東久留米市 Higashikurume City 防災マップ 2024

Disaster Prevention Map
防災地図
재해방재지도

※東久留米市防災情報(市HP)

災害対策本部　東久留米市役所　本町3-3-1　042-470-7777

指定避難所とは…

指定避難所とは「災害の危険性があり避難した住民等を災害の危険性がなくなるまで必要な間滞在させ、または災害により家に戻れなくなった住民等を一時的に滞在させるための施設として市が指定する場所」です。
市内では、小中学校を中心に地震時用に24ヶ所、風水害時用に17ヶ所を避難所に指定しています。
避難をする際は、防災行政無線放送等で避難所の開設状況を確認してください。また、住所等による避難所の指定はありません。近くて行きやすい避難所へ避難してください。
避難所運営は、避難所運営連絡会を中心とした地域住民の方々、行政、施設管理者の三者が協力して行います。
避難所での集団生活は、決して快適ではありません。避難者同士の助け合いの精神に基づく自主的な避難所運営が必要となります。
避難所は外国人も使うことができます。Foreigners can also use evacuation shelters. 所有的避难所外国人都可以利用。피난소는 외국인도 사용이 가능합니다

わが家の防災メモ　いざというときにあわてないために、連絡先や避難場所などを書いておきましょう。

家族などの連絡先 Contacts for your family and relatives 和家庭成员的联系地址 가족 연락처	わが家の避難場所は Nearest evacuation shelter to our home 离自己家最近的避难场所 우리 집 근처 대피장소	家族などの待ち合わせ場所は Family and relatives meeting places 和家庭成员约定的集合场所 가족 등과의 만남의 장소
メモ		

災害時情報発信 公助

防災行政無線放送の内容確認

市では、防災行政無線の放送(市内のスピーカー放送)の内容について、①電話による音声自動応答システム、②安心くるめーる(メール配信サービス)および③X(旧Twitter)による情報発信の3つの手段により、情報提供をしています。
いずれも情報提供料は無料ですが、電話料金やメール受信にかかる費用などは利用者の負担となります。
なお、メール配信サービスおよびX(旧Twitter)による情報発信については、必要に応じ災害時等緊急時の情報発信にも活用する予定です。

使用方法など

電話による音声自動応答システム	042-472-1117 へ電話をかけると、自動音声で放送内容が流れます。
安心くるめーる(メール配信サービス)	手順① 右記の二次元コードのメールアドレスか、bousai.higashikurume-city@raiden2.ktaiwork.jp宛に空メール(タイトルや本文は記入不要)を送信してください。登録案内のメールが届きます。 手順② 自動返信される登録案内のURLに接続し、画面に従って入力し、登録してください。※迷惑メールの設定をしている場合は、@raiden2.ktaiwork.jpからのメールを受信できるように設定をしてください。
X(旧Twitter)による情報発信	http://x.com/higashikurume_bにアクセスすれば情報を確認できます。

※夕焼けチャイムなどの緊急性が低い定時放送は除きます。

メール配信サービス

○セキュリティーの為に、SSLが示される暗号通信技術を使用しています。一部旧型の携帯電話ではこの技術に対応していない場合があります。
○お送りするメールは送信専用ですので、返信はできません。

災害用伝言ダイヤル(171)

「171」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って伝言の録音・再生をしてください。

メッセージの録音：171→1→市外局番から電話番号→メッセージの録音
メッセージの再生：171→2→市外局番から電話番号→メッセージの再生

災害用伝言板

災害発生時に携帯電話・スマートフォンからインターネットにアクセスし、伝言を文字により登録、閲覧ができます。
詳細については、各社ホームページをご確認ください。

NTT東日本 (web 171) https://www.web171.jp/	NTTドコモ http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
KDDI (au) http://dengon.ezweb.ne.jp/	ソフトバンク / ワイモバイル http://dengon.softbank.ne.jp/

日頃からの準備と心得 自助 共助

- 「防災マップ(洪水ハザードマップ)」で避難所を確認!
- 「非常時持ち出し品」を確認し、備えよう!
- 防災訓練に参加しましょう
  自治会や自主防災組織の実施する防災訓練に参加しましょう。
- 家具類の転倒防止対策をしておきましょう
  タンス、食器棚などの家具は、背の高い低いに関わらず固定しましょう。
  背の高い家具の中身は、重いものを下に、軽いものを上に入れるようにし、転倒しにくくしましょう。
  感震ブレーカーを設置する等出火防止対策をしましょう。
  東京都防災ホームページ
- 天気予報や気象情報に気をつけましょう
  梅雨の時期や台風シーズンなど、洪水がおこりやすい時期には、テレビ・ラジオなどで天気予報に注意し、天気の移り変わりに気をつけましょう。
- 普段から災害時要支援者に気配りをしましょう
  自分の家族だけでなく、地域全体にも目を向けましょう。特に一人暮らしの高齢者や障害をお持ちの方には気配りが必要です。
  遠やかに避難できるよう普段から話し合っておきましょう。

避難所には、最初から食糧はありません。自分や家族の必要なものは、あらかじめ準備しておきましょう。

非常持ち出し品　避難する際、最低限持ち出すもの　準備ができたものにはチェック(✓)を入れましょう

- □非常食・飲料水
- □貴重品　現金、預金通帳、印かん、健康保険証など、住民票のコピー、マイナンバーカードなど。
- □感染症対策品　マスク、手指消毒剤、除菌アルコールペーパー、体温計など。
- □救急医療品　常備薬、お薬手帳、キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬
- □その他　ヘルメット(防災ずきん)、着替え、紙おむつ、乳幼児の衣類、生理用品、タオル、軍手、ライター、缶切り、ナイフ、ビニール袋、(予備の)メガネ・コンタクト、ティッシュペーパー、スリッパ、モバイルバッテリー、充電器、懐中電灯、携帯ラジオ、アイマスク、耳せん、使い捨てカイロ、靴を入れる袋、ポンチョ、レインコートなど。
- □ペット用品　えさ、トイレシート、ケージ

分散避難のススメ 自助 共助

「分散避難」とは・・・・・
⚠ 災害発生時に、自宅が安全な場合、自宅に留まる方法(在宅避難)と、
⚠ 安全な地域に住んでいる親戚や友人・知人宅や宿泊施設などに避難する方法です。

在宅避難生活に備えて家などに蓄えておくもの
家庭備蓄品　おおむね7日分(最低3日分)　発災から3日目までは冷蔵庫の食糧を1・4日目からは備蓄品を食べましょう。

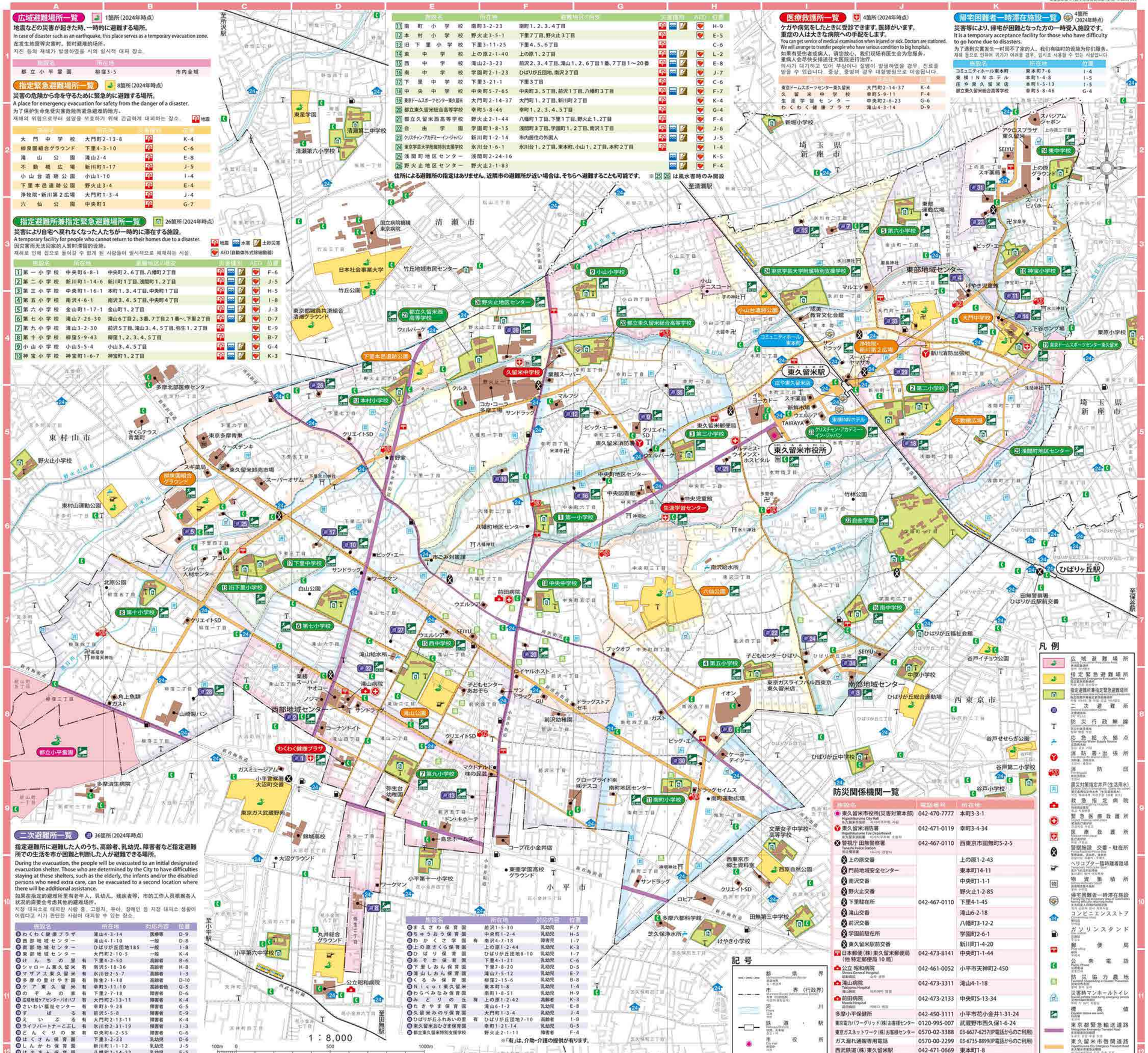
- □食品　缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品など。
- □水　飲料水は大人1人1日3リットルが目安。
- □トイレ・燃料　便袋(災害用携帯トイレ)、トイレットペーパー、卓上コンロ、予備のガスボンベ
- □その他　寝袋、使い捨てカイロ、工具箱、大小ビニール袋など。

ローリングストック法(回転備蓄)

「ローリングストック法」とは、日常生活で使う食料品などを多めに買い置き、古いものから順番に消費することで、いざという時のために備える新しい食料の備蓄法のことです。

〈実践方法〉
- いつもよりも多めに(2倍程度)、ある程度保存が可能な食料品を買う。
- 古いものから順に消費し、残りが半分ほどになったら、使った分だけ買い足す。
- 食料品だけでなく、トイレットペーパーやカセットコンロのガスなど生活用品にも同じ方法を取り入れる。

〈メリット〉
- 非常時でも食べ慣れたものを食べられるため、いつもと同じ安心感が得られる。
- 常に使いながら補充するため賞味期切れの心配がなく、また、使う予定の食料を前もって買い置きするだけなので、無駄がない。



令和6年10月　東久留米市 防災防犯課