

保護者や  
友人と話そう！



会う(避難)場所は？

会う場所：

地域防災拠点：

地震が発生すると、連絡手段が通じないことも考えられます。みんなと会う場所を決めておきましょう。

連絡方法は？

保護者 電話：

E-mail：

友人 電話：

E-mail：

友人 電話：

E-mail：

他にも災害伝言ダイヤルなどの活用も考えておきましょう。

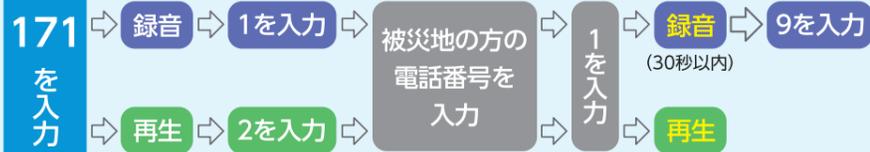
避難する時の持ち出し品は？

薬や予備のメガネなども忘れずに用意しましょう。

家族の安否を確認する  
「災害用伝言ダイヤル」

災害時に被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

※平成24年8月から、スマートフォンへの対応や伝言登録機能を追加した「災害用伝言板(web171)」の提供も行っています。



横浜市からの避難情報等を  
受信できる「防災QRコード」

防災情報の登録はQRコードからできます。

横浜市防災情報Eメール

Yahoo!防災速報



※この支援ガイドは、横浜市立港中学校生徒のご協力を得て作成しました。

横浜市中区総務課 〒231-0021 横浜市中区日本大通35 TEL045-224-8112 FAX045-224-8109



この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

平成31年3月発行

# 中区 地域防災拠点支援ガイド ～中学生ができること～



## 大きな地震や 災害が発生したら…

- 1 自分を守る 身の安全を確保すること
- 2 周りの状況を見て避難すること
- 3 避難場所に着いたら、家族や友人の安全確認
- 4 自宅に住めない時、地域防災拠点で避難生活を送る
- 5 地域防災拠点では、みんなで協力して生活する

## はじめに

- 大地震が発生した時、被害を最小限にするためには、日頃からの備え(自助)や地域での対策(共助)が必要です。
- 横浜市では、市民のみなさまに「自助・共助」の大切さを広め取り組んでいただくために、「よこはま地震防災市民憲章」(以下、憲章)を制定しています。
- 「中区防災拠点支援ガイド～中学生にできること～」は、地域の担い手として期待されている中学生のみなさんが、地震発生時に身を守り地域防災拠点で手伝い等ができるよう、憲章に基づき作成しました。

## 避難する場所

### 地震が起きたら…

身の安全を確保しよう！

ケガをしたら、避難することが困難になります。

### いつとき避難場所

みなさんの住んでいる地域で決めています。ケガなどをしないように集まる場所です。



火災が広がっている場合

### 広域避難場所

大きな火災が収まるまで避難する大きな公園や地域です。

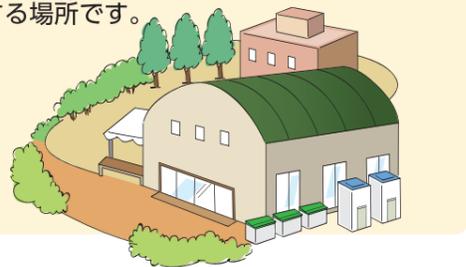


自宅で生活できなくなった場合

自宅で生活できなくなった場合

### 地域防災拠点

自分の家が壊れ、住むことができないときに、生活する場所です。



横浜市では、「横浜市防災計画」を「災害対策基本法」に基づき策定しています。横浜市防災計画は、災害の種類に応じて「震災対策編」、「風水害等対策編」及び「都市災害対策編」の3編で構成され、地震に関する対策は、「震災対策編」の方針により進められています。中区では、市防災計画震災対策編に基づき「中区防災計画震災対策編」を策定して、地震対策を推進しています。

## 地域防災拠点(指定避難所)とは

- 横浜市が被災した市民等が一定期間滞在する場として指定しています。
- 大きな地震や災害により、自宅が倒壊や焼失等で住むことができなくなった場合、避難生活を送る場所です。
- 避難して来た方全員で協力して、「受付」「トイレ設置」「食糧配布」等、避難所の運営を行います。
- 地域防災拠点は、市内のどこかで震度5強以上の地震が観測されたら、地域の人々により開設されます。

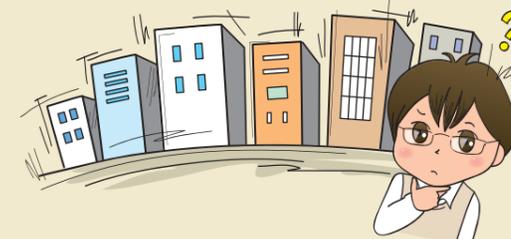


避難所区割り訓練

## 地域防災拠点でお手伝い!



地震の揺れの強さを表す震度は、0~7までの10段階である。○か×か?



答えは次のページ

## 地域防災拠点では

- 避難生活を送るために必要な、水や食糧を備蓄しており、仮設トイレ、居住スペース等があります。
- 各地域防災拠点には、運営委員会が設置され、毎年数回委員会を開催し、地域の防災力向上に努めています。
- 避難者の中には、障がいのある方、ご高齢な方、妊婦さん、小さい子供等、人の助けを借りないと生活を送ることが困難な方もいます。
- 十分な広いスペースではありません。
- 隣の人や皆さんと協力して避難生活を送りましょう。



トイレ組み立て訓練



炊飯訓練



食糧配布訓練



給水訓練

### 設営の荷物を運ぶお手伝い!



答え



震度は、0～7までの10段階です。  
震度5と6は、それぞれ弱と強に分かれています。  
中区には、最大震度である震度7の揺れになると想定されている地域があります。

## みなさんで手伝えることは?

君たち中学生は、体力も理解力も大人と同じくらいあります。  
日中、体力がある20代から50代の人達は、住んでいる地域にはほとんどいなくなってしまいます。  
避難所を開設するときに、地域の皆さんは、君たちの体力と理解力に期待しています。  
避難所では、トイレの設置や机・イス、支援物資などの重たい物の運び出しなど生活にかかわることを、避難者が全て行うことになります。  
また、避難者の中には、赤ちゃんや小さい子供、補助が必要な方がいるかもしれません。  
そこで、自分は何ができるのかを考え、行動に移せるようにしましょう。

**無理せず、できることを手伝いましょう。**

### 参考 避難所で必要なこと (一部)

受付用机運搬、トイレ運搬・設置作業、避難所の区画割り、段ボールベッド組立、幼児の世話、避難所・トイレの清掃、食事の準備・配布、物資の運搬、避難者との会話



地震の規模(強さ)を表すマグニチュード(M)は、最大でM10である。



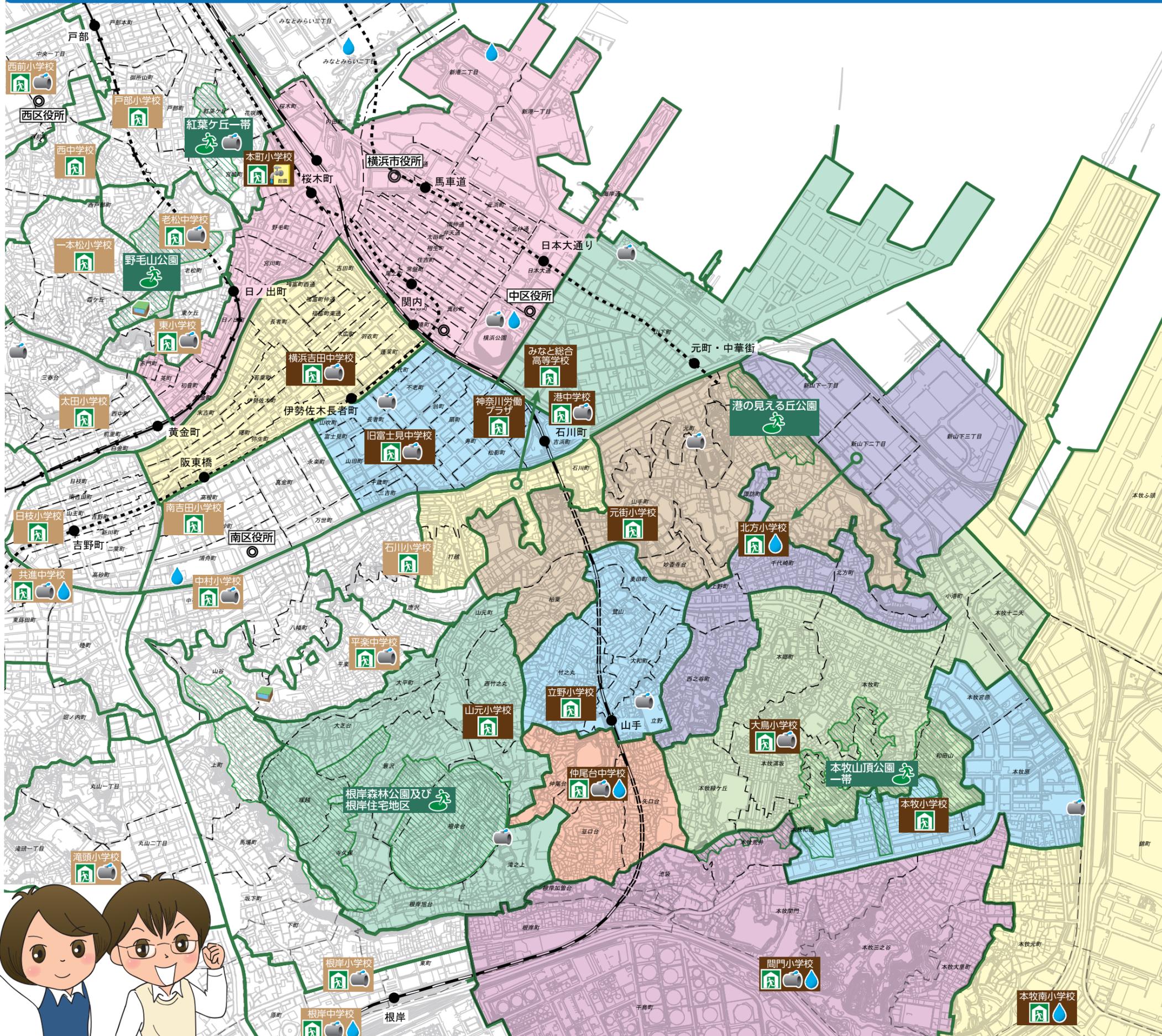
答えは次のページ

### 出来ると思った事を書いてみよう

### 必要なことは何だろう?



# 避難所マップ



### アイコンの説明

ちいきぼうさいきょてん 地域防災拠点		なかくちいきぼうさいきょてん 中区地域防災拠点
		りんせつくちいきぼうさいきょてん 隣接区地域防災拠点
		ちいきぼうさいきょてんくわり 地域防災拠点区割
		こういきひなんばしよ 広域避難場所
		さいがいようちかきゅうすい 災害用地下水タンク
さいがいじきゅうすいじよ 災害時給水所		きんきゅうすいせん 緊急給水栓
		はいすいち 配水池
		たいしんきゅうすいせん 耐震給水栓

**答え**

地震の規模を示すマグニチュード(M)は、計算上は無敵大です。しかし、M12で地球が割れてしまう程のエネルギーと言われてます。

東日本大震災ではM9.0 震度7を記録し、大きな被害をもたらしました。

