

本誌ご利用方法

右端「目次」の見出しをタップ・クリック…該当ページにスキップ 目次…本ページスキップ

▲前ページスキップ ▼次ページスキップ 音声コード…音声付ビデオ

表紙タップ・クリック…読書用ページ毎サイトリンク 紙面内L関連情報サイトリンクSページスキップ

渋谷区民 防災 マニュアル



令和2年3月

渋谷区危機管理対策部



閲覧方法

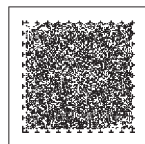


電子機能

人のつながりと意識が未来を守る街へ



音声付ビデオ



音声コード掲載

渋谷区民防災マニュアルご利用方法

2020年3月、渋谷区危機管理対策防災課改定作成



クロスオーバーメディア
編集システム導入

下記オブジェクトタップ・クリック



見開きページ



単ページ

2種類提供

いずれもスキップ機能付き、表紙タップ・クリックで変更

特徴-1

2種類ページ提供（単独・見開き）

特徴-2

目次スキップ、目次の各項目タップ・クリックで、該当ページにスキップ、INDEXで目次ページにスキップ

特徴-3

L L タップ・クリックで、関連情報（地図・電話・ホームページ等）ハイパーリンク（スマホの場合TELリンクで通話可能）

特徴-4

視覚・聴覚障害の方のナレーションとテロップ付ビデオ
見開きページの場合、各ページ右側：ビデオマーク、単ページの場合、左側：音声コードマークをタップまたはクリック。

特に目の不自由な方と付き添いの方が、同じ画面を共有して試みる事が可能となります。



音声コード掲載



音声付ビデオ

リンク等が機能しない場合：アクロバットリーダー（無料）をダウンロードしてください

以下オブジェクト

タップ/クリックでリンクします

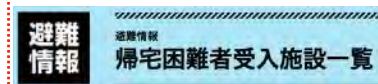
L 渋谷区

リアルタイム天気情報



本誌渋谷区民防災
マニュアル

QRコード



渋谷区防災ポータル

L 帰宅困難者の渋谷区内

の施設一覧。施設の名称、住所などが記載。災害等により帰宅困難者が発生した際に開設されます。日本語、英語、中国語、韓国語での掲載。

しぶやわたしの便利帳

令和2年1月発行

P.7掲載

関係機関お問い合わせ連絡先一覧

▲

目次

▼

はじめに

渋谷区は、平成28年10月に、渋谷区の未来像を「ちがいをちからに変える街。渋谷区」とする渋谷区基本構想を策定し、「人のつながりと意識が未来を守る街」をコンセプトに防災対策を進めています。

その中で、東京都から総合的な防災対策を掲載した「東京防災」や、女性視点で作成した「東京くらし防災」といった防災ブックが発行されたことや、都市構造の変化など防災を取り巻く状況も変化していることから、このたび平成27年に発行した防災マニュアルを改訂することにしました。

マニュアル改訂にあたっては、渋谷区独自の区民の皆さまに役立つ情報を盛り込んだマニュアルとすることを意識しました。ぜひ、「東京防災」「東京くらし防災」と一緒に本棚に並べていただき、防災対策に活用していただきたいと考えております。

渋谷区としても、避難所の整備や生活再建支援の準備など（公助）に全力で取り組んでおりますが、災害に強い街を作るためには、区民の皆さま1人1人の防災行動力を高めること（自助）と、コミュニティ内やコミュニティ同士の連携（共助）が不可欠になります。このマニュアルを活用し、いっしょに「人のつながりと意識が未来を守る街」づくりを進めていきましょう！

目次

目次赤線内項目TAP/CLICK該当ページにスキップ

Index

備えの前提

- P2 渋谷区の被害想定
- P4 自助・共助の重要性

発災時の行動

- P6 身の安全の確保
- P8 避難の流れ
- P10 安否確認・情報収集
- P18 初期消火の方法
- P20 応急救護の方法
- P22 災害時の医療体制
- P23 帰宅困難者になったら

地震への備え

- P26 自宅の防災対策
- P34 地域の防災対策
- P36 事業所の防災対策
- P38 マンションの防災対策
- P40 女性の防災対策
- P41 災害時要配慮者の防災対策
- P45 渋谷区の防災体制

避難所での生活

- P46 避難所とは
- P48 災害時のペット対策
- P50 災害時要配慮者への思いやり



音声付ビデオ

被災後の生活

- P52 被災後の生活

風水害への備え

- P55 風水害対策
- P58 水害時の行動
- P60 警戒レベルと取るべき行動
- P62 避難の際の注意点

その他災害

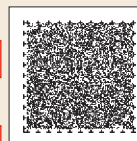
- P63 その他災害発生時の行動

地域の防災地図

- P64 新橋地区
- P66 恵比寿地区
- P68 氷川地区
- P70 大向地区
- P72 上原地区
- P74 西原地区
- P76 初台地区
- P78 本町地区
- P80 笹塚地区
- P82 千駄ヶ谷地区
- P84 神宮前地区
- P86 洪水ハザードマップ

巻末

- 関係機関連絡先一覧
- わが家の防災メモ
- メトロ安全ポケットガイド



音声コード掲載

本電子版閲覧方法および特徴

1. 2種類の掲載ページ提供。
単独ページでの掲載と見開きページでの掲載
2. 左記載の目次各項目タップ・クリックで、該当ページにスキップ、右側記載「目次」で本ページにスキップ
3. ▲前ページにスキップ、▼次ページにスキップ



クロスオーバーメディア委員会

当委員会はシニアをはじめITの苦手な方のために、どなたでも簡単に閲覧操作可能なサイトを提供しています。構成メンバーは以下をタップ・クリックしてご確認いただけます。

委員会メンバー

閲覧可能デモサイト

渋谷区の被害想定

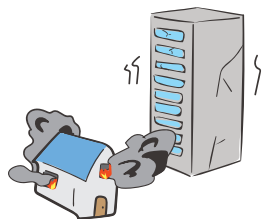
マグニチュード7 クラスの
地震が発生した場合の渋谷区の被害想定

人的被害



死者数 **116人**
重傷者数 **377人**
負傷者数 **2,202人**

建物被害



全壊棟数 **1,468棟**
半壊棟数 **4,732棟**
火災による焼失 **1,602棟**

避難所生活者数

39,785人



ライフライン被害



電力(停電率) **27.9%**
通信(不通率) **11.0%**
ガス(供給停止率) **20.2%以上**
上水道(断水率) **37.8%**
下水道(管きょ被害率) **31.1%**

その他の被害



帰宅困難者数 **222,342人**
避難者数 **65,234人**
エレベーター閉じ込め数 **402台**
自力脱出困難者数 **2,179人**
震災廃棄物 **107万t**

※人的被害、建物被害及び避難所生活者数については、「震災対策基礎調査(平成30年3月)」、ライフライン及びその他被害については、「首都直下地震等による東京の被害想定」による。

※冬18時 風速8m/秒で計算



音声付ビデオ



音声コード掲載

豪雨災害現場での消防救助
ヘリによる救助活動



しぶやわたしの便利帳

令和2年1月発行

渋谷区ガイドP1-23

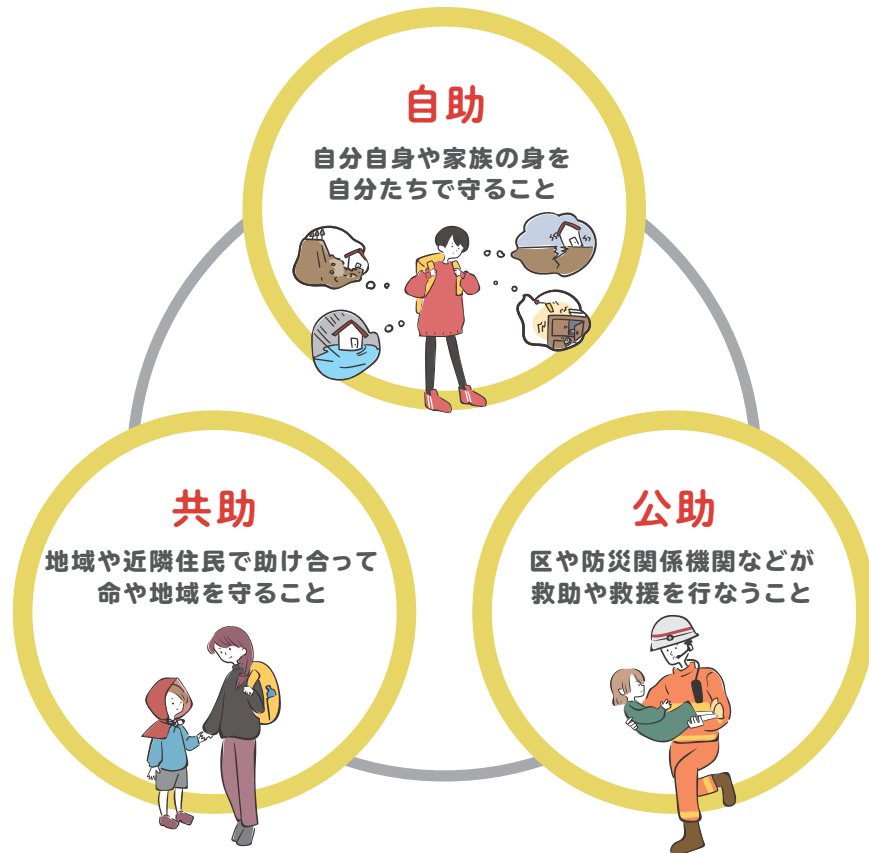


区の案内、防災、区の施設、ハチ公バス、手続き、届け出他、相談、健康、高齢者、障害のある人、子ども・教育、スポーツ・文化、国保・年金・税金、生活環境、仕事、身近な区政、ダイヤルガイド、さくいん、地域・産業広告など。

目次記載小見出しタップ・クリックで該当ページにスキップ機能でカンタン検索で閲覧可能

自助・共助の重要性

区内に住み、活動するすべての人が手を携えて
安全・安心な渋谷のまちを実現すること



区長の責務

～公助のしくみづくりと実施～

- 区のあらゆる施策を通じて地震に強いまちづくりを推進すること。
- 区民の生命、身体及び財産を震災から保護するため応急対策活動を行なうこと。
- 地域の主体的な防災力の強化に向けて、区民の防災意識の高揚に努めること。

区民の責務

～自助の備えと行動、そして、共助への参加～

- 「自らの安全は、自らが守る。」を基本とし、地震に対する備えを心がけ、防災事業に参加・協力すること。
- 震災発生時においては、相互に協力し、初期消火、被災者の救助、避難所での援護活動など地域防災に寄与するよう、努めること。

事業所の責務

～事業所としての自助の備えと行動、そして、地域の共助への参加～

- 震災の防止について常に配慮するとともに、自らの責任と負担において、食料等の備蓄その他事業所内の防災体制の確立に努めること。
- 都や区が作成する地域防災計画を基準に、事業所単位の防災計画を作成し、従業員や顧客、地域住民の安全確保に努めること。

※渋谷区震災対策総合条例より



音声付ビデオ

Synchronize シンクロナイズ

アナログ印刷&デジタルサイト

例-1

写真名刺サイズ印刷物から、自慢のマイカー写真集、ビデオなどにリンク、さりげなく趣味紹介。話が合えば仕事以外の友人がふえる



例-2

故人が生前に趣味として楽しんでいた絵画のコレクション



例-3

ヴィジュアル系音楽バンド写真集



例-4

Disney's Fairy Tale Weddings



身の安全の確保

まずは身の安全を確保する

地震が起きたときは、何よりも自分の命を守ること、けがをしないことが大切です。地震の揺れを感じたら、身の安全を最優先に行動しましょう。



室内にいたら

物や家具が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」場所に入る。



外にいたら

かばんなどで看板やガラスなどの落下物から頭を守る。立て看板やブロック塀などから離れる。



地震発生時の行動

揺れを感じたり、緊急地震速報が鳴ったら、身の安全を最優先に行動しましょう。

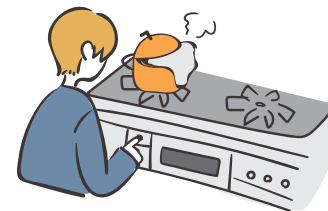
2

地震直後の行動

揺れがおさまったら、身の回りの安全を確保しましょう。

火元の確認

大きな火災を防ぐためには、初期消火（P18参照）が大切です。火災が発生したら小さいうちに消火しましょう。また、火を使っていた場合は、落ちて火を消しましょう。



出口の確保

揺れで建物がゆがみ、窓や扉が開かなくなることがあります。すぐに避難できるように出口を確保しましょう。



安否確認

事前に決めておいた方法で家族の安否確認をしましょう。

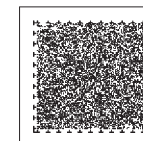


情報収集

発生した地震の情報や余震のおそれがないかなどテレビ・ラジオ・渋谷区防災ポータルを活用して情報収集しましょう。



音声付ビデオ

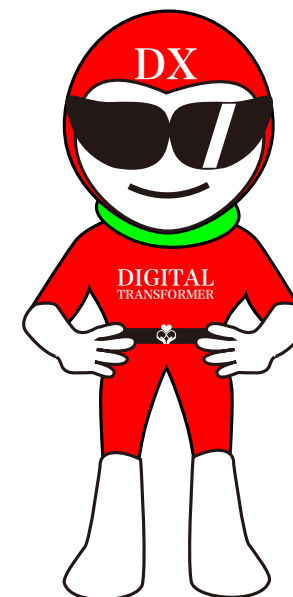


音声コード掲載

3

地震後の行動

揺れがおさまり身の安全を確保したら、安否確認や次の行動に備えて情報を収集しましょう。



R.T.T.
PRODUCT



株式会社R.T.T.P

東京都渋谷区南平台町12-13
秀和第二南平台レジデンス412

避難の流れ

大きな地震が発生し、建物の倒壊や火災などの危険がある場合は、速やかに避難しましょう。また、自宅からの避難経路を事前に確認し、速やかに避難できるように備えましょう。



大地震が発生！

Q | 建物倒壊や火災の危険があり自宅にすることが不安

はい

いっとき
一時集合場所へ避難

危険が増した時にすぐに次の行動に移れるよう、様子を見ます。



閉める

※自宅を離れるときは、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切り、非常用持ち出し品など必要最低限のものをってから移動します。



ON
OFF

Q | 燃え広がった火災が自宅や一時集合場所に近づいており、危険を感じる

はい

避難場所へ避難

火災の危険がなくなるまで、留まりましょう。

いいえ

いっとき
自宅や一時集合場所に留まる

Q | 自宅に被害があり、住めなくなってしまった

はい

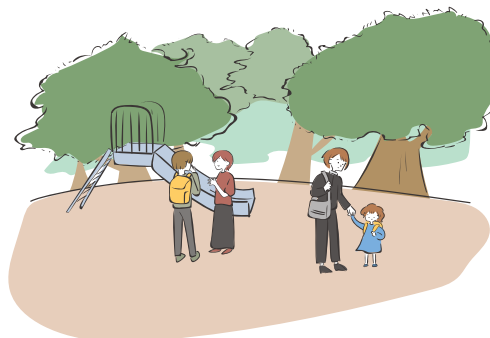
避難所へ避難

いいえ

自宅に留まる

いっとき

一時集合場所、避難場所、避難所の位置は、**S**各地区の地図(P64～P85)で確認できます。



いっとき

一時集合場所とは

災害の様子を見る、避難場所へ避難するために一時的に集合する場所です。公園や学校が指定されています。

避難場所とは

広がった火災から避難する場所です。代々木公園や恵比寿ガーデンプレイスなどが指定されています。

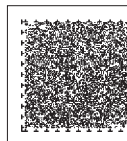


避難所とは

自宅に住めなくなってしまった人が、一時的に生活する場所です。区内小中学校など33箇所指定されています。



音声付ビデオ



音声コード掲載

UNIVERSAL
FOR THE PEACE AND HAPPINESS OF HUMANITY
INTERFACE

目の不自由な方に

ナレーションビデオ付
渋谷区民防災
マニュアル

関係機関
お問い合わせ一覧

DX MEDIA
Digitally transformed media

同一画面
印刷物



スマホ



タブレット



パソコン



ノーマライゼーション
クロスオーバーメディア
委員会は、シニア・障がい者にやさしいサイトを
提供します。

目次

安否確認・情報収集

安否確認

災害時は固定電話も携帯電話もつながりにくくなります。
家族や友人との安否確認方法を決めておきましょう。



①災害用伝言ダイヤル(171)

171にダイヤル

録音は「1」

再生は「2」

被災地の方の電話番号を入力 (〇〇〇)-〇〇〇〇-〇〇〇〇

音声ガイダンスにしたがって、メッセージを録音または再生

※録音できるのは被災地の方の電話番号です。録音は1伝言30秒以内です。

②災害用伝言板(web171)

インターネットで「web171」と検索し web171 へアクセス

電話番号を入力し「登録」または「確認」を選択

【登録】
案内にしたがって
伝言を登録

【確認】
表示された情報を
確認

③災害用伝言板

災害時は携帯電話各社が災害用伝言板を提供します。災害用伝言板では、安否情報の登録・確認ができます。

これらの災害用伝言サービスは、毎月1日と15日、防災週間(8月30日から9月5日)、防災ボランティア週間(1月15日から21日)、正月三が日(1月1日から3日)に体験利用ができます。事前に利用方法を確認しておきましょう。

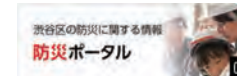
情報収集

正確な情報を収集するため、複数の手段で情報を収集しましょう。

①渋谷区防災ポータル



災害時に避難指示や避難勧告等の避難情報や被害情報を発信する防災専用のサイトです。平常時は防災知識を確認できます。すぐに確認できるようスマートフォンのお気に入りやブックマークに登録しておきましょう。なお、渋谷区ホームページトップページからもアクセスできます。



渋谷区ホームページトップページ

QRコード

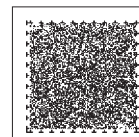


URL

<https://bosai.city.shibuya.tokyo.jp/>



音声付ビデオ



音声コード掲載



しゅばや区
ニュースサイト
以下Click・Tapリンク



アーカイブ

しゅばや区ニュース
アーカイブ
2020~2021保存版

新型コロナ
ワクチン接種特集号

②渋谷区防災アプリ



渋谷区が発信する各種防災関連情報（避難指示や避難勧告、避難所開設状況など）をリアルタイムで受信できるほか、家族や友人間での情報共有や、オフラインでも防災マップを確認できる便利なアプリです。



主な機能

オフラインマップ

インターネットが繋がっていないオフラインの状態でも防災マップを見ることができます。オフラインマップでは、避難所、緊急医療救護所、帰宅困難者支援（受入）施設の場所を確認できます。

オフラインマップの開き方

- ①アプリトップ画面
右上の防災マップをタップ



- ②オンラインマップを
タップ



コミュニティ、安否確認機能

コミュニティを作成し家族や友人間で情報共有できるほか、コミュニティの参加者の安否情報を簡単に確認することもできます。

コミュニティの作成方法

町会・PTA・マンション管理組合など様々なグループで自由にコミュニティを作成し、防災訓練のお知らせ等、防災に関する情報交換を日頃から行なってみましょう。

(1) ユーザー名の設定

アプリの初期設定では、ユーザー名が「Guest」となっていますので、任意の名前に変更してください。

- ①アプリトップ画面
右上の三本線をタップ



- ②設定をタップ



- ③任意のユーザー名を
入力



(2) コミュニティの作成

コミュニティのタイトルと説明文を入力してコミュニティを作成すると、認証コードが発行されます。発行された認証コードを参加者の方に知らせてください。

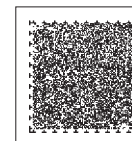
- ①アプリトップ画面
下段のコミュニティをタップ



- ②コミュニティを作成する
をタップ



音声付ビデオ



音声コード掲載

Synchronize

シンクロナイズ

アナログ印刷&デジタルサイト

超精密・高精彩デジタル バーコ印刷のご案内

オンデマンド少量部数印刷に対応可能です。インターネットでのデジタルサイトと併用可能です。

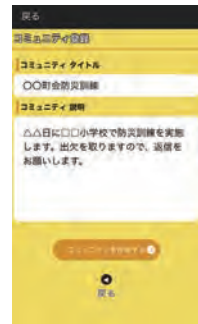


絢爛豪華「金箔印刷」

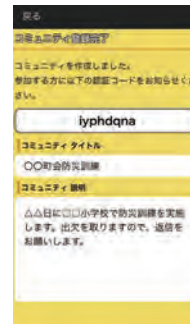
世界ブランド「村田金箔」の2021年カレンダー（城間びんがた工房整作の図柄のみを編集）ビデオ付き



L

③コミュニティのタイトル
と説明文を入力

④認証コードが発行されます



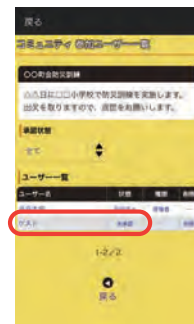
被害報告（災害時のみの機能）

ご自身のスマートフォンで撮影した被災現場の写真をアプリで送信し、火災や建物崩壊などの被害を渋谷区に報告することができます。

(1) 被害報告の方法

①アプリトップ画面下段の被害を報告を
タップし、被災現場を撮影②被害種別を選択し、タイトルとコメント
を入力

(3) 作成されたコミュニティに参加する

①アプリトップ画面
下段のコミュニティをタップ②コミュニティに参加する
をタップ③参加するコミュニティの
認証コードを入力④コミュニティの作成者は、作成した
コミュニティを開き、参加者ユーザー
一覧で、ユーザーを承認

ダウンロード方法

スマートフォンの各ダウンロードサイトで「渋谷区防災アプリ」と検索し、ダウンロードしてください。

QR コード

Android 用 (Google Play)



iOS 用 (APP Store)



音声付ビデオ



音声コード掲載



令和2年（2020年）
2月15日号



令和2年（2020年）
2月1日号

③しぶや安全・安心メール

各種防災情報を、携帯電話、スマートフォンまたはパソコンにメールで配信するサービスです。配信を希望する情報、受信する時間を任意に設定することができます。

配信情報

防災行政情報

渋谷区の防災に関するお知らせを配信します。

震度情報

気象庁が発表する渋谷区内の震度情報を配信します。「震度情報(すべて)」、「震度情報(震度3以上)」から配信を選択できます。

※渋谷区内に震度5弱以上の地震が発生した場合、設定した受信時間帯に関わらず震度情報を配信します。

渋谷区内の気象情報

気象庁が発表する渋谷区内の気象注意報、警報、特別警報を配信します。「気象情報(注意報以上)」、「気象情報(警報以上)」から配信を選択できます。

記録的短時間大雨情報

気象庁が東京都内に発表する記録的短時間大雨情報を配信します。

土砂災害警戒情報

気象庁が東京都内に発表する土砂災害警戒情報を配信します。

津波情報

気象庁が東京湾内湾に発令する津波情報を配信します。「津波注意報」、「津波警報」、「大津波警報」を選択できます。

登録方法

下記の登録サイトもしくは『t-shibuya@sg-m.jp』に空メール(題名や本文の入力不要)を送信してください。返信メールで案内されるURLに接続し、配信を希望する情報を登録して下さい。

登録サイト(PC用): <https://service.sugumail.com/shibuya/member/>

登録サイト(携帯用): <https://service.sugumail.com/shibuya/>

QRコード

PC用



携帯用



※迷惑メール防止設定をしている人は、ドメインまたは以下のアドレスからの受信を許可するように設定して下さい。

ドメインを指定して受信する場合:

『@sg-m.jp』

アドレスを指定して受信する場合:

『shibuya@sg-m.jp』

④防災行政無線

渋谷区では防災行政無線の屋外スピーカーを区内84箇所に設置しており、災害時は避難勧告など渋谷区からの重要な情報をお知らせします。防災行政無線から放送された内容は、電話で確認することができます。

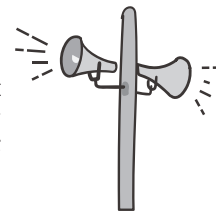
専用電話番号: 03-3498-7211~3



※利用には通話料がかかります。

確認できる放送内容は、放送後24時間以内の放送のみです。

17時に放送している「タヤけこやけ」は聞くことができません。



⑤渋谷区公式SNS

災害時は避難情報などを渋谷区公式SNSで配信しますので、日頃からフォローしておきましょう。

・Twitter (@city_shibuya)

・LINE (@shibuyacity)

・Facebook (city_shibuya)

⑥地域コミュニティFM「渋谷のラジオ」(周波数86.7MHz)

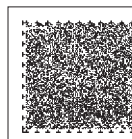
「渋谷区」と「渋谷のラジオ」は、災害協定を結んでおり、災害時は渋谷区が発信する情報を放送します。なお、ラジオのほか公式アプリを使用すればスマートフォンやタブレットでも聴くことができます。各ダウンロードサイトで「渋谷のラジオ」と検索してください。

⑦テレビの「dボタン」

テレビのリモコンでdボタンを押すと気象情報、雨量情報、河川の水位情報のほか、渋谷区が発信する避難勧告や避難所開設などの情報を確認できます。



音声付ビデオ



音声コード掲載

景丘の家



景2019年3月10日にオープンした景丘の家の施設を紹介します。日時 2019年3月27日(水) 場所 景丘の家(渋谷区恵比寿4-5-15)

渋谷区役所新庁舎落成式



2019年1月15日の渋谷区役所新庁舎開庁前に開催した落成式の様子と新しくなった庁舎を紹介します。

陸上・パラ陸上をリアル観戦



オリンピック・パラリンピック競技リアル観戦事業は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会において、区内実施競技である「ハンドボール」、「卓球」、パラリンピック競技の「パラバドミントン」、「ウィルチェアーラグビー」、「パラ卓球」、また、新国立競技場で実施する

初期消火の方法

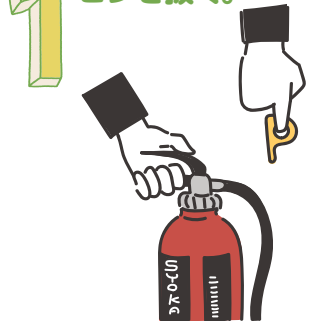
火が小さいうちに消止められれば、火災による被害を最小限にすることができます。

3動作で使用できるので、ぜひ使用方法を覚えておきましょう。



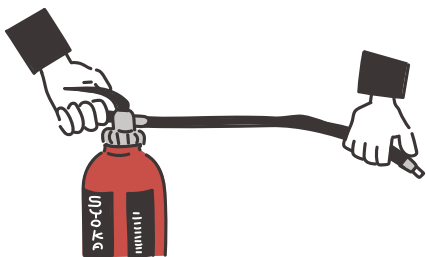
消火器の使い方

1 ピンを抜く。



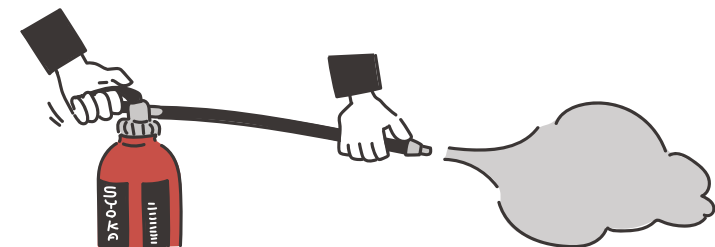
2 ホースを火元に向ける。

※ホースは先端に近い部分を持ちましょう。



3 レバーを握る。

※消火剤は燃えている物本体にかけましょう。



ポイント

- ①「火事だ!」と大きな声で火災の発生を周りに知らせましょう。
- ②消火器の噴射時間は、製品によって異なりますが、粉末消火器で10秒から15秒程度、強化液消火器で1分程度です。



注意事項

- ①持ち運ぶ前にピンを抜かないようにしましょう。
- ②炎が天井に達したら消火器では消火困難です。その場合は速やかに避難しましょう。

街区消火器

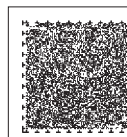
地震に伴う、同時多発火災に対応するため、区内の道路上に、消火器を配備しています。おおむね100mごとを基準に配置していますが、密集した住宅地では60mごとに配置しています。

円筒形または長方形のボックスの中には、10型消火器が格納してあります。粉末または中性強化液型で、普通火災はもちろん、油火災・電気火災にも適応しています。

震災時に限らず、火災を発見したときは、この消火器を使ってください。



音声付ビデオ



音声コード掲載

日本の歴史

経済：経世済民

ECONOMY：福沢諭吉による翻訳（貧困などで困っている人々を救う）

目的：社会的貢献活動

手段：目的遂行するための経営

目的≧手段

社会貢献≧効率経営による収益獲得
まず目的が最優先であり、経営を優先することではない。

日本の歴史

CONTENTS

- 長い歴史を持つ日本の企業
- 世界最古の国家「日本」
- 国際会議で初の人種差別撤廃案
- 卸が考案、日本の手形のルーツ
- 日本人にとって会社の存在意味
- 謙虚を武器にした歴史ある商人伊勢亀食

応急救護の方法

心肺蘇生

1 倒れている人を発見



3 反応の確認



肩をたたきながら呼びかけて、**反応があるか確認**しましょう。

大丈夫ですか？
聞こえますか？

協力を求める

大声で助けを呼び、**119番通報やAEDの搬送**をお願いします。



横向きにして上側の手の甲の上に顔を寄せ、上の足の膝を90度曲げて支える姿勢（**回復体位**）を取らせましょう。



※判断に迷う場合は、「呼吸がない場合」に進みます。

2 周囲の安全を確認

ご自身の身の安全を最優先に考え、まずは**周囲の状況を確認**しましょう。



ご本人の話を聞いたり、詳しく状態を観察したりして、**必要な処置**を行ないましょう。

薬をとって

※判断に迷う場合は、「反応がない場合」に進みます。

4 呼吸の確認

胸とお腹の動きをよく見て、**普段どおりに呼吸しているか確認**しましょう。

※しゃくりあげるような呼吸をしている場合も、普段どおりの呼吸をしていないと判断して、「呼吸がない場合」に進みます。

呼吸が

ない

胸骨圧迫
人工呼吸

AED(自動体外式除細動器)

自動で心電図を解析し、必要な場合に電気ショックを与えて心臓を正常な状態に戻ることができる医療機器です。

1 電源を入れる

電源を入れたらメッセージが流れるので、指示に従って操作をします。

2 電極パッドを貼る

パッドに書かれたイラストを参考に、心臓を挟む位置にパッドを貼ります。



3 心電図を解析する

解析中は、傷病者に触れないようにします。

4 電気ショックを実施する

電気ショックを実施する際も、傷病者に触れないようにします。

5 心肺蘇生を継続する

AEDから次の解析のメッセージが流れるまで、心肺蘇生を継続します。



止血

出血している部分に清潔なガーゼや布を当て、手や包帯で強く圧迫します。感染を防止するために、ゴム手袋やビニール袋を使用し、血液に直接触れないようにします。

骨折した場合の固定

折れた骨にそえ木（ない場合は段ボール、雑誌、丸めた新聞紙、傘など）を添えて固定します。

ショック症状（震え、冷えなど）がある場合は、毛布等で保温します。



熱中症

涼しい場所に移動し、大きい血管が通っている部分（首筋、わきの下、ももの付け根など）を冷やします。

水分の摂取ができる状態であれば、電解質を含む飲料（スポーツドリンクなど）を飲ませます。

やけど

軽いやけどの場合は流水で10分以上冷やし続けます。衣類を着ている場合は、衣類の上から冷やします。



胸骨圧迫

胸の中心の堅い骨（胸骨）の上に両手を重ね、胸が5cm程度沈むように強く、1分間に100回から120回の速さで圧迫します。心臓の代わりに血液を送り出します。



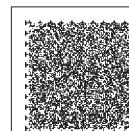
人工呼吸

（実施する技術と意思がある場合のみ）

あごを上げて鼻をつまみ、1秒程かけて息を吹き込みます。胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を1サイクルとして、絶え間なく実施します。



音声付ビデオ



音声コード掲載

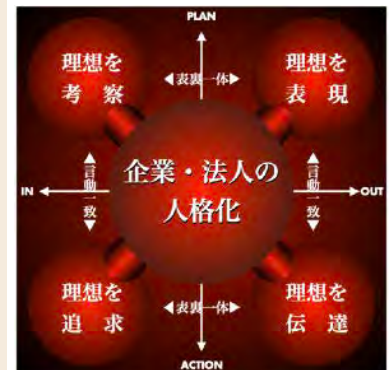
日本の経営資源

日本の経営資源

CONTENTS

- 日本の現状（二極分化）
- 日本の海外純資産
- 日本人の懐具合
- 日本の人口推移
- 世界第4位シニア市場規模
- 日本語という言語の特徴

目次



災害時の医療体制

渋谷区内で震度5強以上の地震が発生した場合は、状況に応じて緊急医療救護所を開設します。緊急医療救護所では、渋谷区の医師会、歯科医師会、薬剤師会が中心となり発災からおおむね3日間、トリアージと軽傷者の治療を行います。



トリアージとは

災害時は多くの負傷者が発生します。1人でも多くの傷病者に対して最善の治療を行なうために、傷病者を重症度と緊急度によって分別し、治療や搬送先の順位を決定する行為をトリアージといいます。

判定分類

優先順位	分類	識別色	状態
1位	最優先治療群	赤	直ちに処置が必要であり、窒息、多量の出血、ショックの危険がある。
2位	待機的治療群	黄	多少治療の時間が遅れても生命に危険がなく、バイタルサイン※が安定している。
3位	保留群	緑	軽易な傷病で、ほとんど専門医の治療を必要としない。
4位	無呼吸群	黒	気道を確保しても呼吸がない。

※バイタルサインとは生きている状態を示す指標。
体温・呼吸・脈拍・血圧のこと。

渋谷区内の緊急医療救護所一覧

名称	所在地
1 区民健康センター桜丘	桜丘町23-21
1 日本赤十字社医療センター	広尾4-1-22
1 内藤病院	初台1-35-10
1 井上病院	富ヶ谷1-53-8
1 クロス病院	幡ヶ谷2-18-20
1 JR東京総合病院	代々木2-1-3
1 伊藤病院	神宮前4-3-6
1 セントラル病院	松濤2-18-1
1 東海大学医学部附属東京病院	代々木1-2-5
1 初台リハビリテーション病院	本町3-53-3
1 代々木病院	千駄ヶ谷1-30-7
1 総合ケアコミュニティ・せせらぎ	西原1-40-10
1 杜の風・上原	上原2-2-17
1 ひがし健康プラザ	東3-14-13



帰宅困難者になったら

東京都の被害想定では、大規模地震発生時都内で約517万人の帰宅困難者の発生が想定されています。

基本は、「むやみに移動・帰宅をしない」
多数の帰宅困難者が一斉に帰ろうとすると、大渋滞が発生し救急車両の妨げになったり、余震、転倒による二次災害が発生します。

大規模地震発生時は、むやみに移動せず
職場や外出先など安全な場所に留まりましょう。



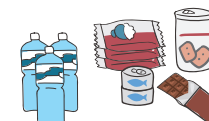
東京都の対策

東京都では、帰宅困難者対策として「東京都帰宅困難者対策条例」を制定し、対策を行なっています。

1

一斉帰宅抑制の推進

一斉帰宅抑制のため、考え方の普及や事業者の備蓄等を推進しています。
条例では3日の待機を呼びかけています。



2

帰宅困難者支援（受入）施設（一時滞在施設）の確保

帰れなくなった人の受入先として、都立施設や民間施設を帰宅困難者支援（受入）施設（一時滞在施設）に指定。



3

帰宅支援

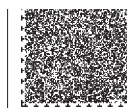
災害時帰宅支援ステーション（コンビニなど）やバスなどの代替輸送手段の確保。



右記ステッカーのある場所では水道やトイレ、情報の提供を受けることができます。



音声付ビデオ



音声コード掲載

企業理念推進運動

精神



教育



哲学

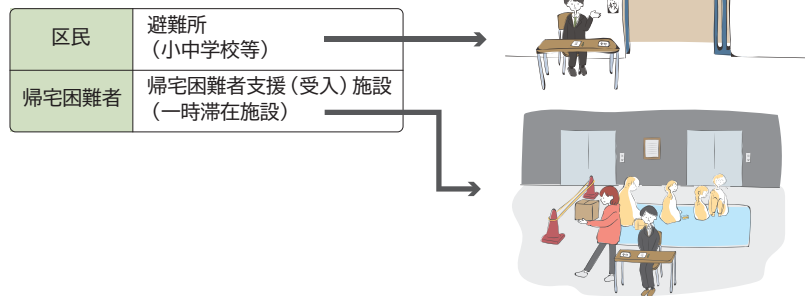


渋谷区の対策

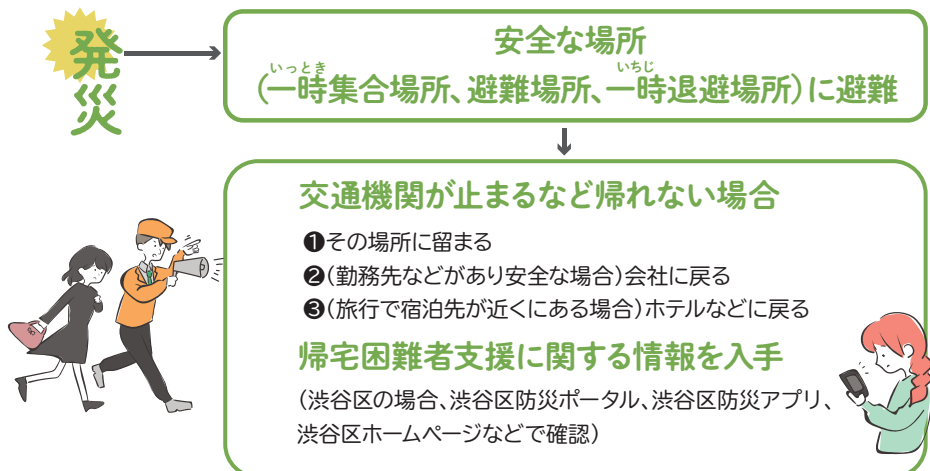
地震等により公共交通機関が運行を停止した場合、駅周辺では多くの人が滞留し、混乱が生じることが想定されます。そのため、渋谷区では、各事業者に事業所での待機と備蓄を呼びかけるとともに、平常時より各種活動を行なっています。

また、区民と帰宅困難者について、災害時の滞り場所を次のとおり定めています。

基本的な考え方

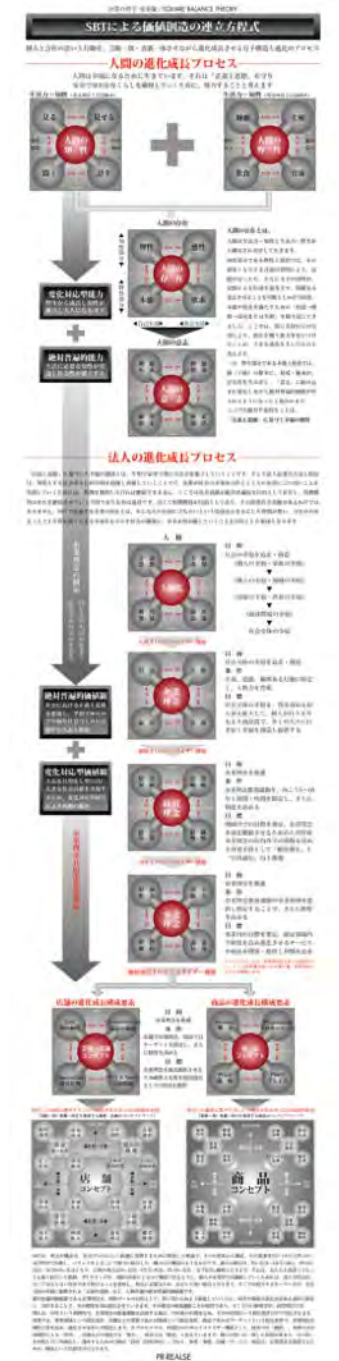
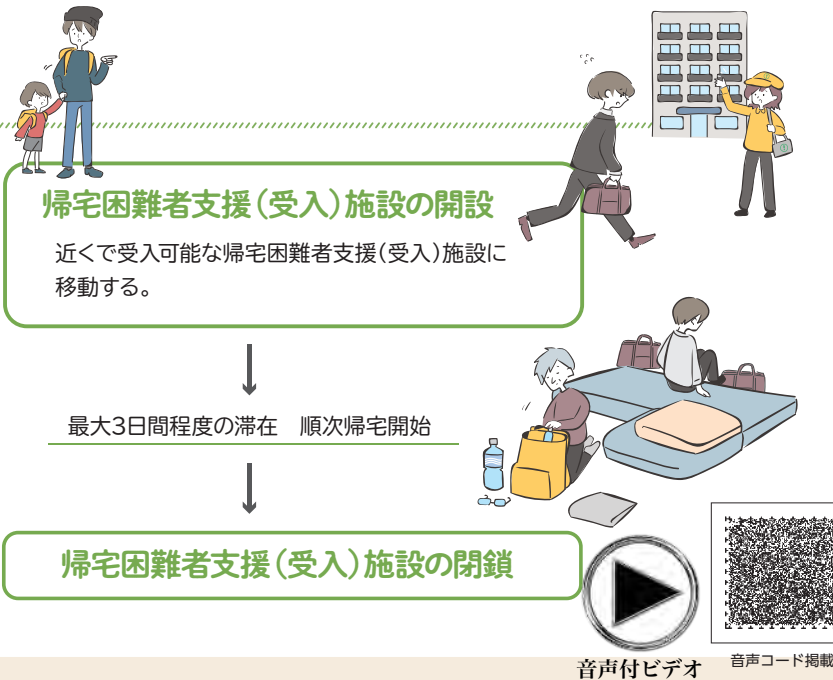


外出先で被災したら(渋谷区版)



平常時の活動

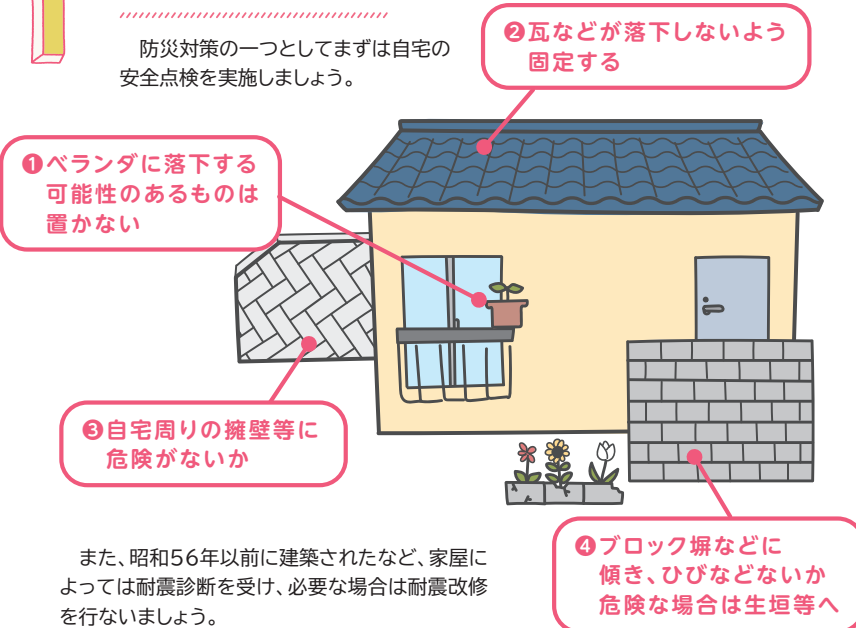
- 1 帰宅困難者対策協議会の支援**
地域事業者が中心となり、渋谷駅、原宿・表参道駅、恵比寿駅周辺で帰宅困難者対策協議会を設立し、その活動支援を行なっています。
- 2 帰宅困難者支援(受入)施設の拡充(一時滞在施設)の拡充**
民間施設と協定を締結し、受け入れの拡充を行なうとともに、条例で一定規模の建築物に対して帰宅困難者受入スペースの確保を義務付けています。
- 3 帰宅困難者案内板の設置**
区内避難所や道路上に帰宅困難者用の案内板を設置しています。
- 4 情報ツールの整備**
「渋谷区防災ポータル」、「渋谷区防災アプリ」(P11~P15)では、区民向けの情報のほか、帰宅困難者向けの情報も発信します。



自宅の防災対策

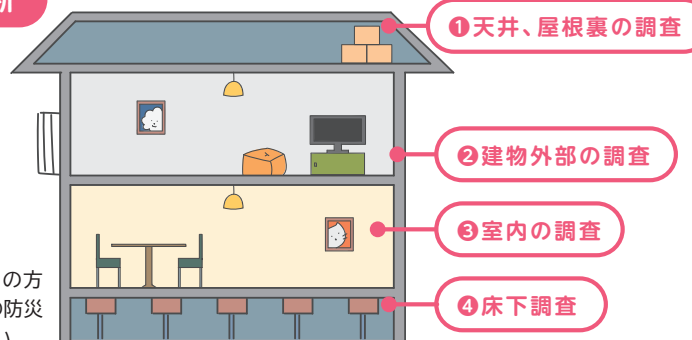
1 自宅の安全点検

防災対策の一つとしてまずは自宅の安全点検を実施しましょう。

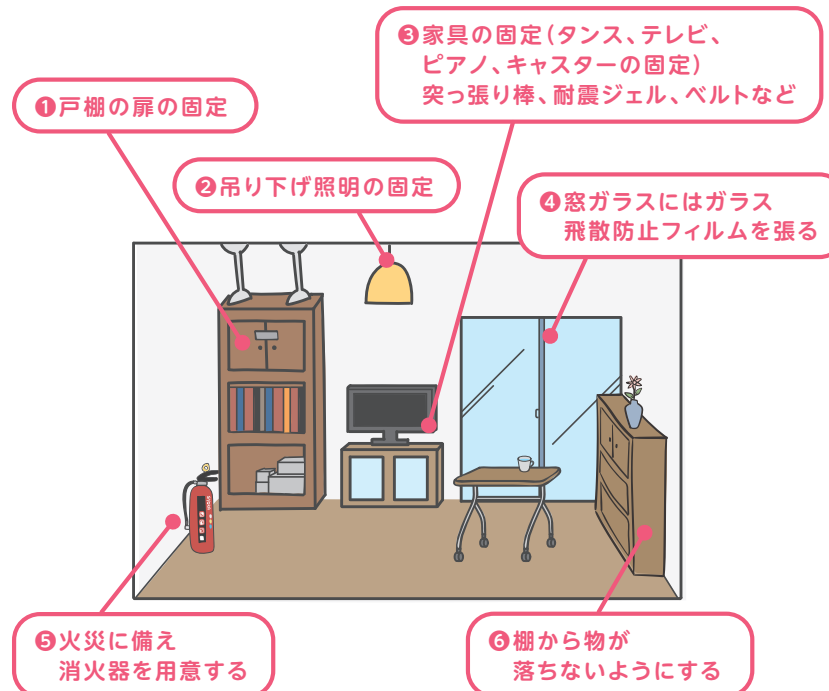


耐震診断

マンションにお住まいの方は、P38「マンションの防災対策」もご確認ください。



2 室内の安全点検



阪神・淡路大震災では、死者の約70%が圧死によるものでした。また、自宅の家具の転倒に巻き込まれ逃げ遅れた事例もあります。

室内の点検では、まず逃げ道の確保を目的とした家具配置と家具の固定などを行ないましょう。

そのほか倒れても大丈夫な背の低い家具を使う、家具を減らすなどの対策も有効です。

渋谷区で助成等を行なっている事業もありますので、P31「渋谷区の防災サービス」や渋谷区のホームページも確認してみてください。



音声付ビデオ



音声コード掲載

YouTube



東京消防庁航空隊は運航開始から50年の節目を迎えました。これまでの活動の歴史を映像でご覧ください。



エアゾール缶やカセットコンロに関する缶の破裂、内容ガスの引火等の各種再現実験の映像



急な病気やケガをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのかな?」、「今すぐ病院に行ったほうがいいのかな?」など迷った際の相談窓口として、「東京消防庁救急相談センター」を開設しています。東京消防庁救急相談センターでは、これらの相談に相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間年中無休で対応しています。

民間救急コールセンターの紹介



3

備蓄品

物流やライフラインの断絶に備え、自宅では最低3日分、目標1週間程度の物資を備えておきましょう

日常備蓄の考え方

一般的な備蓄は、防災用の食料や水を保管しておくイメージがありますが、普段から食料や日用品を多く備える「日常備蓄」の実践も検討しましょう。

女性

- ✓ 生理用品
- ✓ ドライシャンプー
- ✓ 中の見えない色(黒等)のポリ袋



乳幼児

- ✓ 粉ミルク、離乳食
- ✓ おしりふき
- ✓ おむつ



そのほか自分にとって必要なもの

- ✓ メガネ
- ✓ コンタクトレンズ、洗浄液
- ✓ 常備薬(お薬手帳)



高齢者

- ✓ おかゆ等やわらかい食品
- ✓ 補聴器(電池も)
- ✓ 入れ歯洗浄剤



備蓄品チェックリスト

- ✓ 飲料水(1人1日3L) 人家族×3L×7日= L
- ✓ 食料(レトルト食品など調理不要のものも用意) 人家族×3食×7日= 食
- ✓ 簡易トイレ 人家族×5回×7日= 回
- ✓ 生活用水(お風呂の残り湯など)
- ✓ 日用品など

ごみ袋 ポリ袋 ラップ 救急箱 ティッシュペーパー
トイレットペーパー ウェットティッシュ マウスウォッシュ
携帯電話用バッテリー 手回しラジオ
懐中電灯 電池 カセットコンロ ボンバ



防災グッズってどこで買える

一般的な防災グッズ(食料や水のほか備品類)は基本的にホームセンターなどで購入することができます。(インターネットでももちろん購入できます)
また、防災グッズは買って終わりではないので定期的な消費期限の確認や更新を行ないましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載



目次

目次



家具転倒防止金具無料取付事業

家具転倒防止金具の取付、家具の移動、食器棚や本棚などへのガラス飛散防止フィルムの取付も無料で実施します。

事業者が金具等を持って伺います。金具やフィルム等を事前に購入する必要はありません。

対象世帯】

区内在住で次のいずれかに該当する世帯

単身の高齢者（65歳以上）世帯及び高齢者のみの世帯

ねたきりの高齢者がいる世帯

1～3級の「身体障害者手帳」を持つ人がいる世帯

1～3度の「愛の手帳」を持つ人がいる世帯

1、2級の「精神障害者保健福祉手帳」を持つ人がいる世帯



内容】

家具転倒防止金具取付

自宅にあるたんす、食器棚、冷蔵庫などの家具類に、家具転倒防止金具（L型金具、ベルト式、ストッパー式、ボール式）を無料で取り付けます。

ガラス飛散防止フィルム貼付

自宅にある家具（食器棚、本棚など）にガラス飛散防止フィルム（透明の粘着フィルム）を無料で貼付けます。

家具の移動

家具転倒によるけがや通路のふさがりを防ぐため、家具を無料で移動します。

※移動に階段を使う場合及び家具が次のいずれかに該当する場合は対象外となります。

- ・ 分解しないと移動できないもの（例：高さが天井までの本棚）
- ・ 中身を軽くするため、または壊れ物の保護などのために、収納物を取り出す必要があるもの（例：食器棚）
- ・ 家具移動器材などでは移動できない重量のもの（例：ピアノ、飾り棚）

数量】

世帯家具3点まで

例）同じ家具に金具の取付、飛散防止フィルムの貼付を行なう場合は1点と数えます。

まちづくり課 ☎3463-2647



● 木造住宅耐震診断コンサルタント派遣（無料）

無料で耐震診断コンサルタントを派遣し耐震診断を実施します。

● 木造住宅耐震改修助成

上記無料診断の結果が、上部構造評点1.0未満の場合は、耐震改修工事に必要な費用の一部を助成します。

● 分譲マンションの耐震化支援制度

渋谷区内の分譲マンションの耐震診断や補強設計、耐震改修工事に必要な費用の一部を助成しています。

● 特定緊急輸送道路沿道建築物の耐震化助成

東京都では、特に重要な緊急輸送道路が「特定緊急輸送道路」として指定されています。沿道建築物については、耐震診断の実施が義務となっています。また、渋谷区から耐震改修工事などの費用の一部を助成しています。

渋谷区の特定期緊急輸送道路は、甲州街道、国道246号（玉川通り、青山通り）、首都高速道路です。

● 専門家による建替え等の無料相談（不燃化特区区域内限定）

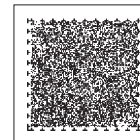
不燃化特区（本町2～6丁目）内における住宅の建替えや除却に関する建築や資金計画等のご相談に対して、建築士やファイナンシャルプランナー等の専門家を無料で派遣します。

● 耐震相談会（無料）

木造住宅・マンションを問わず、一級建築士が耐震診断や耐震改修、建替えなどの相談に応じています。事前予約が必要ですので、希望する場合はお問い合わせください。



音声付ビデオ



音声コード掲載



地域の防災対策

1 「自分たちのまちは自分たちで守る！」

渋谷消防団

消防団は、消防署とともに地域の安全のため活動を行っており、渋谷消防団では、区内11分団定員450人で活動を行っています。

消防団員は、本来の仕事や学業などをしながら、消防団員として活動しています。

また、災害時の活動だけでなく、地域の防災訓練や中学校の普通救命講習などで指導者として参加し、日頃から地域の防災力の向上に取り組んでいます。

渋谷消防団では18歳以上で渋谷区に在住（在勤）ならだれでも消防団員として活動することができます。

入団などのお問い合わせは渋谷消防署消防団担当までご連絡ください。

問合せ：渋谷消防署（消防団担当）3464-0119

自主防災組織

渋谷区では区内105の町会が自主防災組織として活動しており、災害時は地域の防災リーダーとして活動を行います。

渋谷区では、それぞれの組織に対してD級ポンプやスタンドパイプなどの資機材を配備し防災活動のサポートを行っています。

自主防災組織にはどなたでも参加できますのでお近くの町会におたずねください。

平時の活動内容例

- ・防災知識の普及啓発
- ・防災機材の点検
- ・地域での防災訓練

災害時の活動内容例

- ・地域の安否確認
- ・消火活動
- ・救出救助活動
- ・避難誘導
- ・避難所の管理、運営

2

地域の防災訓練

渋谷区では戸戸、町会、地区、区内全域など様々な規模で防災訓練が実施されています。自分の住んでいる地域で行なわれている訓練には、積極的に参加し、地域防災力の向上を図りましょう。

また、防災訓練を実施する場合は渋谷消防署などにお問い合わせください。

問合せ：渋谷消防署（地域防災担当）

3464-0119



防災課

3463-4475

実際に行なっている訓練

● まちかど防災訓練

消火器の扱い方やスタンドパイプを用いた消火活動などをご近所同士で行なう実践的な訓練です。

● 地域の防災訓練

地域の拠点（小中学校など）で、初期消火訓練や応急救護など自主防災組織が中心となり行なう訓練です。地域によっては、学校児童も参加し訓練を実施しています。

● 避難所運営訓練

小中学校などで災害時の避難所運営を想定した訓練を実施しています。避難者の受付や炊き出し、備蓄資機材の取り扱いなどを行っています。

● 渋谷区総合防災訓練

渋谷区では年に1度、防災の日（9月1日）を中心に総合防災訓練を実施しています。

防災関係機関等活動訓練では、防災関係機関が集まり、災害発生から一連の応急対策活動を実施します。

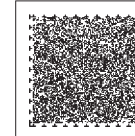
また、渋谷防災実行委員会が中心となり、幅広い世代の防災意識啓発を目的とした渋谷防災フェスも同時開催しています。

● 渋谷防災キャラバン

若い世代の防災意識啓発を目的に、被災地経験などを伝える防災講話を中心とする防災キャラバンを各地域で実施しています。



音声付ビデオ



音声コード掲載

ウィルチェアーラグビーリアル観戦



オリンピック・パラリンピック競技リアル観戦事業は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会において、区内実施競技である「ハンドボール」、「卓球」、「パラリンピック競技の「パラバドミントン」、「ウィルチェアーラグビー」、「パラ卓球」への興味・関心を高め、区民の気運醸成を図る取り組みの1つです。

卓球をリアル観戦してみよう！



オリンピック・パラリンピック競技リアル観戦事業は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会において、区内実施競技であるハンドボール、卓球、パラ卓球、ウィルチェアーラグビー、パラバドミントンへの興味・関心を高め、区民の気運醸成を図る取り組みの1つです。

2018渋谷おとなりサンデー



渋谷区では地域コミュニティの活性化と地域の課題の共有を目的に6月の第一日曜日を「渋谷おとなりサンデーの日」として、地域住民等が持ち寄り食事を開催したり、清掃・スポーツを行うなどの、顔見知りを増やす活動を進めています。

事業所の防災対策

事業所は災害時、従業員の安全はもちろんのこと、事業の継続や早期の復旧に向けた活動が必要です。

また、地域住民と連携し地域の安全安心に取り組みましょう。

BCP(事業継続計画)の作成を行ないましょう

BCP(事業継続計画)とは、地震などの災害が発生した場合、企業が被害を最小限にとどめ、早期復旧すべき事業を特定し、その継続のための方法、手段を決めておく計画のことです。

BCP(事業継続計画)の特徴

- ①災害が発生した際、優先して継続・復旧すべき中核事業の特定
- ②特定した中核事業の復旧目標時間の設定
- ③緊急時に提供できるサービスのレベルについて顧客とあらかじめ協議しておく
- ④事業拠点や生産設備、仕入れ調達等の代替策の用意
- ⑤すべての従業員と事業継続についてコミュニケーションを図る

(中小企業庁HPより)

これらの項目をあらかじめ計画しておくことにより、災害時の早期復旧が見込まれ、企業としての社会的信頼へもつながります。

また、普段から地域の町会、住民との交流を行なうことで、災害時の相互支援協力が見込めます。

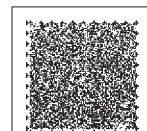
事業所が備えておくべき項目

BCPと同様に、事業所が備えておくべき項目については下記が挙げられます。

- ①建物の耐震診断
- ②オフィスの安全点検
- ③情報のバックアップや冗長化の構成
- ④共同ビルにおいては事業所相互間の役割の明確化
- ⑤来客の安全確保
- ⑥従業員、来客のための備蓄(食料、水、トイレなど)



音声付ビデオ



音声コード掲載

広告



渋谷区総合防災訓練



防災関係機関等活動訓練

日時2017年9月3日(日)9:30~12:00

会場 代々木公園サッカー場

内容 地域住民と防災関係機関などが連携した対応訓練



東京消防庁消防広報プロモーションビデオ



角型電池のプラス端子とマイナス端子にコイン形リチウム電池が挟まり、コイン型リチウム電池がショートして破裂し、出火した火災を再現した実験映像

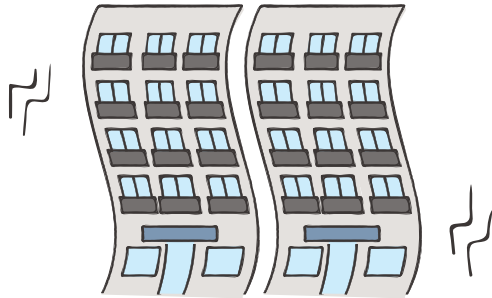


現在、東京都のほぼ全域にわたる管轄区域を、10の方面に分け、81を数える消防署に、最新鋭の消防ヘリコプターや消防艇なども含め、消防車両等約2000台を配置し、約1万8600人の職員が、都民の生命、身体及び財産を守るため、24時間365日、いつでも災害に対応できる体制で活動を行っています。

マンションの防災対策

マンションは大地震でも倒れるおそれは少ないといわれています。

自宅がマンションで居住可能であれば自宅で生活続ける「在宅避難」を原則としましょう。



マンション防災計画

マンションでは、災害時、住民や管理組合を中心とした助け合いが重要です。全員が災害時どのような行動をすればよいか、マンションの防災計画を作成しましょう。

● 防災計画で決めておくべきこと

住民、管理組合の役割分担

共有スペース（ゴミ置き場など）の災害時の使用方法

住民の安否確認の方法

避難経路や避難場所

防災グッズの配備と管理

要配慮者の支援

防災訓練の実施 など



また、賃貸マンションの場合、住民間の関わりが少なく、コミュニティの希薄化が課題とされます。

管理人や管理組合を通じて地域の町会に参加するなど、いざという時の地域ネットワークの構築に努めましょう。

マンションでの在宅避難のポイント

住まいの安全対策をしてください。【事前の備え】

家具の転倒防止や、家具の数を減らす、背の低い家具にするなど自宅で生活できるような工夫を行ない地震後も生活できる環境を整備します。

食料などを7日分以上備蓄してください。【事前の備え】

災害によってはエレベーターが使用できず高所難民になる可能性があります。自宅で生活ができるよう水、食料、トイレなどは7日分以上備蓄しましょう。

渋谷区では6階以上に5戸以上の住家がある建物には備蓄倉庫を設置するよう条例で決めています。



エレベーターを使用しない【発災時】

閉じ込めの危険などがあるためエレベーターは使用しないでください。また、停電により館内放送や照明も使用できなくなる可能性があります。



すぐに水を流さない【発災時】

地震後に生活用水の確保などで水道を開けたくになりますが、排水管が被災し大規模な水漏れなどが発生する可能性があります。

安全が確認されるまでは水を流さないようにしましょう。

また、停電により給水設備が使用できなくなることもあります。

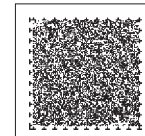
オートロック機能

地震などで停電があると、オートロック機能が停止し、建物に誰でも入ることができる、または誰も入れなくなります。

避難する際はブレーカーを落とし、ガス、水道の元栓を閉めて、管理者等に連絡先を伝えましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

女性の防災対策

防災対策は ひとりひとりに合った対策が大切です

● 外出時にも少しでも防災を意識しましょう

地震はいつ起こるかわかりません。外出先でも動きやすいよう日頃から工夫しましょう。

例えば…

靴は動きやすい
ヒールの低いもの、
フラットシューズを履く



両手が空く
ショルダーバッグや
リュックを使用する



マスク・包帯・日よけ・ブランケットなどの代わりになる大きめのストールを持ち歩く



また、これらのアイテムを職場に用意しておく、帰宅困難者となったときに安心です。

● 女性ならではの用意しておきたいもの

✓ 生理用品

ナプキン、タンポン、サニタリーショーツ

人によって合うものはそれぞれです。使い慣れているものを、多めに用意しておきましょう。

✓ デリケートゾーンケア用品

避難生活でも清潔に保つため、携帯用ビデや清浄綿を用意しておく、不快感を抑えることができます。

✓ 身支度グッズ

洗顔シート、化粧水、保湿クリーム、メイク用品、髪留めなど



日頃から肌のケアや身だしなみに気を遣っている人は多いと思います。避難生活でも変わらず過ごせることがストレスの軽減につながります。

災害時要配慮者の防災対策

要配慮者とは

高齢者、障がい者、乳幼児、外国人その他防災施策において特に配慮を要する人を要配慮者といいます。

妊産婦の防災対策

過去の災害では、妊産婦に以下のような影響がみられました。



● 身体的な変化

妊婦

流産のほか妊娠高血圧症候群のリスクになりうる症状などがみられました。

例

体重が増加する、
浮腫が強まる、
尿にたんばくがでるなど



● 精神的な変化

妊婦

胎児の安否や出産に関する不安がみられました。

産婦

母体の健康、育児への影響がみられました。

例

母乳が一時的に減少する、乳腺炎になる、
産後のおりものが増えたり排出期間が長くなる、
発熱したり風邪を引いたりする



産婦

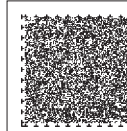
子どもを必要以上に怒る、子育てする
気がなくなるなど育児に関わる不安が
みられました。

必要な対策

- ▶ 自分の身体の状態に目を向けましょう。
- ▶ 妊娠中は冷えるとお腹が張ったりする場合があるので、できるだけ身体を暖かくしましょう。
- ▶ 妊婦は血栓ができやすいため、足を動かし、水分を十分にとりましょう。
- ▶ 家族や専門家など、話せる人に気持ちを聞いてもらいましょう。身体を動かすこと、眠ること、食べることを大事にしましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

乳幼児がいる家庭の防災対策

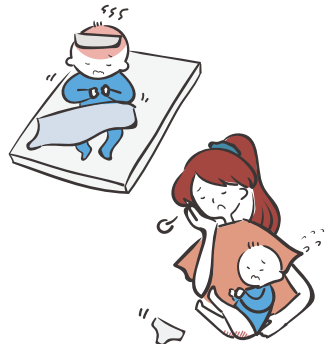
※乳児=1歳未満
※幼児=1歳から小学校就学まで

過去の災害では、乳幼児は以下のような影響がみられました。乳幼児がいる家庭は、どのような影響があるのかわっておきましょう。

●身体的な変化

乳幼児

乳幼児は免疫力が未熟であるために風邪などの疾患にかかる、脱水症状になる、肌が弱いためおむつがかぶれるなどの症状がみられます。



●精神的な変化

乳児

乳児は、不安や恐怖を言葉で表現することができないため、精神的な反応が生理面で現れる傾向があります。

例

ぐずぐず言う、ミルクを飲まない、
あやしても笑わない、
チックのような症状が出る

幼児

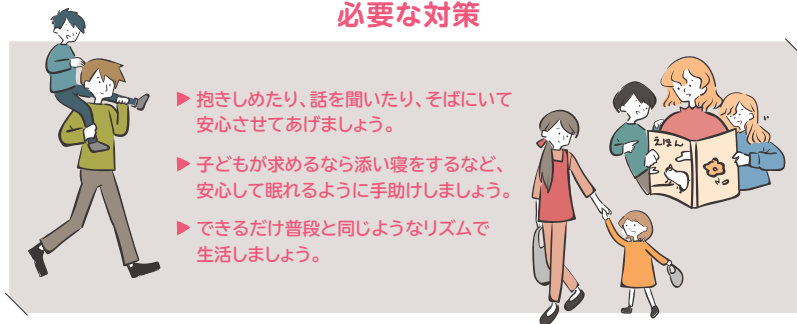
幼児は、食欲などの生理面の変化のほかに、赤ちゃんがえりなどの退行現象がみられます。

例

些細なことを怖がる、
感情が激しくなる、
落ち着きがなくなる、
食欲が増えたり減ったりする



必要な対策



- ▶ 抱きしめたり、話を聞いたり、そばにいて安心させてあげましょう。
- ▶ 子どもが求めるなら添い寝をするなど、安心して眠れるように手助けしましょう。
- ▶ できるだけ普段と同じようなリズムで生活しましょう。

用意しておきたいもの

避難所には、粉ミルク、使い捨て哺乳瓶、ベビーフード、子ども用おむつを備蓄していますが、数に限りがあり、個々の乳幼児に合わせたものではありません。使い慣れたものを各家庭で用意しておきましょう。

- ✓ 粉ミルク
- ✓ ミルク調整用の水
市販のミネラル水などの硬水は消化不良を起こすおそれがあるので軟水を用意しましょう。
- ✓ 哺乳瓶
材質の触感など乳児の好みがあるので家庭で用意しましょう。
- ✓ 哺乳瓶の消毒剤
- ✓ 離乳食
お気に入りのおもちゃやタオル
- ✓ 紙おむつ
災害時は、下痢など体調を崩しやすいので多めに用意しましょう。
- ✓ おしりふき
災害時でも衛生面を確保することが大切です。ウエットティッシュの代わりにもなります。

●乳幼児と避難するときは

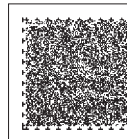
地震の揺れがおさまっても、外は散乱しがれきや崩れかかったブロック塀など危険が多くあります。また、ベビーカーではがれきで前に進めなくなったり、ベビーカーに座る子どもは地面に近いので、がれきの粉じんを吸ってしまったりと危険です。

このため、乳幼児と一緒に避難するときは、両手が空くように抱っこして避難しましょう。

普段使用している抱っこひもやスリングを非常用持ち出し袋と一緒に置いたり、ベビーカーで外出するときも抱っこひもやスリングを持ち歩いたり、いざという時に安全に子どもと一緒に避難できるよう備えましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

高齢者の防災対策

東日本大震災では被害の大きい岩手県、宮城県、福島県の3県での死亡者のうち、60歳以上の高齢者は約65%を占めています。

日頃から、一時集合場所、避難所、避難場所への避難経路、避難にかかる時間を確認し、慌てず避難行動ができるようにしましょう。

地域の方とのコミュニケーションを大切に、いざという時に助け合えるようにしましょう。



用意しておきたいもの



薬

服用しないと支障がでる薬は常備しましょう



お薬手帳

災害時に薬がなくなった場合に備えて常備しましょう



成人用おむつ

簡易トイレに加えて成人用おむつを用意しておく心安いです



避難行動要支援者名簿

高齢者、障がい者、乳幼児その他特に配慮を要する人のうち、自分で避難することが困難で、円滑かつ迅速な避難の確保を図るため、特に支援を要する人を避難行動要支援者といいます。

すべての市区町村に「避難行動要支援者名簿」の作成が義務付けられており、渋谷区では以下の要件に該当する人を名簿に登録しています。

● 自動登録

- ① 区内在住の単身世帯で介護保険法に基づく要介護2以上の要介護認定を受けている人
- ② 区内在住の単身世帯で身体障害者福祉法の規定による身体障害者手帳2級以上の交付（視覚障害、下肢障害、体幹障害に限る）を受けている人

● 任意登録

避難行動に支援が必要な状態にある渋谷区に登録申請をした者（福祉施設等に入居している人を除く。）

避難行動要支援者名簿は、自主防災組織、民生委員、安心見守りサポート協力員、地域包括支援センター等に配布します。配布された名簿に基づき自主防災組織が中心となり、ひとりひとりの避難支援プラン（個別計画）を作成し、災害発生に備えます。

渋谷区の防災体制

災害対策本部

大規模な災害時は、区民の生命・身体・財産を守る活動拠点として、区役所8階に災害対策本部を設置します。災害対策本部は、災害対策を統合的に指揮する拠点となり、被害情報の収集、関係機関との連絡調整、避難指示・勧告の発令などを行ないます。

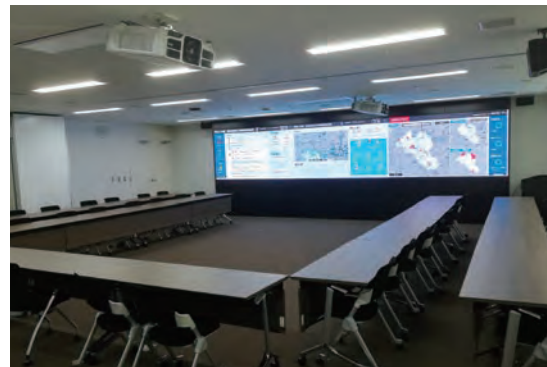
災害対策本部の機能

災害対策本部となる会議室には、110インチのLEDスクリーン、電子黒板、ホワイトボードが備えられています。

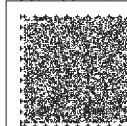
また、防災システムや防災無線、渋谷ヒカリエに設置されている高所カメラなどを活用し、被害情報の収集や情報の共有を図ります。

防災システム

災害対策本部の運営に使用する防災システムは、情報を発信する防災ポータルや情報を収集する防災アプリと連携しており、最新の被害情報や避難所の状況など、災害に関する様々な情報を集約します。



音声付ビデオ



音声コード掲載

避難所とは

避難所は、被災により自宅に住めなくなった人が一時的に過ごす場所で、地域の自主防災組織を中心に開設、運営を行います。あらかじめ地域の避難所を確認し、経路などを確認しておきましょう。また、避難所では周りの人と協力し、避難者の管理や、給食（炊き出しや給水活動）、応急救護などを行います。災害時にスムーズに活動できるよう地域行事や普段の訓練などに参加して地域での交流を図りましょう。

避難所の開設基準

<震度6弱以上の地震>

自動開設します。

<震度5強の地震>

自主防災組織、施設管理者、渋谷区参集職員の3者で協議し、必要に応じて開設します。

渋谷区防災点検の日

渋谷区では、毎年1月17日を「渋谷区防災点検の日」と定め、避難所を円滑に開設できるよう自主防災組織などの地域住民、施設管理者、渋谷区参集職員の3者で防災資機材の点検や顔合わせを行なっています。

避難所備蓄品、資機材

避難所には3日分を目安に下記の物資が備蓄されています。
バルーン投光器などの資機材は防災訓練などで稼働確認を行なっています。

食料

飲料水

給水資機材

赤ちゃん用品（ミルク、ベビーフードなど）

炊事用品（釜、バーナーなど）

トイレ用品（マンホールトイレ、便座、簡易トイレなど）

寝具（毛布、マット、寝袋など）

衛生用品（ウェットティッシュ、マスク、生理用品）

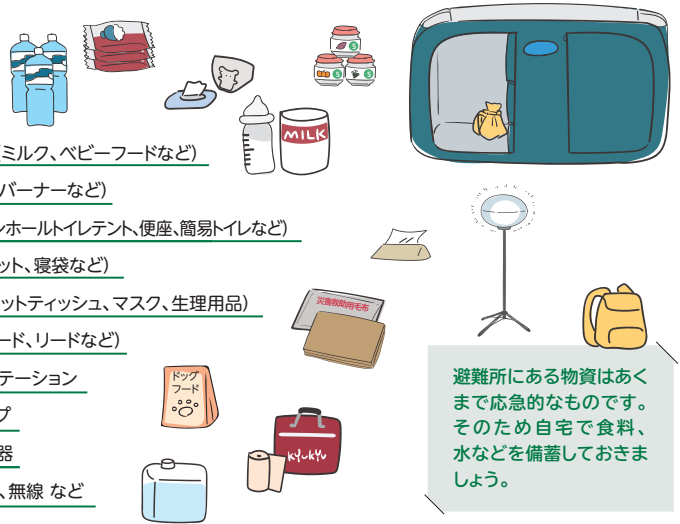
ペット用品（フード、リードなど）

避難所用パーテーション

D級消防ポンプ

バルーン投光器

特設公衆電話、無線 など



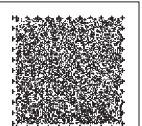
避難所にある物資はあくまで応急的なものです。そのため自宅食料、水などを備蓄しておきましょう。

渋谷区内の避難所一覧

地区	名称	所在地
新橋	加計塚小学校	恵比寿 4-21-10
	臨川小学校	広尾 1-9-17
	鉢山中学校	鶯谷町 9-1
恵比寿	長谷戸小学校	恵比寿西 1-23-1
	猿楽小学校	猿楽町 12-35
	広尾中学校	東 4-13-25
氷川	広尾小学校	東 3-3-3
	常磐松小学校	東 1-7-10
	商工会館	渋谷 1-12-5
大向	松濤中学校	松濤 1-20-4
	神南小学校	宇田川町 5-1
	文化総合センター大和田	桜丘町 23-21
上原	上原中学校	上原 3-41-2
	上原小学校	上原 3-13-20
	富谷小学校	上原 1-46-4
西原	西原小学校	西原 2-22-1
	代々木中学校	西原 1-46-1
	渋谷区スポーツセンター	西原 1-40-18
初台	幡代小学校	初台 1-32-12
	代々木山谷小学校	代々木 3-47-1
	渋谷本町学園	本町 4-3-1
本町	渋谷本町学園第二グラウンド体育館	本町 4-39-1
	つばめの里・本町東	本町 3-46-1
	児童青少年センターフレンズ本町	本町 6-6-2
笹塚	笹塚中学校	笹塚 3-10-1
	笹塚小学校	笹塚 2-8-1
	中幡小学校	幡ヶ谷 3-49-1
千駄ヶ谷	地域交流センター代々木の杜	代々木 2-35-1
	鳩森小学校	千駄ヶ谷 5-9-1
	千駄ヶ谷小学校	千駄ヶ谷 2-4-1
神宮前	神宮前小学校	神宮前 4-20-12
	原宿外苑中学校	神宮前 1-24-6
	ケアコミュニティ・原宿の丘	神宮前 3-12-8



音声付ビデオ



音声コード掲載

災害時のペット対策

ペットとの同行避難の考え方

渋谷区では、災害時のペットとの同行避難について下記を基本的な考え方として定めています。飼い主として、基本的な考え方を理解し、災害時のペット対策について確認しましょう。

- 1** 避難所での飼育は、校庭等屋外にテントを張りその中にケージを積み重ねるなどして飼育場所を確保します。



- 3** 校庭等に飼育場所を確保できない避難所については、同行避難を実施しません。



ペット

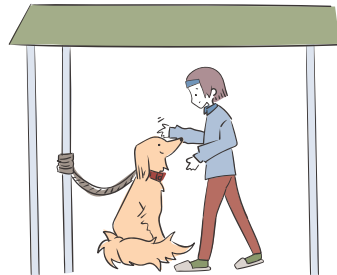
犬、猫、小鳥等の小動物を想定しており、人に危害をくわえるおそれのある大型動物や危険動物は含みません。



- 2** 施設管理者との調整で屋内施設に飼育場所を確保できる場合は、その計画により実施します。



- 4** ケージに入らない大型犬などのペットについては、雨に濡れない場所でリードにつなぎ飼育します。



事前の備え

しつけと健康管理

避難所生活に適応できるよう、日頃から必要なしつけと健康管理を行ないましょう。



「待て」「お座り」の基本的なしつけ



むやみに吠えないようしつける

ケージに入ることを嫌がらないようにする
各種ワクチン接種、寄生虫の予防駆除を行なう



避難用品や備蓄品の確保

避難先でのペットの飼育に必要なものは飼い主が用意する必要があります。用品は少なくとも5日分（できれば7日分）以上用意しましょう。



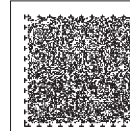
フード 水 療法食・薬 首輪 リード 食器 ケージ ペット用おもちゃ
ペットの情報（かかりつけ病院や写真など） トイレ用品 タオル ブラシ

迷子にならないための対策

やむを得ずペットを残して避難したり、はぐれた時のため首輪や迷子札、マイクロチップを装着しましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載



渋谷区では「ペットとの同行避難マニュアル」、「飼い主の手引き」を作成し渋谷区のホームページに掲載しています。

災害時要配慮者への思いやり



避難所では要配慮者への思いやりを

避難所では多くの人と一緒に生活をします。避難者の中には、高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児等、配慮が必要な方がいます。思いやりや助け合いを心がけましょう。

例えば… 本人や家族に話を聞く

例えば… 環境面の配慮

避難者の中にヘルプカードやヘルプマークなどをつけている人や困っている人がいたら話を聞き、必要な支援につなげましょう。



ハート・プラスマーク

移動が不自由な方やその家族の避難スペースは、トイレや水回りなどに出やすい場所にする、着替えや授乳スペース、子どもが遊べるスペースなどを確保する、物資の配布が早い者勝ちにならないようにする、グループごとに配給を行なうなど

二次避難所

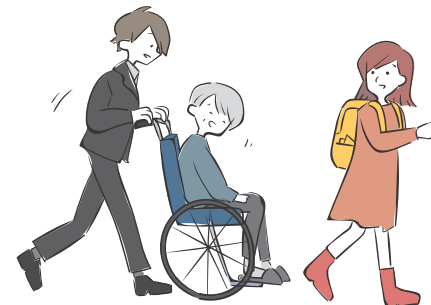
避難所において生活することが困難な人（避難所では十分な介護を受けることができないため、健康が悪化するおそれのある要介護高齢者や重度の障がい者）を対象に、必要に応じて二次避難所を開設します。

避難の流れ

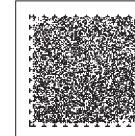
まずは最寄りの一般の避難所に避難し、渋谷区で二次避難所への移送が必要と判断した場合は、対象者を二次避難所へ移送します。

渋谷区内の二次避難所指定施設一覧

名称	所在地	受入対象
1 けやきの苑・西原	西原 2-19-1	高齢者
1 あやめの苑・代々木	代々木 3-35-1	
1 高齢者ケアセンター	令和2年3月現在 建替中	
1 パール代官山	鉢山町 3-27	
1 総合ケアコミュニティ・せせらぎ	西原 1-40-10	
1 ケアコミュニティ・原宿の丘	神宮前 3-12-8	
1 美竹の丘・しばや	渋谷 1-18-9	
1 ひがし健康プラザ	東 3-14-13	障がい者
1 ケアステーション笹幡	幡ヶ谷 2-21-9	
1 障害者福祉センター「はあとびあ原宿」	神宮前 3-18-37	
1 生活実習所つばさ	幡ヶ谷 3-39-1	



音声付ビデオ



音声コード掲載

被災後の生活

在宅避難のすすめ

地域の避難所は、多くの人と過ごすことで災害情報の入手や余震の不安がまぎれるといった利点もありますが、一方で盗難などの犯罪、衛生環境の悪化による集団感染など問題も多くあります。

自宅の被害が少なく居住可能な場合は、自宅での避難「在宅避難」をしましょう。また、「在宅避難」ができるようにP26「自宅の防災対策」を参考に、家具の転倒防止や備蓄など自宅の備えを万全にしましょう。



り災証明書

り災証明書とは

地震や台風などの災害により被災した住家などの被害の程度を公的に証明するもので、市区町村（渋谷区）が発行します。義援金の支給や住宅の応急修理などの被災者支援策の手続きには、り災証明書が必要となります。



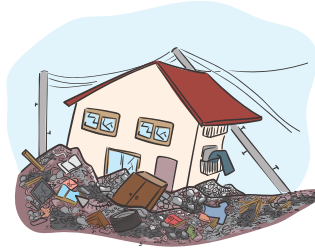
発行までの流れ

渋谷区職員を中心に、住家の被害を調査する被害認定調査を行なった後、り災証明書を発行します。

り災証明書の発行時期や発行場所などの詳細は、渋谷区ホームページ、渋谷区公式SNSなど各種媒体で周知します。



災害廃棄物



災害廃棄物とは

災害廃棄物とは、災害によって発生、または被災者や避難者の生活に伴って発生する廃棄物のことです。

例えば、倒壊した家屋などから発生するがれき、避難所ごみ、し尿や片付けごみなどがあります。

災害時、渋谷区は家庭から発生するごみに加えて、災害廃棄物の収集・処理をします。

災害時のごみの収集について

災害時、道路などの被害状況によっては、通常のごみ収集ができないことが想定されます。

収集体制を確立後（発災後4日以降を想定）、衛生面の観点から腐敗しやすい生ごみなどを優先に収集する場合があります。迅速なごみの処理のため、以下の点へのご理解とご協力をお願いします。

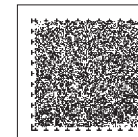


- ✓ 災害発生からおおよそ3日間は、ごみを自宅で保管する。
- ✓ ごみの分別に努める。
- ✓ すぐに回収する必要のない古紙類などは、排出を控える。
- ✓ 被災とは関係のない粗大ごみは出さない。

収集開始日や詳細な排出のルール・分別のルールについては、災害時にも渋谷区ホームページ、渋谷区公式SNSやチラシで周知しますので、排出する前に確認してください。
また、平時から、家庭にある不要な物の整理を進めましょう。



音声付ビデオ



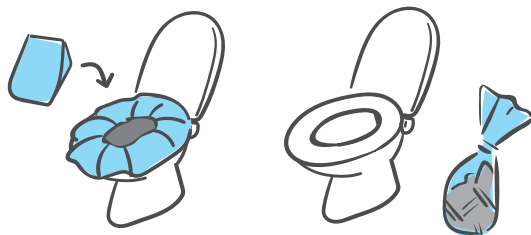
音声コード掲載

トイレ(し尿)について

災害時、断水により自宅のトイレが使えない場合、トイレはがまんすることができませんので、簡易トイレを使用することになります。

使用済み簡易トイレは、衛生上の観点から、以下のように処理をしたものを収集します。なお、排出場所については、ごみの収集と同じように、渋谷区からお知らせをします。それまでは、路上等に投棄せず、ベランダなどで保管してください。

- ✓ 衛生上の観点から、使用済み簡易トイレは、ビニール袋を二重にし、口を固くしばる。その際、新聞紙等の可燃物を混入させる。
- ✓ ビニール袋の破損を防ぐため、空気をできるだけ取り除く。



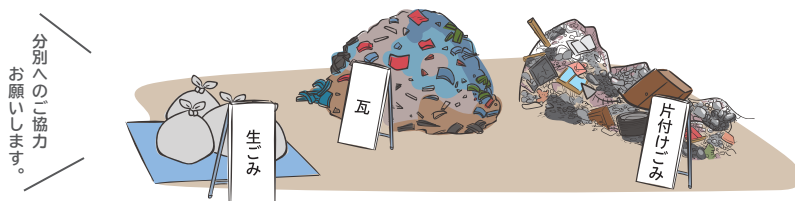
地区集積所・仮置場について

災害時、道路などの被害状況によっては、通常のごみ収集ができないことが想定されます。そのため、日頃から利用している集積所から収集できない場合があります。

その場合は、地区集積所を設置し、そこから収集することとなりますので、その場所までお持ちくださるよう、ご理解とご協力をお願いします。

また、災害廃棄物等が多量に発生する場合、収集やその後処理のため、一層の分別が必要となります。

このため、保管場所となる仮置場を設置します。仮置場の選定にあたりましては、近隣の方にはご負担をかけることとなりますが、ご理解とご協力をお願いします。



風水害対策

災害は地震や火災だけではなく、近年は突然のゲリラ豪雨や台風など風水害による被害が多発しています。

台風などの風水害は地震と異なり、事前の予報により対策が可能です。

家屋が倒壊するおそれがある、浸水の危険性があり、安全な上層階がない、などの場合は避難が必要になります。



避難経路と避難所を確認

1 洪水ハザードマップ(P86)で自分が住んでいる地域の水害危険を確認しましょう。浸水が想定される場合は、あらかじめ避難経路と避難所を確認しておきましょう。

避難経路は、浸水の危険がない道を決めておくことが重要です。

自宅の水害対策

自宅が周りの道路より低い、地下駐車場があるなど水害時に水が流れ込んでくる可能性がある場合は、土のうや止水板を設置しましょう。

- ✓ 非常持ち出し袋(P30)の準備 1
- ✓ 雨どい、雨水マスの清掃
- ✓ ベランダの植木鉢等は室内へ移動



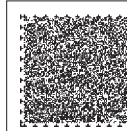
土のうの配布を希望する方は渋谷区役所道路課(3463-2794)までご連絡ください。

渋谷区総合水防訓練

毎年6月頃に地域の自主防災組織をはじめ、消防・警察などの関係機関とともに総合水防訓練を実施しています。どなたでも当日参加することができるのでぜひご参加ください。



音声付ビデオ



音声コード掲載

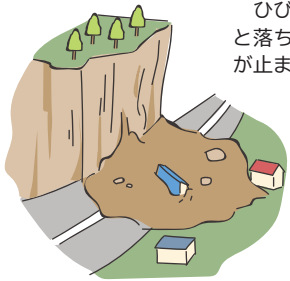
土砂災害について

大雨が降ると、土砂災害の危険性が高まります。土砂災害が発生する前にはいくつかの前兆があるため、地域の斜面などで前兆がみられる場合は、その場所には近づかず避難するなど適切な行動を取りましょう。なお、渋谷区では崖崩れが主に想定されます。



崖崩れの前兆

ひび割れができる、小石がパラパラと落ちてくる、水が湧き出る、湧き水が止まる・濁る、地鳴りが聞こえる



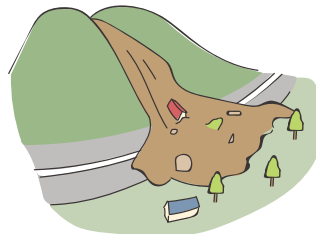
地滑りの前兆

ひび割れ・陥没、亀裂や段差の発生、崖や斜面から水が噴き出す、井戸や沢の水が濁る、地鳴り・山鳴りがする、樹木が傾く



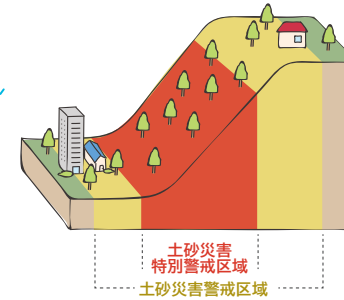
土石流の前兆

山鳴りがする、急に川の水が濁り、流木が混ざり始める、腐った土の臭いがする、降雨が続くのに川の水位が下がる、立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる



土砂災害警戒区域とは

東京都は、土砂災害防止法に基づく基礎調査結果（平成30年12月26日公表）を踏まえ、区内11箇所に土砂災害警戒区域、うち9箇所に土砂災害特別警戒区域を指定しました。



土砂災害警戒区域

土砂災害が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生ずるおそれがある区域（通称「イエローゾーン」）

土砂災害特別警戒区域

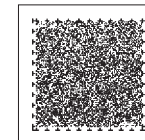
土砂災害が発生した場合に、建築物に損傷が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれがある区域（通称「レッドゾーン」）

番号	所在地	警戒区域	特別警戒区域
1	本町3-24の一部	あり	あり
2	西原1-50の一部	あり	あり
3	元代々木町49の一部	あり	あり
4	西原3-33の一部	あり	あり
5	元代々木町26・34の一部	あり	なし
6	代々木5-1・34の一部	あり	あり
7	神宮前6-26・27の一部	あり	あり
8	神山町38、富ヶ谷1-24の一部	あり	あり
9	広尾4-3、広尾5-2の一部	あり	あり
10	恵比寿4-7・8・12の一部	あり	なし
11	恵比寿4-11・12の一部	あり	あり
計		11	9

※詳細な区域の位置図は、東京都建設局河川部、渋谷区土木部管理課にて閲覧できるほか、東京都建設局ホームページや渋谷区ホームページでも確認できます。



音声付ビデオ



音声コード掲載

水害時の行動

防災気象情報、避難情報

風水害時は正確な情報を入手し、それをもとに行動しなければなりません。

そのため、テレビ、ラジオからの情報、渋谷区が発信する情報を確認しましょう。必要に応じて区内の防災行政無線のスピーカーからも放送を行いますが、豪雨などで音声が届かない可能性があるため、複数の情報ツールを用意しましょう。なお、防災行政無線から放送された内容は電話で確認できます。確認できる電話番号など情報収集の方法はP11「情報収集」を確認しましょう。



気象庁、東京都、渋谷区から
水害時に発信される情報は下記のものがあります。

- ▶ 注意報、警報、特別警報
- ▶ 記録的短時間大雨情報
- ▶ 土砂災害警戒情報
- ▶ 渋谷川水位情報、氾濫危険情報など
- ▶ 避難に関する情報
(避難勧告、指示の発令、自主避難施設※や避難所の開設情報など)



※自主避難施設

- ① 渋谷川の水位上昇に伴い近隣住民等が避難できる場所として設置
 - ▶ ひがし健康プラザ(東3-14-13)
 - ▶ 地域交流センター恵比寿(恵比寿西2-8-1)
- ② 土砂災害発生のおそれがある場合に近隣住民等が避難できる場所として設置
 - ▶ ひがし健康プラザ(東3-14-13)
 - ▶ 恵比寿社会教育館(恵比寿2-27-18)
 - ▶ YCC代々木八幡コミュニティセンター(代々木5-1-15)

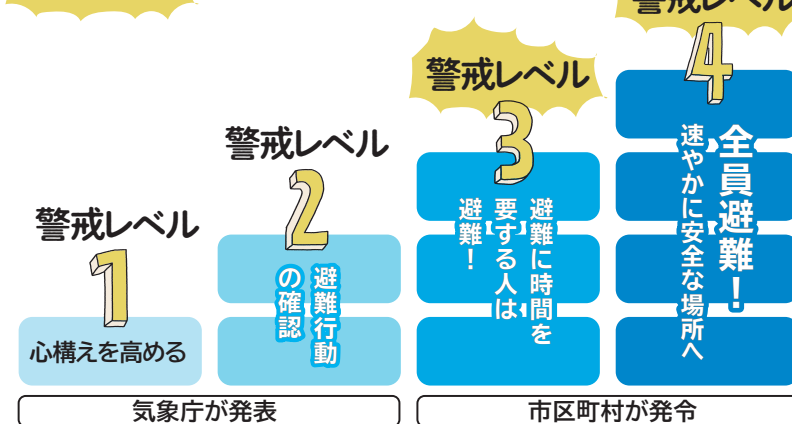
5段階の警戒レベルと気象情報

平成31年3月の避難勧告等に関するガイドラインの改訂に伴い、気象庁や渋谷区が発表する防災情報に5段階の警戒レベルを用いることとなりました。それぞれのレベルの内容を知り、適切な避難行動を取りましょう。

大雨・洪水・土砂災害・高潮

警戒レベル 4 で全員避難

警戒レベル で避難のタイミングをお知らせします。

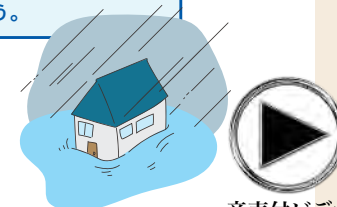


警戒レベル 5
すでに災害が発生している状況です。
命を守るための最善の行動を取りましょう。

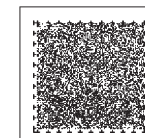
自分の命は自分で守る！！



避難情報や
気象情報を入手し、
早めに避難をしましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

警戒レベルと取るべき行動

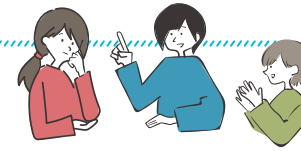
警戒レベル	避難情報等	取るべき行動	気象情報
警戒レベル 5	災害発生 情報※1 ※1 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令	既に 災害が発生 している状況です。 命を守るための最善の行動 を取りましょう。	警戒レベル 5 相当情報 氾濫発生情報 大雨特別警報 等
警戒レベル 4 全員避難	避難勧告 避難指示 (緊急)※2 ※2 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令	速やかに避難先へ避難 しましょう。避難場所までの移動が危険な場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	警戒レベル 4 相当情報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 等
警戒レベル 3 高齢者等は避難	避難準備・ 高齢者等 避難開始	避難に時間を要する人(高齢者、乳幼児等)とその 支援者 は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	警戒レベル 3 相当情報 氾濫警戒情報 洪水警報 大雨警報 等
警戒レベル 2	洪水注意報 大雨注意報等	災害への心構えを高めましょう。	
警戒レベル 1	早期 注意情報	災害への心構えを高めましょう。	



5段階のQ&A



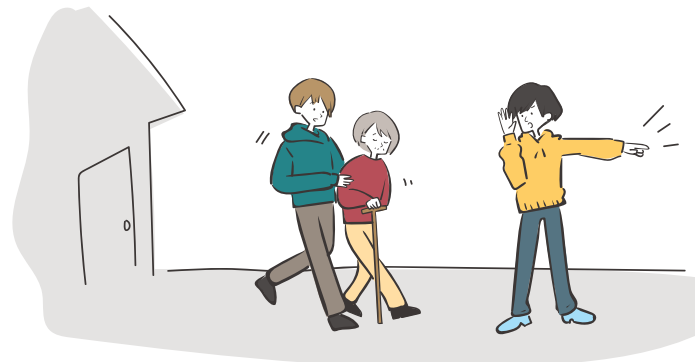
気象情報は出てるけど、避難情報が
出ていないときはどうすればいいの？



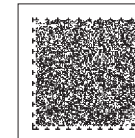
渋谷区では、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行なうことから、必ずしも気象情報と同じレベルの避難情報が、同時に発令されるわけではありません。
自らの命は自ら守る意識を持って、気象情報も参考にしながら、適切な避難行動を取ってください。

警戒レベル 5 では既に災害が発生しています。
また、必ず発令されるものではありません。

警戒レベル 3 や 警戒レベル 4 で、
地域の皆さんで声をかけあって、
安全確実に避難しましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

※各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。
状況が急変することもあります。

避難の際の注意点

服装

避難する時は、動きやすい服装で、浸水部分の深さが確認できる杖か棒を持って歩きましょう。(カッパやリュックサックを使用し両手が使える状態で避難します。)また、水中でも脱げにくく歩きやすい履物で逃げましょう。浸水時に歩行可能な水位の目安はひざ下までです。



2人以上での避難

1人での避難は危険です。2人以上での避難を心がけましょう。

家を出る前に

火災等二次災害防止のため、避難時は電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めましょう。

エレベーターは使用しない

暴風によって電線が切れると停電になり、エレベーターに閉じ込められるおそれがあるため、エレベーターは使用せず階段を使用しましょう。



避難中の注意点

路面の高さが低い道(アンダーパス等)や、地下通路は冠水の危険性があるため、通るのを避けましょう。

冠水している道路は、マンホールや側溝のふたが外れて転落する可能性があります。やむを得ず冠水箇所を通る場合は、傘などで地面を探りながら移動しましょう。

渋滞の原因や緊急車両の妨げとなるので、車での避難は控えましょう。



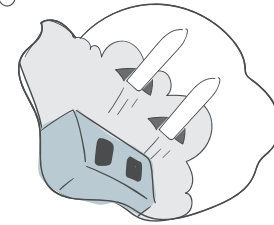
逃げ遅れた場合

万が一逃げ遅れた場合は、2階以上の丈夫な建物に避難(垂直避難)しましょう。

その他災害発生時の行動

武力攻撃やテロ

武力攻撃やテロによる危険が迫っている場合や、実際に発生してしまった場合は、防災行政無線で注意が呼びかけられます。同時に、テレビ、ラジオなどの放送や、広報車両等を通じて警報の内容や避難について情報が伝えられるので、指示に従うようにしてください。



竜巻

竜巻などによる突風が予想される場合、気象庁から「気象情報」、「雷注意報」「竜巻注意情報」が段階的に発表されます。また、竜巻の発生源は積乱雲です。竜巻が身近に迫っている場合、頑丈な建物内に避難する等身を守るための行動を取りましょう。



火山

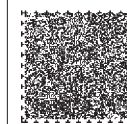
現在日本には111の活火山があり、複数の火山で噴火が発生しています。

火山災害から身を守るために、噴火した場合は以下のような対策を取りましょう。

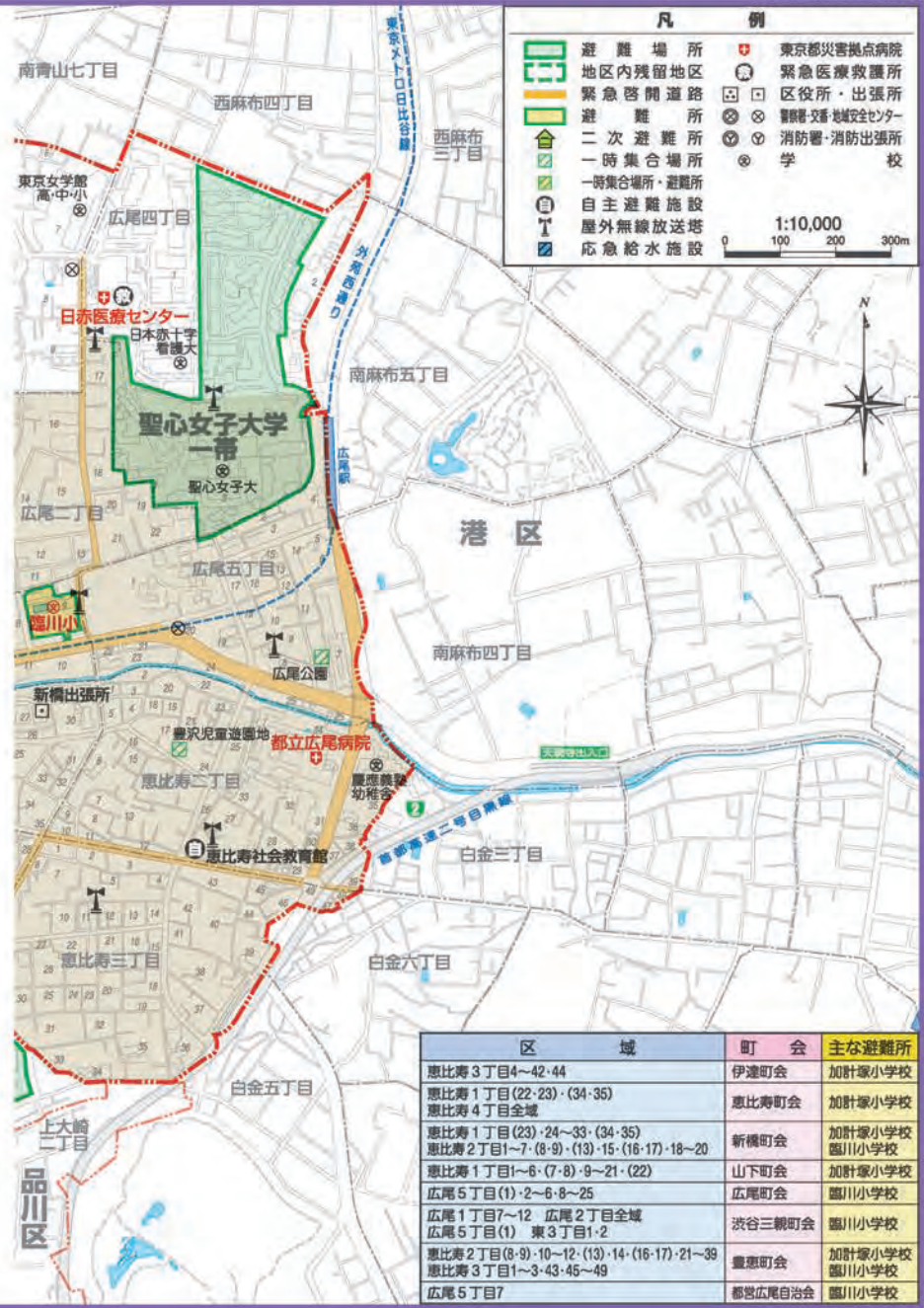
- ✓ 防塵マスクなどを着用し、火山灰を吸い込まないようにしましょう。
- ✓ 火山灰が目に入ったら、こすらず水で流しましょう。また、コンタクトレンズを使用している方はレンズを外して眼鏡を使用しましょう。
- ✓ 皮膚が火山灰に触れないようにしましょう。



音声付ビデオ



音声コード掲載

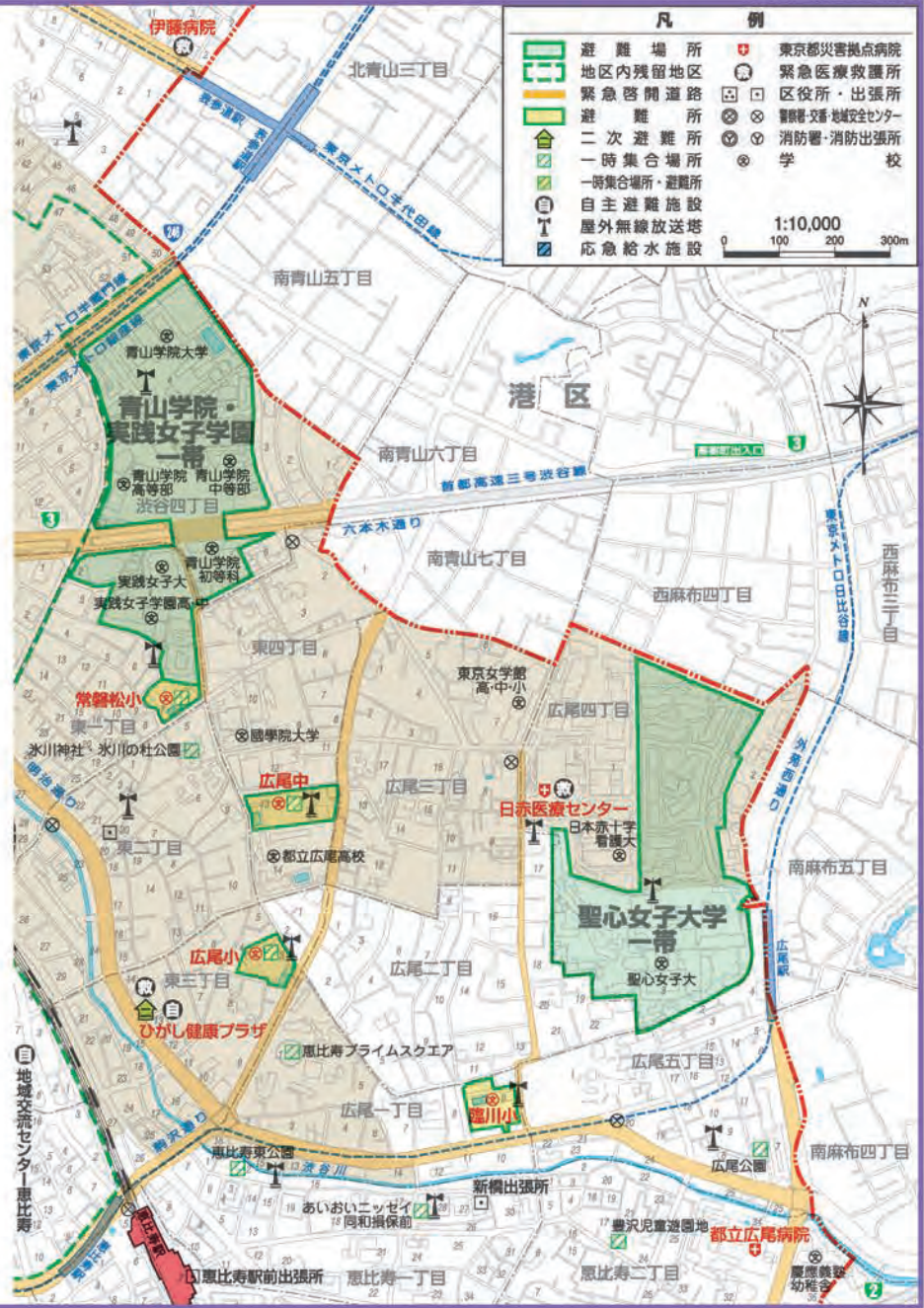




「この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地理情報）及び数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地名情報）を使用した。（承認番号 平30情保 第1313号）」



区	域	町 会	主な避難所
東4丁目6～14	広尾3丁目全域	若羽町会	広尾中学校
東2丁目27～29			
東3丁目3～16 (17)・18～24 (25・26)・27		渋谷南交町会	広尾小学校
広尾1丁目1～6・13～16			
東1丁目8・18・19・25～36	東2丁目1～24・26	渋谷氷川会	広尾中学校 常盤松小学校
渋谷2丁目17・18・21～24		渋谷駅東口町会	商工会館・ 消費者センター
渋谷3丁目(6～9)・17～19			
渋谷1丁目8～10・12～14 (24)		宮益町会	商工会館・ 消費者センター
渋谷2丁目16・19・20			
渋谷1丁目1～7・18～20		渋谷第一町会	商工会館・ 消費者センター
神宮前5丁目(22)・(33)・34～36 (43)・(47)・51～53			
渋谷2丁目(2・3) 渋谷3丁目(3) 渋谷4丁目全域		ときわ松町会	常盤松小学校
東1丁目1～7・9～17・20～24東4丁目1～5			
渋谷3丁目1・2 (3)・4・5 (6～9)・10～16・20～28		渋谷三丁目町会	常盤松小学校
渋谷2丁目1 (2・3)・4～15		渋谷二丁目町会	商工会館・ 消費者センター
神宮前5丁目39～42 (43)・44～46 (47)・48～50		心和尚町会	商工会館・ 消費者センター
東2丁目25		東二会	常盤松小学校



「この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の政報地図（国土基本情報）電子国土基本図（地理情報）及び数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地名情報）を使用した。（承認番号 平30済特 第1313号）」





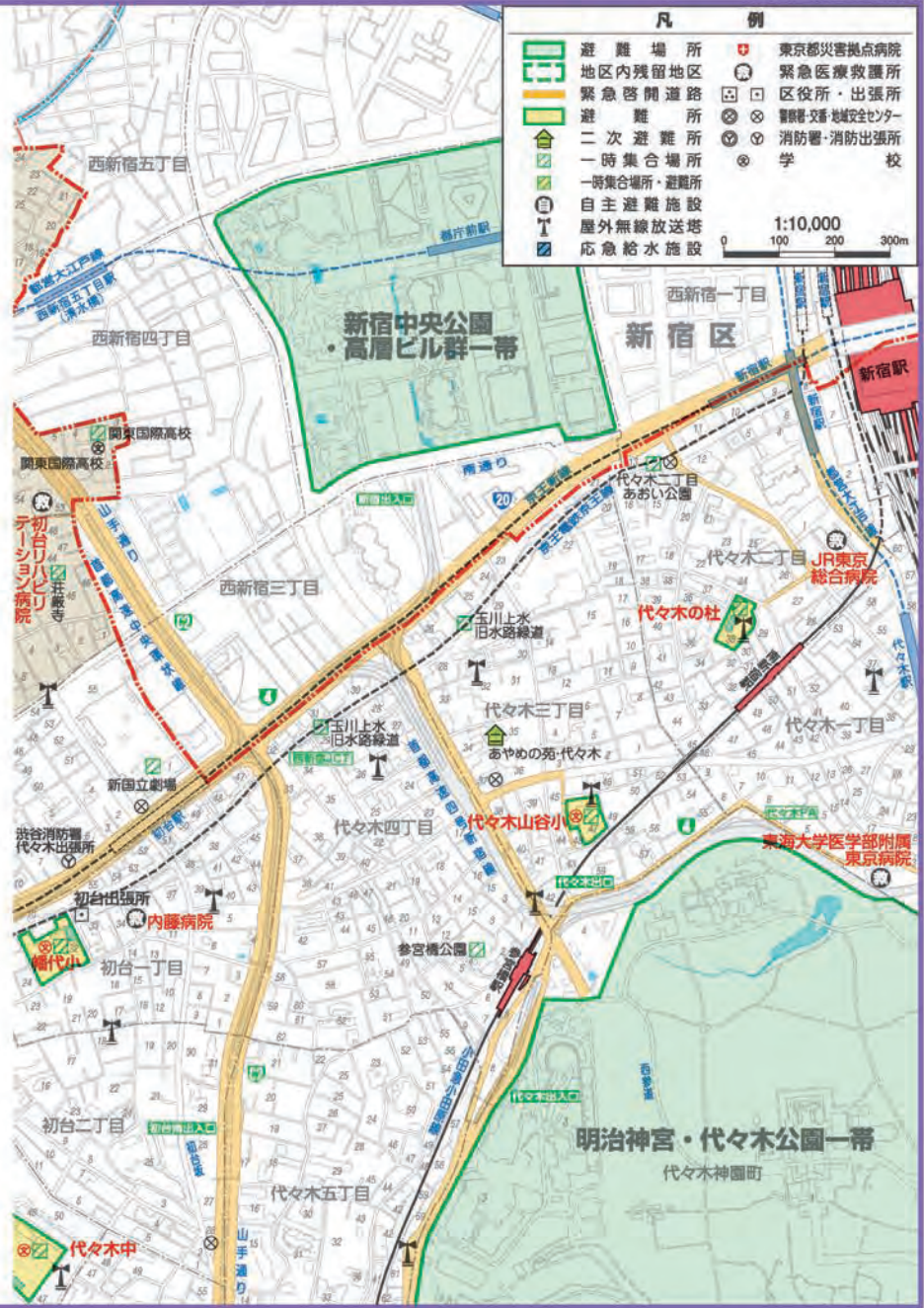
▲ 目 次 ▼



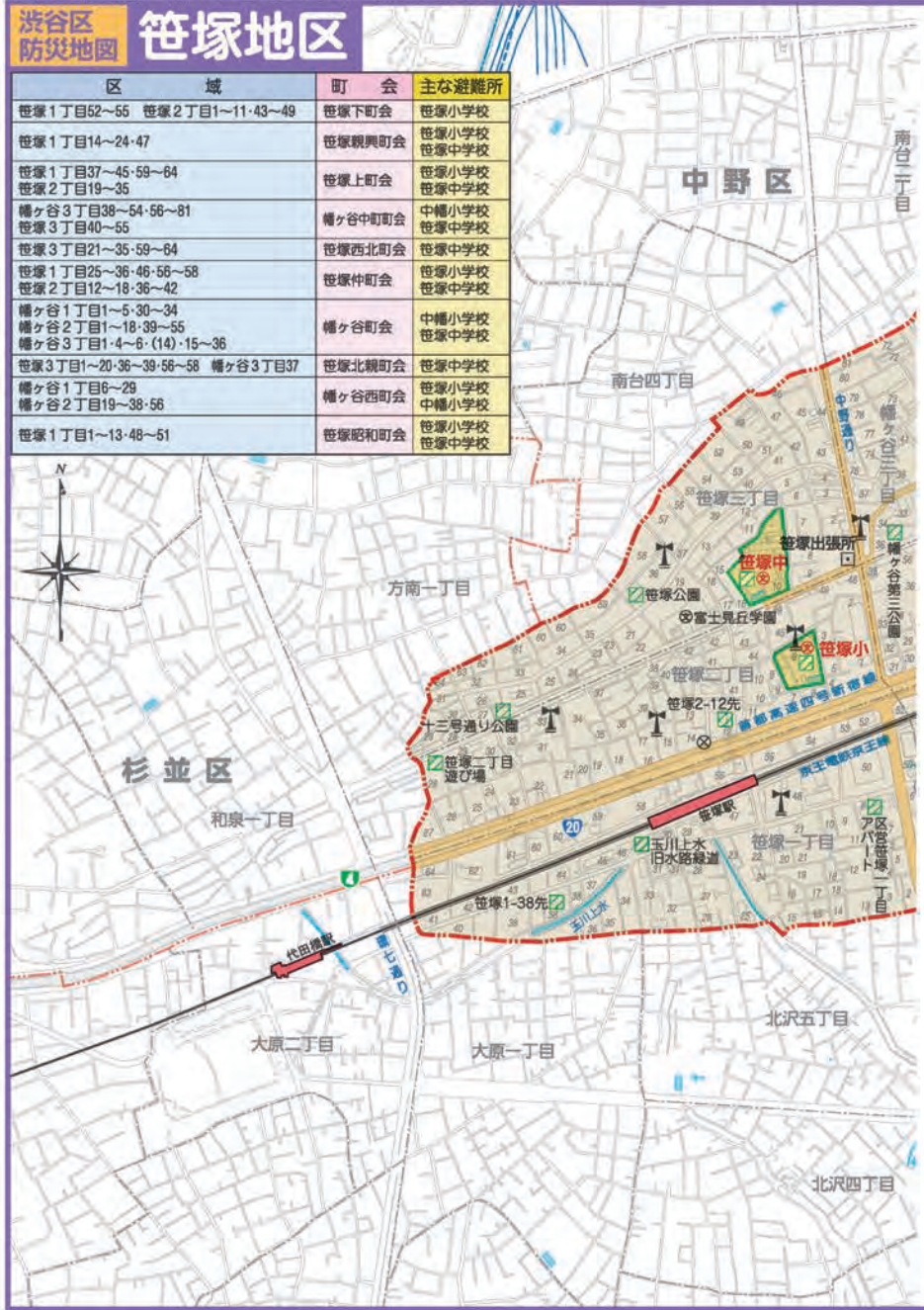
「この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の政教地図（国土基本情報）電子国土基本図（地理情報）及び数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地名情報）を使用した。（承認番号 平30情地 第1313号）」



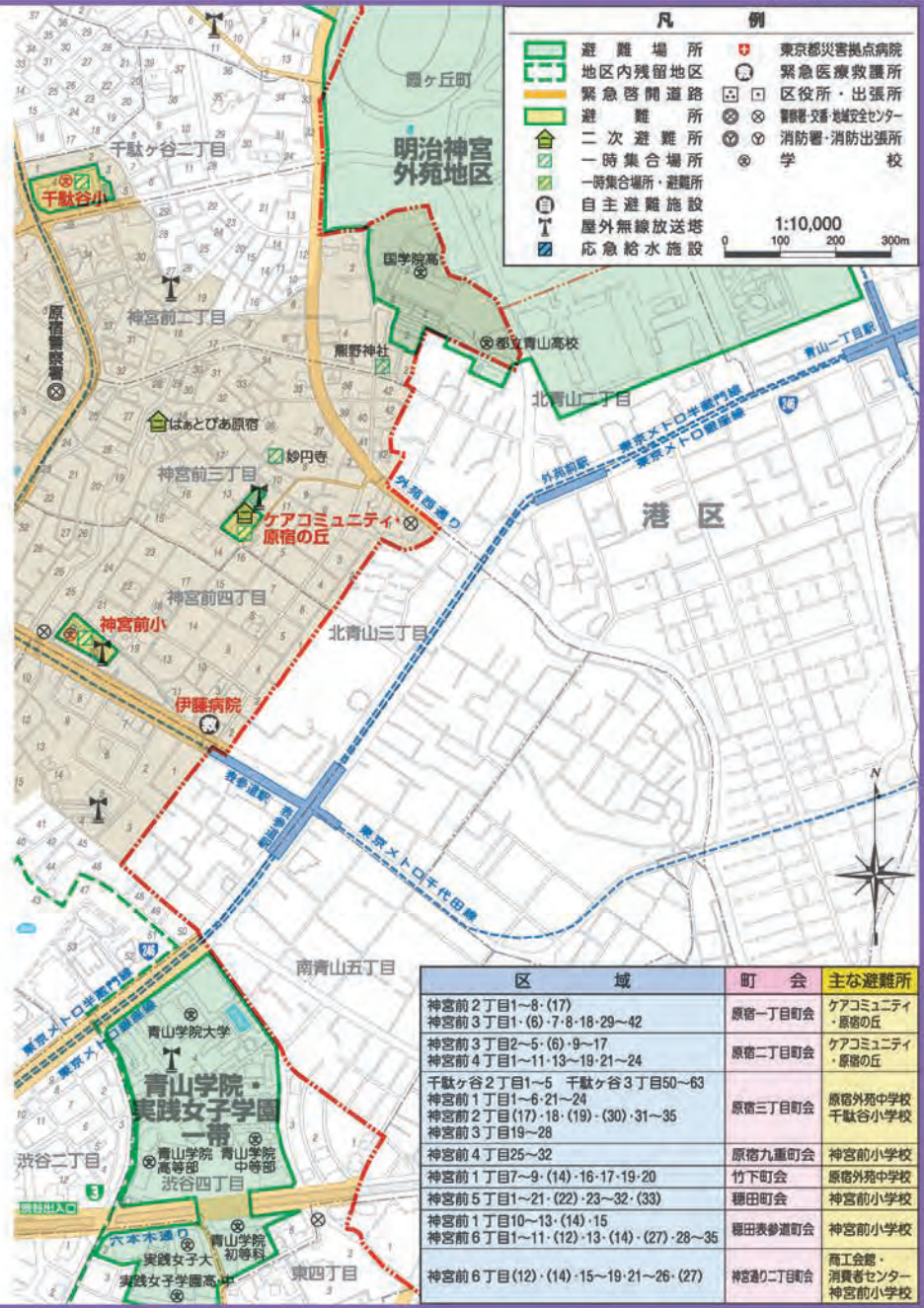
「この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地理情報）及び数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地名情報）を使用した。（承認番号 平30情保、第1313号）」



「この地図の作成に当たっては、国土整理院長の承認を得て、同院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地理情報）及び数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地名情報）を使用した。（承認番号 平30情保、第1313号）」







渋谷区洪水ハザードマップについて

このたび渋谷区では、区内の「神田川流域」「渋谷川流域」について、東京都の公表資料に基づいた洪水ハザードマップを作成いたしました。
この地図は、東京都が想定最大規模降雨を対象とし、当該流域の河道整備状況および洪水調整施設等を勘案したうえでの洪水状況のシュミレーションを参考に、区民の皆さんの避難に役立つよう作成したものです。

洪水の予想される区域および程度は、雨の降り方や、河川・下水道の整備状況によって変化することもありますので、常にこの地図のような浸水があるというものではありませんが、十分注意が必要です。
また、過去浸水の実績があった箇所は、土木部管理課窓口（本庁11階）でご覧になれます。浸水の可能性について知っていただき、緊急時の水防、避難、被害に強い生活様式の工夫にお役立てください。

大雨の際には、区から避難勧告や避難指示がでる場合もありますので、各種情報に十分注意をはらいましょう。

令和元年5月 渋谷区

避難所		
NO	場所名	住所
1	地計塚小学校	恵比寿4-21-10
2	臨川小学校	広尾1-8-17
3	福寿小学校	恵比寿12-35
4	南山中学校	恵比寿1-1
5	長谷戸小学校	恵比寿南1-25-1
6	恵比寿公園・清見センター	恵比寿1-12-5
7	恵比寿公園の森	恵比寿1-10
8	広尾小学校	恵比寿3-3-3
9	広尾中学校	恵比寿12-25
10	文化会館センター大和田	恵比寿23-21
11	神宮前小学校	神宮前町2-1
12	松濤中学校	松濤1-20-4
13	宮前小学校	上原1-48-4
14	大宮小学校	上原1-13-20
15	大宮中学校	上原2-41-2
16	渋谷区スポーツセンター	西原1-40-18
17	代々木中学校	西原1-48-1
18	日輪中学校	西原2-22-1
19	代々木山道小学校	代々木3-47-1
20	神代小学校	初台1-32-12
21	本町小学校	本町4-3-1
22	渋谷本町学園第二グラウンド体育館	本町4-38-1
23	つばめの里・本町家	本町3-48-1
24	中壺小学校	恵比寿3-48-1
25	恵比寿小学校	恵比寿1-1
26	恵比寿中学校	恵比寿1-10-1
27	本町南小学校	千駄ヶ谷2-4-1
28	道玄中学校	千駄ヶ谷1-8-1
29	地域交流センター代々木の森	代々木2-20-1
30	道玄南中学校	神宮前1-24-6
31	カブコムシティ・道玄の丘	神宮前2-12-8
32	本町南小学校	神宮前4-20-12
33	児童青少年センター・フランス本町	本町6-6-2

自主避難施設		
施設名称	住所	
地域交流センター・恵比寿	恵比寿南1-8-1	
ひがし側溝プラザ	恵比寿3-14-15	

出張所・土木事務所等		
施設名称	住所	
警備出張所	恵比寿1-27-10	
恵比寿南出張所	恵比寿4-2-10	
上原出張所	上原1-18-6	
松濤出張所	西原2-28-6	
神宮前出張所	神宮前1-32-10	
本町出張所	本町4-7-7	
道玄出張所	恵比寿1-9	
神宮前出張所	神宮前1-8-14	
神宮前出張所	神宮前10-14	
神宮前土木事務所	神宮前2-21-11	
恵比寿土木事務所	恵比寿3-32-4	
大田町出張所	西原2-25-2	

防災関係機関連絡先		
機関名	電話番号	
渋谷区役所	3463-1211	
渋谷区警署	3469-0110	
渋谷区消防署	3469-0110	
代々木署	3275-0110	
渋谷消防署	3464-0110	
恵比寿出張所	3460-0110	
松濤出張所	3469-0110	
代々木出張所	3278-0110	
道玄出張所	3465-0110	
神宮前出張所	3275-0110	
渋谷区清見事務所	5487-4300	
恵比寿支所（保衛）	0120-295-202	
恵比寿支所（防災）	0120-295-202	
水道局渋谷営業所	5790-5291	
下水道施設管理出張所	3400-8477	
恵比寿出張所	3400-8477	
恵比寿出張所	3400-8477	



※自主避難施設について
自主避難施設は、台風や長時間降り続く雨の影響等で洪水や土砂災害等の発生が懸念される場合、事前の避難を希望する人を対象に一時的に開設する施設です。

渋谷区洪水ハザードマップ
（浸水予想区域図）

※この地図は、東京都より公表された以下の資料に基づき作成しています。

対象とした図面 「神田川流域浸水予想区域図（改定）」（平成30年3月30日作成）
「城南地区河川流域浸水予想区域図（改定）」（平成30年12月20日作成）

対象とした降雨 想定最大規模降雨（時間最大雨量 153mm 総雨量 690mm）



図面の見方のポイント
一般的に河川沿いは低地であるため、浸水深が大きくなり注意が必要です。また河川から離れていても、濃い色で示される場所は地盤が低いいため、浸水深が大きくなるので注意してください。
浸水深メッシュについて
・浸水の深さを示すひとつの四角（メッシュ）の大きさは約10M四方です。約10M四方ですので、おおよそのシュミレーション結果としてみてください。
・浸水の深さを計算するときは、10Mメッシュ内での最大の水深となる地点データを示しています。よって同時刻での状況を示したものではありません。

この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図2500（空間データ基盤）を使用したものである。（承認番号 平19第従 第226号）

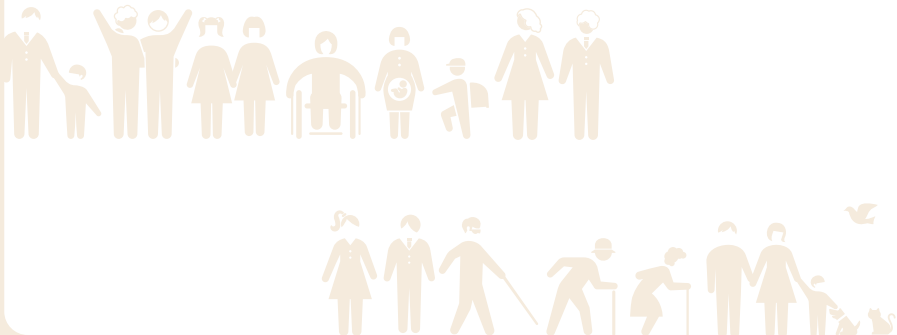
渋谷区土木部管理課管理係 TEL 3463-2773

地震や台風などの災害はいつ起こるかわかりません。

このマニュアルを読んで、備えが必要だと感じたらすぐに行動し、備えましょう。

そして、9月1日「防災の日」や1月17日「防災点検の日」などに、備えを点検しましょう。

また、地域の防災訓練など地域活動に日頃から参加し、地域の方と顔見知りの関係をつくり、互いに助け合う土台を作っていきましょう。



渋谷区民防災マニュアル

令和2年3月発行

編集・発行

渋谷区危機管理対策部防災課

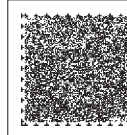
〒150-8010

東京都渋谷区宇田川町1-1 渋谷区役所8階

☎03-3463-4475



音声付ビデオ



音声コード掲載

L 一時集合場所・避難場所一覧 スマホで渋谷区サイトにリンク

関係機関お問い合わせ連絡先一覧

スマホ：赤線内をタップで電話番号一覧にリンク。該当箇所タップで通話可能

警察

渋谷警察署

TEL:03-3498-0119

原宿警察署

TEL:03-3408-0110

代々木警察署

TEL:03-3375-0110

消防

渋谷消防署

TEL:03-3464-0119

防災課

TEL:03-3463-4475

都

東京都庁

TEL:03-5321-1111

電気

東京電力カスタマーセンター

TEL:0120-995-002

ガス

東京ガスお客様センター

TEL:0570-002-211

水道

東京都水道局渋谷営業所

TEL:03-5790-8391

下水道

東京都水道局お客様センター

TEL:03-5326-1101

東京都下水道局中部下水道事務所

TEL:03-3270-8317

東京都下水道局中部下水道事務所渋谷出張所

TEL:03-3400-9477

道路

国土交通省東京国道事務所代々木出張所

TEL:03-3374-9451

東京都建設局第二建設事務所

TEL:03-3774-0313

渋谷区役所土木部工事課

TEL:03-3463-2816

電話

NTT東日本お客様センター

TEL:0120-019-000

電車

JR東日本お客様センター

TEL:050-2016-1600

都営地下鉄お客様センター

TEL:03-3816-5700

東京メトロお客様センター

TEL:0120-104-106

その他

防災行政無線電話応答サービス

TEL:03-3498-7211

TEL:03-3498-7212

TEL:03-3498-7213

渋谷区危機管理対策部防災課

TEL:03-3463-4475

まちづくり課

TEL:03-3463-2647

メトロ安全ポケットガイド



メトロバリアフリー便利帳



メトロ全路線概要・乗り換え案内



メトロ営業のご案内

