

北区 防災地図



大震災に備えて

この「北区防災地図」は、避難場所・避難所の場所や大地震が起きた時の対応方法などについてまとめています。ご熟読いただき、一人でも多くの方が災害から身を守り、地域の被害を減らせるよう、ご協力をお願いします。

保存版
令和5年(2023年)9月発行

災害時タイムライン

地震発生

最初の大きな揺れはおおよそ1分

- まず身を守る
頭を守り、テーブルや机の下などに隠れる

1分〜2分

揺れがおさまったら行動開始

- 火元を確認
ストーブやコンロなどの火を落ち着いて消す
- 家族の安全を確認
倒れた家具の下敷きになっていないか声をかけ合う
- 靴やスリッパを履く、扉を開ける
ガラスの破片から足を守る。出口を確保
- 必要なときは、すぐに避難
建物が崩れる心配がある場合は、すぐに避難する

3分

近所の人たちと安全確認

- 近所の人たちに声をかける
ケガ人がいないか、助けが必要な人がいないか確認する
- 火が出ていたら、小さいうちに消す
協力して火事を防ぐ
- 無理はしない
二次被害を防止する

5分

正しい情報を手に入れる

- 防災機関の情報を確認
エリアメールや防災行政無線などから情報を得る
- テレビやラジオをつける
緊急速報などを確認する
- 大声で知らせる
すぐ逃げないと危険なときは、近所の人にも伝える
- できるだけ電話は使わない
電話回線の混雑を防ぎ、救助のために使えるようにする

10分〜おおよそ3日

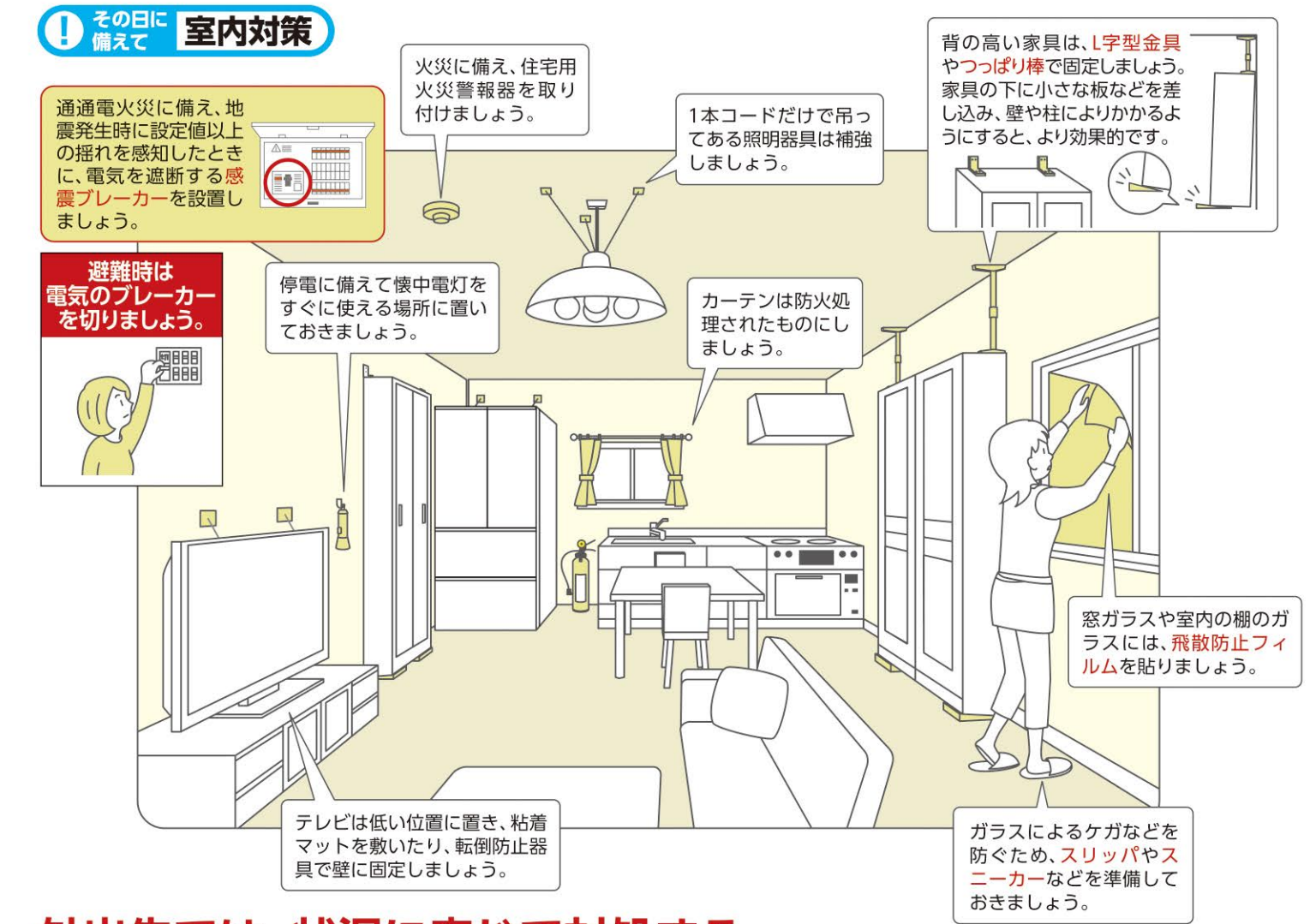
避難やその後の生活

- 歩いて避難する、車は使わない
緊急車両の出勤をスムーズに行えるようにする
- 余震や二次災害に注意
災害に関する情報の確認を続ける
- 家で生活できる場合、水・食料は蓄えているものでまかなう
最低3日分の飲料水と食料を備蓄しておく

※上記の時間経過は、過去の地震から想定された目安です。余震が続くなど、危険な状態が続く場合は、その都度、状況に合わせて身を守るようにしてください。

揺れているときの行動

家にいる場合、机やテーブルの下に隠れる
または手近なクッション、座布団などで頭を守ります。揺れがおさまったら、すぐにドアや窓を開けて出口を確保します。



外出先では、状況に応じて対処する
普段から「もし、ここで地震が起きたら？」を想像しておくことが、いざというときの行動を分けます。

- デパート・スーパー
ショーケースや商品棚から離れる。カバンなどで頭を守る。あわてて出口へ殺到しない。係員の指示があれば従う。
- 映画館・劇場
座席の間に身を隠す。カバンなどで頭を守る。あわてて出口へ殺到しない。係員の指示があれば従う。
- エレベーター
すべての階表示ボタンを押し、止まった階ですぐに下りる。
- 地下街
停電した場合でもしばらくすると非常灯がつく。あわてて出口へ殺到しない。壁や大きな柱に身を寄せ、様子を見て避難する。係員の指示があれば従う。
- 電車・地下鉄・バス
つり革・手すりにつかまる。座っているときは、上半身をかがめ、カバンなどで頭を守る。むやみに車外へ出ない。
- 車を運転中
ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落とす。道路の左側に車を止める。避難が必要な場合は、キーは付けたままでドアロックせず、歩いて避難する(救急車両の通行に車の移動が必要な場合があるため)。車検証ほか貴重品は持ち出す。
- 路上
その場に立ち止まらず、カバンで頭を守りながら、空き地や公園など上から落ちてくるものがない場所へ逃げる。ブロック塀や自動販売機に近づかない。倒れそうな電柱や垂れ下がった電線には特に注意する。
- 海岸付近
高台へ避難し、津波情報を聞く。警報・注意報が解除されるまで海岸に近づかない。

避難と非常袋

ガスの元栓・電気のブレーカーを切ってから、非常袋をもって避難する
避難する前に火の始末は確実にしてください。厨房器具は電源を切り、コンセントを抜きます。電気のブレーカーは、漏電や電気復旧時の火事の原因になるため、切ります。

① その日に備えて 非常袋を用意する
避難する時に持ち出すものを、自分が持てる重さで用意します。玄関近くや寝室・車のトランクなどに置き、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。

非常袋

- 懐中電灯 □ 携帯ラジオ
- モバイルバッテリー □ 通帳・印鑑
- 身分証(免許証・保険証)
- おくすり手帳 □ 現金

非常袋

- 持ち出しやすい袋・リュックなど

常備薬・目薬等

- 常備薬 □ 目薬
- 鎮痛剤 □ 解熱剤

生活用品

- ディッシュ・新聞紙
- 歯磨きセット □ ビニール袋
- 雨具 □ おむつ □ 生理用品
- 衣類 □ タオル

食料品

- ドライフーズ □ 栄養補助食品
- カンパン・缶詰 □ レトルト食品

非常食品

- 粉ミルク □ 離乳食 □ 飲料水

※上記は例です。その他にも個人で非常時、必要なものがあれば備えてください。

生活用品の確保

家に最低3日分の生活用品を備蓄
地震が発生したときは、電気・ガス・水道などの供給が止まるほか、食料品や生活必需品の入手が難しくなる場合があります。最低3日分、できれば1週間分の備蓄品を用意しましょう。下記は備蓄品の例です。なお、普段使用している食料品や生活必需品を日常的に少し多めに備えておく「日常備蓄(ローリングストック)」がおすすめです。

① その日に備えて 備蓄品リスト

食品	生活用品	必要なもの
<input type="checkbox"/> 主食(乾麺、レトルトご飯等) <input type="checkbox"/> 主菜(レトルト食品、缶詰等) <input type="checkbox"/> 飲料水【1人1日3リ】 <input type="checkbox"/> 菓子類(チョコレート等)	<input type="checkbox"/> ゴミ袋・大型ビニール袋 <input type="checkbox"/> トイレ用ペーパー・ティッシュ <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 生理用品 □ 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ライター	<input type="checkbox"/> ラップ <input type="checkbox"/> 粉ミルク <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> ペット用品

災害への備え

- 簡易トイレ【1人1日7〜8回】
- 厚手のゴム手袋
- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- モバイルバッテリー
- カセットコンロ
- カセットボンベ

連絡先一覧

区の主な施設

名称	電話	所在地
北区役所	3908-1111(代)	王子本町1-15-22
防災センター	3940-1811(代)	西ヶ原2-1-6

警察・消防

名称	電話	所在地
王子警察署	3911-0110(代)	王子3-22-22
赤羽警察署	3903-0110(代)	神谷3-10-1
滝野川警察署	3940-0110(代)	西ヶ原2-4-1
王子消防署	3927-0119(代)	王子4-28-1
赤羽消防署	3902-0119(代)	赤羽南1-10-4
滝野川消防署	3916-0119(代)	西ヶ原2-1-1

ライフライン

※携帯電話からも通話可能 IP電話は不可

名称・電話
東京都水道局お客さまセンター 5326-1101
東京都下水道局西部第二下水道事務所 0120-444-113(フリーダイヤル)
NTT東日本-南関東 0120-995-006(フリーダイヤル)
東京ガスお客さまセンター 3344-9100

区からの情報発信

北区メールマガジン
区が発令する避難指示や、防災情報・気象情報などの情報を電子メールにて受け取れます。災害に対する備えとしてぜひご登録ください。

① その日に備えて ぜひ、メールアドレスをご登録ください

登録手順

1. 携帯電話等で登録用二次元コードを読み取るか、①、②のURLから登録用サイトにアクセスし、空メールを送信します。
 - ①PC・スマートフォンの場合
https://plus.sugumail.com/usr/kita-city/home
 - ②フィーチャーフォン(ガラケー)の場合
https://m.sugumail.com/m/kita-city/home
2. 登録用URLが返信されます。そちらをクリックしてください。
3. 配信カテゴリを選択し、登録情報を入力し、「確認画面へ」をクリックします。
4. 入力内容を確認し、登録ボタンをクリックします。登録完了画面が表示されたら登録完了です。

主な配信情報	内容
緊急情報	大規模な事故や災害に関する緊急情報や、避難に関する情報を配信
気象注意報・警報	気象庁からの大雨・洪水などの注意報や警報等の発表と解除を配信

※当配信サービスの登録料は無料ですが、受信料「通信料」や通信機器は自己負担となります。ご了承ください。
※北区メールマガジンは、従来の防災気象情報メールと区民情報メールが統合したサービスです。
※安全安心情報、区内イベント情報、子育て支援情報等、区民情報メールで配信していた情報も登録できます。

防災行政無線
区内にある防災行政無線スピーカーから、避難指示、Jアラートや災害に関する情報が放送されます。聞こえにくかった場合には、「自動電話応答サービス」で内容を確認することができます。

☎ 0120-061-724
※同時にたくさんの方が電話をかけるとつながりにくくなる場合があります。少し時間をおいて、おかけをお願いします。

地震についてもっと知る

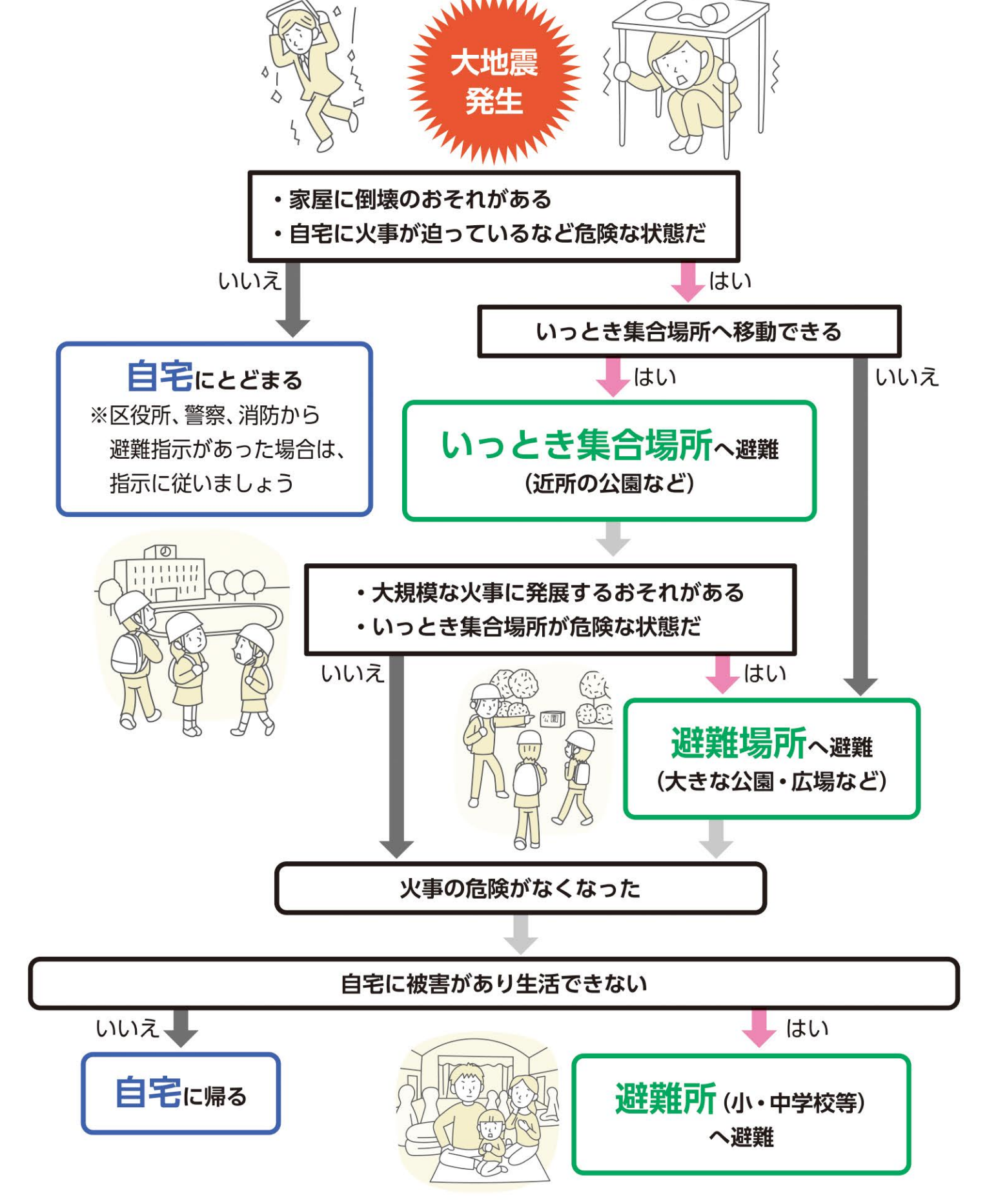
北区防災センター [地震の科学館]
多くの人々に展示や体験を通して防災に対する正しい知識を身に付けていただくため、昭和59年に開設しました。展示室は、地震のしくみなどを展示しています。また、震度7の地震を体験できる起震室、火災を想定した煙体験室など体験施設もあります。

- 開館時間 午前9時から午後5時 無料
- 入館料 毎月曜日(国民の祝日・休日の場合は開館し、翌日が休館)
- 休館日 国民の祝日(ただし土曜の場合は開館) 年末年始

●電話番号 03-3940-1811(代表)
※団体でご利用の方は、あらかじめお電話にてお申し込みください。見学・体験・訓練内容についてご相談させていただきます。

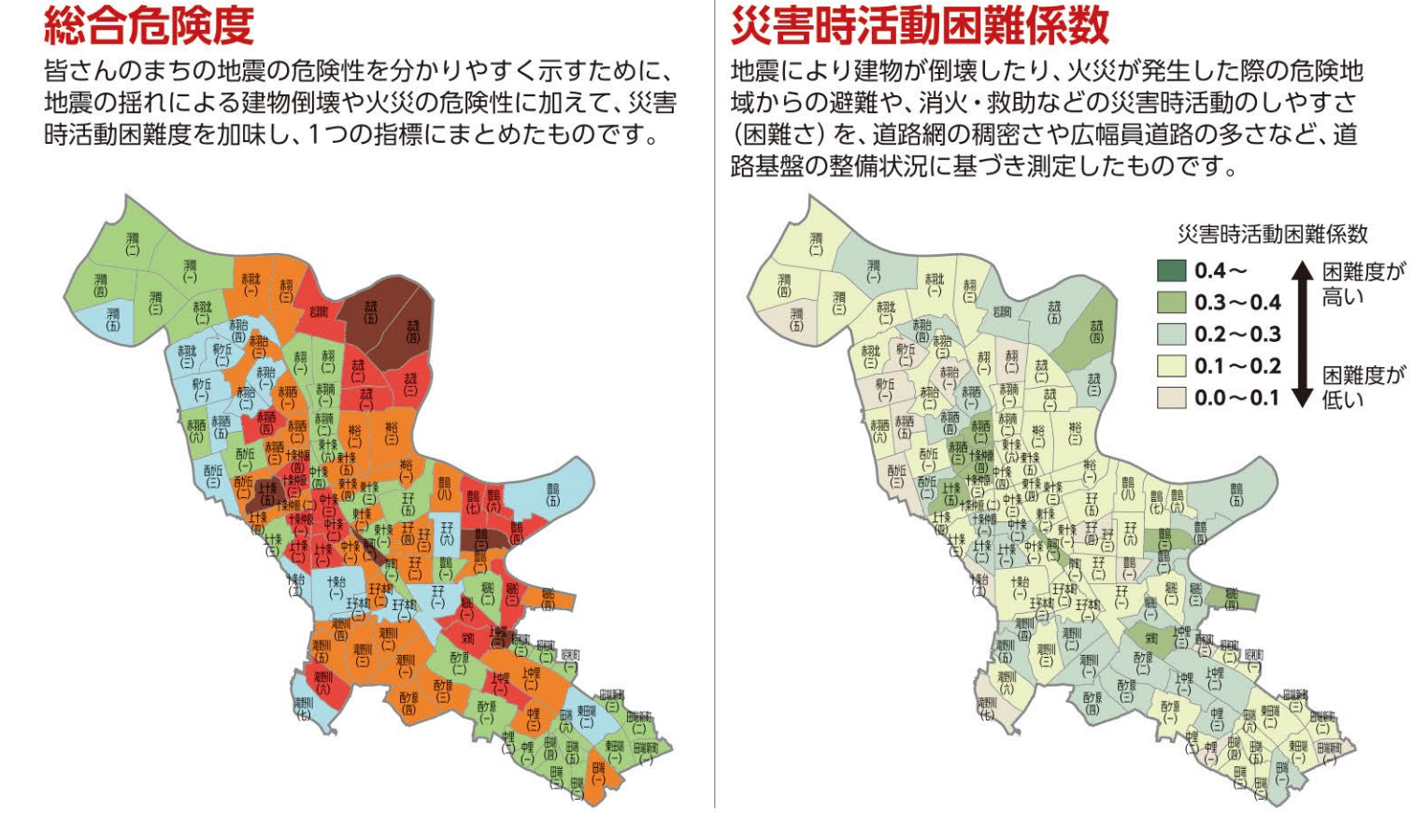
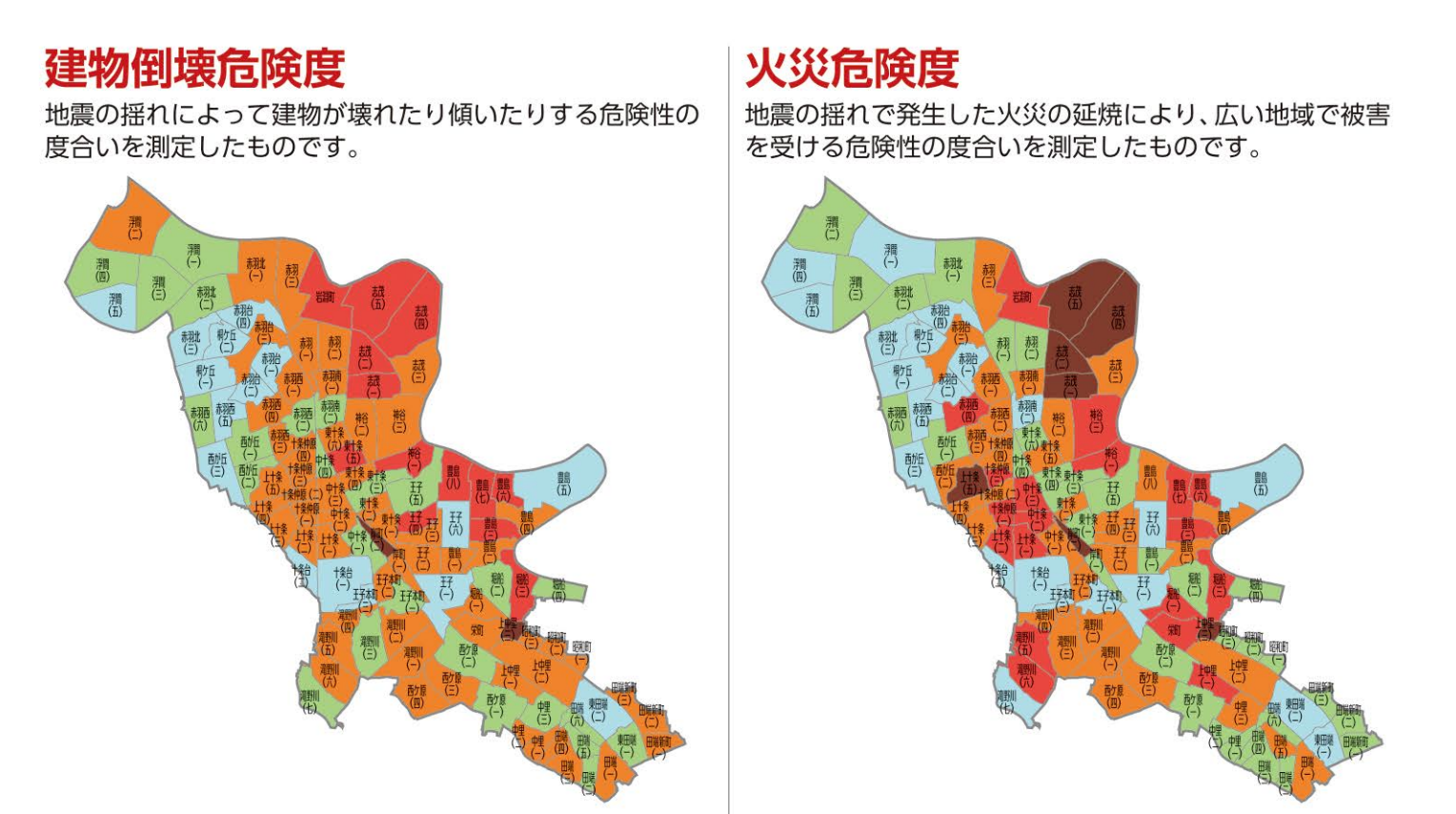
北区における基本的な避難の順序

災害の規模や状況によっては、避難の仕方を変えざるを得ない場合がありますが、基本的な区の避難に関する考え方は次のとおりです。ご家族や自治体、職場などで避難先や安否の確認方法を相談しておきましょう。



北区の地域危険度(地域危険度測定調査)

東京都では、東京都震災対策条例に基づき、概ね5年ごとに「地震に関する地域危険度測定調査」を行っており、令和5年に第9回目の公表がされています。この測定調査では、都内の市街化区域5,177町目について、各地域における地震に関する危険性を、建物の倒壊及び地震による火災に加えて、災害時活動困難度を加味し、それぞれの危険度について5つのランクに分けて相対的に評価しています。



災害時に家族と連絡がとれない場合は?

災害伝言ダイヤル 171
災害時には電話が混雑し、家族と連絡がとれないことがあります。そんなときには「171」をダイヤルし、利用案内に従って伝言の録音・再生をおこなってください。

※一般電話・公衆電話・携帯電話から利用できます。
※利用開始の時刻はNTTが決定し、テレビやラジオなどを通じてお知らせします。

録音方法 **再生方法**

171 **171**

案内放送が流れます。 **1** 案内放送が流れます。 **2**

被災地の電話番号 ※1または携帯電話一般電話の場合市外局番が必要

被災地の電話番号 ※1または携帯電話一般電話の場合市外局番が必要

※1 連絡を取りたい被災地の一般電話地域が被災指定を受けていない場合は登録できません。携帯電話については地域に関係なく利用できます。

録音方法

1. メニューに表示される「災害伝言板」を選択
2. 「登録」を選択
3. 「無事です」等の状態の選択と100字以内のコメントを入力
4. 「登録」を押して完了

再生方法

1. メニューに表示される「災害伝言板」を選択
2. 「確認」を選択
3. 安否を確認したい人の携帯電話番号を入力
4. 「検索」を押して完了を確認

登録方法 **確認方法**

アクセス先それぞれのガイダンス・メニューに従って入力してください。

アクセス先それぞれのガイダンス・メニューに従って確認してください。

NTT東日本 https://www.web171.jp/
NTTDocomo http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
au(KDDI) http://dengon.ezweb.ne.jp/
SoftBank http://dengon.softbank.ne.jp/

登録方法 **確認方法**

アクセス先それぞれのガイダンス・メニューに従って入力してください。

アクセス先それぞれのガイダンス・メニューに従って確認してください。

1 「無事です」等の状態の選択と100字以内のコメントを入力

2 「登録」を押して完了

3 安否を確認したい人の携帯電話番号を入力

4 「検索」を押して完了を確認

録音方法

1. 毎月1日・15日 0時〜24時
2. 正月3が日(1月1日0時〜1月3日24時)
3. 防災週間(8月30日9時〜9月5日17時)
4. 防災とボランティア週間(1月15日9時〜1月21日17時)