

自主防災活動 の手引き



自主防災組織とは P1~P5

自主防災活動の進め方 P6~P22

仙台市の取り組み P23~P29

仙 台 市

目次

第1章 自主防災組織とは

自主防災組織とは……………	1
自主防災組織の構成・活動概要……………	2

第2章 自主防災活動の進め方

活動のポイント……………	6
防災訓練の進め方……………	7
情報収集・伝達訓練／避難訓練／避難誘導訓練 (災害時要援護者の避難支援)／初期消火訓練／ 救助救出訓練／応急救護訓練／給食給水訓練／ 避難所運営訓練／(自主防災活動の事例紹介)	
防災マップの作成……………	18
防災意識を普及するための研修会……………	20
防災資機材の整備・点検……………	22

第3章 仙台市の取り組み

避難所等の公的備蓄……………	23
仙台市地域防災リーダー (SBL) の養成 ……	24
災害時要援護者情報登録制度……………	26
杜の都 防災力向上マンション認定制度 ……	28
災害時給水施設・災害応急用井戸登録制度…	29

はじめに

東日本大震災のような大規模災害が発生すると、「公助」である市の救援活動は限界を超えてしまいます。まずは「自助」として自分自身の命と身を守る行動が最も大切ですが、地域コミュニティで相互に助け合う「共助」も非常に重要です。

その共助の部分で重要な役割を担うのが、地域に根差した「自主防災組織」です。自主防災組織だからこそ取り組むことができる活動もあり、その役割には大きな期待が寄せられています。

本手引きでは自主防災組織の活動についてわかりやすく解説しています。みなさまの防災活動の一助となれば幸いです。

第1章 自主防災組織とは

災害時こそ共助が大切

仙台市では、昭和53年6月12日の宮城県沖地震を教訓に町内会を単位とした自主防災組織の結成促進に努めてきました。自主防災組織の目的は、町内会の基本的な活動のひとつである「災害に強いまちづくり」であり、町内会の目的とも合致するものです。

また、人々が一定の場所に集まり住むマンションでは、災害時に居住者同士で協力して対応できるという利点を活かし、日頃から居住者間の絆や支え合いを深めておくことが、災害から生命や財産を守る基本となります。

町内会やマンションなど、コミュニティ内の住民各々が、「自分たちのまちは自分たちで守る」という共助の意識を共有することが重要です。



自主防災組織とは

自主防災組織とは、災害対策基本法に基づく地域の住民が自主的に防災活動を行う組織です。平常時の活動として、防災知識の普及や啓発、防災訓練、防災資機材の備蓄や点検といった活動に取り組みます。

災害が起こったときは、初期消火、住民の安否確認や避難誘導、負傷者の救出や救護、情報の収集や伝達、給食や給水活動などを行います。

地域の特性をよく理解している自主防災組織だからこそ、地域の実情に合った応急活動を行うことができます。



自主防災組織結成時の支援

仙台市では、自主防災組織結成初期の防災活動を支援するため、結成時に組織の規模（世帯数）に応じて防災用品を助成しています。

（※助成は自主防災組織を結成した町内会に対し1回のみとなります）

申請方法

「助成申請書兼受領書」に必要事項を記載していただきます。お近くの消防署、消防分署または消防出張所にご相談ください。

自主防災組織の構成・活動概要

自主防災組織の構成

■ 組織の例

本部（管理統括）

平常時は規約の作成、予算作成、役員会の開催、地域版避難所運営マニュアルの作成、訓練などを含む活動全般の企画などを担当。災害時は対策本部を設置し、活動の指示、状況の把握、関係機関との連絡・調整などを行う。

情報連絡部（情報の収集・伝達）

平常時は住民の防災意識を高めるため、広報活動などを行う。災害時は被害状況などに関する情報の収集や伝達に加え、混乱を引き起こさないよう関係機関と連絡を取り合う。

避難誘導部（住民の避難誘導）

日ごろから地域の危険箇所や避難ルートを調べておき、災害時にはスムーズに避難所まで移動できるようにする。

消火部（消火器等による初期消火）

平常時は消火訓練などを行う。災害時は初期消火などにあたる。

救出救護部（負傷者の救出・救護）

日ごろから技術の習得に努め、住民参加の講習会を開催する。災害時は負傷者の救出や救護・応急手当にあたる。

給食給水部（炊き出し、物資の調達・配給）

平常時は備蓄食料の管理や器具の取り扱いを訓練する。災害時は生命と健康の維持に必要な水と食べ物が行きわたる体制をつくる。

自主防災組織の構成は、会長、副会長、各部長などからなる本部と、情報連絡部、避難誘導部などの各部で組織します。（なお、組織の構成や各部の設置は、地域の実情に合わせて考えましょう。）

各部には正・副部長を置き、その下にメンバーを配置します。メンバーの適性や事情を考慮して所属を決めると、後の活動がスムーズになります。

また、仙台市では、自主防災活動を円滑に進めることができるよう、仙台市地域防災リーダー（SBL）を養成しています。SBLを組織に組み込み活用を図ると効果的です。

自主防災組織のリーダー

会長など（組織の会長、副会長や各部の部長）の役割は、平常時の防災活動の実施や、災害時の応急活動の指揮など多方面にわたります。その中で、リーダーシップを発揮させるために、日ごろからの組織づくりが大切です。

自主防災活動では、いかに多くの住民が協力し合って活動できるかが最大のポイントとなります。そのためには、日常的に組織のメンバーの所属意識を高めることも大切です。適時適切に会合を開き、メンバー間でコミュニケーションをとる機会を設ける、防災活動以外でも交流の場を設けるなど、個々のメンバーが発言しやすく、会長なども指示を出しやすくなる風通しのよい組織づくりが大切です。

このような役割を会長や担当部長が1人で担おうとすると、大きな負担となることもあります。そのような場合にも、仙台市地域防災リーダー（SBL）と協力することで、その負担の軽減につながります。是非、積極的に連携を図りましょう。

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみなさまで連携し合いながら防災・減災活動に取り組みましょう。

平常時の役割

防災訓練の実施

初期消火訓練、避難訓練、避難誘導訓練、応急救護・救出訓練、情報収集・伝達訓練、給食給水訓練、避難所開設運営訓練、災害時要援護者の避難支援訓練など

防災知識の普及・啓発

防災マップや防災計画、地域版避難所運営マニュアルの作成・更新、研修会の開催、地域のお祭りや運動会等での防災イベントの実施など

防災資機材の整備

ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキ、備蓄食料、救急医薬品などの整備や管理

地域特性の理解

土砂災害危険箇所や警戒区域、浸水のおそれのある場所、地下道、燃えやすい物の放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすい物の点検や地域特性の把握

災害時要援護者の支援体制の構築

地域に暮らす災害時要援護者に対して、協力して避難等の支援を行う体制の構築など

災害時の役割

情報連絡

地域内の被害状況の把握、ラジオやテレビなどから情報を収集し災害に関する正しい情報の住民への伝達

避難誘導

地域住民などの安否確認、避難所などの安全な場所への避難誘導、災害時要援護者の避難支援など

初期消火活動

消火器などによる初期消火活動

救出救護活動

倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動、負傷者の応急手当活動など



給食給水活動

備蓄食料などの給食・給水、救援物資（食料、飲料水、日用品など）の配給など





時間経過と対応行動

全体を分かりやすくするため、災害発生時の行動のイメージを時系列にしましたので参考としてください。

地震の場合

時間経過	状況	自助（個人・家庭）		共助（自主防災組織）	
	時間経過の目安	行動	対策	行動	対策
時間経過 ↓ 自主防災組織とは	地震発生 0分～3分 	<ul style="list-style-type: none"> ● 落ち着いて、自分の身を守る ● 身を守ることを優先し、できたら火の始末 	<ul style="list-style-type: none"> ● 家具を固定する。家具の上に物を積まない 特に、寝室は安全なスペースを確保する ● 石油ストーブなど火気器具や危険物の管理・保管に十分注意する ● シェイクアウト訓練（身を守る訓練）の実施 	 <p>防災について</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 家庭・地域での防災知識の普及・啓発
	揺れがおさまった 1分～5分	<ul style="list-style-type: none"> ● 火元の確認（ガスの元栓を閉め、電気のスイッチ・ブレーカーを切る） ● 火災が発生したら初期消火 ● 家族の安否確認 ● テレビ・ラジオなどで情報確認 	<ul style="list-style-type: none"> ● 消火器・水の汲み置き・バケツの準備 ● 防災訓練に参加し、初期消火の方法を身につける ● スリッパ、スニーカーの準備（ガラスによるけが防止） ● 災害情報の収集方法を確認 		
	5分～10分	<ul style="list-style-type: none"> ● 隣近所の安否確認 ● 非常持ち出し品の持ち出し準備 ● 家屋倒壊のおそれがあれば避難する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 非常持ち出し品の準備 ● 懐中電灯、携帯ラジオ、バール、ハンマーなど資機材の準備 	<ul style="list-style-type: none"> ● 被害状況の収集 ● 安否確認 	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域の危険箇所の把握 ● 災害時要援護者の把握
	火災発見 倒壊家屋発見 負傷者発見 10分～数時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 自主防災活動に参加する（みんなで消火・救出活動） 	<ul style="list-style-type: none"> ● 防災訓練に参加し、救助方法等を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ● 初期消火活動 ● 救助活動 ● 負傷者の救護・搬送 ● 避難誘導 ● 出火防止等の広報 ● 災害時要援護者への配慮 	<ul style="list-style-type: none"> ● 各種訓練の実施 ● 防災資機材の点検・整備 ● コミセン資機材取扱
	半日～	<ul style="list-style-type: none"> ● 生活必需品は備蓄でまかなう（1週間分） ● 協力し合って秩序ある生活 	<ul style="list-style-type: none"> ● 水、食料等生活必需品の準備（1週間分） 	<ul style="list-style-type: none"> ● 避難所運営への協力 ● 災害時要援護者への配慮 	

洪水・土砂災害の場合

警戒レベル	降雨	避難情報	状況	自助（個人・家庭）	共助（自主防災組織）	気象情報等
1			注意	<ul style="list-style-type: none"> ● 自宅周辺の水害リスクの確認 ● 各種情報に気を付ける ● 窓や雨戸等を点検 ● テレビ等により情報収集 		早期注意情報 大雨・洪水注意報
2	 大雨					
3	 大雨が継続	警戒レベル3 高齢者等避難	警戒	<ul style="list-style-type: none"> ● 危険な場所から高齢者等は避難開始 ● 上記以外の方も避難の準備 ● 避難所の確認 	<ul style="list-style-type: none"> ● 避難所開設の情報把握（避難所担当職員から連絡） ● 災害時要援護者への情報伝達・避難支援 	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報
4	 豪雨	警戒レベル4 避難指示	危険	<ul style="list-style-type: none"> ● 危険な場所から全員避難 ● 避難が難しい場合は自宅等の2階以上に避難（ただし早期立退き避難が必要な区域・土砂災害のおそれのある区域を除く） 	<ul style="list-style-type: none"> ● 避難者の状況把握（避難所担当職員から連絡） 	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報
5	 小規模な土砂崩れ 土砂災害・河川氾濫	警戒レベル5 緊急安全確保	災害発生・切迫	<ul style="list-style-type: none"> ● 命の危険 ● 直ちに身の安全を確保 		大雨特別警報 氾濫発生情報

洪水・土砂災害時の避難の注意点

平常時の備え

- 大雨の際などに適切に避難するためには、あらかじめ危険な場所や避難の際に避けるべき場所を確認しておくことが重要です。各種ハザードマップ（18ページ参照）などを活用して防災マップを作成し危険箇所や避難場所、複数の避難経路を確認しておきましょう。
- 避難の際には、食料、防災用品や医薬品、貴重品等必要なものを持って避難しましょう。普段から非常持ち出し袋などを準備しておくことで安心です。
- 近所に高齢者や身体が不自由な方など早めの避難が必要な方がいる場合には、普段から避難支援の仕方などを確認しておきましょう。

大雨・洪水や土砂災害に関する主な気象情報等

大雨注意報・警報	低地の浸水や土砂災害（警報は重大な災害）が発生するおそれがあると予想される時
洪水注意報・警報	河川の増水による災害（警報は重大な災害）が発生するおそれがあると予想される時
記録的短時間大雨情報	大雨警報発表時に、県内において1時間あたり100mm以上の短時間大雨を観測したとき
土砂災害警戒情報	大雨警報が発表されている状況で、土砂災害発生の危険度が非常に高まったとき
大雨特別警報	警報の発表基準をはるかに超える豪雨等が予測され、重大な災害の危険性が著しく高まっているとき

災害発生の前兆現象

大雨に限らず、それほど強くない雨でも数時間～数日間降り続いた場合は、地盤がゆるんで崩れやすくなったり、川の増水が発生したりします。災害発生の前兆現象が少しでも見られたら、速やかに安全な場所へ避難してください。

水害の前兆現象

河川氾濫（外水氾濫）

- 川の水が増えてきた
- 堤防から水が噴き出している
- 堤防に亀裂や変形が発生した

内水氾濫

- マンホールから水が溢れている
- 側溝の水が逆流している

土砂災害の前兆現象

- がけ、地面のひび割れ・陥没
- がけ、斜面からの湧水
- 小石がバラバラと落ちてくる
- 地鳴り、山鳴りがする
- 湧水が止まる、川の水が濁る
- 土臭いにおいがする

避難に関する情報

災害発生により危険が及ぶおそれがある場合には、仙台市から避難情報を発令します。対象の町丁目（○○町△丁目、●●字▲▲）のうち、**洪水浸水想定区域、土砂災害のおそれのある区域に居る方は、速やかに避難を開始してください。**避難情報を発令する際には、併せて避難所の開設についてもお知らせします。（情報の入手方法は裏表紙参照）

【河川氾濫による伝達文イメージ（緊急速報メール）】

こちらは仙台市です。○○川氾濫の危険性が極めて高まっているため、市内の一部に**警戒レベル4、避難指示**を発令しました。対象地域の方は避難所等へ避難してください。

避難の仕方

洪水

- 洪水浸水想定区域の外への避難が原則です。
 - 避難が難しい場合は、**早期の立退き避難が必要な区域**（※）の外にある、指定避難所などの**建物の2階以上**へ避難してください。
 - 早期の立退き避難が必要な区域内にいる方は、「**警戒レベル3 高齢者等避難**」で避難を開始しましょう。
- ※ 「早期の立退き避難が必要な区域」＝「浸水深が3m以上の区域」と「家屋倒壊等氾濫想定区域（河川氾濫により、家屋が倒壊するおそれのある区域など）」を言います。

土砂災害

- 土砂災害のおそれのある区域の外への避難が原則です。
- 避難が難しい場合は、**建物の2階以上、がけと反対側へ**避難してください。

いざというときに迅速に避難を開始できるように、自宅や職場などの生活範囲にどのような**災害リスクが含まれているのか、日ごろから確認しておきましょう!**（18ページ参照）

マイ・タイムラインの活用

マイ・タイムラインとは、大雨による洪水や土砂災害発生のおそれが高まっていくそのときに、身を守るためにどのような行動が必要なのかを時系列で整理した自分自身の避難計画です。

住んでいる場所や家族構成などの環境にあわせて、より安全な避難行動を見つけて記し、有事の際に確認できるように備えます。

マイ・タイムラインをあらかじめ十分に検討して作成しておけば、**いざという時にあわてず、迷わず、命を守る適切な判断や迅速な避難行動につながり、逃げ遅れを防ぎます。**くわしくは、仙台市ホームページをご覧ください。



第2章 自主防災活動の進め方

活動のポイント

▶ 平常時の活動が重要

災害は、いつ起こるのかわかりません。大規模な災害であれば、道路の寸断やライフラインの途絶など大変な事態となります。このようなときでもしっかりと対応できるよう、日常生活の中で準備をしておくことが大切です。平常時の備えがあればこそ、いざというときに地域の住民で協力し合い、助け合うことができるのです。

自主防災組織の平常時の活動で大切なのは、地域の住民に防災について関心を持っていただき、理解を深めてもらうことです。その活動を継続していくことで、住民の間に連帯感が生まれ、いざというときに協力し合い、被害を最小限に食い止められる防災・減災活動へとつながるのです。



▶ ターゲットを明確に

活動するときに、ターゲットを明確にすることが重要です。例えばそれぞれの活動を企画するとき、単身者、若い夫婦、乳幼児のいる家族、高齢の夫婦などターゲットを明確にすることで企画の意図がわかりやすくなるからです。

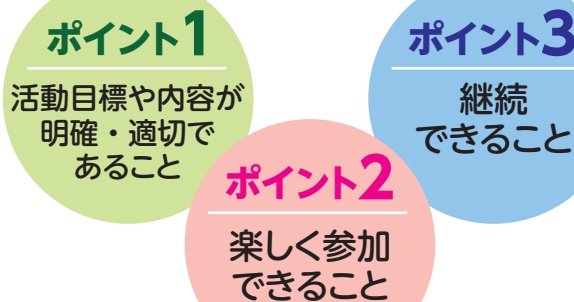
また、連携の視点も大切です。子どもや大人、高齢者が参加して共通の体験をすることで世代を超える連帯感が生まれ、災害時にも連携できるようになります。



▶ 計画的に、継続性をもって

自主防災活動を効果的に行うためには、それぞれの組織で独自の活動方法や工夫があります。しかし、広く地域住民の参加と協力を得るためには、押さえておくべきポイントがあります。(右記参照)

また、PDCA サイクル [P:Plan (計画) D:Do (実施) C:Check (評価) A:Action (改善)] を活用し、取り組んだ内容の評価・改善を継続的に実施していきましょう。



▶ 男女共同参画の視点を取り入れた活動

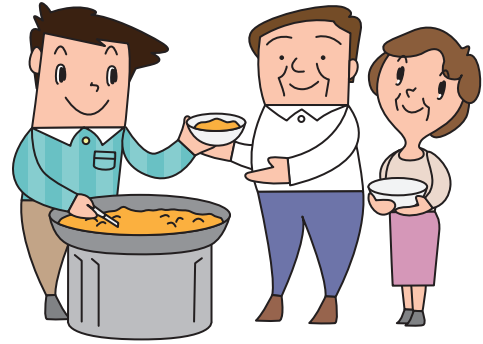
東日本大震災時の避難所においては、女性の視点が不足した運営が行われたことで、女性たちから「男女別の着替え場所がなく、毛布の中で着替えた」、「体育館の隅で周囲に背を向けて授乳した」など、さまざまな声が寄せられました。

自主防災活動においては、とりわけ意思決定の場面から性別等に関わらず多様な視点を取り入れることが重要です。それぞれの場面で男性だけではなく、女性の意見や声も正しく反映されるよう、自主防災組織を結成する段階から女性の参画を促し性別等によるニーズの違いに対し十分配慮します。また、講座や会議の開催時間、開催場所など、地域の女性が参加しやすい環境づくりをすすめましょう。

防災訓練の進め方

防災訓練の目的

災害が起きたとき、迅速に的確な行動をとるためには日ごろからの防災訓練が欠かせません。食事の支度時に地震が起きれば火災が発生するかもしれません。また、家屋の倒壊により下敷きになってしまう人がいるかもしれません。同時多発的に起きるこれらの事態を想定して、消火や避難誘導、応急処置などの訓練をしておくことが重要です。訓練を通じて対応内容を改善するなど、実践的な災害対応力を養うようにしましょう。



効果的な訓練にするために

知識の普及や訓練に役立つイベントを企画し、楽しい雰囲気の中で行うようにしましょう。防災訓練という名目では参加してもらえないような人たちにも、レクリエーションとして参加してもらえるような内容を考え、さらに参加した人に出番があるイベントを心がけます。例えば親子で協力してバケツリレーを行う、消防署の職員を招いて訓練用消火器を使ってみる、終了後に反省会を開いて意見を出し合うなど、実際に役立つ訓練とすることが大切です。



防災訓練のポイント

実施要領の周知徹底

住民に訓練の日時や場所などを広報して、実施要領を周知しましょう。



実施日時に変化を

多くの人に参加してもらえるよう、曜日や時間帯を変えて実施しましょう。

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
14	15	16	17	18	20
21	22	23	24	25	27
28	29	30	31		

○は防災訓練の日

参加意欲のわく内容に

堅苦しいだけの訓練ではなく、若い人のグループや家族で楽しめるような内容を企画しましょう。



各種訓練①

情報収集・伝達訓練

災害時には、被災状況などの情報をできるだけ「迅速に」「客観的に」「体系的に」「正確に」伝えることが重要です。

訓練前に、収集・伝達する情報項目を決め、その項目についてフォーマットを作成しておきましょう。このフォーマットをもとに、効果的な情報収集・伝達方法を訓練しましょう。



情報収集訓練のポイント

災害時に自主防災組織のメンバーが、地域の被災状況や避難生活の状況を区の災害対策本部などに報告するための訓練です。外国人も理解できるよう「やさしい日本語」による文章もつくっておきましょう。

情報収集訓練の手順

① 情報連絡部

行政や各防災関係機関から発信される情報や地域内の被害想定図を作成し、想定図から得た情報を報告する。その際、あらかじめ必要とされる以下のポイントに基づくチェック用紙を作成し、確認事項を明確に伝えるよう注意します。

- 現場の住所、現場の状況
- 負傷者の有無と程度、今後予測される状況
- 現在の時刻、措置、通報者

② 情報連絡部長

情報チェック用紙で確認後、対策本部の責任者に報告します。

③ 対策本部責任者

情報から今後の対策を検討し、区役所や消防署に通報します。

情報伝達訓練のポイント

市からの情報や指示事項を住民に確実に伝えるため、模擬情報を使ってリレー形式で伝達する訓練です。

情報伝達訓練の手順

① 本部（責任者または情報連絡部長）

地域内の被害想定を作成し、報告する。その際、以下のポイントを明確に伝えるよう注意します。

- ◆口頭またはトランシーバ等で、1人目に模擬情報を与える
- ◆リレーする人数は10人くらいが適当。
- 現在の状況、今後予測される状況
- 避難や応急措置の必要性

② 中間の伝達者

◆次々に模擬情報を伝達します。

③ 最後の人

◆伝達された内容を記録用紙に記入して、本部に提出します。

災害情報の収集・伝達の全体的な流れ

災害時の応急活動を的確に行うためには、地震・津波や気象の状況、人的・物的被害の発生状況などの災害情報を迅速かつ正確に把握しておくことが必要です。また、円滑な避難のためにも、情報の収集・伝達は重要となります。

災害情報の収集・伝達経路

インターネットや携帯電話、ラジオ・テレビ・新聞などの広報媒体、区役所・消防・警察・ライフライン関係などの車両や職員による広報・巡回、防災機関の音声装置や電光掲示板による放送・表示といった幅広い経路により、災害情報の確実な収集・伝達が図られています。

災害情報の処理方法

地域からの災害情報は、各種経路を通じ、まず区災害対策本部において区ごとに収集・整理が行われ、さらに市災害対策本部で市全体の情報として収集・整理が行われます。

市・区の災害対策本部で整理された情報は、関係機関等の応急活動に反映されるとともに、各種経路を通じて地域に伝達されます。

自主防災活動上の主な情報経路

緊急時は利用可能なあらゆる経路により災害情報の収集・伝達を行い、安全確保や被害軽減を図ることが必要ですが、自主防災活動上は主に次の経路により情報の集約を図ることが適当と考えられます。

町内：自主防災組織（防災隊長～情報班）
 避難所：避難所運営委員会（住民） ←→ 避難所管理責任者（避難所担当課） } ←→ 区災害対策本部

特に、地域住民の安否や避難の状況、要救助者の有無などについては、地域全体の情報集約を当該経路で速やかに行うことが必要です。

災害情報とは

被災情報、津波注意報および警報、ライフライン（電気、ガス、水道、電話など）の復旧見通し、避難情報、救援活動の状況、救援物資の配給など

区役所・消防機関が必要とする情報

- 人的被害
死者、行方不明者、負傷者
- 住家被害
全壊、半壊、一部破損、床上・床下浸水
- 公共施設被害
- 公共土木施設の被害
道路、橋梁、河川、港湾など
- ライフライン被害
水道、交通、ガス、下水道など
- 火災
- 農地の被害
- その他の被害
船舶、がけ崩れ、ブロック塀、石塀など

災害時の情報収集・伝達のポイント

災害が発生し、またはそのおそれがある場合には、各人においてラジオ、テレビ等により地震・津波情報や気象情報の収集を行うとともに、自主防災組織として情報班を中心に巡回等を行い、自主防災本部に関連情報を集約します。本部では、これらの情報に基づき、避難、消火、救助などの必要性や実施方策について判断し、地域住民に伝達・指示等を行います。

- あらかじめ地域内で情報を集めて連絡する場所・手段をはっきりさせておきましょう。（地域住民への周知）
- 災害時は根拠のないデマが流れやすく、また、緊急時には、冷静な判断力が失われることがあるので注意しましょう。
- 障がい者や高齢の方など、災害時に弱い立場の人については、日ごろから連絡体制を構築しておきましょう。（26ページ「災害時要援護者情報登録制度」もご覧ください。）

- 内容は正確か、簡潔明瞭か、5W1H（いつ、どこで、誰が、何を、なぜ、どのように）を意識しましょう。
- 何を伝えるのか、被害発生現場や被害の概要と見通しなど、優先順位を考えましょう。（必要に応じて防災関係機関に対し、出動要請を行います）
- 火災や避難などの重要な情報は、必ずメモしておきましょう。
- 情報を入手した場合は、必ず情報源を確かめ、伝える際には、どこからの情報が伝えましょう。
- ラジオ、テレビ等による正確な情報を入手することが大切です。電池式ラジオも携帯しましょう。※ラジオは常時開局（スイッチを入れた状態）しておきましょう。※自らも積極的に情報を入手しましょう。
- 情報を伝える手段として、メガホン、掲示板、回覧板なども効果的に活用しましょう。

津波情報伝達システム

津波対策で最も重要なことは、迅速な情報伝達により、速やかに避難行動をとることです。このため、仙台市では沿岸部にお住まいの方や海浜利用者などに津波警報等や避難情報を迅速に伝達するため、津波情報伝達システムを整備しています。このシステムは、気象庁から津波警報等が発表されたとき、防災行政用無線で津波避難エリアなどに設置した屋外拡声装置や戸別受信装置からサイレンや音声で津波警報等や避難情報を一斉に伝達するものです。

各種訓練②

避難訓練

地震や津波、水害・土砂災害に備えて、ご自宅や職場などから避難場所まで避難してみましょう。

- 避難場所までの時間や避難ルート上の危険箇所などを確認しておきましょう。
- 避難場所は、「せんだいくらしのマップ」や「津波からの避難の手引き」で確認してください。

各種訓練③

避難誘導訓練

避難誘導訓練は、防災マップやハザードマップなどをもとに、あらゆる被災状況を想定して実施します。災害の種類・規模、被害状況、地域の特性などによって、避難誘導の方法も大きく変わります。災害時要援護者（→11 ページ参照）の支援はどうするのか、避難経路がふさがってしまった場合はどう対処するのかなど、状況に即した誘導方法を考えておきましょう。



避難誘導訓練の手順とポイント

- 1** 訓練前に、避難誘導に必要な資機材（人員を把握するための表、筆記用具、班別の旗、ロープ、メガホン、担架など）を準備する。実際に避難する場所まで歩き、所要時間を計ったり、経路の安全をチェックする。



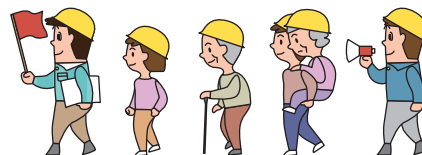
- 2** 本部からの指示を受けて、情報連絡部とともにメガホンなどを使って避難の指示と地区ごとのいっつき避難場所を伝えてまわる。（いっつき避難場所は事前に決めて周知しておきますが、訓練を通じて再確認を促しましょう。）



- 3** いっつき避難場所では、人員の点呼、携行品や服装などを点検し、傷病者、高齢者、障がい者などに分けて支援者を決めておく。



- 4** 本部に連絡して、避難所の受け入れ準備完了の確認ができたなら、避難誘導部のメンバーが参加者の前後に立ち、避難所まで誘導する。避難人員を把握し、実際に災害時要援護者も搬送する。



- 5** 避難中は、事故防止に留意する。倒壊の危険のあるブロック塀などのそばを通るのは避け、高齢者や障がい者などの災害時要援護者を列の中心にして、逃げ遅れる人が出ないように注意する。



- 6** 避難所に到着したら、点呼をとり全員の無事を確認し、本部に避難の完了を報告する。



※津波からの避難の場合は、いっつき避難場所に集合せず、それぞれ直接避難することに留意します。

災害時要援護者の避難支援

災害時要援護者とは

地震などの自然災害や火災などから身を守る上で、何らかのハンディキャップを抱えており、周囲の支援が必要になる人たちのことを災害時要援護者といいます。一般的には、体力的に衰えのある高齢者をはじめ、乳幼児や妊産婦、病気や何らかの障がいがある人、日本語が理解できない外国人などが挙げられます。

周りの人ができること

高齢者や障がいのある人たちは、災害に対しても不安を持っています。また、災害が起きたときに逃げ遅れてしまうおそれもあります。そういう人たちには日ごろから声をかけ、コミュニケーションをとるようにしましょう。避難しなければならないときには声をかけ、周りに人がいれば協力して避難を手伝いましょう。

平常時から避難経路の確認や支援体制の構築を心がけましょう。

災害時要援護者を支援するときの心得

相手を尊重する

支援だからと押し付けたりせず、相手の立場を尊重しよう。

笑顔で接する

笑顔は不安を和らげ、安心につながります。

できない支援や無理な約束はしない

事故につながるおそれのある場合、無理な約束はしないようにしましょう。

コミュニケーションをとる

相手の希望に沿うことができるよう、密接なコミュニケーションを心がけましょう。

プライバシーを守る

災害時要援護者のプライバシーは絶対に守りましょう。

医療行為をしない

骨折などの手当や、災害時要援護者の指示に従って援助する服薬を除いて、医療行為はできません。医療の専門家に相談しましょう。

災害時要援護者の避難支援訓練 (避難誘導のポイント)

目の不自由な人には

つえを持つ手と反対側のひじのあたりを軽く触れるか、腕や肩を貸して半歩くらい前をゆっくり進みましょう。

階段などの障害物の存在を、その手前で伝えながら誘導しましょう。

車いすを利用している人には

階段では2人以上で援助しましょう。上りは前向き、下りは後ろ向きで移動し、恐怖感を与えないようにしましょう。

支援者が1人の場合は、おんぶひもなどを利用し、おぶって避難しましょう。

耳の不自由な人には

口を大きく動かし、はっきりと話しましょう。

身振りや筆談などで正確な情報を伝えましょう。

外国人には

身振り手振りを交えて話しかけ、孤立させないようにしましょう。

高齢者傷病者には

複数の支援者で対応しましょう。

緊急のときはおぶって避難しましょう。

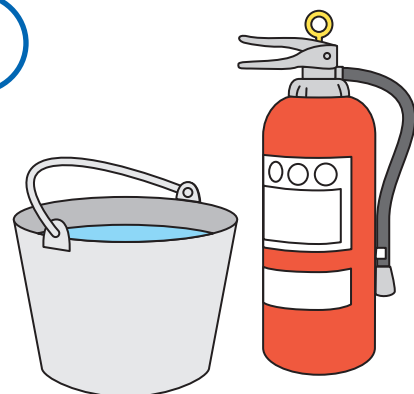
▶ 26 ページ

「災害時要援護者情報登録制度」もご覧ください。

初期消火訓練

初期消火訓練では、手順や注意点を正確に理解してもらうことが大切です。消火器、バケツリレーによる消火訓練など、住民が実際に参加し、協力し合えるような訓練内容にしましょう。

訓練の際は、住民が行うのはあくまで「初期消火」であることを示した上で、危険を感じたらすぐに避難するよう確認しておくことも大切です。



地震時に火を消すタイミング

地震の際はまず身の安全を確保します。大きな揺れを感知した場合、自動的にガスの供給を停止するガスマイコンメーターの設置が進んでいるので、やけどの危険をおかしてまで火を消そうとしないでください。地震時の火を消すタイミングは以下の3つです。

1 揺れがくるまえ

緊急地震速報等を見聞きしたときは、すぐに使っている火を止めます。ただし、揺れが始まった場合は、無理に火を消そうとしないようにしましょう。



2 大きな揺れがおさまったとき

揺れを感じたら机の下など安全な場所に避難して、揺れが完全におさまってから火を消しましょう。



3 燃え始めたとき

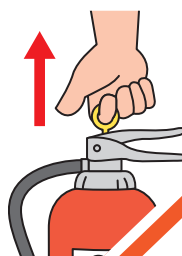
燃え始めてしまったら、手近にある消火器などですばやく初期消火しましょう。同時に、「火事だー!」と大きな声で叫んで、周辺に火事が起きていることを知らせましょう。



消火器の使い方

1

安全ピンをはずします



2

ホースをはずし、ノズルを火元に向けます



3

レバーを強く握ります



各種訓練⑤

救助救出訓練

転倒家具に挟まれている人の救出

1. 挟まれている人に声をかけ、安心感を与えます。
2. 周囲の人に声をかけ応援を求めます。
3. 挟まっている物や覆いかぶさっている物をできるだけ除去します。
4. てこの原理を利用して、すき間をつくり、痛みを和らげます。
5. てこに使う支点は、角材などの堅く安定性のある物を使用します。
6. 家具などの一部を破壊するか、中の収容物を取り除くなどして重量を軽くします。
7. 持ち上げてできた空間が崩れないように、空間に角材などを当て補強します。
8. すき間があれば、てこの代わりに自動車用ジャッキを使って持ち上げることもできます。
9. てこに使う角材は、太さが10cm以上で亀裂が入っていない柱などを使います。
10. 挟まれている人に声をかけながら行き、不用意に引きずり出したりせず慎重に行います。2時間以上敷きの状態だった場合には、むやみに救出せず、119番通報を行います。
(クラッシュ症候群のおそれ)



倒壊建物からの救出

1. 挟まれている人に声をかけ、安心感を与えます。
2. 挟まれている人の人数を確認します。
3. 周囲の人に声をかけ応援を求めます。
4. リーダーを決め、手順を確認しながら作業を行います。
5. 進入するときは、余震の有無や足場の安全などを確かめ、二次災害が起こらないよう注意します。リーダーが現場全体の状況を確認しながら作業を進めます。
6. 要救助者が挟まれている場所の状況を確認し、作業の妨げとなる部分をのこぎりやバールなどを使って取り除きます。はりや柱は切断場所によっては崩れることがあるので十分注意します。
7. てこの原理を利用して、すき間をつくり、痛みを和らげます。
8. てこに使う支点は、角材などの堅く安定性のある物を使用します。
9. 持ち上げる高さは、救出に必要なスペースとし、空間が崩れないように空間に角材などを当て補強します。
10. すき間があれば、てこの代わりに自動車用ジャッキを使って持ち上げることもできます。
11. てこに使う角材は、太さが10cm以上で亀裂が入っていない柱などを使います。
12. 挟まれている人に声をかけながら行き、不用意に引きずり出したりせず慎重に行います。2時間以上敷きの状態だった場合には、むやみに救出せず、119番通報を行います。
(クラッシュ症候群のおそれ)



応急救護訓練

AED

応急救護訓練は専門的な知識を必要とするため、消防署などから専門家に参加してもらい指導を受けることが重要です。応急手当とは、医療機関で診療を受けるまでの処置ですが、正しい手当ができなければ、逆に状態を悪化させるおそれがあります。

また、自主防災組織の救出救護部等のメンバーは、住民参加の訓練とは別に、消防署などが開く救命講習や応急手当講習を受けるなどして、より専門的な知識と技術を習得しておくことも重要です。

自動体外式除細動器(AED)による救護活動

「自動体外式除細動器(AED)」とは、心停止状態に陥った場合、電気ショックを与えることにより心臓を正常な動きに戻すための医療器具で、医師以外の非医療従事者(一般市民)にも使用が許可されています。自主防災組織のメンバーは、AEDを用いた応急手当についても積極的に講習を受けておきましょう。



応急手当のポイント

傷病者が倒れていたなら、周囲の状況を確認後、自らの安全を確認してから近づき、声をかけて反応の有無を確認します。出血している場合は止血し、身体を揺らさないようにします。

(会話ができる場合)

1 倒れた原因を聞くとともに、傷病者の不安を和らげるために「もうすぐ救急車がきますから」などと声をかける。

2 外傷があれば応急手当を施す。

3 衣服のボタンやベルトをゆるめるなど、体をできるだけ楽な状態にする。

(会話ができない場合)

1 呼吸の確認をする。傷病者の胸と腹部を見て「普段どおりの呼吸」をしているか、10秒以内で呼吸を確認する。

2 呼吸があれば、おう吐物で窒息の危険がないよう横向きに寝かせて安静にする。

3 普段どおりの呼吸がない場合、普段どおりの呼吸かわからない、または判断に迷う場合は、すぐに胸骨圧迫を行う。胸が約5cm沈むように胸骨圧迫を実施する。この手当を1分間に100~120回のテンポで30回絶え間なく繰り返す。

4 意識を失うと舌がのどの奥に落ち込み気道をふさぐことがあるので、片方の手のひらを傷病者の額に、もう一方の手の人さし指と中指を下あごの先にあて、あごを持ち上げて頭を後ろにそらせて気道を確保し、人工呼吸を2回実施する。胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返して行う。
※口と口が直接触れることに抵抗がある場合などは、胸骨圧迫だけを繰り返す。

※新型コロナウイルス感染症等の流行下では、3の胸骨圧迫を実施する場合、マスクやハンカチで傷病者の口を覆ってから胸骨圧迫を実施する。また、4の人工呼吸は成人では実施しない。

傷病者の管理方法

保温 (傷病者の体温を保つ)

悪寒、体温の低下、顔面蒼白、ショック症状などが見られる場合は、傷病者の体温が逃げないように毛布などで保温します。

ポイント

電気毛布、湯タンポ、アンカなどで傷病者を暖めることは、医師から指示を受けたとき以外はしてはいけません。

地面やコンクリートの床などに寝かせるときの保温は、身体の上に掛ける物より、下に敷く物を厚くします。

熱中症を除き、季節に関係なく実施しましょう。

保温することによって、圧迫感を与えないように注意しましょう。

服がぬれているときは、脱がせてから保温するようにしましょう。

やけどに対する応急手当

1 できるだけ早く水道水などのきれいな流水で冷やしましょう。

2 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やしましょう。

3 水疱(水ぶくれ)は破らないようにしましょう。

4 冷やした後はガーゼか、きれいな布で保護し、医療機関に行きましょう。

各種訓練⑦

給食給水訓練

災害時の給食・給水において大切なのは、できるだけ平等に、そして迅速に食料・水が配給されることです。日ごろから地域内での非常食の備蓄計画や救援物資の配給計画をきちんと立てておきましょう。



訓練を行う前に



地域の備蓄計画を立てる

- 給食給水が必要となる想定人数、災害時要援護者の割合、調理の手間など、地域の実情に合った計画を考える。



公的機関などからの救援物資の配給計画を立てる

- 救援物資の受け入れと配給をスムーズに行えるよう、配給計画を作成する。
- 避難所では班単位に配給するなど、混乱を防ぐような体制を考えておく。



さまざまな被災者へ柔軟で的確な対応ができるようにする

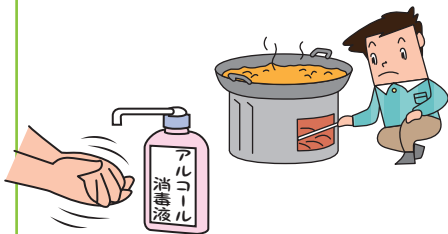
- 災害時要援護者、自宅から避難所などへ食事をもたらにくる人、帰宅困難となった地域外の人など、被災者の多様なパターンを考慮し、対策を検討しておく。
- 給食給水に関して不公平感や誤解が生じないよう、地域の方針や例外的な対応についての説明ができるようにしておく。

給食給水訓練の手順とポイント

災害時に混乱しないためにも、備蓄食品を使用した炊き出しや給水方法を訓練します。

1 釜や飯ごう、大鍋などを使用した炊き出しの方法を覚える

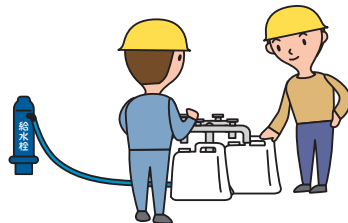
- 被災後の衛生状態の悪い状況で、大勢の人に配給することを考え、手や調理器具の洗浄方法を工夫する。
- 平常時に使用する器具での調理とは勝手が違うので、燃料の確保、水加減、火加減などの習得が必要になる。



2 給水施設や給水方法を確認しておく

- 事前に最寄りの災害時給水施設を確認しておく。
- 避難所に災害時給水栓がある場合「訓練用ホース」の貸し出しを受け、実際に設置し設営手順などを確認しておく。
- 地域内の井戸などの生活雑用水を確保できる場所も調査しておく。

「災害時給水施設」「災害応急用井戸」については29ページ参照



3 備蓄食品の特徴や食べ方を知り、実際に作って食べてみる

- アルファ米などを使用した炊き出し、簡易炊飯袋を使用した炊飯などを実際に体験してみる。
- 高齢者や傷病者、乳幼児など、災害時要援護者の食事の調理方法についても配慮する。
- 災害時の混乱を想定した上で実際に配給してみ、問題点を洗い出す。



防災訓練での備蓄非常食の提供

地域で防災訓練を行う際、市が備蓄している非常食を訓練用として提供します。詳細につきましては、事前に問い合わせをお願いします。

問い合わせ先

各区区民生活課 (27ページ「問い合わせ先3」をご参照ください。)

避難所運営訓練

避難所運営マニュアルの特徴

避難所に集まる全ての方が共有するマニュアル

避難所では、連合町内会等の地域団体及び避難者、仙台市が派遣する避難所担当職員、避難所となる施設の管理者や職員が、相互に連携しながら避難所運営を行います。

避難所運営マニュアルには、関係者それぞれの役割が記載されているほか、分担して各種活動が行えるよう「マニュアルシート」というチェック式のシートを設けており、避難所に集まる全ての方が共有するマニュアルとして作成されています。

避難所運営マニュアルの構成

本マニュアルは、主に災害発生前（平常時）に活用する「事前準備解説編」、水害・土砂災害の危険性に応じた避難や避難所開設に活用する「大雨時避難・開設編」、主に災害発生後に活用する「活動編」の3つの編と、「マニュアルシート集」、「様式集」で構成されています。また、避難所における新型コロナウイルス感染症対策については、マニュアル（別冊）が作成され、感染症の状況等を踏まえ必要な見直しが行われています。

※詳しくは仙台市ホームページをご参照ください。

<https://www.city.sendai.jp/kekaku/kurashi/anzaen/saigaitaisaku/hinanjo/une.html>



「地域版」避難所運営マニュアルの作成

避難所運営を行う上では、地域の土地柄やそこに住む方々の状況などによって、避難所ごとに重要となるポイントが異なる場合があります。

また、これまでの経験をもとに、避難ルールや災害時の手順を既に定めている地域もあります。

このため仙台市では、地域団体の方々や避難所の施設管理者とともに、避難所運営に関する話し合いを行い、地域の実情を反映した「地域版」避難所運営マニュアルを作成しています。

訓練は、作成した
地域版避難所運営マニュアルに
基づいて行いましょう!



問い合わせ先

危機管理局減災推進課 電話：022-214-3048
市民局市民生活課 電話：022-214-6148

自主防災活動の事例紹介

私たちはこんな活動をしています。

宮城野区 福住町町内会

「重要支援者」名簿の作成

福住町では、災害時に支援を必要とする高齢者等を「重要支援者」とし、地図入りの名簿を独自に作成しています。日常적인見守りを行いながら定期的に名簿を更新し、家具の転倒防止などの支援も行っています。



「全員参加型」防災訓練

夏まつりには誰でも参加するのに、防災訓練となると参加する人は少数です。福住町では、秋まつりとして全員参加型の防災訓練を開催しています。地域の小・中学生などの若者はもちろん、民間企業や行政機関、さらには他の地域の住民までが参加する防災訓練となっています。



「備える」に強力な助っ人！

福住町では県内外の町内会や民間企業など、14の団体と「災害時相互協力協定」を結んでいます。東日本大震災では様々な支援物資が協定先から直接手渡され、福住町は届けられた物資の大部分を支援が必要とする109箇所の他の被災地へ、翌年4月まで「他助」として搬送しました。



町内会長
から

私たちのような小さな町内会でも減災活動に努力を傾注すれば、これだけのことはできました。皆様のまちにも皆様のまちにふさわしい方式があるはずで、私たちの実践が少しでも参考になれば幸いです。

太白区グリーンキャピタル長町Ⅱ

マンション自主防災組織の結成

グリーンキャピタル長町Ⅱでは、平成29年度にマンションとしての自主防災組織を結成しました。結成にあたっては「防災マニュアル」を全戸配布、さらに設立説明会を開催し、活動備品などの紹介も行いました。



防災訓練の実施

結成後まもなく、防災マニュアルに基づく訓練を実施。ゲームや身近なものでつくる防災グッズ講座を取り入れ、子どもたちを交えて楽しく、住民の防災力向上を図りました。また、地域で行われる訓練へも参加しています。



「杜の都防災力向上マンション」、[SBL]の認定

グリーンキャピタル長町Ⅱはこの取組みから、平成29年8月、「杜の都防災力向上マンション」(→28頁参照)に、管理組合理事長は平成30年度に仙台市地域防災リーダー(SBL)(→24頁参照)に認定され、さらなる活動活性化に向け、体制を整えています。



理事長
から

組織の運営には、①目標や理念を明らかにする、②役員は誠実に職務を遂行する、③訓練に限らず様々な交流の機会を設けてコミュニケーション力をつける、④大多数が納得する決議を目指す、ことが重要だと考えます。しかし何よりも大切なことは、とにかくみんなが「楽しく取組む」ことです。

防災マップの作成

地域防災活動の出発点

地域のみなさまが共同で危険箇所などを点検し、土砂災害や洪水等の危険箇所を防災マップに落とし込んでいく作業は、みなさまが住んでいる地域をよく理解する機会となります。また、災害が起きたときの地域の弱点を事前に把握したり、避難するときの注意点を具体的に発見することは、防災訓練などの企画や避難経路を考える上での重要な手がかりにもなります。

地域の現状を正確に把握することは、防災・減災活動の出発点と言えます。危険箇所を確認することなどで、防災意識が養われるからです。是非、多くの方に参加してもらい実施しましょう。

防災マップに記載する基本事項

●人口・世帯数	人口、世帯数、年齢別人口など
●危険物・危険箇所	ブロック塀、石積みよう壁、自動販売機、看板の状況、木造密集地域、幅の狭い道路、土砂災害発生のおそれがある箇所、浸水のおそれがある箇所、過去の災害発生箇所など。
●災害時に役立つ知識・技能を有する人	医師、看護師、大工、福祉関係者など。
●災害時に役立つ施設	区役所、警察署、消防署、ガソリンスタンド、コンビニエンスストア、避難所、避難場所、病院・診療所、防災倉庫、公衆電話など。
●災害時に支援を要する人	高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児、児童、外国人など。

活用できる各種ハザードマップ

防災マップでは被害が想定される区域を地図に示し、避難場所や経路などの情報を掲載します。仙台市のハザードマップ等も参考にしてください。（本市ホームページで掲載しているほか、各区役所等で配布しているものもあります。詳しくは各問い合わせ先まで）

仙台市地震ハザードマップ

地震による仙台市内の「揺れやすさ」「地域の危険度」「液状化予想」を示したものの。

都市整備局建築指導課
電話：022-214-8323

仙台市津波ハザードマップ（津波からの避難の手引き）

宮城県が公表した「津波浸水想定」を基本に、津波の危険がある区域と避難場所、避難のために必要な事項をまとめたもの。

危機管理局減災推進課
電話：022-214-3048

洪水ハザードマップ（仙台防災ハザードマップ）

名取川、広瀬川、七北田川、梅田川、筑川、旧筑川、増田川、砂押川の河川堤防からの越流や堤防が壊れた場合を想定した浸水想定区域の結果を表示したもの。

危機管理局減災推進課
電話：022-214-3048

土砂災害ハザードマップ（仙台防災ハザードマップ）

土砂災害（土石流、地すべり、急傾斜地の崩壊）が発生する可能性のある土地の区域を表示したもの。

危機管理局減災推進課
電話：022-214-3048

仙台市宅地造成履歴等情報マップ

仙台市が保有する資料等をもとに、造成地における切土・盛土及び団地の造成開始年代などを4種類のマップとしてまとめたもの。

都市整備局開発調整課
電話：022-214-8343

仙台市内水浸水想定区域図（内水ハザードマップ）

過去50年間における最大級の大雨が、下水道計画区域全体に降った場合の浸水状況を想定したもの。

建設局下水道計画課
電話：022-214-8333

防災重点ため池ハザードマップ

宮城県が選定した特定のため池について、堤体（土手）が壊れた最悪の場合を想定した浸水想定区域の結果を示したもの。

経済局農林土木課
電話：022-214-8269

せんだいくらしのマップ

仙台市内の施設情報や防災に関する情報など、さまざまな情報を閲覧できる電子地図。

総務局広報課
電話：022-214-1143

防災マップのつくり方

1 班分けと作業分担

6～10名程度の班に分かれ、チェックする区域を決めましょう。
記録係（写真撮影担当、地図上の記録）や班長なども決めましょう。

2 事前打ち合わせ

地図上でどの辺りを重点的に歩くかなど、コースを決めたり、チェックのポイントを話し合しましょう。

3 まちに出よう

いよいよまちの防災チェックのスタートです。災害時に危険だと思われる所、物、逆に安全な所や役に立つ物などをみんなで調査しましょう。そして写真を撮ったり地図に記載しましょう。子どもの目線で見たり、ときどき見上げてみると新しい発見があると思います。

4 防災マップづくり

- 班ごとにチェックしてきた結果を地図上にまとめる。
- 班全員で調査結果について検討する。
- カラーペンや付箋紙をうまく使ってわかりやすい地図をつくる。
- 地図上に写真、カラーペン、付箋紙等で各種情報を貼り付けていく。
- 透明ビニールシートを地図に貼って油性ペンで情報を記入する方法もある。
- 写真は、インスタントカメラの利用やデジタルカメラとプリンターを利用すると時間を待たずに検討に入ることができる。
- 写真は地図の余白などに貼るなどして工夫する。

5 報告会

- でき上がった防災マップを班ごとに話し合い、意見交換をする。
- それぞれに見る視点が違ったり、地図だけではわからなかった“まち”の顔が見えてくる。
- 地図上に表れない“資源”も確認しあえる。

防災マップ作成上のメリットと運用上の注意点

メリット

- 作成のための調査活動を行うことで住民の関心を喚起できます。
- 調査成果は、自主防災組織などで作成する地域の防災活動の指針となります。
- 防災マップの内容は定期的に修正しなくてはなりません。従って、その修正・更新は自主防災組織の年間活動の核になります。
- 防災マップの更新活動を行うことで、役員交代などに伴う活動低下を防止できます。

運用上の注意点

- 要介護者・一人暮らしの高齢者・寝たきりの高齢者などの災害時要援護者の個人情報については、あらかじめ本人の承諾を得るなど、その取り扱いに十分注意する必要があります。
- 防災マップに記載される事柄は、地域住民の間で十分話し合い、合意を得ておくことが必要です。

定期的な点検と内容の見直し

地域の防災マップは、定期的な見直しと修正により、常に現状に近い内容で管理することが大事です。そのため、年間の活動予定として地域の防災点検や、各種ハザードマップを参考に防災マップの定期的な見直しを組み入れておきましょう。

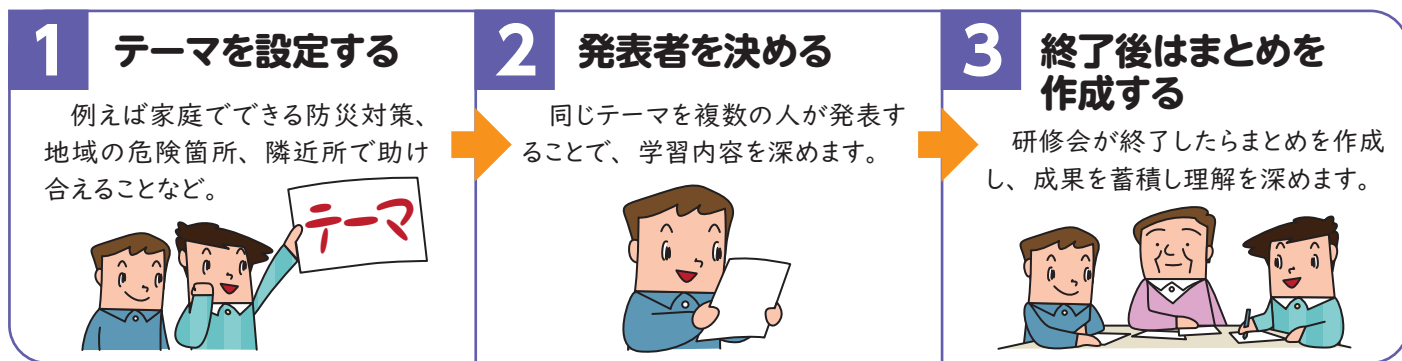


防災意識を普及するための研修会

研修会の開催方法

研修会を開催するには、テーマや対象者を明確に設定することが大切です。参加者による発表形式にするのか、討論形式にするのかなど、テーマや目的に沿った方法を選択しましょう。

研修会の開催方法



市政出前講座の活用

仙台市では、防災・減災、消防に関する地域での研修会などに職員を派遣し、災害への備えなどについて分かりやすく説明しています。詳しくは下記をご参照ください。

テーマ	主な内容	担当課
119番通報の現状	○仙台市における119番通報の現状 ○消防指令センターの仕組み～119番から消防車出場まで～ ○最も早い119番通報の方法 ○外国語通報や聴覚障害などへの対応 ○119番通報映像サポートシステム(Live View119)	消防局 指令課
家庭における火災予防	○家庭にひそむ火災の危険 ○もしも火災になったら(通報・初期消火・避難など) ○放火火災の現状と対応 ○住宅用火災警報器の設置・維持管理	消防局 予防課・各消防署
職場における火災予防	○過去の火災事例 ○防火管理の仕事 ○事業所の安全対策 ○消防用設備の設置と維持管理	消防局 予防課・各消防署
自主防災組織の活動	○自主防災組織の組織と活動	危機管理局 減災推進課
家庭等における地震対策	○家庭や職場での備え(非常持ち出し品、備蓄品、家具の転倒防止等)	危機管理局 減災推進課 消防局 予防課
洪水・土砂災害対策	○ハザードマップの見方と避難行動 ○マイ・タイムラインの作り方 ○豪雨災害への備え	危機管理局 減災推進課
津波から命を守る避難行動	○津波災害からの避難行動の考え方や備え、ハザードマップの見方	危機管理局 減災推進課
避難所の機能	○避難所の役割と運営 ○備蓄物資について ○防災対応型太陽光発電システムについて	危機管理局 防災計画課・減災推進課 環境局 地球温暖化対策推進課
わが家の耐震診断	○戸建木造住宅の診断と改修工事のポイント(対象は昭和56年以前に建てられた戸建木造住宅)	都市整備局 建築指導課 各区 街並み形成課
わが家の宅地点検	○あなたの宅地は大丈夫?～ <small>ようへき</small> 擁壁の安全チェック～	都市整備局 宅地保全課
みんなで取り組む水の確保	○水道局の災害対策 ○災害時給水栓の使い方 ○いろいろな応急給水 ○家庭でできる水の備蓄	水道局 水道危機管理室

ゲームを活用した防災・減災の意識啓発

地域の防災力向上のためには、こどもからお年寄りまで、地域に住むたくさんの人々が活動に参加することが重要です。自主防災活動を継続して行っていく上では、参加者を飽きさせない工夫も心掛けましょう。

DIG(災害図上訓練)

参加者が地図を使って防災について考える訓練です。

災害で起こりえる様々な事態などを地図の上にシートを被せ、書き込むことで地域の特性などを知り、楽しく話し合いながら災害時の活動や対応を考えることができます。

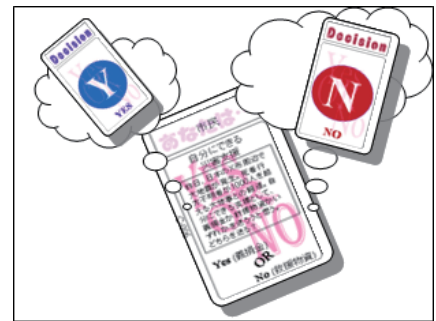


クロスロードゲーム

阪神・淡路大震災で神戸市の職員が迫られた、判断に難しい状況をもとに作成されました。

5人又は7人ほどのグループで、正解のないお題に対し、「YES」・「NO」のカードで答え、多い方の答えを出した人は小さな座布団がもらえます。

座布団の数を競いますが、なぜその答えを出したのかを話し合い、いろいろな物事の捉え方や価値観があることを学ぶことが目的です。



HUG(避難所運営ゲーム)

避難所運営を皆で考えるためのアプローチとして開発されました。避難者の年齢や性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを避難所に見立てた平面図に適切に配置していき、また避難所で起こる様々なアクシデントにどのように対応するか、模擬体験するゲームです。

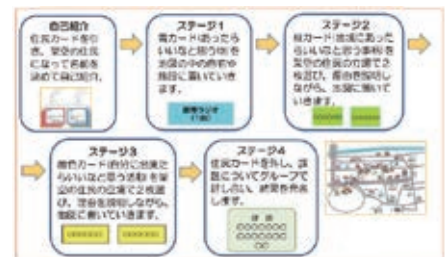
HUGのほかにも、避難所を開設する場面や活動班に焦点を当てた「KIT」、「KIT II」といったゲームもあります。



仙台発そなえゲーム

「災害に備えるために自分や地域に何が必要か」を考えながら、実践的に防災・減災を学びます。

参加者は架空のまちの10代から80代までの架空の男女になりきり、それぞれの立場で必要だと思う備えを考えます。現実の地域に住んでいる様々な立場の住民に気づき、思いを巡らせることにつながります。



ほかにも「防災カルタ」や、幼児向けには「防災ダック」など、みんなで楽しく防災・減災を学ぶためのゲームがあります。

防災訓練や研修会と併せて、地域で是非、実践してみましょう。

お問い合わせは、仙台市危機管理局減災推進課又はお近くの消防署まで、 **巻末連絡先参照**

防災資機材の整備・点検

自主防災活動として、初期消火、救出・救護、避難誘導等を行うためには、それぞれの地域において自主防災資機材を備えておくことが必要です

1

地域で備える防災資機材の例は、次のとおりです（資機材の数量については300世帯の場合の目安）。なお、地域の実情に応じて必要なものを準備してください。

情報収集・伝達用	メガホン	情報連絡・避難誘導などに活用します。▶重さ、拡声距離を考慮し、最大出力：20W、定格出力：15W程度のものが望ましいでしょう。予備の乾電池も準備します。 ▶数量：2～3個
	他に携帯用無線機、携帯用ラジオ	
初期消火用	消火器、消火用バケツ	
水防用	シャベル、ツルハシ、スコップ、ロープ、かけや（大型木槌）、くい、土のう袋	
救出用	金てこ（パール）	転倒・落下した障害物をてこの原理で持ち上げたり、先端部を使って障害物の破壊、ドア等のこじ開けなどに活用します。▶一般に長さ1m程度のものが使用しやすいと言われています。▶数量：3～5本
	のこぎり	作業の妨げになるもの（柱・はり・根太等）を切断し取り除きます。▶一般に片刃タイプで折りたたみ可能なものが使用しやすいと言われています。▶数量：3～5本
	ジャッキ	倒壊したはりや積み重なった家具などの重い障害物を持ち上げるのに活用します。（自動車用は約2tまで持ち上げられます）▶数量：3～5基
	ハンマー	ドアや家具など、障害物を破壊します。▶数量：3～5丁
他にはしご、スコップ、なた、ペンチ、ロープ		
救護用	担架、救急セット、テント、毛布、シート	
避難誘導用	ロープ	危険箇所の表示や、避難時にはぐれないためにロープを使い移動などします。▶10m以上のしっかりしたものを選ぶことが望ましいです。（材質：ビニロン、ポリエチレン、太さ8mm～12mm）▶数量：1～2巻
	リヤカー	傷病者搬送・資機材等の運搬に活用します。（地域での持ち寄り対応可）▶数量：1～2台
他に強カライト、メガホン、警笛		
給食・給水用	炊飯装置、鍋、こんろ、給水タンク、ガスボンベ	
その他	腕章・ビブス等	自主防災組織の役割を明確にするために活用します。数量：班編成によります
	他にヘルメット、軍手、マスク、標旗	

2

自主防災組織（町内会）としての資機材整備のほか、次のような点にも留意する必要があります。

- 各家庭に、消火器具（消火器、消火用バケツ、消火用水など）を備えます。また、各家庭から共用品として持ち出し可能な資機材があればリスト化しておきます。
- 救助用の大型工作資機材については、地域内の土木、建設業者等に対して、災害時に機材の貸与が得られるよう話し合っておきます。

3

資機材は、定期的、計画的に整備・点検し、いつでも活用できるようにしておきましょう。なお、使用のための「ルール」を決め、掲示するなどしておきましょう。

4

仙台市では、コミュニティ防災センターに災害時の自主防災活動に供する各種資機材を備蓄しています。コミュニティ防災センターは、市民センター、コミュニティ・センターに防災資機材倉庫を併設した施設で、平常時はコミュニティ活動の一環として防災訓練及び防災知識の普及の場となり、災害発生時には地域の自主防災活動の拠点となる施設です。

また、資機材の一部を備蓄している簡易型防災資機材倉庫もあります。

第3章 仙台市の取り組み

避難所等の公的備蓄

指定避難所の備蓄物資

指定避難所の市立小中高等学校等では、次の物資を備蓄しています。また、この他に区役所、総合支所、津波避難施設への備蓄、流通在庫備蓄があります。

品目	目安量
クラッカー	210食
ようかん	200食
調理不要食	730食
アルファ米	1,450食
アルファ粥	100食
飲料水（500mlペットボトル）	1,800本
災害用簡易組立トイレ	和式2基 洋式3基
災害用携帯型簡易トイレ	300枚
救急医療セット	1～2セット
毛布	400枚
大型扇風機	4台

品目	目安量
情報収集用テレビ	1台
ホワイトボード	1台
テント式プライバシールーム	2基
LPG発電機（カセットボンベ含む）	3台
LED投光器（コードリール付）	5セット
避難所運営用品（運営マニュアル・腕章・ビブス）	1セット
災害用多言語表示シート	1式
ハンズフリーメガホン	2台
使い捨てカイロ	600個
ネックレス型LEDライト	5個
軍手	36双

※この他に感染症対策に活用する物資（フェイスシールド、非接触型体温計等）を備蓄しています。

コミュニティ防災センターの防災資機材

品目	数量
● 消火器	10本
● 消火用バケツ	20個
● 給水用ポリタンク（20ℓ）	5個
● * 給水袋（6ℓ）	100枚
● * ラジオ付ライト（懐中電灯）	5個
* 懐中電灯	5個
● * カラーコーン	10個
● * コーンパー	5個
● * トラロープ	5巻
● 救急医療セット	3式
● * 毛布（簡易型）	200枚（10枚）
● * 保安帽	50個
● 鉄杭（パイプ）	40本
● 鉄杭（丸棒）	40本
● ヘッドキャップ	5個
● * 10ポンドハンマー	5丁
● * スコップ	10丁

品目	数量
● * ツルハシ	5丁
● * ビニールひも	5個
● オイル	2缶
● * 金てこ（バール）	3本
● * 防水シート	100枚
● 土のう袋	200枚
● * なた	5丁
● * サイレン付メガホン	3個
● * 担架	3式
* レスキュージャッキ	1基
● 組立水槽（1㎡）	2式
● * 炊飯装置セット※3	2式
● オイルパン	2個
● 投光器付発電機セット	3式
● * テント	2式
● * リヤカー	1台
● * 金属はしご	2個

●印は、防災資機材倉庫に備蓄してある資機材 *印は、簡易型防災資機材倉庫に備蓄してある資機材

市民センター、コミュニティ・センターの備蓄物資

品目	目安量
クラッカー	70食
ようかん	50食
調理不要食（順次アルファ米に切り替え予定）	200食
アルファ米	300食
飲料水	200ℓ

※この他に感染症対策に活用する物資（フェイスシールド、非接触型体温計等）を備蓄しています。

品目	目安量
ネックレス型LEDライト	2個
タワー型扇風機	1台
災害用携帯型簡易トイレ	300枚
LPG発電機（カセットボンベ含む）	1台
LED投光器（コードリール付）	1セット
避難所管理・運営用物資ケース	1セット

その他備蓄品

食料

仙台市地域防災リーダー(SBL)の養成

▶ 仙台市地域防災リーダー (SBL) とは

東日本大震災を経験して、家庭（自助）における災害対策のみならず、自主防災組織（共助）の必要性及び重要性が明らかになりました。

地域の安全・安心を高めるために、地域ぐるみで自主防災組織を活性化させ、地域防災力の強化を図る必要性が高まっています。

そこで仙台市では、平成 24 年度（2012 年）から仙台市独自の講習カリキュラムに基づき、仙台市地域防災リーダー（SBL）の養成を開始しました。

仙台市地域防災リーダー（SBL）には、町内会長等を補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや効果的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割を期待しています。

仙台市は、仙台市地域防災リーダー（SBL）が活動しやすいように、平常時から支援をしています。

黄色いヘルメットとオレンジのベストが SBL のユニフォームです。



令和 5 年当初時点で、市内で約 840 名の SBL が活動を行っています。

SBL とは、(Sendaiishi chiiki Bousai Leader) の略です。

▶ 養成講習会について

次の内容について、2 日間にわたり講習します。

- | | | |
|---|---------------------|-------------------------------------|
| 1 | 自助・共助・公助の役割 | 自助・共助・公助の内容、リーダーの役割、地域との連携についての基礎知識 |
| 2 | 自分の住んでいる地域の特性の理解 | 地域特性を踏まえた防災マップの作成、地域防災力診断 |
| 3 | 常日ごろ備えておく技能 | 避難誘導の基礎知識、初期消火訓練、救出・救護等の実践訓練 |
| 4 | 自主防災組織の機能を高めるための活動 | 自主防災計画策定、災害時要援護者の避難支援、さまざまな防災ゲームの紹介 |
| 5 | 東日本大震災や関東・東北豪雨の経験から | 避難所運営の体験談など |
| 6 | 避難所運営について | 避難所運営の基礎知識 |
| 7 | まとめ | |

▶ 養成講習会の様子



▶ 仙台市地域防災リーダー（SBL）に期待する防災活動

仙台市地域防災リーダー（SBL）には、地域において次の活動の実施をお願いしています。

- 1 自主防災組織での中核的な活動と防災知識の普及・啓発
- 2 地域特性に応じた自主防災計画の作成
- 3 地域の実情に合った効果的な防災訓練の企画・立案
- 4 災害時要援護者の把握と避難支援
- 5 地域における避難所運営及び事前の協議等

▶ 各地区の活動状況

青葉区 国見地区連合町内会

国見地区の補助避難所・北山市民センターの設置・運営を支援し、災害時要援護者の避難支援の取組みを進めています。



宮城野区 岩切地区町内会連合会

岩切地区では小学生に対する〇×クイズや防災かるたなどを取り入れた防災講座を行い、子どもたちへの防災・減災周知・啓発活動を行っています。

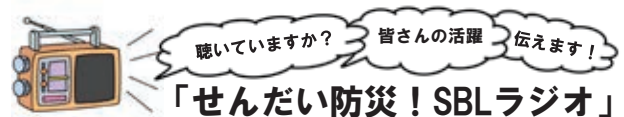


泉区 向陽台・山の寺・明石南連合町内会

向陽台小学校を指定避難所とする3つの連合町内会のSBLは、避難所運営マニュアルでサポートアドバイザーに位置付けられています。効果的な訓練の実践に向けて何度も意見交換・打合せを重ね、チームワークは抜群です。



SBLの活動は、コミュニティエフエムラジオでもご紹介しています!!



仙台市地域防災リーダー(SBL)の活躍や地域防災の取組みを紹介します。災害の時、ラジオの情報は頼りになります。普段からラジオを聴きましょう。

仙台市内コミュニティエフエム4局ネットでご覧の時間に絶賛放送中!

- ★ラ ジ オ 3 (76.2MHz) : 第1土曜日10:30~11:00
- ★エフエムいずみ (79.7MHz) : 第2土曜日7:00~7:30
- ★エフエムたいはく (78.9MHz) : 第3月曜日14:30~15:00
- ★楽天、エフエム東北 (89.1MHz) : 第4土曜日9:30~10:00

※令和5年3月時点での放送日です。詳しくは仙台市ホームページをご覧ください。

災害時要援護者情報登録制度

登録制度の概要

災害時に安否確認や避難支援といった地域の支援を必要とする方々に「災害時要援護者」として事前に登録いただき、その情報を町内会などの地域団体へ提供する制度です。この情報は、受け取った地域団体等が、対象者を訪問して日ごろからの関係づくりを進めるなど、地域による支援体制づくりに活かしていただくものです。

登録の対象となる方

次の①から④に該当する在宅の方のうち、災害が発生したとき、「自分の力だけでは避難できない」「目や耳が不自由なために災害情報が入手できない」などの理由で、地域の支援を希望する方

① 障害者手帳をお持ちの方

② 要介護・要支援認定を受けている方

③ 65歳以上の高齢者で、一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方

④ 上記①～③に準ずる方や病気等により、地域による支援が必要な方
(難病や自立支援医療の給付を受けている方も含みます)

※リストには、地域団体等への情報提供に同意いただいた方が掲載されています。

情報提供の流れ



災害時要援護者支援の進め方

手順どおりに取り組まなくても構いません。それぞれの地域に合ったやり方でできることから始めてください。

1 支援体制を整える

- まずは地域内でどのような体制で取り組むか話し合ってみましょう。
- 取り組みの進め方や個人情報の取り扱いルールを決めましょう。

2 災害時要援護者を把握する

- 地域で持っている情報に加えて、市から受け取った災害時要援護者リストを上手に活用して、地域の災害時要援護者を把握しましょう。

3 訪問してみる

- 災害時要援護者を訪問して、まずは顔見知りになりましょう。
- 支援に必要な情報を確認しましょう。

4 支援者を決める

- 誰（支援者）が誰（災害時要援護者）にどんな支援をするのか決めておきましょう。

5 日ごろの関係づくり

- 日ごろの見守り活動を通じて、顔の見える関係づくりを進めましょう。

詳しくは ▶ 仙台市健康福祉局社会課発行の「災害に備える 地域助け合いの手引き～災害時要援護者支援の進め方」をご覧ください。

【問い合わせ先】

1	災害時要援護者支援に関する事	健康福祉局社会課	電話：022-214-8158
		危機管理局防災計画課	電話：022-214-3046
2	災害時要援護者登録の手続きに関する事	青葉区役所保健福祉センター障害高齢課	電話：022-225-7211（代表）
		宮城総合支所障害高齢課	電話：022-392-2111（代表）
		宮城野区役所保健福祉センター障害高齢課	電話：022-291-2111（代表）
		若林区役所保健福祉センター障害高齢課	電話：022-282-1111（代表）
		太白区役所保健福祉センター障害高齢課	電話：022-247-1111（代表）
		秋保総合支所保健福祉課	電話：022-399-2111（代表）
		泉区役所保健福祉センター障害高齢課	電話：022-372-3111（代表）
3	地域の災害対策に関する事	危機管理局減災推進課	電話：022-214-3109
		青葉区役所区民生活課	電話：022-225-7211（代表）
		宮城総合支所まちづくり推進課	電話：022-392-2111（代表）
		宮城野区役所区民生活課	電話：022-291-2111（代表）
		若林区役所区民生活課	電話：022-282-1111（代表）
		太白区役所区民生活課	電話：022-247-1111（代表）
		秋保総合支所総務課	電話：022-399-2111（代表）
		泉区役所区民生活課	電話：022-372-3111（代表）

杜の都 防災力向上マンション認定制度

東日本大震災では、マンションについては、玄関ドアが開かなくなったり、ライフラインが止まったことで水や食料の調達・運搬に苦慮したりといった、高層建物に特有の課題も顕在化しました。

一方、居住者同士の支え合いによって、非常時の不便な生活を乗り切った事例もあり、マンション管理組合などによる自主的な防災活動の取り組みの強化が求められています。

そこで、仙台市では、各マンションの防災力を市が独自に評価し、認定する「杜の都 防災力向上マンション認定制度」を創設しました。

この制度では、「防災性能」と「防災活動」というハード・ソフトの両面から防災力を評価し、最大6つの星の数で認定します。

さらに、防災活動については、マンション管理組合などによる防災活動のルールをまとめた「防災マニュアル」づくりが大きな効果を発揮すると考えており、このマニュアルづくりにあたって、専門家を派遣し支援する事業も実施しています。



杜の都 防災力向上マンション認定制度

マンション管理組合などの防災活動状況によって段階的に星を増やしていくことが可能です。

防災性能

建物の耐震性能	+	防災性能 (注1) のうち
★	+	2項目達成
★★		3～4項目達成
★★★		5項目すべて達成

(注1)

1. 窓ガラスの落下防止対策
2. 防災備蓄倉庫設置
3. 避難場所の確保
4. 耐震ドア設置
5. エレベーター対策 (地震時管制運転装置設置)

防災活動

★	自主防災組織の結成
★★	自主防災組織の結成、防災マニュアル作成に加え、防災活動(注2)のうち4～7項目を実施
★★★	自主防災組織の結成、防災マニュアル作成に加え、防災活動(注2)のすべてを実施

(注2)

1. 防災訓練の実施
2. 地域の防災訓練への参加
3. 地域の避難所運営との連携
4. 家具の転倒防止対策
5. 非常用電源の確保
6. 災害用簡易トイレの確保
7. 救急資機材等の整備
8. 飲料水・食料の確保

この制度をきっかけに、地域との話し合いを始めてみませんか！

問い合わせ先

都市整備局住宅政策課 電話：022-214-8306

ご来庁の際は、あらかじめお電話等でご連絡ください。

災害時給水施設

災害時給水施設には、市民の皆さまが開設・運営できる災害時給水栓と、水道局職員が開設を行う応急給水栓（非常用飲料水貯水槽、配水所活用型・ポンプ井活用型）、災害時給水栓（地下型）があります。

地域で運営する災害時給水栓

東日本大震災の教訓を踏まえ、地域の皆さまが自ら設営できる「災害時給水栓」を、市立小・中・高等学校など、すべての指定避難所に整備を進めています。給水所の開設に必要な仮設給水蛇口と給水ホースは、学校の防災備蓄倉庫などに保管しています。

訓練での活用

防災訓練などを行う際には、水道局で災害時給水栓の「訓練用ホース」を貸出しています。ぜひご活用ください。また、災害時給水栓の操作方はYouTube動画で確認することができます。



災害時給水栓開設時のイメージ

問い合わせ先

水道局水道危機管理室 電話：022-304-0099（直通）

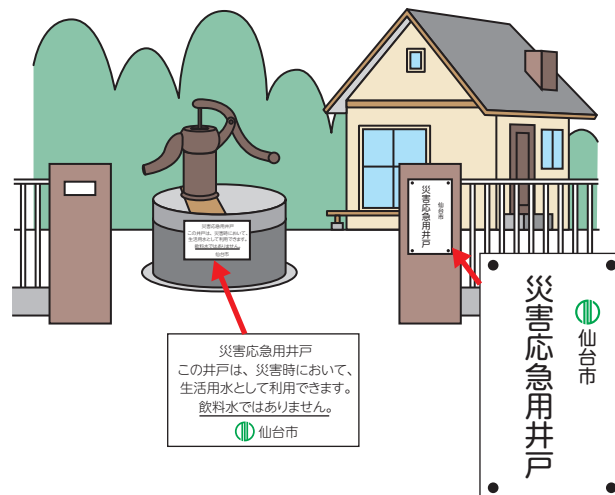
災害時給水施設一覧など詳しくは仙台市水道局ホームページをご覧ください
<https://www.suidou.city.sendai.jp>



災害応急用井戸登録制度

仙台市では、大規模な災害が発生して、万が一水道の供給が停止したときに、井戸水を雑用水として近所の方に提供していただく、「災害応急用井戸」の登録を進めています。現在約300件の井戸が登録されています。

再びいつ襲ってくるかわからない災害に備え、災害応急用井戸の登録をさらに進めていきます。市民のみならず、事業者のみならず、ご協力をお願いします！



東日本大震災で利用された災害応急用井戸



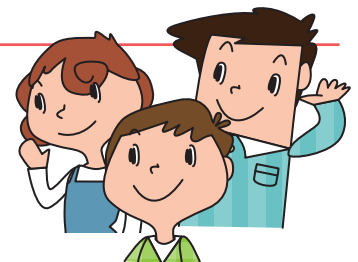
津波が浸水し、電気も水道も止まってしまいましたが、手押しポンプで汲み上げた井戸水を使って、住民のみなさんが清掃等を行っていらっしゃいました。
 （若林区笹屋敷地区、平成23年4月14日撮影）



災害応急用井戸の登録の要件はありますか？

A 登録要件は次のとおりです。詳細についてはお問い合わせください。

1. 仙台市内にある井戸であること。
2. 現在使用していて、今後も引き続き使用する井戸であること。
3. 地震災害等の非常時に当該地域の住民が使用できる場所にあること。
4. ポンプなど井戸水を汲み上げるための設備があること。
5. 地震災害等の非常時の井戸水利用について井戸の所有者が同意していること。
6. 井戸の所有者が井戸所在地の公表に同意すること。



問い合わせ先

環境局環境対策課 電話：022-214-8221（直通）

緊急時 テレホン ガイド

火事・救急は
119 番

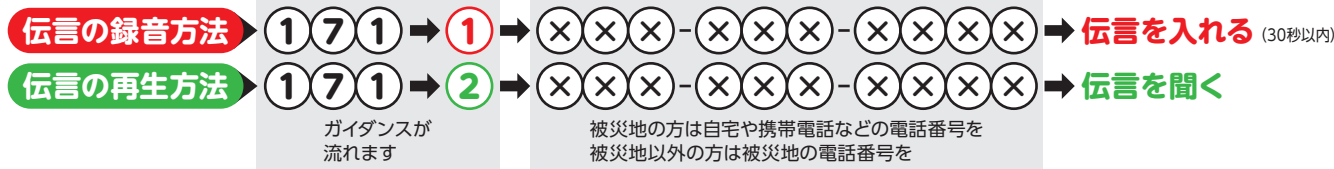
警察は
110 番

海上の
事故・事件は
118 番

災害伝言
ダイヤルは
171 番

災害用伝言ダイヤル171のかけ方

災害発生時（震度6弱以上の地震など）はNTTの災害用伝言ダイヤルサービスが稼働します。事前契約などはありません。家族や友人などが被災した場合の安否の確認や連絡などに活用できます。※災害用伝言ダイヤルサービスの開始はテレビ・ラジオなどで通知されます。



※携帯電話の災害用伝言板サービスについては、右記ホームページで、使用方法等を紹介しております。

NTTドコモ <https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html>
ソフトバンク <https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/boards/>
au <https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/sp-usage/>

災害発生時の避難行動を適切に行うためには、各種情報を速やかに入手することが大切です。気象情報や避難情報は、市や防災関係機関、マスメディア等から、さまざまな手段で提供されます。テレビ、ラジオ、パソコンや携帯電話・スマートフォンなどを活用し、積極的に情報収集しましょう。

災害時の情報入手方法の確認

安全に避難するためには、災害情報や避難情報などの情報を速やかに入手することが大切です。テレビ、ラジオ、パソコンや携帯電話・スマートフォンなど、防災関連の情報を積極的に入手しましょう。



テレビ

パソコンやスマートフォン以外でも、災害情報を知ることができます。



- ① テレビの電源を入れリモコンの「d(データ放送)」ボタンを押す。
- ② リモコンの矢印で必要な情報に合わせ「決定」を押す。



携帯電話・スマートフォン・パソコン

災害発生をすみやかに知る

市の都防災メール [登録が必要]

災害に関する情報を、あらかじめ登録した方にメールでお知らせします。

<http://sendacity.bosai.info/sendacity/bosaimail/>



緊急速報メール [登録不要]

対象地域内で携帯電話やスマートフォン(対応機種)をお持ちの方に対して、緊急を要する避難情報などを一斉にお知らせします。

仙台市
危機管理局
Twitter
[フォロー必要]
@sendai_kiki



仙台市
危機管理局
【多言語版】
Twitter
@sendai_kiki2



市内の災害情報や避難情報など、防災関連の情報をお知らせします。

災害や地域の状況をくわしく知る

仙台市ホームページ

<https://www.city.sendai.jp>



せんだいくらしのマップ

洪水や土砂災害、内水氾濫、防災重点ため池等のリスクを確認できます。

避難情報ウェブサイト

簡単な操作で、避難情報や最寄りの避難所を確認できます。

<https://hinan.city.sendai.jp>



仙台防災ナビ

各地域での防災の取組や、平時からの備えなどが学べます。

<https://www.sendaibousai.com>

せんだい避難情報電話サービスについて

携帯電話やスマートフォンを持たない世帯の固定電話へ、津波情報・大雨・土砂等による避難情報等を自動音声により配信しています。サービスの利用には事前に登録が必要です。配信をご希望の方は、区役所窓口等で配布する申込用紙(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入の上、お申し込みください。お問い合わせ：危機管理局危機対策課 022-214-3049



お問い合わせ先

仙台市危機管理局減災推進課
 仙台市消防局予防課
 仙台市青葉消防署予防課
 仙台市宮城野消防署予防課

☎022-214-3109
 ☎022-234-1111
 ☎022-234-1121
 ☎022-284-9211

仙台市若林消防署予防課
 仙台市太白消防署予防課
 仙台市泉消防署予防課
 仙台市宮城消防署予防係

☎022-282-0119
 ☎022-244-1119
 ☎022-373-0119
 ☎022-392-8119