

北中島防災マニュアル

保存用

平成30年1月作成

わが家の防災メモ（避難場所や緊急連絡先を書き込んでください）

災害時避難所	北中島小学校
一時避難場所	
津波避難ビル	

緊急連絡先 (親類、知人等)	(さん)
-------------------	----------------------------



家族の安否確認方法について

災害時は、携帯電話も一般電話も通話が制限されます。N T Tの災害用伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言板を活用するなど、安否確認方法を決めておきましょう。

- ① 災害伝言ダイヤル
「1 7 1」をダイヤルし、ガイダンスに従って伝言を登録・再生できます。

【災害伝言ダイヤル体験利用日】
毎月1日及び15日 00:00～24:00
正月三が日（1月1日00:00～1月3日24:00）
防災週間（8月30日9:00～9月5日17:00）
防災とボランティア週間（1月15日9:00～1月21日17:00）

- ② 携帯電話の災害伝言板
安否情報を登録すると、家族や友人が携帯電話やパソコンから確認できます。

③ 避難勧告等の行動

	どのように行動したらいいか
避難準備・高齢者等避難開始	・高齢者、障がい者、乳幼児など、避難に時間のかかる方は、避難を始めてください。また、周りの方は支援を始めてください。 ・通常の避難ができる方は、気象情報に注意し、家族との連絡や非常用持出品の用意など、避難準備を始めてください。
避難勧告	通常の避難のできる方は、決められている避難場所などへの避難を始めてください。
避難指示	避難中の方は、すぐに避難を完了してください。また、外が危険な場合は、自宅や近くの建物の3階などに避難し、屋内で安全を確保してください。

安否確認カード

安否確認カードは各世帯で普段から必要な事項を記入していただき、もしも、災害が発生した場合に避難場所の受付で提出していただくことで混乱や混雑の防止しに役立てようとするものです。また、避難者の把握や避難誘導にも活用をします。

北中島地区（ 町会）	
ふりがな：	
お名前 ：	
性別・血液：男 女 型（Rh + - ）	
ご住所 ：	
連絡先 ：	
生年月日： T S H 年 月 日 歳	
一時避難場所：	
世帯状況： 人帯（構成： ）	
その他	
このカードは普段から記入し、災害時は切取ってご使用してください。	

北中島地区の災害時避難所・一時避難場所について

(1) 災害時避難所

災害時避難所は、大きな災害によって住居等を失うなど、避難生活を余儀なくされた場合に、一定期間の避難生活を行う施設のことをいいます。

災害時避難所	大阪市立 北中島小学校
--------	-------------



(2) 一時避難場所

大規模な災害が発生すると、広範囲での火災や道路の寸断等で通行が困難になるなど、消防、警察等の救助活動に支障をきたし、負傷者の救出に間に合わない場合があります。そのため、地域の皆さんが互いに助け合い、安否確認、初期消火、救出、救護、避難誘導等を行い、被害を最小限に食い止め、お互いの安全を確認する一時避難場所に集合します。

北中島各町会の一時的避難場所

町会	一時避難場所	町会	一時避難場所
宮原第1	宮原薬師堂前	井有一南	北方面大拓M、南方面志米穀店
宮原第2	宮原会館	東栄会東	東海道線西歩道中央
宮原第3	宮原会館	東栄会西	石原産業付近
宮原第4	宮原会館	東栄会南	淀川温泉道路前
東三国4西	セブンイレブン駐車場 北中島温泉横	東栄会中	たこやきげんき前 (酒ステーションー之蔵)
砂東	東三国駅西側 全管連前 東三国駅東側 常光寺前	ファミリー 北大阪第1	ファミリー公園
砂西	東三国4・西宮原3：ちびっこ広場 宮原5：北中島公園	ファミリー 北大阪第2	ファミリー広場
砂中	砂中会館前	新大阪 グランドハイツ	グランドハイツ前公園
		宮西	北中島公園 時計台前
		ネオハイツ新大阪	北中島コミュニティー広場

北中島地区の津波避難ビル

津波避難ビルは津波警報が出たときに津波避難場所として逃げ込める安全な建物です。
民間施設や公共施設の新耐震基準で鉄筋コンクリート造、鉄骨コンクリート造で3階以上の建築物が対象になり、大阪市では建物オーナーと使用に関する協定を結び提供をいただいています。

津波避難ビルマーク



名称	所在地	利用可能時間
北中島小学校	淀川区宮原5-3-4	24時間
宮原中学校	淀川区西宮原3-3-2	24時間
東淀川高等学校	淀川区宮原4-4-5	24時間
メルパルク大阪	淀川区宮原4-2-1	24時間
市営住宅新三国1号館・2号館	淀川区西宮原3-3-12~13	24時間
地下鉄御堂筋線『東三国駅』	淀川区東三国1-33-6	24時間

「自助」 災害への備えは大丈夫ですか？

地震が起きたら

地震だ！

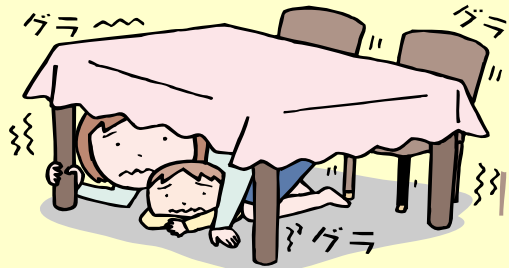
～5分

～3時間

～3日

落ち着いて自分の身体を守る

家具や天井の下敷きにならないように、机の下や丈夫なもので身体を保護しましょう。



火に近づくな

都市ガスは震度5相当以上で自動的に遮断されます。無理に火を消そうとせず、揺れがおさまるまで近づかないようにしましょう。

ラジオ・テレビをつける

被害情報を出来るだけ早く確認しましょう。

くつ・スリッパをはく

割れたガラス等から足を守るために、くつ・スリッパをはきましょう。

家族の安全を確認する

けが人が出た場合は、自力や近所の助けを得て病院へ向かうことを考えましょう。

火元を確認

ガスの元栓を閉め、ストーブやアイロン等のスイッチを切る。避難する場合は電気のパレーカーを切りましょう。（復電したときに、漏電し火災が発生する恐れがあるため）

非常持ち出し品の準備

余震に注意

余震に備えて、外に出る場合は安全な服装で身を守りましょう。

避難

火災・建物倒壊等災害の状況に応じて、避難しましょう。

メモをのこす

避難所に入ったり、地域外に一時避難するなどで家を離れるときは、目立つ場所に行き先や連絡先を書いたメモを残しましょう。

塀やガレキに近づくな

余震が続きます。危険な場所へは近づかないようにしましょう。



車で逃げるな

道路は緊急車両のために空けておきましょう。

水・食料は備蓄でまかなう

災害からの3日間は、救援物資が整わず、商店での販売も出来ないことを想定し、家庭での備蓄でまかないましょう。

壊れた家には入らない

応急危険度の判定が行われるまでは、2次災害を防ぐため近寄らないようにしましょう。

正しい情報を手に入れよう

ラジオ・テレビ・行政からの情報を確認し、冷静に判断しましょう。



風雨（台風がくるとき）

強風に備える

- ガラス飛散防止のため雨戸を閉める。雨戸がない窓は内側からガムテープを貼り、カーテンを引きましょう。
- ベランダの物干しざお、家の周りの植木やごみ箱など飛ばされやすいものを片付けましょう。



大雨に備える

- 排水溝・といを掃除し、流されやすいものを片付けましょう。
- ビルの地階など低所は、大雨・洪水などにより、浸水する恐れがありますので注意しましょう。

津波から身を守るために

津波避難の特徴

- 深海での津波の速さはジェット機なみです。沿岸部でも短距離選手なみのスピードがあります。また、くるぶし程度の高さの波でも力が大きく、立っていることはできません。
- 津波が来る前には、引き波があると言われていますが、前触れなく津波が来ることもあります。
- 津波は繰り返しやってきます。また、最初の波より、次の波が大きいことがあります。
- 津波注意報・警報が解除されるまで、注意してください。また、津波による水面の振動は長時間続くことがあります。警報等が解除された後も、河川や海岸には近づかないでください。

避難のポイント

- 大阪市域に津波警報(1m～3m)、大津波警報(3m以上)が発表された場合は速やかに3階以上の「高く」安全な場所に避難してください。
- 河川・海岸近くで地震を感じたら自己判断せず、すぐに河川・海岸から離れて、一刻も早くビルの3階以上の「高く」安全な場所に避難しましょう。
- 避難に車は使わないようにしましょう。過去の地震では、避難する車で道路が渋滞したため、逃げ切れず津波に飲み込まれ、多くの人が命を落としました。
- ラジオ・テレビ・行政などから正しい情報を入手するように心がけ、落ち着いて行動しましょう。
- 南海トラフの地震発生後、最短で1時間50分で津波が大阪市に到達すると想定されています。

共助 北中島地域(隣近所)の自主防災活動に参加しよう

災害の規模が大きくなればなるほど、「自助（自分の身は自分で守る）・共助（力を合わせて助け合い、自分たちのまちを守る）」が重要となります。大規模な災害では、火災や道路の寸断などの様々な被害が広範囲に発生します。そのときに地域の皆さんが初期消火、救出・救護、避難誘導などの活動に取り組み、被害を軽減するために、お互いに協力し合うことが必要になります。また、安心なまちづくりの基本は日常から隣近所とのコミュニケーションを図ることです。北中島地域では北中島地域連合振興町会が主体となって防災訓練や防災ワークショップ（防災学習会）など防災活動に取り組んでいます。あなたも自分の命を守るため、家族の命を守るため、隣近所の人々の命を守るため北中島地域の防災活動に参加しましょう。

地域防災リーダー

大規模災害時には、地域住民の先頭に立って初期消火・救出救護活動に導き、また平常時には地域の人たちに、防災啓発を行っています。いつ災害が発生しても対応できるよう、防災訓練を行い、防災に必要な知識や技術の習得に取り組んでいます。

北中島地域では平成29年度、52名の方に従事していただいています。防災リーダー隊長1名をおき、そのもとに5班（情報班、初期消火班、救護班、避難誘導班、給食・給水班）体制で編成されています。



防災ワークショップ

地域の自主防災組織の方々を中心に、地域（町会）ごとの大きな地図を使い、災害に対する地域ごとの「強み」「弱み」などの特性を描きこみ、実際の災害が起こったことを想定したワークショップ（災害図上訓練等）を開催しています。

このワークショップにおいては、防災上の課題や災害時における対応などを地域の実情に合わせて、自主防災組織が中心となり小学校区単位程度の範囲で実施しています。



防災訓練

北中島地域では、防災訓練や避難所開設訓練が実施されています。防災訓練では自宅から災害時避難所(北中島小学校)への避難訓練。淀川消防署の指導のもと、消火器の使い方や応急処置など、隣近所の救出を目的とした実技を中心とした訓練に取り組んでいます。

避難所開設訓練ではいかに多くの人を安全に受け入れられるのかが重要です。避難所運営組織を作り、地域住民の協力を得ながらの避難所施設の利用方法、避難所生活を円滑に進めるための訓練を実施しています。



日頃からの災害への「心がまえ」を

家族で防災会議を開こう ◆災害に対して家庭で準備しましょう◆

①家族一人ひとりの役割を決める

家族で話し合って災害発生時の役割を決めておきましょう。

- 火を消す
- ガスの元栓を閉める
- 子どもやお年寄りの安全を確認する



- 危険物を安全なところへ移す
- 消火器・バケツなどを準備する
- 電気器具のコンセントを抜く、ブレーカーを切る



- 非常持ち出し品を確認する
- すぐに戻ってこられない家族へ伝言を書いておく

- ラジオ・テレビなどで情報を確認する
- 出入り口を確保する

②危険箇所をチェックする

家の内外に危険箇所がないかどうかチェックしましょう。危ない場所は修理や補強について話し合しましょう。

③「非常持ち出し品」と「非常備蓄」をチェックする

必要な品が揃っているかを確認します。また定期的に保存状態や消費期限を点検し、必要なら交換しましょう。(この面の持ち出し品チェックリスト参照)

④防災用具をチェックする

消火器や救急箱を確認しましょう。消火器の使い方や応急手当の方法を覚えておきましょう。

⑤緊急連絡カードを用意する

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。

緊急連絡カード	
住 所	TEL
氏 名	(男・女)
生 年 月 日	年 月 日 血液型: 型
保 護 者	氏名 連絡先 TEL
助 助 先 (学校名)	TEL

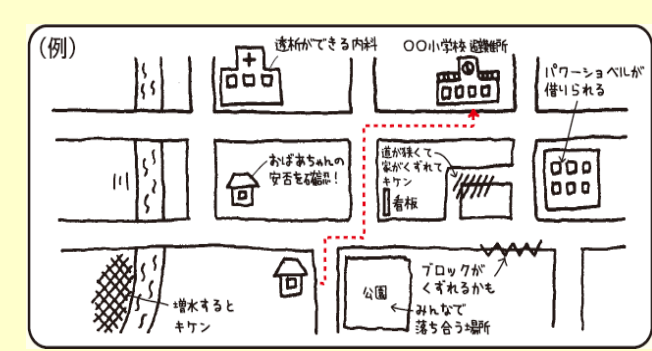
⑥わが家の防災マップをつくろう

家の付近の危険な場所(危険な道路や老朽化した看板など)や避難場所(小・中学校、公園 など)を確認します。避難経路は1つではなく、通行できない場合に備えて複数決めておきましょう。それらをイラストなどで簡単にあらわした「わが家の防災マップ」を作成し、家族で避難経路の下見をすることで、災害が発生した時に、あわてず冷静に適切な対応が出来ます。

わが家の防災マップ

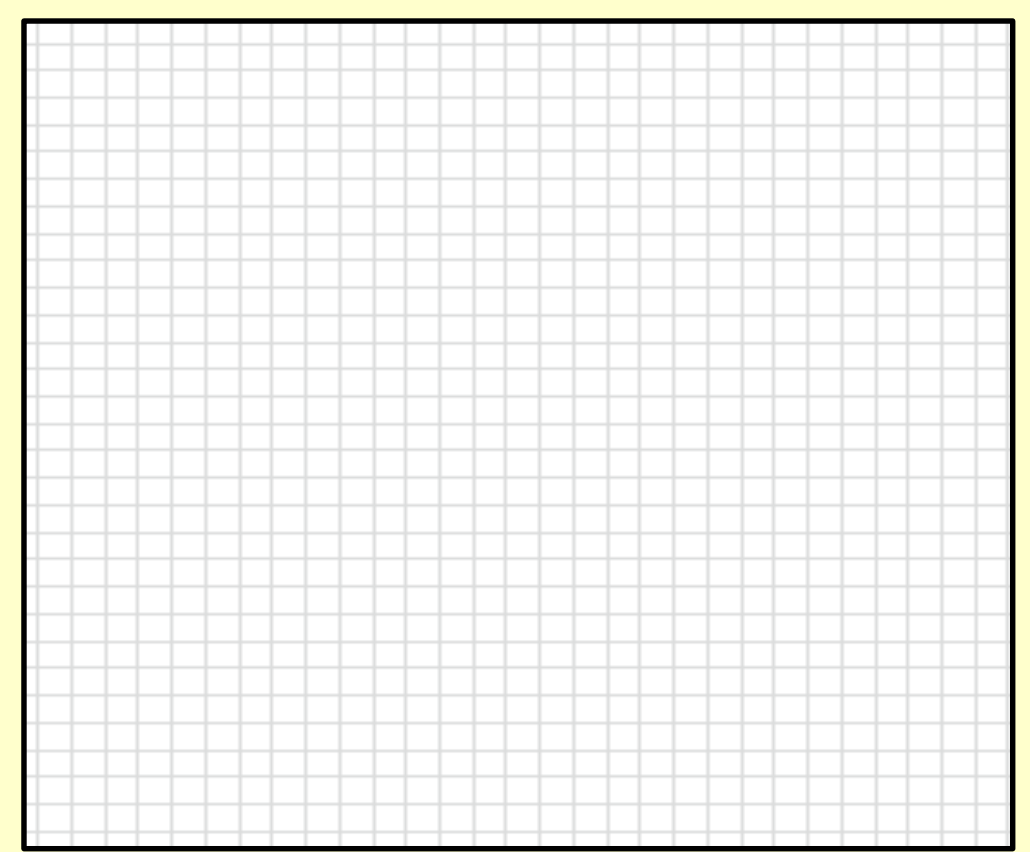
わが家の防災マップを作っておきましょう

自分の家の周辺の危険な道路や老朽化した看板など、まち歩きをして確認したことを地図に書いておきましょう



【記載しておきたいこと】

- 家族の集合場所
- 避難所、避難場所
- 道路経路
- 地震や台風等で危険になりそうな場所



いざという時に備えて 非常持ち出し品チェックリスト

各家庭でいざという時に備える「非常持ち出し品」災害時に救援物資が届くまでの3日から1週間程度を自足してしのぐための備えを、「1次」と「2次」の2つの段階で設定しました。リストを参考にあなたのご家庭で必要な品物の検討・用意をぜひすすめてみてください。

1次持ち出し品 「1次持ち出し品」とは、避難時にすぐに持ち出すべき必要最低限の備えで、被災時・非常時の最初の1日をしのぐための飲食糧や物品等です。

あらゆる家庭に共通して必要なもの

基本品目32点 (大人2人分の目安)

- | | |
|---|------|
| <input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋(背負えるもの) | 1個 |
| <input type="checkbox"/> 缶入り乾パン(110g) | 2個 |
| <input type="checkbox"/> 飲料水(500mlペットボトル) | 6本 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池も) | 2個 |
| <input type="checkbox"/> ローソク | 2本 |
| <input type="checkbox"/> ライター | 2個 |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池も) | 1台 |
| <input type="checkbox"/> 万能はさみ(十徳ナイフ) | 1本 |
| <input type="checkbox"/> 軍手・手袋 | 2組 |
| <input type="checkbox"/> ロープ(5m～) | 1本 |
| <input type="checkbox"/> レジャーシート(2畳) | 1枚 |
| <input type="checkbox"/> サバイバルブランケット | 2枚 |
| <input type="checkbox"/> 簡易トイレ | 2枚～ |
| <input type="checkbox"/> タオル | 4枚～ |
| <input type="checkbox"/> ポリ袋 | 10枚 |
| <input type="checkbox"/> トイレットペーパー | 1ロール |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ | 2個 |
| <input type="checkbox"/> 現金(公衆電話用の小銭) | 約50枚 |
| <input type="checkbox"/> ガムテープ(布製) | 1個 |
| <input type="checkbox"/> 油性マジック(太) | 1本 |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | 1セット |
| <input type="checkbox"/> 救急袋 ※は緊急袋へ入れる | 1枚 |
| <input type="checkbox"/> 毛抜き ※ | 1本 |
| <input type="checkbox"/> 消毒液 ※ | 1本 |
| <input type="checkbox"/> 脱脂綿 ※ | 適当量 |
| <input type="checkbox"/> ガーゼ(滅菌) ※ | 2枚 |
| <input type="checkbox"/> ばんそうこう ※ | 10枚～ |
| <input type="checkbox"/> 包帯 ※ | 2巻 |
| <input type="checkbox"/> 三角巾 ※ | 2枚 |
| <input type="checkbox"/> マスク(防塵) ※ | 2枚 |
| <input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬 ※ | 適当量 |

個人や家庭の事情に合せて備えを検討するもの

- 必需品・貴重品**
- ☐ 現金
 - ☐ 車や家の予備鍵
 - ☐ 予備メガネ・コンタクトレンズ等
 - ☐ 携帯電話
 - ☐ 預金通帳
 - ☐ 健康保険証
 - ☐ 運転免許証
 - ☐ パスポート・外個人登録証等
 - ☐ 印鑑
 - ☐ 証書類
 - ☐ 要援護者への支援プラン
- ※パスポートや保険証はコピーや番号の控えなどの工夫も可。 身分証明ともなる

- 高齢者用品**
- ☐ 健康手帳(高齢者手帳)
 - ☐ おむつ
 - ☐ 着替え
 - ☐ 持病薬
 - ☐ 予備メガネ
 - ☐ 看護用品
 - ☐ 入れ歯

- 赤ちゃん用品**
- ☐ 粉ミルク
 - ☐ 哺乳瓶
 - ☐ 離乳食・おやつ
 - ☐ スプーン
 - ☐ 洗浄綿
 - ☐ バスタオル
 - ☐ ガーゼ
 - ☐ 紙おむつ
 - ☐ 母子手帳
 - ☐ 玩具
 - ☐ 着替え
 - ☐ ベビーカー
 - ☐ おんぶひも
 - ☐ 毛布

非常備蓄品 (家庭で備えておくもの)

非常備蓄品とは避難後に安全を確認して、自宅へ戻り持ち出したり、自宅で避難生活を送るうえで必要なものです。救援物資が届くまでの3日間から1週間分程度、自足するつもりで備えましょう。

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

- 基本品目は、参考として一般的な家庭の大人2名のために必要な数量を設定しました。
- 1次持ち出し品は「非常持ち出し袋」に入れ、いざという時にすばやく持ち出せる所に置きましょう。
- 「1次持ち出し品」とともに、避難時に身につける「防災ずきん等」「はきもの」も備えましょう。