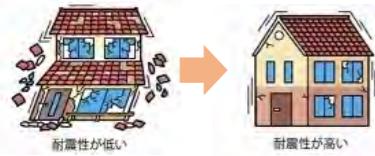


## 各家庭の防災対策を支援する区の実践を紹介いたします！

### 建築物の耐震対策

建物の耐震診断や耐震性を向上させる補強工事などへの助成を行っています。



#### 【問い合わせ先】

建築課耐震化推進係 3546-5459

### 高齢の方や障害のある方向け 家具類転倒防止器具の取付支援

高齢の方や障害のある方を対象に、家具類転倒防止器具の取付サービスを行っています。



#### 【問い合わせ先】

(高齢の方) 高齢者福祉課高齢者福祉係  
3546-5354  
(障害のある方) 障害者福祉課障害者福祉係  
3546-5389

### 安全・安心メール

地震や気象の警報・注意報、河川の洪水、区からの緊急情報、振り込め詐欺などの防犯情報をメールでお知らせします。

登録は左下の二次元コードを読み取り、表示されたアドレスに件名や本文のない空のメールを送信してください。



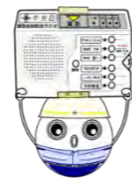
※メールをしても返信がない場合は、携帯電話の設定で【@raidan2.ktaiwork.jp】からのメールを許可してください。

#### 【問い合わせ先】

防災危機管理課 3546-5087

### 280MHz 緊急告知ラジオの有償頒布

災害時に自動的に電源が入り、緊急放送を受信できる緊急告知ラジオの有償頒布を行っています。1台2,000円で1世帯1台まで購入可能です。なお、旧型ラジオは引き続き使用できますが、買い替えについては区ホームページをご覧ください。



#### 【問い合わせ先】

防災危機管理課 3546-5087

#### 【頒布場所】

区役所本庁舎 1階防災危機管理課  
日本橋・月島特別出張所 1階地域活動係

### 中央区防災マップアプリ

災害時に避難所の開設状況や鉄道の運行状況などを表示します。



※iOS9.0以降、Android4.4以降のOSを搭載したもの

#### 【問い合わせ先】

防災危機管理課 3546-5510

### 防災用品のあっせん

区民および区内事業者を対象に防災用品のあっせんを行っています。ご家庭の防災対策のためにぜひご利用ください。

#### ＜チラシ配布場所＞

区役所本庁舎、日本橋特別出張所、月島特別出張所

#### ＜閲覧方法＞

区ホームページ、防災マップアプリ

区ホームページは、二次元コードを読み取るか、URLからアクセスできます。

<https://www.city.chuo.lg.jp/>



## 消防団員を募集しています！

【入団資格：区内在住・在勤在学で18才以上の方】

地域の防災リーダーである消防団員として活動してみませんか。

#### 【問い合わせ先】

京橋消防署  
日本橋消防署  
臨港消防署

電話:3564-0119  
電話:3666-0119  
電話:3534-0119

住所:京橋三丁目14番1号  
住所:日本橋兜町14番12号  
住所:晴海五丁目8番20号

# 日本橋中学校

## 防災拠点からのお知らせ

— 11月19日(日)に防災拠点訓練を実施しました — 令和6年3月

### ごあいさつ

大地震発生時に日本橋中学校防災拠点の地域に住む方々が、協力し自主的に防災拠点の開設・運営をできる体制を築くために、平成12年度から「日本橋中学校防災拠点運営委員会」として活動しています。

今年度の訓練は、125名の方にご参加いただき、避難所運営訓練や初期消火訓練、AED操作訓練などを行いました。

今後とも、地域の安全・安心のために活動してまいりますので、引き続きご支援・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

日本橋中学校防災拠点運営委員会 委員長 岩田 博

### あなたの地域の防災拠点（避難所）は、日本橋中学校です！



### 日本橋中学校防災拠点

#### 【対象区域一覧】

- ◎日本橋馬喰町
- ◎日本橋横山町
- ◎東日本橋一丁目の一部
- ◎東日本橋二丁目
- ◎東日本橋三丁目

区内全域の防災拠点は、右記二次元コードを読み取るか、区ホームページから確認できます。



発行：日本橋中学校防災拠点運営委員会 編集協力：中央区総務部防災危機管理課  
問い合わせ先：中央区総務部防災危機管理課 (TEL 03-3546-5510 FAX 03-3546-5708)

※本お知らせは右記二次元コードからもご覧いただけます。





# 11月19日(日)に実施した防災拠点訓練の様子を紹介します

## ◆ 避難所開設・運営訓練 ◆

防災拠点運営委員会の役員が、各班に分かれて避難所開設・運営訓練を行いました。

### 【渉外・交渉班】

防災無線通信訓練



### 【食料・物資班】

炊き出し訓練



### 【避難所運営班】・【活動要員班】

避難者受付設置訓練



### 【負傷者・要介護者支援班】

担架搬送訓練



## ◆ 巡回訓練 ◆

避難所運営訓練終了後、地域の方々も加わり、各班に分かれて訓練を行いました。



初期消火訓練



AED 操作訓練



マンホールトイレ組立訓練



炊き出し試食

## 在宅避難とは

避難とは、「難」を「避」けること。  
安全な場所にいる人まで避難所に行く必要はありません。



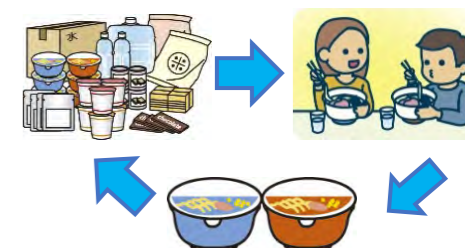
避難所に多くの避難者が集まると、プライバシーの制限や衛生環境の悪化のほか、感染症の感染拡大リスクが高まるため、自宅の安全が確保できた場合は、無理に避難所に避難せず、自宅で避難生活を送る「在宅避難」を行ってください。

### ◎在宅避難をするために大事なこと◎

#### (1) 水や食料などの備蓄

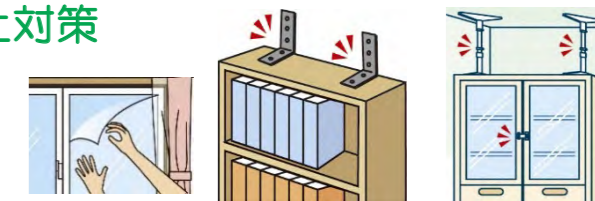
水や食料、携帯トイレなどを最低3日分（推奨1週間分）備蓄しましょう。

日常生活に必要な水や食料を多めに買い置きし、期限の近いものから消費して補充する日常備蓄が有効です。各家庭の状況に応じた備蓄をしましょう。



#### (2) 家具類の転倒、ガラスの飛散防止対策

家具類転倒防止器具の設置やガラスへ飛散防止フィルムを貼りましょう。



#### (3) 携帯トイレの備蓄

災害時に断水や配管の損傷によりトイレが使えなくなった時に備えて、携帯トイレを備蓄しましょう。

使用後は、ごみ収集が行われるまで各家庭のベランダなどで保管します。



### ◆ 令和6年能登半島地震から見る備蓄の重要性 ◆

令和6年1月1日に起きた能登半島地震では、長期間に渡り停電が発生しました。スマートフォン等の充電が無くなってしまうと安否情報や行政の支援状況などが確認できなくなってしまうため予備バッテリーなどを備えておきましょう。

また、冬の発災ということで寒さ対策も問題となりました。使い捨てカイロなど体を温められる生活用品も備蓄しておきましょう。



### ◆ 地域とのつながりで避難生活を乗り切ろう ◆

災害時には地域での助け合い（共助）がとても重要になります。能登半島地震では被災した方々が救助活動をしたり、持ち寄った暖房器具で寒さをしのいでいました。“いざ”という時に備え、日ごろから地域の防災訓練に積極的に参加するなど、顔の見える関係を築いていきましょう。