

2022年度 玉川学園地域

総合防災訓練

(おうちで防災訓練)

防災の基本は、ご家庭での防災対策や備えを定期的に見直して対策を強化していく事です。その狙いもあって、コロナ禍での集合形式の総合防災訓練を見送り、総合防災訓練として自宅でおこなえる防災訓練「おうちで防災訓練」を実施いたします。今回、地域の防災力強化の観点から、町田第五小学校が計画している防災の取り組みに協力すると共に、その活動に合わせて「おうちで防災訓練」の実施時期を9月に設定しました。

今年の9月は防災月間

実施期間： 9月1日～9月30日

「東京防災」の228ページの「家族でやろう防災アクション」の一部をご家族で実践しましょう。詳細は裏面の「おうちで防災訓練の実施要領」をご覧ください。

お子さんからお年寄りまで、お一人の方から多世代のご家族まで、揃ってご参加ください。

- ◆ お子さんのいるご家庭では、子どもと家族を守るために、自分たちはどうしなければならないかを話し合いながら、
- ◆ お一人でお住いの方は、離れて暮らすご親族と災害への備えを話し合いながら、
- ◆ ご夫婦は、日頃できない防災のための会話を深めながら、
- ◆ 多世代のご家族は、親・子・孫が「我が家の防災」を中心に話し合いながら、それぞれのスタイルで、「おうちで防災訓練」にご参加ください。

「おうちで防災訓練」について：

ご自身やご家族の安全を守り、安心を得るために家族と共に行う実践的な訓練です。「東京防災」を使ってご自宅の安全点検と対策、在宅避難生活に必要な水・食糧、生活必需品の備蓄について実践します。この取り組みを毎年おこなう事で防災力が強化されていきます。

東京防災の入手方法：

- 「東京防災」はパソコン、タブレット、スマホからも閲覧できます。
- 「東京防災 閲覧」で検索して東京都防災ホームページの「東京防災(全ページ)」をクリックするとご覧いただけます。右のQRコードからもご覧いただけます。⇒
- 購入することもできます。下記のお店にお問い合わせください。



有隣堂 町田モディ店 〒194-0013 原町田6-2-6 町田モディ8F 電話 042-739-5231
東急ハンズ 町田店 〒194-0013 原町田6-4-1 町田東急ツインズ イースト6-7F 電話
042-728-2511

**共催：玉川学園第一地区～第八地区自主防災隊、玉川学園町内会、
玉川学園第一住宅自治会、玉川学園興人自治会、桜ヶ丘自治会**


今年の総合防災訓練についてご意見などございましたら下記のメールアドレスにお寄せください。
t-chounaikai194@bz03.plala.or.jp 尚、メール以外の対応はおこなっておりません。

「おうちで防災訓練」の実施要領

事前の準備：


- ▶ 「東京防災」を用意してください。自宅の間取りを書いたものを用意しておく役に立ちます。
- ▶ 訓練の進行役を決めます。（小学校高学年以上のお子さんがいれば、その子に）
- ▶ 進行役は、事前に本文のほか「東京防災」を一読しておいてください。

訓練の進め方：

- ▶ 用意するもの：**「東京防災」のQRコード**⇒
 - 「東京防災」、ノートやメモ帳、鉛筆・消しゴム
 - 話し合いが続きます。喉を潤す飲み物やお菓子などを用意しておきましょう。
- ▶ 家族の都合に合わせた日時で行ってください。訓練を数日に分けて行えます。
- ▶ 家族をテーブルの周りに集めて行ってください。
- ▶ 進行役は「東京防災」の該当ページを参加者に適時示しながら進めてください。
- ▶ 「東京防災」の場合、スマホやタブレットやPCでも見ることができます。
PCやタブレット(一部の機種)からテレビに表示して家族で見る事もできます。

訓練の手順：

1. 進行役が「おうちで防災訓練」の開始を宣言します。
2. **アクション1(目安60分)**：「東京防災」の229ページの「ロールプレイング」を実践しますが、今回は対象範囲を広げて「017から025ページ」、「038から046ページ」、「122から124ページ」について話し合い、決めたことを記録します。
 - ① 発災直後の行動：身を守る、安全確認(火の元、電気、ガス)、出口の確保
 - ② 自宅に潜む危機を知る
 - ③ 発災時のNG行動、避難の流れ、避難の判断、隣人の安否確認、在宅避難
 - ④ コミュニケーション、家族との連絡のとり方・連絡先
3. **アクション2(目安90分)**：「東京防災」の230ページの「防災のために必要なものを話し合おう」を実践します。
 - ① 東京防災の「086から093ページ」を読んで備蓄品について確認すると共に、不足品のリストを作成します。（リストを見て、備蓄を進めてください。）
重要：水・食糧・生活必需品などの備蓄量の目安として「東京防災」では、3日間程度としていますが、大震災への備えとしては、最低でも2週間程度の備蓄が必要とされています。水道、ガス、道路、物流などのライフラインの復旧を考慮すると1ヶ月程度がお勧めです。
 - ② 東京防災の「094から112ページ」を読んで、ご家庭内の安全点検を行います。対策が必要な箇所については、対策の内容や期限を決めて予定表を作成します。（予定表に沿って対策を行ってください。）

東京消防庁の家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブックのQRコード

高齢者や障がい者の方などを対象に無料で受けられる「住まいの防火防災診断」があります。診断のほか、家具の固定作業なども消防署員が行います。ご希望の方は町田消防署防災安全係（電話：042-794-0119）にご相談ください。

