

防災マニュアル

1. 大地震発生の際の行動 (P-1)
- 1-2. 水戸島上南区の自主防災会組織 (P-2)
- 1-3. 我が家の地震対策 (P-3,4)
2. 大雨による水害発生の際の行動 (P-5)
3. 安否確認シート(班長用) (P-6)



制定 令和4年7月

水戸島上南区
自主防災会

1-1. 大地震発生の際の行動

まずは自分と家族の身の安全を確保し、無事なら、隣近所の救護・救出などの共助活動に参加しましょう。



**自分-家族
の安全確保**

自助活動

- [各家庭]**
- ・ 自分の身の安全確保
 - ・ 家族の救護
 - ・ 火災の初期消火

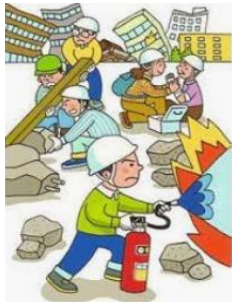


大地震のとき（震度5弱以上が目安）

**公会堂等を
拠点に地域
の防災活動**

共助活動

- [各家庭]**
- ・ 自宅被害が大きいときは集合場所に移動
 - ・ 無事なら黄色の布やシート等で隣近所に知らせる
 - ・ 隣近所の状況把握と救護活動・応援要請
 - ・ できるだけ本部に移動して共助活動に参加
- [班長]**
- ・ 班内の安否確認を集計して本部に報告(P-6参照)
 - ・ できるだけ本部に移動して共助活動に参加
- [自主防災会役員・区役員]**
- ・ 公会堂に集合して災害対策本部を設置・班活動
(情報班) 被害状況の収集・集計、報告
(消火班) 消火活動、消防団・消防署との連携
(救護班) 救出活動、応急措置、救護所(南中)搬送
(避難誘導班) 避難者名簿作成、避難所(二小)誘導
(給食給水班) 救援物質の要請・運搬・配布
- [民生委員]**
- ・ 要支援者リスト等に基づく救護支援



- (集合場所)**
- ①エンゼルハイム内公園
 - ②富士駅南第一公園
- (災害対策本部)**
- ①水戸島上南区公会堂
 - ②ハイラーク集会所

自宅での生活が困難なとき

**避難生活
自宅等または
避難所(二小)**

十公助活動

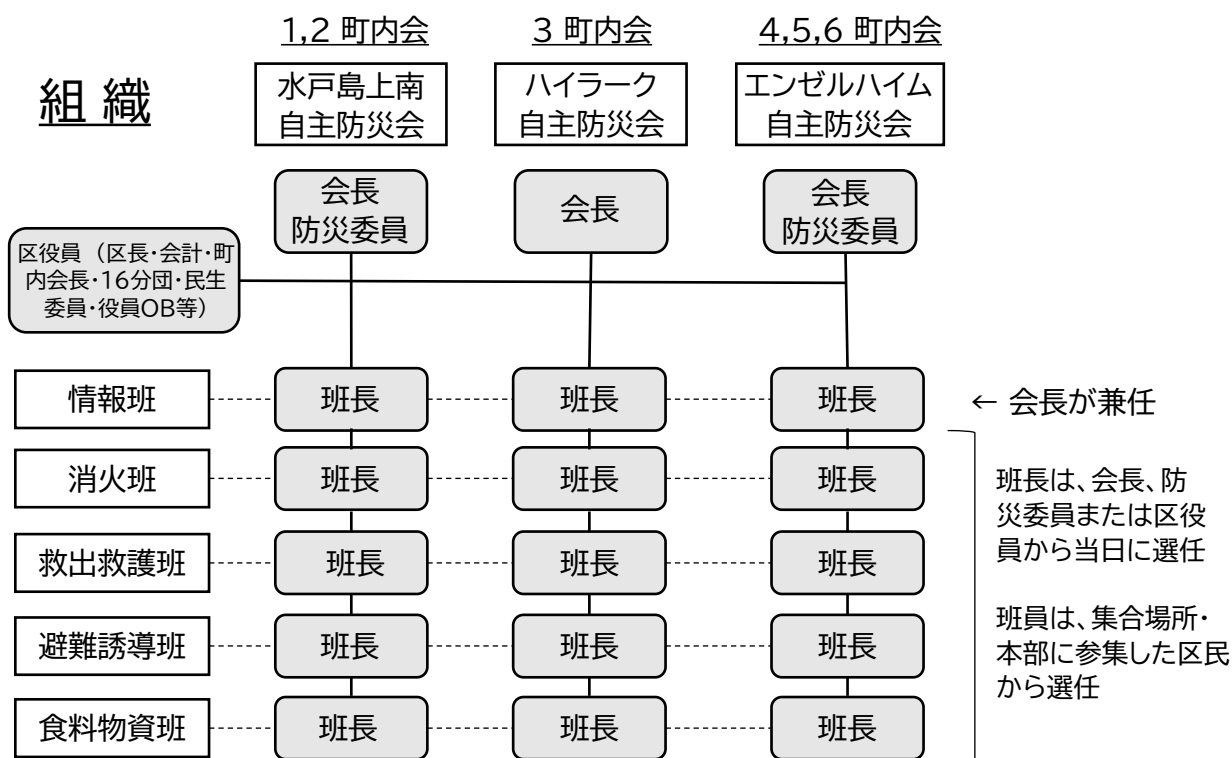
- [各家庭]**
- ・ 被害が軽微のときは自宅で生活(在宅避難)
 - ・ 被害が甚大のときは避難所や親類宅で生活
 - ・ 避難所等に移るときは電気・水道・ガスの元栓閉じる
 - ・ 災害対策本部に状況や避難先を報告
- [自主防災会役員・区役員]**
- ・ 災害対策本部にて避難者の支援活動
 - ・ 状況を整理・解析して対策を立案し、処置行動
 - ・ 一定の任務が終了したときに活動を縮小・終了する



1-2. 水戸島上南区の自主防災会組織

水戸島上南区は、複数の大型マンションがあり、世帯数も多いので、町内会の括りで三つの自主防災会を組織しています。

想定される南海トラフ巨大地震による富士市の被害は、最悪のケースで全壊家屋が6180棟、火災件数が2300棟、死傷者が3000人と推定され、地震発生直後の自主防災会を主体とする共助活動が重要視されています。



各班の役割

	災害時	平常時
(本部)	災害対策本部(公会堂、ハイラーク集会所)設置 組織体制の決定と全体指揮	自主防災会の編成 防災訓練の実施、資機材の調達
情報班	安否確認・被害状況の集計と報告 ラジオ等による情報収集と区民への伝達 災害時要支援者リスト(民生委員)の情報入手	安否確認方法の訓練 まちづくりセンターへの報告訓練
消火班	初期消火活動、消防団(16分団)・消防署と連携 通電火災の警戒、区内巡回警備	消火用資機材の点検・整備 消火用資機材の使用訓練
救出救護班	救助・救出活動、応急手当 医療救護所(富士南中学校)・病院への患者搬送	救出資機材・応急医薬品の点検 救護方法・搬送方法の習得
避難誘導班	区内の避難状況の把握 市指定避難場所(第二小学校)の開設支援	避難経路の確認 避難困難者の把握
食料物資班	食料・物資の要請、受取、運搬、分配 炊き出し	自宅の備蓄品準備の啓発 トイレ対策・炊き出し訓練

1-3. 我が家の地震対策（1）

地震によって自分や家族がケガをしないために、我が家の耐震性を高めましょう。
 昭和56年の建築基準法の改正前に建てられた木造住宅は耐震性が不足している可能性があります。耐震診断を受けて、必要であれば耐震化工事を行いましょう。
 また、家具の転倒や移動によって、ケガをしないように、家具をしっかりと固定しましょう。
 過去の地震でも自宅内でケガをした方の約半数が、家具の転倒が原因でした。
 （以下は富士市防災マップから転載）

木造住宅の耐震対策【プロジェクトTOUKAI-0】

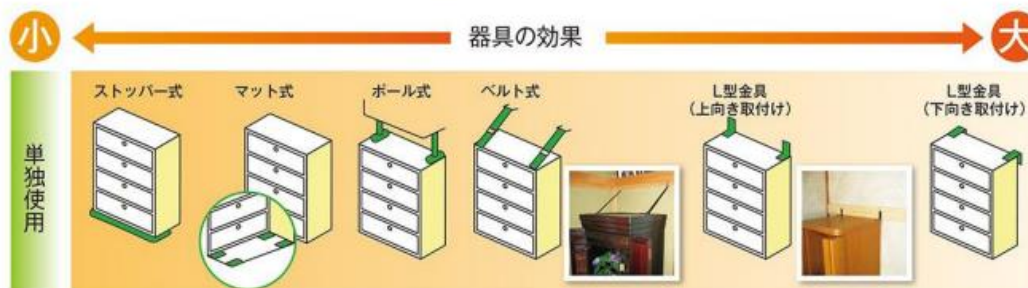
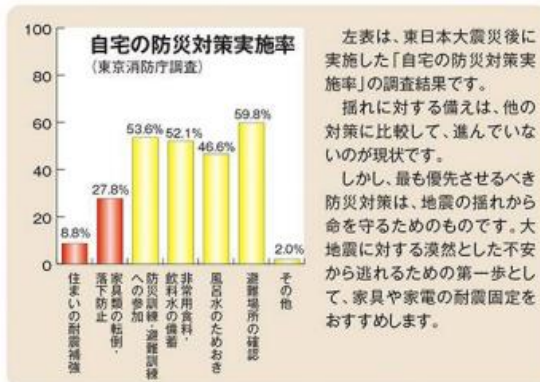
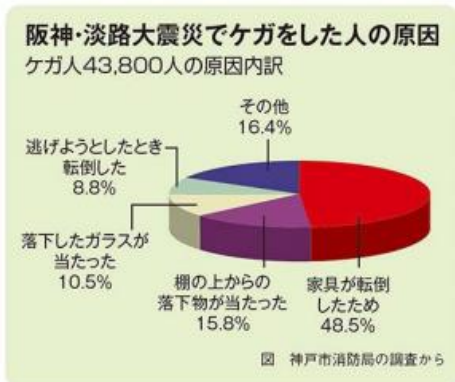
阪神・淡路大震災をはじめ、過去の地震災害における建物倒壊は、昭和56年5月31日以前の旧建築基準法により建てられた木造住宅に集中しています。あなたの家は大丈夫でしょうか？このような住宅にお住まいの方は、まず耐震診断を受けてみましょう。

耐震診断は無料で受けられます。設計や耐震補強工事には補助金がでます。

※ここでご紹介する制度の対象は昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅です。

家具固定

阪神・淡路大震災では6,434人もの尊い人命が失われました。その8割以上が家屋倒壊・家具転倒等による圧死・窒息死で亡くなりました。また、ケガをした人の原因(下図)の第1位は家具の転倒によるものです。



◎ガラスの飛散防止

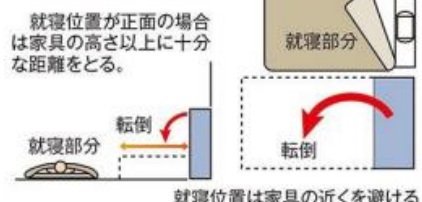
窓ガラスだけでなく、戸棚やサイドボードのガラス部分も忘れずに飛散防止フィルムを貼っておきましょう。



2009年(平成21年) 8月11日5時7分駿河湾地震

◎家具の配置の工夫

睡眠は、一日の比較的時間を占めます。就寝位置(特に枕の位置)を工夫するだけでも、地震発生時のリスクを減らすことができます。



1-3. 我が家の地震対策（2）

非常用品は、「非常用備蓄品」と「非常用持ち出し品」に分けられます。
 大地震が発生すると、ライフラインや流通機能がストップするおそれがあります。飲料水・食料は、「非常用備蓄品」と「非常用持ち出し品」と合わせて7日分以上の備蓄をしましょう。
 （以下は富士市防災マップから転載）


非常用備蓄品・非常用持ち出し品


災害から復旧するまでの数日間を支える「非常用備蓄品」と、避難するときに持ち出す「非常用持ち出し品」（必要最低限のもの）に分けて用意しておきましょう。

非常用備蓄品

南海トラフ地震のような大規模災害では、被害が超広域にわたり、国や自治体の支援が遅れることが想定されます。被災後も自宅で生活を送るためにも、水、食料、トイレは7日分以上の備蓄をお願いします

1週間の目安(1人分)

飲料水

 1日3リットル×7日
 =21リットル

食料

 3食×7日=21食

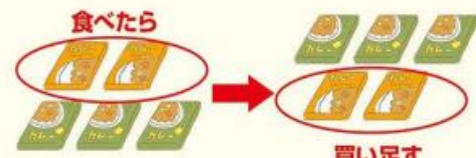
カセットコンロ・カセットボンベ

あたたかい食事を調理するため備蓄していきましょう。
 ボンベ1本で1.5リットルの
 お湯が約10回つくれます。

ローリングストック法（回転備蓄）


日常使う食材や非常用の食料品を、消費しながら備蓄していく方法。また、古いものから先に使うように収納を工夫すると上手に備蓄できます。

■食料品の一例
 レトルト食品、缶詰、インスタントラーメン、パスタ類、調味料、乾物、根菜類（常温で保存できる野菜）、ドライフルーツなど...



携帯トイレの準備はできていますか？

大規模地震が発生すると、建物への被害はなくても、上・下水道管の破損等により、水洗トイレが使えなくなります。無理に水を流すと、トイレが詰まったり汚水が逆流したりすることがありますので、各家庭で携帯トイレを用意しておきましょう。携帯トイレはホームセンター等で購入できます。

■携帯トイレの使い方

 便器に携帯トイレを被せて使用します。使用後は可燃ゴミとして処分できます。

■最低1週間分を用意しよう！
 1人1日 約5回 × 家族の人数分 × 7日分以上
 4人家族の場合、約140個必要

非常用持ち出し品

準備できたものに を入れましょう。

災害時にすばやく避難できるように非常用持ち出し品（必要最低限のもの）の準備をしましょう。日ごろから点検を行い、いざという時に持ち出せるように、リュックサックなどに入れて準備しておきましょう。

<p>◎懐中電灯など</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 懐中電灯  <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 予備電池 <input type="checkbox"/> ライター・マッチ  	<p>◎非常食・水</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 飲料水  <input type="checkbox"/> 乾パン・クラッカー <input type="checkbox"/> アルファ米 <input type="checkbox"/> 缶詰・レトルト食品 	<p>◎医療品など</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 救急セット  <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 生理用品
<p>◎衣類</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 衣類  <input type="checkbox"/> ハンカチ・タオル <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 <input type="checkbox"/> 雨具 	<p>◎貴重品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 現金（小銭も）  <input type="checkbox"/> 預貯金通帳 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 免許証 	<p>◎その他</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 筆記用具  <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 防災頭巾・ヘルメット  <input type="checkbox"/> 予備のめがね <input type="checkbox"/> 歯みがきセット

◆ **ポイント**

- ◇ 家族全員の目につきやすい場所に置き、すぐに持ち出せるようにしましょう。
- ◇ 家族構成等を考えて、必要な分だけ用意しましょう。欲張りすぎると、避難が大変になります。
- ◇ ラジオは、正しい情報を得るために必要です。予備の電池は多めに用意しておきましょう。



2. 大雨による水害発生の際の行動

大雨による浸水・洪水や土砂災害に対しては、気象・水位情報等から事前に避難することが可能です。富士駅南地区の大雨による被害想定は、富士川の氾濫による浸水災害で、浸水深さは0.5～3.0mです。2階以上への避難または浸水地域の外への避難が必要です。なお、氾濫流による家屋倒壊危険ゾーンには含まれていません。

また、水がひくのに12時間近くを要すると想定されていますので、水や食糧等を確保しておきましょう。



避難場所について

小中学校やまちづくりセンターに行くことだけが避難ではありません。避難とは「難」を「避」けることで、次の4つの行動があります。普段からどう行動するか決めておきましょう。

- ① 富士市指定避難場所への避難
早期避難場所：富士駅南まちづくりセンター、緊急避難場所：富士第二小学校、富士南中学校
- ② 安全な親戚・知人宅への避難
- ③ 安全なホテル・旅館への避難
- ④ 自宅の2階以上への避難

水戸島上南区 安否確認シート

月 日 時 分現在

集合場所 (安否確認場所)	班長 (取りまとめ)	枚中	枚目
< 公園内公園 > < 駅前第一公園 >		班	

世帯名	上段 世帯員名		②安否確認	③家屋被害	④自主防災会としての対応	備考
	下段	①人的被害の確認 (○無事、△軽症、×重症、?不明)				
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		
			<input type="checkbox"/> 済はし点	無し・軽微 倒壊・火事		

集計欄	人的被害			家屋被害		
	○無事	△軽症	×重症	?	不明	?
	人	人	人	無し	軽微	倒壊
	人	人	人	件	件	件
						火事
						火事

<メモ欄>