

杉並第一小学校震災救援所

令和 8 年（2026年）6月24日

杉並第一小学校震災救援所 運営連絡会
会長 近藤 浩

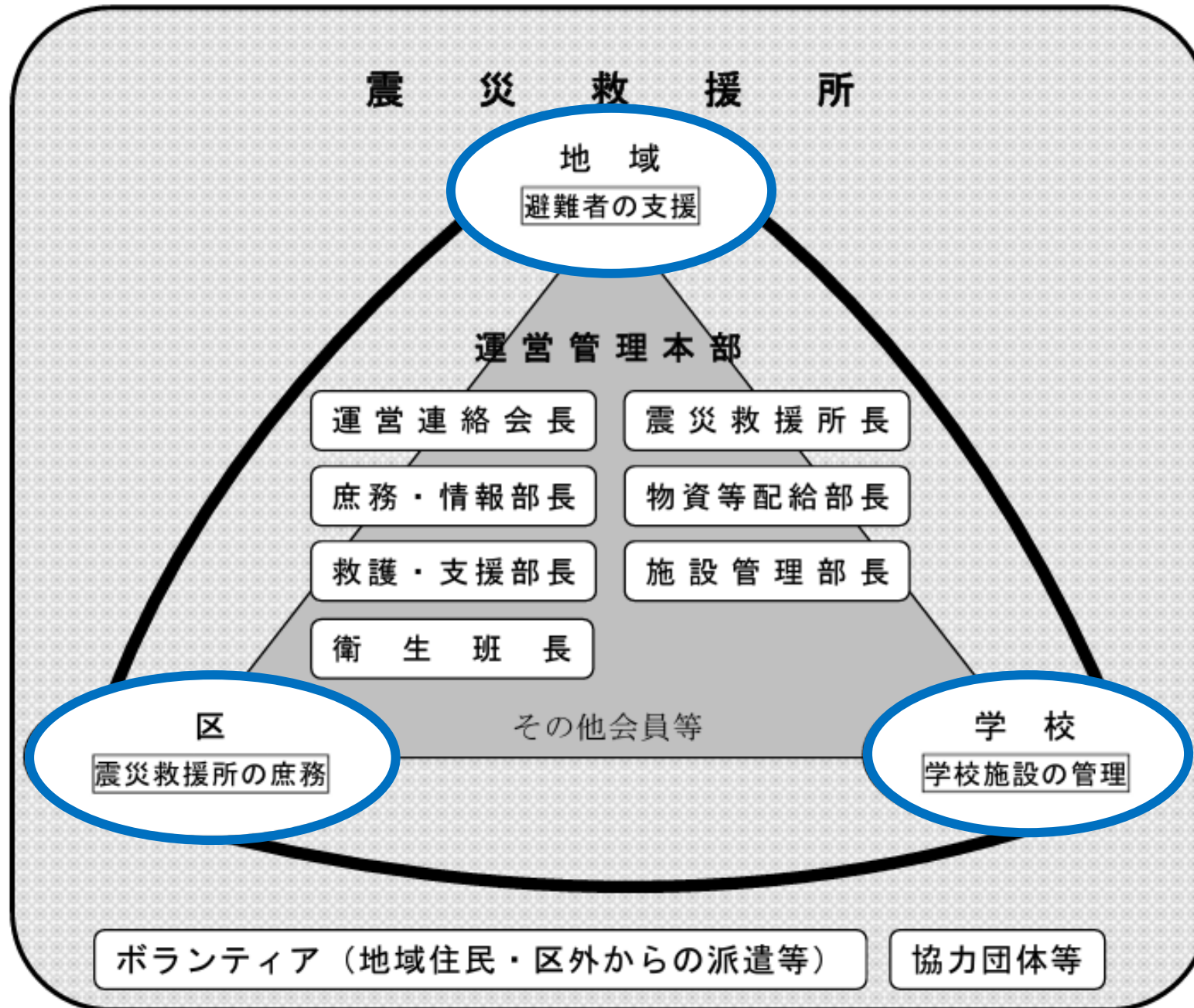
震災救援所について

1. 説明（10分）
2. 倉庫見学（20分）
3. 質問（10分）

1 震災救援所運営連絡会の基本方針

震災救援所運営連絡会では、杉並区で「震度 5 強以上」
の地震が発生した場合、震災救援所を運営し、被災者の支
援を行います。

震災救援所運営管理標準マニュアル（基本編：P1）



震災救援所の3つのテーマ

- ① お互いを知る
- ② 運営の基本方針を知る
- ③ 防災資機材と場所を知る

震災救援所の情報は
こちらから



① お互いを知る

自己紹介

- お名前 : 近藤 浩
- 所属組織 : すぎいち会OB
- 趣味 : ジョギング
- 地域との関わり :
: 令和5年（2023年）から会長



② 運営の基本方針を知る

運営マニュアルの主なポイントを説明

杉並区の標準マニュアル

震災救援所運営管理 標準マニュアル

(基本編)

令和5年7月
杉並区危機管理室防災課

(3ページ)

震災救援所運営管理 標準マニュアル

(初動編)

令和5年7月
杉並区危機管理室防災課

(29ページ)

震災救援所運営管理 標準マニュアル

(運営管理編)

令和5年7月
杉並区危機管理室防災課

(70ページ)

杉一小向け運営マニュアル

杉並第一小学校震災救援所 運営マニュアル(簡便版)

この震災救援所は、防災会、町会、PTAなどの
地域の方と、学校、区等で構成され組織で運営
されています。

令和5年度(2023年度)確定版 ver.6
(10月26日 訓練で配布)



※ 印刷したマニュアルは防災倉庫に保管

※ 杉一小HPにリンク参照

杉並第一小学校震災救援所 運営マニュアル（簡便版） 34ページ

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

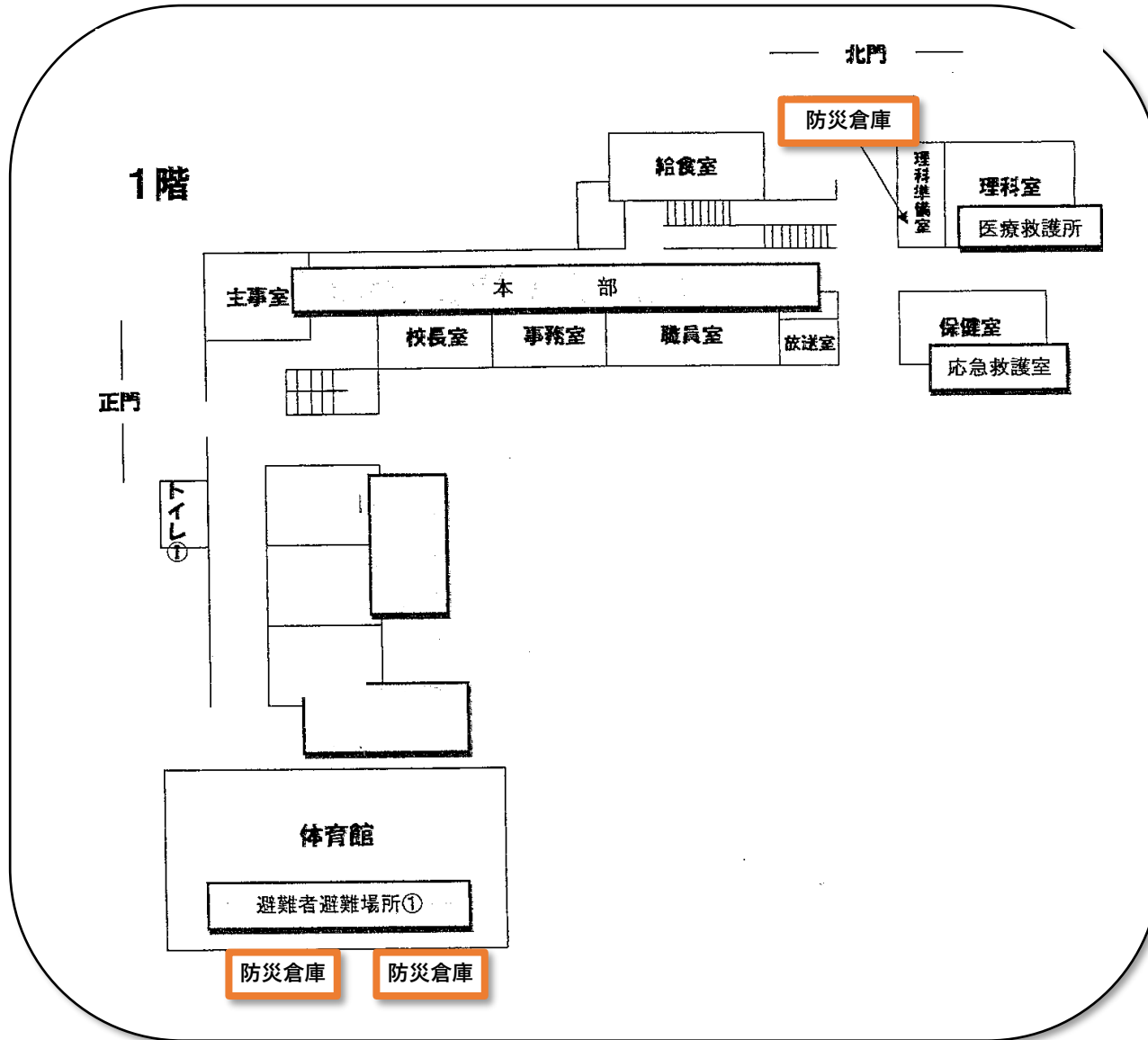
33

34

マニュアルはコチラから



③ 防災資機材と場所を知る (4つの倉庫)



③ 防災資機材と場所を知る（備品リスト）

備蓄品一覧(1/3) ＜杉並第一小学校 防災倉庫備蓄品 数量・場所＞										備蓄品一覧(2/3) ＜杉並第一小学校 防災倉庫備蓄品 数量・場所＞										備蓄品一覧(3/3) ＜杉並第一小学校 防災倉庫備蓄品 数量・場所＞											
	No	品名	基準値		杉一小			チェック			No	品名	基準値		杉一小			チェック			No	品名	基準値		杉一小			チェック			
			数量	単位	数量	体育	理科						馬橋	数量	単位	数量	体育						理科	馬橋	数量	単位	数量		体育	理科	馬橋
A・ 救 援 所 運 営	1	震災救援所セット（初動4班セット） ※1 詳細は裏面	1	組	1	A3	-	-			1	スタンドパイプセット（青色バック）	1	式	1	C2	-	-	7/15 ✓			13	紙おむつ（大人用Mパンツ180枚入/パンツL192枚入）	各1	袋	各1	-	-	2階	7/15 ✓	
	2	ボランティア腕章	200	個	200	F2	-	-	7/15 ✓		2	救助工具セット ※3 内訳は裏面参照	1	式	1	物置	-	-				14	紙おむつ（子供Sテープ82枚入）	1	袋	1	-	-	2階	7/15 ✓	
	3	震災救援所用ベスト	50	着	50	B2	-	-	7/15 ✓		3	ロープ（2巻1組）	2	巻	2	-	G2	-	7/15 ✓			15	紙おむつ（子供Mテープ128枚入/パンツ116枚入）	各1	袋	各1	-	-	2階	7/15 ✓	
	4	ヘルメット	2	個	2	-	K1	-	7/15 ✓		4	はしご	1	台	1	物外	-	-	7/15 ✓			16	紙おむつ（子供Lテープ108枚入/パンツ88枚入）	各1	袋	各1	-	-	2階	7/15 ✓	
	5	台車	1	台	1	-	M	-	7/15 ✓		5	軍手	480	双	480	物置	-	-				17	生理用品（1,080枚入）	1	箱	1	-	-	2階	7/15 ✓	
	6	防水シート（ブルーシート）（1.5間×2間）（2間×3間）	各50	枚	50	A, C	-	-	7/15 ✓		6	防塵マスク	150	枚	150	A1	-	-	7/15 ✓			18	洗い桶	100	個	100	-	-	2階	7/15 ✓	
	7	要配慮者用防水シート（オレンジシート）（2間×3間）	5	枚	5	A2	-	-	7/15 ✓		7	防塵メガネ	10	個	10	A1	-	-	7/15 ✓			19	石けん（1箱200個入）	200	個	200	C1	-	-	7/15 ✓	
	8	要配慮者用テント（W2m×D2m×H2m）	1	張	1	-	G2	-	要確認		8	担架	10	台	10	物置	-	-				20	ハンドソー（2 5 0 m l）	25	本	25	-	I2	-	7/15 ✓	
	9	ワンタッチ式テント（W1.2m×D1.2m×H1.8m）	2	張	2	D1	-	-	7/15 ✓		9	万能担架	2	台	2	-	H	-	7/15 ✓			21	マンホールトイレ和式（組立式テント付）	10	台	9 (-1)	D	-	-	7/15 ✓	
	10	テント型プライベートルーム（W1.8m×D1.8m×H2.2m）	3	張	2・3(+2)	-	G4	2階	7/15 ✓		10	レスキューキャリアマット	5	組	5	-	G1	-	7/15 ✓			22	マンホールトイレ洋式	5	台	5	D	-	-	7/15 ✓	
	11	リヤカー	4	台	1・2(-1)	-	M	1階	7/15 ✓		11	おんぶ紐	5	本	5	-	G1	-	7/15 ✓			23	ペール缶トイレセット（ワンタッチ式テント付）	3	セット	3	E1	-	-	7/15 ✓	
	12	テント（ジャバラタイプ）（3.6m×2.4m）	2	張	2	-	M	-	7/15 ✓		12	車いす（ノーバンクタイヤ）	2	台	1	-	M	1階	7/15 ✓			24	簡易トイレ（ブラダン組立式）	2	台	2	D1	-	-	7/15 ✓	
	13	簡易間仕切り(1セット：4畳半×10部屋)	4	セット	4	-	-	1階	7/15 ✓		13	松葉杖	5	組	5	A2	-	-	7/15 ✓			25	洋式便器セット（収便袋10枚、受けバッグ1個）	20	セット	20	D1	-	-	7/15 ✓	
	14	簡易間仕切り（4部屋×1セット）	2→4	セット	2	-	M	-	7/15 ✓		14	応急救護セット	1	組	1	B1	-	-	7/15 ✓			26	簡易トイレ（和式便器へセットし洋式にする）	5	台	5	D2	-	-	7/15 ✓	
	15	ストーブ式（灯油仕様）	1	式	1	物置	-	-	7/15 ✓		15	聴覚障害者対応セット※4 内訳は裏面参照	1	組	1	A1	-	-	7/15 ✓			27	収便袋	5,700	枚	0・500 (-500)	D.F	L5	-	7/15 ✓	
	16	災害用特設公衆電話（N T T）	3	台	3	B3	-	-	7/15 ✓		16	特殊救急救納袋（遺体収納袋）・遺体防腐剤	各5	セット	5	A1・A2	-	-	7/15 ✓			28	ゴミ袋（45L/90L）	各500	枚	各500	C2	-	-	7/15 ✓	
	17	戸別受信機	1	セット	1	-	M	-	10/4 ✓		17	三脚（アルミ）	2	台	2	A2	-	-	7/15 ✓			29	蓋付バケツ（20L）	20	個	20	-	-	2階	7/15 ✓	
	18	USB充電器（ACアダプタ、ケーブル付）	3	個	3	B4	-	-	7/15 ✓		1	コードリール	3	組	2・1	A4	G3	-	7/15 ✓			30	トイレ清掃セット	1	式	1	F1	-	-	7/15 ✓	
	19	アンブレラボード	2→4	台	4	-	I1	-	7/15 ✓		2	投光器（頭・三脚セット）	3	組	3	E1	-	-	7/15 ✓			31	マスク（1,000枚は真空包装）	2,000	枚	1,000・1,000	A1	I2	-	7/15 ✓	
B・ 食 品 ・ 飲 料 水 関 係	1	クッキー（1箱70食入り）	3,500	食	3,500	-	J	2階	7/15 ✓		3	懐中電灯（単三×2本）	50	個	50	B1	-	-	7/15 ✓			32	女性用備蓄セット ※5 内訳は裏面参照	1	セット	1	-	L3	-	7/15 ✓	
	2	ライスクッキー（アレルギー対応食 1箱40食入り）	320	食	320	-	J1	-	7/15 ✓		4	L E D 防水ヘッドライト（単三×2本）単三電池2本付き	20	個	20	C1	-	-	7/15 ✓			33	暑熱対策品	1	式						
	3	アルファ米 個食用（アレルギー対応食 五目ご飯 1箱50食入り）	3,200	食	3,200	-	K2	-	7/15 ✓		5	ランタン（単三×4本）	50	個	50	D-F			10/4 ✓			F・ 燃 料 関 係	1	ライター	20	本	20	E2	-	-	7/15 ✓
	4	おかゆ（アレルギー対応 ほとて貝柱 1箱30食入り）	210	食	160	-	L5	-	7/15 ✓		6	ラジオ（単三×2本）単三電池2本付き	10	台	10	A1	-	-	7/15 ✓			2	ガスボンベ（コンロ120・発電機30）	150	本	30・120	D2	G2	-	7/15 ✓	
	5	味噌汁（1箱200食入り）	1,400	食	1,400	-	-	2階	7/15 ✓		7	乾電池（単三）	450	本	450	A1	-	-	7/15 ✓			3	ガソリン1缶缶詰 （学校倉庫30缶+災害備蓄倉庫14缶）	44	缶	30・32 (+18)	E2	-	-	7/15 ✓	
	6	食料用保存水（1箱 2L 6本入り）	384	本	384	-	K3	-	7/15 ✓		8	パルーン投光機	1	台	1	F3	-	-	7/15 ✓			4	灯油缶詰（ストープ用）	60	缶	60					
	7	ミネラルウォーター（1箱 2L 6本入り）	1,800	本	1,440	-	-	1階	7/15 ✓		9	パルーン投光機用発電機（青色）	1	台	1	F4	-	-	7/15 ✓			5	（学校倉庫30缶+災害備蓄倉庫30缶） プロパンガス	1	本	1	-	M	-	7/15 ✓	
	8	粉乳（らくらくキューブ アレルギー非対応）	192	食	192	-	G1	-	7/15 ✓		10	小型発電機（緑色）	1	台	1	F4	-	-	7/15 ✓			○帰宅困難者対応拠点7校（杉一・杉四・杉十・桃一・桃二・桃三・阿佐谷中）にはクッキー各700食を別枠として備蓄 ○その他に接骨セット（健康推進課管轄）、ベット用備蓄（生活衛生課管轄）あり ○B・3「アルファ米 個食用」、B・4「おかゆ」は令和4～7年度で順次入替 ○太陽光発電設備未設置校にポータブル蓄電池を3台ずつ配備（R4年度からR6年度） 凡例： ■： R 7年度中に新規備蓄するもの ■： R 6年度中に数量変更したもの ■： R 7年度中に廃止するもの ○備蓄品の総数：108アイテム									
	9	粉乳（アレルギー対応ミルク800g）	1	缶	1	-	G1	-	7/15 ✓		11	小型発電機（ガスボンベ式）（白色）	2	台	1・1	F4	M	-	7/15 ✓												
	10	粉乳用ほ乳びん	30	本	30	-	G1	-	7/15 ✓		12	大型発電機（青or赤色）	1	台	1	右床	-	-	7/15 ✓												
	11	液体ミルク(1缶200ml) ※2 詳細は裏面参照	40	缶	※2 詳細は裏面参照						1	乾袋	1,000	枚	1,000	A1	-	-	7/15 ✓												
	12	液体ミルク用ほ乳びん（使い捨て）	40	個	※2 詳細は裏面参照						2	土のう袋（マンホールトイレ重り用）	50	枚	50	E2	-	-	7/15 ✓												
	13	おりばし	5,000	膳	5,000	-	-	2階	7/15 ✓		3	毛布	800	枚	200・600	-	H	2階	7/15 ✓												
	14	炊飯器具（大釜・カマド・バーナー）	2	セット	1・1	-	G4	2階	7/15 ✓		4	不織布毛布	400	枚	400	-	I3	2階	7/15 ✓												
	15	カセットコンロ	20	台	20	-	G3	-	7/15 ✓		5	エアーマット	400	枚	400	-	I2	-	7/15 ✓												
	16	やかん	20	個	10	-	L1	-	7/15 ✓		6	救急シート	100	枚	100	A1	-	-	7/15 ✓												
	17	ラップ	50	本	50	A1	-	-	7/15 ✓		7	使い捨てカイロ	1,920	個	1,920	-	-	2階	7/15 ✓												
	18	金属バケツ	30	個	30	F1	-	-	7/15 ✓		8	タオル	600	枚	300・300	-	H	2階	7/15 ✓												
	19	給水袋（5 L 50個、6 L 50個）	100	個	50	-	L2	-	7/15 ✓		9	ウェットティッシュ	1000	個	200・800	-	L5	2階	7/15 ✓												
	20	ポリコップ（プラスチックコップ）	4,000	個	4,000	B1	-	2階	7/15 ✓		10	ポケットティッシュ	2,000	個	2,000	-	-	2階	7/15 ✓												
	21	受水槽セット	1	式	1	-	G3	-	7/15 ✓		11	箱ティッシュ（1箱50個入×10）	500	個	500	-	-	2階	7/15 ✓												
	22	応急給水セット（黄色バック）	1	式	1	C3	-	-	7/15 ✓		12	トイレットペーパー（1箱48個入×4）	192	巻	192	D・E	-	2階	7/15 ✓												
※ 基準値 ＝ 震災救援所1箇所あたりの備蓄品の基準値										※ 基準値 ＝ 震災救援所1箇所あたりの備蓄品の基準値										※ 基準値 ＝ 震災救援所1箇所あたりの備蓄品の基準値											
※ 格納場所は以下のとおり（アルファベット横に付記された数字は棚の段数で上段から下段へ1, 2, 3, 4の順）										※ 格納場所は以下のとおり（アルファベット横に付記された数字は棚の段数で上段から下段へ1, 2, 3, 4の順）										※ 格納場所は以下のとおり（アルファベット横に付記された数字は棚の段数で上段から下段へ1, 2, 3, 4の順）											
A～C：体育館倉庫左側										A～C：体育館倉庫左側										A～C：体育館倉庫左側											
D～F：体育館倉庫右側（なお、右床は当該倉庫内の床を指す）										D～F：体育館倉庫右側（なお、右床は当該倉庫内の床を指す）										D～F：体育館倉庫右側（なお、右床は当該倉庫内の床を指す）											
G～M：校舎内倉庫（理科準備室）																															
※（20240901）リスト以外の体育館倉庫の保管物：登録カード、接骨セット、ハンマー、軽量カップ、救急箱																															

4年1組 質問

1. 学校以外に安全な場所がありますか？学校の次に安全なのは？
→ 杉一小の近くでは「阿佐ヶ谷地域センター」になります。
2. 学校は震度どれくらいの地震まで耐えられますか？学校で地震のとき危ないところがありますか。
→ 震度5強までは耐えられます。
3. 阿佐ヶ谷の非常食はどれくらいですか？ほかに防災グッズはありますか。
→ 杉一小の倉庫には非常食として「アルファ米個食」が3,200食、「クラッカー」が3,500個あります。
4. 学校の倉庫を見せてください。倉庫はいくつありますか。どんなものがありますか。
→ 6月24日に見学します。倉庫は4つあります（理科準備室、体育館（2室）、高円寺北災害備蓄倉庫（馬橋公園））
5. 200人避難してきたら、非常食は何日くらいもちますか。
→ 「アルファ米個食」は3,200食ですので、200人で16回（3食×5日＝15食＋1食）食べられます。
6. 公園の倉庫を見せてください。どんなものが入っていますか。どんな工夫がありますか。どれくらい大きいですか。
→ 6月24日は時間が無いので高円寺北災害備蓄倉庫（馬橋公園）は見学できません。
7. 杉並区に倉庫はいくつありますか？どこにありますか。何が入っていますか。
→ 災害備蓄倉庫が31か所あります（何か入っているかは区役所の方に確認します）
8. 災害が起きたとき、工夫していることは何ですか。
→ 定期的に震災救援所の訓練を行っています。

4年2組 質問

① 学校のどこにたくさんの非常食などがあるのか見たいです。

➡ 理科準備室に非常食として「アルファ米個食」が3,200食、「クラッカー」が3,500個あります。

② アレルギー専用の物などがどのくらいあるのですか。

➡ 震災救援所1か所につき、主に以下の食品を備蓄しています。

- ・ アルファ米：3,200食
- ・ おかゆ：210食
- ・ ライスクッキー：320食
- ・ 粉乳：1缶

③ 病気の人が来たらどうするのですか。

➡ 病気の内容により対応を考えます。

④ 水や食料などは、この学校の中だと何日間くらいもちますか。

➡ 水は2ℓ ペットボトルが理科準備室に360本、高円寺北災害備蓄倉庫（馬橋公園）に1,440本あります。

⑤ 学校が避難所になったらどのくらい人が入ってくるのですか。

➡ 体育館と第一多目的室が開放される200名ぐらいいは入れると思います。

⑥ 杉並区にはどれくらい避難所があるのですか。

➡ 震災救援所は65か所あります。

4年2組 質問

⑦ 避難所になったとき、誰が管理などをしているのですか。（学校や地域の避難所）

➡ 震災救援所 運営連絡会が管理します（地域、区、学校）

⑧ 各避難所が全部埋まってしまったらどうするのですか。

➡ 区があらかじめ指定している震災救援所補助・代替施設を開設し、避難者を受け入れます。補助・代替施設には、区内の一部の都立高校や私立高校などが指定されています。

⑨ 地域の避難所のために、倉庫にはどれくらい備蓄されているのですか。

➡ 水 2ℓ ペットボトル：理科準備室に360本、高円寺北災害備蓄倉庫（馬橋公園）に1,440本あります。

➡ 非常食：理科準備室に「アルファ米個食」3,200食、「クラッカー」3,500個あります。

⑩ もしも防災倉庫が空になったらどうするのですか。

➡ 東京都や国からの支援物資を受け取れるほか、区が協定を締結している事業者などから物資を受けることになります。

⑪ 学校やまちの施設は、いつでも避難所として成り立つように、どのような対策をしているのですか。

➡ 定期的に震災救援所の訓練を行っています。

⑫ 避難所ではご飯はだれが作っていますか。

➡ 避難してきた人が自分で作ります。

< 倉庫見学 >

<質問>

ありがとうございました！

杉並第一小学校
震災救援所運営連絡会

会長

近藤 浩

Hiroshi Kondo

〒166-0001
東京都杉並区阿佐谷北1-29-13-402
☎ 080-3701-5137
✉ henrykondo123@gmail.com



地域の力で災害に備える
【震災救援所】
杉並第一小学校