

朝日プラザ梅田自治会 地区防災計画

令和 7 年 3 月

朝日プラザ梅田自治会

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）地震の被害想定	9
（３）水害の被害想定	12
3 地震発生時の対応シナリオ	15
（１）地震発生時の対応シナリオ	15
（２）地区防災マップ	15
（３）話し合いによる検討	20
4 水害時の対応シナリオ	31
（１）水害が予想される場合の防災行動の概要	31
（２）水害が予想される場合の対応シナリオ	31
（３）コミュニティタイムライン	36
5 朝日プラザ梅田自治会における平時の備え	38
（１）事前対策リスト	38
（２）体制づくり	40
※ 様式・資料編	44
資料 1 様式集	45
参考様式 1 緊急時連絡先一覧表	45
参考様式 2 備蓄品リスト	46
参考様式 3 自治会年間スケジュール	47
参考様式 4 防災区民組織名簿	48
資料 2 スマートフォン用防災アプリ「足立区防災アプリ」	49
資料 3 A-メール（足立区メール配信サービス）	49
資料 4 あだち安心電話	50
資料 5 感震ブレーカーの設置助成	51
資料 6 防災無線のテレホン案内	52
資料 7 足立区 LINE 公式アカウント	52
資料 8 東京備蓄ナビ	53

1 地区防災計画とは

(1) 地区防災計画の目的と位置づけ

私たちの住む地域は、建物が密集し、古い建物や木造の建物が点在しており、震災時の倒壊や火災の延焼の危険性が高い地区です。また、震災時に利用できる道路が狭く、身近な広場や公園が不足するなど、東京都の地域危険度などの調査でも地震被害における危険度が高い地域です。

一方で、東日本大震災や熊本地震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、朝日プラザ梅田自治会では、自助・共助による地域防災力を向上させ、地区の被害を軽減することを目的に、「朝日プラザ梅田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

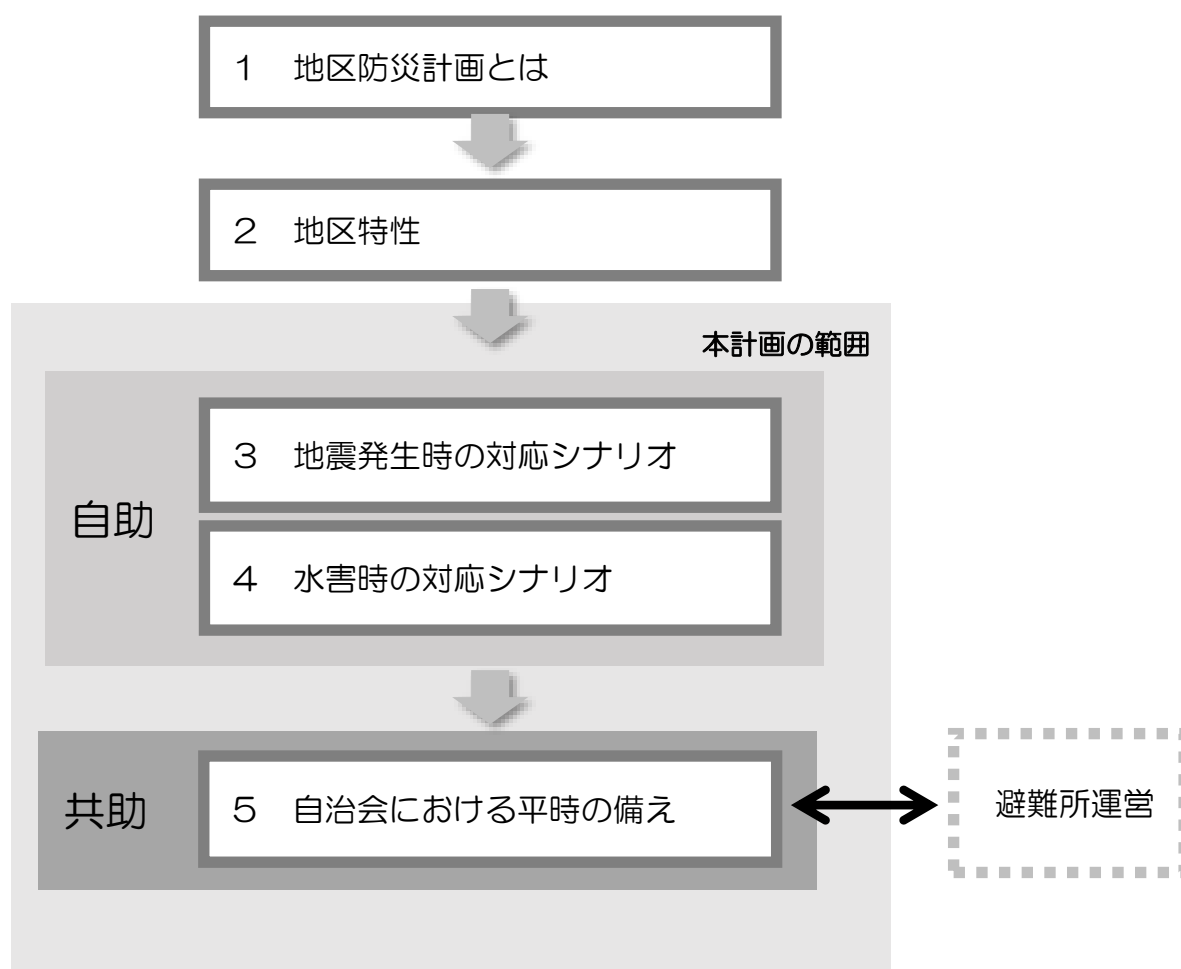
対象とする災害	地震・水害 〔 令和6年度は地震に重点をおいて検討 水害についても記載あり 〕
対象とする範囲	朝日プラザ梅田自治会 (第一次避難所、避難場所への避難経路も対象)
対象者	朝日プラザ梅田自治会の居住者など自治会内に いるすべての人
対象時期	地震；地震発生時～初動活動～避難行動 水害；台風接近時～準備行動～避難行動

(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 地震発生時の対応シナリオ」、「4 水害時の対応シナリオ」で地域住民自らによる「自助」、すなわち、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かを整理するとともに、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ました。

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。

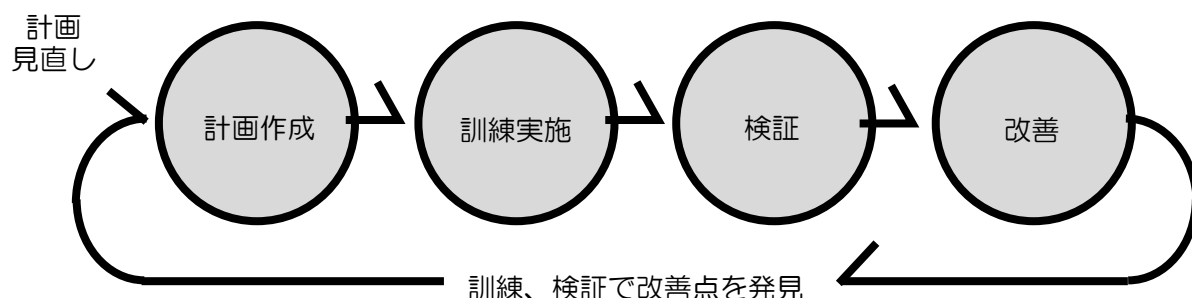


注) 本計画では、地震については、発生直後から、避難するまでの考え方や手順を整理し、避難所を設置したのちの避難所運営は、他の計画（避難所マニュアル等）に従うこととします。

(4) 実践と検証

計画を形骸化させないための取り組みを以下のように行います。

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"> ○初期消火訓練 ○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。

○活動の対象範囲や活動体制
(役割分担) を変える必要はないか
○地区における重要なことに
変化はないか

○長期的な活動予定に変更はないか
○実際の活動が実体のあるものになっているか
○防災訓練、備蓄等の事前対策、教育・研修等が十分に行われているか

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

自治会の地区内は、低地に土を盛った平坦地や水面を埋めた平坦地である盛土地・埋立地となっています。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。

■土地条件図

盛土地・埋立地

（低地に土を盛って造成した平坦地や、水部を埋めた平坦地）

水部

（海・河川・湖沼など、現在の水面）

自然堤防

（洪水時に運ばれた砂等が、流路沿いに堆積してできた微高地）



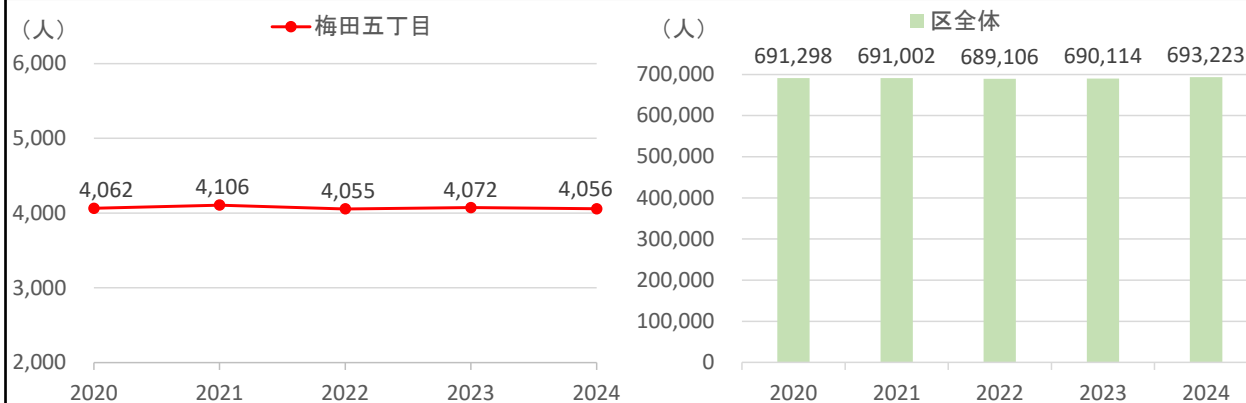
出典：国土地理院「数値地図
25000（土地条件）」

② 人口・世帯数

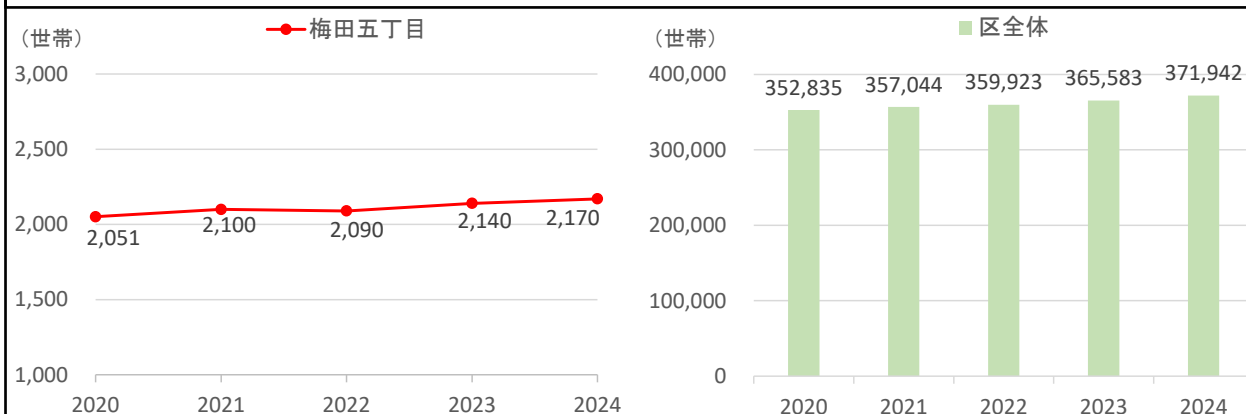
梅田五丁目の人口・世帯数は、人口 4,056 人、2,170 世帯となっています。（住民基本台帳、令和 6 年 1 月 1 日現在）

最近 5 年間の推移を見ると、人口は横ばい傾向、世帯数は増加傾向となっています。

<人口>



<世帯数>

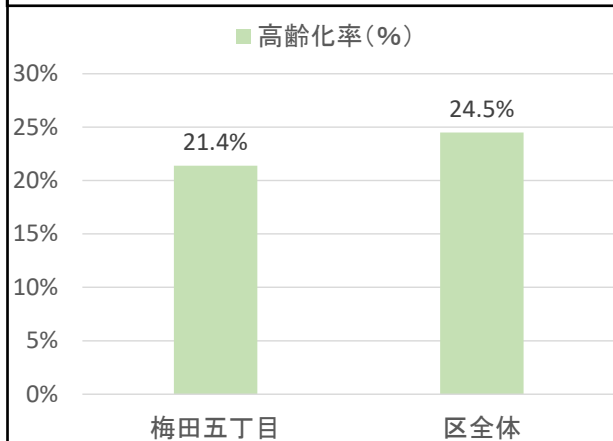


出典：住民基本台帳

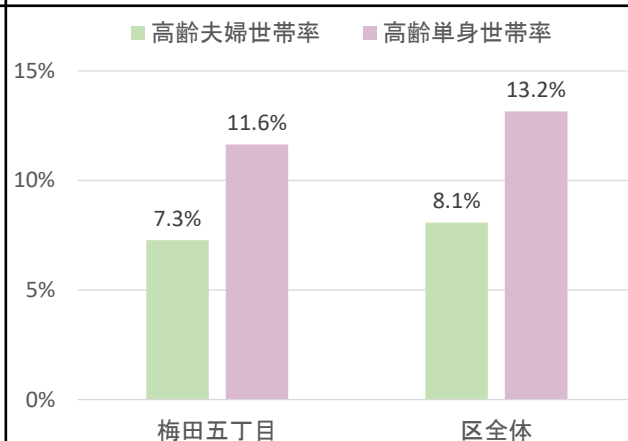
③ 高齢化（65 歳以上の人口）の状況

梅田五丁目の高齢化率、高齢夫婦世帯・高齢単身世帯（令和 2 年）の割合は、いずれも区全体の値より低い水準にあります。

<高齢化率>



<高齢者世帯の状況>



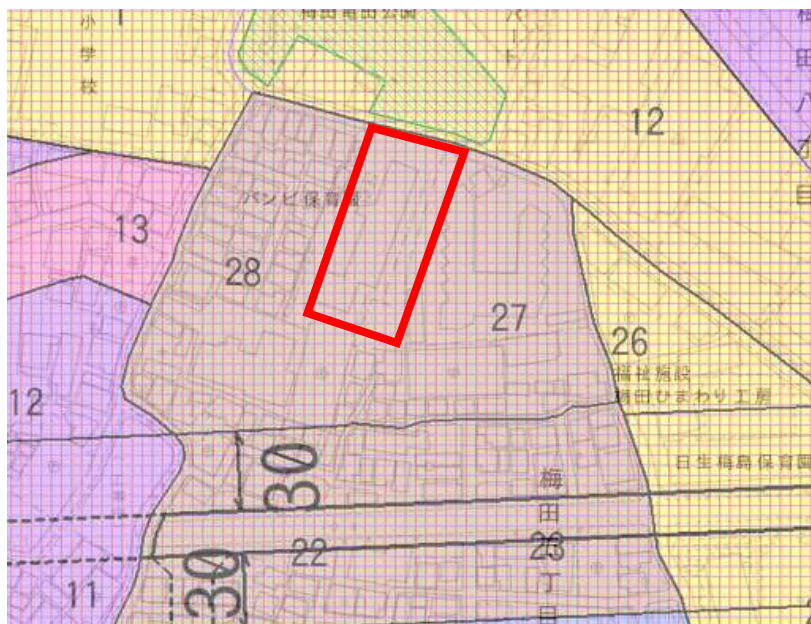
出典：令和 2 年国勢調査

④ 用途地域都市基盤

自治会内は準工業地域（特別工業地区）に指定されています。

<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



準工業地域 : 主に軽工業の工場やサービス施設等が立地する地域。危険性、環境悪化が大きい工場は建設できない。

準工業地域 : 準工業地域のうち、中小工場や工場併用住宅と住宅の混在が多い地区。

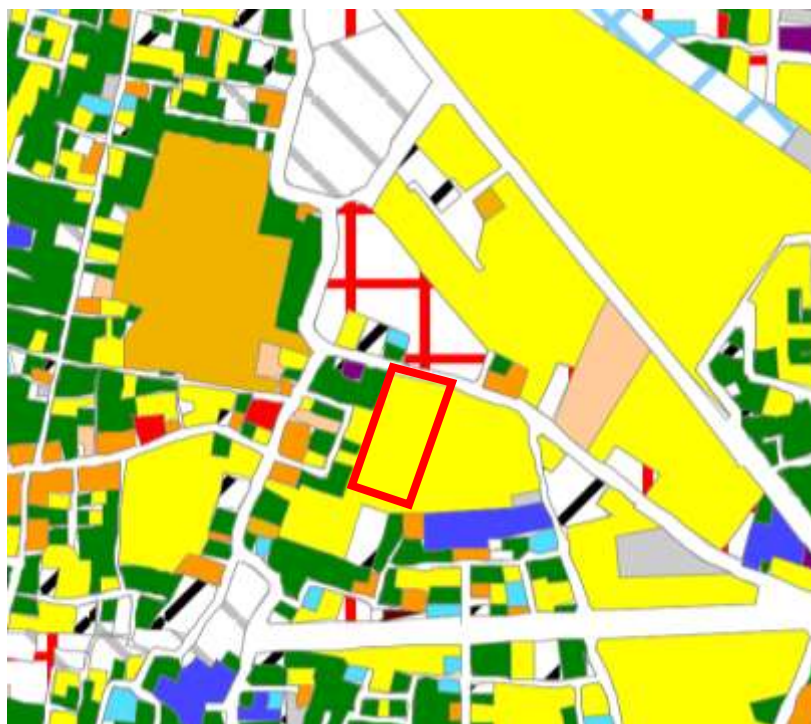
出典：「用途地域等指定図」

⑤ 用途別建物現況

建物用途は、集合住宅に指定されています。

<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：「令和3年度土地利用現況調査」

⑥ 構造別建物現況

自治会内はすべて耐火造となっています。

<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

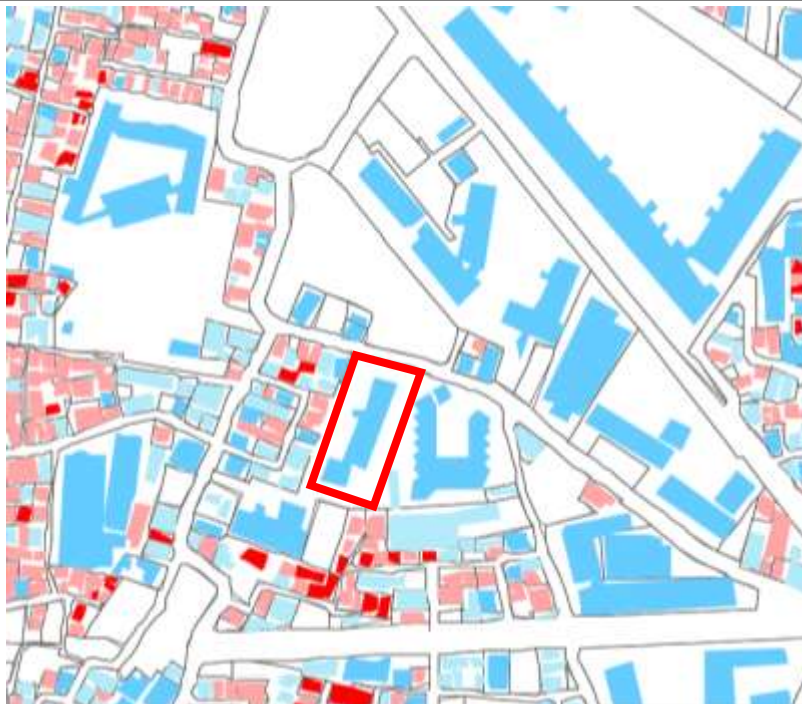
外壁が耐火造で屋根がコンクリート等の不燃材料できている、または柱及び梁が不燃材料で外壁及び屋根等が防火造できているもの、または木造以外で耐火造に属さないもの

■ 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：「令和３年度土地利用現況調査」

⑦ 階数別建物現況

高層階（11 階）建てになっています。

<凡例>

■ 1 階

■ 2 階

■ 3 階

■ 中層階（4～7 階）

■ 高層階（8 階以上）



出典：「令和３年度土地利用現況調査」

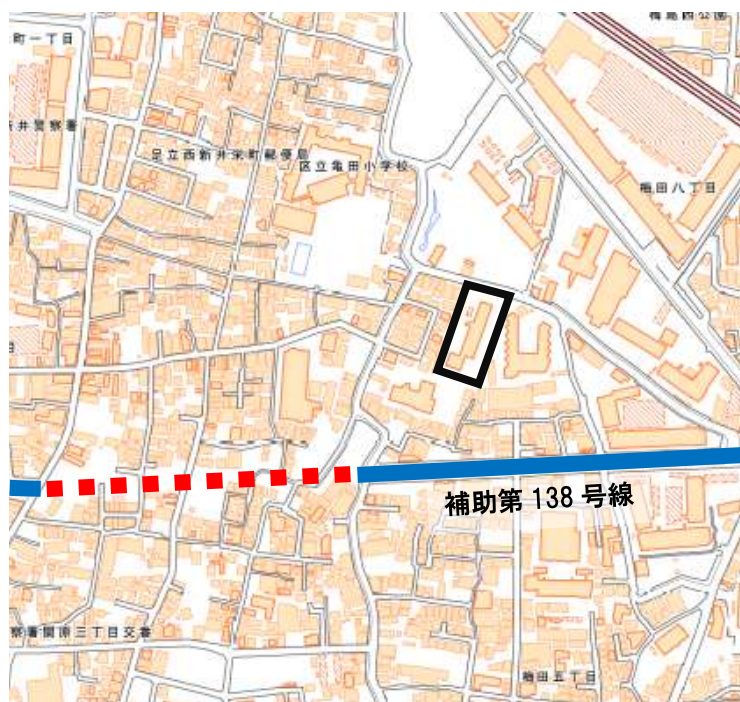
⑧ 都市計画道路の整備状況

自治会の南側に補助第 138 号線が整備されており、一部が事業中となっています。

<凡例>

- 整備済
- 事業中
- 計 画

出典：「足立区都市計画図」
(令和 6 年 4 月現在)
下地図は国土地理院地図を使用



⑨ 細街路の状況

自治会内に該当する細街路はありませんが、周辺には幅員 4m、または、幅員 6m に拡幅すべき道路が残っています。

<凡例>

色	細街路の種類
—	幅員 4m 以上ある路線
—	幅員 4m に拡幅すべき路線
...	幅員 4m を超え 5m 未満で 拡幅すべき路線
—	幅員 4m で築造すべき路線
...	幅員 5m を超え 6m 未満で 拡幅すべき路線
—	幅員 6m に拡幅すべき路線

出典：「細街路路線図」(あだち地図情報
提供サービス)



(2) 地震の被害想定

① 首都直下地震の被害想定概要

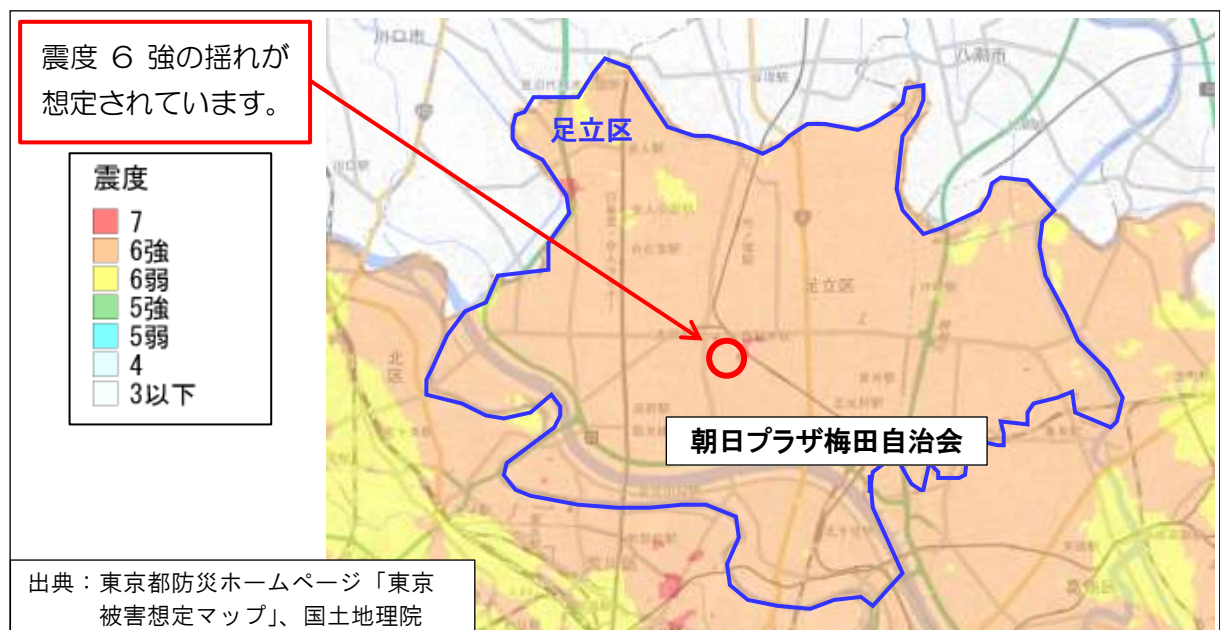
南関東地域における首都直下地震（マグニチュード 7.3 規模）の発生確率は、今後 30 年以内に 70%といわれています。

■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

耐震性が高い

耐震性が低い

【震度 6 強】

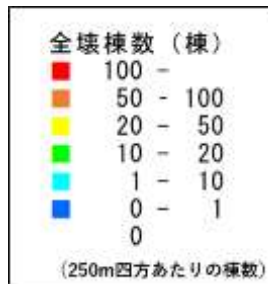
- はわないと動くことができない飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。
- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。
- 大きな地割れが生じたりすることがある。

出典：気象庁HP
「震度の階級」

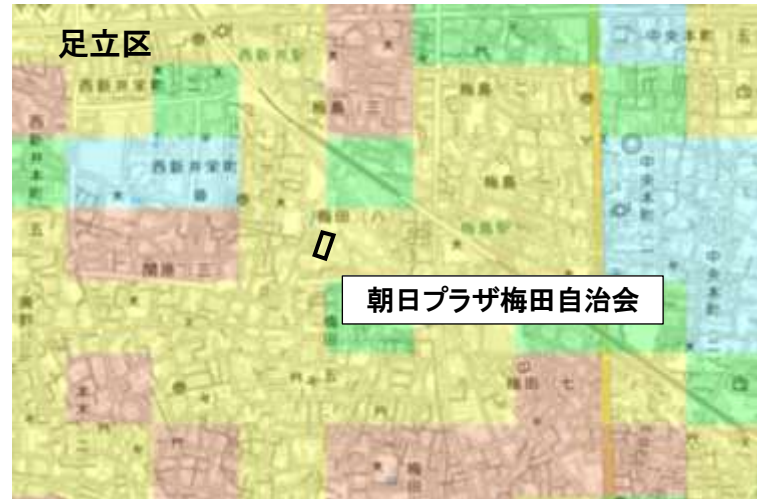
■建物全壊棟数

20-50 棟と想定されています。

<凡例>



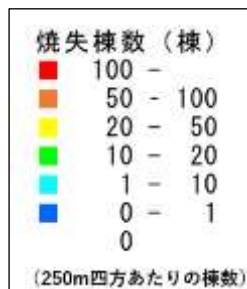
出典：東京都防災ホームページ「東京被害想定マップ」、国土地理院



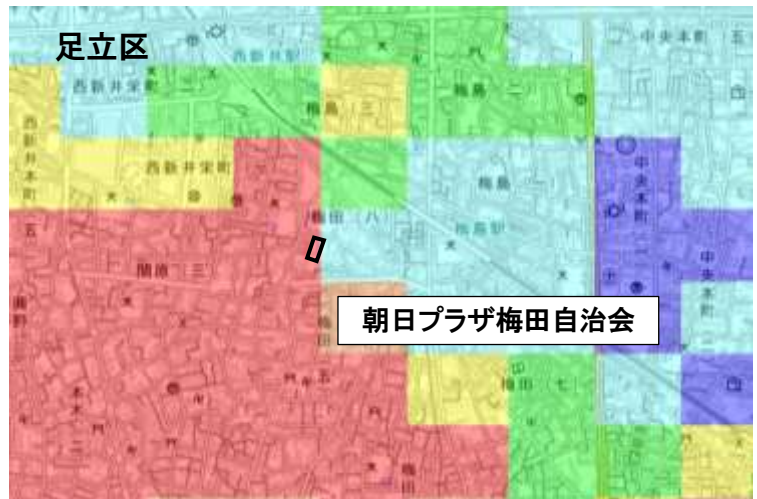
■建物焼失棟数

100 棟以上の焼失が想定されています。

<凡例>



出典：東京都防災ホームページ「東京被害想定マップ」、国土地理院



■液状化危険度

非常に高い危険度となっています。

<凡例>



出典：東京都防災ホームページ「東京被害想定マップ」、国土地理院



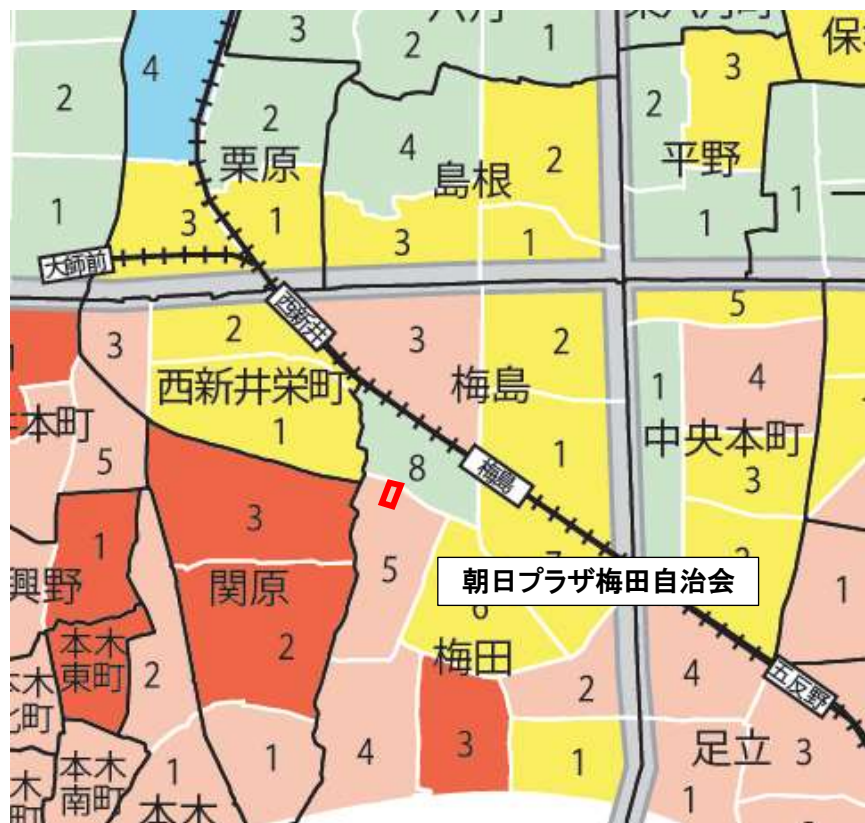
② 地域危険度※1

「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※2 について危険度が 4 となっています。（都内 5,192 町丁目の中で総合危険度が、梅田五丁目は 325 位）

<凡例>

危険度ランク

総合危険度



出典：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

※1 地域危険度は、都内の町丁目の地震に対する危険性を比較するため、特定の地震を想定するのではなく、全ての町丁目直下の地盤で同じ強さの揺れが生じた場合の危険性を測定しています。

※2 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。

(3) 水害の被害想定

当自治会において、河川氾濫による水害が想定される河川として、荒川、利根川、芝川・新芝川があります。

① 荒川が氾濫した場合

■最大浸水深

全域で3m以上 5m 未満の浸水が想定されています。早期立ち退き避難が必要な区域です。



■浸水継続時間

1日以上3日未満浸水が継続すると想定されています。



② 利根川が氾濫した場合

■最大浸水深

全域で3m以上 5m 未満の浸水が想定されています。早期立ち退き避難が必要な区域です。



出典：足立区洪水
ハザードマップ

■浸水継続時間

3日以上 1週間未満浸水が継続すると想定されています。

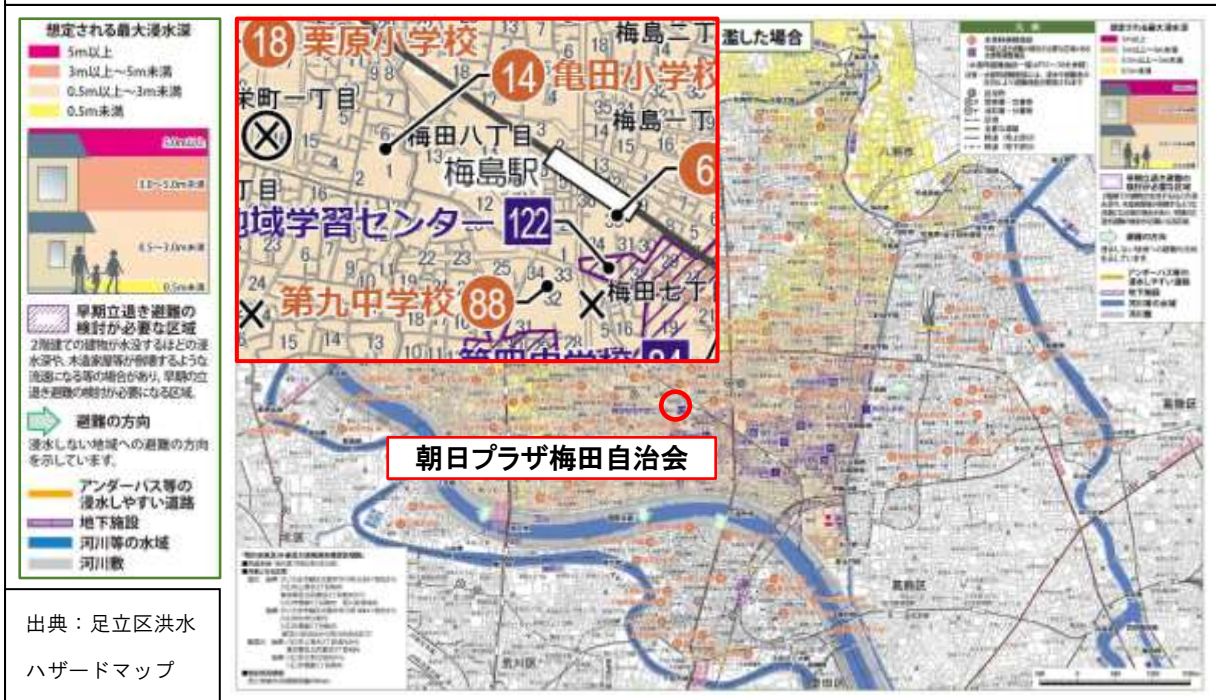


出典：足立区洪水
ハザードマップ

③ 芝川・新芝川が氾濫した場合

■最大浸水深

全域で0.5m以上3m未満の浸水が想定されています。



■浸水継続時間

1日以上3日未満浸水が継続すると想定されています。



3 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広くて安全な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 P16、17 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 P18、19 に整理しています。

地震発生時の対応シナリオ

【災害対策本部】

自治会災害対策部が災害対策本部を立ち上げます。



災害対策本部

【一時集合場所】

梅田亀田公園

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。



いっとき

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

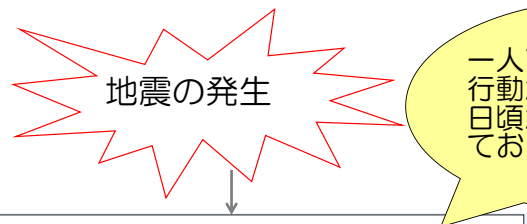
2) 延焼火災の危険がない場合において

- ① 地域内における初期消火や救出救護活動などの拠点

【第一次避難所】

亀田小学校

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。



地震の発生

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

安否確認シート等を活用し
状況報告しましょう

安否確認

隣近所
声掛け

自宅で待機します

周辺の市街地で大火災が発生

マンション自体が耐火構造であっても、窓、出入口、その他開口部から、火災の輻射等が侵入する危険性があります。

朝日プラザ梅田から、火災の危険から身を守る避難場所までは距離があります。そのため、**周辺で大火災が発生し、接近してきた場合は、近隣の広くて安全な場所（亀田小学校等）へ移動！**

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

ひとりが責任ある
がとれるように、
から準備や訓練し
くことが重要です。

安否確認を
行いましょう

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。
自治会では、以下に示す「安否確認シート」を全戸配布します。皆さんは
このシートを災害発生時に玄関ドア（廊下側）に貼り付けてください。こ
のシートを元に、各階代表者が各戸の安否確認と状況報告を行います。

無事です！

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】

- ・掲示板にて案内を行うかどうか検討中
- ・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。第一次避難所
にみんなで情報を持ち寄りましょう。



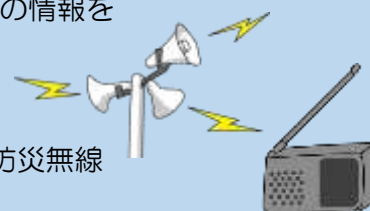
在宅での生活が
可能な場合は、
在宅での避難を
推奨します

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、災害対策本部からの情報を
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

各戸においてもラジオ（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

[朝日プラザ梅田自治会]

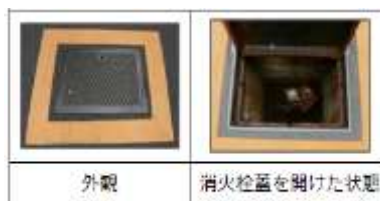
防火水槽

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。C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。自治会内にあるスタンドパイプを結合し、放水できる。



消火器



区が設置

掲示板



マンション設置

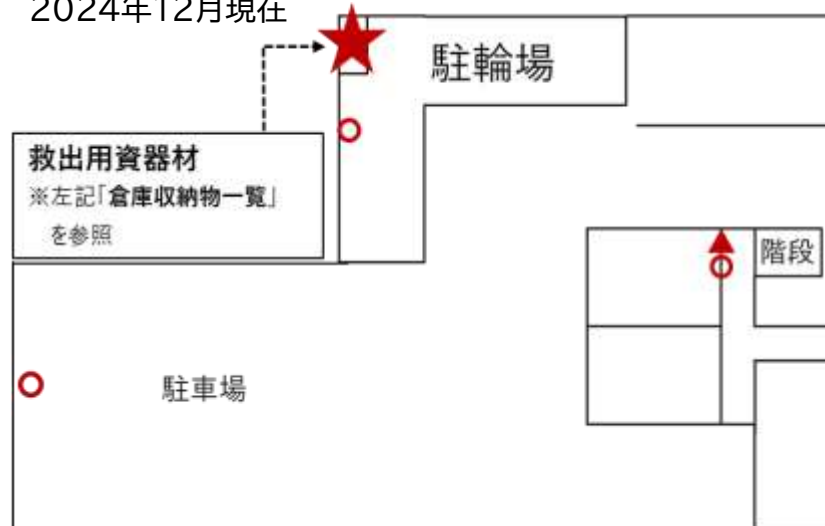
1階

区の消火器は1階入口および1, 5, 9, 10階のエレベーターホールに設置

倉庫収納物一覧

- ・ノコギリ
- ・鉄線鋏
- ・ツルハシ
- ・掛矢（木槌）
- ・大ハンマー
- ・ボール
- ・単管パイプ
- ・ロープ
- ・カラビナ
- ・チェーンソー（充電式）
- ・下肢切創防止用保護衣
- ・防塵メガネ
- ・防塵マスク
- ・軍手
- ・簡易ジャッキ
- ・ガソリン缶

2024年12月現在



凡例

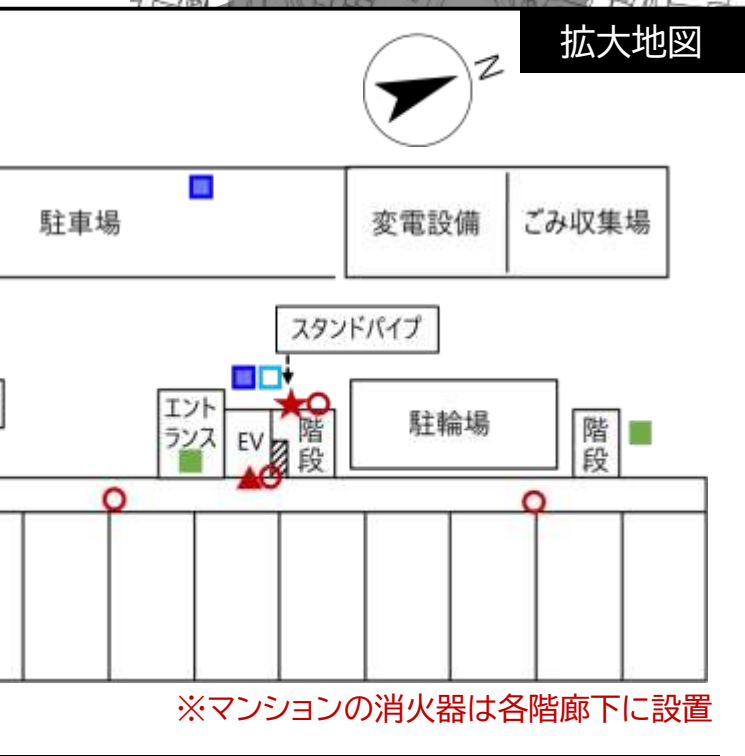
- 消火器
- ★ 資器材等の保管場所
- ▲ 火災報知器
- AED AED(広域地図)
- 掲示板
- 消火栓(広域地図)
- ▨ 災害用備蓄倉庫(4-5階)



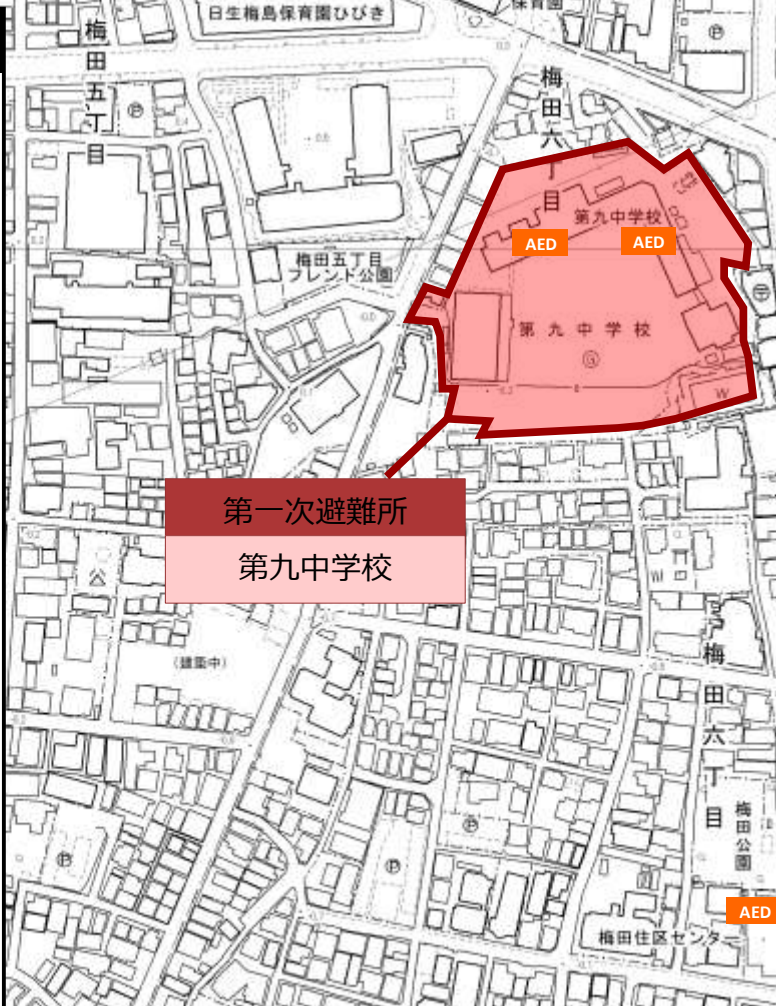
備



近隣のAED設置場所	AED
亀田小学校	
梅田診療所	
那須歯科医院	
セブンイレブン 足立亀田小前店	



- 連結送水管(送水管・屋内放水管)
消防車(ポンプ車)が接続するための設備
- 屋内外消火栓・消防水利(防火水槽)
消防車両やスタンドパイプ等を接続して
直接水道管から消防用水を放水できる設備










※この地図は、東京都縮尺1/2,500地形図(令和3年度DVD版)を使用したものである。

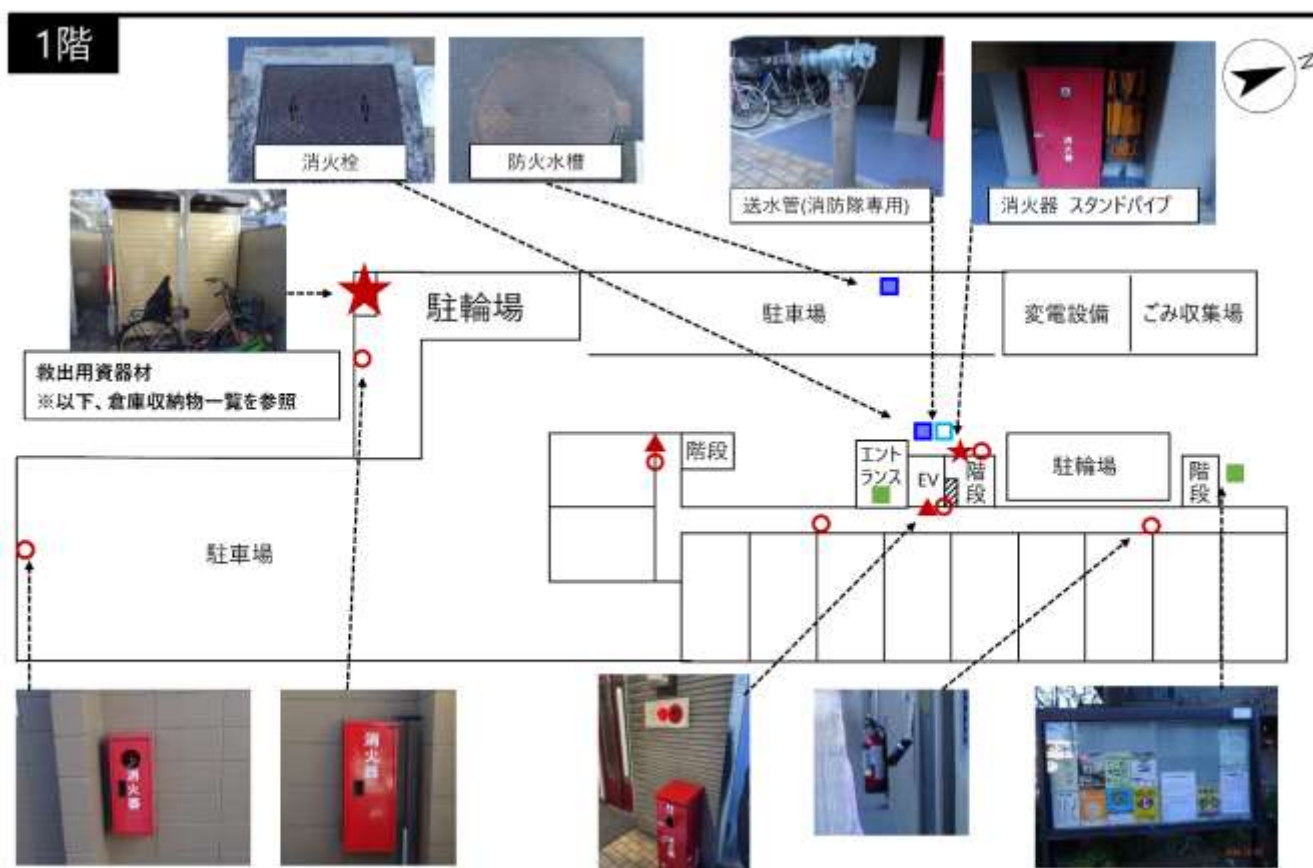
(3) 話し合いによる検討

① 建物内の防災設備確認

朝日プラザ梅田内の消火器・消火栓等防災設備の配置を確認しました（2024 年 12 月 22 日）。

凡例

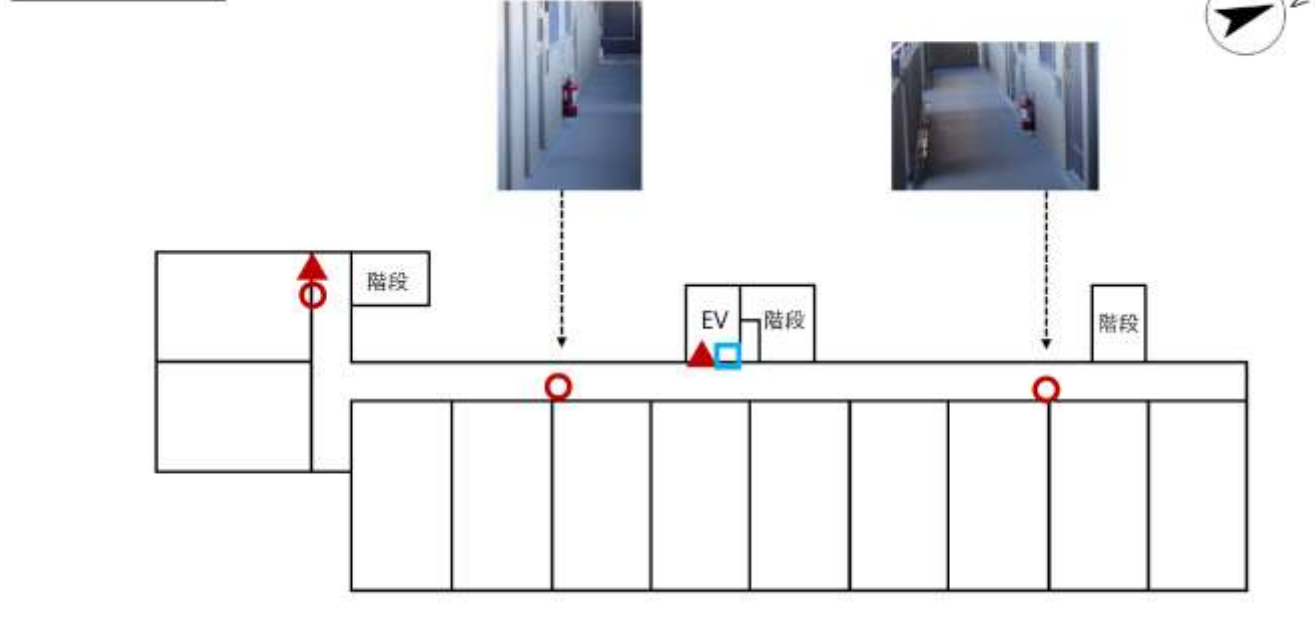
- | | | |
|---|---|--|
|  消火器 |  資器材等の保管場所 |  連結送水管(送水管・屋内放水管)
消防車(ポンプ車)が接続するための設備 |
|  火災報知器 |  災害用備蓄倉庫(4-5階) |  屋内外消火栓・消防水利(防火水槽)
消火栓は、消防車両やスタンドパイプ等を接続して直接水道管から消防用水を放水できる設備
消防水利は、防火のために地下等に貯水してある水槽で、消防車のポンプで放水できる設備 |
|  掲示板 | | |



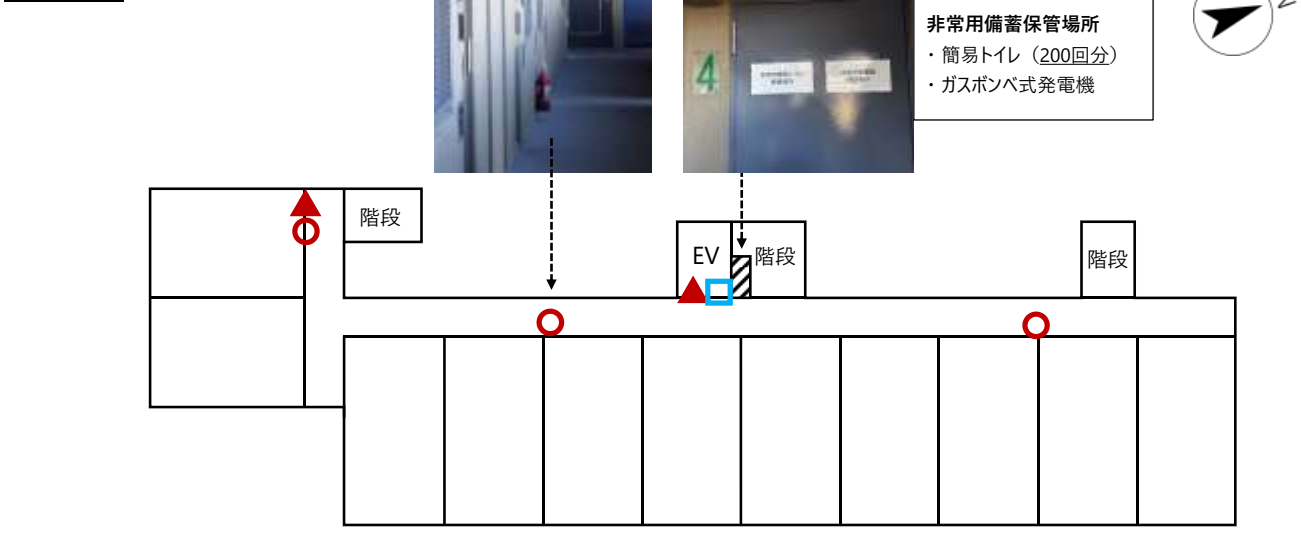
倉庫収納物一覧

- | | | |
|---------|--------|--------------|
| ・ノコギリ | ・単管パイプ | ・簡易ジャッキ |
| ・鉄線鋏 | ・ロープ | ・ガソリン缶 |
| ・ツルハシ | ・カラビナ | ・チェーンソー（充電式） |
| ・掛矢（木槌） | ・防塵メガネ | ・下肢切創防止用保護衣 |
| ・大ハンマー | ・防塵マスク | |
| ・ボール | ・軍手 | |

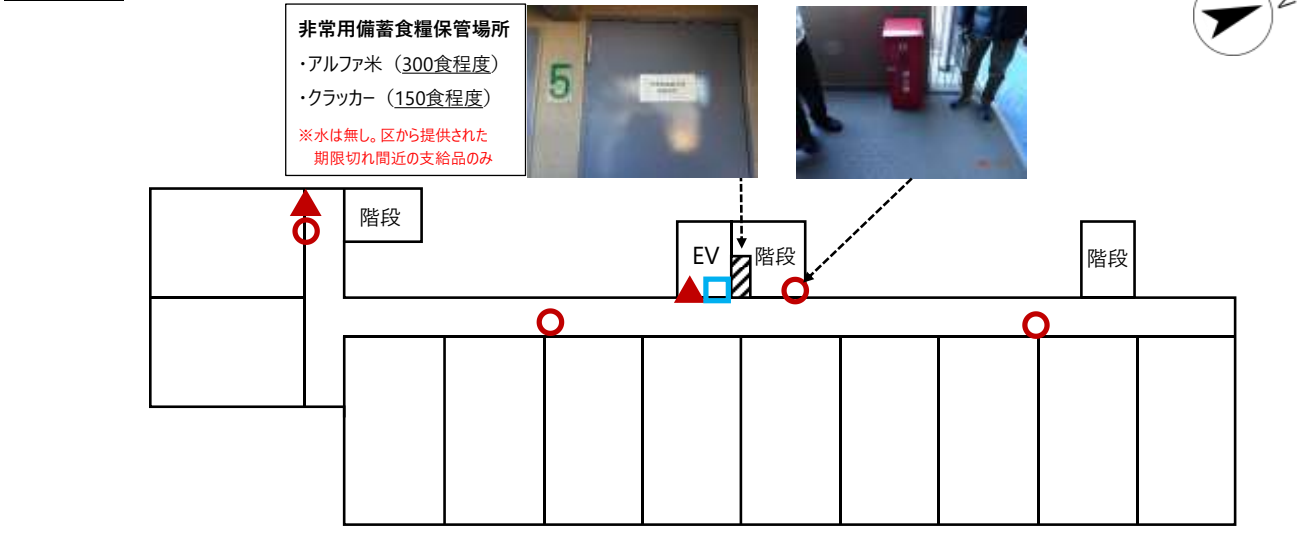
2階 - 3階



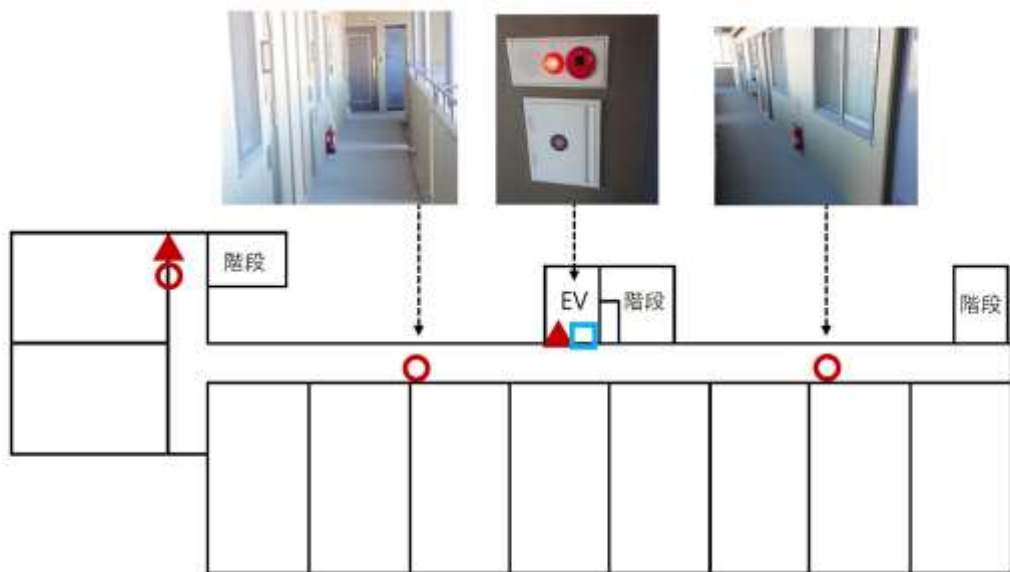
4階



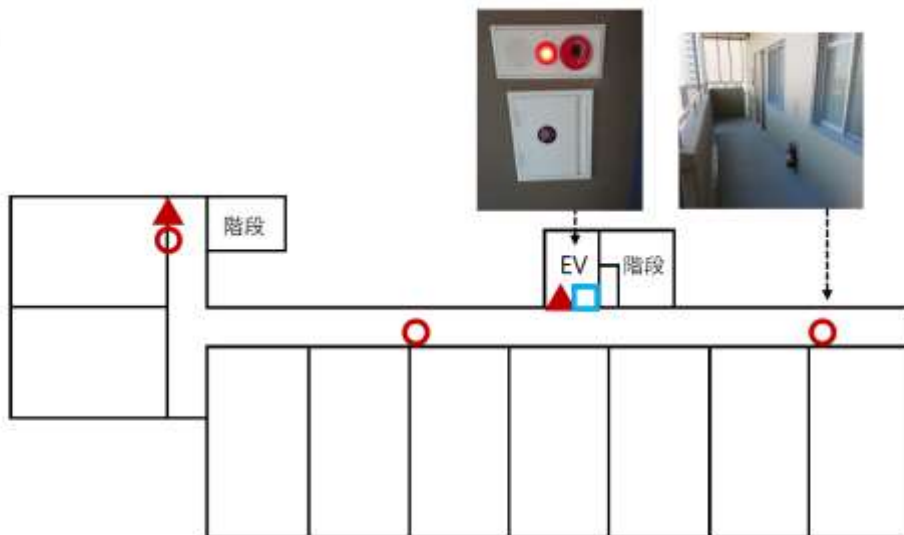
5階



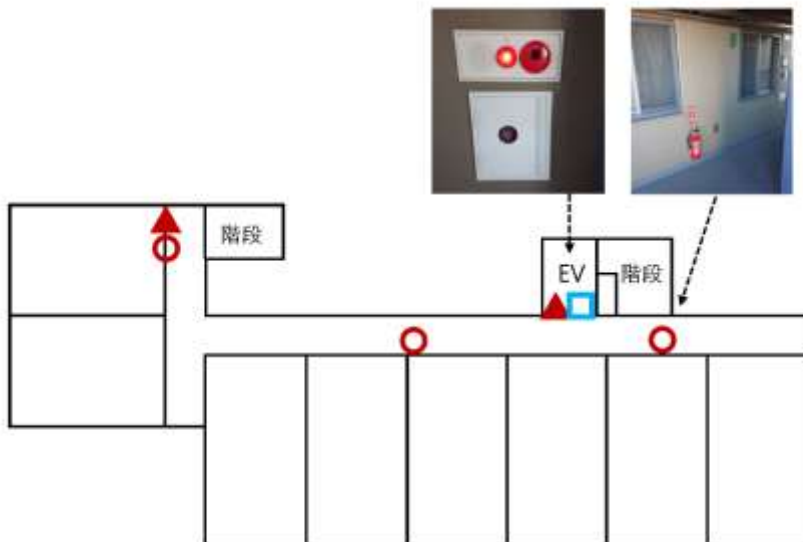
6階



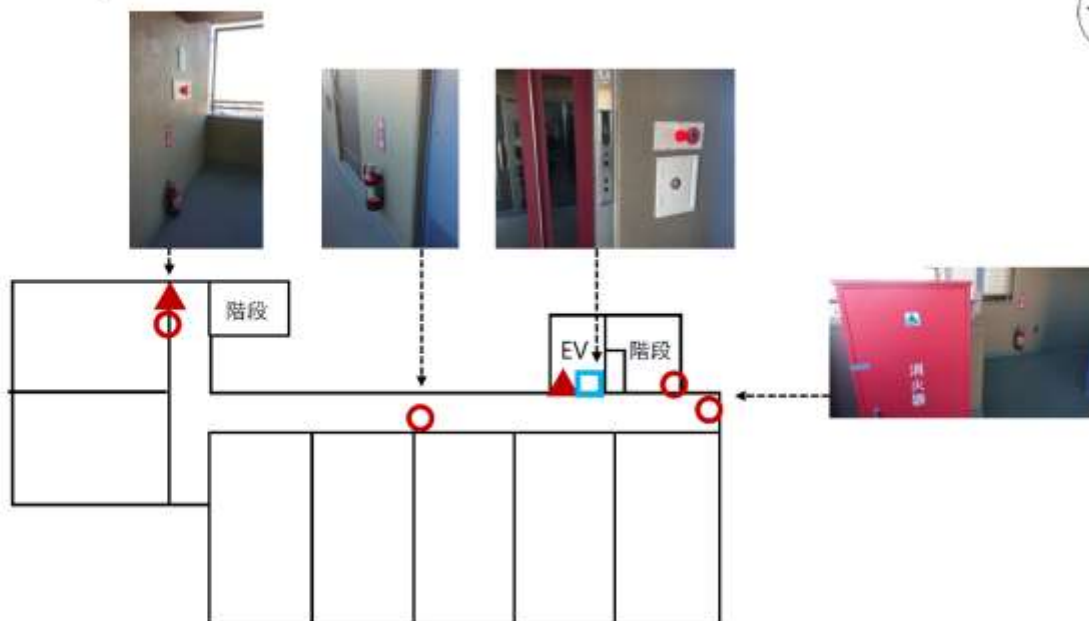
7階



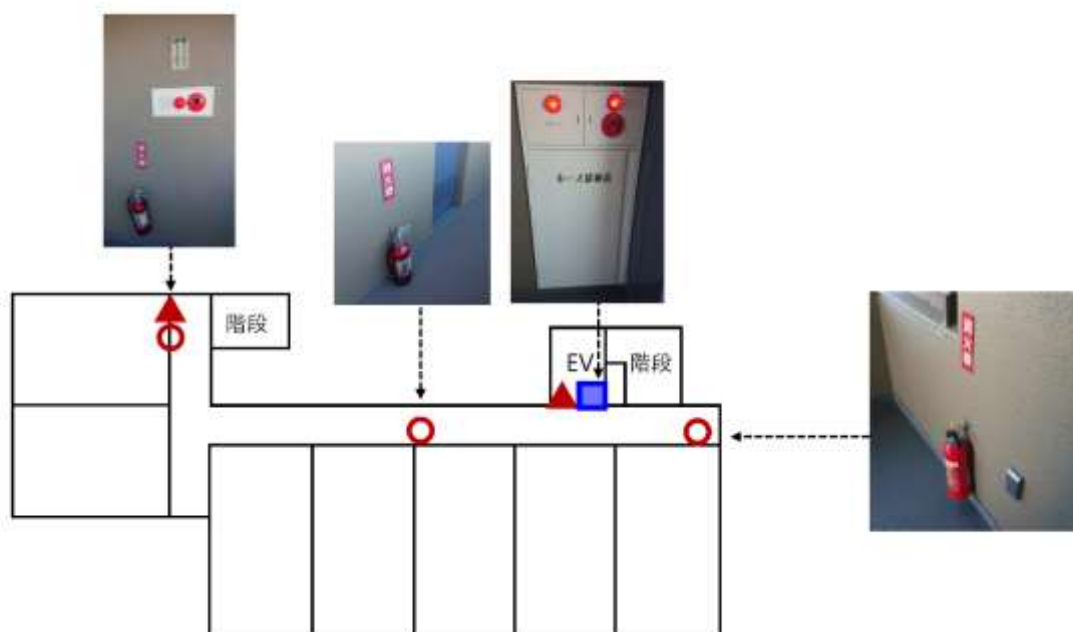
8階



9階 – 10階



11階



② 地区の課題と対応策

本計画の作成にあたっては、ワークショップを行った結果、次のような地区の課題や意見が出され、その対応策を本計画に盛り込むこととしました。

■地区の課題と対応策

課題（意見含む）	対応策
<p>○避難訓練について</p> <ul style="list-style-type: none"> • 今年の4月に避難訓練を行った。簡易的なもので、各階で時間を決めて住民に下に降りてきてもらって確認をするような内容であった。集合できていない方については各階の役員さんが安否確認をするという内容だった。自治会内では、災害時に部屋のドアに「無事です」等のステッカーを貼ることは決め事としている。 • 何年か前までは消防署にお願いをして、起震車体験、消火器訓練や電話のかけ方等の訓練を行っていたが、コロナ禍となってからしばらくやっていなかった。今年再開し、今後は定期的で開催したいと考えている。 • 足立区から期限切れ間近の非常食の提供があり、避難訓練時に集まった住民に配布したところ、103戸分の非常食のうち60個は配布したため単純に6割くらい集まったと思っている。 • 自治会は高齢化していて、企画や準備段階から大変なので、避難訓練のように集まるのが今後は難しいとも考えている。 • 亀田小学校の避難所運営会議で、年1回、周辺10町会・自治会合同で開催される避難訓練に本自治会役員も参加している。開催範囲も大小あって、単に集まって話し合いをする場合と、消防署にお願いをして人工呼吸、消火器の使い方、AEDの使い方の訓練を行う場合もある。こちらでもコロナ禍の関係で近年行っていなかったが、今年度新たに開催が予定されている。水害と地震両方を兼ねた訓練となっており、避難所開設して訓練も行っている。 	<ul style="list-style-type: none"> • 自治会の避難訓練に加え、過去に実施していた消防署と連携した消火資機材の訓練の再開を検討し、定期的な自治会全体の防災意識の啓発および災害時に行動できるように準備しておく。

課題（意見含む）	対応策
<p>○避難、救出方法について</p> <ul style="list-style-type: none"> 各階には代表者がいる。発災時の決め事である各戸ドアに「無事です」ステッカーを貼る安否確認方法により、代表者はそれを見て対応を判断してもらう流れとして取り決めている。 入居の入れ替わりが増えており、引っ越してしまうと安否確認のステッカーも廃棄されるため、一部周知ができていない部分もある。本計画配布の際に見直そうと思っている。 「助けてください」ステッカーも同時に作成検討したが、助けが必要な場合にステッカーを貼りに来られないと思うので、利用場面は限られる。 平成 25 年度に管理組合と一緒に作成した自治会の防災マニュアルがあるが、作成して以降特に更新等はされておらず、情報が途切れており、現在はほとんど利用されていないと思う。 一時集合場所に集まった場合、そこから誰がどのように避難所である亀田小学校に引率するのか役割を決めていないため、そのための避難訓練も行ったことが無い。そういった役割を決めなければいけないと思う。 こういった避難方法があるのか等、アドバイスがあれば教えてほしい。今回自治会に計画概要版の紙を配布してもらうのであれば、避難方法等を記載してほしい。 ほかの平場の町会に比べれば、住人が同じ建物に住んでいるので、避難訓練等まとまって行動することは楽かと思う。そのため、次の避難訓練に向けて、こういった方法がほかにあるのか教えてほしい。 エレベーターが利用できないときに車いすや高齢の人をどうやって助けるか、断水の際にはどう生活するか、このあたりが重要な課題となるかと思うがどうしたらよいのか。 災害時に利用できる道具のカatalogはもらっていて、今年はどうのような道具を検討しようか等、毎年話し合いはしているところである。 	<ul style="list-style-type: none"> 住民一人ひとりが避難の場所、避難の方法などを理解するため、平常時から地震発生時の対応シナリオを各自で確認しておく。計画、概要版ともに掲載しているこのシナリオには、「無事です」ステッカーの利用方法の概要を記載した。 ●P16 地震発生時の対応シナリオ 現状避難訓練で想定されている方法は多くの集合住宅で実践されている避難方法である。基本はその流れで訓練を行い、実践時に課題を洗い出すことになる。現状の課題として、在宅避難ができない場合の一時集合場所が他の自治会と被っており実際に全員集合ができるかの懸念が挙がっている。自治会内に集合場所を設定してみる等のアレンジを加え、現状の体制でできることから少しずつ検討を行っていく。

課題（意見含む）	対応策
<ul style="list-style-type: none"> ・3 階くらいの建物であれば、人を吊るして下の階に下ろすといったことはできるが、朝日プラザは 11 階建てのため上層階では難しい。あまり費用をかけて用意したところで、使わないでおしまいにはしたくないし、誰が使うかというのもあって、そのあたりが難しい課題である。 ・災害が起きないことが一番だが、起きたときに準備しておいてよかったといえるのが一番と思う。役員なので、やっておけばよかったとなると、責任を感じてしまう。 	
<p>○避難場所、第一次避難所について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難場所は荒川河川敷になっているが、歩くと 20～30 分はかかるので現実的ではない。年寄りには歩いていけないと思う。地図上には必要ないことになる。 ・都では避難場所までに国道 4 号線が通っているので避難できるとの認識かもしれないが、あのあたりは火災の危険性が高いので向かえない。 ・火災から身を守るという点では、近所だと亀田小学校や梅田亀田公園になるか。梅田亀田公園は一時集合場所に指定されている。次に避難する場所としては亀田小学校になるかと思う。 ・避難所については、亀田小学校がダメだから次に行くというのは、ほかの避難所の運営会議に指定されている町会に迷惑がかかる。同じく住民であふれている可能性が高いので個人的には現実的ではないと思う。 ・前回避難所運営会議で話し合いをした際、亀田小学校の体育館はどのくらいの震度まで耐えられるか伺ったが返答がなかった。それを把握していないと、避難所に逃げたとたん建物が倒壊したなんてことになったら話にならない。 ・地震の際の避難方法は、自分たちの住まいが残るか否かで避難方法は異なると思う。概要版には在宅避難が危険な場合に一時集合場所に避難と書かれているが、うちの建物がダメな場合は周りのほかの集合住宅の住民も同様だと思う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・当計画内の地震発生時のシナリオ、地区防災マップから避難場所の表記を削除した。 ●P16 地震発生時の対応シナリオ ●P18 地区防災マップ <p>【区】避難場所というのは、都が町丁目ごとに指定した場所になっており、現実的ではない場所もある。記載している避難方法はあくまで一例のため、地域をよく知る皆さんの視点で、火災等の危険から身を守れそうな広い場所を普段から頭に入れておき、臨機応変に避難していただきたい。</p> <p>【区】亀田小学校は震度 6 強から 7 までの耐震性がある。平成 22 年に耐震補強を行っているため、国の耐震基準には合致している。普通の建物よりは頑丈な建物となっている。</p>

課題（意見含む）	対応策
<p>○一時集合場所について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・梅田亀田公園を一時集合場所に指定している同様の規模の集合住宅はほかにもあるので、皆公園に来てしまうと大変。朝日プラザ自治会だけでも103世帯250人は住んでいる。 ・現在、管理組合の方で耐震補強に向けた専門家による耐震調査が行われている。この建物は旧耐震基準の建物のため、調査結果から地震に強い建物であることがわかれば在宅避難が可能となると思う。 ・耐震補強が必要という結果となれば大変な金額となる。建物自体の築年数も40年になるので、耐震補強工事をして費用対効果があるかも重要になり、住民の総意を得る必要がある。年寄りには先が短いので、耐震補強なんてしなくていいと考える方も出てくるかもしれない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自治会内で安否確認や集合が可能な場所を一時集合場所として利用する検討を行う。 <p>【区】一般的な集合住宅は地震に強い堅牢なつくりになっているので、在宅避難を基本として避難計画を作成いただきたい。</p>
<p>○高齢者等の安否確認について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・緊急時の高齢者との連絡体制はできていない。難しいが、隣近所やどの階にどういう人がいるか、最近誰の具合が悪い、というのは把握できていると思う。 ・一人住まいの方が結構いるが、そういう人は時々顔を見ない時期があり、安否が不安なことが日常的にある。各部屋に連絡できる手段があれば一番良いが、インターホンを押して安否確認をするくらいしか方法が無い。 ・誰が一人で住んでいるかという把握をしておくだけでも、緊急時に役に立つと思う。 ・最近は新しく賃貸で入居した方がおり、そういう方とのコミュニケーションが希薄になっていて、課題かと思う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・要配慮者のリストの作成や、支援の方法について検討する。 ・「共助」として何ができるかを話し合い、平常時から準備を行っていく。
<p>○備蓄について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・災害時の自治会備蓄品リストは作成している。 ・備品については、最近では災害対策用に発電機や簡易トイレを備蓄した。持っているだけで使わないデッドストックとなる可能性もあるが、ないよりはあったほうが良いだろうということで少しずつ備蓄を進めているところである。 	<ul style="list-style-type: none"> ・計画的に資機材・備蓄品の整備・購入等を行い、定期的に配備状況の確認を行う。

課題（意見含む）	対応策
<ul style="list-style-type: none"> 足立区から提供される期限切れ間近のアルファ一米（300食）とクラッカー（150食）が5階の備蓄倉庫にあり、非常食として住民に配布するが、期限が切れているとクレームが来ることもある。これを受けて自治会で新たに水と食料を備蓄できればと思うが、大変な量になることが想定される。各家庭に配布するかと検討したが、未だ購入には至っていない。 簡易トイレは実際に利用したことはないが、4階の倉庫に200回分用意している。 まずは自助の観点から、住民に備蓄を進めてもらうよう周知していく必要がある。自治会や管理組合が手助けする場合は予算の問題もある。 自治会で購入しても、置く場所を考えたとき水害だと低層階では浸水してしまうし、高層階に置くと地震の際に下の階に下ろすのが大変。倉庫も限られた場所にしかない。 自治会の皆さんに迷惑のかからない形で備蓄するのが良いが、こればかりは住民の皆さんの総意を得てから考えなくてはならない。 マンション内にAEDは設置していない。購入を検討していたが高額なので難しい。近隣の小学校、病院、コンビニに設置のAEDを利用したいと思っている。 	<p>【区】区では自助の力を高めていただきたいため、その啓発も兼ねて期限切れ間近の非常食を配布している。そのため、自治会側の予算を使ってまで自治会全体の食料を購入するというのは少し違うように思う。基本は各家庭で最低3日分の備蓄をしてもらうことが前提となる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 本計画掲載の「自助」として災害時の備えや備蓄を確認できる「事前対策リスト」、東京都が公開している各家庭に必要な備蓄品目・数量をチェックできる「東京備蓄ナビ」の情報から備蓄品の準備を進める。また、概要版に記載した2人世帯3日分の備蓄量の実例をもとに、住民への周知も検討する。 ●P38 （1）事前対策リスト ●P53 資料8 東京備蓄ナビ 近隣のAED設置場所（以下）を本計画と概要版の防災マップ上に追加した。 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 亀田小学校 ✓ 梅田診療所 ✓ 那須歯科医院 ✓ セブンイレブン亀田小前店
<p>○消火資器材について</p> <ul style="list-style-type: none"> 消火器について、区と自治会のものを判別する手段が知りたい。使用する際は、それぞれ区別する必要はなく、近くにあるものを利用することになる。 	<p>【区】区の消火器はケースに区のエンブレムが貼ってあり、災害対策課の銀色のシールでケースに封がしてある。</p>
<p>○本計画について</p> <ul style="list-style-type: none"> 最近、中国人の世帯が多いのだが、この計画は中国語版の作成はできないか。 	<p>【区】今回の計画については日本語版に限らせていただきたい。足立区防災アプリであれば、言語選択が可能である。</p>

課題（意見含む）	対応策
<p>○水害について</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和元年度の台風では荒川が満水になっていたが、水が引いた後の河川敷は泥の山だった。とてもじゃないがこの中で暮らしていくことはできないと思った。荒川土手が決壊したことは過去にあるのか。 水害時、平屋の住人が当マンション等の高層階に逃げ込む可能性があるのではと思っている。想定ほどの水が出た場合、人間は動くことができなくなってしまうが、区ではそういった緊急時の場合、平屋の住民は高層ビルやマンションに逃げ込むような指導をされているのか。考え方を教えてほしい。 近年タワーマンションが増えており、川への生活排水も増えていると思うが、区では川の容量を増やしたりはしないのか。 	<p>【区】決壊したことはない。近年で一番ひどかったのは令和元年度の台風 19 号であると聞く。ただ、近年の気候変動は予想を上回るスケールなので、より大きな水害が今後発生する恐れがある。</p> <p>【区】区としては、水害は事前に来ることがわかっているので足立区外へ事前に逃げていただく「広域避難」を推奨している。水害が迫っている中、命を守る最後の手段として高層階への避難がある。この避難方法は、避難生活を考えたとき、トイレや備蓄といった問題があるため、推奨されない。</p> <p>【区】その点工面した上で建築されているはずなので、安心していただければと思う。</p>

4 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

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 P32、33 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 P34、35 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確認しましょう。ハザードマップは、都市建設課、区民事務所で配布しています。

問い合わせ先

都市建設課 企画調整担当

☎ 3880-5349



▲区のホームページでも閲覧可

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！ハザードマップにメモしておこう！

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」を把握して、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。

スタート／

自宅が浸水地域にある

いいえ

はい

自宅に
浸水しない階がある

いいえ

はい

自宅が
「家屋倒壊等氾濫想定区域」
にある

いいえ

はい

自宅が丈夫な建物である
(木造などではない)

いいえ

はい

在宅避難

自宅に留まる。
戸建てなどで浸水する階がある場合は、浸水しない階へ移動

電気・ガス・トイレなどの代替品や、
「浸水継続時間」に合わせた必要な量の
食料・日用品を用意



縁故等避難

浸水の恐れがない家族・親戚・知人の家やホテルなどへ、公共交通機関が止まる前に避難

日ごろから親戚や知人に連絡しておく



車移動も早めに！水位が上がってからは洪水に巻き込まれる可能性があるため危険！



在宅避難・縁故等避難が難しい場合

避難所への避難

非常用持ち出し品を持ち、風雨が強くなる前に避難

!!こんな事例を……

令和元年東日本台風で決壊した千曲川(長野県)付近の避難者のうち約5割が、風雨が強く、河川の水位が高い一番危険な時間帯に避難しており、いつ命を落としてもおかしくない状況だった。

高齢者など、一人で避難するのが大変な方が近所にいる場合は一緒に移動



正しい避難行動のためには、最新の情報を入手することも重要です。



不安がある場合は
ためらわず
浸水しない地域へ！

開設
受け付け災害対策本部が避難所開設を
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。



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。



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や部屋は、受付などで一時的に使用する場合を除き、避難者用の居室には使用しません。

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。必ず食料2食分・水、タオルの用意を！



物資の受取りは避難者自身で

毛布やマットなどの物資は、可能な限り避難者各自で、配付場所まで取りに来てください。



閉鎖

雨が止んでも危険は去らない

令和元年東日本台風は通過後に荒川の水位は上昇し続けていました。区から、避難情報の解除や避難所閉鎖の決定があるまでは、避難所に留まってください。

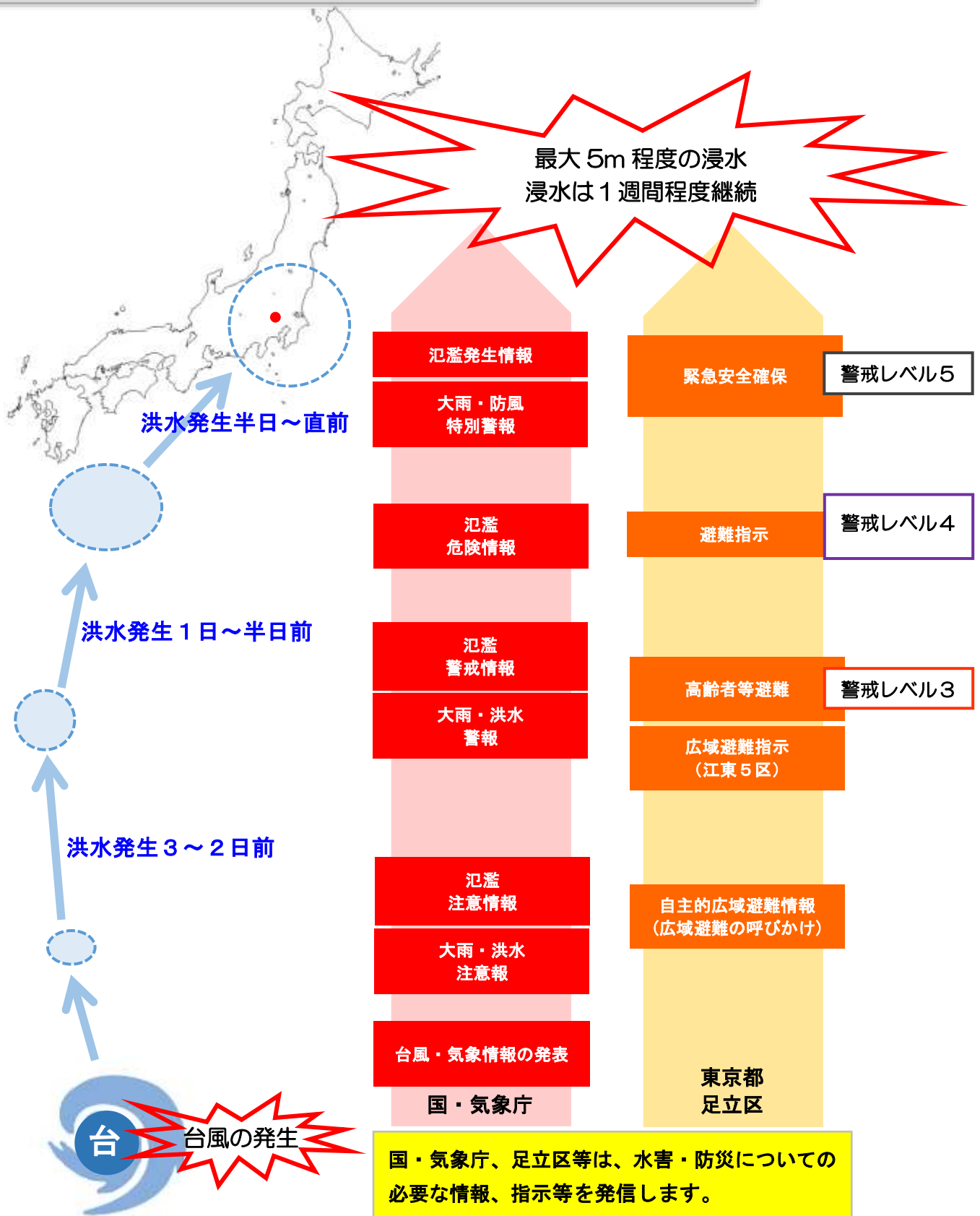


ゴミは各自持ち帰りが原則

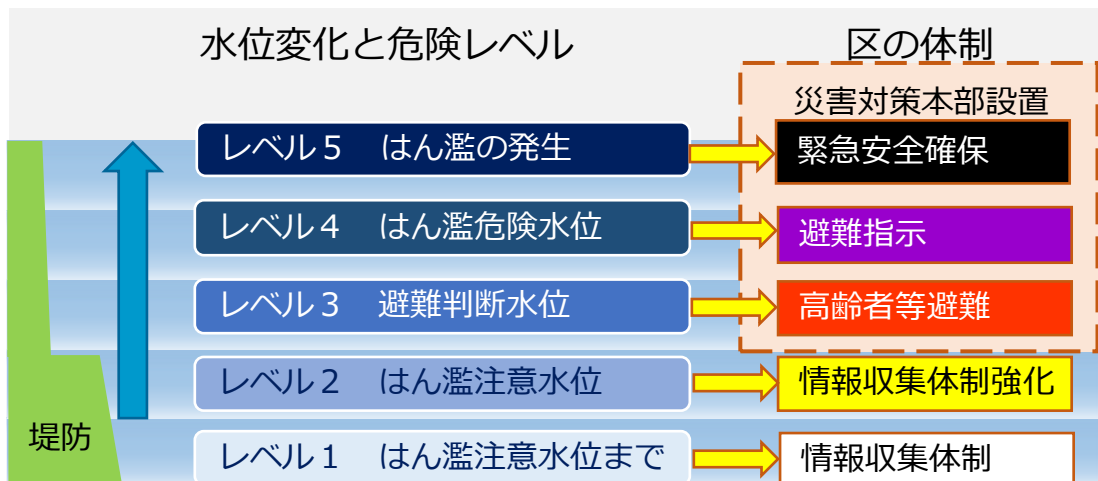
使用した部屋の清掃、毛布等の返却にもご協力をお願いします。



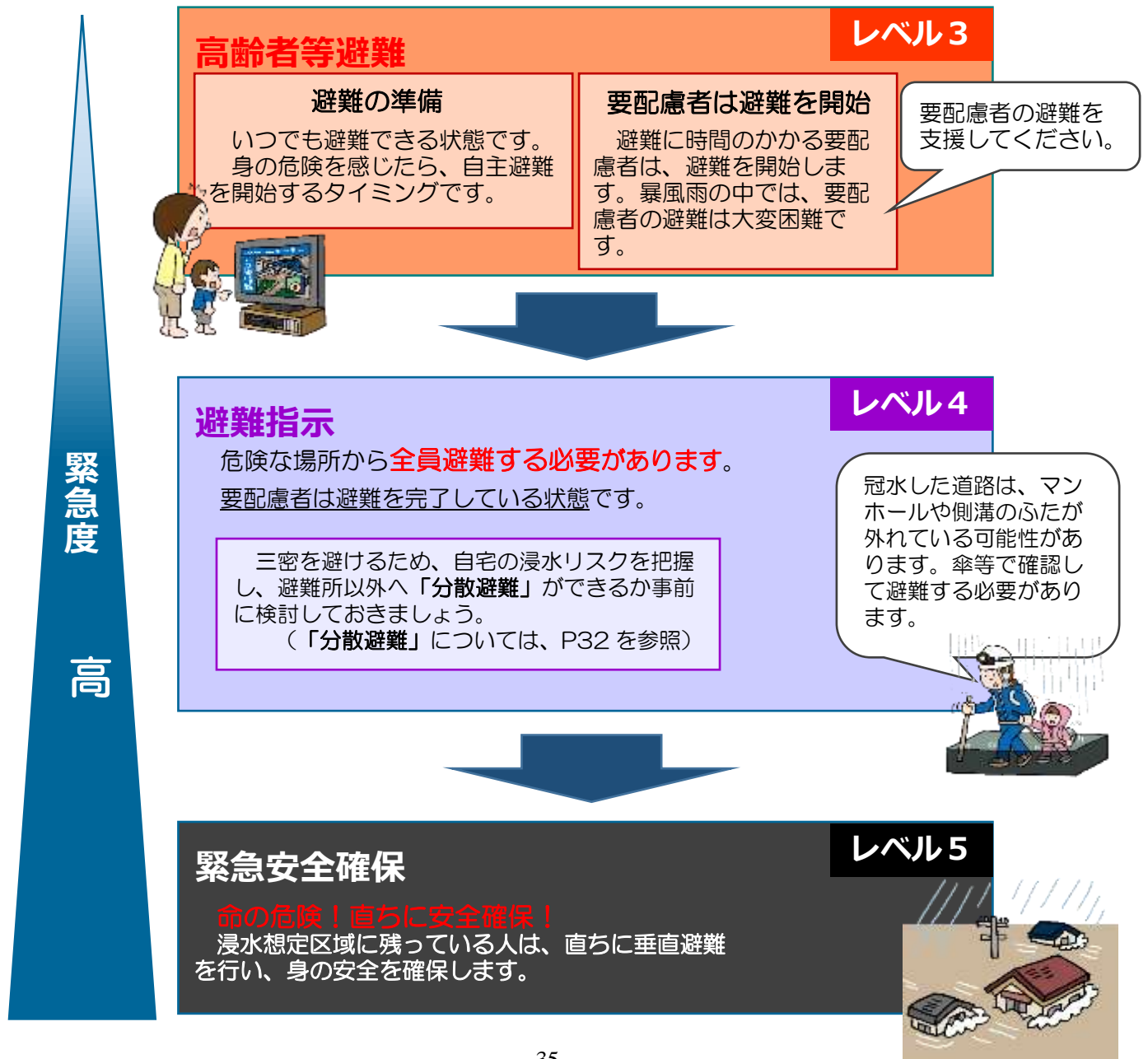
水害が予想される場合の対応シナリオ



■ 水位変化・危険レベルと足立区の体制



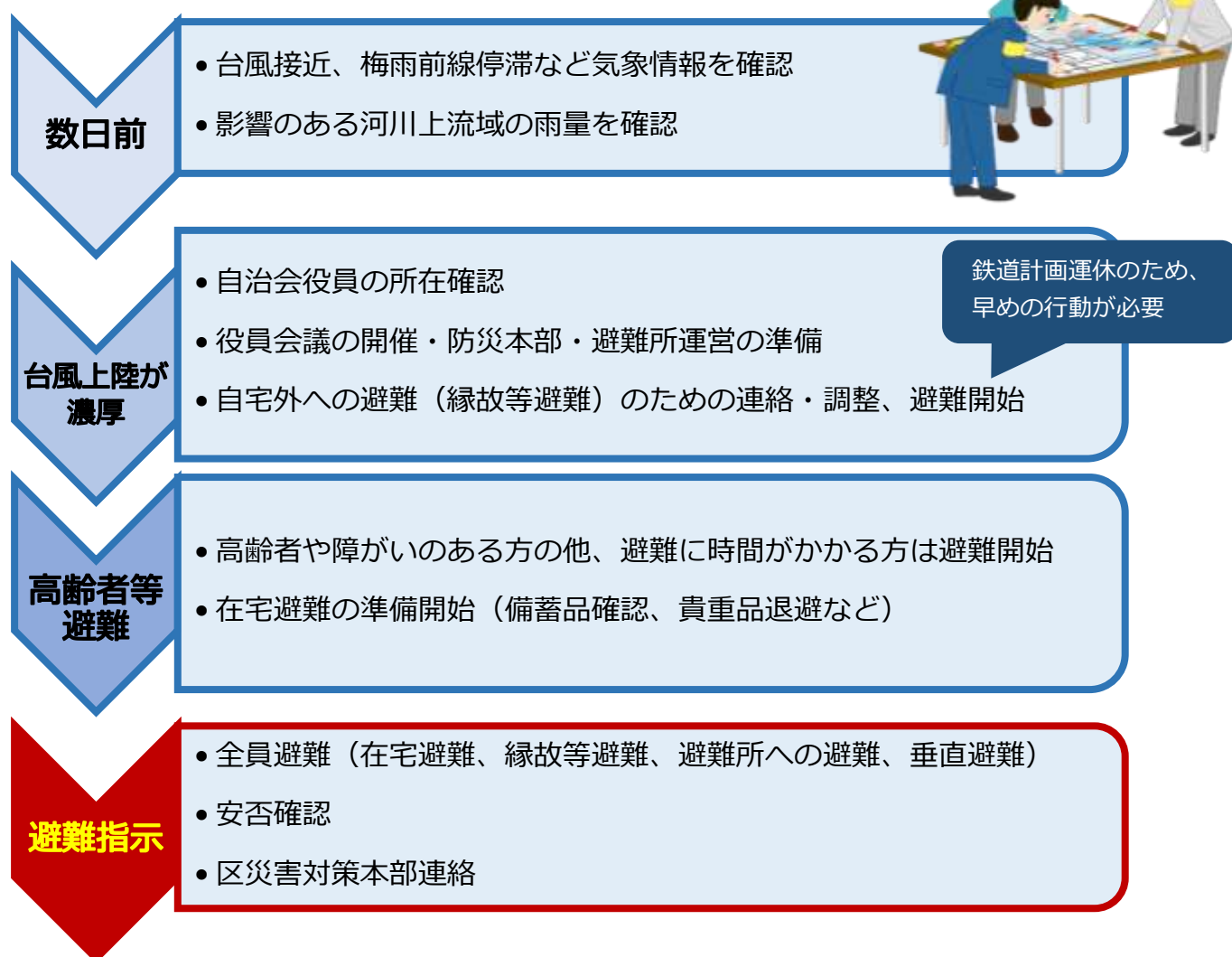
■ 避難情報について



(3) コミュニティタイムライン

コミュニティタイムラインとは、風水害の予報や河川水位情報等をもとに避難のタイミングや取るべき防災行動について地区コミュニティで話し合い、「いつ・誰が・何をするか」を定めた行動計画のことです。

「足立区洪水ハザードマップ」に掲載された情報等を参考に、荒川に氾濫のおそれが生じた場合、地域や住宅の特性などに基づき、「どのような備えや行動を」「どのタイミングでとるべきか」の計画を検討します。



自治会等でのコミュニティタイムラインの例

備えまでの時間	気象庁などからの情報	区からの情報	自治会での備え (情報収集)	各家庭の備え (例)
3日～ 5日前	・台風予報 (進路・勢力等)	・注意の呼びかけ	・今後の台風の進路情報を調べる ・役員会開催の決定 ・避難準備の呼びかけ (備蓄品・貴重品・連絡手段など)	・今後の台風を調べ始める ・必要な常備薬を確保する ・家周りの安全を確保する ・備蓄品や非常持ち出し品を準備する
2日前	・大雨注意報 ・洪水注意報 ・台風の進路	・自主避難など注意の呼びかけ ・避難所開設準備 ・土のう貸出し	・避難準備の呼びかけ (縁故等避難、避難所避難の準備) ・避難の呼びかけ (早めの避難)	・携帯電話の予備電源の確保 ・避難方法や移動手段等の決定
1日前	・大雨警報 ・洪水警報 (荒) 洪水予報 (はん濫注意情報発表)	・要配慮者利用施設への洪水予報 (はん濫注意情報) 伝達 ・高齢者等避難を発令	・携帯メールで高齢者等避難情報の受信 ・身の安全確保 ・避難所運営に協力	・携帯電話の充電 ・携帯メールで高齢者等避難情報の受信 ・身の安全確保
半日前	・場合によって大雨特別警報 (荒) 洪水予報 (はん濫警戒情報発表) ＜避難判断水位＞	・避難指示	・身の安全確保(垂直避難など) ・安否確認	・携帯メールで避難指示の受信 ・身の安全確保 (垂直避難など) ・避難完了
5時間前	(荒) 洪水予報 (はん濫危険情報発表) ＜はん濫危険水位＞		・安否確認	・身の安全確保 (垂直避難など)
3時間前			・安否確認	・身の安全確保 (垂直避難など)
0時間前	氾濫発生情報	緊急安全確保	・安否確認	・直ちに安全確保 (垂直避難など)

(荒) は荒川下流河川事務所からの情報

5 朝日プラザ梅田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、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。

■自助のための事前対策リスト

<被害を抑えるために事前にしておくこと(家の中)>

家具の固定・配置など	<input type="checkbox"/> 家具が転倒しないように固定する
	<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"/> 家具の扉が揺れて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"/> 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"/> フロの汲み置き（災害時、生活用水として利用）
共有情報	<input type="checkbox"/> 消火器の設置場所と使い方の熟知
	<input type="checkbox"/> 災害伝言ダイヤルなど家族との連絡方法を確認

<備蓄>

必ず する もの 備蓄	<input type="checkbox"/> 飲料水（1人1日3リットルを最低3日分、できれば7日分を推奨）	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ（便袋）（1人1日5回分を最低3日分、できれば7日分を推奨）
	<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、できれば7日分を推奨）	
避難・ 役立つ もの の 救護に	<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> ヘルメット、防災頭巾
	<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、目薬等）	<input type="checkbox"/> ホイッスル（閉じ込め時に音を発するため）
	<input type="checkbox"/> 懐中電灯、ランタン、マッチ、ライター	<input type="checkbox"/> 防災マップ
	<input type="checkbox"/> 工具類	<input type="checkbox"/> マスク
避難 生活で 役立つ もの	<input type="checkbox"/> リュック（物資の持ち運び用）	<input type="checkbox"/> ドライシャンプー
	<input type="checkbox"/> ラジオ	<input type="checkbox"/> 除菌シート
	<input type="checkbox"/> 水用携行タンク（水の配給時に必要）	<input type="checkbox"/> 携帯用充電器（ソーラー又は手動）
	<input type="checkbox"/> ラップ（食器にかぶせて使用）	<input type="checkbox"/> ビニールシート（敷物、雨よけ）
	<input type="checkbox"/> 紙皿、紙コップ、割り箸	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
	<input type="checkbox"/> ガムテープ	<input type="checkbox"/> 電池
	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー、ティッシュ	<input type="checkbox"/> 虫よけ用品
	<input type="checkbox"/> ガスカセットコンロ、ガスボンベ	<input type="checkbox"/> 新聞紙（防寒、燃料）

<避難など自宅を離れる時に持ち出した方がよい貴重品>

非常用 持出	<input type="checkbox"/> 現金、クレジットカード	<input type="checkbox"/> 預金通帳、キャッシュカード
	<input type="checkbox"/> 携帯電話	<input type="checkbox"/> 免許証、健康保険証、お薬手帳
	<input type="checkbox"/> マイナンバーカード、年金手帳	

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、それぞれに合った備蓄・準備が必要になります。

■ 共助のための事前対策リスト

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
集合場所へ向かう途中の初期消火	<input type="checkbox"/> 自治会で消火器やバケツの備えはあるか <input type="checkbox"/> 備えた場所がわかるか	<ul style="list-style-type: none"> ・出火したばかりの火災があったとき ・隣近所で消火器での消火、バケツリレー
集合場所へ集合	<input type="checkbox"/> 集合場所とそこに集まるエリアを決めておく <input type="checkbox"/> 集合場所が使えない場合の代替場所はどこか	<ul style="list-style-type: none"> ・集合場所ごとに班を形成するなど、身近な避難体制をつくっておく
グループの安否確認	<input type="checkbox"/> 安否確認のリスト（可能な範囲で）等を作成しておく	<ul style="list-style-type: none"> ・集合人員をリストで確認
避難場所と避難所	<input type="checkbox"/> 避難場所を確認しておく <input type="checkbox"/> 避難所を確認しておく	<ul style="list-style-type: none"> ・火災延焼時には避難場所に避難 ・家が無事ならば在宅避難 ・家に被害がある場合は避難所へ
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	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <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るか	
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	<ul style="list-style-type: none"> ・班長など、先導者が誘導
声をかけながら避難	<input type="checkbox"/> 声か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	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・警察、消防団などへ連絡 ・民生・児童委員との連携
救出・救助の支援	<input type="checkbox"/> 防災倉庫等に、救出搬送資機材（バール、ジャッキ、のこぎり、担架、車いす、リヤカーなど）が調達できているか	<ul style="list-style-type: none"> ・支援は可能な範囲で
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	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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"/> 自治会の災害対策本部の組織と役割分担を決めておく	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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処してください。

(2) 体制づくり

① 朝日プラザ梅田自治会の災害対策本部の役割分担

役割分担を明確にし、訓練を通じて地域の防災力を向上

【今後の取り組み】

- ・当初は、朝日プラザ梅田自治会の実情（マンパワー等）に応じた最低限の編成とし、段階的に充実することも検討
- ・役割分担にあたっては、既に決まっている避難所運営の役割との整合性も考慮
- ・一定の震度以上で、災害対策本部メンバーは、集会所に参集するなどルール化の検討

【災害時の役割分担のイメージ例：避難所運営の役割との関連性も考慮したケース】

最低限の体制	目指す体制	平常時の役割	災害時の役割	避難所運営の体制
本部長 (会長)	本部長	・各班の統括		本部長・副本部長
副本部長 (副会長)	副本部長	・本部長の補佐、代理		各部部長等
総務部	総務部	・防災資機材の備蓄、保守管理	・庶務全般 ・連絡調整 ・町内の秩序維持、防疫活動の協力	庶務部
情報部	情報部	・防災知識の普及、高揚	・災害防止広報実施 ・災害情報の収集 ・避難情報等の伝達	
防火部	消火部	・初期消火訓練 ・出火防止の徹底	・初期消火活動 ・出火防止、出火警戒	施設管理部
	安全・点検部	・巡回点検 ・危険箇所調査	・巡回点検 ・危険箇所調査	
避難誘導部	避難誘導部	・避難場所、第一次避難所、避難経路の確認 ・避難訓練	・避難誘導活動	
	要配慮者部	・要配慮者の把握	・要配慮者の安否確認、搬送の協力	
救護部	救出・救護部	・応急手当知識普及 ・応急救護訓練	・負傷者等の救出、救護活動	救護衛生部
給食部	給食部	・備蓄物資の調達・点検 ・個人備蓄積の啓発活動 ・炊き出し訓練	・救援物資の確保、搬送、配分 ・炊き出し、給食、給水活動	物資部

② 初動活動の体制

地震発生時には、朝日プラザ梅田自治会として下記の活動を想定

【地震発生時の対応】※想定事項

区分	自治会として想定される事項
活動拠点の設置	<ul style="list-style-type: none"> 一定の震度以上（具体的な震度は今後検討）の地震が発生した場合、自治会役員は、家族及び自宅の安全を確認したのち集会所等に参集 各棟（もしくはフロア）を単位とした初動活動の体制を検討
被害状況の把握	<ul style="list-style-type: none"> 役員は集会所等に参集するまでの経路周辺の火災発生、道路閉塞、家屋倒壊等の被害状況を目視で確認し、参集後に各自報告 ラジオ、テレビ、消防署・区役所からの連絡等の正しい情報を集約し、自治会員に情報を提供
安否確認	<ul style="list-style-type: none"> 一定の震度以上（具体的な震度は今後検討）の地震が発生した場合に、自治会員が無事を知らせる仕組みづくりを検討
初期消火活動	<ul style="list-style-type: none"> 火災発生時には、消火器などの資機材を活用した消火活動を実施 初期消火の限界を超えた場合（建物火災では、天井に炎が回っていない状態が初期消火の限界）は、直ちに避難に切り替え
救出・救護活動 ※朝日プラザ梅田自治会としてできることを今後検討	<ul style="list-style-type: none"> 住民等からの被害状況、安否情報に基づき、必要に応じて、地域の助け合いによる救出活動を展開 救出した負傷者を安全な場所に移動し、応急手当等を実施
避難誘導活動	<ul style="list-style-type: none"> 周辺で大火災が発生し、接近してきた場合は、避難場所（荒川北岸・河川敷緑地一帯）への避難を開始 延焼火災の発生方向を考慮し、適切な避難路を選択 高齢者等の避難を支援 避難場所の集合場所は事前に選定
行政等関係機関との連絡・要請	<ul style="list-style-type: none"> 被害状況や危険箇所などを消防署、警察署、区役所に連絡

【今後の取組み】

- 役員以外の自治会員が携われるような自治会内の体制、役割分担、情報伝達の方法を検討
- 安否確認のための体系を整備することを検討
- 高齢者等の避難の支援、共助の方法について検討

③ 資機材・備蓄品等の備え

- ・計画的な資機材・備蓄品の整備・購入等を検討する（例えば、毎年度の区の補助金を活用して購入計画等を検討）
- ・自治会内の消火器の配備状況を確認し、消火器が少ないエリアへの増設を検討する
- ・救出救助用資機材の配備について検討する

【現在の資機材の状況】

資器材など	配置場所
救出救助用資機材	マンション駐車場
ガスボンベ式発電機	非常用備蓄保管場所（4階）
簡易トイレ	非常用備蓄保管場所（4階）
非常用備蓄食糧	非常用備蓄保管場所（5階）

④ 防災訓練

- ・年度当初に自治会活動の年間スケジュールを作成する際に、防災訓練を計画し、自治会員に周知
- ・現在、定期的に実施している訓練を継続するとともに、より実践的な内容とすることを検討
- ・年中行事となっているイベントの企画・準備の会合を行う際は、防災について学ぶ機会や防災サポーターの募集活動などを組み込むことを検討
- ・消火など防災技術の向上を図るため、消防団と連携した訓練等の実施を検討
- ・消火器を使った定期的な訓練の実施を検討

【今までの活動】

訓練	内容
避難所運営訓練（亀田小学校）	避難所運営会議

⑤ **防災についての定期的な話し合い**

自治会の通常の集会等を利用して定期的に防災についての会議等を実施

【今後の取り組み】

- 自治会の年間スケジュールで、防災について話し合う機会を明記
- 自治会での話し合いを進める上では、防災に関する情報（行政の防災関連制度含む）も重要なことから、必要に応じ、区に出前講座等の職員派遣を依頼

（議題例：下記から意見交換しやすい内容を選択）

- 地区防災計画における今後の取り組み内容について
- 災害時の初動活動を各棟（もしくはフロア）単位で行う仕組みについて
- 要配慮者の支援方法について
- 新たな防災訓練の企画について
- 消防団と区民消火隊の連携について など

※ 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	第一次避難所 (亀田小学校)		
	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
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。



【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。

t-adachi@sg-p.jp

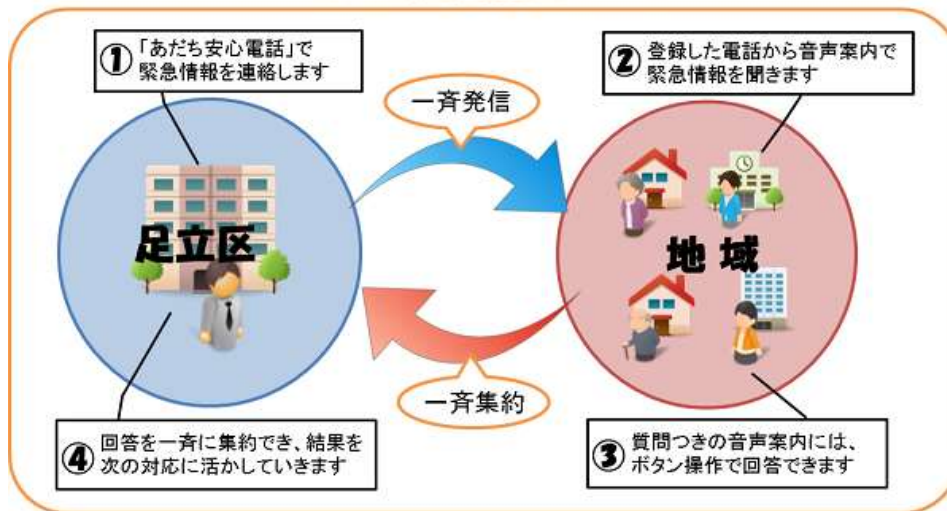


- ・「災害情報・気象警報」「大雨・洪水注意報」「雷注意報」で配信される警報・注意報や、「地震情報」「河川の増水氾濫情報」は、気象庁の発表と連動させ、自動的に配信をしています。

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。

あだち安心電話イメージ



下記の方法で申込むことができます。

- 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。

令和 7 年 7 月 15 日から以下の助成制度が始まります。

(1) 助成対象地域と対象建築物

- ① 足立区全域
- ② 木造の住宅

(2) 対象世帯

① 一般世帯

木造の住宅で居住する個人もしくは木造賃貸住宅所有者（法人を除く）

② 特例世帯

上記①一般世帯の木造の住宅で居住する個人のうち、次のいずれかに該当する世帯

- ・ 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第一・第二係

（足立区役所本庁舎中央館 4 階）

TEL 03-3880-5317（直通）

<参考>旧制度

令和 7 年 6 月 30 日申し込み終了の旧制度については以下を参照。

<https://www.city.adachi.tokyo.jp/k-bousai/machi/kansinburekah29.html>

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：0120-966-944

(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) 通話料は無料となります。

※ 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 東京備蓄ナビ

東京都では、いつ起こるか分からない災害に備えて、家庭での「日常備蓄」を呼びかけています。

「東京備蓄ナビ」は、家族構成などの簡単な質問に答えるだけで、各家庭に応じた、必要な備蓄品目・数量をお知らせし、ショッピングサイトや実店舗での購入をスムーズにするウェブサイトです。

「災害に備えた備蓄」と聞いてもピンとこない方や、興味はあるけど何をどのくらい備蓄すればよいかわからない方向けに、備蓄のいろはや備えておくの良い品目などをご紹介します。

下記のホームページにアクセスしてご利用ください。

<https://www.bichiku.metro.tokyo.lg.jp/>



主なウェブサイトの内容

- (1) 簡単な質問に答えるだけで必要な備蓄品目・数量リストを表示
家族構成（性別・年代）や住まいの種類などの質問に回答するだけで、必要な備蓄品目・数量の目安がリスト化されて表示され、LINE などでリストの共有も可能です。
- (2) ショッピングサイトとリンクし備蓄品を直接購入可能
備蓄品目・数量リストに応じた備蓄品（商品）を、「東京備蓄ナビ」と連携するショッピングサイトにおいて直接購入できます。
- (3) 防災や備蓄に役立つコンテンツ記事を配信
自分の地域のハザードマップを確認できるほか、初めて備蓄に取り組む方などに、基本的な考え方やポイント等を分かりやすく解説しています。

Memo