



# 災害への備え

その時、あなたは生活できますか

断水で使えなくなったら...

ワクワクをもっと。

# 柏70

ナナマル

柏市は今年、市制施行70周年。  
思い出に残る特別な年にしたくて、  
いろいろな企画を考えました。  
毎月ご紹介していきますので、お楽しみに!  
驚きやワクワクがいっぱいの  
これからの柏にご期待ください。

柏市70周年を記念して  
つづくをつなぐ  
柏の写真展を開催!

柏市が誕生してから70年。  
「あのごころ」の柏の空気感をぜひ感じてください。



1984 (昭和59)年 二番街アーケード内



1965 (昭和40)年代初期 柏駅西口入口



昭和中期 手賀沼の漁業



## 70周年 つづくをつなぐ 柏の写真展

9月21日(土)～10月14日(月) **入場無料**

**場所** 柏高島屋ステーションモール  
新館11階 専門店 BeARIKA ギャラリー

**時間** 10:00～20:00

市内の他会場でも開催予定です  
決まり次第、市のホームページでお知らせします

### 写真展の見どころ

- 昭和29年から現代までの街の風景や人々の様子を展示します
- 市オリジナルフォトブースで記念撮影もできます

「柏市ロケ展示」も  
同時開催!



詳しくは市のホームページで



## CONTENTS～目次～

4 **特集**

# 災害への備え その時、あなたは生活できますか

10 **Pick Up**～市の新しい情報などをお知らせします～

年金生活者支援給付金を支給 (P10)

柏から世界へ **パラリンピック**に挑む車いすテニス選手たち (P10)

柏駅発 **スペーシアX**に乗ろう (P11)

新型コロナワクチンとインフルエンザ予防接種費用の一部を助成 (P11)

児童扶養手当制度が一部変更 (P12)

物価高騰支援の給付金の返送・申請はお済みですか (P13)

北部クリーンセンターへの**ごみの収集と持ち込み**に関するお願い (P13) ほか

14 **インフォメーション** Information～情報コーナー～

【連載】

27 かしわレシピ♪

30 潜入!! 工事現場 途chuアフター

31 Kashiwa Photo Diary ～まちの出来事を写真とともに～

32 かしわ愛を込めて ふるさと産品お届け便

市長の  
スマイル通信

vol.32

スポーツタウン柏  
～柏から世界へ～

パリオリンピックでは、各競技で柏市出身や柏のホームタウンチームの選手たちが見せてくれた勇姿に、とても胸が熱くなりました。その姿は、まさに地域の誇りであり、子どもたちに夢と希望を与えてくれたことと思います。また、

8月28日(水)に開幕のパリリンピックにも、車いすテニス競技に柏ゆかりの選手が出場しています。

日ごろ、さまざまな競技で活躍する選手や子どもたちが、全国や世界大会の出場報告に来てくれますが、その数の多さに大変驚いています。皆、志が高く、その生き生きとした姿にいつも元気づけられ、とても誇らしい気持ちになります。市では、「スポーツタウン柏」を掲げ、スポーツを通じて地域の活性化や市民との交流を図るまちづくりを進めています。そんな市内の各地域では、プロの選手が各種イベントや教室などに参加し、市民の皆さんと交流しながらスポーツの楽しさや喜びを伝えてくれています。

プロの試合を地元で観戦できるだけでなく、プロの選手を身近に感じることもできるまちだからこそ、柏の子どもたちはより大きな夢を抱き挑戦できるのだと思います。

柏のまちで育った多くの若者や子どもたちが、近い将来、世界の舞台上で躍動してくれることを楽しみにしています。

柏市長

太田 和美



※パラリンピック出場選手のご紹介は本誌10ページをご覧ください



はがき・ファクスなどの記入内容

①希望する講座・催し名 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号※電話が困難な場合はファクス番号⑥(往復はがきの場合) 返信面の宛先

掲載情報の  
見方

時=とき 所=場所 対=対象 定=定員 内=内容 講=講師 費=費用 持=持ち物 申=申し込み 交=交通 他=その他  
問=問い合わせ ●費用で特に記載のないものは無料 ●対象や定員に制限のないものは、どなたでも参加可

本誌掲載の二次元コードについて、アクセス解析のためにCookieを使用しています。アクセス解析は匿名で収集しているため個人を特定するものではありません。この機能はCookieを無効にすることで収集を拒否することができます。



# 災害への備え

その時、あなたは生活できますか

能登半島や宮崎県で起きた地震など、最近でも大きな地震が発生しています。もし、今この瞬間に大地震が起これば、あなたは自分の住む街で生活できますか。

☎防災安全課 7167-1115 ・ FAX 7163-2188



防災安全課  
齋藤文彦さん

皆さんは被災した時の状況をイメージできていますか。ここでは、柏市に住む皆さんに、今日から始めてほしい必要な備えをお伝えします。

皆さんは被災した時の状況をイメージできていますか。ここでは、柏市に住む皆さんに、今日から始めてほしい必要な備えをお伝えします。

同じような地震が柏市で起きた場合、建物の耐震化が進んでいるため倒壊の危険性は低いものの、電気や水道、ガスが停止し、復旧までに1週間以上かかる想定です。

皆さんは被災した時の状況をイメージできていますか。ここでは、柏市に住む皆さんに、今日から始めてほしい必要な備えをお伝えします。

被災地支援を経験して  
**ライフラインの  
停止に備えを**

能登半島地震発生から10日後、被災地支援を行うために現地を訪れました。避難所の電気は復旧していましたが、水道が使えない中で特にトイレが不便で、段差のある仮設トイレを使用できないかたは、便袋を使い各自で処理をしていました。飲み水などの支援物資は届いていましたが、その時に必要なものが手に入らない状況でした。

# 断水に備える

柏市直下型大地震時の想定被害

市内  
断水割合

直後  
65%

発生7日  
46%

発生30日  
10%

出典：柏市防災アセスメント調査

## 水が止まると困ること

- 飲み水がない
- お風呂に入れない
- 服や食器を洗えない

## 必ず備えて！断水対策グッズ

### ① 飲み水

1人1日3リットルを最低3日分準備。



ペットボトルの水を  
冷凍庫で凍らせておく  
と保冷用にも役立ちます

### ② 市販の携帯トイレ

1人1日5回分を最低3日分準備。便器やバケツにセットして使うタイプや、交通渋滞時に車で使用するタイプなど、市販されているものはさまざまです。

#### ★使い方を覚えておこう

①



トイレに袋を取り付ける。使用後、凝固剤をふりかけて固める

②



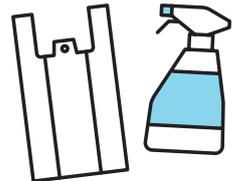
袋を外し、袋口をしっかり結び、可燃ごみとして処分する

## 特に困るのがトイレ

我慢すると体調を崩してしまう…

### ③ 消臭袋・消臭スプレー

悩まされがちなトイレ周りの臭い消しなどに役立ちます。



### ④ ウエットシート・ドライシャンプー

体や髪を清潔に保つのに役立ちます。

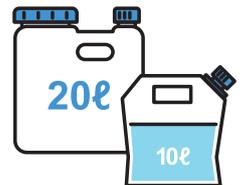


#### ウエットシートと 除菌用アルコールは別で準備

ウエットシートでアルコール配合のものは、特に赤ちゃんや高齢者の肌に合わないこともあります。

### ⑤ 給水タンク・給水袋

断水が長期化すると、水の備蓄が不足する可能性も。給水用のタンクや袋があると安心です。



## あとと便利！防災グッズに早変わり

### ● 猫砂や新聞紙がトイレに

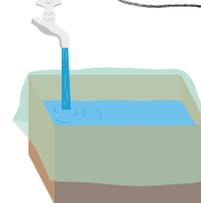
ビニール袋に猫砂やオムツ、古布や新聞紙をセットすると携帯トイレの代わりになります。

### ● バケツや段ボールが給水タンクに

大きめのビニール袋をバケツや段ボール、ごみ箱にセットすると給水タンクの代わりになります。



リュックサックに  
ビニール袋をセット  
すると楽に  
持ち運べるよ



## 知っておこう！市内の給水スポット

### ● 応急給水所

災害により断水した時は、被害状況に応じて市内19カ所で応急給水所を開設します。いざという時のために、近くの給水所を確認しておきましょう。



応急給水所

### ● 災害用手押し式井戸

災害時の生活用水の確保のため、小・中学校など、市内23カ所に手押し式井戸があります。市では順次、整備・拡充を進めていて、令和6年度中には33カ所に増える予定です。

# 停電に備える

## 柏市直下型大地震時の想定被害

市内 停電割合	直後 92%	発生1日 47%	発生7日 1%
------------	-----------	-------------	------------

### 電気が止まると困ること

- 携帯電話を充電できない
- 冷蔵庫の中の食材が腐る
- スーパーやコンビニなどの店が休みになる

### 必ず備えて! 停電対策グッズ

#### ①懐中電灯やヘッドライト

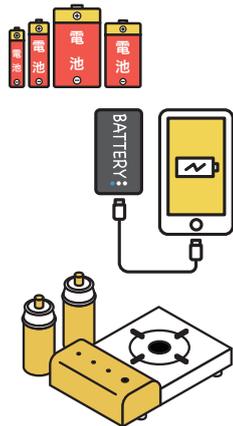
災害時は床にガラスの破片などの危険物が散乱していることもあるため、移動時の明かりは必須です。

両手をふさがない  
ライトが便利です



#### ②乾電池とモバイルバッテリー

乾電池は必要な種類を多めに用意。モバイルバッテリーは20,000ミリアンペアのものでスマホをおよそ4回充電できます。



#### ③カセットコンロとガスボンベ

ボンベは1人1日1本が目安。缶詰の中身やレトルト食品を温めたり、お湯を沸かししたり、哺乳瓶などの煮沸消毒にも役立ちます。

#### ④現金

災害時はATMやクレジットカード、電子マネーが使えないこともあります。小銭を含む、数千~数万円の現金を用意しておきましょう。

### 特に困るのが食べ物

お湯も沸かせず、料理もできず、  
食べる物がなくなる…

#### ⑤調理がいない食べ物

缶詰やレトルト食品など、加熱・調理不要のものを用意。水だけで食べられる状態に戻せるフリーズドライ食品やアルファ米もお勧めです。

#### ローリングストックで買い物にひと工夫

普段食べ慣れている物や好きな物を少し多めに買い置きし、食べた分を買い足すことで、日常的に非常食をストックできます。

#### 普段食べる食品を少し多めに買い置き



消費した分を買い足す

古い物から消費

### あると便利! ペットボトルがランタンに

懐中電灯に白いポリ袋をかぶせたり、懐中電灯とペットボトルを組み合わせてすることで、部屋を照らす簡易ランタンが作れます。

組み合わせて  
試してみよう



### 知っておこう! 市の災害時の停電対策

市内109カ所全ての避難所にソーラーパネル付き蓄電池を4台ずつ配備。

また、令和12年度までに市が保有する全ての車両(特殊車両を除く)を電動

車に移行する予定です。車がそのまま非常用電源として活用でき、電動車1台でおよそ4,000台のスマホを充電可能。



# 通信障害に備える

市内  
通信障害  
割合

直後  
91%

発生1日  
41%

発生7日  
1%

## 通信障害で困ること

- 電話が繋がらない
- インターネットが使えない

### 特に困るのが連絡手段が断たれること

家族が今どこにいるのかわからない、自宅に帰れないことも伝えられない…

## 必ず知っておいて！ 安否確認の手段を確保

家族会議で  
災害時の  
連絡方法を  
確認しよう



### ①フリー Wi-Fi

#### ●00000JAPAN (ファイブゼロジャパン)

災害時に開放される公衆無線LAN (フリー Wi-Fi)。設定もパスワードも必要なく、無料でインターネットを使えます。通信の暗号化は行っていないため、個人情報などの入力は避けましょう。



#### ●近隣センター

市内全ての近隣センターにフリー Wi-Fiを設置しています。

### ②公衆電話

災害時でもつながりやすい。自宅や会社、学校の近くにある公衆電話の場所を確認し、特に子どもには使い方を教えておきましょう。小銭の備えも忘れずに。無料の災害時用公衆電話が備えられている避難所もあります。

### ③災害時の伝言システム

安否状況を電話やインターネットで伝言として残すことができます。

#### ●災害用伝言ダイヤル「171」

携帯電話や公衆電話から「171」に発信して使用する「声の伝言板」。録音は30秒間なので、何を伝えるかを事前に決めておきましょう。毎月1日・15日に体験利用ができます。

#### ●災害用伝言板「web171」

NTTのインターネットサービス「web171」に、連絡を取りたい相手の電話番号を入力すると、伝言を残したり確認したりすることができます。

電話で

インターネットで

録音する時  
☎171→「1」を入力  
再生する時  
☎171→「2」を入力

残した伝言は、  
どちらから  
でも確認できます

※各通信事業者の  
災害用伝言板  
もあります

家族の連絡先はメモして  
財布などの普段  
持ち運ぶ物に入れておこう



LINEに  
登録しよう!

#### ■柏市公式LINE

避難所の開設や災害情報、断水などの情報をお知らせします。



#### 情報の取得手段は複数確保

#### ■Yahoo! 防災速報アプリ

緊急地震速報や避難情報をいち早く確認できます。



#### ■柏市防災安全課公式エクス(旧ツイッター)



### 防災活動中の事故を補償します

発災時は地域での助け合いが非常に大切です。市では、災害時の避難所運営や避難誘導などの防災活動中の事故を補償します。◎対象の活動など、詳しくは市のホームページをご覧ください



市ホームページ

建物の倒壊リスクが低い柏市では

# 在宅避難をより安全・安心に

能登半島地震では被災地の建物の倒壊等に衝撃を受けたかたも多いと思いますが、能登半島と柏市で大きく異なるのは住宅の耐震化率です。柏市内の住宅耐震化が90パーセント以上と進んでいるため、大地震の際に市内における建物の倒壊による死者は少ないと想定しています。

## 安全であればプライバシーを確保できる環境が一番

避難所には、食料や飲料水、簡易ベッドやパーテーションなど、プライバシーの配慮に必要な備蓄をしていますが、数に限りはあり、物資が行き届かない場合もあります。

市では、自宅の安全が確保できるのであれば、落ち着いて生活できる在宅避難を勧めています。発災直後は停電や通信障害で情報が得られず、不安になることも多いと思います。その場合でも、在宅避難を続けながら、避難所の掲示板等で災害情報を入手することも可能です。



防災安全課 課長・長妻克典さん

## 備えを始めるのは「いま」

より安全・安心に在宅避難生活を送るためには、普段から食料や携帯トイレ等を備蓄することや、家具の転倒防止等による安全確保が不可欠です。携帯トイレの使い方を知らなかったり、懐中電灯の電池が切れていたりと不足していることがないか、この機会に見直しましょう。

災害はいつ起きるか予測できません。大規模災害時は市の職員も被災する可能性が高く、行える災害支援にも限界があります。今のうちからさまざまなシミュレーションをして、万が一に備えてください。そして、自分自身と家族の大切な命を守るために必要な備えを今日から始めましょう。

# 子どもも楽しく学べる！ 参加型総合防災訓練 で防災力アップ

防災・減災を体験して学べる防災訓練を、多くの防災関係機関と共に開催します。子どもも一緒に参加できる体験ブースやステージイベントもありますので、ご家族やご友人と一緒に参加してみませんか。

【開催日時】9月21日(土)午前10時30分～午後4時30分

【開催場所】セブンパークアリオ柏(大島田1丁目)

☑当日、会場へ直接

☑事前予約が必要な体験イベントあり

◎イベント内容など、詳しくは市のホームページをご覧ください



市ホームページ



災害時に活躍する車両も展示

スタンプラリーやクイズもあります

## いざという時に備えて 防災行動をまとめて体験&習得



「AED」で  
命をつなぐ



負傷者を正しく搬送



消火器で消火



「その場」で  
とっさに身を守る



# 今日から始める あなたの防災チェックシート



もしもの時に「あったら良かった」と後悔しないよう、  
このチェックシートを参考にして必要なものを準備しましょう。

## 非常時持ち出し袋に

最低限のものが入る大きさの袋やリュックサックを、すぐに持ち出せる場所に置きましょう。

水【目安】1人500ミリリットル  
ペットボトル3本

手間なく食べられる食品

携帯トイレ×15回分

モバイルバッテリー

マスク

常備薬

健康保険証の写し

現金(小銭も)

歯ブラシ

ウエットシート

除菌用アルコール

雨具

軍手・手袋

ヘルメット

室内履き

電池式扇風機

応急手当セット

給水袋

その他必要なもの

必要に応じて

ミルク

オムツ

生理用品

ペット用品

## 毎日のバッグに

出先で被災した時に役立つものを入れて持ち歩きましょう。

菓子(あめやチョコ)

飲み物(水筒)

現金(小銭も)

小型のライト

モバイルバッテリー

マスク

防犯ブザー・ホイッスル

常備薬

ばんそうこう

その他必要なもの

## 自宅に

災害発生後に生死を分ける「72時間」を乗り切るために、最低3日分は必要なものを備えましょう。

飲み水・調理用の水  
【目安】1人1日3リットル

手間なく食べられる食品  
(インスタント・レトルト・  
水を使わない食品など)

即席スープや野菜ジュース

果物缶や菓子

カセットコンロ・ボンベ  
【目安】1人1日1本

携帯トイレ  
【目安】1人1日5回分

トイレットペーパー

消臭袋・消臭スプレー

懐中電灯・LEDライト・  
ランタン

乾電池・  
モバイルバッテリー

ラジオ

電池式扇風機

石油ストーブ・カイロ

ウエットシート・  
ドライシャンプー

除菌用アルコール

紙皿・紙コップ

食品用ラップ

大きなポリエチレン袋・  
チャック付きポリ袋

長靴・雨具

給水タンク・給水袋

その他必要なもの