

福池小学校区
防災福祉コミュニティ
地域おたすけガイド

(地区防災計画書)

2023年4月改正

福池小学校区防災福祉コミュニティ

地域おたすけガイドとは？

区役所や消防署などの行政機関が一時的に機能不全に陥る規模の大災害が起こった際には、住民同士の助け合いが必要となります。

このガイドは、主に発生が危惧される南海トラフ巨大地震への対処を念頭に、地域の自主防災組織である「福池小学校区防災福祉コミュニティ」の役割と平常時の活動および南海トラフ巨大地震発生時の活動をまとめたものです。

福池小学校区はこんなところ

福池小学校区は、西部に天上川が流れていて、標高は福池小学校 8m、阪神電鉄青木駅 2m、田中交差点 13m程です。中央に福井池公園と小寄公園という大きな二つの公園があります。

約6千強の世帯に1万4千人ほどの人が住んでいて、住民の8割以上が3階建て以上の集合住宅に住んでいます。

生まれてからずっと同じ家に住み続けている人は1割弱ですが、4割強の人が10年以上同じ家に住み続けています。65歳以上の高齢化率が年々上昇しています。

地区の災害危険

●南海トラフ巨大地震

福池小学校区では震度6弱の大きくゆっくりとした揺れが1~2分続き、その後、沿岸部に110分程で高さ3.3mの津波が到達すると予想されています。万が一、地震の揺れで防潮堤が破壊された場合、津波が阪神電鉄沿線付近まで襲来し浸水する危険があります。

●直下型地震

歴史的に南海トラフ巨大地震が発生する30年ほど前から、西日本の内陸部で直下型地震が多発し出すと言われており、阪神淡路大震災がその最初であったと言われています。南海トラフ巨大地震が発生した後も10年程は、余震としてかなり大きな直下型地震が発生する危険があります。

●その他の自然災害

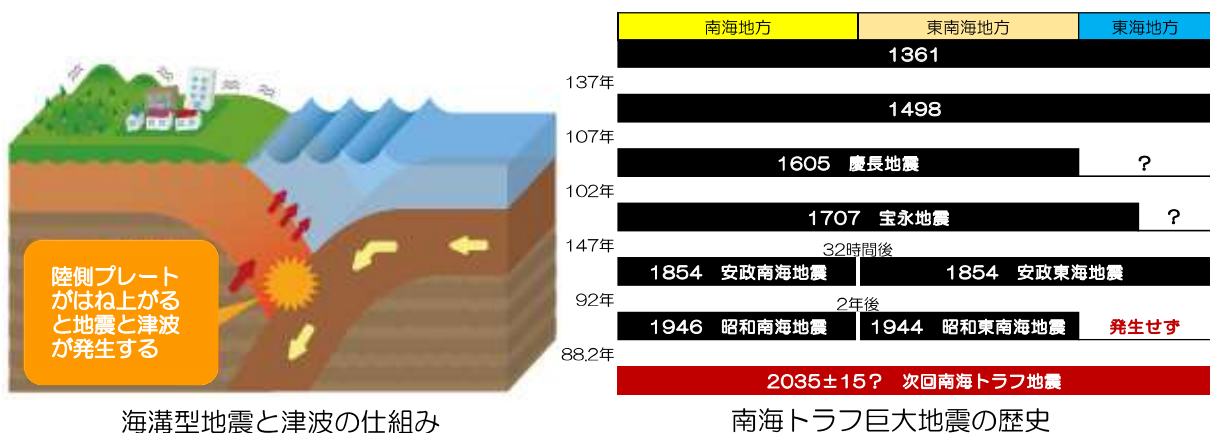
地区内に土石流や地すべりなどの土砂災害を警戒しなければならない区域はありませんが、劔交差点より南側の天上川両岸一帯は氾濫により浸水する危険があります。

毎年6月頃に神戸市から配布されるハザードマップを確認し、地震や津波、風雨への警戒を怠らないようにしましょう。

南海トラフ巨大地震について

南海トラフ巨大地震は 90～150 年周期で発生する海溝型の地震です。陸側のユーラシアプレートが海側のフィリピン海プレートの引きずり込みに耐えられなくなった時、限界に達して跳ね上がり**地震**が発生するとともに、その上部にある海水が盛り上がり巨大な**津波**となります。津波は第1波が最大とは限らず、50～60 分間隔で何度も来襲し、少なくとも5～6時間は異常な潮位変動がみられます。この地震による揺れと津波により、関東から九州までの非常に広い範囲に、甚大な被害が発生することが予想されています。

前回の南海トラフ地震は 1944 年の昭和東南海地震と 1946 年の昭和南海地震という二つの地震として発生しました。前回は本来起こるはずの東海地方で発生せず、そのエリアのプレートの引きずり込みは解消されず地震のエネルギーは温存されてしまいました。そのため次回は本来の周期よりも早く、しかも三つの地震としてではなく一つの巨大な地震として発生することが危惧されています。



津波に関する知っておくべき知識

- 津波は巨大な水の塊の高速移動で、高潮や高波とは桁違いの**破壊力**があります。
- 津波が来る前に一旦水面が下がる「**引き波**」は、いつも起こるとは限りません。
- 人は津波の浸水深が **30 cm**で立ってられず、**50 cm**になると車が流されます。
1mの浸水深に巻き込まれた人は、ほぼ **100%死亡**します。
- 木造住宅は 1 mの浸水深で破壊され始め、2 mで押し流されます。
- 地震により発生した火災は津波で消えるとは限らず、押し流されながら燃え広がる**津波火災**を引き起こす危険があります。

平常時における防災福祉コミュニティ活動

地域防災は次の世代に「たすき」をつなぐリレーのようなものです。福池小学校区防災福祉コミュニティとして南海トラフ巨大地震がいつ起きても、その時に福池小学校区で暮らしている人たちが助け合えるように、平常時には以下の活動をおこないます。

1. 災害対応訓練の実施（技術の継承）

大災害時の助け合いに必要な具体的な技術を継承するために、年に一度の総合防災訓練と、適宜、各地区または訓練種目毎のブロック訓練を企画し実施します。

消火訓練、救助訓練、救護訓練、搬送訓練
運営本部開設訓練、運営本部運営訓練
避難所開設訓練、避難所運営訓練

2. 防災資機材の維持管理と拡充（資機材の継承）

災害対応に必要な資機材を、それらを収納している倉庫の鍵を含め、訓練等で定期的に使用確認し、いつでも使える状態に維持管理します。また、災害時の活動に必要と思われる資機材は、助成金等を活用して新たに購入し充実させていきます。

3. 持続可能な組織と仲間づくり（組織の継承）

防災福祉コミュニティは地域防災の拠り所です。現在活動している私たちがいなくなった後も活動が継続されるよう常に新しい人材を探し、受け入れる開かれた組織であり続けます。さらに地域では、活動には参加していなくても、災害時に声をかければ助け合いに協力してくれる顔の見える関係づくりを進めます。

4. 認識の共有（共通認識の継承）

避難所の考え方、在宅避難を可能にする備え、災害時の助け合いの必要性など、福池小学校区で暮らす全ての住民が知っておくべき事柄について、継続した周知活動をおこないます。

南海トラフ巨大地震発生時における活動

南海トラフ巨大地震発生直後は、区役所や消防署などの行政機関が機能不全に陥り、避難所の開設は滞り、消防車や救急車も駆け付けられないことが考えられます。そのような状況下で私たちは、自ら判断して自らの行動を決しなければならないこととなります。

住民同士の助け合いをより組織的、効果的におこなうことを目的として、地震発生から概ね行政機関の機能が回復するまでの防災福祉コミュニティとしての活動内容をまとめます。

活動方針

- 近くにいる住民に声をかけ、助け合い活動への協力を求めます。
- 自分たちのできる範囲で活動します。
- 単独活動はせず、複数（3～4人以上）で活動します。
- 自らの安全を最優先し危険を感じたときは、すぐに避難します。

運営本部設置基準

- 震度6弱以上、もしくは兵庫県南部沿岸部に津波警報が発表され、地震による災害が発生し、または災害が拡大する恐れがある場合。
- 神戸市に特別警報または高潮警報が発表された場合。

本庄小学校区防災福祉コミュニティとの連携

私たちが暮らす福池小学校区防災福祉コミュニティの南側には、**本庄小学校区防災福祉コミュニティ（本庄防コミ）**があります。

本庄防コミは大部分が**津波浸水想定域内**にあり、南海トラフ巨大地震発生時にはコミュニティ全体が地区の北側に避難しなければならず、多くの方々が**福池小学校**を目指して避難してくることが予想されるため、震災時には本庄防コミと**協同**して**運営本部**と**避難所**を開設し運営する体制を取ります。そのため、平常時から緊密に連絡を取り合い、合同訓練を実施する等、連携して活動します。

運営本部・ブロック本部・避難所

- 運営本部・ブロック本部は往路途中で災害対応に当たらなかった者が開設する。
- 運営本部と各ブロック本部は SNS 等で情報共有をおこなう。
- 運営本部および避難所は**本庄小学校区防災福祉コミュニティ（本庄防コミ）**と共同して運営する（本庄防コミは津波危険が無くなれば本庄小学校へ運営本部および避難所を適宜移設する）。
- 避難所は小学校職員が不在の時間帯には優先して開錠し、「**神戸市避難所開設・運営マニュアル**」に則り開設、運営することに努める。

活動拠点等

本部設置場所	運営本部	福池小学校（本山南町4丁目4-28） エントランス部分に開設する	
	ブロック本部	西青木総合会館（北青木4丁目25）	
		北青木会館（北青木4丁目6-32）	
防災資機材庫 配置場所	福池小学校	福井池公園	
	北青木公園	春日神社	
鍵保管場所	防コミ会長・副会長宅、西青木総合会館、福池小学校職員室		
開錠方法	会長・副会長が指示した者が手分けして開錠する		
耐震性防火水槽 小型動力ポンプ備付	小寄公園	甲南町北小公園	
	西青木公園	本山南第二市営住宅	
鍵保管場所	防コミ会長宅、消防団、消防署		
開錠方法(鍵は共通)	会長が運営本部で消火活動する者に渡す		

緊急避難場所…一時的な避難場所 避難所…避難生活を送る場所	災害別適用				避難所 利用
	大火	土砂	洪水	津波	
屋内 福池小学校	/	○	○	○	○
屋外 福池小学校 グラウンド	○	/	/	○	×
	○	/	/	○	×

防災福祉コミュニティ活動要領（個人）

個人の対応 ～自分とすぐそばにいる家族の命を最優先する～

- テーブルなどの下に潜りテーブルの脚をしっかり握る。落ちてくる物や倒れる物が周りになければ身をかがめてじっとしている。
- 揺れがおさまったら**割れたガラスに注意**して、すぐにスリッパや靴を履く。
- 火は無理に止めず揺れがおさまってから止める。出火したら小さなうちに家庭用消火器等で確実に**消火**する。油火災・電気火災には絶対に水をかけない。
- 家族の安全を確認する。自分で助け出せなければ近所の人に助けを求める。
- 家屋の被害状況を確認する（ガス、電気、水道、ドアの状況）。
- スマホ・ラジオ・テレビ等から情報を入手する。情報を入手できなくても大きな揺れが**1分以上続いたら**南海トラフ地震と判断する。
- 津波到達予想時刻までの時間管理をおこなう（スマホでタイマー設定する等）。

参集場所に到着するまでの行動

- 家が無人になる場合は電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉め、しっかり施錠し、玄関に「**無事です**」のみ張り紙する。
- 自分が使う身の回り品や非常食は持って出る。
- 防災資機材庫の**鍵**を持っている者は防災資機材庫の**開錠**を最優先する。
- 役員だけでは災害対応できないので周りに声をかけ協力者を募りながら、「**福池小学校**」もしくは「**各ブロック本部**」に向かう。
- 途中、周囲の状況を把握する。
 - ケガ人や閉じ込め、避難困難者など、助けを求める人の情報
 - 建物が倒壊、半壊しているなどの情報
 - 道が倒壊物などで塞がっているなどの情報
 - 地区の病院がケガ人を受け入れ可能かなどの情報
 - 火災やガス漏れ発生の情報火災を発見すれば協力者と共にそのまま**消火活動**に取りかかる。
- 途中で**火災、ケガ人、閉じ込め**等を発見した際は**119**通報し、すぐに周りの人と共に対処に取りかかる。必要な資機材は最寄りの**資機材庫**から取り出して使用する。
- 阪神電鉄の高架より南側には絶対に行かない。

防災福祉コミュニティ活動要領（組織）

組織としての対応

- 津波が阪神電車より北側まで襲来する可能性は0ではないため、万が一に備えて建物上階に**見張り役**を配置し津波への警戒を怠りなく活動する。
- 見張り役は津波の襲来を確認した場合、拡声器等で周囲に警告を発する。
- 参集途上で災害対応に当たらず**福池小学校**にたどり着いた役員は**運営本部**を開設し、後に到着する**本庄小学校区防災福祉コミュニティ役員**とともに本部運営を担う。本部を開設すれば速やかに**LINE オープンチャット**でその旨を情報共有する。
- 小学校が職員不在の時間帯であれば、運営本部開設と並行して**神戸市避難所開設・運営マニュアル**に則り**避難所**を開設し避難者の受け入れを始める。避難所運営は避難者にも参加協力を求める。
- 近くにいる住民に活動への協力を求め、資機材庫にある資機材等を用いてケガ人の**応急手当**、閉じ込められた住民の**救出活動**を主導する。
- 火災が発生すれば近くにいる住民に協力を求め、**小型動力ポンプ**を用いて**防火水槽**から取水し放水する等の**消火活動**を主導する。
- 阪神電車より南側へは立ち入らない。

阪神電鉄高架沿いでの活動

- 地震で防潮堤が破損した場合、津波により浸水する可能性がある。
- 住民に対しては事前に福池小学校、小寄公園等まで水平避難しておくか、自宅建物が大丈夫であれば自宅**2階以上**に垂直避難し、津波到達予想時刻に屋外に出ていないよう呼びかける。
- 消火活動や救助活動の途中でも、津波到達予想時刻前には一旦活動を止めて退避し、津波が来ないことを確認する。

状況判断 & 活動指示

- 福池小学校エントランスに集まれた役員で立ち上げる。
- 隣に本庄防コミ臨時本部のスペースを確保する。
- 地図、ハザードマップ、記録用紙、筆記具、付箋等をセッティングする。
- その場でリーダーと各役割を決める。
- LINE オープンチャットで情報共有し状況を把握する。
緊急事案は 119・110 通報する。
- 各活動拠点の資機材・人員の不足を調整する。
- 活動班・見回り班を編成し活動してもらう。
- 小学校職員が不在の時間帯であれば優先して避難所を開錠する。
- 避難所に避難してきた住民に活動への協力を呼びかける。

□ 運営本部の役割分担

リ　ー　ダ　ー	全体の状況を把握する。区役所や消防署、他団体との情報共有や交渉等を行なう。
指　揮　班	協力者と資機材を把握する。協力者を各活動班・見回り班に振り分ける。資機材の不足を調整する。
情　報　班	入手した情報を付箋に書き、地図に貼っていく。見回り班やラジオ等から情報を入手する。
記　録　班	被害状況や助けが必要な人の情報を時系列と事案別に書いていき、整理して把握する。

□ 協力者の班編成

活　動　班	防災資機材庫等の資機材を用いて、消火、救出、応急手当、搬送の活動にあたる。
見　回　り　班	地区内を見回り、被害状況等を本部に伝える。併せて二次被害の警戒と要援護者の支援にあたる。

消火活動

□ 注意事項





- 軍手とヘルメットを装着する。
- 単独で活動せず、絶対に無理をしない。
- 燃えている建物内には進入せず、屋外から放水する。
- できる限り近づき過ぎず、煙を吸い込まない。
- 火を周りに拡げないことを優先し、隣の建物にも水をかける。
- 火にあおられないよう、風下に入らない。
- 退路（逃げ道）を確保しておく。
- 人命危険も延焼危険もなければ飛び火（火の粉）のみ注意する。

□ 発生場所

□ 状 況

手書き地図

□ 消 火 手 段

選択 順位	名 称	備 考
	消 火 器 	各建物に設置されているものを使用する。火災のごく初期のみ有効。
	スタンドパイプ 	地中の水道管に消火栓から直結させて放水する。断水した場合使えない。
	小型動力ポンプ 	耐震性防火水槽がある場所に、ホース・ノズルと共に収納されている。
	バケツリレー 	バケツをかき集めて大勢で実施する。 水源は小学校プール

※使い方が分からない手段はやらない

救出活動

注意事項

- 軍手とヘルメットを装着する。
- 倒壊した建物の中に潜り込まない。
- 持ち上げた物の下に手を差し入れない。
- 持ち上げた空間に材木や分厚い本などの「あて木」を差し込み、倒壊を防ぐ。
- 足りない道具は持ち寄る（車載のジャッキ、DIY用のこぎり、あて木の代用品等）。

発生場所





状況



手書き地図

防災資機材庫の場所 _____

使用する資機材

ボール		のこぎり	
ジャッキ ※車に積載されている		ボルトクリッパー	
つるはし		シャベル	
おの		ロープ	
ハンマー		リアカー	

※使い方が分からない道具は使わない

応急手当 & 搬送活動

□ 注意事項

- 感染症予防のためにマスクを着用し、ゴム手袋を装着するかビニール袋で手を包み素手で血液に触れない。
- 必要な資機材を調達する（救急セット、AED、簡易担架等）。
- 正規の資機材が無ければ身の回りにある物を工夫して活用する。
- 重傷者は医療機関に搬送する。

□ 発生場所

□ 状況



手書き地図

□ 応急手当

□ 出血	傷口に清潔なガーゼをあて、手で圧迫して止まるまで押さえる。	ガーゼ・三角巾・ゴム手袋 ハンカチ・ラップ・ビニール袋
□ 骨折	折れた部位に副子（そえ木）をあて、三角巾などで固定する。	副子・三角巾 雑誌・段ボール・傘・ラップ
□ 捻挫	可能であれば冷却した後、三角巾などで固定する。	三角巾・(氷) ラップ・テーピングテープ
□ やけど	可能であれば流水で衣服の上から冷やし、清潔なガーゼで保護する。	水道水(流水)・ガーゼ・(氷) ペットボトルの水・ハンカチ
□ 心肺停止	胸骨圧迫(30回)と人工呼吸(2回)を繰り返し、AED到着すれば実施。	AED ※人工呼吸は無理してしない

□ 搬送 搬送先

簡易担架搬送	防災資機材庫にある担架で搬送する。	毛布搬送	4人以上で毛布の両端を丸めて持ち上げる。
イス搬送	イスに座らせ、複数でイスを持ち上げる。	徒手搬送	複数で体の下に手を差し入れ水平に抱える。

警戒 & 要援護者支援

□ 注意事項

- 区域内を複数人で見回り、被害の情報を本部に伝える。
- 絶対に無理をせず、危険を感じたらその場から離れる。
- スマホやSNSがつながらなければ伝令を走らせる。
- 二次被害の警戒と要援護者等の避難支援をおこなう。

□ 見回り区域

□ LINE オープンチャット

QRコードリーダーで読み込み、ルーム内に情報を書き込む。
自分のプロフィールは名前@見回り班とする。

手書き地図

□ 警戒活動 ※ハンドマイク、スマホ、メモ帳等を携帯する

□	津波	南海トラフ地震では110分で第1波が到達するので、念のため高所から見張りをおこなう。 <u>予想到達時刻</u> _____ :
□	火災	煙の立ち上り、煙臭さに注意して見回る。発見すれば本部に連絡するとともに119通報し、可能な限り初期消火を開始する。
□	ガス漏れ	ガス臭に注意して見回る。発見すれば本部に連絡するとともに119通報し、近づかないよう周りに呼びかける。
□	建物倒壊 通行障害	倒壊した建物や通行できない道路の情報を本部に伝える。 倒壊した建物内に閉じ込められた人がいないか呼びかける。
□	呼びかけ	ハンドマイクを使って危険個所への警戒、避難する際はガスの元栓を締め、電気ブレーカーを落とすよう呼びかける。

□ 要援護者等支援 ※救急セット等を携帯する

□	安否確認	民生委員・児童委員等と協力して要援護者の安否を確認し、必要に応じて応急救護をおこなう。確認後ドアに目印をつける。
□	介助	避難困難者の手助け、付き添いをおこなう。搬送が必要な場合は運営本部に応援を要請する。

「在宅避難」が可能ならば「在宅避難」を

津波が起こらない地震や高潮や河川はん濫などの風水害が発生しても、必ずしも避難所に行かなければならないわけではありません。

1981年6月以降に建てられた新耐震基準を満たした建物は、マンション等の集合住宅であれば震度6強までなら住めなくなる恐れはほとんどなく、木造住宅でも倒壊・崩壊することがないように建てられています。

小学校などの避難所は、家が倒壊したり、流されたり、焼失したりして住めなくなった人のための生活場所です。本当に避難が必要な人たちや自宅に1人で居ては心細い高齢者などが避難所をえるように自宅での生活継続が可能であれば「在宅避難」を選択しましょう。

「在宅避難」を可能にするために

● 居住空間を守る

建物自体の被害が少なくても、何の対策もしないと住めない状態になるかもしれません。大きな家具には転倒防止器具を取り付け、ガラスには飛散防止フィルムを貼りましょう。万が一、地震後に火が上がった場合は消火器を使って小さなうちに消してしまいましょう。

● 食料品・飲料水を備える

在宅避難でも避難所に出向いて物資の提供を受けられますが、神戸市が備蓄している物資には限りがあります。最低でも3日分できれば7日分の食料品と飲料水を備えましょう。備蓄用の特別な物資を準備するよりも現実的な方法として、日頃から食べ慣れたレトルト食品や缶詰などの日持ちする物を多めに買い、消費しながら減った分を買い足して、常に一定量を保っておく**ローリングストック（循環備蓄）**がお勧めです。

● トイレ対策をする

集合住宅では大地震後に建物内の排水管が破損していることに気づかずトイレを使用すると、下層階で汚水が漏れ出し大惨事になる可能性があります。そのため破損がないことが確認されるまでは、**非常用備蓄トイレ**を備えて使用するか屋外に設置される災害用トイレを使用しましょう。

非常用備蓄トイレは袋の中に用を足して凝固剤などで固め、捨てることのできる「携帯トイレ」です。50回分で小さな箱1個くらいの大きさですので、ぜひ備えておきましょう。

● ご近所同士で助け合う

集合住宅では管理会社だけでは困難な事態もあります。また、エレベーターは使用できなくなる可能性があります。安否確認や物資調達、運搬、ゴミの排出など、居住者同士で声を掛け合って協力しましょう。

避難の4行動 ～避難所に行くだけが避難ではない～

- 行政が指定した小学校などの避難所に行く避難
- 安全な親戚や知人宅に行く避難
- 安全なホテル・旅館に宿泊する避難
- 安全な場所に立地し、被害の恐れがない場合の在宅避難

災害時要援護者とは

障がいのある方、介護が必要な方、高齢者（ひとり暮らし、高齢者世帯など）、難病患者、乳幼児、妊産婦のほか、負傷して自力で避難することが難しい方など、災害が発生した際に安全な場所に避難したり避難所での生活に困難が生じ、周りの人の助けを必要とする方を言います。

福祉避難所について

神戸市では避難所での生活に何らかの特別な配慮を要する方のための二次的避難所として、地域福祉センターや特別養護老人ホームなどを「福祉避難所」に指定しています。入所対象者は市の保健師が避難所で行う健康調査等をもとに、ご本人やご家族の意向や状況を踏まえ市が決定します。要援護者から福祉避難所への直接避難の相談があった場合は、区災害対策本部へ連絡いただくよう、お願いします。

※福祉避難所は災害時に常に開設される訳ではありませんので、まずは一般の避難所へ避難していただくことになります。

※地域福祉センターは対応可能な人員や物資の確保が出来る場合、地域独自の判断で開設いただくことも可能ですが、区災害対策本部と十分ご協議ください。

避難情報 警戒レベルについて





警戒レベル		意味
5	<small>きんきゅうあんぜんかくほ</small> 緊急安全確保	すでに災害が発生したか切迫していて命が危険な状況。屋外への避難はできず屋内でできる限りの行動を取る。
—— 警戒レベル4までに必ず避難行動を終える ——		
4	<small>ひなんしじ</small> 避難指示	災害が発生する可能性が高いため、発令された地区の全員が避難行動を取る必要がある。
3	<small>こうれいしゃとうひなん</small> 高齢者等避難	災害が発生する可能性があるため、発令された地区で避難に時間がかかる人は避難行動を開始する。

LINE オープンチャット

福池小学校区 防災福祉コミュニティ

大勢の人がトークルーム内で同時に情報共有できます。友だち登録不要で自分のプロフィール（名前）を自由に設定できます。大災害発生時に住民同士で助け合うためのツールとして、専用のオープンチャットルームを開設します。

● 登録方法 ※LINE 未使用の方は、事前にアプリのインストールが必要です。

1. LINE を起動し画面左下の  ホームを押します。
2. 画面右上の  を押します。
3. 上部真ん中の  QR コードを押すとカメラが起動するので、下の QR コードが画面の真ん中にくるようにして読み込みます。
4. ルーム画面が出てきたら、下部にある[参加]と書かれたボタンを押します。
5. プロフィール画面が出てきたら、「ニックネームを入力」と出ている欄に「**名字・お住まいの町名**」のように入力します。
6. エンターキー  を押し、ルーム画面が出てきたら完了です。

● 災害時の活用方法

地区内でご自身の目で以下のような状況を確認した場合、その内容をルームに簡潔・正確に書き込むとともに、119 通報してください。

- ・ 隣の家が倒壊している、煙が上がっている、などの**災害情報**
 - ・ 大ケガをした人がいる、閉じ込められた人がいる、などの**人の情報**
 - ・ 道が塞がれている、電線が切れている、などの**危険情報**
 - ・ その他、トイレが使える、水が出る、資機材の在処、などの**役立つ情報**
- 大切な情報を埋没させないために、単なる「了解」などは不要です。

● 注意事項

- ・ 通信障害で繋がらない場合は**運営本部**に走って知らせてください。
- ・ SNSの情報が**人の生死**に直接関わります。**虚偽の情報**や**曖昧な情報**は絶対に流してはいけません。
- ・ 福池小学校区在住者以外の方をルームに招待することや、上記の QR コードや参加コードを教えることはしないでください。