

本山第一小学校区
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)

2024 年度改定版

本山第一小学校区防災福祉コミュニティ

1. はじめに

- この「地域おたすけガイド」は、災害発生時に、地域がいつ、どんな体制で、どのように行動すればよいのかをまとめたものです。
- 防災福祉コミュニティの役員だけでなく、いざというときには誰もが行動できるようにその手順を記しています。
- 地域の状況は刻々と変化します。この冊子は毎年見直しを行うものとします。

2. 防災福祉コミュニティ運営本部設置基準

- 震度6弱以上の地震が発生し、被害が拡大する恐れがある場合
- 神戸市に特別警報が発表され防災福祉コミュニティ会長が必要と判断した場合
- 神戸市に土砂災害警戒情報が発表され防災福祉コミュニティ会長が必要と判断した場合
- 火災（但し、会長が必要とする場合とする）

3. 基本情報

- 運営本部 : 本山第一小学校区全域の被災状況等の情報をあつめる場所
緊急避難場所 : 命を守ることを最優先に災害の危険から逃れるための場所
避難所 : 自宅が被災して帰宅できない場合、一定期間避難生活を送る場所
福祉避難所 : 災害時の避難所での生活において、何らかの特別な配慮を要する方々のために、市が二次的に開設する避難所

運営本部	本山第一小学校			
緊急避難場所／避難所	本山第一小学校			
福祉避難所	本山地域福祉センター			
防災行政無線	本山第一小学校		防災福祉コミュニティ会長	
防災資機材庫	本山第一小学校	本山北町公園	五反田公園	中之町公園
	北畑会館	田邊会館	小路会館	
レスキューベンチ	コープ岡本南東角	二楽園南西角	阪急岡本踏切南側緑地	
耐震性防火水槽	本山第一小学校	五反田公園	中之町公園	
小型動力ポンプ	本山第一小学校	本山北町公園	五反田公園	中之町公園
飲料水・給水施設	住吉川公園	川井公園	本山第一小学校	本山南小学校
食料備蓄	本山第一小学校			

4. 防災資機材リスト

R6年9月

		本山第一小学校		北町公園 (小路)	五反田公園	中之町公園 (甲)	北畑会館	田邊会館	小路会館	岡本南公園	レスキューベンチ(3) (岡本商店街振興組)
		防火水槽	南校舎	資機材庫	防火水槽	防火水槽	資機材庫	資機材庫	資機材庫	資機材庫	
備蓄燃料	ガソリン1ℓ缶	1	-	1	1	-	1	4	1	-	3
	燃料タンク4.5ℓ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5
	ブレンドタンク	-	-	1	1	-	1	1	1	-	-
	2サイクルオイル (真空ポンプ共用)	-	-	1	1	-	1	1	1	-	3
	チェーンソーオイル	-	-	1	-	-	1	1	1	-	3
動力ポンプ用具	動力ポンプ	1	-	1	1	1	-	-	-	-	-
	給水管	1	-	1	1	1	-	-	-	-	-
	放水ホース(20m)	8	-	10	10	10	-	-	-	-	9
	組立水槽(2t)	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-
	台車	1	-	1	1	1	-	-	-	-	-
	消火器	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
消火栓用具	布バケツ	-	-	24	-	-	40	20	20	-	-
	十字バール	-	-	1	-	-	-	-	1	-	-
	スタンドパイプ	-	-	1	-	-	-	-	1	-	-
トイレ	スタンドパイプセット 街のヒーロー火消し君 放水ホース(80m)	-	-	-	-	-	1	-	1	1	-
	災害トイレ	-	4	-	-	-	-	-	-	-	-
啓発	災害車椅子トイレ	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-
	腕章	-	-	-	-	-	40	13	30	-	-
	ベスト	-	-	-	-	-	5	8	6	-	-
その他	のぼり	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-
	アルファ米50人分	-	-	4	-	-	-	-	-	-	-

		本山第一	北町	五反	中町	北畑	田邊	小路	岡南	レス	
救 助 用 具	エンジンチェーンソー	-	-	2	-	-	1	1	1	-	3
	防刃チャップス	-	-	2	-	-	1	-	1	-	-
	エンジン発電機	-	-	1	-	-	1	1	1	-	3
	カセットガス発電機	-	1 備蓄	-	-	-	-	-	-	-	-
	電動チェーンソー	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-
	投光器	1(*)	-	1	1(*)	1(*)	-	1	1	-	-
	電動カッター	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	鉄筋カッター	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
	電源リール	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3
	折り畳み式リヤカー	-	1 備蓄	1	-	-	-	-	-	-	-
	二つ折り担架	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-
	ハンドマイク	-	-	2	-	-	2	1	-	-	-
	単三電池	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-
	ヘルメット	-	-	10	-	-	15	25	20	-	-
	ジャッキ	-	-	7	-	-	4	1	-	-	大6 小6
	クリッパー	-	-	1	-	-	1	-	1	-	-
	バール	-	-	29	-	-	40	25	20	-	3
	ツルハシ	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-
	折りたたみ鋸	-	-	30	-	-	39	20	17	-	-
	スコップ	1	-	40	1	1	34	17	20	-	-
ブルーシート	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	
レフランプ(コード10m)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	
ビニールロープ 100m巻	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	

注 (*) 動力ポンプ台車装備

レスキューベンチ (備品の所有者は岡本商店街振興組合)

設置場所 ①本山駅北側広場北東 ②岡本生協東通路 ③阪急岡本踏切南植込内

鍵は岡本好文園ポスト裏にテープ張り

図：防災資機材庫等の場所



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」をつなぐリレーです。防災福祉コミュニティとして大災害がいつ起きても、その時に本山第一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、適宜、各地区または訓練種目毎の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、避難所開設訓練
運営本部運営訓練、避難所運営訓練
土砂災害からの避難訓練

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な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。地域内では、日頃の活動には参加できなくても、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）

土砂災害警戒区域や道路狭隘による消火活動困難性、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、本山第一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。

災害時における防災福祉コミュニティ活動

南海トラフ巨大地震などの大災害発生直後は、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。

災害時の防災福祉コミュニティ活動方針

- 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る
- 自分たちのできる範囲で活動する
- 単独行動はせず、複数（3～4人以上）で活動する
- 自らの安全を最優先し、危険を感じたときは、すぐに避難する

自分と家族の安全を確保できたら運営本部に集合

地震が発生したら、まずは自分の安全を確保

- 火を使っていたら、すぐそばにいれば火を止める。
できなければ揺れがおさまってから止める。出火したら消火器で消火する。
- テーブルなどの下に潜り、テーブルの脚をしっかりと握る。
落ちてくる物や倒れる物が周りになれば、身をかがめてじっとしている。
- 割れたガラスに注意！揺れがおさまったら、すぐにスリッパを履く。
- 家族の安全を確認する。自分で助け出せなければ助けを呼ぶ。
- 家屋の被害状況を確認する（ガス、電気、水道、ドアの状況）。
- スマホやラジオで災害情報を入手する。
- 避難所生活をする場合はブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める。

運営本部（本山第一小学校）に到着するまでの行動

- 周りの人に協力を呼びかけながら、本山第一小学校に向かう。
- 自分が使う身の回り品や非常食は自分で持参する。
- 防災資機材庫の鍵を持っている者は忘れずに持ち出す。
- 家が無人になる場合は施錠し、玄関に「無事です」のみ張り紙する。
- 途中、周囲の状況を把握する。

火災やケガ人等を発見すれば 119 通報し、協力者と共にそのまま災害対応活動に取りかかる。

状況判断 & 活動指示

集まった役員で運営本部を立ち上げて活動を始める

- 参集場所（本山第一小学校体育館）の安全を確認する。
- 地図、ハザードマップ、記録用紙、筆記具、付箋、ホワイトボード等をセッティングする。
- 統括リーダーと各役割を決める。
- 必要に応じて防災資機材倉庫を開錠する。
- 集めた情報を整理して状況を把握する。
緊急の内容は 119・110 へ通報する。

東灘区役所：841-4131
東灘消防署：843-0119
東灘警察署：854-0110
※電話は通じない可能性大

統括リーダー	運営本部をまとめる。区役所や消防署、他団体との情報共有や交渉等を行なう。
情報班	入手した情報を付箋に書き、地図に貼っていく。見回り班や他団体、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。
指揮班	集まってきた協力者と資機材を、事案ごとに振り分け、具体的な活動内容を指示する。
避難所開設班	学校関係者等とともに避難所を開設し、避難者名簿を作成する。避難者に活動への協力を呼びかける。

集まった協力者を班に編成し、活動を指示する

活動班	防災資機材庫や耐震性防火水槽付属の資機材等を用いて、消火、救出、応急手当などの活動を行う。
見回り班	地区内を見回り被害の情報を本部に伝える。併せて二次被害の警戒と要援護者の支援をおこなう。
避難所運営班	避難所内において、環境整備、清掃、物資の受け入れ・配布、介護補助などをおこなう。

消火活動

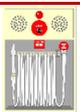
- 多くの人に協力を求めて消火活動をおこなう。
- 燃えている建物内には進入せず、**屋外から放水**する。
- 火を**周りに拡げない**ことを優先し、隣の建物にも水をかける。
- 火にあおられないよう、**風下に入らない**。
- **退路（逃げ道）**を確保しておく。
- 人命危険、延焼危険共に無ければ無理せず、**飛び火のみ**処理する。

□ 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。断水した地区では使えない。
	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 （スポーツジムプール）
	屋内消火栓 	建物に設置されている場合がある。停電すると使えない可能性が高い。

※使い方が分からない手段はやらない

救出活動

- 多くの人に協力を求めて閉じ込められた人を救出する。
- 必ず**軍手**と**ヘルメット**を装着する。
- 倒壊した建物の中には**潜り込まない**。
- 持ち上げた物の下に「手」を入れず、「**あて木**」を入れ倒壊を防ぐ。
- 足りない道具は皆で持ち寄る（ジャッキ、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

_____ **鍵(かぎ)** 開錠済み 要持参

	バール			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			チェーンソー ※必ず保護衣を着装	
	おの			シャベル	
	ハンマー			ロープ	
	リヤカー				

※使い方が分からない道具は使わない

応急手当 & 搬送活動

- 多くの人に協力を求めて応急手当と搬送をおこなう。
- 素手で血液に触れない。ゴム手袋を装着するかビニール袋で手を包む。
- 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

<input type="checkbox"/>	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続ける。	ガーゼ・三角巾・ゴム手袋 ハンカチ・ラップ・ビニール袋
<input type="checkbox"/>	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
<input type="checkbox"/>	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
<input type="checkbox"/>	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
<input type="checkbox"/>	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

担架搬送	防災倉庫の簡易担架を使って搬送する。	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。

見回り班

警戒 & 要援護者支援

- 複数名で地区内を見回り、被害の情報を本部に伝える。
スマホやSNSが繋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。

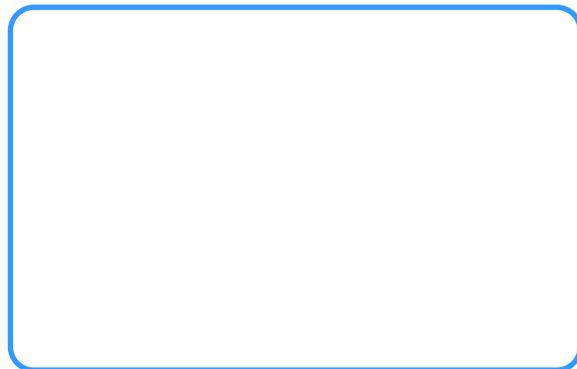
□ 見回り区域



□ 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



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

□	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。
□	防 犯	地域内の防犯パトロールを実施する。

□ 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本部に応援を要請する。

避難所運営班

避難所運営

- 学校関係者不在時、区役所職員が来るまで立ち上げ・運営を担う。
- 「避難者世帯名簿」を避難者が体育館に入る際に記入してもらう。
- 避難所内の配置は早い者勝ちにせず、世帯単位に各事情を考慮する。
- 避難者はできる範囲で運営に参加する体制とする。
- 避難所利用のルールに則り、公平公正な運営をおこなう。
- 個人のプライバシーを尊重し、必要以上に介入しない。
- 意思決定機関が高齢男性ばかりに偏らないよう多様性に配慮する。
- 小学校には直圧式の水タンクがあるが、簡易トイレを早急に組み立て、水使用を控える

1人1人が自らできることを担う

□	避難者の誘導	受付で配置が決まった避難者を、決められた場所まで案内する。トイレ等の共用スペースの説明をする。
□	環境整備	間仕切り・掲示板・毛布・暖房機器等の必要資機材を倉庫等から取り出しレイアウトする。
□	危険除去	落下物や割れた物などの危険物を除去する。立ち入り禁止箇所に張り紙の掲示やロープを張る。
□	環境美化	トイレや通路等の共用エリアの清掃やゴミの処理は、全員が持ち回りでおこなう。
□	物資の受け入れ	区役所等から届く食料・物資を避難所内に運び入れる。
□	物資の配布	非常食や飲料水等を世帯毎に小分けして配布する。必要に応じて炊き出しをおこなう。
□	広報・情報収集	必要な情報やルールを、掲示板やSNSを使ってお知らせするとともに、要望等を収集する。
□	介助・見守り・話し相手	配慮が必要な避難者への介護を補助するほか、話し相手になったり、見守りをおこなう。
□	防火・防犯	火気の使用について見回る。人目のない場所やトイレ等、必要に応じて交代制などによる警戒をおこなう。
□	その他	避難所生活の運営・維持に必要なこと。

避難者世帯名簿

ブロック No. _____

避難者名簿（世帯毎）

①入所日時		年 月 日		②住所	〒	
③「ご家族や同居の方」の名前を記入し、 「ここに避難している方」に○ 安否確認が出来ていない方に●						
ご家族・同居の方	○	(ふりがな) 名前	年齢	性別	④電話番号 (携帯)	
				男・女	⑤家屋の 被害状況	全壊・半壊・一部損壊・断水・停電・ ガス停止・電話不通・特になし
				男・女		
				男・女	⑥親族など の連絡先	〒 名前 電話 () —
				男・女		
				男・女	⑦ペットの 状況	同行・置き去り・行方不明 【同行の場合】 種類 (犬・猫・他 ()) 合計 匹
				男・女		
⑧ 以下の質問にお答えください。 ・避難所で、トイレや食事に介助は必要ですか。→ はい・いいえ ・特別な配慮が必要な方（視聴覚障害・ストマ装着・妊娠中・食物アレルギーなど）が ご家族の中におられましたら、以下にご記入ください。 ・避難所運営にあたり、協力できる資格や特技があれば、以下にご記入ください。						
⑨ 安否の問い合わせがあった場合、住所・氏名を答えてよろしいですか。 はい・いいえ						
退出年月日時		年 月 日		時		
転出先		〒 電話番号				
備考（この欄には何も記入しないでください）						

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（ひとり暮らしの方、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 きんきゅうあんぜんかくほ 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 ひなんしじ 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 こうれいしゃとうひなん 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。

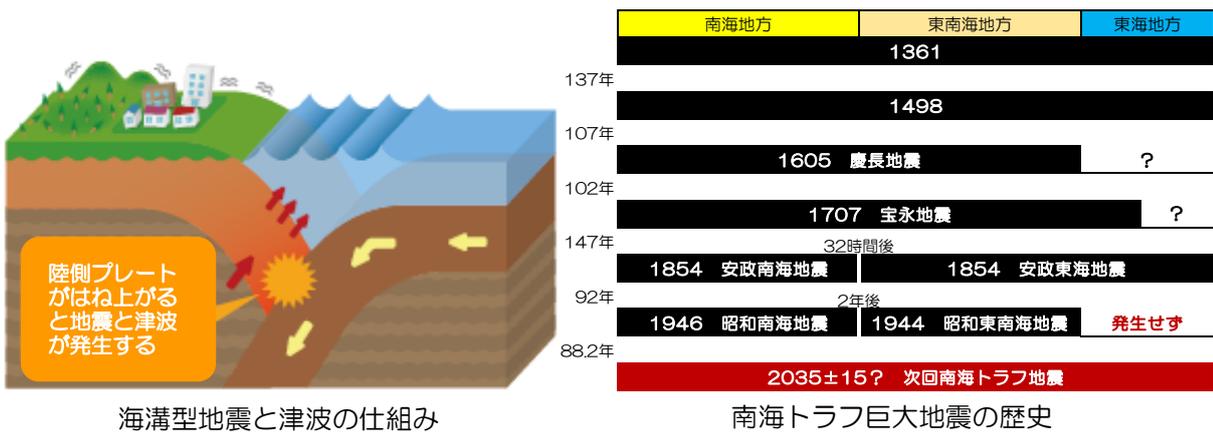
避難の4行動 ～避難所に行くだけが避難ではない～

- 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

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年の昭和南海地震の二つの地震として発生しました。ところが、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。



海溝型地震と津波の仕組み

南海トラフ巨大地震の歴史

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1mの浸水深で破壊され始め、2m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。