

墨田区 地震 ガイドブック



がいにくごばん 外国語版について

がいにくじん かたほんくじしん し
外国人の方に本区の地震リスクを知ってもらうため、「墨田区地震ガイドブック（外国語版）」を作成しています。
がいにくごばん えいご ちゅうごくご かんこくご しゅるい
外国語版は英語・中国語・韓国語の3種類があり、区のホームページからダウンロードすることができます。

Sumida City created foreign-language versions of the Sumida City Earthquake Preparedness Guidebook to inform foreign residents about the risks of earthquakes affecting the city.

The guidebook is available in English, Chinese and Korean versions, which are downloadable from the city website.

为了让外国人了解本区的地震风险，区内制作了《墨田区地震指南》。

外语版包括英语、中文、韩语3种，可以从区主页上下载。

為了讓外國人了解本區的地震風險，製作了《墨田區地震指南（外語版）》。

外語版包括英文、中文、韓文3種語言，可從墨田區網站下載。

외국인 여러분에게 스미다구의 지진 위험을 알리기 위해 ‘스미다구 지진 가이드 북’을 제작했습니다.

외국어 버전은 영어·중국어·한국어의 3종류가 있으며, 스미다구 홈페이지에서 다운로드할 수 있습니다.

English
简体中文
繁體中文
한국어



目次

1 地震について学ぼう

- P1 1-1 地震の仕組み
- P3 1-2 墨田区の地域特性
- P4 1-3 首都直下地震の被害想定
- P5 1-4 地震に関する地域危険度測定調査
- P6 1-5 過去の大きな地震を知る

2 地震に備えよう

- P9 2-1 避難行動
- P11 2-2 家庭の安全確保
- P12 2-3 外出先で被災した際の行動
- P13 2-4 備蓄
- P15 2-5 火災への備え
- P16 2-6 情報収集
- P18 2-7 マンションの防災対策
- P20 2-8 事業所の防災対策
- P22 2-9 要配慮者の防災対策
- P25 2-10 ペットの防災対策

3 地域の取組みを知ろう

- P26 3-1 自助・共助・公助の重要性
- P27 3-2 自主防災組織
- P29 3-3 区の見取り
- P31 3-4 区の制度

4 もし被災したら…

- P33 4-1 被災後の避難所生活
- P34 4-2 被災後の支援

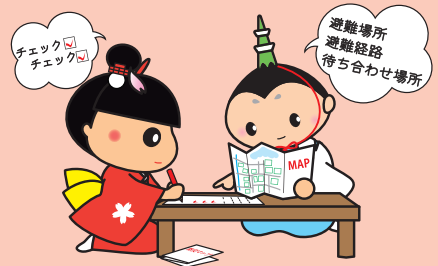
5 非常時はここを確認！

- P35 5-1 防災メモ
- P37 5-2 各種の連絡先



1

地震について 学ぼう



1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら...

5 非常時はここを確認!

地震の豆知識

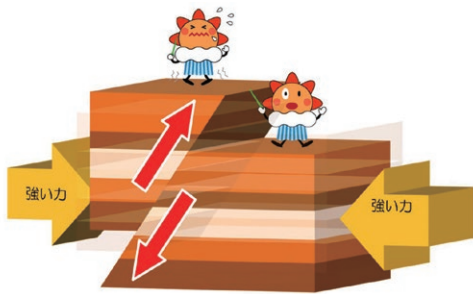
1-1 地震の仕組み

一緒に確認
していこう!



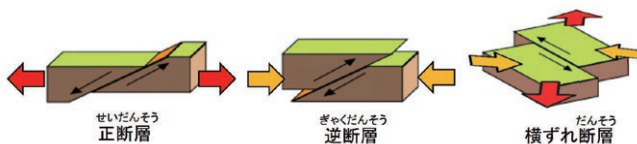
地震はなぜ起こるのか

地球の表面にはプレートという岩盤があり、隣り合うプレートから強い力で押されたり、引っ張られたりしています。その力で岩盤が、あるとき急にずれて動くことがあります。これが地震の正体です。

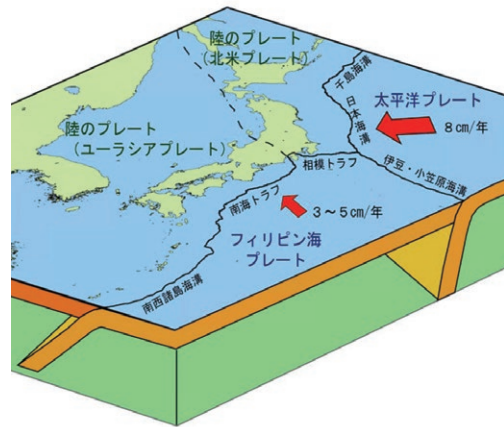


岩盤にどのように力が加かったかによって、ずれ方もいくつかあります。

下の図の \blacktriangleright や \blacktriangleleft は岩盤にかかる力の方向を示します。



出典：気象庁



日本付近のプレートの模式図

出典：気象庁

マグニチュードと震度

◆ マグニチュード

マグニチュードは、地震そのものの大きさ（エネルギー）を表します。

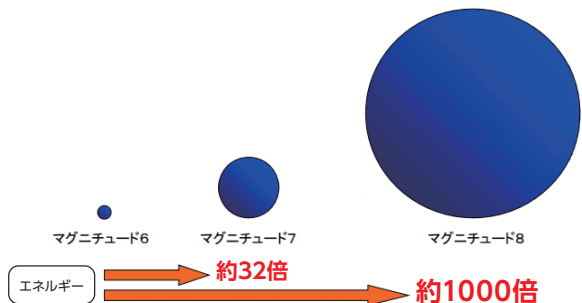
マグニチュードは1大きくなるとエネルギーが約32倍大きくなり、2大きくなると、1000倍になります。

つまり、マグニチュード8の地震は、マグニチュード6の地震の1000個分のエネルギーになります。

マグニチュードの数字は1ずつしか違いませんが、地震のエネルギーは、けた違いに大きくなります。

◆ 震度

各地域での地震の揺れの強さを表します。地震の揺れは地中の様子により大きく変わるので、同じ地域でも場所によって震度が違うことがあります。



地震の揺れ

地震の揺れを表す「震度」は、0から7まであり、下記の表は、ある震度が観測された際にその周辺で発生する被害等の目安を示したものです。

震 度 階 級	
震度	揺れの状況
震度 0	人は揺れを感じないが、地震計には記録される。
震度 1	屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。
震度 2	屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。眠っている人の中には、目を覚ます人もいる。
震度 3	屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。歩いている人の中には、揺れを感じる人もいる。眠っている人の大半が、目を覚ます。
震度 4	ほとんどの人が驚く。歩いている人のほとんどが、揺れを感じる。眠っている人のほとんどが、目を覚ます。
震度 5 弱	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
震度 5 強	大半の人が、物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。
震度 6 弱	立っていることが困難になる。
震度 6 強	立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。
震度 7	

過去に発生した震度7の地震は以下のとおりです。

・阪神・淡路大震災 (兵庫県南部地震) ・新潟県中越地震 ・東日本大震災 (東北地方太平洋沖地震) ・熊本地震 ・北海道胆振東部地震 ・能登半島地震

1-2 墨田区の地域特性

- 墨田区は、旧利根川水系と荒川水系の河口のデルタ地帯に発達した土地であり、起伏のほとんどない平坦な地形となっています。
- 海面からの高さ最高4m、最低マイナス1.2mの平坦な低地で地質はすべて砂と粘土まじりの沖積層です。
- 住宅・商業施設・工業施設が混在しており、耐火構造の建物が増加しているものの、狭い路地や古い木造家屋も多く、下町らしいまち並みが残っています。



地震による火災が発生した際には、同時期に様々な場所で火災が発生する恐れがあります。



すみ  だ・ぼうさいコラム

コラム1 | 能登半島地震に対する区への取り組み

令和6年1月1日に発生した能登半島地震において、石川県輪島市から物資支援の要請があったため、一般社団法人東京都トラック協会墨田支部の協力を得て、墨田区から救援物資の搬送を行いました。



1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら…

5 非常時はここを確認！

1-3 首都直下地震の被害想定

令和4年5月に東京都が公表した墨田区の被害想定は以下のとおりです。

地震の種類	都心南部直下地震
地震の規模	M7.3
区の震度	震度6強（一部の地域において震度6弱、震度7）
条件	冬・午後6時・風速8m
死者	321人
負傷者（うち重傷者）	3,307人（578人）
建物全壊棟数	5,398棟
出火件数・焼失棟数	19件・4,143棟

◆ 墨田区の被害の特徴

火災・建物倒壊・液状化など、甚大な被害を受ける恐れがあります。



住家被害と延焼被害の様子
（阪神・淡路大震災）



住家被害と延焼被害の様子
（阪神・淡路大震災）



液状化により浮き上がった
マンホールの様子
（東日本大震災）

出典：一般財団法人消防防災科学センター

◆ ライフラインの被害・復旧

	被害率（墨田区）	復旧日数（都内）
ガ ス	100%	約6週間後
上水道	53%	約17日後
電 力	42%	約4日後 ※延焼による停電は除く
通 信	10.4%	約4日後
下水道	6.7%	約21日後



1-4 地震に関する地域危険度測定調査

地域危険度とは

災害時の危険性について地域ごとに評価した結果です。

東京都の地域危険度は、建物倒壊、火災、避難(下記、調査項目を参照)のそれぞれについてその危険性を測定し評価しています。

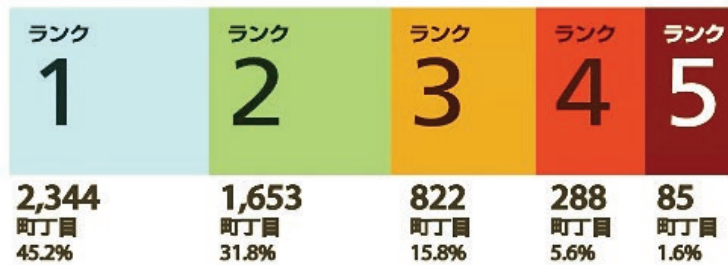
調査項目

- 建物倒壊危険度 (建物倒壊の危険性)
- 火災危険度 (火災の発生による延焼の危険性)
- 総合危険度 (上記2指標を合算し、〔災害時活動困難係数〕を乗じて、総合化したもの)
- 災害時活動困難係数 (道路状況により災害時の活動困難度を評価したもの)

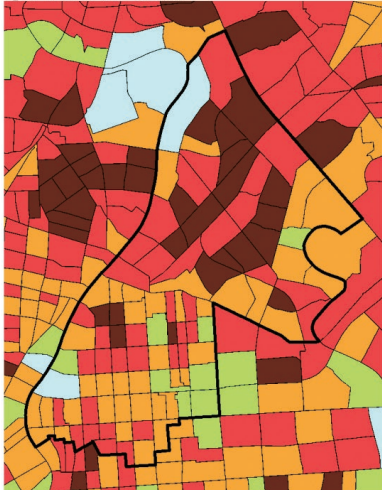
地域危険度は町丁目ごとの危険性の度合いを5つのランクに分けて、以下のように相対的に評価しています。

令和4年9月に東京都が公表した墨田区の地域危険度は以下のとおりで、北部地域に危険度の高い場所が散見されます。

危険性が低い ←————→ 危険性が高い



①建物倒壊危険度



②火災危険度



③総合危険度



凡例
■ 市区町村界
□ 町丁目界

出典：東京都都市整備局

1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら...

5 非常時はここを確認！

1-5 過去の大きな地震を知る

阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）

平成7年（1995年）1月17日 午前5時46分

マグニチュード：7.3 最大震度7

被害：死者6,434名、行方不明3名、負傷者43,792名、
住家全壊104,906棟など

1981年以前の旧耐震基準で作られた「既存不適格住宅」が大きな被害を被りました。以後、現行の耐震基準に則った形で復興が進みました。



倒壊した阪神高速道路

東日本大震災（東北地方太平洋沖地震）

平成23年（2011年）3月11日 午後2時46分

マグニチュード：9.0 最大震度7

被害：死者19,729名、行方不明2,559名、負傷6,233名、
住家全壊121,996棟など

日本において観測史上最大規模の地震で、太平洋沿岸部を巨大な津波が襲いました。

震度5強が観測された首都圏では、交通機関が麻痺したため、大量の帰宅困難者が発生する事態となりました。

墨田区においても、帰宅困難者が発生し、避難所を開設しました。



震災直後の防災対策庁舎



避難所となった墨田区総合体育館

大阪府北部地震

平成30年（2018年）6月18日 午前7時58分

マグニチュード：6.1 最大震度6弱

被害：死者6名、負傷者462名、住家全壊21棟など

この地震での学校ブロック塀の倒壊事故を受け、墨田区でも区有施設のブロック塀を調査しました。



震災で倒れた灯篭

北海道胆振東部地震

平成30年（2018年）9月6日 午前3時7分

マグニチュード：6.7 最大震度7

被害：死者43名、負傷者782名、住家全壊469棟など

民家を巻き込む大規模な土砂災害が発生し、日本で初めてとなるエリア全域に及ぶ大規模停電（ブラックアウト）が発生しました。



土砂崩れにより崩壊した民家

能登半島地震

令和6年（2024年）1月1日 午後4時10分

マグニチュード：7.6 最大震度7

被害：死者672名、負傷者1,405名、住家全壊6,536棟など（令和7年10月15日現在）

古い木造住宅などの耐震性が低い多くの住宅が被害を受けたほか、大規模火災も発生しました。



大規模火災があった朝市通り

コラム2

関東大震災

大正12年（1923年）9月1日午前11時58分にマグニチュード7.9（震度6）と推定される地震（大正関東地震）によってもたらされた災害です。関東大震災により被害を受けた住家は総計約37万棟に上り、死者・行方不明者は約10万5,000人におよびました。人的被害の多くは、火災によるもので、約9万人の死者・行方不明者が発生したと推計されています。その中でも、本所区（現墨田区）横網町の被服廠跡（ひふくしょうあと）で起こった火災では、避難していた住民約4万人が亡くなっています。【引用：内閣府「令和5年度版防災白書」】



旧国技館の焼け跡

出典：すみだ郷土文化資料館

被服廠跡（ひふくしょうあと）で起こった火災

大正11年（1922年）東京市は、陸軍被服廠（ひふくしょう：軍服などを作る工場）の移転に伴い、その跡地を買いとり、公園造りを進めていました。その中で発生したのが、関東大震災です。まだ空き地だった被服廠跡に周辺の人たちが家から布団や家財道具を持ち出し、続々と避難してきたのです。

ちょうど昼時であったことと、台風の影響で強風が吹いていたこともあり、各所で火災が発生しました。やがてこの被服廠跡にも強風にあおられた炎が四方から迫り、その火の粉が持ち込まれた家財道具などに燃え移りました。激しい炎は巨大な炎の竜巻、火災旋風を巻き起こし、一気に人々を飲み込み多くの人の尊い命が失われました。

【引用：公益財団法人東京都慰霊協会ホームページ】



本所石原方面大旋風の真景

出典：東京都復興記念館



燃えやすい家財道具、木造家屋の倒壊、強風、水道（消火栓）の断水、同時多発火災、当時の消防体制など、多くの要因がこのような悲劇を招いたと言われているよ。

関東大震災100年プロジェクト「すみだ防災100」

令和5年度は関東大震災から100年の節目として、当時大きな災害を経験した墨田区はシティプロモーションの一環として、地域で行われる様々な防災に関する取組をまとめ、一体的なイメージで幅広く展開していく「関東大震災100年プロジェクト」を開始しました。

墨田区では毎年防災フェアを開催しており、令和5年度は「関東大震災100年プロジェクト」の一環として防災シンポジウムを開催し、関東大震災後のまちづくりに寄与した後藤新平の取組みや今後の地域防災に関する講演等を行っていただきました。



2

地震に備えよう



1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら…

5 非常時はここを確認！

2-1 避難行動

大きな揺れを感じたらどうする？

地震直後の命を守る行動

地震が発生したとき、まずは自分自身の命を守る行動を取ってください。

【場所の例】

揺れを感じたら…

自宅：頭を守る、ガラスや家具から離れる。

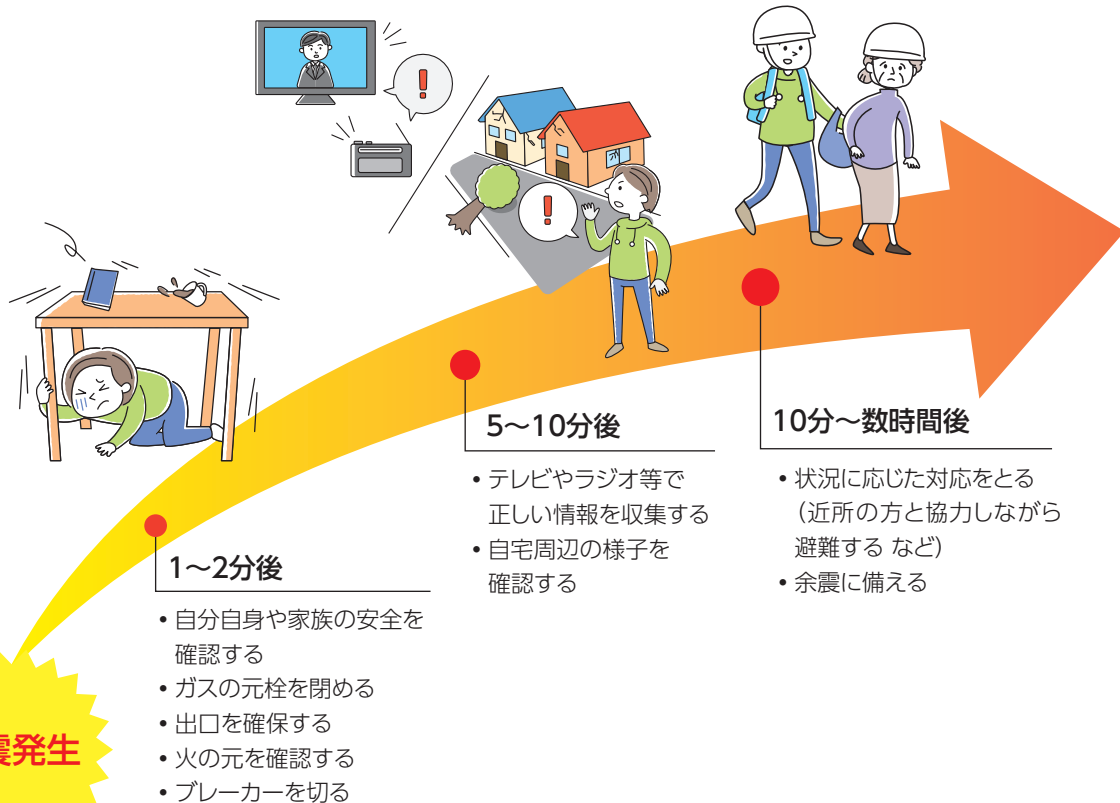
エレベーター：ボタンを全て押して、停止した階で降りる。

車の運転中：道の左側に停車する。

※下車して避難する際には、鍵を差したままにする。



【時系列】



【避難の流れ】（在宅避難）

大きな地震が発生し、建物の倒壊や火災などの危険がある場合は、速やかに避難しましょう。また、落ち着いて次の行動ができるよう、避難の流れを事前に確認しておきましょう。

大地震が発生!

Q 建物倒壊や火災の危険があり自宅にいることが不安

はい

いつとき 一時集合場所へ避難

避難したら、周囲の人と被災状況を共有し、すぐに次の行動に移れるよう、様子を見ます。



※自宅を離れるときは、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切り、非常用持ち出し品など必要最低限のものを持ってから移動します。

いいえ

自宅にとどまる（在宅避難）

余震の影響や火災の発生など、新たな危険が発生しないか、まわりの様子に気を配りましょう。

Q 燃え広がった火災が自宅や一時集合場所に近づいており、危険を感じる

はい

避難場所へ避難

火災の危険がなくなるまで、避難場所にとどまります。 ※地区内残留地区を除く



いいえ

いつとき 自宅や一時集合場所にとどまる



Q 自宅に被害があり、住めなくなってしまった

はい

指定避難所へ避難

いつとき 一時集合場所 とは

災害の様子を見る、避難場所へ避難するために一時的に集合する場所です。公園や学校などが指定されています。



避難場所 とは

広がった火災から避難する場所です。延焼の恐れが少ない大きな公園などが指定されています。



指定避難所 とは

自宅に住めなくなってしまった人が、一時的に生活する場所です。区内小中学校などが指定されています。



地区内残留地区（錦糸町地区）とは

不燃化等が進んでおり、火災が発生しても大規模な延焼火災の恐れがなく、広域的な避難を要しない区域です。

※挟み込んである防災マップに避難場所などを掲載していますので、ご確認ください。

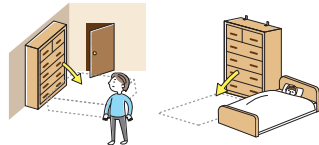
2-2 家庭の安全確保

自宅にいる時に大きな地震が発生した場合、どこが安全な場所になるでしょうか。
安全な場所を作るために、今のうちから準備できることを紹介します。

自宅の備えのイメージ

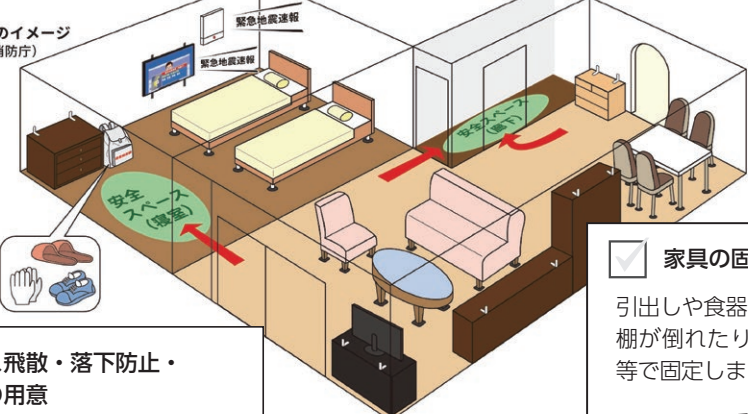
レイアウトの見直し

寝室に倒れて危ないものを置かないようにしましょう。また、万が一倒れてきた場合でも、**通路をふさがらない**ような配置を考えましょう。




安全スペースの確保

室内になるべくものを置かない「**安全スペース**」(ものが落ちてこない・倒れてこない・移動しない空間)を作っておきましょう。



家具の固定

引出しや食器が飛び出したり、棚が倒れたりしないよう金具等で固定しましょう。




連絡手段の確認

地震が発生したときの連絡手段や集合場所について、**あらかじめ家庭で話し合っ**ておきましょう。



ガラス飛散・落下防止・履物の用意

割れたガラスで怪我をしないよう、窓に飛散防止フィルムを貼るなどの対策をしましょう。また、割れたガラスを素足で踏まないよう運動靴などの履物を用意しましょう。



室内の備えのイメージ (資料：東京消防庁)


また、自宅周辺で大きな地震が来た際にも、自宅はもちろんその周辺に危険がないか確認することが大切です。

どのような事に気をつけておく必要があるか、確認しておきましょう。

自宅周辺の点検

自宅建物の確認

建物に避難して安全かどうかを判断するために、建物の外壁に亀裂がないか、屋根や窓に破損がないか、落ちていて確認しましょう。



塀の下敷きにならないように注意

地震発生時に塀の近くにいた事で、塀の下敷きになる危険があります。危険な塀や建物からは離れて身の安全を守りましょう。

1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら...

5 非常時はここを確認！

どこにいても困らない
ようにしよう！

2-3 外出先で被災した際の行動

帰宅困難者とは

区には、毎日、多くの方が区外から通勤や通学、買い物や観光などで訪れています。大地震が発生した場合は、電車やバスなどの公共交通機関が停止してしまうため、多くの方々が被災した場所から帰宅できない状況になってしまいます。こういった方々を「帰宅困難者」と呼びます。



大地震、災害時には一斉に帰宅しない

多くの方が一斉に帰宅しようとする、各地で混雑が発生し、集団転倒に巻き込まれたり、火災や沿道建物からの落下物により死傷するなど、大変危険な状態になるほか、救助・救命活動や消火活動、救援物資輸送などの応急対策活動の妨げにもなります。そのため、東京都では、帰宅困難者対策条例を制定し、「一斉帰宅の抑制」を呼びかけています。



東京都
一斉帰宅の抑制

大地震、災害時は
STAY for SAFETY
『帰らない』選択が、あなたを守る。



みんなが一斉に帰宅すると・・・

- × 救急車・消防車が通れなくなります！
- × 余震等による災害や混雑に巻き込まれ危険です！

あなたの大切な人や自分のために
職場、学校、一時滞在施設
など、安全な場所に留まりましょう。



2-4 備蓄

在宅避難の必須アイテムを確認！

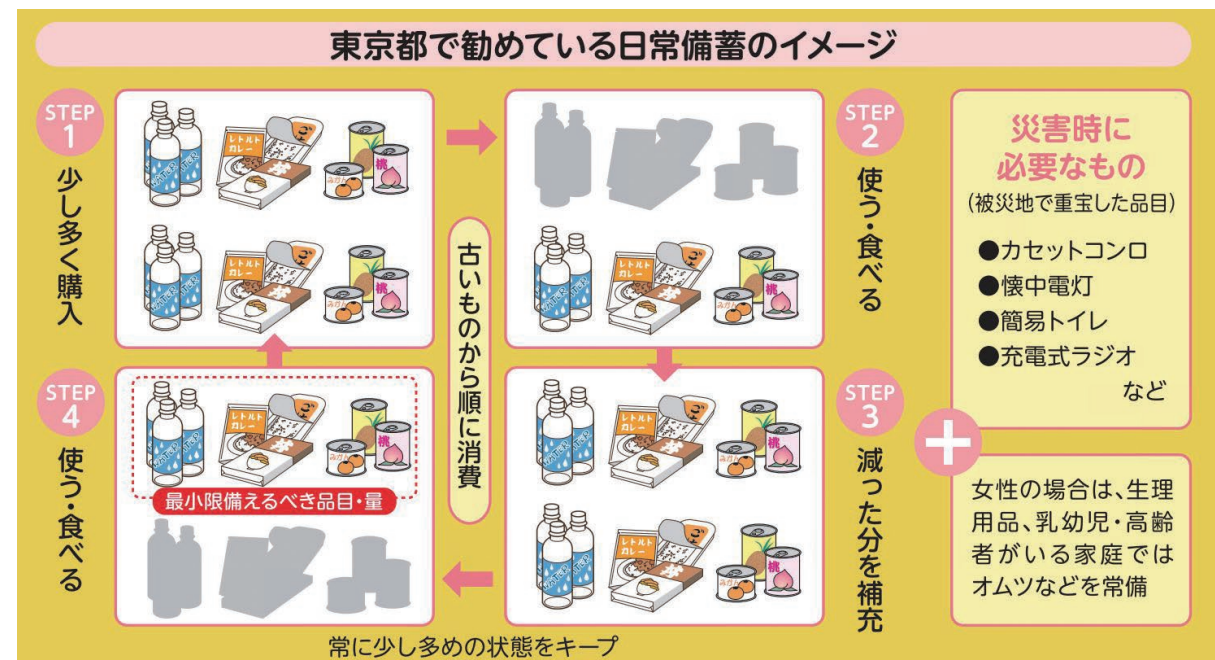
地震に備えて、最低3日分、できれば7日分の備蓄が必要です。各家庭での備蓄を事前に確認しておきましょう。

◆ 日常備蓄の例示

日常備蓄				
<input checked="" type="checkbox"/> 食料	<input checked="" type="checkbox"/> 飲料水	<input checked="" type="checkbox"/> 医療品	<input checked="" type="checkbox"/> 常備薬	<input checked="" type="checkbox"/> お薬手帳
<input checked="" type="checkbox"/> マスク	<input checked="" type="checkbox"/> ラップ	<input checked="" type="checkbox"/> 除菌シート	<input checked="" type="checkbox"/> 簡易（携帯）トイレセット	
<input checked="" type="checkbox"/> ラジオ	<input checked="" type="checkbox"/> モバイルバッテリー	<input checked="" type="checkbox"/> 充電器	<input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯	
<input checked="" type="checkbox"/> ごみ袋	<input checked="" type="checkbox"/> 歯ブラシ			
〈女性〉 <input checked="" type="checkbox"/> 生理用品				
〈乳幼児〉 <input checked="" type="checkbox"/> おむつ	<input checked="" type="checkbox"/> ミルク			
〈高齢者〉 <input checked="" type="checkbox"/> 必要な医薬品				
〈ペット〉 <input checked="" type="checkbox"/> エサ	<input checked="" type="checkbox"/> ペットシート			
〈その他書いてみよう〉				
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			



備蓄をするに当たり、普段使う物を少し多めに購入し、少なくなったら減った分を補充するといったローリングストックという方法があります。普段から食べ慣れているものをストックしておくことは有効です。



出典：東京都防災ホームページ

1 地震について学ぼう

2 地震に備えよう

3 地域の取組みを知ろう

4 もし被災したら...

5 非常時はここを確認！