

防災特集 東日本大震災から10年 ～災害に備えて～



凡例 問い合わせ(申込先) HP ホームページアドレス Eメールアドレス

東日本大震災から10年が経過しました。首都直下地震は、今後30年以内の発生確率が70パーセントといわれ、いつ発生しても不思議ではありません。

大地震から自分や家族、従業員の命を守るためには、電気・ガス・水道などのライフラインやエレベーター

の停止に備えた飲料水や食料などの備蓄、家具類やオフィス機器などの安全対策が重要です。この機会に、改めて家庭や事業所

の防災対策を見直しましょう。
防災課防災担当
☎(3546)5510

家庭の防災対策

～在宅避難への備え～

災害時の避難行動

大地震発生時に、危険な場所にいる場合は必ず避難してください。

一方、自宅などで安全が確保できる場合は「在宅避難」をお願いします。また避難先として、避難所だけでなく安全な親戚宅や知人宅への避難も検討してください。

備蓄

災害時でも自宅での生活が続け

られるよう、最低3日分の飲料水や食料などを備蓄しましょう(別表1のとおり)。

◎内閣府では、大規模災害に備えて、1週間分の備蓄が望ましいとしています。

◎日常生活に必要な飲料水や食料を多めに購入し、消費した分を補充するローリングストック法による備蓄が有効です。

安全対策

- ・背の高い家具や棚を固定する。
- ・棚の扉に止め金具を付ける。
- ・ガラスに飛散防止フィルムを貼る。
- ・寝室にはできるだけ家具を置かないようにし、家具を置く場合

はなるべく背の低い家具を置き、転倒防止対策をする。
・部屋の出入り口や火気の付近に大型の家具や家電を置かない。



別表1

品目	備蓄目安
飲料水	3リットル/日×家族の人数×最低3日
食料	3食/日×家族の人数×最低3日
簡易トイレ	7～8枚/日×家族の人数×最低3日

事業所の防災対策

～自社にとどまるための備え～

一斉帰宅の抑制

大地震発生時に大勢の人が一斉に帰宅すると、救助・救命活動を妨げたり、余震による二次被害に巻き込まれたりする可能性があり大変危険です。

むやみに移動を開始せず、安全を確認した上でオフィス内や外出先で待機してください。

備蓄

- ・従業員がオフィス内にとどまれるように、最低3日分の飲料水・食料などを備蓄しましょう(別表2のとおり)。
- ・従業員の備蓄に加えて、施設利用者などの分も備蓄しましょう。
- ◎エレベーターの停止に備えて、備蓄品の保管場所は分散させま

しょう。
◎倉庫がない場合は、オフィスのキャビネットや棚などを活用しましょう。

安全対策

キャビネット

- ・壁や床にL字金具などでしっかり固定する。
- ・高さが同じキャビネットは、上部をつないで固定する。



OA機器

キャスター付きの機器は、移動・転倒防止器具を取り付ける。



机の上

パソコンなどは、転倒防止ストラップ



や粘着マットなどで固定する。
窓ガラス

ガラスに飛散防止フィルムを貼る。



事業所防災への支援

防災アドバイザーの派遣

区内事業者を対象に防災・減災に関する点検・助言・講座を行う防災アドバイザーを派遣しています。

帰宅困難者支援施設運営協議会

区では、区内事業者が中心となって帰宅困難者対策に取り組む「帰宅困難者支援施設運営協議会」の運営を支援しています。大地震発生時の帰宅困難者の受け入れや運営のお手伝いなどにご協力いただける事業所を募集しています。◎詳しくは、区のホームページをご覧ください。



事業所 防災対策

別表2

品目	備蓄目安など
飲料水	3リットル/日×従業員数×最低3日
食料	3食/日×従業員数×最低3日
簡易トイレ	7～8枚/日×従業員数×最低3日
毛布	1枚×従業員数
その他	懐中電灯、乾電池、救急箱、ラジオなど

連絡手段を複数確保しましょう

- ・災害用伝言ダイヤル(171)
- ・災害用音声お届けサービス
- ・災害用伝言板
- ・SNS(ツイッター、フェイスブック、LINEなど)



防災パンフレット・DVD・アプリ

区では、地震に備えるための防災パンフレットを配布しています。また、避難所や災害などの情報を発信する防災マップアプリを配信しています。



防災パンフレットなどの一覧



配布場所
区役所1階防災課



中央区 防災マップ アプリ

災害時は簡易トイレを使用しましょう

災害時には、配管の損傷などによりトイレが使用できない恐れがあります。配管が損傷した状態で水を流すと、詰まったり水漏れしたりすることがありますので、配管の安全が確認できるまでは簡易トイレを使用しましょう。

簡易トイレの使い方と処理

- ①便座に便袋をかぶせて使用する。
- ②使用后、便袋に凝固剤を入れて、空気を抜き、口をしっかりと結ぶ。
- ③便袋をごみ袋にまとめ、新聞紙などの可燃物を入れて、ごみの収集が再開するまでの間、ベランダなどで保管する。



エレベーターの地震対策を確認しましょう

防災キャビネット

大地震発生時には、エレベーターの閉じ込め救出や運転復旧にかなりの時間を要することが想定されます。エレベーターの閉じ込めに備えて、飲料水や簡易トイレなどを備蓄した防災キャビネットの設置が有効です。



1ビル1台の復旧

エレベーターの停止時は、閉じ込めの救出を最優先とし、病院や公共性の高い建物などを優先的に復旧します。また、できるだけ多くのビルやマンションの機能を早期に回復するため、1ビルにつき1台のエレベーターを復旧させることを原則としています。

