

「町会・マンション みんなで防災訓練」では こんな防災訓練を行っています！

必 須 訓 練



炊き出し訓練

アルファ化米を使用して、災害発生時にどのように食べられる状態に戻すか、学びます。



AED訓練

消防署と連携し、AEDの使い方を、実際に体験していただきながら学びます。



携帯トイレの 使い方

ご自宅のトイレや段ボールトイレを使った簡易トイレの使用方法を学びます。



日常備蓄の 方法

「東京備蓄ナビ」を活用して、ご自宅の備蓄品について、またローリングストックの方法について学びます。

推 奨 訓 練

資機材活用訓練(例)※



初期消火 訓練

消火器や消火設備（スタンドパイプ）の使い方を実施します。



防災街歩き 訓練

災害発生時に危険となる場所や物、火災時の緊急避難場所のほか、災害救助に役立つ施設や防災資源等を発掘します。



生活継続に使用する 資機材訓練 (投光器・発電機)

【発電機や投光器】を使用し、避難所や夜間の作業現場を照らすために、使い方を習得します。



安否確認 訓練

【安否確認マグネット】を使用し、災害発生時における住民の安否確認の方法を学びます

※資機材活用訓練

以下の訓練メニューからお選びいただけます。使用する防災資機材の購入費用を**20万円まで**補助しています。

(次年度以降も資機材を使用して、マンションと合同防災訓練を実施することが条件です。)

訓練メニュー	使用する防災資機材
①初期消火訓練	スタンドパイプ（訓練用）、可搬式消火ポンプ
②救出・救護訓練	救助用品（ジャッキ、ロープ）、階段避難車、リヤカー、毛布、担架
③情報連絡訓練	トランシーバー、メガホン、ラジオ
④安否確認訓練	安否確認マグネット
⑤トイレ訓練	マンホールトイレ
⑥生活継続に使用する資機材訓練	発電機、投光器、蓄電池、太陽光パネル、

マンションとのつながりを 防災訓練を通してつくってみませんか？

「町会・マンション みんなで防災訓練」を実施した町会から、
こんな声をいただいています。

町会とマンションでグループ
LINEを作成し、情報共有・意
見交換が活発に！



マンションの人と顔見知りにな
り、街中で顔を合わせると挨拶
をするようになった！



町会の備蓄品の保管場所を、
マンションに相談することができ
た！

マンション管理組合で「防災
会」組織を新設検討。町会と
の勉強会も実施することに！

「町会・マンション みんなで防災訓練」ではつながり構築・強化のため、
様々な訓練を実施しています。ぜひ、ご活用ください！

申請はホームページをご覧ください。

https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/chiiki_katsudo/chiikiryouku/0000002435

【お問合せ先】町会・マンション みんなで防災訓練事務局

TEL：050-6864-7040（平日10：00－18：00）

メール：bosai2025-tokyo@hit-bits.com

