



～音楽で広げよう、笑顔の輪～

7月9日(土)西中野小スマイルコンサート

平成23年  
(2011年)  
9/1

編集・発行 鷺宮区民活動センター運営委員会

〒165-0032 中野区鷺宮3丁目22番5号 電話:3330-4127 FAX:3330-4131

No. 314



地域ニュース

[題字は長谷川昂氏]

# 見直しませんか？ あなたの防災対策

3月11日(金)に起きた東日本大震災は、想像を超える被害をもたらす、半年近くが過ぎた現在でも復興は道半ばです。当日は東京でも震度5強の揺れを感じ、多くの帰宅困難者が発生しました。他人事のように感じていた大地震を、遠くないものと痛感した方も多いと思います。9月1日(土)は「防災の日」です。災害から身を守るためにはどうすればいいか、「ご家族や地域の中で改めて話し合ってみてください。」

## 地震が起きたら...

- ① **まず身の安全を確保する**  
机やテーブルの下に身を隠す。  
非常脱出口を確保する。  
あわてて外へ飛び出さない。
- ② **火災を防ぐ**  
使用中の火はすばやく消す。  
火が出たら消火器などでボヤのうちに消火する。
- ③ **応急救護・救出活動**  
声を掛け合ってお互いの安全を確認。  
災害要援護者への手助けをする。  
救命講習を受けておくと落ち着いて行動できます。



24時間態勢をとっています。震度6弱以上の地震が発生した場合には、全職員が緊急参集します。

### ◎災害対策本部設置

大規模災害が発生した場合は災害対策本部を設置し、迅速な応急対策を実施するための審議、決定、指示等を行います。

### ◎他の自治体などへ応援を求める

### ◎自衛隊の派遣を要請

### ◎帰宅困難者対策

帰宅困難者は中野区だけでも約4万人にのぼるとみられ、大きな混乱が予想

されます。区は、帰宅困難者に対する災害時の情報提供、保護・支援などを行い、安全確保を図ります。

### ◆避難所の開設

震度5強以上の地震が発生した場合、班長、副班長の職員が指定の避難所に向かい避難所を開設する態勢を整えます。避難所を開設する際は、地域防災会や施設管理者と協力します。

## 防災会

震災直後は、火災や道路・建物の損壊、けが人などが同時に多数発生し、防災関係機関が被害のすべてにすぐに対応することはできません。地震などの被害を最小限に抑えるためには、地域住民が協力して防災活動を行い、地域を守ることが大切です。

防災会は地域住民全員で構成する組織です。地域防災会の行う防災訓練には、積極的に参加してください。

## せ、らぎ、

鷺宮区民活動センター運営委員会の  
発足と防災会職人マップについて  
大野 道高

鷺宮区民活動センターが7月19日(火)に活動を始めました。「地域住民による地域自治の活動の拠点として、地域の課題の解決に向けた地域住民の自主的かつ主体的な取り組みを促進する事」を目的としています。これからは行政より住民主体の活動になります。地域の各団体より選出された委員30名と、事務局2名で運営していきます。また、区職員が2名事務所にいるので、地域の方々の声を聞くことは充分できると思います。初年度は、五つの事業と地域ニュース四回の発行を計画しています。明るい住民活動の拠点として鷺宮区民活動センターを運営していきますので、よろしくお願いたします。

「防災職人マップ」は、鷺宮六丁目南部町会が昨年作ったものです。このマップが話題になったのは、6月4日(土)に行われた「スマイル福祉まつり」のシンポジウム「いまわたしたちができること」においてです。町会自治会代表として参加し話をしました。このマップは「災害時に家屋・塀などが倒壊した時、下敷きになった人を救助するのは自分たち。早ければ早いほど良い」ということで作りました。町内に居住している職人「鷺・植木・工務店・薬剤師・看護師・介護福祉士・介護ヘルパー」の方々の許可を得て登録し、名前を書き込み、地図上にマーカーで色分けして印をしております。この事が読売新聞に取り上げられました。また、東部地区町会連合会でも、これを参考に、進歩した形のマップを作成していると聞いております。「地域住民は地域住民が助ける」事を目標に、各町会でもこのようなマップを作ってみてはいかがでしょうか。町会への、理解や支えあいにつながっていくのではないのでしょうか。

(鷺宮区民活動センター運営委員会会長)

## ◎職員参集

### 中野区の震災時の対応

- ・必ず徒歩で避難する。
- ・持ち物は必要品のみにする。
- ・互いに助け合って避難する。
- ・ヘルメット、防災ずきんをかぶって避難すると頭を守れます。
- ③ **正しい情報を聞き状況を把握**  
ラジオは正確な情報源。  
不要、不急な電話は掛けない。
- ◆避難所での注意  
・大勢の人が、長期間共同生活をするので、ルールを守りお互いに助け合って生活することが大切です。

区は災害時に即対応できるように、

地域防災会	避難所	広域避難場所
町会未加入者を含めた、地域在住の一人ひとりが防災会の構成員です。	被災者の収容、負傷者の救護、情報収集と提供、物資の配布などを行います。	火災の拡大などで地域にいることが危険になったときに避難します。
若宮一丁目町会防災会	都立鷺宮高校 若宮3-46-8 3330-0101	平和の森公園一帯
若宮三丁目町会地域内防災会		
鷺宮都営住宅防災会		
鷺南防災会	若宮小学校 若宮3-53-16 3330-1425	白鷺一丁目地区
都営若宮三丁目アパート自治会防災部		
白鷺一丁目第二アパート自治会防災会		
都営第二鷺宮アパート防災会		
都営大和町四丁目アパート防災会	大和小学校 大和町4-26-5 3330-1325	
鷺宮西住宅自治会防災会	鷺宮体育館 白鷺3-1-13 3337-1771	
白鷺ハイム防災会	西中野小学校 白鷺3-9-2 3330-3125	
白鷺町会防災会		
白鷺三丁目防災会	鷺宮小学校 鷺宮3-31-4 3330-7371	
鷺宮三丁目町会防災会		
鷺宮四丁目町会防災会	第八中学校 鷺宮4-7-3 3330-7571	
鷺宮六丁目町会防災会	北中野中学校 上鷺宮5-7-1 3999-3415	
鷺宮六丁目南部防災会		