

あいスポット プレス

発行元 市立武蔵野会館運営協議会
 責任者 会長 小野正敏
 事務局 昭島市市民部生活コミュニティ課
 042-544-5111

CONTENTS

- P 1. 防災まちづくりの取り組み、東京を襲う地震像
- P 2. 東京で想定されている地震、災害から身を守るには
- P 3. 見直そう“我が家の防災対策”
- P 4. 3日間 いきのびる準備を始めましょう

防災まちづくりの取り組み

平成23年3月11日の東日本大震災から一年の日月を刻みました。私たちは、東日本大震災の経験から地域活動と地域の人たちの繋がり
 の大切さを学びました。

また、この教訓から全国的に防災意識が高まり、「地域の絆」を合言葉に地域住民の自発的な取り組みとして「防災まちづくり」が進められるよう
 になりました。

昨年11月にだされた東京都の防災対応指針にも地域における各団体の連携の再生による防
 災組織の強化がうたわれています。

「防災まちづくり」の基本的な考え方は、日常的な生活圏(中学校校区程度)をベースに災害にお
 ける地域の弱点を見つけ事前に対策を講じておくことです。

私たちが暮らす昭島自治連第15・20ブロック地域にも災害時の避難路・避難場所が指定され
 簡易備蓄倉庫・貯水槽などが配置されていますが、避難場所への誘導・避難場所の運営・避難場所の
 地域毎の割り振り・避難物資の配付方法などが未整備のままです。

市立武蔵野会館運営協議会では、昨年「仮称 防
 災・独居世帯見守り準備委員会」を発足して「防災
 まちづくり」の指針を検討してきました。

今後は、自治会・老人会・学校・中神工業団地
 協力会・中神北口商店会・民生・児童委員・災害
 ボランティアなどと連携して防災意識の啓発活
 動・地域の防災上の問題点を洗い出し、市立武蔵
 野会館構成団体との協議を重ねながら防災対策

を進めてまいります。

首都圏の大地震の確率は確実に高まっており、
 今回、あいスポットプレス特集号で災害に備える
 ための初歩的な方策をお届けいたします。



東京を襲う地震像

- 1：首都直下には 陸側(北米プレート)のプレ
 ートに東から太平洋プレートが、南からフィリ
 ッピン海プレートが沈み込んでいます。これ
 らのプレート境界では、プレートの先端が跳
 ね上がることでM8クラスの海溝型地震が
 発生すると想定されています。
- 2 震度も、東日本大震災前は6強と想定してい
 ましたが、震災後にプレートの境界が浅くな
 ったとして東京・神奈川・千葉の広い範囲で
 震度7に想定が改められました。
- 3：南関東では、200～300年間隔で発生す
 る関東大地震(M7.9)クラスの地震の間に
 M7クラスの直下型地震が数回発生すると
 想定されています。
- 4：首都圏では、どこでM7クラスの地震が起こ
 るかわかっていません。中央防災会議は、
 18ヶ所の震源域を想定しています。
- 5：東海・東南海・南海連動型・房総半島沖地震
 の発生も高い確率で想定されています。

東京で想定されている地震

首都直下型地震 東京湾北部地震(M7.3) 最大震度7(昭島市5強～6弱)	海溝型地震 大正型関東地震(M7.9) 元禄型関東地震(M8.1) (相模トラフが震源)	活断層による地震 立川断層地震(M7.4) 最大震度7(震源地の東西10キロに及ぶ)
---	---	--

災害から身を守るには

震度5強以上の地震に見舞われると自分の意思で行動することが難しくなるばかりか、自転車や自動車の走行も危険になります。

また、家具の転倒・飛出し・落下、樹木・電柱・塀の倒壊や家屋の一部損壊・停電・断水・道路の亀裂などが予測されますし、スーパー・コンビニなどでの買物も不可能になります。

災害から身を守るために、昭島市地域防災計画では、「災害時の市民の備え」を以下のように定め市民に備を促しています。

「災害時の市民の備え」 —昭島市地域防災計画—

市民は、「自らの身は自ら守る」という自助の考えを防災の基本とし、日頃から自主的に防災意識を養い災害に備えるものとする。また、地域コミュニティの醸成に努め、災害時に近隣の住民と連携して災害に立ち向かえる良好な地域社会の形成に努める。

このため、市民は、次の事項について適切な備えを講じるものとする。

- 1：自宅の耐震性・耐火性を確認し、災害に備える措置を講ずるよう努める。
- 2：家具転倒落下防止等を講じ、家庭の予防安全対策に努める。
- 3：食料・飲料水及び生活必需品の備蓄を行う。(3日分程度の備蓄)
- 4：避難所経路・避難場所・避難・連絡方法について確認し合う。(家族・近所人と)
- 5：市や関係機関・地域が行う防災行事に参加して災害に対する体験をしておく。

災害から命を守り・被害を少なくするには、「自助・共助(近助)・公助」の仕組みづくりが不可欠といわれています。

阪神・淡路大震災時の「生き埋めや閉じ込められた際の救助」の実態は以下の通りです。

自力で	家族に	友人・隣人に	通行人に	救助隊に	その他
34.9%	31.9%	28.1%	2.6%	1.7%	0.9%

自助・共助による救助：97.5%

東日本大震災の調査結果は発表されていませんが、同じような結果が予想されます。



見直そう “我家の防災対策”

○ 自分の命を守るために

地震や災害で命を落としたり大怪我をしたりするケースは、家の中での事故が80%以上を占めています。防災対策は、我家の安全対策からはじめましょう。

家具・家電の飛出し・転倒防止	固定器具・ガラスの飛散防止フィルム等防災グッズは、スーパーやホームセンターなどでお買い求めできます
窓ガラス・食器棚の飛散対策	
安全な部屋づくり	家具・家電を極力置かないで、飛出し・転倒防止、ガラスの飛散防止などの対策をとった部屋を作る
自宅の脱出ルートを決める	倒壊や損傷でドアが開かなくなることが多い
自宅の耐震診断・耐震補強	耐震診断・耐震補修改修工事。説明を参考にしてください ※1
ブロック塀の撤去や補強	ブロック塀は5強程度の震度で倒壊する恐れがあります
停電・ガス供給停止	元栓を締めましょう。元栓を締めることを習慣にする
食料・水などの備蓄	最低3日分を用意しましょう
地震保険への加入	現在加入している火災保険に追加できます ※2

※1 木造家屋の耐震診断と耐震改修について

- ・ 昭島市には、木造家屋の耐震診断と耐震改修工事に対する補助制度があります。
- ・ 対象家屋は、昭和56年5月31日以前に建築した2階建以下の建物です。
- ・ 補助金は、耐震診断が最大で4万円、耐震改修工事で最大30万円です。
- ・ 耐震改修工事を行った場合、固定資産税の減額・所得税の特別控除が受けられます。
- ・ 診断・改修を希望する人は、昭島市都市計画課住宅係にご相談ください。
- ・ 連絡先：昭島市都市計画課住宅係、Tel 544-5111 内線2264。



※2 地震保険について

- ・ 加入方法：現在加入の火災保険に追加して加入できます。保険会社にご相談ください。
- ・ 費用は、会社によって差がありますが、木造住宅(1000万)で年間3万円前後です。

○ 家族で話し会っておきましょう

家族間で防災について話し合ったことがありますか。いざという時の非常持ち出し品の持ち出し分担を話し合ったことがありますか。いざという時の安否確認の方法は決めてありますか。災害はいつ発生するかわかりません。家族間で決めておきましょう。

避難場所を決めておく	避難所は、下記の避難所一覧を参照ください ※3
連絡・安否情報を決めておく	避難済み・安全・要救助などのステッカーなどで
NTT 災害用伝言ダイヤル171	利用方法を体験し利用できるようにしておく
家族の連絡先を用意する	カード(血液型・常備薬なども)などに記載して携帯する
自治会・老人会に加入する	情報の提供から漏れないために、自治会・老人会に加入する

- ※3 一時避難所 美の宮公園・つつじヶ丘公園、武蔵野小学校・つつじヶ丘南小学校・つつじヶ丘北小学校・瑞雲中学校・富士見丘小学校
 避難場所 武蔵野小学校・つつじヶ丘南小学校・つつじヶ丘北小学校・瑞雲中学校・富士見丘小学校、武蔵野会館・市民会館・公民館

3日間 生きのびる準備をはじめましょう(非常持ち出し品)

大災害が発生した場合、支援物資の配付には3日程度の時間がかかるといわれています。

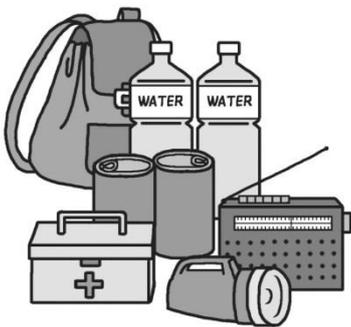
災害を乗り来るために以下の品物を準備しましょう。持ち出し品は一時持ち出し品だけでも相当な量になります。ご夫婦で・家族で分担して持ち出せるよう体力などを考慮して決めておきましょう。

準備する品物は以下によります。

最初の1日をしのぐ非常持ち出し品 31点 (大人2人分)

1 非常持ち出し袋 (1個)	2 缶入り乾パン (110g×2個)	3 飲料水 (500ml×6本)	4 懐中電灯 (2個)	5 ろうそく (2本)	6 ライター (2個)	7 携帯ラジオ (1台)	8 万能はさみ (1セット)	9 軍用手袋 (2対)	10 ロープ (7m)	11 タオル(4枚)
12 サバイバル ブランケット (2枚)	13 救急袋 (1個)	14 レジャーシート (2畳分×1枚)	15 簡易トイレ (2枚)	16 トイレレット ペーパー (1ロール)	17 ウエット ティッシュ (2個)	18 現金 (10円玉×50枚)	19 筆記用具 (メモとペンを 1セット)	20 油性 フェルトペン	21 布製粘着 テープ	22 毛抜き (1本)
23 消毒薬 (1本)	24 脱脂綿 (適量)	25 ガーゼ (2枚)	26 ばんそうこう (10枚)	27 包帯 (2巻)	28 三角巾 (2枚)	29 マスク (2枚)	30 常備薬 持病の薬	31 ポリ袋 (10枚)	汚れのふきとり、下着の代用など用途が広い	
										建物のテープをはり、上に伝言を書ける
										雨具の代用、水の容器にも

グラフィック・岩見 梨絵 / The Asahi Shimbun



編集後記

地震対策は出来ているでしょうか？

武蔵野会館運営協議会では、2012年度から「防災委員会」を立ち上げる予定です。いつくるかわからない地震。確実に来るといわれている地震。その為に自分の身を守るため、備えておかなければならない物、など地震対策を「あいスポットプレス号」を通して見やすくわかりやすい防災の重要性を紹介します。

(編集委員一同)