




9月11日(日曜日)

# 防災訓練です

場所：志津コミュニティセンター ホール及び駐車場

時間：午前10時集合（雨天実施）12時終了予定

当日は黄色いリボンを午前9時までに玄関先等の見える

ところ  に掲出してください。

## 想定

午前9時に震度6弱の房総沖地震が発生しました。激しい揺れが続いています。発災時は動くこともできず、呆然として何もできません。

大事なのは“最優先で自分の命を守る”です。日ごろから物が落ちてこない、倒れてこない、移動しない場所を選んでおきます。

あなたはどのように対応しますか？



東日本大震災の時は6分間揺れが続きました。熊本地震は約30秒でしたが震度5～7で何回も繰り返して揺れました。

防災訓練に参加できない方も家や出先で震度の大きな地震の発災時に何をするか考えて、行動してみてください。



### 防災訓練のスケジュール

| 時間    | 項目                 | 備考  |
|-------|--------------------|---|
|       | <b>全般</b>          |   |
| 9:00  | リボン掲出              |   |
|       | <b>関係者集合・日程の説明</b> | 自治会役員、子ども会、まちを守る会                                   |
| 9:00  | 準備開始               | ホールに集合  |
| 9:00  | 受付開始               | 自治会で名簿作成、チェック方式<br>ブロック別受付・集計<br>ホール入り口に机2台用意、お茶の配布 |
| 9:00  | 駐車場誘導              | コーン3個とバーで西入り口を閉鎖し 起震車と消防車の駐車場を用意                    |
| 9:00  | 本部設置               | 舞台上   |
| 9:50  | 車いす避難              | 先行スタート  |
| 9:45  | 小型テントの設置           | 持ってくる人を募集します。5個程度置きたい                               |
| 9:45  | おもちゃ、絵本の回収         | ホール舞台、控室  |
| 10:00 | <b>参加者 ホールに集合</b>  | <b>案内アナウンス・小綱、<br/>ブロック別受付</b>                      |
| 10:00 | 開会挨拶               | 郡会長<br>司会：小綱  |

## 訓練開始

|       |                          |   |
|-------|--------------------------|---|
| 9:30  | 起震車体験<br>(駐車場)           | 駐車場で先行実施(市役所)<br>震度6の体験をしてください                      |
| 9:30  | 発電機・電池による充電体験<br>(西側ドア外) | 発電機は屋外で先行実施<br>スマホの充電ができます                          |
| 10:10 | 地震時の初期行動                 | 頭を守る、居間、寝室、買い物中<br>懐中電灯の常時利用/起震車体験                  |
| 10:15 | バケツリレー                   | 希望者 2リットル飲料水利用<br>参加者にクラッカーを配布。競争はしませんので、ぜひ参加してください |
|       | 担架での搬送訓練                 | 重さの体験。2人では持てますか<br>ご近所力の強化 参加してください                 |
| 11:00 | 非常持出袋の確認                 | 袋の中身を見せてください<br>欲張ると重くて持てません                        |
| 11:15 | 段ボールベッドづくり               | 市民防災使用品、避難所で使用予定<br>強度を確認後試用可                       |
| 11:15 | トイレづくり・体験                | 避難場所等トイレのない場での利用<br>吸水量の実験                          |
| 11:15 | 車いす体験                    | 包括支援センター<br>コツが要ります。押してみてください                       |
| 10:15 | AED 訓練                   | 大事な人を助けます。やってみましょう<br>消防署員によるデモになることもあります           |
| 10:15 | 消火訓練<br>(駐車場)            | ご近所力の強化<br>消防署員による指導                                |
| 10:00 | アルファーマの準備<br>(調理室)       | 調理室を利用 200人分を用意<br>不足した場合、まちを守る会委員は後日               |
| 11:45 | 終了挨拶                     | ホールに集合  |
| 11:45 | おもちゃの配布                  | ホール内  |
| 11:45 | 運搬                       | 持ち込み品を倉庫へ撤収   |
| 11:50 | ホールと調理室の清掃               |   |
| 12:00 | アルファーマ配布                 | 調理室でパック後、ホール入り口で配布                                  |
| 12:00 | 解散                       |   |

## ご案内

- ① 今年の防災訓練は発災時に命を守るための行動ができるように訓練し、さらにご近所力（ご近助力）の強化を目的にしています。身体を使うプログラムにぜひご参加ください。時間は目安です。変更する場合は会場で案内します。
- ② 場所は志津コミュニティセンターのホールです。新型コロナの感染対策の換気は十分に行いますが、皆さんもマスクを着用し手指の消毒をしてください。さらに密を作らないようにしましょう。密を避けられない場合は会話をしないでください。
- ③ 参加される方は非常持ち出し袋を持ってきてください（お持ちでない方は結構ですが自分のため、家族のためです。防災訓練を機会に考えてください）。内容や重すぎないか、賞味期限、消費期限を過ぎていないかなどをチェックしてローリングストックで無駄にしないようにしましょう。
- ④ 佐倉市の避難所は39か所ありどこにでも避難することはできますが、自治会では小竹小学校避難所の利用を想定しています。しかし、体育館での収容人員は100名程度です。交通渋滞で緊急車両の通行を妨げるため原則として車での避難は避けたいのですが、テント泊とともに状況によって学校の校庭を利用することも考えられます。自治会は在宅避難をお勧めしています。
- ⑤ 志津コミュニティセンター、イオンタウンは指定避難所ではありませんので災害の規模によっては利用できるかどうか分かりません。地域に解放されても防災備蓄倉庫、防災井戸、防災トイレ等は用意されていませんので飲み物、飲み水は各自で持っていくことが必要です。
- ⑥ 異常気象も増加しています。停電の備えはできていますか？夜トイレに行くときは部屋の電気をつけず、懐中電灯を使う習慣をつけましょう。枕元に懐中電灯を置いておくと就寝時の停電にも慌てず、安全に行動できます。
- ⑦ 防災訓練はまちを守る会を中心に自治会、子ども会がそれぞれ協力して行います。



**防災訓練会場で子ども会がおもちゃと絵本の交換会を行います。ご自宅に残っているおもちゃや絵本を寄付していただくと子どもたちが喜びます。ご協力をお願いします。当日会場で受け付けます。**