

保存版

# 府中市 防災 ハンドブック



ほっとするね  
緑の府中



発行年月 令和2年3月  
改訂 令和6年3月  
編集・発行 府中市総務管理部防災危機管理課  
〒183-0056 東京都府中市寿町1丁目5番地  
府中市中央防災センター  
電話 042-364-4111(代表) 042-335-4098(直通)

BOSAI HANDBOOK FUCHU

# 府中市 防災ハンドブック

## 目次

### 防災の基本的な考え方

自助・共助・公助	4 ページ	災害発生直後は自助・共助の連携が大事
災害により対応が異なる	4 ページ	

### 大規模地震災害編

府中市の被害想定	5 ページ	立川断層帯地震(冬の夕方6時) 生活への影響 交通規制が行われます
揺れに強い家に住む	7 ページ	地震の揺れは突発的かつ一瞬の出来事 耐震性能の高い建物に住む 室内の安全対策を高める ブロック塀の耐震対策
震災時の避難	9 ページ	地震発生後の避難の流れ
避難所生活・被災生活	10 ページ	避難所の生活 自宅での在宅避難
震災に備えて知っておきたいこと	11 ページ	家族や大切な人との連絡手段(安否の確認方法) ガスの復帰・ブレーカーの取り扱い 災害時給水ステーション
震災時の医療救護	14 ページ	府中市の医療救護体制
帰宅困難者対策	15 ページ	一斉帰宅の抑制
備蓄と非常持ち出し品	16 ページ	家庭内備蓄 非常持ち出し品
地震防災マップ	17 ページ	

### 風水害編

府中市に起こり得る風水害	19 ページ	河川の氾濫(多摩川) 内水氾濫 土砂災害
令和元年台風第19号	20 ページ	府中市制施行以来初めて多摩川の増水に伴う避難勧告を発令

多摩川に関する防災情報	21 ページ	多摩川の水位と警戒レベル(避難情報)の関係 自分や家族に合った適切な避難のタイミングを考える
土砂災害(がけ崩れ)に関する防災情報	23 ページ	府中市内に土砂災害(特別)警戒区域が指定されました 土砂災害警戒情報や避難情報を利用して適切なタイミングで避難する
風水害時の避難	25 ページ	立ち退き避難(水平移動) 屋内安全確保(垂直移動) 多くの市民が安全な場所に避難するために
避難情報等の受け取り方	27 ページ	メール配信等 デジタルデータ放送④ インターネット 防災行政無線・フリーアクセスダイヤル
水害への備え・避難時の装備	29 ページ	風水害への備え 風水害時の避難の装備 風水害時の非常持ち出し
多摩川の浸水想定を確認する	30 ページ	多摩川洪水ハザードマップから浸水リスクを読み解く
避難行動判定フロー	31 ページ	避難の開始時期と避難先を確認しよう
マイ・タイムライン	33 ページ	マイ・タイムラインを作成して自分や家族の洪水時の行動を確認しよう 東京マイ・タイムライン
多摩川氾濫避難マップ	35 ページ	
内水氾濫マップ	37 ページ	
土砂災害ハザードマップ	39 ページ	

### その他

配慮が必要な方への対応	43 ページ	要配慮者は地域で助け合うことが大事
災害時のペット救護対策	44 ページ	避難の原則はペットと飼い主の同行避難
生活再建に向けて	45 ページ	被害認定調査とり災証明書の発行 住まいと生活の再建
マンションの防災対策	47 ページ	在宅避難とマンションの防災対策 スムーズな復旧・復興に向けた事前の取組
原子力災害・国民保護	48 ページ	原子力災害 国民保護

### 支援制度

府中市の支援制度	49 ページ	木造住宅耐震診断・耐震改修等助成事業 ブロック塀等安全対策費用助成事業 家具転倒防止器具支給事業
----------	--------	--

# はじめに

府中市長  
高野律雄



日本では、1949年(昭和24)に気象庁が震度7の震度階級を定めてから71年が経過するなか平成7年の阪神・淡路大震災を皮切りに、平成30年の北海道胆振東部地震までのわずか23年の間に震度7を観測する地震が6回(※)発生しています。また、震度6を超える地震もこの間かなりの頻度で発生しており、首都東京に大地震が発生すると言われて久しいなか、府中市にいつ大地震が起きてもおかしくない状況であるといっても過言ではありません。

さらに令和元年は、房総半島を中心に大きな被害をもたらした台風第15号(令和元年房総半島台風)や全国70以上の河川で氾濫を起こした台風第19号(令和元年東日本台風)など関東地方に大型の台風が相次いで上陸した年となりました。台風第19号が上陸した際には、市制施行以来初めて避難勧告を発令する事態となり、多くの市民に避難をいただきました。現在、市民の皆様のご意見を頂戴しながら、避難所開設をはじめとする当時の市の対応を検証し今後の災害対策の強化を図っているところでございます。

しかしながら、行政による災害対策の強化だけでは十分でなく、日頃からの市民一人ひとりの備えや心構えによる「自助」や自治会や町会など地域の協力による「共助」が大変重要となっております。台風第19号の接近時においても住民同士の助け合いによる避難支援や情報伝達、さらには避難所の開設支援など多岐にわたる共助の取り組みがあったと聞いております。

この「府中市防災ハンドブック」は防災に関して市民の皆様を知っていただきたいことや実践してほしい事柄を掲載しております。自然災害の発生を未然に防ぐことはできませんが、予め備えておくこと、知っておくことで災害による被害を軽減することは可能です。

本ハンドブックが個人や家族はもとより、地域において自治会・町会、学校、事業所などあらゆる場所で活用され市民の生命や身体・財産を守るための一助となることを期待しております。

※ 阪神・淡路大震災(平成7)新潟県中越地震(平成16)東北地方太平洋沖地震(平成23)熊本地震前震・本震(平成28)北海道胆振東部地震(平成30)

令和2年3月

# 防災の基本的な考え方

防災ハンドブックを読んで、災害に対する正しい知識を理解しましょう。

## 自助・共助・公助

災害の発生を防ぐことは出来ませんが、行政・地域・個人が一体となって防災対策を進めることで被害を最小限にすることが出来ます。

## 災害発生直後は自助・共助の連携が大事

その時、助け合えるのは近くにいる人たちだけなのです。

大規模な自然災害が発生すると、多くの方が救助や救護を必要とすることから救助隊員の人数が足りず、全ての現場に駆けつけるのは現実的に困難です。平成7年の阪神・淡路大震災では、住民同士の助け合いによらなければ多くの要救助者を助け出すことができない状況でした。

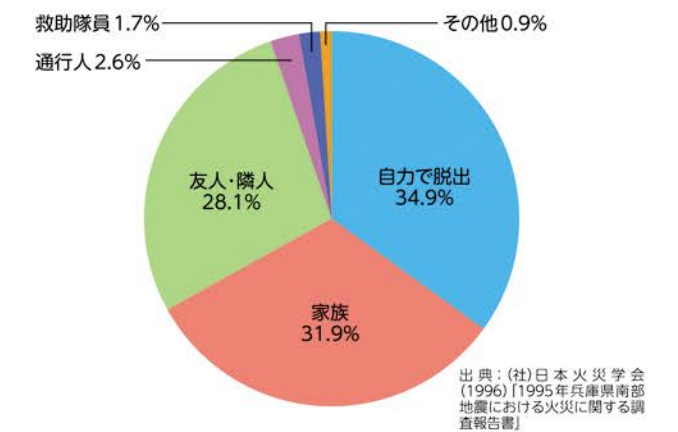
## 阪神・淡路大震災における神戸市の被害概要

神戸市の全半壊家屋の数を救助隊員数で割ると、隊員1人あたり67棟の災害現場に対応する必要があり、当時の救助活動がいかに困難を極めたかが伺えます。

死者	4,484人
負傷者	14,679人
全半壊家屋	94,109棟
火災発生件数(発災から3日間)	138件
消防局の人数	1,336名

出典：公益財団法人日本消防協会「阪神・淡路大震災誌」

## 阪神・淡路大震災における生き埋めや閉じ込められた際の救助主体等



救助隊員1人あたり  
全半壊家屋67棟  
の救助にあたることは  
現実的に不可能です。



## 災害により対応が異なる

府中市は地震や台風、洪水、土砂崩れなどの災害が想定されますが備えや避難の仕方は全く異なります。

大雨や台風、土砂災害などの風水害は予測できる災害なので心構えや準備を行う猶予があります。一方で地震災害は突発的に発生するため身構えや心の準備ができないため、事前の備えと発災後の臨機応変な対応が求められます。

# 大規模地震災害編

今後30年間で首都直下地震が発生する確率は70%といわれています。

## 府中市の被害想定

想定される地震被害を意識して、日頃から家庭や地域の防災対策を考えておくことが大切です。

### 立川断層帯地震(冬の夕方6時)

府中市地域防災計画において被害が最も大きくなると想定される地震です。

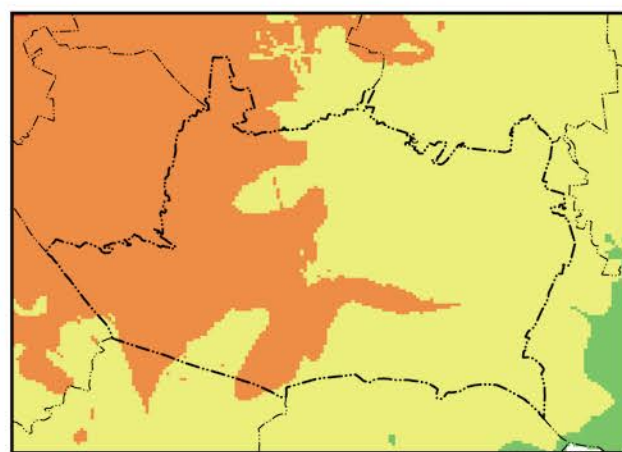
#### 地震の規模

震度 **震度6弱～6強**

震源の深さ **約2～20 km**

地震の規模 **マグニチュード7.4**

震源 **東京都多摩地域**



立川断層帯地震(M7.4) 震度分布

震度6強 震度6弱 震度5強

#### 人的・物的被害

死者 **56人**

負傷者 **1,020人**

全壊家屋 **686棟**

焼失棟数 **1,357棟**

避難者数 **30,183人**

#### ライフラインの被害

水道断水率 **16.7%**

下水道管きよ被害率 **3.6%**

電気停電率 **5.9%**

ガス供給支障率 **33.0%**

固定電話不通率 **2.7%**

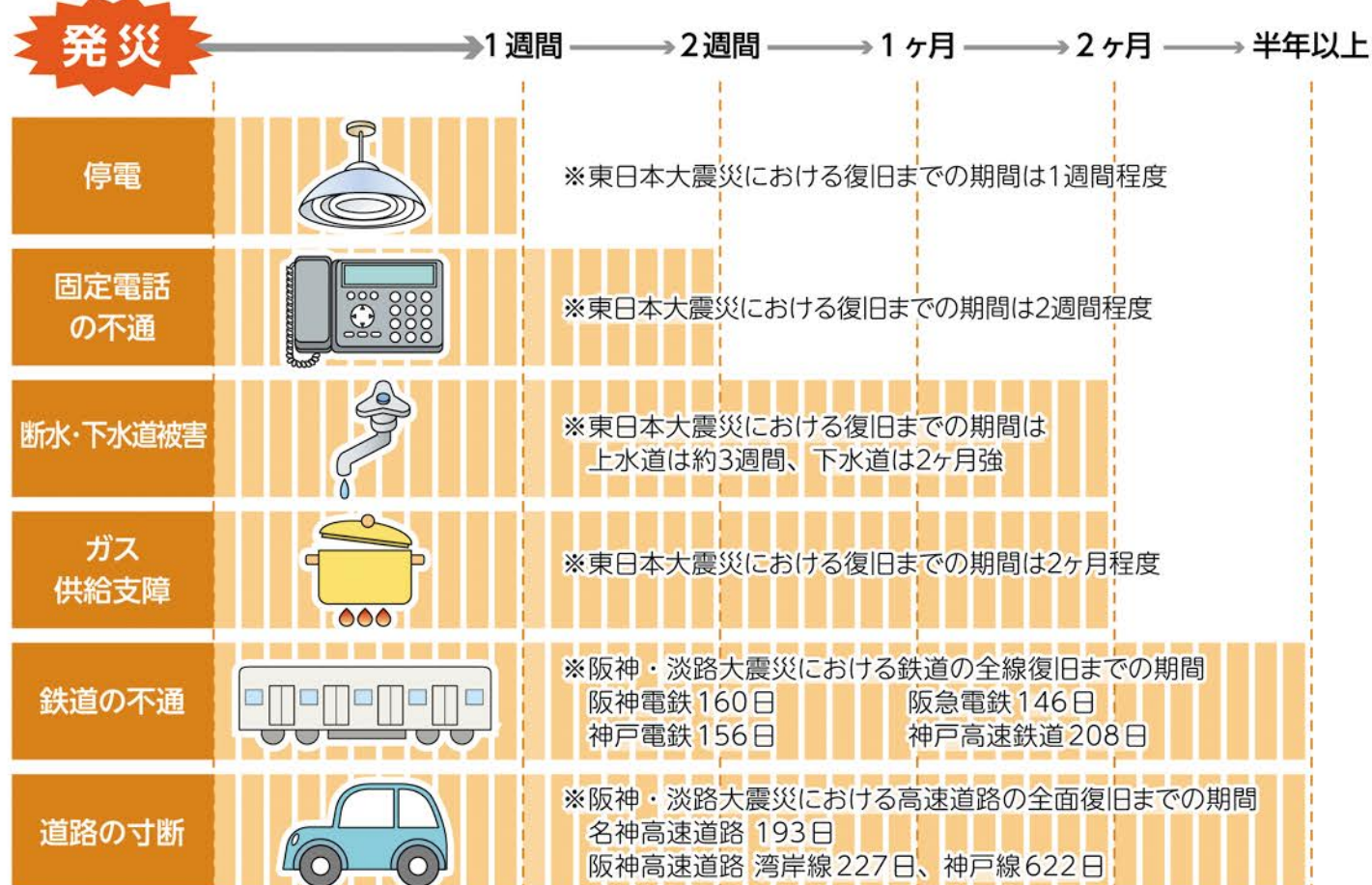
#### ●ライフライン復旧の目途

阪神・淡路大震災以降に発生した地震災害において、ライフラインが被害を受けて機能が停止してから、約9割程度まで復旧するのに電気は約1週間、水道や下水道は1ヶ月～3ヶ月程度の期間を要しています。

## 生活への影響

都市機能が一瞬で破壊され日常生活に多くの影響を及ぼします。

ひとたび大規模な地震災害が発生するとライフラインやインフラが大きな被害を受け、長期間にわたり日常生活に様々な影響が出ます。



## 交通規制が行われます

地震発生後は自動車を乗り出さないでください。

警視庁では、震度6弱以上の大地震が発生した場合、人命救助や消火活動を行う緊急車両等の通行を優先させるため、次のとおり交通規制を行います。

### 第一次交通規制

環状七号線から都心方向への車両の通行が禁止となります。また、環状八号線から都心方向への車両の通行は抑制されます。高速道路と一般道路6路線が「緊急自動車専用路」に指定され、車両の通行が禁止となります。

- ※環状七号線は、う回路として通行できます。
- 緊急自動車専用路として指定される路線(一般道)
- 緊急自動車専用路として指定される路線(高速道路等)

### 第二次交通規制

- 「緊急自動車専用路」が優先的に「緊急交通路」として指定され、車両の通行が禁止となります。
- ※災害応急対策に従事する車両のみの通行となります。
- 緊急交通路として指定される路線(一般道)
- 緊急交通路として指定される路線(高速道路等)
- 必要に応じ、緊急交通路として指定される代表的な路線



平成31年度版  
引用：警視庁



東京都・警視庁 緊急交通路案内板

※府中市地域防災計画では、このほかに「多摩東部直下地震」「都心南部直下地震」「大正関東地震」の3つの地震を想定しています。

## 揺れに強い家に住む

地震による犠牲者の多くは建築物の倒壊や家具類の転倒に巻き込まれています。

### 地震の揺れは突発的かつ一瞬の出来事

激しい揺れの中では身動きすることすら難しくなります。

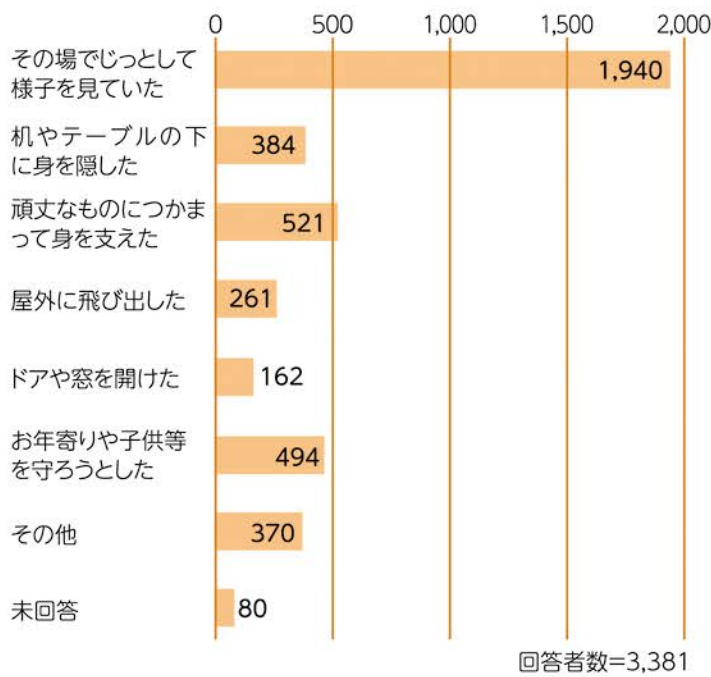
平成7年の兵庫県南部地震や平成28年の熊本地震では、震度5以上の激しい揺れはわずか十数秒程度であったにもかかわらず多くの建築物の倒壊や家具類の転倒が発生しました。



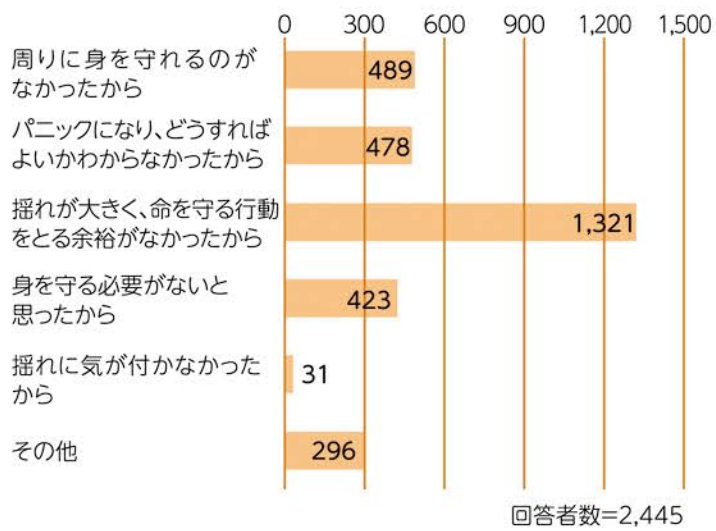
### 平成28年熊本地震に関する県民アンケート調査

熊本県が熊本地震で震度6強以上を観測した市町村の住民に対して地震に関する調査を行った結果、激しい揺れの中では何もできないと回答した人が半数以上にのぼり、身を守る行動がとれたと回答した人は2割弱にすぎないことが分かりました。

#### 【前震】揺れている最中の行動(複数回答)



#### 【前震】身を守るための行動をとれなかった理由(複数回答)



出典：熊本県「平成28年熊本地震に関する県民アンケート調査 結果報告書」

## 耐震性能の高い建物に住む

建築物の倒壊に巻き込まれたら命は守れません。

阪神・淡路大震災における犠牲者の83%は建築物の倒壊によるもので、そのうち6割の方は地震の発生から15分以内に亡くなっています。地震から家族や自らの命を守るためには、地震の揺れに強い家に住むことが必要不可欠となります。

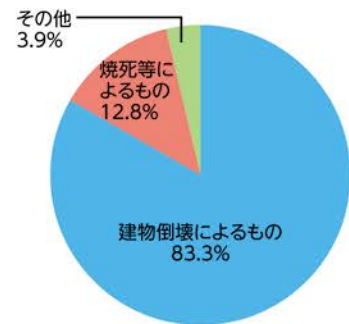
### ●兵庫県南部地震を再現した加振実験

提供：防災科学技術研究所 Eディフェンス



1981年の建築基準法改正前に建てられた耐震性能の低い建物。左側の家屋には耐震補強を施しています。

#### 亡くなった人の原因



出典：兵庫県監察医(平成7年)「神戸市内における検死統計」

### 木造住宅耐震診断・耐震改修助成事業

府中市では昭和56年5月31日以前に建築した一戸建ての木造住宅に対して耐震診断・耐震改修等の費用の一部を助成する制度があります。詳しくは49ページ「府中市の支援制度」をご覧ください。

## 室内の安全対策を高める

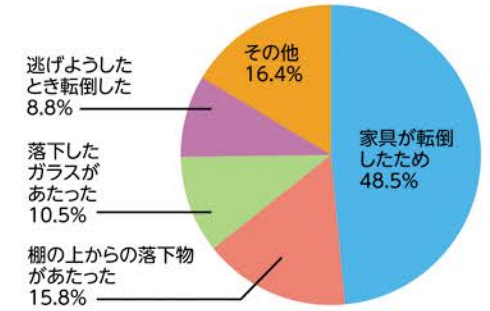
家具類や家電製品の転倒・落下防止対策、ガラスの飛散防止対策は万全にしましょう。

大規模地震が発生すると大型の家具等が移動や転倒を起こしたり窓ガラス等が割れて飛散したりします。地震による怪我を未然に防ぎ、室内の避難路を確保するため、家具類の転倒・落下防止対策等をしっかり行いましょう。

### 自宅で生活できなくなる可能性がある

家具類の転倒や落下により室内が荒れると自宅での生活が困難になります。また、停電や断水などの影響が出ると部屋の片付けや掃除が行えず自宅での生活の再開に大変な労力と時間がかかります。

#### ケガした人の原因



出典：平成7年2月神戸市消防局調査

### 家具転倒防止器具の支給事業

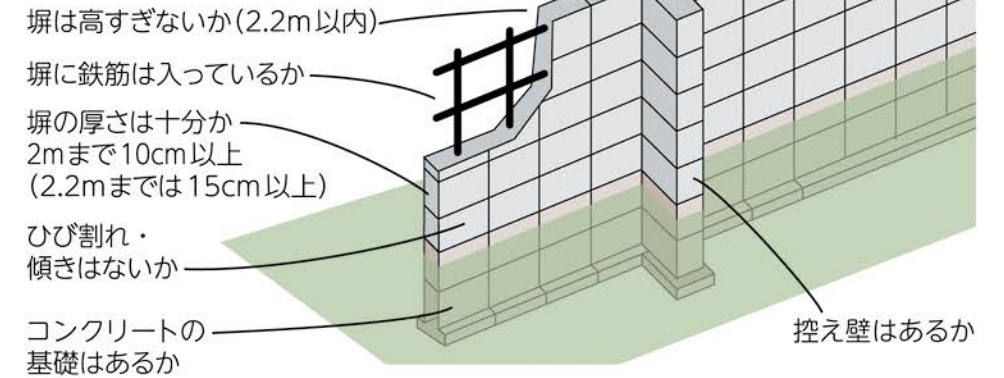
府中市では高齢者や障害のある方がいる世帯に対して家具転倒防止器具を支給する制度があります。詳しくは50ページ「府中市の支援制度」をご覧ください。

## ブロック塀の耐震対策

避難路の確保と歩行者の安全を図りましょう。

平成30年6月に発生した大阪北部地震では、ブロック塀の倒壊により小学生が亡くなる痛ましい事故が発生しました。道路に面したブロック塀は歩行者の命を奪うだけでなく避難路を塞ぐおそれがあるため、耐震性について点検を行い、必要に応じて耐震補強を施しましょう。

### ブロック塀の点検項目

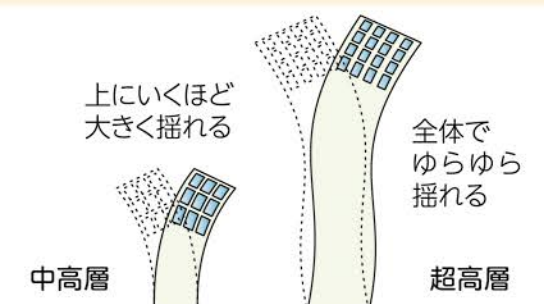


### ブロック塀の耐震改修に係る安全対策費用の助成事業

府中市ではブロック塀の倒壊による人的被害の防止や安全な避難路を確保するため、ブロック塀の耐震改修等に対する助成制度があります。詳しくは50ページ「府中市の支援制度」をご覧ください。

### ●長周期地震動

大規模な地震が発生すると、周期の長いゆっくりとした大きな揺れ(地震動)が生じます。この揺れは震源地から遠い場所まで伝わりやすい性質があり、このような地震動のことを長周期地震動といいます。高層ビルは長周期地震動と「共振」しやすく、共振すると長時間にわたり大きく揺れ続けます。また、高層階の方がより大きく揺れる傾向があります。

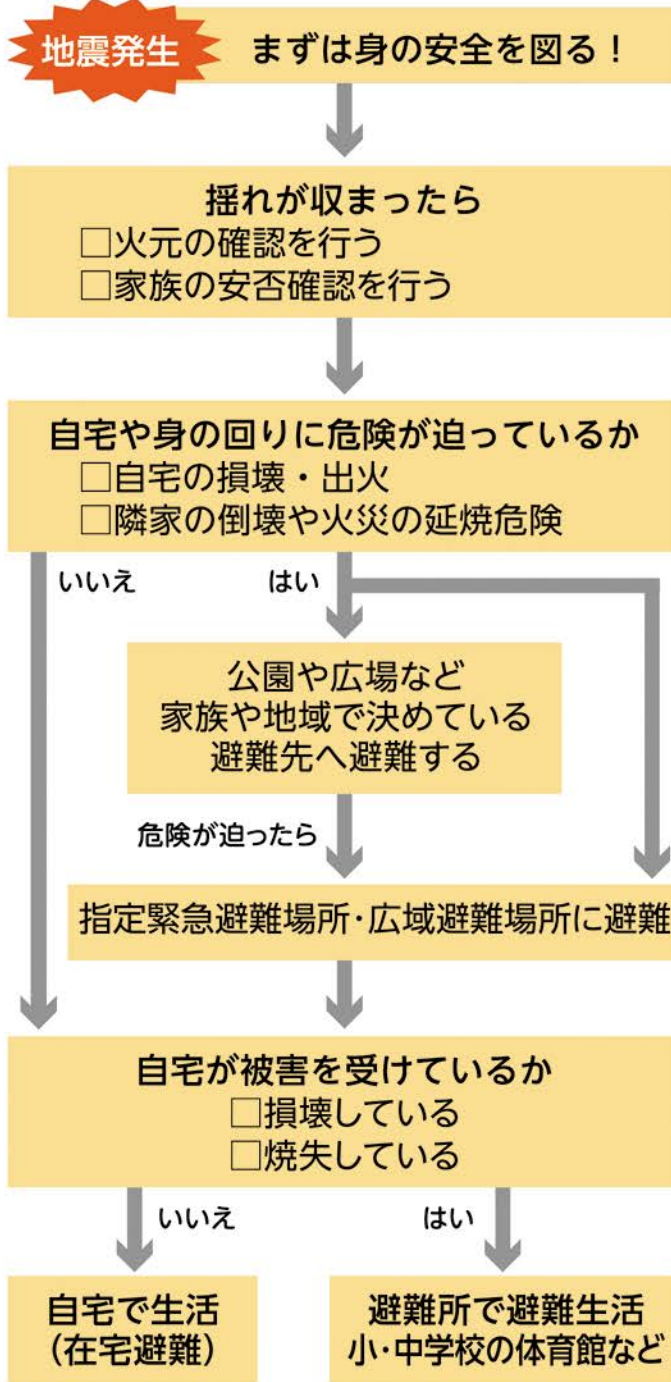


# 震災時の避難

土砂災害や河川氾濫等の風水害時の避難と大きく異なります(風水害の避難に関しては25ページを確認)。

## 地震発生後の避難の流れ

身の危険を感じたらその場から避難しよう。



揺れているなか火を消しに行くのは大変危険です。鍋等がひっくり返り、加熱したものを浴びてしまう危険があります。



すぐに避難が必要なほどの危険が迫っていない場合は近所の安否確認を行います。救助が必要な方がいる場合は助けや応援を求めます。



自宅を離れて避難する際は必ずブレーカーを切り、通電火災を起こさないようにする。  
※通電火災については13ページ参照



避難する際は、余震に気を付けて火災や倒壊物等の危険から身を守ることができるオープンスペースへ避難します。



### ●指定緊急避難場所と広域避難場所

**指定緊急避難場所とは**  
府中市が指定する地震災害時の避難場所で市立小中学校や都立高校等の校庭になります。



**広域避難場所とは**  
延焼火災等から身を守るために必要な広大な面積を有する地震災害時の避難場所で都立公園や河川敷等が指定されています。



指定緊急避難場所や広域避難場所の確認は17・18ページ「地震防災マップ」をご覧ください。

# 避難所生活・被災生活

地震発生後の自宅や避難所での被災生活に何が必要となるのか考えてみよう。

## 避難所の生活

避難所生活は避難者による自主運営が基本になります。

避難所は不特定多数の避難者が共同で生活します。決められたルールやマナーを守り、避難者同士が協力し支え合うことが求められます。特に避難生活が長期化する場合は、避難所運営に柔軟な対応が求められるため、避難者主体の自主運営が必要となります。



### ◆避難所運営に女性の視点

避難所の運営は男性が中心になりがちです。女性の参画による避難所運営が必要になります。

- オムツ交換や授乳スペースの確保
- 女性専用の洗濯物干し場の確保
- 生理用品や女性特有の物資の配布
- 子どもが遊べるコーナーの設置 など

### ◆特別な配慮が必要な方への対応

高齢者や障害のある方、病人や妊産婦、乳幼児、日本語が分からない外国人などは、避難所生活で周りの方の支援が必要になります。  
※要配慮者に対する支援については43ページ「配慮が必要な方への対応」参照

### ◆ペットの同行避難

避難する際はペットと一緒に避難しましょう。なお、自宅が安全でペットの世話が出来る場合は避難所に連れて行かないことも選択肢の一つです。  
※ペットとの同行避難については44ページ「災害時のペット救護対策」参照

### ◆避難所での防犯対策

災害発生直後の避難所は防犯環境が整っていません。自分の身体・財産は自分で守ることを心がけましょう。

- 死角になる場所に近づかない
- 貴重品は常に持ち歩く
- 子どもだけの環境を作らない など

## 自宅での在宅避難

自宅が無事で近隣の建築物に倒壊のおそれなければ自宅に留まることを考えよう。

避難所に多くの避難者が押し寄せると混乱や犯罪の発生が懸念されます。また、プライバシーの確保も困難なため決して快適な生活空間にはならず、環境の変化により体調を崩す人もいます。被災後も住み慣れた自宅で生活が継続できるように家具類の転倒・落下防止対策と食料や飲料水、簡易トイレなどの備蓄を行うことが大切です。



### ●避難場所と避難所の違い

**避難場所とは**  
建築物の倒壊や火災などによりその場にいることが危険であると感じた時に逃げ込むオープンスペースで、公園や広場、学校の校庭、河川敷などを指します。



**避難所とは**  
地震や火災で自宅を失った方が一定期間生活を送るための施設で、小中学校の体育館や武道場、総合体育館を指します。



# 震災に備えて知っておきたいこと

家族との安否確認や被災生活に役立つ情報。

## 家族や大切な人との連絡手段(安否の確認方法)

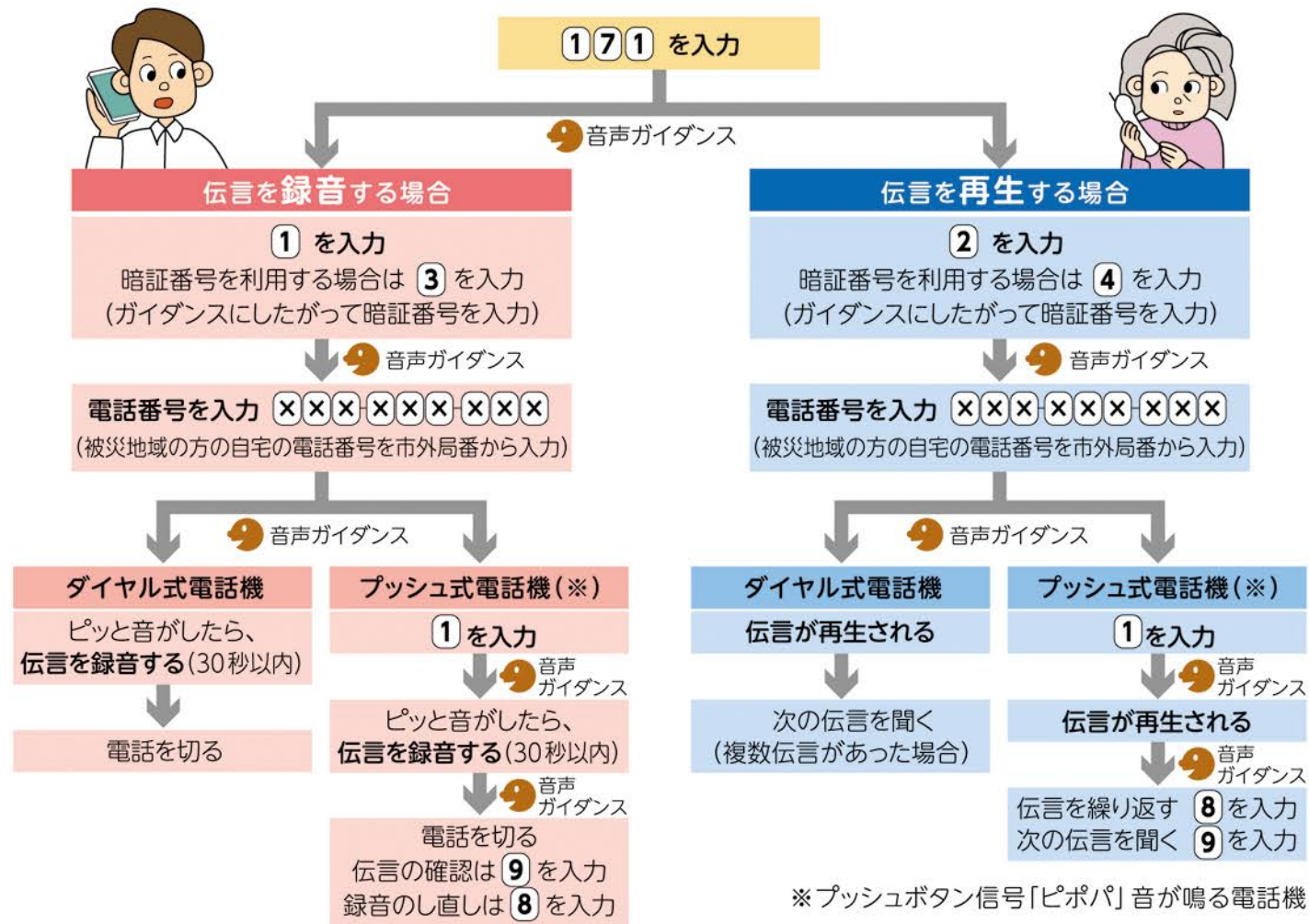
震災時にもっとも安心できるのは家族や知人の安全が確認できることです。

震度6弱以上の地震など大きな災害が発生したときに、被災地への通信が増加して電話がつながりにくい状況になった場合に携帯電話やスマートフォン、パソコン等から自身の安否情報を登録したり、家族や友人の安否情報を確認することができます。サービスの提供が開始されます。

※震度5強以下の地震や他の災害発生時には、電話等の通信状況を勘案してサービスの提供開始が判断されます。

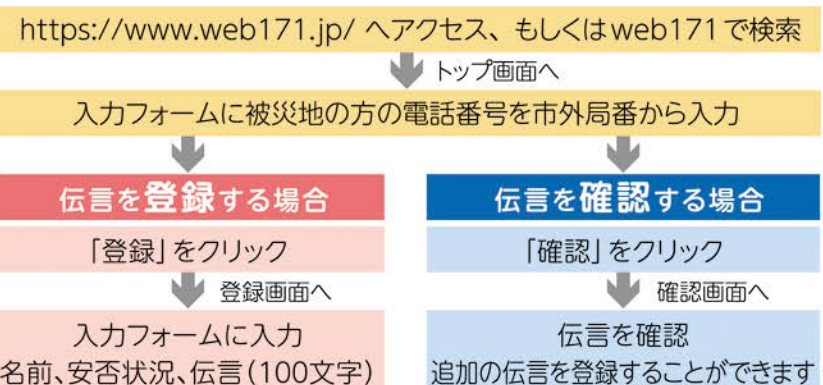
### 災害用伝言ダイヤル(171)

被災地の方の加入電話・ISDN・ひかり電話・携帯電話・PHS・IP電話の電話番号に1伝言あたり30秒(最大20件)まで登録できます。なお、固定電話の番号は市外局番から入力します。



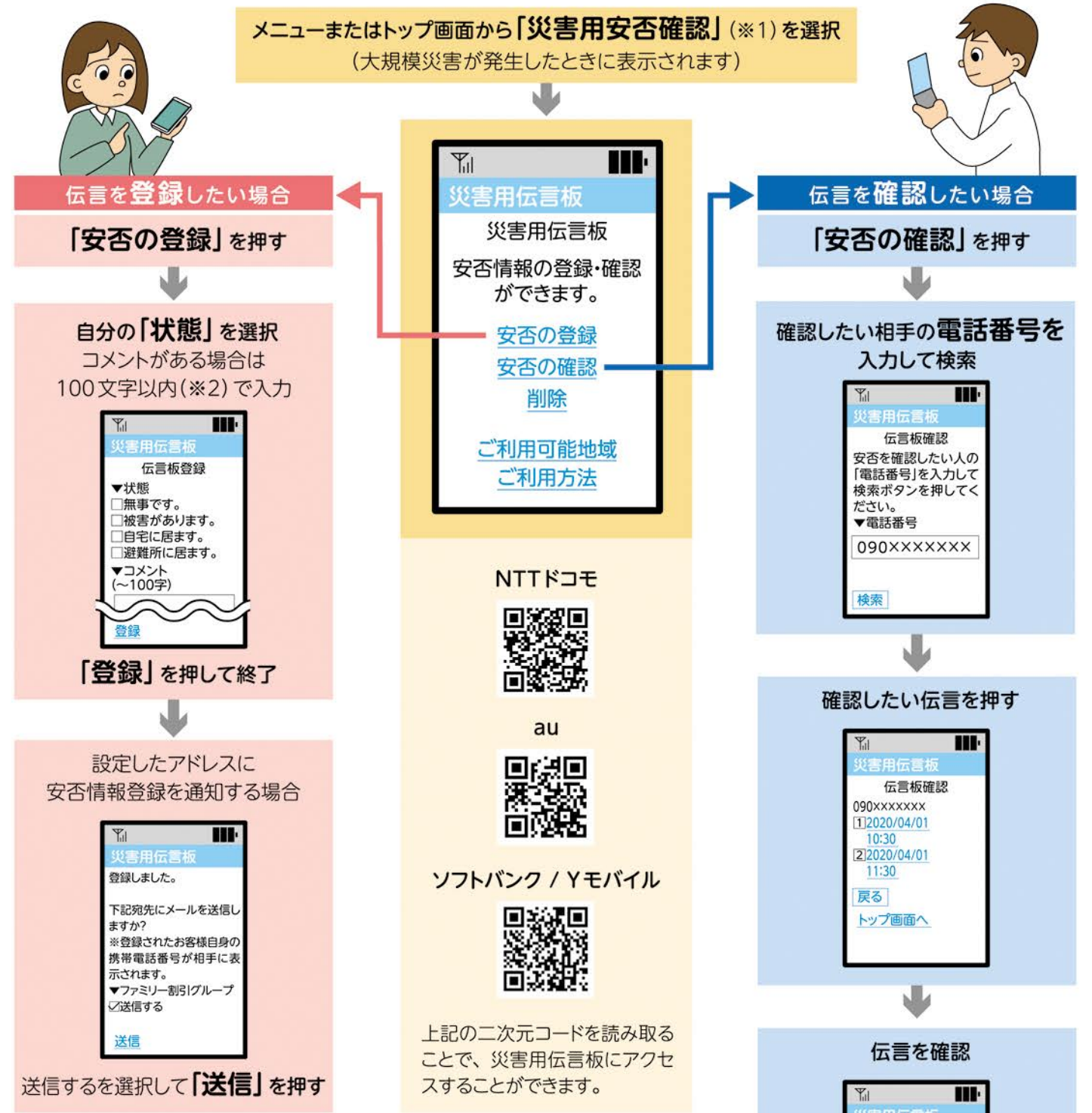
### 災害用伝言板(web171)

被災地域(避難所等含む)の住居者がインターネットを経由して災害用伝言板(web171)にアクセスし、電話番号を入力して伝言(テキスト)を登録します。登録された伝言は電話番号をキーとして全国(海外含む)から確認することができます。また、災害用伝言ダイヤル(171)に登録されたメッセージを確認することもできます。



### 災害用伝言板(携帯電話・スマートフォン)

携帯電話会社の災害用伝言板に自分の安否情報を登録し、その情報を全国から閲覧できる携帯電話会社のサービスです。



※1 通信事業者により画面の仕様が若干異なります。

※2 伝言の文字数は100文字以内です。

- 登録できる伝言は最大10件です。
- メッセージは一つの災害でのサービスが終了するまで保存されます。
- 登録は自分が契約している携帯電話会社の伝言板のみですが、確認はパソコンや他社携帯電話からも出来ます。
- 他社の伝言サービスにアクセスする場合はパケット通信料がかかります。

#### ●伝言サービスの体験ができます

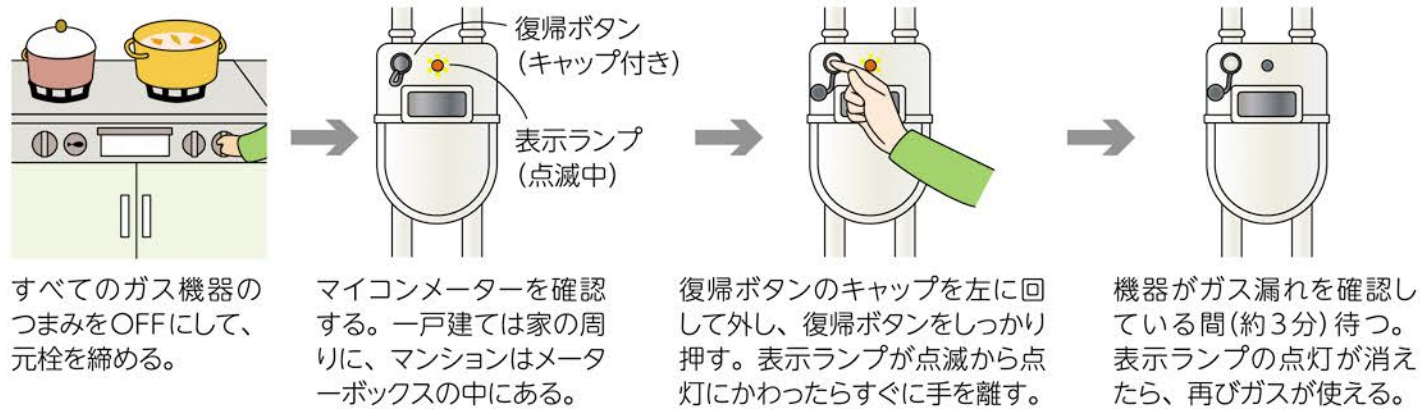
災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板は、毎月1日・15日、正月三が日、防災とボランティア週間(1月15日~1月21日)、防災週間(8月30日~9月5日)に体験できます。

## ガスの復帰・ブレーカーの取り扱い

正しい扱い方を知ること、二次災害を防ぐことができます。

### ガスのマイコンメータ復帰方法

震度5相当以上の揺れを感知するとマイコンメーターが自動でガスを止めます。マイコンメーターの赤ランプが点滅していたら、図のような手順で復帰しましょう。



### 通電火災とブレーカーの遮断

通電火災とは災害の影響による停電から電気が復旧したときに起こる火災のことで、火災に至る主な原因は右記のようなものです。停電時に家を空ける際はブレーカーを遮断して外出しましょう。

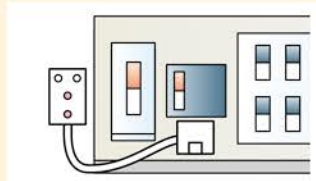
- ケース①… 電気ストーブ、アイロン等の熱機器の電源が入ったまま通電し、接していた可燃物を過熱してしまうことで出火する。
- ケース②… 電線や屋内配線等が損傷した状態で通電し、配線のショートや漏電によって出火する。
- ケース③… 家電等の電気機器に水がかぶり、基盤が濡れて電気回路がショートやトラッキングを起こして機器の内部から出火する。

### ●感震ブレーカー

感震ブレーカーは通電火災を防止するため地震の揺れを感知したら自動でブレーカーを遮断するもので、出火を抑制して近隣住宅等への延焼などの被害拡大を防ぐことができます。

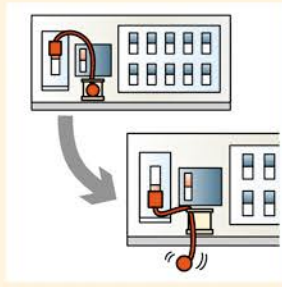
#### 分電盤タイプ

分電盤の中に震度を感知して電気を遮断する機能が付いたもの。



#### 簡易タイプ

分電盤のスイッチに設置して揺れた際におもり玉の落下やバネの作用によりスイッチを落として電気を遮断します。



## 災害時給水ステーション

市内4か所の給水所(浄水場)で応急給水(水の配布)を行います。

地震により断水した際に、東京都と市が連携して「災害時給水ステーション」で給水を行います。また、必要に応じて給水車等の車両により給水活動を行います。

※給水拠点に来る際は、各自でポリタンクなどの容器を持参してください。

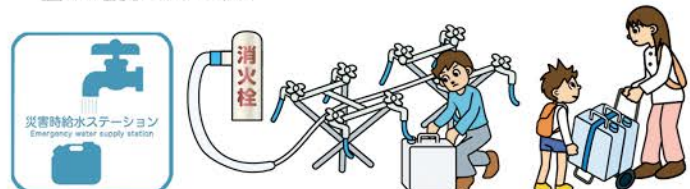
※17・18ページ「地震防災マップ」で給水所(浄水場)の位置が確認できます。

### 災害時給水ステーション

府中武蔵台浄水所及び 府中武蔵台ポンプ所	武蔵台2-7及び 武蔵台1-25
若松給水所	若松町4-10
幸町給水所	幸町2-24
府中南町給水所	南町1-50
都立武蔵野公園	多磨町3-2

### 震災対策用応急給水施設

震災対策用小規模応急 給水施設	朝日町3-16 (榊原記念病院駐車場内)
--------------------	-------------------------



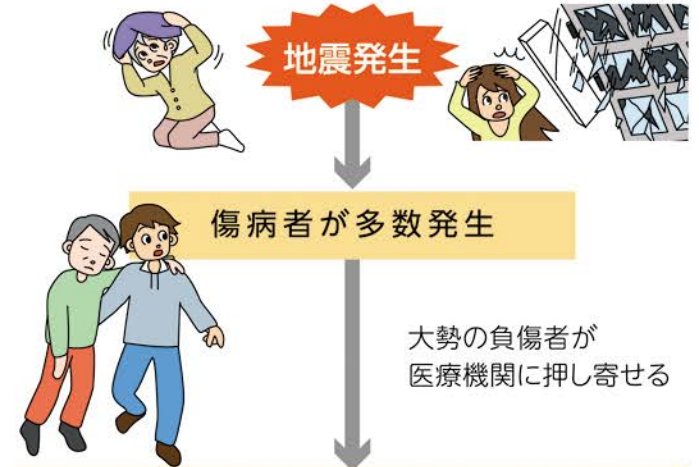
## 震災時の医療救護

大規模地震の発生に伴って傷病者が増加すると医療体制が変わります。

### 府中市の医療救護体制

多くの傷病者を効率的かつ効果的に救護するための体制をとります。

大規模な地震が発生すると、多くの負傷者が発生しますが、医療施設や医療従事者自身の被災、ライフラインの寸断等により医療活動が大幅に制限されます。限られた医療資源を効率的かつ効果的に運用するため、府中市は東京都や府中市医師会等と連携して災害時の医療救護体制を整備します。



### 緊急医療救護所

災害時に多数の傷病者が病院に押し寄せてきたとしても、医療機能を維持させるため、市内4ヶ所の救急病院等のエントランス前に緊急医療救護所を設置して、負傷者のトリアージを行い重症者の病院への搬送や軽症者の治療を行います。



### 避難所での巡回医療

避難所等での被災生活が長期化する場合には、避難者の体調管理や健康維持を目的として避難所における巡回診療や健康相談を行います。



### 市内4か所に緊急医療救護所が設置される

- 東京都立多摩・小児総合医療センター
- 榊原記念病院 (東部)
- 府中医王病院 (中部)
- 府中恵仁会病院 (西部)
- ※いずれも病院等のエントランス前に設置されます。

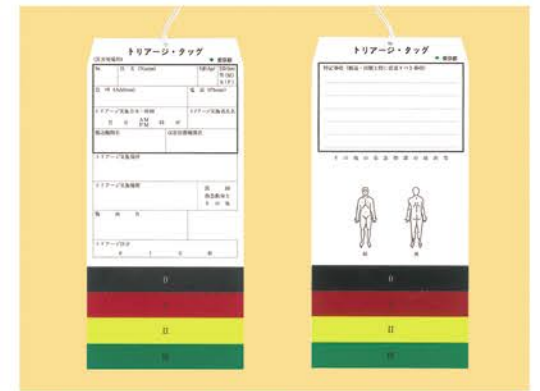


### トリアージ

トリアージとは、災害時に医療資源(医療従事者や医薬品等)が制約される中で一人でも多くの傷病者に最善の治療を行うことを目的として、傷病者の緊急度に応じて、救命の可能性が高い重症患者を優先して搬送や治療の順位を決めることをいいます。

#### トリアージタグ

傷病者の重症度や緊急度を表示するタグで、患者の腕に結びつけます。重症「赤」、中等症「黄」、軽症「緑」、救命困難「黒」に分類され該当するタグを残してちぎって使用します。



### ●普通救命講習を受講しよう

府中市では、災害や事故等でけがをした場合の応急手当やAEDの使用方法を多くの市民に習得していただくため、府中消防署が実施する普通救命講習の受講に必要な教材の助成を行っています。自分や家族の命を守るため、家族ぐるみで受講しましょう。詳しくは府中消防署警防課(救急係) 電話042-366-0119





## 帰宅困難者対策

災害時は救助活動や消火活動等を優先させるため帰宅困難者による自助・共助の取り組みが求められます。

平成23年の東日本大震災では、首都圏において多くの鉄道が運行を停止し、また、幹線道路では大渋滞が発生するなど公共交通機関が麻痺した結果、通勤・通学の帰宅手段が閉ざされ約515万人の帰宅困難者が発生しました。この時はほとんどの鉄道が翌朝までには運転を再開しましたが、国の中央防災会議では、ひとたび大都市圏で震災が発生すると、鉄道の運転再開は地下鉄で1週間、JRや私鉄では1か月程度かかると想定しています。また、主要道路の開通には少なくとも1日～2日を要し、一般道ではガレキによる不通区間が大量に発生して復旧まで1か月以上かかると想定しています。



### 一斉帰宅の抑制

帰宅困難者対策の基本原則は全ての人が「むやみに移動を開始しない」ことです。

大勢の帰宅困難者が一斉に帰ろうとして道路や歩道を埋め尽くすと、警察・消防・自衛隊等の車両が速やかに移動できず、救助活動等に大きな支障をきたします。また、火災や倒壊・落下物の危険による二次被害の可能性もあるため、災害発生時はむやみに移動せず安全な場所に留まりましょう。



### 安全な場所に留まるために

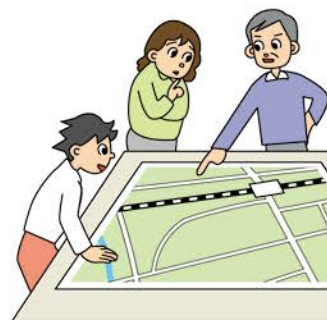
東日本大震災では、「家族の安否が確認できない」という理由から徒歩で帰宅する人が多くいました。このため次のポイントを押さえて無理な帰宅を控えることができるようにしておきましょう。

#### ◆安否確認手段を確保しておく

東日本大震災では多くの人が一斉に携帯電話等による通話を試みたため輻輳が発生して電話が繋がりにくい状況が続きました。災害発生時にはどのような連絡手段が活用できるかわからないため、複数の安否確認手段を知っておくことが重要です。安否確認の手段については11・12ページをご覧ください。

#### ◆家族で帰宅ルールを決めておく

通勤や通学、買い物など外出先で災害が発生したときに、どこに留まるのか、どこに避難するのか、どのように安否を確認するのか、どこで落ち合うのかなど、災害時の家族のルールを決めておきましょう。



#### ◆一時滞在施設を確認しておく

都立高校や民間の施設において帰宅困難者等を一時的に受け入れる施設があります。一時滞在施設ではトイレの利用や飲料水等が提供されますので、通勤や通学先等の最寄りの施設を確認しておきましょう。

都内の一時滞在施設はこちらから  
東京都防災ホームページ  
[https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/kitaku\\_portal/1005196/1005247.html](https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/kitaku_portal/1005196/1005247.html)



#### ◆事業所の役割

(東京都帰宅困難者対策条例の努力義務)

東京都では事業所の従業員の一時帰宅抑制のために次の対策を行うことを求めています。

- 事業所内で待機できるよう3日分の備蓄の確保
- 来客や取引先の訪問を想定した備蓄の10%上乗せ
- 施設内に留まるための施設の安全確保
- 安否確認・情報収集手段の従業員への周知
- 混乱収拾後の従業員等の帰宅ルールの策定 など

## 備蓄と非常持ち出し品

最悪の事態を想定して最低3日分の家庭内備蓄と非常持ち出し品の整理をしておきましょう。

府中市が備蓄している食料や毛布等の災害用品は、地震による家屋の倒壊や火災で自宅が消失した方を避難所等で3日間支援することを目的に整備しているため、全ての市民に提供できるだけの数量はありません。被災地外からの支援(公助)の受け入れが整うまでの最低3日分の食料など必要な備えは、個人や各家庭(自助)・地域や事業者(共助)で行うことが必要となります。



### 家庭内備蓄

物流のストップ等に備えて3日間以上の備蓄が必要です。

自分や家族の生活状況にあわせて必要なものや切らしたら困るものを優先に備蓄をこころがけましょう。特に、すぐに手に入れることが困難なものや命に関わるものは3日分にこだわらず多めに備えておきましょう。

#### 家庭内備蓄(一例)

##### 食料品等

- お米・アルファ米
- レトルト食品・カップ麺・缶詰
- お菓子類
- 飲料水(1日1人3リットル)

##### その他

- カセットコンロ
- カセットボンベ
- 紙皿・紙コップ・割りばし
- 食用品ラップ
- ポリタンク
- ドライシャンプー
- ガムテープ
- 簡易トイレ



### 非常持ち出し品

すぐに持ち出せる必要なものを整理しておこう。

火災や建築物の倒壊など自宅に何らかの危険が迫り、避難を余儀なくされた場合に必要なものをまとめて直ぐに持ち出せるようリュックなどに詰めて準備しておきましょう。慌てて避難した際に持ち出すのを忘れて困ることがないように必要なものは確実にに入れておくようにしましょう。



#### 持ち出し品(一例)

##### 貴重品等

- 現金(小銭)
- 身分証明書(写真付コピー)
- カード類(コピー)
- スペアキー(自宅や車)

##### 生活用品

- 携帯ラジオ
- 携帯電話の充電機・バッテリー
- 懐中電灯
- 電池
- 軍手
- タオル
- ウエットティッシュ
- マスク

- ポリ袋
- スリッパ
- 使い捨てカイロ
- 着替え

#### 家庭の状況にあわせて

##### 女性・子ども

- 粉ミルク
- 哺乳瓶
- 離乳食
- アレルギー食
- 紙おむつ
- おしりふき
- 母子手帳(コピー)
- 生理用品

##### 高齢者等

- 常備薬
- 補聴器
- 入れ歯
- メガネ
- おむつ
- 保険証(コピー)

##### その他

- コンタクトレンズ
- ペットフード
- ペット用品

#### ●備蓄はローリングストック法で

ローリングストック法は、食品や日用品を多めに買い置きして定期的に古いものから消費し、なくなった分を買い足して補充していく備蓄方法です。この方法で備蓄すれば期限を気にせず常に一定量の備蓄が可能になります。



# 地震防災マップ

## 【避難場所について】

### ◎地域避難場所

公園や広場など、家族や事業所等で任意に決める身近に避難できる場所のことをいいます。  
(本マップ上に記載はありません。)

### ◎指定避難場所

市立小・中学校、都立高等学校、明星学苑の校庭のことをいいます。

### ◎広域避難場所

大規模な延焼火災などの危険を回避するためのオープンスペースのことをいいます。

※企業・大学の敷地については、指定避難場所に大規模な延焼火災等の危険が迫り、再避難する必要がある場合に、市の要請に基づいて開場し、市の職員や警察官が誘導して避難する場所であるため、自由に入出することはできません。

指定避難場所一覧								
名称	所在地	避難所を兼ねる	名称	所在地	避難所を兼ねる	名称	所在地	避難所を兼ねる
府中第一小学校	寿町2-6	●	本宿小学校	本宿町4-19	●	府中第五中学校	新町2-44	●
府中第二小学校	緑町1-29	●	白糸台小学校	白糸台2-16	●	府中第六中学校	押立町1-2	●
府中第三小学校	片町3-5	●	矢崎小学校	矢崎町4-9	●	府中第七中学校	武蔵台2-4	●
府中第四小学校	白糸台1-58	●	若松小学校	若松町3-11	●	府中第八中学校	四谷1-2827	●
府中第五小学校	本宿町1-51	●	小柳小学校	小柳町3-21	●	府中第九中学校	小柳町2-49	●
府中第六小学校	天神町4-14	●	南白糸台小学校	白糸台6-48	●	府中第十中学校	西府町4-21	●
府中第七小学校	北山町2-23	●	四谷小学校	四谷3-2740	●	浅間中学校	浅間町1-1	●
府中第八小学校	是政1-34	●	南町小学校	南町3-6	●	明星学苑	栄町1-1	●
府中第九小学校	栄町3-7	●	日新小学校	日新町5-22	●	都立府中高等学校	栄町3-3-1	●
府中第十小学校	若松町4-29	●	府中第一中学校	幸町1-22	●	都立府中東高等学校	押立町4-21	●
武蔵台小学校	武蔵台2-3	●	府中第二中学校	紅葉丘1-23	●	都立府中西高等学校	日新町4-6-7	●
住吉小学校	住吉町2-30	●	府中第三中学校	本町4-16	●	都立農業高等学校	寿町1-10-2	●
新町小学校	新町1-25	●	府中第四中学校	美好町2-13	●	都立府中工科高等学校	若松町2-19	●



凡例	
	指定避難場所
	広域避難場所
	公園・緑地
	防災行政無線
	府中市役所
	警察署
	交番・駐在所
	消防署・消防出張所
	防災センター(消防団詰所)
	災害拠点病院・災害拠点連携病院
	緊急交通路
	給水拠点・震災対策用応急給水施設

地図調整 (株) 中央ジオマテックス

# 風水害編

近年、地球規模の気候変動により猛烈な台風や豪雨等の風水害の発生頻度が増加しています。

## 令和元年台風第19号

台風第19号の概要と台風接近時の府中市の防災対応。

### 府中市に起こり得る風水害

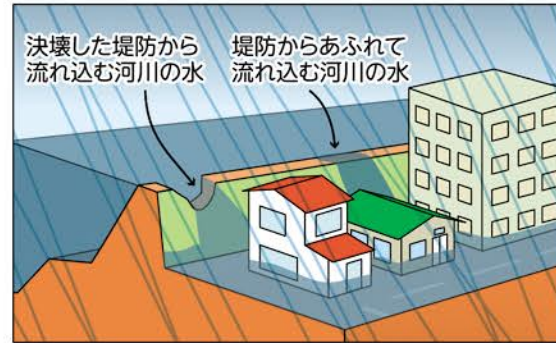
府中市は一級河川の氾濫や急傾斜地の崩壊等の風水害が懸念される地域特性があります。

#### 河川の氾濫(多摩川)

府中市に起こり得る最も大規模な風水害は多摩川の氾濫です。

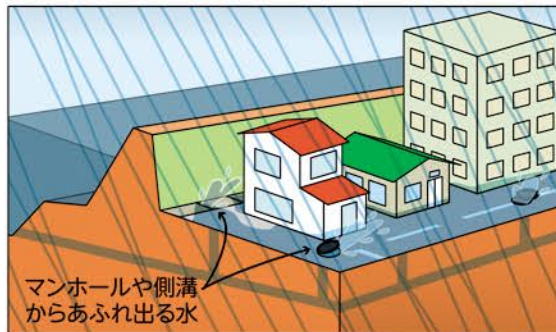
大雨により川が増水して堤防を越える「越水」や堤防が崩れる「決壊」により、市街地などに川の水があふれだすことを(外水)氾濫といいます。

多摩川のような大規模な河川は、降り注いだ雨が川に流れ込む範囲がとても広いので、洪水を起こしてひとたび氾濫すると甚大な被害が発生します。



#### 内水氾濫

時間雨量50mmを超える大雨が降ると下水道がオーバーフローを起こします。



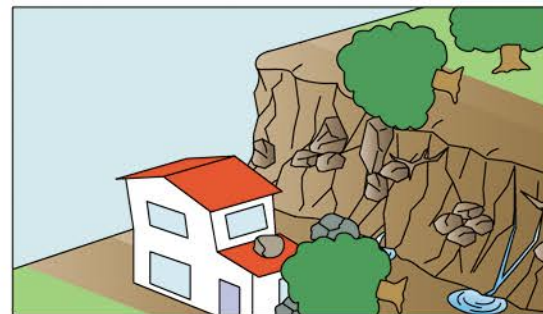
急激な大雨により雨量が下水道などの排水能力を超えたときや、河川の水位が上昇して十分に排水できなくなり道路や低い土地が浸水してしまうことを内水氾濫といいます。

雨水マスがオーバーフローしてマンホールが吹き上げられたり地下室などに流入するおそれがあります。

#### 土砂災害

すさまじい破壊力により一瞬にして人命や住居などの財産を奪います。

大雨や長雨によって多くの雨水が地面にしみ込むと、地面が柔らかくなり斜面などで土砂が崩れて押し寄せる現象です。斜面から小石がパラパラと落ちたり、水が噴き出したり、地鳴りがするなどの前兆現象が発生する場合があります。

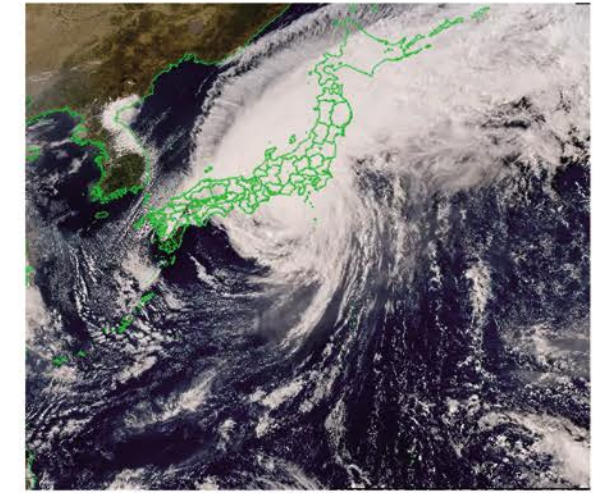


#### ●流域

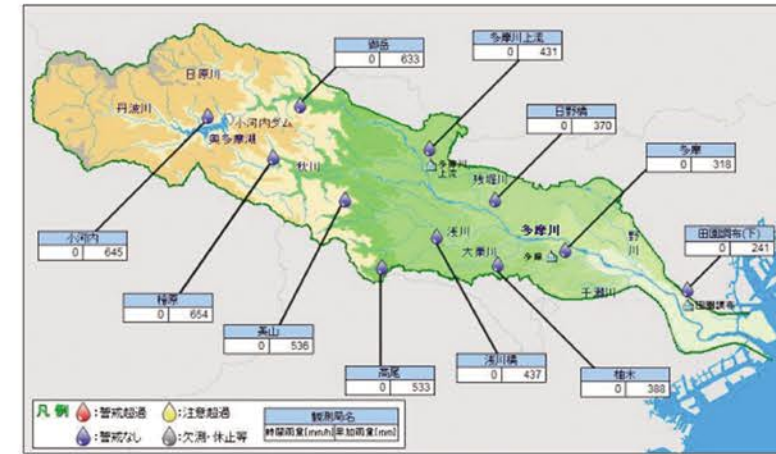
地面に降り注いだ雨が川に流れ込む範囲を流域といいます。多摩川は山梨県小菅村など山間部に流域が広がっています。府中市が位置する中流域は上流域から直線距離にして70km離れているため、上流域の大雨が影響して府中市付近で洪水を起こすまでには数時間かかります。また、平野部と山間部では気象条件が全く異なるため雨の降り方が違うので注意が必要です。

10月6日に南鳥島近海で発生した台風第19号は大型で猛烈な台風に発達し、12日には大型で強い勢力を維持したまま関東地方に上陸しました。

台風の通過中には府中市をはじめ多くの自治体に大雨特別警報が発表され、また、多くの地点で3・6・12・24時間雨量が観測史上1位を記録する大雨をもたらし、各地で河川の氾濫や土砂災害による人的被害や住家被害、ライフラインへの被害が発生したほか、航空機や鉄道の運休による交通障害が生じました。



出展：JMA, NOAA/NESDIS, CSU/CIRA



出典：出水概要「第4報」台風第19号令和元年10月11～13日 国土交通省関東地方整備局京浜河川事務所

多摩川流域では10月11日の昼過ぎから雨が降り始め、御岳や檜原では1時間に最大56mmの大雨を観測し、総雨量は檜原で最大649mmに達しました。また、府中市においても24時間の雨量が289mmの降雨となりました。

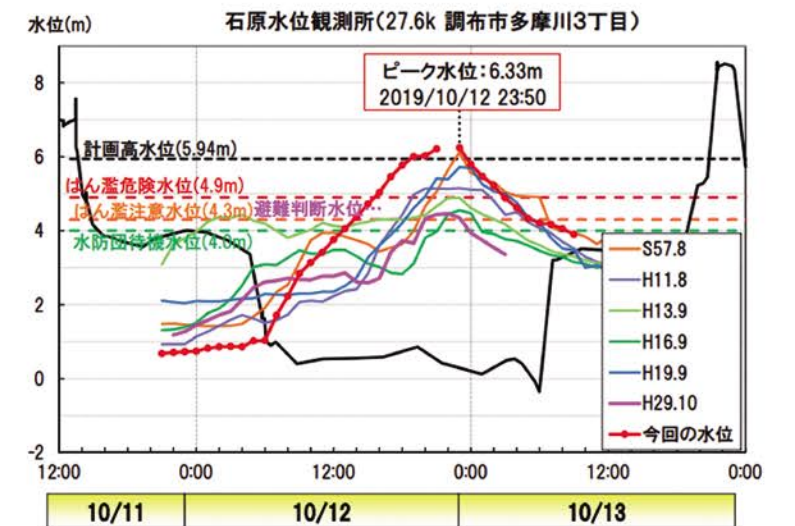
この大雨により府中市では12日の午後9時5分に大雨特別警報が発表されました。

### 府中市制施行以来初めて多摩川の増水に伴う避難勧告を発令※

市の施設をはじめ37か所の避難所を開設し、延べ8,280名が避難所に避難しました。

府中市は台風第19号の接近により不安を感じている市民のために12日の正午に自主避難所(市内の市立小中学校3校)を開放しました。その後、多摩川の水位が急激に上昇し石原水位観測所(調布市多摩川3丁目)において午後3時半過ぎに氾濫危険水位(4.9m)を越えて更に水位の上昇が見込まれたため、府中市災害対策本部は避難勧告の発令※を行いました。午後10時50分にはピーク水位の6.33mに到達し、程なくして下流の自治体で氾濫が発生しました。

※令和3年5月の災害対策基本法改正に伴い避難勧告は廃止されています。



出典：出水概要「第4報」台風第19号令和元年10月11～13日 国土交通省関東地方整備局京浜河川事務所



#### 台風第19号時の災害対策本部の様子(左の写真)

災害対策本部では多摩川の急激な増水に緊迫するなか職員の参集、避難勧告の発令※に係る判断や避難所の開設指示、浸水被害や倒木被害等への対応などの指示を行いました。府中市災害対策本部の設置は東日本大震災以来2度目となります。

# 多摩川に関する防災情報

多摩川の防災情報を正しく理解して命を守る備えにつなげましょう。

## 多摩川の水位と警戒レベル（避難情報）の関係

府中市は石原水位観測所（調布市）の水位を注視して洪水の警戒にあたります。

多摩川には洪水による水位の上昇に合わせて段階的にその危険度を知らせる警戒レベルが設定されています。警戒レベルは、住民がとるべき防災行動を直感的に理解できるように5段階のレベルで表した避難情報で2019年の出水期から運用を開始しています。



## 自分や家族に合った適切な避難のタイミングを考える

令和元年台風第19号を参考にして避難のタイミングを考えましょう。

「避難」とは災害から命を守るための行動です。風水害は地震と違い災害が発生する前に自ら行動する必要があります。令和元年台風第19号の事象等を踏まえて、ご自身や家族がどのタイミングで避難をすべきか考えてみましょう。マイ・タイムライン(33ページ)も参考にしてみましょう。



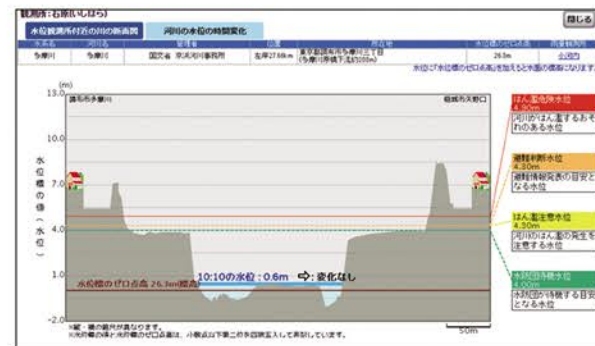
### 令和元年台風第19号(令和元年東日本台風)の出来事

日付	時間	主な出来事
10月12日(土)	22:50	最高水位6.33m到達(石原)
	22:30~40頃	下流の自治体で氾濫発生
	21:05頃	大雨特別警報(気象庁)
	21:00	土砂災害警戒情報(気象庁)
10月11日(金)	18:40頃	計画高水位到達
	17:00	避難勧告発令(府中市)※
	15:30頃	氾濫危険水位到達
	14:30頃	避難準備・高齢者等避難開始(府中市)
10月12日(土)	14:00頃	氾濫注意水位
	12:00頃	暴風警報(気象庁)
	12:00頃	鉄道各社が計画運休開始
	12:00	自主避難所3か所開所(府中市)
10月12日(土)	4:00	大雨警報・洪水注意報
	17:00頃	鉄道各社が計画運休を発表
10月11日(金)	20:30頃	大雨・強風注意報(気象庁)
	12:00頃	気象庁が狩野川台風クラスの台風と警告
5日前		台風5日間強度予報(気象庁)

※令和3年5月の災害対策基本法改正に伴い避難勧告は廃止されています。

### 多摩川の水位情報とライブカメラ

多摩川の水位やライブ映像など川の防災情報を国土交通省京浜河川事務所のホームページから確認することができます。  
<https://www.ktr.mlit.go.jp/keihin/>



### 注意報・警報に注意

気象庁は、大雨や暴風などによって発生する災害の防止・軽減のため、危険度の高まりに応じて注意報、警報、特別警報を段階的に発表しています。



# 土砂災害(がけ崩れ)に関する防災情報

## 府中市内に土砂災害(特別)警戒区域が指定されました

市内にある24箇所の斜面(急傾斜地)が指定されています。

土砂災害から市民の生命を守るため、土砂災害が発生するおそれがある区域を明らかにして住民に知らせる土砂災害防止法の趣旨に基づいて、東京都は令和元年9月に府中市内に所在する斜面(急傾斜地)を土砂災害警戒区域および土砂災害特別警戒区域に指定しました。

指定区域については39~42ページ「土砂災害ハザードマップ」をご覧ください。



### 土砂災害(特別)警戒区域

#### 土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)

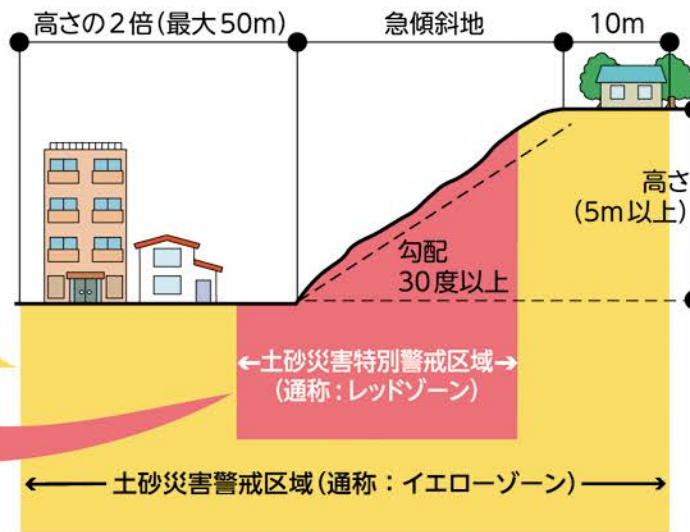
土砂災害のおそれがある区域

市民の生命・身体に危害が生じるおそれがあると認められる区域  
ハザードマップによる周知や避難情報の伝達など警戒避難体制の整備が行われます。

#### 土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)

建物が破壊され、人命に大きな被害が生じるおそれがある区域

建築物に損壊が生じ市民の生命・身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる区域  
特定の開発行為に対する許可制、建築物の構造規制、移転勧告などが行われます。



### 土砂災害の予兆現象

土砂災害の予兆現象を確認したら府中市から避難情報が発令されていなくても一刻も早く区域外に避難してください。



#### ●はけ

「はけ」とは崖地形を指す日本の古い地形の呼び名です。府中市には多摩川の河岸段丘による高低差10m程の崖地形が東西に通っていて府中崖線とも呼ばれています。

※地震を起こす活断層とは成り立ちが異なります。



## 土砂災害警戒情報や避難情報を利用して適切なタイミングで避難する

行政の知らせる努力と住民の知る努力の相乗効果で、土砂災害から生命・身体を守りましょう。

### 土砂災害警戒情報(警戒レベル4相当)

土砂災害警戒情報は気象庁と東京都が共同で発表します。

命に危険を及ぼす土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況となったときに、避難指示などの発令や住民の避難の判断を支援するため自治体を特定してテレビやインターネットで警戒を呼びかけます。



警戒レベル <b>2</b>	警戒レベル <b>3</b>	警戒レベル <b>4</b>	警戒レベル <b>5</b>
<b>注意</b>	<b>警戒</b>	<b>危険</b>	<b>災害切迫</b>
ハザードマップ等により避難行動を確認する。今後の情報や周囲の状況、雨の降り方に注意する。	避難の準備が整い次第、土砂災害警戒区域外へ避難を開始。高齢者等は速やかに避難を開始する。	命に危険が及ぶ土砂災害がいつ発生してもおかしくない非常に危険な状況。速やかに土砂災害警戒区域外へ避難を開始する。	過去の重大な土砂災害発生時に匹敵する極めて危険な状態。命に危険が及ぶ土砂災害が既に発生しているもおかしくない。
府中市が発令する避難情報▶	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保

### 府中市の避難情報

府中市は土砂災害警戒情報の発表基準にあわせて、避難指示などの避難情報を発令します。

府中市から避難情報を受け取った場合は土砂災害(特別)警戒区域内にお住まいの方は一刻も早く区域外に避難してください。

### キキクル(危険度分布)で災害発生の危険度の高まりを確認

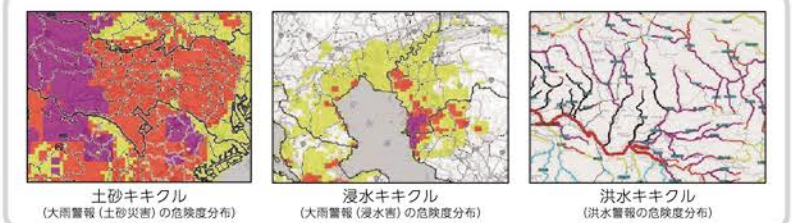
「キキクル(危険度分布)」は、洪水災害、浸水害、土砂災害の危険度の高まりをマップで確認できる気象庁のサービスで、「洪水キキクル(洪水災害)」「浸水キキクル(浸水害)」「土砂キキクル(土砂災害)」の3つで危険度を発表しています。危険度は5段階で色分けされており、「白(洪水災害は水色)→黄→赤→紫→黒」の順に危険度が高くなっています。

#### [PCから]

気象庁ホームページ(<https://www.jma.go.jp/jma/>)のホーム画面で「キキクル(危険度分布)」を選択します。

#### [スマートフォンから]

右の二次元コードを読み取ると、府中市の「キキクル(危険度分布)」ページが確認できます。



出典:リーフレット「キキクル 大雨警報・洪水警報の危険度分布」(気象庁ホームページより)

# 風水害時の避難

発表される様々な防災情報を確認して災害が発生する前に自ら避難行動を起こす必要があります。

## 立ち退き避難（水平移動）

洪水による避難は高台へ、土砂災害からの避難は警戒区域の外への立ち退き避難が基本です。

多摩川の氾濫により浸水が想定される区域にお住まいの方は、府中市が避難情報を発令したら早めに高台の安全な場所に立ち退き避難を行ってください。また、土砂災害（特別）警戒区域内にお住いの方は一刻も早く警戒区域の外に避難してください。浸水想定区域については35・36ページ「多摩川氾濫避難マップ」をご確認ください。



## 自助・共助・公助による避難先の確保

多摩川の浸水想定区域に居住する府中市民は約9万5千人で人口の約3分の1に相当します。このため、浸水しない区域にある避難所（市立小中学校の体育館等）だけでは全ての避難者を収容することができません。避難先の確保は避難所（公助）に限らず、親戚や知人宅の家を頼る（共助）、ホテル等に宿泊する（自助）などあらゆる手段を講じて多くの方が高台に避難できるようご協力ください。また、車両による避難は高齢者の搬送など特別な理由がない限り控えてください。



## 立ち退き避難の注意点

洪水や土砂災害が発生する前に避難を完了しましょう。

### ◆ 早期に立ち退き避難開始 警戒レベル2～

不安や危険を感じたら、避難情報の発令を待たずに安全な知人宅やホテルに避難を始めよう。



### ◆ 飛来物に注意 警戒レベル3～

気象状況が悪化して徒歩による避難が困難になるのはもとより、風でものが飛んでくる可能性があり大変危険。



### ◆ 徒歩避難は足元に注意 警戒レベル3～

浸水が始まると「足をすくわれる」「深みにはまる」などの危険がある。杖や棒などで足元と水の中の障害物などを確認しながら歩く。



### ◆ 車両による避難 警戒レベル3～

交通規制や渋滞などにより、身動きがとれなくなる可能性がある。車両の使用は高齢者の搬送などを優先する。



## 屋内安全確保（垂直移動）

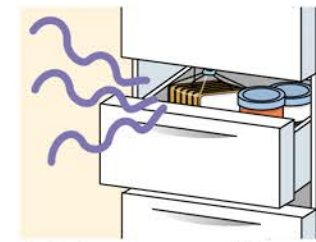
緊急かつ最終的な避難手段になります。

高台の安全な場所まで立ち退き避難をする時間がない、または、移動に危険が伴う、もしくは、移動が困難な場合は、堅牢な建物の浸水しない階層や崖などの危険な場所から最も離れた部屋等へ避難してください。ただし、多摩川の氾濫による氾濫流や川の侵食で家屋が倒壊するおそれがあると想定される区域ではこの避難は行えません。

**屋内安全確保は、緊急事態を回避する最終手段です！**

## 屋内安全確保（垂直移動）のリスク

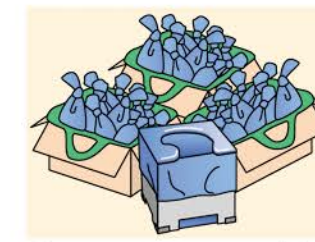
多摩川が氾濫した場合には浸水により数日間は移動できなくなるおそれがあります。また、浸水被害により停電や断水が同時に発生する可能性があるため、屋内安全確保（垂直移動）は、次のようなリスクが考えられ十分な備えが必要になります。



冷蔵庫の中のもの腐る



ゴミがたまり続ける



使用した簡易トイレが捨てられない



救助が来ない

- 大雨時には湿度も高く衛生状況が非常に悪くなります
- 体調を崩しても直ぐには救助が来れません。
- 食料や医療品などの調達ができません。



## 多くの市民が安全な場所に避難するために

地域の共助による取り組みや協力が必要です。

高齢者や障害のある方、外国人などの要配慮者は、「一人で避難することが難しい」「避難情報が受け取れない・理解できない」などの問題が生じることが考えられます。このような方々を安全な場所へ避難させるために、ご近所や地域の方々には避難行動への協力（共助）をお願いします。

### ◆ 日頃から親交を深めましょう

日頃から要配慮者の方々と顔をあわせておきましょう。  
※避難時や緊急時の対応も安心かつスムーズに行えます。



### ◆ 支援方法を検討しましょう

移動が困難な方の避難支援には車両の使用を検討するほか、支援に役立つ資器材などを用意しておきましょう。



### ◆ 避難の際にはご近所に一声かけましょう

避難する際は、近所の人に「一緒に避難しましょう」と声をかけましょう。  
※あなたの一声をきっかけにして避難を決断できる人がいます。



### ◆ 要配慮者の方々に手を貸しましょう

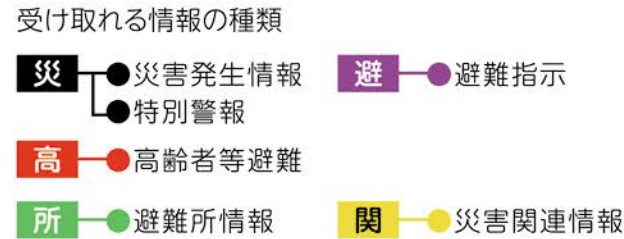
一緒に避難することで、要配慮者の方々も落ち着いて行動できます。不安を取り除くように、声をかけながら避難しましょう。



## 避難情報等の受け取り方

避難情報や防災情報を受け取る手段を確認しよう。

携帯電話やスマートフォン、テレビ、パソコンなどを活用して様々な手段により避難情報や防災情報を受け取ることができます。自分に必要な情報が確実に受け取れるよう複数の手段を確保しておきましょう。



## メール配信等

災害時に次のような手段で市民の皆様へ迅速かつ正確に情報を伝達します。

### ◆緊急速報メール・エリアメール

**災**  
**避**  
**高**

府中市が配信する「避難情報」を回線混雑の影響を受けずに、市内にいる方の携帯電話やスマートフォンに送信します。また、この他にも、国等から氾濫発生情報や、緊急地震速報等が配信されます。受信できるのは、NTTdocomo、au、Softbank、楽天モバイルの各キャリアの端末となります。

### ◆府中市メール配信サービス(安全・安心情報)

**災**  
**避**  
**高**  
**所**  
**関**

防災をはじめとする市政全般の情報が得られる府中市の登録制メール配信サービスです。必要な情報を選択して受け取ることができ、安全・安心情報を選択すると「避難情報」等が受信できます。



### ◆Yahoo!防災速報

**災**  
**避**  
**高**  
**所**  
**関**

府中市を地域登録すると、府中市が配信する「避難情報」等が回線混雑の影響を受けずに携帯電話やスマートフォンの画面にポップアップします。3つの地域が登録できるため親類や知人が住んでいる地域を登録することもできます。



### ◆府中市公式X(旧ツイッター)

**災**  
**避**  
**高**  
**所**  
**関**

Xのアカウントは「東京都府中市」、ユーザー名は「@fuchu\_tokyo」です。災害情報や地域安全情報、市のPR情報などをお知らせします。情報提供の手段として運用するため、Xを使った問い合わせ(リプライやダイレクトメッセージ)等への返信は行いません。



## デジタルデータ放送④

テレビのデジタルデータ放送で府中市の避難情報や避難所等の情報が受け取れます。

**災**  
**避**  
**高**  
**所**  
**関**

府中市が配信する「避難情報」はテレビのデジタルコンテンツ④から「地域の防災情報」を選択すると現在配信されている府中市の防災情報をテレビの画面上で常に文字情報として確認することができます。



## インターネット

インターネットを使って関係機関から情報が受け取れます。

### ◆気象庁ホームページ

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>



最新の気象情報や今後の推移などが確認できます。

### 「あなたの街の防災情報」

【表示例】府中市

トップページで「防災情報」を選択すると、「あなたの街の防災情報」が登録できます。ご覧になりたい地域で府中市を登録すると、次回以降は「府中市の防災情報」が表示されます。



### 主な表示内容

- ① **今注目の防災情報**
  - 発表中の防災情報
  - 警報・注意報(発表情報)
  - アメダス(一覧表)
  - 台風経路図 など
- ② **天気**
  - 天気予報(一覧表)
  - 雨雲の動き など
- ③ **キキクル(危険度分布)**
  - 浸水・土砂・洪水キキクル(危険度分布) など
- ④ **大雨・台風**
  - 早期注意情報
  - 天気予報(一覧表)
- ⑤ **地震・火山**
  - 地震情報(一覧表)
  - 津波
  - 噴火警報・予報 など

※各情報の「詳しく見る」を選択すると、より詳細な情報とともに、情報の見方の説明などが確認できます。

その他の情報 ● 気象警報・注意報 ● 指定河川洪水予報 ● 大雨警報(土砂災害)の危険度分布

### ◆国土交通省「川の防災情報」ホームページ

<https://www.river.go.jp/>

全国の水位や雨量、洪水予報などが確認できます。



### ◆国土交通省 京浜河川事務所ホームページ

<https://www.ktr.mlit.go.jp/keihin/>

多摩川の水位・雨量やライブ映像を公開しています。



### ◆東京都下水道局「東京アメッシュ」ホームページ

<https://tokyo-ame.jwa.or.jp/>

数時間前から現在の降雨状況・降雨量を150mの表示メッシュで公開しています。



### ◆府中市ホームページ

<https://www.city.fuchu.tokyo.jp/>

大規模な災害発生時には、災害時用トップページに切り替わります。



## 防災行政無線・フリーアクセスダイヤル

防災行政無線のスピーカー等により避難情報を伝えます。

### ◆防災行政無線塔

**災**  
**避**  
**高**

災害時等における市民の皆さんへの情報伝達手段として整備しています。災害時に防災行政無線が正常に動作することを確認するため、お昼と夕方に試験放送をしています。



### ◆防災情報フリーアクセスダイヤル

**災**  
**避**  
**高**

防災行政無線で放送した内容が聞き取りづらかった場合等には、次の電話番号にお掛けいただくと、放送内容の確認をすることができます。通話料はかかりません。

☎ 0800-8000-606

防災情報が受け取りづらい人がいます

テレビやラジオ、インターネットなどから防災情報を確認することができない方がいます。避難に関わるような大切な情報を得た時に、ご近所にそのような方がいる場合は情報を伝えて一緒に避難するなどのお手伝いをお願いいたします。

# 水害への備え・避難時の装備

いざという時に備えて、備蓄や装備を整えよう。

## 風水害への備え

天候が悪くなる前に準備を完了しましょう。

### 家屋の浸水防止対策

排水口に水のうを置き、逆流を防止する。  
証書類や持ち運べる家財などを屋内の高い場所や上階に移動する。



### ライフラインの停止に備える

ライフラインの停止に備え、数日分の備蓄を行う。  
備蓄品は、食料(火や水を使わずに食べられるもの)や簡易トイレなど。



## 風水害時の避難の装備

天候が悪い中避難することも想定しておきましょう。

レインコートのフードを被っても視界が確保できるようキャップを被ると良い

レインコートは上下が分かれるセパレートタイプのものが動きやすい

台風等の風が強いときには傘は閉じて杖替わりにする



両手がふさがらないリュックサックで移動！ 防水性があると良いが防水機能がないものは中身が濡れないよう袋に入れておく

スマートフォンは濡れても操作できるように密封袋に入れておくとう良い

長靴ではなく、長距離移動ができるよう歩きやすいスニーカー等が良い

## 風水害時の非常持ち出し

すぐに持ち出せるように準備しておきましょう。

### ないと困るもの



### あると便利なもの



# 多摩川の浸水想定を確認する

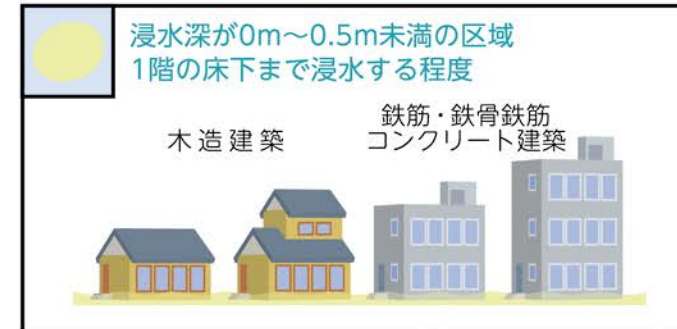
## 多摩川氾濫避難マップから浸水リスクを読み解く

自宅や学校、職場のある場所がどれだけ浸水のリスクがあるか知ることが重要です。

多摩川が氾濫した場合に自宅や学校、職場などのある場所にどの程度の浸水危険があるのかを理解し、命を守るための適切な避難行動がとれるようにしておきましょう。

浸水想定については35・36ページ「多摩川氾濫避難マップ」を確認してみましょう。

### 浸水深



### 家屋倒壊等氾濫想定区域



- 家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)  
氾濫流の直撃により建物が流失してしまうと想定される範囲
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸侵食)  
氾濫流により河岸の侵食を受け、建物や土地が流失してしまうと想定される範囲





# 避難行動判定フロー

多摩川が氾濫する危険性が高まった場合の避難行動を確認しよう。

## 避難の開始時期と避難先を確認しよう

「多摩川氾濫避難マップ」を確認しながら、避難行動判定フローを進めましょう。

「避難行動判定フロー」は、多摩川が氾濫する危険性が高まった場合に「いつ」「どこへ」避難すべきかを検討・確認するものです。

自宅の浸水深と家族構成、身を寄せられる親戚や知人の有無などから、避難の開始時期と避難先を確認しましょう。

35～36ページ「多摩川氾濫避難マップ」で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

自宅がある場所に色が塗られていますか？

●色が塗られている場所は**浸水想定区域、家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流/河岸侵食)、土砂災害(特別)警戒区域**です。



いいえ

はい

基本的に避難する必要はありません。しかし、色が塗られていなくても、**周りと比べて低い土地や崖のそばなどに住んでいる場合は、府中市からの避難情報を参考に必要に応じて避難**してください。



被害を受けるおそれがあるので、原則として**立ち退き避難(水平避難)**が必要です。

例外

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？



はい

安全な場所に住んでいる親戚や知人はいますか？

はい

いいえ

- 鉄道やバスの運休前に、親戚や知人宅に避難しましょう。
- 警戒レベル3高齢者等避難が出たら、親戚や知人宅に避難しましょう。

※日頃から相談しておきましょう

- 避難先として、ホテル・旅館の利用を検討しましょう。
- ※事前の予約・確認が必要です
- 自主避難所開設のお知らせが出たら、自主避難所に避難しましょう。
- 警戒レベル3高齢者等避難が出たら、府中市が指定している避難所に避難しましょう。

- 警戒レベル4避難指示が出たら、親戚や知人宅に避難しましょう。

※日頃から相談しておきましょう



ご自身や家族の安全が確保できる場合は**屋内安全確保**を行うことができます。

**浸水害の場合**…下記の①～③を満たす場合は、自宅に留まり安全確保することも可能です。

- ①自宅が家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流/河岸侵食)の外側にある
- ②生活可能な部屋が浸水する深さよりも高いところにある
- ③浸水しても水がひくまで我慢ができ、水・食料などの備えが十分にある

**土砂災害の場合**…十分堅牢なマンション等の上階層に住んでいる場合は、自宅に留まり安全確保することも可能です。

安全な場所に住んでいる親戚や知人はいますか？

はい

いいえ

- 警戒レベル4避難指示が出たら、府中市が指定している**避難所**に避難しましょう。

# マイ・タイムライン

多摩川が氾濫してしまう前までにすべきことを書き込み、いざというときに素早く正確に行動するための計画です。

## マイ・タイムラインを作成して自分や家族の洪水時の行動を確認しよう

風水害から命を守るために必要な行動を起こすタイミングが見えてくる。

マイ・タイムラインとは、風水害(府中市では特に多摩川の氾濫)が発生する前に安全な場所へ避難できるよう、「いつ」「誰が」「何を」に着目して、とるべき防災行動を時間の経過にあわせて整理し表に示すもので、市民の皆さんや自治会・町会等で事前に作成しておくことが大事です。安全な場所への移動距離や移動スピードは人により違うため、自分や家族の生活状況を踏まえてハザードマップを確認しながら慌てず避難できるタイミングを確認しておきましょう。

<https://www.city.fuchu.tokyo.jp/bosaibohan/saigai/fuusuigai/time-line.html>

川の氾濫まで	行政などからの防災情報	府中市の情報	気象庁の情報	公共交通機関の情報	気象庁・国土交通省の共同発表	家庭での準備(例)
2~3日前	強い勢力の台風が関東地方に接近している！		気象情報(報道発表など)			●今後の天気や台風の進路を確認 ●家族全員の今後の予定を確認 ●マイ・タイムラインを確認 ●避難場所を確認 ●スマートフォン・携帯電話を充電 ●非常持ち出し袋を用意 ●[共助]ご近所と雨水ますなどの掃除や避難する場合の相談をする
	台風接近の注意喚起					
1日前	鉄道 計画運休を発表					●鉄道やバスの最終運行時間を確認
	自主避難所開設の決定					●自主避難所の場所や開設時間を確認 ●家の周りに風で飛ばされるものはないか確認(台風の場合) ●テレビ、インターネット等で雨や川の様子を確認 ●鉄道やバスの運休前に避難開始(高齢者等)
	大雨注意報・洪水注意報(警戒レベル2)					
	大雨警報・洪水警報(警戒レベル3相当)					
12時間前	自主避難所開設のお知らせ					●自主避難所へ避難開始(高齢者等) ●[共助]ご近所に声をかけながら避難する
	暴風警報					
	高齢者等避難(警戒レベル3) 危険な場所から高齢者等は避難！					●自宅と上流の雨量、川の水位を確認(以後随時) ●避難しやすい服装に着替える ●避難開始を判断する
	氾濫危険情報(警戒レベル4相当)					
	避難指示(警戒レベル4) 危険な場所から全員避難！					●安全な場所へ避難開始！ ●[共助]ご近所に声をかけながら避難する ●安全な場所へ避難完了！
	大雨特別警報(警戒レベル5相当)					
	緊急安全確保(警戒レベル5) 命の危険 直ちに安全確保！					●立ち退き避難が間に合わない場合は身の安全を確保！ ※自宅内で浸水が想定されない場所へ移動
氾濫発生	氾濫発生情報(警戒レベル5相当)					

川の氾濫まで	行政などからの防災情報	府中市の情報	気象庁の情報	公共交通機関の情報	気象庁・国土交通省の共同発表	家庭での準備 ここに書き込みをしてください
2~3日前	強い勢力の台風が関東地方に接近している！		気象情報(報道発表など)			
	台風接近の注意喚起					
1日前	鉄道 計画運休を発表					
	自主避難所開設の決定					
	大雨注意報・洪水注意報(警戒レベル2)					
	大雨警報・洪水警報(警戒レベル3相当)					
12時間前	自主避難所開設のお知らせ					
	暴風警報					
	高齢者等避難(警戒レベル3) 危険な場所から高齢者等は避難！					
	氾濫危険情報(警戒レベル4相当)					
	避難指示(警戒レベル4) 危険な場所から全員避難！					
	大雨特別警報(警戒レベル5相当)					
	緊急安全確保(警戒レベル5) 命の危険 直ちに安全確保！					
氾濫発生	氾濫発生情報(警戒レベル5相当)					

## 東京マイ・タイムライン

東京都でも各家庭や事業所等におけるマイ・タイムライン作成の支援を行っています。

東京都では、「台風が近づいているとき!」「大雨が長引くとき!」「短時間の急激な豪雨が発生するとき!」の3つの場面にあわせた専用のマイ・タイムラインシートを用意しています。また、初めてマイ・タイムラインを作成する方のためにマイ・タイムライン作成ガイドによる作成の手引きも公開していますので活用してみましょう。

東京マイ・タイムライン  
<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/mytimeline/index.html>



# 多摩川氾濫避難マップ

「多摩川氾濫避難マップ」は、多摩川で外水氾濫が発生した場合、氾濫水が「どこへ」「どの程度の高さまで」押し寄せるかを想定して示した図です。氾濫の規模は、「多摩川浸水想定区域図」の想定をもとにしています。

## 多摩川氾濫時の避難所

### 府中市が開設する避難所

避難所に3つの利用方法を設定しています。

#### 徒歩避難者の避難所

この避難所は車で避難はできません。  
※避難所の収容人数には限りがあるため、あらかじめ複数の避難所と避難ルートを確認してください。  
※雨風が強くなると、徒歩避難には危険が伴います。早めの避難を心掛けてください。

避難所名	所在地	避難所名	所在地
府中第一小学校	寿町2-6	府中第四中学校	美好町2-13
府中第二小学校	緑町1-29	府中第十中学校	西府町4-21
府中第四小学校	白糸台1-58	浅間中学校	浅間町1-1
白糸台小学校	白糸台2-16	白糸台体育館	白糸台1-50
若松小学校	若松町3-11	栄町体育館	米町1-1
本宿小学校	本宿町4-19	本宿体育館	本宿町4-23
府中第二中学校	紅葉丘1-23		

#### 徒歩避難エリア

#### 凡例

- 徒歩避難者の避難所
- 要配慮者専用の避難所
- 車両避難が可能な避難所
- 自主避難所(早期開設避難所)
- ペット同室可の避難所
- 応援協定締結事業所等
- 地下横断道路(アンダーパス)
- 府中市役所
- 警察署
- 交番・駐在所
- 消防署・消防出張所
- 防災センター(消防団詰所)
- 救急病院
- 病院
- 立ち退き避難の方向

**家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)**  
氾濫流の直撃により建物が流失してしまうと想定される範囲

**家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸侵食)**  
氾濫流により河岸の侵食を受け、建物や土地が流失してしまうと想定される範囲

土砂災害警戒区域  
土砂災害特別警戒区域

▼ 浸水深の色の見方

浸水深	水深の目安
5.0m	2層の天井以上で浸水する程度
3.0m	1層の天井から2層の天井近くまで浸水する程度
1.5m	1層の床から1層の天井まで浸水する程度
0.5m	1層の床下まで浸水する程度

#### 自主避難所(早期開設避難所)

暴風雨や公共交通機関の運休により避難が困難になる前に、避難指示などの発令を待たずに自発的な避難を行う方を受け入れるため早期に開設します。

#### ペット同室可の避難所

ケージやキャリーバッグを持参した方に限り、屋内での同室による避難(一緒に部屋に入る)が可能です。

#### 要配慮者専用の避難所

専用駐車場があります

高齢者、障害者、妊産婦など配慮を要する方が付き添いの方と一緒にご利用いただけます。  
※医療的ケアは行いません。

避難所名	所在地	専用駐車場
中央文化センター	府中町2-25	府中公園(府中町2-26)
白糸台文化センター	白糸台1-60	府中第四小学校(白糸台1-58)
武蔵台文化センター	武蔵台2-2	武蔵台少年野球場(武蔵台2-2)
新町文化センター	新町1-66	府中第五中学校(新町2-44)
紅葉丘文化センター	紅葉丘2-1	府中第二中学校(紅葉丘1-23)
片町文化センター	片町2-17	片町第三公園(片町2-17)
ルミエール府中	府中町2-24	地下駐車場
生涯学習センター	浅間町1-7	地下駐車場

#### 応援協定締結事業所等

- 市の避難所(徒歩避難者の避難所、要配慮者専用の避難所、車両避難が可能な避難所)を開設した後、状況に応じて避難所の開設を要請します。
- 障害者や妊産婦を対象とする避難先もあります。
- 開設が完了した時に、府中市ホームページやVACANホームページなどでその旨お知らせします。

#### 車両避難が可能な避難所

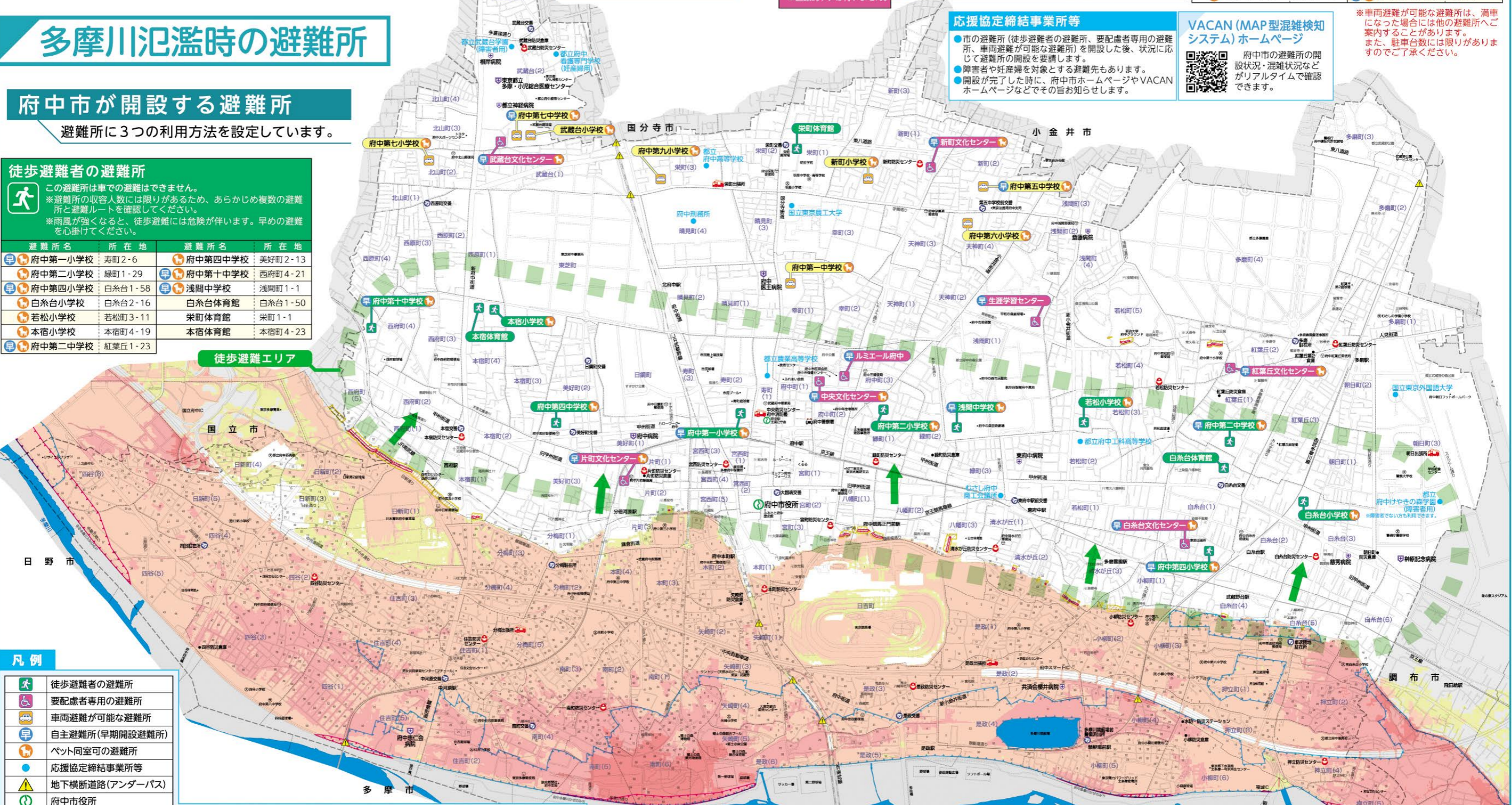
※車両避難中に浸水被害が発生するおそれがあるため早めの避難の場合に限ります。  
※車内における自分や家族などの健康状態にご注意ください。

避難所名	所在地	避難所名	所在地
府中第六小学校	天神町4-14	新町小学校	新町1-25
府中第七小学校	北山町2-23	府中第一中学校	幸町1-22
府中第九小学校	米町3-7	府中第五中学校	新町2-44
武蔵台小学校	武蔵台2-3	府中第七中学校	武蔵台2-4

#### VACAN(MAP型混雑検知システム)ホームページ

府中市の避難所の開設状況・混雑状況などがリアルタイムで確認できます。

※車両避難が可能な避難所は、満車になった場合には他の避難所へご案内することがあります。また、駐車台数には限りがありますのでご了承ください。



#### 多摩川浸水想定区域図(想定最大規模)

この地図は、国土交通省が公表している多摩川・澁川・大栗川の洪水浸水想定区域図(想定最大規模)を基に、台風や大雨によって引き起こされる多摩川の氾濫を想定して示した図です。

浸水想定区域(想定最大規模)とは…  
雨の降り方が類似する同じ地域内で観測された過去最大の大雨(多摩川の流域で48時間の総雨量588mm)が降った場合に、多摩川が氾濫したことを想定しています。

作成主体: 国土交通省関東地方整備局京浜河川事務所 指定年月日: 平成28年5月30日  
※「多摩川水系浸水想定区域図」についての詳細のお問い合わせは、下記までお願いします。  
国土交通省関東地方整備局京浜河川事務所 [電話] 045-503-4000

【地図をご覧いただく際の注意点】

- ◆地図に示した浸水の予想される範囲や深さは、任意の想定に基づいたシミュレーションの計算結果であり、土地の危険性を示すものではありません。また、浸水の予想されない範囲の安全性を保証するものではありません。
- ◆地図に示した浸水の予想される範囲以外でも、状況によっては浸水する可能性があります。
- ◆浸水の予想される範囲及びその程度は、雨の降り方や土地の形態の変化及び河川、下水道の整備状況等により変化することがあります。

# 内水氾濫マップ

この地図は、「北多摩一号処理区、北多摩二号処理区浸水予想区域図(改定)」と「野川、仙川、谷沢川及び丸子川流域浸水予想区域図(改定)」をもとに、大雨が降った場合に浸水が予想される区域と想定される最大の水深を示したものです。

### 浸水想定区域とは…

この地図の浸水予想区域は、河川が増水したときに、下水道が河川に到達する直前の地盤の低い土地の浸水や、下水道の処理能力を超えて降る雨などによって浸水する範囲です。  
 想定した雨量は想定し得る最大規模の降雨(総雨量690mm、時間最大降雨153mm)です。

### 北多摩一号処理区、北多摩二号処理区浸水予想区域図(改定)

※この浸水予想区域図は河川の氾濫は想定していません。

- (1) 作成主体 東京都下水道局流域下水道本部、立川市、府中市、小金井市、国分寺市、国立市
- (2) 作成年月日 令和2年3月26日
- ※北多摩一号処理区 北多摩一号水再生センター(小柳町6丁目先)に流れ込む下水道の範囲
- ※北多摩二号処理区 北多摩二号水再生センター(国立市泉1-24-32)に流れ込む下水道の範囲

### 野川、仙川、谷沢川及び丸子川流域浸水予想区域図(改定)

※府中市内では野川から溢れた水が住宅地まで浸水すると想定されておりません。

- (1) 作成主体 東京都都市型水害対策連絡会
- (2) 作成年月日 令和元年6月27日

野川流域浸水予想区域  
 ↑北多摩一号処理区 ↓

野川流域浸水予想区域  
 ↑北多摩一号処理区 ↓



### 凡例

- 指定避難場所(洪水・内水氾濫)
- 地下横断道路(アンダーパス)
- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域
- 府中市役所
- 警察署
- 交番・駐在所
- 消防署・消防出張所

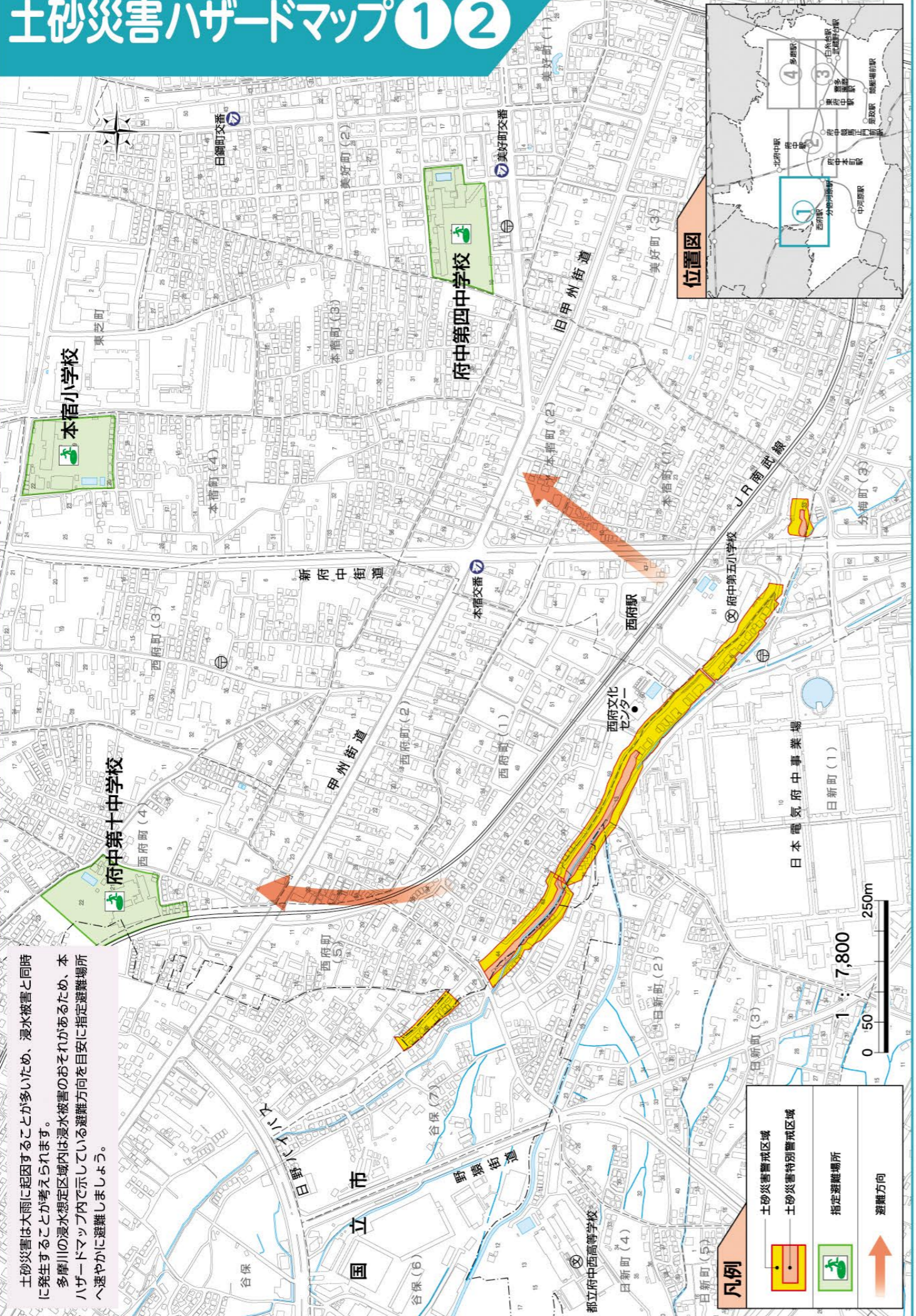
浸水深の色の見方	浸水深	水深の目安
(Red)	5.0m	2階の軒下までつかる程度
(Orange)	3.0m	1階天井を越えて浸水する
(Yellow)	1.0m	1階の床までつかる程度
(Light Yellow)	0.5m	
(Lightest Yellow)	0.1m	1階の床下までつかる程度

【地図をご覧ください際の注意点】  
 ・浸水の予想される区域及びその程度は、雨の降り方や土地の形態の変化及び河川、下水道の整備状況等により変化することがあります。  
 ・落ち葉による雨水マスの詰まり等により起きる浸水は、シミュレーションでは反映しきれないため注意が必要です。

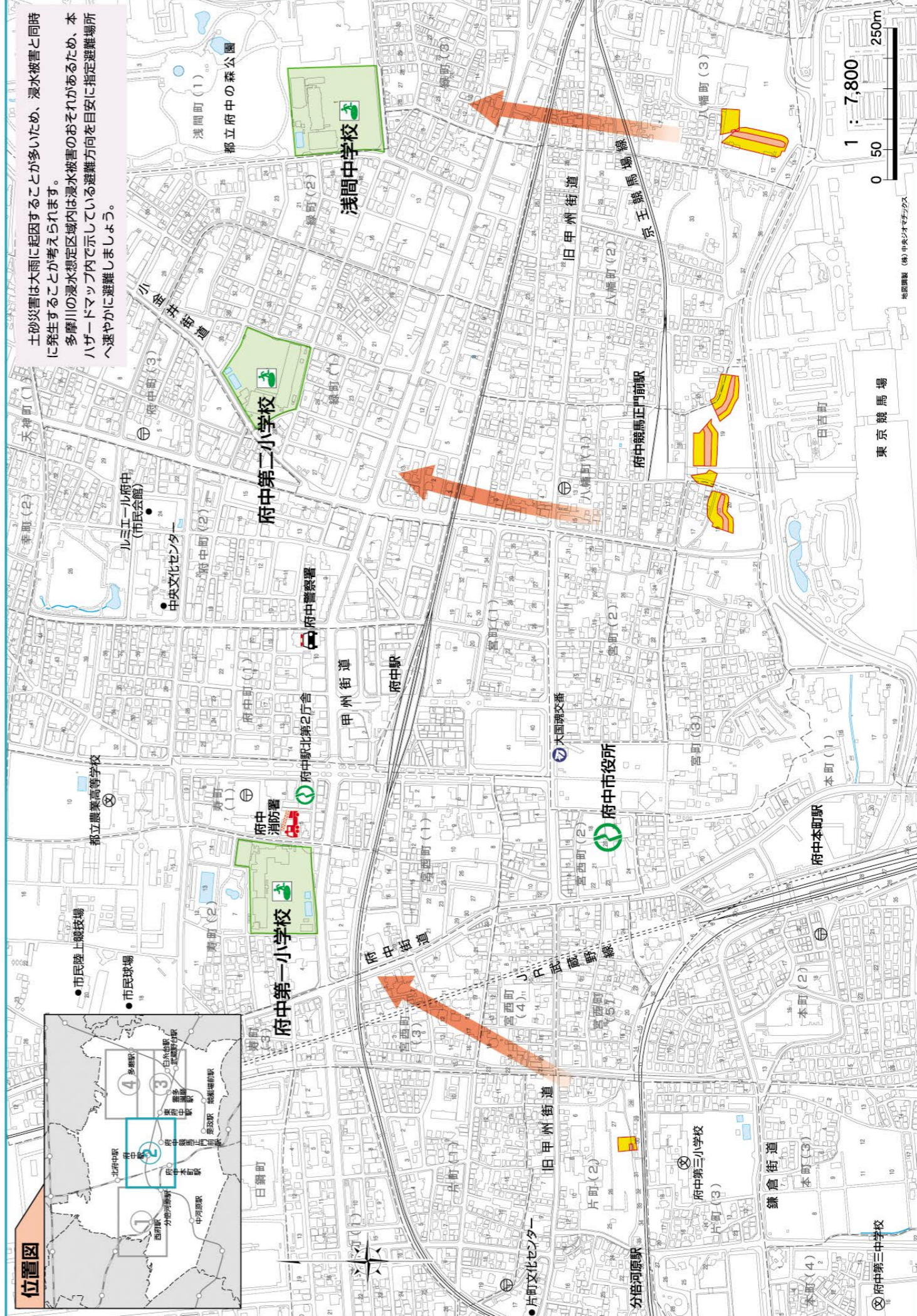
1 : 23,000  
 0 100 500 1000m

地図調整 (株) 中央ジオマチックス

土砂災害は大雨に起因することが多いため、浸水被害と同時  
に発生することが考えられます。  
多摩川の浸水想定区域内は浸水被害のおそれがあるため、本  
ハザードマップ内で示している避難方向を目安に指定避難場所  
へ速やかに避難しましょう。

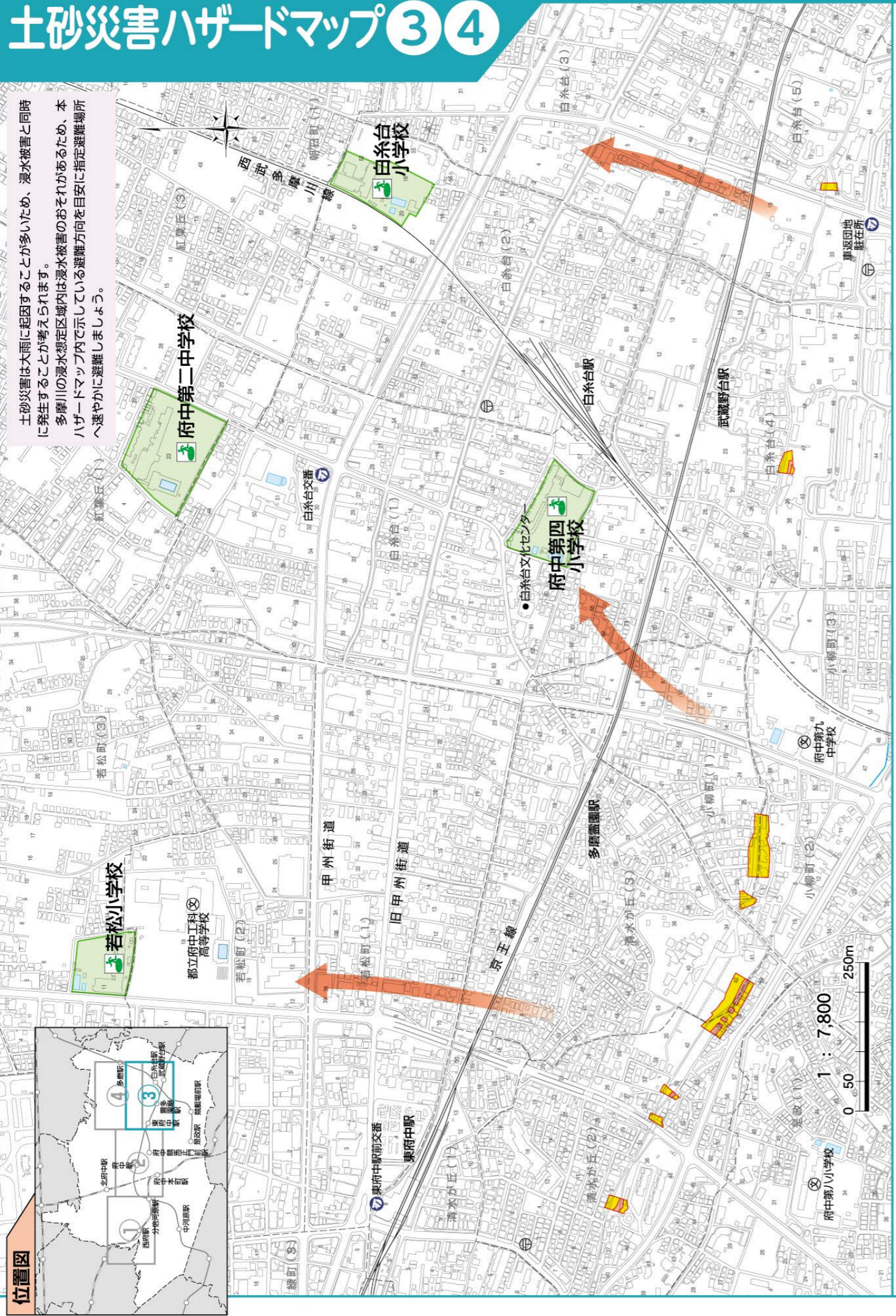
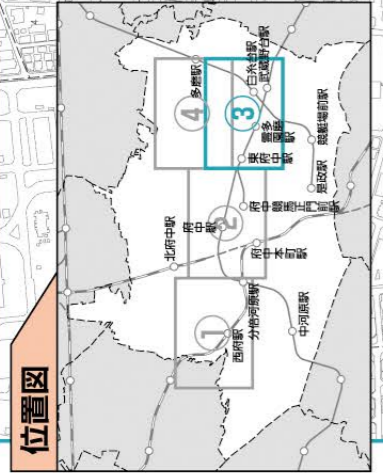


土砂災害は大雨に起因することが多いため、浸水被害と同時  
に発生することが考えられます。  
多摩川の浸水想定区域内は浸水被害のおそれがあるため、本  
ハザードマップ内で示している避難方向を目安に指定避難場所  
へ速やかに避難しましょう。

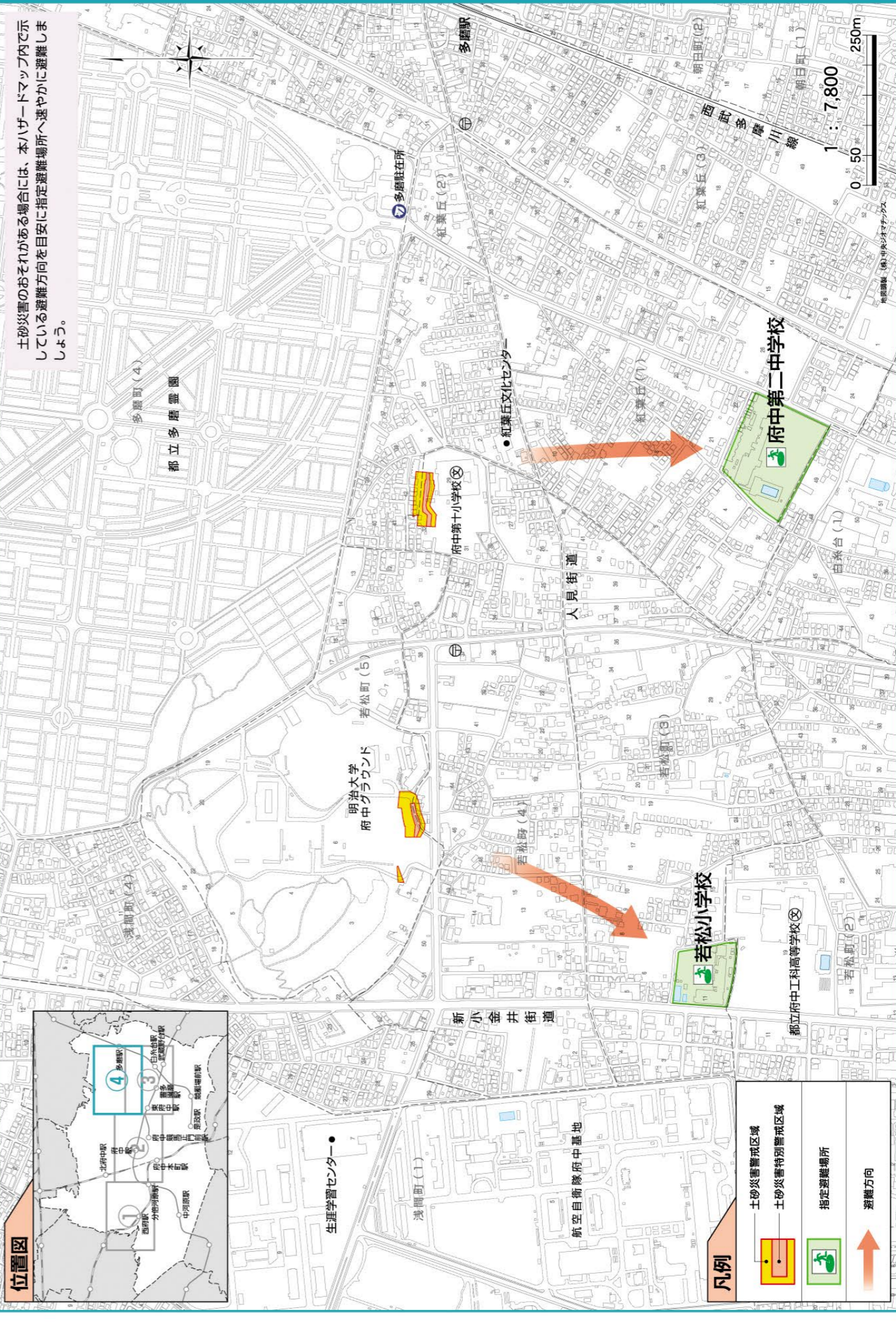
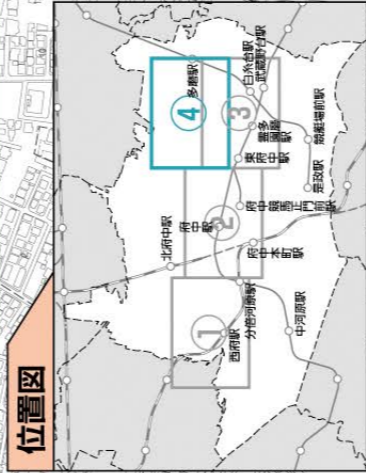


# 土砂災害ハザードマップ③④

土砂災害は大雨に起因することが多いため、浸水被害と同時に発生することが考えられます。多摩川の浸水想定区域内は浸水被害のおそれがあるため、本ハザードマップ内で示している避難方向を目安に指定避難場所へ速やかに避難しましょう。



## 位置図



**凡例**

- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域
- 指定避難場所
- 避難方向

土砂災害のおそれがある場合には、本ハザードマップ内で示している避難方向を目安に指定避難場所へ速やかに避難しましょう。

# その他

## 配慮が必要な方への対応

災害時に特別な配慮が必要な方がいることを知ってください。

### 要配慮者は地域で助け合うことが大事

あなたや周囲の方の気くばりや支援が必要となります。

高齢者や障害のある方など、災害時に支援を要する方を「要配慮者」といいます。特に障害のある方については、障害の内容に応じて日ごろからの備えや災害時の支援内容が異なります。このような方々を災害から守るために皆さんで協力しましょう。

#### ◆高齢者・寝たきりの方

- 日頃の備え** → 災害時には
- 室内はできるだけ広くして、家具、棚の上に重い物、角のある物を置かない。
  - あわてて外へ飛び出さない。
  - 家の中の安全な場所に移動する。



- 介助のポイント**
- 緊急のときは背負って安全な場所まで避難する。
  - 複数の介助者で対応する。
  - 不安を取り除くように声をかける。

#### ◆耳が不自由な方

- 日頃の備え** → 災害時には
- 補聴器、携帯電話、文字情報が得られる携帯端末などを手元に置いておく。
  - 笛やブザー、筆記道具を携帯しておく。
  - テレビ、文字放送、携帯電話やメモなどで、正確な情報を入手する。近くの人に耳が不自由であることを伝え、必要な支援を依頼する。



- 介助のポイント**
- 話をするときは口をきちんと開けて普通に話す。
  - 手話、筆談、身振り手振りなどの方法で正確な情報を伝える。

#### ◆目が不自由な方

- 日頃の備え** → 災害時には
- 白杖やラジオは必ず手の届くところに置いておく。
  - 家具等の配置の変更は本人に必ず伝える。
  - 笛などを吹き、居場所を知らせる。
  - 周りの人に安全な場所までの誘導を依頼する。



- 介助のポイント**
- 災害時は本人のそばへ行き、支援が必要か声をかけ、正確な情報を伝える。
  - 誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、腕や肩につかまってもらい、半歩前をゆっくり歩く。
  - 説明するときは、前後、左右、上下等、具体的な言語を使う。

#### ◆肢体が不自由な方

- 日頃の備え** → 災害時には
- 室内の安全スペースの確保と、家具等の転倒防止策を十分に作る。
  - 車いすが通る幅を十分確保する。
  - 無理な行動をとることを避けながらも、動ける場合は、這うなど安全な姿勢をとり、頭部を座布団などで守る。
  - 車いすは安全な場所に止め、介助者の協力による避難支援を求める。



- 介助のポイント**
- 車いすの移動は、階段で3～4人で運ぶのが安全。上りは前向き、下りは後ろ向きに移動する。
  - 介助者が1人の場合、おんぶ紐などを利用し、背負って避難する。

#### ●見た目では判断できない配慮が必要な方がいます(内部障害)

内部障害とは、身体の内側に障害があることをいいます。外見ではわかりませんが、トイレに不自由したりタバコの煙で苦しくなったりするなど、周囲の理解と配慮が必要となる障害です。

## 災害時のペット救護対策

ペットの安全と健康を守るため、平常時と災害時の備えや防災対策を意識しておこう。

### 避難の原則はペットと飼い主の同行避難

ペットを助けることができるのは飼い主のあなただけです。

災害時にペットと飼い主が離れ離れになると、ペットが怪我をしたり衰弱して死亡したりするおそれがあります。また、ペットが放浪してしまうと人への危害や繁殖などによる公衆衛生の悪化が懸念されることから、避難の際はペットと飼い主の同行避難が基本となります。

#### 避難所でのペット受入

府中市ではペットを連れて避難所に一緒に避難することは可能ですが、動物アレルギーを持った人や動物が苦手な人への配慮も必要になるため、以下の注意点をご確認ください。

##### 同行避難の注意点

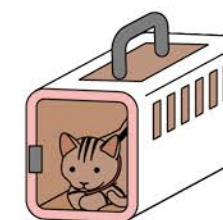
- ケージやキャリーバッグを持参する
- 餌の持参、餌やりや糞尿の始末は飼い主自身で行う
- 決められたルールや場所での飼育に従う
- 犬、猫、小鳥その他小動物(危害を及ぼさない動物等)
- ※大型動物や特定動物など、専用の飼育施設が必要なものは予め預け先を確認しておきましょう。



#### 災害に備えたしつけと健康管理

災害による大きな環境の変化でペットがパニックになり、いつもと違う行動をとることがあります。このため、他人への迷惑の防止とペット自身のストレス軽減のため、日頃からしつけと健康管理を行っておくことが必要です。

- キャリーバックやケージに慣らす
- 犬の場合は「まて」「おいで」などができる
- 人や動物を怖がったりむやみに吠えたりしない
- 決められた場所で排泄ができる
- 各種ワクチンによる予防接種を行っておく
- 寄生虫の予防と駆除
- 不妊去勢手術を行っておく



#### 迷子にならないための対策

災害時にやむを得ずペットを残して避難したり、ペットとはぐれて迷子になると、その後に保護されても飼い主の元に戻る可能性がとても低いので、マイクロチップの装着により所有者明示が出来るようにしておきましょう。

#### ペットの備蓄と非常持ち出しの優先順位

避難先でペットの飼育に必要なものは飼い主が用意しておきましょう。特に療法食等の特別食を必要とするペットは長期間分の備蓄を用意しておきましょう。

##### 優先順位①

- キャリーバック、ケージ
- 療法食、薬
- フード、水(少なくとも5日分)
- 予備の首輪、リード(伸びないもの)
- 食器
- ペットの写真
- ペットに関する情報



##### 優先順位②

- ペットシート
- 排泄物の処理用具
- トイレ用品(猫の場合は使い慣れたトイレ砂)
- タオル、ブラシ
- おもちゃ
- 洗濯ネット(猫の場合) など



# 生活再建に向けて

一日でも早く普通の生活に戻るため、どのような公的支援制度が活用できるかを確認しよう。

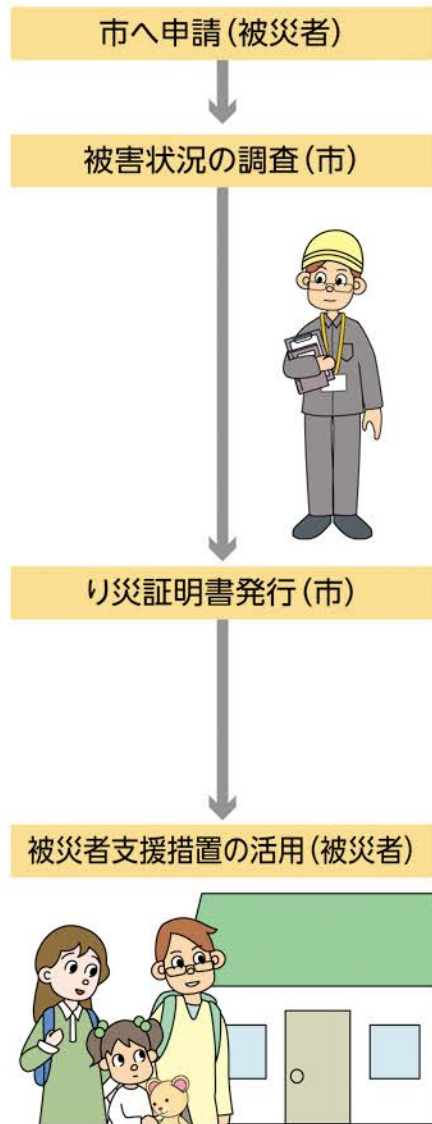
## 被害認定調査と被災証明書の発行

災害からの生活再建に向けた第一歩です。

被災証明書とは、地震や風水害などの自然災害により被災した住家の被害の程度を市が証明するものです。この証明書は、被災者生活再建支援金の支給や住宅の応急修理など、様々な被災者支援措置を受ける際に必要となります。



### 被災から支援措置の活用までの流れ



### 被害認定調査

地震や風水害等の災害により被災した住家の「被害の程度(全壊、半壊等)」を認定するために、市の職員等が調査を実施します。この調査による認定結果に基づいて、被災証明書を交付します。

【被害の程度】 住家の被害の程度は国が次のように基準を定めています。

全壊	大規模半壊	半壊
50%以上	40%以上50%未満	20%以上40%未満

【損害割合】 住家の屋根や壁等の経済的被害の全体を占める割合(損害割合)に基づき被害の程度を認定します。損壊割合はこの他に「半壊に至らない」があります。

### 被災証明書で受けられる支援措置の一例

- 給付…………… 被災者生活再建支援金、義援金など
- 融資…………… (独)住宅金融支援機構融資、災害援護資金など
- 減免・猶予…… 税、保険料、公共料金などの支払い
- 現物支給……… 災害救助法に基づく応急仮設住宅への入居、住宅の応急修理など

### ● 応急危険度判定 ～被害認定調査と似て異なるもの～

大地震が発生した場合、余震等による建築物の倒壊や落下物、転倒物などの二次災害を防止するため、できる限り早く短時間に建築物の被災状況を調査して、当面の使用の可否について判定するものです。応急危険度判定が実施された建築物には「危険(赤)」「要注意(黄)」「調査済(緑)」のいずれかの貼紙が貼られます。応急危険度判定調査は、被災証明書発行に伴う被害認定調査とは異なるので応急危険度判定で危険(赤)の判定となっても、被災証明書で必ずしも全壊や半壊と認定されるわけではありません。



## 住まいと生活の再建

被災直後の生活を支え居住の安定を図るための支援措置があります。

### 被災者生活再建支援金

自然災害によって居住する住宅が全壊するなど、生活基盤に著しい被害を受けた世帯に対して、住宅の被害程度に応じた「基礎支援金」と住宅の再建方法に応じた「加算支援金」を合わせて最大300万円が支給されます。

#### 被害程度に応じて支給する支援金 (基礎支援金)

- 全壊…………… 100万円
- 解体…………… 100万円
- 長期避難…… 100万円
- 大規模半壊…50万円



#### 再建方法に応じて支給する支援金 (加算支援金)

- 建設・購入… 200万円
- 補修…………… 100万円
- 賃借(公営住宅以外) ……50万円

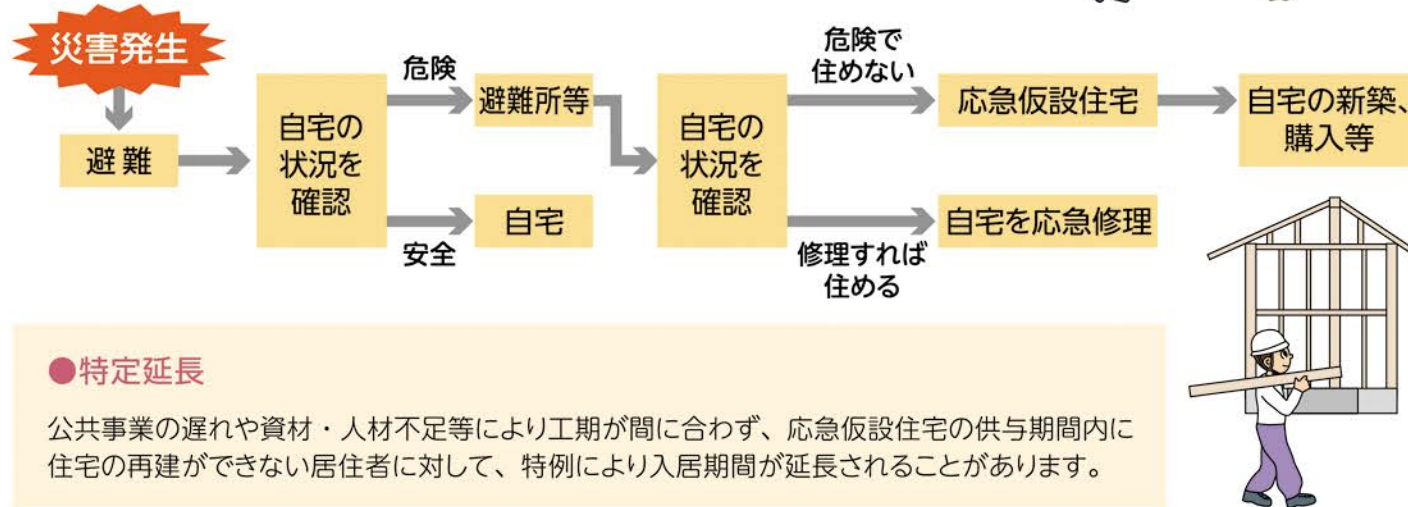


支援金は使い道が限定されないもので、被災者にとって利用しやすい制度です。ただし、支援金はあくまで生活再建の一助に過ぎませんので、住宅ローンや貯蓄の状況を考慮して地震保険に加入するなどの自助努力が必要です。

※世帯人数が1人の場合は、各支給額が4分の3になります。

### 応急仮設住宅

応急仮設住宅は、自らの資金では住宅を確保することができない被災者に対して一時的な居住の安定を図るために提供されます。家賃以外の水道光熱費のみ居住者が負担し、居住期間は原則2年間となります。



### ● 特定延長

公共事業の遅れや資材・人材不足等により工期が間に合わず、応急仮設住宅の供与期間内に住宅の再建ができない居住者に対して、特例により入居期間が延長されることがあります。

### 災害弔慰金

災害によって亡くなったり行方不明になったりした人の遺族に支給されます。被災後に体調を崩して亡くなる「災害関連死」の場合も対象となります。

- 生計を維持した人が亡くなった場合 …500万円
- その他の人が亡くなった場合 …250万円

- 受け取れる遺族
- 配偶者・子・父母・祖父母
- 上記遺族がいない場合は、同居または生計を同じくする兄弟姉妹

### 災害障害見舞金

災害によって心身に重度の障害が出た場合に支給されます。

- 生計を維持した人が重度障害を受けた場合…500万円
- その他の人が重度障害を受けた場合 …250万円

- 受給できる人
- 両眼失明・要常時介護・両上肢ひじ関節以上切断等

### 義援金

義援金は、被災者支援を目的にした善意の人々からの寄付金です。日本赤十字社や中央共同募金会を通して集められ、被災自治体に送られます。家族の人的被害や家屋の損壊状況などの被害程度等によって受け取る金額が異なります。





# マンションの防災対策

マンション防災は居住者同士のコミュニケーションによる団結が必要です。

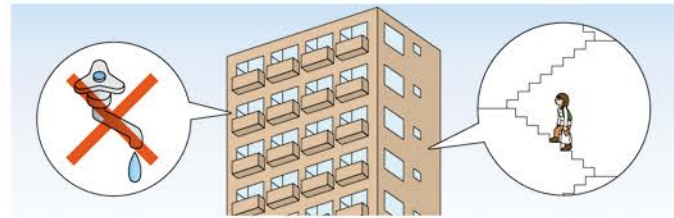
## 在宅避難とマンションの防災対策

震災時も住み続けられるマンションの防災対策を進める。

新しいマンションは一般に耐震性が高く、大規模な地震でも倒壊のおそれは低いとされています。このことから、東京都ではエレベーターを含むライフラインの停止に備えたマンションの防災対策を行い、居住者に対して可能な限り避難所には行かず自宅で「在宅避難」をするように呼びかけています。

### 家庭内備蓄は1週間分が理想

地震による停電でエレベーターが止まると住民は長期にわたり階段での移動を強いられます。自宅で在宅避難を行うため飲料水や食料、簡易トイレなどの備蓄は最低3日分、可能であれば1週間分を用意することが推奨されています。



普段から日持ちのする飲み物や食料を、多めに買い置きしておく方法があります。

### トイレの対策

停電によるポンプの停止や断水によりトイレの水が流せなくなります。また、お風呂の残り湯を使ってトイレに流すと、もしも排水管等に損傷があった場合に階下で汚水が溢れるおそれがあるため、使い捨てトイレ等の備蓄や使用後の保管方法も考えておきましょう。



## スムーズな復旧・復興に向けた事前の取組

住民が合意できるよう準備はしていますか。

マンションに被害が生じた場合には修繕を行うために総会を開き、修繕費用などについて住民の合意を取りつける必要があります。しかしながら、災害が起こると総会を開くことさえ難しい深刻な事態が発生します。

### 住民の連絡先リストの必要性

地震のあとにマンションを離れて避難生活する人や資産として購入し、賃貸している部屋は家主がすぐには分からないことが多いため、連絡がつかずに総会で大規模修繕等に係る住民の合意を得る段階に進めることすら難しくなります。災害時のために連絡先リストを事前に作っておくことが重要になります。

### 地震に備えた修繕積立や地震保険の加入

マンションの老朽化に備えた修繕金の積立のほとんどは地震に備えたものではありません。地震によりマンションが壊れた時の大規模修繕のための積立や地震保険への加入などの対策が別途必要となります。



# 原子力災害・国民保護

正確な知識を身につけて適切な行動をとろう。

## 原子力災害

放射性物質は目に見えないため、正しい知識と行動を知ろう。

原子力発電所等において放射性物質などが漏れて、国民の生命、身体又は財産に被害が生じる「原子力災害」。原子力災害の影響は人が感じ取ることができないため、放射性物質に関する基本的な知識と正しい対処法を身に付けることが重要です。

### 屋内退避が基本

- 屋内退避の指示が出た場合は、すぐにマスクを着用し、速やかに屋内に移動する。(マスクを持参していない場合はハンカチでも可。水で濡らして口と鼻を覆う。)
- 髪や服などをよく払ったうえで屋内に入り、直ぐに顔や手を洗い、うがいをする。
- 換気扇やエアコンを止め、全ての窓やドアを閉める。(サッシ部や換気口部にガムテープなどを貼り、密封するとさらに効果が上がる。)
- 食品が入った容器はふたをする。又はラップをかける。



## 国民保護

弾道ミサイルやテロなどの武力攻撃に備えるには。

「国民保護」とは、我が国に対する武力攻撃事態などが発生した場合に、国、地方公共団体等が国民の生命、身体及び財産を保護することです。

ここでは特に弾道ミサイル落下時の行動について示します。

## 弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メール等により緊急情報をお知らせします。

- ①速やかな避難行動
- ②正確かつ迅速な情報収集

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください。

国民保護ポータルサイト  
武力攻撃やテロなどから身を守るために

事前に確認しておきましょう。  
[http://www.kokuminhogo.go.jp/gaiyou/shiryu/hogo\\_manual.html](http://www.kokuminhogo.go.jp/gaiyou/shiryu/hogo_manual.html)

ミサイル落下時には、こちらから政府の対応状況をご覧になれます

首相官邸 ホームページ [www.kantei.go.jp/](http://www.kantei.go.jp/)

Twitterアカウント  
首相官邸災害・危機管理情報  
@Kantei\_Saigai

**Jアラート** (例) 直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の中、又は地下に避難してください。ミサイルが、●時●分頃、●●県周辺に落下するものとみられます。直ちに避難してください。

メッセージが流れたら  
落ち着いて、直ちに行動してください。

- 屋外にいる場合 近くの建物の中か地下に避難。  
(注) できれば頑丈な建物が望ましいもの、近くになれば、それ以外の建物でも構いません。
- 建物がない場合 物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。
- 屋内にいる場合 窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。

**近くにミサイル落下!**

- 屋外にいる場合: 口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。
- 屋内にいる場合: 換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

# 支援制度

府中市の各種支援制度について紹介します。

## 府中市の支援制度

府中市の各種支援制度を知っておこう。

### 木造住宅耐震診断・耐震改修等助成事業

1981年(昭和56年)5月31日以前に建てられた住宅は要注意!

#### 助成の対象

- ❶旧耐震基準(昭和56年5月31日以前に建築)の一戸建ての木造住宅(店舗等の用途を兼ねるものを含む※1)
- ❷現に住宅の所有者等※2が居住し、かつ住民登録をしていること※3
- ❸市税等の滞納がないこと

- ※1 店舗等の用に供する部分の床面積の合計が、延べ面積の2分の1未満であるものに限ります。
- ※2 所有者等とは、所有者本人及び所有者の二親等以内の親族をいいます。
- ※3 耐震診断及び耐震改修は、現に居住している場合のほか、所有者等が診断・改修の実施後速やかに居住する予定の場合も助成対象となります。また、耐震除却は除却の実施前まで居住し、かつ完了時まで所有者等であり続けることを要件とします。

#### 助成の項目と支援内容

項目	対象	支援内容
耐震診断	上記の「助成の対象」に当てはまる方	助成限度額12万円 (耐震診断費用の3分の2)
耐震改修	上記の耐震診断で上部構造評点が1.0未満と診断され、府中市内で建設業の「建築工事業の許可」を得た建設業者で、むさし府中商工会議所が行う耐震補強に関する講習を受講した業者が行う耐震改修工事	助成限度額110万円 (耐震改修費用の2分の1)
耐震除却	上記の耐震診断で上部構造評点が1.0未満と診断され、建設業法の解体にかかる許可または建設リサイクル法の登録を得ている業者が行う除却工事	助成限度額50万円 (除却費用の2分の1)
耐震シェルター等の設置	上記の耐震診断で上部構造評点が1.0未満と診断され、世帯の状況が次のいずれかに該当する場合 ●65歳以上の方のみで構成された世帯 ●身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方	助成限度額30万円 (設置費用の4分の3)

### 木造住宅耐震アドバイザー派遣事業

建築士がアドバイザーとして訪問し簡易的な耐震診断を行い、耐震改修の方法や耐震化事例の紹介などの耐震相談を行い、住宅の耐震化に関するアドバイスを行います。

※費用については無料となります



耐震化についての  
問合せ

都市整備部 住宅課 住宅安全係  
電話：042-335-4173

### ブロック塀等安全対策費用助成事業

ブロック塀を点検しよう!

府中市では府中市耐震改修促進計画に基づき、ブロック塀等に倒壊防止対策の推進を図り、災害時などの避難経路となる道の沿道にある民間のブロック塀等の倒壊による被害を防止し、市民の安全・安心を図るためブロック塀等の安全対策事業を行う者に対し工事費用の一部を助成します。



#### 助成の項目と支援内容

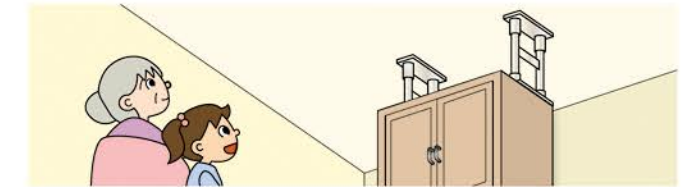
項目	対象	支援内容
ブロック塀等の除却及び建替	●府中市耐震改修促進計画に位置付けられた避難路及び、指定通学路などに面しているもの ●耐震診断の結果倒壊の危険性があると判断されたもの ●建て替え後、地震に対して安全な構造となるもの	助成対象費用の3分の2 (限度額1メートルあたり8万円の3分の2)
国産木材を使用した木塀		1メートルあたり8万円から19万6千円の部分については10分の10の加算助成となります(上限25メートル)

ブロック塀等の助成  
についての問合せ 都市整備部 建築指導課 狭あい道路係  
電話：042-335-4327

### 家具転倒防止器具支給事業

高齢者や障害のある人がいる世帯への支援。

府中市では家具の転倒・落下・移動防止対策として、高齢者や障害のある人がいる世帯に対して支援事業を行っています。



#### 対象世帯と支援内容

	高齢者のいる世帯	障害のある人がいる世帯
対象	●在宅で生活し、介護保険[要介護3]以上	●在宅で生活し、身体障害者手帳1・2級 ●在宅で生活し、愛の手帳1・2度 ●在宅で生活し、精神障害者保健福祉手帳1級
	●本人及び世帯全員が市民税非課税であること ●過去に市の制度による家具転倒防止器具の支給を受けていない世帯	
支援内容	家具転倒防止器具(突っ張り棒タイプ・下敷きタイプ)を府中市が委託した業者(シルバー人材センター)がご自宅の家具等に取り付けます。ただし、1世帯3組まで(突っ張り棒タイプは1組まで)で、1回限りです。 ※自己負担で購入した器具の設置及び自身で取り付けした器具や工事費の助成はできません	
問合せ	●福祉保健部 介護保険課介護サービス係 電話：042-335-4470	●福祉保健部 障害者福祉課生活係 電話：042-335-4545