

1

巨大地震への備えとアクション①

今後 30 年以内に 70% の確率で発生すると考えられている首都直下地震、同じく 30 年以内に 70~80% の確率で発生すると考えられている南海トラフ地震。本当に起こるのか、そして、それがいつになるのかは誰にもわかりません。しかし大地震が引き起こす様々なリスクに備え、被害を最小限に抑えるための準備は今すぐできることです。もしものための備えを心しておきましょう。

体験 VOICE

一番困ったのは着替えがないこと。5 日間お風呂に入れず、不快な思いを。避難用リュックには下着を入れました。
(70 代 / 東日本大震災)

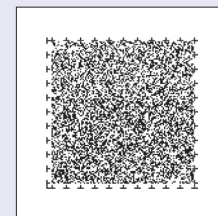
体験 VOICE

一人暮らしだったため、日々の食事はその日に調達していました。食料備蓄の大切さを感じました。
(30 代 / 東日本大震災)



体験 VOICE

家族で安否確認のしかたを再度話し合い、避難ルートの確認・最低限度の食料の備蓄を心がけています。
(40 代 / 東日本大震災)



出典：内閣府「一日前プロジェクト」
<https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/ichinitimae/index.html>
を基に編集し作成

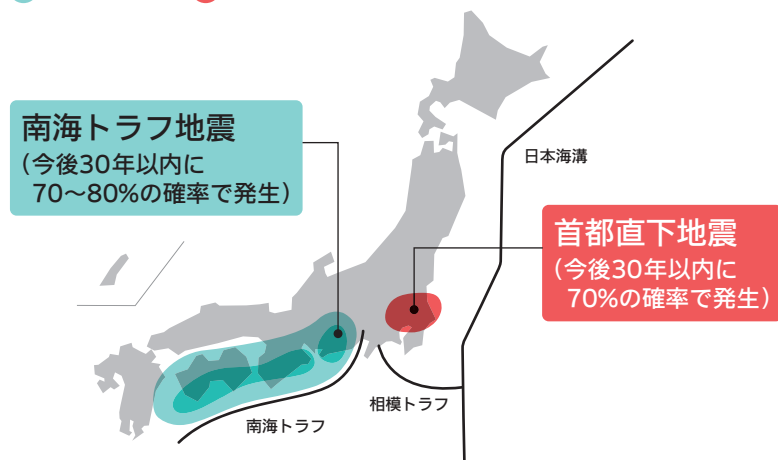
巨大地震に備えるべき理由

日本は地震多発地帯

日本が地震大国といわれるのは、周辺に複数のプレート（岩盤）が存在し、それらが「ずれ」を起こすことで地震を誘発するからです。こうしたプレートの変動は、大規模な首都直下地震等にもつながることが想定されています。

➡ 236 ページ

● 海溝型地震 ● 内陸の地震



首都直下地震とは

東京の地下は様々なプレートが沈み込む複雑な構造をしているため、都心・多摩地区などを震源として南関東地域でマグニチュード(M)7クラスの巨大な直下型地震が起こることが想定されています。

南海トラフ巨大地震とは

東海から九州におよぶ南海トラフを震源として起こることが想定されているのが海溝型の南海トラフ巨大地震です。東京等首都圏も無関係ではなく、最大震度6弱の揺れに襲われ、津波が発生する危険性があります。

いろいろな避難ケースを想定

東京の場合、首都ならではの人口の多さから、避難所に収容人数を超える人が押し寄せたり、道路の混雑で緊急車両が通れなくなるなど、「人が人のいのちを奪う」状況になりかねません。ライフラインが被害を受けると、復旧までの間、電気・ガス・水道・下水道などが使えなくなるおそれがあります。

身の安全を守るために 避難場所への避難

避難場所は、危機が切迫した状況において、いのちを守るために緊急的に避難する場所です。各区市町村のホームページ等で事前に確認しておきましょう。



最低3日分～推奨1週間分の食料を 備蓄して備えたい在宅避難

自宅で居住の継続ができるなら在宅避難をしましょう。避難所では、環境の変化等によって体調を崩す人もいます。日頃から最低3日分～推奨1週間分の食料等を備えておくとういでしょう。

➡ 36 ページ



自宅に危険が生じた場合に 一時的な受け入れ先となる避難所

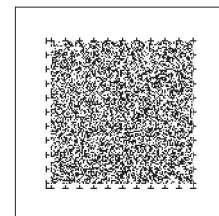
自宅に居住できなくなった被災者が一定期間滞りして避難生活を送る場所です。東京都内では約4,800か所の避難所が確保されています。

➡ 124 ページ



自宅や避難所以外の選択肢 親戚・知人宅・ホテル

安全の確保されている親戚・知人の家への避難や、ホテルへの宿泊も選択肢のひとつです。多様な避難方法を知り、日頃からどう行動を取るか、想定しておきましょう。



住居のタイプ別 在宅避難の備え

マンション・アパート

プライバシーを守って共助を実践

耐震基準を満たしたマンションやアパートは倒壊の危険は少ないものの、停電等によって断水が発生したり、エレベーターが停止する可能性もあります。プライバシーを守りつつ情報を共有したり、階段を使って物資を運ぶなど協力して助け合う必要があります。普段から人間関係を築いておくのがいざというときの備えにもなります。

➡ 66 ページ



高層マンション

火災等に備えて非常階段の確認を

高層階にお住まいの場合、火災等に備えて非常階段の位置や近隣の避難所の場所なども把握しておきましょう。地震後は停電でエレベーターが停止すると居住階までの上り下りが困難になり、在宅避難が難しくなる場合があります。また、非常時の給水システムは建物により異なるため、合わせて確認を。そして災害のあとは、排水設備の確認ができるまではトイレ等の使用を控えましょう。

➡ 42、66～68、71 ページ

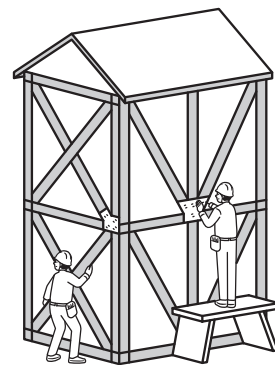


戸建て住宅

建物の内と外から地震への備えを

耐震性が重要なのは戸建ての場合も同じです。建てられた時期によって対応が異なるため、建築時期を確認し、そのほか屋根に瓦を使っているか、壁はどんな状態か、などのチェックも行いましょう。また、一見問題がなさそうでもシロアリの被害によって耐震性が低下している場合もあります。

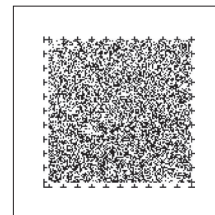
➡ 76 ページ



地域の特徴を知り、過去の災害から学ぶ

各タイプ共通ですが、住まいのエリアは揺れやすい低地なのか、台地なのか、あるいは津波の影響を受ける可能性はあるかなど、地形や地盤の特徴を知っておきましょう。また、過去に起きた災害を把握しておくこと、地域に起こりやすい危険に対して、これまでどのような対策を行ってきたのかを知ることができます。

➡ 62 ページ



日常備蓄とは



災害に備えて特別に揃えるのではなく、自宅で生活するうえで必要な食料品や生活必需品を日頃から備えておく「日常備蓄」が重要です。備蓄のポイントは「普段使っている物を常に少し多めに備えること」です。



「東京備蓄ナビ」では、自分に必要な備蓄品目・数量の目安が調べられます！サイト内では、備蓄の考え方や保存食のレシピを知ることができます。

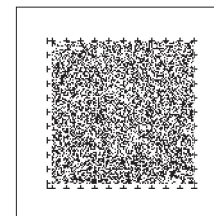


参考モデル／夫婦と乳幼児、高齢女性1人の4人の家族で戸建て住宅にお住まいの例

※コンタクトレンズを使用、乳幼児はアレルギーあり、高齢女性は補聴器使用者を想定
※おおよそ3日分～1週間程度の目安量

食品等	水	1人1日3L	
	無洗米	4kg	
	レトルトご飯	27食	
生活用品	乾麺 即席麺	3パック	
	缶詰 (さばの味噌煮等)	9缶	
	果物の缶詰	3缶	
	レトルト食品	9個	
	野菜ジュース	9本	
	好みの飲み物 (500ml)	9本	
	チーズ・プロテインバーなど	3パック	
	お菓子	3パック	
	栄養補助食品	9箱	
	健康飲料粉末	9袋	
	衛生用品	救急箱	1箱
		マスク	9枚
常備薬・サプリメント		1箱	
除菌ウェットティッシュ		120枚	
使い捨てコンタクトレンズ		1人1か月分	
アルコールスプレー		2本	
歯磨き用ウェットティッシュ		90枚程度	
ポリ袋		1箱	
ラップ		1本	
アルミホイル	1本		
ティッシュペーパー	4箱		
トイレットペーパー	4ロール		
点火棒	1本		
布製ガムテープ	2巻		
軍手	9組		
ビニール手袋	1箱		

個別に必要なとなる物		
女性	生理用品	30個セット
	基礎化粧品	適宜
乳幼児	粉ミルクスティックタイプ	18食
	液体ミルク	18食
	アレルギー対応 離乳食	9食
	お尻拭き	3パック
	おむつ	30個
高齢者	使い捨て哺乳瓶	18個
	おかゆ	9食
	補聴器用電池	適宜
	入れ歯洗浄剤	12錠
定期的に使用確認等を行う物		
	カセットコンロ	2台
	カセットボンベ	8本
	携帯トイレ・簡易トイレ	45回分
	懐中電灯	2灯
	LED ランタン	最低 3台
	ヘッドライト	4個
	乾電池	適宜
	手回し充電式等のラジオ	1台
	モバイルの充電器 (予備バッテリー)	適宜
	リュックサック	1個



🏠 主な備蓄品目

食品等

- 水
- 無洗米
- レトルトご飯
- 乾麺 即席麺
- 缶詰(さばの味噌煮・野菜等)
- 果物の缶詰
- レトルト食品
- フリーズドライ食品
- 乾物
- 野菜ジュース
- 飲み物(水以外に、自分が普段好んで飲んでいる飲料)
- チーズ・プロテインバーなど
- お菓子
- 栄養補助食品
- 健康飲料粉末
- 調味料セット

生活用品

- ポリ袋
- ラップ
- アルミホイル
- ティッシュペーパー
- トイレットペーパー
- 点火棒
- 布製ガムテープ
- 軍手
- ビニール袋
- 新聞紙

衛生用品等

- 救急箱
- マスク
- 常備薬・サプリメント
- 処方薬
- 除菌ウェットティッシュ
- ウェットボディタオル
- 使い捨てコンタクトレンズ
- アルコールスプレー
- 口内洗浄液
- 歯磨き用ウェットティッシュ

女性用品

- 生理用品
- 基礎化粧品

乳幼児用品

- 粉ミルク スティックタイプ
- 乳児用液体ミルク
- アレルギー対応離乳食
- お尻拭き
- おむつ
- 使い捨て哺乳瓶

高齢者用品

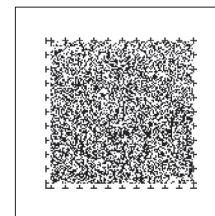
- おかゆ
- 補聴器用電池
- 入れ歯洗浄剤

災害に備えて準備し、定期的に使用確認などを行う物

- カセットコンロ
- カセットボンベ
- 携帯トイレ・簡易トイレ
- 懐中電灯
- LED ランタン
- ヘッドライト
- 乾電池
- 手回し充電式等のラジオ

ペット用

- ペットフード
- 水
- ペット用 首輪 リード
- ペット用のトイレ用品
- ペット用の食器



非常用持ち出し袋



避難した際、当面必要となる最小限の物を納めた袋が非常用持ち出し袋です。非常用持ち出し袋の中身は、それぞれ自分にとって必要な物を考え、準備することが重要です。それらをリュック等に入れ、玄関の近くや寝室、車の中、物置などに配置しておけば、家が倒壊しても持ち出すことができます。乳幼児等、高齢者、女性、アレルギーをお持ちの方は、それぞれ必要な物を非常用持ち出し袋に追加するようにしましょう。



- 携帯トイレ
- ヘッドライト
- ヘルメット（折りたたみ式が便利）
- レインコート
- 防災用ホイッスル
- タオル
- 水（500mlを1～2本）
- マスク
- ゼリー飲料等
- 応急手当用品
- モバイルバッテリー（乾電池式／ソーラー充電式）
- 給水袋
- 乾電池

持ち歩き用非常持ち出し袋

外出時に被災したときのために、常に持ち歩くかばんに最低限必要なアイテムを入れておきましょう。携帯ラジオの乾電池は外しておきます。

- モバイルバッテリー（乾電池式／ソーラー充電式）
- 携帯トイレ
- ポリ袋
- マスク
- 応急手当用品
- 皮・ゴム手袋
- ヘッドライト
- ゼリー飲料等
- ちょっとした食べ物

職場用非常持ち出し袋

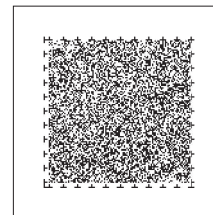
会社で用意する以外の物を独自に備えます。会社に泊まることや、歩いて自宅まで帰ることを想定したアイテムを考えて準備してください。

- 歩きやすい靴
- ヘルメット
- 軍手
- ライト
- 救急セット
- レインコート
- 寝袋
- 携帯トイレ
- 水筒
- 非常食

まとめておきたい大切な物

紙製の証書や証明書などはファスナー付きビニールケースに入れておくと、防水にもなります。万一のために家族の写真を持ち歩くのもよいでしょう。

- 家族の写真
- マイナンバーカード
- 貯金通帳
- 健康保険証
- 有価証券・金券など
- お薬手帳
- 運転免許証
- 年金手帳



🏠 トイレの備え



携帯トイレ

断水や排水管などの損傷により水洗トイレが使えない場合に便器に取り付けたり、車の中でも使えたりするのが携帯トイレです。袋の中に排泄し、吸収シートや凝固剤で排泄物の水分を安定させ、使用するごとに袋をしぼります。廃棄ゴミの回収までに数日かかることもあります。携帯トイレには消臭効果があるタイプもあります。



簡易トイレ

水洗トイレが使えない場合、段ボール等を組み立てて使用します。携帯トイレと同じように排泄物は吸収シートや凝固剤で安定させるとよいです。簡易型で持ち運びできるため、車の中やテント、あるいはパーティションで仕切ればどこでも使えます。

排泄ゴミの目安は1日の排泄回数×人数×7日分

避難生活でトイレが使えないときは、排泄ゴミも一定期間保管する必要があります。1週間を目安に考えた場合、1日の排泄回数 × 人数 × 7日分の排泄ゴミが発生します。保管に当たっては衛生面を考慮して、手袋や消臭剤、凝固剤、チャック付きのポリ袋や中が見えないポリ袋などがあるとよいでしょう。



出典：「はじめての防災ブック」(ナツメ社 国崎信江監修 クリエイティブ・スイート編著 2021)

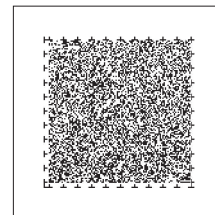
トイレにも非常用持ち出し袋を用意しよう

災害はいつ起こるかわかりません。トイレやお風呂場などの狭い空間には、閉じ込められる危険性もあります。そのためトイレにも、最低限の備えとして飲料水や非常食、防災ラジオ・ライトなどを入れた非常用持ち出し袋を用意しておくといでしょう。狭いトイレで停電にあってしまった場合、懐中電灯の明かりでも非常に心強いものです。



中央大学杉並高等学校(杉並区)での取組事例

杉並区の中央大学杉並高等学校では、非常時のトイレ使用制限に備えて、汚物凝固剤(携帯トイレ)を購入。ビニール袋・ゴム手袋、ウェットティッシュ・生理用品などと一緒にリュックサックにまとめ、校内69か所の個室トイレに備蓄しています。携帯トイレの使い方を説明したプリントを、トイレの全個室に貼付。災害時に役立てられるよう情報を周知しています。



出典：東京消防庁「第19回地域の防火防災功労賞 事例集」(令和5年1月発行)

室内の備え



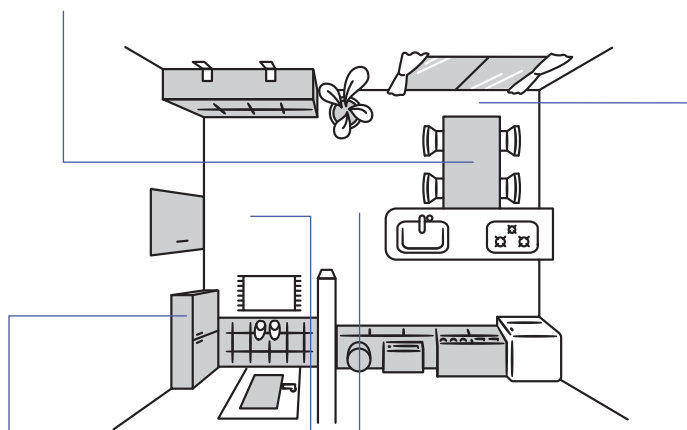
①部屋の安全確認

テーブルの上もすっきりと

特にテーブルの上は滑りやすいため、物を置くと地震で揺れた際に散らばり、避難の妨げになります。テーブルの周囲に大きな家具を置かないよう注意。

割れ物や窓ガラスの飛散に注意

強い揺れで窓ガラスが割れたり、陶器やガラス製品が床に落ちて割れたりすると避難の際、ケガにつながる危険があります。



暗くても移動できる工夫を

夜間の地震に備えて、停電時の明かりとなる足元灯等を用意。寝室ではメガネや杖、携帯電話を枕元に。

室内の物を減らす

物を減らし、よく片付けておくとも暮らしやすくなるだけでなく、避難するときの障害物が減って安全面でもプラスに。

廊下やドアの近くに物を置かない

玄関につながる廊下やドアは万一の際の避難経路です。玄関や廊下、階段にはなるべく物は置かず、通りやすい状態にしておきましょう。

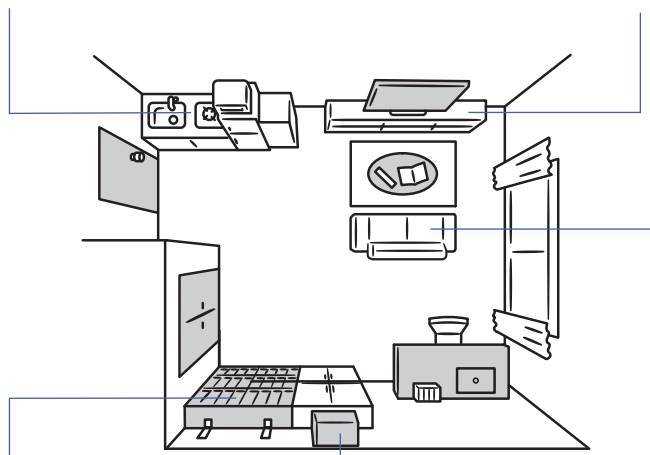
②家具配置の工夫

ガスコンロの近くに燃えやすい物を置かない

燃えやすい家具や小物などは、ガスコンロから離れた場所に置く。

重い物を下にして「重心を低く」

物の置き場所は「重心を低く」を心がけて。重い物は低い位置に収納すると、揺れても倒れにくくなります。



背の高い本棚はまとめる

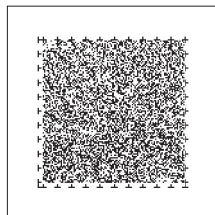
固定されていない家具は倒れやすいため、1か所にまとめてウォークインクローゼットのように使う方法も。

くつろぐのは安全なスペースで

固定されていない家具は、大地震では凶器になります。くつろぐときは家具が倒れてこない安全な場所で。

高いところに重い物や割れ物を置かない

キッチンの収納では一番下に重い鍋類を入れ、上に行くほど軽い物に。吊り戸棚に器等を入れるのは避けて。

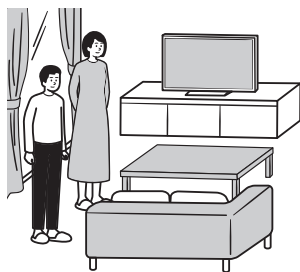


出典：「はじめての防災ブック」(ナツメ社 国崎信江監修 クリエイティブ・スイート編著 2021)

③家具の転倒防止

家具を固定してリスクを減らす

大きな地震によって家具が倒れると、家具そのものの衝撃だけでなく、中に入っている物が飛び出すことで、避難を妨げたり、落ちた物によってケガをすることがあります。家具やテレビや冷蔵庫、電子レンジなどはしっかり固定しておき、万一倒れても影響を受けにくいレイアウトに変更をしましょう。



安全を守るレイアウトの工夫



家具も減らす

物だけでなく、家具自体も減らしたいものです。収納には納戸やクローゼット、据え付けの家具を活用することを心がけましょう。



避難経路の確保を

家電や家具が倒れたり、移動してドアや避難経路をふさがないようにしましょう。引き出しの飛び出しにも注意しましょう。



火災にも注意を

地震で家具がストーブに当たると、火災等の二次災害につながることがあります。発火のおそれがある家具・家電にも転倒・落下・移動防止対策を。



自宅での家具類の転倒・落下・移動防止対策

防災の観点で家の中に目を向けていくと、家具の配置や物の置き方も変わってくるでしょう。家具類の対策を知り、家族の安全を守る家づくりを。



🏠 転倒等防止対策



対策のポイント

ネジ止めなどで対策を

家具類のレイアウトを工夫したら、器具による家具類の転倒・落下・移動防止対策を行います。最も確実な方法は、壁にL型金具でネジ止めすることです。ネジ止めが難しい場合は、突っ張り棒とすべり止めストッパー、突っ張り棒と粘着マットを組み合わせると効果が高くなります。



キャスター付き家具はロック

日常的に動かして使う場合、移動時以外はキャスターをロックし、定位置がある場合は壁や床に着脱式ベルト等でつなげます。普段動かさない物は下皿や、ボール式器具などを設置し、固定します。

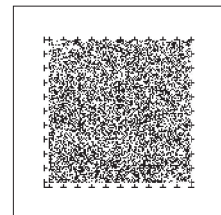


テーブル・椅子のすべり止め

壁面に接して置いていない背の低い家具類の中でも、特にテーブルや椅子は移動防止対策が必須。粘着マット、カーペットの場合はすべり防止マットを設置します。タイルカーペットの場合は、面ファスナーの凸面をカーペットに向けます。



特に高層マンションの高層階では長周期地震動（238ページ）の問題があります。周期とは揺れが1往復するのにかかる時間です。低い建物に比べて周期の長いゆっくりした大きな揺れが生じます。



対策器具のメリット・デメリット

L型金具(ビス3点上向き取り付け)

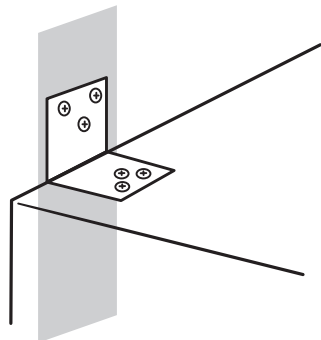
家具と壁を木ネジ、ボルトで固定。スライド式、上向き、下向き取り付け式があり、下向き取り付けが最も強度が高いです。L型金具を壁の下地に合わせ、家具の天板と金具の上部、金具の壁側と壁の下地の双方を3点ずつ固定します。

メリット

揺れやすいマンションの高層階等でも、2点固定より保持力が高くなり有効です。

デメリット

壁に傷が付けられない賃貸住宅では使用が制限される場合があります。また、マンション等のLGS(軽量鉄骨)下地では固定力が低下します。



ポール式器具(突っ張り棒)

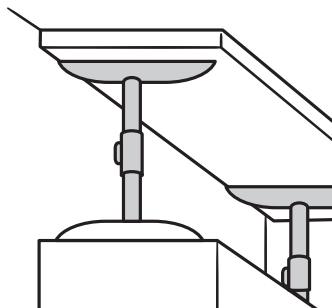
ネジ止めすることなく、家具と天井の隙間に設置します。粘着マットやストッパーとの組み合わせで強度が高くなります。ポールは必ず2本セットで使用し、壁側の梁に近い位置に付けます。

メリット

壁や家具に傷を付けずに設置でき、家具の転倒を減らすことができます。

デメリット

経年使用で緩みが生じやすく、半年に1回程度の見直しが必要です。



粘着シート(マット式)

家具の下に粘着力のあるシートを貼り、床面等と固定します。

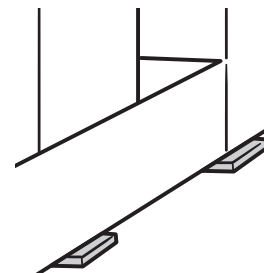
メリット

表面張力の応用で濡れるように貼り付くため、家具や床に傷を付けることがなく簡単に設置でき、軽量や低床の家具や家電製品に向きます。

デメリット

家具にかかるせん断力*の強さによってはシートが剥がれやすくなることも。

※物をずらす力のこと



着脱式移動防止ベルト

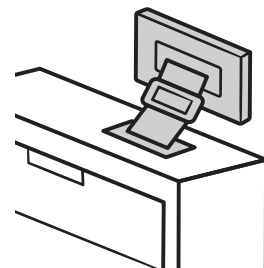
壁に密着できない家具や家電製品を壁や下地に強度のある壁面に固定します。

メリット

壁に密着できない家具や家電製品に向き、ベルトの着脱で移動も可能です。

デメリット

地震の揺れに連動してベルトの余長部分に力がかかり、L型金具に比べ固定力は弱くなります。



チェーン

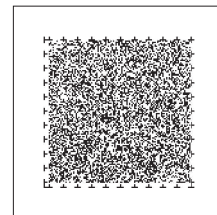
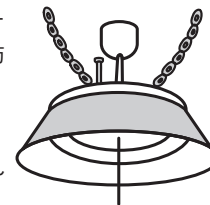
吊り下げ式照明器具等をチェーンやワイヤーで結んで移動を防止します。

メリット

軽量の吊り下げ物に有効で、揺れにより落下するのを防止します。

デメリット

チェーンの連結部は変形して外れやすい場合があります。



転倒等防止対策チェックリスト



すべり止めストッパー

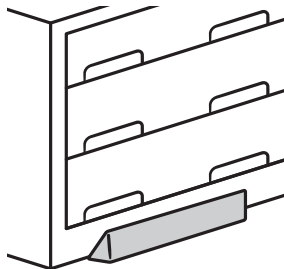
家具の前下部にくさびを挟み込み、家具を壁際に傾斜させます。家具の幅に合わせた1本形状が、分割式よりすべり止め効果を期待できます。

メリット

家具や床面に傷を付けずに簡単に設置可能。

デメリット

材質や形状で移動防止の効果に差があります。



キャスター(下皿)

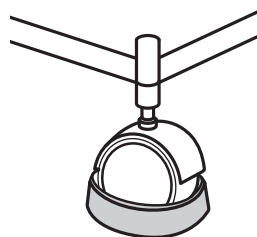
キャスターの下に置き、家具の移動を防止します。対角の2輪の下に皿を置きます。

メリット

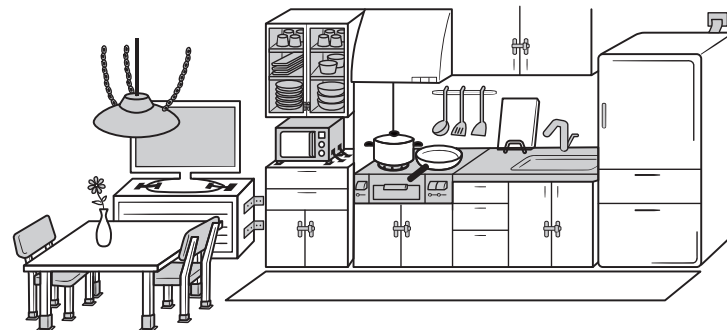
壁から離れて設置された家具等の移動防止に効果があります。

デメリット

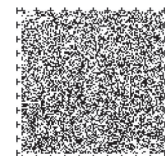
大きく揺れる高層階での使用には不向きとなる場合があります。

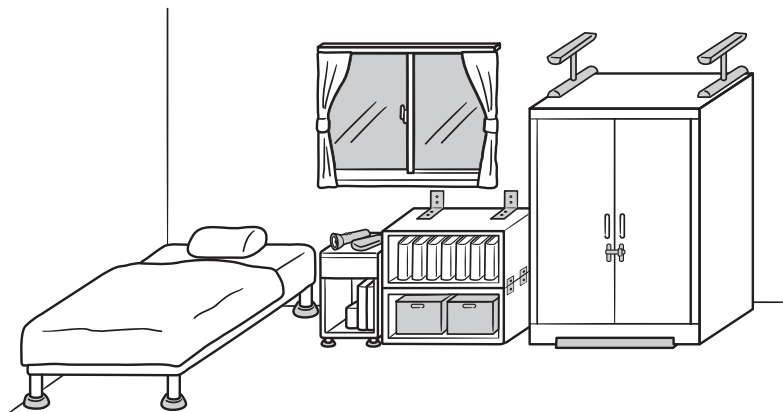


リビング・キッチン



- 吊り下げ式照明器具 チェーンで揺れ防止対策を行う
- テレビ テレビ台に着脱式移動防止ベルト等で固定
台はL型金具で壁に固定し、脚に粘着マット、テレビ台座の底面(四隅)を強粘着マットでテレビ台に粘着固定する
- 電子レンジ 粘着マットやストラップ式の器具で台に固定し、
台もL型金具で壁に固定する
- テーブル・椅子 脚に粘着マット等のすべり止めを付ける
- 食器棚 転倒しても避難経路をふさがない置き方をし、
壁に固定する
ガラスには飛散防止フィルムを貼る
- 引き出し 飛び出し防止のためにラッチ錠
付きを使う
- 吊り戸棚 収納物が飛び出さないよう、
扉に開放防止器具を付ける
- 冷蔵庫 避難の障害にならない場所に設置
し、ベルト式器具等で壁と結ぶ
上に落下しやすい物をのせない





- ベッド
脚に粘着マット等のすべり止めを付ける
額縁や壁掛け時計などはベッドの近くの壁や天井に取り付けない

- 窓ガラス
飛散防止フィルムを貼る

- キャスター付き家具
動かさないときはキャスターをロックして
キャスターに下皿をかませ、着脱式ベルトで壁につなげる

- 積み重ね式収納ボックス類
上下を連結金具でつなぎ、L型金具で壁に固定する
上に落下しやすい物をのせない

- タンス・クローゼット
転倒しても避難経路(ドア)をふさがない置き方をする
L型金具や突っ張り棒で壁や天井に固定し、すべり止めストッパーを敷く

🏠 より安全な室内にするために

災害が起きたときに危険をもたらす素材は、買い換え時などにはなるべく交換して、大切な家族を守れる家づくりを心がけましょう。

割れにくい食器選び

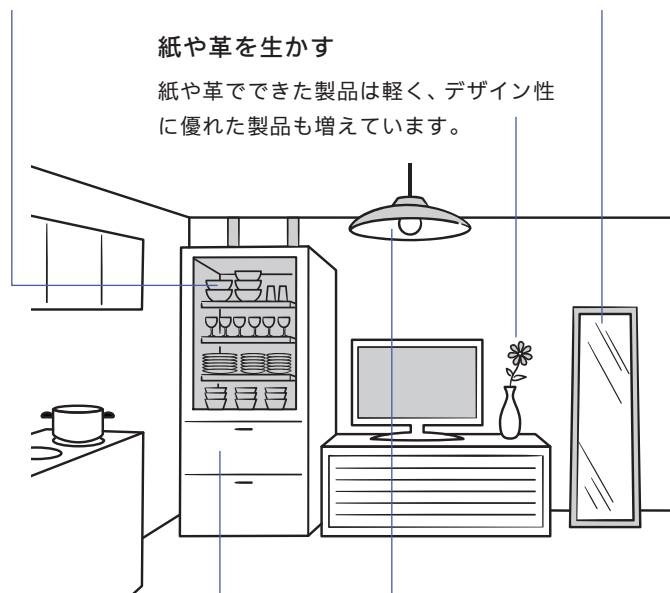
木や漆器の食器を選んだり、グラスでも割れやすい口部を強化した物を。

シートタイプの鏡も

アクリルや樹脂を使った割れない鏡は、安価で軽く安心して使えます。

紙や革を生かす

紙や革でできた製品は軽く、デザイン性に優れた製品も増えています。

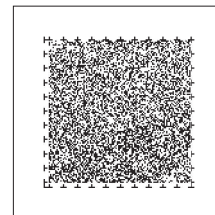


配置に気を配る

ガラスは他の物とぶつかって割れることもあるため、配置や収納に工夫を。

ガラス製品に工夫を

ガラス製のシャンデリアや置物などは、なるべくなら割れない素材の物に。



出典：「はじめての防災ブック」(ナツメ社 国崎信江監修 クリエイティブ・スイート編著 2021)

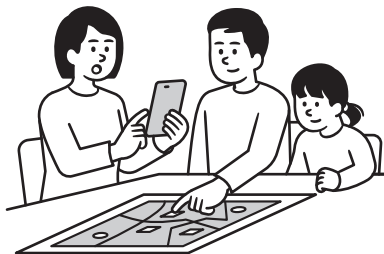
安否確認をする手段を整える



災害の備えとして、安否の確認や家族の連絡手段をどうするかを決めておくことも大切です。職場や外出先で急に災害が起こっても、途方に暮れることのないようにしておきましょう。

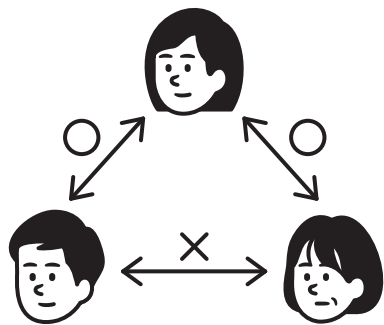
家族会議を開き、避難先を確認する

事前に家族で決めておきたいことは、別々の場所で被災した場合の安否確認の手段です。電話やメールはつながりにくくなることを想定し、複数の連絡手段を準備しておきましょう。また、連絡がとれない場合も考慮して、避難場所とそこまでの経路、そして集合場所も具体的に決めておきましょう。



様々な連絡手段を確保する

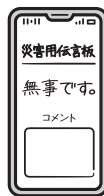
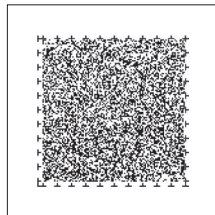
災害が起こると連絡が取りづらい場合もあります。そんなときは離れた場所に住む家族や親戚、知人の家の中継点にする「三角連絡法」を取り入れたり、災害用伝言ダイヤルなども選択肢に入れましょう。また、家族の職場に緊急時の連絡手段の決まりがあるかも確認しておきましょう。一人暮らしの方は、親しい友人やご近所に信頼できる人がいれば、日頃から話し合っておきましょう。



171

NTT 東日本が提供する災害用伝言ダイヤル「171」

被災者が安否メッセージを登録し、家族や友人がそれを聞く「声の伝言板」です。インターネットから安否確認を行う「web171」もあります。

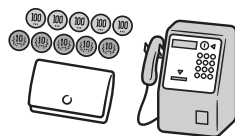


災害用伝言板

携帯電話会社が提供し、携帯電話やスマートフォンから安否情報の登録や確認をすることができます。



災害用伝言板 (web171)



公衆電話

災害時、一般的な電話回線はつながりにくくなりますが、公衆電話は比較的つながりやすいといわれています。

SNSを活用する

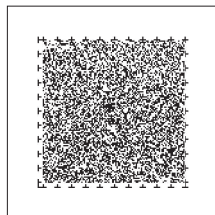
現在は多くの人々がスマートフォンを持ち、SNS やメッセージアプリを利用しています。電話回線がつながりにくくても、SNS を通じた連絡は取りやすい場合があります。家族でグループを作っておくなど、日頃から準備しておくで安心です。

※大規模災害の発生時は、災害用に提供される Wi-Fi サービス「00000JAPAN」が無料開放されます。スマートフォンの Wi-Fi の設定画面で「00000JAPAN」を選択することで利用できます。

災害時に限り、公衆電話が無料で使える場合も。デジタル公衆電話は、硬貨やテレホンカードは不要で通話が可能。アナログ公衆電話は硬貨またはテレホンカードの投入が必要ですが、通話後はそのまま返却されます。100 円硬貨は戻らない場合もあります。

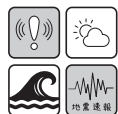


※電波状況によっては通信できないこともあります。



出典：All About「専門家がすすめる、災害時の正しい SNS 活用法 (IT リテラシーガイド 高橋暁子)」<https://allabout.co.jp/gm/gc/463515/>

災害情報を収集する手段を整える



災害時に役立つアプリを
スマートフォンに入れておく

災害情報の入手や近くの避難所までの案内など、もしものときに重宝するのがスマートフォンアプリです。モバイルバッテリーも持っておくとよいでしょう。

スマートフォンアプリ

近くの避難施設がわかるアプリ

土地勘のない外出先や旅先でも便利なアプリ。近くの避難施設まで案内します。

位置情報を発信するアプリ

自分の居場所を、あらかじめ登録した人に知らせてくれます。

いのちを守るアプリ

応急手当アプリ、ライトアプリなどで被災時の危険から身を守ります。

ラジオアプリ

ラジオを持ち歩けない場合は、スマートフォンで聴けるようにしておくのがおすすめです。

災害情報アプリ

緊急地震速報や警報をスマートフォンに届けてくれるプッシュ型のアプリが便利です。

SNS アプリ

友人知人とのコミュニケーションや情報収集に役立ちます。

東京都防災 X(旧 Twitter)
X(旧 Twitter) 公式アカウント @tokyo_bousai



最新の災害情報を確保しよう

スマートフォンで情報収集を

近年、自治体やライフライン関連の企業でも SNS の活用が進んでいます。ただし、個人のウェブサイトや SNS アカウントには真偽がはっきりしない情報もあるでしょう。振り回されることのないように注意してください。

防災・災害情報もネットから

天候はもちろん、災害時の情報や警報・注意報を正しく知るにも、インターネットの情報が役立ちます。避難の判断にも活かせるため、有効に活用するとよいでしょう。



東京都防災ホームページ

平常時は災害の備え、災害時には被害状況などを提供するので、日頃からアクセスして確認しておく役立ちます。

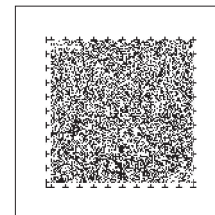


東京都防災マップ

東京都防災ホームページ内の防災マップでは、防災施設の情報、災害時帰宅支援ステーションなどの検索や表示ができます。

正しい情報を得る

災害のときこそ、正しい情報を確実に得ることが大切です。また、SNSでは必要に応じて自分から発信することで、そこから問題の解決に役立つこともあるでしょう。



「東京都防災アプリ」をとことん使いこなそう

「東京都防災アプリ」のダウンロード方法(17 ページ)

「東京都防災アプリ」とは

いつも、そして、いざというときにも役に立つ、東京都公式の防災アプリです。「あそぶ」「まなぶ」「つかう」をコンセプトに、楽しみながら防災の基礎知識を得られるだけでなく、災害が発生したときに役立つコンテンツが掲載されています。防災ブック『東京防災』『東京くらし防災』をはじめ、災害への備えに役立つ多くのコンテンツの中から、自分好みでメニューをカスタマイズして利用できます。



防災ブックの閲覧

『東京防災』『東京くらし防災』や「マンション防災」をスマートフォン・タブレット端末上で閲覧できます。

水害リスクマップ・雨雲レーダー

防災マップ

あらかじめマップをダウンロードしておくことで、オフライン時も現在地を表示し、目的地までの移動を補助します。お近くの防災施設の確認に活用できます。



水害リスクマップ

河川の氾濫や高潮による浸水、土砂災害といった都内で想定される水害リスクを視覚的にわかりやすく確認できます。

雨雲レーダー

雨雲の動きや台風情報を確認することができます。

災害情報

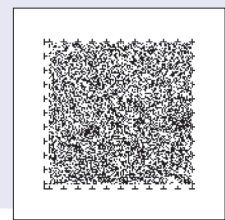
マイエリアに登録した区市町村の気象情報、地震情報、避難情報などをプッシュ配信します。

災害情報の種類
避難情報、地震情報、津波情報、気象情報、(警報・注意報)、土砂災害警戒情報、竜巻注意情報、噴火警報・予報などをチェック。

避難情報	地区の選択、気象情報、注意報
▼ 千代田区	気象警報・注意報
▼ 中央区	東京都の注意報・警報
▼ 港区	伊豆諸島・伊豆諸島・伊豆諸島で、15日明け方まで大雨が予想されています。
▼ 目黒区	千代田区 気象警報・注意報
▼ 品川区	■ 注意報 (継続)
▼ 目黒区	警戒程度
▼ 目黒区	15~18 注意報
▼ 目黒区	18~21 注意報
▼ 目黒区	21~00 注意報
▼ 目黒区	00~03 注意報
▼ 目黒区	03~06 注意報
▼ 目黒区	06~09 注意報
▼ 目黒区	09~12 注意報

東京マイ・タイムライン

一人ひとりの環境に応じた適切な避難行動を時系列に整理することができます。自宅の水害リスクを確認したり、チャットボット機能で避難行動の入力をナビゲートします。



地域の災害危険度を知る



地形や地盤などの地域の特性によって「どんな被害が想定されるか」は異なります。大地震によって建物の倒壊が起こりそうなのか、あるいは地震に伴う火災が燃え広がる危険性があるのかなど、地域の災害リスクを知ることは十分な備えをするうえでも重要です。「地震に関する地域危険度測定調査」や「東京都防災アプリ」を活用し、自宅のある地域の災害リスクをきちんと知っておきましょう。

地震に関する地域危険度測定調査

首都直下地震等、特定の地震に向けた「被害想定」とは異なり、東京都内の町丁目ごとの危険性を相対的に評価し、危険度をランク分けしたものです。

➡ 250、251 ページ

危険性が低い ←————→ 危険性が高い

ランク	ランク	ランク	ランク	ランク
1	2	3	4	5
2,344 町丁目 45.2%	1,653 町丁目 31.8%	822 町丁目 15.8%	288 町丁目 5.6%	85 町丁目 1.6%

(注) 危険度のランクは相対評価のため、安全性が向上しても、他の町丁目の安全性がより一層向上している場合には、危険な方向にランクが変化している場合があります。



地震に関する
地域危険度測定調査

総合危険度ランクを確認する

「地震に関する地域危険度測定調査」では、地域の「火災危険度」や「建物倒壊危険度」を算出し、それらを合算した町丁目ごとの「総合危険度」等を公表しています。ランク付けによって、お住まいの地域の地震による建物倒壊や出火・延焼の危険性などが具体的にわかります。対策を立てるときに役立てましょう。



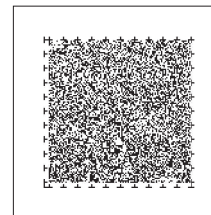
建物倒壊危険度とは

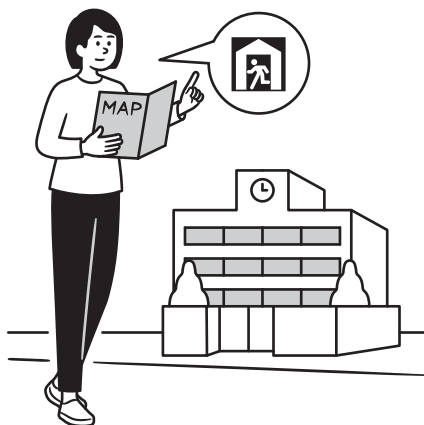
建物特性と地盤特性により測定しています。危険度の高い地域は、軟弱な地盤である沖積低地で、古い木造や軽量鉄骨造の建物が密集している地域です。荒川・隅田川沿いの地域等に分布しています。



火災危険度とは

出火の危険性と延焼の危険性を基に測定しています。危険度の高い地域は、耐火性の低い木造建物が密集し、延焼遮断帯ができていない地域です。環状7号線の内側を中心としてドーナツ状に分布し、JR 中央線沿線(区部)にも分布しています。





居住地の特性を知る

家の周りの地形や地質、がけ地など危険な場所、過去の災害とその対策を知ることが、災害対策に必要不可欠です。また、避難場所や避難経路、広い公園などのオープンスペース、公民館、コンビニエンスストアなどの施設を確認しておきましょう。いざというときに早めの対応ができ、安全な場所に避難することができます。



ハザードマップを確認する

ハザードマップは、被害の軽減や防災対策のため、被害想定区域や避難場所、避難経路などの情報を表示した地図のことです。自分が住んでいる場所の浸水や土砂災害、液状化の危険性などを確認しましょう。

ハザードマップポータルサイト

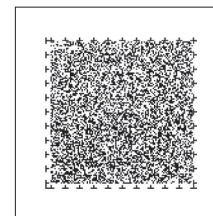
国土交通省が運営する災害リスクのポータルサイトです。「重ねるハザードマップ」では、調べたい住所を入力するだけで、その地域の洪水や土砂災害等に関する災害リスクが調べられ、「わがまちハザードマップ」では、区市町村が公表するハザードマップを簡単に検索できます。



居住地の災害史を学ぶ

防災対策は過去の災害の経験を基に立てられています。過去の洪水や地震などの災害の歴史を学ぶと、現実感を持った備えが可能になります。近所で昔を知る人に話を聞いたり、図書館で調べてみましょう。

➡ 101 ページ

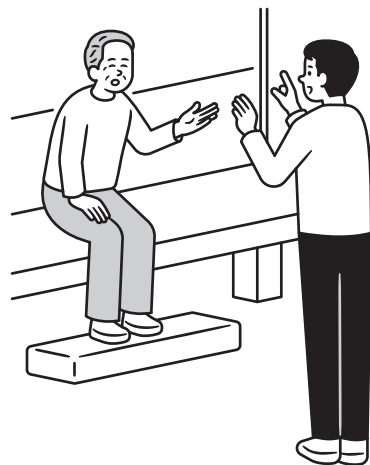


近所と助け合える関係を作ろう



日頃から あいさつを交わす

災害時には近隣の住民同士の協力が必要です。避難生活をスムーズにするためにも、日頃からあいさつを交わしたり、町会・自治会の防火防災訓練等に参加することで、ご近所との付き合いの輪を広げておきましょう。



支援等を 必要とする人について

高齢者や障害者、難病患者、乳幼児、妊産婦、外国人などは情報把握、避難などが迅速にできない場合があります。常日頃から近所の支援等を必要とする人について知るとともに、災害時には民生委員等と協力してその方を支援しましょう。

自主防災組織に入ろう

防災会等の自主防災組織に入り 自分たちの街を自ら守る

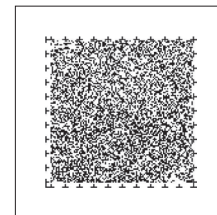
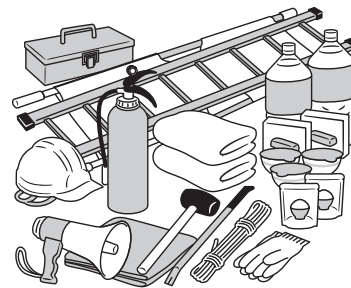
近所の人たちが互いに協力し合い、自分たちの街は自分たちの力で守るという地域の防災対策を効果的に行うための組織が「防災市民組織」です。町会や自治会を単位とすることが多い協働機関で、町会の防災担当等が中心になって呼びかけ、それぞれの地域の実情に合わせた活動を行います。参加することによって、地域のコミュニティ力と防災力の向上につながります。

防災資器材を備える

地域での防災力を上げるためには、防災資器材を備えておく必要があります。地域の実情を踏まえ、どんな物が必要かを検討します。保管・管理に当たっては、災害時に機動的、迅速に利用できるようにしておきましょう。

防災資器材の例

- | | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 消火器 | <input type="checkbox"/> ハンマー | <input type="checkbox"/> 防水シート |
| <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> 非常用食品・水 | <input type="checkbox"/> バール | <input type="checkbox"/> メガホン |
| <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> ロープ | <input type="checkbox"/> スコップ | <input type="checkbox"/> ジャッキ |
| <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 担架 | <input type="checkbox"/> はしご | |



マンション防災

東京都では、約 900 万人の都民がマンション等の共同住宅に住んでいます。耐震基準を満たしたマンション等は、被害が軽微であれば在宅避難が可能となります。在宅避難を継続するためには、各家庭とマンション全体での備えが必要です。また、マンション等居住者以外の住民との相互連携による「共助」も欠かせません。まずマンションの強みと弱みを知っておきましょう。

マンションの強み

耐震性の高い構造

耐震基準を満たしたマンションは、大きな揺れで建物に亀裂や破損が生じることはありますが、旧耐震の建物と比べれば倒壊する可能性は低く、在宅避難ができる可能性が高くなります。



マンションの弱み

エレベーターが使いえなくなる

大地震や停電などでエレベーターが階の途中で止まってしまうと、閉じ込めにつながるとともに、高層階の居住者や高齢者、車椅子の方が外出先から自室に戻れないこともあります。また復旧に時間がかかる場合、1階との行き来にも支障が生じることもあります。



停電で断水や共用設備が使えなくなる

停電でポンプが動かなくなると、断水につながります。また、共用部の照明や火災報知器などの安全確保に必要な設備も止まる可能性があるため注意が必要になります。



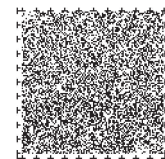
トイレが使えなくなる

地震によって排水管が壊れている可能性があります。もし上の階の居住者が排水管が壊れているのに気付かずトイレを使用すると、下の階で汚水があふれ出て、異臭等大きな迷惑をかけることとなります。管理者等から流してよいといわれるまでトイレの使用はやめましょう。



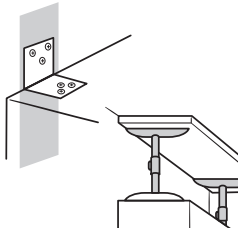
長周期地震動

高層マンションでは揺れの周期が長い長周期地震動が発生すると、ゆっくりとした大きな揺れが生じ、家具の転倒などの原因となることも想定されます。



地震が起きたら（日頃からの備え）

地震が発生したときに備え、日頃から準備しておくことが重要です。



家庭内の安全確保、家具の固定

地震が発生したときに安全を確保するため家具の固定を行きましょう。L型金具等を取り付けるとより安全です。壁が傷付けられない賃貸住宅や、LGS（軽量鉄骨）下地の壁などでは、ポール型器具（突っ張り棒）等も活用しましょう。

➡ 48 ページ



避難路の確保、非常用階段の確認

避難時に階を移動するときには、エレベーターには乗らず、非常階段を利用します。エレベーターが動いていても、地震感知センサーの働きや故障・停電などで緊急停止し、閉じ込め被害にあう可能性があるためです。避難階段の場所を確認しておきましょう。



避難はしご

マンションからの避難はしごは、ベランダの床にある避難ハッチからの緊急の脱出経路として設置されています。同じフロアのどの位置にあるかよく事前に確認を。



蹴破り戸

災害が発生したら、「非常時は、ここを破って隣戸に避難できます」という表示がある側の境壁を蹴る、または硬い物を強く打ち付けて破壊し、通り抜けましょう。蹴破り戸の前に物を置かないこと。

消火（消火器・消火栓）

一戸でも火災やガス漏れが発生すると、マンション全体で住めなくなる可能性もあります。火災が起きたときに備え、日頃から消火器や消火栓の位置を確認しておきましょう。



備蓄

マンションでは大地震や停電などでエレベーターが停止し、1階との行き来が難しい状況になることが想定されます。そのため、各住戸で1週間分の水、食料品、生活必需品といった在宅避難のための備蓄を推奨しています。

「日常備蓄」で備えよう

備蓄のポイントは「普段使っている物を常に少し多めに備えること（日常備蓄）」です。必要な備蓄品目・数量は家族構成や年代などにより異なります。東京備蓄ナビでご家庭に合った備蓄を確認し、準備しておきましょう。

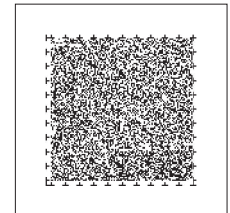
➡ 36、37 ページ

非常用持ち出し袋

非常用持ち出し袋の中身は、それぞれ自分にとって必要な物を考え、準備することが重要です。

➡ 40 ページ

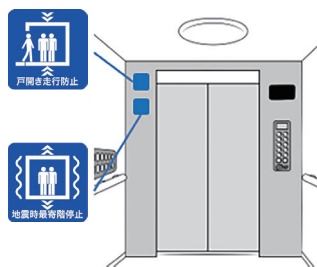
- 携帯トイレ
- ヘッドライト
- ヘルメット
- レインコート
- 防災用ホイッスル
- タオル
- 水(500mlを1~2本)
- マスク
- ゼリー飲料等
- 応急手当用品
- モバイルバッテリー（乾電池式・ソーラー充電式）
- 給水袋
- 乾電池
- 皮・ゴム手袋



エレベーター・ライフラインが止まったときの対応

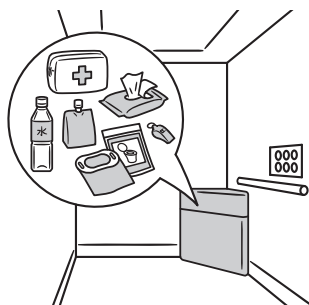
エレベーターの安全対策

国土交通省では平成 24(2012)年 8月より、安全装置が設置済みのエレベーターかどうか一般利用者が容易にわかるように、エレベーター内の見やすい場所に表示する任意の制度運用を開始しています。自分のマンションのエレベーターを確認しておきましょう。この装置が付けられたエレベーターは地震を感知するとすぐ近くの階に止まって扉が開きます。この装置が付いていなかった場合は、すぐエレベーターを止めるために、全ての停止階ボタンを押すようにしましょう。



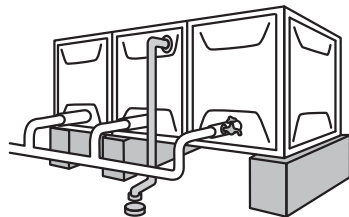
防災キャビネットを設置

エレベーターで長時間閉じ込められた場合を想定して、防災キャビネットを設置し、飲料水、食料品、携帯トイレなどを備蓄しましょう。



マンションでの水の確保

マンションでは、断水が長期化すると、飲料水や生活水の確保が困難になり、在宅避難が難しくなります。そのため、地下の受水槽や屋上の高架水槽など、それぞれのマンションにおいて、水を確保する方法を考えておきましょう。

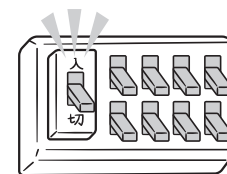


停電、ガス停止への対応

災害発生時に停電が起こった際には、家電製品のプラグを抜いて、ブレーカーを落としましょう。

※電源が入ったままだと、通電した際に、火災等の原因になってしまうことがあります。感震ブレーカーの設置も検討しましょう。

➡ 82、88 ページ



電気ブレーカー

強い揺れやガス漏れを検知すると、マイコンメーターで自動的にガスが止まります。マイコンメーターは、玄関脇の共用廊下下のメーター扉内などに設置されています。

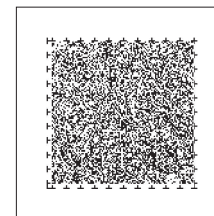
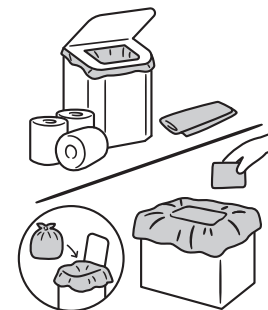


ガス元栓

携帯トイレ等の準備

災害が起きたとき、上の階の居住者が排水管の損傷に気付かずにトイレを使用すると、下の階で汚水があふれ出てしまいます。確認ができるまではトイレの使用をやめましょう。災害への備蓄として、携帯トイレ、簡易トイレの準備を忘れないように。

➡ 42 ページ



共助のすすめ

マンションには多くの人が居住しています。困ったことがあれば相談したり、助け合ったりすれば大きな力になります。

防災力向上のために

日頃から顔の見える付き合いを

日頃からあいさつを交わしたり、イベントや共同作業に参加したりして、顔の見える関係づくりをしていると、いざというときに強い力になります。高齢者、身体が不自由な人、乳幼児などをあらかじめ把握しておく、災害発生時の安否確認や生活支援が円滑にできます。



防災組織の結成

災害時には、情報収集、救護、物資の調達、安全確保などの様々な対応が必要です。みんなで役割分担をして組織づくりをしておく、と役立ちます。

組織図(例)



防災マニュアル

いざ災害が起こったときに、それぞれの人がどのような行動を取ればよいか、事前に決めておくことが重要です。その内容をマニュアルにまとめて、全ての居住者で共有しましょう。マンションの規模、構造、立地など、自分たちのマンションの実態に合わせて検討しましょう。

大規模マンション：防災センターや防災設備などもあり、管理人が常駐であることも多い。ブロック等の活動単位を設定しましょう。

中小規模マンション：防災センター、防災設備などがなく、管理人等も休日夜間は不在であることが多い。居住者それぞれの役割分担を明確にしましょう。

賃貸マンション：管理会社等を中心に連絡体制等の構築を検討しましょう。

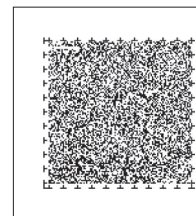
マンション全体での備蓄

マンションでは、管理組合等で防災マニュアルを作成し、携帯トイレ等の備蓄があるか確認しておきましょう（1週間分以上）。また、防災倉庫は各階または数階ごとに設置するとよいでしょう。



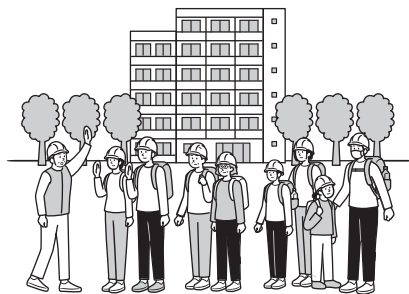
こんな資器材を用意しておきましょう！

- 救出用セット 消火器、発電機、リヤカー、ジャッキ、のごぎり、おの、つるはし、救出ロープなど
- 救急用セット 包帯、三角巾、消毒薬、ガーゼなど
- 懐中電灯 予備電池も準備
- エレベーター用 キャビネット 水、食料、携帯トイレ、懐中電灯、ラジオ、防寒具など



マンションの防災訓練

マンション全体で防災意識を高める初期消火訓練や応急救護訓練、高層階からの救出・救助訓練、避難訓練のほか、受水槽や自家発電機など普段見る機会の少ない設備を見学したり、地震発生時の使い方の説明なども有効です。



居住者名簿

大地震発生時に、特に助けが必要な人等を把握しておきましょう。居住者名簿を作成できない場合は、管理人等と連携して、要配慮者を把握しておきましょう。



賃貸住宅など防災組織の結成が難しい場合には

賃貸住宅など管理組合や防災組織がない場合でも、災害応急対応は居住者自身が行わなければなりません。組織化はすぐには無理でも、管理会社を中心に連絡体制を構築することに加え、日頃からのあいさつ等を通じて、居住者同士が顔見知りになることが災害応急対応の面からも重要です。

東京とどまるマンション

東京都では、災害の際、停電が発生したときでもエレベーターや給水ポンプなどが動かせるように非常用電源を備えていたり、防災マニュアルの策定や備蓄の実施などの防災対策が講じられているなど生活が継続しやすい分譲・賃貸マンションの情報を登録、公表しています。



トドまるくん

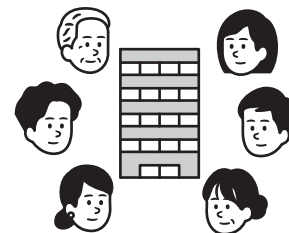


地域との連携が欠かせない

より防災力を高めるには、地域との連携が欠かせません。日頃から地域の行事(イベント、防災訓練)に参加するなど交流を深めましょう。



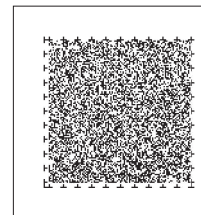
地域との連携を進めるためには、町会・自治会に加入することや自治会を組織化して地域とつながることも方法のひとつです。町会・自治会の活動に参加することは交流にとどまらず、災害が発生したときの助け合いや日頃の防犯などにもつながります。



大規模なマンションでは、自治会の組織化を検討し、コミュニティの形成を進めることなども、災害への備えには有効です。単独で自治会等を作ることが難しい中小規模のマンションや賃貸住宅にお住まいの方は、周辺の町会・自治会に参加することも検討してみましょう。

共用スペースの活用

防災対策本部の設置場所、エレベーター停止時の居住者の滞留場所、備蓄品の仮置き場所、屋外であれば災害ゴミの集積場所として多目的に活用できます。周辺の避難所がいっぱいになっているときなどはルールを定めたくうえで、地域に開放することも検討しましょう。



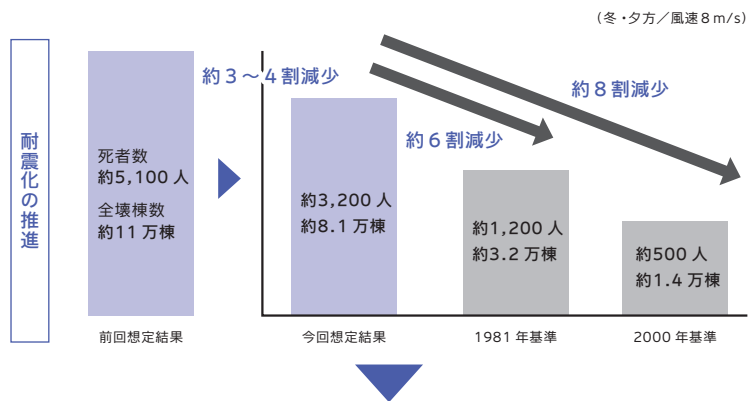


圧死を防ぐ耐震化の重要性

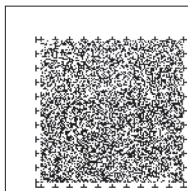
阪神・淡路大震災の死者の約9割が家屋の倒壊や家具類などの転倒によるものでした。今から40年以上前の昭和56（1981）年6月1日の建築基準法施行令改正より前に建築された建物は大地震への安全性が低いといわれています。また、昭和56（1981）年6月1日から平成12（2000）年5月31日までに着工した木造建物も安全性を確認することが推奨されています。耐震化チェックのために、戸建て住宅に住んでいる人は耐震診断を受けましょう。

耐震化（防災・減災対策）による被害軽減効果

下の図は、昭和56（1981）年の建築基準法施行令改定以前の戸建て住宅の被害想定から、今後耐震化の対策を進めた場合の被害軽減効果を推計したものです。前回の想定から、住宅の耐震化率92%の推進等で死者数（揺れによる建物被害）、全壊棟数は3～4割減少。さらに対策を進めることで、1981年基準の耐震化率100%の促進で約6割の減少、2000年基準100%の促進で約8割の減少と、死者数、全壊棟数を大幅に減らすことができると見込まれます。



各種対策を推進することにより、被害を大幅に軽減することが可能。



耐震化チェックシート

チェックポイントに従って、まずは自分で耐震性のチェックを行い、気になる項目が多ければ、専門家による耐震診断を受けましょう。

- 昭和 56(1981)年 5月 31 日以前に建てた家である

- 昭和 56(1981)年 6月 1 日から平成 12(2000)年 5月 31 日までに建てられた木造住宅である

- 増築を 2 回以上している
増築時に壁や柱の一部を撤去している

- 過去に床上・床下浸水、火災、地震などの大きな災害にあったことがある

- 埋立地、低湿地、造成地に建っている

- 建物の基礎が鉄筋コンクリート以外である

- 一面が窓になっている壁がある

- 和瓦、洋瓦等の比較的重い屋根葺材で、1 階に壁が少ない

- 建物の平面が L 字型や T 型で、凸凹の多い造りである

- 大きな吹き抜けがある

- 建具の立て付けの悪さ、柱や床の傾きなどを感じる

- 壁にひびが入っている

- ベランダやバルコニーが破損している

東京都耐震マーク

都民が安心して建築物を利用することができるように、地震に対する安全性を示したものが「東京都耐震マーク」です。このマークがある建物は、耐震基準への適合が確認された建築物です。



i 耐震化の相談窓口

東京都では耐震化に関する相談窓口を公益財団法人東京都防災・建築まちづくりセンターに設置しており、無料で一般的・専門的な相談に応じるほか、アドバイザーを派遣することもできます。また、各区市町村で耐震診断や耐震改修などに要する費用の一部を助成する制度を設けている場合もあります。



[耐震化総合相談窓口]

電話、メール、FAX、対面相談に加え、ウェブ相談も行っています。対面相談は、来所にて専門家が相談をお受けします。来所するときは前もって電話予約してください。

〒160-8353

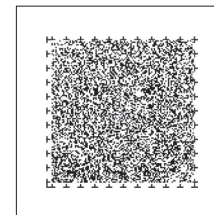
東京都新宿区西新宿7-7-30 小田急西新宿O-PLACE 2 F

TEL 03-5989-1470

E-mail taishin@tokyo-machidukuri.jp



東京都耐震ポータルサイト





出火・延焼を防ぐ火災対策の重要性

出火を防止し、延焼を食い止めることが重要です。そのために、消火器や住宅用火災警報器、漏電遮断器、感震ブレーカーなどの設置を併せて行うことが効果的とされています。また避難する際にはガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落としましょう。

火災が起きたら消火器で初期消火を

阪神・淡路大震災の死因の約10%が焼死ということからもわかるように、初期消火はとても重要です。火災を発見した場合は、火が小さいうちに消火器やバケツなどで消火します。ただし、消火活動では自分の身の安全が第一。炎が天井に届くなど、身の危険を感じたら消火活動をやめて避難しましょう。避難する時は窒息効果で延焼速度を遅らせるために、出入口の扉を閉めることも忘れずに！



消火器の設置

消火薬剤が強化液と粉末の2種類あり、さらに手軽なエアゾール式簡易消火具もあります。タイプによって使用期限が異なるため、それに従って取り替えましょう。キッチンの近く、廊下や玄関の隅など取り出しやすい場所に置きます。



消火器の処分方法

このような消火器は、点検または廃棄・リサイクルをおすすめします。

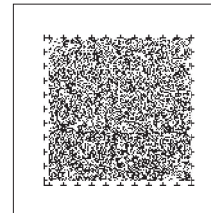
- ①耐用年数を過ぎている消火器
- ②サびている、腐食している消火器
- ③大きな傷や、変形している消火器

不要になった消火器を廃棄する場合は、お住まいの自治体または消火器リサイクル推進センター（TEL03-5829-6773）にお問い合わせください。消防署で消火器の廃棄は行っていません。



消火器リサイクル推進センター

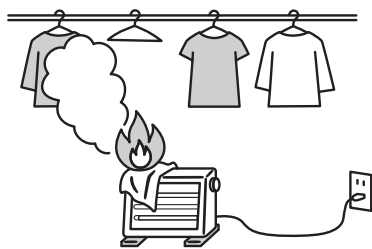
※エアゾール式消火具の処分は各自治体にお問い合わせください。



🏠 感震ブレーカーの設置

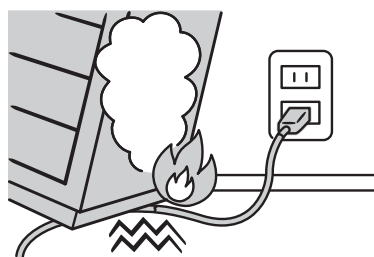
地震の揺れに伴う電気機器からの出火や、停電が復旧したときに発生する火災など、地震による火災の約6割は電気が原因といわれています。これらの火災を防止する手段のひとつに地震の強い揺れを感知して電気を自動的に遮断する感震ブレーカーがあります。感震ブレーカーは、大きな地震が発生したとき、外出中や緊急に避難する必要があるときなど、ブレーカーを落としたり、電気製品のコンセントを抜くことができなくても、電気火災を防止する有効な手段です。

地震発生時の電気火災事例



地震発生直後の火災

地震の揺れで可燃物が電化製品に落下・接触して出火します。



停電復旧後の火災

電源コードが損傷していると、停電発生後、再び通電したときに火災が発生します。

感震ブレーカーの種類

感震ブレーカーには「コンセントタイプ」「分電盤タイプ」「簡易タイプ」などの種類があり、停電時の照明確保や定期的な点検など、使用上の留意点も様々です。製品ごとの特徴・注意点を踏まえ、適切に設置しましょう。

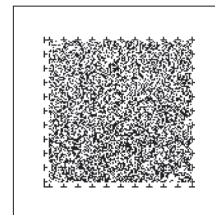
感震ブレーカー設置の留意点

停電に備える

夜間に停電が発生した際に暗闇の中で避難経路を見失わないよう、停電時に自動点灯する照明や懐中電灯を併せて準備することが重要です。また、医療機器を設置している場合は、停電用のバッテリーを備えましょう。

安全確保をしたうえで、復電する

感震ブレーカーが作動し、揺れが収まったあとに再び電気を使う際には、事前にガス漏れ等がないことを確認し、電気製品の安全確認を行いましょう。仮に、復電後、焦げたような臭いを感じた場合には、直ちにブレーカーを遮断し、再度、安全確認を行い、原因がわからない場合には電気の使用を見合わせる必要があります。



住宅用火災警報器の義務化

火が小さいうちに初期消火をするには、火災の早期発見が第一歩です。住宅用火災警報器は、煙や熱を感知して警報音が鳴ることで、火災の発生をいち早く知らせてくれる機器です。東京消防庁の管内（島しょ地域と稲城市を除く東京都全域）では火災予防条例により全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。

10年を目安に機器本体の交換をする

何年も前に設置された住宅用火災警報器は、経年劣化により、火災を感知しなくなることがあります。設置年月を確認し、設置から10年経過したものは、機器本体の交換をしましょう。

住宅用火災警報器の取り付けは必ず

原則として、煙式の住宅用火災警報器を設置します。ただし、台所等、火災以外の煙を感知するおそれのある場合は、熱式の住宅用火災警報器を設置することができます。機器は、防災設備取扱い店、電気器具販売店、ホームセンター、家電量販店などで購入することができます。

住宅用火災警報器の取り付け場所

居間、リビング、子供部屋、寝室などの各居室と階段、台所の天井または壁に設置が必要です。

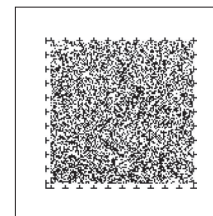
※浴室、トイレ、洗面所、納戸などは含まれません。

※自動火災報知設備やスプリンクラー設備が設置されている部屋等は、設置の必要はありません。

防火チェックシート

震災時の出火の原因は、主に漏電や電気が復旧した際の通電火災、ガス漏れ火災、石油ストーブによる出火の3つです。防火チェックを行い、火災を阻止する対策を取りましょう。

- | | |
|--------|--|
| 電気 | <input type="checkbox"/> 電気コードはカーペットや家具の下敷きになっていない
<input type="checkbox"/> 不用な電気機器のプラグは抜いている
<input type="checkbox"/> 電化製品のそばに水槽や花瓶などを置いていない
<input type="checkbox"/> 分電盤の位置を把握している |
| ガス | <input type="checkbox"/> プロパンガスのボンベは転倒しないよう、チェーン等で固定している
<input type="checkbox"/> 都市ガス及びプロパンガスの場合、マイコンメーターが有効期限内である
<input type="checkbox"/> コンロの周りは整理整頓され、燃えやすい物を置いていない
<input type="checkbox"/> ガスホースが劣化していない |
| 石油ストーブ | <input type="checkbox"/> 石油ストーブの周りに燃えやすい物は置いていない
<input type="checkbox"/> 石油ストーブに安全装置が付いている |
| その他 | <input type="checkbox"/> 廊下や階段など、避難経路になる場所に燃えやすい物を置いていない |



出火・延焼を防ぐための都の取組

地区内残留地区

東京都では、万一火災が発生しても地区内に大規模な延焼火災のおそれなく、広域的な避難を要しない「地区内残留地区」を指定しています。令和4(2022)年7月現在で、地区の不燃化が進む40か所、約1万1,500haが指定され、千代田区全域、中央区の銀座、日本橋周辺地区などがあります。

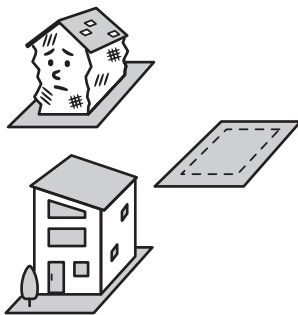


不燃化特区制度と特定整備路線の取組

東京都は、震災時に特に甚大な被害が想定される整備地域を対象に、令和7年度までの重点的・集中的な取組を実施し、木密地域を燃え広がらない・燃えない街にするため、以下の取組を行っています。

不燃化特区

特に重点的・集中的に改善を図る地区を不燃化特区として指定し、建替え促進助成や固定資産税・都市計画税の減免措置などによる建物の不燃化を都と区が連携して促進しています。52地区、約3,350ha(令和3年4月時点)で取組を進めています。



特定整備路線

整備地域において、「燃え広がらないまち」を実現するために、延焼遮断や避難、救援など、防災性の向上に有効な都施行の都市計画道路を平成24年に特定整備路線に選定し、28区間、延長約25kmで整備を進めています。整備に当たっては、民間事業者を活用した相談窓口を設置し、移転先情報の提供や建物の建て替えプランの提案を行うなど、関係権利者の意向を踏まえた生活再建の支援を行っています。

木密地域とは

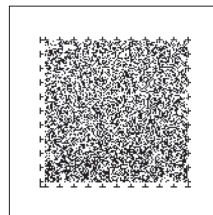
木造住宅が密集する地域のことで、JR山手線外周部を中心とする広範な地域に分布しています。東京都の「防災都市づくり推進計画」では、「燃えない」「倒れない」震災に強い安全・安心な都市の実現を目指して、現在も支援の取組が続けられています。



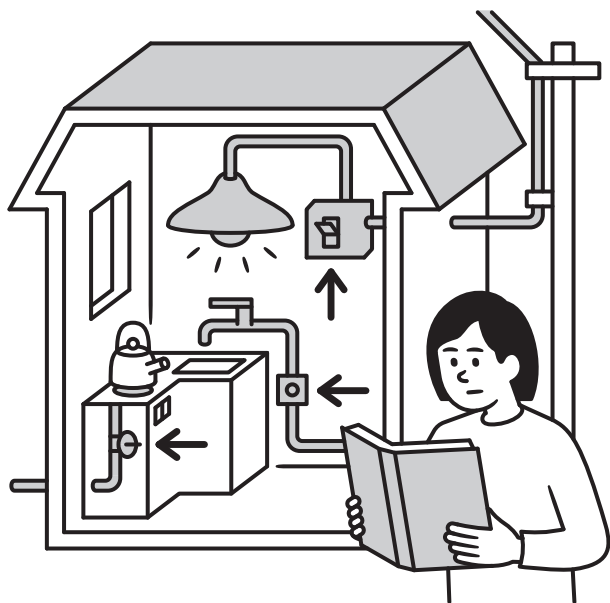
「不燃化特区」：
【東京都都市整備局 HP】



「特定整備路線」：
【東京都建設局 HP】



電気・ガス・水道の点検



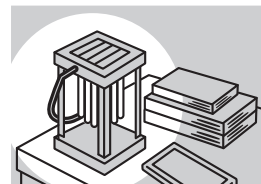
止め方と復旧の方法を確認

震災時には、電気・ガス・水道が止まることがあります。避難するときは、電気のブレーカーを落とし、ガスはガス栓、水道も水道メーターの元栓を閉めます。あらかじめ設置場所を確認し、さらに止め方、復旧の方法を覚えておきましょう。

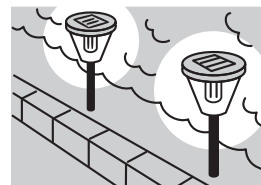
停電対策

ソーラーライトを生活に取り入れて停電時に備える

ソーラーライトは電気代ゼロの防災グッズで、太陽光で充電し、点灯する明かりです。電池や燃料を必要としない明かりを日常生活に取り入れておくと、災害で停電したときなどに重宝します。庭のある戸建ての場合は、刺し込みタイプのガーデンソーラーライトがおすすめです。マンションの場合は、バルコニーに設置できる壁掛け式やランタン形状タイプを。手軽に持ち運べるので、災害時には部屋に持ち込んで室内の明かりとして使えます。



ランタンタイプ



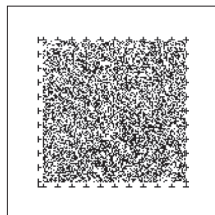
刺すタイプ

車のガソリン・充電はいつも満タンに

災害時、自家用車は避難のための移動手段としてだけでなく、優秀な防災ツールとして役立ちます。エンジンをかければ、情報収集やスマートフォンなどの充電ができます。そのためにもガソリンや充電はいつも満タンにしておくのが安心です。被災後はインフラが乱れて、燃料が手に入りづらくなります。残りが半分ほどになったら満タンにすることを心がけておくとよいでしょう。

スマートフォンの充電器はソーラー式と乾電池式の複数を用意

スマートフォンは、災害時でも連絡手段や情報収集に欠かせません。常に充電器と一緒に備えておくことが大切です。充電したモバイルバッテリーをかばんに入れる習慣を付けるほか、長期避難用には持ち運びできるソーラーパネルや乾電池式の充電器を準備しましょう。



出典：「はじめての防災ブック」(ナツメ社 国崎江監修 クリエイティブ・スイート編著 2021)

🏠 ガスの供給停止対策

ガスの供給停止への対応

地震発生時には「復旧マイマップ」でお住まいの地域の「ガスの供給・復旧状況」を確認できます。(英・中・韓・スペイン語対応)



復旧マイマップ



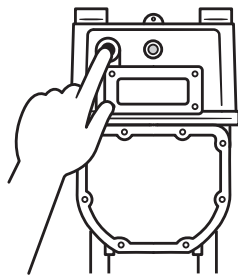
英語ページ

ガスのマイコンメーターは、ガス漏れや震度5程度以上の地震を感知したときに、ガスの供給を自動的に遮断します。その後、ご自身による簡単な復帰操作によりガスの供給を再開できます。まずは、上記「復旧マイマップ」でお住まいの地域におけるガスの供給・復旧を確認したうえで、下記のとおり、操作してください。

- ① 全てのガス器具を止める。
- ② 復帰ボタンのキャップを外す。
- ③ 復帰ボタンを奥までしっかり押して、ゆっくり手を放す。

※上記の操作を行っても、ガスが復帰しない場合には、東京ガスネットワーク0570-023388へ。

※東京ガスネットワークからの都市ガスの供給を受けている場合の対応です。



ガスが途絶えたときの熱源を確保しておく

ライフラインが途絶えてしまった状況では、水不足による衛生環境が悪化するため、食中毒を防止する観点から食材に火を通すことは重要です。

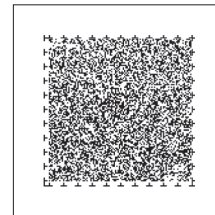
カセットコンロを備える

温かい食事が取れるよう、災害時の熱源として一番使いやすいカセットコンロを1台は必ず備えておきましょう。

🏠 断水対策

災害時給水ステーション

東京都ではおおむね半径2kmの距離内に1か所、災害時給水ステーションがあります。自宅近くの場所を平時に確認しましょう。利用時には水を入れる容器や運ぶ道具は各自で持参します。



水道水の保存方法

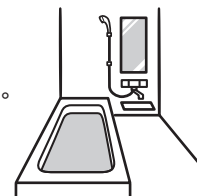
飲料水として保存する

水をくみ置きするときは、ペットボトル等の清潔な容器の口元いっぱいまで水道水を入れます。直射日光を避ければ、3日程度は飲料水として使用できます。



生活用水として保存する

一般家庭の風呂の場合、約180ℓの水が溜め置きできます。風呂に水を張って保存しておけば、洗濯、掃除、トイレ、散水などの生活用水として利用することができます。



少ない水で清潔を保つ

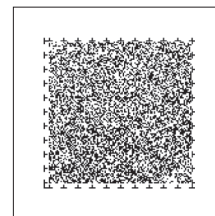
少ない水で身体を拭く

清拭剤を含ませたタオルで身体を拭くと、少ない水で清潔を保つことができます。



歯ブラシなしで歯を磨く

約15cm四方のガーゼ、またはティッシュペーパーを指に巻き付け、歯のざらつきがなくなるまで磨きます。歯ぐきや舌も拭い、水ですすぎます。



犬 ペットを連れての避難

飼い主として、家族として、 ペットのためにできること

被災するのは人間だけではありません。過酷な避難生活の中で、体調を崩しやすいのはペットたちも一緒です。避難生活でのペットを巡るトラブルを防ぐには、普段からのしつけなどの準備が必要です。ペットは飼い主が守らなければなりません。飼い主としてできることを、今のうちから考えておきましょう。また、ペットを連れての避難は、各地域によって方針が異なるので、地域の防災計画を確認しておくことも大切です。

避難時にはペットのことも考える

できる限りペットと一緒に避難しましょう。ただし、必ずしも避難所でペットと共同生活ができるとは限りません。特に犬、猫、小鳥などの動物以外は、受け入れが難しいこともあります。それぞれの避難所のルールに従ってください。なお、自宅が安全で、定期的にペットの世話をするために戻ることができるのであれば、避難所に連れて行かないことも選択肢のひとつです。また、いざというときに備え、避難所や自宅以外の預け先も事前に探しておくといでしょう。



ペットの健康管理と身元表示も大切

避難生活では、ペットも免疫力が低下するため、ワクチン接種や、寄生虫の予防・駆除など、日頃から健康管理には十分配慮しておきましょう。また、迷子に備えて、迷子札やマイクロチップなどで身元表示をしたり、ペットの写真を撮影・保存しておくことも大切です。犬の場合は、迷子札と狂犬病予防接種済票を必ず首輪等に付けておきましょう。



ペット用品は必ず持参

フードや水、常備薬、トイレ用品などを備蓄し、ストレスケアにお気に入りのおもちゃなども併せて用意を。さらに、一緒に避難する場合に備え、ケージやキャリーバッグも忘れずに用意しましょう。



日頃のしつけが大事

ペットを巡るトラブルを防ぐためにも日頃のしつけが肝心です。日頃のしつけは、いざというときの動物のストレス緩和にもつながります。



犬の場合は「待て」「伏せ」などの基本的なしつけや、不必要に吠えないしつけを行う

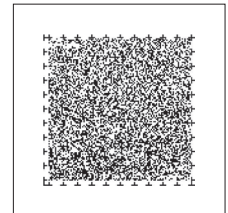


トイレは決められた場所でする

人や動物を怖がったり、攻撃的にならないようにする

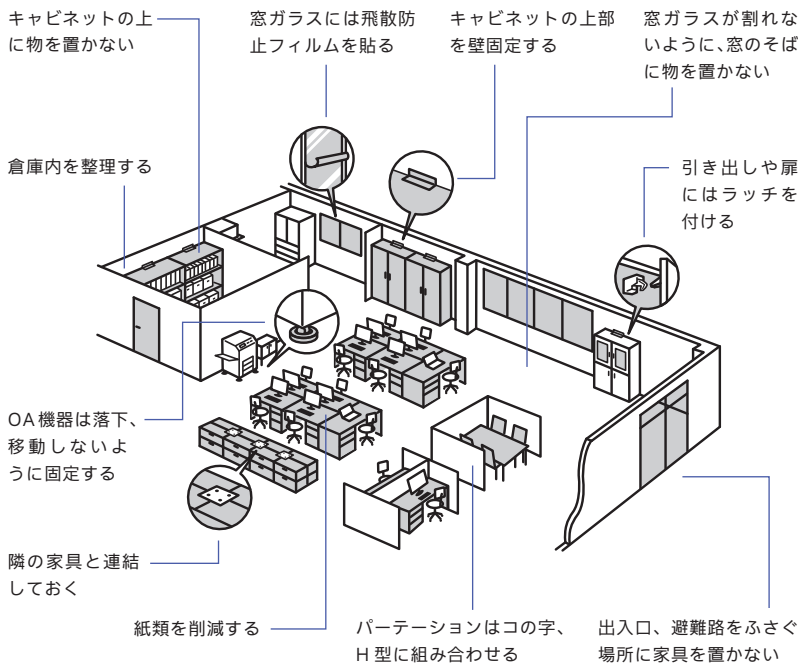


バッグに慣らしておく



会社での災害対策

災害はいつ発生するかわかりません。そのため、会社での災害対策も自宅同様に重要です。お客様や従業員などがケガをしないように、会社内の安全化を進めましょう。廊下や非常用階段に障害となる物を置かないことも大切です。



非常用物品・防災資器材を備える

災害時に必要な機材を準備し、保管場所を決めて、いつでも使えるようにしておく必要があります。停電や断水などに備えて、懐中電灯や発電機、飲料水、食料、携帯トイレ・簡易トイレ、衛生用品、毛布などを1人あたり3日間分を目安に準備しておきましょう。

マニュアル・ルールを作る

会社では防災担当を決め、防災会議を開いて、従業員や施設利用者の安否確認、施設の安全点検、避難方法や避難場所、緊急連絡網などのルールを作りましょう。また、緊急時にも優先して継続しなければいけない業務の有無を洗い出しておきます。発災後はむやみに移動せず、帰宅のタイミングは原則発災から72時間以降ですから、従業員がとどまるための備蓄や設備を備えましょう。



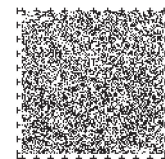
事業所防災リーダーを中心に防災対策をする

東京都から事業所防災リーダーへ災害情報が発信されます。



企業の事業所内の防災対策を推進するため、「事業所防災リーダー」制度を活用しましょう。事業所ごとに防災担当者等を事業所防災リーダーとして登録すると、登録したメールアドレスやLINEアカウントで、東京都が発信する災害関連情報を直接受け取ることができます。また、事業所防災リーダーごとに用意された専用のオフィスページにより、様々な防災コンテンツを参照することができます。

公益財団法人
東京都中小企業
振興公社による
BCP策定支援事業





訓練に参加する

災害時の被害を最小限に抑えるには、地域に住む一人ひとりの住人が防災について学ぶことが大切です。地域の防災訓練に参加する、都内の防災センターや防災体験施設を見学することのほか、家庭で防災キャンプを体験することも立派な訓練です。



東京都の防災訓練

東京都では区市町村と合同で、毎年度、住民参加型の総合防災訓練を行っています。



区市町村の防災訓練

区市町村主体で、学区や避難所ごとに行う数千人規模の訓練。主に学校等で行われます。

町会・自治会などの防災訓練

初期消火訓練や応急救護訓練などを中心に、救出・救助訓練、通報連絡訓練、避難訓練、起震車を活用した身体防護訓練などを行います。

マンション・企業・福祉施設など

マンションの防災訓練

マンション全体で防災意識を高める初期消火訓練や応急救護訓練、エレベーター閉じ込め救出訓練、避難訓練のほか、受水槽や自家発電機など普段見る機会の少ない設備を見学したり、地震発生時の使い方などの説明も受けられます。賃貸マンションは管理会社を中心とした防災訓練等を実施している例があります。



企業による防災訓練

企業においても災害時に安全を確保するという目的は同じですが、「事業を継続させる」目的での防災訓練を実施します。安全を確保したあと、いかに早く発災前の状態へ戻せる組織づくりができるかという視点で防災訓練を行うことが有効です。



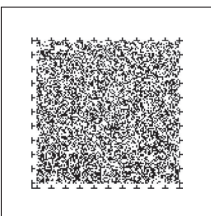
福祉施設等の防災訓練

自力避難が困難な方が利用する小規模な社会福祉施設や医療機関などでは、発災時に施設職員が初動対応を行うことになります。人員や時間が限られる中で、初期消火や入所者の避難誘導などを円滑に行うため、日頃の防災訓練が大切になります。



地域住民、事業所等の連携と協力が大切

震災時には、町会・自治会、マンション、事業所などが協力し合って被害の拡大を防ぐことが大切です。それぞれの団体同士で協定を取り決めておくなど協力体制を構築しておきましょう。初期消火訓練、救出・救助訓練、資器材取扱い訓練なども連携して実施しましょう。



出典：レスキューナウ「企業の防災訓練と自治体実施する市民向け防災訓練の違いは？」
https://www.rescuenow.co.jp/blog/column_20230524#646733a4cd72ce0370f2461-1684494101204
総務省消防庁「限られた人員による入居者の円滑な避難のために。」
<https://www.fdma.go.jp/mission/prevention/items/manual.pdf>

防災学習施設に行く

東京都内には、大地震や風水害をリアルに感じ、防災を学べる施設があります。防災に必要な知識を学んで、災害時の行動や日頃の備えを考えましょう。防災体験ツアーやイベントなども行われています(要予約)。また、日本で唯一の防災の専門図書館もあります。

[施設リスト]

東京消防庁池袋都民防災教育センター(池袋防災館)	03-3590-6565
東京消防庁本所都民防災教育センター(本所防災館)	03-3621-0119
東京消防庁立川都民防災教育センター(立川防災館)	042-521-1119
東京消防庁消防防災資料センター(消防博物館)	03-3353-9119
しながわ防災体験館	03-5742-9098
東京都北区防災センター(地震の科学館)	03-3940-1811
練馬区立防災学習センター	03-5997-6471
そなエリア東京(東京臨海広域防災公園管理センター)	03-3529-2180
気象科学館	03-6758-3900(気象庁 代表)

※施設リストに記載されている以外にも、防災学習施設はあります。



防災センターで、防災体験してみよう

「東京都北区防災センター(地震の科学館)」には、起震装置を使って、過去に実際に起きた大地震の揺れを再現し、揺れの様子を体験できる施設があります。火災により煙が発生した室内の状況や、初期消火訓練なども体験できます。東京消防庁の「防災館」も、地震や火災について、大人も子供も、楽しみながら学べる体験施設です。

「行ってみよう! 都内にある防災体験施設」
防災教育ポータルサイト

防災体験や学習ができる施設など、子供が正しく防災を学べる情報を紹介しています。

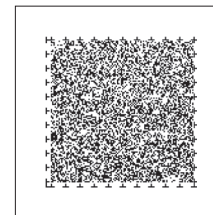


「そなエリア東京」で、大震災を生き抜くすべを学ぶ

東京臨海広域防災公園にある防災体験学習施設「そなエリア東京」では、「東京直下72hTOUR」を随時開催しています。大地震が発生したあと、国や自治体などの支援体制が十分に整うまでの目安といわれる「72時間」を、自力で生き抜くための知恵を学べる防災体験学習ツアーです。

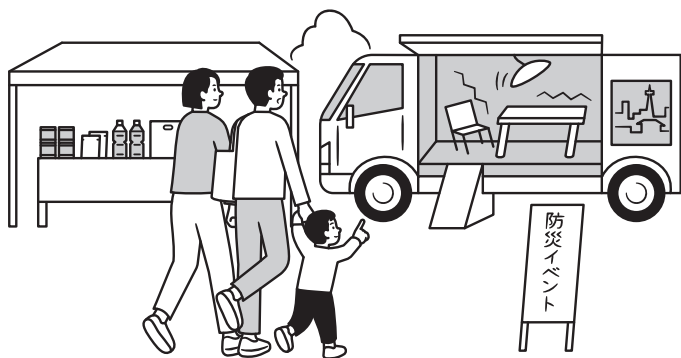
「そなエリア東京」

東京都江東区有明3丁目8番35号
03-3529-2180
(東京臨海広域防災公園管理センター)



出典：東京都教育委員会防災教育ポータルサイト
<https://www.anzenedu.metro.tokyo.lg.jp/bosaikyoiiku/>

防災イベントに出かける



国内で多くの災害が発生する中、防災をテーマにした展示会やイベントが各地で行われる機会が増えています。自治体や企業向けに防災の最新システムや機器を紹介する展示会から、親子や親しい人と楽しみながら参加できるイベントまで、様々な機会があり、防災に関しての興味を高め、防災知識を深めるのに有効です。

東京都が開催する「防災イベント」

東京都では、都民の皆様へ、自助、共助への理解を深め、首都直下地震等をはじめとした災害への備えを推進していただくため、防災イベントを毎年開催しています。



(防災展画像)

自然災害伝承碑を探す

「自然災害伝承碑」とは、災害の被害にあった先人たちが、その経験を石碑などにして後世に残してくれているもの。長い歴史の中で災害はくり返し起こっているため、その土地の歴史、過去の経験を知っておくこと、活かすことはとても重要です。

自然災害伝承碑の場所を示す、新しい地図記号と使用例

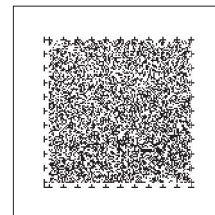
国土地理院では、全国にある「自然災害伝承碑」の情報を収集中で、平成31（2019）年に新しい地図記号として「自然災害伝承碑」を公表しています。国土地理院の地図に表示されるほか、国土地理院のホームページでも都道府県の「自然災害伝承碑」の閲覧ができ、随時更新されています。



自然災害伝承碑

昔からの地域の言い伝えを知る

暮らしている土地に「朝に雷が鳴ったら橋を渡るな」「超大漁の翌年には大津波が来る」といった言い伝えはありませんか。住民の間に伝わる言い伝えも知っておくと、防災意識の向上につながります。



出典：国土地理院「地理院地図(淡色地図)」を加工して作成
地図記号の出典：国土地理院ウェブサイト
<https://www.gsi.go.jp/KIDS/map-sirn-tizukigou-2022-shizensaigaidenshouhi.htm>

災害ボランティアを知る

災害ボランティアとは

台風等による風水害や地震、津波などの災害が発生した際に、復旧・復興をサポートする有志の自発的な活動です。現地で瓦礫（被災物）やゴミを取り除いたり、避難所での手伝いや物資の運搬・配布などを行うイメージが強いかもしれませんが、それらに加え、被災者に対する精神的ケア、生活再建のための相談会や勉強会の開催、ネット上での情報提供など幅広い支援活動を行っています。

ボランティア活動の基本

被災者は、被災地等で活動している災害ボランティアに、瓦礫（被災物）の撤去など様々な支援を要請することができます。しかし、ボランティアはあくまでも自発的な活動です。要請の内容によっては対応できない場合もあります。例えば、危険が伴う支援活動や人手不足の場合など、必ずしも要望に応じてもらえるわけではないことを理解しておきましょう。

災害ボランティアセンター

災害時に設置されるボランティア活動の拠点です。一般的には、被災地域の社会福祉協議会等が、行政やNPO、ボランティアの人たちと協働して、ボランティア活動を円滑に進めるための業務を担います。

➡ 145 ページ

主な活動内容

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 被災地のニーズの収集と把握 | <input type="checkbox"/> 必要な用具の手配と貸し出し |
| <input type="checkbox"/> ボランティア希望者の受け付けと受け入れ準備 | <input type="checkbox"/> 活動結果や気付きのフィードバックと報告 |
| <input type="checkbox"/> ニーズに応じたボランティア人数の調整と活動の手配 | <input type="checkbox"/> 改善点の話し合いなど |

東京消防庁 災害時支援ボランティアとは

東京消防庁の管轄区域で震度6弱以上の地震が発生するなど、大規模な自然災害や事故が発生した際に支援を行う、事前登録制の専門ボランティアです。あらかじめ登録している消防署や最寄りの消防署に自主的に参集し、消防署の支援をします。



活動内容

震災等発生時の活動

消防職員の指導と助言により、以下の支援活動を行います。

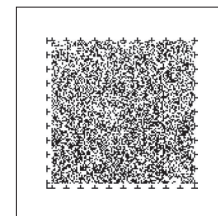
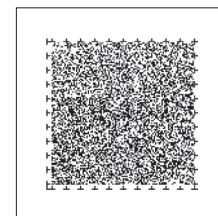
- 応急救護活動
- 消防署内での後方支援活動（給食支援活動、仮設トイレ等の設定、帰宅困難者に対する道案内など）
- 消防署外での後方支援活動（食料・飲料水の搬送、簡易水槽の設定など）
- 消防用設備等の応急措置支援

日常の主な活動

- 震災等発生時に備えた訓練
- 消防署が町会・自治会などに行う防火防災訓練や応急救護訓練の指導支援

登録するには

詳しくは東京消防庁のウェブサイトをご覧ください。



災害時に活躍する消防団

消防団とは

消防団とは、特別区や市町村に設置される消防機関です。消防団は消火活動のみならず、地震や風水害などが発生した際の救助救出活動や避難誘導等、地域防災の要として、重要な役割を果たします。消防団員は消防士とは身分が異なり、会社員・自営業など普段は自分の職業を持っている方や、主婦、学生など地域住民の方が、消防団員として活躍しています。



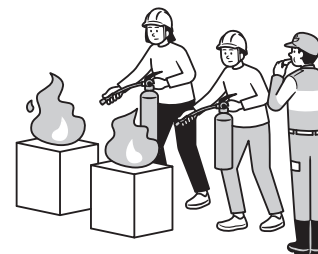
消防団員の処遇

消防団員の身分は、非常勤(特別職)の地方公務員です。入団すると、活動服や被服が貸与され、消防団活動に必要な知識・技術習得のための講習会や、研修会に参加する機会があります。また、一定の年額報酬や、災害や訓練に出動した実績に応じた報酬も支給されます。功労・功績があった場合は、東京都知事や消防總監などにより表彰されます。



平常時の活動

平常時は、災害現場での活動を想定した訓練、地域住民を対象に応急救護や初期消火訓練、避難訓練などの指導を行います。防災週間や地域の催し物で火災予防の啓発活動も行います。また、地域で開催されるお祭りやイベント実施時には、警戒活動を行います。



災害時の活動

火災が起きた際は、自宅や職場から現場に駆けつけて消火活動を行うほか、大規模災害時には発災直後から消防署と連携し、救助活動や応急救護活動を行います。風水害時には、増水した河川の警戒等の活動を行います。



消防団に入ろう

都内に在住・在勤・在学する 18 歳以上の健康な方(地域により資格が異なります)であれば、消防団に入団できます。地域の安全・安心を守るため、あなたの力を生かしてみましょう。入団希望の方は、最寄りの消防署(23 区にお住まいの方)か、各市町村(市町村にお住まいの方はこちらから)へお問い合わせください。

消防団への入団について

インターネットから消防団への入団エントリーができます。入団を希望する方及びご興味のある方は、以下のリンクより登録をしてください。



23 区内にお住まいの方は
こちらから



市町村にお住まいの方は
こちらから

