

中央区地域防災計画 概要版



令和3年（2021年）2月
中央区

目次

はじめに.....	- 1 -
1 地域防災計画の基本事項.....	- 10 -
1. 計画の目的.....	- 10 -
2. 計画の策定.....	- 10 -
3. 計画の構成.....	- 10 -
2 震災による被害の軽減.....	- 11 -
1. 中央区の被害想定.....	- 11 -
2. 減災目標.....	- 12 -
3 災害に対する本区の実施.....	- 13 -
1. 在宅避難と防災拠点（避難所）への避難.....	- 13 -
2. 在宅避難のための対策.....	- 14 -
3. 防災拠点（避難所）への避難.....	- 16 -
4. 要配慮者及び避難行動要支援者対策.....	- 21 -
5. 災害情報の収集と伝達.....	- 22 -
6. 帰宅困難者対策.....	- 24 -
7. 水害対策.....	- 26 -
8. 医療救護体制.....	- 30 -
9. 災害廃棄物対策.....	- 31 -
10. 生活再建支援体制.....	- 31 -

はじめに

「中央区地域防災計画」は、中央区内で地震や風水害などの災害が発生した場合に、区、防災関係機関、区民等が連携して行うべき適切な防災対策や、平常時からの備えなどを定めることにより、区民の生命、身体および財産を災害から守り、「災害に強い中央区」を実現することを目的に策定しているものです。

本区では、平成 27 年 7 月に地域防災計画の修正を行いました。その後、平成 28 年 4 月には熊本地震、令和元年 10 月には東日本を中心に甚大な被害をもたらした台風第 19 号等の大規模災害が発生したほか、令和 2 年からは新型コロナウイルス感染症が全世界で大流行しているところです。

こうした近年の大規模災害や感染症流行の教訓を踏まえ、前回修正時以降の本区の防災対策の進捗状況を反映するとともに、災害関係法令改正への対応及び令和元年 7 月に修正された東京都地域防災計画（震災編）との整合性を図るため、このたび地域防災計画を修正しました。

区では引き続き、これまでの減災目標達成に向けて防災対策の強化・推進に取り組んでいきます。

本冊子は、中央区地域防災計画のうち、特に区民や事業所の方々に知っておいていただきたい重要な部分を抜粋し、わかりやすく示したものです。

「災害に強いまち中央区」を作り上げていくためには、地域特性を踏まえた本区の防災対策を、区民の皆さまとの共通理解のもと、一体となって取り組んでいく必要があります。

そこで、本計画の修正にあたってベースとした「自助」「共助」「公助」の基本的な考え方（イメージ）を巻頭に掲載しています。

地域防災計画：令和 3 年の主な修正項目

- 防災拠点の運営体制
- 避難所等における感染症対策
- 高層住宅の防災対策
- 要配慮者及び避難行動要支援者対策
- 帰宅困難者対策
- 水害対策
- 災害に強い安全なまちづくり
- 職員体制
- 受援体制
- 医療救護体制
- 輸送体制
- 災害廃棄物対策
- 生活再建支援体制

あなたと家族を守るために ～自分の

区民
A
さん

大地震！！
とにかくみんなで避難所に避難すればいいや。

避難所は、自宅で生活できなくなった人が避難する場所。
区民全員が避難してきたら・・・

避難所は
パンク



フライバシーが
制限される



衛生環境が
悪化



だから
区では **在宅**

区民
B
さん

区では、区民
いません。
発災当初の3
民全体の約24
後は国や都、

想像してみましょう！

激しいゆれ



固定していない
家具は飛びます。

ケガ・いのちの
危険



電気・ガス・水道
が使用できなくなります。



飲み水も生活用水も使えず、料理もできません。
食料品を買い求めるのは困難です。

生活継続の危機

情報がほしく
TVは映りま



トイレ
が使用できなくなります。



下水道設備の損傷のほか、マンションなどでは
排水管の損傷や停電でも下水が使用できなくな

安全確認前にトイレを使用すると、
下水が逆流することも。

“最低限の備え”が、あなたと家族を守るための**“自助”**
まずは「3日間、自宅で耐える」ための備えを！

命は自分で守る～〔自助〕

食べ物とか必要な物は区から配られるでしょ。



地震が来たら建物は全部崩壊するし、どうしようもないよね。

全員分の必要物資は備蓄して
 日間程度は、想定避難者数（区％）の備蓄だけで対応し、その他の自治体から支援を受けます。

中央区では、約9割の世帯がマンションなどの共同住宅に住んでいます。
建物の多くは耐震性能が高く、倒壊による壊滅的な被害は受けないと想定されています。



避難 を推奨しています！

そのためには、どんな備えが必要？

家中の物が壊れ、散乱し、生活の継続が難しくなります。



「安全な部屋づくり」をめざそう！

家具には転倒防止対策を！



なるべく物を置かないで！

でも、エレベーターも動きません。



家族が3日間過ごす想定で 水・食料を備蓄！



普段消費する水や食料を多めに備える「日常備蓄」がおすすめです。

他にも水不要のシャンプーや懐中電灯、



情報入手手段を準備しよう。



ります。



簡易トイレを備蓄しよう！

家族が3日間過ごす想定で1人1日5回分程度を準備しよう。



おむつや生理用品も。



です。

こうした「自助」とともに大切なのが、隣近所との助け合いです。



マンションの防災対策 ～マンション内

安否確認、救出・救護などの体制は？

ご自身や家族、隣人が倒れていても、外からは見えません。

- 居住者同士で安否確認
高齢者などの要配慮者は名簿を予め作成
- けが人の救出・救護



- 消火器の配備、
消火訓練



燃え広がる前に、
消火器で初期消火を！

予め安否確認の方法を決めて、防災拠点とも協力を！

居住者同士

日頃の繋がりを活

- 炊き出して
あたたかい食事を提
- 高齢者や助けが必要
生活面等をお互いに

お互いに支えあっ

大地震
うちのマン
「在宅避難」

自宅
備蓄は
いるけ

マンション住民
Aさん

マンションとしての備蓄は？

各家庭の備蓄を補い、救出・救護の準備も必要

- 水、食料、簡易トイレなど（家庭の備蓄を補完）
- 救急の医薬品、ジャッキやロープなど、
救出・救護に必要な備蓄品



備蓄品をどう配布するか、配布する人手も計画！
防災拠点で配布がある時は、取りに行く必要も。



Aさん

地域との交流も重要！

- 防災拠点の運営にあたる
地域の町会などと交流し、
日頃から協力関係を築いておこう！



Aさん

防災

あなたのマンションも、地域の「ひとつのコミュニティ」
いざという時に、お互いを守りあう“**共助**”を実現しまし

の防災意識を高める～〔共助〕

の協力関係は？

かした助け合いを。

供
な人の
支援



て、被災生活を乗り切ろう。

情報は手に入る？

周辺情報入手、共有する体制づくりを。

- 報道やSNSから情報入手
- 近くの防災拠点から、被害状況や物資の配給などの周辺の情報入手・共有



情報は適切な対応と居住者の安心につながります。

の後、
ションで
できるかな？

での
がんばって
ど...



ゴミの処理はどうする？

大地震の後、区のごみ収集はしばらく行えないことが想定されます。

- 家庭ごみは集積所に集めず、それぞれの家庭で保管
- 生ごみや簡易トイレなどの汚物は密封してベランダなどに保管



ごみの捨て方のルールづくりと、居住者への周知を！

組織とルール、マニュアルが必要だ！

- 管理組合や自治会で防災組織を設置しよう！
- 物資班、情報班、救護班、安全班など役割分担をしよう！
- 災害時のルールや活動を決めて、マニュアルを作成しよう！
- 防災訓練を定期的に行って、防災対策を点検、向上させよう！



まずは、マンション内で話し合いを始めよう！

です。
よう！

大規模災害に立ち向かうには、地域が一体となった防災対策が欠かせません。

次頁へ

地域ぐるみの防災対策 ～自分たちのま

発災直後、いのち

救出・救護
安否確認

阪神・淡路大震災では、生き埋めなどから、救助隊に救助され、自力脱出・家族による救助が約7割、隣人・知人による救助が約3割だった。



- 防災拠点と地域で安否確認
- 高齢者などの要配慮者は、予め名簿を作

● 隣近所で、救出・救護

避難生活が続いたら…

日頃の繋がりを活かした助け合いを。

- 高齢者や助けが必要な生活面などを、お互



- 炊き出してあたたかい食事を提供



日頃からの地域の交流が、いざと

- 学校など子どもたちの繋がりを通じて、

大人も交流の輪を広げよう。



- 町会・自治会に加入し、防災拠点訓練に参加して、防災知識と



ちは自分たちで守る～

〔共助〕

を守るための行動を

た人はわずか数%。
約3割でした。

も協力して、
認

成



初期消火

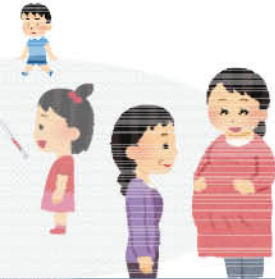


- 消火器などの配備、消火訓練



燃え広がる前に、
力を合わせて初期消火！

な人の
いに支援



- それぞれができることで生活の困りごとを解決

お互いに支えあって、避難生活を乗り切ろう。

いうときの“共助”になります。

- お祭りなど地域の行事に参加して、

世代を超えて地域の絆を深めよう。



仲間を手に入れよう。



家屋が損傷したときや、ケガをしたとき、生活必需品や情報が不足したときは、地域防災の要である「防災拠点」へ！

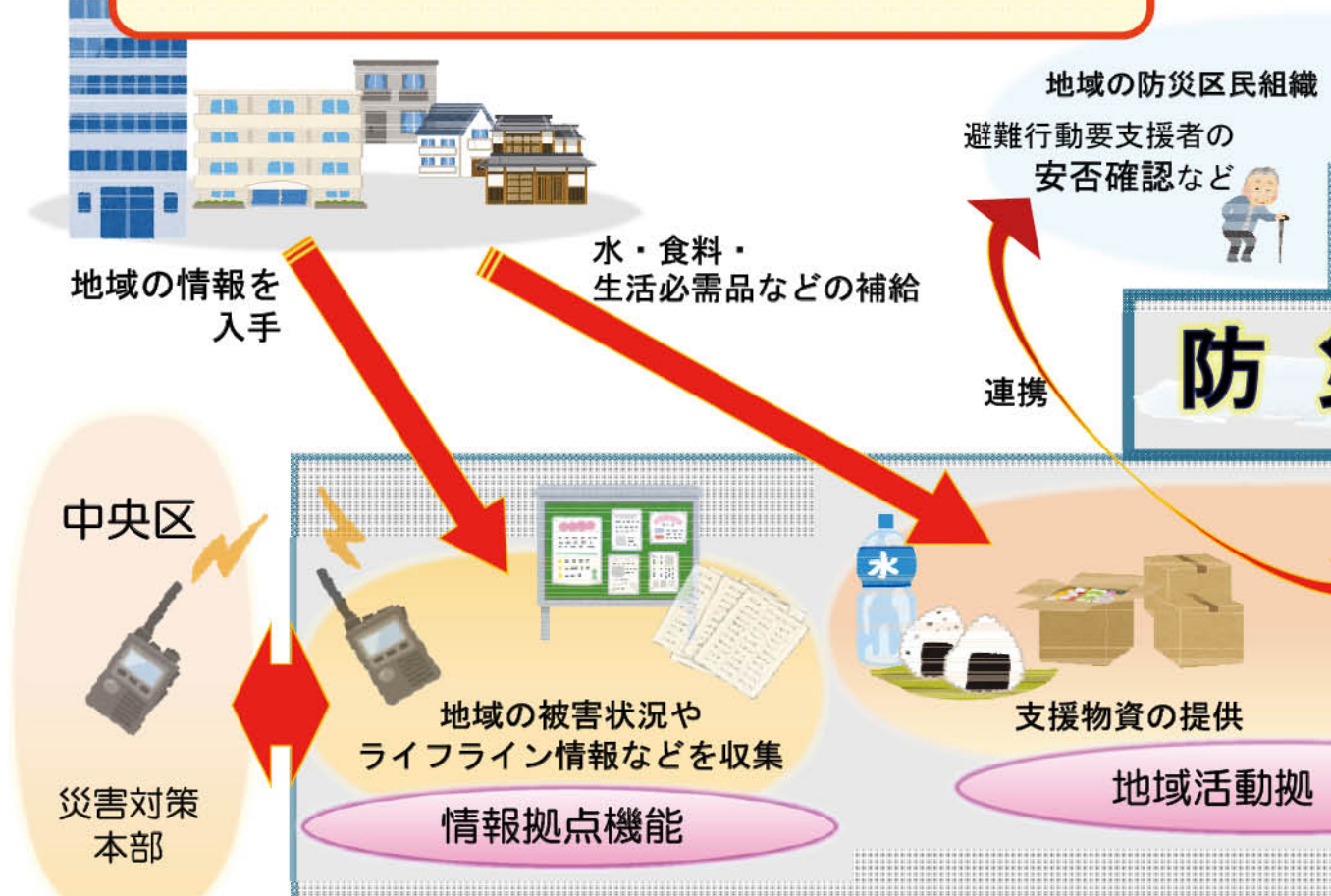
次頁へ

防災拠点の役割 ～避難生活を安心して

区では、地域の町会・自治会などで構成された防災拠点運営委員会

倒壊・焼失などの建物被害がなく
自宅が安全な場合は

【在宅避難】



防災拠点は4つの機能で

防災拠点と地域が
一体となって
災害を乗り越えましょう。



過ごすために～

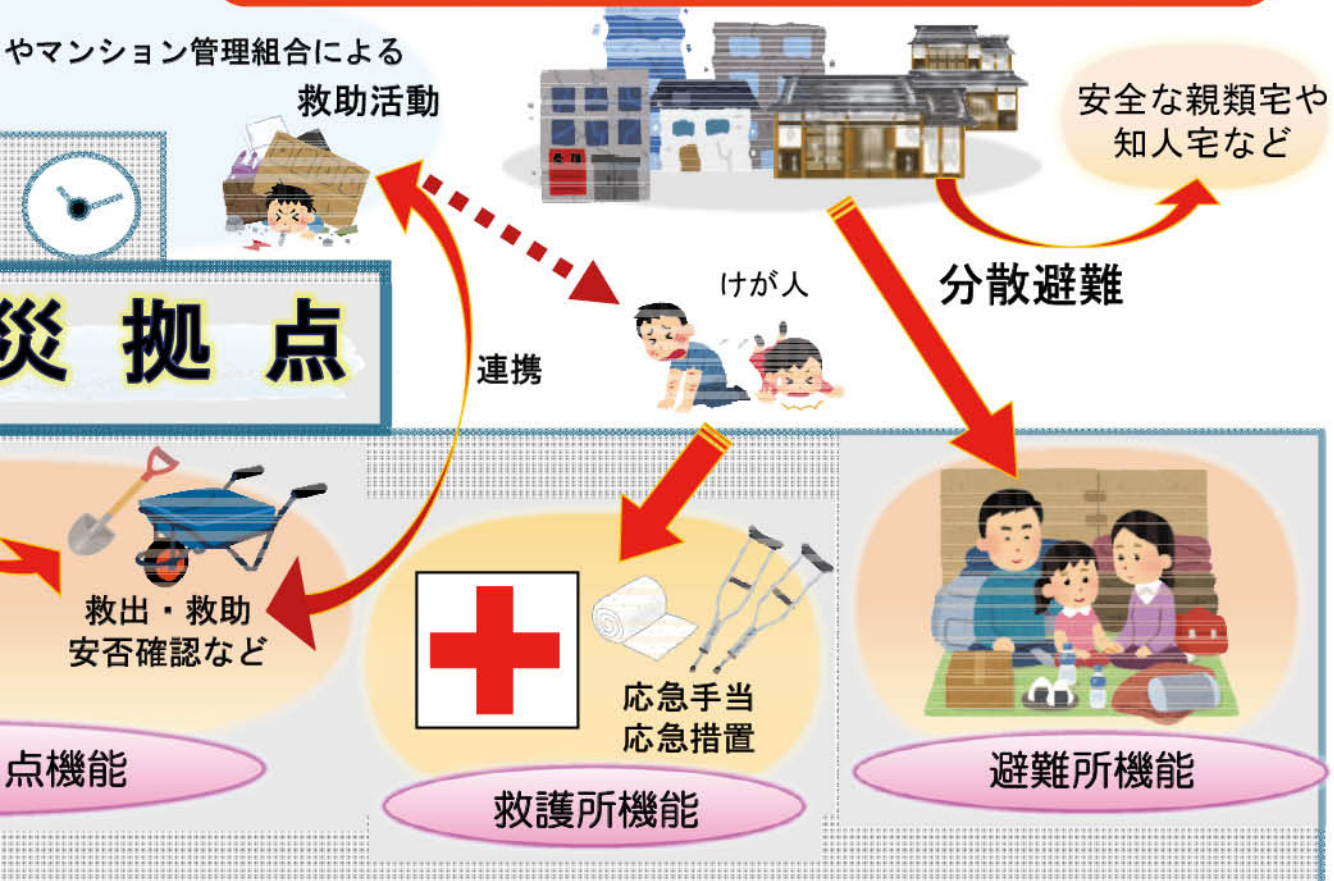
〔公助〕

が運営する「防災拠点」※の仕組みを構築し、支援しています。

※小・中学校など区内に23か所あります。

倒壊・焼失などの建物被害により
自宅で生活できない場合は

避難所等へ
避難



区民の避難生活を支えます。



1 地域防災計画の基本事項

1. 計画の目的

区内で地震や風水害等の災害が発生した場合に、

- 1 中央区、防災関係各機関、区民が連携して力を結集し、
- 2 行うべき適切な対応の内容と、
- 3 発災前の平常時からの備え

などを定めることにより、区民の生命、身体及び財産を災害から守るための計画で、「災害に強い中央区」を目指すことを目的としています。

2. 計画の策定

中央区地域防災計画は、災害対策基本法第42条に基づき、パブリックコメントの実施により区民の意見も取り入れて、中央区防災会議が策定します。

○中央区防災会議 会長 中央区長

中央区、中央区議会、東京都(建設局、港湾局、水道局、交通局、下水道局)、警視庁、東京消防庁、消防団、陸上自衛隊、海上保安庁、郵便局、NTT東日本、首都高速道路、東日本旅客鉄道、東京地下鉄、東京ガス、東京電力、医師会、歯科医師会、薬剤師会、地域町会連合会、防火防災女性の会、社会福祉協議会

3. 計画の構成

<本編>

【第1部 総則】

計画の方針や各防災関係機関の業務の大綱などを定めています。

【第2部 災害予防計画】

災害による被害を最小限にするため事前の対策などを定めています。

【第3部 災害応急対策計画】

災害が発生した時の避難の方法や救護活動など具体的な応急対策を定めています。

【第4部 災害復旧・復興計画】

被災した方の援助、復旧・復興に必要な制度や措置について定めています。

【第5部 大規模事故等対策計画】

自然災害だけでなく大規模事故にも対応できるよう必要な事項を定めています。

【付編 警戒宣言に伴う対応措置】

東海地震に対する対応を別に定めています。

<資料編>

図表や報告書などの様式、防災協定などを別冊で取りまとめています。

2 震災による被害の軽減

1. 中央区の被害想定

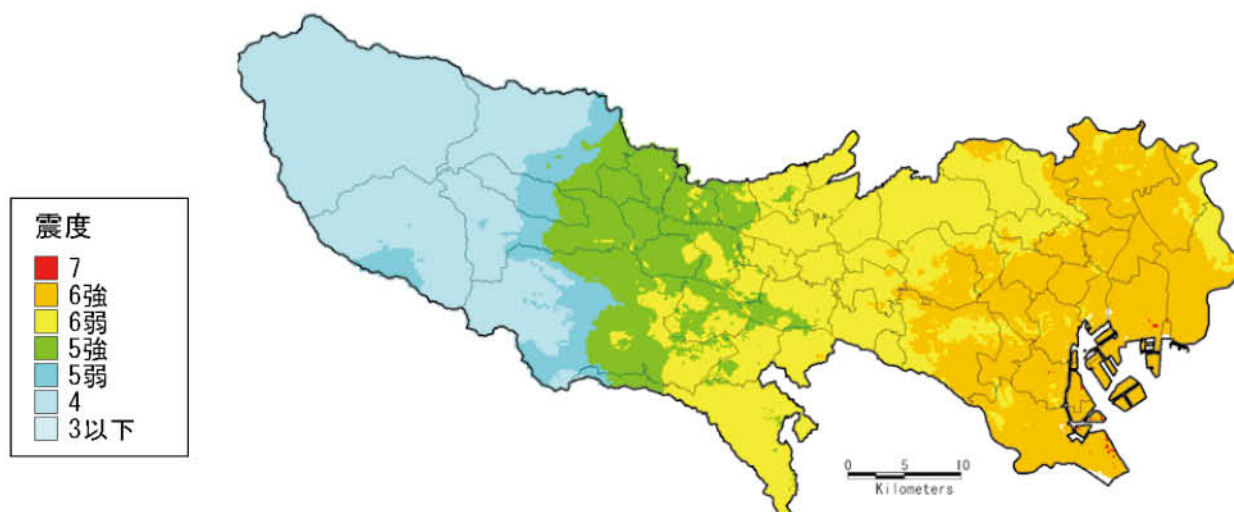
東京都は東日本大震災を踏まえ、首都直下地震等による新たな被害想定を平成24年4月18日に公表しました。本区においては、そのうち人的被害が最大となる東京湾北部地震と津波による被害が最大となる元禄型関東地震の被害想定を計画の前提とします。

1. 東京湾北部地震（東京都公表 平成24年4月18日）

震源	東京湾北部	震度	6強 一部7
規模	マグニチュード7.3	気象条件	冬の12時・18時、風速8m/秒

事 項		被 害 想 定	
		12時	18時
建物被害	建物全壊件数	1,942 棟	
人的被害	死者 (うちゆれ・液化化建物被害) (災害時要援護者)	162 人 (157 人) (12 人)	151 人 (146 人) (14 人)
	負傷者	8,533 人	7,275 人
	避難者 (うち避難所生活者)	44,570 人 (28,971 人)	44,773 人 (29,103 人)
ライフライン支障率	上水道	68.5%	
	下水道	29.5%	
	ガス	2.6%~100%	
	電気	40.3%	40.5%
	電話(固定)	1.8%	2.0%
帰宅困難者		309,315 人 (※東京駅を起点に4km圏内に存在する人数)	
エレベーター閉じ込め台数		585 台	

東京湾北部地震M7.3 震度分布予想図



2. 元禄型関東地震（東京都公表 平成24年4月18日）

震源	相模トラフ沿い	震度	6強
規模	マグニチュード8.2	気象条件	冬の12時、風速8m/秒

事 項		被害想定
津波による浸水被害	最大津波高（満潮時・水門閉鎖）	2.51m
	最大津波高（満潮時・水門開放）	2.39m
	最大津波の到達時間（東京湾）	2時間20分
	水門開放時の建物被害	全壊棟数 半壊棟数
	水門閉鎖時の人的被害	なし

2. 減災目標

減災目標は、東京都が公表している被害想定をもとに、大地震により発生する深刻な被害を極力少なくするため、実効性のある防災対策を推進していくに当たっての具体的な数値目標です。

中央区では、東京都の減災目標と連動しつつ令和4年度を減災目標の達成年次と定め、次のとおり減災に向けて取り組んでいきます。

目標1 死者を6割減少させる

建物の倒壊や家具類の転倒、火災などによる死者数162人を6割減少させます。
(162人 → 65人)

目標2 住宅からの避難者を4割減少させる

建物の倒壊、火災、ライフラインの停止などによる住宅からの避難者約45,000人を4割減少させます。
(45,000人 → 27,000人)

目標3 建物の全壊棟数を6割減少させる

死者、避難者の減災を図るため、建物の耐震化により全壊棟数を6割減少させます。
(1,942棟 → 777棟)

3 災害に対する本区の実施

1. 在宅避難と防災拠点（避難所）への避難

●在宅避難

発災時でも、自宅での生活が可能で危険がなければ、避難する必要はありません。安全が確認できた場合は、無理に防災拠点（避難所）へ避難せず自宅に留まる「在宅避難」を行ってください。

区では、区民の皆さまの在宅避難を推進していくために、家庭内備蓄や家具類転倒防止対策など「自助」への取組に対する普及啓発や支援を行っています。



●防災拠点（避難所）への避難

発災時に自宅の倒壊や焼失、またはそのおそれがあり、自宅での生活が困難になったときには、迷わず指定された防災拠点（避難所）に避難してください。避難が必要になったときに慌てないように、普段から「どういうときに、どうやって、どこに避難するのか」について、家族で話し合っておくことも大切です。

区では、こうした災害時に区民の皆さまの避難先となる防災拠点を区内に 23 カ所整備しています。

なお、防災拠点は避難所としての機能のほか、地域活動拠点、医療救護所、情報拠点の機能も備えています。



2. 在宅避難のための対策

●高層住宅の災害対応力強化

大地震が発生した場合、高層住宅は、建物自体は耐震性に優れている一方で、長周期地震動など大きな揺れによる家具類の転倒・落下、移動等のほか、ライフラインやエレベーターの停止による日常生活への影響が懸念されます。

家の中の家具類転倒防止対策をはじめ、各家庭や管理組合での備蓄に取り組んでいただくことが重要です。区では、防災組織づくりや、町会・自治会等との交流を促進するとともに、さまざまな支援により高層住宅の防災対策を推進しています。

区内マンションへの主な支援

- ①防災マニュアルの作成支援
- ②防災アドバイザーの派遣
- ③防災講習会の開催
- ④防災対策優良マンションの認定制度



●在宅避難者への支援

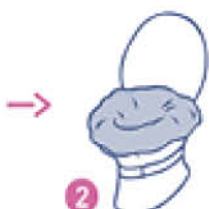
防災拠点では、家屋の損傷を免れた方がご自宅で継続して生活できるよう、水、食料、生活必需品などの配布や、必要な情報の提供などの支援を行います。

TOPICS

簡易トイレの使い方と処理方法



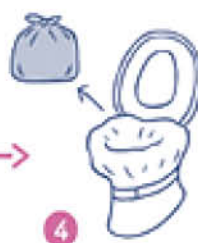
① 便座を上げて、45ℓのゴミ袋の中に敷く(便器内の水はそのままで)。養生テープがあれば、袋のふちを便器に貼って固定します。



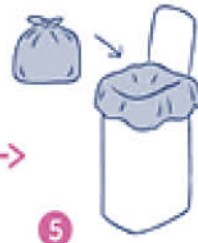
② 便座を下げて、便袋(便器にセットできる大きさの袋)をセットします。



③ 利用する前に新聞紙や紙おむつを便袋の中に入れ、便を吸収させます。または、利用後に市販の凝固剤などをふりかけます。



④ 便袋を取り出して、口をしっかりとしばります。



⑤ 便袋を黒いゴミ袋や消臭袋に入れて、汚物ゴミの回収があるまで保管しておきます(便袋は各区市町村の決まりにしたがって処理)。

出典：東京くらし防災（東京都）より一部抜粋

●住宅・建築物の耐震化の促進

平成 28 年 3 月に中央区耐震改修促進計画を改定し、国の基本的方針や東京都耐震改修促進計画を踏まえ、令和 2 年度までの住宅等の耐震化率の目標を平成 27 年度までの『90%以上』から『95%以上』に見直しました。（中央区耐震改修促進計画は、本計画と整合を図りつつ、令和 3 年 3 月に改定を予定しています。）

また、中央区耐震促進協議会による活動や耐震補強等助成制度などに加え、耐震化の専門家によるアドバイザー派遣制度を設け、耐震化の促進に取り組んでいます。

～耐震促進協議会の主な活動～

- ① 旧耐震建築物所有者への個別訪問
- ② 専門家による耐震化相談窓口の設置
- ③ 耐震フェアの開催



●民間建築物の耐震化の促進

区では、地震による建物の倒壊などの被害を未然に防ぎ、安全・安心な住まい・まちづくりを実現できるよう、旧耐震基準の建築物の所有者に対して、耐震診断や耐震補強工事等への助成を行っています。

令和 3 年の修正

●ブロック塀等の安全対策

平成 30 年 6 月に発生した大阪北部地震において、ブロック塀等が倒壊し死者を出す事故が発生したことを受け、区内のブロック塀等の調査を実施し、所有者に対し安全対策の指導を行いました。今後も、ブロック塀等の安全対策について支援を行っていきます。



TOPICS

気づいていますか？「街頭消火器」

大地震のとき、火災の延焼を防ぐためには、火がまだ小さいうちに消し止める初期消火が大変重要です。

区では、道路脇など 791 カ所（令和 3 年 1 月末現在）に、街頭消火器を設置しています。いざというときは、この街頭消火器を使って、燃え広がらないうちに火を消し止めてください。

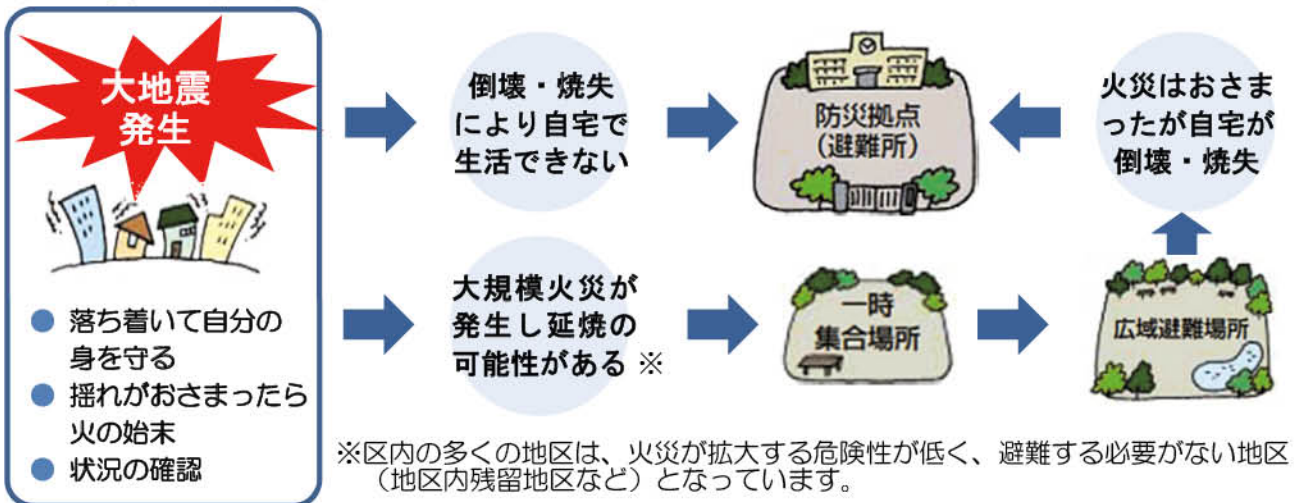
家の近くや、普段よく行く場所の近くで、街頭消火器を確認しておきましょう。



3. 防災拠点（避難所）への避難

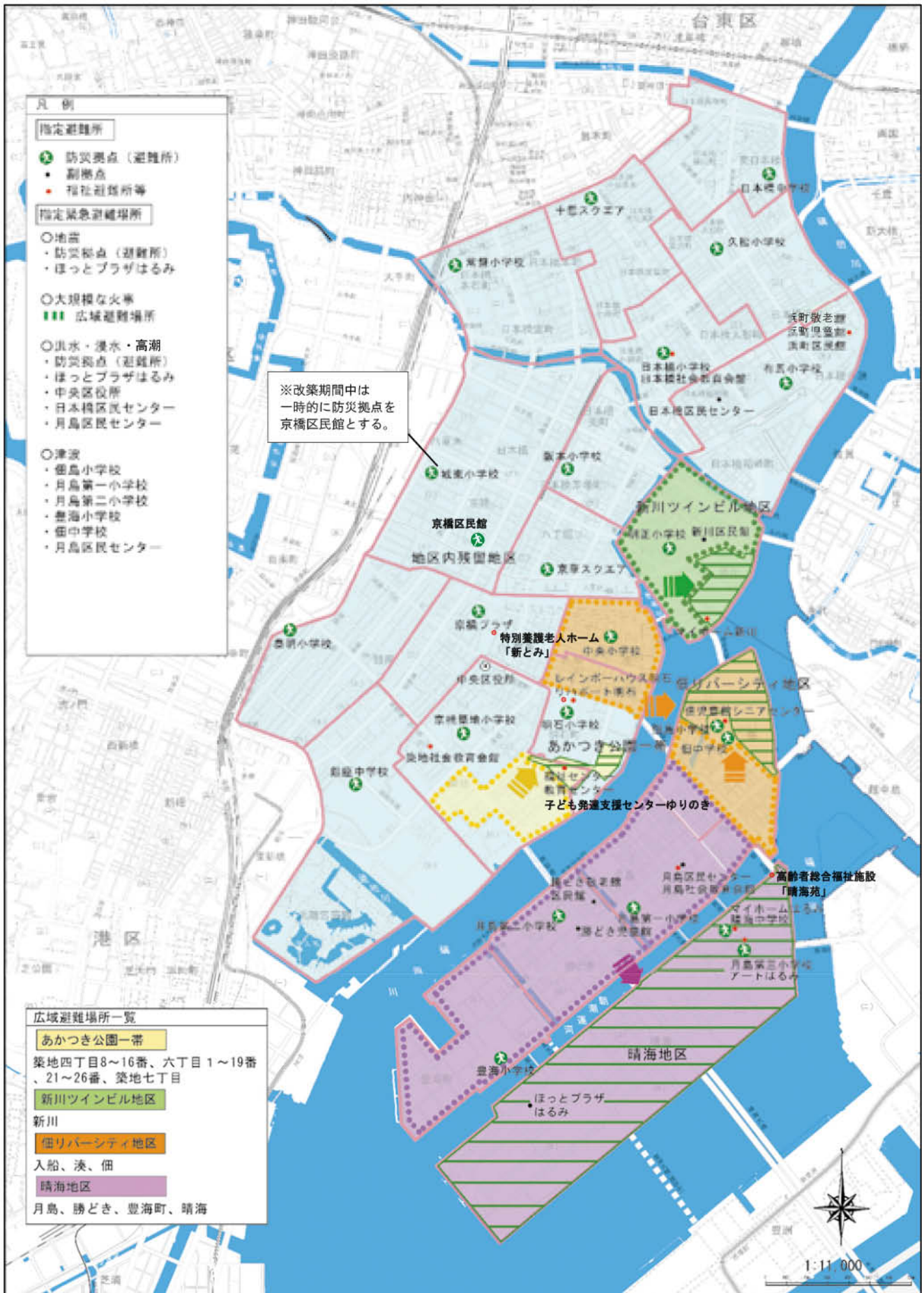
発災時、自宅が安全が確保できる場合には、避難する必要はありません。一方で、災害時に家屋の損壊や焼失等により自宅での生活が困難になったとき、もしくは避難勧告や避難指示が発せられたときなどには、防災拠点等に避難する必要があります。その際に慌てないよう、普段から「どういつきに、どうやって、どこに避難するのか」を確認しておくことが大切です。

●大地震のときの避難



防災拠点（避難所）：23カ所	大地震等が発生した際、住宅被害で在宅できなくなった方などが、一時的に避難する区立小中学校等の公共施設です。地域の防災拠点として、避難所の他にも、地域活動拠点、医療救護所、情報拠点としての防災対策機能を持っています。
副拠点：6カ所	避難者が多くなり、防災拠点での受入れが困難な場合は、周辺の公共施設に副拠点を設置します。
福祉避難所等：13カ所	防災拠点で生活することが困難な高齢者や障害のある方などを対象とする避難施設です。
広域避難場所：4カ所	地震等に伴って大規模延焼火災が発生した場合に火の手から身を守るため避難する場所です。
一時（いっとき）集合場所：38カ所	広域避難場所等へ避難する前に、一時的に集合して災害状況の様子を見たり、避難のために集合するための場所です。

中央区 防災拠点等MAP



●防災拠点の開設・運営

防災拠点は、町会・自治会を一つの組織単位とした防災区民組織等により構成された防災拠点運営委員会により運営されています。その活動は、平常時から避難所の開設・運営に関する意見交換や情報共有を図るとともに、地域の特性に応じて、避難行動要支援者の安否確認、帰宅困難者の対応、ペット同行避難、在宅避難者への支援などの訓練を実施するほか、適宜、防災拠点の活動マニュアルを更新しています。

災害時に防災拠点が円滑に開設・運営されるよう、地域特性や大規模災害の教訓等を踏まえ、区は引き続き、防災拠点運営委員会を支援していきます。

令和3年の修正

●防災拠点に関する新たな取組

防災拠点のさらなる運営体制の強化に向けて、地域特性を踏まえた訓練の実施や活動マニュアルの見直しのほか、女性や要配慮者、外国人等に配慮した運営方法や在宅避難者への支援について地域防災計画に明記しました。

<女性の視点を踏まえた取組>

防災に関する政策・方針の決定過程における女性の参画を拡大するため、防火防災女性の会代表の方々を中央区防災会議の委員とし、さまざまな意見を反映しています。また、防災区民組織や防災拠点運営委員会のメンバーに複数の女性の参画を呼びかけるとともに、女性防災リーダーの育成を図るなど、男女共同参画の視点を取り入れた防災意識の向上と女性への配慮を働きかけています。



<防災拠点にある主な備蓄品>

飲料水、食料、生活必需品など避難所生活に欠かせない物資・資器材のほか、これまでの災害の教訓を踏まえ、夜間の発災やライフラインの途絶、女性や要配慮者への配慮、感染症対策などに対応するための物資・資器材についても備蓄しています。

- ① 飲料水、食料 ② 生活必需品 ③ 給食・給水用資器材
- ④ 初期消火、救助用資器材 ⑤ 救護用資器材 ⑥ 情報収集・伝達用資器材
- ⑦ 照明用資器材 ⑧ 蓄電池・発電機



●防災区民組織への支援

防災区民組織は、原則として町会・自治会を一つの単位とする、地域が自主的に結成した防災組織です。平常時には、防災意識等の普及や災害に備えた訓練などの予防活動を行うほか、災害時には、地域において初期消火や避難誘導などの応急活動を行います。また、防災拠点の運営主体である防災拠点運営委員会は、主として複数の防災区民組織で構成されています。

区では、こうした防災区民組織に対する支援として、助成金の交付や資器材の供与などを行い、災害時における地域防災力の強化を図っています。

TOPICS

防災拠点訓練を実施しています！

各防災拠点では、防災拠点運営委員会が主催する防災訓練を毎年実施しています。

避難所を開設する手順や安否確認の方法のほか、資器材の使い方を確認したり、炊き出しやテントの組み立てを体験するなど、さまざまな訓練を行っていますので、ぜひご自分の地区の防災拠点訓練に参加してください。

※防災拠点運営委員会訓練の様子は、区ホームページで確認できます。



エアージャッキによる救出訓練の様子



炊き出し訓練の様子

●感染症対策

新型コロナウイルス感染症の流行を教訓として、国内で感染症が流行している状況下における避難所等の対応方針を定めました。

対応方針

- 在宅避難のより一層の推進
- 避難所における感染症対策の充実
(一人当たりの避難スペースの拡充、感染者等の専用スペースや動線の確保など)
- 指定避難所以外の公共施設や民間宿泊施設の活用など、より多くの避難施設の確保

なお、避難所における新型コロナウイルス感染症対策として、新たに、感染者等の受入手順や専用スペース、動線の確保などの対応方法を示したマニュアルを整備するとともに、感染症対策に必要なアルコール消毒液や非接触型体温計など必要となる物資を備蓄しました。



TOPICS

感染症対策を踏まえた訓練

令和2年、新型コロナウイルス感染症が大流行する中で、感染症対策を踏まえた避難所の開設・運営訓練を実施しました。

受付で検温や体調確認を行い、一般の避難者と体調不良者等の導線を分けて別々の部屋に誘導するなど、感染症流行下での災害への対応を確認しました。



受付の様子



体調不良者等が避難する間仕切りテント

4. 要配慮者及び避難行動要支援者対策

高齢者、障害者などの要配慮者や、災害時に自力で避難することが困難な避難行動要支援者に対して、平常時からさまざまな取組を進めて地域で支え合う支援体制を整えることが重要です。

●福祉避難所

高齢者や障害者などの要配慮者のうち、避難所において生活することが困難な方を対象として、災害時に福祉避難所を開設します。

福祉避難所の種類	開設時期	対象者
主に緊急入所を行う施設 (特別養護老人ホーム等)	受入態勢が整い次第 速やかに開設	寝たきり等で常時専門的な介護等が必要な方で、自宅での療養が困難な方
(通常の)福祉避難所	概ね発災から3日後	虚弱や認知症等、一般の避難所又は在宅での避難が困難な方
障害者向け福祉避難所	概ね発災後 12 時間以内	障害者のうち一般の避難所又は在宅での避難が困難な方

令和3年の修正

●福祉避難所の開設と運営体制の充実

区立の入所施設 4 施設に加えて、「特別養護老人ホーム 新とみ」及び「高齢者総合施設 晴海苑」と協定を締結し、福祉避難所予定施設の拡充を図っています。

また、運営体制の充実を図るため、避難者に対して心のケアや相談等を行う生活相談員の派遣支援に関して、聖路加国際大学と協定を締結しました。

●災害時地域たすけあい名簿

災害対策基本法に規定している「避難行動要支援者名簿」にあたる名簿として、区では「災害時地域たすけあい名簿」を作成しています。区は、関係機関と連携・協力し、発災時における安否確認や避難誘導、避難所や自宅残留時の生活支援が適切に行えるよう、「災害時地域たすけあい名簿」を活用した安否確認訓練などを通じて、避難行動要支援者の支援体制の整備を進めています。

① 登録対象

区内在住で、75歳以上でひとり暮らしの方、介護が必要な方、障害をお持ちの方などが対象になります。(施設等に入所されている方を除く。)

② 名簿の提供先

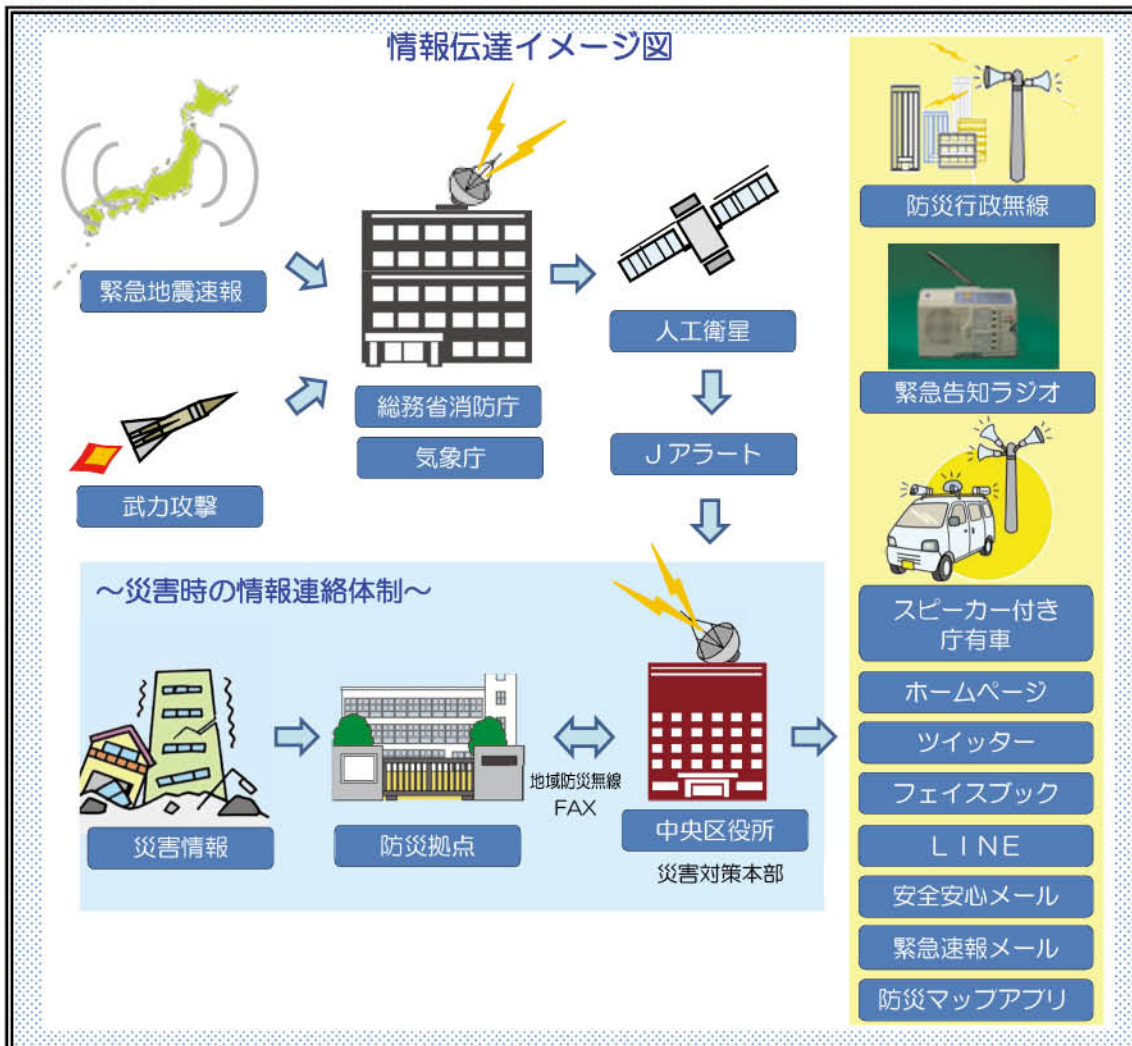
本人の同意が得られた場合は、あらかじめ警察、消防、民生・児童委員、防災区民組織、マンション管理組合等^{*}、介護サービス事業者(これらを「避難支援等関係者」といいます。)に名簿を提供します。ただし、災害が発生した場合などに、避難行動要支援者の生命又は身体を保護するため特に必要があると認めるときは、本人の同意の有無に関わらず、避難支援等関係者その他の者に対し、避難支援等に必要範囲で名簿を提供します。

^{*}「中央区防災対策優良マンション」として認定を受けているマンション管理組合等

5. 災害情報の収集と伝達

●本区の情報収集・伝達手段

区では、各防災拠点や警察、消防等各関係機関との間において、地域防災無線や無線FAXにより、相互通信により情報収集・伝達ができる体制を構築しています。発災時には各地域の被害状況や防災拠点、帰宅困難者一時滞在施設等の情報を収集し、応急態勢の整備とともに、区民等へ正確かつ迅速に情報伝達します。



TOPICS

エスエスアイディー 災害用統一SSID「ファイブゼロジャパン」Free Wi-Fi

「ファイブゼロジャパン（00000JAPAN）」は、大規模災害時に公衆無線LANのアクセスポイント（Wi-Fiスポット）が無料で開放される仕組みです。東日本大震災で携帯電話網が大きな被害を受けたことから、通信事業者などがこの仕組みを作り、平成28年の熊本地震を皮切りに、大阪北部地震、北海道胆振東部地震のほか、複数の台風や豪雨災害で発動されました。

災害時、インターネットに接続できないときは、Wi-Fiを選択する画面から「00000JAPAN」というSSIDを探してみましょう。



●安否情報の提供

区は、防災拠点等に避難した被災者の安否情報を的確に把握するとともに、警察、消防、医療機関等と連携して死亡者、負傷者等の情報収集に努めます。それらの収集した情報に基づいて、被災者の家族、職場の関係者、知人等からの安否情報の照会に対して、照会者の区分に応じて安否情報を提供します。

区民の皆さまへの情報提供手段

- ① 防災行政無線 屋外スピーカーから緊急情報をお知らせします。
 - ② 緊急告知ラジオ 防災行政無線の補完手段として、区民や事業所に有償頒布しています。
 - ③ スピーカー付き庁有車 区内を巡回して緊急情報を周知します。
 - ④ ホームページ
災害時にトップページを災害対策本部のページに切り替え、情報を提供します。
ホームページアドレス <https://www.city.chuo.lg.jp/>
(スマートフォンサイト) <https://www.city.chuo.lg.jp/smph/>
(モバイルサイト) <https://www.city.chuo.lg.jp/mobile/index.html>
 - ⑤ ツイッター・フェイスブック・LINE
ツイッター https://twitter.com/chuo_city
フェイスブック <https://www.facebook.com/tokyochuo.city>
LINE アカウント名：中央区 アカウントID：@tokyochuo.city
 - ⑥ 安全安心メール
気象警報・注意報、地震情報などから希望する内容を、登録者にメールで配信します。
 - ⑦ 緊急速報メール
生命に影響を及ぼす緊急な情報については、緊急速報メールにより中央区のエリアにいる方々の携帯端末に情報配信をします。
 - ⑧ 防災マップアプリ
災害時に避難所などの情報をお知らせする中央区公式アプリです。
対応言語：日本語・英語・中国語（繁体字・簡体字）・韓国語
- 多言語放送
区ホームページ、安全安心メール及び防災マップアプリにより、重要な災害情報を外国語で情報伝達します。

大地震発生時の主な情報提供内容

	発災直後～概ね3時間後	概ね3時間～24時間後	概ね24時間後以降
防災行政無線 緊急告知ラジオ	○緊急地震速報（23区内震度5弱以上） ○大津波警報、津波警報、津波注意報 ○避難勧告・避難指示などの緊急情報		→
ホームページ ツイッター フェイスブック LINE	○避難勧告・避難指示などの緊急情報	○区内被害情報 ○避難所、帰宅困難者一時滞在施設開設情報 ○ライフラインや交通などの生活関連情報	→
安全安心メール 防災マップアプリ	○地震発生情報 ○気象情報 ○避難勧告・避難指示などの緊急情報		○物資配給情報 ○給水所情報 →

6. 帰宅困難者対策

●帰宅困難者一時滞在施設等の整備と運営

区では、大規模開発事業等の機会を捉え、地下鉄利用者や観光客などの行き場のない来街者の受入施設として、一時滞在施設等の整備を積極的に進めています。また、災害時には、こうした施設に帰宅困難者を受入れるため、民間事業者が主体となって運営にあたる「中央区帰宅困難者支援施設運営協議会」を設置しています。

中央区帰宅困難者支援施設運営協議会

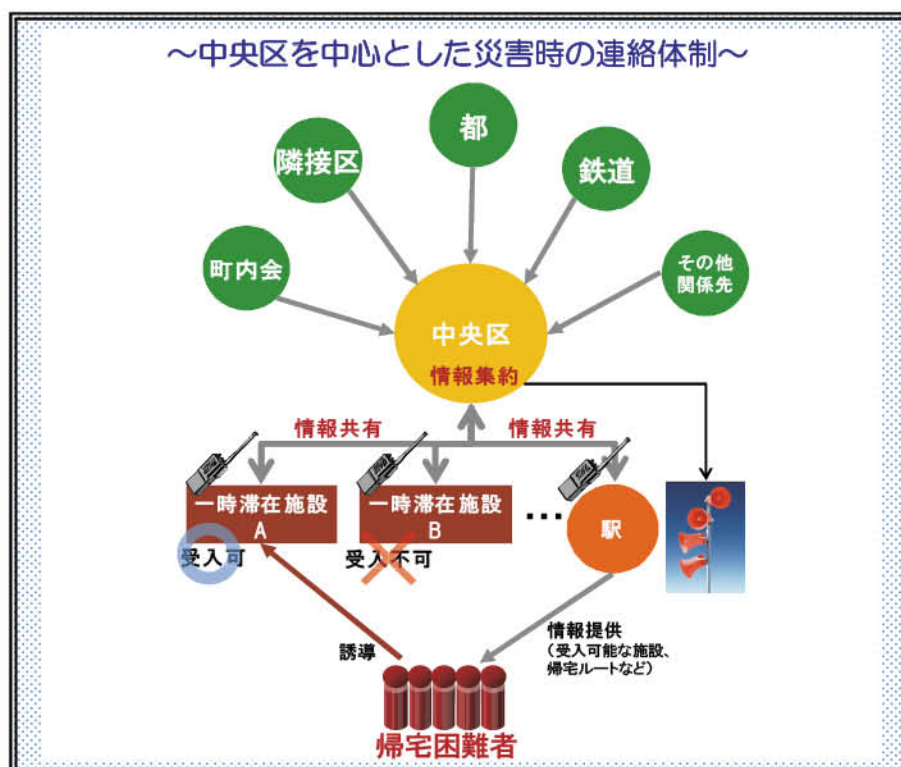
協議会は、民間事業者が主体となり帰宅困難者一時滞在施設等を運営するための組織であり、民間と行政の役割分担、施設運営上の中央区共通ルールとしての「計画」を定めた上、災害時にはそれぞれが連携を図りながら帰宅困難者の受入れを行っていきます。

協議会（民間事業者等）の役割

- ・施設運営計画、マニュアル等の作成・改定
- ・防災備蓄倉庫の整備と備蓄品の管理・更新
- ・災害発生時の帰宅困難者受入れ、情報提供、物資提供、応援要員の派遣等

中央区の役割

- ・事務局等運営（協議会の開催、一時滞在施設等の周知、参加事業所の拡充）
- ・地域防災無線等の設置による情報伝達体制の整備
- ・災害発生時の開設指示、情報提供



令和3年の修正

●一時滞在施設等の確保

一時滞在施設等の確保の新たな方策として、建築物の建替えルールである地区計画の変更に伴い、容積率緩和を受ける宿泊施設の活用を位置づけました。

●協議会における取組

帰宅困難者支援施設運営協議会における取組として、地区委員会の設置による連携強化、防災マップアプリを活用した連絡体制強化、感染症対策への取組等を地域防災計画に明記しました。

●事業所防災対策

災害時に従業員の安全を確保するとともに、事業所からの帰宅困難者の発生を抑制する観点から、各事業所における防災備蓄品の確保により「留まる体制づくり」を進めることが重要です。

区では、事業所の建物やオフィス内の安全対策、事業継続計画（BCP）の策定、東京都帰宅困難者対策条例に基づく従業員の一斉帰宅の抑制及び水・食料等の備蓄等を推進するための事業所防災パンフレットやDVDを作成するとともに、出前講座や業界団体等を通じた普及・啓発により事業所の災害対応能力（自助）の強化を進めます。

また、災害時に地域住民の救出・救助や帰宅困難者に対する支援等を事業所に協力を求める「災害時協力協定」を締結し、まちと事業所が一体となった防災体制づくりを進めます。

TOPICS

日常備蓄で災害時の備えを

日常備蓄とは、食料品や生活必需品など、普段使っているものを常に少し多めに備えることです。それらを古いものから順に消費し、減った分を補充することで、常に少し多めの状態をキープするようにしましょう。

普段食べなれている味は、災害時のストレスを軽減すると言われています。備蓄を日常の一部として、普段から無理なく取り組んでいきましょう。



7. 水害対策

●本区で想定されている水害

近年、全国で記録的な豪雨や大型の台風が頻繁に発生しており、河川や高潮などの氾濫が懸念されています。

中央区では、大規模な台風や集中豪雨などの被害として、荒川、神田川、日本橋川の氾濫や、下水処理能力を超えて雨水があふれる内水氾濫、東京湾の潮位が上昇することで発生する高潮氾濫が想定されているほか、地震による津波の被害が想定されています。

●水害の避難行動

水害における避難行動は、水害の種類や、居住エリア、居住形態などによって変わります。ここでは、本区で想定される主な水害の避難行動の考え方を、種類別に紹介します。

<荒川氾濫における避難行動>

荒川の氾濫では、京橋・日本橋地域に浸水被害が想定されています。上流の岩淵水門（北区）付近で堤防の右岸が破堤した場合が最大の被害となり、破堤から 12 時間後には本区において浸水が始まるとされているため、安全な地域の親戚や知人宅などに避難することも事前に検討してください。

区から避難勧告・避難指示が発令された場合は、対象エリアの方は、区が指定した防災拠点（避難所）や浸水しない地域に避難してください。なお、危険が差し迫っている場合は、速やかに頑強な建物の3階以上に避難してください。

<津波における避難行動>

津波では、水門が予定どおりに閉まらなかった場合のみ、晴海を除く月島地域の一部に浸水被害が想定されています。

区から避難指示が発令された場合は、すぐに頑強な建物の2階以上、または区が指定する防災拠点（避難所）に避難してください。

<高潮氾濫における避難行動>

高潮氾濫では、堤防が破堤した場合に、京橋・月島地域に浸水被害が想定されています。

区から避難勧告・避難指示が発令された場合、対象エリアの方は、すぐに区が指定した防災拠点（避難所）や浸水しない地域に避難してください。なお、危険が差し迫っている場合は、速やかに頑強な建物の3階以上に避難してください。

いのちを守る行動として、避難の考え方に共通するのは安全な場所に避難することです。

大雨や強風などにより、避難のために外出することがかえって危険な場合もあることから、テレビやラジオ、区の広報から情報を収集し、状況に合わせて適切な避難行動を取る必要があります。

●水害における避難場所（指定緊急避難場所）

洪水・浸水
高 潮

防災拠点（避難所）の23カ所
中央区役所、日本橋区民センター、月島区民センター、ほっとプラザはるみ

津 波

佃島小学校、月島第一小学校、月島第二小学校、豊海小学校、佃中学校、
月島区民センター

●避難勧告等の考え方

大雨などにより避難が必要な状況となった際は、図に示すとおり、警戒レベルを付記した避難情報を発表します。

なお、区は総合的な判断のもとに避難勧告等の発令を行うことから、防災気象情報と同じレベルの取るべき行動を要請するとは限りません。


警戒レベルと取るべき行動		
警戒レベル	避難情報等	取るべき行動
警戒レベル5	災害発生情報 ^{※1}	既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動をとりましょう。
警戒レベル4	避難勧告 避難指示(緊急) ^{※2}	速やかに危険な場所から避難先に避難しましょう。 避難先までの移動が危険な場合は、近くの安全な場所や、自宅内より安全な場所に避難しましょう。
警戒レベル3	避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。
警戒レベル2	洪水注意報 大雨注意報等	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。
警戒レベル1	早期注意情報	災害への心構えを高めましょう。

防災気象情報
避難の日々となる情報です

警戒レベル5 相当情報
氾濫発生情報
大雨特別警報 等

警戒レベル4 相当情報
氾濫危険情報
土砂災害警戒情報 等

警戒レベル3 相当情報
氾濫警戒情報
洪水警報 等



※1 災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。
※2 避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。

出典：警戒レベルと取るべき行動のチラシ（東京都）より一部抜粋

●避難勧告等の発令基準

水害の種類	区分	判断基準
①洪水（荒川の氾濫に伴うもの）	避難指示等	・荒川堤防の破堤から12時間後に区内において浸水が始まる想定であるため、状況に応じて警察、消防等の関係機関と協議の上、判断
②津波	避難指示（緊急）	・気象庁から津波警報又は大津波警報が発表された場合
③高潮	避難準備・高齢者等避難開始	・気象庁から高潮注意報が発表され、台風等の接近その他の気象条件により高潮被害が発生するおそれのある場合
	避難勧告	・気象庁から高潮警報又は高潮特別警報が発表された場合など
	避難指示（緊急）	・高潮による人的被害発生のおそれが非常に高いと判断される場合 ・海岸堤防の倒壊又は決壊のおそれがある場合 ・異常な越波又は越流が発生するおそれがある場合

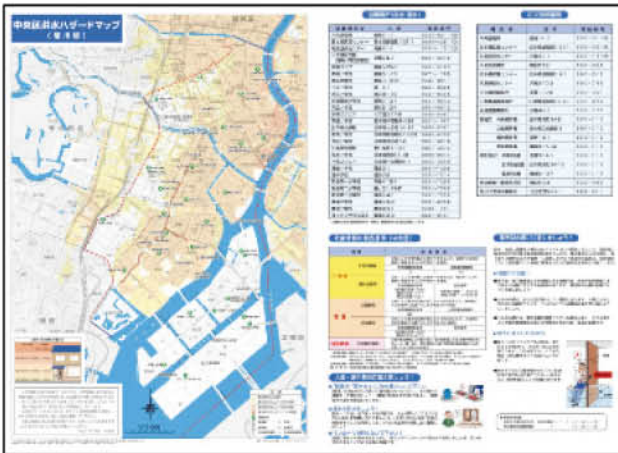
●区の取組

区では、国が「荒川水系荒川洪水浸水想定区域図」を改定したことを受けて、「中央区洪水ハザードマップ（荒川版）」を平成31年3月に改定しました。また、国や都が設置した「荒川水系（東京都）大規模氾濫に関する減災対策協議会」及び「東京都管理河川の氾濫に関する減災協議会」に参画し、防災関係機関との連携に努めています。

このほか、区域内の地下街等及び要配慮者利用施設には、想定される浸水範囲に応じて洪水予報などの情報を提供し、迅速な避難対応を呼びかけることとしています。

中央区洪水ハザードマップ

想定される浸水の範囲及び避難所などの情報を掲載しており、中央区では、「中央区洪水ハザードマップ（荒川版）」と、「中央区洪水ハザードマップ（隅田川・神田川・日本橋川版）」を作成しています。洪水ハザードマップは、区施設で配布するほか、ホームページからもご覧いただけます。



荒川版



隅田川・神田川・日本橋川版

TOPICS

中央区から災害情報を取得しよう

安全安心メール

気象警報や地震情報などの中から、希望する情報を配信します。



※2次元コードを読み込み、表示されるメールアドレス宛てに空メールを送信、返信されたメールの指示に従い、配信を希望する情報を選んでください。

防災マップアプリ

マップを使って避難所の開設情報や避難経路を確認できます。



※2次元コードを読み込むとアプリのダウンロードサイトにジャンプします。

LINE



ツイッター



ホームページ



フェイスブック



令和3年の修正

●台風への対応

令和元年台風第19号等による教訓を踏まえて、台風が直撃または本区に大きな影響を与える可能性がある場合などの活動態勢を整備しました。

- 予測される台風の影響の大きさによって対策本部などを設置して対応
- 暴風雨や高潮などを不安に感じる区民等が滞在する施設として、必要に応じて自主避難所を開設
- 自主避難所の開設などを決定した場合は、速やかに区ホームページなどで広報する。



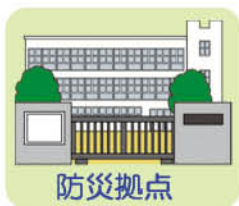
TOPICS

災害時相互援助協定の締結による広域連携の強化

山形県東根市、岡山県玉野市、千葉県銚子市、宮城県石巻市、山梨県富士河口湖町と協定を締結し、広範な相互援助体制を構築しています。

～協定内容～

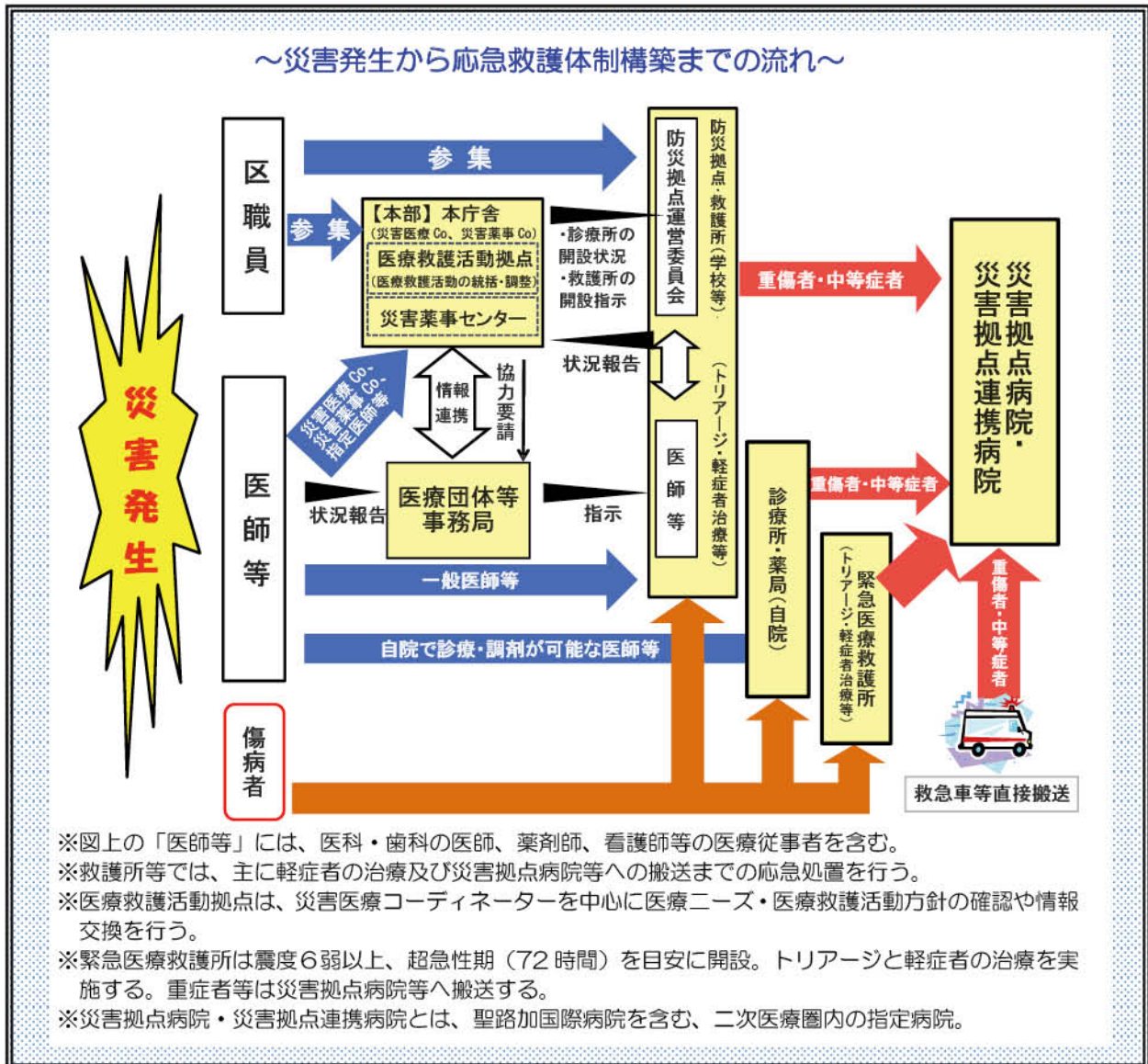
- 食料、飲料水、生活必需品や資器材の提供
- 災害の状況に応じた職員の派遣
- 被災者が一時的に避難する施設の提供 等



8. 医療救護体制

災害発生時には、区内の医療関係団体等と連携を図り、傷病者のトリアージや軽傷者の手当て等、迅速な対応ができるよう連絡体制を含む初動態勢を構築し、医療救護体制を強化しています。傷病者への措置は、症状の程度に合わせて対応し、重症者については災害拠点病院へ搬送します。

また、発災初動期は、地域の取組が大切であることから、普段から救命講習などの応急手当講習会への参加を促進するなど、地域の共助体制を支援していきます。



令和3年の修正

●医療救護体制の強化

- ・災害時に医療救護活動が適切に行われるよう、災害医療コーディネーターを中心に医療に関する調整を行う医療救護活動拠点や、薬事に関する調整を行う災害薬事センターを設置することとしました。
- ・医療関係団体に所属していない医療従事者をあらかじめ災害時医療救護活動従事スタッフとして登録する制度を創設しました。
- ・震度6弱以上の地震が発生した場合、聖路加国際病院が区の要請により緊急医療救護所の設置協力及び医師等の派遣を行うよう、聖路加国際大学と協定を締結しました。

9. 災害廃棄物対策

災害時に発生したごみ及びし尿の処理を速やかに行い、区民の生活環境の保全に努めます。また、倒壊した建築物等から発生するがれきを速やかに処理し、復旧・復興事業を円滑に進めます。

令和3年の修正

●災害廃棄物の共同処理体制等

災害廃棄物の対応を円滑かつ迅速に行うため、23区及び東京二十三区清掃一部事務組合の共同処理体制及び事業者団体等への協力要請に関する基本事項を定めた協定を締結し、広域的な連携を強化しました。

また、災害時、23区及び東京二十三区清掃一部事務組合は、事業者団体等に対して災害廃棄物およびし尿の収集運搬や処理処分等の協力を要請し、事業者団体等は各協定に基づき協力を実施します。

10. 生活再建支援体制

大規模災害発生時において、住家被害認定調査、り災証明発行及び生活再建支援を含めた震災復興を円滑に行うため、区では「生活再建支援システム」を導入し、区民生活の早期復旧への備えを図っています。



令和3年の修正

●東京都被災者生活再建支援システム利用協議会への参加

「生活再建支援システム」の運用にあたっては、都が設置した「東京都被災者生活再建支援システム利用協議会」への参加を通じて、大規模災害における課題の共有や対策の検討、訓練の実施など、都と緊密な連携を図っていきます。

●通信環境の整備

本庁舎のほか、築地社会教育会館、日本橋区民センター、月島区民センターに「生活再建支援システム」を利用できる通信環境を整備しています。

中央区が発行するパンフレット

区では、区民の皆さんや事業所の方々が、いざという時に何をすべきか理解を深めていただき、日頃からの備えとしてお役立ていただけるよう、地域防災計画に基づいた自助・共助の防災対策を分かりやすく掲載したさまざまなパンフレットを発行して普及啓発に努めています。

区民の皆さん向け

わが家わがまちの地震防災



わが家の地震防災計画

災害時にあわてないで行動できるよう、家族で防災について話し合う契機となるチェックリストを各防災拠点単位で作成



備えて安心！マンション防災

～震災時にも住み続けられる高層住宅～



ポケット版防災パンフレット

各自で日ごろから携帯できるハンドブック

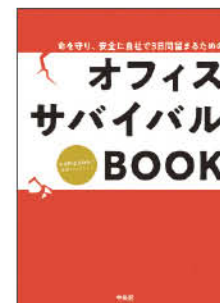


あなたのオフィスは大丈夫！？



経営者や責任者向けに、防災対策に必要な事項や防災マニュアルを作成する際のポイントなどをまとめたものです。

オフィスサバイバルBook



大地震発生時の安全確保や緊急に対応すべき行動をご理解いただけるよう、事業所の防災対策をまとめたものです。

事業所向け

中央区地域防災計画 概要版

令和3年2月作成
令和3年3月発行

刊行物登録番号
2-117

編集発行 中央区
(事務局) 中央区総務部危機管理課
中央区築地1-1-1
電話(3543)0211 代表

印刷所 株式会社 成光社

