

日本語版

2025

# 災害時 対応 マニュアル

職場で・家庭で・出張で



# 災害リスクの調べ方

## 地震・津波・水害・その他



ハザードマップを使って身のまわりの災害リスクを調べます。



ハザードマップ  
ポータルサイト



J-SHIS  
地震ハザードステーション



## 地震レベルの見方



草加市では震度6強の揺れもありえることから、行政・市民が一体となって地震に対して備えていく必要があります。



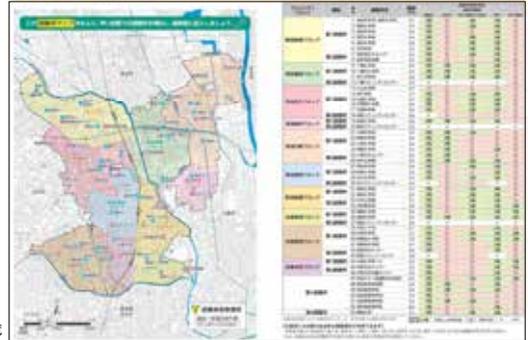
草加市直下震源の被害想定



## 避難場所



草加市避難所マップ・避難所一覧



## 避難方法



事前に避難場所を確認します。避難経路や避難方法、避難に必要な時間を確認します。



草加市日ごろの備え

# 今すぐ確認！ 会社・自宅の防災備蓄

会社・自宅兼職場で水害や地震が発生したときどんな準備が必要か。自然災害に備えて、非常用持出品・備蓄品の事前準備をしましょう。



## ● 非常用持出品を準備しましょう

避難所にも備蓄はありますが数に限りがあります。ストレスが多い災害時にこそ、安心できるのは家庭や日ごろの生活に合わせたものです。まずは①～④を中心にそろえていきましょう。

### ① 非常用食・飲料水

最低  
3日分



※乳幼児、高齢者、アレルギーがある場合は対応の物を

食品は

1. 消化が良い物
2. 栄養価が高い物
3. あまり水を飲まなくてよい物
4. そのまま食べられる物

水は1人1日3ℓ  
目安、小分けに  
出来る500ml  
を用意

### ② ライト



※ヘッドライトは一人1つ

優先順位はヘッドライト>ランタン>懐中電灯  
両手が空くヘッドライトは避難時の生活でも重宝します。  
予備電池、モバイルバッテリーなど、充電できる物も忘れずに

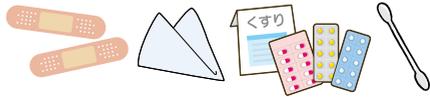
### ③ 衛生用品



簡易トイレ、乳幼児・大人用の紙おむつ、ティッシュ、ウエットティッシュ、ゴミ袋

※簡易トイレがあれば、避難所でトイレが使えない場合でも安心

### ④ 応急医療品



三角巾は止血や固定にとても役立ちます。また鎮痛剤、腹痛剤、化膿止めなどの医療品は用意すると安心です。日ごろから服用している物がある場合はもったら入れ替える習慣を。

### ◆ 追加してほしい5項目

#### 感染症対策



マスク、除菌グッズ、体温計など。災害時はほこりが舞うため、布マスクではなく使い捨てマスクがオススメ

#### 貴重品



現金、身分証や通帳、保険証の写し、メガネ(古い物を入れておく)

#### 衣類・日用品



下着、靴下、雨具、履きなれた靴、歯ブラシ、圧縮タオル、雨具は、レインコートやポンチョがおすすめです。

#### 情報ツール



スマートフォン、モバイル機器、ラジオ、予備電池や充電機器、イヤホン

#### 便利グッズ



ポリタンク、ハザードマップ、軍手、ゴム製軍手、ペン、エア枕、非常用アルミシート、ビニール袋、耳栓

ライフラインが復旧する準備は①電気②水道③ガスとされています。

①  
復旧まで  
約4日



②  
復旧まで  
約17日



③  
復旧まで  
約42日



## ● 防災バッグについて

両手があくリュックサックを防災バッグにしましょう。また、雨で濡れないようバッグカバー（100円ショップでも売られています）をしておくと便利です。バッグの中のものもそれぞれジッパー付きの袋に入れておくようにしましょう。

<b>感染症対策</b>	マスクはチャック付きのビニール袋に数枚ずつ小分けに用意すると使いやすいです。アルコール除菌が合わない人はハンドソープや紙石けんなど自身に合った物を用意してください。
<b>貴重品</b>	電気が止まった場合、電子決済ができないので現金が必要になります。また防犯上、お金の音が鳴らないよう、小銭ケースなどに入れておきましょう。
<b>衣類・日用品</b>	圧縮下着や圧縮タオルなど、かさばらずに持ち運べる物もあります。避難所生活での口腔ケアはとても大切ですので、歯ブラシは必要です。衣類はチャック付きのビニール袋に入れるのを忘れずに。雨具は傘よりレインコートやポンチョを。
<b>連絡先メモ</b>	安否確認のため家族の電話番号のメモを用意しましょう。ハザードマップに書き込んで一緒に入れておくと安心です。
<b>便利グッズ</b>	ポリタンクはコック付きが便利です。避難所で夜を過ごす場合にエア枕や耳栓はとても重宝します。ゴムの防刃軍手があるとより安心です。

## ● 備蓄品の例 災害復旧までの数日間（できれば7日間）を生活できるように備蓄しましょう。

### おすすめの非常食



**レトルト食品・缶詰** 賞味期限が1年未満の物でも大丈夫。肉や魚など、たんぱく源がとれる物で。

**フリーズドライ食品** 不足しがちなミネラル、食物繊維が補給できます。

**乾物** 不足しがちなミネラル、食物繊維が補給できます。

### 非常時の食事の際に便利な物

**カセットコンロ・ボンベ** 1本で約**65分間**使用可能  
1ヶ月で**15〜20本**必要！  
※1日30分〜45分使用

### 非常用にストックしておく飲料水

1人 × 1日3ℓ × 7日間 = 7箱 (6本入り)

4人家族で7日分なら最低7箱 (2ℓペットボトル6本入り)

## ● 簡易トイレ

トイレ回数は1人1日約5回で想定し、家族7日以上備蓄しましょう。

1人1日約5回 × 家族の人数分 × 7日分以上

4人家族の場合約**140枚**必要

※県マニュアルブック【家庭における災害時のトイレ対策編】から引用

### おすすめの備蓄方法「ローリングストック法」

7日分の食料備蓄をしておくためには、日ごろから少し多めに食材や水を買っておき、賞味期限が近づいてきたら使って、その分を補充する「ローリングストック法」が有効です。災害時に食べ慣れた物を食べることができ、安心してつなげられます。



## ● 簡易水のう

浸水が浅い段階でトイレやお風呂の逆流を防ぐのに役立ちます。

### 簡易水のうの作り方

- 大きめの袋を二重にして水を入れる
- 袋の口を閉める ※空気を抜く **完成**
- トイレの逆流防止
- お風呂の排水溝からの逆流防止

# 命を守るためにやること

職場でやること

自宅兼職場でやること

家族がやること

# 命を守るためにやること(例)

## 職場でやること

- 職場の緊急時対応の計画を作成し、定期的に見直します。避難経路や避難場所を明確にし、従業員が計画とその役割を理解できるようにしておきます。
- 緊急時連絡表を作成します。災害時やその後の連絡方法を明確にし、従業員やサポートセンターなどの連絡が速やかにできるようにしておきます。
- 事務所内の機器や備品などの配置を見直し、落下や破損のリスクを減らすようにしましょう。また、建物の耐震補強などの防災対策も大切です。

## 自宅兼職場でやること

- 棚などの重い家具を固定し、転倒防止を行いましょう。
- 定期的な煙探知機や消火器の見直しをしておきます。
- 非常食、お水、救急セット、懐中電灯などの防災グッズを用意しておきます。

## 家族がやること

- 指定避難所の場所と連絡先を確認しておき、必要に応じて避難できる準備をしておきます。
- 基本的な応急処置や心肺蘇生法の講習を受けておき、怪我などに対する初期対応ができるようにしておきます。
- ペットのための非常物資を準備し、災害時にどうやって世話をするかを計画しておきます。

# いつ起きるか分からない 大地震は日頃より備えを!



能登半島地震が発生・南海トラフ地震臨時情報など、いつ起きるか分からない大地震に対して万全の備えをしましょう。



## 避難時の服装

避難する際は動きやすい服装を心がけて



# 大地震が発生!その時どうする?

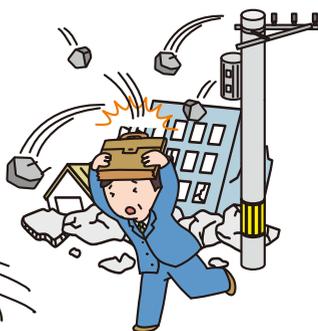
## 屋外での注意点



ブロック塀や  
自動販売機の  
転倒に注意



丈夫そうな  
ビルのそばなら  
その中に避難する



揺れがおさまった  
後も頭上からの  
落下物に注意

記事でもっと詳しく  
《地震発生その時どうする!?!》



## 高階層で揺れに遭遇した時

東日本大震災の時も高層階特有の激しい揺れが長時間続きました



凶器になり  
得る家具や  
家電は事前に固定を



頭を保護し  
機器が少ない  
スペースに避難を



エレベーターは  
最寄りの階で  
停止させ速やかに降りる

記事でもっと詳しく  
《揺れが止まらない……  
高層ビル・タワマンを襲う「長周期地震動」》



# 大地震が発生!その時どうする?

## 屋内での注意点



丈夫な机の  
下など安全な  
スペースに避難



つり下がっている  
照明などの  
下から避難



慌てて外に  
飛び出したり  
無理に火を消そうとしない



人の多い施設では  
慌てて出口に走りださない



周辺火災で延焼の恐れ  
早めの避難を

記事でもっと詳しく  
《地震発生 その時どうする!?!》



# 大地震が発生!その時どうする?

## 地震への備え

被災後も自宅で過ごせるよう事前に備えましょう



耐震補強

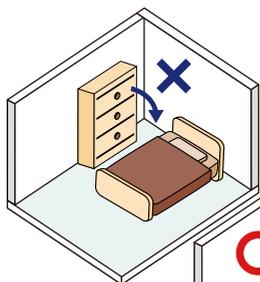


ガラスの飛散防止

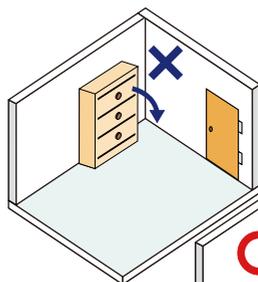


家具などの固定

危険な配置になっていませんか?



家具がベッドに  
倒れ込まない向きに



倒れても出入り口を  
塞がない向きに

記事でもっと詳しく  
《今すぐできる!家の中の地震対策をイラストで》



# 指定避難所

2024年11月現在

コミュニティブロック	種別	避難所名	コミュニティブロック	種別	避難所名
新田西部 ブロック	第1避難所	新田中学校	草加西部 ブロック	第1避難所	草加中学校
		新栄小学校			西町小学校
		新栄中学校			氷川小学校
		清門小学校		第2避難所	氷川コミュニティセンター
		新田小学校	草加東部 ブロック		高砂小学校
		栄中学校		草加小学校	
	第2避難所	新田西文化センター	第2避難所	中央公民館	
		勤労福祉会館		吉町集会所	
新田東部 ブロック	第1避難所	八幡小学校	谷塚東部 ブロック	第1避難所	瀬崎小学校
		八幡北小学校			瀬崎中学校
		松江中学校		第2避難所	瀬崎コミュニティセンター
	第2避難所	八幡コミュニティセンター			谷塚西部 ブロック
第1避難所	小山小学校	谷塚中学校			
	栄小学校	両新田小学校			
	松原小学校	両新田中学校			
	花栗南小学校	第2避難所	新里文化センター		
	花栗中学校		柳島コミュニティセンター		
第2避難所	原町コミュニティセンター	谷塚中央 ブロック	第1避難所	谷塚小学校	
第1避難所	稲荷小学校		第2避難所	谷塚文化センター	
	稲荷コミュニティセンター			市民交流活動センター	
草加稲荷 ブロック	第2避難所	稲荷コミュニティセンター	第3避難所	エネクル スポーツアリーナSOKA	
	草加川柳 ブロック	第1避難所		川柳中学校	草加市民体育館
青柳中学校				草加高等学校	
川柳小学校				草加西高等学校	
青柳小学校				草加東高等学校	
第2避難所	川柳文化センター	草加南高等学校			
	柿木公民館	第4避難所		獨協大学	



# 草加商工会議所

## 商工会議所とは

商工会議所は「商工会議所法」という法律に基づいて設立された永い歴史を持つ伝統的な特別許可法人です。わが国の資本主義の父と呼ばれる渋沢栄一翁を中心に実業界を代表する面々が、商工業者の声を国の政策に反映させるため、自主的に築き上げた地域商工業者の世論を代表する唯一の地域総合経済団体です。

組織は大・中・小といった規模や業種の如何を問わず、商工業者をメンバーとして構成されており、商工会議所の目的は、「国民経済の健全な発展をはかり、兼ねて国際経済の進展に寄与する」ため、「その地区内における商工業に総合的な改善発達をはかり、兼ねて社会一般の福祉の増進に資する」と規定されています。



## 草加商工会議所の主な事業活動

草加商工会議所では、金融・税務・経営の相談、講習会・研修会の開催、また、様々なイベントを展開しています。

### 経営支援

#### ■ マル経融資

経営上の運転や設備資金をお考えの際は、草加商工会議所にご相談ください。

経営指導員が経営のアドバイスをすることで、マル経融資をご利用いただくことができます。

#### ■ 経営革新

事業計画を見直してみませんか？ 思わぬ発見により、新たな事業展開につながります。

事業計画書の作成など、埼玉県知事が承認する経営革新計画の申請をお手伝いします。

#### ■ 税務相談

毎年、確定申告の時期になると頭を悩ませてはいませんか？ 草加商工会議所では、帳簿の正しい記帳の仕方や青色申告制度の特典に関する説明や、確定申告等に関するご相談に応じます。

### 福利厚生

#### ■ そうか共済

そうか共済では、生命傷害はもちろん、病気による入院見舞金や結婚祝金の給付など、会員事業所を対象に充実した福利厚生を提供しています。

#### ■ 労働保険事務組合

労働保険の申告納付手続きや雇用保険の取得手続きや離職書の作成など、お困りではありませんか？ 草加商工会議所労働保険事務組合は、会員事業所に代わって労働保険事務を安価な手数料で代行しています。建設一親方の労災加入についてもご相談ください。

#### ■ 定期健康診断

草加商工会議所では、会員事業所の健康経営を支援します。法令で事業者には義務付けられている従業員の法定健診では、定期健康診断に加え生活習慣病健診を実施しています。また、P E T 健診も会員料金で受診できます。

### 事業参加

#### ■ 各種セミナー

「創業塾」「経営革新塾」「ビジネスマナーセミナー」等、企業の経営力向上や、様々なビジネスシーンに役立つセミナーを開催しています。

#### 商工会議所まつり

毎年11月には草加商工会議所まつりを開催！ 多くの会員事業所が出展し、販売や展示・体験で賑わいます。ステージ&会場内イベントも充実し、ご家族で楽しむことができます。

#### 就職面接会

地元企業の労働力確保を目的に、業種別面接会や歳末就職面接会を行政機関や近隣商工団体等と連携して実施しています。

#### 草加モノづくりブランド

草加市内で製造された、優れた特徴ある工業製品等を草加モノづくりブランドとして認定しています。認定製品については、広く全国に情報を発信し、製品の販路開拓・拡大を支援しています。

お問い合わせ・お申し込みは

## 草加商工会議所

〒340-0016 草加市中央1-5-22(仮事務所) ※2025年3月まで予定

〒340-0016 草加市中央2-16-10 ※2025年4月より予定

TEL 048-928-8111

FAX 048-928-8125

URL <https://www.sokacity.or.jp>

### 入会資格

入会資格

草加市内で事業活動をしている商工業者等であれば、簡単なお手続きで入会いただくことができます。

会費  
加入金

草加商工会議所の加入については、従業員数等によって会費が異なります。また、ご加入手続きの際に入会金を申し受けております。詳細は、事務局までお問合せください。なお、草加商工会議所の会費は、租税公課として全額を経費に計上することができます。

# 災害時にこれだけは徹底しましょう！

## 国の認定計画

### 事業継続力強化計画とは

近年の気候変動等の影響により頻発している自然災害や新型コロナウイルスなどの感染症によるリスクに備えるための第一歩であり、万一災害が発生した際、速やかに事業活動を継続するための大切な計画です。事前に事業継続力強化計画を策定することにより、災害発生時に最低限実施すべきことや、現状でまだ何が不足しているかが把握できます。

### 事業継続力強化計画策定のメリット

策定した事業継続力強化計画は、国の認定を受けることにより、次のようなメリットがあります。

- 防災・減災設備の税制措置
- 補助金の加点(ものづくり補助金等)
- 損害保険料等の割引
- 日本政策金融公庫による低利融資
- 認定ロゴマークの使用可能



### お問い合わせ

草加商工会議所

〒340-0016草加市中央1-5-22(仮事務所) ※2025年3月まで予定

〒340-0016草加市中央2-16-10 ※2025年4月より予定

TEL 048-928-8111

2025災害時対応マニュアルの外国版を草加商工会議所HPより順次ダウンロード出来るように進めております。

## 緊急連絡先

● 避難先

● 電話番号  
(会社・家族)

● 伝言ダイヤル 171