

# 宝塚市地区防災計画作成マニュアル

令和6年（2024年）4月  
宝塚市

## 目 次

はじめに .....	4
I 「宝塚市地区防災計画作成マニュアル」の基本事項.....	4
1 法的根拠（災対法） .....	4
1) 同法第42条第3項（地区防災計画の目的、地域防災計画との関係） .....	4
2) 同法第42条の2（地域防災計画に定めるための提案制度、地区居住者等の責務） .....	5
2 本市域における「地区防災計画」の作成の基本方針 .....	5
1) 「地区防災計画」は地区居住者等からの提案を基本とします .....	5
2) 「地区防災計画」は自治会等の地区コミュニティ活動の実績が認められる範囲を対象とします .....	5
3) 「地区防災計画」に定めることが望ましい標準的な内容について「個別地区防災計画例」を示します .....	5
4) 「計画提案」についての手続きを定めます .....	6
5) 「地区防災計画」の案の作成のための支援制度等を設けます .....	6
II 地区防災計画に定める項目・内容等、作成に際しての留意事項.....	6
1 地区防災計画に定める項目・内容等 .....	6
1) 名称 .....	6
2) 地区防災計画の作成趣旨・目的など基本方針.....	6
3) 策定主体の種別、規模、構成員.....	6
4) 地区の特性、地区防災計画が対象とする災害.....	6
5) 「平常時」の取組、「災害時（非常時）」の取組（防災・減災対策） .....	6
6) 避難行動要支援者（災害時要援護者）の支援の取組 .....	6
7) 地図（防災マップ）を同時に作成する（視覚的に地区特性を把握するため） .....	6
8) 計画策定後の研修、訓練の実施の考え方 などを記載します。 .....	6
2 計画作成に際しての留意事項 .....	6
1) 多様な主体の参加により計画を作成します .....	6
2) 「自助」、「共助」の仕組みづくりを基本とします .....	7
3) 次の視点を踏まえた「適切な情報」の収集・発信と「適切な行動」の実践につながる計画とします .....	7
4) 作成スケジュール・計画の決定手続きなどを示します .....	7
5) 専門家（行政職員、防災アドバイザー等）からの意見聴取を行います .....	7
3 その他 .....	7
III 地区防災計画を地域防災計画に定めることを提案（計画提案）する手続き .....	8
1 「計画提案」の手続きフロー .....	8
2 計画提案に必要な書類・資料等 .....	8
1) 提案書 .....	8

2) 地区防災計画（地元案）	9
3) 申請者の資格証明書	9
3 提出期限	9
4 提案者への決定通知	9
IV 地区防災計画の見直し・更新	9
1 計画策定後の取組み	9
2 計画の見直し・更新	9
3 見直した計画を宝塚市地域防災計画に定めることの提案	10
V 地区防災計画の作成・運用に際しての市の支援	10
1 防災学習会等開催支援	10
1) 出前講座	10
2) 宝塚市防災アドバイザー派遣	10
2 地域版防災マップの作成支援	10
3 地区の防災訓練の実施等への支援	10
1) 市職員の派遣	10
2) 防災資機材の貸与、備蓄食糧の供与	10
VI 「具体的事業計画」の作成	10
1 法的根拠（消防団を中核とした地域防災力の充実強化に関する法律）	10
1) 宝塚市による「具体的事業計画」の作成・決定	10
2) 地区居住者等による「具体的事業計画」の内容の提案	10
2 市の取組	11
1) 「具体的事業計画」の作成	11
2) 地区居住者等との連携	11
3 地区居住者等の取組	11
1) 市との連携	11
2) 「具体的事業計画」の決定・変更の提案	11
別添—1：地区防災計画・地域版防災マップの作成行程（例）	12
別添—2：地区防災計画提案書（正）	13
別添—3：地区防災計画提案書（副）	14
別添—4：提案者への決定通知書	15
別添—5：防災用品借用申請書	16
別添—6：防災用品使用事業報告書	17
別添—7：防災備蓄食糧払い出し申請書	17
別添—8：防災備蓄食料払い出し結果報告書	19
別添—9：「具体的事業計画」に定める基本的な事項・内容	20
個別地区防災計画例	22
1 基本方針（地区防災の基本的な考え方）	21
2 計画名称・計画対象地区と策定主体	22
(1) 計画名称	22

(2) 計画対象地区.....	22
(3) 計画策定主体.....	22
3 地区の特性と予想される災害 .....	23
(1) 地区の特性 .....	23
(2) 予想される災害 .....	23
4 活動内容 .....	24
(1) 平常時の取組 .....	24
(2) 災害時の取組 .....	24
(3) 避難行動要支援者（災害時要援護者）等への支援 .....	25
5 地区の防災対策（具体的な対策） .....	26
(1) 防災体制 .....	26
(2) 活動体制 .....	27
(3) 地区の連絡網 .....	28
(4) 防災関連施設 .....	29
(5) 防災資器材等 .....	30
(6) 地域版防災マップ .....	31
(7) 地区防災訓練の実施 .....	32
(8) 資器材、器具等の点検 .....	32
(9) 避難行動要支援者（災害時要援護者）への支援体制の整備 .....	32
<b>（資料編）防災に役立つ情報.....</b>	<b>33</b>
<b>【資料1】チェックリスト.....</b>	<b>34</b>
1 地区の危険な箇所チェックリスト.....	34
2 自主防災活動（共助）チェックリスト.....	35
3 わが家の防災力（自助）チェックリスト.....	36
<b>【資料2】家庭での防災・減災対策.....</b>	<b>37</b>
<b>【資料3】いざというときのアイデア.....</b>	<b>41</b>

## はじめに

平成7年（1995年）1月に発生した阪神淡路大震災において、発災害直後の救助活動の中心は地区住民であり、その後の避難所の運営等被災者の生活支援についても地区住民が大きな役割を担ってきました。

また、平成23年（2011年）3月に発生した東日本大震災では、自治体そのものが甚大な被害を受け、被災者の救済・支援活動を含め、初期段階の行政の災害対策機能は完全に麻痺した状況でした。一方で、「釜石の奇跡」と賛辞された住民等の行動が人命被害を最小限に抑制した事例に象徴されるように、平素の防災教育や訓練・地区の防災リーダーの育成等の住民主体の取組の重要性が改めて認識されることとなりました。

このような、発災時（特に大規模かつ広域）における「公助」の限界と地区コミュニティを主体とした「自助・共助」の重要性を踏まえ、平成25年（2013年）に災害対策基本法（以下「災対法」という。）が改正され、地区コミュニティの計画的・体系的な防災活動に関する「地区防災計画制度」が創設されました。さらには、内閣府において「地区防災計画ガイドライン」が作成されるとともに、同府のHPにおいても同計画作成の取組みを推奨するなど、当該計画が国の防災施策のなかにおいて重要な役割を担うことを明確に示しています。

本市においても、地区コミュニティ活動が活発化する中で、東日本大震災発生時以降住民の間にも一層の防災意識の高まりがみられ、一部の地区においては防災計画・防災マップづくりや防災学習・防災訓練の実施など、地区防災力の向上にむけた取組みが熱心に進められています。

これらを踏まえ、本市全域において、それぞれの地区の特性を踏まえた自主的・自律的な「地区防災計画」の作成を促進することを目的として「（仮）宝塚市地区防災計画作成マニュアル」を平成27年（2015年）3月に定め、平成28年（2016年）7月、平成30年（2018年）1月、令和2年（2020年）11月、令和6年（2024年）4月に一部改正しました。

### I 「宝塚市地区防災計画作成マニュアル」の基本事項

#### 1 法的根拠（災対法）

同法において「地区防災計画」については以下のように規定されています。

この規定では、「地区防災計画」とは「地域防災計画に定める当該地区における防災に関する計画」とされているため、法定計画とする場合は地域防災計画に定める必要があります。なお、本市の地域防災計画に地区防災計画を定めることについては宝塚市防災会議の所掌事項となっています。

#### 1) 同法第42条第3項（地区防災計画の目的、地域防災計画との関係）

- ・市町村地域防災計画に「地区防災計画」を定めることができる。
- ・「地区防災計画」とは「市町村内の一定地区内の居住者及び当該地区に事業

所を有する事業者（以下「地区居住者等」という。）が共同して行う防災訓練、地区居住者等による防災活動に必要な物資及び資材の備蓄、災害が発生した場合における地区居住者等の相互の支援その他当該地区における防災に関する計画」をいう。

## 2) 同法第42条の2（地域防災計画に定めるための提案制度、地区居住者等の責務）

- ・地区居住者等は地域防災計画に「地区防災計画」を定めることを提案（計画提案）できる。
- ・提案する際には「地区防災計画の案」を添えなければならない。
- ・提案を受けた市町村防災会議は地域防災計画に「地区防災計画」を定めるか否かを判断し、必要と判断した場合は定めなければならない。
- ・地域防災計画に「地区防災計画」が定められた場合は、地区居住者等は当該地区防災計画に基づき防災活動を実施するよう努めなければならない。

## 2 本市域における「地区防災計画」の作成の基本方針

### 1) 「地区防災計画」は地区居住者等からの提案を基本とします

- ・災対法の規定では「地区居住者等が提案することができる」とされていますが、「地区防災計画」が『自助』、『共助』を中心とした「地区居住者等の自発的な防災計画」であることに鑑み、地区居住者等において自主的に作成・提案することを基本とします。

### 2) 「地区防災計画」は自治会等の地区コミュニティ活動の実績が認められる範囲を対象とします

- ・「地区防災計画」が対象とする範囲については、災対法に特段の定めはありませんが、当該計画の目的や定める内容等から、平時より地区コミュニティ活動が行われている自治会等の一定のまとまりのある範囲を対象とする必要があります。さらには、平常時の防災訓練や避難所となる小中学校を含む避難訓練の内容なども考慮して、範囲を決定することが望ましいと思われま

### 3) 「地区防災計画」に定めることが望ましい標準的な内容について「個別地区防災計画例」を示します

- ・災対法の規定では、当該地域における防災に関する計画を「地区防災計画」と位置づけていますが、対象地区及び組織の規模やコミュニティの成熟度などによって、計画内容にも差異が生じることが予測されます。このことから、地域防災計画に定める「地区防災計画」として必要と考えられる標準的な項目・内容について記載した「個別地区防災計画例」を示すこととします。

#### 4) 「計画提案」 についての手続きを定めます

- ・ 災対法施行規則第 1 条の規定を踏まえ、「計画提案」に必要な手続きの詳細を定めます。

※ 災対法施行規則第 1 条：地区居住者等による提案

災害対策基本法第四十二条の二第二項の規定により共同して計画提案を行おうとする者は、その全員の氏名及び住所（法人にあっては、その名称及び主たる事務所の所在地）を記載した提案書に次に掲げる図書を添えて、これらを市町村防災会議に提出しなければならない。

- 1 地区防災計画の素案
- 2 計画提案を行うことができる者であることを証する書類

#### 5) 「地区防災計画」の案の作成のための支援制度等を設けます

- ・ 現行の「地域版防災マップ作成補助金制度」及び「宝塚市防災アドバイザー派遣事業」等の利用などによる「地区防災計画」の案の作成支援、計画に基づく地区の防災訓練実施への支援などを行います。

注) この計画の対象の範囲を表す表現に「地域」と「地区」がありますが、法令では「地区」を使用していることから、このマニュアルにおいても固有名称や他の資料等の引用部を除いて「地区」を使用します。

## II 地区防災計画に定める項目・内容等、作成に際しての留意事項

### 1 地区防災計画に定める項目・内容等

- 1) 名称
- 2) 地区防災計画の作成趣旨・目的など基本方針
- 3) 策定主体の種別、規模、構成員
- 4) 地区の特性、地区防災計画が対象とする災害
- 5) 「平常時」の取組、「災害時（非常時）」の取組（防災・減災対策）
- 6) 避難行動要支援者（災害時要援護者）の支援の取組
- 7) 地図（防災マップ）を同時に作成する（視覚的に地区特性を把握するため）
- 8) 計画策定後の研修、訓練の実施の考え方 などを記載します。

### 2 計画作成に際しての留意事項

- 1) 多様な主体の参加により計画を作成します
  - ・ 当該地区に関係する多様な主体や多様な世代の参加の元で計画を作成していきます。

## 2) 「自助」、「共助」の仕組みづくりを基本とします

- ・当該地区居住者等が自ら又は相互に連携・協力して地区の防災力を向上するための仕組みを定めます。

## 3) 次の視点を踏まえた「適切な情報」の収集・発信と「適切な行動」の実践につながる計画とします

### ア 災害を知る

- ・自分が住んでいる地区で起こる災害について前兆や避難の基本方法を知る。

### イ 地区を知る

- ・災害危険箇所や脆弱な施設等を把握し、ハザードマップを作成・熟知、避難行動要支援者（災害時要援護者）対策や避難所の妥当性などを知る。

### ウ 知識を活かす

- ・恒常的な自主防災活動などを通じて、防災・減災対策を日常的に実施することで、災害時に発揮できる知識や技能を修得する。

## 4) 作成スケジュール・計画の決定手続きなどを示します

- ・作成する計画を地区全体で共有するため、必要な作成スケジュールや地区の計画として定める手続きを決定します。
- ・あわせて、宝塚市地域防災計画への「計画提案」についても決定します。

※「地区防災計画・地域版防災マップの作成行程（例）」については別添一参照

## 5) 専門家（行政職員、防災アドバイザー等）からの意見聴取を行います

- ・行政の出前講座や防災アドバイザーの派遣などにより専門的な意見も活用しながら計画を作成します。

## 3 その他

地区防災計画策定に対する学識経験者からの助言骨子

（内閣府の「地区防災計画ガイドライン」から）

（室崎益輝教授：神戸大学名誉教授、地区防災計画学会名誉会長）

- ・阪神淡路大震災と東日本大震災の2つの震災は地域コミュニティの重要性を思い知らせてくれた。地域コミュニティが防災に取り組まなければ自らの命や自らの地域を守ることはできない。
- ・地域防災を具体化するには、第1に、コミュニティ構成員が、その（地区防災力の向上）目標や課題を共有すること、その実践のために連携し協働すること。第2に、その指針となる地区レベルの防災計画をコミュニティ自身が持つこと。そのための課題は「体制の構築、対応の練達、環境の改善、知恵の伝承、人材の育成」、その解決の手段は「地区への密着性、率先性、連帯性、



日常活動の一貫性」にある。

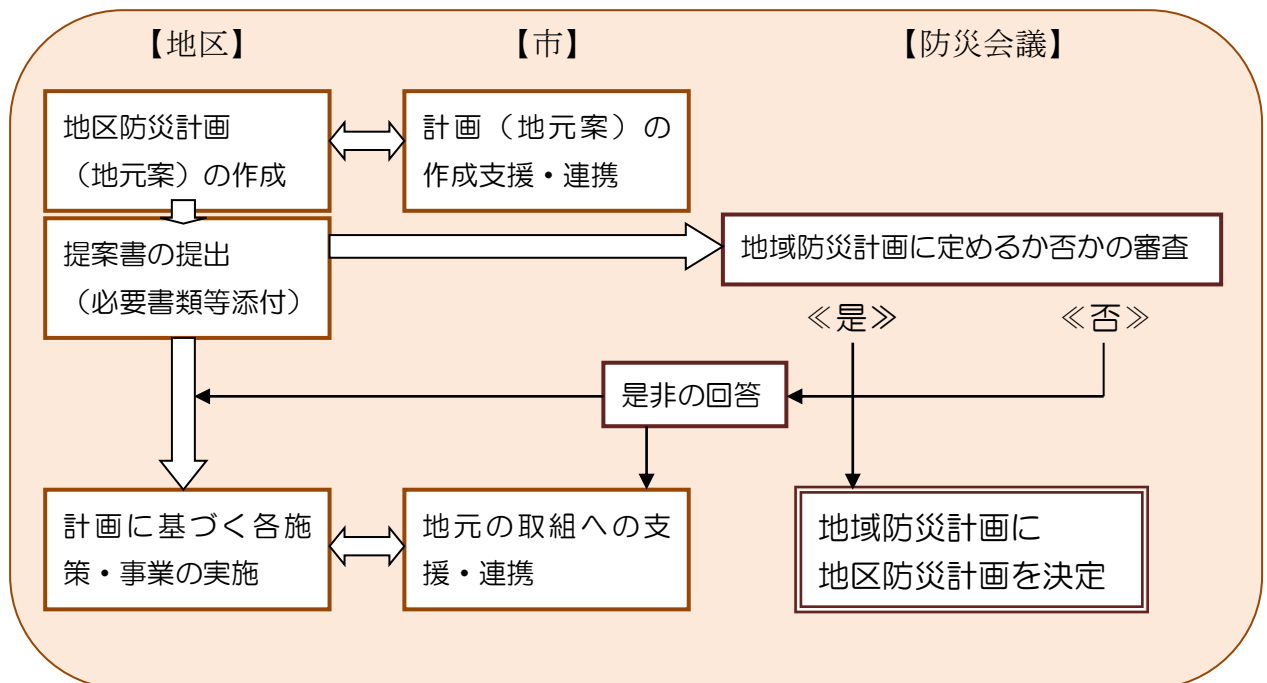
- 自治体レベルの「地域防災計画」とコミュニティレベルの「地区防災計画」が車の両輪のように呼応することで行政、コミュニティ、事業所の協働が可能となる。

(矢守克也教授：京都大学防災研究所教授、地区防災計画学会会長)

- 「地区防災計画」の革新性は、その計画に従って防災・減災活動を進める当事者であり、計画の出来不出来が自らの生命・財産に大きく影響する地区居住者等が、計画を練り上げていく点にある。
- 自分がかかわった計画だからこそ、それを成し遂げようとする意志も強まる。このことから計画の自主性が重要、ただし地区に適切な計画とするために早期段階から専門家（行政関係者、学識経験者等）のアドバイスを求めることが望ましい。
- 計画の策定にあたっては、多様な関係者が事前に、よい意味で、葛藤・対立しておくことも大切。実践的な計画は、摩擦・失敗の中から誕生する。

### Ⅲ 地区防災計画を地域防災計画に定めることを提案（計画提案）する手続き

#### 1 「計画提案」の手続きフロー



#### 2 計画提案に必要な書類・資料等

##### 1) 提案書

○別添—2、3 参照（正・副各 1 通提出）

## 2) 地区防災計画（地元案）

### 3) 申請者の資格証明書

#### ア 宝塚市民の場合

- 申請者全員について住所が記載された本人確認書類（官公署発行の書類）
  - ・申請者が地区防災計画（地元案）の対象地区内の住民であることを確認するため。（住民票または、運転免許証、マイナンバーカード、住民基本台帳カード等の写し）

#### イ 法人の場合

- 法人の登記事項証明書
  - ・申請者が地区防災計画（地元案）の対象地区内に事業所等を有する法人であることを確認するため。

### 3 提出期限

- 毎年11月末までに受理した提案について、翌年度の防災会議に付議します。

### 4 提案者への決定通知

- 防災会議は、提案を受けて同地区防災計画（地元案）を地域防災計画に定めることの是非を決定した場合に、その結果を提案者に別添—4により通知します。

## IV 地区防災計画の見直し・更新

### 1 計画策定後の取組み

宝塚市地域防災計画に「地区防災計画」が定められた場合は、地区居住者等は当該地区防災計画に基づき防災活動を実施するよう努めなければならないこととされており、地区においては、平常時における地区の防災機能の向上、災害時の「自助」、「共助」の充実に向け、防災学習、防災訓練、物品の備蓄などに取り組むこととします。

市は、地元の取組を支援するとともに、情報の提供、物資・資材の供給、避難所機能の拡充、他の機関との連携など、地区防災力向上のための取組みを推進します。

### 2 計画の見直し・更新

1の取組を行っていく中で、必要に応じて適宜計画を見直すこととします。

この見直しにおいて、当初計画と見直した計画に大きな差異を生じた場合（ここでいう計画の見直しには役員の変更などは含みません。）には、3の「見直した計画の宝塚市地域防災計画に定めることの提案」も検討します。

### 3 見直した計画を宝塚市地域防災計画に定めることの提案

計画の見直しにかかる「計画提案」については、Ⅲの「地区防災計画を宝塚市防災計画に定めることを提案（計画提案）する手続き」に準じます。

## V 地区防災計画の作成・運用に際しての市の支援

### 1 防災学習会等開催支援

#### 1) 出前講座

- ・地区の防災学習会等に市職員を派遣します。

#### 2) 宝塚市防災アドバイザー派遣

- ・地区の防災学習会等に、市に登録された防災士等の「防災アドバイザー」を派遣します。

### 2 地域版防災マップの作成支援

- ・地区防災計画の作成過程で、地域版防災マップが必要となった場合の作成を支援するための補助金を交付します。

### 3 地区の防災訓練の実施等への支援

#### 1) 市職員の派遣

- ・地区の防災訓練の実施に市職員を派遣し、訓練の進行等についてアドバイスするとともに、地区と行政との連携についても相互に協力します。

#### 2) 防災資機材の貸与、備蓄食糧の供与

- ・地区の防災訓練の実施に必要な市が保有する防災用品及び備蓄食糧などを貸与及び供与します。
- ・それぞれ貸与・供与については別添—5 及び 7 の申請書により申請を受け、訓練終了後は別添—6 及び 8 の結果報告書により報告していただきます。

## VI 「具体的事業計画」の作成

### 1 法的根拠（消防団を中核とした地域防災力の充実強化に関する法律）

#### 1) 宝塚市による「具体的事業計画」の作成・決定

- ・同法第7条第2項において、「市町村は地区防災計画を定めた地区について、地区居住者等の参加の下、地域防災力を充実強化するための具体的な事業に関する計画（具体的事業計画）を定めること。」とされています。

#### 2) 地区居住者等による「具体的事業計画」の内容の提案

- ・同法第7条第3項において、「地区居住者等は具体的事業計画の内容の決定又は変更をすることを提案することができる。」とされています。

## 2 市の取組

### 1) 「具体的事業計画」の作成

- ・地域防災計画に地区防災計画が定められた場合に、市は、別添一9 に基づく事項を基本として「具体的事業計画」を定めます。

### 2) 地区居住者等との連携

- ・市は、「具体的事業計画」を定めるに際して、当該計画の作成初期段階から地区居住者等に参加を求めます。

## 3 地区居住者等の取組

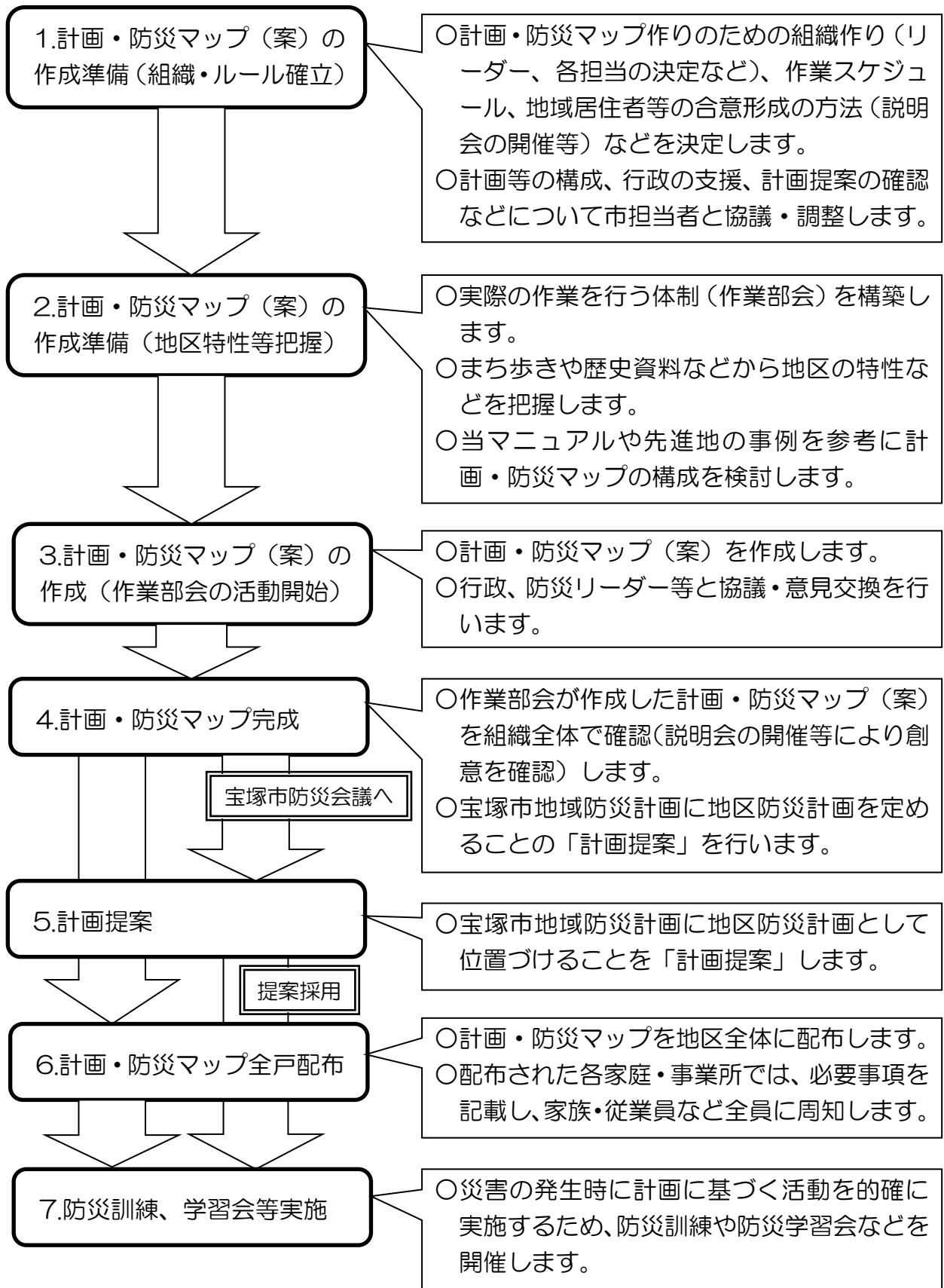
### 1) 市との連携

- ・地区居住者等は、市の要請に応じ代表者が参加するとともに、「具体的事業計画」に定める事項をはじめ、地区防災計画に基づく地域防災力の向上に必要な事業等について積極的に意見等を提示し、当該計画の成案に協力することとします。

### 2) 「具体的事業計画」の決定・変更の提案

- ・状況に応じて、地区居住者等から市に対して「具体的事業計画」の決定・変更を提案することとし、この提案の方法は、「Ⅲ 地区防災計画を地域防災計画に定めることを提案（計画提案）する手続き」に準じることとします。

別添—1：地区防災計画・地域版防災マップの作成行程（例）



別添—2：地区防災計画提案書（正）

（正）

令和 年（20・・年） 月 日

宝塚市防災会議会長 あて

提案者代表者

## 地 区 防 災 計 画 提 案 書

みだしのことにつきまして、災害対策基本法第四十二条の二第二項の規定にもとづき、宝塚市地域防災計画に下記の地区防災計画を定めることについて、必要書類を添えて提案いたします。

### 記

1 計画名称 「 地区防災計画」

2 提案者

氏名・法人名	住所・所在地	連絡先（電話番号等）
提案者代表者		

3 添付書類

ア 「 地区防災計画（住民案）」

イ 「 地区防災計画（住民案・概要版）」

ウ 資格証明資料

（ア）住民票（提案者が個人の場合）

（イ）登記事項証明書（提案者が法人の場合）

別添—3：地区防災計画提案書（副）

（副）

令和 年（20・・年） 月 日

宝塚市防災会議会長 あて

提案者代表者

## 地 区 防 災 計 画 提 案 書

みだしのことにつきまして、災害対策基本法第四十二条の二第二項の規定にもとづき、宝塚市地域防災計画に下記の地区防災計画を定めることについて、必要書類を添えて提案いたします。

### 記

1 計画名称 「 地区防災計画」

2 提案者

氏名・法人名	住所・所在地	連絡先（電話番号等）
提案者代表者		

3 添付書類

- ア 「 地区防災計画（住民案）」
- イ 「 地区防災計画（住民案・概要版）」
- ウ 資格証明資料
  - （ア）住民票（提案者が個人の場合）
  - （イ）登記事項証明書（提案者が法人の場合）

受 付 印

別添—4：提案者への決定通知書

令和〇〇年（20・・年）〇〇月〇〇日

提案者代表者 〇〇〇〇様

宝塚市防災会議会長

提案のあった地区防災計画の取扱いについて（通知）

（1）地域防災計画に地区防災計画（地元案）を定めることを決定した場合

貴職より、令和〇〇年（20・・年）〇〇月〇〇日付けで提案のあった「〇〇〇〇地区防災計画」については、下記のとおり宝塚市地域防災計画に**定めること**としたので、通知します。

記

- 1 決定日 令和〇〇年（20・・年）〇〇月〇〇日  
（令和〇〇年度宝塚市防災会議開催日）

（2）地域防災計画に地区防災計画（地元案）を定めないことを決定した場合

貴職より、平成〇〇年（20・・年）〇〇月〇〇日付けで提案のあった「〇〇〇〇地区防災計画」については、下記のとおり宝塚市地域防災計画に**定めないこと**としたので、災害対策基本法第四十二条の二第四項の規定に基づき通知します。

記

- 1 決定日 令和〇〇年（20・・年）〇〇月〇〇日  
（令和〇〇年度宝塚市防災会議開催日）
- 2 理由 〇〇〇・・・・・・・・

担当部署：宝塚市 都市安全部 総合防災課 電話番号：0797-77-2078
--



別添—5：防災用品借用申請書

防災用品借用申請書

年 月 日

(あて先) 宝塚市長

団 体 名  
代 表 者 名  
住 所 宝塚市  
電 話

下記、防災用品の借用を申請致します。

記

1. 防災用品名

※大釜の使用時には、消火器を用意してください。用意できない場合は、大釜の借用申請時に、消火器も併せて借用申請してください。また、市内防災倉庫から使用場所への搬入・搬出に協力いただくことをご了承ください。

2. 借用希望期間

3. 使用目的等

①日時・場所

②主催団体名（同上の場合は記入不要）

③事業名・内容

4. 使用責任者（同上の場合は記入不要）

氏 名  
住 所  
電 話

※事業終了後、速やかに事業結果を報告してください。  
※大釜は洗浄し、乾かした上で返却してください。

## 防災用品使用事業報告書

年 月 日

(あて先) 宝塚市長

団 体 名  
代 表 者 名  
住 所 宝塚市  
電 話

年 月 日付けで借用の許可を受けました防災用品について、  
下記のとおり使用しましたので報告いたします。

記

1. 防災用品名

2. 借用期間

3. 報告事項等

①日時・場所

②主催団体名（同上の場合は記入不要）

③事業名・内容（参加人数等も記載）

④使用責任者氏名（同上の場合は記入不要）

別添一7：防災備蓄食糧払い出し申請書

防災備蓄食糧払い出し申請書

年 月 日

(あて先) 宝塚市長

団 体 名  
代 表 者 名  
住 所  
電 話

下記の防災備蓄食糧の払い出しをお願いします。

なお、備蓄食糧の使用にあたっては、賞味期限が近付いた食糧であることに留意して訓練等に活用します。また、訓練参加者に市から払い出した物資であることの周知に努めます。

記

1. 食糧名・数量

2. 使用目的等

①日時・場所

②主催団体名（同上の場合は記入不要）

③事業名・内容

3. 使用責任者（同上の場合は記入不要）

氏 名  
住 所  
電 話

※事業終了後、速やかに事業結果を報告してください。

別添一8：防災備蓄食料払い出し結果報告書

防災備蓄食糧払い出し結果報告書

年 月 日

(あて先) 宝塚市長

団 体 名  
代 表 者 名  
住 所  
電 話

年 月 日付けで払い出しの許可を受けました防災備蓄食糧について、下記のとおり使用しましたので報告いたします。

記

1. 食糧名・数量

2. 報告事項等

①日時・場所

②主催団体名（同上の場合は記入不要）

③事業名・内容（参加人数等も記載）

④使用責任者氏名（同上の場合は記入不要）

別添—9：「具体的事業計画」に定める基本的な事項・内容

事項	内容
地区における防災体制の強化に関する事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・防災に関する指導者の確保・養成及び資質の向上について (地域の防災リーダー育成に必要な研修・講習会・訓練等の実施など)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区居住者等が共同して行う防災訓練について (訓練に必要な場所、物資及び資機材・指導者の確保、訓練の実施や支援等に関する事項など)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区居住者等による防災活動に必要な物資及び資機材の備蓄について (備蓄倉庫の整備やその支援、物資及び資機材の提供や整備に対する支援、場所の確保等に関する事項など)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・災害が発生した場合における地区居住者等の相互の支援について (地区内の多様な主体間の協力体制構築のための支援等に関する事項など)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校教育及び社会教育における防災に関する学習の振興について (学校と消防団・自主防災組織等が連携した防災学習会や防災訓練の実施等に関する事項など)</li> </ul>
消防団・自主防災組織等の強化に関する事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・消防団や自主防災組織及び女性防火クラブ等の活動拠点の機能を有する地区の防災拠点施設の整備・充実について</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区の特性を踏まえた消防団や自主防災組織等の活動に必要な資機材の整備や訓練等について</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・消防団、自主防災組織及び女性防火クラブ等に対する教育訓練を受ける機会の充実や教育訓練に関する情報の提供について (講習会の開催や訓練の実施、教材や教育内容に関する情報の提供など)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・消防団が自主防災組織及び女性防火クラブ等の教育訓練において指導的役割を担うための必要な措置について (講習会の開催や訓練の実施、教材や教育内容に関する情報の提供など)</li> </ul>



## 宝塚市〇〇地区防災計画

令和〇〇年（20〇〇年）〇〇月

〇〇地区自主防災会

〇〇地区自治会

〇〇地区コミュニティ

## 目 次

1	基本方針（地区防災の基本的な考え方）	21
2	計画名称・計画対象地区と策定主体	22
	（1）計画名称	22
	（2）計画対象地区	22
	（3）計画策定主体	22
3	地区の特性と予想される災害	23
	（1）地区の特性	23
	（2）予想される災害	23
4	活動内容	24
	（1）平常時の取組	24
	（2）災害時の取組	24
	（3）避難行動要支援者（災害時要援護者）等への支援	25
5	地区の防災対策（具体的な対策）	26
	（1）防災体制	26
	（2）活動体制	27
	（3）地区の連絡網	28
	（4）防災関連施設	29
	（5）防災資器材等	30
	（6）地域版防災マップ	31
	（7）地区防災訓練の実施	32
	（8）資器材、器具等の点検	32
	（9）避難行動要支援者（災害時要援護者）への支援体制の整備	32
	<b>（資料編）防災に役立つ情報</b>	<b>33</b>
	【資料 1】チェックリスト	34
	1 地区の危険な箇所チェックリスト	34
	2 自主防災活動（共助）チェックリスト	35
	3 わが家の防災力（自助）チェックリスト	36
	【資料 2】家庭での防災・減災対策	37
	【資料 3】いざというときのアイデア	41



# 1 基本方針（地区防災の基本的な考え方）

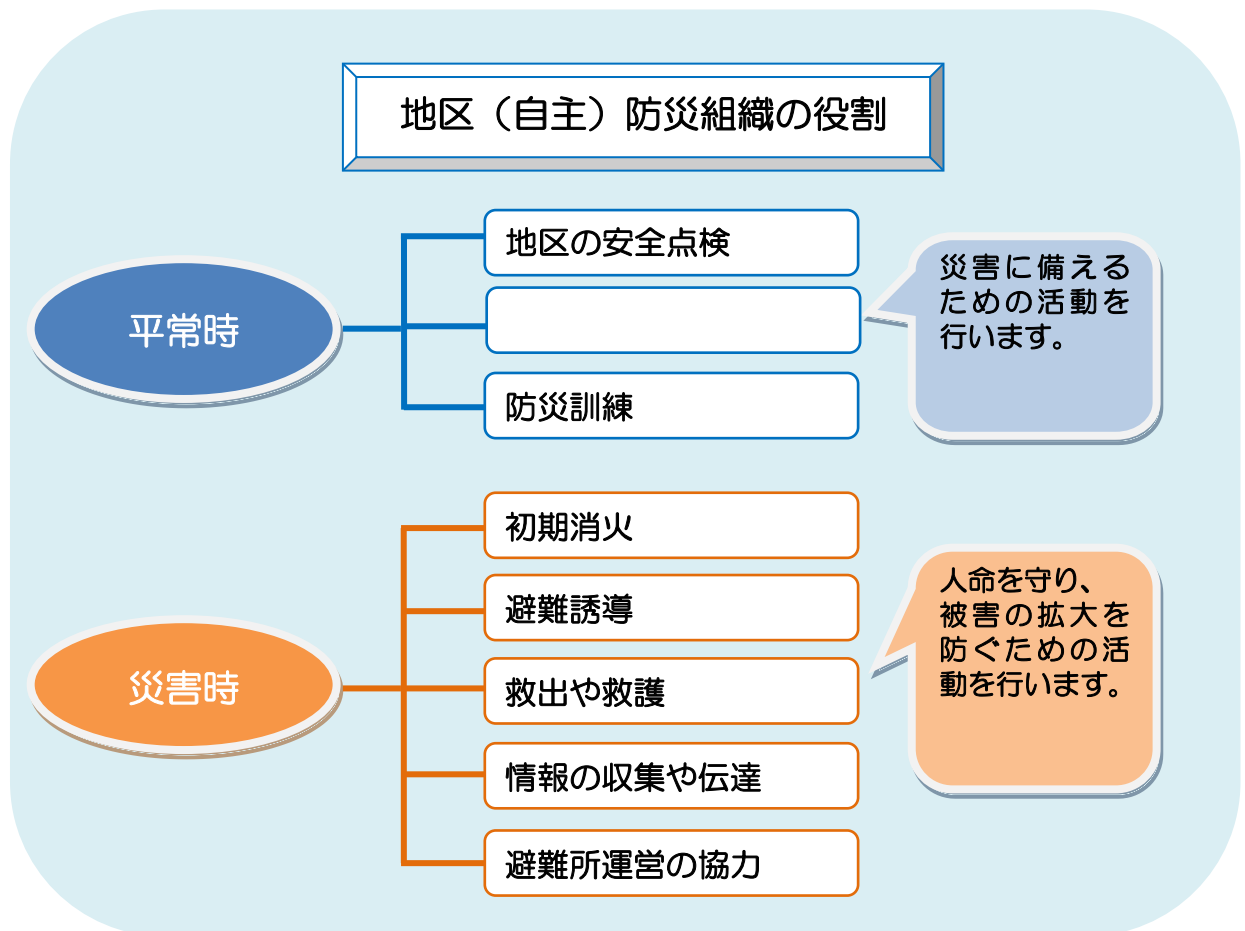
災害が発生した直後は、交通網の寸断・火災の同時多発などにより消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき、力を発揮するのが「地区ぐるみの協力体制」です。

実際に、阪神淡路大震災のときには、地区住民が自発的に救出・救助活動を行い、多くの人命を救うとともに、その後の復興にも大きな力を発揮しました。

また、東日本大震災のときのように避難所生活が長引く場合にも、地区住民が助け合って、さまざまな困難を乗り越えなければなりません。

私たちの地区では、「自分たちの地区は自分たちで守る」という心構えで、地区のみみんなで助け合いながら、災害に強いまちづくりを進めます。

この取組を計画的に推進するため、地区住民を主体とした防災組織を構築しこの行動の規範としての「宝塚市〇〇地区防災計画」を定め、平常時から備えの充実を図るとともに、災害時における「自助」、「共助」を着実に実行するため、この計画に基づく施策・事業などに取り組み、地区防災力を高めていきます。



## 2 計画名称・計画対象地区と策定主体

### (1) 計画名称

宝塚市〇〇地区防災計画

### (2) 計画対象地区

「〇〇地区防災計画」は次表の地区を対象として定めます。

〇〇町	1丁目	〇〇番地
〇〇町	2丁目	〇〇番地

※対象地区は別添図（防災マップ）参照。

### (3) 計画策定主体

「〇〇地区防災計画」は次表の団体により組織する「〇〇地区防災委員会」が主体となって定めます。

団体名称	所在	住民等数
〇〇自治会	宝塚市・・・	
〇〇自治会	宝塚市・・・	
〇〇管理組合	宝塚市・・・	
〇〇自主防災会	宝塚市・・・	
〇〇商店会	宝塚市・・・	
〇〇農会	宝塚市・・・	
〇〇株式会社	宝塚市・・・	

### 3 地区の特性と予想される災害

#### (1) 地区の特性

〔記載内容〕「(資料編) 防災に役立つ情報」P.31【資料1】「1 地区の危険な場所チェックリスト」や災害ハザードマップなどから、地区の地形的な特徴や地区で災害が発生しそうな場所など、災害に関する情報をここに記載する。

(例)

- 高低差の少ない平地に家屋等が多い地区である。
- 山麓部の住宅地で斜面地が多い地区である。
- 大規模に開発されたニュータウンである。
- 埋め立てによって形成された地区である。
- 砂防指定地に指定された場所がある。(〇〇地区)
- 土砂災害警戒危険区域に指定された場所がある。(〇〇地区)
- 危険ため池に指定された〇〇池がある。(〇〇地区)
- 〇〇川が過去に大雨で氾濫したことがある。
- 集中豪雨などで周辺地区が浸水したことがある。
- 町内には〇〇断層が存在する。

#### (2) 予想される災害

〔記載内容〕地区の特性に合わせて、想定される災害(被害の状況)をここに記載する。

(例)

- 集中豪雨(ゲリラ豪雨)や台風により次の被害が想定される。
  - 〇〇川の氾濫や堤防の決壊、〇〇橋の損壊
  - 〇〇地区周辺で家屋への浸水
  - 〇〇地区でがけ崩れ
- 地震・津波による被害
  - 家屋の倒壊や火災
  - 〇〇地区でがけ崩れ
  - 〇〇川の堤防の決壊、〇〇橋の損壊
  - 液状化
- 暴風(竜巻など)による被害
  - 家屋や電柱の倒壊

## 4 活動内容

### (1) 平常時の取組

いざというときに地区の力が発揮できるよう、地区のみんなで協力して防災活動に取り組みます。

#### ア 防災知識の普及・啓発

防災対策では、地区住民の一人ひとりが防災に関心を持ち、準備することが重要です。地区住民への防災知識の普及や啓発活動を行います。

#### イ 地区の安全点検

防災の基本は、自分たちの住むまちを知ることです。地区の危険な場所や防災上問題のある場所などを確認し、改善のための働きかけなどを行います。

#### ウ 防災資器材の整備

防災資器材は、災害発生時に活躍します。地区で防災資器材を整備し、日頃の点検や使い方を確認します。

#### エ 防災訓練

防災訓練は、いざというとき、あわてず、的確に対応するための欠かせない活動です。地区住民に積極的な参加を呼びかけて、訓練を行います。

### (2) 災害時の取組

災害時は、負傷者の発生や火災など様々な事態が発生する可能性があります。公共機関とも連携しながら、みんなで力を合わせて被害の軽減に向けて活動します。

#### ア 情報の収集・伝達

公共機関などから正しい情報を収集し、地区住民に伝達します。また、地区の被災状況や火災発生状況などを取りまとめ、防災機関へ報告します。

#### イ 救出・救助活動

自分自身がケガをしないよう注意しながら、みんなで協力して負傷者や家屋の下敷きになった人の救出・救助活動を行います。

#### ウ 初期消火活動

消防車が到着するまでの間、火災の延焼拡大を防ぐための初期消火活動を行

います。

#### エ 医療救護活動

医師の手当てが受けられるまでの間、負傷者の応急手当をして、救護所へ搬送します。

#### オ 避難誘導

地区住民を安全な避難場所などへ誘導します。

#### カ 給食・給水活動

地区で必要な物資を把握し、公共機関とも連携しながら、必要に応じて炊き出しなどの給食・給水活動を行います。

### (3) 避難行動要支援者（災害時要援護者）等への支援

災害時に大きな被害を受けやすいのは、高齢者や障害者、子どもなど、人の助けを必要とする人（避難行動要支援者（災害時要援護者））です。こうした避難行動要支援者（災害時要援護者）を災害から守るため、みんなで協力しながら支援を行っていきます。この取組を着実に進めるため、「宝塚市災害時要援護者避難行動支援マニュアル」に基づき、個別避難計画等を定めることが重要です。

ア 避難行動要支援者（災害時要援護者）の身になって、防災環境の点検・改善を行う。

目や耳の不自由な人にも、警報や避難情報がきちんと伝えられるか、避難経路等に障害物や危険な場所はないかななどを点検し、改善に努めます。

イ 避難するときは、しっかり誘導する。

隣近所の助け合いが重要です。一人の避難行動要支援者（災害時要援護者）に複数の避難支援者を決めておきます。

ウ 困ったときこそ温かい気持ちで接する。

非常時こそ、不安な状況に置かれている人にやさしく接する必要があります。困っている人や避難行動要支援者（災害時要援護者）には、思いやりの心を持って接します。

エ 日頃から積極的にコミュニケーションを図る。

いざというときに円滑に支援ができるよう、日頃から積極的に避難行動要支援者（災害時要援護者）とのコミュニケーションを図ります。

## 5 地区の防災対策（具体的な対策）

### （1）防災体制

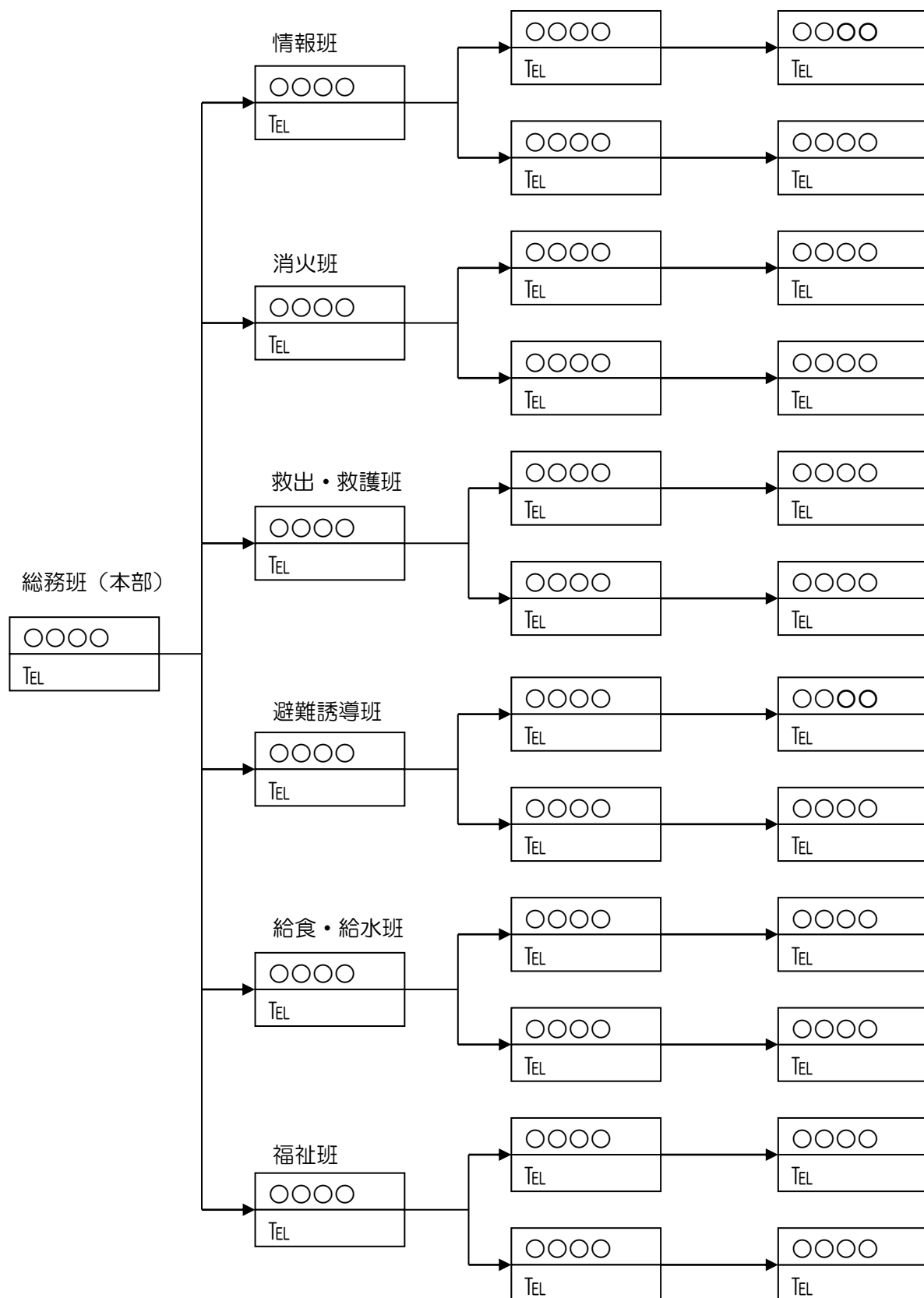
組織名称等	地区の状況		
〇〇地区	世帯数： 人 口：	事業所数： 従業員数：	
1 〇〇地区防災委員会 の体制	役員		電話番号
	会長		TEL
	副会長		TEL
	〇〇〇部長		TEL
	〇〇〇部長		TEL
	〇〇〇部長		TEL
	〇〇〇部長		TEL
2 避難場所等	施設名	電話番号	管理者
① 一時避難場所 （地区指定）	〇〇〇集会所、会館	TEL	TEL
② 一時避難場所 （市指定）	〇〇〇小学校	TEL	TEL
	〇〇〇中学校	TEL	TEL
	〇〇〇	TEL	TEL
③避難経路	P.26「(6) 地域版防災マップ」のとおり		
④避難所	〇〇〇小学校	TEL	TEL
	〇〇〇中学校	TEL	TEL
3 緊急時の連絡先	連絡先		電話番号
	宝塚市役所		TEL71-1141
	〇〇支所、サービスセンター		TEL
	〇〇〇消防署		TEL
	市立病院		TEL87-1161
	〇〇〇警察署（交番）		TEL
	〇〇〇病院		TEL
	上下水道局		TEL73-3681
	関西電力（阪神営業所）		TEL0800-777-8043
	大阪ガス（兵庫導管部）		TEL0120-7-19424
	NTT西日本		TEL116
	災害用伝言ダイヤル（録音時）		TEL171-1-.....
災害用伝言ダイヤル（再生時）		TEL171-2-.....	
4 その他特記事項			

## (2) 活動体制

班編成（例）

班名	担当者 (団体名)	平常時の役割	災害時の役割
総務班 (本部)	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	全体調整 関係機関との事前調整	全体調整 関係機関との調整 被害・避難状況の全体把握
情報班	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	啓発・広報	公共機関等からの情報収集・伝達
消火班	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	器具の整備・点検	消火器・バケツリレーなどによる初期消火
救出・救護班	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	資機材・器具の整備・点検	負傷者の救出・応急手当・救護所への搬送
避難誘導班	〇〇〇〇 (〇〇管理会)	避難経路の点検	住民の避難誘導
給食・給水班	〇〇〇〇 (〇〇事業所)	器具の整備・点検	炊き出し等の給食・給水活動
福祉班	〇〇〇〇 (〇〇事業所)	避難行動要支援者(災害時 要援護者)の支援体制の整備	避難行動要支援者(災害時 要援護者)への支援

### (3) 地区の連絡網





## (4) 防災関連施設

### ア 医療機関

種別	名称	住所	連絡先
救急指定医療機関	宝塚市民病院		
//	〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇
その他の医療機関	〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇
//	〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇
//	〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇

### イ 避難行動要支援者（災害時要援護者）施設

名称	住所	連絡先	備考
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	

### ウ その他の施設

名称	住所	連絡先	備考
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	
〇〇〇〇	〇〇町〇-〇-〇	〇〇〇-〇〇〇〇	

## (5) 防災資器材等

### ア 自治会（自主防災会）が保有する防災資器材

名称	物資名	数量	備考
〇〇倉庫 (住所) 〇〇町〇-〇-〇	ヘルメット	〇	
	メガホン	〇	
	リヤカー	〇	
	投光器	〇	
	発電機	〇	

#### (参考) 資機材の例 (目的別)

目的	資機材
①情報報収集・伝達	トランジスターメガホン、携帯用ラジオ、腕章、住宅地図、模造紙、メモ帳、油性マジック 等
②初期消火	小型動力ポンプ、発電機、消防用ホース、消火器、ヘルメット、水バケツ 等
③水防	救命ボート、ブルーシート、シャベル、ツルハシ、スコップ、ロープ、かけや、くい、土のう袋（トレリット）、ゴム手袋 等
④救出	バール、はしご、のこぎり、スコップ、なた、ジャッキ、ハンマー、ロープ、チェーンソー、小型ウィンチ、防煙・防塵マスク 等
⑤救護	担架、救急箱、テント、毛布、シート、簡易ベッド 等
⑥避難所営協力	リヤカー、発電機、警報器具、投光器、標識板、標識、強カライト、寝袋 等
⑦給食・給水	炊飯装置、鍋、コンロ、ガスボンベ、給水タンク 等
⑧訓練・啓発	模擬消火訓練装置、放送機器、119番 訓練用装置、組み立て式水槽、煙霧機、視聴覚機器(ビデオ・映写機等)、住宅用訓練火災警報器等
⑨その他	簡易機材倉庫、ビニールシート、携帯電話機用充電器 等

※「(資料編) 防災に役立つ情報」P.31【資料1】「2 自主防災活動(共助)チェックリスト」を利用して、地区の防災力を点検しましょう。

## (6) 地域版防災マップ

市の「防災マップ」などを参考に地区で作成してください。

(記載する情報の例)

- ・避難場所（一時避難場所も含む）
- ・避難行動要支援者（災害時要援護者）世帯
- ・避難経路
- ・消防署、警察署
- ・防災器具庫（消火栓、防火水槽）
- ・危険な場所（狭い道、河川、崖地など）
- ・土砂災害に関する指定地区・近くにある断層など

※地区で防災ワークショップを行い、地区の特性を知るとともにみんなで情報を共有しましょう。

### 〈マップのイメージ図〉



## (7) 地区防災訓練の実施

災害発生時に、地区住民が「地区防災計画」に沿って適切な行動ができるよう、市や消防局等とも連携しながら、次の訓練を中心とした地区防災訓練を毎年度実施します。

- ア 避難訓練（避難行動要支援者（災害時要援護者）の支援を含む）
- イ 情報収集・伝達訓練
- ウ 応急訓練
- エ 給食・給水訓練
- オ 啓発活動

訓練の実施後は、訓練結果を検証し次回訓練に反映するなど、定期的に活動内容を見直し、必要があれば「地区防災計画」の見直しを行います。

## (8) 資器材、器具等の点検

活動体制の各班を中心に、資器材、器具等の点検を定期的実施します。

班名	担当者 (団体名等)	内容	時期
消火班	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	消火用器具の点検（整備）	地区防災訓練前
救出・救護班	〇〇〇〇 (〇〇自治会)	防災資機材・救出用器具の点検（整備）	地区防災訓練前
避難誘導班	〇〇〇〇 (〇〇管理会)	避難経路の点検（整備）	毎年度〇月
給食・給水班	〇〇〇〇 (〇〇事業所)	給食・給水器具の点検(整備)	地区防災訓練前

## (9) 避難行動要支援者（災害時要援護者）への支援体制の整備

活動体制の福祉班を中心に、避難行動要支援者（災害時要援護者）の支援体制を整備します。

班名	担当者 (団体名等)	内容	時期（目標）
福祉班	〇〇〇〇 (〇〇事業所)	支援体制・方法の検討・整理	〇〇〇〇年度まで
		対象者の把握（市から提供）	〇〇〇〇年度まで
		個別計画の作成完了	〇〇〇〇年度まで
		定期的な個別計画の見直し	毎年度

## (資料編) 防災に役立つ情報

### 【資料 1】 チェックリスト

- 1 地区の危険な場所チェックリスト
- 2 自主防災活動（共助）チェックリスト
- 3 わが家の防災力（自助）チェックリスト

### 【資料 2】 家庭での防災・減災対策

### 【資料 3】 いざというときのアイデア

## 【資料 1】 チェックリスト

### 1 地区の危険な箇所チェックリスト

次の項目にチェックしながら、「地区の危険な箇所」や「地区で起こりそうな災害」を確認しましょう。また、その結果をもとに地区避難計画を作成して、地区で情報を共有しましょう。（地区によっては関係のない項目がありますが、防災対策の参考としてください。）

項目	チェック欄
がけ崩れの危険性がある場所はないか	
がけ崩れなどが起こった場合に土砂が広がると考えられるのはどの範囲か	
河川等がどこにあるか	
河川堤防、水門の場所はどこか、状況は（老朽化・脆弱性等）	
海拔が著しく低い場所はあるか	
過去に災害が発生した場所があるか	
河川の河床より低い場所（天井川）はあるか	
決壊しそうな（したことがある）河川はあるか	
洪水で浸水が考えられるのはどの範囲か	
ため池の護岸の場所はどこか、状況はどうか（老朽化・脆弱性等）	
埋立地や湿地、沼地はないか	
土地が陥没しそうなところはないか	
大雨が降った場合に、浸水しそうな（浸水したことがある）場所はどこか	
地震で倒壊の可能性のあるブロック塀や電柱、街灯、大木などはないか	
地震で落下しそうな看板などはないか	
高層建築物などのガラスが割れて、飛散しそうな場所はないか	
地震で高架道路等から通行車両が転落しそうな場所はないか	
マンホールや貯水槽のフタは大丈夫か（人が落下しそうな場所はないか）	
危険物や化学薬品等を扱っている事業所はないか	

## 2 自主防災活動（共助）チェックリスト

災害に備えて、次の項目を一つずつ点検してみましょう

項目		チェック欄
基本活動	災害発生時に自主防災組織が機能する体制ができているか	
	住民が積極的に防災活動に参加しているか	
	地区住民に正確で分かりやすい防災情報の提供ができているか	
	女性や高齢者、障害のある人の意見が地区防災活動に反映できているか	
	定期的に防災訓練を実施しているか	
	防災訓練の際に消防局など専門的な人の意見も参考にしているか	
	過去の訓練を検証し、適宜、見直しや新たな訓練の導入を心がけているか	
自主防本部	災害時に自主防本部を、いつ誰がどこに設置するか決められているか	
	自主防本部や各班の行動マニュアル（行動の取り決め）はできているか	
	自主防本部での情報通信体制は確保されているか	
	災害時に地区の情報を収集（本部へ報告）する方法は決められているか	
	各種防災関係書類（組織台帳、防災資器材台帳、避難行動要支援者（災害時要援護者）台帳）は作成されているか	
避難体制	過去の災害実績や土地利用などを踏まえた防災マップが作られているか	
	地区住民の具体的な避難計画（避難場所・避難経路等）はできているか	
	地区で避難する際のリーダーや声かけのルールが決められているか	
防災倉庫・資器材等	自主防本部で必要な防災用品が準備・保管されているか	
	常時使用できる管理体制になっているか（複数人で鍵を管理するなど）	
	定期的な点検がされているか	
	食料・飲料水は、適宜更新されているか	
初期消火	地区住民（役員等）は、地区の消防水利を把握しているか	
	地区住民（役員等）は、消火栓の使用方法を理解しているか	
	バケツリレーなど、地区の消火方法が周知されているか	
救出救護	建物倒壊時の負傷者救出のための道具は用意されているか	
	負傷者を救護所まで搬送する方法は決められているか	

### 3 わが家の防災力（自助）チェックリスト

災害に備えて、次の項目を一つずつ点検してみましょう

項目		チェック欄
全般	防災について、家族で話し合いをしているか	
	避難場所までの避難経路を決めているか	
	家族が離れ離れになったときの連絡方法を決めているか	
	非常持ち出し品を準備しているか	
	地区で発生しそうな災害を把握しているか。	
	家の中の避難通路を確保しているか（物を置いていないか）	
	避難に関する情報の入手方法を把握しているか	
	隣近所とコミュニケーションをとっているか	
	自主防災組織の活動に参加しているか	
地震	自宅の耐震化診断や耐震化の対応はできているか	
	家具の転倒防止策を行っているか	
	寝室や子ども部屋に転倒しやすい家具等を置いていないか	
	緊急地震速報がでた場合の対応を理解しているか	
	地震が発生した場合の行動を理解しているか	
	地震ハザードマップ・津波ハザードマップを理解しているか	
風水害	側溝や排水溝を掃除しているか	
	雨どいに落ち葉や土が詰まっていないか	
	がけの近くを寝室にしていないか	
	気象情報を日頃から注意しているか	
	土砂災害の前兆現象を知っているか	
	洪水ハザードマップを理解しているか	
火災	住宅用火災警報器を設置しているか	
	防災品や耐震機能付きの家電を使っているか	
	ブレーカーの場所や操作方法を知っているか	
	消火器を設置し、使い方を知っているか	
	119番通報の要領がわかっているか	
	電気コンセントを定期的に掃除しているか	



## 【資料 2】 家庭での防災・減災対策

地区で災害に強いまちづくりを進めるためには、まずは家庭で日頃からの準備をきちんと行っておく必要があります。

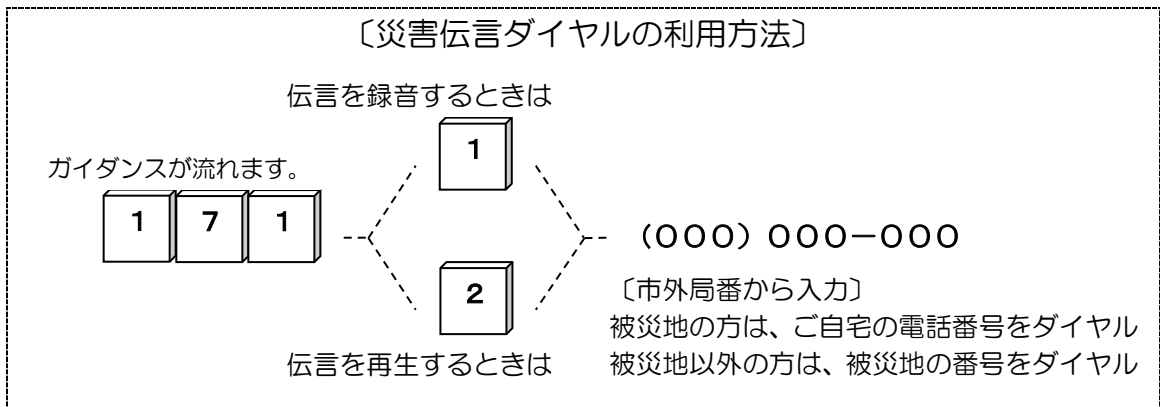
### 1 避難経路の確認

自宅や勤務先などから安全に避難できる避難場所や避難経路などを確認しておきます。地区で発生しそうな災害は何か、災害によりどんな被害を受けるのかなどを想像しながら、状況に応じて安全に避難できるよう複数の避難経路を確認します。

### 2 家族や友人との連絡方法の確認

災害が発生したとき、家族や友人の安否が確認できるよう、家庭で連絡方法を話し合っておきます。

(1) 災害伝言ダイヤル「171」を利用する。



(2) 携帯電話の「災害用伝言板」を利用する。

震度6以上の地震など大きな災害が発生したとき、携帯電話上に「災害用伝言板」が設けられます。

伝言の録音	伝言の確認
①トップ画面の「災害用伝言板」を選択	①トップ画面の「災害用伝言板」を選択
②「災害用伝言板」の画面から「登録」を選択	②「災害用伝言板」の画面から「確認」を選択
③伝えたい項目を選択（書き込みもできる）	③相手の携帯電話番号を入れる。
④その画面で「登録」を選択	④その画面で「検索」を選択
⑤伝言の登録完了	⑤伝言の検索結果が表示される。

### 3 非常持ち出し品の準備

家族構成に合わせて、非常持ち出し品を必要な量だけ用意し、すぐに持ち出せる場所に保管しておきます。

#### 非常持ち出し品チェックリスト

品名	チェック欄	品名	チェック欄
食料（目標：7日分）		救急医療品（キズ薬、ばんそう	
飲料水（目安：大人1人に3ℓ）		こう、かぜ薬、胃腸薬など）	
携帯ラジオ（予備の電池）		常備薬	
懐中電灯（予備の電池・電球）		貴重品（預貯金通帳、印鑑など）	
ろうそく		現金	
ヘルメット（防災ずきん）		健康保険証のコピー	
ライター（マッチ）		住民票のコピー	
ナイフ、缶切り、栓抜き			
ティッシュ			
タオル			
ビニール袋			
上着			
下着			
軍手			

### 4 家の中や周りの点検・補強

#### （1）家の中の点検

- ・タンス、食器棚、冷蔵庫、テレビなどの家具の配置場所を見直す。または、転倒防止器具などで固定する。
- ・食器棚に扉開放防止の器具を取り付ける。
- ・ガラスに飛散防止フィルムを貼る。

#### （2）家の周囲の点検

- ・アンテナの補強
- ・プロパンガスやクーラー室外機等の固定
- ・非常用通路の確保（玄関周りなど避難経路に物を置かない。）

#### （3）自宅の耐震化チェック

- ・耐震化診断を受ける。
- ・耐震化補強を行う。

（木造住宅の耐震診断・改修の補助については、宝塚市建築指導課へ相談）

## 5 情報の収集

- 地震発生後、気象庁から発表される情報などに注意する。
- 宝塚市から避難指示等が発令された場合、速やかに指示に従って適切に行動する。
- 自らもテレビ、ラジオなどを利用して情報収集を行い、避難が必要と判断した場合は、自主的に避難する。

避難指示等の発令や伝達は、次の方法で行われます。

- 宝塚市広報車や消防車両などによる広報
- 宝塚市安心メール配信サービスによる緊急メール配信
- 携帯電話事業者によるエリアメール
- エフエム宝塚からの緊急放送

### 〔情報の入手先〕

- 兵庫県防災（気象）情報 <https://web.bosai.pref.hyogo.lg.jp/>  
（兵庫県全域の防災情報）
- 宝塚市HP <https://www.city.takarazuka.hyogo.jp/>  
（防災のページ）
- 気象庁HP <https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

### （参考）宝塚市安心メール配信サービスの登録方法

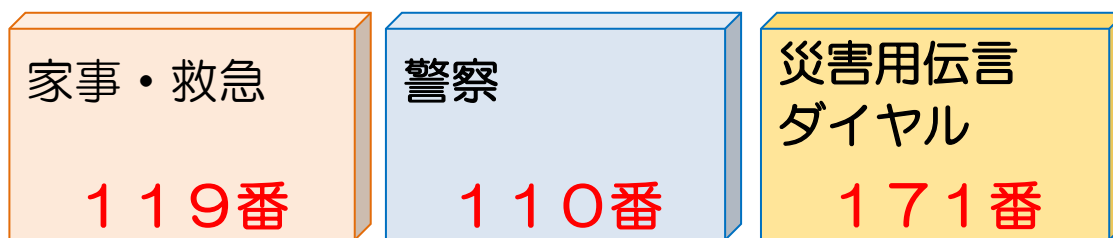
- 1.②携帯電話またはパソコンのEメール作成画面の宛先に、[takarazuka@bosai.net](mailto:takarazuka@bosai.net) を入力、または右のQRコードを読み込み、メールを送信してください。



【QRコード】

- （メール本文や件名には何も入力しないでください。）
- 2.しばらくすると、情報メール登録用URLを記載したメールが届きます。  
（メールが届かない場合、受信設定（URL付きメール及び「bosai.net」のドメインを受信許可）を確認してください。）
- 3.情報メール登録用URLにアクセスし、ガイダンスに従って登録して下さい。
- 4.本登録完了のお知らせメールが届いたら登録完了です。

## 6 わが家の防災メモ



### ア 緊急連絡先

連絡先	電話	連絡先	電話
宝塚市	71-1141	上下水道局	
消防署		病院	
警察署			
ガス会社			

### イ 家族の連絡先

連絡先	電話	連絡先	電話

### ウ 親戚・知人の連絡先

連絡先	電話	連絡先	電話

### エ その他の連絡先

連絡先	電話	連絡先	電話

※P.33 「【資料1】「3 わが家の防災力（共助）チェックリスト」を利用して、わが家の防災力を点検しましょう。

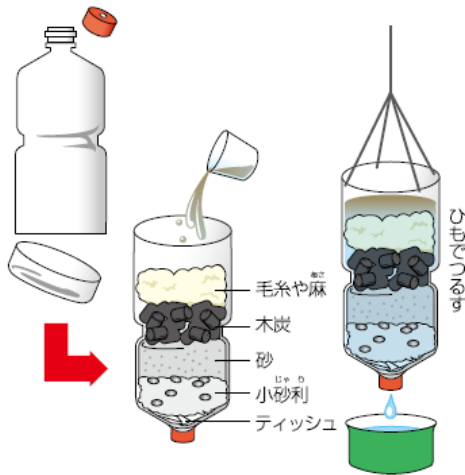
## 【資料 3】 いざというときのアイデア

災害時には、停電や断水が起こるなど、ふだん当たり前のように使っているライフラインが機能しなくなる場合があります。こういった場合に次のような方法があります。

### ■ 水をろ過する方法

**ペットボトル**

ふたの真ん中に小さな穴をあけ、底の部分は切り取る。さかさにして砂や木炭などのろ過材を入れてひもでつるし、下に水受けを置けばできあがり。



**布**

一方のはしを水にひたし、別のはしを水受けに入れ、水より少し低い位置に置くと、きれいな水がたまります。



### ■ 火のおこし方

#### 1 火をつける材料を用意する

乾燥した草、木の削りかす、鳥の羽、杉の木の内皮、布の毛羽、ロープをほどこいたものなど。



#### 2 虫メガネのレンズやピンの底などで火をおこす



### ■ あかりの作り方

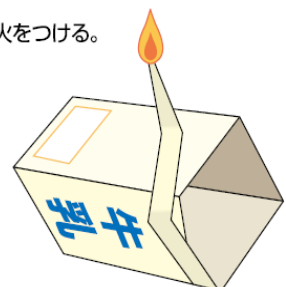
**食用油**

食用油を小皿か缶詰の空き缶に注ぎ、布か紙をよったしんをひたす。



**牛乳パック**

牛乳パックを横はば1cmに切り、先端に火をつける。



## ■アイデア調理

～ いざという時直ぐに役立ち、覚えておくと便利です～

### 【アイデア 1】 炊飯用袋を利用

災害時にも役立つ商品として、米研ぎ不要、火加減・水加減も不要でお米が炊ける炊飯用袋が、防災用品売場やホームセンターなどで販売されています。

(作り方) ポリエステル不織布で作られた炊飯袋の中に、付属の紙製計量カップで量ったお米を洗わないまま入れて、竹串でとめる。沸騰湯に投入し20分茹でた後に10分ほど蒸らしてできあがり。炊飯用の袋は、受け渡し容器としても便利です。



⇒



### 【アイデア 2】 ポリ袋を利用した炊飯

スーパーでよく見かけるポリ袋は、液体漏れせず、熱湯に耐える程度の耐熱性があるので、調理道具としても使えます。

(作り方) ① 料理用ポリ袋に米と水を入れ、袋の空気を出して口をしっかりと縛る。

材料(1人前)：米1/2カップ 水1/2カップ (250kcal)

② カセットコンロまたは、まき用釜で鍋にお湯を沸かす。

③ ①を沸騰したお湯に入れ、落しふたをしてお湯の中に沈め、25分～30分茹でる。



⇒



どちらの方法も、袋を食器代わりにしてご飯を食べることが出来るので、衛生的で、食器がいりません。

## ■ビニール袋を利用したカップ（簡易防寒着）の作り方



① 袋の底を手前にして縦方向に置き、縦方向に3箇所切ります。



② 図のとおり横方向に切ります。



③ 図の細い部分の輪を切って開きます。



④ 右端の部分も、同じように切って開きます。



⑤ そのまま縦方向に、右端を切り開く。これでゴミ袋カップの完成です。



左側の大きな部分が頭のフード、真ん中の部分があごヒモ、右の部分が体の前をとめるヒモになっています。

あごヒモと、体部分のヒモを止めれば、上半身のみですが、簡易雨合羽の完成です。また、防寒着代わりとしても使えます。

※ ビニール袋カップは何もない場合の簡易用ですので、普段からカップや防寒着を非常持ち出し袋に入れておきましょう。

## ■ビニール袋と新聞紙で作る 簡易トイレ【避難生活】

被災時には、水道が止まってトイレが使えなくなる場合があります。そんな場合に、ビニール袋や新聞紙を利用して簡易トイレが作れます。



① 大きめのビニール袋と新聞紙を用意し、ビニール袋の縁を丸く外側に折り込みます



② その中に丸めてしわを作った新聞紙を入れます。中の新聞紙をくしゃくしゃにすると袋の中になじみやすく 吸収もしやすくなります。



③ 新聞紙のサイドを立てればより排泄物が外に漏れにくくなります。



④ 用を済ませたあとは袋の中の空気を抜きながら口を縛り決められた場所に捨てます。



⑤ トイレの便器がまだ衛生的な場合は、ビニール袋と新聞紙をかぶせて利用すると水が流れなくても良好な衛生状態を保つことができます。

用を済ませた後は中の空気を抜きながら口を縛り、決められた場所に捨てます。トイレの便器が使える場合は、便器に同じくビニール袋と新聞紙をかぶせて利用すると水が流れなくても衛生状態を保つことができます。



## ■レジ袋とタオルで作る簡易おむつ 【避難生活】



① レジ袋を用意し、持ち手と両脇を切ります。



② 長い一枚のビニールにします。



③ 赤ちゃんの下にそっと優しく敷きます。ビニールの上には新しいタオルなどを当てます。



④ オムツをするようにかぶせます。



⑤ 身長に合わせて折り返し、腰のあたりで持ち手を結びます。



※タオルは古着などでも代用できますが、清潔で常に新しいものと交換するようにしてください。

## ■簡易ランタン



①懐中電灯，半透明（乳白色）のビニール袋，輪ゴムを用意します。



②半透明（乳白色）のビニール袋に空気を入れて膨らませます。



③懐中電灯のライト部分をビニール袋に入れて覆い被せ，ライトの首の辺りでビニール袋がずれないように輪ゴムで留めてください。



④ぶら下げれば，電球代わりになります。



⑤懐中電灯は一方向を照らし，明るいですが，ビニール袋をかぶせることで光の力は弱まり，優しい光となりますが，光が拡散されて広い範囲を照らしてくれます。

※LED ライトは，電池が長く持ち，熱をあまり持たない特徴がありますが，念のため火災などに注意してください。



宝塚市地区防災計画作成マニュアルは市のホームページに掲載しています。  
(宝塚市ホームページ URL <https://www.city.takarazuka.hyogo.jp>)

【このマニュアルに対するお問い合わせ先】

宝塚市役所 都市安全部 総合防災課

〒665-8665 宝塚市東洋町1番1号

TEL 0797-77-2078 (直通)

FAX 0797-77-2150

E-mail [m-takarazuka0022@city.takarazuka.lg.jp](mailto:m-takarazuka0022@city.takarazuka.lg.jp)