

# Mitaka みんなの防災 だより

Vol.  
06

2025年1月発行

## CONTENTS

- 01 あれから30年 阪神・淡路大震災  
阪神・淡路大震災から学ぶ
- 02 確認しよう！災害時の連絡手段
- 03 Mitakaみんなの防災フェスタ ボランティア大募集



Mitakaみんなの防災だよりとは

NPO法人Mitakaみんなの防災が定期的に発行する会員向け情報提供のお便りです。

## あれから30年

# 01 阪神・淡路大震災

平成7年1月17日5時46分。

淡路島北部の北緯34度36分、東経135度02分、深さ16kmを震源とするマグニチュード7.3の地震が発生しました。この地震により、神戸市三宮や淡路島北淡町等で震度7(のこの現地調査により決定)を観測、建物倒壊や大規模火災等で死者は6,434人にのぼりました。

阪神・淡路大震災は近代都市を襲った直下型地震であり、私たちが首都直下地震に立ち向かうための重要な教訓を残しました。

今回の特集ではその教訓を取り上げ、今、私たちにできることをご紹介します。



## 被害の概要

人的被害	死者	6,434名	
	行方不明者	3名	
	負傷者	重傷	10,683名
		軽傷	33,109名
計		43,792名	
施設関係等被害	住宅被害	全壊	104,906棟
		半壊	144,274棟
		一部損壊	390,506棟
		計	639,686棟
	非住家被害	公共建物	1,579棟
		その他	40,917棟
	水道断水	約130万戸	
	ガス供給停止	約86万戸	
	停電	約260万戸	
	電話不通	30万回線超	

データ出典：「阪神・淡路大震災について（確定報）（平成18年5月19日、消防庁）」

写真提供：神戸市

# 阪神・淡路大震災から学ぶ

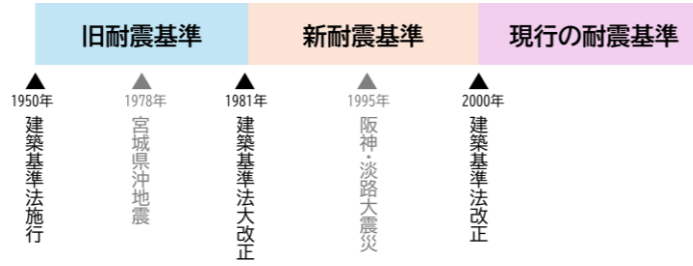
## すぐに最大の揺れが襲う

直下地震の場合、突然突き上げるような大きな揺れが来ます。  
阪神・淡路大震災で亡くなった方の原因は、「圧死」が大部分(約3/4)を占めています。

### 備え1 住宅の耐震化

三鷹市では、既存の木造住宅に対する耐震診断等を実施する方に、それに要する費用の一部を助成しています。また、診断の結果、耐震改修工事等を行う場合にも助成を行っています(要件あり)。詳しくは窓口でご相談ください。

**耐震診断・耐震改修工事のご相談**  
都市再生部住宅政策課(市役所本庁舎5階52番窓口)  
Tel 0422-29-9704



### 備え2 家具の転倒・落下・移動防止

- 部屋に置くものを極力少なくし「避難スペース」をつくる。
- ドアをふさいだり、寝ているところに倒れてこないよう配置を工夫する。
- 家具の転倒・落下・移動防止器具を活用する。



### 備え3 とにかく自分の身を守る

- 机の下に入り込む。
- ふとんの中でダンゴ虫ポーズ。
- ガラスで足をケガしないよう、室内でもスニーカーを履いて移動する。



## 火災の同時多発と延焼

阪神・淡路大震災では294件の火災が発生しましたが、水利や人的資源が不足するとともに、道路の寸断などによって消防力が追いつかず最終的に7,036棟が全焼しました(消防庁)。  
出火原因別では、38.1%が電気による火災であり、電気ストーブなどの電気器具が火元となって出火したもの、通電によるスパークやショートなどが火元となって出火したものなどが含まれます(通電火災)。

### 備え4 火を出さない・広げない対策

- 感震ブレーカーを設置する
- 停電中は電気機器のスイッチを切るとともに、電源プラグをコンセントから抜く
- 停電中に自宅から離れる際はブレーカーを落とす
- 消火器を常備する
- 住宅用火災警報器の点検  
東京消防庁では10年で住宅用火災警報器の交換を推奨しています。



## 発揮された共助の力

一刻を争う救出救助や消火活動など多くの場面で、共助が力を発揮しました。特に、隣近所のつながりが深い地域ほど、迅速な対応がとられました。

### 備え5 日頃からのご近所づきあい

- 日常生活の中での声掛けや地域イベントへの参加を通して、顔の見える関係をつくっておくことが、いざというときに役立ちます。

**町会・自治会のご紹介**  
生活環境部コミュニティ創生課 Tel 0422-29-9611

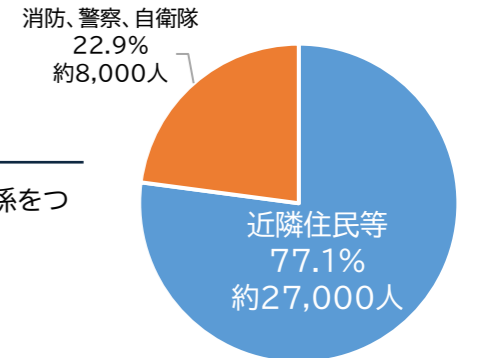
### 備え6 防災訓練への参加

三鷹市では毎年、9月頃～11月頃にかけて、7つの住区毎に総合防災訓練を行っています。この他にも町会・自治会や様々な団体による防災訓練、防災イベントも年間を通して活発に行われています。

**総合防災訓練に関するお問合せ**  
総務部防災課  
Tel 0422-24-9102

NPO法人Mitakaみんなの防災では、防災出前講座の実施や防災訓練、防災イベントの支援など、地域の防災力向上に取り組んでいます。

阪神・淡路大震災における救助の主体



## 公助の麻痺

阪神淡路大震災や東日本大震災のように大規模広域災害時には、公助の担い手となる職員や公共施設等も被災するとともに救助等の緊急対応業務が重なるため、公助が麻痺するという事態が発生しました。



被災した神戸市役所(写真提供:神戸市)

### 教訓を活かして 全国的な取組の例

- 単独の地方公共団体の対応能力を超える場合に備え、地方公共団体相互の広域応援協定が促進された。
- 市町村長による都道府県知事に対する自衛隊の派遣要請や消防庁長官等による緊急自主派遣について法定化された。
- 各自治体における計測震度計の設置
- 車両の集中による極度の渋滞等により要員や物資の緊急輸送に著しい支障が出たことを踏まえ、緊急車両の通行の確保が法で定められた。
- 水道や電気、ガスなどライフラインの耐震化が促進された。

### 教訓を活かして 三鷹市の取組の例

- 公共施設の耐震化及び防災設備の拡充
- 災害時に行うべき業務の部署割り振りとし職員への周知徹底
- 限られた医療スタッフと医療資源を有効活用するための災害時医療救護体制の構築
- 防火貯水槽・消火栓・街頭消火器等の拡充

# 確認しよう！災害時の連絡手段

1月1日～1月3日、1月15日～1月21日は災害用伝言ダイヤル・災害用伝言版が無料体験できます。  
※この他、毎月1日・15日、防災週間(8月30日～9月5日)にも無料体験できる日があります。

## 災害用伝言ダイヤル171

### ●伝言の録音方法

171にダイヤルする  
▼ ガイダンスが流れます  
録音する場合は **1**  
▼  
被災地の電話番号、携帯電話の番号をダイヤル  
▼  
メッセージを吹き込む

### ●伝言の再生方法

171にダイヤルする  
▼ ガイダンスが流れます  
再生する場合は **2**  
▼  
被災地の電話番号、携帯電話の番号をダイヤル  
▼  
メッセージが再生される

## 災害用伝言版 (web171)

### ●メッセージの登録方法

<https://www.web171.jp> にアクセス  
▼  
被災地の電話番号、携帯電話の番号を入力  
▼  
画面の指示に従ってメッセージを登録

### ●メッセージの確認方法

<https://www.web171.jp> にアクセス  
▼  
被災地の電話番号、携帯電話の番号を入力  
▼  
メッセージが表示される

今年もやります！  
Mitakaみんなの防災フェスタ

## ボランティア大募集！



「楽しく学べる、役に立つ！」をテーマに  
小さなお子さまからお年寄りまで、  
誰もが楽しみながら防災のことを考えてもらう  
イベントを開催します。

イベントの開催にあたり、  
ボランティアスタッフを募集しています。

イベント企画に興味のある方、  
企画・運営の経験を活かしてみたい方、  
ボランティアに興味のある方など、  
防災に関する知識などは必要ありません。

ぜひ一緒にイベントを盛り上げましょう！



### 募集職種

- ①企画・運営スタッフ
- ②当日お手伝い

### 応募資格

三鷹市在住・在勤・在学・  
在活の中学生以上

### 活動日時

- ①のみ：月に1～2回、平日18時頃から  
1～2時間程度
- ①②共通：**2025年3月22日(土)9～16時(※)**  
(※)午前のみ・午後をみの協力も可

### 活動場所

- ①のみ：  
元気創造プラザ内会議室
- ①②共通：  
三鷹中央防災公園  
※どちらも三鷹市新川6丁目37番1号

### 仕事内容

- ①イベントの企画・運営
- ②会場案内、着ぐるみ対応など

### 待遇

- ①のみ：  
会議出席1回につき、みたポ(※)500P
- ①②共通：  
みたポ(※)1,000P、  
お弁当&お茶支給、スタッフウェア貸与  
(※)みたか地域ポイント

### お申込

- ①:2025年1月17日(金)
- ②:2025年2月28日(金) 締切

- お名前(フリガナ)
  - メールアドレス
  - 電話番号
  - 所属(〇〇大学〇年等)
  - やってみたいこと
- をメール、電話または窓口にて  
お知らせください。



▲  
メールでの  
お申込はこちら



Mitaka 特定非営利活動法人  
みんなの防災

発行 / 特定非営利活動法人 Mitakaみんなの防災

〒181-0004  
東京都三鷹市新川6丁目37番1号 元気創造プラザ5階  
TEL/FAX 0422-26-7020  
URL <https://www.mitaka-minnano-bousai.jp/>



SNSでも  
情報発信中!