

## 第1節 災害に対する事前の備え

災害はいつ起こるか分かりません。ここでは、あした起こりうる災害に備えて、中央区役所の対策（公助）と、自分（家族）の命を自分（家族）で守るための対策（自助）、地域のみなさんで行う対策（共助）を見ていきます。

### 1 中央区役所の取組み（公助）

中央区役所では、消防署、危機管理室、建設局など関係行政機関と連携し、さまざまな取組みを行っています。



#### （1）避難所・避難場所の指定

中央区役所では、次のような4種類の役割の避難所・避難場所（以下「避難所等」という。）を指定しています。今後もこれらの避難所等を拡充していく予定です。

- ・ **災害時避難所**

宿泊・給食等の生活機能を提供できる施設。

小・中学校など。各災害時避難所の入口付近には、写真のように、案内板が設置されています。

- ・ **水害時避難ビル**

津波などの水害から一時的または緊急に避難・退避する施設

- ・ **一時避難場所**

一時的に避難できる広場や公園、学校の運動場など。

- ・ **福祉避難所**

災害時において、高齢者や障がい者など一般の避難所生活において特別な配慮を必要とする方々を対象に開設された避難所。また、災害時避難所の一部の部屋を各地域で行われる避難所開設訓練を通じ、福祉避難室として確保に努めています。




開平小学校に設置されている案内板



## 避難所

種別 ( )	避難所名	所在地	電話番号	
災害/一時		開平小学校	今橋 1-5-7	6203-4212
		中央高等学校	釣鐘町 1-1-5	6944-4401
		府立大手前高等学校	大手前 2-1-11	6941-0051
		中大江小学校・幼稚園	糸屋町 2-3-14	6942-0221
		東中学校	大手前 4-1-5	6941-0195
		南大江小学校	農人橋 1-3-3	6942-0501
		銅座幼稚園	内久宝寺町 1-1-4	6762-1172
		府立中央聴覚支援学校	上町 1-19-31	6761-1419
		玉造小学校	玉造 2-3-43	6941-1012
		玉造幼稚園	玉造 1-9-10	6761-6120
		桃園幼稚園	谷町 6-5-34	6761-4908
		上町中学校	上本町西 3-2-30	6762-6556
		中央小学校	瓦屋町 2-8-4	6761-6121
		南幼稚園	南船場 3-2-19	6251-2907
		南小学校	東心斎橋 1-14-29	6252-6825
		南中学校	島之内 1-10-23	6271-1457
		災害/水害/一時		本願寺津村別院(北御堂)
真宗大谷派難波別院(南御堂)	久太郎町 4-1-11			6251-5820
災害	-	南高等学校	谷町 6-17-32	6762-0105
		中央区民センター	久太郎町 1-2-27	6271-0201
		中央会館	島之内 2-12-31	6211-0630
		河原会館	難波千日前 5-25	6641-7715
災害/水害		愛日会館	本町 4-7-11	6264-4100
		相愛中学校・高等学校	本町 4-1-23	6262-0621

水害		南船場心齋橋ビル	南船場 4-7-11	
福祉		中央区在宅サービスセンター	上本町西 2-5-25	6763-8139

災害：災害時避難所 水害：水害時避難ビル 一時：一時避難場所（グラウンド等）

福祉：福祉避難所  じしん  つなみ：対応する災害種別

一時避難場所（種別   ）			
避難所名	所在地	避難所名	所在地
越中公園	玉造 2-24	東平南公園	上本町西 5-1
玉造公園	玉造 2-20	東平北公園	上本町西 4-1
城南公園	森ノ宮中央 1-20	桃園公園	谷町 6-5
森之宮公園	森ノ宮中央 1-13	空堀・桃谷公園	上本町西 2-5
寺山公園	上町 1-2	御津公園	西心齋橋 2-11
広小路公園	上町 1-19	瓦屋町公園	瓦屋町 2-9
銅座公園	内久宝寺町 2-5	高津公園	高津 1-1
谷四錦郷公園	農人橋 1-2	黒門公園	日本橋 2-12
南大江公園	粉川町 6ほか	難波千日前公園	難波千日前 5
北大江公園	石町 1-3ほか	道仁公園	島之内 2-5
中大江公園	糸屋町 2-2ほか	もと東平小学校	上本町西 5-1
東横堀公園	本町橋 5	史跡難波宮跡	法円坂 1
久宝公園	北久宝寺町 3-1	難波宮跡公園	大手前 4

避難所の詳しい場所は、中央区災害対応マップ（28ページ参照）に掲載しています。

このほか、大阪市が指定する「**広域避難場所**」（大規模火災が発生し、人命に著しい被害を及ぼすと予測される場合の、大規模な避難に適する大きな公園など）があるよ。中央区や周辺には、大阪城公園（中央区大阪城）・靱公園（西区靱本町）・中之島（北区中之島）があるよ。広域避難場所へは、道路上に設置されている標示板を目印にしてね。右の写真は、方向を示している標示板だよ。



## (2) 救助用資機材・備蓄物資の整備

中央区では、区役所や災害時避難所を中心に備蓄物資や救助用資機材を整備しています。

次の表は、区役所と災害時避難所に収納している品目の一覧です。

### 区役所に収納している資機材及び備蓄物資（平成 29 年 3 月 1 日現在）

資 機 材			
名 称	数 量	名 称	数 量
中央区地図入ホワイトボード	1 台	防災かまど	3 個
テント	2 張り	コードリール	6 個
防水シート	250 枚	薬運搬用ケース	15 個
懐中電灯	60 本	手廻し式懐中電灯	8 個
救急箱	18 個	バール	3 本
救急薬品セット	20 セット	手斧	2 本
投光機（発電機用）	16 機	ノコギリ	3 本
投光機用補助コード	16 本	ジャッキ	2 台
投光機用支柱	8 本	メガホン	2 個
ガスカセット式発電機	2 台	シャベル	4 本
LED 投光機・スタンド・コード	1 式	かけや	1 本
ガソリン携行缶	7 缶	布担架	1 台
ロープ（40 m）	1 本	ファーストエイドキット	1 セット
トラロープ	4 本		
備 蓄 物 資			
名 称	数 量	名 称	数 量
アルファ米	4850 食	大人用紙オムツ	752 枚
ビスケット	1920 食	幼児用紙オムツ	768 枚
粉ミルク	36 缶	生理用品	1020 個
バスタオル	120 枚	男性用肌着	795 組
トイレットペーパー	1100 本	女性用肌着	845 組
ほ乳瓶	120 本	災害用飲料水（500 ml）	4320 本

毛布	296 枚	災害用トイレ（本体）	26 基
日用品セット	130セット	災害用トイレ（消耗品セット）	90セット
多目的トイレ用テント	1 張	オストメイト	2 式
手すり	1 式	オストメイト用テント	2 張

その他、区災害対策本部員用の防災被服類を備えています。

### 災害時避難所に収納している資機材及び、備蓄物資

（平成 29 年 3 月 1 日現在、一避難所当たり）

資 機 材			
名 称	数 量	名 称	数 量
パール	3 本	のこぎり	3 本
ボルトクリッパー	2 本	ジャッキ	2 本
シャベル	4 本	ロープ	1 巻
かけや	1 本	布担架	1 枚
救急箱	1 箱	拡声器	2 台
備 蓄 物 資			
名 称	数 量	名 称	数 量
毛布	300 枚	懐中電灯	20 本
日用品セット	120 組	アルファ米・粥	各 100 食
ポータブルラジオ	10 台	非常用水（500 ml）	1,800 本
防水シート	120 枚	ビスケット	150 食
簡易トイレ	10 基	乾電池（単 1:40 本・単 3:30 本）	70 本
簡易トイレ消耗品セット	830 枚	ガスカセット式発電機	2 台
エマージェンシーブランケット	50 枚	L E D 投光機・スタンド・コード	1 式
トイレ用テント	6 張	災害対策用簡易トイレ	1 箱
幼児用紙おむつ	52 枚	多目的トイレ用テント	1 張
プライベート確保用テント	1 張	手すり	1 式

市立学校園のみ

### (3) 自主防災組織の支援

地震や水害など災害を止めることはできません。私たちにできることは、災害に対して「備える」ことです。防災という共通の目的を持って活動する地域の皆さんの集まりを自主防災組織といたします。被害を最小限に抑えるために、自主防災組織をつくり、力を合わせて災害に立ち向かうことが必要です。中央区役所では、区内全域で自主防災組織を創設し、避難所開設運営訓練等の各種訓練を実施すべく支援を行っています。



### (4) 地域防災リーダーの育成

地域防災リーダーとは、災害時には隣接住民の先頭に立って初期消火や救出救護活動を行い、平常時には地域の人たちと防災知識の習得に取り組む自主防災活動の中核となる人です。

中央区役所では、地域防災リーダーの研修を毎年1回以上実施し、リーダーの育成を行っています。



地域防災リーダーの研修の様子

### (5) 職員に対する防災研修の実施

職員を対象にした防災訓練を実施しています。



職員対象の防災訓練の様子

- ・ 区役所職員防災訓練
- ・ 直近参集者参集訓練
- ・ 防災情報システム・デジタルMCA無線機通信訓練

### (6) 職員による出前講座の実施

中央区役所では、10人以上の団体を対象として「自主防災のすすめ」をテーマとして、職員がうかがってお話をさせていただく出前講座を行っています。



出前講座の様子

## (7) 帰宅困難者対策

大阪市の試算によると、大規模災害によって帰宅が困難になる方（帰宅困難者）が、中央区では約24万人発生するとされ、混乱を防止するためには、一斉に帰宅を控えることが重要となってきます。中央区役所では、一斉帰宅の抑制を推進するため、事業者等に取り組んでいただきたい対策を取りまとめた「帰宅困難者対策ハンドブック」を作成し、配布しています。

## (8) 防災マップの作成

中央区役所では、区内の避難所や救急病院等の位置を記した「中央区災害対応マップ」を作成しています。このマップは、年2回、区役所の広報紙（広報ちゅうおうの原則6月・1月号）に掲載しているほか、区役所のホームページにもアップしています。



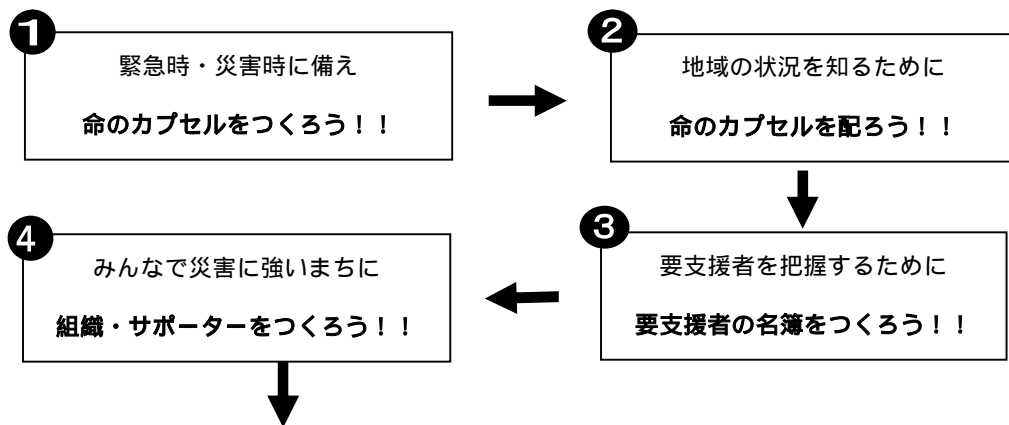
中央区災害対応マップ: <http://www.city.osaka.lg.jp/chuo/page/0000023991.html>

## (9) 中央区支え愛ネットプロジェクト

中央区役所や中央区社会福祉協議会などでは、「地域で支えるしくみづくり<要支援者の支援の仕組みづくり>」を進めています。その取り組みの一つとして、防災を通じた要支援者支援のしくみづくりについて考える“中央区支え愛ネットプロジェクト”を立ち上げました。

このプロジェクトでは、命のカプセルの配付を通じて、要支援者の名簿作成・把握を行い、最終的には要支援者の支援を組織化することで災害に強いまちづくりを目指しています。

### 支え愛ネットプロジェクトの流れ



**緊急時の迅速な対応、災害時の安否確認が可能となります！！**

「命のカプセル」とは、各自の医療情報などが記載されたカードを保管したカプセルのことだよ。災害時や急病時における迅速な救急救命活動に役立つんだ。

カードを入れたカプセルを冷蔵庫に保管し、扉にシールを貼って、命のカプセルが入っていることを示すよ。



救急カードを入れます

カプセルに保管されたカードと同じカードを、地域の方に渡しておくことで、地域の方が要支援者を把握できるんだ！

問い合わせ 中央区役所保健福祉課（保健福祉） 電話 06-6267-9194  
 （社福）中央区社会福祉協議会 電話 06-6763-8139





## (10) 災害時避難所への誘導案内板の設置

中央区役所では、区内 500 箇所以上の電柱に災害時避難所の方向と距離を表示した案内板を設置しています。



災害時避難所誘導案内板

## (11) 「地区防災計画」策定の支援

中央区役所では、地域自主防災力の向上を図るため、地域の防災活動計画や避難行動要支援者への支援計画などで作成された「地区防災計画」の修正や見直しなどに取り組む自主防災組織への支援をしています。

## 2 家庭や事業所での対策（自助）

災害はいつ起こるか分かりません。いつか起こりうる災害に備えて、家庭や事業所で以下のような対策をしておきましょう。



自分(家族)の命を  
自分(家族)で守ること

### (1) 家庭での対策

家族会議を開いて、家族全員で以下のことを考えましょう。

#### 災害発生メカニズムや地震・水害による被害想定の確認

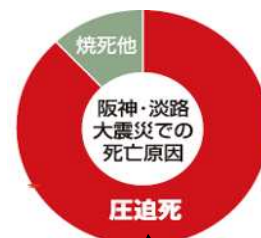
メカニズムや被害想定は第2章を参考にしてください。

#### 家族で話し合って、災害時の役割を確認

#### 家の地震対策、風水害対策の確認

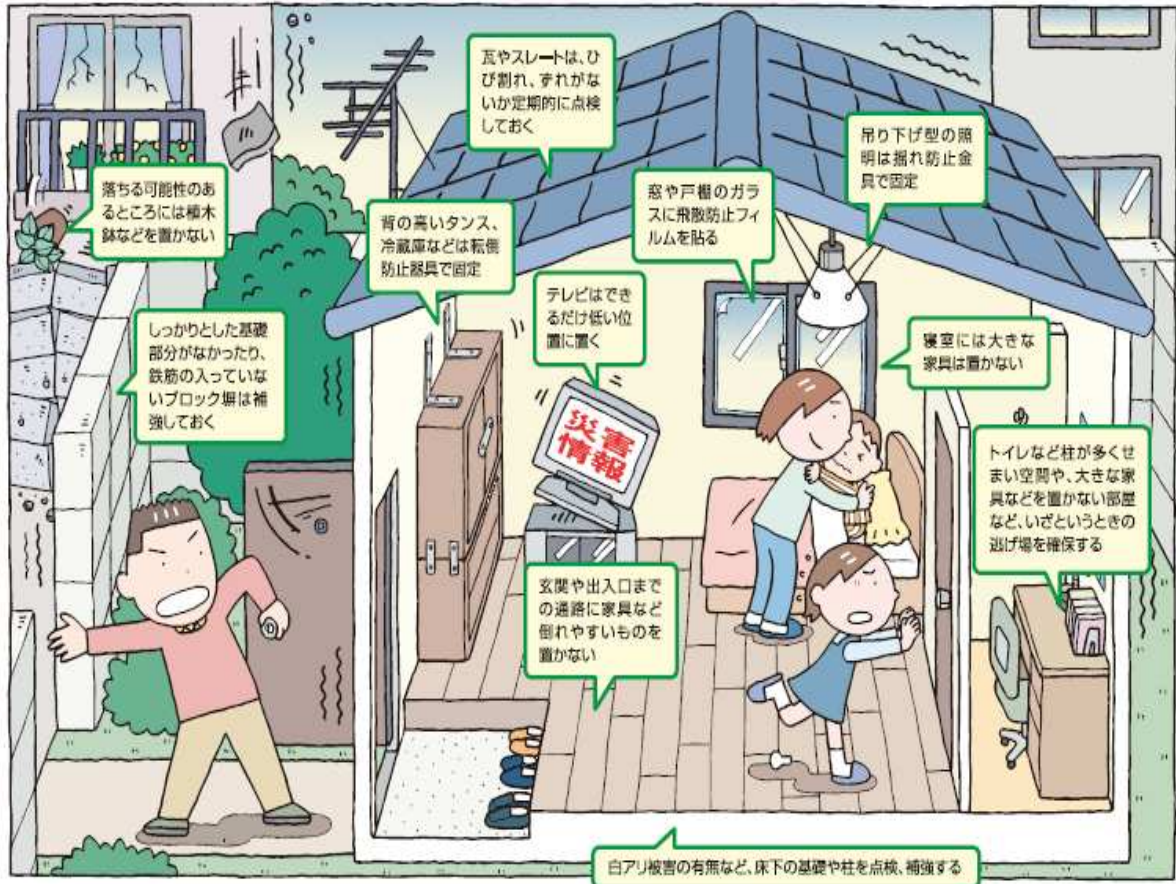
阪神・淡路大震災の死因は、家屋の倒壊や家具の転倒などによる圧迫死が大半を占めていました。家の内外を点検し、いざというときのために備えることがとても大切です。

具体的な対策事項は次のページを参考にしてください。



圧迫死が全体の88%

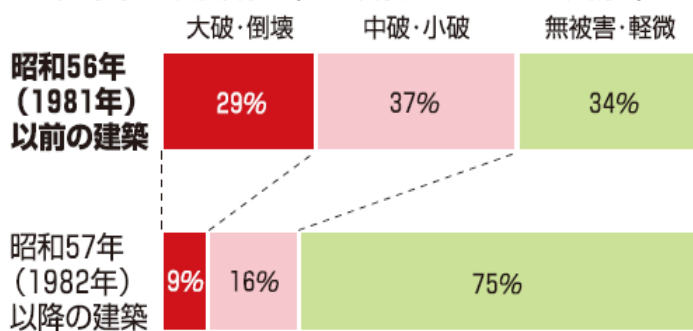
# 地震対策



家屋の耐震診断、耐震補強などを行いましょう。

昭和56年（1981年）5月31日以前の旧耐震基準で建てられた建物は、地震に対する強度がどの程度かを調べるのが特に重要です。

## ■建設時期と地震被害状況(JR三宮駅近辺における全数調査)



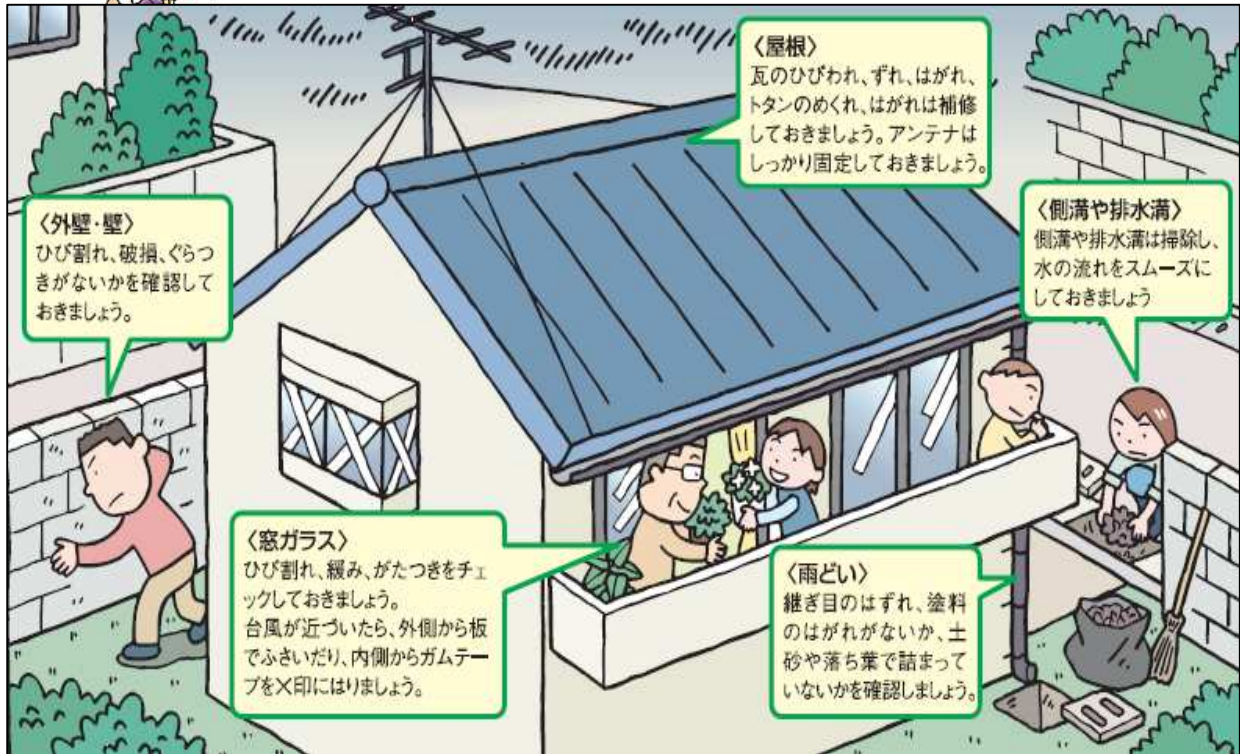
〔平成7年阪神・淡路大震災調査委員会中間報告〕(建設省)に基づき作成

大阪市では、震災に強いまちづくりを目ざして、耐震診断・改修費用の一部を補助しています。詳しくは、大阪市住宅供給公社（電話 6882-7053）にお問合せください。



## 風水害対策

風雨が強まってから屋根などの補強をするのは非常に危険だよ。  
絶対にやめようね。



### 緊急連絡カードを用意

家族の避難場所や落ち合う場所、家族の連絡方法などを話し合い、決めたことは、  
下のような緊急連絡カードとして記入したものを携帯するようにしましょう。

(参考例) コピーしてご家族のみさんでご利用ください

緊急連絡カード	
住所	TEL
氏名	(男・女)
生年月日	年 月 日 血液型: RH +-
保護者	氏名 連絡先 TEL
勤務先 (学校名)	TEL
避難所	一時避難場所 災害時避難所 広域避難場所
家族が 離ればなれに なったとき	集まる場所 連絡先 TEL
持病・アレルギー等	
医療機関等連絡先	
健康保険証番号	

## 「非常持ち出し品」と「家庭に備えておくもの」の確認



リュックサックなど両手が自由に動かせるものに、下のリストに記載されている非常持ち出し品を入れて、いつでもすぐに持ち出せる場所に置いておこうね。

### 大人2人分の目安

缶入り乾パン	2個	レジャーシート	1枚	筆記用具	1セット
飲料水 (500ml ペットボトル)	6本	サバイバルブランケット	2枚	生理用品	2個
懐中電灯	2個	簡易トイレ	2枚～	救急袋	1式
ローソク	2本	タオル	4枚～		
ライター	2個	ポリ袋	10枚		
携帯ラジオ	1台	トイレトーパー	1ロール		
十徳ナイフ	1本	ウエットティッシュ	2個		
軍手・手袋	2組	現金(公衆電話用の小銭)	約50枚		
ロープ 5m～	1本	ガムテープ(布製)	1個		
		油性マジック	1本		



個人や家庭の事情にあわせて、準備しておこうね。

必需品・貴重品類	赤ちゃん用品		高齢者用品
<input type="checkbox"/> 車や家の予備鍵 <input type="checkbox"/> 予備メガネ・コンタクトレンズ等 <input type="checkbox"/> 預金通帳(写) <input type="checkbox"/> 健康保険証(写) <input type="checkbox"/> 運転免許証(写) <input type="checkbox"/> パスポート・在留カード等(写)	<input type="checkbox"/> 粉ミルク <input type="checkbox"/> 哺乳瓶 <input type="checkbox"/> おやつ <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> スプーン <input type="checkbox"/> 洗淨綿 <input type="checkbox"/> バスタオル <input type="checkbox"/> ガーゼ	<input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> 母子手帳 <input type="checkbox"/> 玩具 <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> ベビーカー <input type="checkbox"/> おんぶひも <input type="checkbox"/> 毛布	<input type="checkbox"/> 身体障害者手帳(写)など <input type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 持病薬 <input type="checkbox"/> 予備メガネ <input type="checkbox"/> 看護用品



災害発生後3日～1週間程度は、救援物資が届かないものと想定して、家庭で備えておこうね。

## 非常備蓄品

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <p>●飲料</p> <p><input type="checkbox"/> 飲料水(2ℓ ペットボトル)</p> <p><input type="checkbox"/> 非常用給水袋</p> <p>●食料</p> <p><input type="checkbox"/> アルファ米</p> <p><input type="checkbox"/> 乾パン</p> <p><input type="checkbox"/> パン缶</p> <p><input type="checkbox"/> インスタントラーメン</p> <p><input type="checkbox"/> 缶詰類</p> <p><input type="checkbox"/> レトルト食品</p> <p><input type="checkbox"/> スープ</p> <p><input type="checkbox"/> 味噌汁</p> <p><input type="checkbox"/> ビスケット</p> <p><input type="checkbox"/> キャンディ</p> <p><input type="checkbox"/> チョコレート</p> <p><input type="checkbox"/> 塩</p> | <p>●衣類</p> <p><input type="checkbox"/> 上着</p> <p><input type="checkbox"/> 下着</p> <p><input type="checkbox"/> 靴下</p> <p>●生活用品</p> <p><input type="checkbox"/> タオル</p> <p><input type="checkbox"/> バスタオル</p> <p><input type="checkbox"/> 毛布</p> <p><input type="checkbox"/> 雨具</p> <p><input type="checkbox"/> 予備電池</p> <p><input type="checkbox"/> 卓上コンロ</p> <p><input type="checkbox"/> ガスボンベ</p> <p><input type="checkbox"/> 固形燃料</p> <p><input type="checkbox"/> 鍋</p> <p><input type="checkbox"/> ラップ</p> <p><input type="checkbox"/> アルミホイル</p> | <p><input type="checkbox"/> やかん</p> <p><input type="checkbox"/> 皿(紙・ステンレスなど)</p> <p><input type="checkbox"/> コップ(紙・ステンレスなど)</p> <p><input type="checkbox"/> わりばし</p> <p><input type="checkbox"/> スプーン</p> <p><input type="checkbox"/> フォーク</p> <p><input type="checkbox"/> 歯ブラシ</p> <p><input type="checkbox"/> 石鹸</p> <p><input type="checkbox"/> ドライシャンプー</p> <p><input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器</p> <p><input type="checkbox"/> 新聞紙</p> <p><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ</p> <p><input type="checkbox"/> 安全ピン</p> <p>●その他</p> <p><input type="checkbox"/> ブルーシート</p> <p><input type="checkbox"/> 布製ガムテープ</p> |
|--|---|--|



## 防災用具(消火器や救急箱)の確認

災害発生時や発生後の行動の確認 詳細は38ページ以降をご覧ください

## (2) 事業所・従業員の対策

大規模災害が発生し、交通機関がストップすると、駅前などでは大混乱が予想されます。各事業所・従業員のみなさんは次のような対策が必要となります。

### 事業所での対策

従業員に、翌日、翌々日などの時差帰宅を呼びかける

従業員が滞在するために必要な物の準備



- ・水、非常食の備蓄
- ・仮眠のための場所、毛布などの確保
- ・停電対策(懐中電灯などの用意)
- ・トイレ対策(携帯トイレ、水洗用の水)等

**正確な情報を入手できるよう、携帯ラジオなどを用意**

**日頃から、事業所内の棚の固定など安全対策に努める**

このほか事業所においては、大規模災害発生時における事業の継続方法や、事業の復旧方法（事業継続計画：BCP）を事前に検討しておく必要があります。BCPを準備しておくことは、災害時における事業の継続・早期復旧を実現させるだけでなく、顧客からの信用の維持や、市場関係者からの評価の向上につながります。

### **従業員の対策**

#### **正確な情報の入手方法、情報伝達方法の確認**

- ・ 正確な交通情報
- ・ 家族との安否確認
- ・ 勤め先との連絡方法

### **徒歩での帰宅の準備**

- ・ 職場に帰宅グッズ（地図、手袋、懐中電灯など）を用意
- ・ 職場にスニーカーを用意
- ・ 職場に非常食の用意
- ・ 帰宅ルートの確認



このステッカーが貼られているコンビニなどは、災害時帰宅支援ステーションとして、水道水、トイレなどの帰宅支援が受けられるよ。帰宅ルートの目安にしてね。



### 3 隣近所での対策（共助）

いつか起こりうる災害に備えて、日頃から隣近所のコミュニケーションを図り、災害発生時には地域みなさんで助け合う（共助）ことが大切です。

大阪市では、地域住民が取り組む共助の例として、『市民防災マニュアル』を作成しています。

38 ページから、市民防災マニュアルの主な内容骨子を記載しています。



#### （１）自主防災組織づくり

地震や水害を止めることはできません。私たちにできることは、災害に対して「先手を打つ」ことです。力を合わせて災害に立ち向かい、被害を最小限に抑え、災害から「自分たちのまちを自分たちで守る」ために自主防災組織をつくりましょう。



#### （２）自主防災活動

「自分たちのまちは自分たちで守る」ためには、自主防災組織をつくるだけでは十分ではありません。日頃からの活動があってこそ、災害時においても地域の力が発揮されます。次のような自主防災活動を日頃から実践しましょう。

##### 地域への防災知識の普及・啓発

災害時に自主防災組織が効果的に活動するためには、住民一人ひとりが防災に関する正確な知識を持つ必要があります。日頃から地域防災リーダー（27 ページ参照）を中心に、防災知識の習得に努めましょう。

##### わがまちの防災計画をつくる

自分たちの地域での様々な取り組みを計画的に進めていくために、地域の特性に応じた自主防災の役割や、具体的な避難の方法などの計画をつくりましょう。



## 防災訓練の実施

実際の災害を想定した訓練に参加して、災害時の対処方法を身につけましょう。訓練の実施にあたっては、自主防災組織だけではなく、各年齢層の住民や事業所、防災関係機関などとの連携を十分に図りながら行うことも重要です。



防災訓練の様子

中央区役所は地域で実施される防災訓練を支援しています。

## わがまちの防災マップづくり

災害による被害をできるかぎり少なくするためには、自分たちの住んでいる地域の災害に対する強みと弱みを把握している必要があります。それらを把握するには、避難所や危険箇所、防災資材の所在箇所などを地図に記載することが効果的です。



## 避難行動要支援者の支援対策づくり

避難行動要支援者が必要とする支援は、移動の介助や情報の提供など様々です。いざという時の避難やその方法等について、日頃から隣近所で確認しておきましょう。中央区支え愛ネットプロジェクト（29 ページ参照）や、下の支援プランメモをご活用ください。

あなたの支援プラン（ひとりで避難することに不安のある方用）				
名前		住所		
		電話	FAX	
●支援の必要な理由（要介護度、障害者手帳の等級および具体的な症状）				
●災害時の避難方法				
支援者	名前	住所	電話	FAX
	名前	住所	電話	FAX
●かかりつけ医療機関				
●かかりつけ以外であなたの病状などに対応できる医療機関				
同居家族	名前	続柄	名前	続柄
	名前	続柄	名前	続柄
緊急時の連絡先	名前	続柄	住所	電話
	名前	続柄	住所	電話
●災害時に支援して下さる方へ写しを渡しておきましょう。				

「避難行動要支援者」とは、高齢者や心身に障がいのある人など、安全な場所への避難に支援を要する人のことだよ。

