

回 覧



回覧は中央区 HP
で見られます。

R 8 中央第 3 7 号

令和 8 年 8 月 1 9 日

中央区区長 久保田 肇

救助支援隊隊長 高嶋 国治

令和 8 年度中央区防災訓練のお知らせ

盛夏の候、区民の皆様におかれましては、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

日頃より中央区の活動にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

さて、近年全国各地で大規模な自然災害が発生しております。中央区におきましても万が一の事態に備え、住民同士の助け合い（共助）と一人ひとりの防災意識を高めることが重要となっています。

そこで、今年度も以下の通り中央区防災訓練を実施します。また、合わせて消火栓のポンプ操法の訓練・消火器の使用方法、救助支援隊の活動紹介を区役員・区民で実施しますので宜しくお願いします。

記

① 防災訓練

- ・実施日時 : 9 月 1 3 日（日） 午前 8 時
- ・訓練の目的 : 情報の伝達と安否確認（今回は電話、訪問での情報伝達が主です。）
- ・訓練内容 : 3 ページの中央区の水害ラインに従って対応します。
主に組長から組員への電話での情報伝達、指示、安否確認、避難確認です。本年度も町内会毎に水害の際のタイムラインに沿って各町内会に対応した避難行動を記載してあるので確認願います。
- ・想定災害 : 降水量 5 0 mm を超える大雨が続き、天竜川の氾濫及び土砂災害の危険性があり午前 7 時に警戒レベル 3 が発令された。この状況により、区では公民館に対策本部を立て、区民へ高齢者等の避難伝達を決めた。
- ・伝達の流れ : 区三役（本部） → 地区総代（役員） → 組長 → 組員
* 組長は組員に電話連絡をする。連絡が取れない時は各戸を訪問して伝える。
伝達内容『警戒レベル 3 が発令されました。高齢者（7 5 歳以上）、要支援者は避難を開始してください。』
- ・報告の流れ : 組長 → 地区総代（役員） → 区三役（本部）
* 総代は本部まで来て最終報告をしてください。

組長様へ

防災訓練時に総代（副総代、会計）から TEL にて避難勧告連絡があるのでそれに従っ

て組員に伝達をしてください。組員全員の安否確認をして各町内会の避難場所【町内会本部】に報告に必ず行ってください。

午前8時から8時30分頃までは自宅待機してください。

＊都合により待機が無理な場合は、事前に町内担当役員にご連絡ください。

＊組長が高齢者の場合は各組で当日の担当者（組長の代理）を決めてください。

町内会役員様へ

8時に区から警戒レベル3発令のLINEを流します。組長さんに避難勧告と高齢者等の避難の連絡をして、町内会の対策本部の設営をお願いします。

総代は公民館本部に最終報告をお願いします。

（理事会で詳しい内容の説明をします。）

区民の皆様

この機会に各町内会のタイムラインを参考にしながら以下の確認をしてください。

- ・非常持ち出し品、備蓄品の点検 ・警戒レベルごとの行動
- ・どこに避難するか ・どのように非難するか
- ・隣組に避難補助を必要とする人がいるか？
- ・「伊那防災」（下図）の内容の確認



—土砂災害警戒区域、河川浸水指定区域

—指定避難場所、指定緊急避難場所一覧

—防災情報入手先

伊那市ホームページ、長野県河川砂防情報ステーション

長野地方気象台、川の防災、水位情報等

② 消火訓練

実施日時 : 9月13日（日） 午前9時

場 所 : トモエ自動車さん裏駐車場付近【消火栓中央046】にて

訓練内容 : 消火栓、消火器の使い方

消火栓を使って放水まで訓練します。家庭用消火器を使用して消火訓練をします。消防団竜東分団の指導で参加者が放水まで行います。

＊中央通り、秋葉町、(近隣の) 第三町内会の組長、区民の参加をお願いします。

③救助支援隊活動紹介

実施日時 : 9月13日（日） 午前9時40分

場 所 : 中央区公民館 駐車場

＊役員の皆さん、組長、区民の皆さんの参加をお願いします。

以上

中央区防災訓練 警戒レベル3を実施（下表内の ☐ 部分）

目安の時間	警戒レベル	取るべき行動	私の行動	町内会自主防災会行動	中央区自主防災会行動
3日前	レベル1 早期注意情報	災害への心構えを高める			- 避難場所の防災用品確認 - 土嚢準備確認 - 声かけマップ確認
2～半日前	レベル2 大雨・洪水注意報	避難行動を確認			連絡網事前確認 （“中央区自主防災 LINE” 使用 ※）
7時間前	レベル3 大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	高齢者等 避難開始	各町内会の タイムライン に従う。		
3時間前	レベル4 （土砂災害警戒情報） （氾濫危険情報）	危険な場所から 全員避難！			
0時間前	レベル5 （大雨特別警報） （氾濫発生情報）	命を守って！			- 区の安否状況・被災状況確認 - 状況を市へ伝達 - 避難所運営支援