

都宮千住元町団地
一・二号棟自治会
地区防災計画

令和5年3月

都宮千住元町団地一・二号棟自治会

目次

1 地区防災計画とは	1
(1) 地区防災計画の目的と位置づけ	1
(2) 地区防災計画の対象、範囲等	1
(3) 地区防災計画の構成	2
(4) 実践と検証	3
2 地区特性	4
(1) 地区の成り立ちと現況	4
(2) 水害の被害想定	9
(3) 地震の被害想定	10
3 水害時の対応シナリオ	13
(1) 水害が予想される場合の防災行動の概要（分散避難）	13
(2) 水害が予想される場合の対応シナリオ	13
(3) 防災マップ	13
(4) コミュニティタイムライン	20
4 地震発生時の対応シナリオ	23
(1) 地震発生時の対応シナリオ	23
(2) 地区防災マップ	23
5 自治会における平時の備え	28
(1) 事前対策リスト	28
(2) 日頃の取り組み	30
※ 様式・資料編	32
資料 1 様式集	33
参考様式 1 緊急時連絡先一覧表	33
参考様式 2 備蓄品リスト	34
参考様式 3 自治会年間スケジュール	35
参考様式 4 防災区民組織名簿	36
資料 2 スマートフォン用防災アプリ「足立区防災アプリ」	37
資料 3 A-メール（足立区メール配信サービス）	37
資料 4 あだち安心電話	38
資料 5 感震ブレーカーの設置助成	39
資料 6 防災無線のテレホン案内	40
資料 7 足立区 LINE 公式アカウント	40
資料 8 地点別浸水シミュレーション検索システム（浸水ナビ）	41

1 地区防災計画とは

(1) 地区防災計画の目的と位置づけ

足立区は、河川が運んできた土砂の堆積により陸地が形成された沖積低地であり、区全域が海拔2m前後で、北西部がやや高く、南東部にかけて緩やかに傾斜しながら下り、一部では海拔0m地帯を形成しています。

千住地区は、荒川がすぐ近くを流れており、過去に荒川が氾濫したこともあることから、台風や大雨の際には洪水の危険性が非常に高い地域です。

一方で、東日本大震災や熊本地震、平成30年西日本豪雨などの近年の災害においては、地域住民自らによる「自助」、地域コミュニティによる「共助」が、避難行動、避難誘導、避難所運営等において重要な役割を果たしています。

そこで、都営千住元町団地一・二号棟自治会では、自助・共助による地域防災力を向上させ、大規模水害時の地域の被害を軽減することを目的として、コミュニティタイムラインについて検討し、「都営千住元町団地一・二号棟自治会地区防災計画」を策定しました。

地区防災計画は、災害が起きることを想定し、そのための準備と災害時の自発的な行動を検討し、私たち地区に居住する者が自らつくる計画です。
今後、必要に応じて改定していきます。

(2) 地区防災計画の対象、範囲等

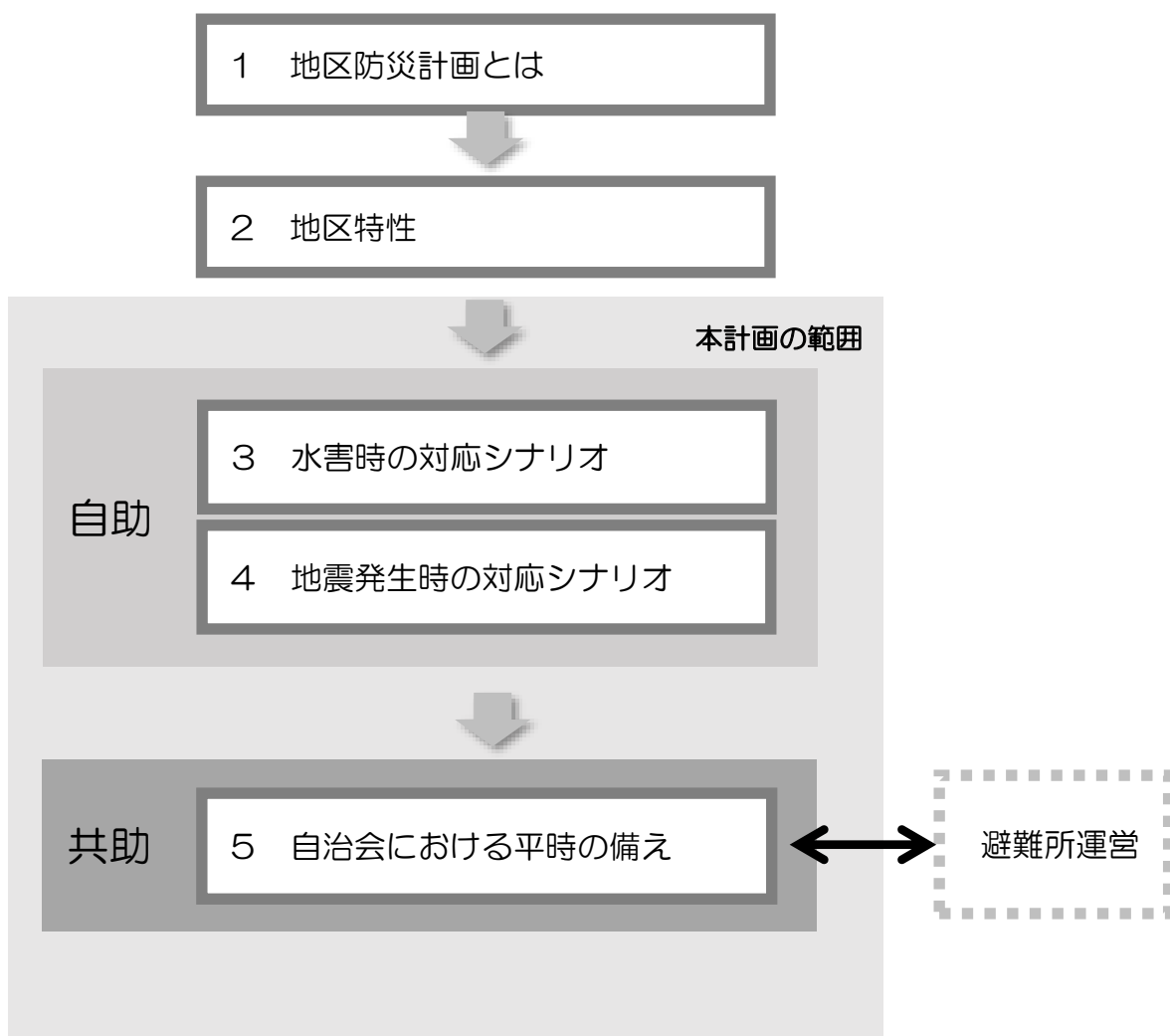
対象とする災害	水害・地震 (令和4年度は水害に重点をおいて検討)
対象とする範囲	都営千住元町団地一・二号棟自治会 (避難所、避難場所への避難経路も対象)
対象者	都営千住元町団地一・二号棟自治会の居住者、事業者など自治会内にいるすべての人
対象時期	水害；台風接近時～準備行動～避難行動 地震；地震発生時～初動活動～避難行動

(3) 地区防災計画の構成

本計画では、「2 地区特性」で自分たちの地域について知るための資料を整理し、「3 水害時の対応シナリオ」、「4 地震発生時の対応シナリオ」で地域住民自らによる「自助」、すなわち、事前の防災行動や、地震や水害が発生した場合にどこに、どのように避難するとともに、当自治会の地区防災マップを作成しました。

「5 自治会における平時の備え」では、自治会及び地区住民等において進めるべき「共助」の考え方、平常時において準備しておく事項等を記載しています。

最後に、資料として情報収集の手段について記載しています。

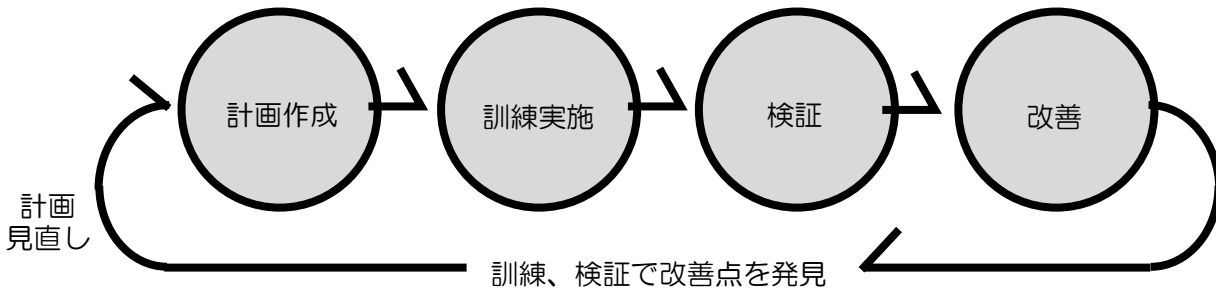


注) 本計画では、水害が予想される場合の準備行動から、避難するまでの考え方や手順を整理しています。地震については、発生直後から、避難するまでの考え方や手順を整理しています。避難所を設置したのちの避難所運営は、他の計画（避難所マニュアル等）に従うこととします。

(4) 実践と検証

計画を形骸化させないため、以下のような取り組みを行います。

実践と検証の流れ



実践

計画に基づいた防災訓練を行います。

■防災訓練

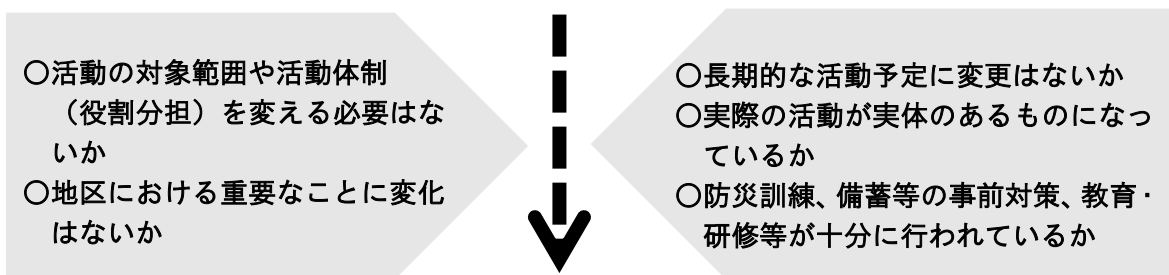
避難時の訓練	応急訓練	避難後の訓練
<ul style="list-style-type: none"> ○避難訓練 ○避難所・避難路・避難場所等の確認 ○避難経路上の危険箇所の確認 ○要配慮者の把握 	<ul style="list-style-type: none"> ○浸水対策訓練 (土のう造り・積上訓練等) ○救急応急措置訓練 (心肺蘇生法・AED講習等) ○防災資機材取扱訓練 	<ul style="list-style-type: none"> ○避難所開設訓練 ○避難所運営訓練 (給食・給水、情報の収集・共有・伝達、物資配給対応等)

※訓練は、区や消防署、消防団、各種団体や地元企業等と連携したものとすると、より実効性が高まります。



検証

防災訓練の結果について、区職員等を交えて検証を行い、課題を把握して活動を改善します。



実践と検証を通じて、計画の実効性を確保します。
必要に応じて、計画の見直し、追加等を行います。

見直した場合は、自治会を通じて区に報告するとともに、説明会やチラシ等により地区住民等の皆さんに報告します。

2 地区特性

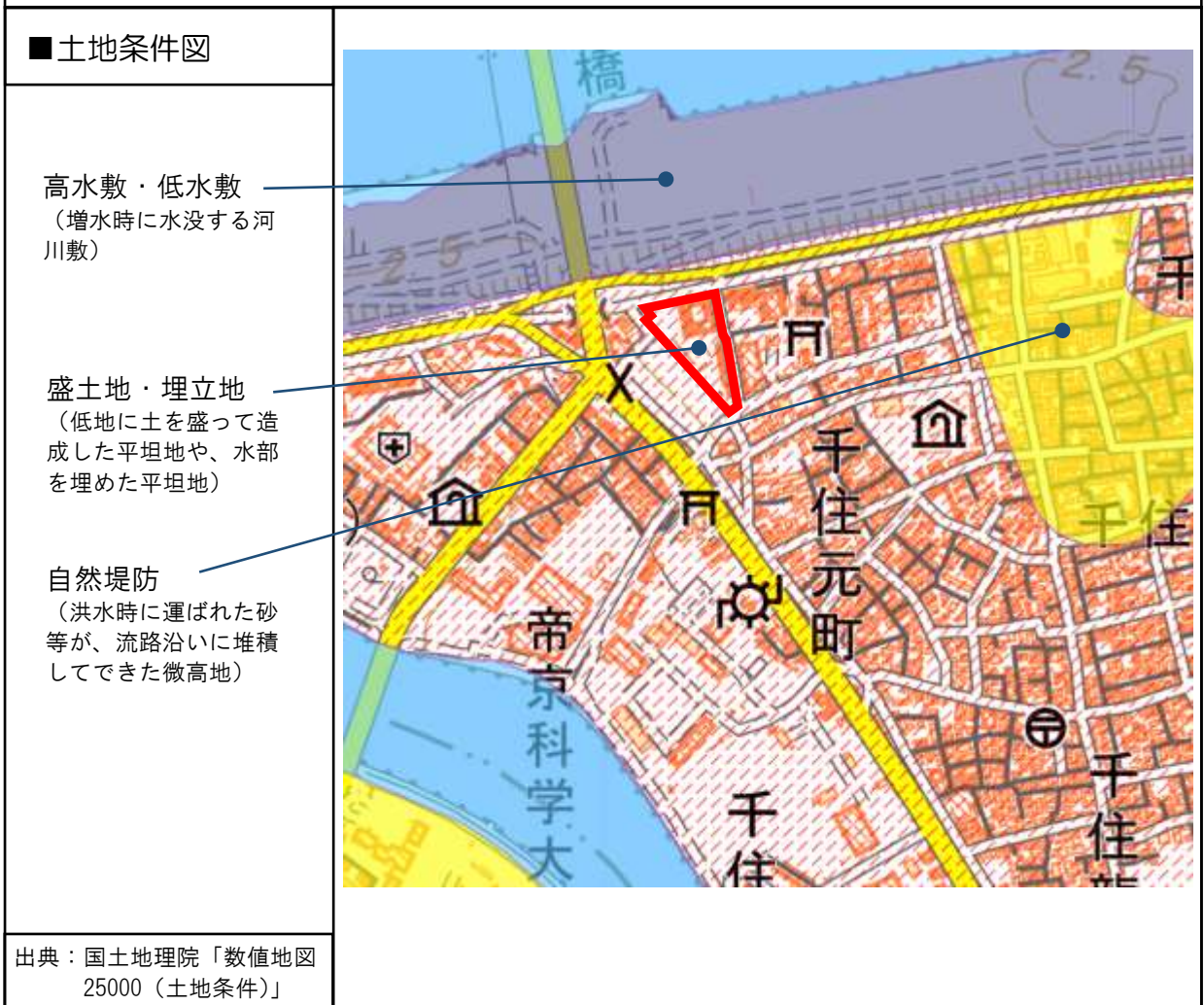
(1) 地区の成り立ちと現況

① 地形

地区の周囲にはまわりよりもわずかに高い自然堤防が形成されていますが、地区内は荒川と隅田川の過去幾度かの氾濫によって作られた盛土地・埋立地（荒川氾濫低地）となっています。

盛土地・埋立地は、軟弱な粘土やシルト*が厚く分布しているため、地震時には揺れやすいとされています。

※ シルト：砂より小さく、粘土より粗い破屑物（岩石が壊れてできた破片・粒子）をシルトと言います。

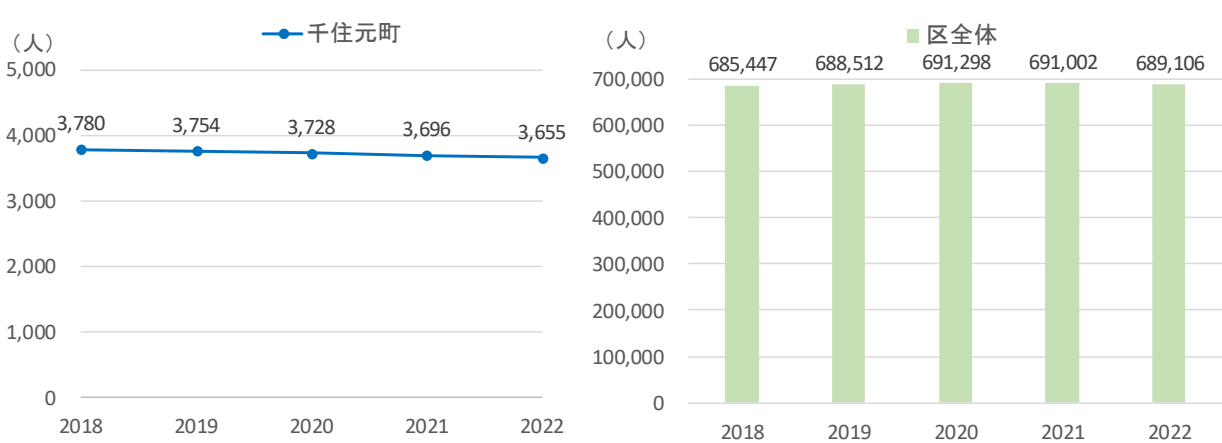


② 人口・世帯数

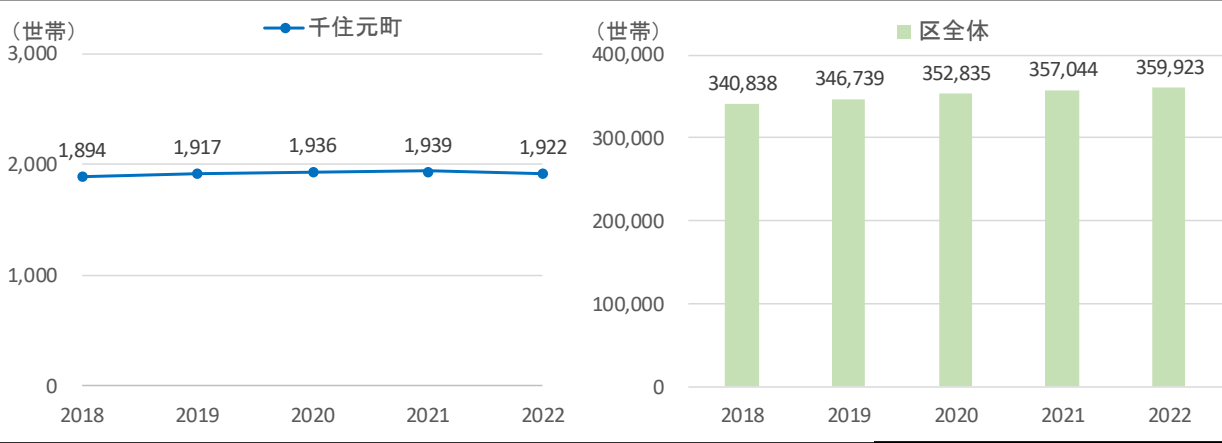
千住元町の人口は 3,655 人、世帯数は 1,922 世帯となっています（住民基本台帳、令和 4 年 1 月 1 日現在）。

最近 5 年間の推移を見ると、人口はやや減少傾向、世帯数はほぼ横ばいの傾向にあります。

<人口>



<世帯数>

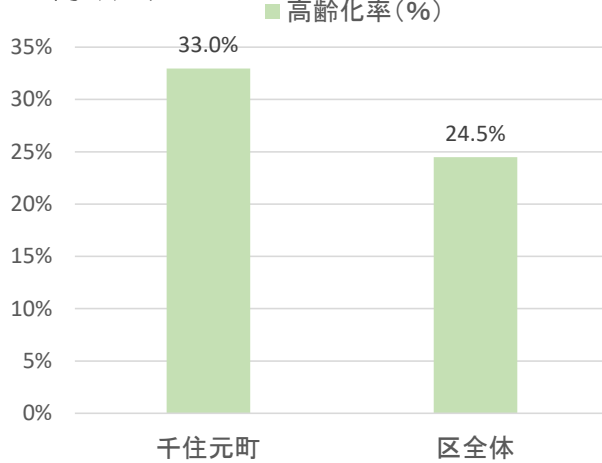


出典：住民基本台帳

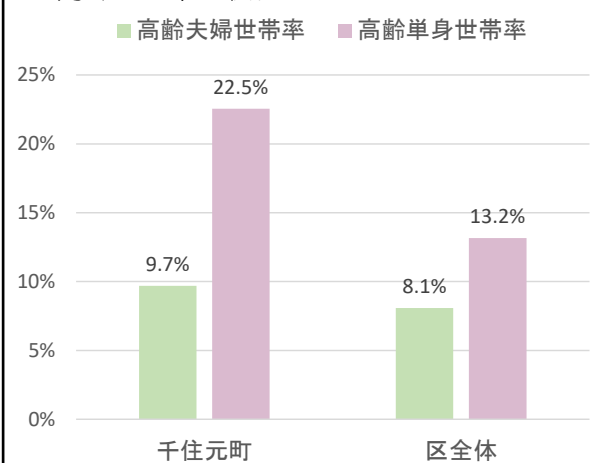
③ 高齢化（65 歳以上の人口）の状況

千住元町の高齢化率は 33.0%であり、区全体の値よりかなり高い水準にあります。高齢夫婦世帯及び高齢単身世帯の割合も区全体より高い状況です。（注：高齢夫婦世帯は夫 65 歳以上、妻 60 歳以上の夫婦のみの世帯）

<高齢化率>



<高齢者世帯の状況>



出典：令和 2 年国勢調査

2 地区特性

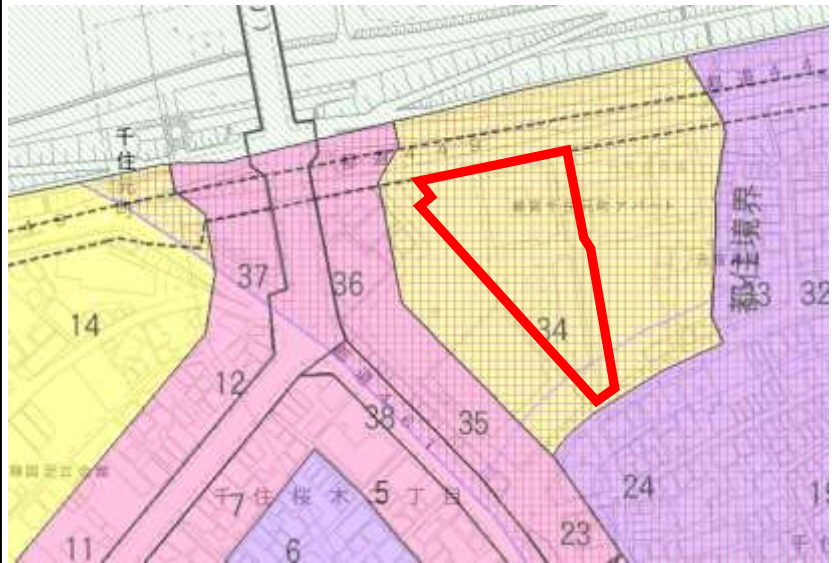
④ 用途地域都市基盤

地区内は第一種住居地域に指定されています。また、全域が新防火指定区域となっています。

<凡例>

用途地域	
	第一種低層住居専用地域
	第一種中高層住居専用地域
	第二種中高層住居専用地域
	第一種住居地域
	第二種住居地域
	準住居地域
	近隣商業地域
	商業地域
	準工業地域(特別工業地区)
	準工業地域
	工業地域
	工業専用地域

区域区分・地域地区等	
	新防火指定



第一種住居地域：住居の環境を守るための地域。3,000m²までの店舗、事務所、ホテルなどは建てられる。
 新防火指定区域：すべての建築物は準耐火建築物以上に規制される。

出典：「用途地域等指定図」（あだち地図情報提供サービス）

⑤ 用途別建物現況

地区内の建物用途は、大部分が集合住宅であり、西端が公園等となっています。

<凡例>

	官公庁施設
	教育文化施設
	厚生医療施設
	供給処理施設
	事務所建築物
	専用商業施設
	住商併用建物
	宿泊・遊興施設
	スポーツ・興行施設
	独立住宅
	集合住宅
	専用工場
	住居併用工場
	倉庫運輸関係施設
	農林漁業施設
	屋外利用地等
	その他
	公園・運動場等
	未利用地等
	道路
	鉄道・港湾等
	田
	畑
	樹園地
	水面・河川・水路
	原野
	森林



出典：「平成 28 年土地利用現況調査」

⑥ 構造別建物現況

地区内の建物はすべて耐火造になっています。周辺でも耐火造、防火造が多い状況です。

<凡例>

■ 耐火造

主要な構造部分（柱・梁・壁・屋根等）が鉄骨鉄筋コンクリート造、鉄筋コンクリート造、耐火被覆した鉄骨造、れんが造、石造等でできているもの

■ 準耐火造

外壁が耐火造で屋根がコンクリート等の不燃材料できている、または柱及び梁が不燃材料で外壁及び屋根等が防火造できているもの、または木造以外で耐火造に属さないもの

■ 防火造

柱及び梁が木造で屋根及び外壁がモルタル、漆喰等の準不燃材料できているもの

■ 木造

主要な構造部分が木造で上記のいずれの区分にも属さない防火性能の低いもの



出典：「平成 28 年土地利用現況調査」

⑦ 階数別建物現況

地区内の主要な建物は、高層階建てになっています。周辺には高層階建てが分布しています。

<凡例>

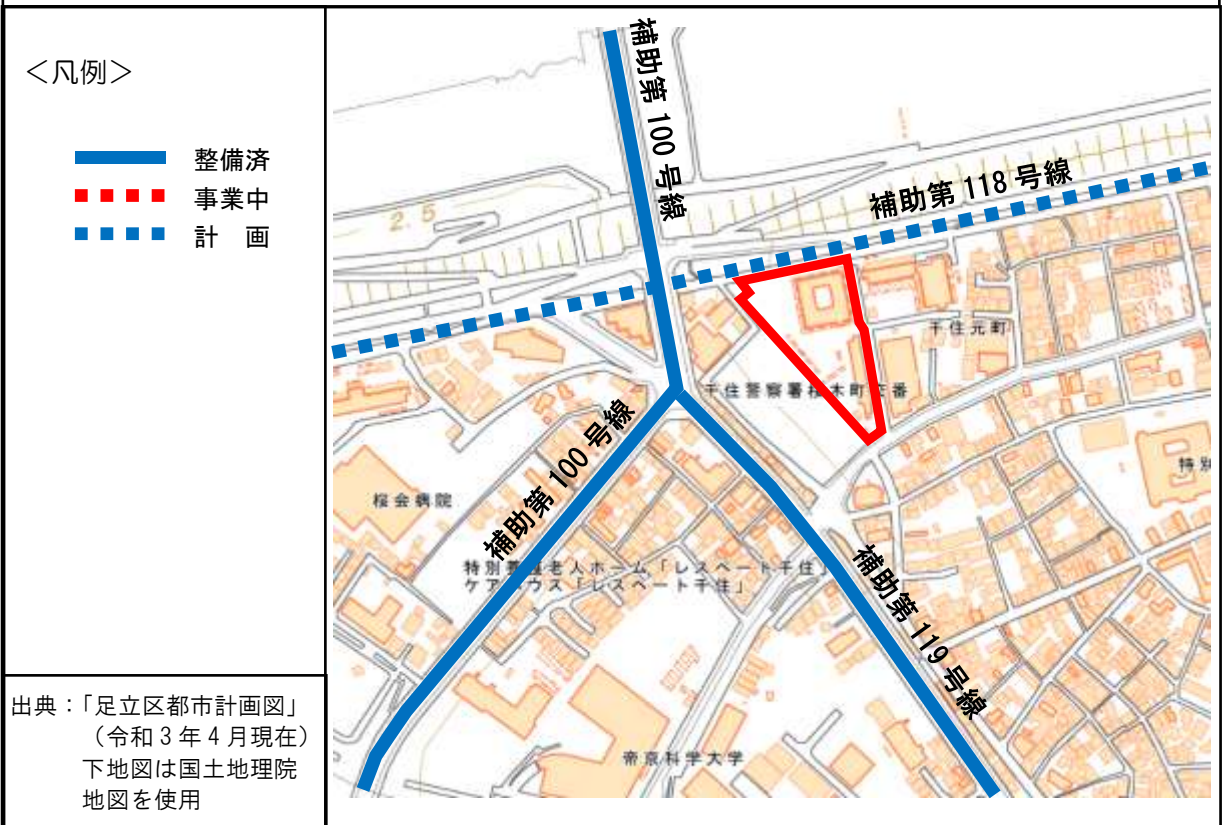
- 1階
- 2階
- 3階
- 中層階(4～7階)
- 高層階(8階以上)



出典：「平成 28 年土地利用現況調査」

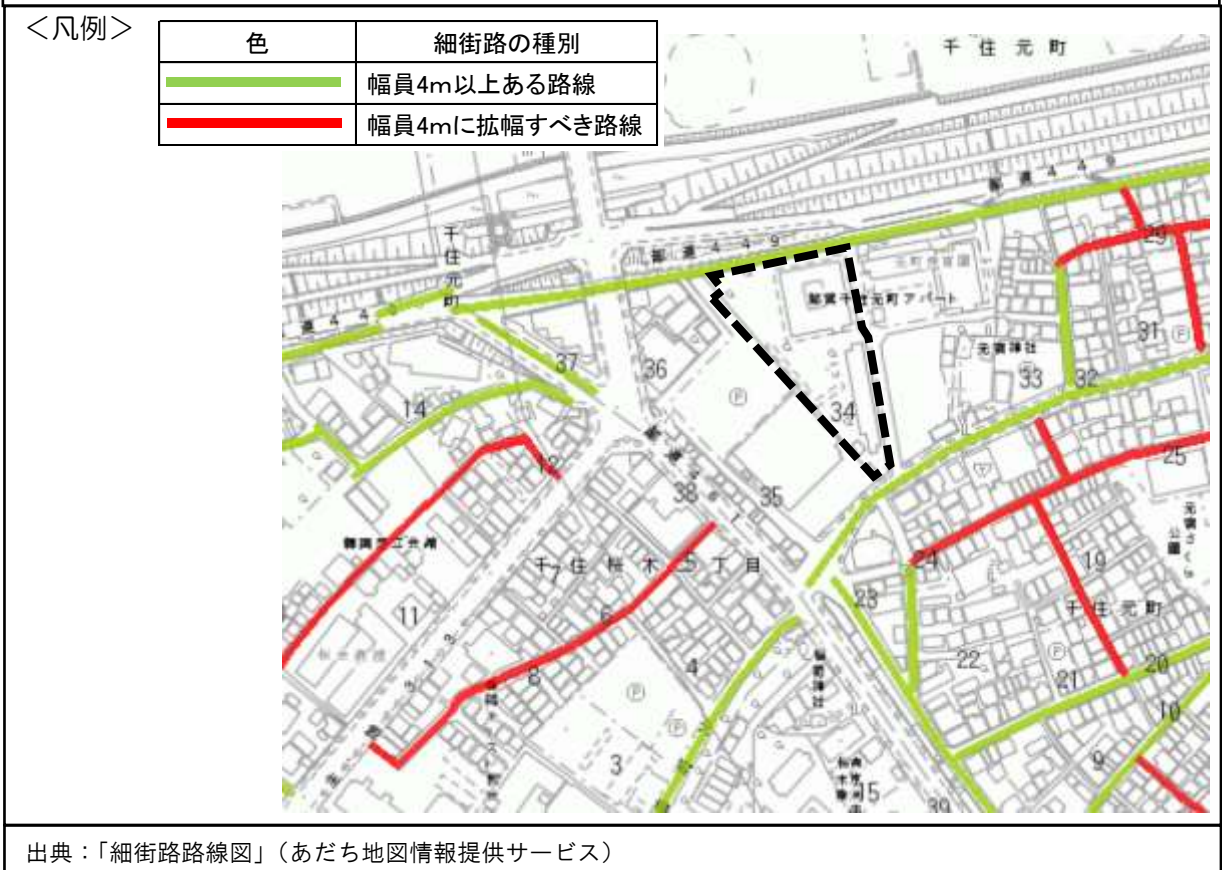
⑧ 都市計画道路の整備状況

都市計画道路は、地区の北縁で補助第118号線が計画されています。



⑨ 細街路の状況

地区内に幅員4mに拡幅すべき細街路はありませんが、周辺には残っています。

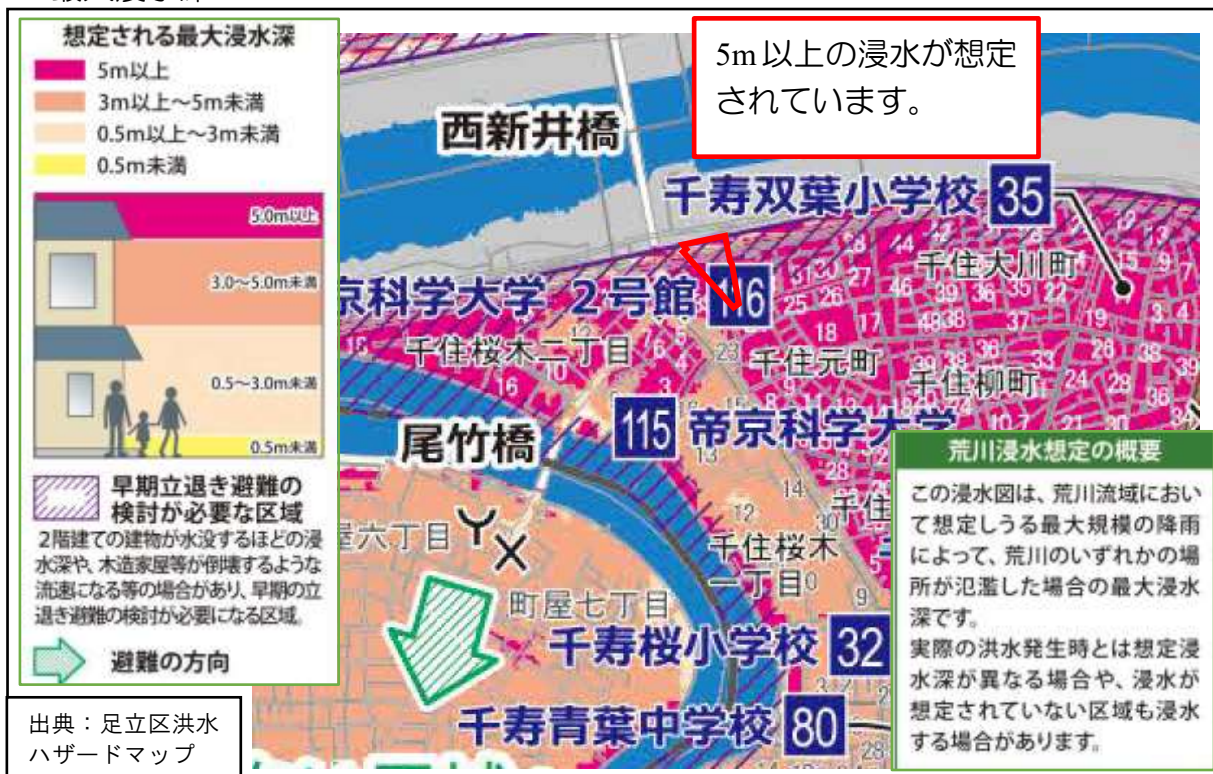


(2) 水害の被害想定

都営千住元町団地一・二号棟自治会において、河川氾濫による水害が想定される河川として、荒川があります。

①荒川が氾濫した場合

■最大浸水深



■浸水継続時間



(3) 地震の被害想定

① 首都直下地震の被害想定概要

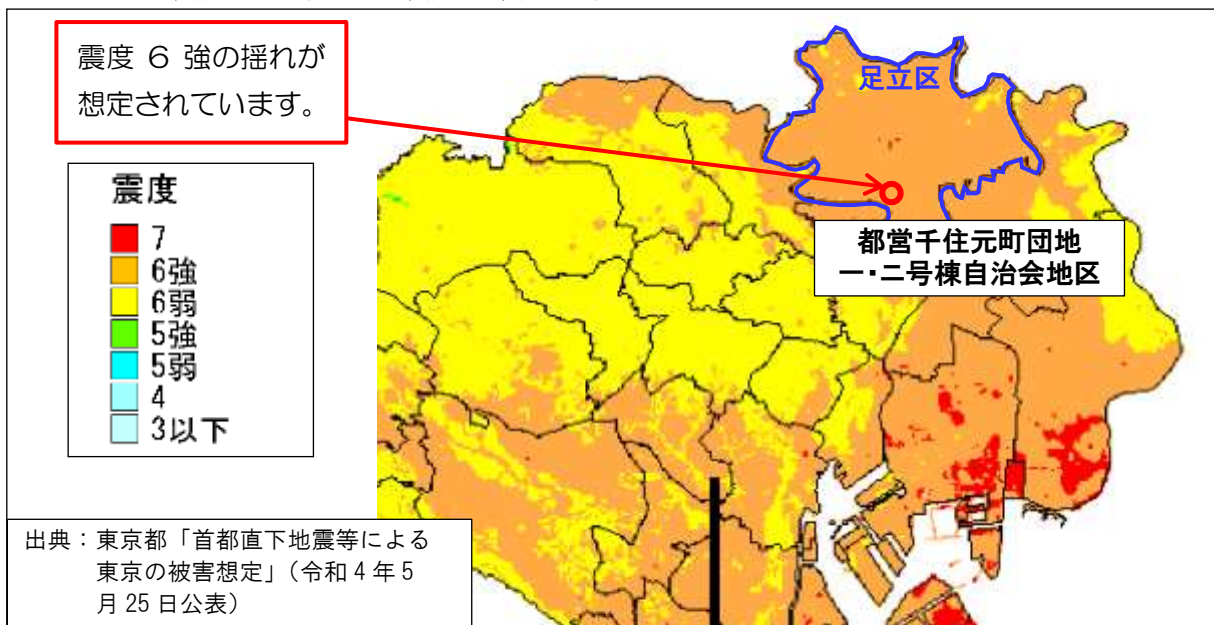
南関東地域における首都直下地震（マグニチュード 7.3 規模）の発生確率は、今後 30 年以内に 70%といわれています。

■首都直下地震(都心南部直下地震)における足立区の被害想定 (M7.3、冬の夕方、風速 8m/秒)

被害区分	被害の規模	参考
死者	795 人	区の夜間人口の 0.11%
負傷者	8,507 人	〃 1.2%
建物全壊	11,952 棟	区的全建物棟数の 8.2%
建物焼失	13,546 棟	〃 9.3%
避難者	286,932 人	区の夜間人口の 41.3%
帰宅困難者	44,303 人	区の昼間人口の 7.3%

出典：東京都「首都直下地震等による東京の被害想定」（令和 4 年 5 月 25 日公表）

■首都直下地震(都心南部直下地震)の地震動分布



6強

【震度 6 強】

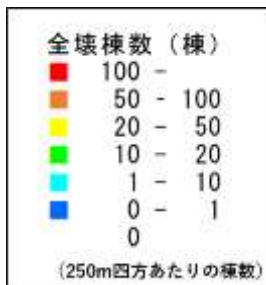
- はわないと動くことができない飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが多くなる。
- 大きな地割れが生じたりすることがある。

出典：気象庁HP「震度の階級」

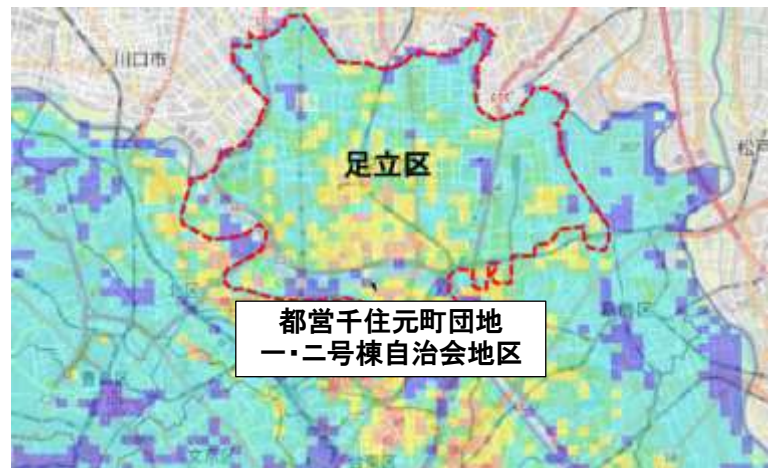
■建物全壊棟数

地域の一部で50-100棟の分布となっています。

<凡例>



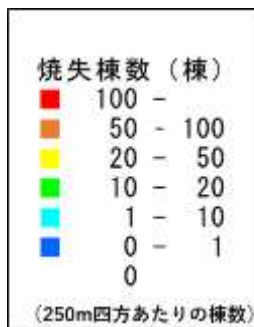
出典：首都直下地震等による東京の被害想定（令和4年5月25日公表）



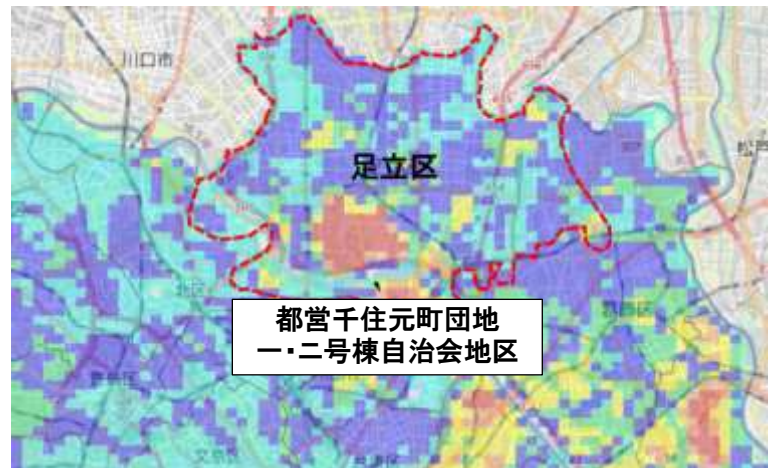
■建物焼失棟数

地域の一部で50-100棟の分布となっています。

<凡例>



出典：首都直下地震等による東京の被害想定（令和4年5月25日公表）



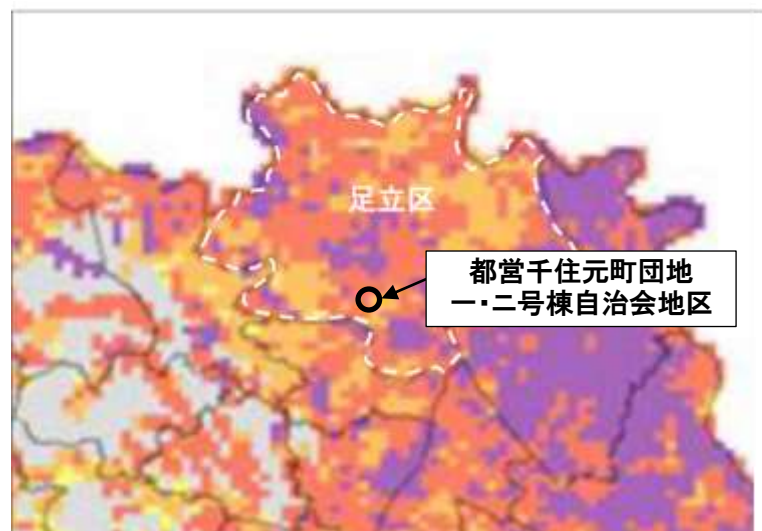
■液状化危険度

危険度が高い表示となっています。

<凡例>



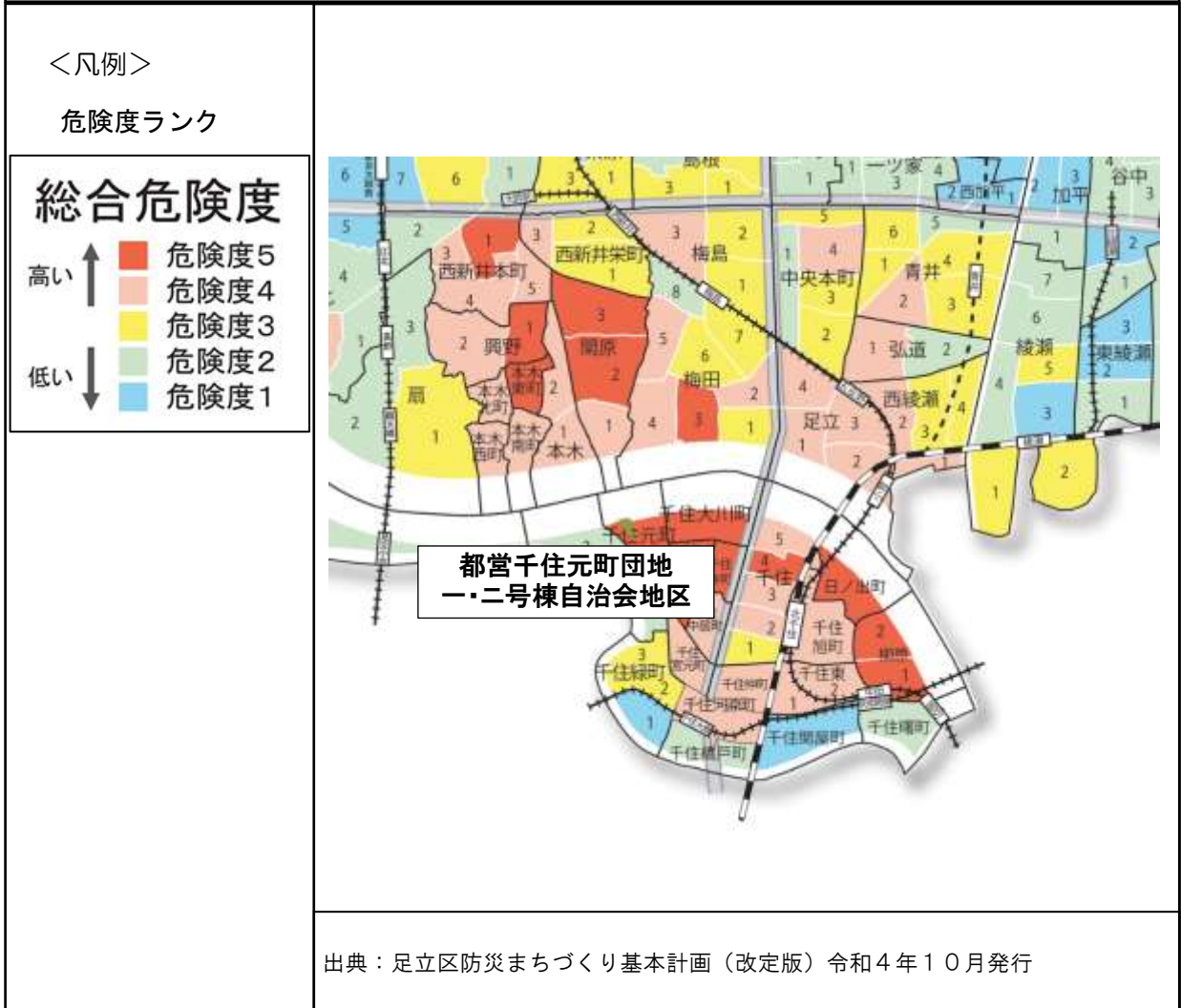
出典：首都直下地震等による東京の被害想定（令和4年5月25日公表）



2 地区特性

② 地域危険度

「足立区防災まちづくり基本計画（改定版）令和4年10月発行」によると、この地域は建物倒壊危険度、火災危険度、災害時活動困難度を考慮した総合危険度^{※1}について危険度が5となっています。（都内5,192町丁目の中で総合危険度が、千住元町は31位^{※2}）



※1 総合危険度とは、区民の皆さんのまちの地震の危険性を分かりやすく示すために、地震の揺れによる建物倒壊や火災の危険性を1つの指標にまとめたものです。

※2 出典：東京都「地震に関する地域危険度測定調査（第9回）」（令和4年9月）

3 水害時の対応シナリオ

(1) 水害が予想される場合の防災行動の概要（分散避難）

台風等が発生し、水害が予想される場合の避難先の判断方法や避難所でのルールをP14、15に整理しています。

(2) 水害が予想される場合の対応シナリオ

水害が予想される台風等が発生してから洪水に至るまでに発令される避難情報をP16、17に整理しています。

(3) 防災マップ

水害時の避難所を「地区防災マップ」としてP18、19に整理しています。

水害が予想される場合の防災行動の概要

三密
対策

分散避難

避難所には多くの方が来ます。三密を避けるため、自宅の浸水リスクを把握し、避難所以外へ「分散避難」ができるか事前に検討をお願いします。

STEP 1 足立区洪水ハザードマップで、自宅の浸水リスクを確認



河川（荒川、利根川、江戸川、中川、綾瀬川、芝川・新芝川）ごとに水害を想定。避難方法を考えるために、まずは自宅や周辺の浸水する危険性を把握しましょう。お持ちでない方には企画調整課、区民事務所で配布しています。くわしくはお問い合わせください。 **問い合わせ先** 企画調整課 企画調整担当 ☎3880-5349



避難方法の判断ポイント！

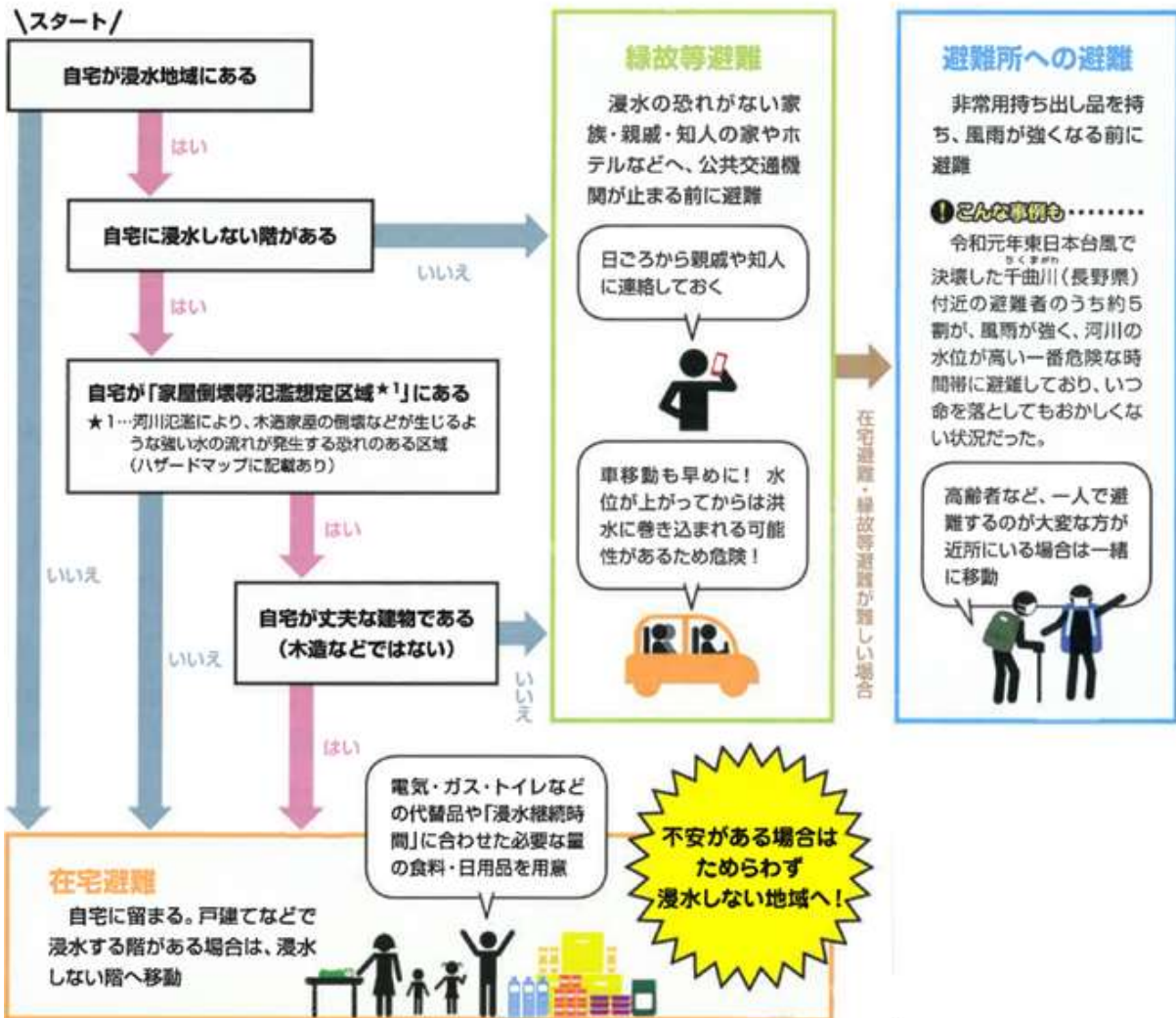
浸水深 浸水継続時間

河川ごとに確認して、ハザードマップの「避難行動メモ」に記入しておこう！

例えば、荒川氾濫時、千住地域の最大浸水深は、5m以上（3・4階まで浸水）の所もあれば、3～5m（2階まで浸水）の所も、自宅の場所や住んでいる階などで、避難方法を考えることが重要です。

STEP 2 自宅の浸水リスクを踏まえ、避難方法を検討

自宅の「浸水深」「浸水継続時間」を把握したら、下記のフローチャートを参考に避難方法を考えましょう。



いざ
避難

避難所でのルールを守る

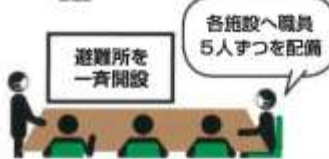
必ずルールを守り、避難者同士で助け合い円滑な運営にご協力ください。

開設／受け付け

災害対策本部*2が避難所開設を決定し、区職員を配備

荒川氾濫が予想される場合、避難所（区立小・中学校など）を一斉開設します。そのほかの河川の場合は、気象情報などをもとに判断します。

★2…台風・豪雨などの発生により、区内に被害が生じる恐れがある場合に区が設置



受け付け*3で避難者カードに住所・氏名などを記入

そのほか、下記のことを行います。

- ・検温の実施 **感染症対策**
- ・運営ボランティアを募集 など
- ★3…家族で別々に避難して受け付けをした場合は同じ居室にならないことがあります。



ペット動物との同行避難

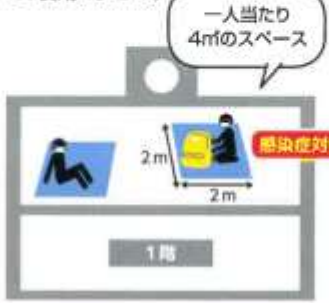
受け付け時にペット登録カードを記入し、ペット動物用居室へ。飼い主とは原則居室が異なります。ケージ、リード、エサ、シートなどは必ず持参してください。



避難中

避難所の居室は浸水しない最上階から利用

浸水する階にある体育館は、受け付けなどで一時的に使用する場合を除き、使用しません。



37.5℃以上の方は居室を分ける **感染症対策**

受け付け時に検温し、37.5℃以上の熱がある方の居室分けを行います。



避難当日の食料・水の提供は行いません

区の備蓄品は河川が氾濫し、避難の長期化が見込まれる場合に使用します。2食分の食料（火やお湯を使わないもの*4）や水、タオルなどは必ずご持参ください。



物資受け取りは避難者自身で

毛布などの物資は、避難者が受け取りに来てください。自分で受け取りに来るのが難しい方は運営ボランティアが手伝います。



最新の情報を確認

校内放送や掲示板などで災害対策本部からの情報を周知します。



閉鎖

雨が止んでも危険は去らない

令和元年東日本台風では、台風通過後に河川の水位が上昇。避難情報の解除や避難所の閉鎖については、災害対策本部が判断します。それまでは、避難所に留まってください。

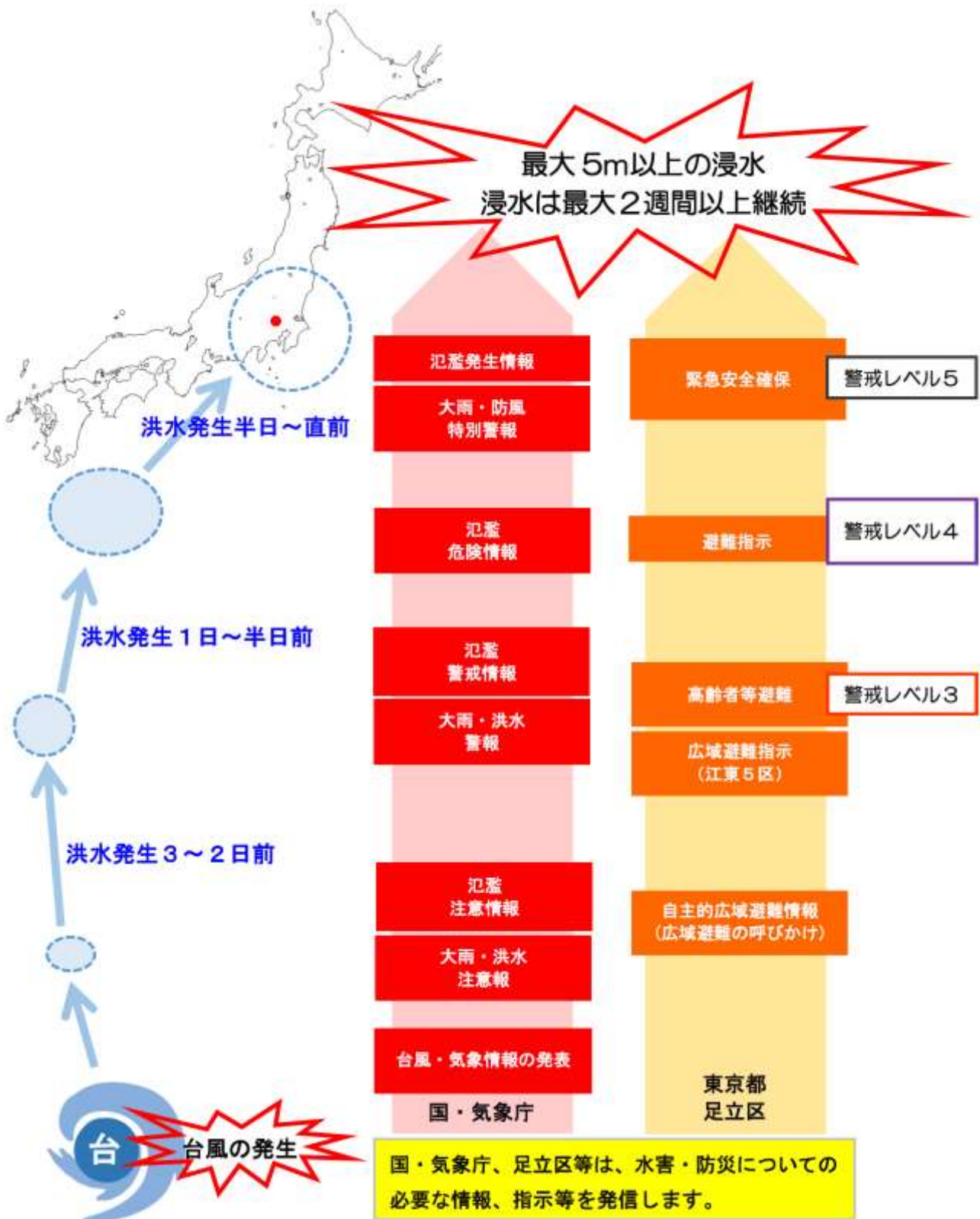


身の回りを清掃し、ごみは各自で持ち帰り

使用した部屋の清掃や毛布などの返却にご協力をお願いします。また、ごみは原則お持ち帰りください。



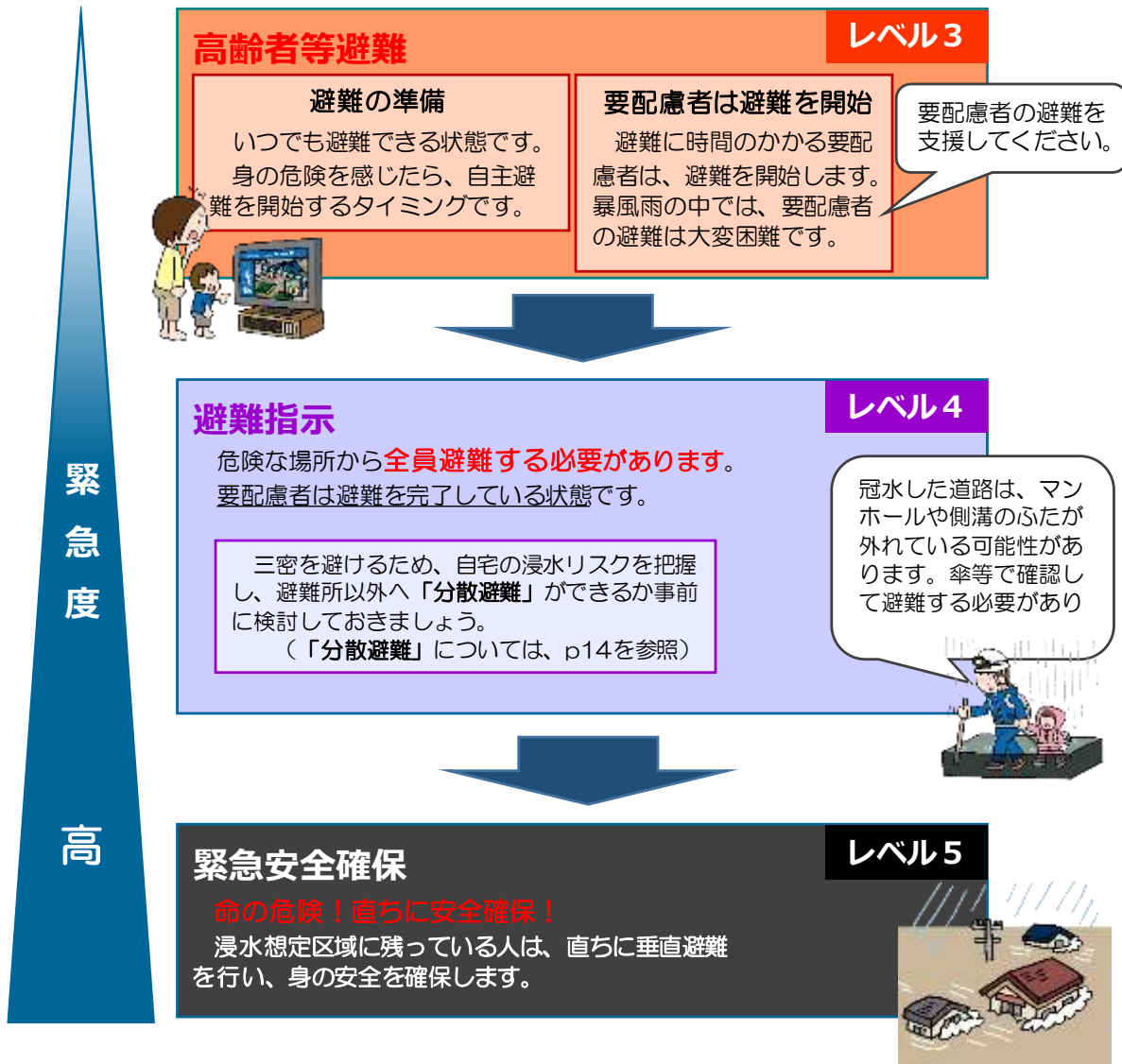
水害が予想される場合の対応シナリオ



■ 水位変化・危険レベルと足立区の体制



■ 避難情報について



都営千住元町団地一・二号棟自治会 地区防災マップ



事前確認

避難所以外にも水害時に避難が可能な建物を事前に確認しておきましょう。



避難所

帝京科学大学 2号館

荒川が氾濫した時

- | | | |
|-----------------|---|-----------------|
| 浸水深 | ▶ | 5.89 m |
| 使用可能階数 | ▶ | 4階 (4階建) |
| 50 cm浸水
継続時間 | ▶ | 2週間以上 |

※この地図は、東京都縮尺1/2,500地形図(平成27年度DVD版)を使用したもので

3 水害時の対応シナリオ

(4) コミュニティタイムライン

都営千住元町団地一・二号棟自治会では、台風の発生から災害の発生までを、ステージ1から5までの5段階に分け「いつ」「誰が」「何を」行うのか、時系列に沿って決めた「都営千住元町団地一・二号棟自治会コミュニティタイムライン（事前防災行動計画）試行運用版」を作成しました（次頁）。

都営千住元町団地1・2号棟自治会 コミュニティタイムライン(事前防災行動計画) 試行運用版
ver2022年11月12日

タイムライン ステージ	現象・状況	情報 【発信者】	おもな対応				避難する 場所
			区役所	町会長	役員・班長	住民・要支援者	
1 関心を向ける (4日前)	・台風による関東地方への影響の可能性がある	・ニュース【テレビ等】 ・気象・台風情報【気象庁】	・区行事等中止の連絡 ・コロナ渦での避難の注意点を呼びかけ		回覧板等で情報を伝達 (役員)		-
2 避難に向けた準備 (3日前)	・台風による関東地方への影響の可能性がある ・埼玉県秩父周辺で72時間予想雨量が400mmを超過する予想	・ニュース【テレビ等】 ・気象・台風情報【気象庁】	・避難に必要な準備を呼びかけ ①備蓄品等の確認 ②避難先への連絡		各人の備蓄品等を確認するように連絡する (役員)		・区外や安全な地域の家族・知人宅
3 分散避難開始 (2日前)	・台風の首都圏への接近 ・埼玉県秩父周辺で48時間予想雨量が400mmを超過する予想 ・鉄道等で計画運休の検討が始まる	・ニュース【テレビ等】 ・気象・台風情報【気象庁】 ・台風説明会、記者会見等の開催【気象庁】	・災害対策本部の設置 ・縁故等避難開始の呼びかけ ・避難所開設時期の決定・開設の準備		上層階に空き室がどの程度あるのか、どの程度人数が入室できるかを確認 (役員)	下層階の人が上層階の空き室に移動 (住民)	・区外や安全な地域の家族・知人宅
4 高齢者等避難開始 (1日前)	・大雨・洪水注意報(東京) ・足立区が暴風域に入る予想	・大雨・洪水注意報【気象庁】 ・高齢者等避難の発令【足立区】	・高齢者等避難の発令 ・避難所の開設		要避難支援の高齢者等に個別に連絡 (役員・各階の役員)		・区外や安全な地域の家族・知人宅 ・指定避難場所
5 避難の実施 (12時間前)	・大雨・洪水警報 ・暴風警報 ・避難判断水位超過の見込(治水橋)	・避難指示の発令【足立区】	・避難指示の発令 ・避難所の開設	支援活動の終了 全員避難の徹底 ＜避難情報解除まで戻らない!!＞			・自宅や知人宅の2階

台風の最接近・氾濫の発生

ST1前の平時

- 簡易トイレを町会で準備(会長)
- 簡易トイレについての防災用品の斡旋情報など、足立区から事前説明をしてほしい。
- 上階の空き部屋の活用を足立区に要請(会長)
- 要支援者の近況が各階の役員の耳に入ってくる(役員)
- “この団地は高層だから大丈夫”という考えの人が多いため、意識改革をする必要がある。(住民)

3 水害時の対応シナリオ

4 地震発生時の対応シナリオ

(1) 地震発生時の対応シナリオ

地震が発生してから、まず自分の身を守り、その後状況に応じて一時集合場所へ避難、さらに避難場所へ避難するなどの対応シナリオとともに、その際の行動の目安をP24、25に整理しています。

(2) 地区防災マップ

防災に関する地域の資源、要注意箇所等を「地区防災マップ」としてP26、27に整理しています。

地震発生時の対応シナリオ



一人ひとりの行動が、日頃訓練して

【災害対策本部】
 防災委員会・理事会・管理会社を中心に災害対策本部を組織します。



まず、自分の身を守る
 ↓
 各自まわりの状況を確認しましょう

安否確認シート（案）で状況報告しましょう

安否確認

隣近所に声掛け

自宅で待機します

避難指示

周辺の市街地で大火災が発生

一時集合場所に集合し避難準備



避難場所に避難

火災の危険がなくなる



家に被害があるか確認

被害がない

被害があり生活できない


在宅避難

第一次避難所に避難




生活支援

【一時集合場所】
 千住元町団地内公園
 一時集合場所は、町会・自治会単位で一時的に集合して様子を見る場所です。




一時集合場所には次の役割があります。
 1) 二段階避難において
 ① 情報伝達や各種連絡の場
 ② 近隣相互の助け合いや安否確認
 ③ 警察・消防等の指示のもとで避難場所へ避難
 2) 延焼火災の危険がない場合において
 ① 地域内における初期消火や救出救護活動などの拠点

【避難場所】
 荒川南岸・河川敷緑地一帯
 避難場所は、大地震時に発生する延焼火災やそのほかの危険から、身の安全を守るために必要な広さなどがある大規模な公園・広場等が指定されています。



【第一次避難所】
 帝京科学大学2号館
 第一次避難所は、自宅に居住できなくなった被災者が一時的に生活する場所です。



りが責任あ
とれるよう
から準備や
おくことが

安否確認シート
(案)を活用し
ましょう

マンション全体の状況把握のために、各戸の安否確認が必要です。
「安否確認シート」(案)を玄関ドア(廊下側)に貼り付け、状況報告を行っ
てください。

無事です！

救助求む！

地震発生後の
禁止事項を守
りましょう

- 【禁止事項】災害対策本部で使用可能と判断し、案内するまで下記は使用禁止です
- ・トイレや台所等すべての水周りでの排水は禁止(排水管の破損があると漏れ・逆流の恐れがあるため)
 - ・エレベーターは使用禁止(余震時に止まる恐れがあるため)
- 【災害対策本部からの連絡】
- ・災害対策本部の掲示板にて案内を行います。
 - ・住民への避難指示の伝達方法は要検討。

避難の際は、
落ち着いて行
動しましょう

- 火災は一気に燃え広がることはありません。
落ち着いて行動するようにしましょう。
避難時の服装などに注意しましょう。
- ・ヘルメット、防災ずきん、帽子
 - ・動きやすい服装、軍手
 - ・履きなれた底の厚い靴
 - ・夜間の懐中電灯



避難する時に、
隣近所に声を
かけましょう

避難するときには、近所の高齢者、
妊婦の方、小さな子どもがいるお宅
などに、ひと声かけましょう。
ひと声かけた情報(返事がなかった、
不在だった、下敷きになった人がい
る可能性など)は大切な情報になり
ます。一時集合場所にみんなで情報
を持ち寄りましょう。



在宅での生活
が可能な場合
は、在宅での
避難を推奨し
ます

第一次避難所での生活は快適とは言えず、環境の変化などによって体調を崩す
人もいます。食料や水など必要なものを日頃から備えるなど、在宅での避難の
ための準備が大切です。

また、避難生活においては、災害対策本部の掲示情報を適時確認してください。

- ・救援物資等の配給等の情報
- ・各種禁止事項の解除等の連絡も掲示します。

各戸においてもうラジオ(FMラジオ)や足立区防災無線情報等で、
積極的に情報収集しましょう。



地区防災マップ

[都営千住元町団地一・二号棟自治会]

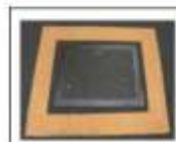
防火水槽

防火のために地下等に貯水してある水槽(写真左)で、ポンプで吸い上げて消火に利用する。地震時、消火栓の配管が壊れ、使えなくなった際にも有効。D級ポンプ(写真右)等を使用し、揚水・放水できる。



消火栓

水道本管に直結する方法で、消防車両に消防用水を供給する施設。スタンドパイプを結合し、放水できる。



外観



消火栓蓋を開けた状態

設備

消火器



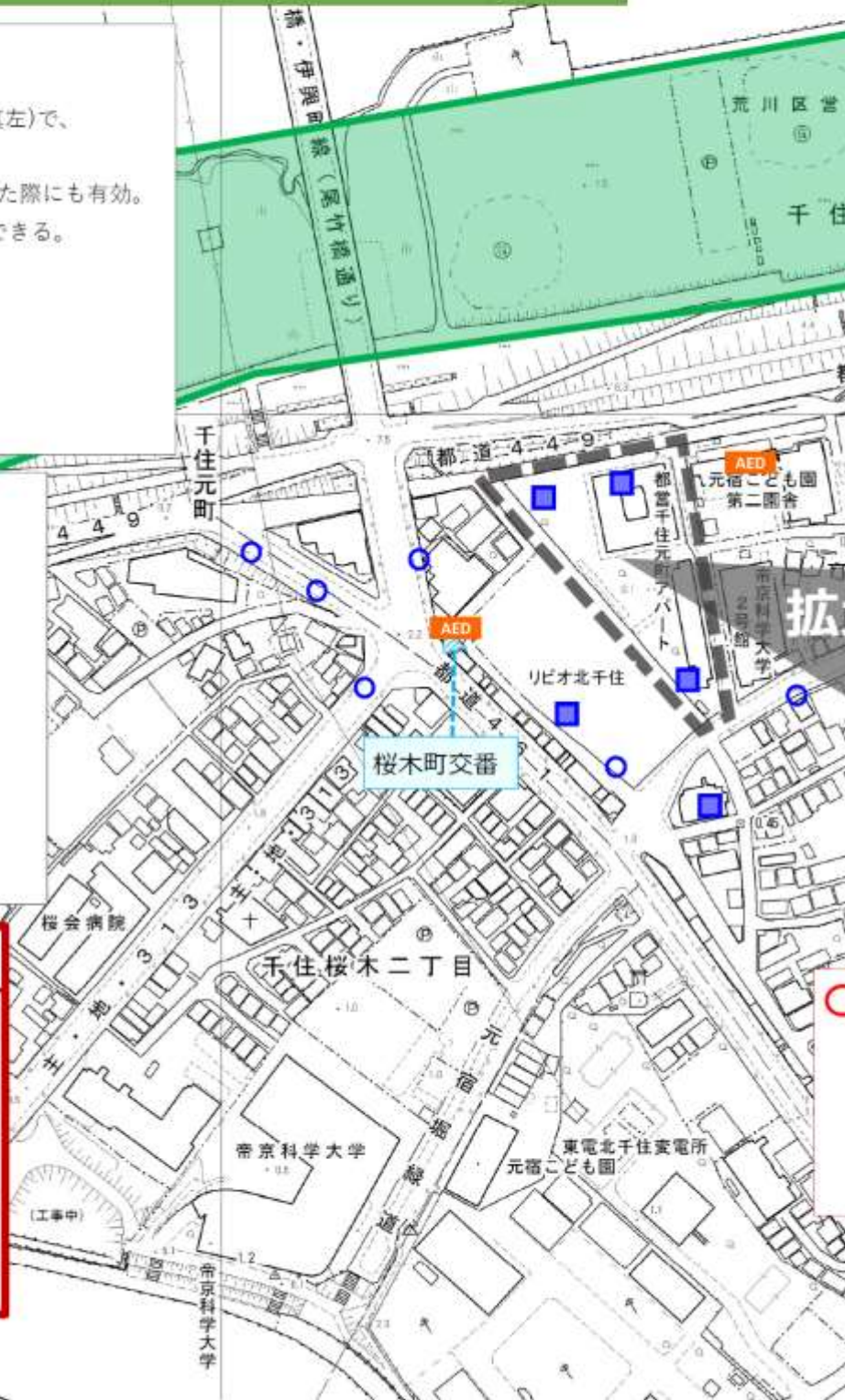
小型



大型



ロケット型





※この地図は、東京都縮尺1/2,500地形図(平成27年度DVD版)を使用したものである。

5 自治会における平時の備え

(1) 事前対策リスト

災害時の備えを事前にチェックできるように、自助と共助に分けて事前対策をチェックリストにしました。

■事前対策リスト(自助)

家の中の安全	<input type="checkbox"/> 足立区の洪水ハザードマップを目の届くところに置く。
	<input type="checkbox"/> 自分の地域の水害リスク(浸水深、継続時間等)及び自分や家族の避難行動(先)を確認する。
	<input type="checkbox"/> 台風発生時以降の情報収集の方法を確認する。
	<input type="checkbox"/> 排水溝や雨どいの点検・清掃を行う。
	<input type="checkbox"/> 浸水防止策として、土のうを用意する。
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"/> 災害伝言用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、目薬、持病のある人は常備薬など)
水や食料	<input type="checkbox"/> 飲料水は1人1日3リットルを最低3日分、7日分を推奨
	<input type="checkbox"/> 水用携行タンク(飲料水の配給時に必要)
	<input type="checkbox"/> 食糧(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、最低3日分、7日分を推奨)
	<input type="checkbox"/> 生活用水(飲料しない水)は、フロの汲み置き、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)
非常用 持出	<input type="checkbox"/> 現金、クレジットカード
	<input type="checkbox"/> マイナンバーカード、年金手帳
避難生活用品	<input type="checkbox"/> 軍手、歩きやすい靴
	<input type="checkbox"/> 生理用品
	<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(自治体ホームページ等)
	便利な もの
<input type="checkbox"/> 家庭用発電機	
<input type="checkbox"/> 蓄電池	
ペット 用品	<input type="checkbox"/> ペットフード、水、食器
	<input type="checkbox"/> リード
	<input type="checkbox"/> 貯金通帳、キャッシュカード
	<input type="checkbox"/> 免許証、保険証、お薬手帳
	<input type="checkbox"/> ヘルメット、防災頭巾
	<input type="checkbox"/> 折りたたみ傘、レインコート
	<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"/> 防災マップ
	<input type="checkbox"/> 防災カード(住所、氏名、連絡先、既往症、通院先、薬アレルギー等)
	<input type="checkbox"/> 工具類
	<input type="checkbox"/> 公衆電話用10円硬貨
	<input type="checkbox"/> 排便処理用品
	<input type="checkbox"/> ペット名札、手帳

避難所では、支給できる物資には限りがあります。特に、乳幼児や障がい者、持病やアレルギーをお持ちの方、ペットを飼われている方など、それぞれの家庭に合った備蓄・準備が必要です。

■事前対策リスト(共助)

地域の共通課題である「避難対策」に絞って、基本的な事項をチェックリストにしました。

避難対策に必要な項目	チェックリスト	備考
避難場所と避難所	<input type="checkbox"/> 避難所を確認しておく。 <input type="checkbox"/> 緊急避難建物を確認しておく。 <input type="checkbox"/> 広域避難の方向（高台など）を確認しておく。	避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告等の情報に基づき避難。水害が小規模と想定される場合は、在宅避難。
避難経路	<input type="checkbox"/> 避難場所と避難所に行く経路を決めておく。	経路は通れなくなった場合を考慮して複数設定
避難に向けた情報収集	<input type="checkbox"/> 避難経路や避難先を決めるために必要な情報の収集方法を決めておく。	一目で町内の被害状況を把握できるマンションに登る、など
	<input type="checkbox"/> テレビ（ワンセグ）や携帯ラジオなどで災害情報が得られますか。	
避難先と避難経路を選択して避難開始	<input type="checkbox"/> 避難先までの経路を歩いて危険箇所をチェックしておく。	班長など、先導者が誘導
声をかけながら避難	<input type="checkbox"/> 声掛けに便利なものを用意しておく。 <input type="checkbox"/> 担当者を決めて持ち出せるようにしておく。	拡声器、メガホン、要配慮者の名簿やマップなど
要配慮者への手助け・支援の要請	<input type="checkbox"/> 要配慮者の手助け方法や支援要請先を調べておく。	警察、消防団などへ連絡 民生・児童委員との連携
避難先で自治会単位で安否の確認	<input type="checkbox"/> 避難先では、自治会単位で集合し、安否確認することを決めておく。	避難先で班長が集まって自治会全体の安否を確認 避難していない在宅避難者もできるだけ把握
行方不明者の救助・救援の要請	<input type="checkbox"/> 救助・救援の要請先を調べておく。	区、消防団、警察などへ連絡
応急対応一段落後※、自治会の災害対策本部を設置	<input type="checkbox"/> 災害対策本部の組織と役割分担を決めておく。	救命救助、緊急避難等の応急対応が優先
避難所の運営	<input type="checkbox"/> 避難所運営体制を決めておく。	自治会を超える場合もあり
帰宅困難者への対応	<input type="checkbox"/> 帰宅困難者の一時滞在施設を把握しておく。	帰宅困難者には一時滞在施設の開設場所を伝える

※自治会の災害対策本部の設置は応急対応一段落後を想定しましたが、災害の状況に応じて臨機応変に対応してください。

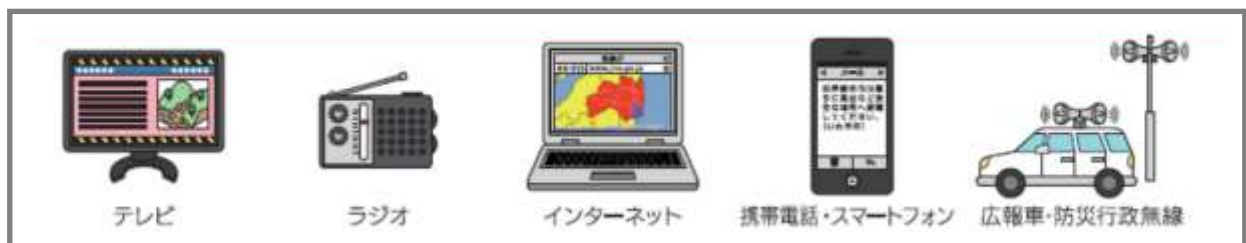
(2) 日頃の取り組み

①情報収集方法の確認

テレビ、ラジオ、インターネット(区のホームページ等)、区の防災メール※、消防団による車両広報などの災害情報の入手手段を、日常から確認します。

※災害情報をはじめ、足立区の様々な情報を携帯電話やパソコンのメールアドレス宛に送付するA-メール(足立区メール配信サービス)や、緊急かつ重要な情報を指定エリア内(足立区内)の携帯電話に一斉に配信する緊急速報メール(エリアメールサービス)、足立区LINE公式アカウントなどがあります。

気象情報や区から発信される情報の入手手段



②非常持出品や備蓄の準備

災害に備えて、各世帯での非常持出品や備蓄の準備を進めます(P28「事前対策リスト」)。

② 防災訓練

都営千住元町団地一・二号棟自治会による防災訓練を実施し、自助としての初動行動・避難行動の確認、共助としての避難生活支援等の取り組みを、消防署等の関係機関と協力しながら実践します。

訓練では、水害の状況に応じた避難(避難先、避難路、要配慮者への支援、本部の設置など)について取り組みます。

③ 活動体制の整備

日ごろから進めている千住地区の防災の取り組みと歩調を合わせながら、都営千住元町団地一・二号棟自治会における防災組織として、「庶務係」「初動対応係」「救出・救護係」「物資配分係」等の係編成を設定し、具体的な役割や活動を構築して災害時の活動の実効性を高めていきます。

⑤要支援者の連絡・支援体制の準備

要支援者の連絡・支援体制の準備を進めます。災害時に一人では避難が困難な要支援者については、区から提供される避難行動要支援者名簿を効果的に活用できるように、あらかじめ取り扱い方法などを決めておくようにします。

平時からの声かけや災害時の避難誘導訓練について、周知や参加を呼びかけます。また、要支援者避難支援のための資機材の準備に取り組みます。

⑥コミュニティタイムラインの検討

水害は、台風などが発生してから被害が生じるまで時間があり、「先を見すえた対応」により減災が可能です。タイムラインの考え方の基本はここにあります。

今後は、地区住民等の視点からみた「コミュニティタイムライン」について検討を進めることとし、現時点での検討結果をP21に示しました。

引き続き、地区タイムラインについての検討を行います。

※ 様式・資料編

資料 1 様式集

参考様式 1 緊急時連絡先一覧表

区分	連絡先	連絡先担当部署	TEL
緊急連絡先	区役所		
	消防署		
	警察署		
	電気		
	ガス		
	上水道		
	下水道		
	電話局		
避難関係	避難所 ()		
	避難所 ()		
	避難所 ()		
	病院		

参考様式2 備蓄品リスト

区分	品名	規格	数量	保管場所	点検日	点検者
食糧						
水						
日用品						
消火用具						
救出救助 用資機材						
その他						

参考様式 3 自治会年間スケジュール

- 年間スケジュールは任意様式とする。
- 従来、自治会で運用してきた年間スケジュールに、防災関係の予定（防災訓練等）を盛り込むものとする。

年間スケジュール（年度）（例）

年	月	自治会スケジュール	防災関係スケジュール
年	4月		
	5月		
	6月		
	7月		
	8月		
	9月		
	10月		
	11月		
	12月		
年	1月		
	2月		
	3月		

参考様式 4 防災区民組織名簿

防災区民組織役員名簿

役 職		氏 名	住 所	電 話
本部長（会長）				
副本部長 （副会長）				
総務部	部長			
	副部長			
情報部	部長			
	副部長			
防火部	部長			
	副部長			
救護部	部長			
	副部長			
避 難 誘導部	部長			
	副部長			
給食部	部長			
	副部長			

資料 2 スマートフォン用防災アプリ「足立区防災アプリ」

「足立区防災アプリ」は、防災関係の機能を一つにまとめたスマートフォン対応アプリです。
令和 4 年 4 月にリニューアルしました。



このアイコンが目印！

※画像はイメージです

【足立区防災アプリの機能】

- ① 避難所の開設・混雑状況をマップ付き、リアルタイムで知ることができます。
- ② 非常時の情報をプッシュ通知でお知らせします。
- ③ GPS 機能により、地図で現在位置、避難所の位置などを確認できます。
- ④ 各種ハザードマップや防災マップを搭載しています。

ダウンロードはこちらから⇒ iPhone 端末

Android 端末



同内容の PC サイト（足立区災害ポータルサイト） <https://bosai.city.adachi.tokyo.jp/>

資料 3 A-メール（足立区メール配信サービス）

区政情報や子どもの安心情報など、足立区についての様々な情報を、あらかじめ登録された携帯電話やパソコンのメールアドレス宛にお送りします。

足立区ホームページや下記のメールアドレスに空メール（本文に何も書かずに送るメール）を送信し、送られてきたメールに表示された URL にアクセスし、登録することができます。

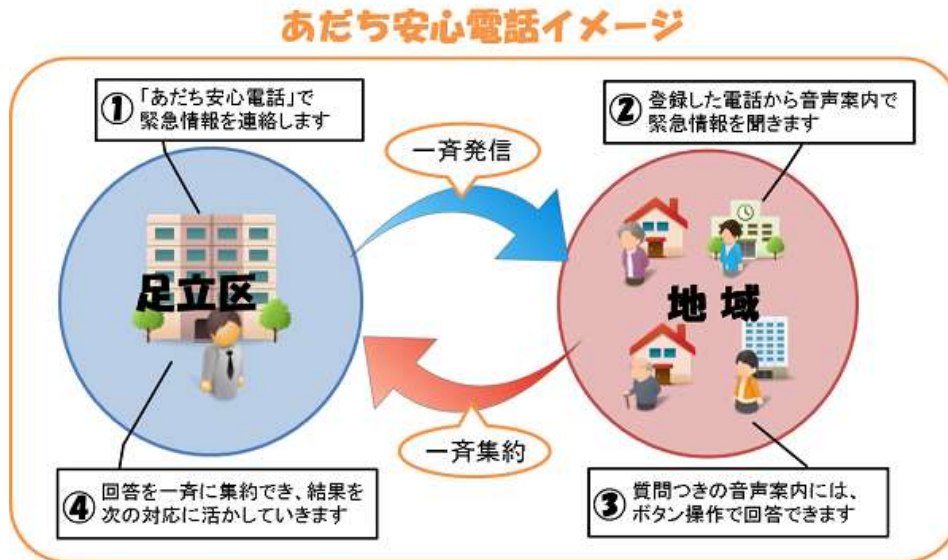
adachi@sg-m.jp



- ・「災害情報・気象警報」「大雨・洪水注意報」「雷注意報」で配信される警報・注意報は、気象庁の発表と連動させ、自動的に配信をしています。

資料 4 あだち安心電話

河川の水位状況や避難所開設情報等を確実にお届けするため、電話を活用した情報伝達システム「あだち安心電話」を導入し、希望するすべての区民の方（事業者を含む）の登録を随時受け付けています。いざという時の準備として、ぜひご登録ください。



下記の方法で申込みことができます。

- ① ホームページ「登録申込みフォーム」でご登録



- ② 報道広報課（足立区役所本庁舎南館9階）または、各区民事務所（中央本町区民事務所を除く）に直接「登録申込書」をご提出ください。

- ③ 「登録申込書」を報道広報課にご郵送ください。

【申込書郵送先】

足立区報道広報課 デジタル情報・広告係
〒120-8510 足立区中央本町 1-17-1
TEL：03-3880-5514

資料 5 感震ブレーカーの設置助成

足立区では、災害時に避難所等へ避難している間、電気が復旧した際に発生する「通電火災」対策に有効な手段として、設定値以上の震度の地震発生時に自動的に電気の供給を遮断する「感震ブレーカー」を設置した場合に、費用の一部を助成する制度を設けています。

感震ブレーカーは、震度 5 強相当の地震をセンサーが感知したとき、警報を発し、約 3 分後にブレーカーを落として、電力供給を遮断する器具です。

設置助成をうける要件は次のとおりです。

(1) 特定地域（建物倒壊危険度ランクⅢにおいて、特に緊急的な安全対策が望まれる地域）であること → 千住元町は対象となっています。

(2) 対象世帯

① 一般世帯

特定地域内にある住宅で居住する個人もしくは賃貸住宅所有者（法人を除く）

② 特例世帯

上記①一般世帯のうち、次のいずれかに該当する世帯もしくは賃貸住宅所有者

- ・ 65歳以上の方が含まれる
- ・ 要介護者が含まれる（要介護 3～5）
- ・ 障がい者が含まれる
（身体障害 1～4 級、精神障害 1～3 級、知的障害愛の手帳総合判定で 1～4 度）
- ・ 非課税者のみ

詳しくは、足立区ホームページ（感震ブレーカーの設置助成）をご覧ください。または下記の担当窓口にお問い合わせください。

【問合せ窓口】

足立区建築防災課耐震化推進係
（足立区役所本庁舎中央館 4 階）
TEL 03-3880-5317（直通）

資料6 防災無線のテレホン案内

足立区では、災害時等に速やかに情報を伝達する手段として、防災行政無線屋外拡声装置（スピーカー）を設置しています。「放送が聞き取れなかった」「もう一度聞きたい」ときに、放送内容を電話で確認することができるサービスが、「防災無線テレホン案内」です。

ご利用方法

(1) 下記の電話番号にお電話ください。

足立区防災無線テレホン案内：050-5527-2305

(2) 24 時間以内に放送された最新の放送が繰り返し流れます。

(3) 通話料は有料となります。

※ 防災無線の放送内容は、下記ホームページからも確認できます。

<https://www.city.adachi.tokyo.jp/cgi-bin/bousai/list.cgi>



資料7 足立区 LINE 公式アカウント

足立区では、令和2年9月14日に「足立区 LINE 公式アカウント」を開設しました。

「足立区 LINE 公式アカウント」では、災害に関する情報（避難指示や避難所開設情報等）や緊急情報などのお知らせをリアルタイムに発信します。情報を受け取るには、SNS アプリ「LINE（ライン）」での友だち登録（利用者登録）が必要です。いざという時に備えて、ぜひご登録ください。

ご利用方法

(1) ご利用には「LINE（ライン）」での「友だち登録」が必要です。詳しくは下記ホームページをご覧ください。

<https://www.city.adachi.tokyo.jp/hodo/line/index.html>

(2) 主な配信情報

- ・ 台風や地震などの災害に関する情報（避難指示や避難所開設情報等）
- ・ 緊急でお知らせしたい重要な情報
- ・ 「あだち広報」発行情報（月2回）
等々

順次、便利にお使いいただける新たなサービスを検討していきます。

(3) 災害情報など緊急でお知らせしたい重要な情報は、LINE、A-メールどちらにも配信します。



資料8 地点別浸水シミュレーション検索システム（浸水ナビ）

国土交通省では、浸水想定区域図を電子地図時用に表示するシステムとして、「地点別浸水シミュレーションシステム」(浸水ナビ)を公表しています。(https://suiboumap.gsi.go.jp/)

浸水ナビを用いることで、河川が氾濫した場合に浸水が想定される区域及びその区域が浸水した場合に想定される水深を把握することができます。

以下の手順で検索ができます。

- 1.Web ブラウザの検索ツール(google や yahoo 等)で「浸水ナビ」と検索します。
(URL を https://suiboumap.gsi.go.jp/と入力すると、該当ページに直接アクセスできます。)
- 2.国土交通省の「地点別浸水シミュレーションシステム」(浸水ナビ)のページを選択し

地点別浸水シミュレーション検索システム を見る



をクリックします。

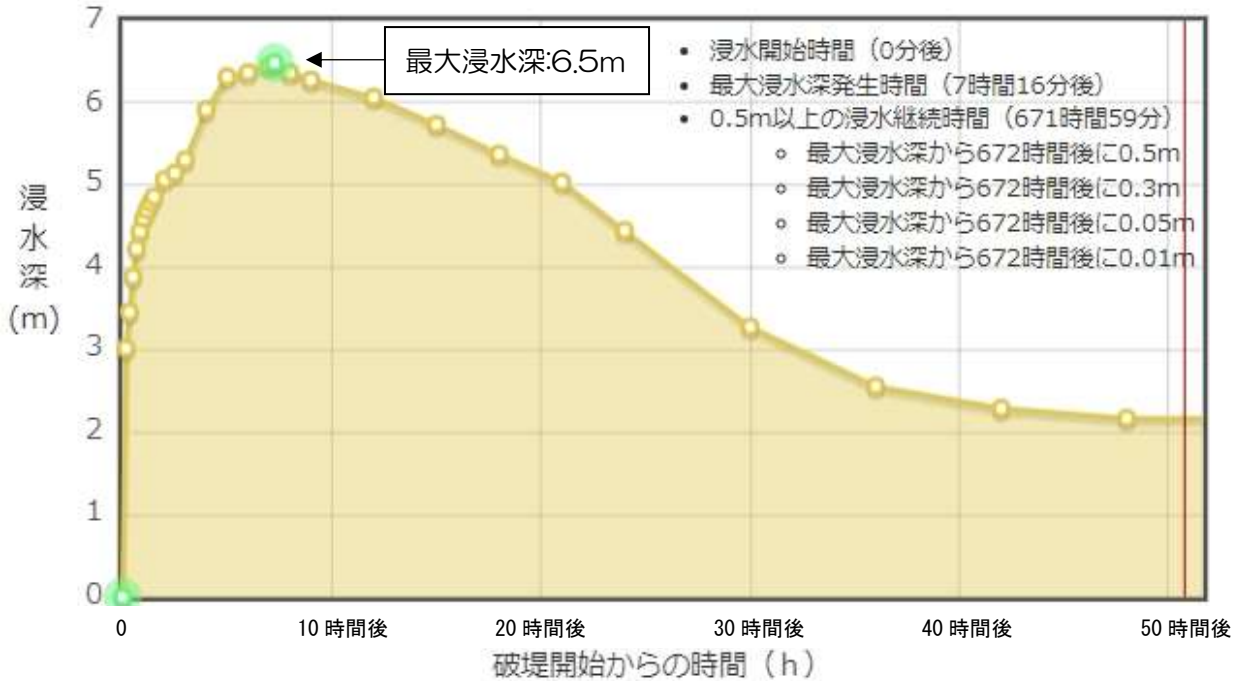
都営千住元町団地一・二号棟敷地付近を検索地点(下図の黒い×印)として設定し、最大の浸水深さが想定される、下図の赤い×印(荒川右岸 13.75km)で破堤した場合の浸水域シミュレーショングラフを次に示しました。(浸水ナビの場合は破堤は1地点ですが、ハザードマップは複数の想定です。)



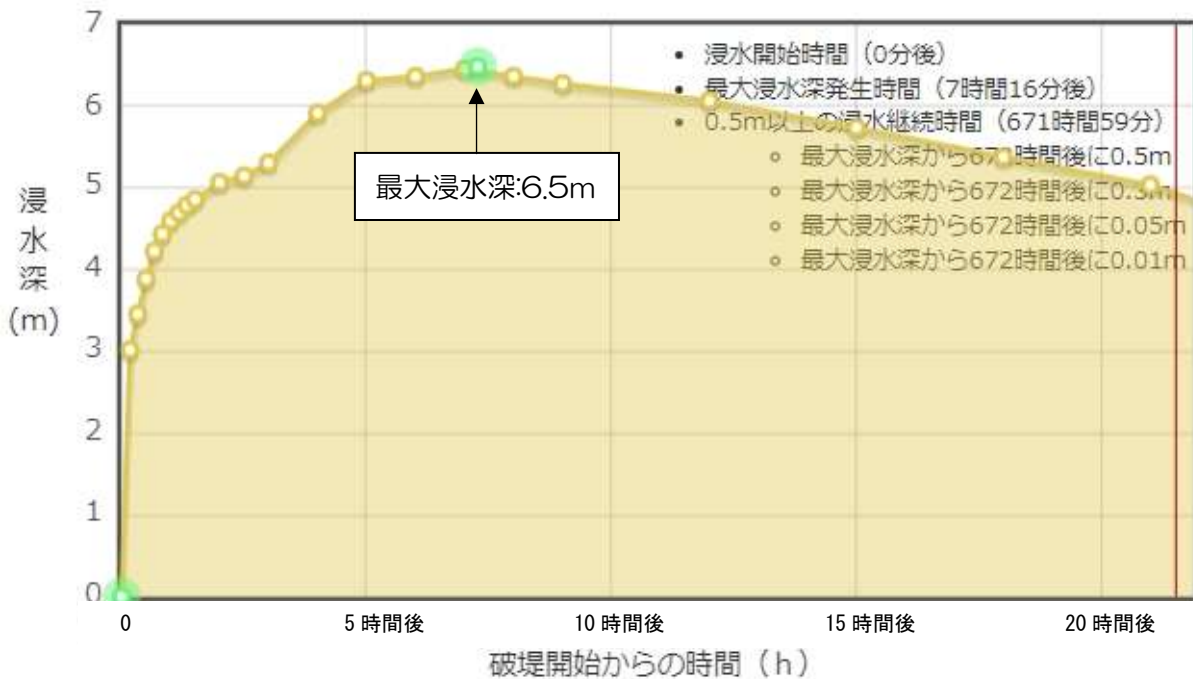
都営千住元町団地一・二号棟敷地付近における最大の浸水深さが想定される場合の浸水域シミュレーショングラフは、以下のとおりです。同じ内容ですが、時間幅を変えた 2 種類の図を示しました。

最大浸水深さは、破堤から 7.3 時間後に 6.5m となっています。ただし、破堤から 10 分後には浸水深は 3.0m、30 分で 3.9m、1 時間で 4.6m、2 時間で 5.1m に達します。

浸水シミュレーショングラフ (約 90 時間後まで)
(BP276 : 荒川荒川右岸 13.75k)



浸水シミュレーショングラフ (約 20 時間後まで)
(BP276 : 荒川荒川右岸 13.75k)



Memo