

避難拠点運営の手引



練馬区

はじめに

平成23年3月11日の東日本大震災をもたらした、国内観測史上最大のマグニチュード9.0の巨大地震は、多くの尊い命、貴重な財産、そして大切な日常を一瞬のうちに奪い去りました。また、近年、熊本や能登半島など、全国で大地震が多発しています。東京においても、近い将来の首都直下地震発生が懸念されており、建築物の損壊や火災などの大きな被害が予想されています。

練馬区では、平成7年に発生した阪神・淡路大震災を教訓として、区立の小・中学校を避難所と防災拠点機能を併せ持った「避難拠点」として位置付け、地域の区民の皆さま（運営連絡会）と区職員・学校教職員が協働して「自分たちのまちは自分たちで守る」体制づくりに努めてきました。

先の東日本大震災においては、区内に大きな被害はありませんでしたが、約870名の避難者・帰宅困難者が発生し、26か所の避難拠点において三者が連携した支援を実施しました。

地震による被害を最小限に抑えるためには、建物の耐震性の向上など災害に強いまちづくりを進めるとともに、区民の皆さま一人ひとりが、自分の命は自分で守る「自助」、地域の力を結集して被害にたち向かう「共助」の意識を持ち、実際の行動に移していただくことが大切です。

避難拠点では大きな地震に備え、日頃から、運営連絡会、区職員、学校教職員が中心となり訓練や会議を行っています。こうした活動を通じて、区民の皆さまや様々な団体等の「地域の輪」は着実に広まっています。人と人のつながりが災害時に大きな力を発揮することは過去の災害から得られた大切な教訓です。

地域における「共助」の力をさらに高めていただくために、本書を有効にご活用いただければ幸いです。

練馬区

地震時の行動の流れ

4

地震発生から私たちがたどる経過の概略

4

避難拠点とは

6

この手引の目的と使い方

7

避難拠点運営体制の充実に向けて

7

避難拠点ごとのマニュアル

8

避難拠点運営に従事する方の補償について

8

避難拠点の運営は、だれが行いますか？

9

学校との関係は？

9

曜日・時間帯を想定した避難拠点の開設

9

第1章 避難拠点の運営を理解するためのQ&A

10

避難拠点の開設

10

避難拠点は誰が開設するのか (10)

「対策会議」の場所、参加メンバーは誰か (13)

避難拠点の“司令塔”をどうするのか (12)

学校および備蓄庫の開錠はどうか (14)

避難拠点運営連絡会の活動

15

連絡会の役割はなにか (15)

どの程度の災害で、連絡会の役員・会員は集

連絡会の組織構成はどうするのか (16)

まるのか (18)

連絡会は災害発生直後にどう行動するのか
(17)

ボランティアの受け入れはどうか (19)

連絡会の平常時の活動はどうか (20)

情報の収集・連絡

21

災害時はどんな情報が必要となるのか (21)

避難者に“正確に”情報を伝えるためにはど

情報の収集に使うものはなにか (22)

うするのか (24)

集められた情報はどこに連絡するのか (23)

避難拠点の運営

25

学校施設の利用計画はどうか (25)

避難者の数などはどのように把握するのか (29)

対策会議や、各部の活動場所はどこになるの
か (26)

避難所のルールはどのようにつくるのか (30)

備蓄庫はどこにあるのか (27)

避難拠点を運営する上で女性への配慮はどうす
ればよいのか (31)

避難者の居室はどこになるのか (28)

備蓄品の活用

32

資器材の操作方法はどのようにして覚えるの
か (32)

飲み水を得るにはどうか (34)

備蓄の食料はどれだけあるのか (33)

備蓄で足りないとき、どうか (35)

被災者の医療と救護

36

避難拠点ではどんな治療が受けられるのか (36)

医療機関や医療救護所に負傷者が大勢押し寄

負傷者はどこに連れて行くのか (37)

せても大丈夫か (38)

救出救護と東京都指定避難場所への避難

40

人命救助の通報にどう対処するのか (40)

防災会や近隣避難拠点との連携はどうか (43)

近隣火災の延焼から避難拠点を守るには (41)

東京都指定避難場所に避難するのはどんなと
きか (42)

被災者の自立促進、授業の早期再開への協力等	44
被災者の自立促進のためにどうするのか (44)	避難拠点が閉鎖されるのはいつか (46)
授業の早期再開のためにどうするのか (45)	

第2章 要配慮者への支援 47

要配慮者とは	47
1.避難拠点で求められる配慮 (48)	3.避難拠点を活用した災害時の安否確認の仕組み (54)
2.避難拠点での生活が困難な方の受け入れ先 (52)	

第3章 災害対策の時間割 55

時間割のモデル	55
大きな揺れのその瞬間と、その直後(大揺れが収まってきた時) (56)	数分後から数時間後 (57) 数分後から数日間後 (58)
防災会と避難拠点運営連絡会の役割	59
■防災会と避難拠点運営連絡会の主な役割 (59)	■役割の兼職と地域の連携 (59)
■防災会と避難拠点運営連絡会の連携事例 (59)	

第4章 避難拠点の6つの役割 60

役割1 水・食料の配給拠点となります	60
役割2 避難生活を支えます	61
役割3 復旧・復興関連情報を提供します	61
役割4 簡単な手当てや、健康相談を行います	62
役割5 被災者のために相談所を開設します	62
役割6 救助などの要請を行います	62

第5章 その他の震災対策 63

災害時の協定について	63
ねりま防災カレッジ事業	64
練馬区帰宅支援ステーション(一時滞在施設)	66

第6章 資料編 67

各種訓練実施事例	68
避難情報について	70
避難拠点受付表	71
避難拠点登録カード	72
避難拠点情報入力シート	73
避難拠点備蓄物資一覧	74
情報拠点・避難拠点グループ一覧	75
災害時給水ステーション(給水拠点)一覧	76
防災井戸一覧	77
福祉避難所一覧	78
医療救護所一覧	80
災害時医療機関	80
透析医療機関	81
東京都指定避難場所一覧	82

地震時の行動の流れ

地震発生から 私たちがたどる経過の概略



◆眠っている夜中、炊事の火を使っている最中……地震はいつ襲ってくるかわかりません。どんなときでもまず「身の安全」。それから「火の始末」。



◆家の中で火災が発生したら落ち着いて消火しましょう。火が天井まで達してしまったら、119番通報し避難！

◆だが、もしも……

家が倒れた！倒れかかっている！火災が迫っている！すぐ避難！

避難拠点へ！



◆避難するとき、ブレーカーを切る。ガスの元栓を閉める。

◆地震が起きても、ご自宅が安全であれば避難する必要はありません（在宅避難）。不足した物資、災害情報は避難拠点で入手できます。

- 突然、大きな揺れが襲ってきて死ぬかと思う恐怖感にとらわれ、とにかくそこから逃げ出したかった（「阪神・淡路大震災」の体験者）。
- ほとんどの人がそのように思うはずです。しかし、自宅の倒壊や火災の危険がなく、安全確認ができた場合には自宅で生活を続ける在宅避難が基本です。



◆わが家の安全や家族の無事を確認したら近所のお年寄りや障害のある方などへの支援を！



火事だ！
消火に協力して下さい！



避難
拠点へ！



避難拠点

区立小・中学校



◆夜間や休日などは閉鎖されています。近くに住む区職員等が駆けつけて誘導しますので、それを待ちましょう。

避難拠点とは

練馬区立の小・中学校です。

阪神・淡路大震災の被害や、避難の状況から、練馬区で独自に定めたものです。

区立の小・中学校は、地域での災害時の活動拠点にもなることから、単に「避難所」や「避難場所」と呼ばずに「避難拠点」と名付けています。

避難所＋防災拠点＝避難拠点

避難拠点は、練馬区において震度5弱以上の地震が起きて、学校の建物が安全な場合に、「避難拠点要員」により開設され、「避難拠点運営連絡会」の協力を受けながら、避難者の受け入れや在宅避難者への支援を行います。

避難拠点の主な役割

- ① 水・食料の配給拠点となります
- ② 避難生活を支えます
- ③ 復旧・復興関連情報を提供します
- ④ 簡単な手当や健康相談を行います
- ⑤ 被災者のために相談所を開設します
- ⑥ 救助などの要請を行います



「避難拠点運営の手引」を 有効にお使いいただくために

この手引の目的と使い方

この手引の「Q&A」は、区が示す一例にすぎません。今後、それぞれの避難拠点の最適な「こたえ」を考えていただきたいのです。

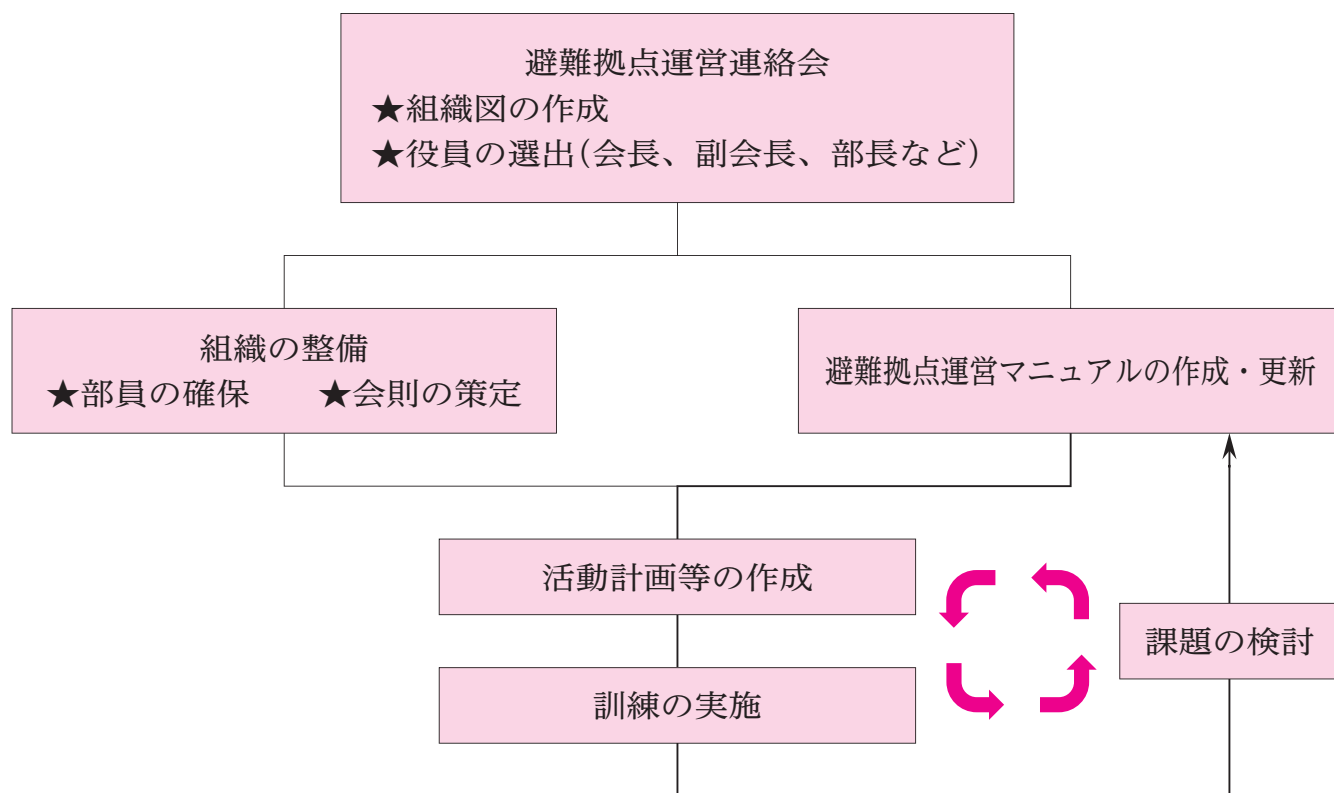
その意味で、この手引は、避難拠点運営連絡会等が災害時に活動するために必要なことを、事前に話し合っていたいただくための参考となるものです。

地域の特性や事情を十分に考慮して、地域の実態に即した避難拠点ごとのマニュアルを作り、更新をしていただければ幸いです。

避難拠点運営体制の充実に向けて

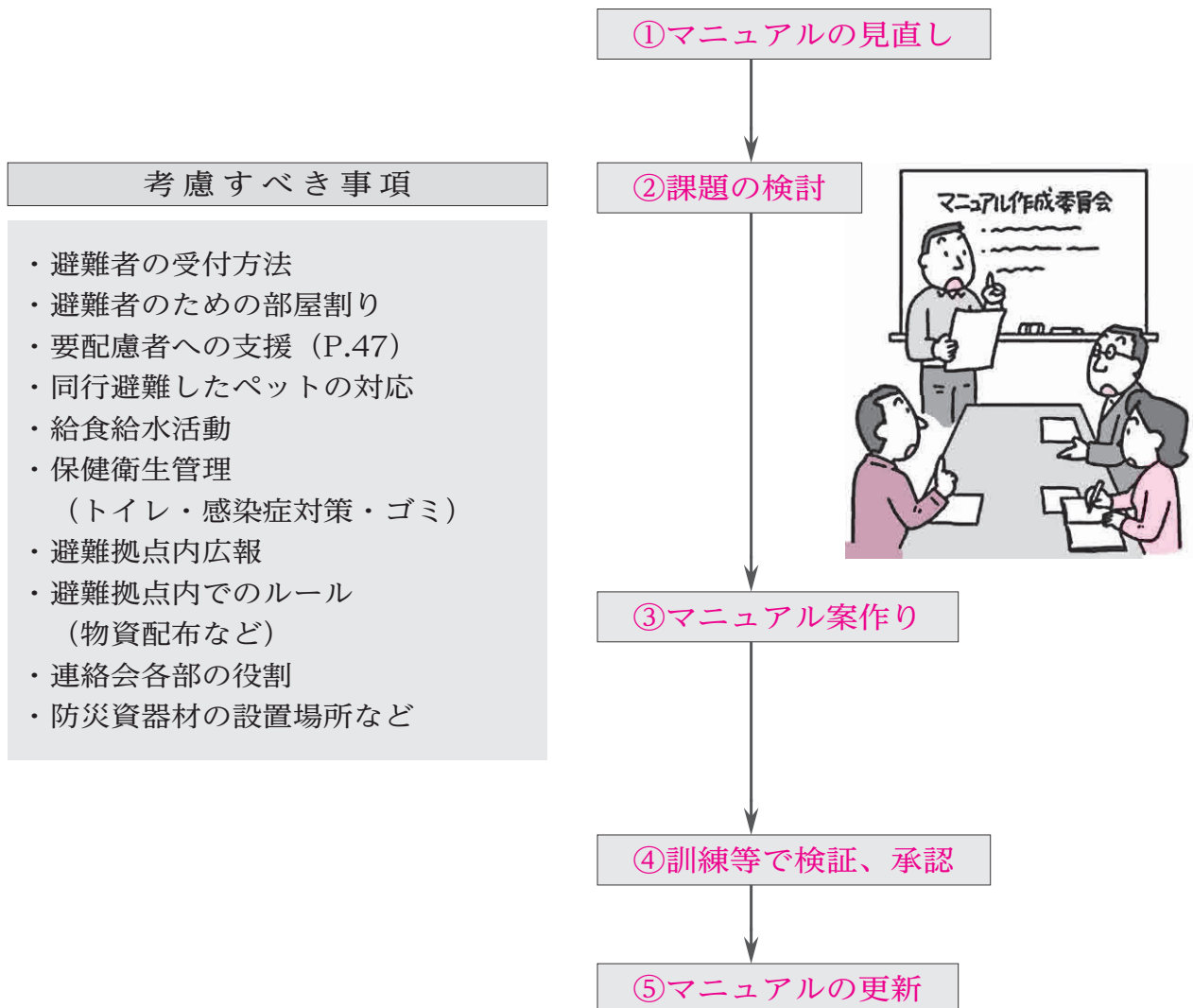
災害対策については、一般的に次のように充実を図っていきます。

過去に起きた災害における対応、訓練による検証などにより、対策の弱点を発見して、検討を加えて改善します。この繰り返しによって、対策を充実させることができます（下図をご覧ください）。



避難拠点ごとのマニュアル

避難拠点ごとに校舎の形状が違ったり、地域の特徴が異なります。避難拠点ごとに作成したマニュアルは随時更新します。



避難拠点運営に従事する方の補償について

平常時

避難拠点での訓練や会議に参加された方が、活動中に負傷した場合等には「防火防災訓練災害補償等共済制度」の規定に従って損賠補償を受けることができます。

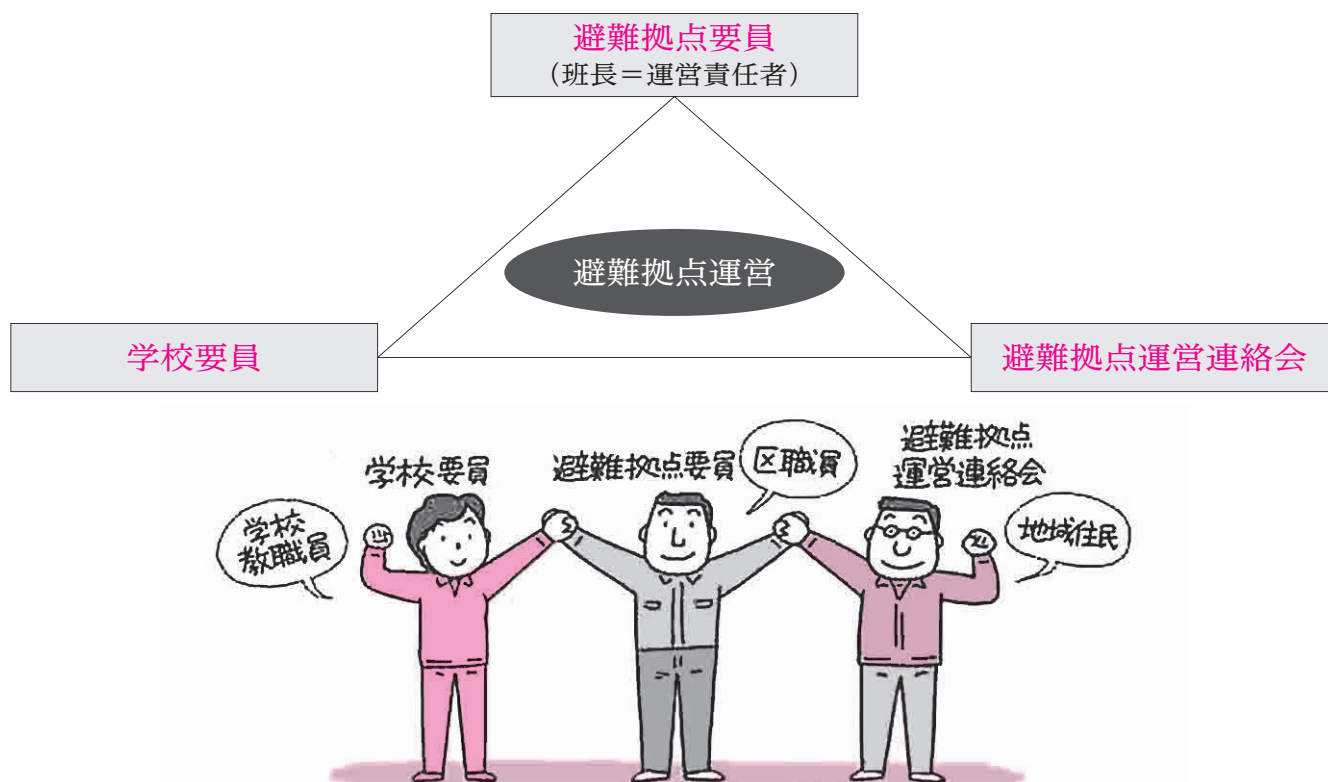
※区や消防署等に「防災訓練実施計画書（報告書）」の事前提出が必要です。

災害時

避難拠点運営に従事される方が、負傷・病気、それらが原因で亡くなった場合には、「災害応急措置業務従事者および水防従事者に対する損害補償に関する条例」の規定に従って損害補償を受けるか、または「災害救助法第12条」により、上記条例と同程度の扶助金を受けることができます。

避難拠点の運営は、だれが行いますか？

避難拠点の開設・運営については、避難拠点要員（区職員）と学校要員（学校教職員）が行うとともに、地域住民の方で構成される「避難拠点運営連絡会」に協力していただきます。避難拠点の運営は班長を責任者として、この三者で行います。



学校との関係は？

●学校長

平常時および災害時の学校施設管理者は学校長です。災害発生時の学校施設の利用については、日頃から十分に話し合っておく必要があります。

●学校教職員

災害時における教職員の第一義的な役割は、児童・生徒の安全確保、安否確認、教育活動の早期正常化です。しかしながら、発災初期の段階においては、区職員等による避難拠点对応が困難な場合も想定されるため、学校要員以外の教職員も施設の安全確認、避難者への対応等、一定の役割を果たすことが求められます。

曜日・時間帯を想定した避難拠点の開設

平日の日中は、避難拠点となる学校では授業が行われており、区職員はそれぞれの職場に勤務しています。休日や夜間は、学校に児童・生徒はおらず、区職員、学校教職員とも自宅にいます。

曜日や時間帯により、避難拠点の状況や参集できる時間が異なることから、開設について、十分に検討し準備しておく必要があります。

第1章

避難拠点の運営を理解するための
Q & A

避難拠点の開設

Q

避難拠点は誰が開設する
のか

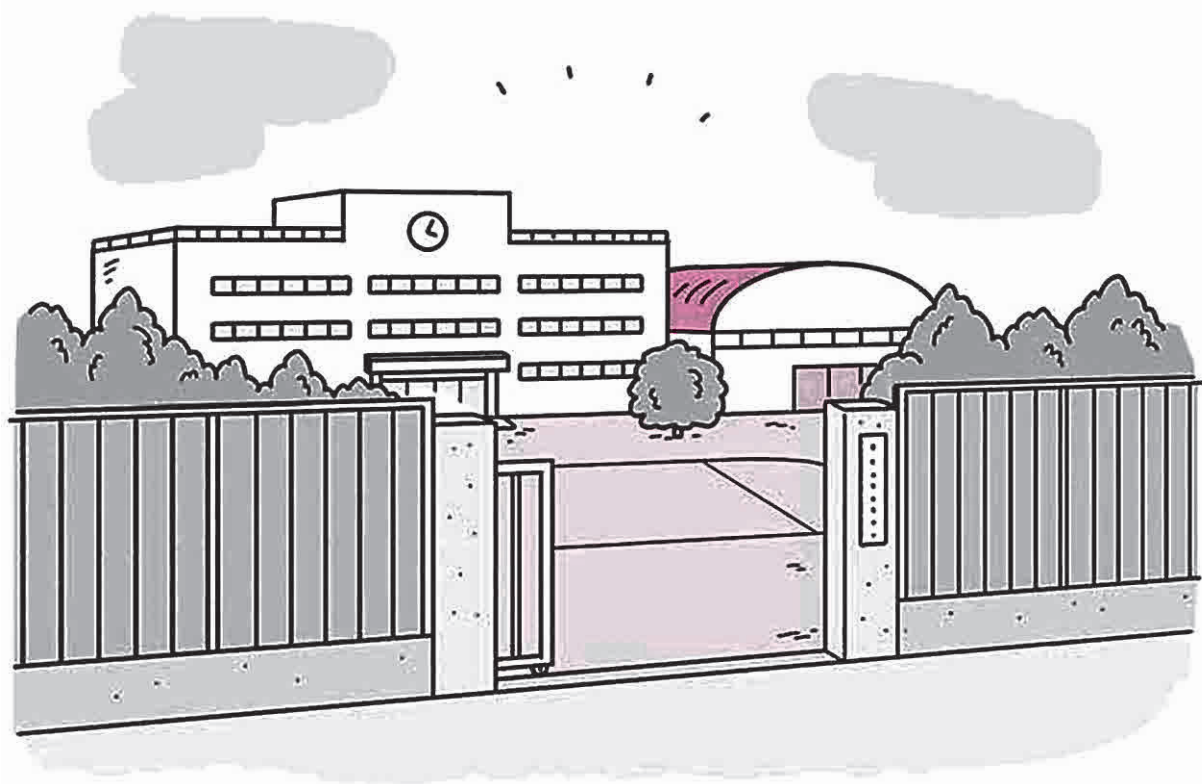
A

避難拠点要員の班長が
開設を決定します。

要点

避難拠点の開設は、原則として、
避難拠点要員(以下、「区要員」)
の班長により決定されます。

練馬区において震度5弱以上の地震が
発生したときは、区要員は命令等がなく
ても自ら避難拠点到参集します。まず学
校の破損などの被災状況を調べ、倒壊や
近隣の火災の延焼等の恐れがなく、避難
者を収容できると判断したとき、避難拠
点を開設します。





ポイントと解説

<解説>

区要員はその学校の近隣に居住または近隣施設に勤務する職員を任命しています。区内で震度5弱以上の地震が発生したときは、指示を待たず、避難拠点に参集することとなっています。

ただし、災害が起きた時間等によっては、参集に時間を要することもあります。

平日の日中に地震が発生したときは、教職員はまず児童・生徒を保護します。避難者がいる場合には、区要員が到着するまでの間、学校要員が校庭に避難者を集合させる等の対応をします。

区要員の到着に相当の時間がかかる場合には、校舎内への避難者の収容や備蓄物資・資器材の利用等について、学校長等の判断で対応する必要があります。

区要員や学校要員の到着が大幅に遅れたり、困難となる場合がないとは言えません。

そのような場合には、避難拠点運営連絡会の会長等の判断により、避難拠点開設の準備（避難者を校舎内に収容する等）を進めていただくようお願いします。

日頃の会議等の機会を通じて、区要員、学校要員、連絡会の三者で開設手順を始めとするマニュアルの確認を行い、どのような場面でも落ち着いて避難拠点が開設ができるよう取り組んでおきましょう。

◆避難拠点の参集要件について

p.10に記載の「練馬区において震度5弱以上の地震」とは、気象庁が発表する震度です。

Q

避難拠点の“司令塔”を
どうするのか

A

避難拠点の中に「対策会
議」を設置します。

要点

避難拠点では、速やかに災害対策のための会議を設置します。周辺の被害状況や避難者情報を集めて、情報拠点校（情報の取りまとめのために指定している21拠点）に連絡するとともに、避難拠点運営連絡会（以下「連絡会」）の各部に指示するなど、応急活動を指揮する役割を担います。

なお、混乱した状況のなかでは、指示が正しく伝わらなかったり、同じことを何度も言わなければならないなど、精神的な負担が多くなります。

そこで、対策会議では、全体の意見がまとまるよう、定期的集まり、話し合いをすることが大切です。

<解説>

避難拠点の運営は、区要員・学校要員・連絡会が行います。また、施設管理者としての学校長も、運営に関与します。さらに、災害の状況に応じて他の区民防災組織（防災会・市民消火隊）や消防団、民生・児童委員または練馬区との協定団体やボランティアなどが関ることもあります。このため、関係者間の意思疎通を図り、活動を円滑かつ効率的に進めるための調整が必要となります。そこで、必要に応じて避難拠点の“司令塔”となる会議体を設置します。名称は、区が設置する「練馬区防災会議」や「練馬区災害対策本部」との混同を避けるため、「○○○学校避難拠点对策会議」などが望ましいです。

話し合いは、全体の合意の下で課題を解決するために行うものです。発災当初においては、少なくとも朝夕に開催するなど1日に複数回の開催が必要になる場合があります。状況により、少数の代表者により決定を行った場合には、事後にその内容を関係者へ報告します。また、緊急時に班長などが判断し実施した措置については、周囲がその判断を尊重し、理解を示すことが必要です。

状況が落ち着くにつれて、会議の開催頻度は、1日1回から数日に1回、または必要に応じた開催へと変更していきます。



Q

「対策会議」の場所、
参加メンバーは誰か

A

会議は、区要員・学校要員・連絡会の三者に、施設管理者である学校長を加えて行います。必要に応じて、関連組織の代表者を加えます。

要点

「対策会議」の開催場所は、あらかじめ決めておきましょう。校内の重要部分（校長室・職員室・事務室・放送室などが集中している場所）に近接する会議室等が望ましいです。

<解説>

災害発生から一定の時間が経過すると、各種のボランティアや協力団体等が避難拠点の支援のために集まることが想定されます。必要に応じて、それらの団体の代表者などにも、対策会議に参加してもらいます。

対策会議



Q

学校および備蓄庫の開錠は
はどうするのか

A

学校の鍵は、避難拠点の
班長・副班長が持ってい
ます。備蓄庫の開錠は、
班長の指示により行いま
す。

要点

備蓄庫の開錠は、原則として班
長の指示により行います。備蓄
庫の鍵の保管場所は、区要員および学校
要員に加え、連絡会の役員等が知ってお
くことが望ましいものです。

<解説>

学校の開錠は、校内に職員等がいる時間帯は問題ありません。しかし、全くの無人となる時間帯については、原則として班長・副班長の到着を待って開錠します。学校門の電気錠の暗証番号や校舎の機械警備の解除方法など、あらかじめ区要員等が把握しておく必要があります。



避難拠点運営連絡会の活動

Q

連絡会の役割はなにか

A

避難拠点の運営に協力することです。

要点

練馬区では、避難拠点に区要員および学校要員を配置し、班長を開設・運営の責任者としています。しかし、災害発生直後の混乱した状況では、要員だけで対応することは困難です。このため、地域住民の方々と構成される連絡会を組織し、避難拠点の運営に協力していただいています。

<解説>

連絡会は、避難者の受付や部屋割り、避難拠点内広報、給食給水活動、保健衛生管理など、避難所生活を支える重要な役割を担います。

また、平常時から、訓練などの活動を行い、災害時に円滑な運営ができるよう備えています。



Q

連絡会の組織構成はどうするのか

A

一般的な構成は、会長1名、副会長若干名、および各部です。

要点

各避難拠点の地域的な状況や、必要性などを検討して、役員と組織の構成を決めてください。

〈各部の役割の例〉

庶務部

- ・ 避難者の受付および部屋割りなどの調整
- ・ 施設案内図の作成および各部屋の表示
- ・ ボランティアの受け入れ・配置
- ・ その他

情報連絡部

- ・ 情報収集
- ・ 避難拠点内広報（壁新聞等）
- ・ 各町会・自治会との連絡調整
- ・ その他

施設管理部

- ・ 校内の管理
- ・ トイレ対策
- ・ ペット対策
- ・ その他

物資配給部

- ・ 物資の配給
- ・ 資器材の管理
- ・ その他

給食部

- ・ 応急給食
- ・ 応急給水
- ・ その他

救護部

- ・ 医療救護協力
- ・ 保健衛生管理
- ・ 児童保護
- ・ その他

避難誘導部

- ・ 避難誘導活動
- ・ 延焼防止活動
- ・ 救出活動
- ・ 避難所警備活動
- ・ その他

※その他各地域に合った担当部などを設けることが大切です。



Q

連絡会は災害発生直後に
どう行動するのか

A

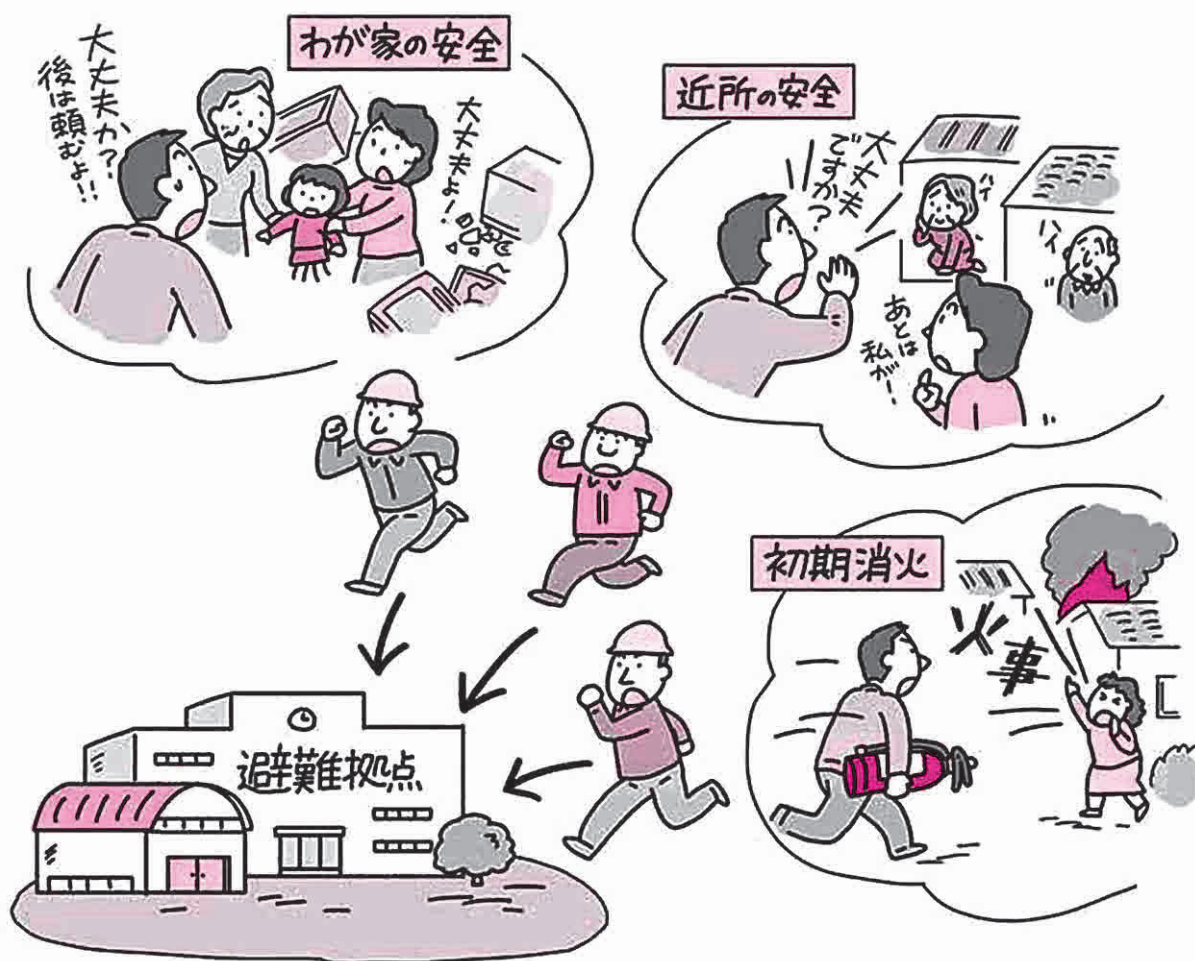
自身や家族および自宅・
近隣の安全を確認し、担
当の避難拠点に集まります。

要点

まず、自身と家族の安全を確保
してください。そのうえで、自
宅や近隣の被害状況、火の元の確認を行
い、避難拠点に集合します。

＜解説＞

一般的には、避難拠点の活動開始よりも、地域での安否確認や救出・救護、初期消火・延焼防止活動が優先されます。ただし、連絡会役員のうち、鍵の開放や避難拠点内の割り振りなどの、特別な役割を担っている方は、自身と家族の安全を確認した後、速やかに避難拠点に向かいます。例えば、庶務部の部長・部員がこの役割を担う場合や、施設管理部が担う場合など、各避難拠点で役割分担をあらかじめ決めておくことが重要です。そして、避難者を落ちつかせる対応など重要な活動を行います。



Q

どの程度の災害で、連絡会の役員・会員は集まるのか

A

震度5弱以上の地震が発生したら集まります。

要点

練馬区内で震度5弱以上の地震が発生した場合は、区要員が担当する小・中学校に参集します。在宅の場合は、家族の安全を確認したのち、速やかに参集します。また、勤務先にいる場合も、避難拠点に向かいます。

連絡会の皆さんは、地域の状況を確認し、安全確保を図ったうえで、避難拠点に集合してください。

<解説>

「自分のことは後回しにして、なにがなんでも避難拠点に駆けつける」というものではありません。まずは自身や家族、自宅および近隣の安全確保をお願いします。

そのうえで、避難拠点に集合する場合には、あらかじめ集合場所を決めておくことが大切です（正門前に集まるなど）。



Q

ボランティアの受け入れ
はどうするのか

A

避難拠点ごとに受け入れる
ことができます。

要点

大地震等で激しい被害を受けたときは、多数のボランティアが、被災者の支援に駆けつけることが予想されます。地元や遠方、専門技能をもつ方から一般の方まで、様々です。

災害の様子によって、ボランティアの仕事の需給調整を行う必要が生じます。一般のボランティアは、手続きの煩雑さを避け効率的に働いてもらうために、直接避難拠点でも受け入れるようにします。

<解説>

連絡会も地域のボランティア組織ですが、ここで言う「ボランティア」とは、大地震等の被害の発生を知り、支援のために避難拠点到に駆けつける方々を指します。

特に専門的技能などを必要としない活動も多くあり、ボランティアの多くが、そのような活動を行う方々と考えられます。

ボランティアに活動してもらうためには、複雑な手続き等を行わず、できるだけ簡単・確実に、受け入れ手続きを行えるようにします。

避難拠点到に直接駆けつけるボランティアとして、区では平成26年3月より「練馬区災害ボランティア」の登録を開始しました。

この制度は、災害時にあらかじめ登録した避難拠点到に参集いただき、避難行動要支援者名簿に基づく安否確認（p.54参照）や、連絡会とともに、避難拠点到の運営に協力をいただくことを見込んでいます。

※このほか区では、災害発生後、災害ボランティアセンターを設置し、練馬区社会福祉協議会に対し、運営を要請します。災害ボランティアセンターは需給調整を行い、ボランティア活動体制を整えます。

※平常時から、あらかじめ準備している専門的なボランティアなどは、それぞれ任務を所管している部署で受け付けます（例：応急危険度判定員）。



Q

連絡会の平常時の活動は
どうするのか

A

要員（区・学校）や連絡
会の役員・部員相互の意
思疎通を図ることが、第
一の任務です。

要点

第一に、日常から顔の見える関
係を築き、互いのコミュニケー
ションを図っておくことで、災害時に円
滑な協力関係を速やかに構築することが
できます。

第二に、平常時から訓練を行うこと
により、災害時にスムーズに動くことが
できます。

<解説>

平常時の活動は、会議や、避難拠点ごとの特性を踏まえた運営マニュアルの作成・見直し、各種訓練、備蓄品や資器材の点検等を行います。

会議は、総会・役員会・各部会などがあります。

訓練には、受付、資器材操作、炊き出し、応急救護、避難誘導、宿泊などがあります。

また、町会などと協力して、地域全体の訓練を実施したり、防災会などと協力して安否確認訓練などを行うことも有効です。



情報の収集・連絡

Q

災害時はどんな情報が必要となるのか

A

まずは地域の被害状況に関する情報が必要です。

要点

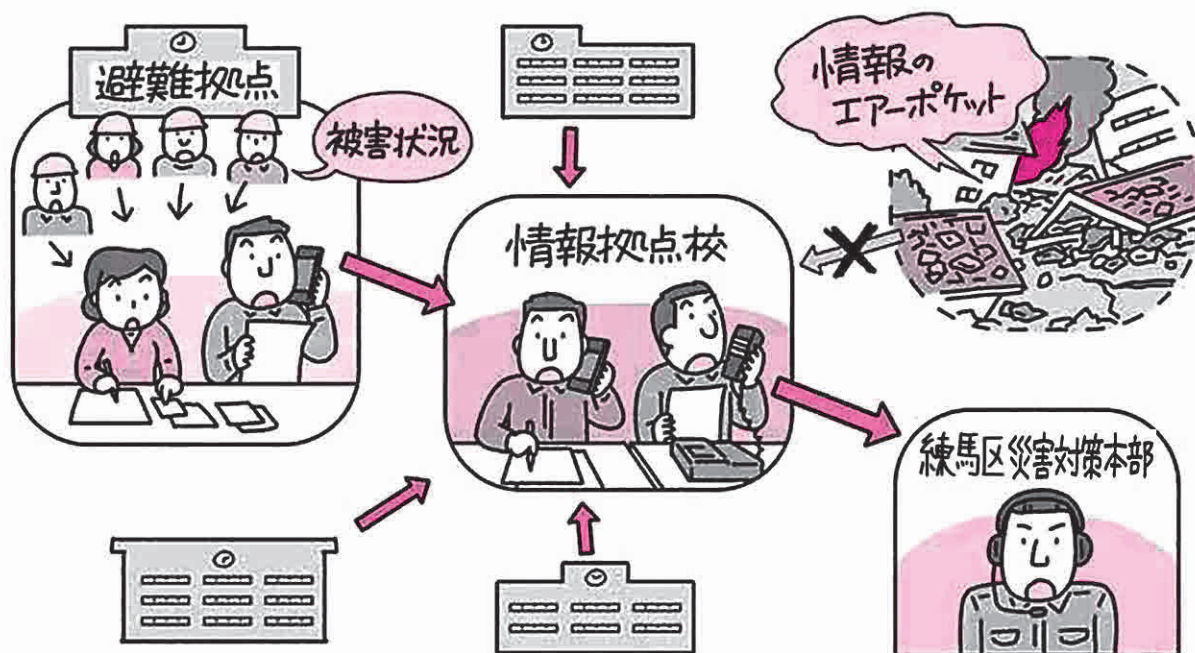
大地震発生直後に受け取る情報には、テレビ・ラジオ等による広域の被災情報と、区から防災無線等で発信する地域の被災情報があります。

被害が激しい地域の情報が外部に一番伝わらないという「情報のエアポケット」状態が生じることが知られています。これを防ぐために、集合した連絡会のメンバーや避難者からの情報を、情報拠点校を経由して、災害対策本部に伝えることが重要です。

<解説>

「情報のエアポケット」状態が生ずることで、最も支援が必要な地域に、支援が届かない状態がおきる恐れがあります。「練馬区災害対策本部」では避難者数のほか、要員の参集情報や地域の被害状況などを基に、支援の体制を組みます。正確な情報を迅速に「練馬区災害対策本部」に伝えることが何よりも重要です。

なお、情報連絡の手段としては、電話やインターネット環境を利用しますが、災害の影響により使用できない場合には、避難拠点に備えられた無線を使用します。



Q

情報の収集に使うものはなにか

A

地域の被害情報は目で見
て集めます。

区からの情報などは、防
災無線放送塔や戸別受信
機、区のホームページ、ね
りま情報メール、区公式
SNS、テレビ・ラジオな
どで収集します。

要点

災害発生直後は、避難拠点に参
集する際に、目で見て得た地域
の被害状況が重要な情報となります。



<解説>

広域の情報収集には、テレビ・ラジオを活用します。そのほか、防災無線放送塔、避難拠点にある防災無線の戸別受信機、区ホームページ、ねりま情報メール、区公式SNSなどにより、区が発信した情報を収集します。避難拠点と練馬区災害対策本部との間の通信は、無線機を使います。有線の電話が使えるときは、電話・FAXを使用します。



Q

集められた情報はどこに
連絡するのか

A

地域の情報は、情報拠点校を経由して、「練馬区災害対策本部」に伝達します。

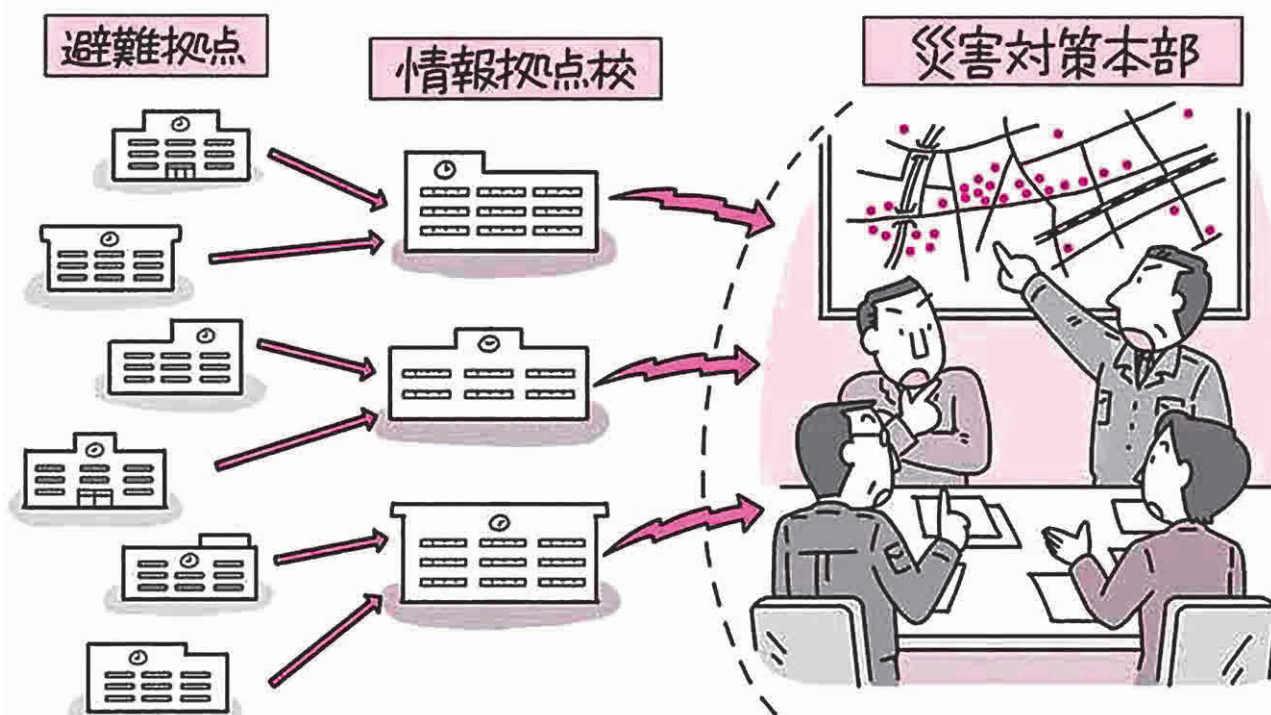
要点

「練馬区災害対策本部」では、高所カメラや各防災機関の派遣員等からの情報と情報拠点校がまとめた地域の情報を基に、対策を決定します。そのためにも、各地域からの正確な情報が必要です。

＜解説＞

各避難拠点の対策会議では、被害状況等が一目で分かるように、地図をはりだし、被害箇所を書き込むなど、状況が一覧できるようにします。また、大きなパネルなどで記録するとさらに見やすくなります。

災害発生直後の緊急対応が必要な時期には、一刻も速く被害の状況を知らせる必要があります。まず、概略を通知して、その後に順次整理した情報を知らせるような工夫が必要です。



Q

避難者に“正確に”情報を伝えるためにはどうするのか

A

必要な情報を、わかりやすく整理して、避難者に知らせます。

要点

避難者へのお知らせ等は、掲示板やビラを活用し、正確に伝えることが重要です。

緊急性の高い情報は、校内放送を使用し、放送後は、掲示等により、情報を受け取り損なう人が出ないように配慮します。



＜避難者へ知らせる情報＞

- ア 区の方策：被害状況、医療、物資配給、給水、道路状況 他
- イ 防災機関の方策：消火活動、救助活動、交通規制、医療活動、道路状況、ライフライン復旧状況 他



※被災者の安否情報について

DV避難している方など、安否情報の公開を希望しない方については、開示しません。

◆災害用ダイヤル「171」

被災地に住む親類、友人の安否をどうやって確認するか……。

大地震の際にはNTTが、災害用伝言ダイヤルを開設します。録音時のダイヤルは「171-1-（被災地市外局番）-（電話番号）」です。録音を再生する場合は、「171-2-（以下同じ）」です。家族・友人の安否が確認できれば、ひと安心。携帯各社も、災害用伝言板を開設しますのであらかじめ確認しておきましょう。

避難拠点の運営

Q

学校施設の利用計画は
どうするのか

A

あらかじめ、校舎平面図
を使用して作成しておき
ます。

要点

避難拠点を開設する責任は区に
あり、運営は区要員、学校要員、
連絡会が協力して行います。

一方、学校施設を管理する責任者は学
校長です。

したがって、あらかじめ、区要員・学
校長や学校要員・連絡会の役員などで話
し合い、「〇〇学校災害時施設利用計画」
などの名称で、校舎全体の利用計画を定
めましょう。

<解説>

学校施設の利用計画を定めるときは、避難者の立ち入りを禁止する場所、会議室等の災害対策に使用する場所、一般の利用を認める場所（避難者居室等）などに区分し、それぞれの用途に分けます。

学校施設の利用計画



Q

対策会議や、各部の活動
場所はどこになるのか

A

あらかじめ、使用する会
議室や、各部の活動場所
を指定しておきます。

要点

校舎の利用計画では、連絡会や
学校の施設管理に必要とする場
所を、あらかじめ使用禁止場所として定
めておきます。例えば、校長室、職員室、
会議室、保健室、給食室、主事室など
です。

<解説>

施設の利用案内を掲示するなどして避難者に知らせ、利用場所に関する協力を
要請します。

区や学校要員、連絡会の役員・部員、ボランティアなどの各種スタッフの休息
場所なども、忘れずに確保します。緊急の対応が必要な場合もあるため、活動す
る場所とあまり離れていない場所が望ましいです。

学校には、児童・生徒の個人情報があります。施設利用の際には、個人情報の
保護に十分注意してください。



Q

備蓄庫はどこにあるのか

A

備蓄庫の場所は、平常時に確認しておきます。

要点

備蓄庫の場所は、区要員、学校要員、連絡会の役員や各部の部員が、校舎の見取り図等がなくてもわかるよう、平常時に確認しておく必要があります。避難拠点によっては備蓄庫が校内と屋外に分かれている場合もあります。

(p.74 資料編 避難拠点備蓄物資一覧)

<解説>

備蓄庫には、当面の避難生活に必要な食料や資器材などが保管されています。その取扱いや分配については、十分に配慮された方法でないと、のちのち不公平等の問題が生じます。また、避難者が勝手に持ち出したりしないように、注意が必要です。



Q

避難者の居室はどこになるのか

A

避難者の居室は、体育館や特別教室を中心に定めておきます。少なくとも1人2㎡が必要です。

要点

避難者の居室は、避難者数に応じて、順次拡大できるようにするなどの計画を作ります。(例)体育館⇒特別教室⇒普通教室(2階→3階)。運営上必要な場所は、避難者の居室に指定しないようにします。居室の選定には学校との協議が必要です。

<解説>

いったん決めた居室は、避難者の理解が得られないと移動することが困難です。

混乱した状況では難しいかもしれませんが、居室の割り振りは、「日常生活の困難度」を基準にする等、多くの方々が納得できるよう、基準を決めておくことが大切です。

また、居室でのルールを定めるにあたっては、部屋の掃除など様々な対策なども考えておく必要があります。

なお、運営上必要な場所を確保したうえで、女性や高齢者、障害者などに配慮した居室の指定や、テントおよびエアベッドの配布を行います。要配慮者で、避難拠点での生活が困難な方は、必要に応じ福祉避難所(p.52参照)に移動していただくこととなりますが、このことを前提にした要配慮者専用の居室であっても、運営上必要な場所には設けないように注意しましょう(p.25、26参照)。



◆エコノミークラス症候群（静脈血栓塞栓症）

避難先で、長時間同じ体勢で座っていると、静脈に血のかたまりが生ずる場合があります。この血の固まりが血流に乗って肺動脈に詰まると、呼吸困難、あるいは死亡するケースもあります。過去の震災では車中泊を余儀なくされた人に多く発症したことは有名です。

予防法は、足関節（足首の関節）を上下に動かす（筋肉ポンプを十分に働かせ血液のよどみを起こしにくくする）、十分に水分を補給する（血液がどろどろになり血の固まりができやすくなるようにする）、などです。

避難拠点においても、避難者に対して時間を決めて皆で体操をする、荷物運びを手伝ってもらうなど、長時間同じ体勢で過ごすことのないよう、避難者の生活に十分留意してください。

Q

避難者の数などはどのように把握するのか

A

名簿を作成します。

要点

避難者への物資・食料等の配給、地域での安否確認などに対応するため、避難者名簿は速やかに作成することが必要です。用紙等を事前に準備しておくことも大切です。

※名簿の見本は、第6章「資料編」p.70～73をご覧ください。

<解説>

名簿は、初期段階では手書きでも構いませんが、必ず五十音順に並べ替えたり、世帯単位といった目的別の一覧表などが必要になります。停電した場合でも電力の回復は比較的早いので、パソコン等を利用するようにしましょう。



Q

避難所のルールはどのようにつくるのか

A

平常時の会議などで原案を作っておきます。

要点

原案をもとに災害の状況にあわせて、対策会議等で決定します。

ルールづくりは、男女双方の視点や避難者の意見も十分に反映するように努めましょう。

<避難所生活ルールづくりの原則>

- 1 避難所は、共同生活の場であり、常に協力し、生活しやすい場所とすること。
- 2 避難生活の規則を守り、互いに励ましあうこと。
- 3 避難所の運営・管理に参加、協力すること。
- 4 生活上の不満・要望は、代表者を通じて行うこと。
- 5 乳幼児、妊産婦、高齢者、障害者、ケガ人や病人などをいたわり、助け合うこと（p.48～51参照）。
- 6 身体の不調については、すぐ申し出ること。
- 7 心の不調は、できるかぎり専門的機関などへつなぐようにすること。



◆ペットについて

自宅が危険な場合に、「ペットがいるので避難できない」となると、二次災害や災害関連死につながる可能性があります。また、「避難拠点到連れて行けない」とペットを放してしまえば、野生化し、人に危害を加える恐れもあります。区では、在宅避難ができないなどやむを得ない場合には、ペットを連れて避難拠点到避難できることとしています。その際、避難拠点到内でトラブル等が発生しないよう、各避難拠点到が、事前に受入方法等を検討する必要があります。「同行避難ペット受入れの手引き」を参考に、各避難拠点到で対応マニュアルを作成しましょう。

Q

避難拠点を運営する上で女性への配慮はどうすればよいのか

A

更衣室・授乳スペース・育児スペース等の確保や、仮設トイレの設置場所にも気を付けましょう。拠点の運営を決定する会議のメンバーには、男女が参加するようにしましょう。

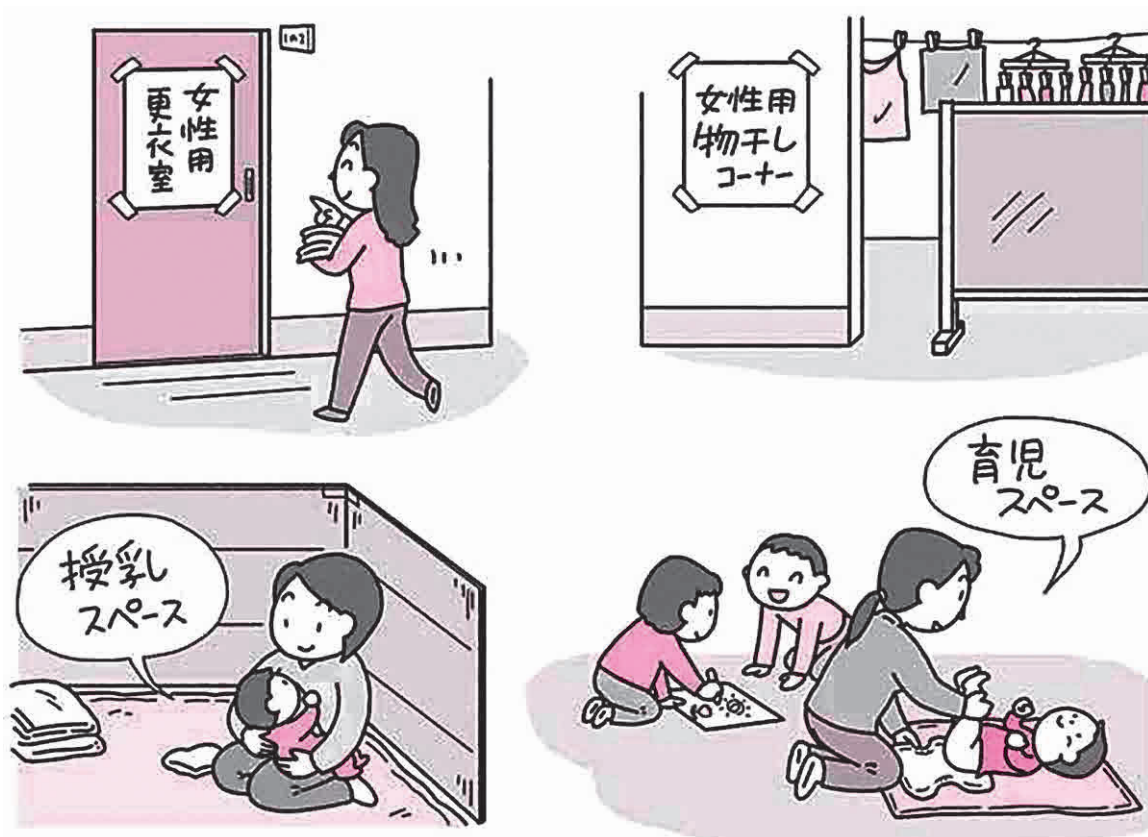
要点

避難拠点の居住スペースでは、プライバシーを確保することが困難ですが、最低限の生活上の安全・安心は確保されなければなりません。男女別の更衣室を確保すること、乳幼児のいる家庭に配慮し、授乳スペース・育児スペースを確保すること等が必要です。また、トイレを女性でも安心して使えるよう、男女別にする、夜間照明を設置する、重点的にパトロールする等のルールをつくっておくことも大切です。避難生活中に洗濯が必要となった場合の、女性用の衣類を人目につかずに干せるスペースの確保についても検討してください。

<解説>

被災者が更なる被害を受けることがないように、平常時の会議などにおいて配慮すべきことについて検討しておくことが必要です。

例えば、日頃からDV・ストーカー被害を受けている方から相談を受けた場合には、避難者情報の公開に際して配慮するなど、個別に対応することとなります。



備蓄品の活用

Q

資器材の操作方法はどのようにして覚えるのか

A

資器材の操作訓練を、定期的に行うようにしましょう。

要点

避難拠点に備蓄している資器材は、特殊なものではありませんが、日常使用するものではないので、少なくとも1年に1回程度は、操作方法の訓練を行ってください。

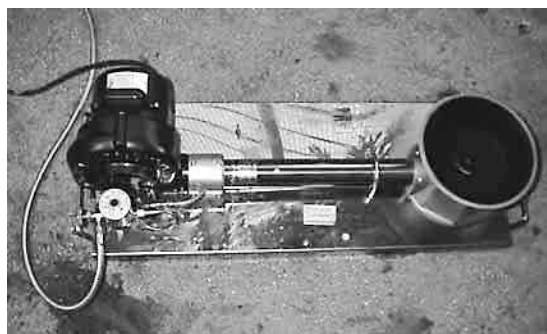
<解説>

必要に応じて区の担当職員が点検整備を行っていますので、災害時も問題なく使用できます。

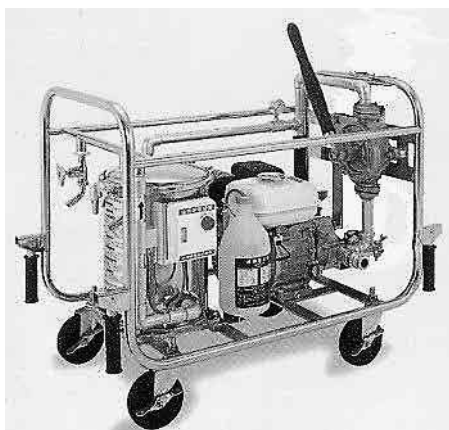
なお、訓練時に正常に作動しないなど、異常を発見した場合には、区民防災課に連絡してください。



発電機



バーナー



ろ過器

●燃料

発 電 機	ガソリン
煮炊用バーナー	灯 油
ろ 過 器	ガソリン

Q

備蓄の食料はどれくらいあるのか

A

避難拠点1か所当たり700人の1日分の食料や飲料水等を備蓄しています。



アルファ化米



クラッカー



調製粉乳

要点

備蓄食料は以下のとおりです。

<解説>

区が1日分を備蓄し、それ以降については東京都が備蓄・調達することになっています。

①食料

2,100食(3食×700人×1日)を、アルファ化米とクラッカーで備蓄しています。

②飲料水

2,100ℓ(3ℓ×700人×1日)をペットボトル(500ml)で備蓄しています。

③乳幼児用ミルク

避難所の乳幼児の3日分を調製粉乳と液体ミルクで備蓄しています。

※クラッカーの25%、乳幼児用ミルクの5%をアレルギー対応品で備蓄しています。



ペットボトル飲料水

※【乳児用液体ミルク】

災害時は、電気・ガス・水道などのライフラインの停止により、「調乳する水」や「お湯を沸かす熱源」の確保が難しくなります。

こうした場合に備えて、調乳の必要がなく滅菌済みですぐ使用できる乳児用液体ミルクを備蓄しています。

Q

飲み水を得るにはどうするのか

A

備蓄してあるペットボトル飲料水（3リットル×700人×1日分）や、学校の受水槽、応急給水用資器材（スタンドパイプ）などを使用します。

要点

大地震などの災害時には、飲料水の確保が重要になります。ペットボトル飲料水、学校の受水槽、応急給水用資器材（スタンドパイプ）、応急給水槽や給水所、防災井戸によって確保することとしています。

なお、各校に設置している学校防災井戸の水は生活用水として使用します。

<解説>

1人当たり1日3リットルの飲料水が必要とされています。しかし、全区民の飲料水を避難拠点で確保することは不可能です。そのため、訓練を実施する際は、各家庭での飲料水備蓄の必要性を説明し、ご協力をお願いしてください。

なお、避難拠点には応急給水用資器材（スタンドパイプ）が備蓄されているため、開設中は、これを利用して区民への応急給水を実施することも可能です。



ペットボトル飲料水
500mlを4200本（計2,100ℓ）備蓄している



防災井戸
区内の深井戸で、主として飲料水用



給水拠点（応急給水槽、給水所）
東京都水道局の非常災害用給水設備



応急給水用資器材
避難拠点にあり、主として飲料水用

Q

備蓄で足りないとき、
どうするのか

A

不足する物資を避難拠点
に輸送します。

要点

備蓄食料は、想定される避難者数に対応しています。しかし、避難者数が想定を超えている場合などは、練馬区災害対策本部に要請し、集中備蓄倉庫等から物資を運搬するなどの対応につなげます。

<解説>

災害時の食料については、区が1日分を、2・3日分は都が備蓄、調達することとしています。国や都からの物資は、区の輸送拠点で受け入れてから、各避難拠点に配送します。災害時に迅速に輸送が行えるよう、都や東京都トラック協会練馬支部等と定期的に訓練を実施しています。なお、大地震による災害が発生した当初は、道路の陥没やがれきによる交通渋滞が考えられ、物流が停止する可能性がありますので、地域で食料や燃料、生活用品を調達できるよう、事前に確認しておきましょう。



被災者の医療と救護

Q

避難拠点ではどんな治療が受けられるのか

A

簡単な手当てを行います。

要点

備蓄庫のガーゼや包帯等を使用して簡単な手当てを行います。なお、医師は参集しないため専門的な処置はできません。

<解説>

大地震発生直後、医師等の医療従事者は、あらかじめ指定された病院や医療救護所(p.80参照)に集中的に配置されます。避難拠点には、4日目以降、状況に応じて医師等が巡回し、簡単な手当てと健康相談を行います。



Q

負傷者はどこに連れて行くのか

A

指定された病院や医療救護所等に搬送または誘導してください。

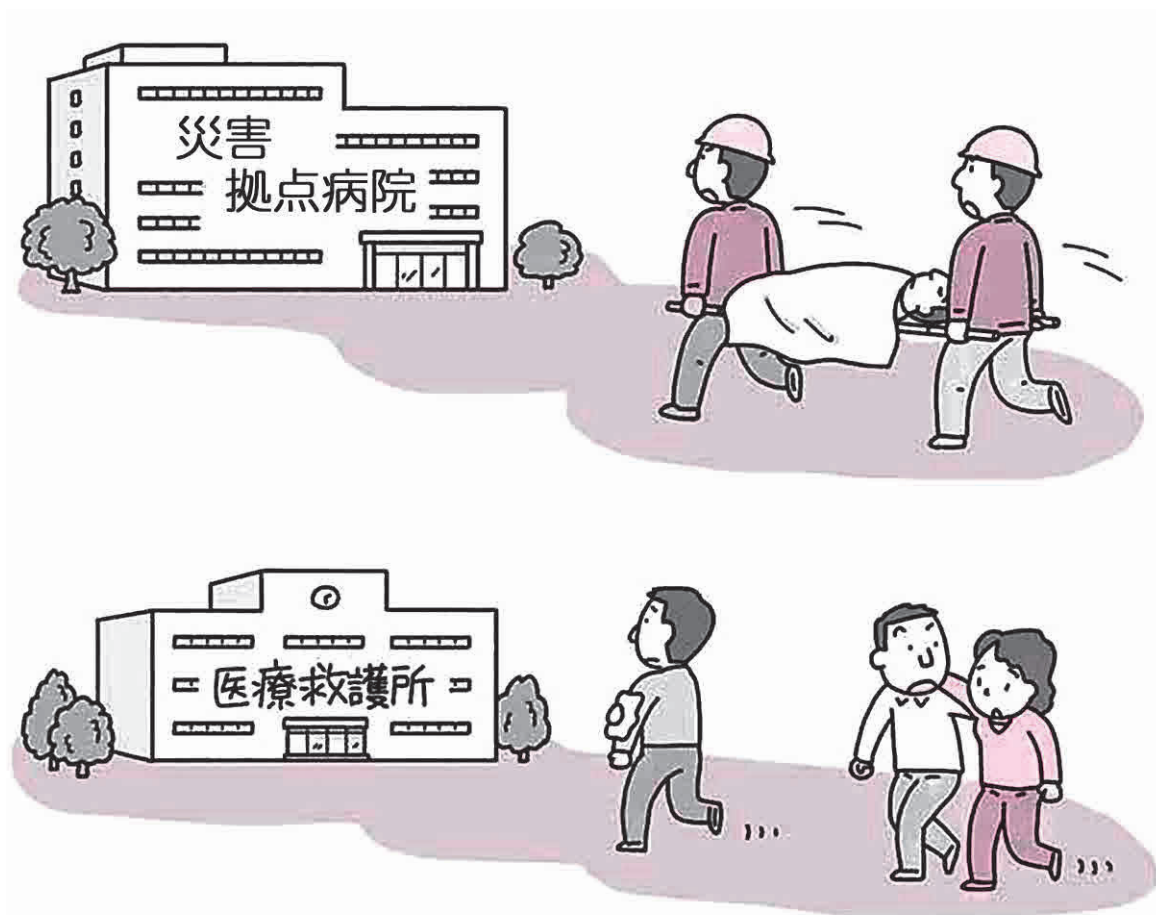
要点

負傷者に対する医療活動を行うためには、専門的な設備や医薬品が必要となります。このため、被災を免れた医療機関（病院、診療所等）が負傷者のケガの程度に応じて対応します。

また、避難拠点のうち10校を「医療救護所」として指定しています。あらかじめ医療救護資器材を備蓄するとともに、医療救護班等（医師会、歯科医師会、薬剤師会、柔道整復師会）が参集し、トリアージ（p.38参照）や軽症者の応急処置を行います。

<解説>

重症者等は災害拠点病院や災害拠点連携医療機関が処置にあたります。一方、軽症者は医療救護所や災害医療支援医療機関等が対応するよう役割分担し、連携して災害医療に取り組みます。



Q

医療機関や医療救護所に負傷者が大勢押し寄せても大丈夫か

A

多数の負傷者が同時に発生した場合には、緊急度や重症度に応じて治療の優先順位を決定します。(トリアージ)

要点

ケガや病気の程度が重症であるほど、専門的な治療や設備が求められ、受け入れ可能な医療機関も限定されます。

災害医療の中心的役割を果たす災害拠点病院などに軽症者が多数来てしまうと、緊急性の高い重症者への対応に遅れが生じてしまう恐れがあります。

このため、災害時には負傷者の緊急度や重症度を判断(トリアージ)し、受け入れる医療機関等を定めます。これにより軽症者は医療救護所などに誘導され、重症者は災害拠点病院等に搬送されます。

<解説>

災害拠点病院(p.39表ア)および災害拠点連携医療機関(p.39表イ)は重症者や中等症者の対応に専念し、軽症者を医療救護所や災害医療支援医療機関、地域の診療所(p.39表ウ、オ、カ)で受け入れることを基本とします。このため、重症者や中等症者を受け入れる医療機関では、軽症者の受け入れができない場合があります。

また、人工透析や産科などの患者を受け入れる専門医療拠点病院(p.39表エ)を定めています。

- I 重症 (赤)…直ちに処置しなくては命にかかわる者
- II 中等症 (黄)…多少治療の時間が遅れても生命に危険がない者
- III 軽症 (緑)…軽易で、専門医の治療を必要としない者
- 0 死亡 (黒)…呼吸をしていない者。実際の死亡認定は医師の診断を待ちます。

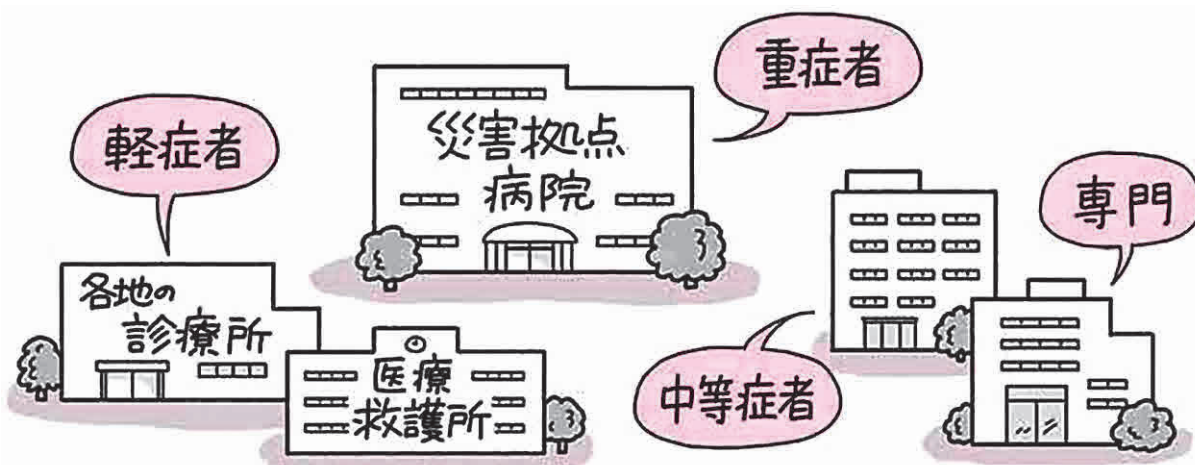


【災害時医療機関等】

災害時医療機関	医療機関の区分	医 療 機 関 名	対応区分
	災害拠点病院 (ア)	①順天堂練馬病院 ②練馬光が丘病院	重症者
	災害拠点 連携医療機関 (イ)	①練馬総合病院 ②浩生会スズキ病院 ③大泉生協病院 ④川満外科 ⑤田中吉祥寺病院	中等症者
	災害医療支援 医療機関 (ウ)	①辻内科循環器科歯科クリニック ②島村記念病院 ③東大泉病院 ④関町病院 ⑤練馬さくら病院 ⑥慈雲堂病院 ⑦陽和病院 ⑧豊島園大腸肛門科 ⑨阿部クリニック ⑩練馬駅リハビリテーション病院 ⑪ねりま健育会病院 ⑫桜台病院 ⑬慈誠会・練馬高野台病院 ⑭練馬志匠会病院 ⑮忠医会病院 ⑯慈誠会・光が丘病院	軽症者
	専門医療 拠点病院 (エ)	久保田産婦人科病院	妊産婦
		大泉病院	精神疾患患者
		東海病院	透析患者
	診療所 (オ)	各地域の診療所	軽症者
	医療救護所 (カ)	①旭丘中学校 ②開進第三中学校 ③貫井中学校 ④練馬東中学校 ⑤光が丘秋の陽小学校 ⑥石神井東中学校 ⑦谷原中学校 ⑧大泉南小学校 ⑨大泉西中学校 ⑩石神井西中学校	

【透析医療機関】

対応区分	医療機関の区分	医 療 機 関 名
透 析	透析医療機関 (キ)	①高松医院 ②練馬中央診療所 ③腎クリニック高野台 ④練馬桜台クリニック ⑤優人クリニック ⑥練馬高野台クリニック ⑦優人大泉学園クリニック ⑧大泉学園クリニック ⑨武蔵野総合クリニック練馬 ⑩優人上石神井クリニック ⑪石神井公園じんクリニック



救出救護と東京都指定避難場所への避難

Q

人命救助の通報にどう
対処するのか

A

区や警察、消防などの防
災機関に救助を依頼しま
す。救助の手が足りない
場合は、地域の皆さんで
協力して対処します。

要点

災害発生直後は、人命救助が最
優先となります。

大地震によって生き埋めなどの被害が
発生した場合は、時間との戦いになりま
す。地域の防災会、協定団体、警察・消
防・消防団などは、直ちに救助活動を開
始します。しかし、被害の程度が激しけ
れば激しいほど、救助の手が足りません。

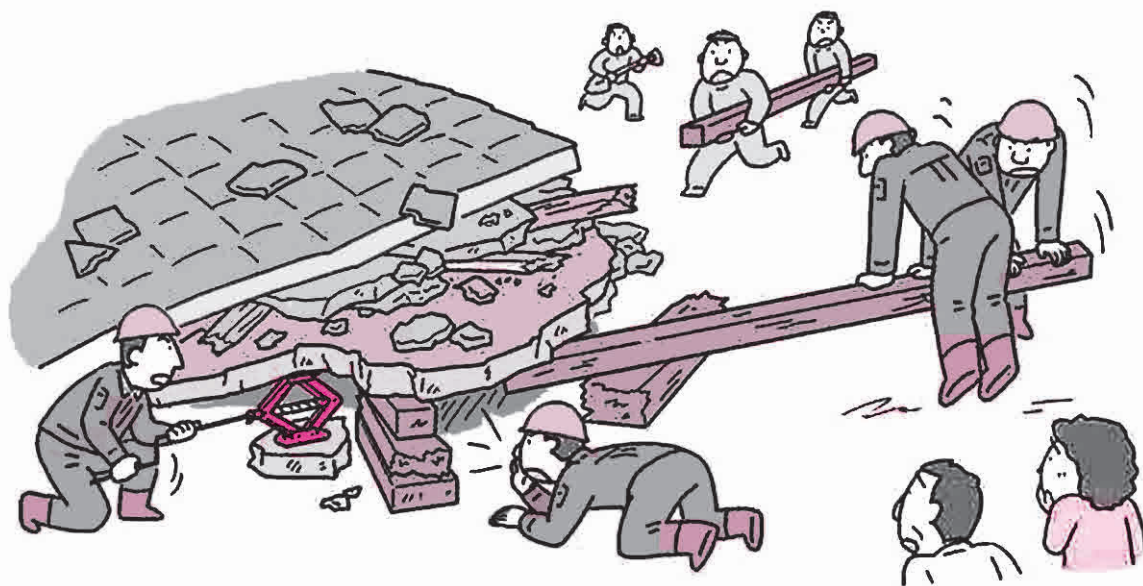
避難拠点の備蓄庫には、万能おの・
スコップが5本ずつあります。それ以外
にも、学校の物品の中から救助用品と
して使用できるものを借用し、連絡会や避
難者などから有志をつのって、救助活動
を手伝いましょう。

防災会には、ジャッキやバール等の
救助用具を貸与しています。

◆クラッシュ症候群

救助に時間がかかると、長い時間家具や建物の下敷きになった体の筋肉組織が
壊死し、そこから出る毒素によって、心臓が停止したり腎臓の機能が著しく低下
したりする等、大変危険な症状となります。

外見は重症に見えずに、どんどん容態が悪くなるため、クラッシュ症候群とわ
かった場合は、重症患者の治療にあたる医療機関等へ搬送し、医師に下敷きにな
っていた時間等を伝えましょう。



Q

近隣火災の延焼から避難拠点を守るには

A

自分たちで、延焼防止の行動をとります。地域の防災会や消防団等に協力を要請します。



街頭消火器

おおむね100m四方に1か所の割合で設置しており、初期消火活動のためのものです。

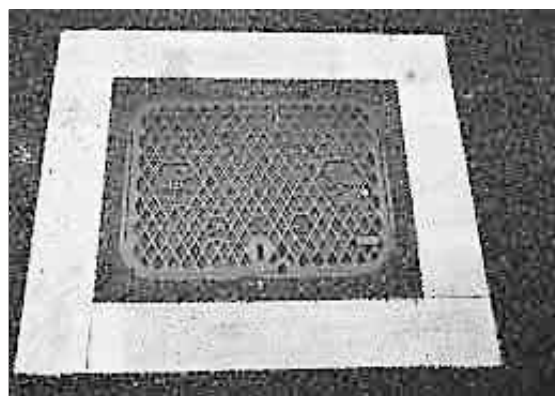
要点

大地震にともなう災害で、一番被害が大きいのが、火災です。自宅や地域での初期消火や延焼防止に努めることが、まちを守ることになります。

避難拠点自体での初期消火や、近隣からの延焼防止は、この活動の一環であり、地域の安全な避難先を失わないための重要な活動です。バケツリレーが必要な場合には、避難してきた人達にも協力してもらいましょう。

<解説>

主な消火設備としては、地下貯水槽・プール・街頭消火器・消火栓・ミニ防災井戸・学校防災井戸があります。



消火栓

消火活動に必要な水を供給するための設備
(スタンドパイプ接続可能)



ミニ防災井戸

個人住宅等と協定。生活・消火用水
(手動、軽可搬消火ポンプ接続可能)



学校防災井戸

全避難拠点にあり、生活用水の確保のための
ものです (交流100V電動式)。

Q

東京都指定避難場所に避難するのはどんなときか

A

地域に避難指示が出された場合や、大規模火災等により、避難拠点が危険になった場合です。

要点

このような場合には、練馬区災害対策本部の指示や、防災機関の指示により、東京都指定避難場所へ一時避難を行ったり、他の避難拠点へ移動します。一時避難や移動は、原則として、警察など防災機関の職員・要員（区・学校）・連絡会の役員などの引率・誘導によって行います。

（東京都指定避難場所一覧 p.82参照）

<解説>

東京都指定避難場所は、大規模な火災等で避難者が各人の判断で個々に一時避難する以外は、練馬区災害対策本部の避難指示や、防災機関などの指示により、避難する場所とされています。

大規模で激しい災害でも、近隣の避難拠点で安全を確保できると判断される場合は、東京都指定避難場所に避難する必要はありません。

災害直後の、自宅や近隣での救出・救護や、初期消火・延焼防止活動を確実に行うことや、震災後の地域の安全確保・治安の維持という観点からも、遠方への避難は望ましくありません。また、地域内での避難には、自宅が無事な場合に直ちに帰れる、という安心感があります。



Q

防災会や近隣避難拠点との連携はどうするのか

A

避難拠点の活動を円滑に行うためにも、連携は不可欠です。

要点

地域の防災会と近隣の避難拠点は、避難者の誘導・受け入れ、地域住民の安否確認、延焼防止や情報・物資等のやり取りなど様々な面で連携することが必要になります。

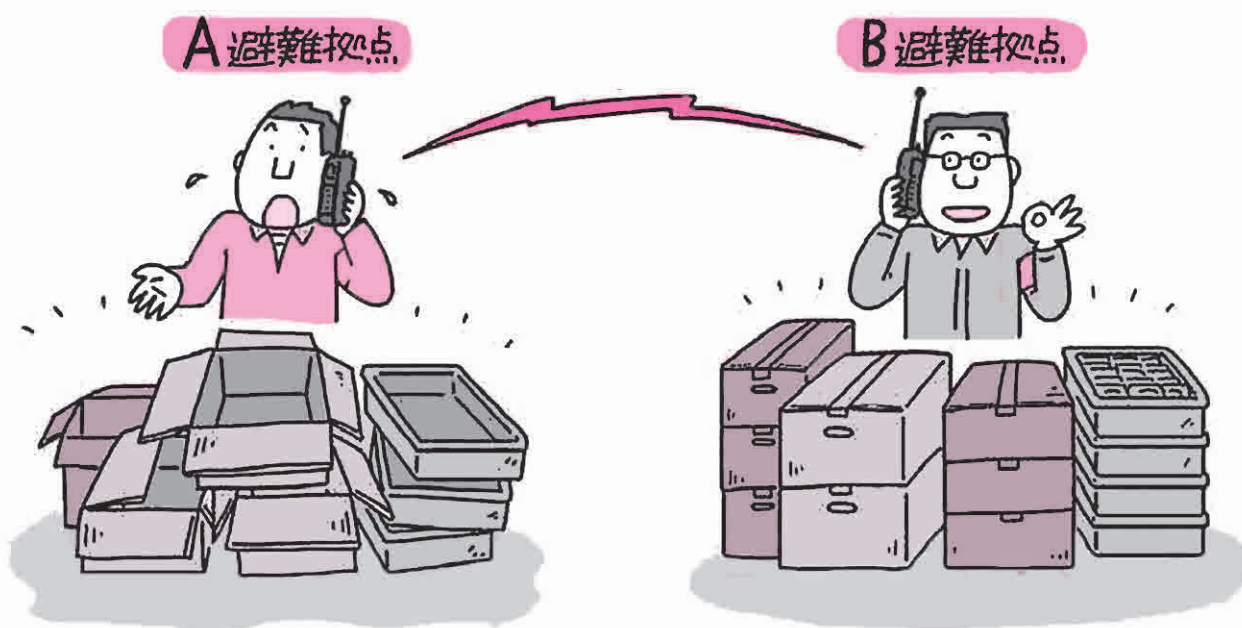
<解説>

おおよその分担を考えると、防災会は避難拠点の外側(地域)を担当します。避難拠点運営連絡会は、避難拠点の内側を担当します。しかし、災害発生直後の初期消火・延焼防止活動や、救出・救護活動においては、地域の全ての皆さんの力を結集してあたらなければなりません。

また、避難拠点は受け入れた避難者だけでなく、地域の「在宅避難者」(注)までも含めた、物資や飲料水の供給拠点となります。

近隣の避難拠点とは防災無線で連絡可能であるため、避難者の受け入れ調整や、備蓄物資、救援物資の緊急の調整などが可能です(これらの調整は、原則として練馬区災害対策本部で行いますが、その余裕のない場合には、緊急措置として避難拠点の間で調整します)。

(注) 区では、地震発生時、自宅が安全な場合は自宅で生活続けること(在宅避難)を勧奨しています。



被災者の自立促進、授業の早期再開への協力等

Q

被災者の自立促進のために
どうするのか

A

避難拠点の運営に積極的に
参加してもらいます。

要点

大災害が発生した直後は、多くの被災者が精神的・肉体的に大変な状況にあると思われます。このため、当初は要員（区・学校）や連絡会のメンバーなど、日頃から準備をしてきた人たちが中心となって避難拠点の運営を行うことになります。しかし過去の災害の経験などから、一定の期間が経過した後は、避難者自身が運営を担っていくことが望ましいとされています。

連絡会は、避難者自身で避難拠点の自主的な運営ができるように、徐々に準備していきます。

<自立促進のために行うこと>

代表者(小集団)の選出

情報伝達、避難者の意見・要望の集約、
ルールの引き継ぎ

自主運営管理

ごみ処理、トイレ掃除、部屋の掃除、防火、
夜の見回り、物資・食料配布 等

Q

授業の早期再開のために
どうするのか

A

避難拠点は本来教育の場
であることを、避難者に
理解してもらいます。

要点

各避難拠点で、避難している場
所を徐々に整理し、使用できる
ようになった場所で授業を再開します。

また、練馬区災害対策本部で決定する
避難拠点の統合と閉鎖について、避難者
に理解してもらうように努めます。

<解説>

練馬区災害対策本部では、災害発生から一定の期間が経過したのちは、帰宅、仮設住宅や公営住宅への入居等の、避難者の動きを見定めながら避難拠点の統合と閉鎖を検討します。その際は、避難者を代替施設（他の避難拠点、区立施設の一時使用など）に移ってもらうように準備をします。

被災者の自立促進、授業の早期再開への協力等



Q

避難拠点が閉鎖されるのはいつか

A

各避難拠点の状況を鑑み、計画的に避難拠点を統合・閉鎖していきます。

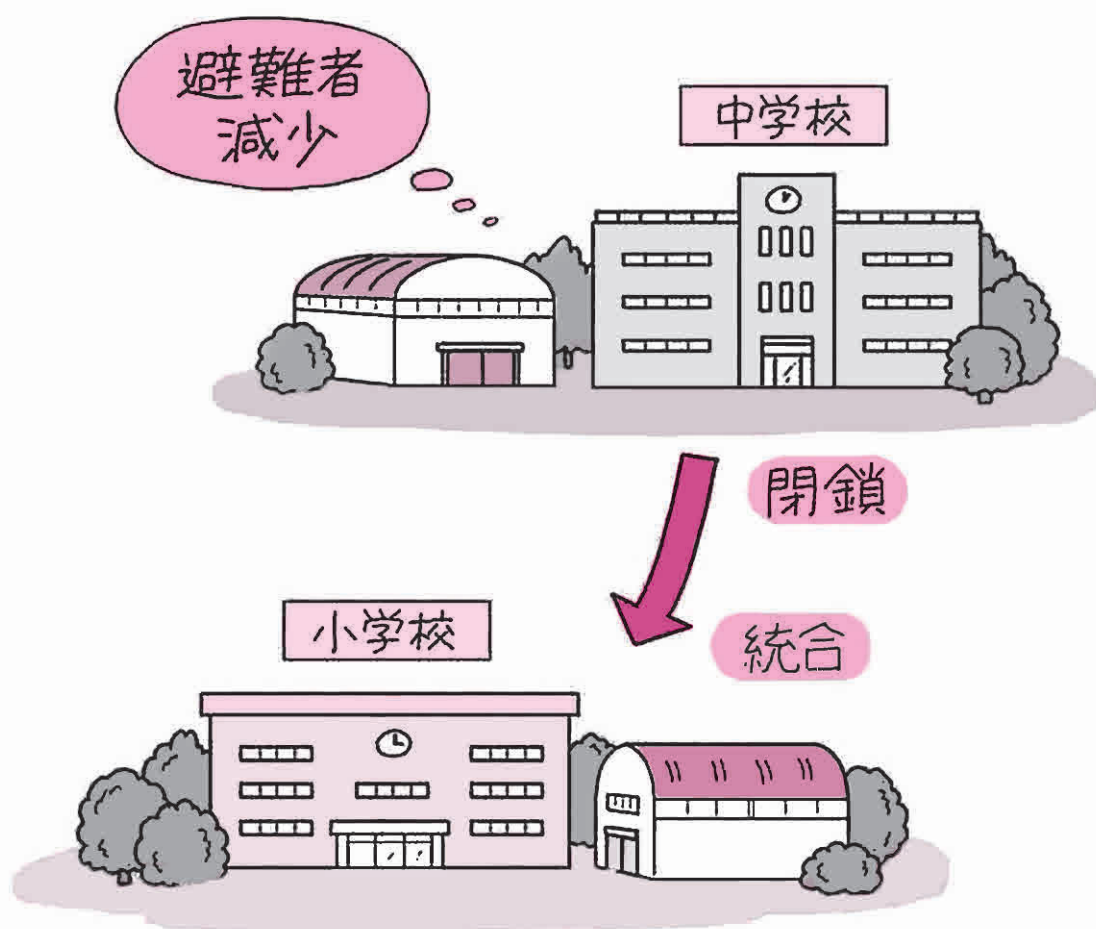
要点

区内全体の被害状況や避難状況から、練馬区災害対策本部において判断し、各避難拠点到閉鎖の指示をします。災害後の教育再開と長期的な避難者支援を両立させるためには、計画的に避難拠点の統合・閉鎖を行うことが重要となります。

<解説>

避難者が減少した後における、避難拠点の統合・閉鎖については、次により計画的に実施します。

- ①避難者が減少するまでの間については、小・中学校の避難拠点とも、同様の取り扱いとします。
- ②中学校は比較的短期間を想定した避難拠点とし、小学校は長期避難者に対応する避難拠点と位置づけます。
- ③避難拠点として閉鎖した後の中学校は順次、教育再開します。



第2章

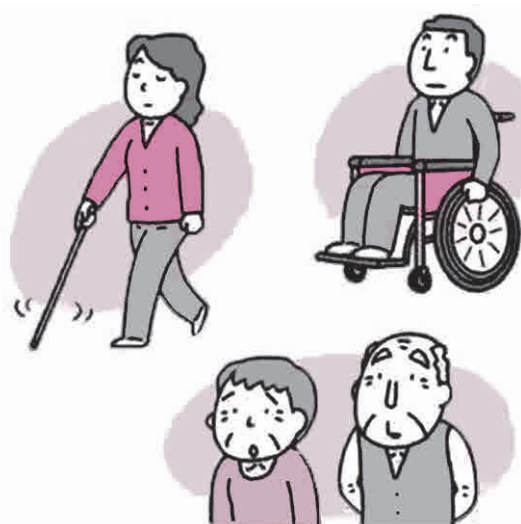
要配慮者への支援

要配慮者とは

「要配慮者」とは、高齢者・障害者・乳幼児など大地震などの災害が起こったとき、特に配慮が必要な方々です。

平成23年の東日本大震災では、被災地全体の死者数のうち65歳以上の高齢者の死者数は約6割であり、障害者の死亡率は被災住民全体の死亡率の約2倍に上るなど、要配慮者の死者が非常に多いことがわかっています。

要配慮者には、災害時の安否確認や避難誘導、避難生活での支援が特に必要となります。この章では、要配慮者の支援にかかわる以下の3項目について、説明します。



1. 避難拠点で求められる配慮

要配慮者は、避難拠点内で支援や情報が届かずに孤立してしまう恐れがあり、個別の対応（p.48～51）が求められる場合があります。

しかし、要配慮者は、外見からは判別ができないことも多く、また、LGBTQの方など自分から状況や要望を伝えることが難しい方もいることから、支援してほしい内容を聞き取るなど、状況の把握に努める必要があります。

2. 避難拠点での生活が困難な方の受け入れ先

まずは避難拠点内に設置された要配慮者用の居室へ誘導しますが、要配慮者の状態によっては、避難拠点での生活が困難な方もいます。困難の度合いにより、福祉避難所（p.52、53）への受け入れを要請します。

3. 避難拠点を活用した災害時の安否確認の仕組み

要配慮者のうち、災害時に自ら避難することが難しく、支援を必要とする方々を「避難行動要支援者」といいます。

区では「避難行動要支援者名簿」を避難拠点に配備し、避難拠点を活用した大地震発生時の安否確認の仕組みを構築しています。

1. 避難拠点で求められる配慮

要配慮者に求められる支援は、心身の状況等により様々です。
以下の例を参考に、個別の対応をお願いします。

手足が不自由な方への配慮

車いすや杖などを使用し、移動が困難な方、麻痺などにより手足を十分に動かせない方などがいます。一般に区立小・中学校の施設は、こうした方々の生活を想定した構造となっておらず、バリアフリー化などは十分ではありません。

車いすからの乗り降りや移動の支援、必要な物資を手渡しで届ける、などの支援のほか、トイレに近い場所に居室を設けるなどの配慮が考えられます(ただし、学校内のトイレは車いすの方には狭く、利用しづらい場合があります)。



目の不自由な方への配慮

目の不自由な方には、①全盲の方、②文字は見えなくても明るさは判断できる方、③視力が弱くて文字がぼんやりとしか見えない方などがいます(メガネをなくしてしまった方は③に該当する可能性もあります)。

校内放送やハンドマイクなど、音声案内による情報支援や、移動の際の補助などが必要となります。

また、トイレなどへ向かう動線の確保や、炊き出し用資材などの危険物に接触しないような配慮が求められます。



耳の不自由な方、および日本語に慣れていない方への配慮

耳の不自由な方には、補聴器をつけていない方もいるため、外見での判別は困難です。耳が不自由なことや手話ができることを周囲に知らせるバンダナを備蓄しています。

情報入手については、掲示板や貼紙、筆談など、目から入る情報を充実する必要があります。

なお、言葉による案内が難しい方として、日本語に慣れていない外国人の方に対しても、掲示板や貼紙は有効です。やさしい日本語やイラストを使用すると伝わりやすくなります。



内部障害の方への配慮

内部障害とは、内臓機能や免疫機能の障害です。人工透析が必要な方やストーマ（人工肛門・人工膀胱）を装着している方など、外見からは判別ができません方も多くいます。

医療機関との調整が必要な場合がありますので個別のニーズをご確認ください。



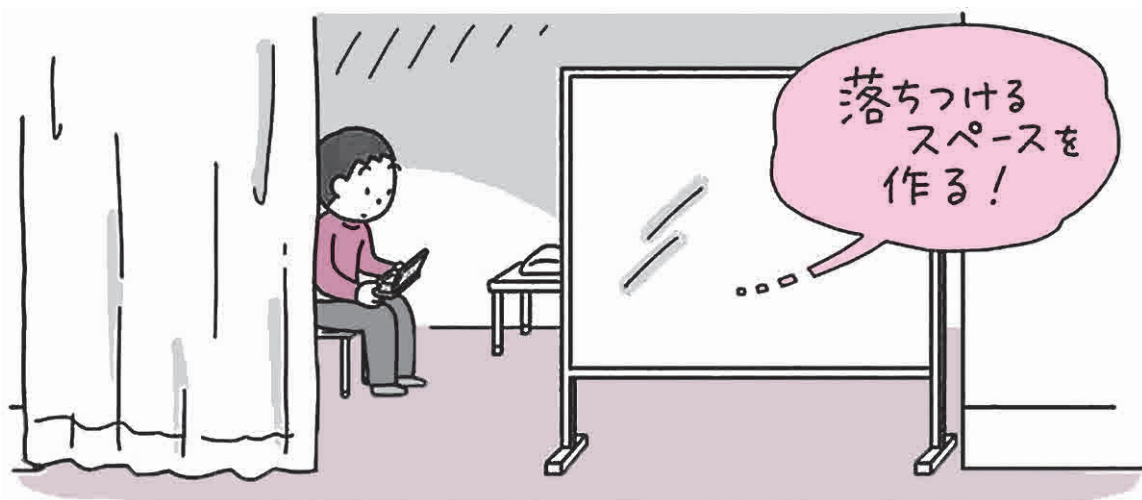
知的障害・発達障害の方への配慮

知的障害・発達障害の方は、コミュニケーションがうまくとれず、行列に並べない、急に走り出したり、大きな声をあげてしまうなど、集団生活が難しい場合があります（個人差があります）。

外見による判別ができないことなどから、周囲の理解が得られず、過去の災害では避難所生活ができなかったとの報告も多くあがっています。

以下の対応をとるなど、ご理解・ご支援をお願いします。

- ①複雑な説明や難しい言葉が分かりづらいです。相手の話をしっかり聞き、ゆっくり分かりやすい言葉で話しましょう。
- ②聴覚情報が苦手で、言われただけでは理解できない場合がありますが、視覚情報は得意で、指さしやマーク等で理解できることがあります。行くべき場所や方向を指さしたり、具体的なものを提示したりして説明することでわかりやすくなります。
- ③一般の方とは避難する部屋を分けたり、横になれる場所やつい立等を利用した専用のスペースを確保するなど、刺激の少ない環境を提供することで、落ち着ける場合があります（音や光に過敏に反応してしまうことを防ぎます）。



精神障害の方への配慮

精神障害の方は、病気のタイプも様々ですが、状況や環境の変化に弱く、突発的な事態に柔軟に対応することが苦手です。動揺している時は、時間を取り、落ち着くよう話してください。

- ①物ごとを考えていく道筋がまとまらないことがあり、行動がストップしたりします。集団生活のペースについていけないこともあり、周囲の人から見ると理にかなった行動がとれない場合があります。個別にルール等を説明して孤立しないようにしてください。
- ②他者との交流が苦手で、自分から口頭で援助を求めることが難しい方もいるので、周囲と違う行動をとっていたら声をかけてください。
- ③服薬の継続が欠かせません。服薬ができるように飲料水の確保をお願いします。



妊産婦への配慮

妊娠初期は流産の危険性があり、中期は早産の危険性、後期は分娩を目前にした時期でもあります。産婦（少なくとも産後1か月程度）は、出産後の回復過程で心身ともに無理はできない時期です。可能な限り、以下の点について、配慮をお願いします。

- ①周囲が配慮できるように、特に妊婦初期は、マタニティマークストラップ（本人持参の場合）等を目立つ位置につけてもらう等、周りからわかるようにしてもらいましょう。
- ②避難拠点の被災者支援の業務については、妊婦も無理のない範囲で参加して差し支えありませんが、周りの方は、妊婦としての配慮を忘れないようにしましょう。重い荷物の運搬や持続した立ち仕事、寒さや暑さが厳しい中での作業は、避けるようにします。産婦も同様ですが、母乳栄養のためにも乳児の世話を最優先できるように配慮をお願いします。
- ③妊婦に異常が発生した時（胎動の減少、強いお腹の張り、出血など）の連絡体制、妊娠後期は、出産に備えての体制について、本人を交え話し合っておきましょう。
- ④妊娠中は、頻尿、膀胱炎、便秘、エコミークラス症候群になりやすい状況にあります。可能な限り、トイレに近い・畳敷きなど条件の良い場所を使用できるように、検討してください。



乳幼児への配慮

乳幼児は、感染症、低体温症、脱水症などになりやすく、避難者の中でも、特別な配慮を必要とします。可能な限り、以下の点に配慮をお願いします。

- ①母乳栄養継続のために、授乳スペースを確保してください。独立した部屋として確保できない場合は、段ボールで仕切るなどプライバシーが保たれるような場所づくりの工夫をお願いします。
- ②人工栄養の場合は、備蓄庫に粉ミルク・哺乳瓶は備蓄されていますが、哺乳瓶の洗浄、消毒ができない場合は、衛生的な紙コップでも代用できます。
- ③寒い季節は、毛布、使い捨てカイロなどを使って、乳幼児の保温に配慮しましょう。
- ④暑い時期には、熱中症予防のための通風や水分補給に努めましょう。
- ⑤乳幼児の泣き声や動き回るなどの行動により、家族は周りに気兼ねし、ストレスとなります。乳幼児を持つ人同士で交流したり、助けあったりできるような配慮をお願いします。



コラム

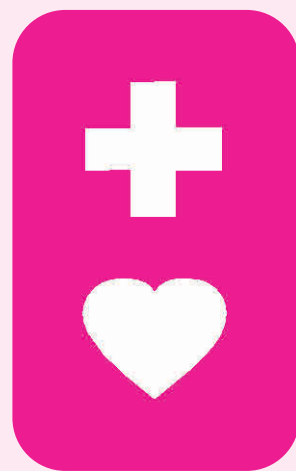
◆「ヘルプカード」を見つけた時は、支援にご協力を

練馬区では、緊急時や災害時、外出時等において、支援や見守り等を必要とする方などを対象に「ヘルプカード」を配布しています。その中には、障害の特性や個々の状態に応じた必要な配慮や支援内容が記載されます。

ヘルプカードをお持ちの方を見つけたり提示された場合は、記載内容に沿った支援をお願いします。

また、東京都では、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくする目的で、「ヘルプマーク」を作成し、都営交通を中心に配布や標示を実施しています。区内では障害者施策推進課、総合福祉事務所および保健相談所でも配布しています。

「ヘルプカード」のマークと「ヘルプマーク」は同じマークです。



ヘルプマーク

2. 避難拠点での生活が困難な方の受け入れ先

災害時の避難場所は、まずは最寄の避難拠点となりますが、介護を必要とするなど、避難拠点での生活が困難な場合も想定されます。

そのような方々の受け入れ先として、福祉施設の協力のもと、「福祉避難所」を開設します。

福祉避難所の開設

福祉避難所は、区内の高齢者・障害者施設等を指定していますが、すべてが開設されるのではなく、施設の被害状況や避難拠点からの受け入れ要請などに基づき、二次的に開設され、避難拠点から移動（搬送）し利用いただくことになります。



対象となる方

高齢者、障害者、難病患者、人工透析患者など、避難生活において特別な配慮を必要とする方で、介護保険施設や医療機関などに入所・入院するに至らない程度の住宅の方を主に対象としています。

ただし、対象となる方すべてを受け入れることは難しいと考えられるため、次に掲げる方など、避難生活の状況を踏まえて対応します。

- ①車いす利用者、視覚障害者および介護を要する方等で、現に避難している避難拠点に段差があるなど、移動することが困難な方
- ②自閉症、精神障害、認知症などにより、集団での避難生活を長期に継続することが著しく困難な方で、現に避難している避難拠点での対応が困難な方
なお、福祉避難所への受け入れ要請にあたっては、避難拠点要員を中心に、本人の心身の状況、介助者の有無、障害の種類や程度、本人や家族の希望等を確認の上、練馬区災害対策本部へ連絡してください。



福祉避難所への避難の流れ

①避難拠点への避難

要配慮者の方々も危険が迫っていなければ、避難する必要はありません。まずは自宅で生活することが基本となります。

自宅の倒壊や火災、避難指示等が出された場合など、自宅での生活ができない場合は、避難拠点（区立小・中学校）に避難します。

②避難拠点から災害対策本部への受け入れ要請

避難拠点での生活が困難と思われる場合、避難拠点から災害対策本部に対し、福祉避難所での受け入れを要請します。なお、避難対象者1名につき、共に避難する介助者は1名とすることを基本とします。ただし、介助する方がいない場合や、介助者に小さな子どもがいて離れられない場合など、避難者の状況により例外もあります。

③災害対策福祉部における調整

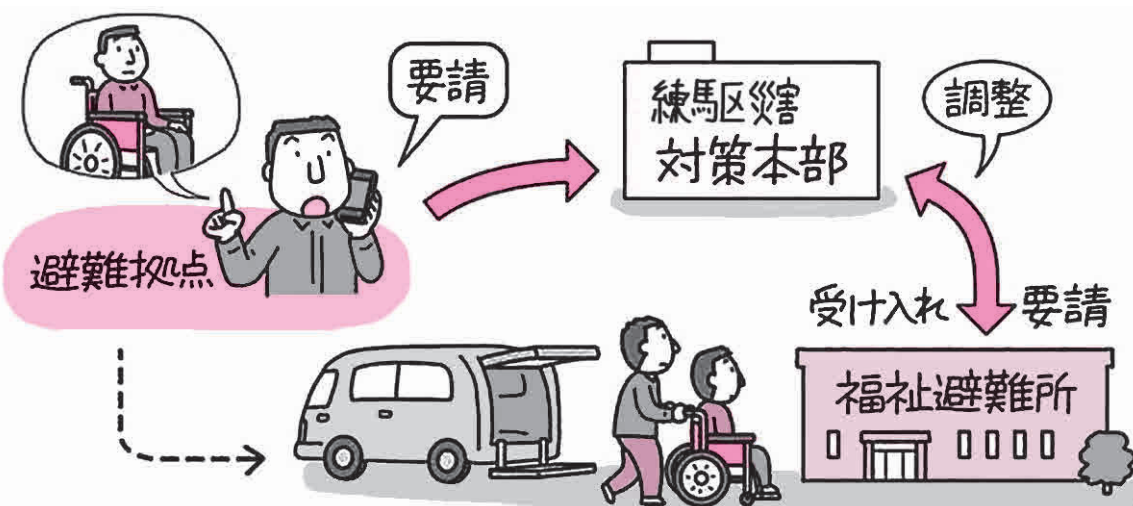
災害対策福祉部では、福祉避難所に指定された施設からの情報を集約し、開設可能な施設と受け入れ可能人数等を把握します。

各避難拠点からの受け入れ要請者について調整の上、各福祉避難所への受け入れ対象者を決定し、各施設に対し福祉避難所の開設および対象者の受け入れを要請します。

④福祉避難所への移送

練馬区災害対策本部は、各避難拠点に対し、対象者の決定および受け入れ先の福祉避難所等を連絡します。各避難拠点では、対象者およびその家族等に対し、福祉避難所で受け入れ体制が整ったことを伝え、了解を得ます。

その後、福祉避難所の受け入れ対象者を家族や地域における支援者が移送します。これらの方を防災機関、区民防災組織、練馬区および各施設等が支援します。



3. 避難拠点を活用した災害時の安否確認の仕組み

安否確認の仕組み

災害時に自力で避難することが困難な方について、練馬区では、平成19年度から「災害時要援護者名簿」を作成し、ご本人や代理人からの申請により名簿への登録を進めてきました。平成30年度に、名称を災害対策基本法に規定された「避難行動要支援者名簿」に変更し、下記の要件に該当する方は区が名簿に自動的に登録することとなりました。その他の自力避難が困難な方は、ご本人や代理人からの申請により名簿に登録されます。

区では、この名簿を避難拠点到に配備し、災害時に要支援者の安否確認等を確実・迅速に行えるように仕組みを構築しています。また、外部提供に同意のあった方の名簿については、民生・児童委員および受領を希望する防災会等のほか、地域包括支援センター、消防署、警察署にも提供し、要支援者を支援する地域の活動に活用しています。

【名簿に自動登録される方】

- ①介護保険の要介護3以上の認定を受けている方
- ②身体障害者手帳（1級～2級）をお持ちの方
- ③愛の手帳（1度～4度）をお持ちの方
- ④精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方

安否確認の手順

震度5弱以上の地震が発生した場合、民生・児童委員や防災会、災害ボランティア等が指定された避難拠点到に参集し、区要員の割り振りのもと、協力して安否確認を行います。必要に応じて、避難者にも協力をお願いします。

※すでに町会・自治会等で安否確認の仕組みが構築されている場合には、新たな仕組みに変更する必要はありません。安否確認の開始および結果を避難拠点到までお知らせいただけるようお願いいたします。

※避難拠点的の避難者名簿からも安否確認を行います。

※安否確認中に、要救助者がいた場合は、避難誘導や防災機関への救助依頼等を行います。



第3章

災害対策の時間割

時間割のモデル

① いのちを守る時間帯

→ 自分の身の安全の確保

② 家族を守る時間帯

→ 火の始末や家族の救出・救護など

③ 隣近所を守る時間帯

→ 近隣での初期消火や救出・救護など

④ まちを守る時間帯

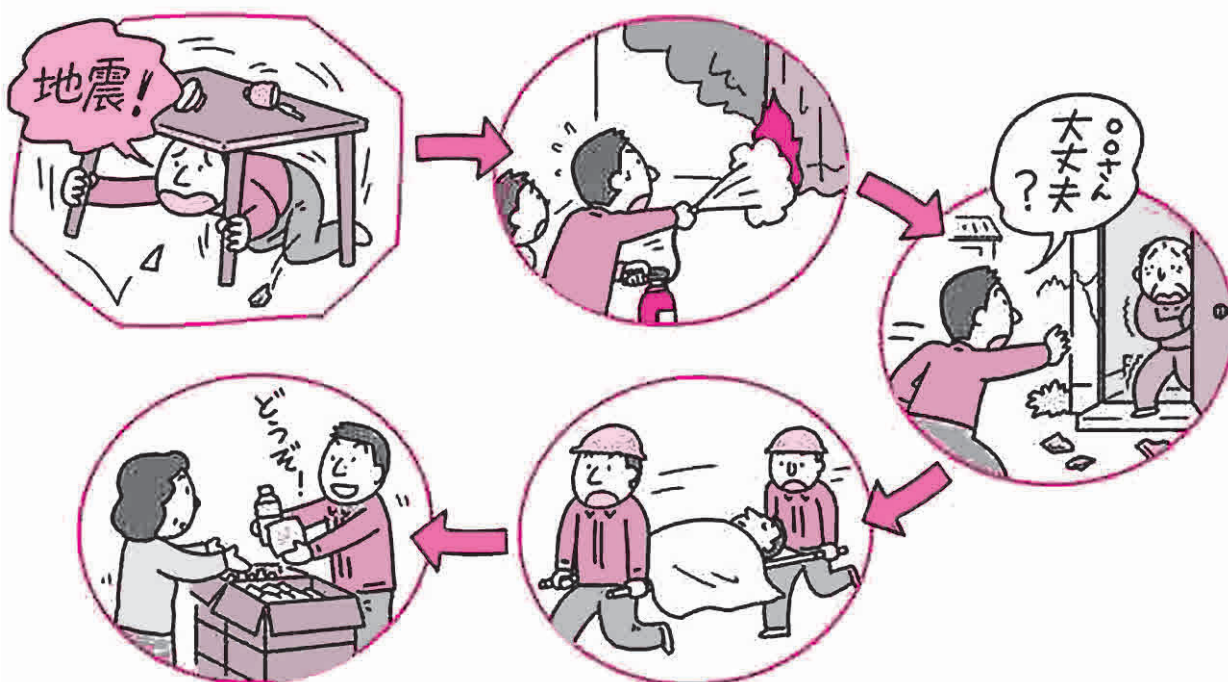
→ 防災会等の活動を中心とした、地域での消火や救出・救護活動など

⑤ 応急対応の時間帯

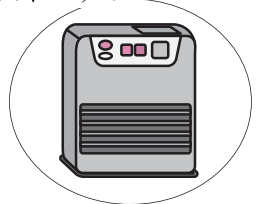
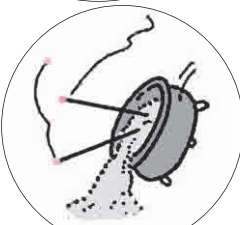
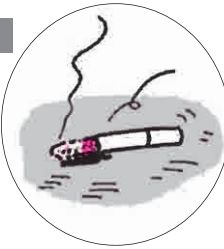
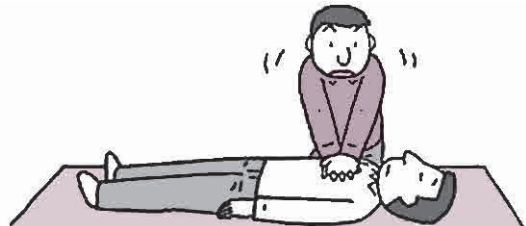
→ 避難拠点での支援

このモデルを別の面からみると、①は「個人での対応期」、②は「家族での対応期」、③は「近所での対応期」、④は「地域での対応期」、⑤は「地域と防災機関との組織的対応期」といったように、一人ひとりの対応から組織的な対応へと活動が変化していくことが分かります。

つまり、人々の協力関係や、それに基づく活動がしだいに大きくなっていくのです。



大きな揺れのその瞬間と、その直後(大揺れが収まってきた時)

いのちを守る時間帯	家族を守る時間帯
個人での対応期	家族での対応期
●すべての人が「自分の身は自分で守る」ための行動をとる。しかし、赤ちゃんや子ども、高齢者、障害のある方など、自分の身を守るのが困難な方がいます。そのため、日頃からの「身の周りの安全づくり」や「地域での協力」が必要なのです。  とっさにテーブルや机などの下に入る！  ざぶとんなど手近かなもので頭を守る！  就寝中はふとんをかぶる！  子どもには「大丈夫よ！」などと声をかける。	●家族の安否確認や救出・救護にあたる。 ●大きな揺れが収まったら、「火の始末」の行動をとる（ストーブの火など使用中の火の気はすべて消す）。 ●出火がないかを確認する（都市ガスやLPガスは、大きな揺れと同時に供給がとまりますが、ガス漏れや破損の有無などをくまなく点検しましょう）。 ●出火した場合は落ち着いて消火する（ただし、天井に火が達したら無理せず避難しましょう）。 火の始末！ ストーブ  台所のガス  仏壇の線香  ふろの火  落ちたまま、忘れたままを防ぐ！ 吸いかけのたばこや、調理中の火など  応急手当 心肺蘇生や止血などの応急手当をする。 

数分後から数時間後

隣近所を守る時間帯

近隣での対応期

【初期消火や延焼防止】

- 隣近所で声をかけ合って、火の用心を確認し合う。
- もし出火を発見したら、「火事だー！」と大声を出して隣近所に知らせる（決して自分だけで処理しないようにする）。
- 隣近所が協力して、消火器やバケツの水などを持ってかけつけ、初期消火を行う。



隣近所同士、安全や火の用心の声をかけ合う！



隣近所の出火には消火の応援にかけつける！

【安否確認や救出・救護】

- 家屋の倒壊や家具の転倒などで家族が下敷きになっていたり、行方がわからなくなっていたら、隣近所に応援を求める。
- 隣近所の救出・救護に協力する。
- 特に近隣の高齢者などの要配慮者の家にはすぐに駆けつけて安全を確認する。
- 負傷者がいたら、安全な場所に移し、必要な応急手当をして、医療救護所や医療機関への搬送に協力する。

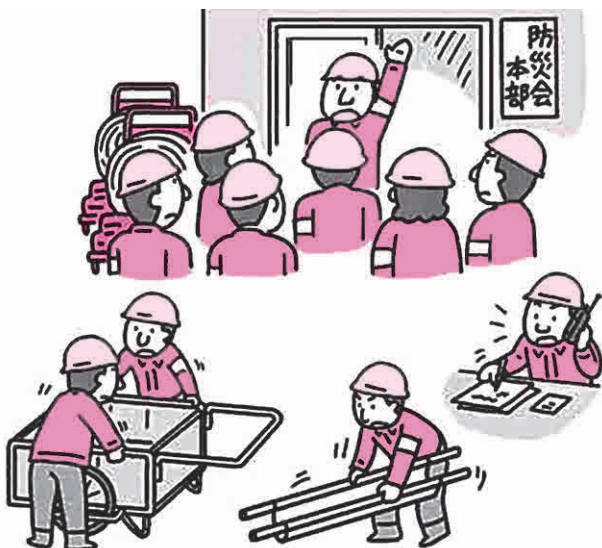


要配慮者の家庭をたずねる！



救出・救護は手分けして必要な行動を！

数分後から数日間後

まちを守る時間帯	応急対応の時間帯
地域での対応期	地域と防災機関との組織的対応期
【地域での消火や救出・救護】 ●防災会等が組織的な活動を開始する。 ●まず、メンバーの一人ひとりが、自宅の安全確認をすませてから、あらかじめ決められた場所に設置された「本部」に集合する。 ●集合までの途中で、高齢者などの要配慮者世帯をたずねたり、消火や救出・救護の必要がないか確認する。 ●消火部門や救出・救護部門はすぐに出動できるよう資器材などの準備態勢をとる。 ●特に消防水利の点検は至急すませる。 ●情報部門を中心に、地域の被災状況の情報収集活動を展開する（メンバーが地域に散らばって状況を確認すると同時に、防災会の活動状況を住民に知らせる）。 ●地域での消火や救出・救護活動には多くの人手が必要なので、協力者をなるべく多く手配する。 ●避難拠点を通じて、練馬区災害対策本部と情報の授受ができるようにする。	【避難拠点で実施する支援活動への協力】 ●避難拠点は、練馬区内で震度5弱以上の地震が起きた場合に、区要員により開設され、連絡会の協力を得ながら、避難者の受け入れや支援を行うこととしている。 このような避難拠点での支援活動に対し、無理のない範囲で協力する。
	

防災会と避難拠点運営連絡会の役割

防災会と避難拠点運営連絡会は、「学校の内側と外側」で、大地震による被害を最小限に食い止めるために活動する団体です。

どちらも地域にとってなくてはならない団体であり、また、両団体が連携・協力することにより地域の災害対応力はより強固なものとなります。

■防災会と避難拠点運営連絡会の主な役割

	防災会	避難拠点運営連絡会
構 成	町会・自治組織単位	複数の町会・自治会・PTA等
活動目的	①地域の防災活動 ②「在宅避難者」の支援活動	①避難生活者の支援活動 ②授業の早期再開への協力活動
活動場所	町会、自治会内	避難拠点内
活動期間	災害発生～3日程度が中心	災害発生～7日程度を想定
活動内容	①初期消火 ②情報連絡 ③安否確認 ④避難誘導 ⑤救出救護 ⑥応急手当 ⑦給食給水 等	①施設管理 ②救護衛生 ③物資配給 ④情報連絡 ⑤被災者相談 ⑥救助要請 ⑦給食給水 等
両組織の相違点	人命救助、まちの延焼防止など地域の防災活動を主体とする。また、被災者の支援活動等を行う	避難生活者の支援を行い、生活の復旧に協力する。また、周辺地域の災害情報を収集する

■防災会と避難拠点運営連絡会の連携事例

●救護活動

住民を避難させる場合は、避難拠点まで誘導する。手当の必要な人がいたら、医療機関や医療救護所へ運ぶ。

●消火活動

一つの防災会では救出・消火などの活動が間に合わない場合は、避難拠点を通じて応援を依頼する。

●情報収集

周辺地域の被災状況などを避難拠点へ提供する。区の被害状況、ライフラインの状況などを避難拠点から取得する。

●給食給水

避難拠点から配給を受ける。炊き出しの機材を利用する。

■役割の兼職と地域の連携

大地震発生時には、防災会・避難拠点運営連絡会の他にも、町会・自治会、消防団、民生・児童委員、民間団体など、多数の方々が地域のために活動します。これらの役割を兼ねている方もいますが、その場合には、災害時にどの活動を優先するかを事前に決めていただき、周りに知らせておくことが大切になります。

地域の事情に詳しい方々が、平常時から顔の見える関係を構築し、連携していざという事態に備えていただくことは、大変頼もしく、地域にとって理想の姿といえます。

第4章

避難拠点の
6つの役割

役割1 水・食料の配給拠点となります

飲料水

- ・避難拠点を開設した直後は、各学校に備蓄してあるペットボトル飲料水、受水槽の水、応急給水用資器材（スタンドパイプ）による給水のほか、給水所や近隣の応急給水槽、防災井戸の水を飲料水として利用することができます。
- ・1人当たり1日3リットルの飲料水が必要とされ、各避難拠点到配水用の給水袋が備蓄されています。
- ・各避難拠点で断水が継続している場合には、他の自治体などの給水車の協力により、飲料水の応急給水を行います。

生活用水

- ・洗濯用やトイレ用などの生活用水を確保するため、各避難拠点到「学校防災井戸」を設置しています。停電していても備蓄庫にある発電機につなぎ、電動で水をくみ上げることができます。

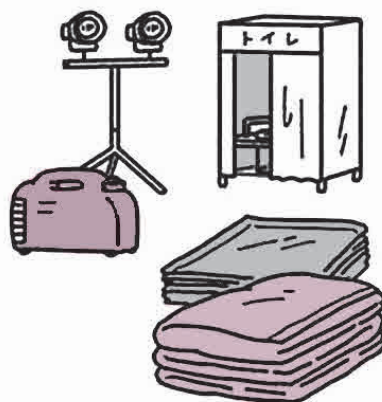
食料

- ・道路状況などにより、食料などの物資の供給が円滑に行えないことを想定して、当座の食料品として、クラッカーやアルファ化米1日3食分を備蓄しています。その他に乳児のために調製粉乳を3日分備蓄しています。
- ・電気やガスの供給が遮断しているときに、炊き出しなどを行ったり、湯を沸かすために、かまどセット（薪や木炭も使用可能）、煮炊き用バーナーを備えています。
- ・食料は、区が1日分を備蓄し、それ以降分については都が備蓄、調達することとなっています。



役割2 避難生活を支えます

- ・自宅が倒壊の危険があるなど、自宅で生活できない方は避難拠点で生活することになります。
- ・避難生活の場所の確保はもちろんのこと、毛布、敷物などの必需品や組み立て式トイレ、発電機、投光器なども備蓄しています。避難拠点1か所当たり700人分の物資を備蓄しているほか、集中備蓄倉庫にも備蓄しています(区の備蓄は、必要最低限のものです)。
- ・自宅が無事な方も、ライフラインや物流が停止している場合には、地域の防災拠点である避難拠点を頼ることとなります。避難拠点の必要物資数を集計する際には、避難者だけでなく、在宅避難者も合わせて報告してください(p.72登録カード例では「宿泊の有無」のチェック欄を設けることで、在宅避難者を登録するようにしています)。



役割3 復旧・復興関連情報を提供します

- ・無線機(音声・FAX)を各学校に配備しています。通常の電話などによる連絡手段が絶たれた場合でも、区要員や区民から寄せられた地域の被害状況を、情報拠点校を経由して、練馬区災害対策本部へ送ることができます。電気・電話が復旧したら、避難拠点と練馬区災害対策本部が直接情報のやりとりを行うようになります。
- ・練馬区災害対策本部からは、電気・ガス・水道などのライフラインの復旧状況や、道路・鉄道などの交通情報、ゴミ・し尿・がれき処理に関する情報等を提供します。
- ・掲示板などを使い、情報を提供します。
- ・災害時はデマなどが流れやすいので、区や報道機関からの正確な情報を区ホームページやテレビ・ラジオ等で確認してください。
- ・区では、大地震の発生や避難のお知らせなどを、無線放送塔を通じて行います。練馬区において震度5弱以上の地震が発生した際の放送は、日本語のほか英語・中国語・韓国語で行います。普段は、無線放送塔の試験をかねて「夕べの音楽」を放送しています。



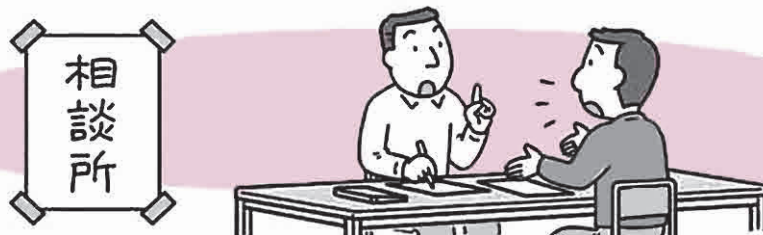
役割4 簡単な手当てや、健康相談を行います

- ・簡単な手当て用に、ガーゼ・包帯・担架等を備蓄しています。
- ・避難拠点のうち、10校に医療救護所を設けます。医療救護所では、来所する傷病者のトリアージを行い重症者・中等症者を医療機関に搬送するとともに、軽症者に対する応急処置を行います。
- ・発災後4日目以降に医師などの巡回により、避難拠点で簡単な手当てや健康相談を行います。



役割5 被災者のために相談所を開設します

- ・仮設住宅のあっせん、ストレスのケアなど、避難生活や生活再建に関する相談のための窓口を開設します。



役割6 救助などの要請を行います

- ・避難者等から寄せられた情報により、行方不明者の搜索や救助のため、避難者の中からボランティアを募ったり、防災会等に協力を依頼します。
- ・地域の防災会などでは不足する場合、他の地域の防災会などに協力を要請します。
- ・消火や人命救助のために、専門的な技術が必要とする情報が寄せられた場合は、無線などを使って練馬区災害対策本部へ連絡します。練馬区災害対策本部は救助等の協定を結んだ団体や、公的機関へ出動を要請します。



第5章

その他の 震災対策

災害時の協定について

大規模な災害の発生時には、ライフラインや情報通信網が途絶し、また膨大な量の応急復旧活動を遂行できないという事態が生じるおそれがあります。このような事態に対処するために、区は物資の供給、医療救護、緊急輸送等の人的・物的支援にかかる各種応急対策・復旧活動等について、自治体や民間事業者、関係機関との間で協定を締結しています。

● 自治体間協定

長野県上田市や群馬県前橋市、埼玉県上尾市等と協定を結んでいます。協定では、大規模災害が発生した場合、職員の派遣、食料・生活必需品などの提供、被災者の受け入れなど、幅広い応援対策および応急復旧対策を各自治体の規模や地域特性などに応じて実施することを定めています。

● 民間事業者や関係機関との協定

民間事業者とは主に以下の内容の協定を結んでいます。

- ◆車両の確保や物資の搬送、道路の障害物除去等、緊急輸送対策
- ◆飲料自動販売機やデータ放送等の表示機能を活用した災害情報の提供
- ◆飲料水、食料等の物資の調達と供給
- ◆避難拠点の生活環境を確保する物資等の調達
- ◆避難拠点における給排水設備の緊急点検と応急修理
- ◆災害時の医療救護活動
- ◆災害時の福祉避難所の運営

他

● 地域協定

地域協定は学校と避難拠点と事業者の三者において締結する協定です。この地域協定を災害時に実施することで災害時の活動をよりスムーズに行うことができます。地域協定の実施にかかる経費は区が負担します。

【地域協定の例】

- ①避難拠点周辺のスーパーマーケットとの物資の優先供給に関する協定
- ②避難拠点周辺の飲食料業者との物資の優先供給に関する協定

ねりま防災カレッジ事業

1 ねりま防災カレッジ事業とは？

発生の切迫性が懸念されている首都直下地震や、集中豪雨などの都市型災害による被害を少なくするためには、防災について、区民一人ひとりが関心を持ち、正しい知識や技術を身につけ、実際に行動に移すことが大切です。

このことから、地震防災をはじめとする区民の皆さまの防災に対する意識の向上を図り、地域において活動する人材を育成するため、「ねりま防災カレッジ」事業を実施しています。



2 ねりま防災カレッジ事業では何をするの？

年間を通じて、各種事業を実施します。

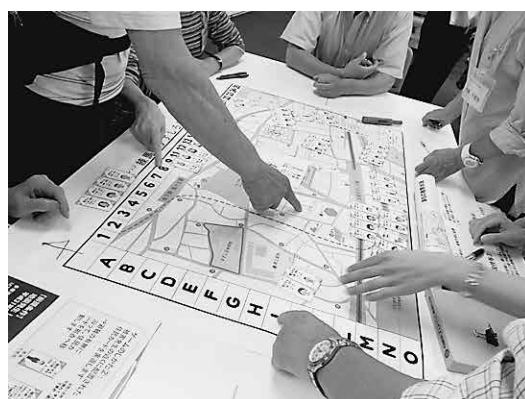
例えば、防災の基礎を学ぶための講座や、区民防災組織に所属している方を対象にした講座など、防災知識の習熟度に合わせたクラス別プログラムなどを実施します。

また、小・中学校等において実施する防災訓練や授業への職員の派遣、一定人数の区民で構成されるグループに対する出前講座などを実施し、組織的防災行動力の向上を図ります。

その他にも、区民一人ひとりの防災意識の向上に役立つ事業を展開していきます。

—防災体験のご案内（予約不要）—

- ①開館日午後2時～4時：消火器の取扱い、三角巾を使用した応急手当等
- ②開館日毎週火・木曜日および毎月第二日曜日 午後2時～4時：起震車・VRによる地震体験

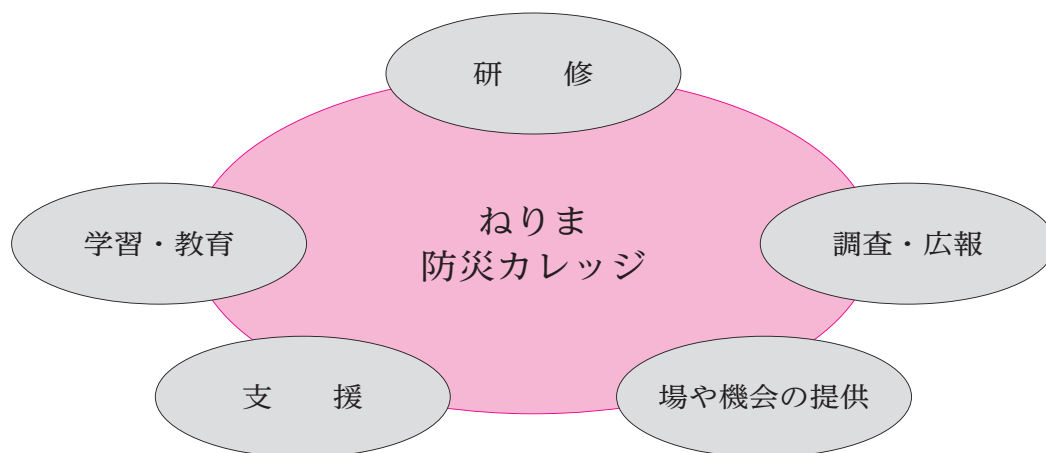


3 ねりま防災カレッジの機能

ねりま防災カレッジでは、5つの機能について事業を実施していきます。

- (1)研修
人材育成を行う研修機関としての機能
- (2)学習・教育
実際に役立つ知識・技術の習得ができる学習・教育機関としての機能
- (3)調査・広報
知識や情報の収集・発信を行う調査・研究、広報機関としての機能
- (4)支援
地域の活動を助ける支援機能
- (5)場や機会の提供
訓練や交流会・各種イベントなど、場や機会を提供する機能

カレッジの5つの機能



4 練馬区立防災学習センターの運営

平成26年4月に、ねりま防災カレッジ事業の中心拠点となる「練馬区立防災学習センター」を開設しました。

学習センター・カレッジの概要

■場所

練馬区光が丘6-4-1

■施設内容

1 階展示室……防災に関する資器材、パネル、模型の展示、救出救護やロープワーク等の防災体験、図書・映像資料の閲覧・貸出、家庭や地域での防災活動に関する相談の受付等を実施

3 階研修室……ねりま防災カレッジの各種カリキュラム、研修室貸出等を実施

■利用時間

午前10時から午後6時まで(月曜日(月曜日が祝休日の場合は直後の平日)・年末年始休館)

※研修室は午前9時から午後9時30分まで利用可(年末年始のみ休館)

研修室の利用方法については、事前にお問い合わせください。TEL5997-6471



練馬区帰宅支援ステーション(一時滞在施設)

1 設置の目的

災害時において帰宅困難者に対し、一時的に休憩するための場所や、軽食、飲料水、情報等を提供することにより、安全な帰宅への支援を行います。駅周辺または幹線道路沿いの以下の区立施設を、帰宅支援ステーションとして指定しています。

2 練馬区帰宅支援ステーションとして指定する施設

施 設 名	住 所
練馬文化センター	練馬1-17-37
光が丘区民ホール	光が丘2-9-6
生涯学習センター分館	高野台2-25-1
石神井公園区民交流センター	石神井町2-14-1
関区民ホール	関町北1-7-2
勤労福祉会館	東大泉5-40-36
区民・産業プラザ (Coconeri3階)	練馬1-17-1

※ 上記のほか、都立高校や区と協定を締結している民間施設、各避難拠点などでも、帰宅困難者の支援を行います。

3 ステーションの運営

(1) 開設基準

- ①練馬区で震度5弱以上の地震が発生した場合（自動的に開設）
- ②周辺地域で大きな揺れを観測する地震により、区内を通過する鉄道が運転を停止した場合（状況判断のうえ開設）

(2) 支援内容

- ①場所の提供（一時休憩場所やトイレ）
- ②物資の提供（軽食、飲料水、寝袋、携帯トイレ）
- ③情報の提供（鉄道・バスの運行状況や道路の状況等）



第6章

資料編

データの最新版はこちら→



各種訓練実施事例

●一般参加型訓練……区民の防災意識の向上や円滑な避難拠点運営を目的として実施

- ◆起震車体験
- ◆避難者受付・誘導
- ◆災害用伝言ダイヤル171体験
- ◆備蓄物資見学・資器材操作
- ◆応急救護・担架搬送
- ◆炊き出し
- ◆初期消火（防災訓練車）
- ◆防災講話 など
- ◆煙体験



●実技型訓練……避難拠点運営関係者の技術向上等を目的として実施

- ◆避難拠点開設・マニュアル検証
- ◆備蓄庫確認・資器材操作、資器材設置場所確認
- ◆無線通信
- ◆学校防災井戸・受水槽・高置水槽・応急給水栓確認
- ◆炊き出し
- ◆図上訓練（机上で仮定の被害想定に基づき避難所運営を検討する）など
※HUG、クロスロード など



●その他

医療救護所訓練

医療救護所の開設手順や備蓄品の確認、トリアージ講習、軽症者への応急処置、後方医療機関への重症者等搬送、医療救護情報の無線連絡を実施

給水拠点開設訓練

給水所への経路や開設手順、資器材の確認、給水活動を実施

安否確認訓練

学校へ配備されている避難行動要支援者名簿やトランシーバ等の必要物品を使用し、避難行動要支援者の安否確認を実施

学校防災訓練

防災教育として学校の授業時間に資器材操作やビデオ上映等を実施

ペット同行避難訓練

ペットへの対応やペット同行で避難をされた方の受付やしつけ方教室等を実施

障害者団体合同訓練

障害者への対応やコミュニケーション方法の検証、接し方の体験等を実施



ねりま減災どっとこむ

www.nerima-gensai.com



ねりま減災どっとこむ www.nerima-gensai.com

練馬区トップページ | 区/防災気象情報 | パーチャルねりま防災カレッジ

減災&防災

STOP! ザ・災害
(1) 避難訓練

毎日の天気チェックを習慣づけましょう！
区/防災気象情報
台風情報/気象庁
雨量・雷観測情報/東電
↓
降雨・雷・河川水位情報
をご覧ください

救急隊経験者や管理師が24時間待機。必要に応じて医師が適切なアドバイス

◆◆ 防災訓練のスケジュール表 ◆◆ new!
各地で開催されている防災訓練のスケジュールです。
地域の方のみでなく一般の方に
参加していただける訓練を随時ご案内していく予定です。
お気軽に参加してみてください。

* 原則として服装はズボンなど、動きやすい格好でいらしてください。
わからない点など詳細は、お問い合わせください。

Facebookもチェック
ねりま減災どっとこむ
ねりま減災どっとこむ
【北町小避難拠点】防災訓練を実施！
去る1月25日(土)午前、北町小学校避難拠点運営連絡会主催の
防災訓練が行われました！
当日は風も弱く比較的暖かったため、スムーズに訓練を行うことが
もたらされた。

1月29日(22:00)

避難情報について

受付表

避難拠点 受付表		
事由	住 所	備 考
帰宅困難		

- 避難拠点開設後、避難者数および帰宅困難者数を把握するための簡易な受付表です。
- 初期における拠点の状況報告に利用する場合もあります。

登録カード

避難拠点 登録カード			
日	※記載不可の欄がある場合は、お申し出ください		
	性 別	生年月日	協力できること・資格
	男・女 その他()	明・大・昭・平・令 年 月 日	
	性 別	生年月日	協力できること・資格
	男・女 その他()	明・大・昭・平・令 年 月 日	
	性 別	生年月日	協力できること・資格

- 避難者世帯の情報を避難拠点に登録するためのカードです。
- 受付時に登録カードを避難者世帯の代表者へ手渡し、落ち着いたところに記入のうえ、受付に提出してもらいます。
- 在宅避難者にも記入してもらいます。

情報入力シート

避難拠点 情報入力シート							
受付日：令和							
性別	生年月日	住所			連絡先		宿泊
		都道府県名	区市町村名	区市町村名より下の住所	代表者	電話番号	有無

- 練馬区災害対策本部へ送付するためのシートです。
- 練馬区災害対策本部からの指示により、登録カードの情報をシートへ入力のうえ送付してください。

※受付表・登録カードは任意、情報入力シートは統一の様式です。

※DV避難している方など、安否情報の公開を希望しない方については開示しません。



避難拋点 受付表

[illegible]



スマートフォン等からの登録も可能です
(←二次元コードを読み取って下さい)

No. _____
受付日：令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日

避難拠点 登録カード

住所 〒 _____				いずれかに ☑	☐ 宿泊(建物倒壊、近隣火災、避難指示等)	ペット同行避難の 場合、☑
					☐ 在宅避難(水・食料の受取のみ。寝泊まりは自宅等)	
					☐ 帰宅困難(徒歩帰宅中)	
避難者全員	① (代表者)	(フリガナ)	性別	生年月日	要配慮事項 (該当する場合、☑してください)	協力できること・資格
		氏名	男・女	☐ 大正 ☐ 昭和 ☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日生 (歳)	☐ 妊娠婦 ☐ 乳児・幼児 ☐ 障害(身体・聴覚・視覚・知的・精神・その他) ☐ 人工呼吸器使用 ☐ 透析中 ☐ 投薬 () ☐ その他 ()	
	②	(フリガナ)	性別	生年月日	要配慮事項 (該当する場合、☑してください)	協力できること・資格
		氏名	男・女	☐ 大正 ☐ 昭和 ☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日生 (歳)	☐ 妊娠婦 ☐ 乳児・幼児 ☐ 障害(身体・聴覚・視覚・知的・精神・その他) ☐ 人工呼吸器使用 ☐ 透析中 ☐ 投薬 () ☐ その他 ()	
	③	(フリガナ)	性別	生年月日	要配慮事項 (該当する場合、☑してください)	協力できること・資格
		氏名	男・女	☐ 大正 ☐ 昭和 ☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日生 (歳)	☐ 妊娠婦 ☐ 乳児・幼児 ☐ 障害(身体・聴覚・視覚・知的・精神・その他) ☐ 人工呼吸器使用 ☐ 透析中 ☐ 投薬 () ☐ その他 ()	
	④	(フリガナ)	性別	生年月日	要配慮事項 (該当する場合、☑してください)	協力できること・資格
		氏名	男・女	☐ 大正 ☐ 昭和 ☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日生 (歳)	☐ 妊娠婦 ☐ 乳児・幼児 ☐ 障害(身体・聴覚・視覚・知的・精神・その他) ☐ 人工呼吸器使用 ☐ 透析中 ☐ 投薬 () ☐ その他 ()	
	⑤	(フリガナ)	性別	生年月日	要配慮事項 (該当する場合、☑してください)	協力できること・資格
		氏名	男・女	☐ 大正 ☐ 昭和 ☐ 平成 ☐ 令和 年 月 日生 (歳)	☐ 妊娠婦 ☐ 乳児・幼児 ☐ 障害(身体・聴覚・視覚・知的・精神・その他) ☐ 人工呼吸器使用 ☐ 透析中 ☐ 投薬 () ☐ その他 ()	
代表者連絡先 (電話)			避難者以外の連絡先 (緊急連絡先)			DV避難している方 など、安否情報の 公開を希望しない 場合、☑
			(電話) (氏名) (関係)			☐

退 所 日 令和 年 月 日
退所理由 ☐ 自宅に戻る ☐ 親族等の家に転居
(該当に☑) ☐ 仮設住宅に入居 ☐ その他 ()

避難拠点 情報入力シート

田月年和令田受付田

[illegible]

避難拠点備蓄物資一覧

令和8年3月31日時点

区 分	物 資 名	1避難拠点 あたりの数量 (700人分)	区 分	物 資 名	1避難拠点 あたりの数量 (700人分)
1	クラッカー(1箱70食入り)	1,330食	42	組立式トイレ (洋2・洋パネル式1)	3台
2	アレルギー対応食品(ライスクッキー)	70食	43	マンホールシューター	2台
3	アルファ化米(1箱50食入り)	700食	44	マンホール開閉用手鍵	1本
4	調製粉乳	8缶	45	携帯トイレ	700枚
5	アレルギー対応調製粉乳	1缶	46	ろ過器 (残留塩素測定器・薬剤含む)	1台
6	哺乳瓶	100本	47	加工薪	50kg
7	保存水(500ml)	2,100ℓ	48	ガソリン缶詰(1ℓ)	32缶
8	給水袋	700枚	49	灯油缶詰(1ℓ)	32缶
9	組立水槽	3基	50	灯油用ポンプ	1個
10	ポリ容器(10ℓ)	240個	51	灯油運搬用ポリタンク	2個
11	毛布	700枚	52	じょうご	1個
12	寝袋	700枚	53	ブロック	12個
13	敷物	240枚	54	トランジスタメガホン	2個
14	子供用紙おむつ	522枚	55	トランシーバー(※要支援者名簿登録 者数が多い順に26校分は1台多く配備)	8個
15	大人用おむつ	525枚	56	筆談ボード	2枚
16	担架	2台	57	スタンドパイプセット(消火栓用)	1式
17	ガーゼ	282枚	58	スタンドパイプセット(応急給水栓用)	1式
18	包帯	70巻	59	特設公衆電話用電話機	3台
19	生理用品	954枚	60	各種電子機器利用乾電池 (単1・2・3)	1式
20	三角巾	70枚	61	立入禁止テープ	2個
21	マスク	1,400枚	62	ブルーシート	3枚
22	ニトリル手袋	500組	63	ビニロンロープ(50m)	1本
23	非接触型体温計	3個	64	室内灯兼懐中電灯	2本
24	フェイスシールド	40枚	65	100m原反ロール(養生シート)	3本
25	カップ(防護服)	40着	66	台車	1台
26	ペーパータオル	300枚	67	OAタップ	3個
27	ごみ袋	30枚	68	LEDランタン (単1乾電池3本使用)	10個
28	かまどセット	4台	69	LEDランタン用乾電池(単1)	30本
29	深釜	2個	70	ポータブルスロープ	1台
30	煮炊用バーナー	3台	71	折り畳みヘルメット	6個
31	ひしゃく	2本	72	折り畳みコンテナ (初動用品収納用)	1台
32	発電機 (*情報拠点・医療救護所は1台加配)	3台	73	スマートフォン・携帯電話用充電器	1台
33	投光器	2台	74	避難所用屋内テント	8張
34	LED投光器	6台	75	防犯ブザー	3個
35	コードリール	3台	76	動物避難所開設用キット	1式
36	懐中電灯	5個	77	ペットケージ	2台
37	万能おの	5本	78	可搬型トイレ	1台
38	スコップ	5本	79	エアベッド	10床
39	腕章	31枚			
40	ビブス	12枚			
41	ガソリン携行缶	2個			

情報拠点・避難拠点グループ一覧

「情」…情報拠点

「水」…給水所支援

「医」…医療救護所

練馬グループ 統制局ねりま		
簡易無線	役割	学校名
CH30	情	旭丘小
	医	旭丘中
		小竹小
CH31	情	開進第四小
	水・医	開進第三中
	水	開進第三小
	水	開進第四中
CH32	情	南町小
		開進第二中
		開進第二小
		向山小
CH33	情	早宮小
	水	開進第一中
	水	仲町小
	水	開進第一小
CH34	情	春日小
		練馬中
		練馬小
		高松小
		練馬東小
	医	練馬東中
CH35	情	中村西小
	水	中村中
	水	中村小
	医	貫井中
		練馬第二小
		練馬第三小
CH36	情	豊玉中
	水	豊玉第二小
	水	豊玉第二中
		豊玉東小
	水	豊玉南小
	水	豊玉小

光が丘グループ 統制局ひかり		
簡易無線	役割	学校名
CH37	情	北町西小
		北町中
		北町小
CH38	情	豊溪小
		八坂小
		八坂中
		大泉第一小
CH39	情	谷原小
	医	谷原中
		北原小
	水	光和小
CH40	情	富士見台小
		石神井東小
		南田中小
	医	石神井東中
CH41	情	光が丘夏の雲小
		光が丘第三中
		光が丘春の風小
		光が丘第二中
CH42	情	光が丘四季の香小
		光が丘第一中
		旭町小
		豊溪中
CH43	情	田柄小
		田柄第二小
		田柄中
	水・医	光が丘秋の陽小
	水	光が丘第八小

石泉グループ 統制局せきせん		
簡易無線	役割	学校名
CH44	情	南が丘中
		南が丘小
		石神井南中
		下石神井小
CH45	情	三原台中
		泉新小
		橋戸小
		大泉北中
CH46		大泉北小
	情	大泉学園中
	水	大泉学園緑小
		大泉学園小
CH47	水	大泉桜学園
	情	大泉小
		大泉中
		大泉第四小
	医	大泉西中
CH48		大泉第三小
		大泉西小
	情	大泉第二中
	医	大泉南小
	水	大泉東小
CH49		大泉第二小
		大泉第六小
	情	上石神井北小
	水	石神井中
	水	石神井小
		石神井台小
CH50		上石神井小
		上石神井中
	情	石神井西小
	水	関中
	水	関町小
	水	関町北小
	医	石神井西中
		立野小

災害時給水ステーション(給水拠点)一覧

名 称			所 在 地	容積(m³)
給水拠点(東京都設置)	応急給水槽	みずのとう公園 ☆	中野区江古田1-3	100
		江古田の森公園 ☆	中野区江古田3-14	100
		都立城北中央公園 ★	板橋区桜川1-1	1,500
		区立みんなの広場公園 ☆	石神井町8-41	100
		区立大泉公園 ★	大泉学園町6-25	1,500
		区立はやいち公園 ☆	早宮1-47-11	100
		区立学田公園 ★	豊玉南3-32	1,500
	練馬給水所		光が丘2-4-1	66,600
	上井草給水所		杉並区上井草3-22-12	60,000
	杉並浄水所 ※		杉並区善福寺3-28-5	1,000

★震災対策用応急給水槽(1,500立方メートル槽)

☆小規模応急給水槽(100立方メートル槽)

※当面の間、運用停止中

防災井戸一覧

	防災井戸名称	井戸所在地
1	田柄町水道利用組合(3号)	田柄1-10-12
2	田柄町水道利用組合(1号)	田柄2-18-2
3	田柄町水道利用組合(6号)	田柄5-9-10
4	大泉名水会	東大泉3-38-13
5	一六八会	東大泉6-42
6	仲町台防災井戸	平和台1-21-7
7	慈雲堂病院	関町南4-14-53
8	豊島橋町会水道部	下石神井3-34
9	豊島園	向山3-25-1
10	土支田三丁目防災井戸	土支田3-19-17
11	石神井町一丁目防災井戸	石神井町1-11-32
12	石神井台三丁目防災井戸	石神井台3-24-37
13	ぶどうの木保育園	羽沢2-26-15
14	桜台六丁目防災井戸	桜台6-6-8
15	仲一防災井戸	錦1-7
16	関町北三丁目防災井戸	関町北3-14
17	石神井公園	石神井町5-21
18	武蔵関公園	関町北3-45-1
19	中村かしわ公園	中村1-17-1
20	中新井公園	豊玉上2-18-1
21	練馬区役所	豊玉北6-12-1
22	アカオアルミ株式会社	旭町3-33-1

福祉避難所一覧

令和7年4月1日現在

	施設名	住所	電話
1	特別養護老人ホーム 第2育秀苑	羽沢2-8-16	3991-0523
2	介護老人保健施設 リハビリパーク練馬	豊玉北1-20-20	6914-8760
3	豊玉南しあわせの里デイサービスセンター	豊玉南2-26-6	5946-2323
4	豊玉デイサービスセンター	豊玉南3-9-13	3993-1341
5	特別養護老人ホーム 育秀苑	桜台2-2-8	3557-7637
6	練馬の丘キングス・ガーデンデイサービス	練馬2-27-7	6629-4599
7	練馬デイサービスセンター	練馬2-24-3	5984-1701
8	心身障害者福祉センター	貫井1-9-1	3926-7211
9	貫井福祉園	貫井2-16-12	5987-0400
10	錦デイサービスセンター	錦2-6-14	3937-5031
11	介護老人保健施設 ライフサポートひなた	氷川台2-14-3	5922-6788
12	氷川台福祉園	氷川台2-16-2	3931-0167
13	練馬キングス・ガーデンデイサービスセンター	早宮2-10-22	5399-5315
14	特別養護老人ホーム 練馬いやし園	早宮3-13-35	5912-0245
15	練馬高松園デイサービスセンター	高松2-9-3	3926-3026
16	特別養護老人ホーム 第3練馬高松園	高松2-30-8	5848-8000
17	高松デイサービスセンター	高松6-3-24	3995-5107
18	練馬特別支援学校	高松6-17-1	5393-3524
19	デイサービスセンター さくらの苑	北町8-21-19	3931-0008
20	田柄福祉園	田柄3-14-9	3577-2201
21	田柄デイサービスセンター	田柄4-12-10	3825-1551
22	光が丘福祉園	光が丘2-4-10	3976-5100
23	光が丘デイサービスセンター	光が丘2-9-6	5997-7706
24	光が丘介護医療院	光が丘2-11-1	5997-7272
25	光が丘福祉専門学校	光が丘2-11-1	3939-5022
26	光が丘ライフプラザ	光が丘2-11-1	5967-1960
27	第3育秀苑デイサービスセンター	土支田1-31-5	6904-0105
28	特別養護老人ホーム タムスさくらの杜練馬	土支田2-16-27	5935-6397
29	特別養護老人ホーム タムスさくらの杜練馬アネックス	土支田2-36-16	5935-6705
30	土支田デイサービスセンター	土支田2-40-18	5387-6760

	施 設 名	住 所	電 話
31	サービス付き高齢者向け住宅 エクセレント練馬プレミア	平和台1-17-10	3937-1331
32	富士見台デイサービスセンター	富士見台1-22-4	5241-6010
33	Leaves練馬高野台	高野台3-8-5	6915-9344
34	高野台デイサービスセンター	高野台5-24-1	5923-0831
35	谷原フレンド	谷原5-6-5	5910-8488
36	有料老人ホーム しゃくじい台翔裕館	石神井台7-12-22	6904-8265
37	石神井特別支援学校	石神井台8-20-35	3929-0012
38	特別養護老人ホーム 上石神井幸朋苑	上石神井3-2-18	5991-1331
39	特別養護老人ホーム moi～モア～	下石神井3-6-13	3996-6600
40	大泉デイサービスセンター	東大泉2-11-21	5387-2201
41	東大泉デイサービスセンター	東大泉5-15-2	5387-1021
42	旭出生産福祉園	東大泉7-21-32	3925-6166
43	有料老人ホーム 西おおいずみ翔裕館	西大泉1-23-7	3921-4165
44	特別養護老人ホーム サンライズ大泉	西大泉4-20-17	5935-7401
45	光陽苑デイサービスセンター	西大泉5-21-2	3923-5264
46	大泉町福祉園	大泉町3-29-20	5387-4681
47	特別養護老人ホーム おおいずみの里	大泉町4-20-7	6904-6602
48	やすらぎミラージュデイサービスセンター	大泉町4-24-7	5905-1191
49	大泉学園デイサービスセンター	大泉学園町2-20-21	5933-0742
50	特別養護老人ホーム 大泉学園ふれあいの里	大泉学園町2-30-42	6904-4670
51	大泉学園町福祉園	大泉学園町3-9-20	3923-8540
52	やすらぎ舎デイサービスセンター	大泉学園町7-12-32	5387-5577
53	大泉特別支援学校	大泉学園町9-3-1	3921-1381
54	練馬福祉園	大泉学園町9-4-1	3978-5141
55	大泉障害者支援ホーム	大泉学園町9-4-2	3978-5581
56	やすらぎの杜	関町北5-7-10	3928-3315
57	第二光陽苑デイサービスセンター	関町北5-7-22	5991-9917
58	関町福祉園	関町南3-15-35	3594-0217
59	関町デイサービスセンター	関町南4-9-28	3928-5030

医療救護所一覧

名 称	住 所	名 称	住 所
旭丘中学校	旭丘2-40-1	石神井東中学校	高野台1-8-34
開進第三中学校	桜台3-28-1	谷原中学校	谷原4-10-5
貫井中学校	貫井2-14-13	大泉南小学校	東大泉6-28-1
練馬東中学校	春日町2-14-22	大泉西中学校	西大泉3-19-27
光が丘秋の陽小学校	光が丘2-1-1	石神井西中学校	関町南3-10-3

災害時医療機関

区 分	NO	医療機関名	住 所	電 話
災害拠点病院	1	順天堂練馬病院	高野台3-1-10	5923-3111
	2	練馬光が丘病院	光が丘2-5-1	3979-3611
災害拠点 連携医療機関	1	練馬総合病院	旭丘1-24-1	5988-2200
	2	浩生会スズキ病院	栄町7-1	3557-2001
	3	大泉生協病院	東大泉6-3-3	5387-3111
	4	川満外科	東大泉6-34-46	3922-2912
	5	田中吉祥寺病院	関町南3-9-23	3920-6263
災害医療 支援医療機関	1	辻内科循環器科歯科クリニック	大泉学園町8-24-25	3924-2017
	2	島村記念病院	関町北2-4-1	3928-0071
	3	東大泉病院	東大泉7-36-10	3924-5820
	4	関町病院	関町北1-6-19	3920-0532
	5	練馬さくら病院	北町3-7-19	3931-1101
	6	慈雲堂病院	関町南4-14-53	3928-6511
	7	陽和病院	大泉町2-17-1	3923-0221
	8	豊島園大腸肛門科	春日町4-6-14	3998-3666
	9	阿部クリニック	桜台2-1-7	3992-1103
	10	練馬駅リハビリテーション病院	練馬1-17-1	3557-2611
	11	ねりま健育会病院	大泉学園町7-3-28	5935-6102
	12	桜台病院	豊玉南1-20-15	3993-7631
	13	慈誠会・練馬高野台病院	高野台3-8-8	3904-5300
	14	練馬志匠会病院	土支田1-13-20	6913-3605
	15	忠医会病院	高松3-6-11	5848-8761
	16	慈誠会・光が丘病院	光が丘2-11-1	5997-7272
専門医療 拠点病院	1	久保田産婦人科病院（産科）	東大泉3-29-10	3922-0262
	2	大泉病院（精神）	大泉学園町6-9-1	3924-2111
	3	東海病院（透析）	中村北2-10-11	3999-1131

透 析 医 療 機 関

区 分	NO	医療機関名	住 所	電 話
透析医療機関	1	高松医院	高松 6-4-23	3997-1171
	2	練馬中央診療所	豊玉北 5-32-8	3991-9655
	3	腎クリニック高野台	高野台 1-3-7 3F	5910-3121
	4	練馬桜台クリニック	豊玉北 4-11-9	5999-0723
	5	優人クリニック	田柄 2-52-10 4F/5F/6F	5383-6760
	6	練馬高野台クリニック	高野台 1-8-15	5372-6151
	7	優人大泉学園クリニック	東大泉 1-28-7 2F/3F	3867-5510
	8	大泉学園クリニック	東大泉 5-40-24 3F/4F/5F	5947-5681
	9	武蔵野総合クリニック練馬	練馬 1-26-1	3993-7015
	10	優人上石神井クリニック	上石神井 1-13-13 3F/4F/5F/6F	5903-3630
	11	石神井公園じんクリニック	石神井町 7-2-5	3995-0725

東京都指定避難場所一覧

避難場所	練馬区割当地区	総面積
江古田の森公園一帯	豊玉中1～4丁目、豊玉南1～3丁目 豊玉北5・6丁目	141,817㎡
武蔵大学	旭丘1丁目、栄町、豊玉上1・2丁目 豊玉北1～4丁目	77,702㎡
公社向原住宅一帯	旭丘2丁目、小竹町1・2丁目	151,465㎡
城北中央公園一帯	羽沢1～3丁目、錦1・2丁目、氷川台1～4丁目 平和台1～4丁目、北町1丁目 桜台1～3丁目・6丁目	421,165㎡
豊島園	貫井1～5丁目、向山1～4丁目、中村1～3丁目 中村南1～3丁目、中村北1～4丁目 春日町1丁目(一部)	233,881㎡
光が丘団地 光が丘公園一帯	田柄1～5丁目、早宮2・4丁目 春日町1丁目(一部)・2～6丁目、高松1～6丁目 北町2～8丁目、光が丘1～7丁目 旭町1～3丁目、土支田1～4丁目 谷原1～6丁目、三原台1～3丁目	1,715,036㎡
石神井公園一帯	石神井町2～8丁目 石神井台1～3丁目 下石神井1～3丁目・4丁目(一部)・5・6丁目	388,349㎡
上石神井 アパート一帯	石神井台4～8丁目、上石神井1～4丁目 関町東1・2丁目、東大泉7丁目 南大泉1～4丁目	173,763㎡
上井草スポーツ センター一帯	上石神井南町、関町南1丁目 下石神井4丁目(一部)	172,295㎡
大泉中央公園一帯	東大泉2・3丁目、西大泉1～6丁目 南大泉5・6丁目、大泉町1～6丁目 大泉学園町1～9丁目、西大泉町	282,503㎡
グリーンパーク	関町北1～5丁目、関町南2～4丁目 立野町	537,475㎡
都営南田中 アパート	高野台1～5丁目、石神井町1丁目 南田中1～5丁目、富士見台1～4丁目	160,763㎡
練馬総合 運動場公園一帯	桜台4～5丁目、練馬1～4丁目、早宮1・3丁目	105,217㎡
東京学芸大学附属 大泉小学校一帯	東大泉1丁目・4～6丁目	57,861㎡

あ と が き

この「避難拠点運営の手引」を準備するにあたって、次の皆様にご協力をいただきましたので、記して感謝の意を表します。

平成11年1月

〈避難拠点運営マニュアル検討委員会〉（順不同・敬称略）

落合 和雄	避難拠点運営連絡会	部長/防災会会長
山影 信雄	避難拠点運営連絡会	会長/自治会長
梶 和美	避難拠点運営連絡会	副会長/防災会会長
松本 香代子	避難拠点運営連絡会	副会長
山崎 裕美子	中学校PTA連合協議会	副会長
亀井 永二	小学校PTA連合協議会	会長
高崎 登	練馬区立大泉第三小学校	教頭
門馬 茂	練馬区立南田中小学校	教頭
千原 隆邦	練馬区立中村中学校	教頭
越部 能光	開進第四小学校	避難拠点班長（練馬区職員）
普喜 信介	豊玉小学校	避難拠点班長（練馬区職員）

この検討委員会は、防災課長が座長を務めました。また、防災課職員が委員と事務局を務めました。

避難拠点運営の手引

平成11(1999)年1月作成
平成14(2002)年1月一部改訂
平成16(2004)年3月改訂
平成26(2014)年4月改訂
平成28(2016)年1月一部改訂
令和元(2019)年5月一部改訂
令和3(2021)年4月一部改訂
令和8(2026)年3月一部改訂

編 集 発 行

練馬区危機管理室区民防災課

〒176-8501 練馬区豊玉北6-12-1

電話 03-3993 -1111(代)

URL www.city.nerima.tokyo.jp

E-mail kuminbousai@city.nerima.tokyo.jp

デ ザ イ ン

藤巻 亮一

イ ラ ス ト

内山 享子