

# 2022年度 東玉川学園・成瀬台地域 総合防災訓練 (2022年度 おうちで防災訓練)

本年度の東玉川学園・成瀬台地域防災訓練は、コロナ禍で2020・2021年度に引き続き集合形式の訓練を見送り、昨年度と同様に各ご家庭内で「おうちで防災訓練」を行い、大震災に対する備えをより一層進めていただきます。

さらに、今年度は地域全体の防災力強化の観点から、小学校・中学校と協力して、夏休み期間中に児童・生徒の防災意識を高める活動を行います。その活動に合わせて、「おうちで防災訓練」の実施時期を8月に設定しました。

児童・生徒がいるご家庭は、夏休み中に家族で取り組んでください。

7月発行の「ひなん施設だより」第3号などを参考に、自宅で避難生活ができるように、「必要な備え」などに着目して、「おうちで防災訓練」に挑戦してください。

## 今年の8月は防災月間

実施期間：8月1日～8月31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、ご家族で実践します。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。

### 「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、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
- 上記方法で「東京防災」を入手できない時は町内会・自治会・自主防災組織にお申し出ください。



### 「おうちで防災訓練」について：

東京都が各戸に配付した黄色い冊子「東京防災」を使って、大震災に備えるための訓練をご家庭で実施していただきます。ご自身やご家族の安全・安心を守るための実践的な訓練です。

主催：成瀬台小・中学校避難施設運営会議

# 「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。
- ▶ 訓練の進行役を決めます。（小・中学生がいるご家庭では、小・中学生に）
- ▶ 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」、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。
- ▶ ご家族の予定に合わせた日時で実施してください。数日に分けてもかまいません。
- ▶ 家族をテーブルの周りに集めてください。
- ▶ 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」は、スマホやタブレットやPCでも見ることができます。また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。「東京防災」の228ページ「家族でやろう防災アクション」を開いてください。
2. アクション1： 229ページの「ロールプレイング」の項を参考に今回は対象範囲を「017から025ページ」と「038から046ページ」、「122から124ページ」に広げ話し合います(目安30分)
  - ① 地震発生、身を守る行動、安全確認（火の元、電気、ガス）、家族や隣人の安否確認
  - ② 自宅に潜む危機を知る
  - ③ 避難場所、避難経路、集合場所、家族との連絡のとり方・連絡先
3. アクション2： 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(目安60分)
  - 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しましょう。不足品のリストを作成し、後日、備蓄を進めてください。
  - 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。対策が必要な個所については、対策の内容や期限を決めて予定表を作成します。後日、対策を行ってください。

参考：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）までご相談ください。

ご参加をお願いいたします