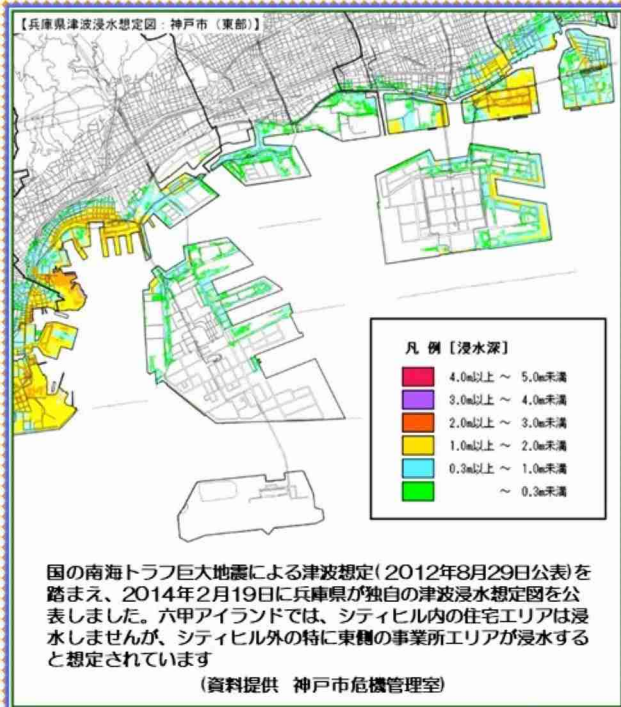


六甲アイランド CITY

防災の手引き

・・・南海トラフ巨大地震に備えて・・・

この手引きは、神戸市とのパートナーシップ協定事業の一環として、
向洋婦人会の企画を基に作成したものを、六甲アイランドCITY
自治会及び防災福祉コミュニティが改版を行ったものです。



「六甲アイランド防災の手引き」

南海トラフ巨大地震に備えて

<目次>

1. 六甲アイランドにおける防災の基礎知識

- 1-1 六甲アイランドにおける避難の考え方
- 1-2 六甲アイランドでの地震・津波の特徴

2. 備え

- 2-1 ご近所付き合い（もしもの時に協力し合える関係を）
- 2-2 家具の固定、配置の工夫
- 2-3 食料の備蓄（10日間以上）
- 2-4 備蓄品
- 2-5 トイレ
- 2-6 家族で対応を決めておきましょう
- 2-7 伝言ダイヤルの使用方法

3. おきてしまったら

- 3-1 初期対応（地震発生から津波来襲まで）
- 3-2 津波来襲からおさまるまで（約6時間の対応）
- 3-3 避難生活

参考資料

1 六甲アイランドにおける防災の基礎知識

1-1 六甲アイランドにおける避難の考え方

六甲アイランドには現在約20,000人が暮らし、島外より通学で約3,500人、通勤で約20,000人の方が来られています。

避難所は公立の学校4校だけで、収容可能人数は約2,800人です。避難者のための食料や物資は備蓄されておらず、体育館等の場所が提供されるだけです。

南海トラフ巨大地震による六甲アイランドの居住エリアへの最大津波高の想定は標高より低いものとなっており、**六甲アイランドにおいては、原則、自宅での避難生活をお願いしています。**

但し、電気・ガス・水道などのライフラインがストップすることが想定されており、自宅での避難生活が困難な方は、各自のマンション内に設営された避難所又は学校の避難所をご利用下さい。

1-2 六甲アイランドの地震・津波の特徴

※地震に関する情報は、2014年2月19日に、兵庫県から公表された数値を基にしています。また最大津波高の数値は、小数点以下第2位を切り上げています

①南海トラフ巨大地震 M9.0で東灘区は震度6弱

南海トラフ巨大地震でマグニチュード9.0の地震が発生した場合、東灘区の震度は6弱（立っていることが困難で、固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある）と想定されています

②東灘区への津波は110分後、最大津波高は3.3m

高さ約1mの津波が110分後に到達します。
第2波、第3波で最大津波高3.3mの来襲が予想されます。

③津波は数回来襲し、収束まで数時間続く

地震による津波の来襲は1回だけではなく、数回続くことが想定されています。すべての津波が収束するには、少なくとも6時間以上かかりますので十分な注意が必要です。

④シティヒル内が液状化する可能性は低い

島内の住宅エリアでは埋め立て開発時に地盤改良を実施しているため、広い範囲で液状化する可能性は低いと考えられます。

⑤島内の建物は新耐震基準に沿っている

島内の建物は、すべて新耐震基準に沿っているため、南海トラフ巨大地震に対して、建物の倒壊が起こる可能性は低いと考えられます。

⑥停電による島内の汚水処理への影響はない

島内の汚水は、ポンプ場・処理場の両方に自家発電設備が設置されていますので、災害等により長期にわたって電気の供給が止まっても、水が確保されればトイレの使用制限はないと想定されています。

⑦東緑地に安全な飲料水600tが確保されます

シティヒル東緑地地下には大容量貯水槽があり、災害時には安全な飲料水600tが確保されます。これは20,000人が10日間過ごすのに必要な量（3ℓ×20,000人×10日）で、地震などの大規模災害時には島内の住民だけでなく被災者すべてに供用されることになっています。

2 備え

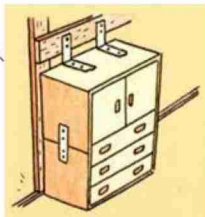
2-1 ご近所付き合い（もしもの時に協力し合える関係者）

- もしもの時に一番頼りになるのはご近所の方です。日頃からあいさつするなどコミュニケーションを積極的にとりましょう。
- 神戸市が行う1.17のシェイクアウト訓練や管理組合、自治会などの防災訓練や行事にも積極的に参加しましょう。
- それぞれのマンションで作成した「防災マニュアル」や神戸市が毎年発行する「くらしの防災ガイド」を読んでおきましょう。
- 災害発生時に助ける側に回れる方は、防災ボランティア等に登録しましょう。逆に避難生活が困難と思われる方は、各自のマンションの管理組合に災害時のお困り状況を相談しておきましょう。

2-2 家具の固定、配置の工夫

災害発生時に自宅を安全な状況にしておくことは、生命を守ることに直結します。今一度、家の中を点検しましょう。

- 家具を壁の芯材部にL型金物等で固定しましょう。注)固定については、管理組合へ事前にご相談ください。
- 就寝中に転倒または落下してくる家具や置物が無いが確認しましょう。
- ドアの近くに背の高い家具は置かないようにしましょう。



2-3 食料の備蓄（10日間以上）

国の防災基本計画が見直され、家庭では「10日間以上の水や食料の備蓄が必要」とされました。六甲アイランドにおいて水は、4日目に降に600tの給水タンクから汲み出せますが、各家庭で「3ℓ×ご家族人数×10日分」の飲料水を確保してください。

また、10日分の食料となると、何をどう買い揃えればいいのかわかりにくいと思いますが、災害時に「水のみで調理可能な避難食」や「常温で保存可能な食品」で必要な栄養が取れることを考えて保存食を準備してください。

- 長期の避難生活に備えて、日頃から長期保存が可能な食品（缶詰等）を買い置きし、賞味期限を守りながら食べて、不足したら適宜買い足しましょう。（ローリングストック法）

- 家族構成等（乳幼児・高齢者・食物アレルギー・慢性疾患等）を考慮した食品も用意しましょう。

- 日常使いしている食材の中で、常温で日持ちするものをリストアップしましょう。缶詰、インスタントラーメン、パスタ類、基本調味料、乾物、根菜類など、日持ちする食材は意外多いものです。
- 日持ちする食材と下記の備蓄食品を合わせて、家族が10日間生き延びられる食材の量を常に確保するようにしましょう。使った分については、都度補充するようにしましょう。

※備蓄食品の例

水	1人1日3ℓ×10日間程度	
主食	アルファ化米(白飯、おかゆ、味付け飯など) 缶詰のパン、乾パン、ビスケットなど 乾めん(そうめん、そば、パスタなど)	
主菜	レトルト食品(カレー、丼、パスタソースなど) 缶詰(肉、魚など。そのまま食べられるものを中心に)	
副菜	カップめん、カップ焼きそばなど 常温で保存できる野菜 (たまねぎ、じゃがいも、ニンジン、ゴボウなど)	
飲料	スープ、みそ汁など(お湯を注ぎ食べられるもの) 乾燥野菜(わかめ、切り干しダイコンなど)	
嗜好品	野菜ジュース、トマトジュース、スポーツ飲料など お茶、缶ジュースなど 缶詰のくだもの(みかんなど) 常温で保存できるくだもの(バナナ、みかんなど)	

2-4 備蓄品

(1) 10日間分の燃料

- ・ガスボンベ（調理可能時間：1本あたり1時間程度）
目安：1日2本は必要×10日＝20本

(2) 必需品

- ・ラジオ（乾電池式や手動式のもの）
- ・懐中電灯
- ・予備の乾電池
- ・電池式や手動式の携帯電話充電器
- ・ライターやチャッカマン、マッチ等
- ・常備薬（10日分程度）、処方薬、お薬手帳
- ・生理用品、おむつ、トイレトペーパー等
- ・軍手



(3) 生活用品

- ・カセットコンロ
- ・ラップ（食器に敷いて、食器洗いの回数を最小限にする）
- ・大きなビニール袋（汚物の処理、数枚重ねて水の運搬に）
- ・ウェットティッシュ
- ・ドライシャンプー
- ・新聞紙
- ・使い捨てのビニール手袋（汚れたものを始末する際に使用）
- ・発災後、室内で履くための靴（ガラスなどでケガ防止）
- ・その他（家族の状況にあったものを用意）

(4) 季節のもの

- ・カイロ
- ・虫さされ対策用品 等

(5) 持ち出し品

- ・貴重品（現金、印鑑、通帳、保険証、免許証、お薬手帳等）

2-5 トイレ

マンションの場合、管理会社が下水道の使用確認をするまでは、水洗トイレは使えません。便を固めて、燃えるゴミとして捨てる「緊急トイレ」を用意しておきましょう。常日頃からお風呂に湯を残しておいて下水道の使用が確認出来たら、この残り湯を使いましょう。またはリバーモール等にトイレで流す水を汲みに行きましょう。



<緊急トイレの使い方>

- ・便器の便座をあげて大きなポリ袋をかぶせる。
- ・処理用のポリ袋をその上から被せ、凝固剤や吸水シートで水分を処理、終了後は上のポリ袋をはずし（複数回可能な場合もあり）密封して、決まった収集所に持って行きます。
- ・汚物と使用済みのペーパーとは別に処理するなどの工夫も必要です。

非常用 緊急トイレ

◆使い方は簡単… ◆使い方……………



洋式トイレに
簡便袋をセット

凝固剤を
入れる

用を定す

簡便袋を
はずす

チェック式の
袋に入れる

中身が
見えない

袋で
2重に

2-6 家族で対応を決めておきましょう

- (1) 六甲アイランドでは、自宅避難が原則です。
通勤通学で自宅に戻れない場合の連絡方法を、家族で決めておきましょう。
- (2) 保育園、幼稚園、小学校は保護者が迎えに行くのが原則です
保護者が行けない場合、代わりに迎えに行ってもらえる方を、日頃から作っておきましょう。

2-7 伝言ダイヤルの使用方法



もしもの時に、すぐ使える、すぐ伝える。
[災害用伝言サービス]

サービスは24時間いつでもご利用いただけます。

電話・ケータイ・スマートフォンで	音声メッセージを録音/再生できます。	070	171 災害用伝言ダイヤル
ドコモケータイ・スマートフォン・タブレットで	災害情報を登録/送信/確認できます。 音声メッセージを録音/送信/確認できます。	web171	災害用伝言録 音声お預けサービス
インターネットで	文字メッセージを登録/通知/確認できます。	web171	災害用伝言録

各企業・団体から収集した災害情報をまとめた確認できるサイト「J-anpi」もございます。——<http://anpi.jp>

毎月1日と15日に体験できます。ぜひご利用ください。「東月10日」「防災週間」「防災ボランティア週間」にも体験サービスを実施します。



島外からの帰路
緊急避難場所の確認
情報の共有

3 おきてしまったら

3-1 初期対応（地震発生から津波来襲まで）

地震が発生したら「シェイクアウト」訓練の手順で身を守りましょう。

Drop

(姿勢を低く!)

Cover

(体・頭を守って!)

Hold On

(揺れが収まるまでじっとして!)

を意識しましょう。



まず低く

頭を守り

動かない

エレベーターに乗っている時に地震に遭った場合は、最寄りの停止階ですぐに降りましょう。

- (1) 自宅にいるとき
 - ・ガスなどの火元確認をしましょう。
 - ・自宅内の避難通路を確保しておきましょう。
 - ・家族の安全を確認しましょう。
 - ・自宅にいる家族の無事を確認したら、ドアの外側に「安否確認カード」等を掲示して、管理組合の災害対策本部に無事を知らせましょう。
 - ・隣同士、無事を確認し合いましょう。
 - ・防災無線、ラジオ、携帯電話等の情報に注意し、災害の規模や津波の状況等を把握しましょう。
- (2) 島内にいるとき
 - ・地震の揺れが収まってから安全な道を通って、自宅に戻りましょう。
- (3) 島外にいるとき
 - ・安全な場所すみやかに移動し、身を守りましょう。
 - ・急いで自宅に帰らず、周りの状況を確認しましょう。

3-2 津波来襲からおさまるまで(約6時間の対応)

- (1) 自宅にいるとき
 - ・島内のマンションにいれば、津波被害は受けないと想定されていますが情報を収集しながら、余震と津波がおさまるのを待ちましょう。
- (2) 島外にいるとき
 - ・安全な場所に避難して身を守りましょう。

3-3 避難生活

(1) 六甲アイランドCITY自治会の対応

- ・ 地域災害対策本部をふれあい会館に開設します。
- ・ 防災福祉コミュニティと連携してシティヒル東緑地で600t給水タンクから給水活動を行います。
- ・ 行政、諸機関などとの連絡窓口、及びマンションの管理組合災害対策本部との連絡、連携及び情報収集を行います。

(2) 管理組合の対応

- ・ 管理組合は災害対策本部を開設します。
- ・ 管理組合は被害状況を把握し、住民の安否確認を行います
- ・ 自治会の地域災害対策本部との連絡窓口となり、情報収集を行います。

(3) 給水

- ・ 飲料水は3日間分は各家庭で用意して下さい。発災により上水道がストップした場合、4日目以降は防災福祉コミュニティが管理する東緑地の600t給水タンクから水を配給します
- ・ 水の汲み出しについては、各自のマンションの管理組合災害対策本部の指示に従って下さい。

(4) 自宅での避難生活

- ・ ライフラインがストップすると、長期にわたり不便な避難生活が始まります。家族でルールを決めて乗り切りましょう。

(5) 自宅を離れて避難する場合の注意

- ・ 電気のブレーカーを落とし、ガス機器・水道の栓をしっかり締め、玄関を施錠してから各自のマンションの管理組合災害対策本部に避難場所や連絡先等を届け出てください。

(6) 食事

- ・ まず、冷蔵庫の中の傷みややすいものから食べましょう
- ・ 調理せずに食べられるバックご飯や缶詰などで必要最低限のカロリーが取れるよう工夫しましょう。
- ・ ストックの食材でどのような献立がたてられるか考えましょう
- ・ カセットコンロのボンベのストックも考慮しましょう。屋内での火気の取り扱いに注意しましょう。

参考資料

屋内の緊急避難場所と避難所（収容最大人員数）

- 向洋小学校 体育館（325人）・空教室（125人）
- 六甲アイランド小学校 体育館（500人）・多目的スペース（100人）
- 向洋中学校 体育館（200人）
- 六甲アイランド高校 体育館（1,605人）

注：緊急避難場所：命を守ることを最優先に、災害の危険から逃れるための場所

避難所：自宅が被災して帰宅できない場合に、一定期間避難生活を送るための場所。自宅や地域の安全が確認されたら、帰宅してください。

福祉避難所

- 向洋地域福祉センター
- 六甲アイランド地域福祉センター
- 共同の苑六甲アイランド
- 共同の苑六甲アイランドにじの家



注：福祉避難所：災害時の避難所での生活において、何らかの特別な配慮を要する方々のために、市が二次的に開設する避難所です。福祉避難所には、直接避難することは出来ません。近くの避難所へ避難したあと、ケースワーカー、ヘルパー、保健師等が避難所を巡回し、本人や家族の意向や状況を確認したうえで、市が対象者を決定します。

物資の配布について

物資の配布を希望する在宅避難者は、所定の避難所に登録をし、在宅避難者自らが避難所で物資を受け取ることを原則とします。避難所の運営責任者は、避難所の避難者数に避難区域内の在宅避難者で物資の配布を希望する人数を加えた物資の配布をうけます。

なお、物資の受け取り方法は六甲アイランドでは原則、個人でなく管理組合単位とします。物資を受け取る避難所はウエスト側は向洋小学校、イースト側は六甲アイランド小学校とします。