

舟渡地区防災マニュアル

《地震・水害編》

〔令和 7 年 3 月策定〕

助け合い・訓練で受け継ぐ 安心安全のまち 舟渡

目 次

1. はじめに		1
2. 舟渡地区の特性と災害リスク		3
3. 地震対策		5
4. 水害対策		14
5. 資料編		27

板橋区町会連合会舟渡支部
板橋区危機管理部

1 はじめに

1. 舟渡地区防災マニュアル作成の目的と活用

(1) 防災対策マニュアルの更新と「地区防災計画」の意義

2024年1月1日の能登半島地震や9月下旬の奥能登豪雨など、大規模地震や豪雨災害などが頻発しています。2024年7月豪雨の際には板橋区内でも浸水被害が発生し、一時避難所が開設されるなどの被害・対応が発生しています。

大規模災害時には、自助・共助による備えや行動が重要であり、舟渡地区においても、2015年3月に「舟渡地区防災対策マニュアル」を策定し、地域防災力の向上を推進してきたところであります。

本マニュアルは、約10年前のものを最新情報に更新するとともに、新たに水害対策を追加し、災害対策基本法に基づく「地区防災計画」とします。地区防災計画は、住民防災組織が災害の被害軽減を目的に実施する災害対応や事前対策などをまとめたものであり、自治体の地域防災計画に位置付けることで対策の実効性向上が期待できます。

舟渡地区においては、本マニュアルを参考に、災害時に必要となる取り組みや準備すべきモノ等をご記入又はチェックいただき、地域防災力のさらなる向上を目指しましょう。

(2) 本マニュアルの構成と活用方法

本マニュアルの構成は、次頁に示すとおり、参加者による話し合い（ワークショップ）の手順に沿って4段階にまとめました。

第1段階では、災害時の危険・防災資源の分布を防災まち歩きによって更新し、防災課題も明確にしました。

第2段階では、被害に対する共助の対応の流れ（「被災・対応シナリオ」）をイメージし、とくに初動期の避難を中心にまとめました。

第3段階の事前対策は、災害対応を円滑にし、被害軽減を図れるようにするための活動資源の備えなど（「事前対策リスト」）を考えました。

第4段階では、町会や各施設、事業所の今後の取組に向けて、事前対策の優先課題、組織体制づくり、防災訓練の例を示しました。

以上の本マニュアル作成の方法論である、防災まち歩き、防災課題の抽出、被災・対応シナリオ、事前対策リスト、組織体制づくり、防災訓練などは、そのまま平時の備えに活用できますので、町会や各施設、事業所でぜひお試し下さい。

なお、マニュアルとは別に、舟渡地区の防災マップを全世帯に配布しています。下記の二次元コードから見ることもできますので、これと合わせてご活用下さい。

舟渡地区防災+(プラス)マップ



2. 舟渡地区防災マニュアルの策定プロセス

本地区のマニュアルの策定プロセスは、以下の通りです。

策定プロセス		地震対策【該当頁】	水害対策【該当頁】
第1段階	地域の災害リスクと防災資源を知る	☐ 地理的な特性と地震・水害の被害想定とは？ 【3・4頁】	
		☐ 地区の地震・水害に弱い所と強い所とは？ 【地震:5・6 頁】	【水害:19・20 頁】
第2段階	地震・水害時の被害と対応をイメージする	☐ 地震・水害で予想される被害と基本的な対応とは？ 【地震:7・8頁】	
		☐ 住宅形式の違いに応じた対応のあり方とは？ 【地震:8 頁】	【水害:21・22 頁】
第3段階	事前の対策を考える	☐ 災害にどう備える？ 【地震:9・10 頁】	
		【水害:23・24 頁】	
第4段階	今後の取組	☐ 優先課題とは？ 【地震:11 頁】	
		【水害:25 頁】	
		☐ 災害対応を実現させる体制づくりとは？ 【地震:11・12頁】	【水害:25 頁】
		☐ 有効な防災訓練とは？ 【地震:12・13頁】	
		【水害:26 頁】	

□ 地理的な特性と地震・水害の被害想定とは？

- 本地区は、標高2m～6m で、高低差はほとんどなく、盛土地・埋立地（赤斜線）が広がっています。また、東側には、自然堤防（黄）が広がっています。（図1）。
- 荒川と新河岸川にはさまれている舟渡地区では、液状化のリスクが見られます（図2）。
- 水害時には、ほぼ全域で、2階の天井以上の高さまでの浸水が想定されています。

地震：震度6強が大半を占めます（図3）。一部の木造住宅の密集地では火災の危険（図4）があります。

水害：荒川の氾濫時には、2階の天井以上の高さまでの浸水が想定され（浸水深5m以上）（図5）、その氾濫流で建物が流される危険もあります。また、浸水継続時間が2週間以上となっています（図6）。また、集中豪雨でも、内水氾濫の危険があり、1階の床上以上の浸水危険のある地域が広く見られます（図7）。2階建て以下が、地区全体の約8割を占めています（図8）。舟渡地区に土砂災害特別警戒区域はありません。

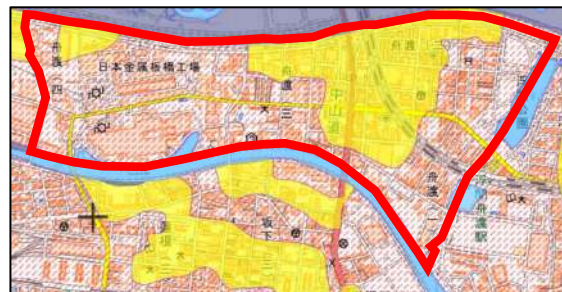


図1 国土地理院、数値地図 25000(土地条件)。

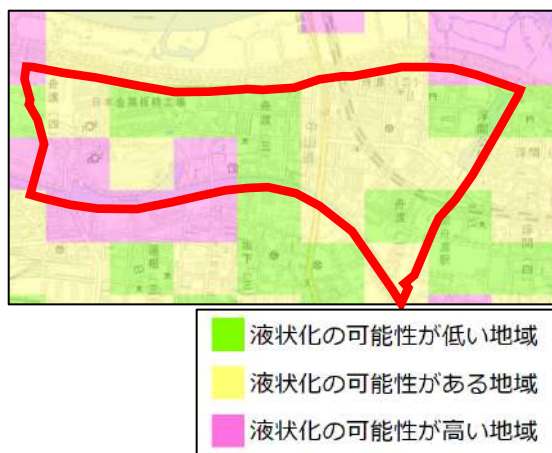
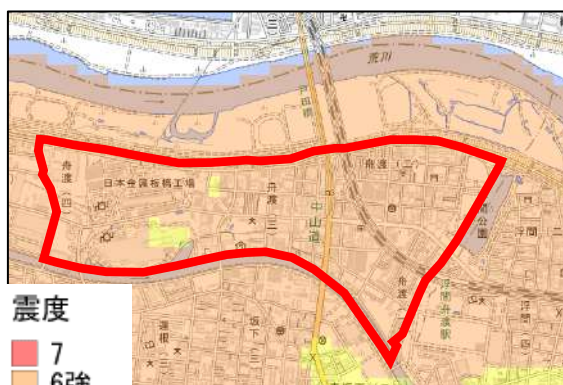


図2 液状化のリスク

（東京の液状化予測図令和5年度改訂版、東京都建設局 HP）



震度

7
6強
6弱
5強
5弱
4
3以下

図3 想定震度の分布
出典：東京都「東京被害想定マップ」



図4 建物構造
出典：R5東京都土地利用現況調査



図5 「板橋区洪水ハザードマップ（荒川氾濫版、浸水深）」

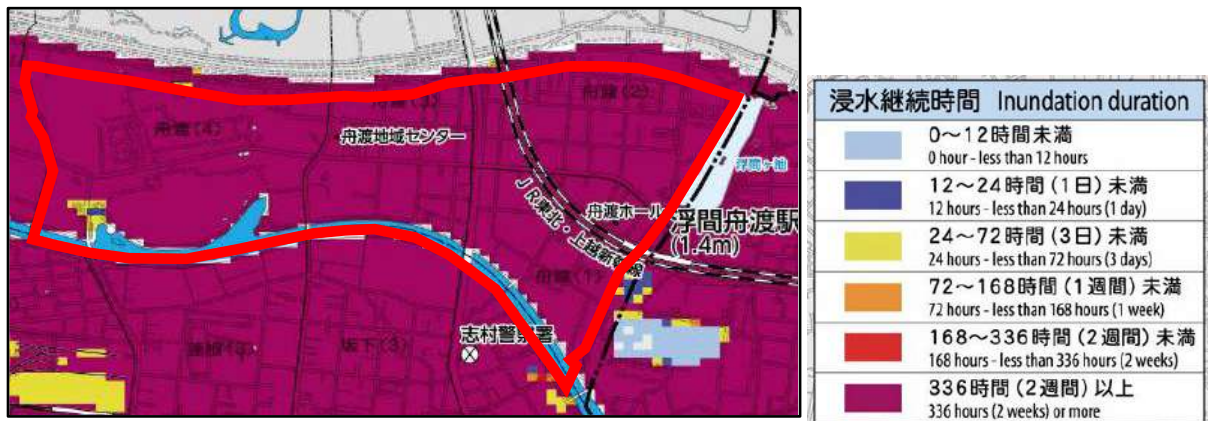


図6 「板橋区洪水ハザードマップ（荒川氾濫版、浸水継続時間）」



図7 「板橋区洪水ハザードマップ（集中豪雨版、浸水深）」



図8 住宅の階数別分布

第1段階：地震リスクと防災資源を知る

□ 舟渡地区の地震に弱い所と強い所とは？

(1) 防災まち歩きによる危険・資源の点検

地区特性・被害想定等をもとに、わが町の「災害時の危険」や「防災に役立つ資源」を点検することが大切です。以下の視点で、防災まち歩きを行いました。



写真 防災まち歩きの様子

防災まち歩きのチェックポイント

- 【危険】せまい道、行き止まり、危険ブロック塀、避難時に危険な所、放置自転車、落下物、老朽木造建物・空き家、避難困難な人が多い施設、出火元となりそうな場所（飲食店・古い工場等）、延焼しそうな場所（木造建物が密集）など
- 【資源】消火活動・救助活動に使えるもの（消火器、消火栓、住民防災組織格納庫など）、避難先になりそうなところ（一時集合場所・避難所、学校等のグラウンド、公園・広場等）、安全な避難経路（建物倒壊・土砂災害等のリスクが低い、道が広いなど）

(2) 防災まち歩きの方法および成果

防災まち歩きは、安全な避難行動の確認を目的に、以下の手順で「往路は避難、復路は点検」を行いました。

防災まち歩きの方法

- 【準備】避難方法、点検箇所、点検ルート（避難路）、役割分担の決定など。
※地震・火災時の避難：①一時集合場所へ→
②危険な場合は避難場所に再避難※詳しくは「舟渡地区防災+（プラス）マップ」(p.1)を参照。
- 【往路】避難準備、避難の所要時間を計測。
※点検ルート：舟渡地域センターから避難場所（浮間公園・荒川河川敷緑地一帯）まで。
- 【復路】避難路で気づいたこと（上記(1)の危険・資源）を撮影し、地図に記入。
- 【共有】以上の内容を、ふせん紙を用いて整理し共有（右写真）。



写真 防災まち歩きの結果をまとめた地図（成果）

防災まち歩きの結果の一部を清書したものが次頁の図9です。

(3) 自助・共助の避難課題

地区特性と防災まち歩きなどから、共助の避難課題を話し合いました。おもな結果は以下のとおりです。

- 一部の木造住宅密集地域での延焼火災の危険
- 老朽建物や塀の倒壊による道路閉塞
- 狭い道での危険
- 駅前の帰宅困難者と住民避難の混乱
- 危険（混雑）を避け、「安全空間を踏まえた避難ルール」を検討する必要など

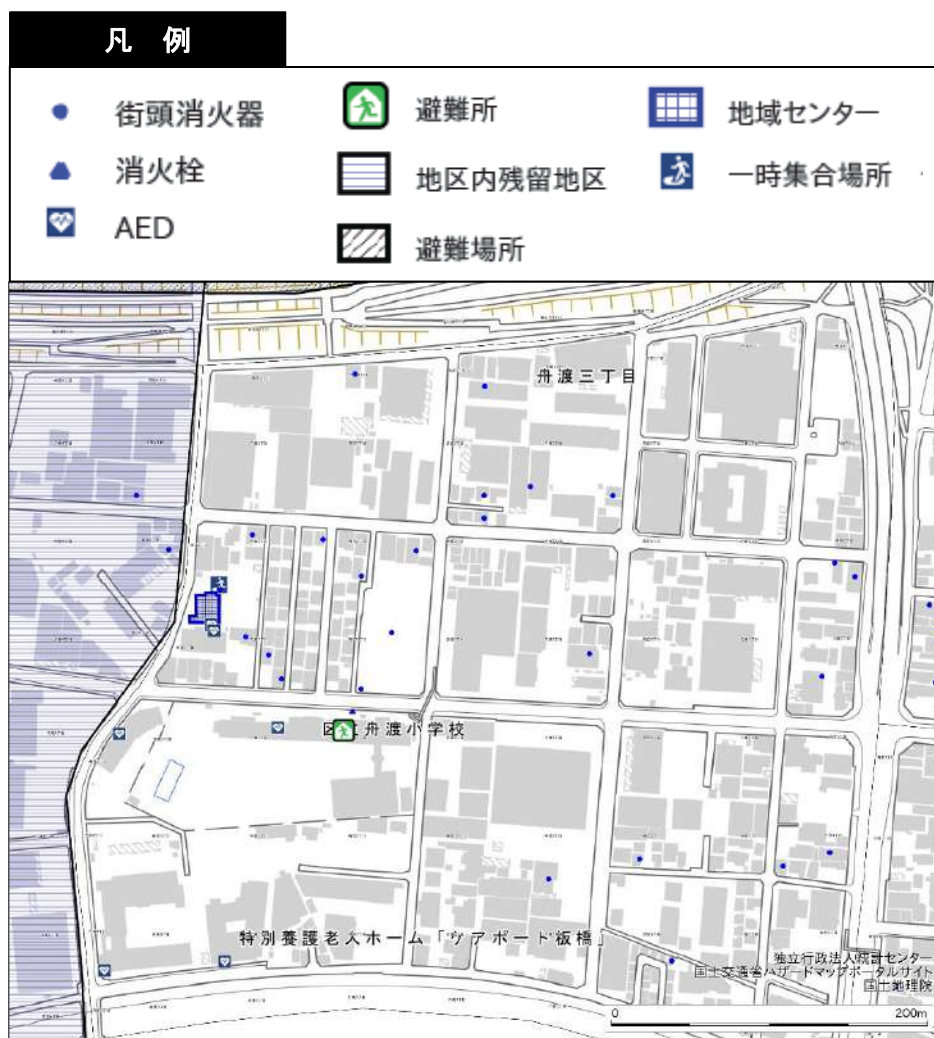


図9 防災まち歩きの結果をデジタルマップに反映させたもの

※デジタルマップとは、国立研究開発法人防災科学技術研究所による開発ツールで、今回の防災まち歩きの成果である災害時の危険・防災上の資源を地図上に記録し、地区防災対策を考える手段として活用できます。

第2段階：地震時の被害と対応をイメージする

防災対策を考えるためには、災害時に予想される被災状況と対応を、時間の流れの中でイメージすることが大切です。この災害発生前後からの時間の流れに沿って災害対応を検討したものを「被災・対応シナリオ」と呼びます（図10）。

□ 地震で予想される被害と基本的な対応とは？

地震は突然発生するため、建物の倒壊や落下物、火災などの問題に迅速に対応する必要があります。まず、身の安全確保の後、家族の安否確認などの初動対応を行います。次に、被害情報の収集・整理を行います。

もし火災が発生した場合には、共助の体制は火災対応に集中します。初期消火や消防通報、周囲への声かけ、避難方法の周知や避難誘導（集合住宅で階段を使う場合はとくに注意が必要）、要支援者避難支援などを行います。

◇ 発災条件:2025年1月17日(金)の19時頃、多摩東部直下地震が発生(M7.3)、舟渡地区は震度6強の揺れで、地盤、道路、建物などに被害が確認され始めた。...

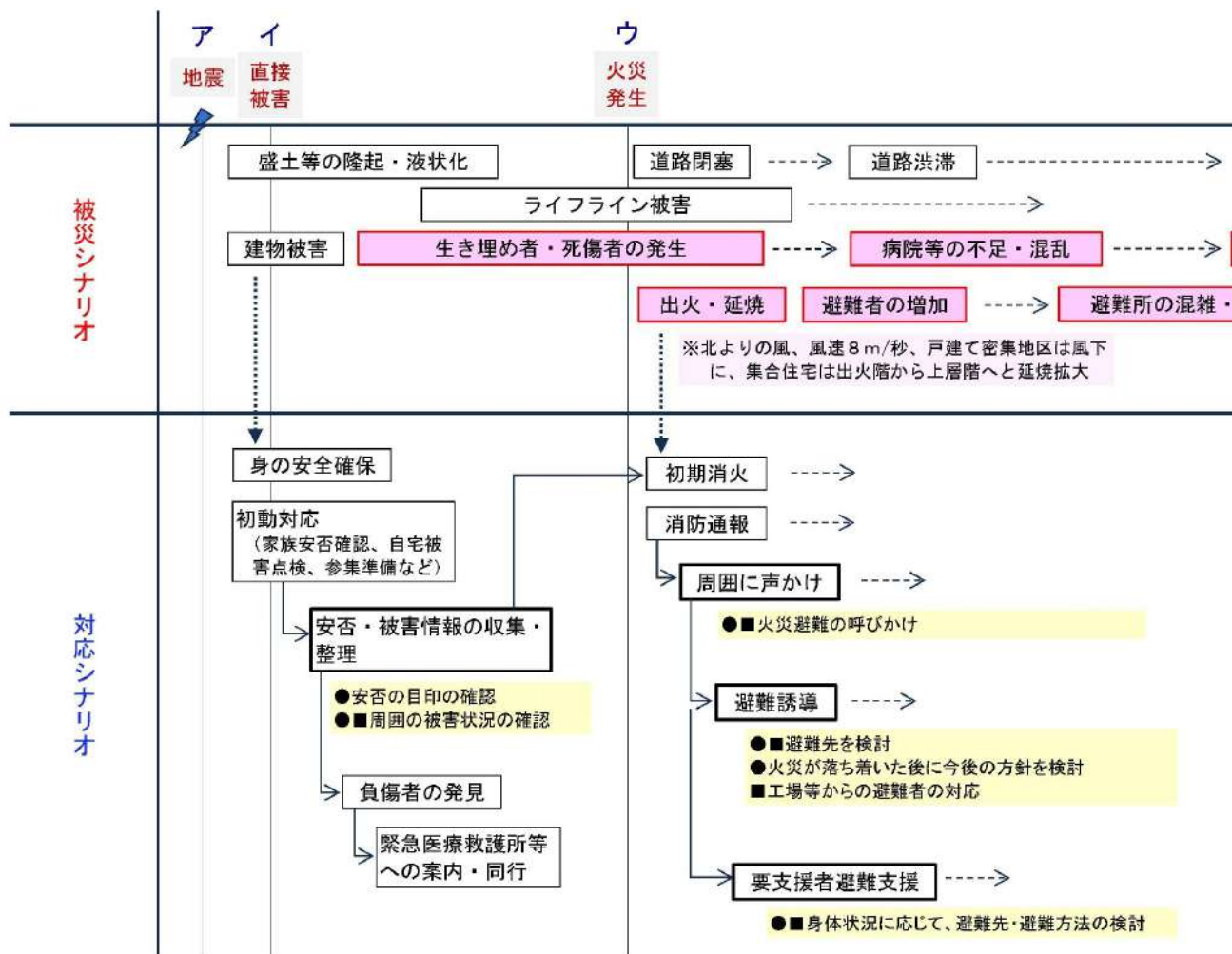


図10 「被災・対応シナリオ」(地震編・舟渡版)

□ 住宅形式の違いに応じた対応のあり方とは？

(●戸建住宅、■集合住宅)

1) 情報集約の方法

- 戸建て住宅の場合は、町会班単位で安否情報を収集して本部(※1)が集約する方法がある。(安否の目印、地図・名簿を活用) ●近隣→班単位→本部
- 集合住宅の場合、各階で安否確認などの情報集約を行い、役員に報告する体制などがある。(安否の目印を活用) ■各階→防災委員会

2) 火災避難・誘導の方法

- 火災時の避難誘導については、街なかでの避難方法の周知や、地震後の安全な避難経路の選択などは共通するが、集合住宅の場合は、非常階段での混乱を未然に防ぐため、避難や避難支援のルールを館内放送やメガホンなどを用いて周知する。消防計画の内容も参照しつつ対応を考えることも大切(※2)。

●■避難方法の周知、安全な避難経路の選択、代替避難場所の検討

■非常階段での避難(支援)ルールの周知

- ※1 災害対策本部とは、災害時に、被害軽減のため、収集した情報にもとづき、災害対応の方針を決定する場合のこと。
- ※2 消防計画とは、共同住宅などで火災などの予防と対応などをまとめたもので、管理組合・管理会社にご確認ください。火災避難に関しては、避難経路や避難施設、自衛消防隊による火災通知や避難対応の手順などが記載されます。

□ 今後の対応課題とは？

- 右枠の①～④を参照。

- ① まちの被害全般や火災発生を早期に情報収集(木造建物密集地域や事業所等)
- ② 安否確認方法を決めておく
- ③ 地区特性・住民属性をふまえた避難対策(避難経路上のリスクも考慮)
- ④ 同時多発火災の時系列的変化をリアルタイムに情報収集

町会・施設・事業所等の、地震対応上の取組事項として考えられることを、以下に書き出してみよう

【凡例】●戸建住宅、■集合住宅

時間 →

傷病者症状悪化

・満員

事前対策 ●■

- ・安否の目印の周知
- ・地区別班長を決める
- ・事前の関係づくり
- ・要支援者支援の具体化(外国人や高齢者の避難支援) など

第3段階：事前の対策を考える

□ 災害にどう備える？

(1) 「事前対策リスト」の考え方

第2段階で検討した地震対応の実効性を高めるために、事前対策を考えます。

災害時には、あらかじめ想定していた人や情報（手段）などの活動資源が被害等によって使えなくなっている可能性があります。その場合に備えて、災害対応の優先順位を考え、それに必要な活動資源を確保します。その必要資源を人・モノ・情報・空間などの視点で事前に整理したものを「事前対策リスト」と呼びます（図11、次頁）。

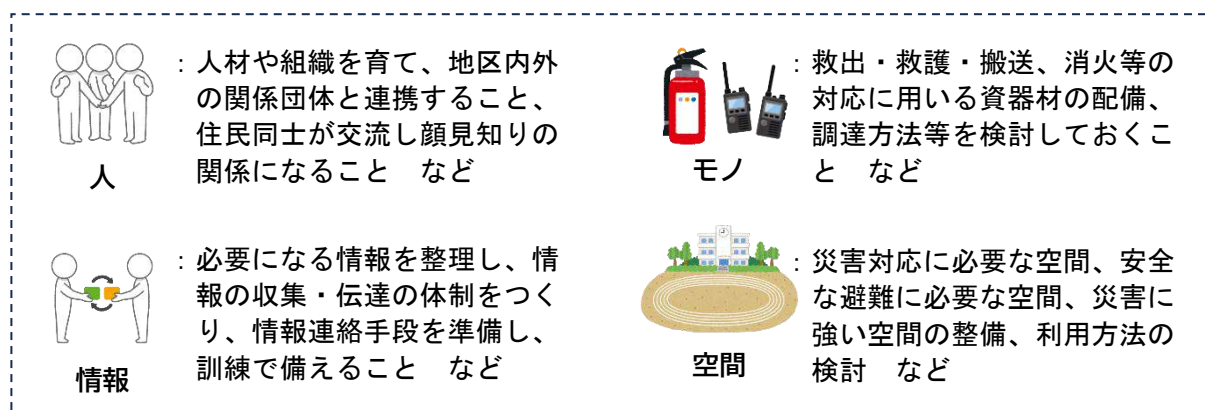


図11 「事前対策リスト(共助)」の4つの視点

(2) 検討結果

地震発生直後から、安否確認・救命救助・初期消火と、安全な場所への避難を行うことができるよう、時間軸に沿って優先的に取り組むべき活動を抽出したうえで、その活動に必要な人・モノ・情報・空間などを洗い出す作業を行います（次頁）。

なお、その「事前対策リスト」の概要をまとめると以下のとおりです。

①「集合場所に集合」するための事前対策として、

- 町会役員(防災班)の体制、隣近所の関係づくり(人)集会所の鍵の管理(モノ)役員連絡網、鍵の所有者の情報(情報)一時集合場所(氷川神社、集合住宅のピロティ等)(空間)などが必要

②「情報収集」をするための事前対策として、

- 情報連絡体制作り[人]、情報収集・伝達手段[情報] などが必要

③「情報提供・声掛け」をするための事前対策として、

- 消火訓練[人]、出火防止の啓発・火災情報の伝達手段[情報] などが必要

④「初期消火」をするための事前対策として、

- 避難訓練・支援者[人]、情報手段・個別避難計画[情報]、搬送手段[モノ]、避難場所・安全な避難路[空間] などが必要

⑤「要支援者情報収集・集約」をするための事前対策として、

- 避難訓練・支援者[人]、情報手段・個別避難計画[情報]、搬送手段[モノ]、避難場所・安全な避難路[空間] などが必要

⑥「要支援者情報収集・集約」をするための事前対策として

- 名簿や知り合いからの口コミ情報、要支援者でバンダナ所有者を確認する(情報)など事前に要支援者がどこにいるのか把握しておく。

⑦「要支援避難対応」をするための事前対策として

- 事前にだれをどこに避難させるか(情報)把握し、搬送用資機材(ストレッチャー等を病院から借りる)の調達できるようにしておく(モノ)。

事前対策リスト（地震）

町会や各施設、事業所で下表の□にチェックや項目の追記を行い、活用してください。

優先的活動 手順	人	モノ	情報	空間
集合場所に集合	☐ 町会役員（防災班）の体制、隣近所の関係づくり ☐	☐ 集会所の鍵、メガホン、広報車 ☐	☐ 役員連絡網、鍵所有者 ☐	☐ 一時集合場所（氷川神社等） ☐
情報収集	☐ 避難者から情報収集 ☐	☐ 住宅地図（地番付）、情報収集資器材 ☐	☐ 区防災メール ☐	☐ 団地集会室 ☐
情報提供・声掛け	☐ ☐	☐ メガホン、広報車 ☐	☐ 周知方法の確認 ☐	☐ ☐
初期消火	☐ 救出訓練の充実、初期消火訓練 ☐	☐ 救出用や消火用資器材 ☐	☐ ☐	☐ ☐
要支援情報収集・集約	☐ ☐	☐ ☐	☐ 名簿・知り合い、要支援者でバンダナの所有確認 ☐	☐ ☐
要支援者対応	☐ ☐	☐ 搬送用資器材（ストレッチャー（病院から借りる）等） ☐	☐ 避難所の確認、要支援者情報収集・提供方法 ☐	☐ ☐

第4段階：今後の取組

□ 優先課題とは？

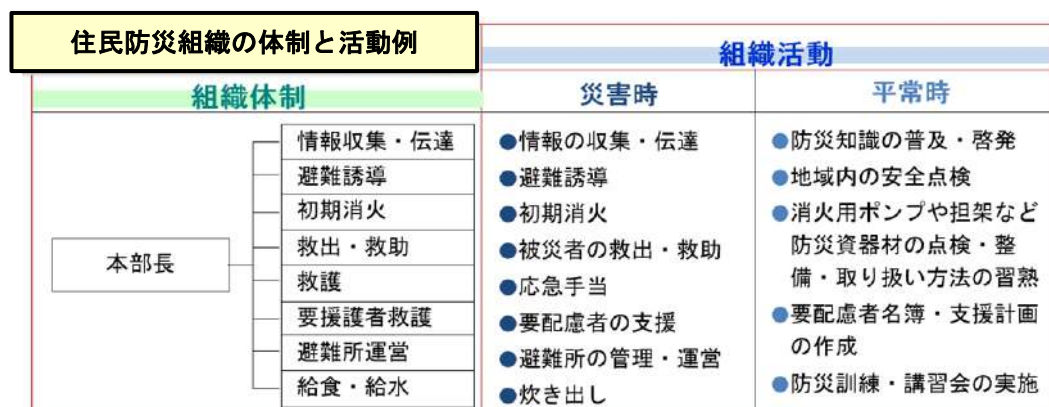
住民防災組織として優先的に取り組むべき活動項目について、これまでのワークショップやアンケート調査結果などを踏まえて整理しました。

- ① 早期の安否確認、救出救護、消火活動と避難誘導體制（町会の体制強化、町内の施設、事業所等との相互協力）の確立
- ② 要支援者のための地域内関係者（消防団・民生委員・その他）との連携の強化
- ③ 上記を実現させるための情報共有・伝達の体制づくり など

□ 災害対応を実現させる体制づくりとは？

板橋区では、多くの町会・自治会が住民防災組織を結成し、多様な主体とも連携を図りながら、防災活動の活性化を目指しています。

住民防災組織の体制と活動例は下図のとおりですが、それぞれの地区特性や活動経験等に応じた役割分担が大切です。本地区の場合、地盤災害や集合住宅での火災避難、要支援者、在宅避難生活等に留意した体制作りが必要です（図12）。



組織体制		災害時	平常時

図12 住民防災組織の体制と活動（上表：例示、下表：記入用）

住民防災組織の体制と活動は時系列で役割が変化します（図 13）。その変化に応じて、必要な人数や技術者などを充当します。

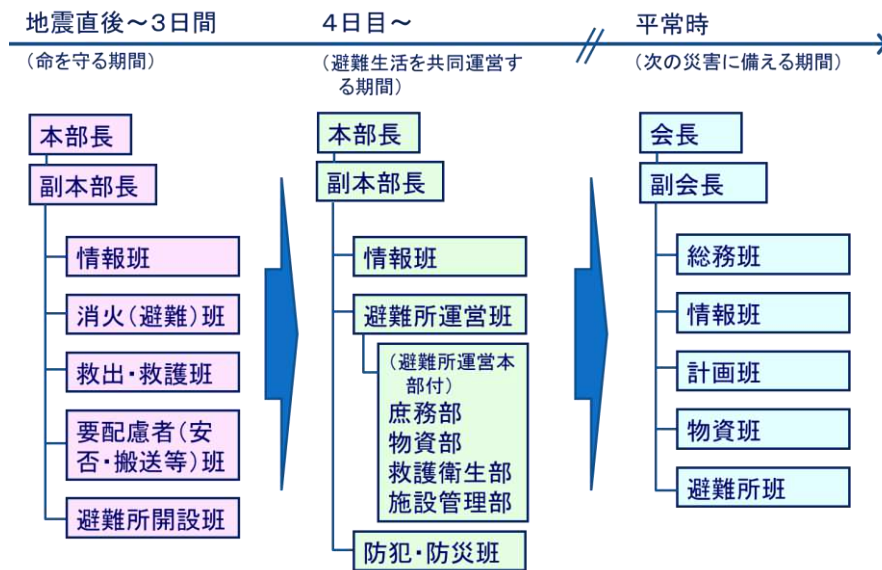


図 13 住民防災組織の時系列での役割変化(例)

また、参加者アンケートによると、組織体制の課題として「高齢化」や「必要人員の不足」が多いことから、継続的に要員の充足を図ると同時に、たとえ少人数でも、災害時に即興で役割分担ができる方策も検討しておく必要があるといえます（たとえば、集まってきた住民にその場で役割を書いたカードを配り、依頼するなど）。

□ 有効な防災訓練とは？

災害対応の実効性を高めるためには、実践的な防災訓練を繰り返すことが大切です。「被災・対応シナリオ」をもとに、スマホ・アプリを用いた新しい情報収集・伝達訓練を導入するなど（図 14）、シナリオの検証・見直しを繰り返すことが効果的です。

地震の場合、参集後すぐに安否・被害点検を行い、火災や負傷者などを発見すれば、メンバーが協力して、情報伝達・避難誘導・搬送などを行います。

「地震情報訓練」の手順は以下のとおりです。

①「第1回 訓練検討会議」(仮称)の開催

- 訓練のテーマ(災害種別、防災課題、シナリオ骨子)、実施日時・場所などを協議

②「第2回 訓練検討会議」(仮称)の開催

- 訓練当日・準備の予定、シナリオ詳細版などを協議、スマホ・アプリの演習など

③訓練の準備・実施

- シナリオ詳細版、訓練会場の配置図、準備物などを用いた訓練の実施

④訓練の検証

- シナリオに沿った対応の可否、シナリオ改善の課題などの意見聴取

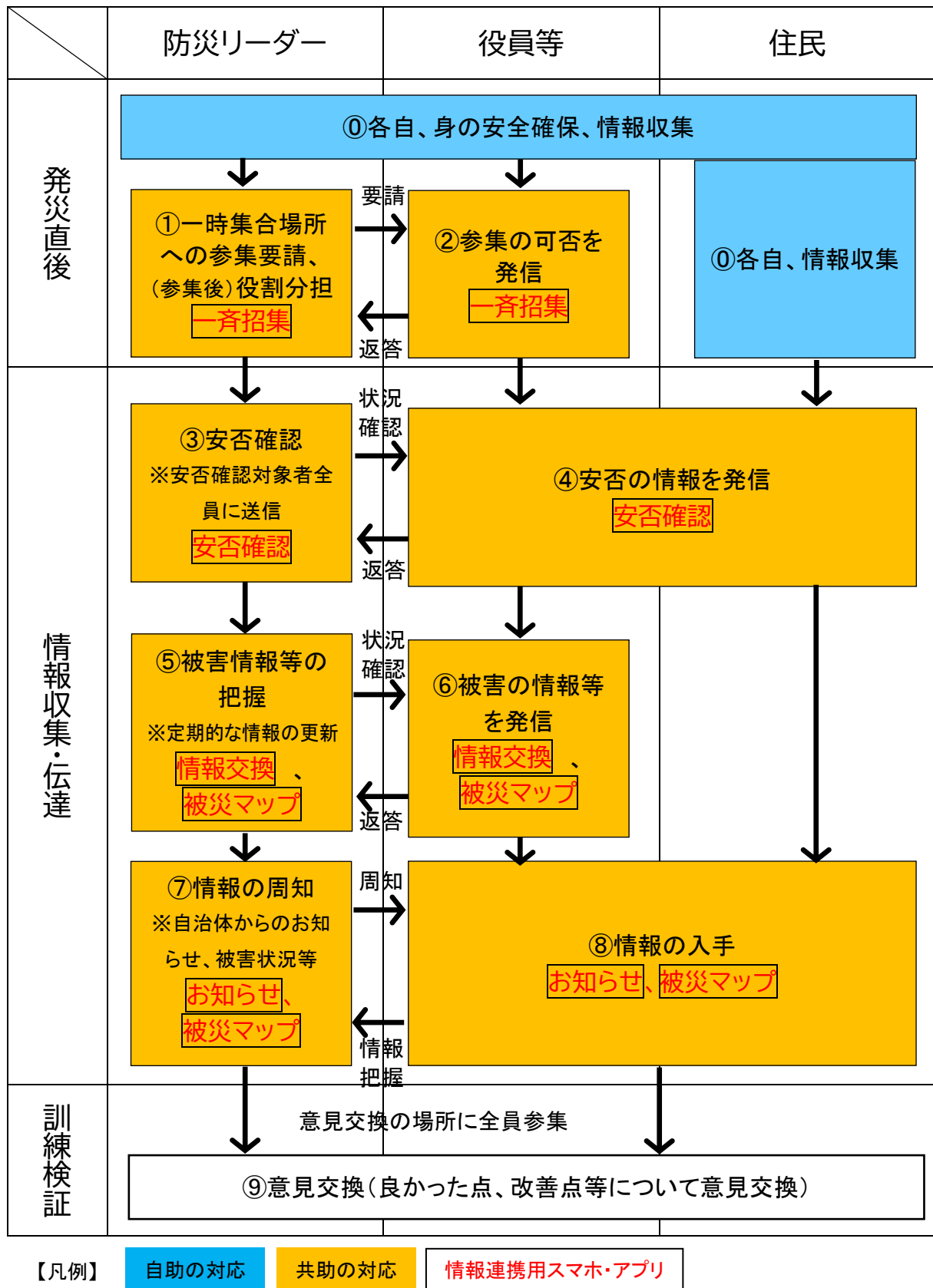


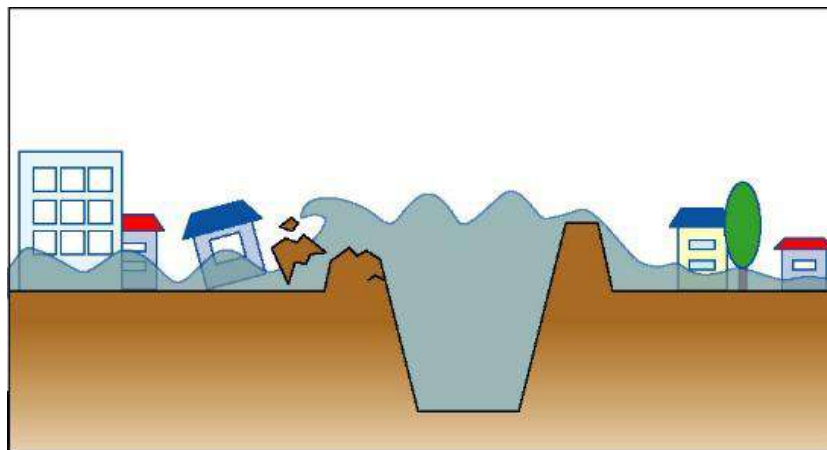
図 14 防災訓練のシナリオ例(スマホ・アプリを用いた情報連携)

1. 水害対策を考えるための基礎知識

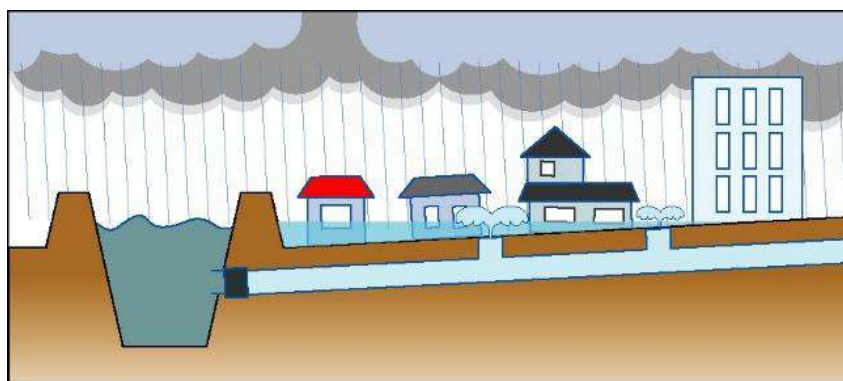
(1) 外水氾濫と内水氾濫

外水氾濫は、河川の水が堤防を越えたり、堤防が決壊することで河川の水があふれること（a）、内水氾濫は、排水施設の能力を超えた雨が降ったり、雨水の排水先となる河川の水位が高くなったりして、雨水が排水できずに浸水することです（b）。

「川の防災情報」は、河川の水位や降雨、洪水、浸水などの情報が国土交通省によって提供されています（<https://www.river.go.jp/index>）。荒川の洪水リスクについては、洪水予報（警戒レベル）の基準と水位表などを見て判断します（図16）。



(a) 外水氾濫（河川の水が堤防の決壊等によりあふれること）



(b) 内水氾濫（雨が河川に排水できずに、マンホール等の下水道から水があふれること）

図15 外水氾濫と内水氾濫のイメージ

（図出典）国土交通省 関東地方整備局 江戸川河川事務所、河川防災情報 防災学習支援画像等データ（<https://www.ktr.mlit.go.jp/edogawa/edogawa01077.html>）を加工して作成。

(2) 警戒レベルと避難のタイミング

住民は、「警戒レベル」に相当する防災気象情報を理解し、決して情報待ちをせず、自らの主体的な判断で率先避難・声かけを心がけます。

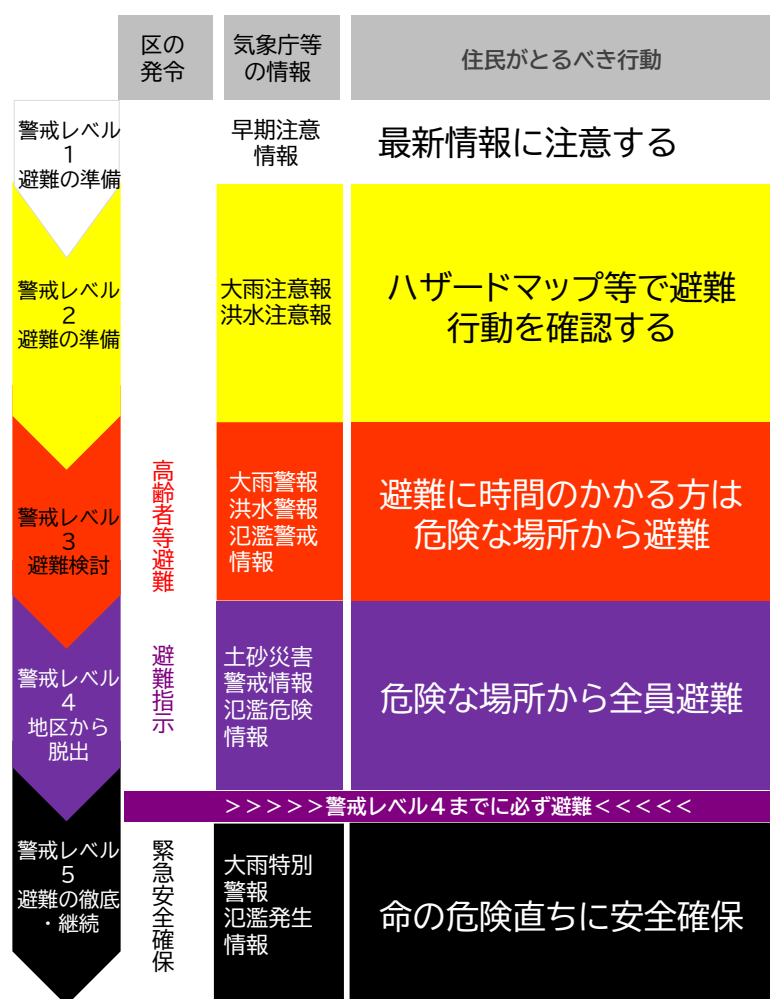


図 16 「警戒レベル」と「住民がとるべき行動」など

要支援者等の避難については、各町会・自治会で検討しておきましょう。

(3) 浸水エリア、家屋倒壊等氾濫想定区域、浸水深、浸水時間

浸水リスクは、浸水の範囲（浸水エリア）、氾濫流で家屋が流される危険のある区域（家屋倒壊等氾濫想定区域）、どのぐらいの深さ（高さ）まで水がくるのか（浸水深）、浸水した場合にすぐに水が引くのか数日以上かかるのか（浸水時間）の観点から見る必要があります。たとえば、家屋倒壊等氾濫想定区域では、そこにとどまることが危険です。また、浸水が3m以上の場合、建物の3階以上に逃げる必要がありますし、長期浸水エリアでは自宅にとどまっても生活困難による健康リスクが高まります。

(4) 水平避難と垂直避難、浸水エリアでの在宅避難のリスク

水平避難は、災害時にその場から立ち退き、区内の高台にある避難場所など安全を

確保できる場所に避難すること、垂直避難は、建物の上の階に避難することです。

水平避難が優先される避難行動になりますが、近場の避難所が満杯の場合の再避難先や、より遠方の親戚宅など多様な避難先を想定しておくことも大切です。

避難の開始が遅れるなどして、緊急一時的に安全を確保する必要がある場合には垂直避難を行います（近隣の相対的に高く堅牢な建物等に、緊急的に移動します。）。

高層の建物でも、浸水するとエレベーターやトイレが使えなくなる可能性があります。特に、広域で水害が発生すると、大勢の人をすぐに救助することが難しくなるため、長期にわたり困難な避難生活に陥る可能性があります（在宅避難のリスク）。

（5）避難の経路・時間

避難の経路上の、水害や土砂災害などのリスクも踏まえて、安全な経路を選んで、どのくらいの時間で避難可能なのかを事前に把握しておく必要があります。

2. 自助の避難判断手順と共助・公助の支援活動 （浸水・避難・生活の3つのリスクに着目して）

水害からの避難においては、浸水・避難・生活の3つのリスクについて総合的に検討することで、備えを考えやすくなります。具体的には、浸水リスクでは高台避難の必要性（在宅避難の可能性）を、避難リスクでは安全な避難の可能性を、生活リスクでは避難所等での安全な生活の可能性を判断します（図 17）。

町会としては、住民がこれら3つのリスクを事前に判断できるような啓発や避難計画づくりを区とともに支援すると同時に、災害時にも、避難関連情報の収集・提供や公共交通の運行情報、避難所の開設・利用情報などを早めに提供し、自力での避難行動が難しい要支援者の避難誘導や避難確認なども早めに実施することが重要です。もし避難が難しいとなれば、「在宅避難（避難しない）」しか選択肢はなくなってしまいます。しかし、舟渡地区のように、浸水や氾濫流による家屋倒壊のリスクが高いにもかかわらず、地区内に高台がなく、浸水時間も長引くことが予想される地域では、「⑤在宅避難（避難しない）」が難しいため、要支援者の支援の方法も検討しておくことが大切です。

詳しくは、17・18 頁のコミュニティタイムラインをご参照・ご記入ください。

なお、避難関連情報の収集先も確認しておきましょう（大雨・土砂災害は気象庁、河川水位・氾濫は国土交通省、避難指示・避難所は板橋区などのホームページを確認します）。

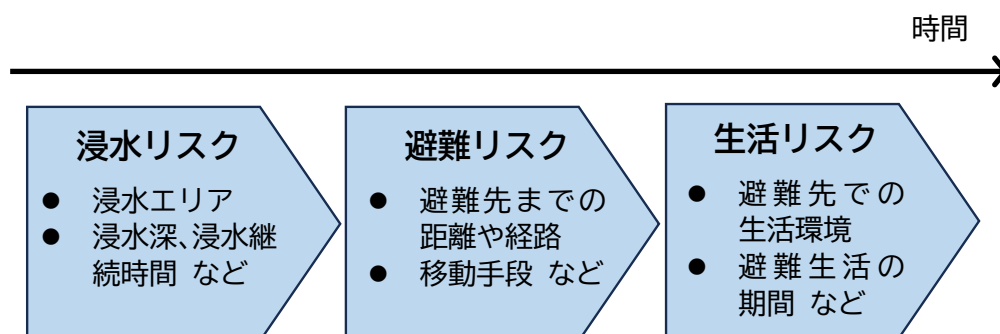


図 17 3つのリスクの例

3. コミュニティタイムライン

町会役員をはじめとする住民が中心となり、水害をもたらすような大雨が予想されるときに、地域に住む住民全員が安全に避難するために、いつ、誰が、どう行動すべきか時系列で整理し、まとめた地域の防災計画のことを『コミュニティタイムライン』と言います。コミュニティタイムラインを作成し、地域で運用することによって、以下のようなメリットが期待できます。

コミュニティタイムラインの5大効果

- ① 防災対策の“抜け”を防げる
- ② 事前に相談や調整ができる
- ③ 住民や現場対応者が早めに判断・行動できる
- ④ 地域の動きをイメージできる
- ⑤ 引継ぎ資料として活用できる

※コミュニティタイムラインについての記述は、「舟渡地区における水害時の避難ルールブック」にもとづいています。

https://www.city.itabashi.tokyo.jp/_res/projects/default_project/_page/001/052/035/funado_rule.pdf



4. 要支援者の支援

自力で素早い避難行動をとることが難しい高齢者や障がい者、外国人などの要支援者の支援は、地域の水害対策において重要なテーマです。

浸水リスクが高いにもかかわらず、地区内に高台がなく、浸水時間も長引くことが予想されるうえ、人口も多いような地区では、交通渋滞や公共交通機関の計画運休の可能性も踏まえて、早い場合は数日前から徐々に、要支援者の人たちに対して早めに地区外への避難（水平避難）を促す必要性が高いといえます。

5. 福祉避難所

福祉避難所とは、区立小中学校などに設置される避難所での生活に支障が生じる高齢者や障がい者、その他の特別な配慮を必要とされる避難者を対象に開設される避難所です。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/bousai/bousai/1029410.html>



「コミュニティタイムライン」（外水氾濫用）の記入シート

外水氾濫のケースを前提としたコミュニティタイムラインの記入シートです。町会・の対応はもちろん、施設・事業所や個人の備えとして働きかけるべきことも整理できます。

◆町会の方針

舟渡町会	
基本的な考え方	普段からやっておくこと

◆洪水時の行動

	町会や各施設、事業所の行動	個人ですること
警戒レベル 【1・2】 避難の準備	分散避難の準備を開始 ☐ 防災情報等の収集 ☐ 情報が伝わりにくい方への情報伝達 ☐ 要支援者の所在確認 ☐ 町会の各班での情報共有 ☐ 町会各班での情報共有と役割の確認 ☐ 他町会との連携事項の確認 ☐ ☐	☐ 分散避難の準備 ☐ 避難グッズの確認 ☐ ハザードマップの確認 ☐ 情報収集 ☐ 近隣の人への声掛け（特に要配慮者世帯） ☐ ☐
警戒レベル 【3】 高齢者等 避難	分散避難等を開始する 要支援者は避難を開始する ☐ 防災情報等の収集 ☐ 要支援者に対する避難支援 ☐ 要支援者の避難状況の確認 ☐ 地区住民への早めの避難呼びかけ ☐ ☐	☐ 分散避難の開始 ☐ 要支援者の避難開始 ☐ 近隣の要配慮者の避難支援（可能な範囲で） ☐ ☐ ☐
警戒レベル 【4】 地区からの 脱出 避難指示	住民は地区から離れ、避難する 風雨が強くなる前に避難する ☐ 避難誘導 ☐ 地区住民への避難支援 ☐ 町会員の避難状況の確認 ☐ 避難支援者は支援を終えて避難 ☐	☐ 速やかに避難 ☐ 警戒レベル4のうちに避難完了 ☐ ☐
警戒レベル 【5】 避難の 徹底・継続 緊急安全確保	確実に安全な状況になるまで避難場所から離れない・戻らないを徹底する ☐ 避難者の状況を確認 ☐ 町会員・地区住民の避難状況の共有 ☐ 避難者への被害状況の提供 ☐ ☐	☐ 避難完了 ☐ 逃げ遅れた場合には、緊急安全確保

第1段階：水害のリスクと防災資源を知る

□ 舟渡地区の水害に弱い所と強い所とは？

(1) 防災まち歩きによる危険・資源の点検

地区特性・被害想定等をもとに、わが町の「災害時の危険」や「防災に役立つ資源」を点検することが大切です。以下の視点で、防災まち歩きを行いました。



写真 防災まち歩きの様子

防災まち歩きのチェックポイント

【危険】 水害・土砂災害想定箇所（浸水想定範囲、土砂災害警戒区域、アンダーパス、地下空間など）、避難支障の箇所（崖・擁壁の崩壊、急な階段・坂道、狭い道路、行き止まり路、渋滞箇所、暗きよ、蓋のない側溝）、避難困難な人が多い施設など

【資源】 水防活動に使えるもの（土のうステーション、住民防災組織格納庫など）、避難先になりそうなところ（水害時指定避難場所、避難所、高台、高層建築、安全な避難経路など）

(2) 防災まち歩きの方法および成果

防災まち歩きは、安全な避難行動の確認を目的に、以下の手順で「往路は避難、復路は点検」を行いました。

防災まち歩きの方法

【準備】 避難方法、点検箇所、点検ルート（避難路）、役割分担の決定など。

※水害時の避難：台風接近前の避難を想定。

【往路】 避難準備、避難の所要時間を計測。

※点検ルート：舟渡地域センターから志村坂上地区方面への途中（志村橋、蓮根橋）まで。

【復路】 避難路で気づいたこと（上記(1)の危険・資源）を撮影し、地図に記入。

【共有】 以上の内容を、ふせん紙を用いて整理し共有（右写真）。



写真 防災まち歩きの結果をまとめた地図(成果)

防災まち歩きの結果の一部を清書したものが次頁の図 19 です。

(3) 「水害アンケート」にもとづく「自助の避難課題」

個人や家族の立場から見た水害時の避難課題（自助の避難課題）を明らかにするため、ワークショップ参加者には「水害アンケート」に回答していただきました。

その結果、避難場所が遠くなることや避難先での不安などから、自宅にとどまりたいと考えている人が多いことがわかりました。しかし、舟渡地区は、荒川の氾濫時には、2階の天井以上までの浸水が想定され（浸水深5m以上）、その氾濫流で建物が流される危険もあります。また、浸水継続時間が2週間以上となっています。そのため、地区内にとどまることは大変危険で、地区外への避難が推奨されます。

- 1 舟渡地区は全域が危険、浸水被害の長期化
- 2 避難場所に行くだけが避難ではない。分散避難の検討
- 3 バスによる要支援者の搬送の必要性
- 4 早めの避難が重要

荒川氾濫時、舟渡地区内は危険で浸水継続時間も長いため、早めの地区外の避難が推奨されます。

図 18 アンケート結果からの水害からの避難の考え方

(4) 共助の避難課題

- ・ 舟渡地区は、全域が浸水域であり、高台エリアへの避難では、遠距離で避難路に急坂や階段などがあります。高齢者も多いことから、「早めの避難のルール」を検討する必要性が共有されました。
- ・ 自助による避難方法（避難のタイミングや避難先、避難手段、避難経路など）や防災まち歩き、避難訓練、避難支援などの方法を啓発することが共助の避難課題解決の第一歩と考えられます。

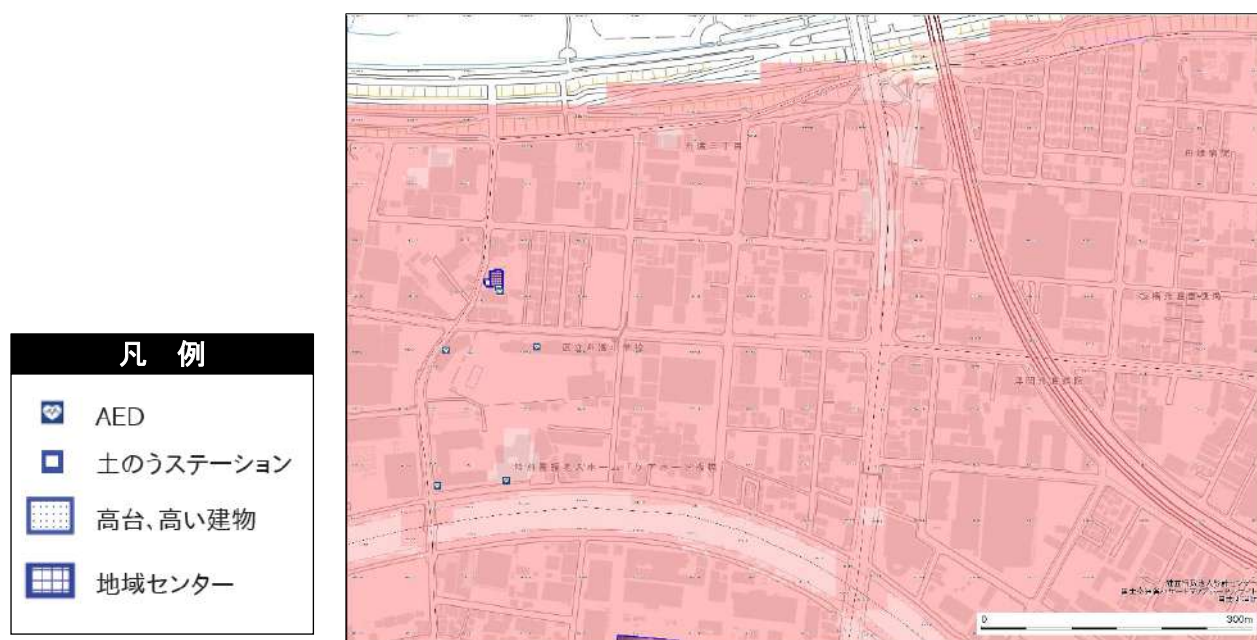


図 19 防災まち歩きの結果をデジタルマップに反映させたもの

第2段階：水害時の被害と対応をイメージする

水害は、地震と比較すると事前の予測ができるため、それを避難準備などに有効に活用することが大切です。そこで、水害時が迫ったときに起こりうる状況と対応をイメージする「被災・対応シナリオ」（コミュニティタイムライン）を検討しました。

□ 水害で予想される被害と基本的な対応とは？

住民の避難判断には、「3つのリスク（浸水・避難・生活）」が関係していることから、共助・公助による住民への避難支援策も、それぞれのリスクに応じた情報提供や避難確認をすることが有効と考えられます。たとえば、避難のタイミングや避難先、避難手段、避難経路などの情報を警戒レベルや住民属性等に応じて提供します。

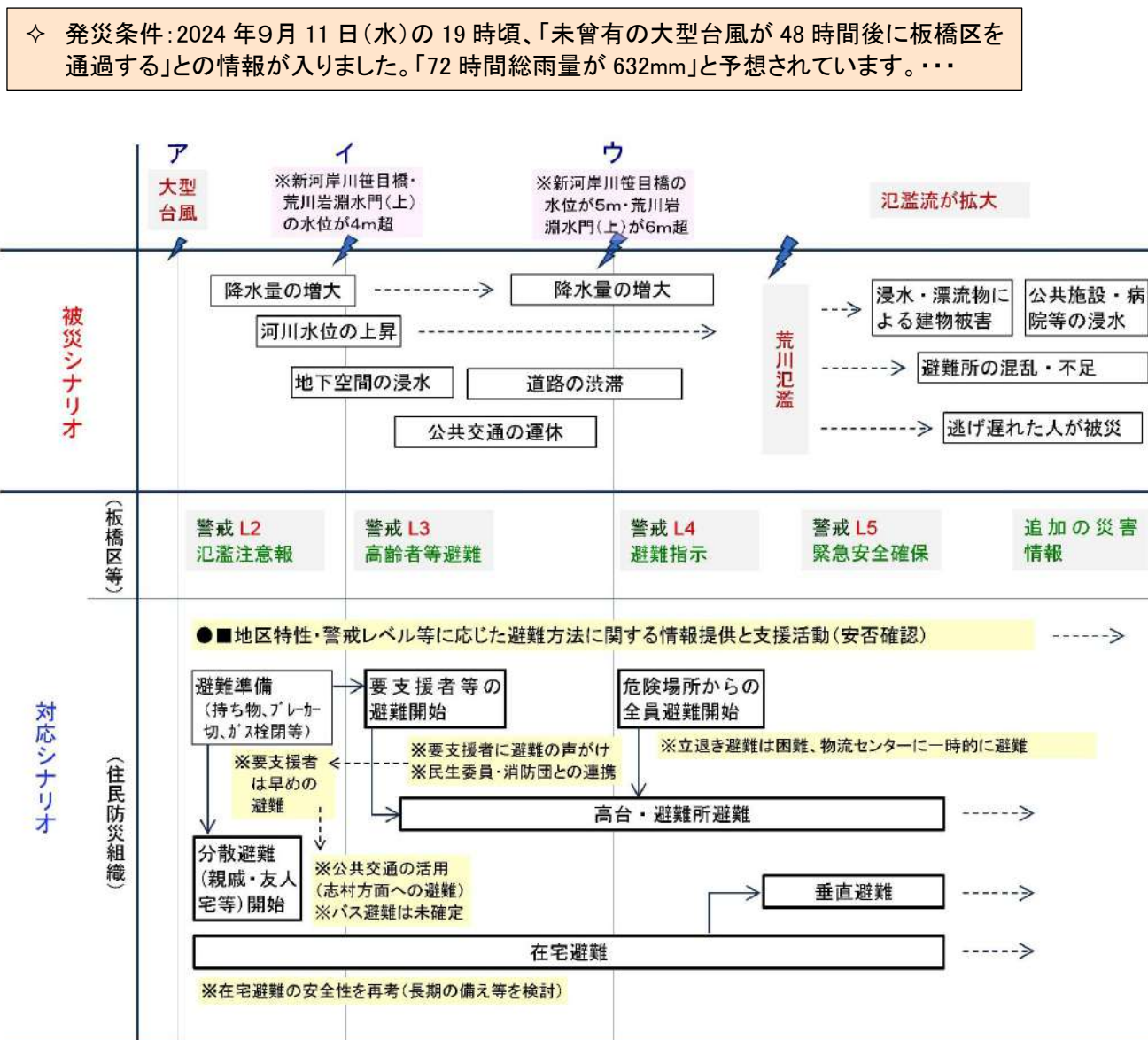


図 20 「被災・対応シナリオ」(水害編・舟渡版)

具体的には、図 20 のとおり、警戒レベル3では、要支援者・家族の避難開始のタイミングとされていますが、公共交通の運休や車の渋滞などを考慮すると（避難リスク）、より早めの準備が必要です。また、避難先が不安な家族は、分散避難（親戚・友人宅等）を予め検討し（生活リスク）、警戒レベル2などの早めの避難開始を推奨します。

また、警戒レベル4では、危険場所の全住民に避難の呼びかけなどを行い（浸水リスク）、日没前の避難完了を目指します（避難リスク）。なお、避難遅れを防ぐため、適宜、携帯等で避難確認を行います。

警戒レベル5に至っては、水平避難が間に合わない場合（避難リスク）、垂直避難など建物内のより安全な場所に避難します。

□ 今後の対応課題とは？

➤ 右枠の①～③を参照。

- ① 高台避難・分散避難の推奨（浸水深・浸水継続時間の周知）
- ② 要支援者への事前の周知と地域内関係者（消防団・民生委員・その他）との連携の強化
- ③ 日本中央バスの援助協力体制の確認、実行性の確保

【凡例】●戸建住宅、■集合住宅

時間→

町会・施設・事業所等の、地震対応上の取組事項として考えられることを、以下に書き出してみましょう

孤立者発生 要救助者発生 ➤

事前対策 ●■

- ・ 水害避難について住民への啓発、学校での防災教育
- ・ 水害避難の体制づくり（バス避難の体制も含む）
- ・ 要支援者名簿の活用方法など

第3段階：事前の対策を考える

□ 災害にどう備える？

(1) 「事前対策リスト」の考え方

第2段階で検討した水害対応の実効性を高めるために、災害対応の優先順位付けと必要資源の確保が必要になります。それらを人・モノ・情報・空間などの視点で事前に整理したものを「事前対策リスト」と呼びます（9ページで詳細を説明）。

(2) 検討結果

水害発生前から地域住民が安全に避難できるまで（在宅避難を含む）、時間軸に沿って優先的に取り組むべき活動を抽出したうえで、その活動を可能とする上で必要な人・モノ・情報・空間などを洗い出す作業を行いました。

1) 警戒レベル1・2の段階

- ① 「本部を設置し、情報収集・共有」をするための事前対策として、
 - 民生委員、町会の班ごとの理事・幹事、横のつながりを作っておく（人）。町内には、舟渡地区の水害危険の防災教育、水害避難訓練を実施しておく（人）。情報収集には、携帯電話、テレビ、ラジオを活用し、情報伝達方法（ピクトグラムの活用）や複数の避難方法を検討しておく（モノ）。被災者からの話を聞いたり、ハザードマップを見たりすることで水害への意識を高めておく（情報）また、警察、消防、民生委員、町会からの情報を得られるようにしておく（情報）。避難場所となりそうな場所（舟渡小等）を確認しておく（空間）。
- ② 「災害情報の分析、方針決定、情報提供」をするための事前対策として、
 - 公的機関からの情報（東京都防災アプリ、気象情報等）を分析し、方針決定する（情報）。開設している避難場所（確認後）（情報）や舟渡小学校西門（バス避難の集合場所）を伝達（空間）。
- ③ 「丁目ごとの避難場所の確定」をするための事前対策として、
 - 丁目ごとの避難場所の確定し、町会の防災担当者が周知（人）。消防団の広報車等を活用（モノ）。
- ④ 「避難の呼びかけ（分散避難、早期避難）」をするための事前対策として、
 - 町会の役員と民生委員間での要支援者の情報を事前に共有（人）。集合住宅の警備会社のツール（安否確認システム等）を活用（情報）。警戒レベル2で、鉄道を利用し高所へ避難（情報）。

2) 警戒レベル3（高齢者等避難）・警戒レベル4（全員避難）の段階

- ⑤ 「要支援者への情報提供」をするための事前対策として、
 - 日頃から水害への備えを一人暮らし世帯への啓発（人）。安否確認（スマートフォン等）方法を決めておく（情報）。

- ⑥ 「避難先ルート確定」をするための事前対策として、
- バスでのルートは慎重に選択する(情報)。避難場所の周知や新規確保(福祉避難所)(空間)。

事前対策リスト（水害）

町会・施設・事業所等で下表の□にチェックや項目の追記を行い、活用してください。

警戒 レベル 【1・2】 避難の 準備	優先的活動 手順	人	モノ	情報	空間
	情報収集・共有 (住民、要支援者)	☐ 民生委員、 町会の班ごとの理事・ 幹部、横の つながり ☐	☐ 携帯電話、 テレビ、ラ ジオ ☐	☐ 警察、消防、 民生委員、町 会の情報 ☐	☐ 舟渡小 ☐
警戒 レベル 【3】 避難の 準備	災害情報の分 析、方針決定、 情報提供	☐ ☐	☐ ☐	☐ 東京都防災 アプリ、避難 場所の伝達、 警報(水害用) ☐	☐ 舟渡小西門 (バス避難の 集合場所) ☐
	丁目ごとの避難 場所の確定	☐ 町会の防災 担当 ☐	☐ ☐	☐ 消防団の広 報車(サイレ ン) ☐	☐ ☐
	避難の呼びかけ (分散避難、早 期避難)	☐ 町会の役員 と民生委員 間での要支 援者の情報 共有 ☐	☐ ☐	☐ 警備会社の ツール(安否 確認システ ム等) ☐ (レベル2で) 鉄道を利用 し高所避難 ☐	☐ ☐
	要支援者への情 報提供	☐ 一人暮らし 世帯への啓 発 ☐	☐ ☐	☐ 安否確認(ス マートフォ ン等) ☐	☐ ☐
	避難先ルートの 確認	☐ ☐	☐ ☐	☐ バスのルー トは慎重に 選択 ☐	☐ 福祉避難所 ☐

第4段階：今後の取組

□ 優先課題とは？

住民防災組織として優先的に取り組むべき活動項目について、これまでのワークショップやアンケート調査結果などを踏まえて整理しました。

- ① 町会の方々に舟渡地区の水害危険や高台への避難・早期避難の大切さの普及啓発
- ② 要支援者への事前の周知と地域内関係者（消防団・民生委員・その他）との連携の強化
- ③ 早期避難が実現できるように、町会の体制強化、町内の施設、事業所等との相互協力の促進
- ④ バス避難を確実にできるように、町会とバス事業者との調整の実施
- ⑤ 上記を実現させるための情報共有・伝達の体制づくり など

□ 災害対応を実現させる体制づくりとは？

住民防災組織の体制と活動は時系列で役割が変化します（図21）。その変化に応じて、必要な人数や技能保有者を充当します。

水害の場合、警戒レベルに応じて役割が変化するため、それに応じた班体制をつくる必要があります。たとえば、台風発生後は、情報収集・伝達の比重が大きく、台風が近づいてくるにつれて、警戒レベルをみて、要支援者、あるいは危険な場所にいる全ての人を対象とする避難開始の情報を提供します。

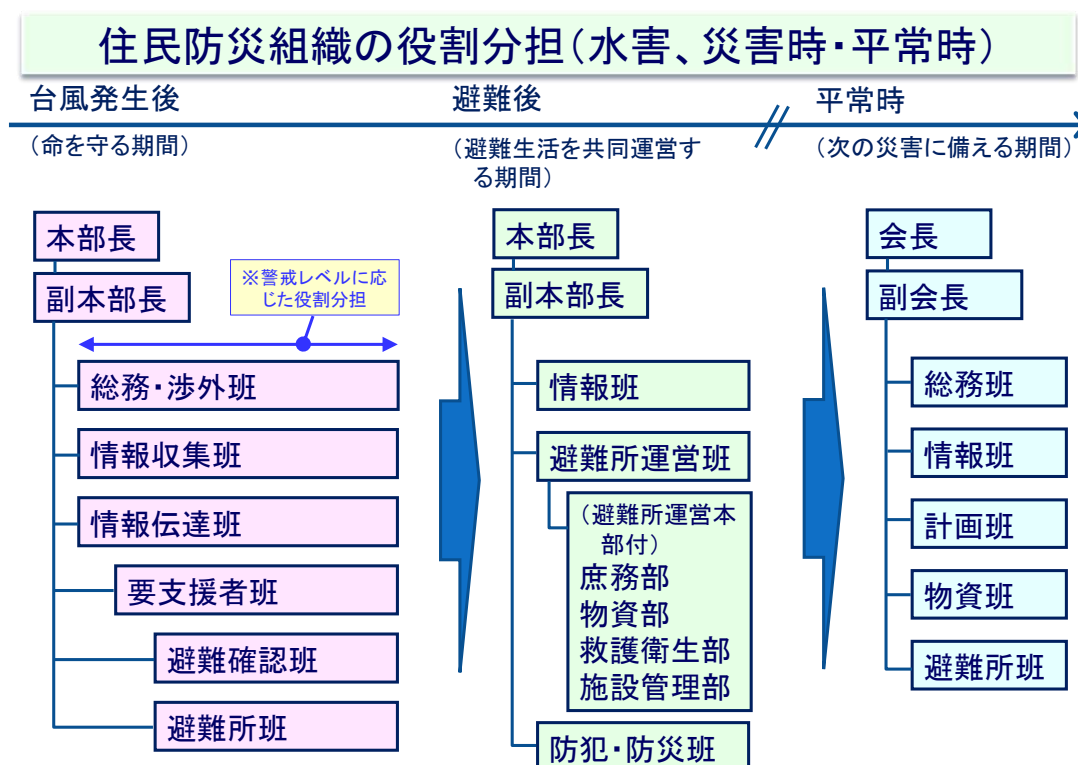


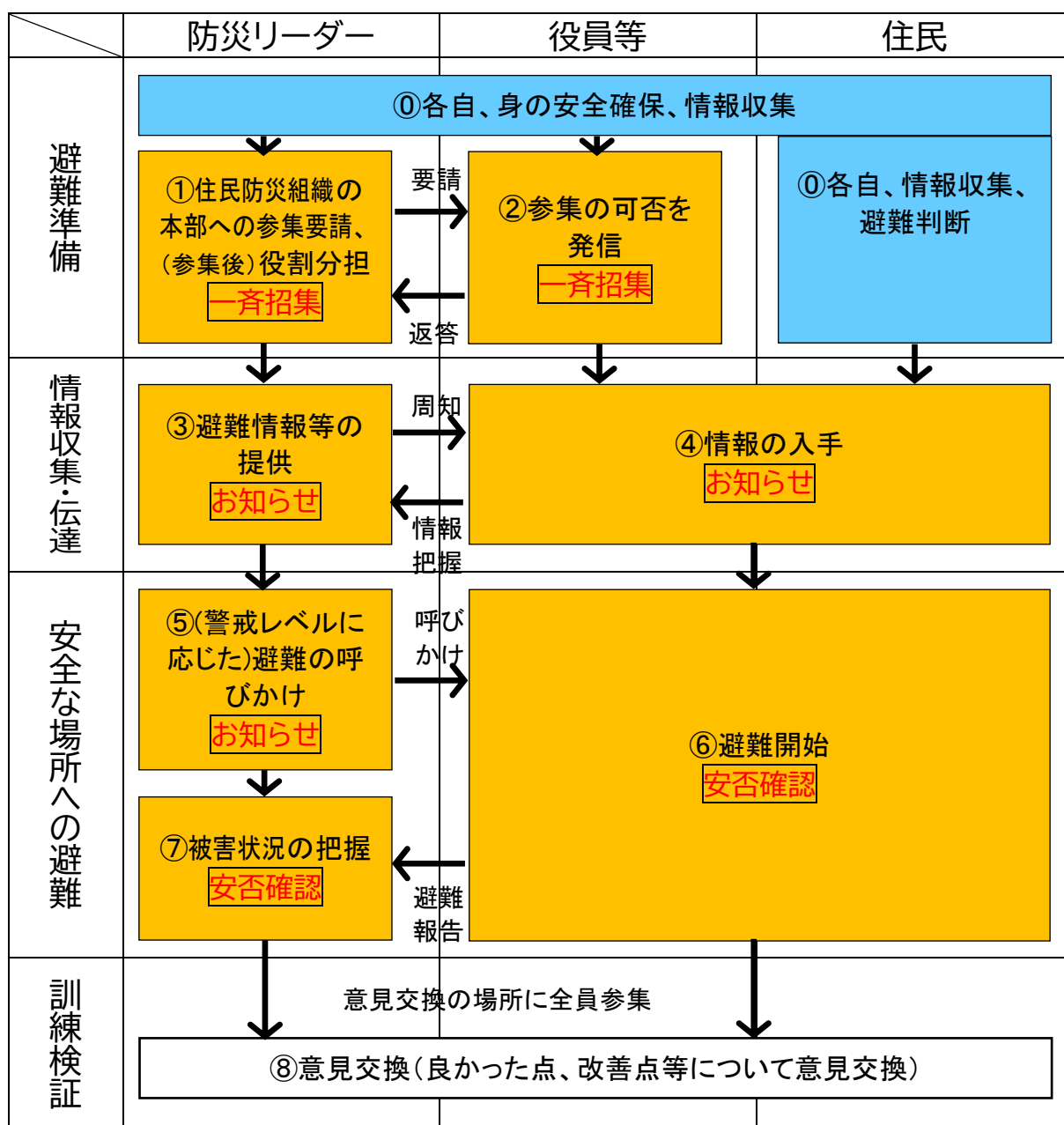
図 21 住民防災組織の組織変化（例）

□ 有効な防災訓練とは？

水害の場合、台風襲来までの猶予時間を活用し、気象や河川の状況変化を迅速かつ的確に収集し、早めの避難行動につながる情報提供が大切です。

舟渡地区は浸水・避難リスクが高いため、図 20 の流れを参考に、町会は水害避難訓練を基本テーマに、役員の参集から警戒レベル等の情報収集・伝達、それに合わせた避難の呼びかけなどの訓練シナリオが考えられます（図 22）。

また、参加者アンケートによる訓練の課題として「参加者が少ない」や「内容がマンネリ化」が多いことから、継続的に広報の積極化を図ると同時に、訓練内容の工夫を図る必要があるといえます（たとえば、スマホ・アプリを用いた情報訓練など）。



【凡例】

自助の対応

共助の対応

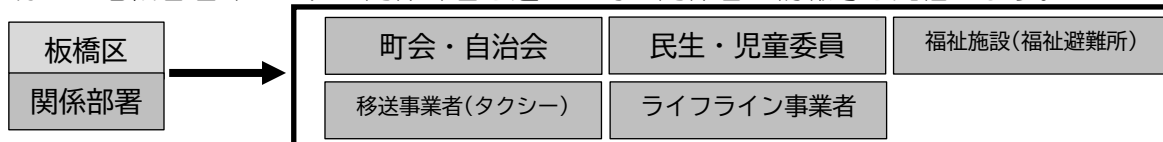
情報連携用スマホ・アプリ

図 22 情報連携用スマホ・アプリを用いた防災訓練のシナリオ

1 水害時の情報伝達

台風などの大きな被害が起こると予想される災害（風水害）が観測される場合、避難所等を開設します。

区が避難所を開設する際、区民へ周知する方法の一つが情報伝達です。避難所の開設判断を行う区危機管理部から、区関係部署を通じて町の関係者へ情報等を発信します。



2 緊急輸送道路

緊急輸送道路とは、阪神淡路大震災での教訓を踏まえ、地震直後から発生する緊急輸送を円滑に行うため、高速自動車国道、一般国道及びこれらを連絡する幹線道路と知事が指定する防災拠点と相互に連絡する道路をいい、第一次～第三次まで設定されています。

第一次	応急対策の中核を担う都本庁舎、立川地域防災センター、重要港湾、空港等を連絡する路線
第二次	一次路線と区市町村役場、主要な防災拠点（警察、消防、医療等の初動対応機関）を連絡する路線
第三次	その他の防災拠点（広域輸送拠点、備蓄倉庫等）を連絡する路線

東京都建設局 HP「東京都の緊急輸送道路」

https://www.kensetsu.metro.tokyo.lg.jp/road/saigai/kinkyu_yusou



3 緊急医療救護所

地震災害時には、多くの負傷者が発生することが予想されます。ケガをされた方々が一斉に病院に押し寄せてしまうと、適切に治療を行うことができません。

緊急医療救護所は、板橋区内の災害拠点病院（4か所）と災害拠点連携病院（9か所）付近に設置され、傷病者に対してトリアージ（治療の優先順位を決める）を行い、優先順位を決めてケガの程度に応じた応急処置を行います。

板橋区内に震度6弱以上の震災または医療救護活動を実施する必要が生じた場合に緊急医療救護所を設置します。災害時にケガをしたり、体調が悪くなった方は、お近くの緊急医療救護所に向かってください。

【板橋区緊急医療救護所 所在地一覧】

1	帝京大学医学部附属病院	加賀 2-11-1	8	板橋中央総合病院	小豆沢 2-12-7
2	日本大学医学部附属板橋病院	大谷口上町 30-1	9	金子病院	南常盤台 1-15-14
3	豊島病院	栄町 33-1	10	小林病院	成増 3-10-8
4	東京都健康長寿医療センター	栄町 35-2	11	高島平中央総合病院	高島平 1-73-1
5	愛誠病院	加賀 1-3-1	12	東武練馬中央病院	徳丸 3-19-1
6	小豆沢病院	小豆沢 1-6-8	13	常盤台外科病院	常盤台 2-25-20
7	板橋区医師会病院	高島平 3-12-6			

板橋区ホームページで検索

板橋区 緊急医療救護所 🔍 検索



4 参考事例

1) 地震の事例

＜兵庫県旧北淡町富島地区における阪神・淡路大震災(1995 年)での迅速な安否確認・救出活動と実践的な災害対応の経験について＞

1. 阪神・淡路大震災（1995 年）による富島地区の被害

兵庫県南部地震は、1995 年 1 月 17 日午前 5 時 46 分に、旧北淡町富島沖野島を震源に発生し、地震の規模はマグニチュード 7.2、最大震度 7 を記録した。

震源地に近い富島地区では、建物の全半壊比率 84% に上るなど、淡路島では最大規模の被害を受けたが、死者 25 名であり、倒壊建物に対する死者の割合（100 件当たり）が神戸市内の約半分程度と相対的に低かった（神戸市：6.9 人、旧北淡町：3.7 人）。

その理由の一つとして、地震直後からの消防団を中心とする迅速な安否確認、生き埋め者の救出、診療所への搬送があったといわれている。

2. 地区住民の災害対応

地震直後から、町内全体で 323 人の生き埋め者が救出され、震災当日の午後 4 時 52 分には行方不明者ゼロが確認された。

3. 迅速な緊急対応ができた要因（災害教訓）

- ①富島地区の消防団は古くから自治消防の伝統があり、水害、火災などで常に前面に立って対応してきた経験があった。
- ②より決定的なのは、消防団と住民等の連携による、震災 2 年前の災害対応の実体験であった。

1993 年 8 月豪雨の際、旧北淡町の当時の厚生課長と消防団長が相談し、「一人暮らし老人（300 人）」の情報をもとに、消防団員、民生委員、住民が協力して全ての要支援者の安否確認、避難所への避難誘導を行ったのである。

大震災では、団員自身が 2 年前の経験を思い出しながら、名簿なしで安否確認をし、地元住民や関係者の協力を得て、救出・搬送活動を行った。

- ③以上より、富島の教訓は、単に消防団やコミュニティの潜在力の評価だけではなく、災害前の実践的な災害対応の経験が災害の本番に活かしたということである。今後の被災地においても、実践的な防災訓練の積み重ねが有事に生きる可能性を示唆しているといえる。



写真 旧北淡町の消防団

（出典）北淡町災害復興対策室、阪神・淡路大震災北淡町

2) 水害の事例

＜愛媛県大洲市三善地区における西日本豪雨(2018 年)での迅速な避難対応と効果的な避難対策の取組について＞

1. 西日本豪雨（2018 年）による三善地区の被害

三善地区は、西日本豪雨によって、肱川がその仮堤防を越流し、指定緊急避難場所（三善小学校）や指定避難所（三善公民館）を含む、ほぼ全世帯が浸水した。

肱川流域の 48 時間総雨量は 340mm（100 年に一度の大雨）、肱川の水位は 8.11m で過去最高を記録し、上流の鹿野川ダムの放水量も 3,700 トンと既往最大を大幅に上回った。

その結果、大洲市では、浸水面積が約 1,400ha、住家・非住家の被害が 4,000 棟超、犠牲者が 4 人であったが、三善地区での人的被害はゼロであった。

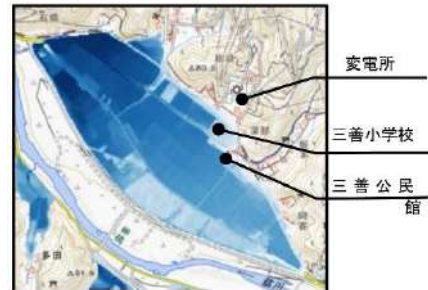


図 23 三善地区の浸水範囲と主な避難先

2. 地区住民組織の災害対応

- 7月7日7時半頃、市の異常洪水時防水操作に伴う避難指示が入ると、地区本部は公民館にある有線放送でも住民に周知した。
- 住民は、事前に記入した「災害・避難カード」¹の「気にかける人」（要支援者）を安否確認し、避難誘導を行った。
- 8時40分頃、鹿野川ダムの放水が開始された（安全量の6倍）。
- 9時頃には三善公民館の避難者は50人に達していた。
- 地区本部は、最大放流による三善地区の越流被害を予測し、再避難を決断した。
- 三善小学校はすでに浸水していたため、高台の四国電力変電所しかなかった。
- 公民館の避難者を変電所に避難させてもらおうと連絡をとった。
- 変電所の下承が得られ、公民館の63人を変電所に誘導した。

3. 安全な再避難ができた要因（災害教訓）

- ① 「災害・避難カード」や避難訓練、地区防災計画²などの事前対策が、水害からの地区住民の命を守った
- ② 「災害・避難カード」（各種避難関連情報）をもとに、雨量・水位・放流量・避難情報などの情報収集・分析力が、越流被害を予測し、迅速な避難開始につながった
- ③ 「災害・避難カード」（気にかける人）に基づく要支援者への声かけ・避難支援が円滑に行われた
- ④ 行政・企業との協力関係が迅速・安全な避難誘導につながった（市の避難指示、電力会社の避難者受入など）

¹ 「災害・避難カード」とは、2016 年度に内閣府が導入した事業で、「避難方法付きの浸水・土砂ハザードマップ」と「携帯用避難カード」がある。そこへの記載内容は、地区の危険箇所（浸水、土砂）、避難場所、避難ルート、気にかける人・避難の留意点、避難の合図などである。避難訓練の際には「携帯用避難カード」を全員が首にぶら下げて参加するという。

² 2015 年8月に「三善地区防災計画」を策定。記載内容は、地域特性、災害履歴、洪水ハザードマップ、組織別役割分担、要支援者対策、活動目標、資格者リストなど。

5 自助でできること

災害対応は自助の備えが基本的に重要です。「事前対策リスト（自助）」でご自身の備えを今一度してみましょう。

各家庭で用意しておくもの

☐ 現金 	☐ 通帳・印鑑・キャッシュカード 	☐ 運転免許証・健康保険証・マイナンバーカード 	☐ 非常食・飲料水 	☐ 割りばし・紙皿・紙コップ 	☐ ラップ・アルミホイル
☐ ヘルメット・ホイッスル 	☐ 万能ナイフ 	☐ 常備薬・お薬手帳 	☐ 体温計 	☐ ビニールシート・新聞紙 	☐ アルミブランケット
☐ 携帯電話・スマートフォン・充電器 	☐ 携帯ラジオ 	☐ ヘッドライト・乾電池 	☐ ライター・マッチ 	☐ 使い捨てカイロ 	☐ ビニール袋・ゴミ袋
☐ ウェットタオル・体拭き 	☐ マウスウォッシュ・ドライシャンプー 	☐ マスク・消毒液 	☐ ビニール手袋 	☐ ティッシュペーパー・トイレトペーパー 	☐ 生理用品
☐ メガネ・コンタクトレンズ 	☐ 防寒着・雨具 	☐ スリッパ 	☐ 軍手・革手袋 	☐ ハンカチ・タオル 	☐ 簡易トイレ
☐ カセットコンロ・ガスボンベ 	☐ クーラーボックス・保冷剤 	☐ ポリタンク 	☐ 鍋・水筒 	☐ 毛布・寝袋 	☐ 下着・靴下・着替え上下

高齢者のいる家庭が用意しておくもの

- | | |
|---|----------------------------------|
| ☐ 大人用おむつ・排便防臭袋・おしり拭き | ☐ 入れ歯・洗浄剤 |
| ☐ おかゆ等食べやすい非常食 | ☐ 補聴器 |
| | ☐ 老眼鏡 |
| | ☐ 携帯用杖 |
- 

乳幼児のいる家庭が用意しておくもの

- | | |
|---|----------------------------------|
| ☐ おむつ・排便防臭袋・おしり拭き | ☐ 抱っこひも |
| ☐ レトルト離乳食・おやつ | ☐ おもちゃ・絵本 |
| ☐ 使い捨て哺乳瓶・粉ミルク・液体ミルク | ☐ 母子手帳 |
- 

図 24 「事前対策リスト」(自助)

舟渡地区防災マニュアル《地震・水害編》〔令和7年3月策定〕

■ワークショップ参加者

【対象となる町会・自治会（住民防災組織）】

- 舟渡町会

【その他の組織】

- 地区内保育園、児童館関係者/・地区内小中学校関係者/
- 特別養護老人ホーム ケアポート板橋

■問い合わせ先

- 板橋区危機管理部 地域防災支援課 （電話） 03-3579-2152

刊行物番号
第R06-146号