

みさと自主防災報

「自分の命は 自分で守る」

「私たちの街は 私たちが守る」

令和4年12月14日

第26号

発行 三郷市自主防災組織連絡協議会

事務局 三郷市危機管理防災課

〒341-8501

埼玉県三郷市花和田648番地1

TEL 048(952)1294

FAX 048(952)6780

ホームページ <http://www.jishubousaikai.com/>



過去に実施した総合防災訓練の様子

三郷市の自主防災組織率 (令和4年4月現在)

○三郷市	96.3% (※1)
○全国	84.3% (※2)
○埼玉県	91.9% (※2)

(※1) 町会・自治会134団体中129団体が自主防災組織を設立しています。

(※2) 令和3年4月現在



(防災意識を高めよう)

三郷市自主防災組織連絡協議会 会長 中村智英

日頃より、市民の皆様におかれましては、当協議会の防災活動に、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。

さて、当協議会は本年3月で設立25周年を迎えました。平成9年3月の設立以来、当協議会を支えて下さった歴代の役員の方々の皆さん、各町会の皆様のご助力に、心より感謝申し上げます。おかげさまで、地域防災力の向上を目的として実施しております、防災リーダー育成事業では700名を超える防災訓練指導者を輩出することが出来ました。

さて、今年も全国各地で災害が多発しておりますが、特に、埼玉県では、7月に東松山市において大雨による河川氾濫が発生し、市民約2,000人を対象に、最大級の避難警戒レベル5に相当する「緊急安全確保」が発令されました。また、鳩山町においては、6時間で観測史上最大となる352.5ミリの雨量を観測し、町民に対して避難指示が発令されるなど想定を超える豪雨が発生し、大きな爪痕を残しています。

「数十年に1度」や「観測史上初」と表現される災害が毎年のように発生し、今後30年以内に首都直下地震をはじめとする、これまでの地震を超える大きな災害が予想される中で、自身で出来る備えというものを、是非、行って頂きたいと思えます。

今年度も、新型コロナウイルス感染症の影響により、普段の活動ができない自主防災会が多くなっております。しかしながら、災害はいつ起こるかわかりません。そこで、「ハザードマップ」や「わが家の防災マニュアルブック」等を確認頂き、防災について学び、家族で話し合い、身を守る方法を共有することで、被害を防ぐことができます。

最後に、当協議会といたしましては、地域防災力の向上が減災につながるということを念頭におき、今後とも活動を進めて参りますので、ご協力の程お願いいたします。

令和3年度の活動報告 (主要な行事)

- ①総会 (書面開催)
- ②ブロック情報交流会 (書面開催)
(結果を冊子にまとめ全自主防災会へ配布)
- ③会報誌の発行 (市内各世帯に配布)
- ④防災啓発品の購入 (DVD)



発行したブロック情報交流会冊子



発行した会報誌



購入した防災啓発品 (DVD)

みさと防災トピックス

①災害時にも気をつけたい感染症対策

**災害時にも気をつけたい
感染症対策**

細菌やウイルスなどの病原性によって起こる感染症は、避難所では集団感染に繋がる危険性があり、予防のための徹底した感染症対策が必要です。
もちろん、自宅で避難生活を送る場合も感染症対策は必須です。
感染症にかからないこと、感染症をつつさないこと。そのためにすること、してはいけないこと、今だけでなく、これからも、毎日の生活に取り入れましょう。

感染症にかからないために
手洗い、手指消毒、マスクなど

感染症をつつさないために
咳エチケット、マスクなど

感染症を発生させないために
こまめな換気、掃除など

生活スペースの衛生状態を保持

基本的な感染症対策
手洗い・消毒・マスク・咳エチケット

こんな時は必ず手洗い
・食事の前
・トイレの後
・おむつ替えの後

手洗いができない場合には、アルコール消毒
食べ物を手づかみで食べない

正しい手の洗い方

- ① 手の平をこすり合わせる。
- ② 手の甲をこすり合わせる。
- ③ 手の指をこすり合わせる。
- ④ 手の指をこすり合わせる。
- ⑤ 手の指をこすり合わせる。
- ⑥ 手の指をこすり合わせる。

正しいマスクのつけ方・はずし方

マスクがない時はハンカチや袖で口を覆う

感染症対策のための備蓄品

- マスク
- アルコール手指消毒液
- 除菌ウェットティッシュ
- 体温計
- ペーパータオル
- 石鹸、ハンドソープ
- 手袋
- スリッパ
- ビニール袋

自宅でも、避難所でも、
感染症対策の徹底を

※一定期間、避難生活を送る時には、こんなことにも注意!!
● 毎日の検温による体調管理 ● 生活スペースに土足で立ち入らない

②炊き出しの時の感染防止対策

現在は感染症対策のため、自主防災会が実施する防災訓練での炊き出し訓練は中止していただいておりますが、今後、再開した時に、あるいは実災害が起きた時のために、炊き出しの際に注意すべき点について確認しておきましょう。

○調理や配膳をする方へ

- 下痢、発熱、腹痛、吐き気や手指にキズがある人は調理配膳に従事できません。
- 調理の前や調理中も、こまめに手洗い、手指消毒を行いましょ。

○材料の保管の仕方

- 常温保存食品は、直射日光の当たらないところに保管しましょう。

○食品の提供

- 加熱していない食品は、出さないようにしましょう。
- 一人分ずつ小分けにして配ることを徹底しましょう。

○食物アレルギーへの対応

- 食物アレルギーをお持ちの方が、誤って喫食しないよう、正確な情報を提供しましょう。



個食タイプの備蓄食料の備蓄

- 炊き出しによる感染防止や配布時の密を避けるため、個食タイプの備蓄食料を備蓄しましょう。個食タイプとは1人分の乾燥米等が個包装されたもので、保管管理、衛生管理面でメリットがあります。

自主防災組織訓練指導者ネットワーク

私たち「自主防災組織訓練指導者ネットワーク」(NW)は、各町会が、自分たち自身で行う「自主訓練」や、訓練を指導する人材を育てる「自主防災訓練指導者養成講座」での指導役を続けつつ、防災リーダーとして研修を重ねてまいりました。

指導者養成講座とは

連絡協議会では、自主防災訓練指導者養成講座を開催しています。

講座の目的は①防災リーダーを育て②地域で防災訓練を指導してもらい③三郷市全体の防災力を向上させることです。

内容は、消火器の使い方・バケツリレー・三角巾の使い方・止血法・簡易担架の作り方・煙体験ハウス・転倒家具からの救出・炊き出し・DVDの鑑賞など、盛り沢山のカリキュラムです。今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止対策として炊き出しを中止し、6月26日に開催。規模縮小の結果、安全に開催することができました。

開催時期は毎年2月頃、6月頃、11月頃の年3回です。お申し込みは、各回約1か月前に募集いたしますので、ご所属の自主防災会(町会等)を通じてお申し込み下さい。なお、通算3回受講することで修了となります。

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、令和4年11月開催分につきましては、中止とさせていただきます。令和5年以降につきましては、開催の判断が決定次第、各自主防災会宛に通知致します。

大規模災害発生時には、消防、警察、自衛隊等の公的機関による救助が期待できず、住民同士の共助により対応しなければならないことを念頭に、地域で実施する防災訓練も住民のみで実施することを目標としております。



応急手当訓練



転倒家具からの救出訓練



初期消火訓練

※写真は令和4年6月26日開催時のもの

三郷市自主防災組織連絡協議会役員(令和4年4月1日～)

【☆は今年度の新任役員

◎は年度途中で就任された新任役員】

会長 中村 智英
(彦成2丁目町会)

副会長 菊地 靖孝
(東町みなみ町会)

副会長 本間 紀美男
(谷口北)

会計 岡本 重
(みさと団地四街区)

◎幹事 梅澤 博司
(みさと第三住宅管理組合)

☆幹事 土谷 幹夫
(さつき平1-5-2自治会)

◎幹事 田中 博之
(パークフィールドみさと
テラ・ウエスト4街区3号館)

☆幹事 高島 慎一
(三郷早稲田第一住宅)

幹事 石崎 清一
(戸ヶ崎角町町会)

幹事 加藤 和男
(鷹野2丁目町会)

☆幹事 永見 裕正
(戸ヶ崎6丁目町会)

幹事 松川 文雄
(丹後上町会)

☆幹事 木須 良蔵
(谷中中央町会)

監事 塚原 馨
(シャトーベルヴュー三郷町会)

☆監事 吉田 隆
(新和1丁目町会)

災害時も
日常に近い
生活を送るために

在宅避難のススメ



大きな災害が起きたら指定避難所に避難するものと思いませんか？

指定避難所は倒壊や焼失などで自宅等に住めない人が避難生活を送る場所です。自宅が倒壊や浸水、火災などのリスクがない安全な状態であれば在宅避難を選択しましょう。在宅避難を選択するにあたって、水や食料などの備えが十分にあって、電気・ガス・水道が使用できなくても十分耐えられる状態かどうか必ず確認しましょう。

在宅避難とは？



在宅避難とは、自宅が倒壊や浸水、火災などのリスクがない場合に、指定避難所へ避難するのではなく、自宅で避難生活を送る方法です。大きな災害が発生したときは、指定避難所へ避難しなければいけないと思いませんか？ 住み慣れた自宅で過ごす「在宅避難」という方法があります！ 指定避難所には多くの避難者が集まることから、避難者1人あたりが利用できるスペースが狭く、プライバシーの確保が困難です。また、在宅避難をしている人でも、指定避難所等で支援物資を受け取ることもできます。住み慣れた自宅で過ごしなが、必要に応じて指定避難所等で支援物資を受け取ることで、ストレスの少ない避難生活を送ることができます。在宅避難に備え、食料・携帯トイレなどの備蓄や、家具の転倒防止などを行きましょう。

避難先による 環境の違い

避難所・避難場所のスペースや設備には限りがあります。自宅が安全であれば、在宅避難の方が普段の生活に近い環境で過ごせます。

在宅避難 (親戚・知人宅含む)

	大地震の指定避難所 (小中学校)	風水害時の避難所 (地区センターなど)	在宅避難 (親戚・知人宅含む)
目的	中長期的な避難生活	風水害時の自主避難場所	短期～長期の生活
1人当たりのスペース	狭い(2～3m ²)	狭い(2～3m ²)	自宅の状況に応じたスペースの確保が可能
プライバシーの確保	難しい	難しい	確保しやすい
水・食料	最低限の備蓄	原則なし	自分で準備 <small>※指定避難所で物資や情報を得ることもできます</small>
断水・排水管損傷時のトイレ	仮設トイレ、簡易・携帯トイレ	簡易・携帯トイレ	自分で準備(簡易・携帯トイレ)
ベット	屋外または別室での一時飼育	屋外または別室での一時飼育	いつもどおり



在宅避難判定フローチャート

判断1

危険を見極めるチェックポイント

- ・自宅の家屋に倒壊などの被害があるか?
- ・隣家の倒壊・火災などで自宅に影響があるか?
- ・自宅が水害の被害を受け、生活できないか?

不安を感じたら、
危険と判断したら
避難所へ



危険がなければ判断2へ

判断2

生活できるかのチェックポイント

- ・日常生活をするうえで、他人のサポートが必要であるか?
- ・水や食料などの備えが十分にあって、ライフラインが使用できなくても十分耐えられるかどうか?

自宅で生活が
できなければ避難所へ

不安がなければ自宅にとどまる

指定避難所・避難場所

在宅避難



※応急危険度判定が実施された場合には、判定結果にしたがってください



在宅避難の準備の基本

備蓄は「最低3日分」、「ローリングストック法」で

ローリングストック法とは?

消費期限にあわせて定期的に古いものから消費し、消費した分を補充するという循環型の備蓄方法です。



- 非常食(備蓄品(最低3日分、できれば7日分)、ご飯(アルファ米など)、缶詰、レトルト食品、ビスケット、板チョコ、乾パンなど)
- 飲料水(1人1日3リットル×家族の人数分) 携帯ラジオ 懐中電灯 電池 モバイルバッテリー
- 給水袋 軍手 携帯トイレ ウエットティッシュ ティッシュペーパー
- マスク 生理用品 救急セット 常備薬
- 使い捨てカイロ マッチ・ろうそく カセットコンロなど



乳幼児のいる家庭で
用意するもの

- ミルク(液体ミルク等) ほ乳びん 離乳食 スプーン おむつ
- おしりふき 着替え ベビー毛布 乳幼児のおもちゃ



要介護者のいる家庭で
用意するもの

- 着替え おむつ 障害者手帳
- 補装具等の予備 介護食

妊婦のいる家庭で
用意するもの

- 母子手帳 新生児用品
- 分娩準備品

※詳しくは、三郷市ホームページをご確認ください。

