

東日本大震災から一年



市内でも大きな被害を
受けました
(上:潮見町、左:日の出)

平成23年3月11日午後2時46分、東北地方を中心に大きな揺れが東日本を襲いました。市内でも、停電や液状化等の被害を受けたほか、農水産業や製造業等の各方面にも大きな影響がありました。この未曾有の震災を忘れることなく、私たち一人ひとりが何をしなければいけないのか、何ができるのか、今一度考えてみましょう。

相手を思いやり助け合う心を

田口 春美さん (二和東5)



私は訪問介護ヘルパーとして、利用者さんのお宅の掃除中に地震にみまわれました。お互いの無事を確認し周囲を見渡すと、タンスの上に飾ってあったお皿やトロフィーが、床に落ちて割れていました。けがはなかったのですが、そのときは、日常で必要なものだけを一つにまとめて整理しました。割れたガラスなども危ないので、部屋の中にも靴やスリッパを準備しておくように、話しています。

私が何う訪問介護の利用者さんで、震災前から災害への備えを行っている人は、ほとんどいませんでした。できる範囲でよいので、備蓄品を用意するなど、行動を起こすことが大切だと思います。

またハンディのある人は、外出しづらいなど、周りとの付き合いが難しいこともあります。普段からコミュニケーションをとって、みんなで助け合える環境づくりを心がけたいですね。



人との出会いが新たな結びつきに

一人ひとりが今、行動を

まずは自分の命を守る

船橋SLネットワーク (災害救援ボランティア)
代表 片桐 卓さん



東日本大震災の翌日、私は会のメンバーと、被害の大きかった近隣市に向かいました。マンホールが飛び出したり交番が傾いたり、ひどい状況でしたが、被害がなかった地域の人々が、泥の除去などを手伝いに来てくれました。また、船橋アリーナにおいては、社会福祉協議会、町会・自治会、SL (Safety Leader) ネットワーク、行政が役割分担して、被災地からの避難者を受け入れました。皆さんの献身的な活動を見て、船橋市民の"ボランティアの土壌"を強く感じました。

私は、自分の命は自分の力で守る「自助」と、みんなで協力して乗り越える「共助」の力が大切であることを、この震災で改めて実感しました。自分の地域を知っているのは自分たち。よりきめ細かい気配りができるのは地元です。

私は、自分の命は自分の力で守る「自助」と、みんなで協力して乗り越える「共助」の力が大切であることを、この震災で改めて実感しました。自分の地域を知っているのは自分たち。よりきめ細かい気配りができるのは地元です。

また、今回は津波がクローズアップされていますが、阪神・淡路大震災では家具の倒壊、火災などで、多くの尊い命が犠牲になりました。地震後2〜3分の間に、どれだけ自分を守るかを考えてほしいと思います。今日にでも家族会議を行い、災害への備えをしましょう。その行為が家族を守ることだと、誇りに思って実践してください。



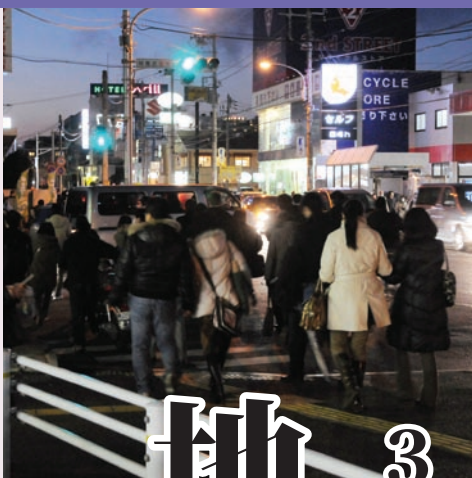
食事の炊き出しなどで避難者を支援

人と地域の結びつきを 大切にしたいまちづくり

船橋市長 藤代孝七

昨年3月11日に、日本観測史上最大規模の東日本大震災が発生し、東北地方を中心とした被災地では今もなお、この大災害を乗り越えるための懸命な努力が続けられています。本市においても地震発生直後から、公共施設の復旧や被災家屋への市独自の支援制度の創設、被災地への支援などに全力で取り組んでまいりました。

また、さまざまなボランティアの皆さんによる支援活動や、市民、民間事業者からの救援物資の提供など、まさしく市と市民が一体となった力が、被災地および本市の復興の大きな支えになったものと、今後も被災地への支援を続けるとともに、市民・地域・行政がお互いに連携を図りながら、安全で安心なまちづくりに全力で取り組んでまいりますので、皆様のご協力をお願い申し上げます。



問 防災課 ☎ 436・2032

3月11日、あの瞬間からのできごとを振り返る 地震発生 その時あなたは…

震災後 1カ月間の主な記録

▼23年3月11日

午後2時46分 東日本大震災が発生

●船橋で震度5弱を観測。市役所に警戒本部会議を設置

●日の出、栄町、潮見町、若松などで液状化が発生

●避難者や帰宅困難者5390人を市役所、フェイス、出張所など57施設で受け入れ

●若松地区で断水、停電が発生。市が飲料水を搬送

▼3月12～20日

福島第一原子力発電所の格納容器

から、大量の放射性物質が放出

●緊急消防援助隊千葉県隊の一員

として、市の消防隊員が岩手・福

島県の被災地へ出動

●義援金の受け付けを開始（23年12月末約7000万円）

●市民や企業からの寄付、市が購入した支援物資を千葉県

トラック協会船橋支部の協力で、岩手・福島県に届ける

●店舗で品物や水、ガソリンの不足が続く中、非常用飲

料水の確保に着手

●東京電力が計画停電を実施。市では公共施設に掲示する

など、さまざまな方法で情報を発信



地震発生

どんな行動で身を守りましたか？

■頭を隠すなど、とにかく身を守る

▼建物内にいたら…机の下などにもぐり、倒れる家具等から身を守る

▼屋外にいたら…身近なもので頭を守り、電柱など倒れるものに注意する。

■状況を確認し、慌てず、落ち着いて行動する

■津波、がけ崩れの恐れがあるときは、直ちに避難する



1～2分



- 一緒にいる家族の安全を確認する
- ドア等を開けて逃げ道を確認する
- 火の始末を確認する
- ガラス破片等から足を守るため靴を履く
- 非常持ち出し品を用意する

3～5分

- 余震に警戒する
- 出火防止・初期消火 倒壊による生き埋めや出火は大声で知らせる
- 隣近所（特に要援護者）の安否を確認する 障害者・一人暮らし高齢者世帯などに声をかける



10分～数時間



- 消火・救出活動 隣り近所と協力し、消火や救出をする
- 自宅が倒壊するなど、危険な場合はただちに避難所へ
- 子どもを迎えに 状況に応じて、保育園や小・中学校等へ迎えに行く

帰宅困難になっても慌てずに

昨年の3月11日、電車などがストップし、帰宅が困難になってしまった人が大勢いました。市では、災害時には公民館などの公共施設を開放し、皆さんの受け入れを行います。また、県では、コンビニエンスストア等と帰宅支援協定を締結しています。昨年の経験を思い出して、徒歩での帰宅や帰宅できないことを想定した、具体的な対策を立てておきましょう。

- ・職場等に、歩きやすい運動靴や食糧等を用意する
- ・家族での安否確認の方法や、集合場所を決めておく
- ・徒歩やバスでの帰宅経路を確認しておく

火災を見つけたら…

初期消火の心得

問 消防局予防課 ☎ 435・1114

火災の現場に居合わせたら、次の3つの行動が大切です。状況に応じて、慌てず冷静に行動しましょう。

① 通報

見つけたら、まず大声で「火事だ！」と叫び、近所に知らせます。どんな状況でも119番通報を忘れずに。

② 初期消火

出火したら、素早く消火するのが肝心。身近にあるものを最大限に活用しましょう。

③ 避難

危険を感じたら、迷わず避難しましょう。避難の際は、窓やドアを閉めて、空気を遮断。速やかに行動を。

自助

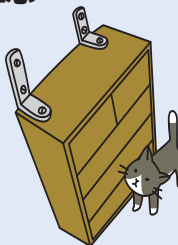
家族会議のススメ

今話そう！防災のこと

地震はいつ起きるかわかりません。後回しにせず、まずは、話し合うことが大切です。できることから一つずつ、早めに準備を進めていきましょう。

○家具や塀の転倒など、家の中や外の安全を確認

家具は転倒防止金具で柱などにしっかりと固定し、食器が飛び出さないよう、滑りにくい布を敷くなどしましょう。また、吊り下げ式の照明器具は補強しましょう。



○家族との連絡方法や避難時の集場所を決める

一時的に避難する「避難場所」、避難・宿泊することもできる「避難所」を事前に確認しておきましょう。



○非常持出品と非常備蓄品を準備

生活用品や常備薬など、妊婦や乳幼児、高齢者がいる家庭で準備するものが変わってきます。自分の家族の状況を再度確認して、準備を進めていきましょう。



■家族との連絡方法や備蓄品の準備などは、4面の防災メモを参照。

- 船橋アリーナで福島からの避難者をボランティアや社会福祉協議会、町会・自治会の協力で受け入れ
- ▼3月21～31日
- 水道水から規制値を超える放射性物質が検出されたため、市内の0歳児を持つ家庭にペットボトル飲料水を配布
- 被災県から要望のあった11品目の支援物資を市民から受け付け、企業の寄付、市の支援物資と併せ被災地へ届ける

地域の助け合いが大きな力に

共助

東日本大震災では、公共交通機関等がストップし、市役所やライフライン事業者、防災関係機関などが対策を行う中、地域に素早くきめ細かい支援をしてきたのは、町会・自治会や自主防災組織、災害ボランティアなど、地域の皆さんでした。一人ひとりが「自分たちのまちは自分たちで守る」という気持ちで地域の活動に参加し、備えましょう。

災害時：地域支援の要に

- 情報を集め、地域の人たちに伝える
- 協力して初期消火や救出活動を行う
- 地域の人たちを避難所などに誘導する
- けが人を応急手当し、救護所へ搬送する
- 備蓄の食糧や水の配布、炊き出しを行う

平常時：訓練等で備える

- お祭りなどのイベントで防災の取り組みをPR
- 地域内を見回りして、危険箇所等を確認
- 防災機材等の準備、防災カルテ・地図の作成
- 防災訓練を行う
- 普段からのコミュニケーションを



地域との情報共有や防災カルテで、地域に合った協力体制を

▶地域との情報共有 高齢者や障害者など、災害時に支援が必要な要援護者の情報を市と町会・自治会、民生委員、社会福祉協議会などで共有し、要援護者の支援体制づくりを進めています。昨年12月に、支援を必要とする方の情報を、地域団体に提供してよいかの同意書を対象者にお送りしています。詳しくは地域福祉課☎436-2313へお問い合わせを。

▶地区別防災カルテ 東京湾北部地震を想定し、各地域がどのような被害を受けるかを予測したものです。地域の特質を知ることが対策づくりに役立ちます※防災課、各図書館、市ホームページ(<http://www.city.funabashi.chiba.jp/>)で見られます



- 生活必需品は家庭の備蓄でまかなう
- 災害・被害情報を収集する 国、県、市の情報に注意
- 壊れた家には入らない
- 引き続き余震に警戒する

- 自主防災組織を中心に行動する
- 避難所の集団生活のルールを守る
- 助け合いの心を



公助

備蓄品や

防災井戸を整備

市では、いざというときのために、市立小・中学校や各防災倉庫などで、非常用の食糧、飲料水、毛布等を整備して、災害に備えています。さらに市立小・中学校に発電機や照明機を各校2機ずつ配備し、避難所生活での安全確保に努めています。



市内7カ所と小・中学校にある防災倉庫(写真は行田防災倉庫)

また、災害時に生活用水を確保する防災井戸(手押し式2カ所、機械式18カ所)を設置しています。機械式は、自家発電装置や滅菌器を取り付けており、毎時約1万2000リットルの水をくみ上げることができ

ます。このほかにも、災害情報の発信や地域防災計画を策定するなど、災害時に備えて準備を進めています。



■避難場所や防災井戸の場所等を掲載したハザードマップは防災課、各出張所、船橋駅前総合窓口センターで配布しているほか、市ホームページでも見られます。

災害時けがをした時の 応急手当のポイント

- ▼出血：傷口部分を、清潔で厚みのあるハンカチなどを当てて、直接、圧迫する。
- ▼やけど：直接患部にかからないように、流水で冷やし(服など無理に脱がない)、水ぶくれを破らない。清潔な布で保護する。
- ▼骨折：患部に添え木(板、雑誌、傘などで代用可)を当てて固定する。
- ▼ねんざ：患部を冷やして、固定する。
- ▼市では、応急手当の方法や救命法、AEDの使い方などが学べる救命講習等を行っています。開催日等詳しくは、消防局救急課☎435-1191にお問い合わせください。

市内の防災井戸

●は手押しポンプ

- 〈北部〉○小室小学校 ○八木が谷中学校 ○三咲防災倉庫(消防・三咲分署併設) ○古和釜中学校
- 〈南部〉○夏見防災倉庫(消防・夏見分署併設) ○東船橋防災倉庫(宮本中学校脇) ○船橋小学校 ○湊中学校

我が家の防災メモ

見えるところに
貼っておきましょう

チェック
してみよう

非常持出品と備蓄品

地震直後すぐに持ち出すものと、支援物資が届くまでの生活用品を準備しましょう。特に水や食糧などの備蓄品は、3日以上用意することが大切です。

非常持出品

災害発生時に、最初に持ち出す品

《食糧》

☐飲料水(ペットボトル500ミリリットル・一人あたり2本)

☐非常食品(缶詰など)

《生活用品》

☐懐中電灯 ☐携帯ラジオ ☐携帯用充電器 ☐貴重品

☐医薬品(常備薬、傷薬など) ☐10円玉 ☐テレホンカード

☐マスク ☐雨具 ☐タオル ☐紙食器 ☐割りばし ☐ハサミ

☐軍手 ☐ライター ☐衣類(保温性が高いもの) ☐ろうそく

☐ティッシュ ☐缶切り ☐ビニールシート

非常備蓄品

支援物資が届くまでの生活用品

《食糧》

☐飲料水(一人あたり1日3リットルが目安) ☐非常食

《生活用品》

☐カセットコンロ ☐タオル ☐ランタン ☐紙食器 ☐ラップ

☐割りばし ☐洗面用具 ☐携帯用トイレ ☐マスク ☐ロープ

☐毛布 ☐寝袋 ☐使い捨てカイロ ☐ウエットティッシュ

☐トイレトペーパー ☐安全靴 ☐バール(工具)

その他

家族の状況により用意する物

《乳幼児用品》

☐粉ミルク ☐爪切り ☐哺乳ビン・消毒剤 ☐紙おむつ

☐レトルトの離乳食 ☐医薬品 ☐スプーン ☐バスタオル

☐お尻ふき ☐母子手帳 ☐着替えの服 ☐抱っこひも

《高齢者用品》

☐レトルト食品 ☐医薬品 ☐老眼鏡 ☐入れ歯とケース

☐補聴器 ☐湿布薬 ☐つえ

市からの情報はこちら

東日本大震災では、各地の被害状況や交通機関の運行状況など、情報が混乱しました。誤った情報に惑わされず、正しい情報を下記などで入手しましょう。

- ▶防災行政無線

緊急地震速報や、津波警報などの緊急情報が国から送信された際に、防災行政無線で放送しています。

▶放送した内容は、フリーダイヤル(☎0120-2784-61)で24時間いつでも確認できます。
- ▶ケーブルテレビ(JCN船橋習志野・地デジ11チャンネル)

船橋市域で多くの世帯が視聴できるケーブルテレビで、番組やデータ放送を通じて、緊急情報を提供します。
- ▶市ホームページ(<http://www.city.funabashi.chiba.jp/>)

ただちに市民の皆さんへ情報を発信します。東日本大震災後は、震災前の10倍以上のアクセスがありました。
- ▶携帯サイト「モバふな」(<http://mobile.city.funabashi.chiba.jp/>)

外出先などでも、携帯電話で情報を入手できます。
- ▶市公式ツイッター(http://twitter.com/Funabashi_city)

災害時の緊急情報などを、市ホームページと同時に発信します。パソコンや、携帯情報端末等から見られます。



モバふな
QRコード



ツイッター
QRコード

～ 災害情報をメールでも配信しています ～

- ふなばし防災エリアメール

災害時の避難勧告や避難指示など、市からの緊急情報を、市域内(市域外の一部にも配信されます)のドコモ・au・ソフトバンクの携帯電話に一斉配信。受信すると専用の着信音でお知らせし、画面に内容が自動的に表示されます。事前の登録は不要ですが、受信設定が必要な機種もあります。
- ふなばし災害情報メール

震度4以上の地震発生情報や被害情報、台風情報などを、皆さんの携帯電話やパソコン等にメールで配信します。

〈登録方法〉右記QRコードを読み込むか、携帯電話・パソコン・PHSから、電子メール⇒funa.saigai@mpme.jpに空メールを送信



QRコード

家族の連絡先	名前	連絡先(勤務先・学校等)	電話番号(携帯電話等)

家族が離れ離れになったときの集合場所

家族と連絡がとれないときは、
(親戚・知人等) _____ に連絡する
☎ _____

緊急時の問合せ先

問合せ先	電話番号	問合せ先	電話番号
船橋市役所	☎436-2111 (代表)	東京電力(株)千葉 カスタマーセンター(第二)	☎0120-99-5556 ☎047-729-1716
船橋市役所 防災課	☎436-2032	京葉ガス(株)ガス漏れ専用電話	☎047-325-1049
警察 ⇒ 110		千葉県水道局	
火災・救急 ⇒ 119		平日・(土)⇒県水お客様センター (休)・夜間⇒船橋水道センター	☎043-310-0321 ☎447-7300

災害用伝言ダイヤルの 利用方法

災害時は携帯電話等がつかない場合があります。家族の安否確認など、災害用伝言ダイヤルをご利用ください。

録音

171 にダイヤル
↓ (ガイダンス)

録音の場合は
1をダイヤル
↓

自分の電話番号を
ダイヤル

再生

171 にダイヤル
↓ (ガイダンス)

再生の場合は
2をダイヤル
↓

相手の電話番号を
ダイヤル

各電話会社により、インターネット上に開設された「災害用伝言板」サービスも、非常時の安否確認に利用できます。詳しくは、各社にお問い合わせください。

💡 備蓄のコツ 💡

ペットボトル飲料水やインスタント食品などの非常食品を、一度に揃えようと思うと面倒になりがちです。普段の買い物の際に少し余分に購入し、賞味期限が切れる前に定期的に消費しながら、備蓄品を揃えていきましょう。