

令和 8 年 度

三 鷹 市 防 災 訓 練 実 施 要 領

第 1 趣 旨

大地震や風水害などの災害から市民の生命及び財産を守り、生活基盤を確保していくためには、市民、市、防災機関、応援協定締結団体（以下「防災関係機関」という。）などが、三鷹市地域防災計画に定める役割を認識し、自助、共助、公助が相互に連携して取り組むことが重要であり、防災訓練を通じて災害時の対応方法や手順を検証し、それぞれの防災力を高めていくことが必要である。

この要領は、令和 8 年度において、市民、市、防災関係機関などが連携して市民及び地域の防災力の強化を図るとともに、市、防災関係機関などの災害対応力の向上を図るため、訓練を計画・実施する際の基本的な考え方を示すものである。

第 2 目 的

防災訓練の目的は、市民に対する防災意識を啓発し、自助・共助のための備えを強化すること、また、災害発生時に防災関係機関が実施する応急対策に関する確認・検証及び防災関係機関の相互連携を強化し、公助の防災力の向上を図ることであり、具体的には、以下のとおりとする。

- 1 市民一人ひとりが、防災訓練を通して、「自分の命は自分で守る」ための防災知識や技術を身に付けるとともに、家屋や家財への防災対策、自宅での食料・水・日用品の備蓄などの必要性を認識し、事前の備えを行うための自助の動機づけの機会とする。
- 2 地域のつながりが希薄になりつつある現状を鑑みて、市民同士による共助の重要性について考える機会を促し、地域における共助の防災力を高めることを推進する。
- 3 地域において共助を行うための防災力を身に付けるとともに、避難所運営及び避難行動要支援者の支援の取組を推進する。
- 4 過去に市内で発生した集中豪雨を想定し、都市型水害の防止対策を中心に、水防関係機関の連携及び水防技術の向上並びに市民の水防に関する意識啓発及び対応方法の習得を図るとともに、市の水防活動態勢の確立に向けた取組を進める。
- 5 実動訓練、図上訓練等を通じ、地域防災計画や各種災害対応マニュアルの検証に努め、その実効性の向上と充実を図る機会とする。

第 3 実 施 方 針

各種訓練の実施にあたっては、以下の実施方針に沿って実施することとする。

- 1 訓練の準備段階では、市民及び防災関係機関との間で過去の大震災によって明らかになった防災上の課題・教訓、首都直下地震の被害想定等の共有化を図るとともに、三鷹市地域防災計画に定めるそれぞれの役割を確認し、協力・連携して課題解決に取り組みながら進める。
- 2 災害発生時に的確な対応を取るためには、災害対応に必要な知識や技術の習得、地域の災害リスクやそれに応じた避難行動等の確認が不可欠であり、日頃からの自己研鑽・自己啓発を積み重ねることで災害対応能力の向上を図る。

訓練の準備や実施を通じて、自助の重要性、自宅の耐震化、災害に備えた備蓄やペット対策のほか、避難行動要支援者対策、避難所及び災害時在宅生活支援施設の運営

など共助のための人財の確保の必要性について積極的に市民にアピールしていく。

- 3 市民一人ひとりが災害に関して正しい知識を身につけるため、「震災時に避難する場所を家族で共有しておく」、「有事の際の連絡手段を家族で話し合っておく」、「風水害時に適切に行動できるようタイムラインを考える」など、日常においていかに備え、災害時に何をすべきかを自分たちで考える機会にするとともに、「自らの身の安全は自らが守る。自分たちのまちは自分たちで守る。」という自助・共助の理念の浸透を図る。
- 4 地域の防災力の向上及び各地域防災活動団体のネットワーク化を支援する役割を担う「NPO 法人 Mitaka みんなの防災」と連携して、地域の共助の強化を図る。
- 5 木造住宅密集地域をはじめとする災害発生時に地震火災が広がりやすい地域において、初期消火の重要性を周知し、市民とともに防災・減災のまちづくりを進めていく。
- 6 総合防災訓練については、防災週間にこだわらず年度内に実施することとし、訓練準備の段階から、関係機関や団体と連携を図り、特に地域の小・中学校との連携については、生徒・児童、保護者などの防災行動力と防災知識を高めるための訓練項目を盛り込むこととする。また、今年度のメイン地区は連雀地区とし、三鷹市立第一中学校をメイン会場として、連雀地区住民協議会を中心に、第一中学校、南浦小学校、第六小学校及び第七小学校をはじめとする学校関係者の協力も得て、生徒・児童、地域住民、市及び防災関係機関が一体となった訓練を行う。
- 7 学校、保育園等においても、東日本大震災や令和元年東日本台風の教訓等を踏まえた実践的な訓練を行う。
- 8 総合水防訓練については、大型台風が三鷹市に接近し上陸が見込まれるという想定のもと、近年の集中豪雨による浸水被害を踏まえ、元気創造プラザにて水防本部及び消防団本部を立ち上げた上で、大沢野川グラウンドにおいて三鷹消防署や三鷹市消防団などの関係機関と連携して、河川が氾濫したことを想定したチューブ式水のうを用いた越水防止工法や積み土のうの実施など、野川の越水による被害を防ぐための訓練を行う。令和6年度には台風接近に伴い市内において避難所を複数回開設するなど、出水期における災害対応の重要性が増していることから、風水害時における野川周辺の防災対策方針に基づき、バス事業者と連携して、避難行動要支援者への移動支援に係る避難バスの運行ルートの実走訓練や、大沢台小学校及び三鷹市福祉 Labo どんぐり山において避難所開設訓練を実施し、市職員の災害対応力向上を図る。
- 9 災害発生時に固定電話や携帯電話等の通常の通信手段が使用できなくなった場合に備え、MCA無線の操作方法の習熟を図るための通信訓練を実施する。

第4 三鷹市における防災訓練等

次に掲げる種別ごとに想定した訓練を実施方針に基づき実施する。

1 総合防災訓練（地震対応）

(1) 訓練の実施時期等

ア メイン会場（連雀地区）

(ア) 実施日時 令和8年10月25日（日）午前10時～正午

(イ) 実施場所 三鷹市立第一中学校

イ メイン会場以外

(ア) 大沢地区 令和8年10月4日（日）羽沢小学校

(イ) 東部地区 令和8年11月29日（日）北野小学校

(ウ) 西部地区 令和8年11月1日（日）井口コミュニティ・センター

- (エ) 井の頭地区 令和8年11月8日 (日) 井の頭コミュニティ・センター
- (オ) 新川中原地区 令和8年11月15日 (日) 中原小学校
- (カ) 駅前地区 令和8年10月4日 (日) 第三小学校

2 総合水防訓練（風水害対応）

- (1) 実施日時 令和8年5月10日 (日) 午前10時～11時
- (2) 実施場所 元気創造プラザ、大沢野川グラウンド、大沢台小学校、
三鷹市福祉 Labo どんぐり山

3 災害対策本部運営訓練・全庁一斉災害対応訓練（予定）

- (1) 実施日時 令和8年7月9日 (木)
- (2) 実施場所 災害対策本部室等
- (3) 概要

災害対策本部員や関係機関等による災害対策本部会議の模擬実施や、情報伝達・共有訓練等を行うほか、全庁の災害対応能力を向上するための訓練を行う。

4 その他の地域・学校等の訓練（地震対応・風水害対応）

実施時期及び場所は、実施団体それぞれの実情に合わせて行う。

5 防災無線通信訓練

デジタルMC A無線システムの機器操作習熟を目的とした基礎通信訓練及び実災害時の活用を想定した総合通信訓練を実施する。

第5 その他

1 訓練の細目

訓練の細目は、訓練ごとに実施主体が別に定める。

2 訓練の中止

訓練当日、風水害等の災害が発生した場合又は発生するおそれのある場合は、訓練を中止する。なお、訓練を中止した場合には、直ちに、その旨を実施機関へ通知する。