービスに登録しましょう

- 登録したアドレス宛に板橋区の災害や気象などの情報を配信します。

◇主な発信情報—【地震の情報】【板橋区内の気象情報・注意報】ほか

◇登録方法 右のQRコードを読み取るか、空メールを送信してください。

メールアドレス itabashi@bousai-mail.jp

(受信料金(通信費)や通信機器については自己負担となります)





### 3) 安否確認サービスの利用方法を確認しましょう

- 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方を確認し体験しましょう（毎月1日・15日等は体験利用日）

#### 伝言の録音

- ① 「171」 にかける
- ② 「1」 + 「市外局番からの電話番号」
- ③ ガイダンスが流れた後、ピッという音の後に、伝言を録音します



#### 伝言の再生

- ① 「171」 にかける
- ② 「2」 + 「市外局番からの電話番号」
- ③ ガイダンスが流れた後に、録音された伝言が再生されます



### 4) 防災行政無線・電話応答サービスについて

- 災害発生時に地域住民の生命・安全を守るために必要な緊急情報を伝える手段として、防災行政無線を整備し、小中学校や公園など区内に 165 か所の屋外放送塔を設置しています。防災行政無線からの放送を「聞き漏らした」「聞き取れなかった」という場合には、放送された内容を以下の番号より確認できます。

電話応答サービスの電話番号  
< 03-5943-7200 >

- ・ご利用には、通話料金がかかります。
- ・録音されている放送内容は、最新の 20 件です。放送から 24 時間経過すると、放送内容は削除されます。

### 5) 風水害関連

#### 「板橋区気象観測システム」

- 区では、雨量や水位等を、下記の区ホームページにて、常時提供しています。気象庁が発表する気象警報や注意報と合わせて活用しましょう。



板橋区気象観測システム <<http://www.tenki.ne.jp/itabashi/index1.html>>

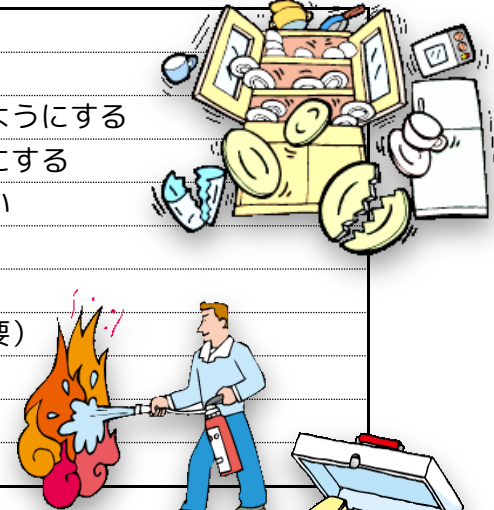

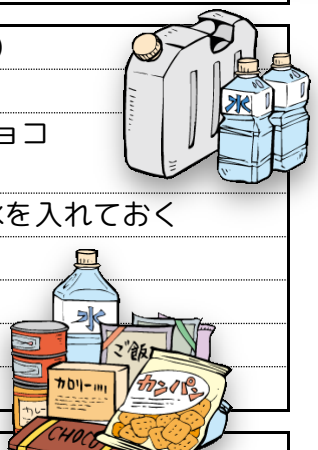
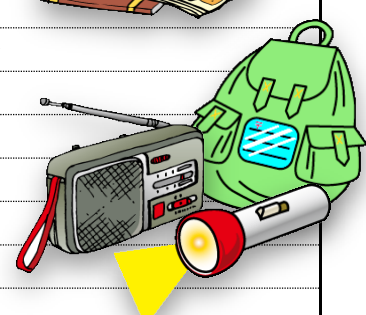
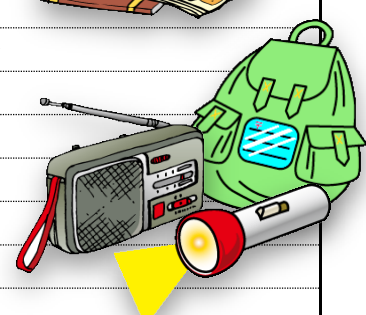
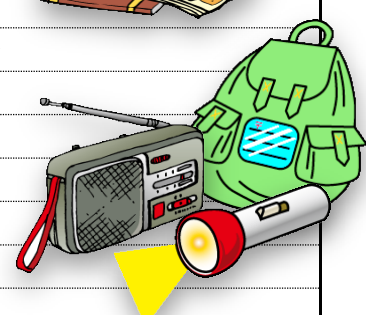
※大雨や水位の急速な上昇時には【防災・緊急情報メール配信サービス】(前頁参照)によりメールで情報提供を行います。

#### 区が提供する避難情報

テレビ・ラジオ、防災行政無線、防災・緊急情報メール、消防署・消防団の広報車・ポンプ車、警察のパトカー、住民防災組織・近隣住民の声掛け等により伝達

- 避難準備情報⇒避難に時間がかかる方（要支援者など）は、避難を始めてください。通常の避難ができる方は、気象情報に注意し、家族との連絡や非常用持出品の用意など、避難準備を始めて下さい。
- 避難勧告 ⇒通常の避難ができる方は、決められている避難所などへの避難を始めて下さい。
- 避難指示 ⇒ただちに避難してください。避難中の方は、すぐに避難を完了して下さい。外が危険な場合は、自宅や近くの建物の2階などに避難し、屋内で安全を確保して下さい。

### (3) 「事前対策リスト(自助)」

家の中の安全	<input type="checkbox"/> 家具が転倒しないように固定する	
	<input type="checkbox"/> 建築物の耐震診断・耐震補強をする	
	<input type="checkbox"/> 寝室には家具を置かないか、寝床に向かって転倒しないようにする	
	<input type="checkbox"/> 玄関などの出入り口までは物を置かずに避難できるようにする	
	<input type="checkbox"/> ベランダの避難用の隔壁、避難ハッチ周りに物を置かない	
	<input type="checkbox"/> 家具の扉が揺れで開かないようにする（耐震ラッチなど）	
	<input type="checkbox"/> 家具のガラス扉などは飛散防止フィルムを貼る	
	<input type="checkbox"/> 寝室に靴やスリッパ、軍手（ガラスが飛散した場合に必要）	
	<input type="checkbox"/> ほうき、ちり取り（掃除機は停電時使えない）	
	<input type="checkbox"/> 感震ブレーカーの設置（地震による電気火災への対策）	
<input type="checkbox"/> 消火器の設置場所と使い方の熟知		
避難・救護	<input type="checkbox"/> 安否確認用ステッカー	
	<input type="checkbox"/> ホイッスル（閉じ込め時に音を発するため）	
	<input type="checkbox"/> 災害伝言ダイヤルなど家族の連絡方法の確認	
	<input type="checkbox"/> 応急医薬品（絆創膏、消毒薬、傷薬、包帯、胃腸薬、鎮痛剤、解熱剤、常備薬など）	
水や食料	<input type="checkbox"/> 飲料水；1人1日3リットルを最低3日分（7日分を推奨する）	
	<input type="checkbox"/> 水用携行タンク（飲料水の配給時に必要）	
	<input type="checkbox"/> 食料；レトルト、缶詰、インスタント食品、栄養補助食品、チョコレート等の菓子を最低3日分（7日分を推奨する）	
	<input type="checkbox"/> 生活用水（飲料しない水）；風呂の汲置き、やかんやポットに水を入れておく	
	<input type="checkbox"/> 粉ミルク、離乳食（乳幼児がいる場合）、アレルギー対応食品	
	<input type="checkbox"/> ガスカセットコンロ、予備のガスボンベ	
	<input type="checkbox"/> ラップ（食器にかぶせて使えば洗わなくてよい）	
	<input type="checkbox"/> 紙皿、紙コップ、割り箸	
避難生活用品	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ（便袋）	
	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー（余分に備蓄）	
	<input type="checkbox"/> ティッシュ（余分に備蓄）	
	<input type="checkbox"/> 懐中電灯、ランタン、マッチ、ライター	
	<input type="checkbox"/> ラジオ	
	<input type="checkbox"/> 電池（余分に備蓄）	
	<input type="checkbox"/> 毛布	
	<input type="checkbox"/> 虫よけ用品	
	<input type="checkbox"/> ビニールシート（敷物、雨よけ）	
	<input type="checkbox"/> 貴重品リスト	
	<input type="checkbox"/> 情報収集先リスト（自治体 HP 等）	
	<input type="checkbox"/> 防災マップ	
	<input type="checkbox"/> ガムテープ	
	<input type="checkbox"/> ドライシャンプー	
	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	
	<input type="checkbox"/> マスク	
<input type="checkbox"/> 衣類		
<input type="checkbox"/> 生理用品		
<input type="checkbox"/> 紙おむつ		
<input type="checkbox"/> 雨具		
<input type="checkbox"/> 新聞紙（防寒、燃料）		
<input type="checkbox"/> リュック（物資の持ち運び用）		
<input type="checkbox"/> 動物の管理としつけ（身元表示、健康管理、ペット用品、一時預かり先の確保等）		
便利なもの	<input type="checkbox"/> ソーラーまたは手動充電器（携帯、電池用）	
	<input type="checkbox"/> 家庭用発電機	
	<input type="checkbox"/> 蓄電池	
<input type="checkbox"/> 防災カード（住所、氏名、連絡先、既往症、通院先、薬アレルギー、処方箋等）		
<input type="checkbox"/> ヘルメット・工具類		
<input type="checkbox"/> 公衆電話用 10 円硬貨		

## (4) 「事前対策リスト(共助)」

### 1) 建物倒壊への対策



【凡例 人：人 モノ：モノ 情：情報 空：空間】

小テーマ	災害時、特に優先度の高い活動	事前対策
①参集	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の安全確保、外の状況を確認</li> <li>近隣でお互いの安全を確認</li> <li>参集</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人 日頃の声かけ、各町会役員会での訓練の声かけ</li> <li>人 地区内事業所・町会・学校・老人会に災害時の協力を要請</li> <li>モノ メガホン、笛（参集しながら吹く）の活用（参集途上で協力要請）</li> <li>情 参集要員の確認</li> <li>情 地区の地図を作成（病院、避難場所、救急箱、AED、消火器等）</li> <li>空 防災倉庫の確認（板橋五中・南板橋公園等）</li> <li>空 一時集合場所の確認</li> <li>空 参集経路の安全性の確認</li> </ul>
②被害調査	<ul style="list-style-type: none"> <li>被害状況の確認</li> <li>人手を集める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人 医師・看護師に災害時の協力を要請</li> <li>人 民間企業への声かけ</li> <li>人 救出の優先順位の決定方法等、訓練の実施</li> <li>モノ 被害集約の地図やホワイトボードの用意</li> <li>モノ 携帯電話、ラジオ、メガホン、笛（住民呼びかけ用、転倒家具やエレベーターで閉じ込められた人が吹く）</li> <li>モノ 防災倉庫の充実（救出資器材等）</li> <li>情 要支援者の情報・名簿作り（民生委員からの情報等）</li> <li>情 連絡網作り</li> <li>情 被害調査方法の確認</li> <li>情 ハザードマップの作成（家屋が倒壊しそうな場所等）</li> </ul>
③活動体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>役割分担</li> <li>班編成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人 近所の人に声かけ（コミュニティづくり）</li> <li>人 班分け・役割分担（技能の活用・事前に調べる）</li> <li>情 協力者名簿作り（住民・生徒等）</li> <li>情 役割分担等の事前確認</li> </ul>
④資器材の調達	<ul style="list-style-type: none"> <li>救出救護用資器材の調達</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>情 救急箱、AED 設置場所、消火器の設置場所の確認</li> <li>情 救出救護用資器材のリスト作成（民間企業も含む）</li> </ul>
⑤応急活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>救出救護活動</li> <li>病院等への搬送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>情 救出訓練、搬送訓練の実施</li> <li>空 安全な道路、搬送経路の確認、複数経路を想定</li> </ul>

## 2) 建物火災への対策



【凡例 ①：人 ㊦：モノ ㊧：情報 ㊨：空間】

小テーマ	災害時、特に優先度の高い活動	事前対策
①参集	・参集	①町会（防災部・役員）、消防団に合わせ、地域住民を巻き込んで、昼夜別の人手確保対策 ①高校生、専門学生協力要請 ㊧連絡網の整備 ㊧参集要員の確認 ㊨参集場所の決定と安全性の確認（公園、学校、パーキング等） ㊨参集経路の安全性の確認
②被害調査	・情報収集、集約	㊦被害集約の地図やホワイトボードの用意 ㊧情報収集方法の確認（収集すべき項目の整理、収集手段等） ㊧火災が拡大しそうな場所の確認 ㊧ハザードマップの作成 ㊧ラジオ、ツイッター、LINEの準備 ㊨情報収集拠点の確認（参集場所）
③活動体制の整備	・役割分担	①指揮官の選定 ①リーダーの育成（地区部長等） ①各企業への応援要請 ㊧組織体制づくり（役割分担）
④応急活動	・消火活動	①火災予防活動（火を出さない） ①消火資器材の操作方法の習熟 ①消火訓練の実施 ①消火の優先順位の決定方法等、訓練の実施 ㊦消火資器材（スタンドパイプ、ホース、D級・C級ポンプ）、消火器等の場所の確認 ㊦備品の管理（定期的な点検・鍵の管理者等） ㊦防災倉庫の充実（消火資器材等） ㊧町会ごとに消火栓のマップづくり



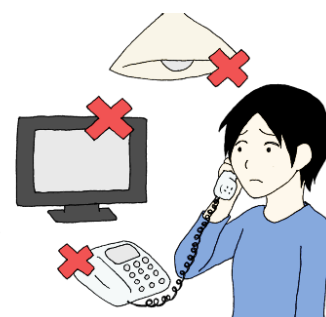
【凡例 人：人 モノ：モノ 情：情報 空：空間】

小テーマ	災害時、特に優先度の高い活動	事前対策
④ 応急活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難呼びかけ（通りすがりの人にも協力要請）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓜ 避難誘導用資器材（指示棒、トラメガ・サイレン・笛・防犯ブザー等）の用意</li> <li>Ⓜ 避難誘導旗（ワイシャツ、大判ハンカチなどで代用）の用意</li> <li>Ⓜ 危険箇所封鎖用資器材（ロープ・ヒモ・コーン・三角表示板）の用意</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難誘導、搬送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人 避難誘導訓練の実施</li> <li>人 負傷者の搬送訓練実施</li> <li>情 要支援者の名簿づくり</li> <li>情 負傷者対応方法の検討</li> <li>空 避難場所の確認（広さ、安全性等）</li> <li>空 避難場所として、寺、墓地（倒壊注意）等の検討</li> <li>空 避難経路を複数用意、避難経路の確認</li> <li>空 ハザードマップの作成（危険箇所想定、石神井川の橋の安全性の確認）</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難完了の確認</li> <li>要支援者の支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ⓜ 「無事です」サイン掲示の周知活動（治安対策のため「避難済」とは書かない）</li> <li>情 要支援者対応方法の検討</li> </ul>

**ポイント！**

大地震が発生すると、ライフラインが使えない可能性があります。

そのような中でも共助の活動を行うには、判断や行動のもとになる「情報の収集、伝達」を、円滑に行えるように地域で備えることが大切です。



## (1) 地域防災活動に参加しましょう

### ポイント!

板橋区では、多くの町会・自治会が住民防災組織（自主防災組織）を結成し、地域防災活動に取り組んでいます。地域の一員として、住民防災組織活動に積極的に参加しましょう。また、防災組織を結成していない地域やマンションなどでは、自主防災組織を結成しましょう。

### 防災活動への参加方法（例）

- 防災活動に関心を持ち、災害時には住民防災組織の活動に積極的に参加する。
- 災害時に役に立つ専門能力（医療福祉関係者や建設関係者など）を持つ場合は、どのような支援が可能か、事前に住民防災組織に伝えておく。
- 災害時に支援を受けたい要支援者は、事前に住民防災組織に支援してもらいたい内容を伝え、支援者とともに支援計画を作成する。
- 防災講習や訓練に参加し、防災知識の習得や資器材の使用法の習熟に努める。
- 住民防災組織のメンバーになり、地域防災活動の担い手になる。

## (2) 住民防災組織の役割分担

### ポイント!

平常時と災害時の活動に応じて、役割分担（組織体制）を考えましょう。

- 「被災・対応シナリオ」（ステップ2）の活動に合わせた 災害時の役割分担
- 「事前対策リスト」（ステップ3）の活動に合わせた 平常時の役割分担

住民防災組織の体制と活動例		組織活動	
		災害時	平常時
<b>組織体制</b>			
本部長	情報収集・伝達班	●情報の収集・伝達	●防災知識の普及・啓発
	避難誘導班	●避難誘導	●地域内の安全点検
	初期消火班	●初期消火	●消火用ポンプや担架など 防災資器材の点検・整備・ 使用法の習熟
	救出・救助班	●被災者の救出・救助	●要支援者名簿・支援計画の 作成
	救護班	●応急手当	●防災訓練・講習会の実施
	要支援者救護班	●要支援者の支援	
	避難所運営班	●避難所の管理・運営	
	給食・給水班	●炊き出し	

## 防災訓練をしましょう

## ポイント！

いざというときに、地域で協力して適切な行動ができるように防災訓練に参加しましょう。

## さらに詳しく！

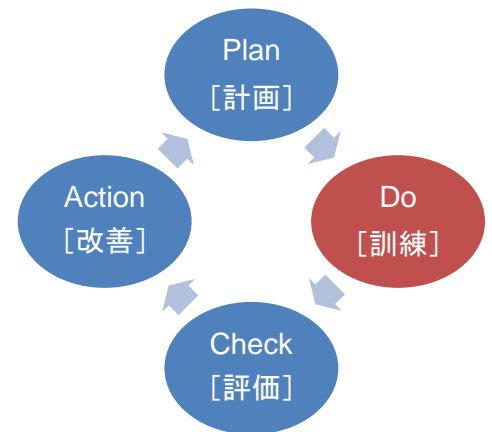


転倒した家具からの救出訓練

## (1) 防災訓練の必要性

防災マニュアルは、作成して終わりではなく、実際に実行できるのかどうかを確認する必要があります。

そのためには、実践的な防災訓練を行ってマニュアルを検証し、必要に応じてマニュアルを見直すこと、つまり「計画→訓練→評価→マニュアルへの反映」という、「PDCAサイクル（右図：Plan [計画] → Do [実行] → Check [評価] → Action [改善]）」を繰り返すことが重要です。



## (2) 防災訓練のメニュー

訓練には、地図やシナリオを使い災害対応のイメージを高める図上訓練、資器材を実際に使う実技型訓練などがあります。積極的に参加・企画しましょう。

## 防災訓練のメニュー（例）

## ○情報収集・伝達訓練

災害時に、地域の被害状況（死傷者、建物・道路の被害程度等）を迅速に調査し、地域の情報拠点に情報を集め、区に報告したり、対応方針を地域住民に伝達するための訓練。

## ○救出・応急救護・搬送訓練

災害時に、倒壊家屋から生き埋め者の救出、傷病者の応急手当（AED、止血等）、災害拠点連携病院への搬送などを行うための訓練。

その他、消火訓練、避難誘導訓練、避難所開設・運営訓練、給食給水訓練、要支援者のケア訓練、水害対応訓練等、様々な訓練があります。

区のホームページに、防災訓練の具体的な方法を紹介していますので、防災訓練の企画に活用してください。

板橋区防災訓練「訓練メニュー」

<[http://www.city.itabashi.tokyo.jp/c\\_kurashi/057/057278.html](http://www.city.itabashi.tokyo.jp/c_kurashi/057/057278.html)>

## おわりに

### (1) 共助の防災対策を進める上での課題

このマニュアルを作成するにあたっては、共助の防災対策に関わる様々な話し合いの中で、意見が分かれたり、よい解決策が見つからない場合もありました。

そうした課題や悩みをテーマ毎に整理したものが下表です。今後とも、地域での話し合いのテーマとして、地域に合ったよい解決策を考えましょう。

テーマ	共助の防災対策の課題
参集	・ 役員が参集できない場合の役割分担をどうするか。 ・ 複数町会で連携。(事前協定、訓練等)
被害調査・分析	・ 被害・安否情報をどう収集・伝達するか。(連絡体制、手段等)
対応方針の決定	・ 対応の優先順位をどう判断するか。(被害の重大性、緊急性、可能性等) ・ 要支援者名簿の事前利用。(区との調整・確認、当事者からの同意等) ・ 大事な情報を住民・関係者等にどう伝達するか。(伝令、掲示等)
活動体制・ 資器材の確保	・ 本部体制をどう構築するか。(本部の役割分担、担い手確保等) ・ 関係機関とどう連携するか。(区役所・警察・消防・事業所・学校等との協定等) ・ 必要な資器材をどう確保するか。(備蓄、調達先リスト、各種協定等)
応急活動の 実施	・ 「想定外」(例：消防水利が使えない等)の事態にどう対処するか。 (イメージトレーニング、図上訓練等) ・ 地域の人たちとどう協力して活動するか。

### (2) 本マニュアルの活用方法

本マニュアルの活用方法として下記のことが考えられますので、地域の皆さままで進めていきましょう。

- マニュアルの普及・啓発
- まち歩きと防災マップづくり
- 防災訓練の企画、実施
- 各町会・自治会独自のマニュアルづくり
- 組織体制の見直し
- 関係機関や事業所との連携、等

#### ポイント!

今後は、より一層きめ細やかな、実効性のある共助の防災対策となるように、この「板橋地区防災マニュアル」をもとに、各町会・自治会で「防災マニュアル」を作成してみたいかがでしょうか。



刊行物番号

27-135