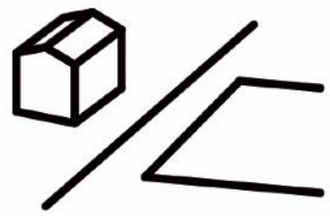
2026年度 東四つ木地区震災復興まちづくりフォローアップ訓練 第1回

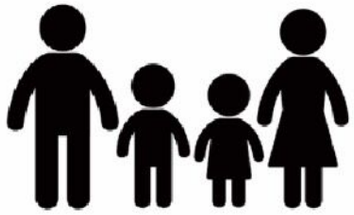
東四つ木地区での震災復興まちづくり訓練の意義



2026/11/08 09:30-12:00,　東四つ木地区センター 市古太郎 (東京都立大学)



ひろばといえの境界



町会の構成をかえる



広報をふやす

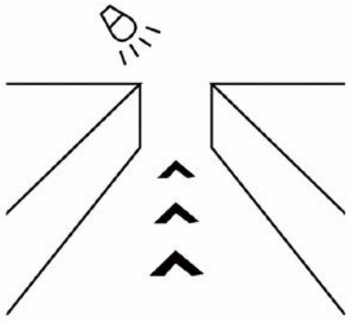


仮暮しの空き家システム



壁のアート化

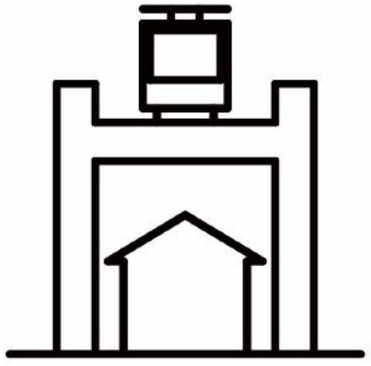
2016年度 都立大学大学院「都市防災特論」演習



光の路地



PP 活動



高架下



たすかるドア



水壁







震災復興の理念と目標（阪神･神戸，能登町，東京都）

1.神戸市「神戸市復興計画」1995/6月

・「市民のくらし」「都市の活力」「神戸の魅力」の復興と「協働のまちづくり」の推進

→港湾貿易産業，製造業(ケミカルシューズなど)，多文化共生，市民社会･ボランティア

2.石川県能登町「能登町復興計画」2025/3月

・「能登町の暮らしの循環」：里山里海・暮らし・生業-祭りのつながりと循環

・能登半島地震からの復興とは，人間と自然の物質代謝で育まれてきた「豊かさ」を回復・再接続する営みである.

3.東京都「震災復興マニュアル復興プロセス編」2004/3月

・復興とは震災によって大きな変容を迫られた社会の中で，被災者が生活の変化にうまく適応するための営みである.

4.葛飾区「震災復興マニュアル地域協働編」2021/3月

・安全性の向上，生活環境の向上，産業の高度化や地域振興など，被災前に比べて，生活のための環境をより良いものにしていくこと.

3-2 能登町の暮らしの循環

「里山里海」がもたらす豊かな恵みを起源として、歴史の中で紡がれた「暮らし」「生業」「祭り」に繋がる「暮らしの循環」が、さらに新たな恵み、知恵、感謝、人を呼び込み、廻ることによって、持続的な暮らしが営まれてきました。

今回の震災によってつながりが弱くなってしまったこの暮らしの循環を修復することが、人々の幸せを取り戻すことになります。



豊かな自然の恵みを享受し、人の暮らしの営みにより形成された「里山里海」。能登で暮らす人々の生活に深く息づいています。





自然の恵みへの感謝の気持ちや神への信仰心が篤く、各集落で行われている祭礼や民俗風習があり、人々のアイデンティティとなっています。





里山里海の恵みによって育まれた農林漁業、守り受け継いできた祭礼や伝統文化に囲まれた暮らしがあります。





暮らしのなかの知恵の蓄積により伝統技術を培ってきた農林漁業があり、四季折々の豊かな農林水産物がつくりだされています。


ふれあい喫茶
無料です
お気軽にお立ち寄りください
14 時～16 時







・復興サロン活動から生まれる対話と営み

ふれあい喫茶

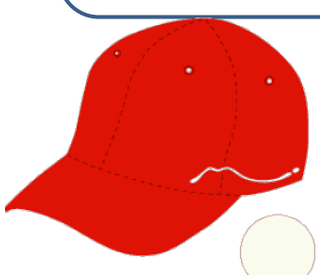
甲地区のみなさん、こんにちは！
災害協働サポート東京（CS-Tokyo）です。
私たちはひと月に１回、木曜日に
皆さんの地域で「ふれあい喫茶」（無料）を
実施させていただきます。
ほんの少しでも、「ゆっくり、そしてホッとできる」
そんな場所をお届けできたらと思っています。
ぜひ、お越しください。

11月21日(木)

午後2時00分～4時00分

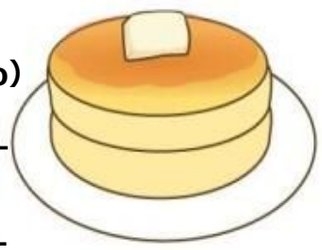
於 兜公民館

2024 年 4 月から 9 月まで実施されていた赤帽の「ふれあい喫茶」を 10 月から引き継いで開催させていただきます。ひと月に一回ではありますが、皆さんのご参加をお待ちしております。



主催
災害協働サポート東京（CS-Tokyo）
協力
東京ボランティア・市民活動センター

tel 070-4009-6601





葛飾区「震災復興マニュアル地域協働編」2021/3月

（１）復興とは

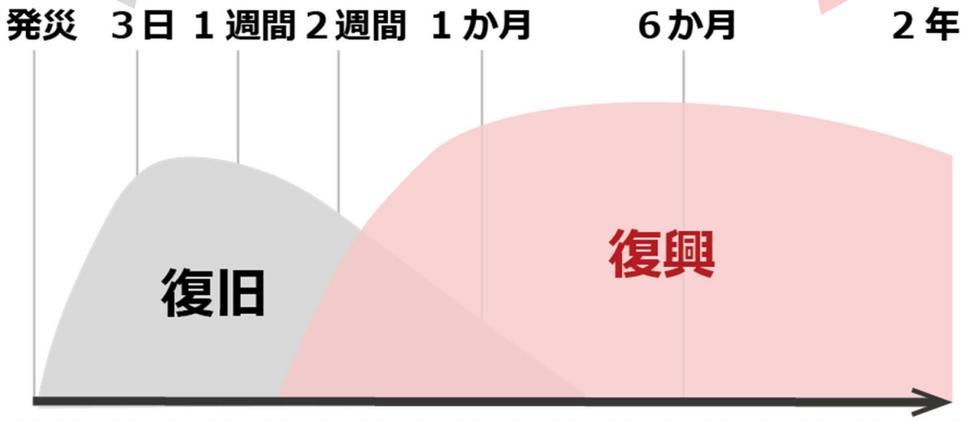
復旧と復興の違い

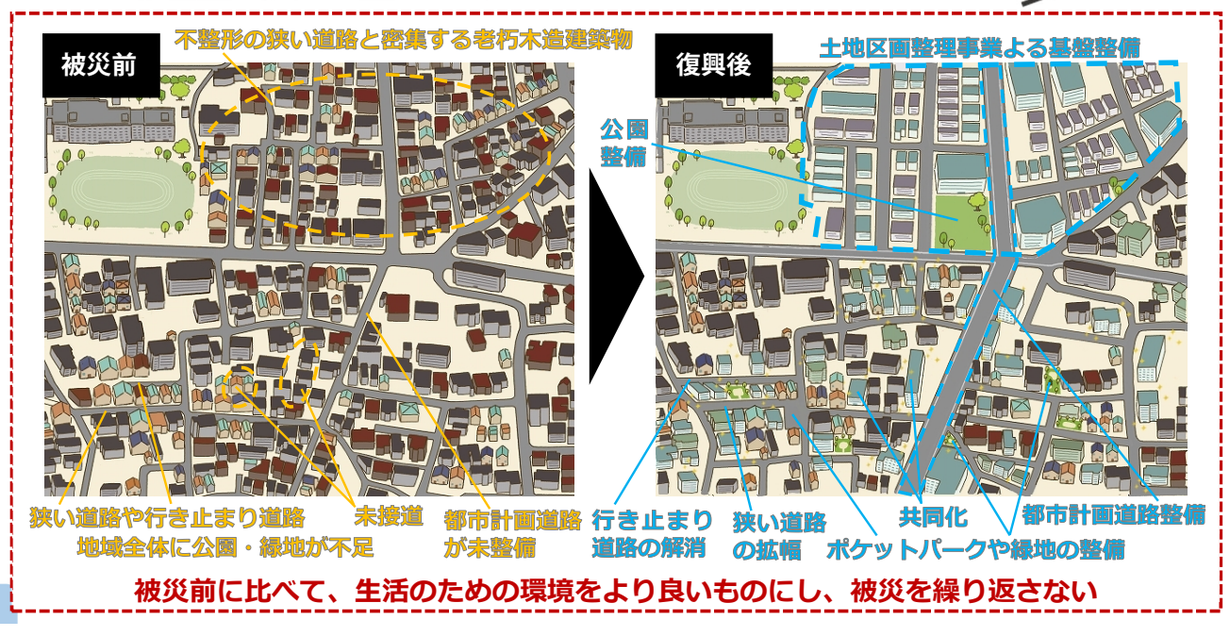
復旧とは…

道路や電気・ガス・水道等の生活に不可欠なライフラインが被害を受けた場合、生活できるように元の状態に戻すことをいいます。

復興とは…

「安全性の向上」「生活環境の向上」「産業の高度化や地域振興」など、被災前に比べて、生活のための環境をより良いものにしていくことをいいます。





復興を進めるための地域協働

復興を進めるためには、まず被災者である区民自らによる取組が基本となります。（自助）

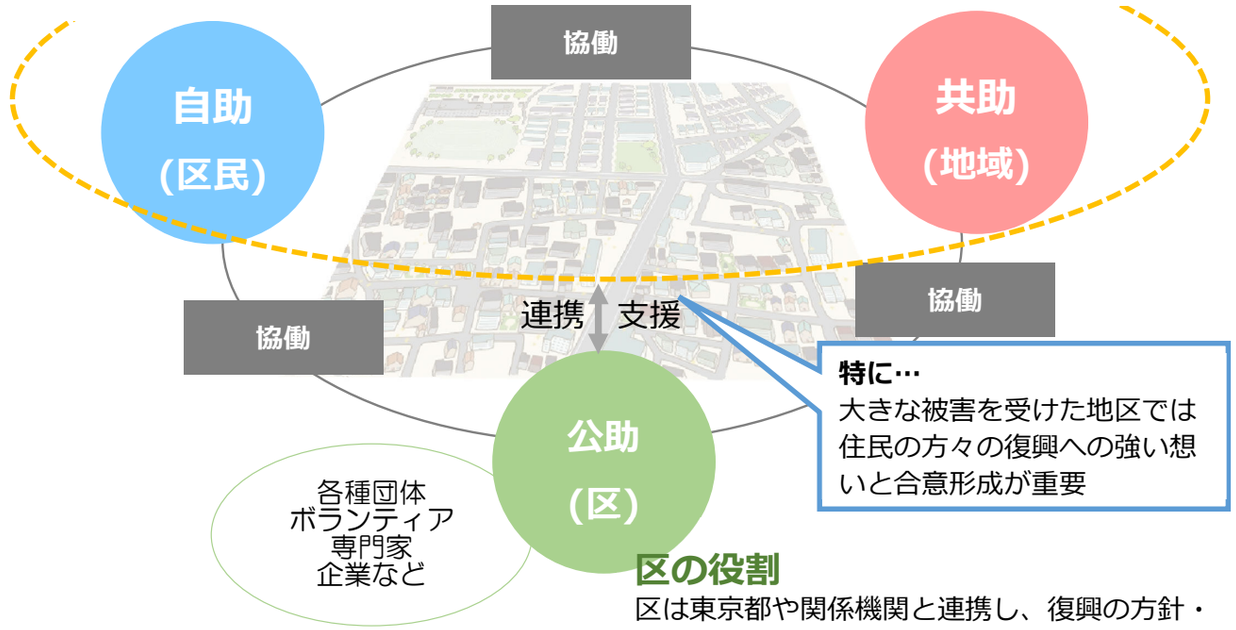
しかし、被害が大きくなるにつれて、個人の力では解決が困難な様々な課題が生じます。こうした課題に対処し復興を進める上では、地域が持っている力を生かすことが必要です。（共助）

区は、これらの自助・共助に基づく住民主体の復興を地区内外の団体、専門家などと連携して支援します。（公助）

区民の役割
自らの生活の再建に努め、復興まちづくりに取り組む

住民主体の復興

地域の役割
地域で助け合いながら、協働してまちの復興に取り組む



区の役割
区は東京都や関係機関と連携し、復興の方針・計画を示しながら、区民と協働して復興を進める

葛飾区では、自助・共助・公助が、
責任をもってそれぞれの役割を果たし、連携を強化することで、
震災からの地域協働復興を目指します。

葛飾区「震災復興マニュアル地域協働編」2021/3月

（２）復興の流れ（住まい・都市）

被災直後に避難、救助や消火活動などの緊急対応が行われたのち、避難生活や復旧活動が展開されます。被害が大きい場合に、その後のまちや生活の復興が最長で５～10 年かかると考えられます。

	災害応急対策		復旧		復興			
	緊急対応期	避難生活期		応急復旧期	復興準備期	復興始動期	復興本格期	
発災	発災直後　～１週間	～2 週間	～１か月	2 か月	～４か月	～６か月	～2 年	2 年～
	避難、消火、救助、炊き出しなどの応急活動	避難所や在宅での避難生活		仮住まい生活が開始	被害が少ない地域では徐々に元の生活に戻る		住まいの再建が本格化	
	ライフライン(電気、通信、水道、ガス)の復旧							

区民の住まいの復興・都市の復興の動き

住まいの復興

STEP1 各種被害調査の受け入れ（❶、❷）や実施（❸）

- ❶応急危険度判定
- ❷住家被害認定調査
- ❸被災度区分判定



在宅避難

避難所等へ避難

調査周知

STEP3 罹災証明書の取得



STEP2 住宅の応急修理

制度周知

STEP4 応急仮設住宅への入居・運営・退去



STEP5 災害公営住宅への入居

STEP6 自力での住宅再建



➡詳しくは p.11

避難

STEP 1 被災者生活支援連絡会の立ち上げ

STEP 2 被災者生活支援連絡会の体制拡充

STEP 3 被災者生活支援連絡会の活動

入居・運営支援

➡詳しくは p.9 から

町会・自治会による地域の復興活動

都市の復興

情報共有

立ち上げ支援

連携

活動連携

運営支援・連携

STEP1 被害の把握

STEP2 都市復興の体制づくり



STEP3 復興まちづくり計画等の検討



STEP5 復興まちづくり事業の実施

STEP4 時限的市街地の形成・運営

➡詳しくは p.21

区の動き

- 災害対策本部、震災復興本部の設置
- 復興基本方針の策定
- 復興の対象地区を設定
- 建築制限の指定
- 地域で復興まちづくり計画づくり
- 罹災証明書の交付
- 復興まちづくり事業を推進
- 被害調査の実施
- 住宅応急修理の募集・選定・発注
- 応急仮設住宅の供給
- 各種住宅再建支援の検討・実施

葛飾区「震災復興マニュアル地域協働編」2021/3月

（３）避難から地区ごとの復興を担う組織の立ち上げ

避難　（発災直後）

安全な避難経路を
確認しておこう！



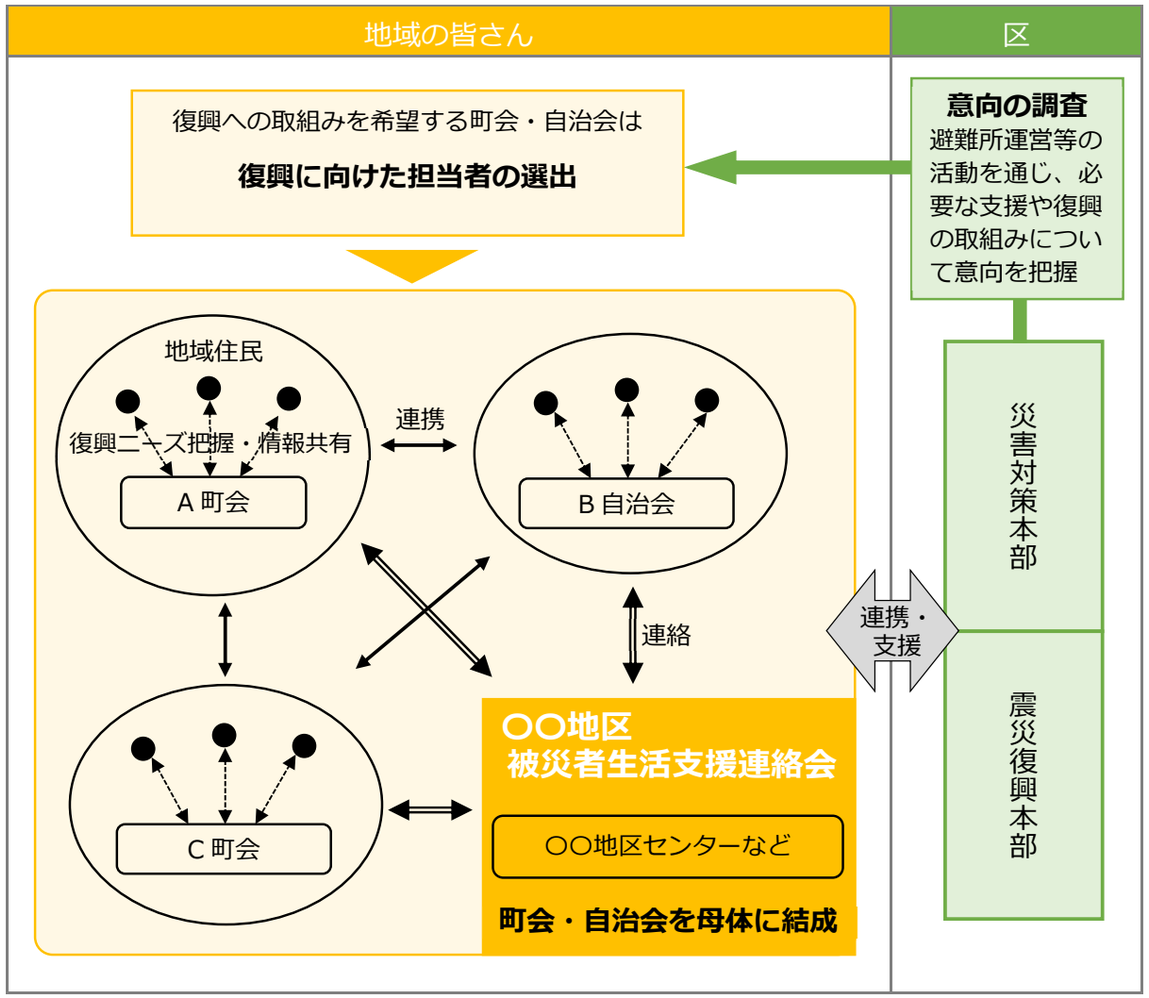
地震が発生した時は、まずは身の安全を守ることが大切です。

その後、落ち着いてから次の行動ができるよう、日ごろから自分や家族の一時集合場所・避難場所とあわせて、安全な避難経路など、避難の方法を事前に確認しておきましょう。

STEP 1　被災者生活支援連絡会の立ち上げ　（発災直後～２週間）

被災者生活支援連絡会とは、各町会・自治会が相互に助け合い、長期にわたり、被災生活に関するさまざまな情報を集約し、各種対策を話し合うとともに、区などの関係機関への要請や連携、地域への情報提供などを行う会議体です。

被害状況や地区住民の生活復興への意向に応じ、各町会・自治会長等が、地区センターなどを拠点として立ち上げます。



STEP 2　被災者生活支援連絡会の体制拡充　（２週間～１か月）

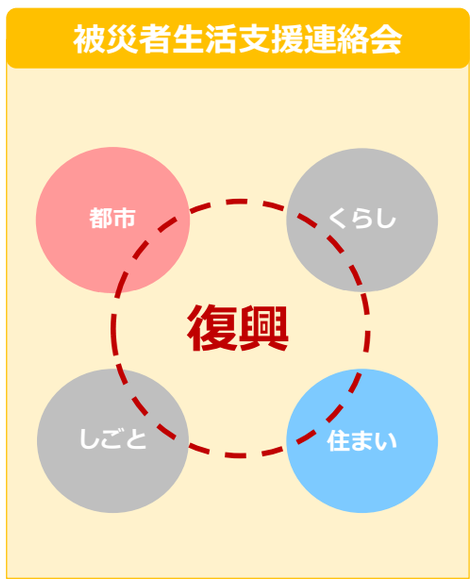
被災者生活支援連絡会は、お茶会や親睦会など、地域の皆さんが話しやすく、参加しやすい場をつくり、さまざまな情報を共有しながら、復興に必要な支援などについて意見交換や調査、検討を行います。また、必要な活動について分野別に部会を設置するなど、状況に応じて体制を拡充していくことが考えられます。

例）部会の構成（案）と連携先

部会	地域本部	まちづくり部会	高齢者部会	子ども部会
活動内容	生活回復を支援する拠点として時限的市街地(p.27 参照)を運営支援	復興まちづくり計画への意見や提案などの取りまとめ	高齢者のお茶会や生活相談	見守りや学習支援
連携先	区役所	区の都市復興担当や、専門家	地域密着型サービス事業者	学校、PTA

STEP 3　被災者生活支援連絡会の活動　（１か月以降）

被災者生活支援連絡会は、都市や住まいの分野だけでなく、被災地域の住民の不安に寄り添い、治安や子供・高齢者の支援などあらゆる分野の被災者個々人の復興に取り組むこととなります。



◆さまざまな情報や復興ニーズの把握

◆状況に応じて活動の場を広げる

震災後の状況、運営方法や必要な設備にあわせ、活動拠点となる地区センターから、他施設の活用や連携を検討

◆遠方避難者等への対応

- 遠方に避難した方の所在地の確認
- 被災者支援の状況、施設再開等の情報共有
- 元のまちでの復興に向けた要望把握

元のまちに戻ってもらい、
まちの衰退を防ぐとともに、復興をともに担う

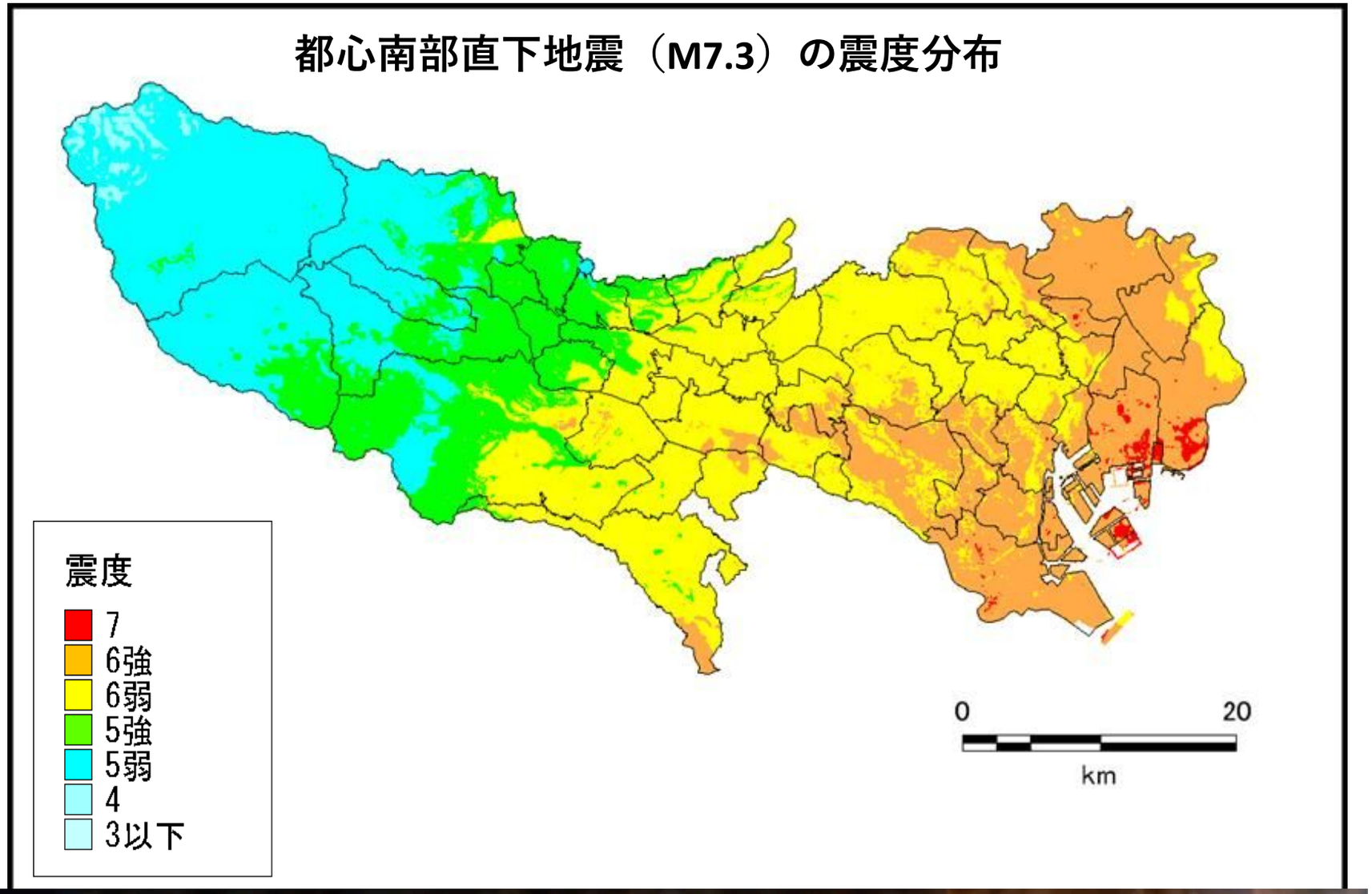
支援・連携

葛飾区 ⇔ 地区内外の団体・専門家・ボランティア等

東京における被害想定（都心南部直下地震）

○　**都内で最大規模の被害が想定**される地震で、**震度６強以上の範囲は区部の約６割**に広がる。

○　建物被害は**１９４,４３１棟**、死者は**6,１４８人**と想定





			冬・夕方（風速８m/s）	
物的被害	建物被害		１９４,４３１（３０４,３００）	棟
	要因別	揺れ等	８２,１９９（１１６,２２４）	棟
		火災	１１２,２３２（１８８,０７６）	棟
人的被害	死者		6,１４８（9,６４１）	人
	要因別	揺れ等	3,６６６（5,５６１）	人
		火災	2,４８２（4,０８１）	人
	負傷者		９３,４３５（１４７,６１１）	人
	要因別	揺れ等	８３,４８９（１２９,９０２）	人
		火災	9,９４７（１７,７０９）	人
避難者			約２９９万（約３３９万）	人
帰宅困難者			約４５３万（約５１７万）	人

2016年成果も踏まえて
東四つ木地区震災復興まちづくりフォローアップ訓練の意義

1.密集改善事業と<事前>復興まちづくり方針2016

・<事前>復興まちづくり方針2016における3案と当時の議論

・不燃化特区，密集改善事業の到達点の確認，発災時の復興まちづくり事業の選択肢も検討しておく.

2.地区センターまつり・ペンギンまつり，東四つ木ハーブさくら会

・祭事の再開（⇔自粛）.

・日常的な地域の懇親活動，サロン活動の回復がもつ意味

3.介護事業所，保育所･幼稚園，障害者福祉と地域まちづくり

・介護事業所，訪問サービス事業所も災害時に大事な役割（厚労省BCPガイドライン）

・保育所･幼稚園のお散歩や防災訓練での地域自治会・福祉事業所との連携

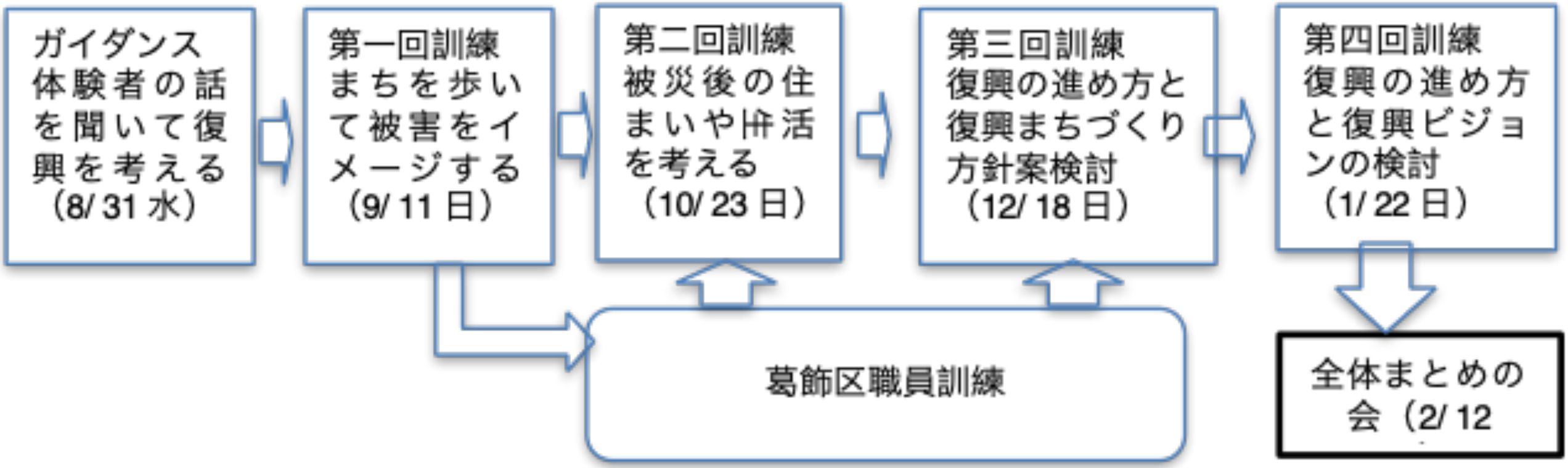
4.ものづくり製造業と地域産業回復

・製造業を中心に，作業場・工場・事業所のBCP対応と地域連携

・同業種・異業種の平時の延長としての災害時連携.

2016年 東四つ木地区震災復興まちづくり訓練

2016年度復興まちづくり訓練の全体実施経緯







第1回訓練 まちを歩いて被害をイメージする 2016/9/11 AM

場所：東四つ木地区センター3Fホール

参加者：69人(地元32, 専門家7, 職員20, 大学10)

<訓練1>まち歩き・点検（80分）

Ａ渋江商店街北班　Ｂ渋江商店街南班

Ｃ木根川小周辺班　Ｄ渋江小周辺班

Ｅ渋江公園/四丁目アパート周辺班





まち点検結果

問題点：

狭い路地、行き止まり、老朽家屋の密集、液状化地盤、古いブロック塀、空き家や高齢者の増加、商店街の火災の危険、河川敷や避難所に到達困難等→火災・液状化・建物被害

資源：

整備中の地区道路, 避難所になる学校, 公園, 工場団地, 生活のしやすさなど.

復興課題：

・被災後の生活を確保して住み続けながら復興したい , 仮設住宅用地が足りない、

・道路, 商店街をどうするか



まちの点検中（**A**班）



まちの点検中（**B**班）



まちの点検中（C班）





まとめ作業（**E**班）

第1回訓練の様子



発表（**D**班）

第2回訓練で提案された復興訓練用被害シナリオ

首都大学東京　事前復興計画研究会

葛飾区東四つ木地区

震災復興まちづくり訓練

訓練用被害想定図

2016 年 10 月

■地震と気象の設定

- 震度６強（計測震度：6.1）
- 北の風　風速 3m/s

■火災＋揺れによる住家建物被害＜訓練用シナリオ＞

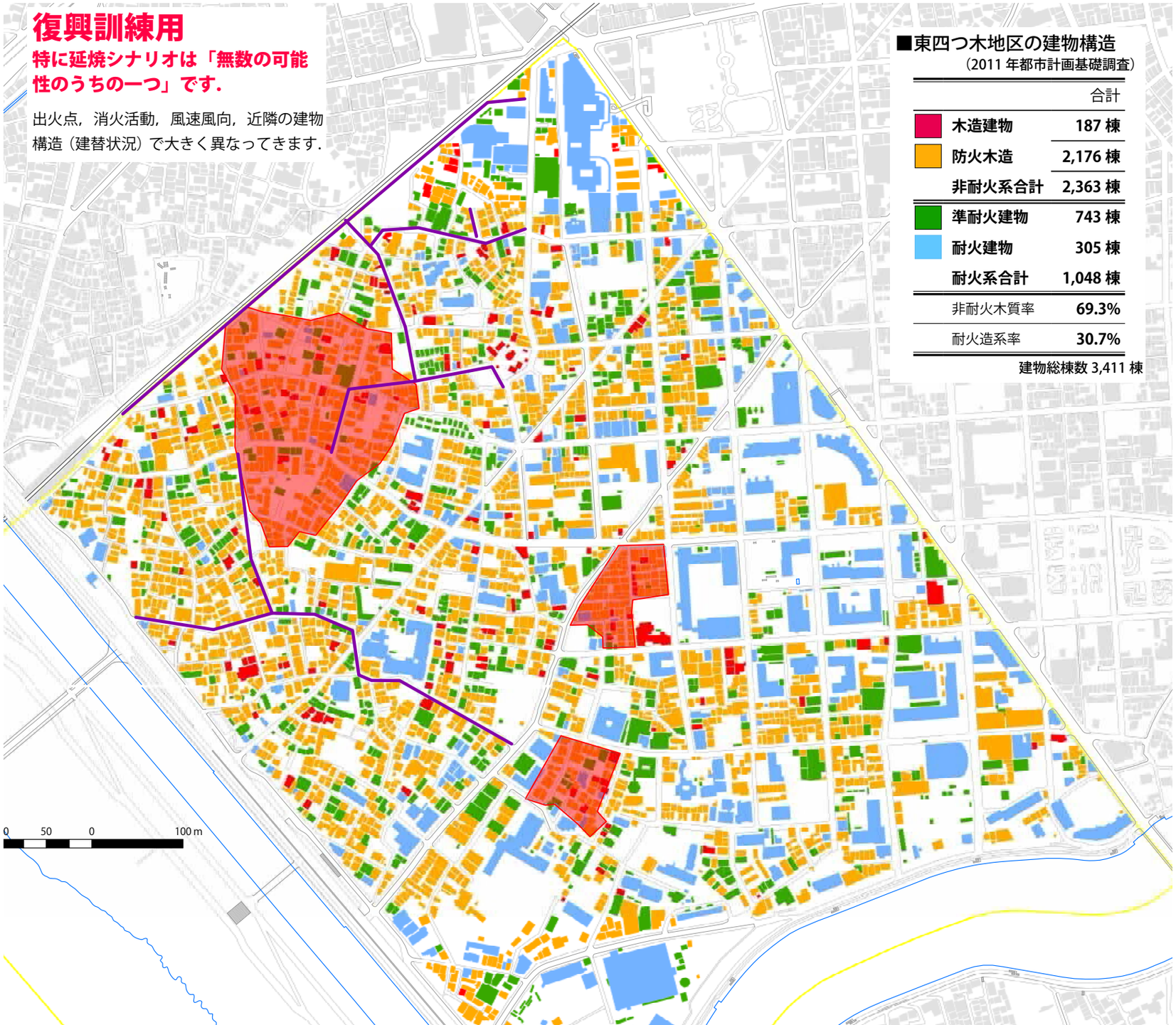
罹災度	棟数	棟数被害率	世帯数	居住人口
火災焼失	419 棟	12.3%	670 世帯	1,340 人
全壊	216 棟	7.2%	470 世帯	1,111 人
半壊	704 棟	20.6%	1,281 世帯	2,656 人
一部損壊	1,082 棟	31.7%	1,982 世帯	4,536 人
無被害	990 棟	29.0%	1,615 世帯	4,127 人
計	3,411 棟	100.0%	6,018 世帯	13,770 人

全壊棟数は東京都の算定式.

■東四つ木地区の世帯人口特性

（2010 年国勢調査）

- 人口：13,770 人／世帯数：6,018 世帯
- 65 歳以上人口：3,191 人 (22.3%)
- 75 歳以上人口：1,499 人 (10.2%)
- 15 未満人口：1,693 人 (12.3%),
- 外国人居住者：330 人 (2.4%)
- 一戸建て世帯数：2,407 世帯 (40.0%)
- 共同住宅世帯数：3,327 世帯 (55.3%)
- 持家世帯：3,519 世帯 (58.5%)
- 単独世帯：2,160 世帯 (35.9%)



■東四つ木地区の建物構造

（2011 年都市計画基礎調査）

	合計
木造建物	187 棟
防火木造	2,176 棟
非耐火系合計	2,363 棟
準耐火建物	743 棟
耐火建物	305 棟
耐火系合計	1,048 棟
非耐火木質率	69.3%
耐火造系率	30.7%

建物総棟数 3,411 棟



複合ビル（イメージ）
（蓮田市ＨＰ）

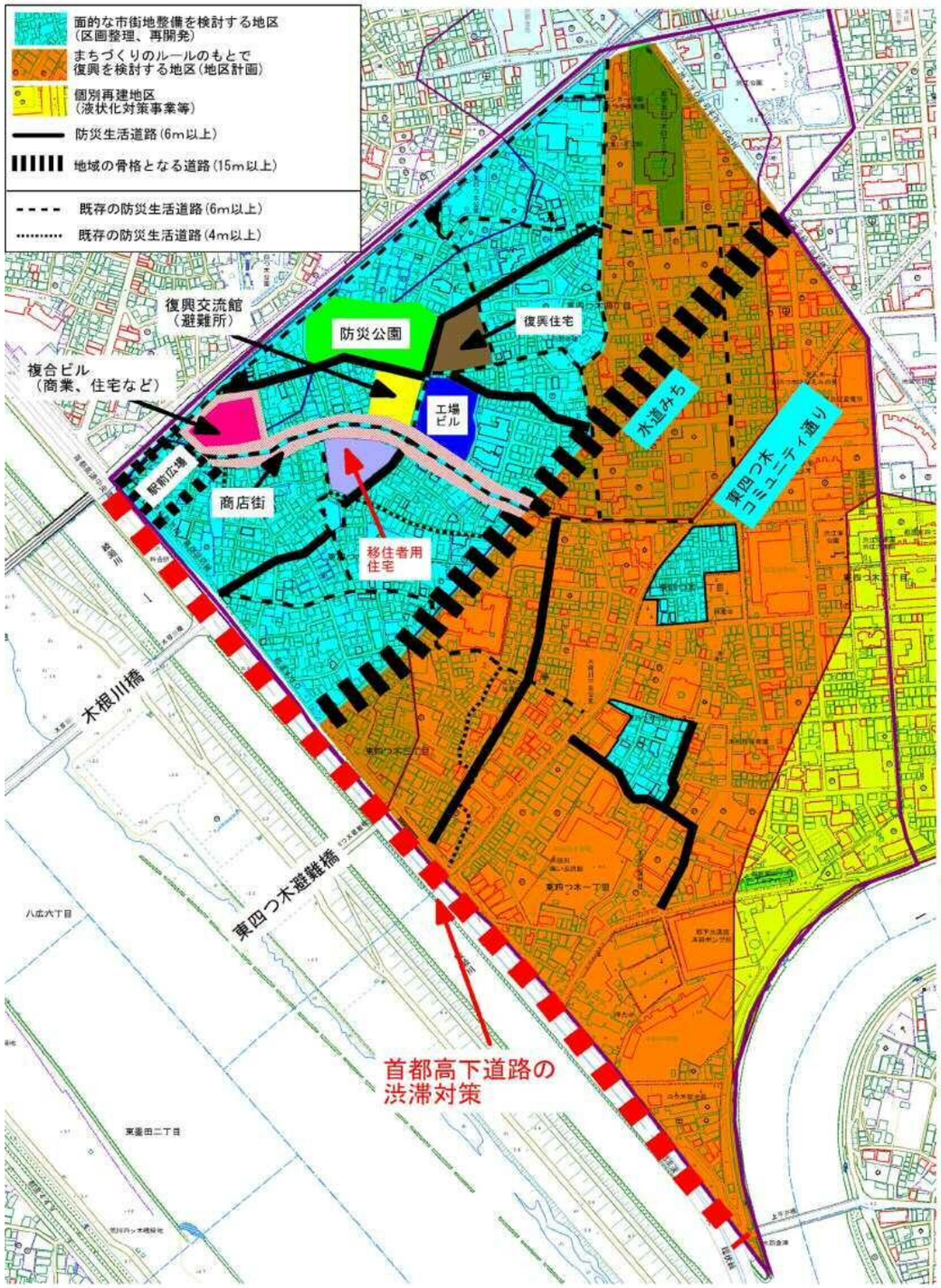


防災公園（イメージ）
宇喜田公園（江戸川区ＨＰ）



復興住宅（イメージ）
東原団地（福島県ＨＰ）

第3回訓練で区より提案
第4回訓練を経て訓練成果としての
東四つ木地区
<事前>復興まちづくり方針





工場ビル（イメージ）
東四つ木工場ビル



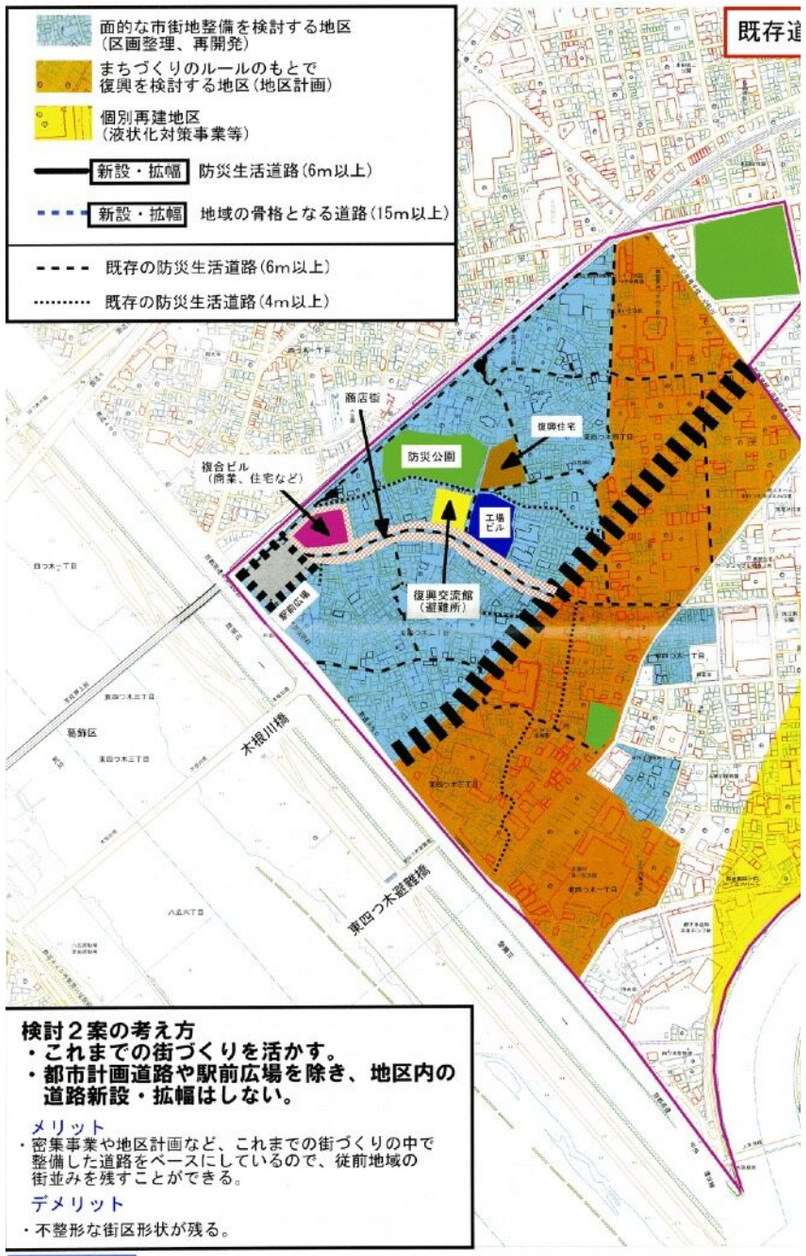
防災生活道路（イメージ）
（東四つ木密集事業）



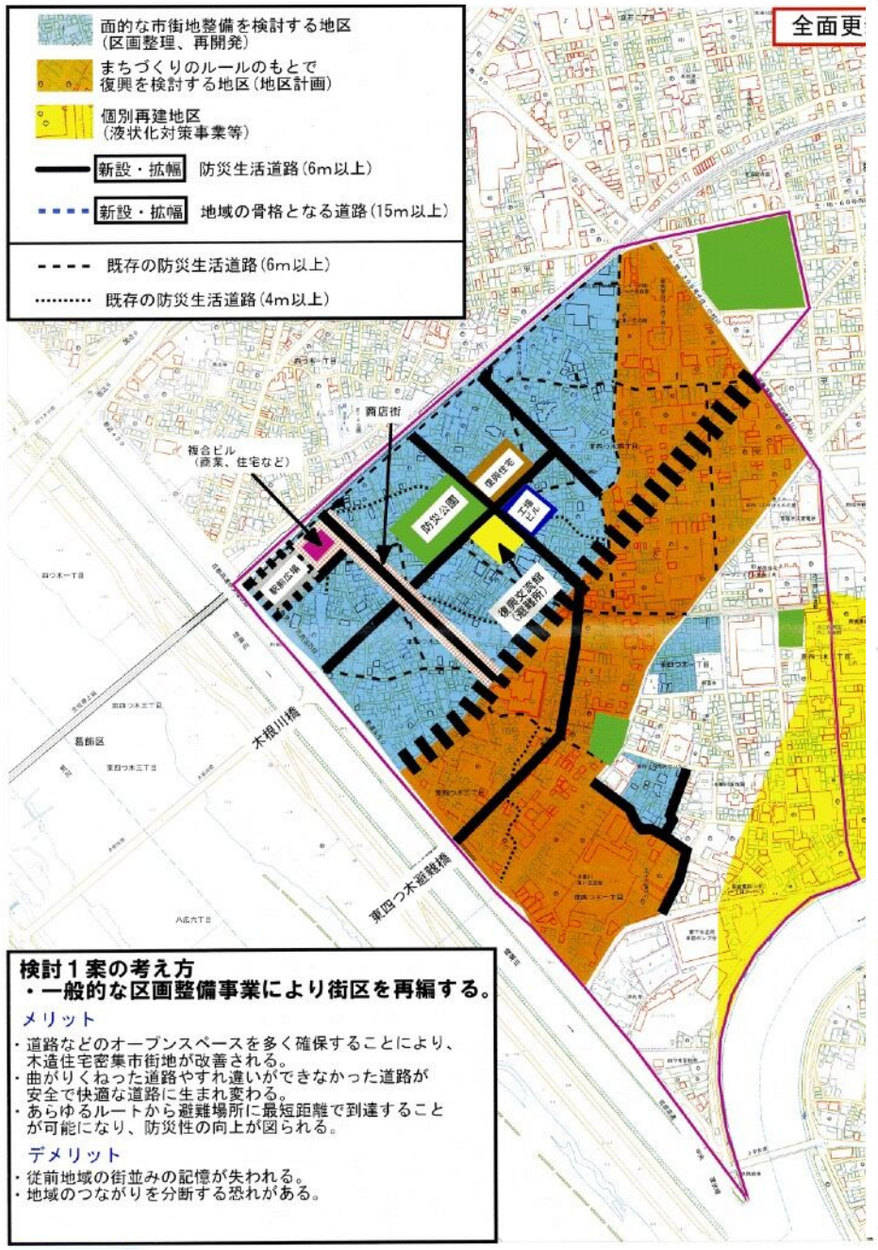
地域の骨格となる道路（イメージ）
都市計画道路（鎌倉1丁目）

第3回訓練で区より提案された復興まちづくり方針

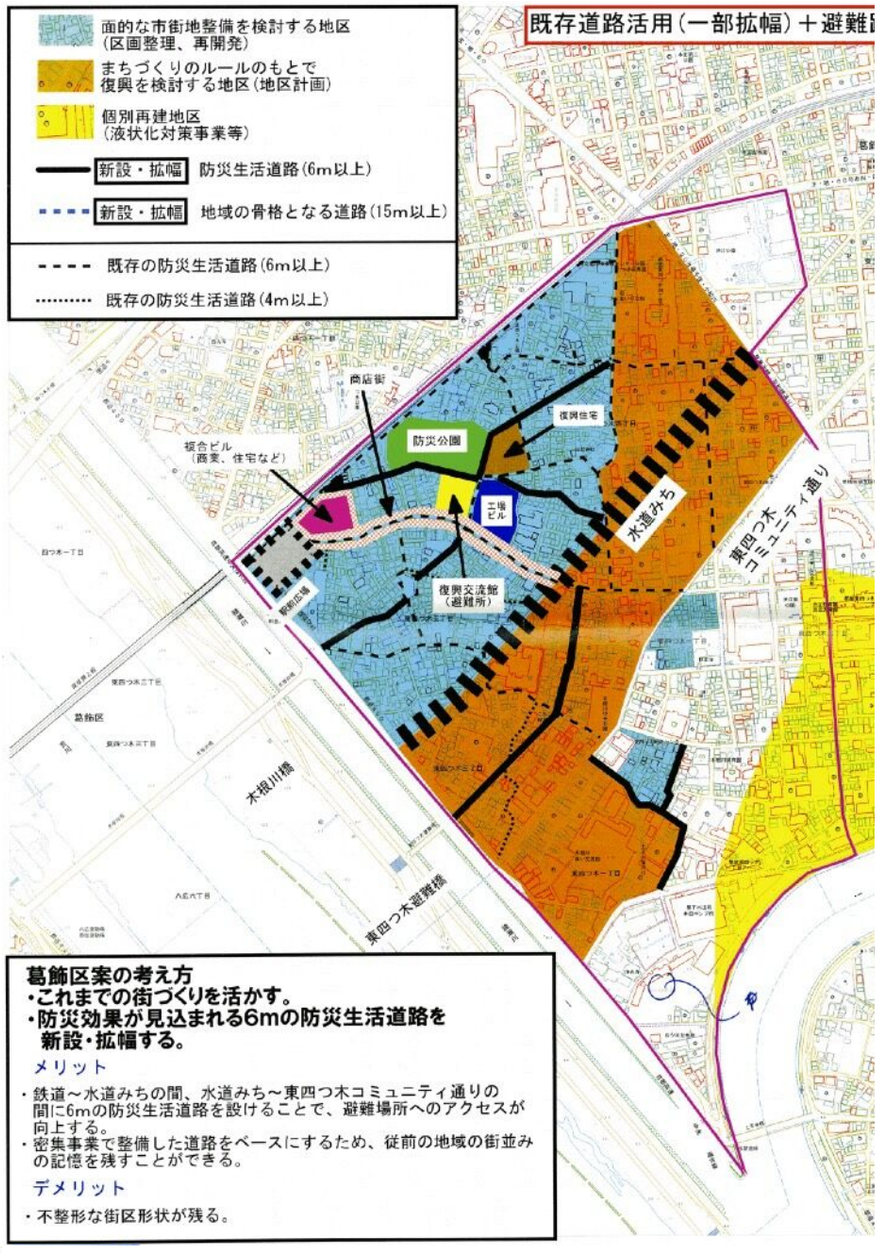
既存道路活用案



全面改造案



既存道路活用+避難路新設



- 復興計画案の選択肢を事前共有
- これまでの「防災まちづくり」の取り組みをどう評価するか

東四つ木地区 震災復興手順（案）

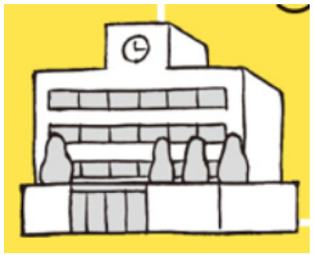
基本的な考え方

・手順案は「復興まちづくり協議会」を主体制とする堀切地区（2010）の手順と，東金町地区（2014）の「生活支援連絡会」をミックスさせたもの．



【ステップ 1】1 週間

各避難所で区スタッフと「生活とまちの再建」に関する相談



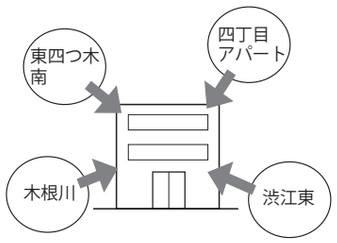
学校避難所	自治町会名
木根川小学校	木根川町会
中川小学校	東四つ木南町会
渋江小学校	渋江東町会
	東四つ木四丁目アパート自治会

・直後期は余震も続き，運営スタッフもいることから「学校避難所」を拠点に情報や緊急対応にあたる．
・避難所は在宅避難生活者への情報・物資の入手の場でもある．
・避難所運営委員会で「生活とまちの再建」に関する見通しについて話合う

・初動はシンプルに，できることを実施

【ステップ 2】1-2 週間

各町会でまちの被害を調べて地区センターへ報告



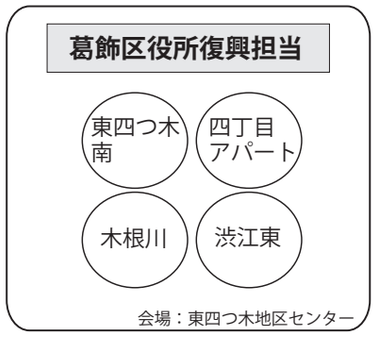


・状況に応じて地域で調査班を結成し，被害概況調査を行う．
・地区センターでは被害状況を地図化し，災害対策本部に報告．

・各町会（班ごと ?!）での疎開者や避難生活者数の概数も共有（できるとよい）

【ステップ 3】1-2 週間

東四つ木地区被災生活支援連絡会の立ち上げ





・区復興担当と自治町会で，長期的なくらしとまちの再建に取り組むための，東四つ木地区被災生活支援連絡会を立ち上げる．
・商店街や地域包括支援センターなどと連携する．

・地区センターは学校避難所に加えて，東四つ木地域の生活再建支援拠点であり，情報や物資を入手する場でもある．

【ステップ 4】2 週間 -1 ヶ月

東四つ木地区被災生活支援連絡会の活動開始と体制拡充

部会構成案と支援連携先

部会	地域本部	まちづくり部会	高齢者部会	子ども部会	女性部会
活動内容	・生活回復支援拠点としての時限的市街地の運営	・区作成の復興まちづくり計画への意見とりまとめ	・高齢者のお茶会や生活相談	・見守りや学習支援	・居場所づくり
連携先	区役所	区都市復興担当，専門家	地域密着型高齢者介護事業組織	PTA など	葛飾区男女平等センター

【ステップ 5】1 ヶ月～

生活とまちの再建に取り組む



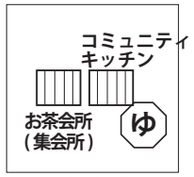


・住民の「不安」に寄り添うことを主眼に部会別に復興に取り組む

・支援活動，施設再開等の「情報」の共有が大事．
・各種相談会活動は大事．連絡会として相談会を仲介

【ステップ 6】1 ヶ月～

時限的市街地の形成と運営支援



まちなか拠点型（生活再建支援施設）

第 1 候補
・渋江公園，木根川中央公園等
・延焼被害街区
・首都高下区道の脇の緑地帯
・京成押上線高架下

第 2 候補
・小中学校校庭

・木根川中央公園などの「まちなか拠点型」，小中学校校庭の仮設住宅団地型で構成．
・住宅確保だけでなく，集会所を中心に．子ども・女性・高齢者の居場所づくりも大事．

【ステップ 7】6 ヶ月

東四つ木地区復興まちづくり計画策定



・6 ヶ月を目途に「復興まちづくり方針」の話し合いを経て，区が策定
・連絡会は区に「まちづくり提案」が可能．

・商店街や作業場空間の再建も計画がカバーする内容

【ステップ 8】6 ヶ月～

地域活動の漸次再開





・地域の神社のおまつり，地区センターまつりなど地域の大事な年間活動は，まちの再建にとっても重要．

第4回訓練とまとめの会で検討された東四つ木地区 震災復興手順(案)

2. ひなん生活・仮住まい期の地域としての活動（アイディア）

給水

給水栓 ひねり!

食料

在宅住

食 弁当 救援物資

手を上げた 地区・組しきに 物資が来る

医りょう

ずん定的、ずん急的くん 医りょうの場 しんりょうきょ

看護士が いれば 判断はできる.

支援活動 情報の共有 周知

ひなん所と 他の組しき との情報共有

要支援者名ボ ⇩ 助会として登録 はずだ.

在宅ひなん生活 世帯への情報 提供 ⇓ 所を教えてもらえない.

地方の中で 看護士、など 手を上げてもらう. 手伝ってもらう.

身体の不自由な方 介助が必要な人 ヘルパー、施設

介助の相しょ 空白ができる!?

子どもたちと 遊ぶ場

回覧の不足 の解消 ラジオ体そう!!

居場所(カフェ お茶っこの場 (高齢者・女性 をメインに)

災害時こそ ゴうクの場 も必要!!

元気な人が 積極的に!

医りょうサービス ケガ人 病気の人

3. 助会+担い手

東団っ木こも サロン、カフェ マージョンの会 はじまれる

子どもの頃から 生まれ育った世代 に受け込めるか? 子ども会は解散.

木根川役所 Iセロと協働して もっとつくっていく 必要がある

少年野球 サッカー けんゆう会 (けんどうの会)

みこし会 (おまつり会) (東団地) 若手も入っている.

地元の医師会. 看護会の担い手. 医りょうの

大きな ちゅうぼう のある施設 施ボを 利用できないか?!

SNSの活用も!! 若い力を集める.

×消防団 ×ムラ、(おまつり) ×みの少年 (ボランティア)

子どもが 集まる商店が 元気になる!

東団っ木で 介護の仕事、 子育ての人手 不足が解消しない 仕組みづくり

コミュニティ 食のサービス欲しい 作ったものを 食べる会 など.

商
店街

昔は 宿場でもてきて
物販は大変.
→クリーニング

・そうざい屋さん.
おかず…
・前はけっこうにぎわい.
・家族でやっている.
魚、肉が←

・エチオピア
欧会
・サービス系、
・クリーニング
・美容院
健康、マッサージ

人が集まる
→支援者
隣:高田.
・被災者がいるのでこう人が集まる.

・起業をする人をほかに
・空き店をほう
・

ものづくり

自分でやっている小さな事務
→頭田 なのはダメ
・今がんばっている企業

・特殊な技術
ともってやる
・食を場、教授
的 作ろう
絶対的に

入る人をやさしくして
大文夫
・屋上をつくっておく
・女用駐車

基本的につくり
共同工場

2. 東四つ木らしさ、復興で大事にしたいもの

例えば、お祭り、「シニアささえあいの店」など地域密着性、歴史文化

・金踊り
・ミコシ、山車
・神社に保管して
4年に1回(3年)

下町だと
おまつりをする人
はいる.
・水かけ
・お酒

センターまつり
・地区センター
・地区委員会
○、ペんぎんまつり
もやっている

・もぎ店
・渡しバ:東和会
・焼ヤキ・高田
・フランクフルト 町内
・いそべ焼 村山
お立給

・被災前からやる.
・おまつりもやる人
は復興に動き出す

・災害後
イベント:おまつり
慰霊祭
・新しい形の
おまつり

・伝統行事
は大事にしたい
-村祝いリーダー出刃

まちとしての
「こころの復興」
地域で生む
復興の柱の
1つとなる

・祭4.白鬚
・昔の村でおまつりの単位
・白鬚 5月 3年に1回
・4町会
○神社 町会はみこしがでる

・担ぎ手を救む

→震災
保管庫は大変が

○神社→コミュニティ→商店街→駅.