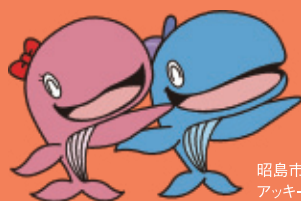


AKISHIMA CITY



昭島市公式キャラクター
アッキー&アイラン

CONTENTS

- 2 市長の挨拶
昭島市自然災害等の近年の動向と今後

防災の基本

- 3 自助・共助・公助って？
4 自助:情報収集
6 自助:住まいの安全対策
7 自助:非常持ち出し品・備蓄品
8 自助:事業所の備え
9 共助:自主防災組織
10 共助:避難所での生活
11 共助:災害時の要配慮者
12 公助:昭島市の防災対策
13 公助:都や国の防災対策

地震

- 14 地震発生後の流れと避難
15 被害想定・行動ポイント
16 防災マップ1
18 防災マップ2
20 防災マップ3
22 防災マップ4

風水害

- 24 気象状況と河川の水位情報
25 土砂災害の種類と前兆現象
26 台風・雷・竜巻
27 避難方法とタイミング
28 避難行動のフロー

その他

- 29 火山噴火への備え
30 雪害の備えと国民保護について
31 防災を学べる施設

※冊子の裏表紙にある「わが家の防災メモ」に、家族等の連絡先などを記入しておきましょう。

昭
島
市

防災ガイドブック

自分で守る！みんなで守る！
昭島市の防災





昭島市長

白井 伸介

市民の皆様へ

近年は必ずと言っていいほど、出水期を迎えると、全国各地で線状降水帯や台風による浸水、土砂災害などによる大きな被害が報告されております。

昭島市は南に多摩川、東に残堀川が流れ、豊かな水と緑に恵まれている一方、自然災害への警戒は欠かせません。「令和元年東日本台風」では、多摩川河川敷等の公共施設に被害を受け、市内26箇所に避難所を開設し、計1,137名もの避難者を受け入れました。また、国でもこの台風を受けて、避難勧告と避難指示(緊急)の避難情報が一本化されるなど、災害対策基本法の改正が令和3年5月に行われたところです。

いつ起こるか分からない巨大地震や激甚化する気象災害から市民の皆様の生命及び財産を守るためには、本市の力だけでは限界があり、市民の皆様一人ひとりが災害に備えていただくことが大変重要であると考えております。

この『昭島市防災ガイドブック』では、本市で起こりうる様々な災害に対しての事前の備えや行動等の情報をまとめております。いざという時のため、自宅付近の災害の危険性を認識し、適切な防災行動に結びつけられるよう、ぜひ普段から見えるところに置いておき、定期的に確認していただければ幸いです。

昭島市における自然災害等の近年の動向と今後

地震においては、今後30年以内に南関東で直下型大規模地震が発生する確率は70%とされています。併せて、本市においては、立川断層帯地震で震度7が想定されており、地震に対する取り組みが必要です。

また、水害については、令和元年東日本台風の場合のように、近年の台風の大型化に向けた取り組みも必要になってきています。

さらに、このような自然災害の中で新型コロナウイルス等の新たな感染症にも対応した災害対策も必要となります。

大規模な災害がいつ起こるか分からない今、一人ひとりの防災意識の向上が求められています。

ガイドブック の 活用方法

令和2年6月に全戸配布しました『昭島市洪水・土砂災害ハザードマップ』、及びこの『昭島市防災ガイドブック』に差し込んである『昭島市水害(内水)ハザードマップ』をご確認いただき、自宅付近の災害の危険性を確認しましょう。

普段から災害の危険性を認識しつつ、この『昭島市防災ガイドブック』で、事前の備え(自宅の安全性の確保、備蓄品の確認、避難場所の確認等)と災害発生時の行動について確認しましょう。

あわせて、国や東京都等の防災関係機関が発信している防災に関する情報も掲載してありますので、ぜひご活用ください。

●東京くらし防災

東京くらし防災

検索



<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1005427/index.html>

●東京防災

東京防災

検索



<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1002147/index.html>

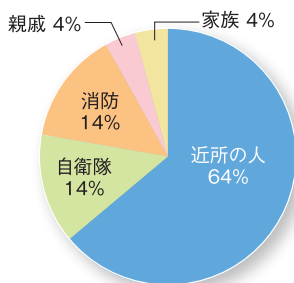
自助・共助・公助って？

自助・共助・公助

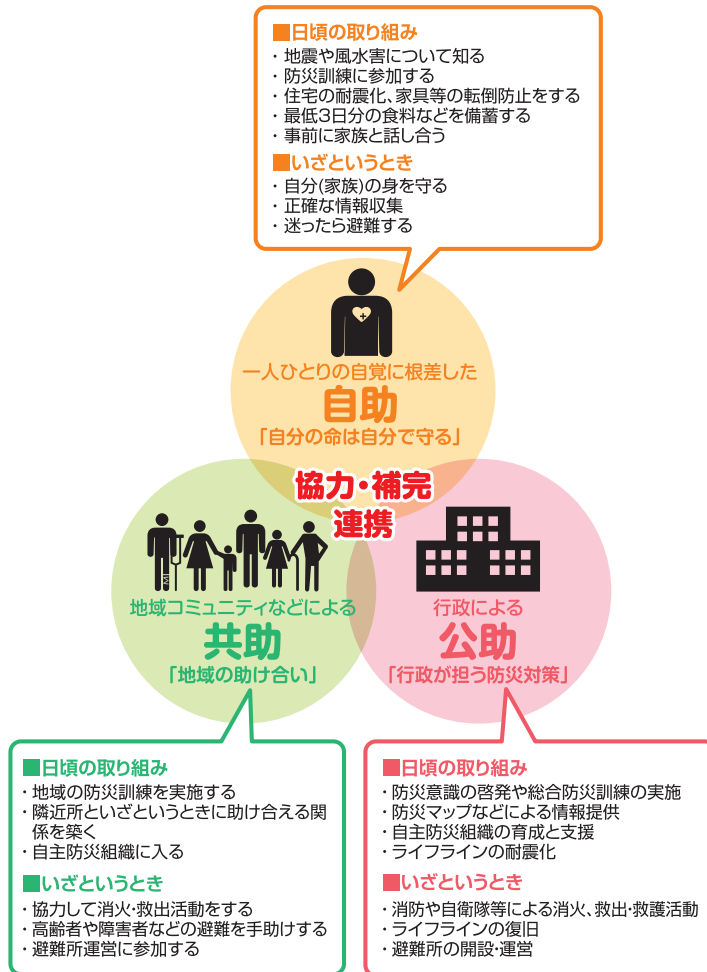
防災対策は自助(自分の命は自分で守る)、共助(地域で助け合う)、公助(行政が担う防災対策)がそれぞれの役割を果たし、互いに連携することが重要です。特に災害初動期に非常に大きな役割を担うのが、自助・共助です。阪神・淡路大震災や東日本大震災においても自力で避難した家族や近隣住民に救助されたという方がほとんどです。

そこで、災害が起きたとき救出作業の主体は自分かもしれないという気持ちで日頃から防災意識を高め、自ら備える、地域で備えることが非常に重要です。

〔阪神・淡路大震災で人命救助をした人の内訳〕



出典:1996年日本建築学会大会学術講演梗概集



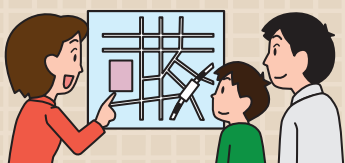
ここがポイント

家族で備える!!

家族が一緒のときに災害が起きるとは限りません。自分の家族を守るために、家族で災害が起きたときの行動を確認しておくことが非常に重要です。事前に避難場所を決めたり、それぞれの行動について確認しておくこと、連絡先を決めておくことなど、家族で備えておきましょう!

●家族で開く防災会議

災害が起きたときの行動や連絡先などについて、「わが家の防災メモ」(裏表紙参照)を活用して、家族全員が記入して確認し、話し合っておくことがとても大切です。また、最寄りの避難場所までの独自の地図を作成したり、備蓄食料を調理して食べてみたりするのも良いかもしれません。



●家族でつくる防災

いざというときに家族で避難する際にとるべき行動を整理して、それぞれの役割分担を決めておくことも良いかもしれません。また、高齢者がいる家庭やペットがいる場合なども、事前に準備(P.7参照)することも大切です。それぞれの家庭に合った防災について、事前にしっかりと話し合っておきましょう。



自助 情報収集

避難情報等の伝達方法



避難情報等の収集方法

昭島市からの情報の収集方法

● 防災行政無線・全国瞬時警報システム(Jアラート)

市役所や学校、公園などに設置している防災行政無線塔(スピーカー)で情報伝達を行う無線装置で、令和4年2月現在、市内64箇所に設置してあります。また、防災行政無線により、国からの弾道ミサイル攻撃に関する情報や緊急地震速報等を瞬時に市民まで伝達する全国瞬時警報システムを導入しています。

● 昭島市携帯メール情報サービス

<https://hp.mail-kids.com/em-akishima/>で登録
(ドメインは@mail-kids.com)

市内で発生した災害や避難などの緊急情報が、登録したパソコン・携帯電話に一斉配信されます。



● 昭島市公式Twitter

ホームページから
https://twitter.com/akishima_196
市の事業やイベント、緊急時には災害情報などが発信されます。なお、本アカウントへの返信には、原則、対応できませんのでご了承ください。



● 電話応答サービス

防災行政無線放送後24時間以内は、専用ダイヤルに電話をかけることで放送した内容を聞き直すことができます。(定時放送は除く)

TEL:0800-800-1875
(フリーダイヤル)

昭島市からの
情報ツールを
確認しよう!



● 昭島市ホームページ

<https://www.city.akishima.lg.jp/>
災害時に市が発令する避難に関する情報や避難所の開設情報などは、市ホームページで公開されます。



● その他について

広報車の巡回による情報発信等、災害時における迅速かつ的確な情報発信を行うため、情報伝達手段の多量・多様化を図っていきます。事前登録が必要なものもあるため、あらかじめ確認しておきましょう。

自助 情報収集

■その他からの情報の収集方法

●NHKのデータ放送(dボタン)

避難指示等の発令状況や開設している避難所をはじめ、様々な情報が入手できます。

あらかじめテレビに登録された郵便番号をもとに、災害時にはデータ放送のリンクが自動で表示されます。

リンクは自治体の発表から48時間以内は自動表示されますが、視聴開始後2時間で消去されます。

- ①避難指示等発令時のみ自動で表示されます。
- ②リモコンの青ボタンでデータ放送の詳細ページに移行します。
- ③避難情報や開設避難所を確認できます。

リンクが消えてしまった場合は、リモコンのdボタンを押して、表示された画面の「地域の防災・生活情報」を選択すると詳細ページに移ります。
※平常時は表示が異なる場合があります。

いざというときのために、日頃からdボタンを押して操作方法に慣れておきましょう。



●緊急速報メール

ご契約されている携帯電話会社によって、「緊急速報メール」「エリアメール」などの名称で、緊急地震速報や避難情報が発信されます。(事前登録は不要ですが、携帯電話の設定を確認しましょう。)

●東京都防災アプリ

東京都が提供する防災用のスマートフォンアプリです。東京都で発行している「東京防災」「東京くらし防災」の内容が閲覧できるほか、アプリに昭島市を登録しておくで気象情報、地震情報、避難情報などが配信されます。



Android版
ダウンロードサイト



iOS版
ダウンロードサイト

●東京消防庁公式アプリ

消防や救急の知りたい情報をチャットボットで確認できたり、消防施設の位置や防災訓練などのイベント情報がマップ上で確認できるなど、手軽に消防に関する情報を入手できるアプリです。

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/inf/app/index.html>



Android版
ダウンロードサイト



iOS版
ダウンロードサイト

●Yahoo! 防災速報

災害情報や防災気象情報を迅速にプッシュ通知で提供するアプリです。
<https://emg.yahoo.co.jp>



●J:COM

J:COMの専用端末を設置することで、防災行政無線による放送を自宅で聞くことができます。ただし、サービスは有料で、「防災情報サービス」への加入が必要です。詳しくはJ:COM(0120-989-989)へご確認ください。

●災害用伝言ダイヤル(NTT)

災害時に171へ電話をかけ、連絡をとりたい相手方の電話番号宛に伝言を録音し、全国からその音声を再生することができます。ご家族の安否確認などに利用してください。

●災害用伝言板

携帯電話各社では大規模災害時の災害用伝言板サービスを提供しています。お持ちの携帯会社の災害用伝言板サービスを事前に確認してください。

●NTT公衆電話

災害時に通信規制が実施された場合でも、公衆電話は通信規制の対象外となります。また、停電時でも硬貨利用であれば利用できます。
<https://www.ntt-east.co.jp/ptd/>



ここがポイント

情報取得困難者への呼びかけ

情報取得困難者(高齢者や障害者など)と同居している方や近所にお住まいの方は、これらのサービスについて事前に準備をして、使い方を理解してもらいましょう。

自助 住まいの安全対策

わが家の地震対策

大規模地震が発生した際、家具の転倒や住宅の損傷で思わぬ事態に巻き込まれます。これらは事前に対策すれば防げることも多いので、確認しておきましょう。

屋内の安全対策

1 逃げる場所を確保し、安全な空間をつくる

複数の部屋がある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめておく。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるように考える。



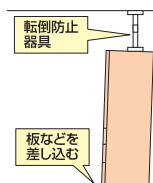
2 子どもやお年寄りのいる部屋や寝室には家具を置かない

寝ている間に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。



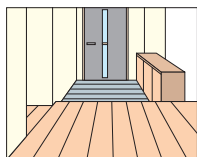
3 背の高い家具の転倒や落下を防ぐ

金具や固定器具を使って転倒防止対策を万全にする。また、タンスなどの家具と壁や柱の間に空間があると倒れやすいため、家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱に寄りかかるように固定する。



4 すばやく避難できるように、出入口や通路に物を置かない

出入口までの通路に家具などの倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろな物を置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうこともある。



家の周囲の安全対策

家全体

耐震診断や必要に応じて耐震補強をする。

窓ガラス

飛散防止フィルムを貼る。

ベランダ

常に整理整頓を。落ちる危険があるのでできるだけ物を置かない。

ブロック塀・門柱

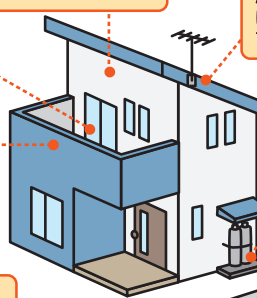
土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

屋根

屋根のアンテナや屋根瓦は補強し、不安定になっていないか確認する。

プロパンガス

ボンベをチェーンやワイヤーなどの金具でしっかり固定しておく。



安全なブロック塀の目安

- 鉄筋はきちんと入っているか。
- 基礎はしっかりしているか。
- 控え壁は設置されているか。
- 塀の厚さは十分かどうか(塀の高さが2mまでは10cm以上、2m超えは15cm以上かどうか)
- 傾きやひび割れ、破損箇所などはないか。
- 塀の高さは高すぎないか(地盤から2.2m以下かどうか)
- 新たにつくるときはより安全な生け垣や木塀にする。

わが家の風水害対策

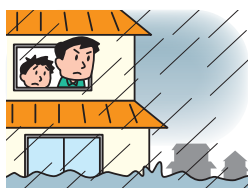
大規模台風に備えて、風水害対策を取っておくことも大切です。ここでは、風水害の対策について事前に確認しておく項目をあげますので、ご家庭で対策を取っておきましょう。

● 共通項目

- 1 植木鉢や物干し竿は飛散の危険があるので、災害の危険が迫ったら収納する。
- 2 側溝のゴミや泥をこまめに取り除き、水はけをよくする。
- 3 ベランダや窓に雨戸がない場合は、ガラスに養生テープを貼って飛散防止をする。
- 4 ベランダやバルコニーに物を置いてある場合は、家の中にしまっておく。

● 戸建ての場合

- 1 ひさし…特に風圧がかかるのでしっかり固定。
- 2 外 壁…外壁、ブロック塀で囲われている住宅は、ひび割れなどの破損部を応急修理しておく。
- 3 樹 木…敷地内に木がある場合は、強風により家屋を損傷する危険がありますので、剪定しておく。



● マンションの場合

- 1 地下電気設備や地下駐車場等の地下設備が浸水しないように浸水経路を予測して、止水板や土のう袋を設置する。
- 2 近隣住戸への影響があるため、ベランダやバルコニーのゴミや泥をこまめに取り除き、水はけをよくしておく。



その他

[illegible][illegible]

ペットフード、ケージ、
トイレ用品、リード・
首輪
など

初めに食べ物や日用品を多めに購入

食べる・使う

少なくなった分を購入

自助 事業所の備え

●東京都帰宅困難者対策条例

平成23年3月11日に発生した東日本大震災では、首都圏においては鉄道の多くが運行を停止するとともに、道路において大規模な渋滞が発生し、バスやタクシーなどの交通機関の運行にも支障が生じました。

そこで、東京都では大規模災害が発生した場合、公共交通機関が停止したときの帰宅が困難になる人々が生じることによる混乱及び事故の発生等を防止するための帰宅困難者対策条例を平成25年4月に施行しました。

<帰宅困難者対策の基本的考え方について>

事業者の方は、従業員の一斉帰宅の抑制、従業員向けの3日分の水や食料等を備蓄したり、駅や集客施設でも、利用者を保護するなどの取り組みをお願いします。



東京都は帰宅困難者対策を総合的に推進するための条例を施行しました。

東京都帰宅困難者対策条例の概要

都民の皆さん、大規模災害発生時に、むやみに移動を開始しないでください
事業者の方は、従業員向けの3日分の水、食料等の備蓄をするようにしてください
平成25年4月1日施行

一斉帰宅の抑制の推進

都民の取組

■「むやみに移動を開始しない」一斉帰宅の抑制
すぐに移動を開始すると火災や落下物等によりケガをする恐れがあります。また、多くの人が歩いて帰ると、道路に人が溢れ、救急車などの緊急通行車両の妨げとなります。
○災害時には、むやみに移動を開始せず、安全を確認した上で、帰場や外出先等に待機してください。

■家族との連絡手段を複数確保するなどの事前準備
○安心して職場に留まれるよう、あらかじめ家族と話し合ってお互いの連絡手段を複数確保するようにしてください。
○安全確保後の徒歩帰宅に備え、あらかじめ経路を確認するとともに、歩きやすい靴などを職場に準備しておいてください。

事業者の取組

■従業員の一斉帰宅の抑制
○施設の安全を確認した上で、従業員を事業所内に留まらせてください。
○必要な3日分の水や食料などの備蓄に努めてください。

■従業員との連絡手段の確保など事前準備
○事業者は、あらかじめ、従業員との連絡手段を確保するとともに、従業員に対して、家族等との連絡手段を複数確保することなどを周知してください。

■駅などにおける利用者の保護
○鉄道事業者や集客施設の管理者等は、駅や集客施設での待機や安全な場所への誘導等、利用者の保護に努めてください。

■生徒・児童等の安全確保
○災害時には、学校等の管理者等は、児童、生徒等を施設内に待機させるなど、安全確保に努めてください。

出典：東京都防災ホームページ

●事業者の防災計画

東京都内のすべての事業所は、事業所ごとに防災計画を作成しなければなりません。防災計画の規定項目は以下の通りです。事業所防災計画の作成方法等、詳しくは所轄の消防署にお問い合わせください。

1. 震災に備えての事前計画
2. 震災時の活動計画
3. 一斉帰宅抑制における従業員等のための備蓄(3日分)チェックリスト作成
4. 災害時における時差退社計画書作成
5. 施設の安全点検のためのチェックリスト作成

災害時帰宅支援ステーション

災害時に徒歩による帰宅者を支援するため、学校、ガソリンスタンド、コンビニエンスストア、ファミリーレストランなどが災害時帰宅支援ステーションとして、水やトイレ、災害情報の提供などを行います。



東京都防災マップで
勤務先の近くの災害時帰宅支援ステーションを要チェック!

<https://map.bosai.metro.tokyo.lg.jp/>



共助 自主防災組織

自主防災組織とは

「自分たちのまちは、自分たちで守る」という自覚と地域の連帯感に基づき、地域で防災活動を行うために結成された組織で、令和3年4月現在103団体が結成されています。

主な役割は平常時の活動と災害時の活動に分かれており、昭島市では、自主防災組織の活動を様々に支援しています。



自主防災組織の活動は
平常時からの活動と、
災害時の活動に
分けられます。

平常時の活動

- ☐ 防災知識の普及啓発
- ☐ 要配慮者の把握
- ☐ 防災訓練の実施
- ☐ 地域の安全確認
- ☐ 防災資器材の確保・整備など

災害時の活動

- ☐ 被害情報の把握・伝達
- ☐ 地域住民の安否確認
- ☐ 被災者の救出救助
- ☐ 初期消火活動
- ☐ 避難所の開設・運営への協力など

災害発生

自主防災組織

情報収集

被害報告

安否確認

情報伝達・避難誘導

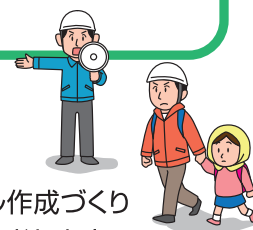
救助活動・初期消火

住民

■自主防災事業の支援について

平成24年度から、自主防災組織が震災時において組織的な活動をするためのマニュアル作成づくりの支援を行っています。マニュアルには消火栓の位置や避難所などについても詳しく掲載しております。

また、自主防災組織の核となる人材を育成することを目的とした研修会の開催や自主防災組織の結成に伴い、ヘルメット・メガホン・救助道具セットや、消火栓を用いて放水が可能なスタンドパイプと呼ばれる消火用資器材を貸与しています。自主防災組織で防災訓練（炊き出し訓練）などを開催する際に、申請があれば備蓄食料の提供も行っています。



ここが
ポイント

地域防災活動へ参加しましょう！

大規模災害が起きた場合、都や国、市などの支援をはじめ、消防署や自衛隊による活動よりも、自主防災組織が先に動くことができます。災害大国であるわが国では、そうした組織が素早く対応することで、被害を大きくせずに済んだ事例が数多くあります。

防災訓練などを通して防災意識を高め、地域の防災活動に積極的に参加していきましょう！



共助 避難所での生活

避難所での心得

避難所は、不特定多数の被災者が共に生活する場です。ルールやマナーを守り、避難者同士で協力し合うことが重要です。特に避難所生活が長期化することが想定される場合は、様々な意見・要望に柔軟に対応できるよう、避難者の自主運営組織が主体となり、避難所の運営を行わなければなりません。全員が同じ災害に遭遇し、同じ気持ちを持って生活していることを踏まえて、行動しましょう。

また、近年では感染症対策も重要になってきています。手洗い・うがいはもちろんですが、咳エチケットを徹底して、体調不良になった場合は速やかに避難所運営委員に申し出ましょう。

●女性の視点

運営組織は男性中心となりがちです。女性をはじめとする様々な視点を活かした運営を心掛けましょう。

- ・オムツ交換や授乳スペースの確保。
- ・子どもコーナーの設置。
- ・生理用品等、女性特有の物資の配布は女性が行う。
- など



●防犯対策

避難所は完璧な防犯環境ではありません。家族の身体・財産は自分で守ることを心掛けましょう。

- ・死角になる場所にはできるだけ近づかない。
- ・子どもだけの環境はつくらない。
- ・貴重品は常に持ち歩く。
- ・他人の前でお金の話はしない。
- など



●ペットの同行避難

避難所では、動物が苦手な人、アレルギーを持っている人もいます。避難所にペットがいることで、避難者へのストレスやトラブルの原因になる場合もあるので、日頃からしつけや用具等を準備しておくことが大切となります。また、ペットの預け先（親戚・知人等）についても事前に調べておくといでしょう。

- ・ペットのえさやケージは避難所にないので、各自で準備しておく。
- ・避難所ではルールに従い、責任を持って世話をする。
- など

避難所運営委員会

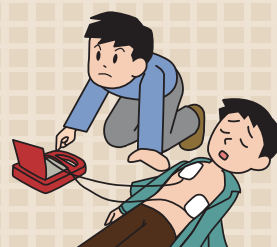
昭島市では、災害時に市立小・中学校等に避難所を円滑に開設・運営するため、学校や地域の方に協力いただきながら、各避難所に学校避難所運営委員会を設置し、避難所の運営マニュアルを作成しています。

また、定期的に会議や訓練を開催し、マニュアルの検証を行っています。

ここが
ポイント

応急手当

災害時は自分や家族の方などがけがをしても、救急隊がすぐに駆けつけられるとは限りません。いざという時のために、応急手当の方法を覚えておきましょう。東京消防庁では、心肺蘇生やAEDの使い方、けがの手当など、応急手当が習得できるように、都民や事業者等を対象として救命講習を開催しています。詳しくは所轄の消防署にお問い合わせください。



共助 災害時の要配慮者

要配慮者とは

高齢者・障害者・乳幼児など、災害時の情報把握、避難、生活手段の確保等が困難な方を「要配慮者」といいます。個々の状況に応じて、備えや支援の方法が異なります。「要配慮者」の方々を災害から守るために、皆さんで積極的に協力しましょう。

また、家族に「要配慮者」がいる場合、事前に災害時の連絡手段や避難方法について周囲に声をかけて準備をしておくことも大切な取り組みです。

● 高齢者・寝たきりの方

日頃の備え 室内を整理整頓し、頭上からの落下物が発生しないよう注意。

ポイント

- ・緊急の時はおぶって安全な場所まで避難する。
- ・複数の介助者で対応する。
- ・不安を取り除くように声をかける。



● 目が不自由な方

日頃の備え 白杖やラジオはいつでも手の届くところに置き、笛やブザーを携帯しておく。

ポイント

- ・災害時には本人のそばへ行き、支援が必要か声をかけ、正確な情報を伝える。
- ・誘導する際は、杖を持った方の手には触れず、体の一部につかまってもらいながらゆっくり歩く。

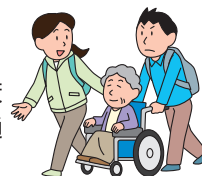


● 肢体が不自由な方

日頃の備え 家具などの転倒防止策を十分にし、車いすが通る幅を十分確保する。

ポイント

- ・車いすの移動は、階段では3～4人で声をかけ合いながら運ぶのが安全。
- ・介助者が一人の場合、おんぶ紐等を利用しておぶって避難する。



● 耳が不自由な方

日頃の備え 携帯電話などを手元に置き、笛やブザー・筆記用具を携帯しておく。

ポイント

- ・話をするときは口をきちんと開けて落ち着いて話す。
- ・手話、筆談、身振り等の方法で正確な情報を伝える。



要配慮者への取り組み

■ 避難行動要支援者制度について

災害発生時や災害が発生するおそれがある場合に、要介護高齢者や障害のある方など、自ら避難することが困難な方を対象に「避難行動要支援者名簿」を作成しています。災害発生時には、この名簿を活用して避難支援等関係者と情報を共有することで、災害時の安否確認や避難支援に役立てる仕組みのことを「避難行動要支援者制度」といいます。

なお、名簿情報の提供に同意したら、避難支援が約束されるものではなく、必ず助けてもらえるものではありません。避難支援等関係者も被災することがあります。そこで、名簿に登録されている方々も、自分の身は自分で守るという意識を日頃からもって、ご家族や周囲の方々と積極的にコミュニケーションをとること等を心がけてください。

1. 名簿作成
2. 平常時における避難支援等関係者への名簿情報提供に関する意思確認
3. 同意確認書の受理
4. 名簿情報の提供・管理
5. 災害時の安否確認や避難支援などに活用
6. 個別避難計画の作成

【 避難行動要支援者制度の仕組み 】

① 名簿情報提供の同意
(同意確認書の提出)



昭島市

② 必要な情報の提供

避難行動要支援者
(名簿登録者)



③ 災害時の避難支援



避難支援等関係者
(消防、警察、民生委員など)

公助 昭島市の防災対策

■昭島市地域防災計画と防災条例

地域防災計画は、市が実施する防災対策を中心に、都や関係機関、市民がどう行動するかを定めた市の防災の基本計画です。これに基づき、市は防災対策を実施しています。

基本方針として、「災害から自らのまちは自らが守る」という理念の下、「自助・共助・公助」を実現するため、市、都及び関係機関並びに市民、地域、事業所等の役割を明確にし、防災に対しそれぞれが自らの責務を果たす中で、有機的に連携して災害に対処できる計画としています。

さらに、市では、地域防災計画で示した対策の実効性を高めるため、平成28年3月に「防災条例」を制定しました。この条例では、市、市民の皆さん、自主防災組織、事業主の皆さんに担っていただきたい役割について定めています。

災害への備えは、行政だけで成し得るものではなく自助・共助・公助の考え方にに基づき、全体の総力を結集して取り組むことが重要です。そのための実施主体の責務と役割等を明確にし、円滑に防災活動ができるように定めています。

● 応急給水

各配水場にある水源井戸や市内8箇所にある災害対策用飲料貯水槽(40t)と、市内小・中学校の受水施設を改良した受水槽兼貯水槽を活用し、応急給水を行います。また、市内の井戸所有者の方と協定を締結し、井戸水提供(飲用を除く)について協力をいただいています。



災害対策用飲料貯水槽

● 街頭消火器

火災の初期消火や地震発生時の延焼火災防止のため、自治会長などからの申請により、目につきやすく、なるべく自動車や通行人の邪魔にならない場所に設置しています。



街頭消火器

● 消防団

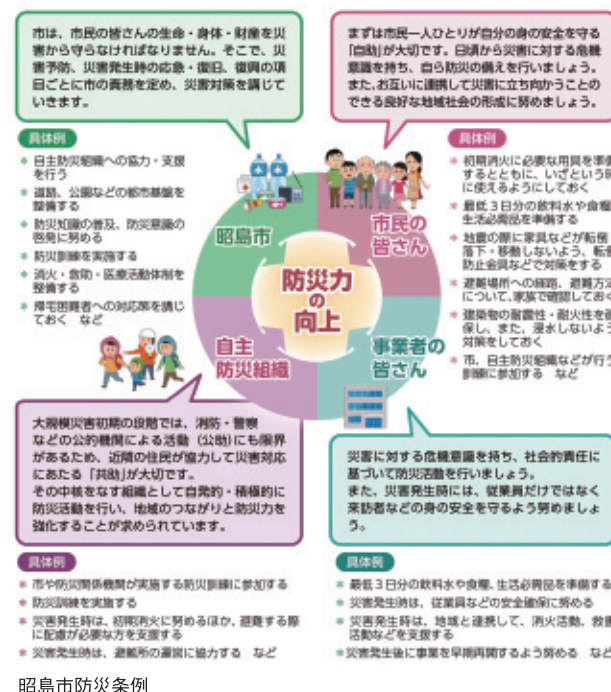
令和3年12月現在、4個分団81名で活動しています。災害時には消防署と連携して災害対応に当たります。随時、団員を募集しています。市防災課までお問い合わせください。



昭島市のポンプ車両



防災会議の様子



● 防災倉庫や備蓄品

令和4年2月現在、大型の備蓄倉庫を10箇所、簡易備蓄倉庫を24箇所設置し、市内避難者約3万人分の食料や毛布、カーペットなどを備蓄しています。



もくせいの杜備蓄倉庫

公助 昭島市の防災対策

●総合防災訓練

突発的な首都直下地震の発生に備え、毎年実施しています。これは、市や市民、防災関係機関等が連携して、地震に対処するための総合的な訓練です。また、水害に対処するため周辺の自治体と連携して、出水期前に多摩川河川敷を会場に水防訓練を実施しています。



総合防災訓練の様子

災害時の応援協定

市内の事業所や団体等と応急支援体制を確保するため、各種災害時の応援協定を締結しています。また、地震などの大規模災害に備えるため、都県を越えた広域連携を進め、今後もさらに応援協定の拡充に努めていきます。

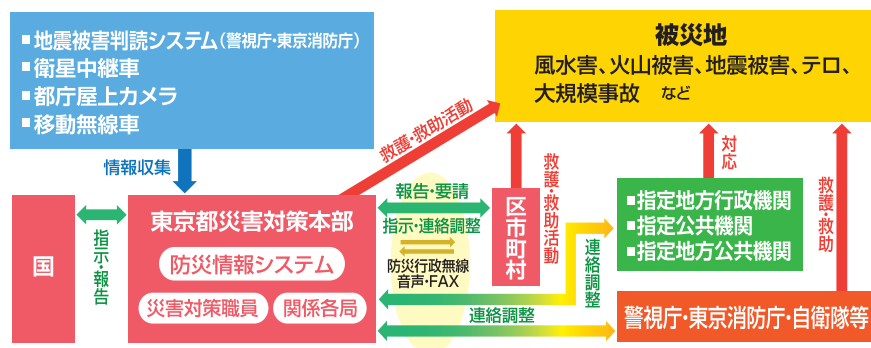
公助 都や国の防災対策

東京都地域防災計画

災害対策基本法に基づき、都、区市町村、指定地方行政機関、自衛隊などの防災機関がその有する全機能を有効に発揮して、地震災害の予防、応急対策及び復旧・復興対策を実施することにより、住民の生命、身体及び財産を保護することを目的としています。東京都の防災計画では震災編、風水害編、火山編、大規模事故編、原子力災害編に分かれています。

■東京都危機管理体制

東京都の防災体制は、災害対策本部を中心として整備され、防災センターの情報をもとに、国、区市町村、その他機関と連携しながら災害に対応しています。



●東京都防災ホームページ

東京都内の災害に関する情報を発信するとともに、事前の備えや都の取り組みを紹介しています。

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/>



国の防災対策

わが国では、法令の整備とともに地域防災に関する情報を広く開示しています。以下のポータルサイトは国土交通省等が作成したものです。お住まいの昭島市だけではなく、勤務地などの災害想定についても事前に確認しておきましょう。

■防災基本計画

内閣府で定めている防災基本計画は、わが国の災害対策の根幹をなすものであり、災害対策基本法に基づき、中央防災会議が作成する最上位計画として、様々な場面において基本的な方針を示しています。昭島市でも、この計画に基づき地域防災計画を作成しています。

●ハザードマップポータルサイト

災害リスク情報や防災に役立つ情報を閲覧できるweb地図サイトです。

<https://disaportal.gsi.go.jp/>



●地震ハザードステーション

今後想定される地震についての被害想定を示したサイトです。

<https://www.j-shis.bosai.go.jp>



地震発生後の流れと避難

地震発生

落ち着いて身の安全確保を!

揺れが落ち着いたら

- ☐ 火元の確認
- ☐ 窓やドアを開けて逃げ道を確保
- ☐ 家族の安否確認



- ☐ 自宅が倒壊するおそれがあるか



いいえ

はい

- ☐ 隣家の倒壊などで自宅に影響があるか?
- ☐ 自宅に留まった場合に身の危険性を感じるか?
- ☐ 近隣の火災により、自宅への延焼の危険があるか?

いいえ

はい

**地域で定めた
避難先へ集合**

地域で
できる限り、
安否の確認を
しましょう。

一時避難場所・広域避難場所へ避難

火災の拡大や、
有毒ガスの発生等で、
一時避難場所も危険な場合は、
広域避難場所より安全な
場所へ避難する。

いいえ

- ☐ 自宅が倒壊
- ☐ 自宅が火災で焼失
- ☐ 自宅での生活が困難

はい

自宅で生活

避難所で生活

自宅周辺の
避難場所と避難所は
P.16からP.23の
防災マップで
確認しよう。



避難場所とは

建物倒壊等、その場にいることが危険であると感じた場合に、命を守るために一時的に避難する場所です。

避難場所には、一時避難場所と広域避難場所があり、グラウンド等のオープンスペースを指します。

避難所とは

地震や火災で自宅が倒壊・焼失してしまい、生活する場所がなくなってしまった方が一定期間生活を送る施設のことです。小・中学校や市立会館等を指します。

**ここが
ポイント**

在宅避難のすすめ

地震により水道や下水道などのライフラインが使えなくなったとしても、自宅に倒壊の危険がなく住める場合は、自宅に留まり生活をする「在宅避難」をしましょう。

大地震発生時における避難所は、多数の避難者が押し寄せ混乱が発生する可能性があるほか、プライバシーの確保も困難となります。また、環境の変化により体調を崩すこともあり、決して快適な生活空間とは言えません。

災害発生時にも平常時と同様に、住み慣れた自宅で家族と生活できるよう、日頃から食料や飲料水、簡易トイレの備蓄など防災対策をしておきましょう。

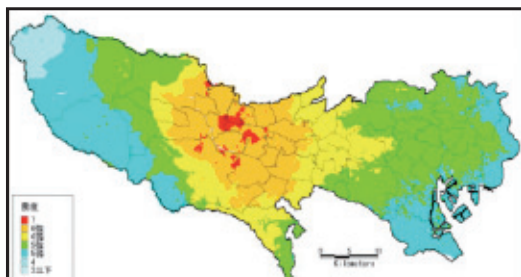
「在宅避難」は、避難所内での新型コロナウイルスやノロウイルスなどの感染症リスクを避けることにも有効です。



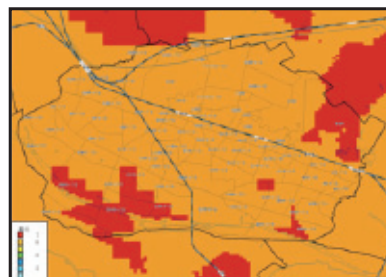
被害想定・行動ポイント

立川断層帯地震での昭島市の被害想定

立川断層帯については、平均活動間隔が10000年～15000年程度であり、今後30年間の地震の発生確率は0.5～2%と低いですが、発生した場合に断層帯を中心に大きな被害を及ぼすおそれがあります。昭島市においては、大半が震度6強となり、一部地域で震度7が想定されており、最も大きな被害が想定される地震となっています。



平成24年4月「首都直下地震等による東京の被害想定」報告書より



立川断層帯地震M7.4 震度分布図

地震 その時10のポイント

突然、大きな地震に襲われたとき、私たちは適切な行動がとれるでしょうか？

東京消防庁では、近年の地震による被害状況や教訓から、地震時・地震直後・地震後の行動について分かりやすく解説した「地震 その時10のポイント」を推進しています。大きな地震が起きたとき、適切な行動がとれるように確認しておきましょう。

地震時の行動

地震だ！まず身の安全



- 揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたときは、身の安全を最優先に行動する。
- 丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

高層階(概ね10階以上)での注意点

- 高層階では、揺れが数分間続くことがある。
- 大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。

地震直後の行動

落ち着いて火の元確認 初期消火

- 火を使っているときは、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- 出火したときは、落ち着いて消火する。



あわてた行動 けがのもと

- 屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
- 瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので、外に飛び出さない。



窓や戸を開け出口を確保

- 揺れがおさまったときに、避難ができるように出口を確保する。



門や塀に近寄らない

- 屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



地震後の行動

火災や津波 確かな避難

- 地域に大規模な火災の危険が迫り、身の危険を感じたら、一時避難場所や広域避難場所に避難する。
- 沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出たら、高台などの安全な場所に素早く避難する。



正しい情報 確かな行動

- ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

- わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



協力し合って救出・救護

- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。



避難の前に安全確認 電気・ガス

- 避難が必要となすには、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。



防災マップ1

緊急輸送道路

- 一次路線
- 二次路線
- 三次路線

緊急輸送道路とは、地震発生直後から緊急輸送を円滑に行うための道路で、防災拠点と相互に連絡する道路等を都知事が指定しています。

避難所(学校)

避難所名称	所在地	電話番号	索引
7 光華小学校	昭和町4-5-13	042-541-0313	H-6
11 拝島第二小学校	拝島町3927-2	042-541-1059	G-4
12 拝島第三小学校	松原町3-12-15	042-541-1274	D-4
18 拝島中学校	緑町2-2-12	042-541-1040	E-6

避難所(市立会館等)

避難所名称	所在地	電話番号	索引
27 昭和会館	松原町1-2-25	042-544-0610	G-5
28 緑会館	緑町4-13-26	042-541-8799	D-5
29 堀向会館	美堀町2-6-11	042-543-0755	H-3
32 やまのかみ会館	拝島町3-10-3	042-545-9848	C-6
34 KOTORIホール(市民会館)・公民館	つつじが丘3-7-7	042-546-1711	H-5
37 松原町コミュニティセンター	松原町1-3-10	042-500-2273	G-6
39 環境コミュニケーションセンター	美堀町3-8-1	042-546-5300	F-3

二次避難所(福祉避難所)

避難所名称	所在地	電話番号	索引
41 松原町高齢者福祉センター	松原町1-13-3	042-541-3107	F-5
42 拝島町高齢者福祉センター	拝島町3-10-4	042-542-4083	B-6
43 保健福祉センター	昭和町4-7-1	042-544-5126	H-6

一時(いっとき)避難場所

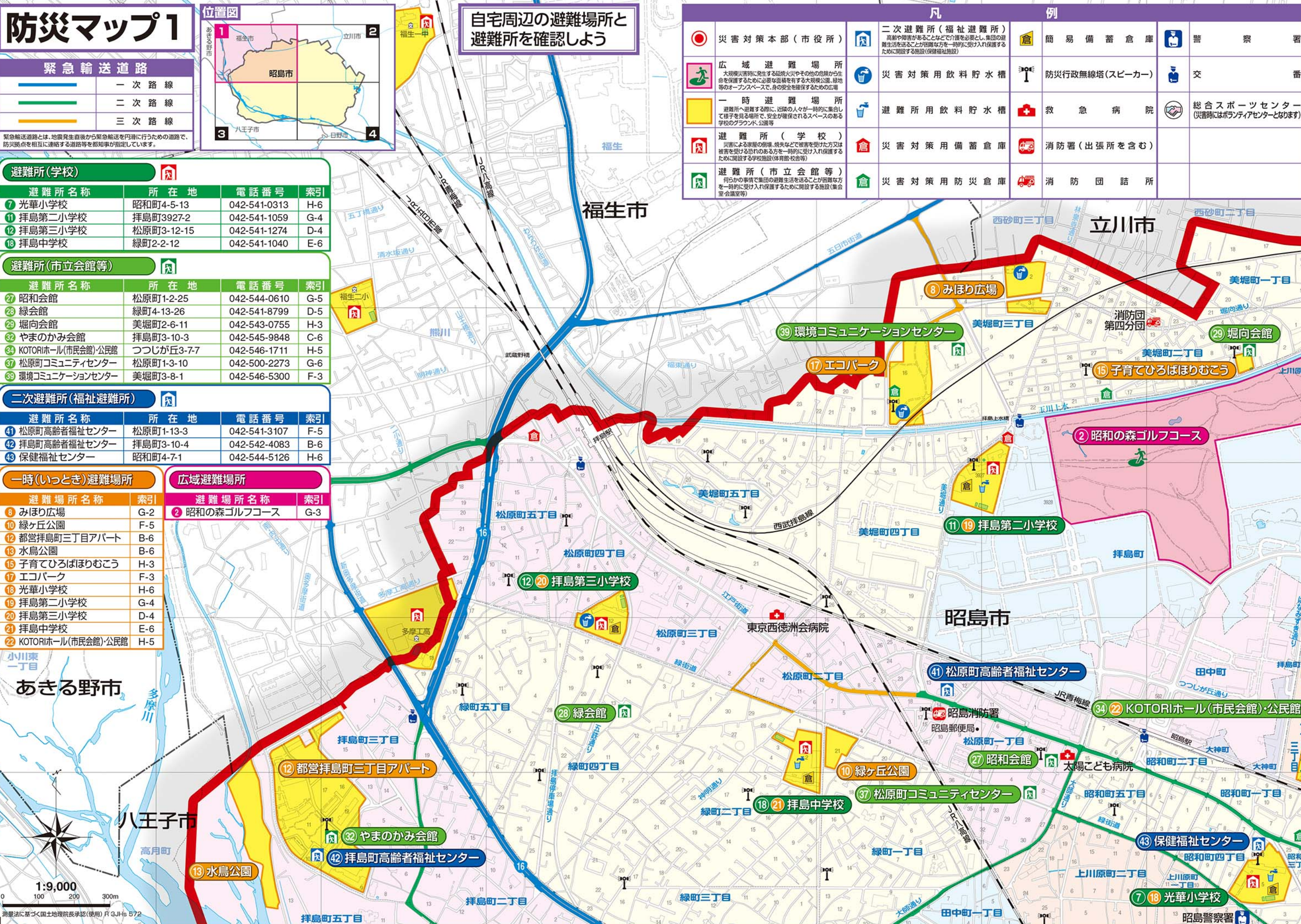
避難場所名称	索引
8 みほり広場	G-2
10 緑ヶ丘公園	F-5
12 都営拝島町三丁目アパート	B-6
13 水鳥公園	B-6
15 子育てひろばほりむこう	H-3
17 エコパーク	F-3
18 光華小学校	H-6
19 拝島第二小学校	G-4
20 拝島第三小学校	D-4
21 拝島中学校	E-6
22 KOTORIホール(市民会館)・公民館	H-5

広域避難場所

避難場所名称	索引
2 昭和の森ゴルフコース	G-3

自宅周辺の避難場所と避難所を確認しよう

凡	例
災害対策本部(市役所)	二次避難所(福祉避難所) 高齢や障害があることなどで介護を必要とし、集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(保健福祉施設)
広域避難場所 大規模災害時に発生する延焼火災やその他の危険から生命を保護するために必要な面積を有する大規模公園、緑地のオープンスペースで、身の安全を確保するための広場	災害対策用飲料貯水槽
一時避難場所 避難所へ避難する際に、近隣の人々が一時的に集合して様子を見る場所で、安全が確保されるスペースのある学校のグラウンド、公園等	避難所用飲料貯水槽
避難所(学校) 災害による家屋の倒壊、損失などで被害を受けた方又は被害を受ける恐れのある方を一時的に受け入れ保護するために開設する学校施設(体育館・校舎等)	災害対策用備蓄倉庫
避難所(市立会館等) 何らかの事情で集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(集会室・会議室等)	災害対策用防災倉庫
	簡易備蓄倉庫
	防災行政無線塔(スピーカー)
	警察署
	交番
	救急病院
	総合スポーツセンター (災害時にはボランティアセンターとなります)
	消防署(出張所を含む)
	消防団詰所



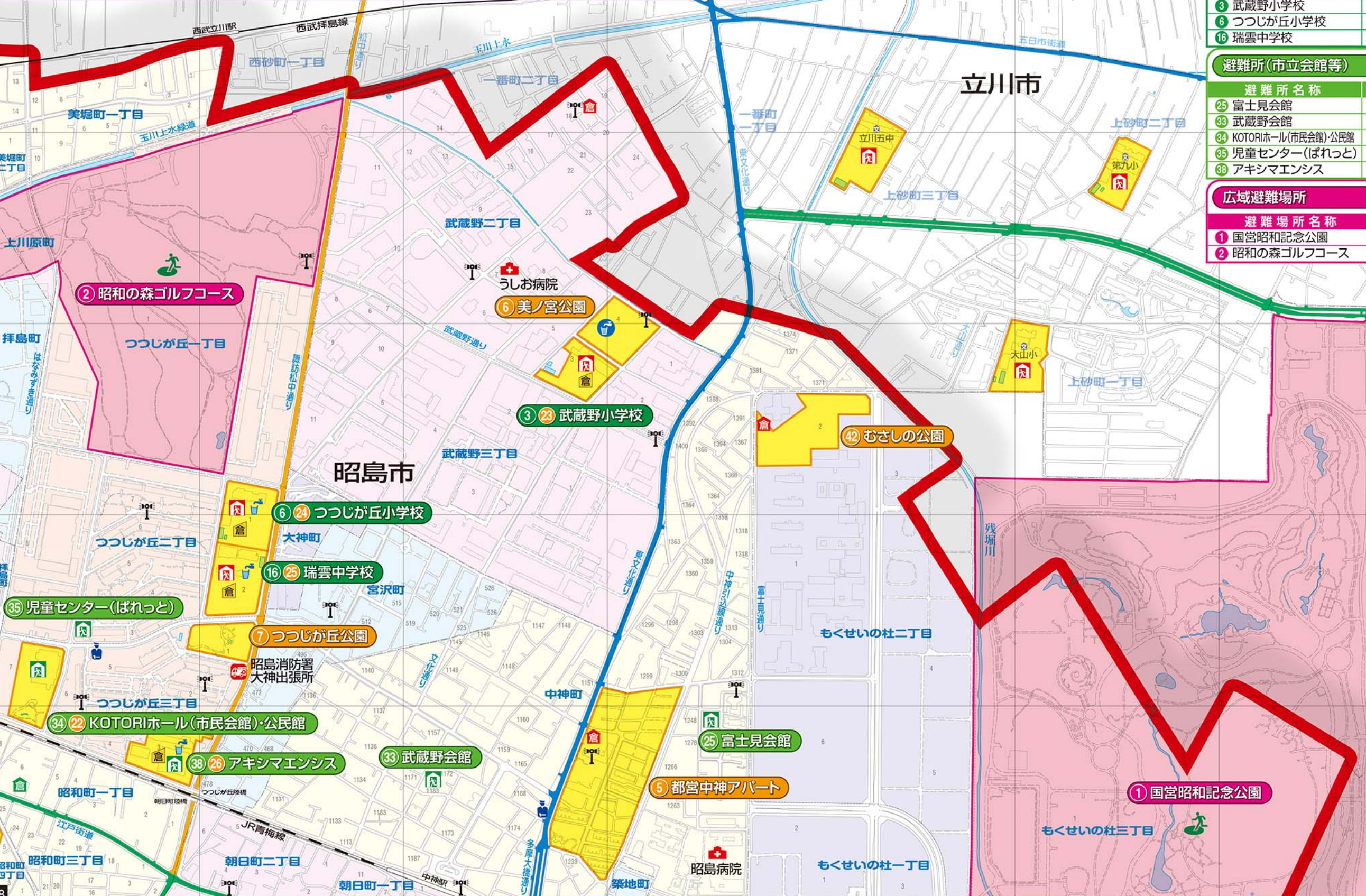
凡 例			
	災害対策本部（市役所）		二次避難所（福祉避難所） 高齢や障害があることなどで介護を必要とし、集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設（保健福祉施設）
	広域避難場所 大規模災害時に発生する延焼火災やその他の危険から生命を保護するために必要な避難を有する大規模公園、緑地等のオープンスペースで、身の安全を確保するための広場		災害対策用飲料貯水槽
	一時避難場所 避難所へ避難する際に、近隣の人々が一時的に集合して様子を見る場所で、安全が確保されるスペースのある学校のグラウンド、公園等		避難所用飲料貯水槽
	避難所（学校） 災害による家屋の倒壊、焼失などで被害を受けた方又は被害を受ける恐れのある方を一時的に受け入れ保護するために開設する学校施設（体育館・校舎等）		災害対策用備蓄倉庫
	避難所（市立会館等） 何らかの事情で集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設（集会所・会議室等）		災害対策用防災倉庫
	簡易備蓄倉庫		防災行政無線塔（スピーカー）
	警察署		交番
	救急病院		総合スポーツセンター （災害時にはボランティアセンターとなります）
	消防署（出張所を含む）		消防団詰所



防災マップ2

緊急輸送道路	
	一次路線
	二次路線
	三次路線

緊急輸送道路とは、地震発生直後から緊急輸送を円滑に行うための道路で、防災拠点と相互に連絡する道路等を都知事が指定しています。

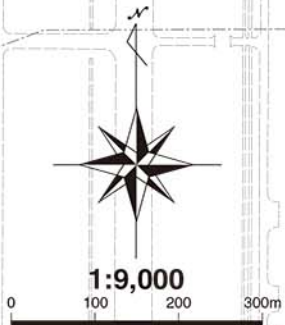


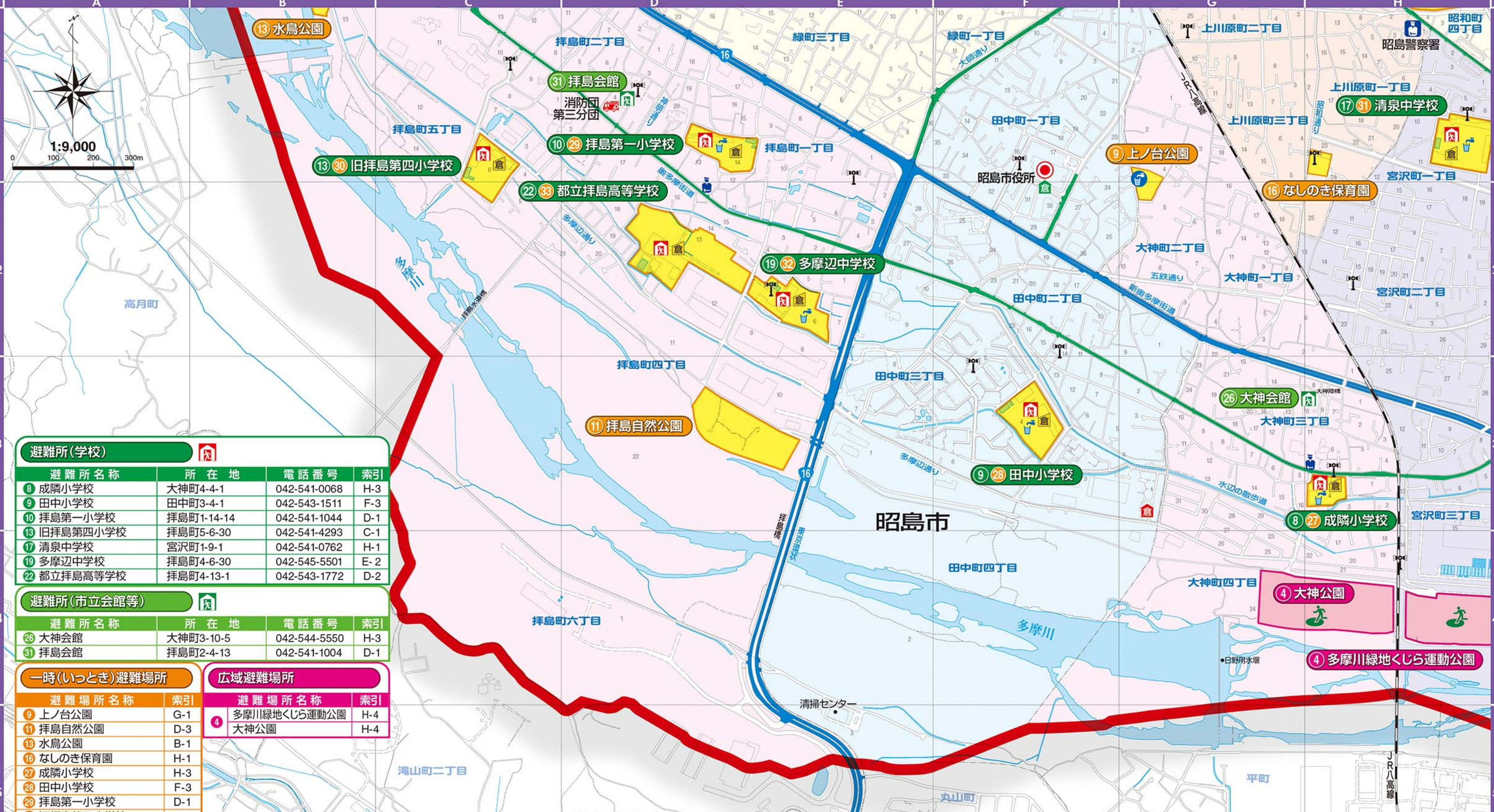
避難所（学校）			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
3 武蔵野小学校	武蔵野2-3-1	042-543-8666	C-4
6 つつじが丘小学校	つつじが丘2-1-30	042-546-1170	B-4
16 瑞雲中学校	つつじが丘2-2-6	042-544-6511	B-5

避難所（市立会館等）			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
25 富士見会館	中神町1282	042-544-9416	D-6
33 武蔵野会館	中神町1172-1	042-500-4320	C-6
34 KOTORIホール（市民会館）・公民館	つつじが丘3-7-7	042-546-1711	A-5
35 児童センター（ばれっと）	つつじが丘2-3-21	042-544-5132	A-5
38 アキシマエンス	つつじが丘3-3-15	042-543-1523	A-6

広域避難場所	
避難場所名称	索引
1 国営昭和記念公園	F-6
2 昭和の森ゴルフコース	A-3

一時（いっとき）避難場所	
避難場所名称	索引
5 都営中神アパート	D-6
6 美ノ宮公園	C-3
7 つつじが丘公園	B-5
22 KOTORIホール（市民会館）・公民館	A-5
23 武蔵野小学校	C-4
24 つつじが丘小学校	B-4
25 瑞雲中学校	B-5
26 アキシマエンス	A-6
42 むさしの公園	E-4





避難所(学校)			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
8 成隣小学校	大神町4-4-1	042-541-0068	H-3
9 田中小学校	田中町3-4-1	042-543-1511	F-3
10 拝島第一小学校	拝島町1-14-14	042-541-1044	D-1
13 旧拝島第四小学校	拝島町5-6-30	042-541-4293	C-1
17 清泉中学校	宮沢町1-9-1	042-541-0762	H-1
19 多摩辺中学校	拝島町4-6-30	042-545-5501	E-2
22 都立拝島高等学校	拝島町4-13-1	042-543-1772	D-2

避難所(市立会館等)			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
26 大神会館	大神町3-10-5	042-544-5550	H-3
31 拝島会館	拝島町2-4-13	042-541-1004	D-1

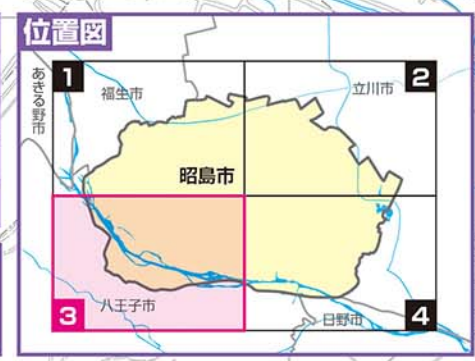
一時(いっとき)避難場所	
避難場所名称	索引
9 上ノ台公園	G-1
11 拝島自然公園	D-3
13 水鳥公園	B-1
16 なしのき保育園	H-1
27 成隣小学校	H-3
28 田中小学校	F-3
29 拝島第一小学校	D-1
30 旧拝島第四小学校	C-1
31 清泉中学校	H-1
32 多摩辺中学校	E-2
33 都立拝島高等学校	D-2

広域避難場所	
避難場所名称	索引
4 多摩川緑地くじら運動公園	H-4
4 大神公園	H-4

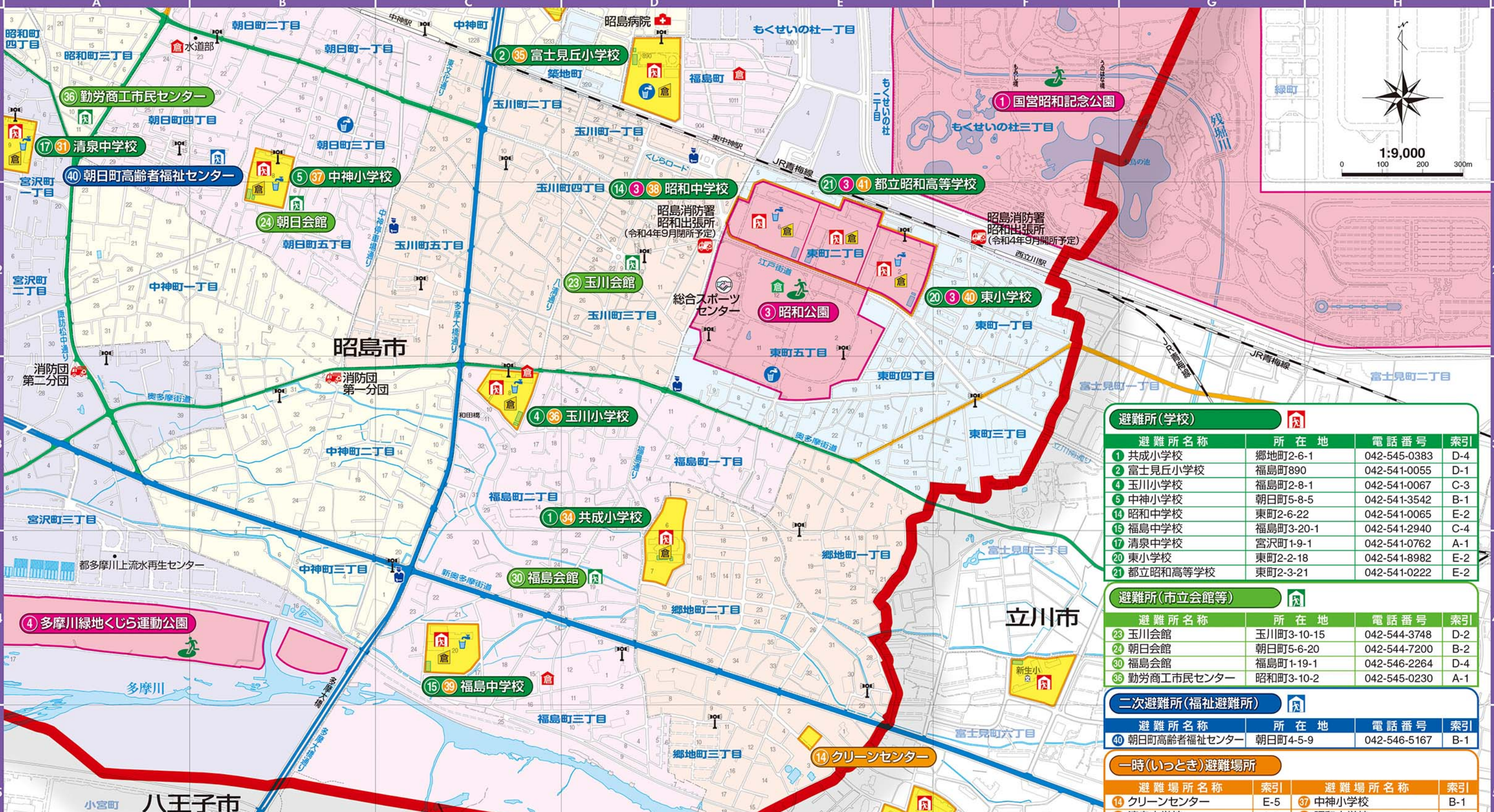
緊急輸送道路	
	一次路線
	二次路線
	三次路線

緊急輸送道路とは、地震発生直後から緊急輸送を円滑に行うための道路で、防災拠点と相互に連絡する道路等を都知事が指定しています。

防災マップ3



凡 例			
	災害対策本部(市役所)		二次避難所(福祉避難所) 高齢や障害があることなどで介護を必要とし、集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(保健福祉施設)
	広域避難場所 大規模災害時に発生する延焼火災やその他の危険から生命を保護するために必要な面積を有する大規模公園、緑地等のオープンスペースで、身の安全を確保するための広場		簡易備蓄倉庫
	一時避難場所 避難所へ避難する際に、近隣の人々が一時的に集合して様子を見る場所で、安全が確保されるスペースのある学校のグラウンド、公園等		防災行政無線塔(スピーカー)
	避難所(学校) 災害による家屋の倒壊、損失などで被害を受けた方又は被害を受ける恐れのある方を一時的に受け入れ保護するために開設する学校施設(体育館・校舎等)		救急病院
	避難所(市立会館等) 何らかの事情で集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(集会室・会議室等)		消防署(出張所を含む)
			警察署
			交番
			総合スポーツセンター (災害時にはボランティアセンターとなります)
			消防団詰所



避難所(学校)			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
1 共成小学校	郷地町2-6-1	042-545-0383	D-4
2 富士見丘小学校	福島町890	042-541-0055	D-1
4 玉川小学校	福島町2-8-1	042-541-0067	C-3
5 中神小学校	朝日町5-8-5	042-541-3542	B-1
14 昭和中学校	東町2-6-22	042-541-0065	E-2
15 福島中学校	福島町3-20-1	042-541-2940	C-4
17 清泉中学校	宮沢町1-9-1	042-541-0762	A-1
20 東小学校	東町2-2-18	042-541-8982	E-2
21 都立昭和高高等学校	東町2-3-21	042-541-0222	E-2

避難所(市立会館等)			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
23 玉川会館	玉川町3-10-15	042-544-3748	D-2
24 朝日会館	朝日町5-6-20	042-544-7200	B-2
30 福島会館	福島町1-19-1	042-546-2264	D-4
36 勤労商工市民センター	昭和町3-10-2	042-545-0230	A-1

二次避難所(福祉避難所)			
避難所名称	所在地	電話番号	索引
40 朝日町高齢者福祉センター	朝日町4-5-9	042-546-5167	B-1

一時(いっとき)避難場所			
避難場所名称	索引	避難場所名称	索引
14 クリーンセンター	E-5	37 中神小学校	B-1
31 清泉中学校	A-1	38 昭和中学校	E-2
34 共成小学校	D-4	39 福島中学校	C-4
35 富士見丘小学校	D-1	40 東小学校	E-2
36 玉川小学校	C-3	41 都立昭和高高等学校	E-2

凡 例			
	災害対策本部(市役所)		二次避難所(福祉避難所) 高齢や障害があることなどで介護を必要とし、集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(保健福祉施設)
	広域避難場所 大規模災害時に発生する延焼火災やその他の危険から生命を保護するために必要な面積を有する大規模公園、緑地等のオープンスペースで、身の安全を確保するための広場		災害対策用飲料貯水槽
	一時避難場所 避難所へ避難する際に、近隣の人々が一時的に集合して様子を見る場所で、安全が確保されるスペースのある学校のグラウンド、公園等		救急病院
	避難所(学校) 災害による家屋の倒壊、焼失などで被害を受けた方又は被害を受ける恐れのある方を一時的に受け入れ保護するために開設する学校施設(体育館・校舎等)		消防署(出張所を含む)
	避難所(市立会館等) 何らかの事情で集団の避難生活を送ることが困難な方を一時的に受け入れ保護するために開設する施設(集会室・会議室等)		消防団詰所
	簡易備蓄倉庫		防災行政無線塔(スピーカー)
	警察署		交番
	避難所用飲料貯水槽		総合スポーツセンター (災害時にはボランティアセンターとなります)

広域避難場所	
避難場所名称	索引
1 国営昭和記念公園	F-1
昭和公園	E-2
東小学校	E-2
昭和中学校	E-2
都立昭和高高等学校	E-2
多摩川緑地くじら運動公園	A-4



緊急輸送道路

	一次路線
	二次路線
	三次路線

緊急輸送道路とは、地震発生直後から緊急輸送を円滑に行うための道路で、防災拠点と相互に連絡する道路等を都知事が指定しています。

防災マップ4

気象状況と河川の水位情報

気象状況を確認しよう！

気象庁は、風水害や土砂災害を防止・軽減するために、大雨情報等の防災気象情報を発表し、注意や警戒を呼び掛けています。災害が起こるおそれのあるときに「注意報」、重大な災害が起こるおそれのあるときに「警報」を発表しています。

種 類		説 明
高 危険度 低 特別警報 警報 注意報	大 雨 特 別 警 報	数十年に一度の大雨が予想され、重大な災害が発生するおそれが著しく大きいとき
	暴 風 特 別 警 報	数十年に一度の暴風が予想され、重大な災害が発生するおそれが著しく大きいとき
	大 雨 警 報	重大な浸水被害や土砂災害が発生するおそれがあるとき
	洪 水 警 報	河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による重大な災害のおそれがあるとき
	暴 風 警 報	暴風により重大な災害が発生するおそれがあるとき
	大 雨 注 意 報	浸水被害や土砂災害が発生するおそれがあるとき
	洪 水 注 意 報	河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による災害のおそれがあるとき
	強 風 注 意 報	強風により災害が発生するおそれがあるとき

※上記のほか、大雪や暴風雪等の気象情報もあります。

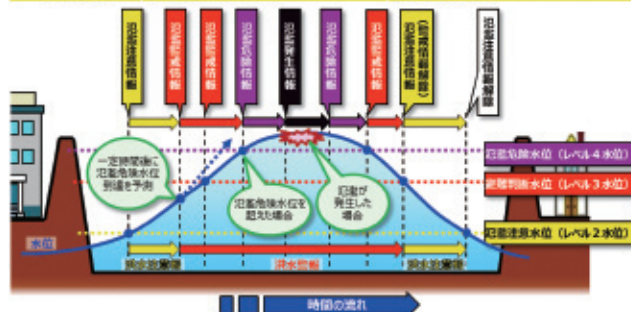
河川の水位と情報の収集方法

●水位情報

河川の増水や氾濫などに対する水防活動の判断や住民の避難行動の参考となるように、気象庁は国土交通省または東京都と共同して、あらかじめ指定した河川について、区間を決めて水位または流量を示した洪水の予報を行っています。

<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/bosai/flood.html>

洪水予報の程度（時期）	発表基準	市町村・住民に求める行動の目安
○△氾濫発生情報（洪水警報）	氾濫の発生（氾濫水の予報）	氾濫水への警戒を要する段階（警戒レベル5相当）
○△氾濫危険情報（洪水警報）	氾濫危険水位（レベル4水位）に到達	いつ氾濫してもおかしくない状態。避難等の氾濫発生に対する対応を求める段階（警戒レベル4相当）
○△氾濫注意情報（洪水警報）	一定時間内に氾濫危険水位（レベル4水位）に到達が見込まれる場合、あるいは氾濫危険水位（レベル3水位）に到達し、さらに水位の上昇が見込まれる場合	避難準備などの氾濫発生に対する警戒を求める段階（警戒レベル3相当）
○△氾濫注意情報（洪水注意報）	氾濫注意水位（レベル2水位）に到達し、さらに水位の上昇が見込まれる場合	氾濫の発生に対する注意を求める段階（警戒レベル2相当）



出典：気象庁ホームページより

川の防災情報

全国の河川の水位等の情報をリアルタイムで見ることができるサイト

<https://www.river.go.jp/index>



東京都水防災総合情報システム

東京都の管理する河川（多摩川と浅川（南浅川合流地点より下流域）を除く一級河川）の水位等を確認できるサイト

<https://www.kasen-suibo.metro.tokyo.lg.jp/im/uryosui/tsim0102g.html>



●河川の氾濫シミュレーション

浸水ナビ

昭島市を流れる河川の推定浸水情報や河川の現状、想定破壊点などが分かる便利なサイト

<https://suiboumap.gsi.go.jp/ShinsuiMap/Map/>



土砂災害の種類と前兆現象

土砂災害の危険性を知ろう

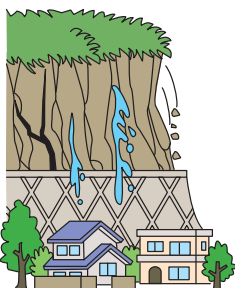
東京都が指定した「土砂災害警戒区域」は、急傾斜面が崩壊した場合に人家や公共施設等に被害の生じるおそれがあると認められる箇所で、昭島市では37箇所が指定されています。

また、「土砂災害特別警戒区域」は土砂災害警戒区域のうち、急傾斜面の崩壊等が発生した場合に建築物に破損が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれと認められる箇所で、昭島市では32箇所が指定されています。まずは、自分の住まいの周りが該当しないか事前に確認しておきましょう。

■土砂災害の種類

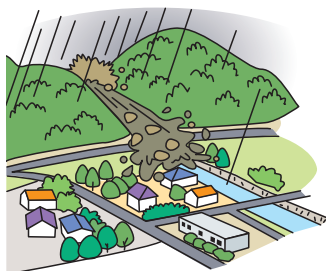
●崖崩れ

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、急激に斜面が崩れ落ちる現象。突発的かつ急速に起こることが多いのが特徴。



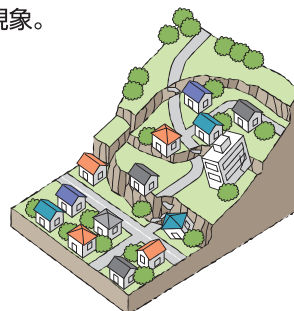
●土石流

河川の水で土砂が流れ落ちる現象。昔から「山津波」とか「鉄砲水」といって恐れられている。



●地すべり

地下水の作用で、すべりやすい地層を境に、土地の一部がすべり落ちる現象。

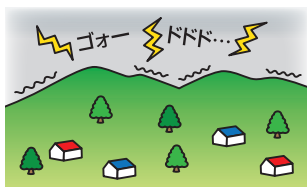


土砂災害は、大雨のときだけでなく、雨が止んでからも発生する可能性があるので、油断しないようにしましょう。

■こんな前ぶれ(前兆現象)に注意!

次のような現象を察知した場合は、土砂災害が直後に起こる可能性があります。直ちに周りの人と安全な場所へ避難してください。

●山鳴りがする



●小石がパラパラ落ちてくる



●雨が降り続けているのに川の水位が下がる



●川が濁り流木が混ざりはじめる



●地面にひび割れができる



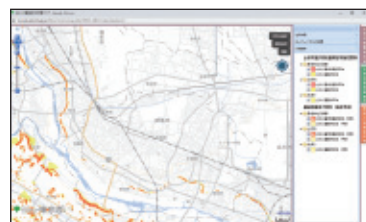
●斜面から水がふき出す



■土砂災害警戒区域の確認方法

『昭島市洪水・土砂災害ハザードマップ』のほか、東京都が作成した土砂災害警戒区域等マップで確認しておきましょう。

<https://www2.sabomap.jp/tokyo/>



台風・雷・竜巻

令和元年東日本台風と昭島市

令和元年10月12～13日に超大型台風が襲来し、多摩川氾濫の危険性が増したため、「警戒レベル4」避難勧告（現在の避難指示）を発令しました。昭島市では小・中学校や市立会館等26箇所を避難所として開放し、423世帯1,137名が一時避難されました。昭島市において、人的被害や浸水被害はありませんでしたが、近年、台風が大型化しており、今後も同様な事象が起きるおそれがあります。



令和元年東日本台風が襲来した際の多摩川の様子

風水災害を知ろう！

■台風と気象状況

台風の状況	気象庁の情報	東京管区気象台の情報
	熱帯低気圧に関する情報	
	台風情報 現在の状況(3時間ごと) 最大120時間先までの予報(6時間ごと)	台風に関する気象情報 (以後、暴風などの状況を適宜発表)
	暴風域に入る確率の発表 120時間以内に暴風域に入る確率が0.5%以上の地域に対して3時間ごとに発表	強風、大雨、高潮注意報など
	台風情報 日本列島に大きな影響を及ぼす台風が接近しているとき(1時間ごと) 「台風○号は、○日○時ごろ、○○市付近に上陸しました」	暴風、大雨、高潮警報など 土砂災害警戒情報 (重大な土砂災害のおそれがある場合)
		特別警報

台風の強さの階級分け

階級	最大風速
強い	33m/s以上 ～44m/s未満
非常に強い	44m/s以上 ～54m/s未満
猛烈な	54m/s以上

台風の大きさの階級分け

階級	風速15m/s以上の半径
大型(大きい)	500km以上 ～800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

■雷・竜巻にも注意

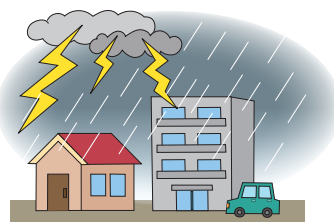
発達した積乱雲により、雷や竜巻が発生することがあります。屋外で行動する場合は、雷注意報や竜巻注意情報などの発表を確認しましょう。

●雷の場合

- ・屋外にいるとき、雷鳴が聞こえたら建物の中や自動車等の安全な場所に避難
- ・雨宿りで木の下に入るのは危険
- ・側撃雷のおそれがあるので、木や電柱から4m以上離れる
- ・近くに避難する場所がない場合は、姿勢を低くする

●竜巻の場合

- 屋外にいる場合**
 - ・頑丈な構造物の中へ避難
 - ・避難するときは飛ばされた看板などの飛来物に注意
 - ・避難できない場合は、頑丈な構造物の物陰やくぼみに身をふせる
 - ・車庫・物置・プレハブへの避難は危険



屋内にいる場合

- ・窓から離れる
- ・家の1階の窓のない部屋に移動
- ・窓やカーテンを閉める
- ・頑丈な机の下に入り、身を守る

避難方法とタイミング

避難方法について知ろう！

■立退き避難の場合

避難とは「難」を「避」けることです。安全な場所にいる人は避難所に行く必要はありません。避難先は市が開設する避難所だけではありません。安全な親戚・知人宅等に避難することも考えてみましょう。

- ・できる限り2人以上で避難
- ・子どもから目を離さない
- ・子ども、高齢者、病気の方などは避難に時間がかかるので早めに避難する
- ・マンホールや側溝に注意
- ・紐で結べる運動靴で避難



- ・避難する際はそのまま食べられる食料・飲料水・スリッパ等必要なものを持参
- ・感染症が心配なときは、マスク・アルコール消毒液等を持参
- ・常備薬、オムツ、ミルクなど自身や家族の状況に応じて持参



- ・ペットと一緒に避難できる避難所へ避難できます
ただし、ペットと一緒に過ごすことはできません
- ・ペットと避難する際は、食べ物やトイレ、ケージを持参

- ・発熱・せき等の症状がある場合など、体調がすぐれない方は避難先で申し出ましょう



■屋内安全確保

屋内に留まる方が安全な場合は、以下の点に注意して、屋内での避難(屋内安全確保)を行いましょう。

- ・屋内の中心部に近く、2階以上の窓のない部屋や、崖などの危険な場所から最も離れた部屋へ移動
- ・雨戸、窓、網戸、カーテンを閉める



防災気象情報と警戒レベルとの対応

災害発生時には、情報収集と迅速な行動が必要になります。

市では、災害の種類や発生場所により異なる基準で警戒レベル(避難指示等の避難情報)を発令しますので、市民の皆さんは自身の状況を正しく把握し、迅速な行動を心掛けてください。

災害発生まで	気象情報又は避難情報	どうする
災害発生 警戒レベル 5 この時点までに避難していないと命が危険です！	災害発生または切迫 緊急安全確保	ただちに命を守る行動をとってください！
災害のおそれ 高い 警戒レベル 4	避難指示	全員ただちに危険な場所から避難
災害のおそれ あり 警戒レベル 3	高齢者等避難	高齢者等ただちに危険な場所から避難
気象状況 悪化 警戒レベル 2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	避難先、避難経路の確認、非常持ち出し品の確認
今後気象状況悪化のおそれ 警戒レベル 1	早期注意情報 (気象庁)	テレビやラジオ等で最新の気象情報を確認

避難行動のフロー

必ず取り組みましょう！

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に「避難行動判定フロー」を確認しましょう。

平時に
確認

「自分の命は自分が守る」意識を持ち、
自宅の災害リスクと、とるべき行動を確認しましょう。

家族みんなで
避難行動を
確認してみよう！

昭島市公式キャラクター
ちかっばー



避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？

ハザードマップ※で自分の家の場所を
確認しましょう。

※ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。
市では『昭島市洪水・土砂災害ハザードマップ』と『昭島市水害(内水)ハザードマップ』を作成しています。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い
土地や崖のそばなどにお住まいの方は、自分
自身や家族、周囲の状況に応じて避難も検討
してください。

はい

避難方法は屋内安全確保が適切ですか？
(立退き避難が適切か、屋内安全確保
が適切か、右の例を参考にあらか
じめ検討しておきましょう。)

はい

屋内安全確保を
行えます。

いいえ

〈屋内安全確保が可能な例〉

- ① 想定されている浸水深よりも高い位置にいる場合
ただし、洪水により家屋が倒壊・崩壊してしまうおそれの高い
区域(家屋倒壊等氾濫想定区域等)に指定されている場合は、
浸水深に関わらず屋内安全確保は危険とされています。
- ② 土砂災害警戒区域に指定されているが、十分堅牢なマンション
等の上層階に住んでいる場合
- ③ 台風等のピーク(最も風雨が強い時間帯)等になった場合
0.5m程度の浸水でも移動時(徒歩、車ともに)に流される危険
があります。また土砂災害も移動中に被災した場合は、屋内に
いるよりも命の危険性が非常に高まります。

〈参考〉
危険な浸水深
の目安

1階の場合:0.5m以上の浸水深の場合は危険(1階の床
面高さが低い場合は、0.5m未満でも要注意)
2階の場合:3.0m以上の浸水深の場合は危険

ご自身または一緒に避難する方は
避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる
親戚や知人はいますか？

はい

高齢者等避難が出
たら、安全な親戚や
知人宅に避難しま
しょう(日頃から相談
しておきましょう)。

いいえ

高齢者等避難が出
たら、市が指定
する避難所に避難
しましょう。

安全な場所に住んでいて身を寄せられる
親戚や知人はいますか？

はい

避難指示が出たら、
安全な親戚や知人
宅に避難しましょ
う(日頃から相談し
ておきましょう)。

いいえ

避難指示が出た
ら、市が指定する
避難所に避難しま
しょう。

※避難情報が発令されていなくても身の危険を感じたら、危険な場所から避難してください。

火山噴火への備え

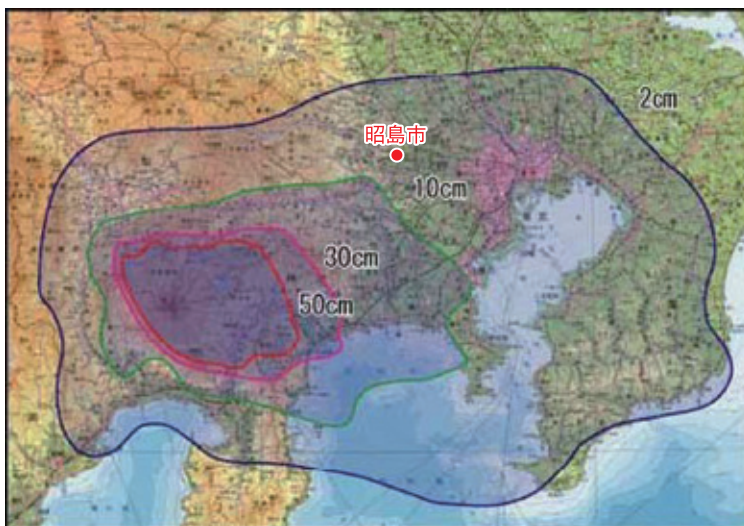
富士山噴火への備え

昭島市に被害を及ぼすおそれがある火山としては、富士山があります。本市から富士山山頂火口までは距離があるため、溶岩流や火砕流などの被害を受けることはありませんが、大規模な噴火が発生した際には降灰による次のような影響が想定されます。

■降灰による本市への影響

- ・火山灰は濡れると道路が滑りやすくなるほか、視界が悪化
- ・雨どいや側溝、下水道などの詰まり
- ・降灰時の車のワイパー使用によるフロントガラスなどの損傷
- ・空調機器や電子機器などの故障
- ・農作物の収穫量への影響
- ・電車等公共交通機関への影響

富士山防災マップ(降灰の影響がおよぶ可能性の高い範囲)



出典:内閣府 富士山火山広域防災対策基本方針資料

■降灰による人体への影響

見た目は雪のようにきれいに見えることもありますが、人体に様々な健康被害をもたらす可能性があります。

●目への影響

- ・火山灰は鋭くとがっているので、目に入ると非常に痛く、こすると結膜炎や角膜剥離を起こします。手でこすらずに水で流しましょう。



●皮膚への影響

- ・火山灰が肌につくとベタベタします。髪の毛に付着した火山灰は除去するのが大変です。
- ・火山灰に火山ガスが付着している場合には皮膚炎を起こすこともあります。皮膚の弱い方は肌を露出させない等の注意が必要です。



●呼吸器系への影響

- ・火山灰を吸い込むと気管や肺が傷つけられ、幼児や高齢者の方は呼吸器系の病気になる可能性があります。
- ・わずかな降灰でも、ぜんそくなどの持病がある方は注意が必要です。
- ・1cm以上の降灰になると、健康な人でも呼吸器に障害が出る可能性があります。防じんマスクを着用するなど、火山灰を吸い込まないようにしましょう。



雪害の備えと国民保護について

雪害への備えと対応

■大雪に備える

- ・不要不急の外出は控える。
- ・気象情報をこまめにチェック。
(公共交通機関が止まり、道路も通行できなくなる場合)があるので、外出している場合は早めに帰宅する。
- ・自動車に乗る際は必ずスタッドレスタイヤ、もしくはチェーンを装着。
- ・積雪後は路面が凍結するため転倒しないように注意。



■除雪する

- ・自宅前の雪かきにご協力を！
生活道路の除雪は皆さんの協力のもとに成り立っています。
- ・路上駐車は絶対にやめましょう！
路上に車があると除雪できないこともあります。また、緊急車両やバスなどの運行に支障をきたすことがあります。
- ・車庫などはこまめに雪下ろしをする。
- ・ルールを守った除雪を！
雪を道路に捨てずに、道路の脇に寄せてください。思わぬ事故の原因になります。



国民保護(弾道ミサイルへの備え)

近年周辺国家による、わが国上空を飛行する弾道ミサイルの脅威が迫っています。国では全国瞬時警報システム(Jアラート)を活用した注意喚起を行っています。

弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急通報メール等により緊急情報をお知らせします。

- ①速やかな避難行動
- ②正確かつ迅速な情報収集

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください。



国民保護ポータルサイト
武力攻撃やテロなどから身を守るために



事前に確認しておきましょう。
http://www.kokuminhogo.go.jp/gaiyou/shiryou/hogo_manual.html

ミサイル落下時には、こちらから政府の対応状況をご覧になれます



首相官邸
ホームページ
www.kantei.go.jp/



Twitterアカウント
首相官邸災害・危機管理情報
@Kantei_Saigai



Jアラート(例) 直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の中、又は地下に避難してください。ミサイルが、●時●分頃、●●県周辺に落下するものとみられます。直ちに避難してください。

メッセージが流れたら

落ち着いて、直ちに行動してください。

屋外に
いる場合

近くの建物の中か
地下に避難。

(注) できれば頑丈な建物が望ましいものの、近くなければ、それ以外の建物でも構いません。

建物が
ない場合

物陰に身を隠すか、
地面に伏せて頭部を守る。

屋内に
いる場合

窓から離れるか、
窓のない部屋に移動する。



近くに
ミサイル
落下！

- 屋外にいる場合：口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。
- 屋内にいる場合：換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

防災を学べる施設

都内の防災学習体験施設

●立川防災館

場 所／〒190-0015 立川市泉町1156番地1
交 通／バス:立川駅北口1番乗り場より「立川消防署」下車すぐ
鉄道:多摩都市モノレール「高松駅」より徒歩15分
開館時間／9:00～16:30
休館日／毎週木曜日・第3金曜日、年末年始
入館料／無料 駐車場／あり Tel:042-521-1119



●池袋防災館

場 所／〒171-0021 豊島区西池袋2丁目37番地8号
交 通／池袋駅(南口・西口・メトロポリタン口)より徒歩5分
開館時間／9:00～17:00(体験コーナーの受付は16:15まで)
休館日／毎月第1火曜日、第3火曜日及び第3火曜日の翌日
年末年始
入館料／無料 駐車場／なし Tel:03-3590-6565



●そなエリア東京

場 所／〒135-0063
江東区有明3丁目8番35号 東京臨海広域防災公園内
交 通／東京臨海高速鉄道りんかい線「国際展示場駅」より徒歩4分
ゆりかもめ「有明駅」より徒歩2分
開館時間／9:30～17:00(入場は16:30まで)
休館日／毎週月曜日、年末年始
入場料／無料 駐車場／なし Tel:03-3529-2180



●消防博物館

場 所／〒160-0004 新宿区四谷3丁目10番
交 通／東京メトロ丸ノ内線「四谷三丁目駅」2番出口
JR中央線「信濃町駅」・「四ツ谷駅」より徒歩12分
都営地下鉄新宿線「曙橋駅」より徒歩7分
開館時間／9:30～17:00
休館日／毎週月曜日、年末年始
入場料／無料 駐車場／なし Tel:03-3353-9119



その他

- 本所防災館 ●しながわ防災体験館 ●北区防災センター(地震の科学館)
- 練馬区立防災学習センター 等

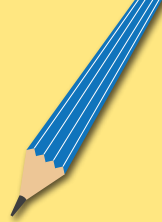
緊急連絡先

連絡先	電 話	連絡先	電 話
昭 島 市 役 所	042-544-5111	東京電力パワーグリッド(株)	0120-995-007
昭 島 市 水 道 部	042-543-6111	昭 島 ガ ス	042-546-1111
昭島市清掃センター	042-541-1342	N T T 東 日 本	0120-116-000
昭島市環境コミュニケーションセンター	042-546-5300	多 摩 立 川 保 健 所	042-524-5171
昭 島 消 防 署	042-545-0119	昭 島 病 院	042-546-3111
昭島消防署昭和出張所	042-543-0119	う し お 病 院	042-541-5423
昭島消防署大神出張所	042-546-0119	太 陽 こ ど も 病 院	042-544-7511
昭 島 警 察 署	042-546-0110	東 京 西 徳 洲 会 病 院	042-500-4433

30ページと31ページの間にあるポリプロピレン袋には、『昭島市洪水・土砂災害ハザードマップ』と『昭島市水害(内水)ハザードマップ』を差し込んで一緒に保管することができます。

わが家の防災メモ

非常時に連絡しなければならない方などを事前に記入しましょう。



住 所			
氏 名		電話番号	

家族の連絡先	氏 名	電話番号(会社・学校)	住 所	メ モ

親戚・知人の連絡先	氏 名	電話番号	住 所	メモ(家族との関係など)

避難場所	避難場所
	家族が離ればなれになったときの集合場所

家族の緊急用データ	氏 名	生年月日	血液型	アレルギー	常備薬	持病	メ モ

東京都では

「東京マイ・タイムライン」を通じて
マイ・タイムラインシートの作成
を支援しています。

「東京マイ・タイムライン」とは、いざというときに慌てることがないよう、風水害からの避難に備えた行動を一人ひとりがあらかじめ決めておくものです。風水害からの避難に必要な知識を習得しながら、家族で話し合っマイ・タイムラインシートを作成することにより、適切な避難行動を事前に整理できるようになっています。

●東京都防災ホームページにアクセスして作成してみよう!
<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/mytimeline/index.html>



▲詳細はこちらから

令和4(2022)年2月発行