

# 防災・減災推進研修会

- 日時：令和4年1月30日（日）  
午後1時から午後2時30分
- 場所：下倉田地域ケアプラザ
- 主催：下倉田地区連合会
- 講師：（公社）横浜市防火防災協会講習課  
滝沢 宏 氏、川原 伸悟 氏

## 地域みんなで防災・減災を！

### 「防災・減災推進研修会」開催のご案内

私たちは、阪神・淡路大震災（平成7年1月発生）、東日本大震災（平成23年3月発生）、熊本地震（平成28年4月発生）など大震災を経験し、さらに近い将来発生が予想される首都直下地震・南海トラフ巨大地震のほか毎年発生する大型台風による風水害・土砂災害に備えなければなりません。

また、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの同時流行時に大地震や大型台風による災害が同時に発生（複合災害）することも予想されます。

そこで、今後予想される大地震や風水害に対する「防災・減災啓発事業」として、標記研修会を次のとおり開催します。横浜市防火防災協会の講師が分かりやすく説明しますので、ぜひご参加をお願いいたします。

- 1 日時 令和4年1月30日（日）  
午後1時から午後2時30分まで（開場：午後0時45分）
- 2 場所 下倉田地域ケアプラザ 多目的ホール
- 3 内容
  - ・地域における被害想定／基本的な災害への備え（自助・共助の取組）
  - ・地震火災への備え（地震火災の危険性、感震ブレーカー設置助成等）
  - ・風水害への備え（マイ・タイムラインの作成方法）
- 4 主催 下倉田地区連合会
- 5 講師 （公社）横浜市防火防災協会講習課 河原 伸吾 氏、滝沢 宏 氏
- 6 参加対象者 自治会町内会会長及び防災担当者、地区連合会役員
- 7 参加申込先・問合せ先  
令和4年1月5日（水）までに団体ごとに参加者の氏名・電話番号を記載して下倉田地区連合会副会長 新倉あてEメールで申し込んでください。

Eメールアドレス：monsieur.hiro.0163@gmail.com



家具の転倒防止



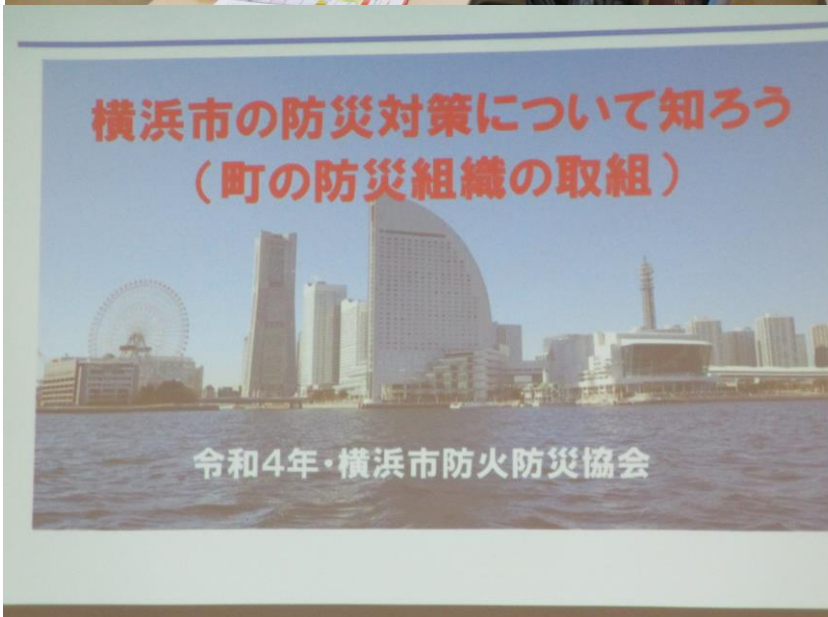
消火訓練



シェイクアウト訓練



非常持ち出し品の点検  
(裏面に続く)



私たちは、近い将来発生が予想される首都直下地震・南海トラフ巨大地震のほかに毎年発生する大型台風による風水害・土砂災害に備えなければなりません。この度、横浜市防火防災協会から二人の講師をお迎えして「防災・減災推進研修会」を開催しました。コロナ禍で参加対象者を絞り、21名が参集しました。自宅の耐震化と家具の転倒防止、感震ブレーカー設置、ハザードマップで地域を知り、地域の隠れた危険を把握するなど備えについて考える時間を共有することができました。地域や家族にも本研修会で学んだことを伝えて、防災・減災の意識向上を図れればと思います。





I. 自助・共助の重要性

元禄型関東地震による被害想定  
(横浜市地震被害想定調査報告書・2012年10月)


- 死者：3,260人
- 避難者数：577,000人
- 火災による焼失棟数  
全焼：77,700棟
- 建物倒壊等による被害  
被害総数：112,000棟
- 津波による死者数：595人  
(慶長型地震を採用)



I. 自助・共助の重要性

元禄型関東地震による被害想定  
(横浜市地震被害想定調査報告書・2012年10月)

- 死者：3,260人
- 避難者数：577,000人
- 火災による焼失棟数  
全焼：77,700棟
- 建物倒壊等による被害  
被害総数：112,000棟
- 津波による死者数：595人  
(慶長型地震を採用)








**自助・共助の必要性**

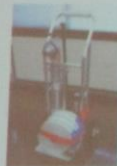
自分の身は自分自身で守り、さらには互いに助け合って地域を守る、  
地域で自活する備えが必要。

**救出の8割以上は一般市民だった** 阪神・淡路大震災 1995年 M7.3




初期消火箱

- ・神戸市における要救助者のうち、約5%を消防団、約85%を一般市民が救出したとの統計があります。(村上ひとみ(1998))
- ・西宮市における地震発生後3日間の火災41件のうち、住民が初期消火を実施した火災は28件(68%)




スタンドパイプ型  
初期消火器具



**町内会の訓練に参加!**

**地域防災拠点の訓練に参加!**





### 感震ブレーカーとは

地震の大きな揺れで電気を自動的に遮断し「電気火災」を防ぐ効果大きい器具です。

※横浜市では感震ブレーカーの設置を推奨しています。

簡易タイプ

感震器ユニット

主ブレーカ

### ③家具類の転倒・落下防止措置

金具による固定

ポール式器具(突っ張り棒)による固定

粘着マット・粘着ベルト

その他



【避難行動計画】  
**マイ・タイムライン作成シート** 台風や大雨時における一人ひとりの避難行動計画をたてましょう。  
 台風や大雨などは事前に道路や橋が手薄できることから、接近時の計画をたてておくことで適切な避難行動に繋がることができます!!

ハザードマップチェック 避難の状況のチェック 避難行動の検討

【マイ・タイムライン】

避難レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
行政からの情報	●大雨に注意	●自主避難の準備が完了	●避難準備	●避難開始	●避難完了
避難レベル	●大雨に注意	●自主避難の準備が完了	●避難準備	●避難開始	●避難完了
避難事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>

【避難の注意】

- 命の危険 確かに安全確保
- 命を守る最善の行動をとる
- 屋内の安全な場所への避難

わたしの計画

**マイ・タイムラインとは？**

・風水害などの災害は事前に予測できることから、接近時の計画をたて、適切な避難行動ができるようにするものです。

【避難行動計画】  
**マイ・タイムライン作成シート** 台風や大雨時における一人ひとりの避難行動計画をたてましょう。  
 台風や大雨などは事前に道路や橋が手薄できることから、接近時の計画をたてておくことで適切な避難行動に繋がることができます!!

ハザードマップチェック 避難の状況のチェック 避難行動の検討

【マイ・タイムライン】

避難レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
行政からの情報	●大雨に注意	●自主避難の準備が完了	●避難準備	●避難開始	●避難完了
避難レベル	●大雨に注意	●自主避難の準備が完了	●避難準備	●避難開始	●避難完了
避難事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> <li>避難準備が完了しないよう5分以内の避難行動</li> </ul>

【避難の注意】

- 命の危険 確かに安全確保
- 命を守る最善の行動をとる
- 屋内の安全な場所への避難

わたしの計画

2021年度 防災・減災推進研修  
 [風水害編]  
 マイ・タイムラインの作成

横浜市防火防災協会

20

感震プレーカーも取付けましょう!

20



# 近年の風水害1



死者 224名  
行方不明 8名  
負傷者 459名

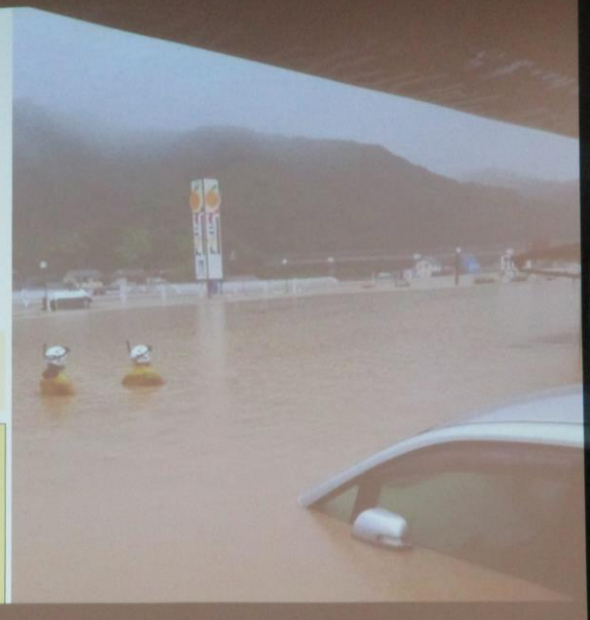
# 平成30年7月豪雨

# 近年の風水害2

令和元年 台風15号・19号

# 令和2年7月豪雨

死者 82名  
行方不明 4名  
負傷者 25名  
※令和2年7月27日現在



●横濱市ホームページ ●メール ●アプリ  
横濱市 防災情報 検索 横濱市 防災情報Eメール 検索 Yahoo! 防災通報

**はじめに**  
近年台風などによる大雨・暴風による被害が大きくなっており、いざどこで災害が発生してもわかりにくくなります。「自分の命は自分で守る」意識を持ち、お住まいの地域ごとのような被害が起きる可能性があるとともに、一人ひとりの状況に合わせた避難の対策をたてましょう。

平成30年7月豪雨を踏まえた水害・土砂災害からの避難のあり方について(中央防災会議)＜国元の皆さんへ＞より抜粋

- 行方一人ひとりの状況に応じた避難
- 避難するがしがない、避難は「新たな」の判断です。緊急時は、自分や大切な人の命が危ないと感じたとき、行方一人ひとりを助けに行くことはできません。
- 河川の氾濫や土砂災害が発生してからではもう遅いです。「今、逃げなければ、自分や大切な人の命が危ない」との判断をお願いします。

**災害に備え、大事な命を守るために今できる準備をすませましょう!**

**STEP1 住んでいる地域の危険性を把握しよう!!**  
洪水・内水・土砂災害の危険性を防災地図(ハザードマップ)で把握しましょう。  
防災の地図について(本市ホームページ) 横濱市 防災の地図 検索  
ハザードマップはお住まいの区役所で配布しています。

**STEP2 気象情報・避難情報等々を理解しよう!! ※高齢者等避難、避難指示等**

警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル5
心構えを高める	避難行動の確認	避難に時間を要する人は避難	避難場所等への避難	命の危険を回避し、避難場所へ安全確保!
(例) 大雨に注意	(例) 大雨・内水警報、洪水注意報	(例) 大雨・内水警報、洪水注意報、土砂災害警戒情報	(例) 土砂災害警戒情報、土砂災害危険情報	(例) 土砂災害警戒情報、土砂災害危険情報

**避難場所** 原則、行政による避難情報の発令に伴い、避難場所を開設します。

発令する時間は、各区で異なる。必ずしも地域の際の避難所である場合もあります。市やお住まいの地域防災拠点(小・中学校等)の区役所ホームページ、防災情報で開設されるわけではなく、地区ごとに開設されている避難場所の情報

**STEP4 避難行動を理解しよう!!**

**河川氾濫の危険、下水道などからの浸水**  
●テレビラジオや横濱市などで最新情報を注意しましょう。  
●避難場所などでの川の氾濫危険を注意しましょう。  
●外の様子に注意しましょう。  
●河川やマンホールから大雨に水が溢れる。

**土砂災害の危険**  
●小石がバラバラ落下  
●斜面に亀裂が発生など  
●斜面に湧水が発生

**避難行動の準備**  
●避難の準備は避難行動の準備と同じです。  
●避難行動の準備は避難行動の準備と同じです。

**STEP5 非常時の持ち出し品を準備しよう!!**  
避難場所における物資・食料は、避難者の方々に持ち出さず、避難場所の備蓄品から取り出してください。避難場所の備蓄品は、避難者の方々に持ち出さず、避難場所の備蓄品から取り出してください。

**非常時の持ち出し品リスト**

緊急・安全	日用品	医薬品
懐中電灯、ラジオ、モバイル充電器、現金、貴重品、薬、食料、水、避難場所への地図、避難場所の連絡先、避難場所の住所、避難場所の電話番号、避難場所の名称、避難場所の所在地、避難場所の地図、避難場所の住所、避難場所の電話番号、避難場所の名称、避難場所の所在地、避難場所の地図	食料、飲料、日用品、衛生用品、寝具、着替え、タオル、靴下、帽子、手袋、防寒具、雨具、傘、懐中電灯、ラジオ、モバイル充電器、現金、貴重品、薬、食料、水、避難場所への地図、避難場所の連絡先、避難場所の住所、避難場所の電話番号、避難場所の名称、避難場所の所在地、避難場所の地図	常備薬、処方薬、救急セット、応急処置キット、絆創膏、消毒薬、ガーゼ、三角巾、止血剤、救急セット、応急処置キット、絆創膏、消毒薬、ガーゼ、三角巾、止血剤