



# ふるさと太尾防災 震災時行動マニュアル 保存版

## ～太尾小学校学区において住民が自助、共助の精神で、町の未来をひらくための指針～

このマニュアルは、太尾小学区に特化した想定のもと、地域防災拠点を中心とした防災行動の共通理解事項としてまとめたものです。また、地域防災力向上のための指針としての性質もあります。

地震災害のリスクは、各地域、世帯ごとに異なるので、各世帯の最善の行動を考える参考資料としてご活用ください。

「ふるさと太尾防災」とは

**【理念】**「小学校を拠点とした学区のまちづくり」の理念に基づき、子どもを、まちを、地震災害から守るために地域、学校、保護者が連携して取り組む防災プラン。

**【構成】**既存の町内会・自治会に加え、学区の住民のかなりを占めるようになった新しいマンション群も地域防災に迎え、地域、学校、保護者組織も協議して推進。

**【活動】**地域防災拠点訓練 太尾小学校ふるさとまつり 学校・地域連携総合防災訓練 ふるさと太尾教育・防災協議会 学校での防災教育授業

**【文書】**ふるさと太尾構想 ふるさと太尾防災震災時行動マニュアル 地域防災拠点運営マニュアル 家庭防災マニュアル (地域・学校職員連携)

[ ]…小学校の教科関連や総合において、重点的に学習することが可能な学年・教科

## この町の災害リスク ～ゆれは大きく、強風下の火災は最大リスク～ [6]

- 地震動** 大倉山の台地から離れるほど、基盤の固い地層まで深くなっており、その上はたいへん柔らかい地層でできているため、大きなゆれになる可能性があります。大きなゆれを想定した備えが必要です。[6理]
- 家屋の倒壊**  
1981年以降の新耐震基準で建てられた耐震性のよい建物は倒壊の危険は小さいとされていますが、揺れ方や地盤によっては、被害が大きくなる可能性があります。1981年以前の基準で建てられた建物は、地盤の悪さも加われば、倒壊する可能性がありますので、耐震診断を受け、必要があれば耐震補強することが望ましいです。
- 家具転倒** 家具転倒による、死亡、負傷を防ぐためには家具の転倒防止が欠かせません。
- 火災** 火災は最大のリスクです。消防隊の対応が期待できないので、市民による初期消火にいかにも迅速に、多人数で当たれるかが、二次災害防止のカギとなります。延焼が拡大した場合、**広域避難場所などへ早期に避難**することが大切です。各地区で、火災延焼が拡大した場合の避難場所、避難ルートを確認しておきましょう。
- 液状化** 学区の地層は砂の地層もあるため、液状化による不同沈下、下水などのライフラインがダメージを受ける可能性もあります。
- 津波** 元禄型関東地震などによる東京湾の津波と、鶴見川の津波遡上は考えられますが、津波により壊滅するということは想定されていません。
- 災害後の生活困難** 住む場所、電気（照明、エレベーター、水、トイレに波及）、水、トイレ、食料、暖房など。想定した備えを、各世帯、各地区、各マンション等で検討し、必要な備えをしていきましょう。

## 地震災害に強い生活 [1～6 重点5・6]

- 背の高い家具から、固定をしましょう。**重量のあるものは、二重、三重に転倒防止策**をしましょう。家具の固定をしていたために、家屋が倒壊しても空間ができて助かった例があります。[5家・総]
- 家の耐震性を高める努力をしましょう。(1981年以前の建物は、耐震診断をすることが望ましいでしょう。耐震診断と補強には市から援助の制度があります。)
- 消火用具** (消火器、バケツ、水のくめりごみ箱など) **脱出や救助のための用具** (のこぎり、バール、ジャッキなど) の場所を家族で確認しましょう。また、大火災となった時に避難する広域避難場所等へのルートを知りましょう。
- 家族がけがをしても、**応急手当のできる品物**をそろえましょう。(ガーゼ、三角巾、包帯、傷を洗う真水など) 応急的には、タオル、レジ袋などを活用することも考えて置き場所を決めておきましょう。
- ライフラインの復旧まで、在宅被災生活を続けられるように、**トイレ対策** (トイレパックやペットシーツの活用)、水、食料の備蓄、夜間照明、防寒対策、医薬品対策、乳幼児、要介助者、ペットの対策を考えましょう。
- 近隣の人とあいさつをし、顔見知りとなる、地域の行事に参加するなど、**地域の人との関係作り**をしましょう。
- マンションなどの大規模集合住宅も含め、地域住民の大きな構成員として、共助の体制をつくりましょう。
- 家族の連絡方法** (災害時伝言ダイヤルなど) を決め、集合する場所も決めます。しかし、家のドアへの張り紙は、火事場泥棒に目を付けられますので、危険です。

## 地震が来るまで ～地震速報や「カタカタ…」で、安全な場所へ動く習慣を～ [1～]

- 1 緊急地震速報で、または、「カタカタカタ」と小刻みな動き、初期微動（P波）を感じたら、家族に「地震！」と知らせ、必ず（様子を見ていないで!）「安全な場所」に動きます。

「安全な場所」＝物が倒れてこない、落ちてこない、動いてこない場所を家族で決めておきます。

- 2 火を使っていたら、まずは台所から脱出します。火を消しに台所には入りません。お湯や油をかぶる心配があります。ガスの火はマイコンメーターが消してくれます。火が出たら、消火器で初期消火をすればよいです。
- 3 道を歩いていたら、まずブロック塀、建物から離れます。落ちてくるもの、倒れてくるものがない場所に素早く移動しましょう。日頃から危険なものをチェックしておきましょう。
- 4 エレベーターに乗っていたら、ボタンをすべて押して、ドアが開いたら脱出します。

## 大きな地震が来たら ～ケガをせずやりすごす～ [1～]

- 1 大きなゆれ（S波）が「グラグラ…」と来たら、まわりをしっかりと見て身を守ります。
- 2 身動きができない状態でも、物が倒れてきそうな場所から少しでも離れます。  
テーブルの下、ソファの横などで身を守ります。（震度6以上では、テーブルや家具も動くので、あわてないで）
- 3 身動きがとれないほどゆれて、物が落ちる、倒れてくるなら、「ダンゴムシのかまえ」で身を守ります。
- 4 道を歩いているときに大地震にあったら、ブロック塀や家から離れ、物が倒れてこない、落ちてこない場所で、地震をやり過ごしましょう。カバンなどで頭を守ることも有効です。

## 火災への備えと無事の確認 ～あわてず火の始末と、助け合い体制～ [4～ 重点4]

- 1 大地震後は、まず、熱の出る電気器具（ストーブ、湯沸かし器、観賞魚の装置など）のプラグを抜いておきます。
- 2 家を離れる場合には、ブレーカーをOFFにし、戸締りをします。電気が復旧したときに火を出す心配があります。
- 3 近所で家がつぶれている地震なら、そうした家から火が出ると判断し、初期消火の準備をします。まず、消火器、バケツ、ゴミ箱（水をためられるもの）などを玄関のまわりに持ち寄ります。
- 4 【戸建て住宅街】 近所のゴミステーションに、消火器、バケツ、を持って集まり、お互いの無事と、近所から火が出ないかを確認めます。風の強い日なら、厳戒態勢が必要です。声を掛け合って出火を監視します。子どもも火の見張りをし、みつけたら、「火事だ!」と大声で知らせましょう。
- 5 【アパートやマンション】 フロアごとに無事を確認め合い、建物の「防災計画」に従い、各建物の防火責任者、理事会、消防計画に従った行動をとります。家具転倒や部屋から脱出不能になった人を救出しましょう。自治会、マンションで防災対策本部を立ち上げ、館内の安否確認や初期消火・救出活動ができるようにしましょう。

## 消火活動 ～火は、最初はコップ一杯で消える！まず初期消火～ [4～重点4・6]

- 1 火事を発見したら、「火事だ!」と大声で、たくさんの人に知らせます。119番での通報もします。（大地震の場合には、消防車はすぐに来ないと考えても、まず試みます。）
- 2 火は小さいうちに、消火器、消火弾、バケツ、ぬれタオルなどで火を消します。消火器で完全に消えず、人数が集まるまでは、バケツで水を直接運んでかけます。
- 3 人が集まったら、バケツ、ゴミ箱、洗面器などでバケツリレーすることで、初期消火が成功する場合があります。  
バケツリレーは「くむ人」「運ぶ人」「放水する人」「バケツをもどす人」を決めると効率が上がります。また、並び方は両手間隔がよいとされています。家を守るためには、風呂場の水を提供しましょう。
- 4 火の広がり方は、風が強いと風下に向けて広がり、火が飛んで燃え移ったり、離れている家でも輻射熱で熱くなった木から出る気体に発火したり、火の粉が家の木部にたまって、離れた場所の家が燃えたりすることがあります。水道が使えるば、ホースで放水して消火や延焼防止に役立てることもできます。[6理・燃焼]
- 5 室内で、天井まで火が回ったら、その場はすぐに避難します。部屋の中は、上の方から熱い空気と煙でいっぱいになります。熱い空気、煙をすわないように、冷たい空気が吸えるまで姿勢を低くして脱出します。脱出後ドアを閉めます。
- 6 初期消火ができず、風の強い日に延焼が始まったら、早めに広域避難場所などへ脱出しましょう。
- 7 火事に向かって歩けないほどの強い風が吹き始め、かなり重い物でも空を飛んでいたら、「火災旋風」が発生した可能性があります。広域避難場所（太尾小学校から港北高校、太尾公園、太尾稲見公園）など、避難場所へ避難します。
- 8 マンション等は、延焼遮断帯として機能する場合があります。消火器などの消火用具があるので、近隣の初期消火に

協力しましょう。木造家屋の火災延焼は、マンションへの火災被害につながる危険もあります。

## 建物、家具の下敷きになったら ～体力を消耗しないように外の人に伝える～ [4～]

- 1 あわてず、体を物から引き抜き、少しでも体を楽にします。
- 2 耳をすませて、人の気配がしたら、「助けて！」と伝えます。かたい物をたたき、ホイッスルを使うと効果的です。ずっと叫んでいると疲れます。少しでも人の声や足音がしたら「助けて！」と言いましょ。
- 3 人が下敷きになっていたら、近所の人に声をかけて、たくさんの人で救出しましょう。  
木造家屋はのこぎりで柱を切る、つるはしやバールで天井を破る、バール、てこ、ジャッキで持ち上げるなどして救出できる場合があります。できた隙間にはすぐに物をつめて二次災害を防ぎます。二次災害に気をつけ、全体を見て、安全に作業を指示できるリーダーを決めて取り組みましょ。
- 4 エンジンカッターは、鉄やコンクリートも切断することができます。地域防災拠点訓練倉庫に二台あります。  
防災資機材取扱いリーダーのライセンスをもつ人を中心に訓練を積んで、扱える人を増やしていきたいところです。
- 5 「二時間以上挟まれていた。」「挟まれていた部位の末梢に麻痺がある。」場合には「クラッシュ症候群」が疑われます。

## 応急手当と医療 ～あるもので応急手当 クラッシュ症候群を知る～ [5]

当日はけがをしても十分な医療を受けることは困難です。普通なら助かるけがが命を失うことにつながります。自分や家族がけがをしないように、家具の固定などの備えをしておきましょ。

- 1 けがは真水で洗い、ガーゼ、三角巾で保護します。タオル、レジ袋なども活用して保護することもできます。
- 2 出血が激しい場合には、押さえて止血します。心臓に近い部分を抑えて止血します。
- 3 火傷は真水で洗い、冷蔵庫に残っている氷で冷やします。
- 4 骨折していたら、動かす前に傘などを使ってタオル、レジ袋などで動かないように固定します。
- 5 大綱中学校を集合地点として、太尾小学校には医療チームが巡回して来ることになっています。しかし、応急手当は迅速に、ご家庭、自治会、マンションなどでしていく必要があります。
- 6 2時間以上家屋や家具に挟まれていた人は「クラッシュ症候群」の可能性があり、救出後急死することがあります。救出前から多量の水やスポーツドリンクを飲ませます。一時間以内に医療搬送が可能なら、救出時に患部の心臓よりを縛ることが考えられます。病院に搬送したら「クラッシュ症候群の疑いあり！」と伝えます。
- 7 意識を失っていたら、呼吸、心拍を確認し、なければ、心臓マッサージを開始します。AEDがある場所を知っておき、「あなた、AEDをとってきてください。」と指示し、心臓マッサージを続けます。  
AEDが到着したら、AEDのガイドに従った処置をします。
- 8 「災害時医療拠点」は横浜労災病院です。中傷者以上は、病院へ搬送する判断をします。
- 9 毛布を使った簡易担架、乾し竿にシャツを何枚か通したもので人を運べます。担架は必ず足を前にして運びます。車いすやリヤカーなどでも搬送できます。
- 10 トリアージュ 「正しい患者を」「正しい場所に」「正しい時間内に」篩い分け、選別。  
重傷者（赤）中傷者（黄色）以上は、医療拠点（労災病院）に。軽症者（緑）は応急手当後、医療巡回拠点（太尾小）で対応。

## 在宅被災生活・地域防災拠点・広域避難場所 [3年～]

- 1 在宅被災生活 自宅が十分に地震に耐えていれば、あわてて学校（地域防災拠）に避難する必要はありません。  
自宅と周辺で近所の人と火災監視、助け合い活動をしましょ。テレビやラジオから情報を入手して共有しましょ。  
マンションやアパートなどでは、防火管理者を中心に防災計画に沿った活動をしましょ。[5 6家・総]
- 2 太尾小学校地域防災拠点の立ち上げ 横浜市立太尾小学校地域防災拠点の機能は次の三つです。  
ア 消火・救出活動・応急手当・など初期対応の拠点  
イ 物資や情報が集まり、宿泊避難者にも、自宅避難者にも分配する拠点  
ウ 家に住めなくなった人の宿泊避難場所  
特定の人が職業として運営するのではなく、地域住民が自主的に行うものなので、その機能をよく理解して利用するとともに、共助の拠点として協力します。

### 3 広域避難場所（港北高校一帯＝太尾小学校＋港北高校＋太尾公園＋太尾南公園など）〔3社〕

広域避難場所は、火災から身を守る為の空間です。「港北高校一帯」（太尾小学校＋港北高校＋太尾公園＋太尾南公園など）は防火性が高い施設として計画されているので、大火災の場合には、ここをめざすルートを考えましょう。（ただし、家の位置、建物の耐火性からここに避難することが最善でない場合もあります。）

## 在宅被災生活 ～家で安全に生活する知恵・町内会の連携が支え～ [5・6]

- 1 **トイレ** 水道が不通で、下水ラインの確認ができるまでは、**トイレパック**を洋式便所にかけて使用し、各家庭でゴミ袋に入れて所定の収集日まで保管します。
- 2 **水が出ない場合** 一人一日最低3リットルの飲料水が必要と言われます。ペットボトル等相当量の備蓄が頼みの綱です。地域防災拠点などから水を分けてもらうための容器を用意しておきましょう。
- 3 **食糧** 食糧は、消費するものを大目に備蓄して消費しては補充する、「循環備蓄」が理想的です。備蓄の非常食の他に、冷蔵庫にあるものから食べ、缶詰、レトルト食品、インスタントラーメン等を活用していくことが考えられます。カセットガスコンロを活用すれば、普通の鍋を使って炊飯する、「炊飯袋」で炊飯するなど、米、乾麺などに工夫した味付けをして、おいしく食べる工夫をします。缶詰、インスタント商品、味噌、マヨネーズなどを活用し、飽きないで食べ続けられるようにしましょう。〔6年家庭〕
- 4 **照明** LED ランタンなどの備えがあれば、不安なく生活できます。電池が切れたら、サラダ油をガラスコップに注ぎ、アルミホイルを芯立てにして、ティッシュの「こより」を芯にした「安全ランプ」で明かりをとることもできます。
- 5 **防災拠点の活用と協力** 防災拠点にて、当面のトイレ使用、水の配給を受けることもできます。防災拠点に避難者カードを提出し、物資の供給を受けられるようにしましょう。
- 6 支援物資も届くようになるので、支援物資を受け取ることもできますが、町内会、大規模マンションを通して、必要な人に優先的に配布する協力体制づくりを進めます。
- 7 マンション等では、それぞれに防災マニュアルを整備し、自主防災組織をもって、マンション内での在宅被災生活ができる体制を構築しましょう。要援護者、階上の人への搬送を連携して行いましょう。

## 防災拠点での収容生活 ～協力して自主的な避難所生活を～ [4～重点6]

市内いずれかで、震度5強以上の地震が観測されると開設されます。自宅が全半壊、焼失、自宅生活困難な場合には、太尾小学校の施設を避難者カードで把握した避難者数に応じて、地区ごとの割り当てを行い、収容します。

- 1 **運営** 防災拠点運営委員会及び学校の指示に従ってください。また、各町内会に物資や情報を割り当て、町内会ごとに自宅被災生活をしている人にも協力して物資や情報を届ける体制作りをめざしましょう。
- 2 **ルール** すべては公平の原理で運営されます。場所等は「早い者勝ち」ではありません。場所の割当は運営委員会及び学校職員の指示に従ってください。食糧は、公平に分配できない場合には分配しない場合もあります。
- 3 **自主的生活** 自分のことは自分で トイレの使用 清掃 ゴミ出し 物資の運搬と配布、食事片付け、防犯パトロールなどの活動を、みんなが自分の仕事として負担を分け合い、行います。
- 4 **要支援者** 介護が必要な人、障害のある人、乳幼児がいる人など、支援が必要な方へは、避難場所その他の配慮を優先的に行います。要援護者の支援も、公助は直ぐには期待できません。その間は各町内会で協力して支援します。
- 5 **女性への配慮** トイレ、着替え場所、授乳室など女性への配慮を行います。そのために、避難所運営員に女性の参画が必要とされています。

## 学校の授業再開に向けて

- 1 学校は、まず児童の安否確認に当たります。各ご家庭からも学校への連絡をとってください。
- 2 授業再開のためには、学校施設の利用者を少なくしていく必要があります。安心して在宅被災生活ができるように、学校としても地域防災拠点の運営を支援します。

## 生活の再建に向けて

- 1 自宅生活への移行 自宅が無事なら、余震がおさまるにつれて自宅の安全確認をして自宅に住む準備を進めます。
- 2 町内会を中心に、物資を必要な人に届けられる、助け合いの体制をつくりましょう。
- 3 自宅が全壊、半壊、焼失した場合には、公助の制度をよく理解して、生活の再建を進めます。