

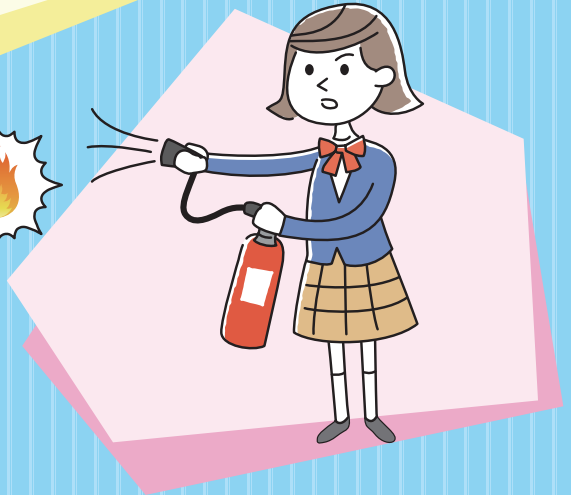
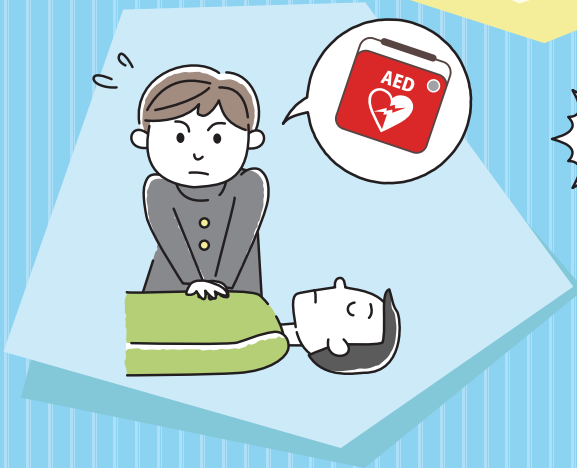
自分を守り、地域を守る！

すみだ防災ガイド

【中学生用】



119



墨田区



はじめに

墨田区に甚大な被害を及ぼした大正12年「関東大震災」、そして日本での観測史上最も大規模で多くの尊い人命が失われた平成23年「東日本大震災」など、日本は震災の被害を多く受けてきました。

また、令和元年に発生した台風19号など、近年は地球温暖化等の影響もあり、大規模な台風や突発的な豪雨が増え、水害の危険性が高まっています。

平成30年度から教育委員会では、将来の地域の担い手である区立中学1年生を対象に、防災教育の一環として普通救命講習の受講を実施し、大規模災害発生時に活躍できる地域人材の育成を目指しています。

災害時に被害を最小限に抑えるためには、区民の皆さん一人一人が自らの安全は自ら守る「自助」、共に協力し合って地域を守る「共助」、区や関係機関が行う「公助」の力が重要となります。

このパンフレットは中学生の皆さんができる「自助」と「共助」への取り組みの参考にしてもらうため、身の回りで日頃からできる対策や役立つ情報を掲載しています。ぜひ、有効に活用していただき、災害時にも焦らず行動できるように役立ててください。



墨 田 区

目 次

首都直下地震等による墨田区の被害想定	P.2
地震が起こった際の対応	P.3
避難行動について（地震）	P.4
風水害が発生しそうな場合の行動、荒川が氾濫したら…、隅田川は平気なの？	P.5
警戒レベルと避難行動について（風水害）	P.6
情報収集をしましょう	P.7
中学生にできること	P.8
災害に備えましょう	P.9
活動の紹介	P.10
防災メモ	P.13

首都直下地震等による墨田区の被害想定

令和4年に都が公表した『首都直下地震等による東京の被害想定』では、墨田区の地震被害は、次のように想定されています。

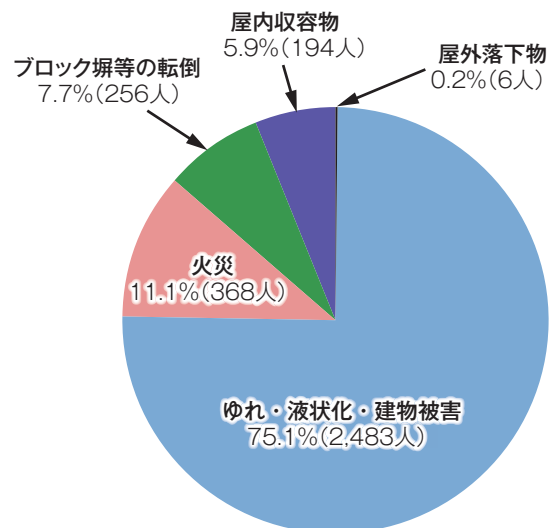
■墨田区の都心南部直下地震被害想定（令和4年都公表）

前提条件	地震発生時刻	冬の午後6時
	震源	都心南部直下
	風速	8m/秒
	地震の規模	M7.3
	震度	6強

建物被害	全壊棟数	総数	9,070棟
		ゆれ液状化	5,398棟
		地震火災	3,672棟
火災	出火件数	総数	32件
	焼失棟数（倒壊建物を含まない）		7,755棟
昼間人口			279,181人
夜間人口			272,085人
人的被害	死者数	総数	321人
		うち要配慮者	195人
	負傷者数	総数	3,307人
		うち重傷者	578人
	避難者数	総数	123,018人
	帰宅困難者	総数	61,116人
自力脱出困難者	総数	1,418人	
閉じ込めにつながり得るエレベーターの停止台数		台数	1,318台

■人的被害について

- 墨田区内での死者の想定は321人ですが、そのうち、要配慮者の方が195人で全体の60.7%を占めています。
- 負傷者の数は3,307人ですが、その要因はゆれ・液状化・建物被害によるものが全体の75.1%を占めています。



地震が起こった際の対応

1 身の安全を図る

まずは何より、自分自身を守ることが大切です。テーブルや机の下に入り、揺れが収まるまで身の安全を図りましょう。

家の中では

家具から離れ、履物を履きましょう。

家の外や街中では

落下物から頭部を守り、ブロック塀などから素早く離れましょう。

学校では

先生の指示に従い、校庭に避難しましょう。

2 火の始末をする

まずは

揺れが収まったら、火元の確認や機器の電源を切り、コンセントから抜きましょう。

出火を発見したら

大声で周りに知らせ、初期消火しましょう。

- ① 大声で「火事だ!」と周りに知らせる
- ② 119番通報する
- ③ 消火器を活用する

消火器の使い方紹介



参考

震度と揺れ等の状況

気象庁震度階級【震度と揺れ等の状況】(概要)

平成21年3月31日改定

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 5 強	<ul style="list-style-type: none"> ●物につかまらないう歩くことが難しい。 ●棚にある食器類や本で落ちるものが増える。 ●固定していない家具が倒れることがある。 ●補強されていないブロック塀が崩れることがある。
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 6 弱	<ul style="list-style-type: none"> ●立っていることが困難になる。 ●固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。 ●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。 ●耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。
震度 2	屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。	震度 6 強	<ul style="list-style-type: none"> ●はわないと動くことができない。飛ばされることもある。 ●固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。 ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。 ●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。
震度 3	屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。	震度 7	<ul style="list-style-type: none"> ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。 ●耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。 ●耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが増える。
震度 4	<ul style="list-style-type: none"> ●ほとんどの人が驚く。 ●電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。 ●座りの悪い置物が、倒れることがある。 		
震度 5 弱	<ul style="list-style-type: none"> ●大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。 ●棚にある食器類や本が落ちることがある。 ●固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。 		

※都心南部直下地震における墨田区の想定震度：震度6強（一部の地域において震度6弱、震度7）

避難行動について（地震）

地震が発生しても落ち着いて行動できるよう、避難方法などを確認しておきましょう。



自分や家族の身の安全を守る行動

次のポイントに重点を置きながら、落ち着いて行動しましょう。

- 「身を守れ！」など大きな声を出して、周囲への身の安全確保を呼びかける。
- 身を守る行動をすばやくとる（例：乳幼児を真っ先に守る、テーブルや机の下に入る、座布団など手近の物で頭を守る、冷蔵庫・ピアノ・食器棚・タンス・本棚等から離れるなど）。
- 揺れがおさまった後に、あわてずに火の始末をする。
- 出口を確保する。

避難するときの注意点

ブレーカーを落としましょう。

倒れた家財の中にスイッチが入った状態の電気製品があると、通電後に発火するおそれがあります。

一時（いつとぎ）集合場所

一時集合場所は、避難が必要なおとぎの集合場所であるとともに、近隣の災害情報や火災の状況、救出救護の必要性等を把握するための情報拠点として、町会・自治会ごとに定められています。

- 安否確認や救出救護活動を行う。
- 火災発生時には、地域で初期消火に取り組む。
- 地域の災害情報、建物の倒壊や火災発生の有無、救出救護の必要性などの情報交換を行う。



避難場所

火災範囲が広がり、地域内では身の安全が確保できないと判断される場合に避難する場所です。

- 一時集合場所から、集団で避難する。
- 延焼火災が縮小・鎮火するまで、避難を継続する。



POINT

地区内残留地区（錦糸町地区）

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。

延焼火災が発生

鎮火し、自宅が安全

鎮火したが、自宅が被災し生活できない

指定避難所

倒壊や火災により、自宅に戻ることができない場合の一時的な生活拠点で、被害状況に応じて開設されます。

- 避難所では、お互いに協力し、助け合いながら生活する。



延焼火災なし

自宅が安全

自宅に戻る（在宅避難）

風水害が発生しそうな場合の行動

風水害は地震とは異なり、準備することができるので、以下のことを確認しておきましょう。

- 水害ハザードマップで自宅がどのくらいの深さまで浸水するかを確認



- 小中学校等の最寄りの水害時避難場所を確認



- 避難する際の持ち物や自宅の備蓄を確認（詳しくは、P.9へ）



- 土のう等の準備



- 家周りの点検



- 情報収集（詳しくは、P.7へ）



荒川が氾濫したら…

墨田区のみならず、江東5区（墨田区・江東区・足立区・葛飾区・江戸川区）の多くの地域が海拔0m地帯です。もし荒川と江戸川が氾濫した場合、人口の9割以上の250万人が浸水被害にあうとも言われ、地域によっては5m以上の浸水や2週間以上の浸水の継続が予想されます。その場合、水が引くまでの2週間以上、電気・ガス・水道が使えなくなる可能性があります。

隅田川は平気なの？

隅田川は一定の水位に達すると、上流の岩淵水門を閉鎖することにより荒川からの水の流入を抑え、水位の上昇を防ぎます。ただし、万が一に備えて、決して河川には近づかず、区など行政からの情報に注意しましょう。

警戒レベルと避難行動について（風水害）

区民の皆さんが災害発生の危険度を理解し、それぞれの状況に応じて避難できるよう、5段階の「警戒レベル」を用いています。いざという時は地域で声を掛け合い、安全・確実に避難しましょう。

警戒レベル **4**

ひなんしじ
避難指示で必ず避難

ひなんかんこく
避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等		これまでの避難情報等
5	 災害発生 又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~			
4	 災害の おそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2	・避難指示（緊急） ・避難勧告
3	 災害の おそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b> ※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	 今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待ってはいけません！**

避難勧告は廃止されます。  
これからは、  
**警戒レベル4避難指示**で  
危険な場所から全員避難  
しましょう。

避難に時間のかかる  
高齢者や障害のある人は、  
**警戒レベル3高齢者等避難**で  
危険な場所から避難  
しましょう。

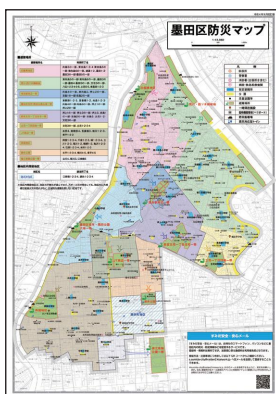
出典：内閣府（防災担当）・消防庁

# 情報収集をしましょう

普段から自分の住むまちの情報媒体を把握しておくことで、いざという時に適切な行動をとることができます。以下を参考に、情報収集をしましょう。

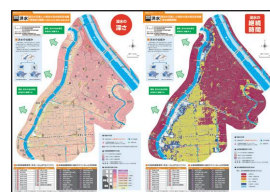
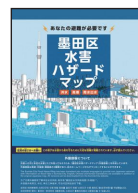
## 地震

防災マップで避難する場所を確認しましょう。



## 風水害

水害ハザードマップで自宅は浸水するのか、もし浸水してしまったら、深さや時間はどのくらいなのか確認しましょう。



## 共通

### ● 防災行政無線

区内の小・中学校や公園等に設置している屋外スピーカーから放送します。

放送終了後2時間以内であれば、放送内容を電話応答サービス(03-5608-6274)で確認することが可能です。



### ● すみだ安全・安心メール

災害情報等をメールで受信できます。



### ● 区ホームページ



### ● 区危機管理ツイッター



### ● 区フェイスブック



### ● 「Yahoo!防災速報」アプリ

アプリをダウンロードし設定すると、避難情報等の情報を受信できます。



### ● 緊急速報メール (エリアメール)

墨田区内にいる方の携帯電話やスマートフォン等で区の避難情報を受信できます。

### ● テレビ

地上デジタル放送のNHK総合テレビ視聴時に、リモコンのdボタンから確認できます。

### ● ケーブルテレビ

地上デジタル放送の11チャンネルで、区の避難情報等を確認できます。



# 中学生にできること

地域に住んでいる皆さんは、災害時にどのようなことができるでしょうか。頼りになる大人たちは災害時に必ずしも地域にいるとは限りません。そこで、中学生に何ができるか一緒に考えましょう。また、先生や町会の皆さんと協力することも非常に大切ですので、日頃からコミュニケーションを図りましょう。

## 地域の防災訓練に参加

地域の町会・自治会が主催する防災訓練は毎年行われており、さまざまな活動が体験できます。ぜひ家族や友人と参加して、防災力を高めましょう。

## 初期消火

地域で出火している場合、消火器やバケツリレーなどで初期消火活動に協力しましょう。



## 避難誘導

地域の小学生や高齢者を率先して誘導し、安全な場所へ避難しましょう。

## 指定避難所での活動

過去の災害の体験談にもあるように、トイレや睡眠、着替えの際のプライバシー確保の難しさから、長期の避難生活はストレスとなります。また、今後の生活に対する不安感などから、精神的な面でも支えが必要となります。

### ●食糧など配布の手伝い

食糧品や医薬品等の配布の手伝いをしましょう。



### ●高齢者等への手助け

話し相手として元気づけたり移動の際に補助したりしましょう。



※平成28年の熊本地震では、中学生が高齢者の話し相手になり感謝されたという報告があります。

### ●清掃の手伝い

避難スペースやトイレなどの清掃に積極的に参加しましょう。



※平成23年の東日本大震災では、トイレの使用方法や清掃が大きな問題になりました。

### ●子供の面倒を見る手伝い

自分より年下の子どもたちの面倒（遊びや勉強など）を見てあげましょう。



もし災害が起こったら、あなたはどのような活動ができますか。

○  
.....  
○  
.....  
○  
.....  
○  
.....

# 災害に備えましょう

## 非常持出品

避難するときに持ち出す最小限の必需品です。すぐに取り出せるところに保管しておき、定期的に中身の確認をしましょう。

例：

<input type="checkbox"/> 食糧	<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> 着替え
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 現金・保険証	<input type="checkbox"/> 携帯電話
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 室内履き	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー



## 備蓄品

災害復旧までの数日間を自宅等でしのぐためのものです。生活必需品に関して、3日以上備えましょう。

例：

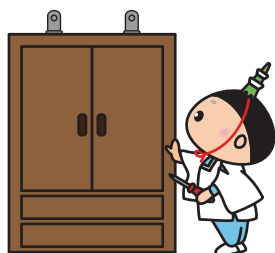
<input type="checkbox"/> 食糧	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 簡易トイレセット	<input type="checkbox"/> 医療品
<input type="checkbox"/> カセットコンロ	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> ラジオ・電池



## 自宅の安全対策の見直し

### ●家具等の転倒・落下・移動防止

レイアウトの見直しや金具による固定など、しっかり補強しましょう。



### ●ガラスの飛散防止

透明フィルムを全面に貼りましょう。フィルムの貼り付けが難しい場合は、粘着テープを貼ることで効果が得られます。



### ●外まわりの安全対策

アンテナの固定やベランダに飛ばされやすいものを置かないなど工夫しましょう。



## 活動の紹介 ～区内の中学校ですでに取り組まれている活動～

区内の中学校で活動している内容を紹介します。今後は、区内全部の中学校において活動してもらえるよう、引き続き推進していきます。

### 文花中ジュニアレスキュー

(結成：平成20年)

文花中学校の学区域は、東京大空襲で焼け残った地域で、現在でも路地が複雑に入り組み、老朽化した家屋が多く密集しています。そのため、火災が広範囲に発生する可能性が高く、各町会の防災訓練が盛んに行われています。そこで、平成20年度に本校でも、有志生徒でジュニアレスキューを結成して活動を開始しました。

その主な活動内容として、まず入隊時に全員が向島消防署において、上級救命講習を受講します。また、墨田区や近隣町会が主催する防災訓練へ積極的に参加し、地域とともに、要救助者（傷病者や高齢者等）の搬送・誘導訓練、AED等を活用した心肺蘇生、スタンドパイプ等を活用した初期消火訓練を行っています。

これらの活動をとおして、地域の一員としての当事者意識を持ちながら、将来にわたって地域の防災や安全へ自主的に貢献し、その一翼を担う人材を育成しています。また、平成29年1月には東京消防庁主催「第13回地域の防火防災功労賞優良賞」を受賞し、同年9月には「救急業務協力者」として向島消防署長から感謝状が贈られました。



### 豎中レスキュー

(結成：平成22年)

平成22年に、災害発生時に地域や家庭に貢献することを目的として発足しました。部活動の一環として日々活動をしています。例年、専門的な資材を使用しての実践的な訓練を行ったり、上級救命講習会に参加して資格を取得したりするなど、地域や家庭で活躍できるよう活動しています。

また、墨田区総合防災訓練にも積極的に参加して、日々の活動状況や成果を区民の皆さんに披露しています。



## 活動の紹介 ～区内の中学校ですでに取り組まれている活動～

### 錦糸中自主防衛隊

(結成：平成22年)

大規模な災害が発生した際、自らの生活の舞台であり、同時に見守ってくださっている地域に貢献することを目的として、平成22年度に発足しました。

墨田区総合防災訓練をはじめ、救急救命講習会、町会単位の防災訓練に参加するなど、いざというときに地域を守る一員として責任を果たすことができるように活動しています。

また、平成30年度から、錦糸中学校が地域防災活動拠点に指定されました。これを受けて、より一層、地域との関係を密接にし、組織的な活動ができるように検討を重ねています。



### 桜堤中火消し隊

(結成：平成25年)

平成25年4月の旧鐘淵中と旧向島中の統合に伴い、鐘淵中において活動していた鐘中青少年少女火消し隊が、桜堤中火消し隊として新たに発足しました。

活動の目的は、学校・保護者・地域・消防署が協力した防災体制を作ることと、中学生として災害時における適切な行動ができるようになることです。毎年、向島消防署や地域の消防団の協力を得て、可搬消防ポンプの操作法等の初期消火訓練に取り組み、その成果を墨田区総合防災訓練や地域の各町会・自治会等の防災訓練で披露しています。

向島消防署主催の防災コンテストでは、平成27年度中学生女性で優勝と準優勝、平成28年度中学生の部で優勝できました。



## 活動の紹介 ～区内の中学校ですでに取り組みされている活動～

### 吾孺立花中レンジャー隊

(結成：平成26年)

旧吾孺第一中と旧立花中の統合により、平成26年4月に「吾孺立花中レンジャー隊」として、平成19年に旧吾孺第一中で結成されたレンジャー隊の活動を引継ぎ、発足しました。災害発生時に、自らの安全を確保した上で地域と協力し、防災のリーダーとして、地域の安全に貢献できる中学生を目指しています。日頃の継続した活動が実り、向島消防署主催の防災コンテスト（平成29年3月12日実施）では、中学生の部において優勝することができました。



### 吾孺第二中学校 ボランティア防災部

(結成：平成30年)

#### 九州豪雨募金

熊本を中心に大きな被害を出した令和2年7月の九州豪雨の被災地を支援するため、「自分たちにできることはないか」という声が上がリ、ボランティア防災部と生徒会が募金活動を行いました。また被災地への手紙やタオルなどを持ってくるように全校生徒に呼びかけをしました。集まった募金は墨田区長に手渡しをして、墨田区より日本赤十字社を通じて被災地に送られました。



#### 地域防災訓練

地域の方々と一緒に防災訓練を実施しました。「自助共助」という考えに基づき、防災備蓄倉庫の確認、中学校が避難所となった時の動きなど、有事の際に中学生として何ができるかを考えることができました。



# 防災メモ

## ■ わが家の安全な場所 (身の安全を図れるところ)

MEMO	
【地震】	【風水害】

## ■ わが家の危険な場所 (閉じ込められてしまうところ)

MEMO	
【地震】	【風水害】

## ■ 家族の集合場所 (家族が離ればなれになったときの待ち合わせ場所)

MEMO	
【地震】	【風水害】

## ■ 家族メモ (地方の親せきや知人なども記載しておきましょう。)

氏名 生年月日 性別・血液型 携帯電話	連絡先名称 (勤務先・通学先など)	治療中の病名など
	所在地 電話番号	かかりつけの医療機関名称 電話番号
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —
明・大・昭・平・令 年 月 日生 男・女/ — —	区・市 — —	— —

# 防災メモ

## ■ 地域の避難メモ (地震：防災マップで確認)

避難先	名称	所在地
一時 (いっとき) 集合場所		
避難場所		
指定避難所		

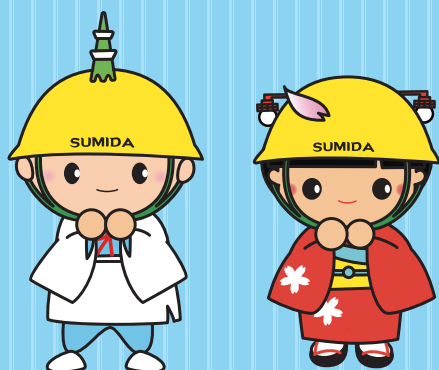
## ■ 地域の避難メモ (風水害：水害ハザードマップで確認)

避難先	名称	所在地
水害時避難場所		

## ■ 浸水メモ (自宅はどのくらい被害があるのか：水害ハザードマップで確認)

浸水	数値
浸水の深さ	
浸水の継続時間	





**編集・企画**

墨田区都市計画部危機管理担当防災課

墨田区吾妻橋1-23-20

電話：03-5608-6206（直通）