

地区防災計画策定の手引き

～大地震に備えて発災時の行動を考えましょう～

台東区
総務部危機・災害対策課

令和8年3月発行

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS



台東区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

はじめに・・・

地震が起きても

自分たちの**命**と**地域**を守るためには、

地域の特性を把握する**町会の皆様**の

取り組みが大切です

地域の防災計画を作ってみましょう

日本各地で災害が起こり、多くの人的・建物被害が出ています。被害を最小限に食い止めるにあたり、住民自らによる「自助」と、地域コミュニティによる「共助」が大きな成果を発揮することが明らかになっています。

大規模・広域災害では、行政自体が被災することや、同時多発的に被害が発生することから、災害発生直後の行政からの支援「公助」には限界があります。

特に、公的な救助が本格化するまでは、自分たちで助け合っていかなければなりません。

そのための備えとして、地震が起きた時に、町会としてどのように行動するのか、何を準備しておくのか、どのような訓練をしておくのか、などを盛り込んだ地域の防災計画を作成しましょう。

計画作成にあたり、地域防災の担い手である「防災士」を計画作成プロセスに組み込むことで、より実効性の高い防災計画を作成できますので、防災士の活用もご検討ください。

目 次

第 1 章 地域の現状を把握しましょう	2～7
①地域の防災について、住民同士で話し合いましょう	
②地震が起きた場合のイメージを共有しましょう	
③住んでいる地域の被害想定や危険度を確認しましょう	
④地震時の避難行動と避難先を事前に把握しましょう	
⑤まち歩きをして、地域の「防災マップ」を作ってみましょう	
第 2 章 防災活動の人員・体制を確認しましょう	8
①複数の町会で計画をつくることも検討しましょう	
②タイムラインに沿った対応の優先順位・人員配置を考えましょう	
③地震時には声がけして新たな協力者を確保しましょう	
第 3 章 地震が起きた時のルールを決めておきましょう	9
①参集後の役割分担を決めておきましょう ②集まる基準を決めておきましょう	
③集まる場所を決めておきましょう	
第 4 章 平常時の防災活動に取り組みましょう	10～11
①防災資器材の確認を行いましょう ②防災訓練を行いましょう	
③年間活動計画を立てて実践しましょう	
第 5 章 地区防災計画の実践と改善	12～15
①話し合ったことを冊子にまとめましょう ②地区防災計画の提案を検討しましょう	
③実践・改善に取り組みましょう	
ひな形編～作ってみましょう～	16～41
様式集	42～47
【参考】地震による被害想定や地域危険度の調べ方	48～49
①台東区地域防災計画を閲覧する ②東京被害想定マップを閲覧する	
③地域危険度一覧を閲覧する	

第1章 地域の現状を把握しましょう

① 地域の防災について、住民同士で話し合しましょう

■テーマ例

地震時の避難行動の順序を知っていますか？

被災状況に応じて、とるべき避難行動が異なります。
地震時に慌てることのないよう事前に把握することが大切です。

「一時集合場所」「避難所」「避難場所」の違いを知っていますか？

似た用語ですが、意味が全く異なります。用語を正しく理解することで、地震時に的確な判断と行動ができます。

近所の消火器の設置場所を知っていますか？

赤箱の消火器（町会管理）と、
緑筒の消火器（区管理）があります。



町会所有の防災資器材の種類や保管場所を知っていますか？

スタンドパイプや発電機などの防災資器材を町会で所有している場合があります。町会内の防災担当者等に所有している防災資器材と保管場所を確認しましょう。

② 地震が起きた場合のイメージを共有しましょう

地震発災時に、身の回りや地域でどのような被害が想定されるかのイメージを共有することで、目的や目標が定まり、意見がまとまりやすくなります。

■イメージを共有する方法

町会の集まりの際に、防災に関する映像を視聴する

災害のイメージを共有するには映像が効果的です。

テーマ	出典	URL	二次元コード
首都直下地震の被害想定	内閣府	https://www.youtube.com/watch?v=Tnxww93PgPc	
家具転倒防止対策	東京消防庁	【マンション編】 https://www.youtube.com/watch?v=3CQCOW0ZwS4&list=PLJ6976ih2IIiHzg6ttmyPrft9Rt4EysZ2&index=94	
		【戸建住宅編】 https://www.youtube.com/watch?v=2yrbKTsykQE&list=PLJ6976ih2IIiHzg6ttmyPrft9Rt4EysZ2&index=95	
防災備蓄ガイド	東京都	【前編】 https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/sscplze63wc.html	
		【後編】 https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/kcf81czd_xu.html	
避難所運営キットの解説	台東区	https://www.youtube.com/watch?v=4ZxsjeMQBtU	

地域内を巡回する際に、避難所等をルートに入れて歩いてみる

地域内を巡回する活動の際に、一時集合場所や避難所等をルートに入れて歩いてみると、避難する際のイメージを共有しやすくなります。

台東区の防災出前講座を活用する

防災出前講座や起震車体験を通じて、地域特性に基づいた情報を得たり、地震の揺れを体験したりすることで、被害イメージを共有しやすくなります。

▼防災出前講座のURLと二次元コード

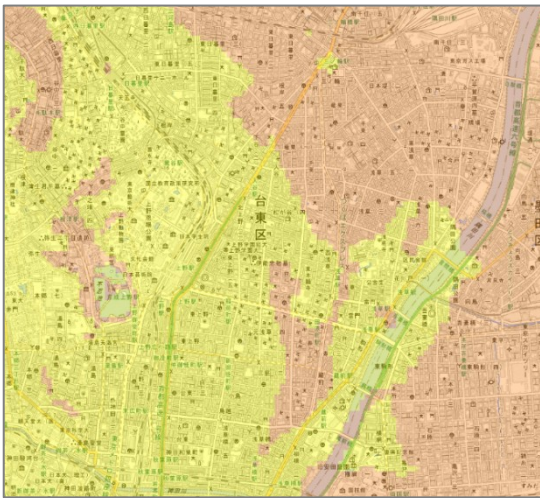
https://www.city.taito.lg.jp/bosai/events/bosaikunren/demae_kouza.html



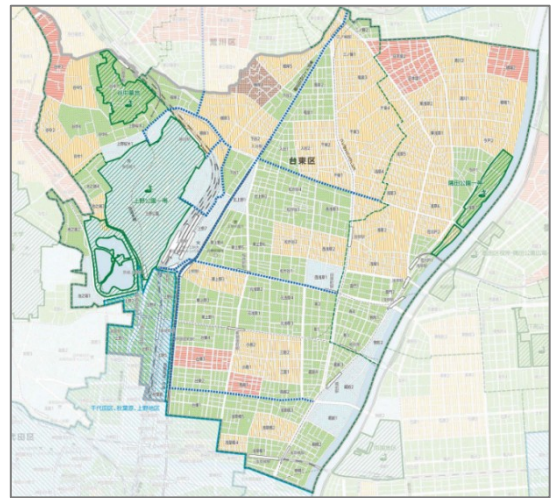
③ 住んでいる地域の被害想定や危険度を確認しましょう

地震が起こった時の被害想定や地域危険度を調べましょう

- 東京都の「首都直下地震等による東京の被害想定報告書」（令和4年5月）によると、区内全域で震度6以上の強い揺れが想定されています。
- 地域によって震度分布や被害リスクが異なります。
- 詳しくは、【P. 48～49 参考資料】を参照してください。



▲震度分布



▲地域危険度（総合危険度）

【参考】台東区のライフライン被害（都心南部直下地震）

《首都直下地震等による東京の被害想定報告書（令和4年5月）より》

停電率 21.5%

建物倒壊、火災、液状化により、電柱が倒壊・破損したり、電線が断線したりして停電が発生する場合の想定です。（広域の電力供給停止や計画停電は含まれていません）

断水率 46.6%

液状化現象や地震の揺れにより、水道管が破損したり、つなぎ目が外れたりして、断水する場合の想定です。

ガス停止率 0.0%

東京ガスが管理するガス管は、首都直下地震では損傷しない構造であるため、被害率が0%となる想定です。ただし、マンションを含め、各住戸まで、または住戸内のガス管が損傷し、使用できなくなる場合があります。

下水損壊率 4.6%

破損理由は水道管と同じですが、下水管は管が太く、損壊しにくいです。

通信不通率 1.4%(固定電話)

停電と同じように、地上にある通信ケーブルの電柱の倒壊・破損により、通信不能となる場合の想定です。

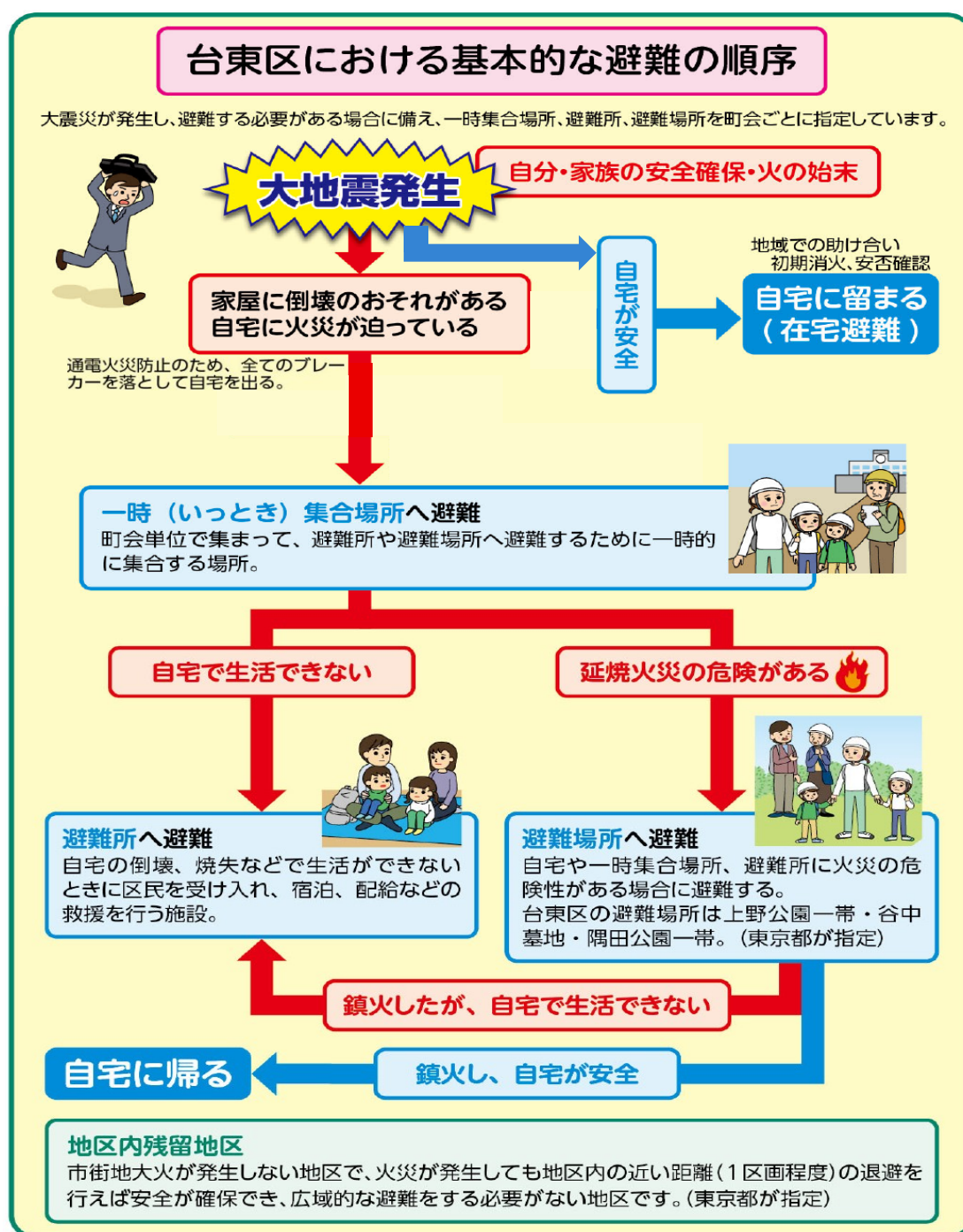
4 地震時の避難行動と避難先を事前に把握しましょう

台東区防災地図を確認しましょう

- 区では、地震時に避難する必要がある場合に備えて、町会ごとに、一時集合場所、避難所、避難場所を指定しています。
- 自宅や地域の被災状況に応じて避難行動が異なります。
- 避難先と避難行動は「台東区防災地図」で確認できます。

▼台東区防災地図のURLと二次元コード

<https://www.city.taito.lg.jp/bosai/map/jishin/bosaimap.html>



⑤ まち歩きをして、地域の「防災マップ」を作ってみましょう

(1)「防災マップ」とは

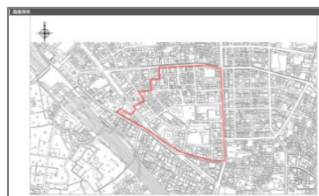
- 地域住民が主体となって、災害時に役立つ情報や危険箇所などを書き込んだ地図のことです。作成を通じて地域の現状が見えてきます。
- 避難経路の検討などにも活用できます。

手順1▶ 地域の白地図を用意

- 白地図は「たいとうマップ」から入手・印刷することも可能です。

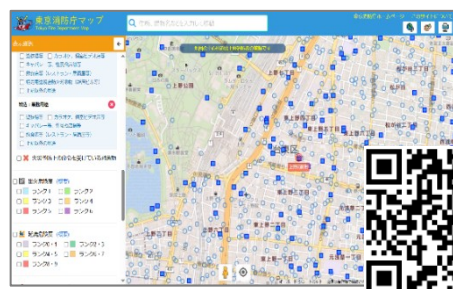
詳しくは、下記URL・二次元コードをご確認ください。

<https://www.city.taito.lg.jp/benri/taitomap.html>



手順2▶ 消火器等の場所を記入

- 「消火器」「消火栓」「町会掲示板」「町会防災倉庫」などの場所を記入しましょう。
- 消火栓の設置場所は、「東京消防庁マップ」で確認できます（右URL・二次元コード参照）。
- 消火器の設置場所は、定期的に区から町会宛に送付している「消火器マップ」で確認できます。



<https://firemap.tokyo.dsvc.jp/?station=10001>

手順3▶ 避難所等の場所を記入

- 「一時集合場所」「避難所」「避難場所」を記入しましょう。
- 距離が遠く白地図内に納まらない場合は、その方向を記入します。

手順4▶ まち歩きで危険箇所を把握

- 手順3までの地図を基に、地震時を想像しながら「まち歩き」をして、危険箇所（建物倒壊の可能性のある箇所など）を把握しましょう。

手順5▶ 情報を追記して完成

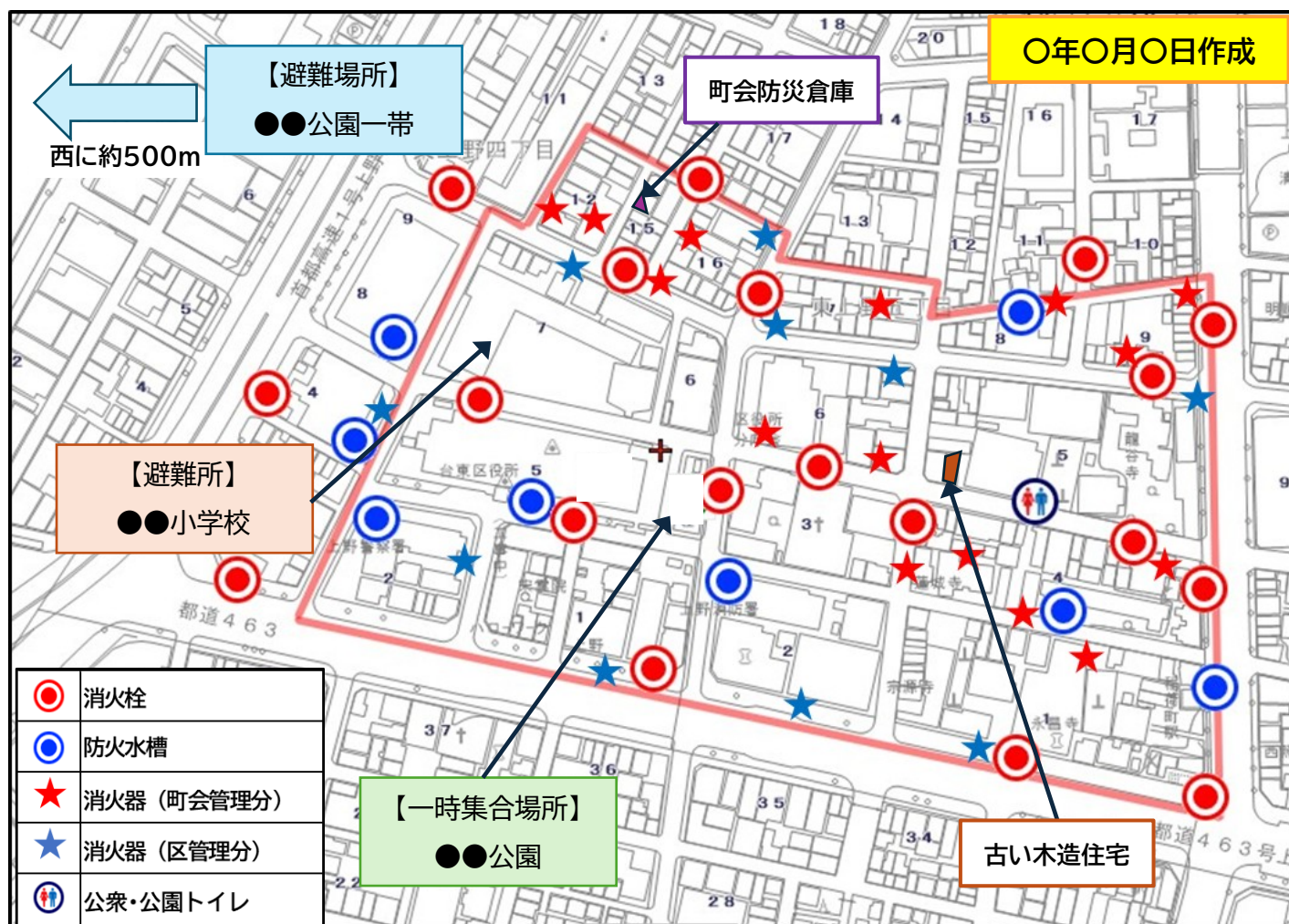
- 「まち歩き」の感想などを話し合いながら、気づいた点や地域の情報などを地図に追加し、防災マップを完成させます。

(2)「防災マップ」を作るときポイント

1. みなさんで作りましょう！（地域の現状を共有）
2. 色分けて、一目でわかりやすく！（目印を入れる）
3. 定期的な修正・更新が大切（作成日を必ず記入）

(3) まち歩きで観察するポイント

注意すべき場所	狭い路地、倒壊リスクのあるブロック塀、傾いた電柱、空き家、倒壊の危険がある木造家屋 など
防災資器材の設置場所	町会防災倉庫、消火器、消火栓、防火水槽 など
避難先と避難経路	一時集合場所・避難所・避難場所の位置と、そこまでの安全な経路 など



第2章 防災活動の人員・体制を確認しましょう

町会役員の確保、50歳代くらいまでのミドル世代の参画、マンション住民との連携など、町会活動の充実に向けた課題があります。計画作成を機に、新たな担い手について考え、町会活動の活性化につなげましょう。

① 複数の町会で計画をつくることも検討しましょう

- この計画は、複数の町会が協力して作成することも可能です。初期消火や避難所運営は町会間で協力することにより、人員配置や人員不足をお互いに助け合うことができます。
- 各町会の防災団や防災担当で防災に関する課題を話し合い、それぞれの町会が保有する防災資器材の情報交換を行い、町会間で防災資器材を共有して使用することで、地域全体の防災体制をより強固にすることができます。

② タイムラインに沿った対応の優先順位・人員配置を考えましょう

- 限られた人数で地震時の活動にあたるためには、まずは集合して被害状況の把握に努め、対応の優先順位や必要性を判断することが重要です。
- 発災後の時間経過に合わせて、状況に応じた柔軟な役割分担と配置転換を行うことも大切です。

例) 発災直後：負傷者の救出救護と初期消火を優先

6時間後～：一時集合場所運営を縮小し、安否確認に注力

③ 地震時には声がけて新たな協力者を確保しましょう

- 在宅避難しているマンション住民等にも協力を求めましょう。地震時は、日頃の町会活動に参加していない方にも、町会などによる組織的な活動の協力をお願いしましょう。
- 企業や事業所も地域の一員です。地震時には協力をお願いしましょう。そのためにも、平常時から、災害対応について話し合いの機会を持つことが大切です。

第3章 地震が起きた時のルールを決めておきましょう

「防災マップ」の作成を通じて地域の現状を把握した上で、町会として、地震が起きた時のルールを決めておきましょう。

① 参集後の役割分担を決めておきましょう

- 参集後の役割分担を事前に決めておきましょう。詳しくは、【P. 27 地震時の町会の役割分担】と【P. 43～44 役割分担表】を参照してください。
- 発災後に、役員などの活動する人員が不足することを想定して、災害対応の優先順位も検討しておきましょう。

② 集まる基準を決めておきましょう

- 「台東区で震度5強以上の地震が発生した場合は、役員は自主的に参集する」などの参集ルールを決めておきましょう。詳しくは、【P. 28 地震時の町会の参集ルール】を参照してください。
- 避難所の開設は、区内で震度6弱以上の地震が発生した場合、区からの指示を待たず、自動的に開設するよう、町会を中心として構成される避難所運営委員会にお願いしています。

【参考】台東区職員は、地震発生時間にかかわらず、区内震度4で一部の職員が参集し、区内震度5強以上で全職員が参集します。

③ 集まる場所を決めておきましょう

- 広さや地震に対する強さなどを考慮し、役員が参集する場所を決めておきます。
＜例＞町会会館、〇〇宅兼事務所
- 参集場所の倒壊や延焼に備えて、代替の参集場所も検討しておきましょう。

第4章 平常時の防災活動に取り組みましょう

1 防災資器材の確認を行いましょう

- 町会で所有している防災資器材や備蓄品については、年に1度は保管場所に行って、防災資器材の動作確認を含めて現物を確認し、地域で共有しましょう。なお、避難所の防災資器材や備蓄品は町会の備蓄品とは異なるため、確認を希望する場合は区にお声がけください。
- 必要な防災資器材や備蓄品の購入について、地域で話し合いましょう。区では、町会・自治会を単位とする防災団に対して、防災資器材の購入費用の一部を助成しています。詳しくは、下記URL・二次元コードをご覧ください。
- 防災資器材や備蓄品をリスト化し、地域で情報共有することも大切です。

<https://www.city.taito.lg.jp/bosai/jyosei/jisyubo/jishubosaisoshiki.html>



【備蓄品リストの記載例】 様式はP.45参照

区分	品名	規格	数量	保管場所	点検者
食料	アルファ米	個包装	500個	町会倉庫	
飲料水	保存水（1リットル）	ペットボトル	500ℓ	町会倉庫	

2 防災訓練を行いましょう

- 防災訓練は、大掛かりなものから、少人数で実施できるものまで、幅広くあります。町会・自治会等の実情にあったものから始めましょう。
- 訓練でお困りのことがあれば、区へご相談ください。

【訓練実施例】

訓練名	訓練内容
町会災害対策本部 参集訓練	決められた参集場所への参集と経路確認
町会災害対策本部 運営訓練	本部と各班の運営・連携（指揮系統の確認、情報収集等）
安否確認訓練	高齢者や要配慮者等の安否確認の流れを確認
初期消火訓練	消火器やスタンドパイプなどを使用した初期消火
避難訓練	一時集合場所、避難所、避難場所への徒歩移動と経路確認

③ 年間活動計画を立てて実践しましょう

- 防災活動は、年間活動計画を立てて、計画的に実践していきましょう。
- 町会の役員会や地域イベントと合わせて防災訓練を実施するなど、無理のないスケジュールとなるよう工夫しましょう。
- 年間活動スケジュールの様式は、【P. 46】を参照してください。

【年間活動スケジュールの記載例】

月	町会スケジュール	防災関係スケジュール
4月	役員会	防災動画の視聴と意見交換 自主防災組織助成等の活用検討
5月		
6月		
7月	役員会	防災訓練の計画・承認
8月	役員会	防災訓練に向けた準備
9月		防災訓練
10月	地区運動会	運動会プログラムに防災メニューを盛り込み（簡易担架搬送リレーや初期消火バケツリレーなど）
11月		防災資器材の現地確認
12月	歳末防火運動（夜回り）	
1月		
2月	役員会	町内の消火器位置確認
3月	役員会	年間活動の振り返り 次年度スケジュール立案・承認

第5章 地区防災計画の実践と改善

① 話し合ったことを冊子にまとめましょう

- 【P.16以降】に記載の「ひな形」を参考に、「地区防災計画」を冊子にまとめましょう。

完成前に、内容を振り返りましょう

1. 住んでいる地域の把握

- 防災に関する映像を見て、みなさんで話し合いましたか。
- みなさんで、地震のリスクや危機感を共有できましたか。
- 実際に、町会の「一時集合場所」に行ってみましたか。
- 町会内の避難経路で、危険な場所がありましたか。

2. 平常時の取り組み

- 町会内の消火器、消火栓等の設置場所を確認できましたか。
- 町会が所有する防災資器材が正常に動作することを確認できましたか。
- 可搬消防ポンプ、スタンドパイプ等の防災資器材の使い方が分かりますか。

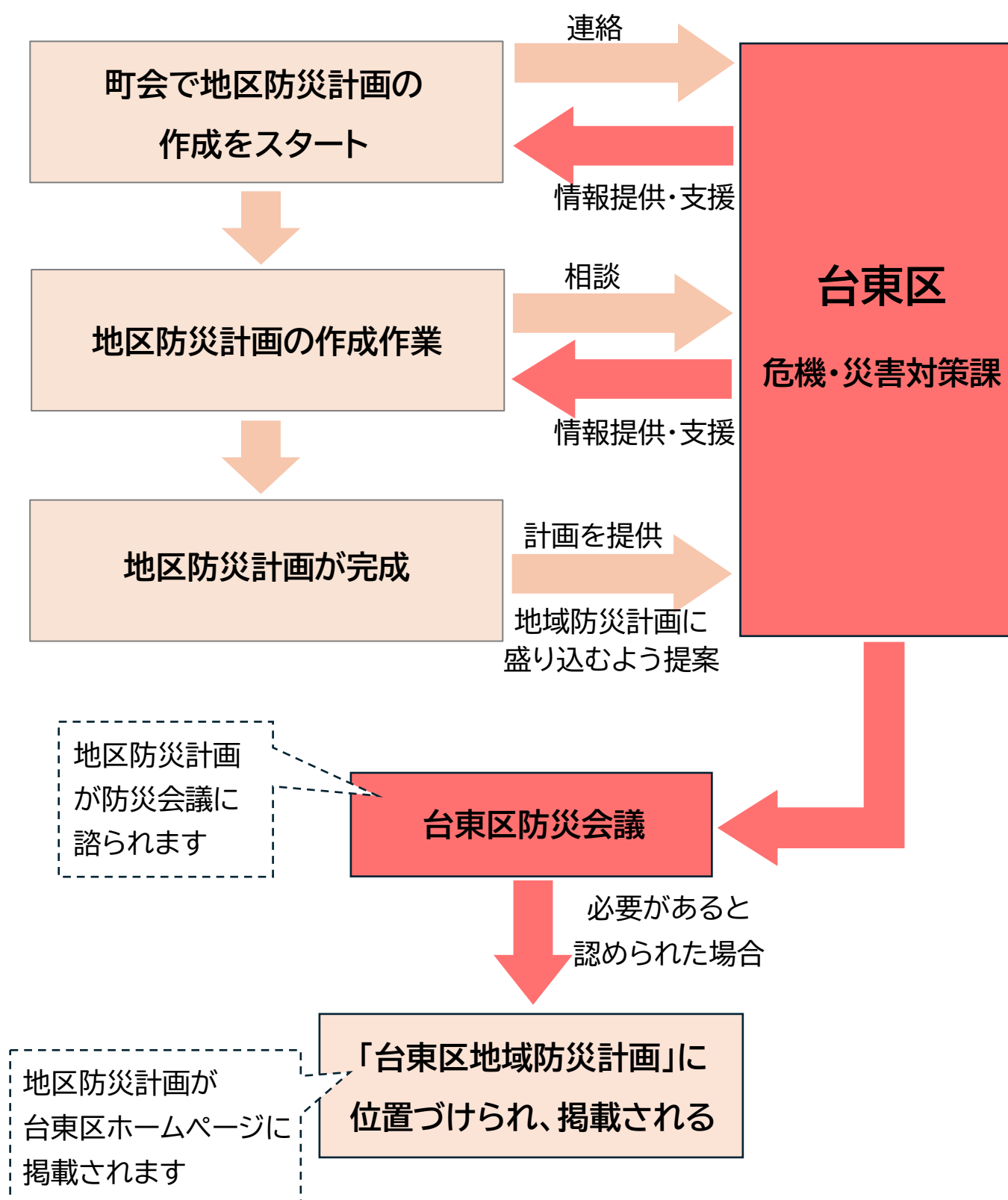
3. 地震時の活動検討

- 役員の役割分担は決まりましたか。
- 役員が地震発生時に集まる基準と場所は決まりましたか。
- 年間活動スケジュールに、防災訓練のほか、定期的に防災について話し合う機会は盛り込まれていますか。

2 地区防災計画の提案を検討しましょう

- 地区防災計画を台東区地域防災計画に位置づけたい場合は、台東区防災会議に提案し、そこで必要があると認められた場合、台東区地域防災計画に盛り込むことができます。

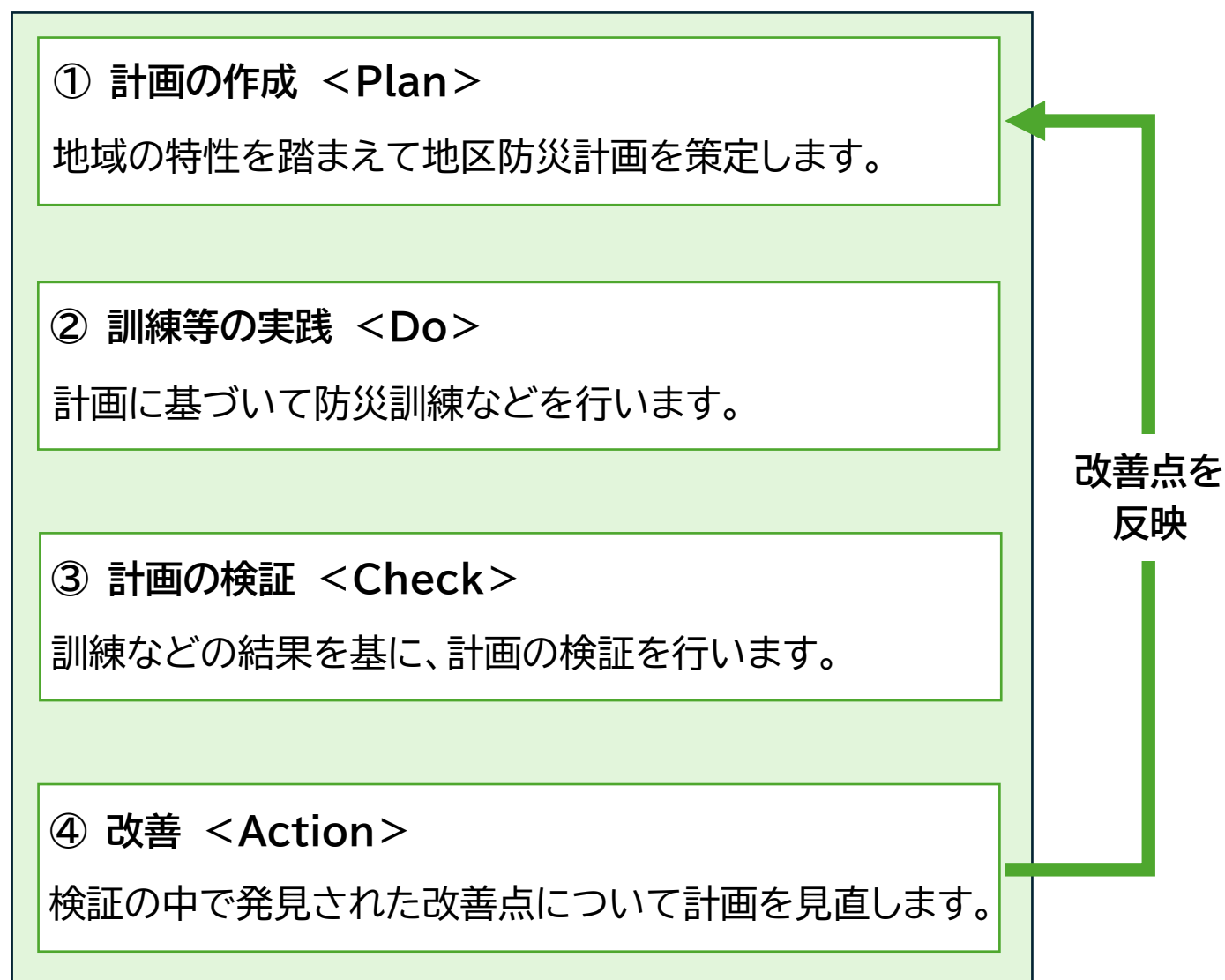
■提案の流れ



③ 実践・改善に取り組みましょう

- 地区防災計画は、「一度作ったら終わり」ではありません。
- 計画に沿って取り組みを実践し、その結果を話し合い、改善し、それを繰り返していくことで、より良い計画になっていきます。
- この繰り返しの流れを「^{ピーディーシーエー}**P D C A サイクル**」と呼びます。

■ 「地区防災計画」のP D C Aの流れ



■「地区防災計画」を更新する時期

<1年ごとの更新>

- 毎年1回は活動の振り返りを行い、今後の取り組みやスケジュールを決めましょう。

<2～3年程度で更新>

- 役員の改選などに合わせて、見直しを行いましょう。
- 計画の内容を確認し、これまでの取り組み結果や、今後の取り組み方針を話し合い、見直しましょう。

計画作成から長期間空いてしまうと、地域の状況が変わっていたり、役員が交代していたりと、計画内容と齟齬が生じる場合があります。概ね3年程度で見直しを行うことをお勧めします。

■「地区防災計画」を引き継ぐために

- 防災への取り組みは継続的に行うことが重要です。
- 役員が交代しても、引き継いでいくことが大切です。
- どのような話し合いをしてきたのか、しっかり記録を残しましょう。

ひな形編

～作ってみましょう～



https://www.city.taito.lg.jp/bosai/houshin/bosaikeikaku/chikubosai_tebiki.html

▲ひな形(Wordデータ)のダウンロードはこちらから

- ひな形は、「地区防災計画」を作成する際のモデルとなる形を示したものです。
- 地区防災計画には、「これでなければいけない」という定まった形があるわけではありません。町会において、ひな形を自由に変更・加除修正して、使いやすい計画を作成してください。
- そのままお使いいただく場合は、に必要な名称や文章を書き込んでください。
- 例として「〇〇町会」と表記していますが、作成団体に応じて読み替えてください。

〇〇町会 地区防災計画

〇年〇月

〇〇町会

地区防災計画の見直し内容・活動の記録

版数	実施年月日	内容	記録
初版	作成：○年○月○日		

- ・ 内容の欄には、計画修正、まち歩き、ワークショップ等と記載します。
- ・ 記録の欄には、具体的な内容を記載します。
- ・ 必要に応じて、表を追加してください。

目 次

第1章 地区防災計画とは	P. 〇
第2章 地域の特徴と被害想定	P. 〇
第3章 避難行動と避難先の確認 (一時集合場所・避難所・避難場所)	P. 〇
第4章 〇〇町会の防災マップ	P. 〇
第5章 防災活動の取組み	P. 〇
(1) 平常時の各世帯の防災対策ルール	
(2) 地震時の町会の役割分担	
(3) 地震時の町会の参集ルール (参集基準・参集場所 ほか)	
(4) 町会の具体的な活動内容 (災害時・平常時)	
様式集	P. 〇
様式1 役割分担表	
様式2 備蓄品リスト	
様式3 年間活動スケジュール	
様式4 防災訓練計画	

第1章 地区防災計画とは

(1) 地区防災計画の目的と位置づけ

台東区は、人口密度が高く、地盤が軟弱な地域があります。また、古くから木造住宅が密集している地域もあることから、地震が起こると、非常に大きな被害が生じる危険性があります。このため、住民自らによる「自助」、地域コミュニティによる「共助」が、避難行動、避難誘導、避難所運営等において重要な役割を果たします。そこで、町会では、自助・共助により地域の防災力を向上させ、地域の被害軽減を図ること目的として、「町会地区防災計画」を作成しました。

地区防災計画は、災害が起きることを想定し、そのための準備と災害時の自発的な行動を検討し、地域に居住する者等が皆で作成する計画です。

(2) 地区防災計画の対象、範囲等

対象とする災害	都心南部直下地震 (震度： 、マグニチュード：)
対象とする範囲	町会
対象者	町会の居住者のほか、 事業者など町会内にいるすべての人
対象とする段階 (フェーズ)	地震発生時～初動対応～避難行動

第2章 地域の特徴と被害想定

(1) 地域の特徴

地域の特徴をつかむため、町会内のまち歩きを行いました。

- ☐ 町会内には狭い道路（道幅4mに満たない道路）が 多い・少ない・ない
- ☐ 木造家屋が密集する地域が ある・ない
- ☐ マンションやオフィスビルの割合が 高い・低い
- ☐ 高く傾斜の大きい擁壁や階段が ある・ない
- ☐ 倒壊しそうなブロック塀が ある・ない

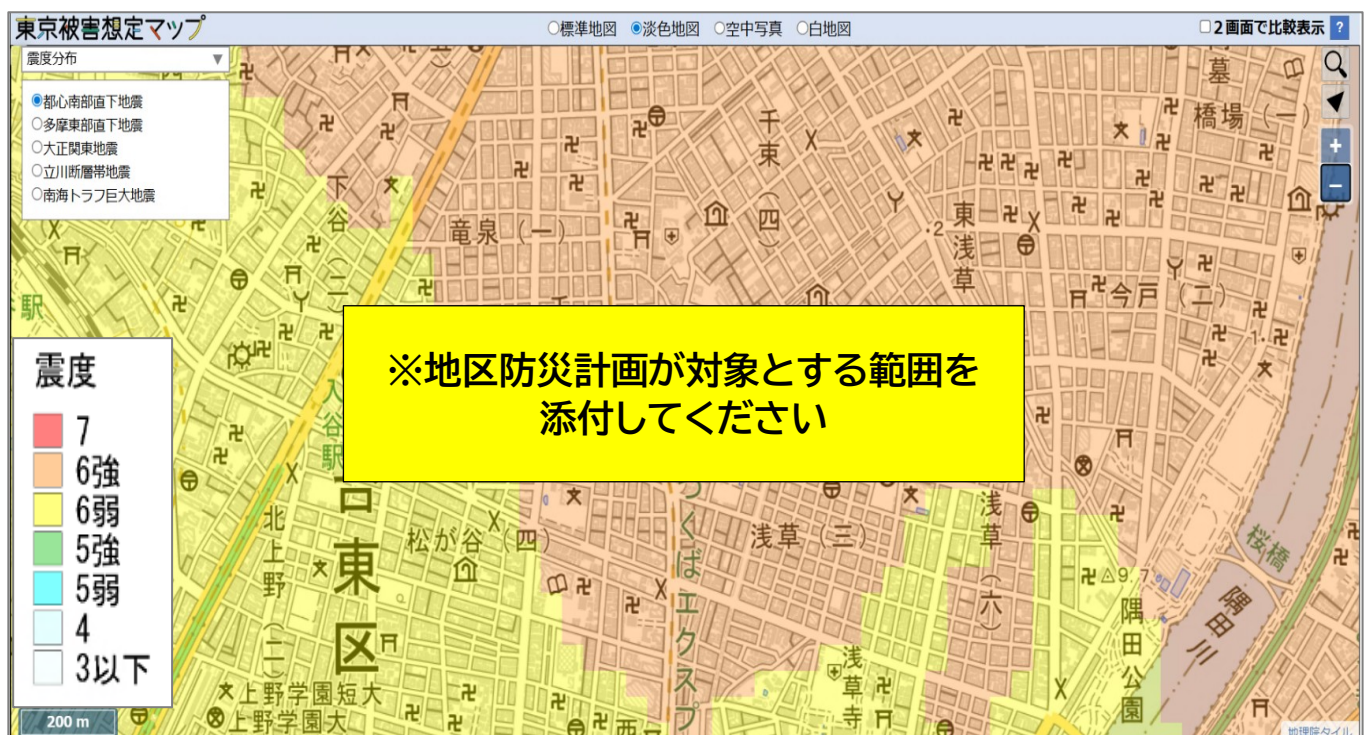
(2) 地震の被害想定

① 首都直下地震の被害想定

東京都23区南部を震源とする都心南部直下地震(マグニチュード7.3規模)の発生確率は、今後30年以内に70%といわれています。

その際の町会の震度は 6強・6弱 が想定されています。

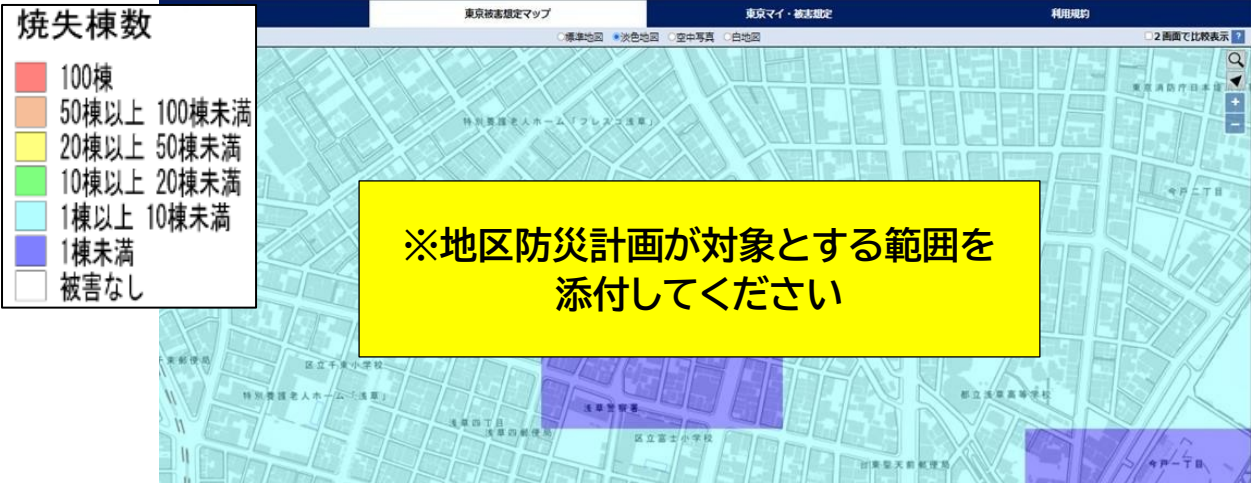
▼震度分布（東京被害想定マップ参照（震度分布・都心南部直下地震））



▼建物全壊棟数（東京被害想定マップ参照（建物全壊棟数・都心南部直下地震））



▼建物焼失棟数（東京被害想定マップ参照（焼失棟数・都心南部直下地震））



▼液状化危険度（東京被害想定マップ参照（液状化危険度ランク・都心南部直下地震））



② 地域危険度

東京都「地震に関する地域危険度測定調査（第 回）」で、町会の総合危険度を調べました。

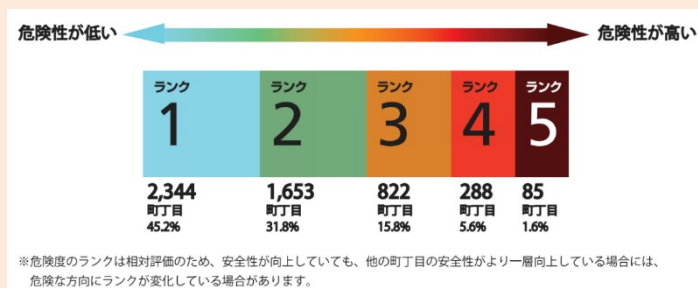
町会の総合危険度は、ランク です。



<解 説>

東京都は、概ね5年ごとに「地震に関する地域危険度測定調査」を行っており、区部及び多摩地域の市街化区域を対象に、町丁目を単位として、地震による危険性を科学的に測定し、相対評価により危険度を5段階のランクに割り当てています。

総合危険度は、地震の揺れによる建物倒壊や火災の危険性を足し合わせ、避難や消火・救助など、各種の災害時活動の困難さを係数として掛け合わせ、1つの指標にまとめたものです。



第3章 避難行動と避難先の確認（一時集合場所・避難所・避難場所）

地震発生後の避難行動の流れを下記に示します。（台東区防災地図より）

一時集合場所

避難所

避難場所

台東区における基本的な避難の順序

大震災が発生し、避難する必要がある場合に備え、一時集合場所、避難所、避難場所を町会ごとに指定しています。



大地震発生

自分・家族の安全確保・火の始末

家屋に倒壊のおそれがある
自宅に火災が迫っている

通電火災防止のため、全てのブレーカーを落として自宅を出る。

自宅が安全

地域での助け合い
初期消火、安否確認

自宅に留まる
（在宅避難）

一時（いつとき）集合場所へ避難

町会単位で集まって、避難所や避難場所へ避難するために一時的に集合する場所。



自宅で生活できない

延焼火災の危険がある

避難所へ避難

自宅の倒壊、焼失などで生活ができないときに区民を受け入れ、宿泊、配給などの救援を行う施設。



避難場所へ避難

自宅や一時集合場所、避難所に火災の危険性がある場合に避難する。
台東区の避難場所は上野公園一帯・谷中墓地・隅田公園一帯。（東京都が指定）



鎮火したが、自宅で生活できない

自宅に帰る

鎮火し、自宅が安全

地区内残留地区

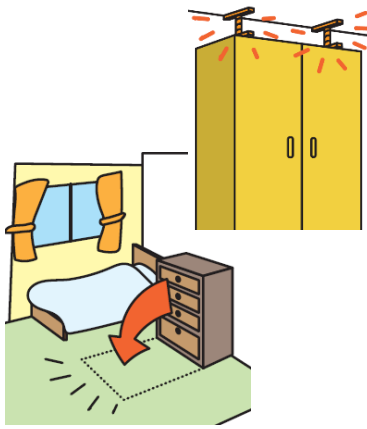
市街地大が発生しない地区で、火災が発生しても地区内の近い距離（1区画程度）の退避を行えば安全が確保でき、広域的な避難をする必要がない地区です。（東京都が指定）

第4章 ○○町会の防災マップ

自分たちのまちの「防災マップ」
を貼ってください。

第5章 防災活動の取組み

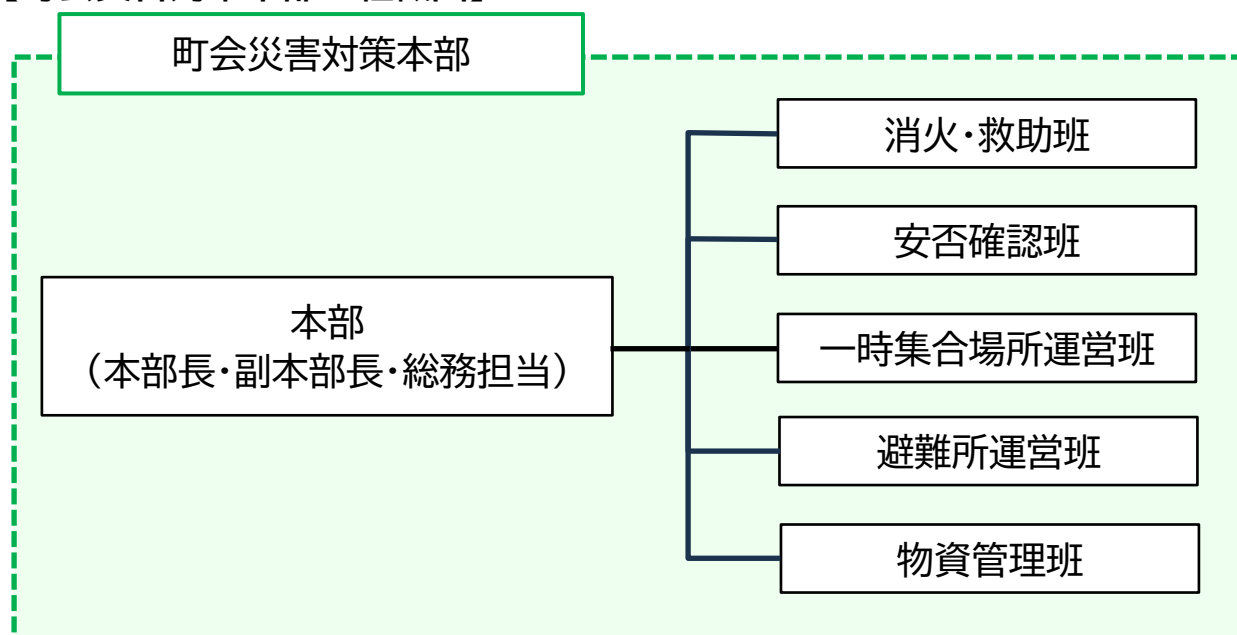
(1) 平常時の各世帯の防災対策ルール

防災対策	ルール
家具の転倒防止対策 	【家具の配置】 ・家具の転倒方向がベッドや窓に当たらないようにする ・避難経路確保のため、玄関通路には家具を置かない ・出入りが少ない部屋に家具をまとめる 【家具の固定】 ・つっぱり棒、L字型器具、転倒防止版などで家具を固定する ・テレビやパソコンに耐震シートを設置する ・食器棚等の扉を留め金で固定する ・ガラスに飛散防止フィルムを貼る
水・食料・携帯トイレ等の備蓄 	・最低3日分（できれば1週間分）を備蓄する ・携帯トイレは、1人あたり1日5回分を目安として、個人の状況に応じた量を用意する ・飲料水は、1人あたり1日3リットルを用意する ・オムツ、ミルク、薬など、家庭に応じた品目を備蓄する ・ローリングストック（日常備蓄）を活用する ・災害時は冷蔵庫内の傷みやすい食品から食べる
情報収集手段や安否確認手段の確認 	・台東区防災アプリ「台東防災」をダウンロードし、区からの情報を収集できるように備える ・避難所開設状況や避難情報、区からのお知らせなどを一括して確認できる「台東区防災ポータルサイト※」のアクセス方法を確認する ・災害用伝言ダイヤル171や災害用伝言版Web171の使い方を確認し、家族で安否確認の方法を共有する ※台東区防災ポータルサイトは、令和8年7月より運用開始予定  ◀ 防災アプリのダウンロードはこちら

(2) 地震時の町会の役割分担

役割分担は「様式1(役割分担表)」等に記載し、役員交代等の際は更新します。

【町会災害対策本部の組織図】



【役割分担表(抜粋)】

本部 活動場所：町会会館

役職	氏名	平常時の役職
本部長		町会長
副本部長		町会副会長
総務担当		

消火・救助班 活動場所：一時集合場所・町会会館・災害現場

役職	氏名	平常時の役職
班長		
副班長		
消火・救助担当		

(3) 地震時の町会の参集ルール（参集基準・参集場所 ほか）

■ 参集基準

台東区で震度 以上の地震が発生したら、自主的に参集する

■ 参集場所

参集場所 :

■ 上記の参集場所が被災により使用不可の場合の代替場所

代替場所 :

■ その他

<その他記載例>

- ・ 参集する役員同士の安否確認方法
- ・ 参集する際に必要な物（ヘルメット、町会防災倉庫の鍵など）
- ・ 参集する際の注意事項（被害状況を確認しながら参集）

【参考】地震時に活動可能な人数

平日日中 : 人 平日早朝・夜間 : 人

休日日中 : 人 休日早朝・夜間 : 人

【参考】町会内で協力可能なマンション・企業・事業者

災害時の活動

■地震発生直後の活動（参集～班ごとの活動開始）

町会災害対策本部を設置する

- ① 活動開始基準に達する規模の地震が発生した場合、町会災害対策本部の役員は、活動を開始するため、自分と家族の安全が確保でき次第、決められた参集場所へ参集します。
- ② 参集する際に入手した情報をもとに被害状況を共有し、参集した役員で町会災害対策本部の設置を決定します。
- ③ 決められた役割分担に基づき、活動を開始します。

■本部の活動

○本部長：町会長

○副本部長：副会長 名

○総務担当： 名

1. 町会全体の状況を把握し指揮を取る

- ①本部長・副本部長を中心に、各班が収集した情報をもとに、町会全体の被害状況を把握した上で、取るべき対策を検討し、活動全体を指揮します。
- ②地震の規模や被害状況を踏まえて、地域住民等の協力を仰ぎながら、各班の運営体制の充実を図ります。

2. 各班の活動状況のとりまとめ

- 総務担当を中心に、各班の活動状況を取りまとめます。

3. 災害関連情報の収集

- ①総務担当を中心に、区やライフライン機関等が提供する情報を収集し、本部内で共有します。
- ②状況に応じて、町会掲示板を活用して、地域住民等に情報提供します。
- ③状況に応じて、各班にも情報提供します。

4. 町会内の秩序維持のための巡回警備

- ①空き巣などの犯罪を抑止するため、巡回警備(防犯パトロール)を行います。
- ②犯罪の抑止効果を高める(犯罪者にパトロールを気付かせる)ため、巡回警備の際は、ビブスを着用し、無線機を携帯のうえ、2人以上のペアで活動します。
- ③パトロールの結果について、実施した時間やコース、気づいたことや注意事項などを記録し、本部内で共有します。

5. 庶務全般と連絡調整

1. 初期消火活動

- ①出火が確認された場合は、直ちに119番通報を行います。
- ②火災の規模にかかわらず、可能な範囲で「街頭の消火器」や「スタンドパイプ」などを使用して、消火活動を行います。
- ③延焼が拡大している場合は、周辺住民への避難を呼びかけます。

2. 出火防止の呼びかけ

- 通電火災を防止するため、自宅から離れる際はブレーカーを落とすよう呼びかけます。

3. 救出・救護活動

- ①救出要請や負傷者の救護要請があった場合、ケガの程度や人数などの状況を把握した上で、救出・救護活動に必要な資器材を確認します。
- ②救出資器材として「バール」、「チェーンソー」、「工具」等を持参します。救護用品として「AED」、「救急セット」等を持参します。
- ③重傷者については無理に動かさず、119番通報を行います。
ただし、119番通報が繋がらない場合は、区役所に連絡して、救急隊の派遣を要請します。区役所への電話が繋がらない場合は、避難所や区民事務所・分室・地区センターの無線機を活用して区役所に連絡します。
- ④地域住民の中に、協力が可能な医師、看護師、介護福祉士などの専門的な知識を持つ方がいれば、協力を要請します。

活動のヒント

- ①住宅火災の初期消火の目安は、炎が天井に届くまでです。
- ②延焼火災を防ぐ方法として、隣家に水をかけることが有効です。
- ③救急車が進入できるように瓦礫の撤去を率先して行うことも救出・救護活動です。

1. 安否確認班の班編成

①安否確認の際は、避難行動要支援者名簿 を携帯し、活動します。

避難行動要支援者名簿の保管場所：町会長宅

避難行動要支援者名簿の管理者：町会長

②安否確認班として参集している役員のほか、地域住民に協力を仰ぎながら、班編成を行います。

2. 避難行動要支援者名簿登載者の安否確認

①避難行動要支援者名簿を確認し、要支援者の住まい等を確認します。

②要支援者の自宅を訪問し、安否確認を行います。

③要支援者の自宅が倒壊や火災の恐れがなく、家具転倒による危険がない場合は、原則、在宅避難をすすめます。

④避難所への避難が必要または希望する場合には、一緒に一時集合場所へ避難します。

⑤一時集合場所で、一時集合場所運営班と連携しながら、被災状況に応じた支援をします。具体的な支援については、□ 頁 一時集合場所運営班の活動を参照します。

※自宅を訪問したが、要支援者が不在で安否確認できなかった場合は、避難行動要支援者名簿に同封している「不在時メモ」を自宅に残します。

3. 避難行動要支援者名簿登載者以外の安否確認

地震時は、区からお渡ししている避難行動要支援者名簿以外にも、町会名簿や避難行動要支援者対象者名簿^{※1}等を活用し、安否確認を行うことが考えられます。その場合、下記のように優先順位をつけて対応します。

優先度 A：高齢者（特に独居または要介護）、
障がい者（身体・知的・精神）、乳幼児や妊産婦

優先度 B：建物倒壊の危険性が高い地域

※1 区では、町会に渡している避難行動要支援者名簿以外に、避難行動要支援者の対象となる全ての方が掲載されている名簿を町会ごとに準備しており、発災時には、町会が配布・活用を希望した場合にお渡しします。

4. 安否確認の記録・報告

○避難行動要支援者名簿登載者については、安否確認の記録を残し、適宜、本部や台東区に報告します。

○避難行動要支援者名簿登載者の安否が不明な場合は、台東区に問い合わせます。

※台東区には、民生委員や介護事業者から報告された避難行動要支援者名簿登載者の安否情報も集約されています。

※町会名簿、避難行動要支援者対象者名簿については、人数も多いことから、区への安否確認の報告は求めておりませんが、要配慮者などで支援が必要な場合には、報告してください。

活動のヒント

- ①安否確認情報は重要なプライバシーにかかわる情報であることから、管理と情報提供の際は、十分に注意する必要があります。
- ②区から町会に渡している「避難行動要支援者名簿」に登載されている方は、名簿への登載を希望されて、町会への情報提供に承諾された方です。
- ③避難行動要支援者名簿の活用による安否確認は、地震時に可能な範囲で行い、法的な責任や義務を負うものではありません。その旨は名簿登載者の方にお伝えしてあります。
- ④安否確認で巡視していることをメガホン等で呼びかけることにより、防犯効果が期待できます。
- ⑤マンション居住者の安否確認は、マンション住民が主体となることが望まれます。
- ⑥区ホームページで避難行動要支援者名簿活用訓練の訓練シナリオ等を公開しています。URL：<https://www.city.taito.lg.jp/bosai/jyosei/youshiensha.html#cmsCA1F8>



■一時集合場所運営班の活動

1. 活動場所の設営

○活動に必要な資器材（机、テント、防災団のぼり旗、ホワイトボード）を設置し、活動場所の設営を行います。

※必要な資器材は、町会会館に保管されています。

※活動場所は、右の地図のとおりです。

〇〇公園
西側入口付近



2. 班内の役割分担を決定

○案内担当と情報提供担当に振り分けます。

3. 案内担当の役割

①避難者の被災状況に応じて、以下のように案内します。避難誘導が必要な場合には、安否確認班と連携して対応します。

<自宅が安全な場合>

在宅避難をすすめます。避難者が一人暮らしの高齢者である場合など、在宅避難を続けるための継続的な支援が必要な場合には、どのような支援が必要なのかの把握に努めます。

<自宅倒壊などにより自宅での生活が困難な場合>

安全な経路を選択し、集団を形成して、避難所へ誘導します。

当町会の避難所は、です。

<延焼火災の危険がある場合>

自宅や避難所に延焼火災の危険がある場合は、集団を形成して、避難場所へ誘導します。当町会の避難場所は、です。

②避難者の状況を安否確認班と共有します。

例えば、避難者氏名、避難者住所、本人・家族の安否、家屋の状況、水・食料・携帯トイレなど家庭内備蓄の状況、避難先などです。

4. 情報提供担当の役割

- ① **ホワイトボード** を活用して、把握している情報を提供します。

例えば、ライフラインの復旧見込み、避難所開設状況、通行禁止エリア、危険箇所などが挙げられます。

- ②本部と連携し、本部が収集した情報も適宜提供します。

- ③一時集合場所に避難してきた方等に、積極的に災害対応への協力を呼びかけます。

活動のヒント

- ①一時集合場所の活動スペースが限られている場合には、少なくとも、一時集合場所の目印として「防災団のぼり旗」を立てて、案内担当と情報提供担当を配置し、適切な避難誘導と情報提供に努めましょう。
- ②一時集合場所に避難してきた方からの情報収集も効果的です。
例) 道路被害、建物被害、ブロック塀の倒壊、電柱被害 など
- ③一時集合場所までの距離が離れている等の場合には、町会内の区画や班ごとに、別に安全な場所を確保し、そこで避難行動を案内するなど、町会内のルールを検討いただくことも可能です。

1. 避難所の開設・運営

- ①避難所である に参集し、避難所運営委員会として、他の町会と連携しながら、避難所の開設・運営を行います。
- ②避難所は、当町会のほか、町会、町会の避難先になっています。

2. 安否確認班との情報共有

- 安否確認班による安否確認が済んでいない対象者が避難所に避難している場合があるため、避難者情報を安否確認班と共有します。

3. 本部や一時集合場所運営班との情報共有

- 避難所の状況を本部や一時集合場所運営班と共有します。
例えば、避難所の開設状況、避難者数、避難所防災資器材の稼働状況（応急給水栓や災害時特設公衆電話など）などです。

活動のヒント

- 避難所運営は、避難所運営班だけではなく、避難者の協力を得ることが重要です。

1. 備蓄品リストの確認

○様式 の備蓄品リストを確認し、現状を把握します。

2. 物資の運搬

- ①安否確認班や一時集合場所運営班と連携し、物資を必要とする地域住民を把握した上で、物資を配布します。
- ②運搬が必要な場合には、地域住民の協力を仰ぎながら対応します。

3. 備蓄品リストの更新

○払い出した備蓄品を把握し、備蓄品リストを更新します。

活動のヒント

- ①避難所の物資は、避難所の避難者用であることから、原則、在宅避難者には配布できません。
- ②在宅避難者への支援は、発災後4日目以降を予定しています。
- ③物資管理班の役割として、町会内での炊き出しを担う場合もあります。

平常時の活動

(災害が起きる前にできること)

■本部の活動

1. 役割分担表の見直し

○役員交代などの際に、適宜、様式□□（役割分担表）を更新します。

2. 地域の防災対策について検討・情報共有

○年間活動計画を立てて、定期的に、地域の防災対策について検討する会議を行います。

○年間活動計画は、様式□□（町会年間スケジュール）などに記載します。

○地域の防災対策のほか、区や防災関係機関等から発信された情報を地域住民に共有します。

3. 町会防災訓練の企画・実施

○他の班と共に、定期的に防災訓練を企画・実施し、地域の防災力向上を図ります。

○決定した内容は、様式□□（防災訓練計画）に記載します。

4. 防災資器材の調達・点検

○他の班の意見を踏まえて、防災資器材の調達を行います。また、他の班と連携しながら防災資器材の定期点検を実施し、いつでも使用可能な状態を維持します。

■消火・救助班の活動

1. 初期消火訓練や救出・救護訓練の実施

- **消火器** や **スタンドパイプ** 等の防災資器材の取扱方法を習得するため、消防署等と連携しながら、初期消火訓練を実施します。
- **AED** や **三角巾** 等の取扱方法を習得するため、消防署等と連携しながら、救出・救護訓練を実施します。

2. 出火防止対策の普及啓発

- 出火防止対策について、地域住民に普及啓発を行います。例えば、感震ブレーカーの設置、家具等の転倒・落下・移動対策の実施、暖房機器の周辺に可燃物を置かない、住宅用火災報知器の点検などが挙げられます。

■安否確認班の活動

1. 安否確認方法の検討

- 災害時の安否確認を迅速に実施できるよう、仕組みを検討します。
- ※例えば、安否確認の必要がない場合には、玄関に「無事です」という表示をしてもらうなどが考えられます。

※補足※
たいとう区安全・安心ハンドブック付録の「無事ですカード」をご活用いただけます。

2. 要支援者の把握

- 区から提供される避難行動要支援者名簿をもとに、要支援者の住まいや連絡先等を事前に把握しておきます。
- 上記以外にも、地震時に支援が必要になりそうな対象者を把握しておきます。例えば、安否確認の優先度が高いと予想される木造家屋にお住まいの方や、ご高齢者のみの世帯などが挙げられます。

■一時集合場所運営班の活動

活動場所の調整

- 一時集合場所の活動場所を区と協議し、決定しておきます。
- 一時集合場所を複数の町会で使用する場合には、町会間で活動場所の割振りなどの調整を行います。

■避難所運営班の活動

1. 避難所運営委員会への参加

- 定期的に開催される避難所運営委員会に参加し、避難所運営について検討・決定します。

2. 避難所単位防災訓練への参加

- 避難所運営委員会を中心に実施される避難所単位防災訓練に参加し、避難所の開設・運営について把握します。

3. 避難所情報の共有

- 避難所運営委員会で決定された事項を町会災害対策本部内で共有します。
- 必要に応じて、地域住民に向けて、避難所に関する情報を周知します。

■物資管理班の活動

1. 使用期限の確認

○備蓄品リストを定期的に確認し、使用期限がある物資（水・食料・ガソリンなど）の入替管理を行います。

2. 備蓄品リストの更新

○備蓄品を新規購入したり、処分した場合には、備蓄品リストを更新します。

様式集

様式 1 役割分担表

様式 2 備蓄品リスト

様式 3 年間活動スケジュール

様式 4 防災訓練計画

様式 1 役割分担表

本部 活動場所： 町会会館

役職	氏名	平常時の役職
本部長		町会長
副本部長		町会副会長
総務担当		

消火・救助班 活動場所： 一時集合場所・町会会館・災害現場

役職	氏名	平常時の役職
班長		
副班長		
消火・救助担当		

安否確認班 活動場所： 一時集合場所・災害現場

役職	氏名	平常時の役職
班長		
副班長		
安否確認担当		

一時集合場所運営班活動場所： **一時集合場所**

役職	氏名	平常時の役職
班長		
副班長		
案内担当		
情報提供担当		

避難所運営班活動場所： **避難所**

役職	氏名	平常時の役職
班長		
総務情報担当		
避難者援護担当		
給食・物資担当		
救護・衛生担当		

物資管理班活動場所： **町会会館**

役職	氏名	平常時の役職
班長		
副班長		
物資管理担当		

様式2 備蓄品リスト

区分	品名	規格	数量	保管場所	点検者
食料					
飲料水					
日用品					
消火用具					
救出・ 救護用品					
その他					

※ 普段からお使いの管理表などがある場合は、あえてこちらの表をお使いいただく必要はありません。

様式3 年間活動スケジュール

月	町会スケジュール	防災関係スケジュール
4月		
5月		
6月		
7月		
8月		
9月		
10月		
11月		
12月		
1月		
2月		
3月		

※ 普段からお使いの予定表などがある場合は、あえてこちらの表をお使いいただく必要はありません。

様式4 防災訓練計画

[illegible]

【参考】地震による被害想定や地域危険度の調べ方

① 台東区地域防災計画を閲覧する

台東区地域防災計画は、災害対策基本法に基づき台東区防災会議が作成する計画です。区内で地震等の災害が発生した場合における区や防災関係機関などの対応のほか、平常時からの備えなどが定められています。

この計画の中で、計画作成の前提条件となる「台東区の被害想定」を示しています。

<調べ方>

①インターネットで「台東区地域防災計画」と検索する。

右二次元コードまたは下記URLから直接開くことができます。

<https://www.city.taito.lg.jp/bosai/houshin/bosaikaigi/index.html>



②PDFデータをダウンロードする。

③第1部 総則 ▶ 第3編 被害想定を確認する。

※被害想定以外にも、様々な有益な情報が記載されています。

The screenshot shows the official website for the Taitoh City Disaster Prevention Plan (令和6年度修正). The header includes the Taitoh City logo and navigation links for various city services. The main content area features a large title '台東区地域防災計画（令和6年度修正）' and a brief introduction. Below the introduction, there are links to download the full plan (一括ダウンロード) and individual sections (分割ダウンロード). The full plan is available as a PDF file (15,316KB).

② 東京被害想定マップを閲覧する

東京被害想定マップでは、震度分布や被害分布などを地図上で確認できます。

<調べ方>

- ① インターネットで「東京被害想定マップ」と検索する。

右二次元コードまたは下記URLから直接開くことができます。

<https://www.higaisoutei.metro.tokyo.lg.jp/eqmap/eqmapgis.html>

- ② 画面左上の「表示マップを選択」から分布を選択する。



③ 地域危険度一覧を閲覧する

地域危険度一覧では、町丁目ごとの危険度を確認できます。

<調べ方>

- ① インターネットで「東京都地域危険度一覧」と検索する。

右二次元コードまたは下記URLから直接開くことができます。

<https://www.funenka.metro.tokyo.lg.jp/area-hazard-level/regional-risk-list/>

- ② 「台東区」を選択する。



地域危険度一覧表：台東区

地震に関する地域危険度測定調査（第9回）（令和4年9月公表）

町丁目名	地盤分類	建物倒壊危険度			火災危険度			災害時活動 困難係数	総合危険度		
		危険量 (棟/ha)	順位	ランク	危険量 (棟/ha)	順位	ランク		危険量 (棟/ha)	順位	ランク
秋葉原	沖積低地2	1.53	2333	2	0.01	4009	1	0.07	0.1	4029	1
浅草1丁目	沖積低地2	8.59	141	4	0.65	831	3	0.07	0.62	1152	3

下記二次元コード・URLから、
地区防災計画策定の手引きのほか、
地区防災計画に関する情報をご覧ください。

- 地区防災計画ガイドライン
- 地区防災計画啓発用パンフレット
- 地区防災計画策定の手引き など



<https://www.city.taito.lg.jp/bosai/houshin/bosaikeikaku/chikubosaikeikaku.html>

▲台東区ホームページ
「地区防災計画について」

地区防災計画策定の手引き

令和8年3月発行

令和7年度登録第82号

発行者 台東区総務部 危機・災害対策課

台東区東上野4丁目5番6号

電 話 03-5246-1092

F A X 03-5246-1099