

災害時活動マニュアル 作成の手引き

（自治会・自主防災組織向け）

近所の力！心を一つに!!

初めの一步、自主防災組織を作りましょう。

令和7年8月

八千代市

目 次

第1	はじめに	1
第2	自治会等の役割	1
第3	災害時活動マニュアル	2
1.	情報の収集・伝達(情報班)	2
2.	救出活動(救出班)	5
3.	応急救護活動(救護班)	8
4.	消火活動(消火班)	11
5.	避難誘導活動(避難誘導班)	13
6.	災害時要配慮者の支援	16
7.	避難所の開設協力	18
資料1	避難場所一覧	20
資料2	地区連絡所一覧	21
資料3	自主防災活動チェックリスト	
■	自宅を出るときのチェックリスト	22
■	情報収集・伝達活動のチェックリスト	22
■	救出活動のチェックリスト	22
■	応急救護活動のチェックリスト	22
■	消火活動のチェックリスト	23
■	避難誘導活動のチェックリスト	23
■	災害時要配慮者の支援のチェックリスト	23
■	避難所の開設協力のチェックリスト	23
資料4	非常持ち出し品チェックリスト	24
様式1	地区被害状況対応表	26
様式2	避難者カード	27

第1 はじめに

大規模な災害時には、八千代市でも建物の倒壊、崖崩れ、火災等が同時にあちこちで発生する事が予想されます。そのような状況下では、消防や警察等行政の力だけでは対応することが難しいため、地域のみなさんの力が必要となります。

阪神・淡路大震災では、警察・消防・自衛隊等の防災関係機関による生き埋め者の救出者数が約8千人だったのに対し、隣近所での救出者数が約2万7千人（防災関係機関による救出の3倍以上）だったといわれています。

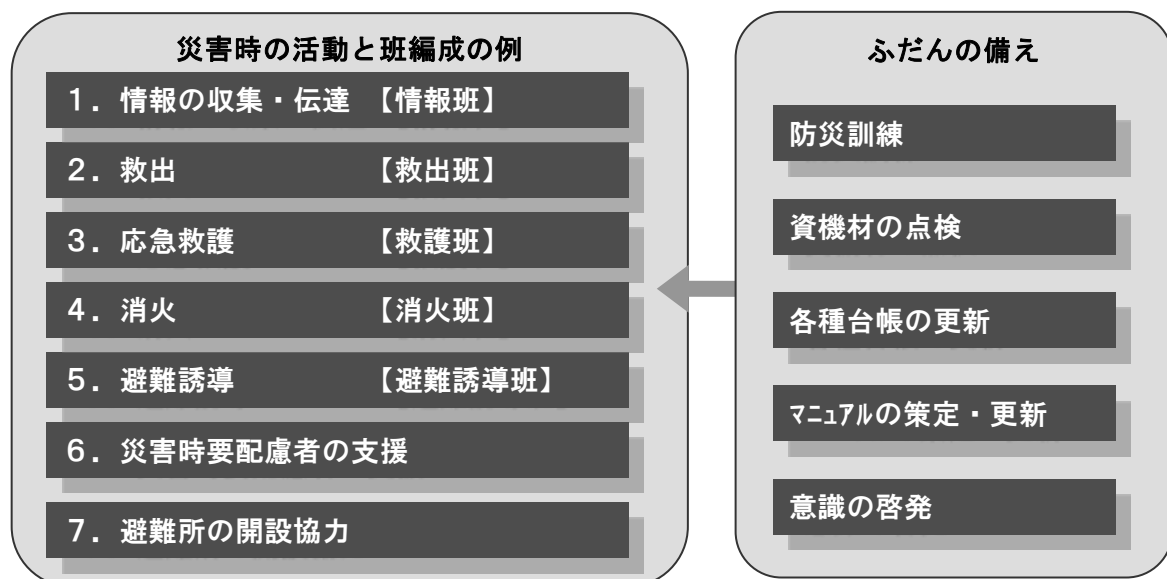
自治会（区・町会・マンション管理組合等を含む）や自主防災組織（以下「自治会等」といいます。）は、地域に根ざした組織であり、隣近所の協力による防災活動をより効果的に行う組織として期待されています。

この「災害時活動マニュアル作成の手引き」は、災害発生初動期の自主防災活動を中心に、どのように活動すればよいのかを簡潔にまとめたものです。今後、地域の皆さんで話し合い、地域の実情にあった独自のマニュアルを作成する際の参考にいただければと思います。

また、作成したマニュアルに日頃から目を通し、いつ発生してもおかしくない大規模な災害に対して、地域の被害を最小限にできるように備えましょう。

第2 自治会等の役割

「自分たちの地域は、地域みんなで守る」という理念のもと、大規模な災害が発生した際、自治会等には、次のような活動が期待されています。災害時に円滑に活動できるように、担当別の班編成の検討や訓練等を行っておきましょう。
※自主防災組織の結成については随時ご相談ください。（窓口 危機管理課）



▲災害時の活動項目

第3 災害時活動マニュアル

1. 情報の収集・伝達 【情報班】

大規模な災害によって、地区内に被害がないか確認します。

① 地区内の被害状況の確認



② 住民への情報伝達

▲情報の収集・伝達活動のながれ

① 被害状況の把握、市への速報

参集者から寄せられる情報を取りまとめ、地区内の被害状況を把握します。

とりまとめた被害状況は、市（災害対策本部）へ速やかに伝えます。

市連絡先 ●TEL……047-483-1151(代表)
●FAX……047-483-1094(危機管理課内)

とりまとめ様式は、様式1「地区被害状況対応表」を活用します。

被害がないときも「被害なし」と伝えます。

➤ 電話がつながらないときは次のような方法で連絡します。

☆ 無線機を設置している最寄りの施設（支所・連絡所、小・中学校、義務教育学校、保育園、公民館）に伝令を派遣し、施設の職員に伝達を依頼する。

⇒最寄りの施設は、_____

② 市からの情報の確認

市や消防署からの情報に注意します。

➤ 市から情報が発表されていないか、放送等に注意します。

✧ 広報車、防災行政用無線（設置箇所は、_____）の放送

✧ 地区連絡所での掲示（最寄りの地区連絡所は、_____）

✧ テレビ（CATV）、ラジオ

⇒市は、災害の規模に応じてJ:COM YY 船橋習志野（八千代エリア）、NHK千葉放送局、千葉テレビ放送、ベイエフエム、ニッポン放送、ふくろうFM等に災害情報の放送を依頼します。

✧ 自動電話応答

⇒防災行政用無線から放送した内容は、電話で確認することができます。（放送後24時間記録されています。）

✧ 市公式ホームページ

✧ 市公式X・LINE

✧ やちよ情報メール（事前に登録が必要です。）

✧ 緊急速報メール（各携帯電話によって設定の方法が違います。
詳しくは各携帯電話会社にご確認ください。）

✧ Yahoo! 防災速報アプリ（事前にアプリのインストールが必要です）

●自動電話応答

専用電話番号・・・0120-970-911

●八千代市公式ホームページ

HP アドレス・・・<https://www.city.yachiyo.chiba.jp/>

●八千代市公式x

アドレス・・・https://x.com/yachiyo_shi

●やちよ情報メール

防災情報を登録されたパソコンや携帯電話にメールで配信します。登録は下記の登録用アドレスに空メールを送信してください。案内メールが届きますので案内に従い手続きを行ってください。

「bousai.yachiyo-city@raidens3.ktaiwork.jp」

QRコード(R5)



③ 情報の整理、報告

情報の整理、報告を継続的に行います。

- 自治会等が確認した被害情報、対応状況等を定期的に整理して、必要に応じて、市に報告します。

とりまとめ様式は、様式1「地区被害状況対応表」を活用します。

④ 地区内の被害状況の確認

地区内の被害状況を確認します。

火災や要救助者を確認したときは、速やかに消防署に通報します。

災害が迫っている場合は、周辺の住民に避難を呼びかけます。

- ✧ 崖崩れ、堤防の決壊のおそれ（斜面、擁壁、堤防に被害がないか）
- ✧ 火災の延焼、ガス漏れ
- ✧ 家屋、電柱等の倒壊のおそれ
- ✧ その他（_____）

⑤ 住民への情報伝達

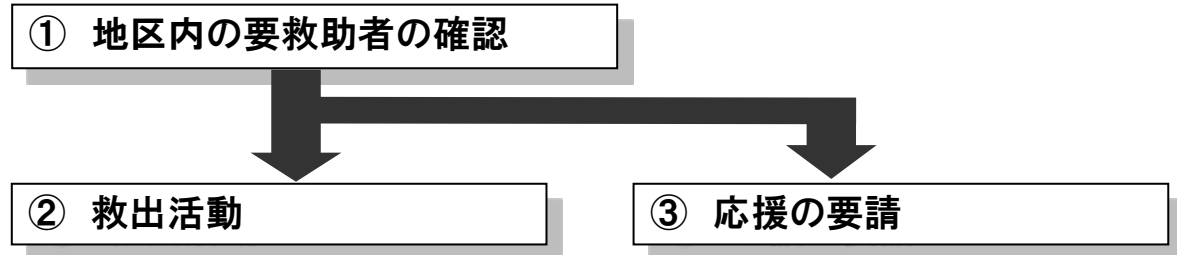
市からの広報等を、地区内の住民へ確実に伝えます。

- 防災行政用無線や広報車の放送が聞き取りにくい場所に住む住民等を考慮して、次のような手段で、情報を確実に伝達します。

- ✧ 連絡網を使う（保管場所は、_____）
- ✧ 戸別に訪問する。
- ✧ その他（_____）

2. 救出活動 【救出班】

大きな地震等では、建物の倒壊、崖崩れ、火災等が同時にあちこちで発生したり電話が通じない等の事態が予想され、消防機関等が対応できない場合もあります。そんな時は、自治会等が近隣住民と協力して、救出にあたります。



▲救出活動のながれ

① 地区内の要救助者の確認

地区内に、要救助者がいないかを確認します。

➤ 要救助者がいないか、地区の巡回等で確認します。

- ◇ 建物等の倒壊箇所
- ◇ 土砂崩れの現場
- ◇ 転落した車両
- ◇ その他（_____）



➤ 巡回中に要救助者を発見したら、通報、呼びかけをします。

- ◇ 消防署に通報する。
- ◇ 大声で近所の人々に協力を呼びかける。

② 救出活動

救出班を編成して、救出現場に派遣します。

➤ 現場ごとに、救出要員、救出資機材を割り当てて、救出作業にあたります。

救出にあたっては、二次災害に十分注意して行います。

次表の救出用資機材リストに管理状況を記入しておきます。

救出用資機材リスト

資機材	数 量	保管場所	状態等
懐中電灯			
メガホン (拡声器)			
バール			
のこぎり			
ハンマー			
スコップ			
発電機			
投光機			

※この表は参考として、救出に必要と思われる主な資機材を記入しています。

必要に応じて自治会等で持っている資機材を追記してください。

③ 応援の要請

救出要員、救出資機材が足りないときは、応援を要請します。

- 近隣の自主防災組織、最寄りの建設会社、ガソリンスタンド等に、応援を要請します。

最寄りの建設会社、ガソリンスタンド等を把握して、救出要員や資機材提供等の協力を得られる体制を確保しておきましょう。

最寄りの協力者等リスト（救出関係）

事業者名	連絡担当	協力内容	備考
(例)〇〇石油ＳＳ	八千代太郎	ジャッキ、バール等の提供	

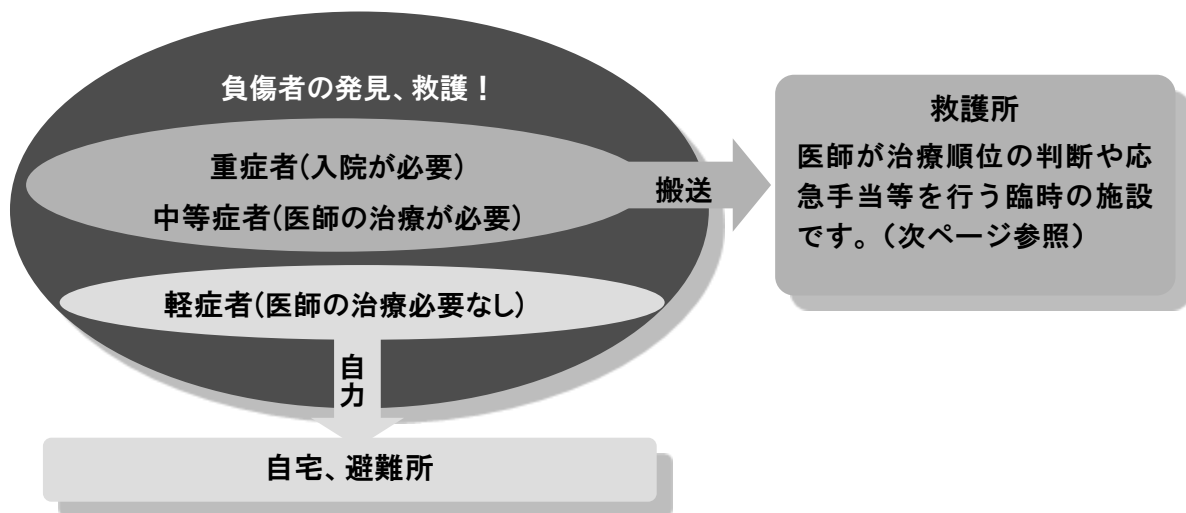
④ 日頃の備え

災害時に円滑に活動できるように、日頃から以下の準備をしておきましょう。

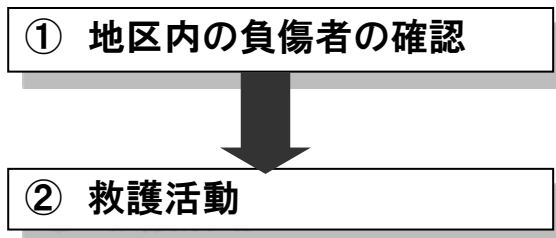
- 危険箇所(老朽化住宅・急傾斜地)の把握
- 個人での資機材の備え（ヘルメット、軍手、防塵マスク、懐中電灯など）
- 防災資機材等の点検・整備（地域で持っているもの、保管場所、点検状況等を②の表に記入しておく。）
- 応援要請できる事業者等の把握（③の表に記入しておく。）

3. 応急救護活動 【救護班】

多数の負傷者が発生した場合、消防署には 119 番通報が殺到し、病院は負傷者であふれ、救急搬送や医師の治療がすぐに受けられない事も予想されます。このため、負傷者を発見した場合は、まず応急手当を行い、重症者や中等症者を救護所に搬送します。



▲ 負傷者の発見、救護、搬送のながれ



▲ 応急救護活動のながれ

① 地区内の負傷者の確認

地区内に、負傷者がいないか確認します。

- 負傷者がいないか、地区の巡回情報等で確認します。
- 巡回中に重症者、中等症者を発見したら、通報、呼びかけをします。
 - ◇ 消防署に通報する。
 - ◇ 大声で近所の人々に協力を呼びかける。

② 救護活動

救護班を編成して、救出現場や負傷者がいる現場に派遣します。

救護要員、救護資機材を割り当てて、応急救護にあたります。

次表の応急救護用資機材リストに、管理状況等を記入しておきます。

応急救護用資機材リスト

資機材	数 量	保管場所	状態等
救急箱			
担 架			

重症者や中等症者を、近くの救護所に搬送します。

☆ 救護所は、被害状況をふまえて、市が次の施設から選定して設置します。

1 次救護所	2 次救護所
①東京女子医科大学附属八千代医療センター ②島田台総合病院 ③セントマーガレット病院 ④勝田台病院 ⑤新八千代病院 ⑥八千代台東小学校 ⑦西高津小学校	①保健センター ②小学校・中学校（避難所） ③その他の避難場所 ④公民館 ⑤災害現場 ⑥その他

☆ 最寄りの救護所は、_____

☆ 倒壊した建物などに長時間挟まれていた方は、「クラッシュシンドローム」を発症する危険性があるので、外傷がなくても救護所に搬送します。

「クラッシュシンドローム」は、「挫滅症候群」とも言います。

がれき等に挟まれて挫滅した筋肉から毒性物質が発生し、救出による圧迫開放後に毒性物質が血流に乗って全身に運ばれてしまうため、臓器に致命的な損害を及ぼして死亡等に至るものです。

●クラッシュシンドロームの兆候には、以下の様なものがあります。

- ☐ がれきや重量物に 2 時間以上挟まれている（筋肉壊死の時間的目安）
- ☐ 挫滅部位がパンパンに腫れたり、点状に出血している
- ☐ 茶褐色（ワインレッド色）に変色した尿が出る（ミオグロビン尿）
- ☐ 挟まれた部分の感覚がない（知覚麻痺）
- ☐ 挟まれた部分が動かない（運動麻痺）

●クラッシュシンドロームの応急処置には、以下の様なものがあります。

- ☐ 可能ならがれきに挟まれているうちから応急処置を始める
- ☐ 飲める範囲で大量(1 リットル以上)の水を飲ませる（経口補水）
- ☐ 挫滅部位から心臓側へ止血帯法を行う（駆血処置）
- ☐ 直ちに血液透析が可能な病院へ搬送

③ 日頃の備え

災害時に円滑に活動できるように、日頃から以下の準備をしておきましょう。

- 応急救護ができる住民の把握（地区内にいる医師、看護師、薬剤師、救命講習受講者等）及び育成（救命講習の受講の呼びかけ等）
※救命講習は八千代市消防本部で定期的に行っています。
- 応急救護資機材等の点検・整備（自治会等で持っているもの、保管場所、点検状況等を②の表に記入しておく。）
- 地区内の医療機関、AED 設置箇所等の確認

4. 消火活動 【消火班】

大きな地震等で、市内の各地で出火した場合には、119 番通報が殺到し、限られた数の消防車では、すべての火災現場に対応できない事も予想されます。このため、自治会等が近隣住民と協力して、消火活動にあたります。



▲消火活動のながれ

① 地区内の火災の確認

地区内に、火災が発生していないか確認します。

- 火災が発生していないか、地区の巡回情報等で確認します。
 - ✧ 火の始末等、出火防止を呼びかけます。
- 巡回中に火災を発見したら、通報、呼びかけをします。
 - ✧ 消防署に通報する。
 - ✧ 大声で近所の人々に初期消火の協力を呼びかける。
 - ✧ 火災の拡大も視野にいれ、避難に時間のかかる要配慮者の避難を呼びかける。

② 消火活動

火災現場の消火活動を開始します。

消火活動の原則：消火することよりも延焼の拡大を防止することを目的とし、無理をせず身の安全を確保できる範囲で対処します。

- ✧ 火の回り、風の向き（風下への延焼に注意）、周囲の危険物（引火による爆発等に注意）等を確認する。

✧ 炎が人の身長を超えるような場合、消火は困難なので避難行動に移る。

消防署員や消防団員が到着したら、その指示に従う。

✧ 次表の消火用資機材リストに、管理状況等を記入しておきます。

消火用資機材リスト

資機材	数 量	保管場所	状態等
消火器			
バケツ			
ロープ			

③ 日頃の備え

火災を防止するとともに、災害時に円滑に消火できるように、日頃から以下の準備をしておきましょう。

住宅用火災警報器の設置

各家庭での消火器具（消火器、バケツ等）の備え

燃えやすいものを家の周囲に置かない

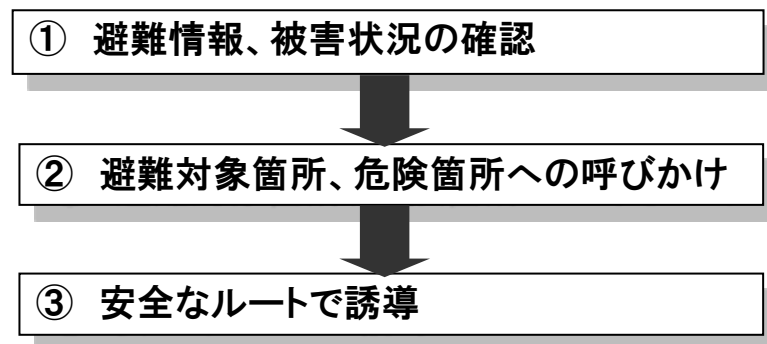
地区内の消火器等の設置箇所の確認

消火訓練・知識習得（消火の可否、活動手順、消火器の使い方等）

火災延焼時の避難路・避難場所の確認（風向き等を考慮）

5. 避難誘導活動 【避難誘導班】

高齢者等避難（警戒レベル3）や避難指示（警戒レベル4）が発令された場合や、現に災害が迫っている場合には、対象地区の住民等が円滑に避難できるように誘導します。



▲避難誘導活動のながれ

① 避難情報、被害状況の確認

地区内に、避難を要する事態がないか確認します。

- 被害状況を地区の巡回等で確認します。
 - ◇ 崖崩れ、堤防の決壊のおそれ（斜面、擁壁、堤防に被害がないか）
 - ◇ 火災の延焼、ガス漏れ
 - ◇ その他（_____）
- 高齢者等避難、避難指示等が出されたときは、速やかに避難誘導を開始します。
- 高齢者等避難、避難指示等は次のような場合に、市が発令し、防災行政用無線、広報車、やちよ情報メール等で伝達されます。

		発令時の状況	住民に求める行動
警戒レベル3	高齢者等避難	(1) 要配慮者等、特に避難行動に時間を要する者が避難行動を開始しなければならない段階であり、人的被害の発生する可能性が高まった状況	(1) 要配慮者等、特に避難行動に時間を要する者は、計画された避難場所への避難行動を開始（避難支援者は支援行動を開始） (2) 上記以外の者は、家族等との連絡、非常用持出品の用意等、避難準備を開始
警戒レベル4	避難指示	(1) 通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況	(1) 通常の避難行動ができる者は、計画された避難場所等への避難行動を開始
警戒レベル5	緊急安全確保	(1) 前兆現象の発生や現在の切迫した状況から、災害が発生する危険性が非常に高い又は既に発生していると判断された状況 (2) 避難をしていない住民が身の安全を確保するために立退き避難をすることが返って危険であると考えられる状況	(1) 避難指示等の発令後で避難中の住民は、確実な避難行動を直ちに完了 (2) 未だ避難していない対象住民は、直ちに安全を確保する行動を取る（高所への避難、近隣の堅固な建物への避難等）

② 避難対象箇所、危険箇所への呼びかけ

地区内に高齢者等避難、避難指示等が出されている場合、災害が迫っている場合は、危険箇所の住民を避難させます。

- 近所の公園等に一時集合し、その後、集団で市の指定避難場所（20 ページ参照）へ移動します。

◇ 地区内の一時集合場所は、_____

◇ 地区内の避難場所は、_____

※避難場所について、災害の規模等により使用できない事も予想されます。避難場所は複数考慮しておきましょう。

- 避難対象箇所の住民等に、次のような手段で避難を呼びかけます。

◇ メガホン（拡声器）を使う（保管場所は、_____）

◇ 連絡網を使う（保管場所は、_____）

◇ その他（_____）

③ 安全なルートで誘導

指定の避難場所へは、建物の倒壊、落下物、斜面の崩壊等の危険を避けて移動します。

- 避難場所へのルートで、建物の倒壊、落下物、斜面の崩壊等がありそうな危険箇所を事前に確認して、地図に記入しておきましょう。

✧ 沿道の古い建物・ブロック塀、ビルの看板等

✧ 崖のそば、川べり

- 避難場所に着いたら、人数が揃っているか確認します。



④ 日頃の備え

万が一の時にすばやく避難できるように、日頃から非常持ち出し品の準備をしておきましょう。（24 ページ参照）

また、非常持ち出し品とあわせて、家庭内での食料や水の備蓄をしておきましょう。

災害発生後、すぐに支援物資は届きません。3日間は生活ができるように、食料・水の備蓄に努めましょう。飲み水は1人1日3リットルが目安です。

食料は、調理しなくても食べられるものを3日以上保存しておきましょう。レトルト食品（おかゆ、雑炊、カレーなど）、インスタントラーメン、乾麺、缶詰、瓶詰め食品等、防災用のものでなくても十分です。

普段から飲食している物を多めに買っておきましょう。古い物から消費して、買い足しておき、常に「新しい在庫」を持っておく事が大切です。

6. 災害時要配慮者の支援

自力での避難等が困難な災害時要配慮者（高齢者・障害者・妊産婦等を言います。）の安否を確認し、避難等を支援します。

① 災害時要配慮者の安否確認

② 災害時要配慮者の避難支援

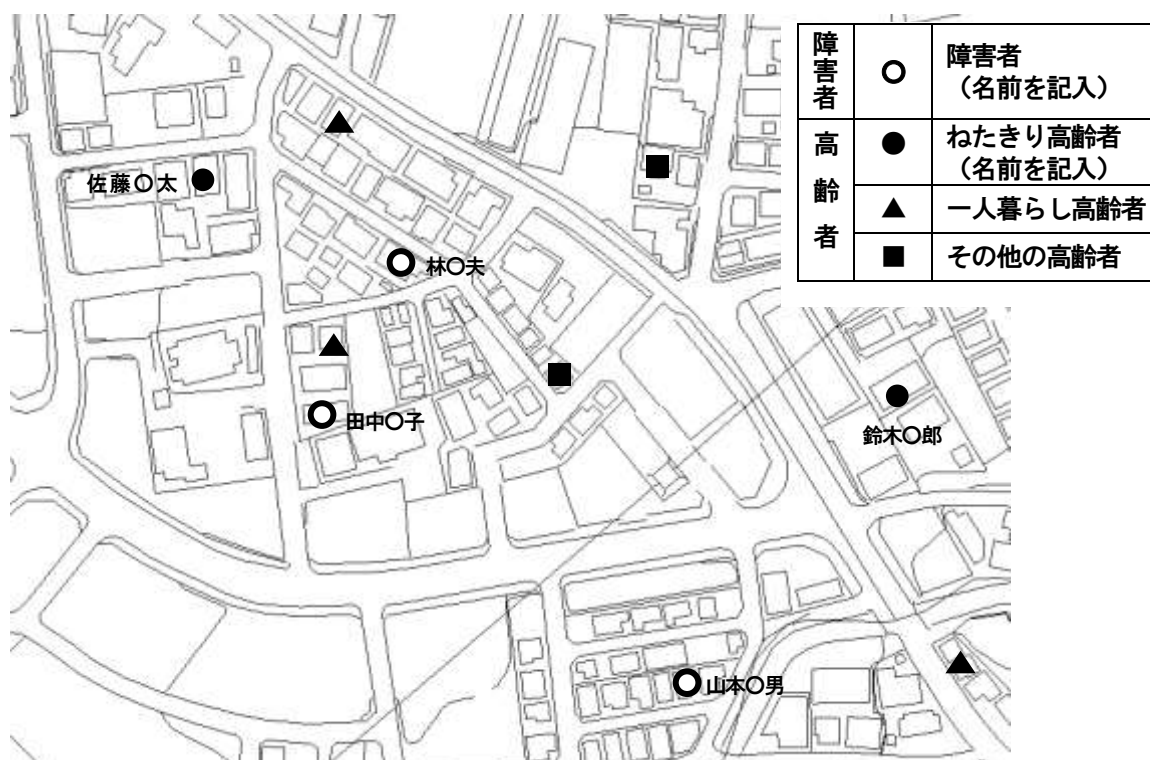
▲災害時要配慮者の支援のながれ

① 災害時要配慮者の安否確認

地区内で、避難の介助等が必要な災害時要配慮者の安否を確認します。

- 地区の巡回、市や民生委員等との協力により、状況を確認します。

◆地域みまもりマップ作成のすすめ◆



平成 19 年 3 月に発生した能登半島地震では、高齢者（65 歳以上）の割合が 47%を超える輪島市の旧門前町で、29 人が負傷（うち 22 人が重症）、住宅の全・半壊が約 1,000 棟など、大きな被害が生じました。しかし、地域で「地域みまもりマップ」を予め作成していたことから、災害時要配慮者の避難支援を迅速に行うことができました。

② 災害時要配慮者の避難支援

地区内に高齢者等避難又は避難指示が出されている場合は、危険箇所内に居住する災害時要配慮者を避難させます。

- 自力移動が困難な高齢者や障害者で、家族等が支援できない場合は、担架等で搬送します。

◆「八千代市災害時要配慮者避難支援基本計画」における自治会の役割◆

八千代市では、「八千代市災害時要配慮者避難支援基本計画」を策定し、災害時に迅速かつ円滑に災害時要配慮者の避難誘導や避難生活を支援できるように、備えています。

その中で、自治会は地域における災害時要配慮者の支援を強化する役割を期待されています。

- 平常時より災害時要配慮者の情報を収集、把握
- 自主防災組織等と連携した防災意識の啓発
- 自力で避難できない方の避難誘導及び支援

地区内の避難行動要支援者について「八千代市災害時要配慮者避難支援基本計画」に基づく個別避難計画の作成にご協力ください。

7. 避難所の開設協力

避難所は、原則市や施設の職員が開設しますが、大規模災害が発生すると、対処すべき問題が山積し、職員だけでは円滑な対応が困難となります。

また、災害発生直後は、特に混乱が予想されます。

このため、自治会等が協力して、避難者の受け入れを円滑に行い、秩序ある避難所運営を確立することが重要です。

① 避難所開設、避難者受け入れの協力



② 避難所運営の協力

▲避難所の開設協力のながれ

① 避難所開設、避難者受け入れの協力

市職員、施設管理職員又は避難所運営委員会の指示のもと、高齢者や障害者等を優先して、避難所に誘導します。

※避難所運営委員会とは、市職員、施設管理者、自治会、自主防災組織、その他関係団体等から選出された委員で構成する組織です。

- 職員等に避難者の受け入れスペース等を確認する。
 - ◇ 高齢者、障害者、傷病者等の収容スペース（一階で畳のある部屋等）
 - ◇ 一般の方の収容スペース（体育館等）
 - ◇ 立ち入り禁止区域（職員室等）
- 避難者を施設内に誘導する。
 - ◇ 自治会、家族単位でまとまってもらう。
 - ◇ 避難者カード（防災倉庫に配備）を配布して、記入を依頼する。また、回収して職員等に提出する。

※避難者カードは食料等の要請時等、避難所運営の基となるものです。必要性を周知して必ず記

- 女性や子ども、外国人等の避難にも配慮する。
 - ✧ 着替えや授乳スペース等の確保
 - ✧ 男女別、多目的トイレの設置
 - ✧ 多言語表示カードの活用（防災倉庫に配備）

② 避難所運営の協力

共同生活は、マナー遵守、助け合いが重要です。また、避難されている方々にも担っていただく役割があります。避難所運営委員会と協力し、地区内の避難者の方にも協力を依頼します。

- 考えられる役割は概ね次のようなものがあります。
 - ✧ 連絡係：避難者への「情報伝達」担当
 - ✧ 物資係：避難者への「食料等の配布」担当
 - ✧ 調査係：避難所での「情報の収集・とりまとめ」担当
 - ✧ 支援係：「高齢者、障害者等の介助」担当

③ 避難所運営委員会への協力

避難所の運営は、避難所運営委員会を中心とした自主運営が原則となります。自治会等は、避難所の円滑な運営のため、平常時から、積極的に避難所運営委員会への協力・参加をお願いします。

資料1 一時避難場所一覧

＜避難場所一覧表＞

避難場所	所在地	収容地域(目安)	備考
大和田小学校	萱田町628	大和田、萱田町	○
大和田南小学校	大和田628	大和田	○
大和田中学校	萱田町645	萱田、萱田町、ゆりのき台2丁目	○
萱田中学校	ゆりのき台7-8-1	ゆりのき台5・7丁目	○
大和田西小学校	大和田新田409-3	大和田新田	○
京成バラ園	大和田新田755	大和田新田、緑が丘	
新木戸小学校	緑が丘2-4	大和田新田、緑が丘、吉橋	○
みどりが丘小学校	緑が丘西3-14	大和田新田、緑が丘、吉橋	○
高津中学校・高津小学校 校一帯の地域		大和田新田、高津団地	◎○
萱田小学校	ゆりのき台6-20	ゆりのき台4・6・8丁目、萱田	○
萱田南小学校	ゆりのき台3-7-3	ゆりのき台1・3丁目、大和田新田	○
南高津小学校	高津421-3	高津団地、高津	○
西高津小学校	高津832-38	高津団地、大和田新田	○
東高津中学校	高津1092	高津、高津東1～4丁目	○
八千代中学校	八千代台北14-9-1	八千代台北14～17丁目、高津	○
八千代台第一公園	八千代台北3-9-1	八千代台北2・3・5・8丁目	
八千代台西小学校	八千代台西7-23-1	八千代台西6・7丁目、八千代台北7丁目	○
八千代台西中学校	八千代台西7-23-3	八千代台西5～8丁目、10丁目	○
八千代台西市民の森	八千代台西9丁目	八千代台西4、9丁目	
八千代台南市民の森	八千代台南3丁目	八千代台南1～3丁目	
八千代台東小学校	八千代台東2-5-1	八千代台東1～4丁目	○
旧八千代台東第二小学校 跡地	八千代台東6-26-1	八千代台東3～6丁目	○
八千代台小学校	八千代台西1-8	八千代台西1～3丁目、八千代台北1、6、7丁目	○
八千代総合運動公園	萱田町253	萱田町、村上、萱田	◎
八千代高等学校	勝田台南1-1-1	勝田台1・2丁目、勝田台南1～3丁目、勝田、村上、下市場、下市場1・2丁目	◎
勝田台小学校	勝田台2-14	勝田台1・2・7丁目	○
勝田台中央公園	勝田台3-31	勝田台3・4丁目	
勝田台中学校	勝田台3-1	勝田台3・4丁目、勝田	◎○

避難場所	所在地	収容地域(目安)	備考
勝田台南小学校	勝田台5-9	勝田台5・6丁目、勝田	○
村上小学校	村上団地1街区	村上団地、村上、村上南1～5丁目	○
村上中学校	村上1643-55	村上団地、村上、村上南1～5丁目	○
村上東中学校、村上東小学校、緑地公園、中央公園一帯の地域		村上団地、上高野	◎○
村上北小学校	村上団地3街区	村上団地、村上	○
旧阿蘇小学校	米本2586	米本、下高野	○
旧米本南小学校	米本2301	米本団地、米本	○
旧米本小学校	米本1386-6	米本団地、米本	○
睦小学校	桑納176	桑納、島田、桑橋、麦丸	○
睦中学校	島田台756	島田台、吉橋、桑橋	○
八千代西高等学校	吉橋2405-1	花輪、尾崎、寺台、高本	△
秀明大学	大学町1-1	真木野、島田台、大学町、神久保、小池、佐山、平戸	
陸上自衛隊習志野演習場	八千代台北9丁目地先	八千代台、高津、高津団地、高津東1～4丁目、大和田新田	◎
酒井グラウンド	上高野1270-3他	上高野	
保品近隣公園	保品1772-19他	保品	

◎広域避難場所、○災害用井戸・防災倉庫を設置、△防災倉庫のみ設置

※避難所については、市役所2階危機管理課や、支所に置かれているハザードマップをご確認いただくか、「地域防災計画 資料編4-2 指定避難所（予定施設）一覧表」をご確認ください。

資料2 地区連絡所一覧

＜地区連絡所一覧表＞

地区連絡所名称	所在地	連絡先
八千代台小学校	八千代台北西1-8	482-3355
勝田台支所	勝田台2-5-1	483-0151
米本支所	米本団地4-41	488-1104
新木戸小学校	緑が丘2-4	450-8488
村上支所	村上団地1-41	485-4521
睦連絡所	島田台756	450-2002

資料3 自主防災活動チェックリスト

■自宅を出るときのチェックリスト

- 火の始末をしたか。
- 家族の安全を確認したか。
- ガスの元栓を締めたか。
- 電気のブレーカーを遮断したか。
- 施錠したか。

■情報収集・伝達活動のチェックリスト

- 家族や隣近所に呼びかけ、無事を確認したか。（災害時要配慮者も含め）
- 近所や広場などオープンスペースで、身の安全を確保したか。
- 倒壊家屋やがけ崩れなど、被害状況を確認したか。
- 参集者等が見聞した被害情報を整理したか。
- 市に被害状況等を連絡したか。
- 市からの情報に注意しているか。
- 被害情報、対応状況等を定期的に整理して、市に報告しているか。

■救出活動のチェックリスト

- 地区内の巡回情報等から、要救助者の有無を確認しているか。
- 要救助者の確認情報は、消防署に通報されているか。

■応急救護活動のチェックリスト

- 地区内の巡回情報等から、負傷者の有無を確認しているか。
- 重症者、中等症者の確認情報は、消防署に通報されているか。
- クラッシュシンドロームの可能性がある（長時間、倒壊した建物等にはさまれた）方は、医療機関に搬送したか。

■消火活動のチェックリスト

地区内の巡回情報等から、火災の有無を確認しているか。

火災の確認情報は、消防署に通報されているか。

最寄りの消火器等の使用可否を確認しているか。

消火器、防火水槽、井戸、用水路、池など

■避難誘導活動のチェックリスト

地区内の巡回、情報班の情報等から、要避難地区の有無を確認しているか。

市からの高齢者等避難及び避難指示の情報収集システムを確保しているか。

地区内の一時集合場所（ ）の安全性を確認しているか。

避難する避難場所（ ）へのルートの安全性を確認しているか。

誘導した住民を確認しているか。

■災害時要配慮者の支援のチェックリスト

地区内の災害時要配慮者の安否を確認しているか。

要避難地区の災害時要配慮者の避難支援方法を確保しているか。

■避難所の開設協力のチェックリスト

職員等に避難者の受け入れスペース等を確認したか。

避難者に避難者カードを配布・回収し、職員等に提出したか。

避難者による運営支援の係の選出をしたか。

資料4 非常持ち出し品チェックリスト

万一のときにすばやく避難できるように、日頃から非常持ち出し品の準備をしておきましょう。

●一次持ち出し品

欲張りすぎると避難時に支障が出ます。男性で 15kg,女性で 10kg を目安に

飲料水	貴重品
食料品	懐中電灯
携帯ラジオ	救急セット (持病をお持ちの方はその薬)
予備電池など	雨具や防寒着
マッチやライター	ちり紙
筆記用具	衣類
タオル・洗面具	上履き・スリッパ
生理用品やおむつ	マスク

●二次持ち出し品

災害復旧までの数日間を自足できるように準備しましょう

懐中電灯	簡易ガスコンロ
飲料水	固形燃料
食料品 (お年寄りや乳児用食品も用意)	

～懐中電灯・ラジオ・常備薬・保存食などは備えてあたいまえ～

地震直後やその後の生活で 意外に役に立ったもの！！

家族の写真・・・ 普段から落ち合う場所を決めておこう 万一、家族がバラバラになった時、探してもらうための重要な「てがかり」になる。	アウトドア用品、キャンプ用品・・・ 車の中に積んでおくと便利 ライフラインに頼らず、生活するために必要な最小限の道具がそろっている。
業務用 ゴミ袋・・・多目の買い置きを忘れずに 二重に重ねてポリタンク代わりに。どんどん増えるゴミや汚物も臭いをもらさず衛生的。寒さや風雨をしのぐ即席ポンチョにもなる。	ウェットティッシュ・・・衛生面ですぐれもの 殺菌効果が高いので怪我をした時の消毒用にも使える。食器ふき、汗ふきなどにも利用できる。貴重な水は大切に使いたい。
スーパーのポリ袋・・・簡単に作れる即席トイレ 段ボール箱にスーパーのポリ袋を入れるだけ、断水すれば水洗トイレは使用困難。そんな時、ポリ袋がトイレ代わりに。空気を抜いて口をしれば、臭いももれない。	マスク・・・地震直後、外を歩くときに大助かり 建物が崩壊した街には、有害な粉塵が辺りをおおっている。液状化現象が起こった後には乾燥すると細かい砂が吹雪のように舞う。マスクやゴーグルは大いに役立った。
食品用ラップ・・・貴重な水を節約するために 手が汚れていてもラップを使って食べ物をとれば清潔。皿にかぶせ、洗わずに何度も使える。怪我した時にはギュッとまいて止血用にも有効。	ポリタンク・・・給水車からの水運びに便利 飲み水は、1人1日3リットル、食器や手を洗うための生活用水は、1人1日最低7リットル必要。水の確保に有効。
カセットコンロ、ボンベ・・・ カセットボンベの買い置きも忘れずに ライフライン(電気・ガス・水道)の中で、復旧に最も時間がかかるのがガス。カセットコンロでお湯を沸かし、温かい食事ができる。	ガムテープ・・・あらゆる場面で大活躍 飛び散ったガラスの始末。ヒビの入ったガラスに貼る、物をまとめる、止血のときなど、多様に使えて便利。
底の厚いスリッパ、くつ・・・ 家の中も外も危険なものが散乱 飛び散ったガラスなどで足を怪我しないための必需品。絶対に「はだし」で飛び出さない。	お年寄りや赤ちゃんを守るために・・・ 寝るときは枕元に メガネ・入れ歯・補聴器・紙おむつ・ミルクなど、お年寄りや赤ちゃんなどはこれらがないと、すぐに生活に困る。

様式1 地区被害状況対応表

自治会等 名称： _____ 記入日時： _____ 日 _____ :

記入者： _____ 連絡先： _____

項 目	概 要
被 害 発 生 場 所	
被 害 発 生 日 時	月 日 時 分
被 害 状 況	
被 害 量	(死者____人、負傷者____人、全壊家屋____棟、半壊家屋____棟)
対 応 状 況	
要 望 事 項	
そ の 他	

※この表は、地区内の被害情報を記入する際に活用してください。

様式2 避難者カード（表）

避難者カード

●太枠の中の項目についてご記入ください。

避難所名		受付 No.		入所日	年 月 日
住 所 (自宅)				電話番号	
被害状況	全壊・半壊・一部損壊・(床上床下浸水・断水・停電・ガス停止・電話不通)・なし			ペット 同行避難	有・置き去り・行方不明
	フリガナ 氏 名	性別	年齢	特技・資格 (※2)	避難形態
ご家族・同居の方 (※1)	(世帯主)				避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
					避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
					避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
					避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
					避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
					避難所・校庭・車両・自宅・その他 ()
緊急連絡先	フリガナ 氏 名				電話番号
	住 所				
その他、負傷（疾病）の状況やアレルギーの有無、特別な要望があれば記入して下さい					
安否確認のための情報開示 ① 親族・同居者からの照会に対し情報を提供することを 希望する ・ 希望しない ② 知人からの照会に対し氏名・負傷（疾病）情報を提供することを 希望する ・ 希望しない ③ 上記以外の者からの照会に対する回答又は公表について 同意する ・ 同意しない					
退所日	年 月 日	転出先	住 所 電話番号		
避難所記入欄（退所状況等）					男____名 女____名 計____名
滞在スペース・区画(※3)					

※1 同居家族ごとに記入してください

※2 「特技・資格」欄は、避難所運営の参考となりますので、ご記入ください

例：手話通訳、外国語会話、カウンセリング、免許（医師、看護師等）等

※3 滞在スペース・区画欄には、避難する建物や部屋の名称および区画番号などを記入する。

※4 避難所での支援が必要なくなった方は、避難者カードを提出した避難所にご一報ください。
(裏面もご記入ください。)

様式2 避難者カード（裏）

避難者カード

●以下の項目についてご記入ください。

チェック項目		
1	現在、医療機関に通院をしている方はいますか？ （症状： ）	はい ・ いいえ
2	現在、服薬をしている方はいますか？ （薬名： ）	はい ・ いいえ
3	そのほか気になる症状がある方はいますか？	はい ・ いいえ
	※「はい」の場合、具体的にご記入ください	
4	避難所での行動に際し、介護や介助が必要な方はいますか？	はい ・ いいえ
5	避難所での行動に際し、配慮を要する障害がある方はいますか？	はい ・ いいえ
	※「はい」の場合、具体的にご記入ください	
6	乳幼児と一緒にですか？（妊娠中も含む）	はい ・ いいえ
7	呼吸器疾患、高血圧、糖尿病、その他の基礎疾患がある方はいますか？	はい ・ いいえ
	※「はい」の場合、具体的にご記入ください	
8	てんかんのある方はいますか？	はい ・ いいえ

※このカードは、市指定の避難所に避難された方に記入してもらうもので、市が情報を管理します。自治会等は、このカードの配布と収集の協力を行います。

災害時活動マニュアル作成の手引き (自治会・自主防災組織向け)

令和7年8月

編集発行 八千代市 総務部 危機管理課
〒276-8501 八千代市大和田新田 312-5
電話 047-483-1151 (代表)
