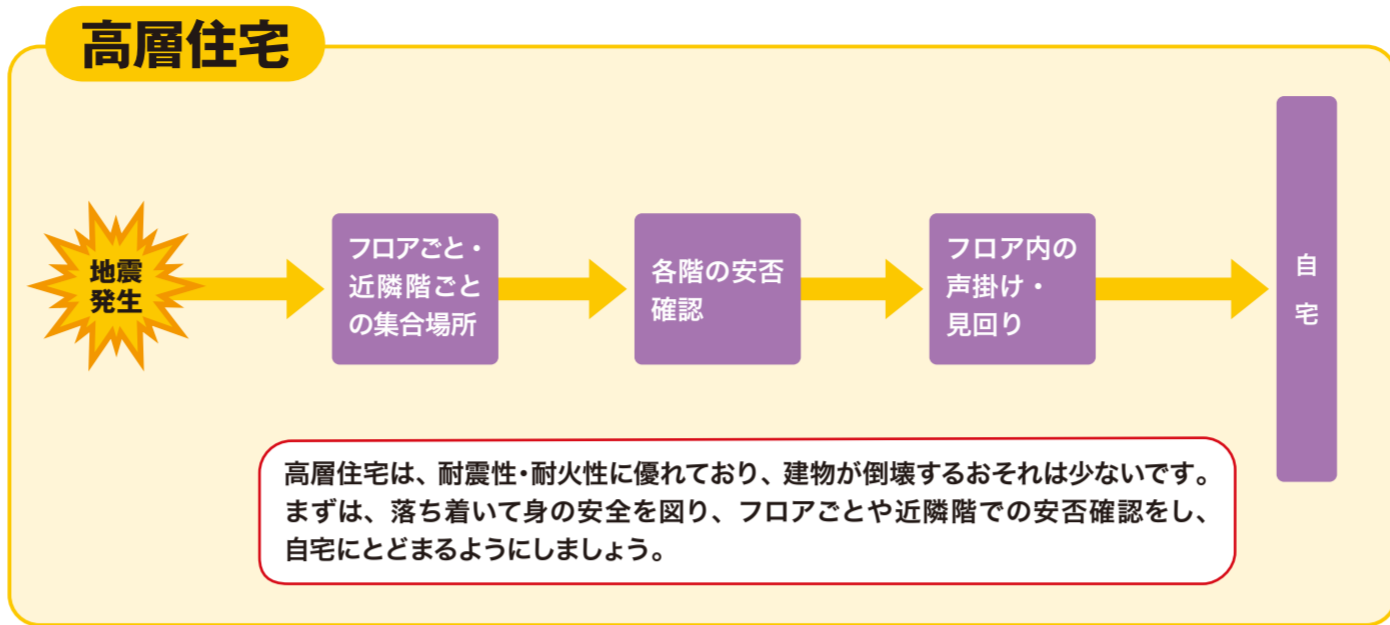
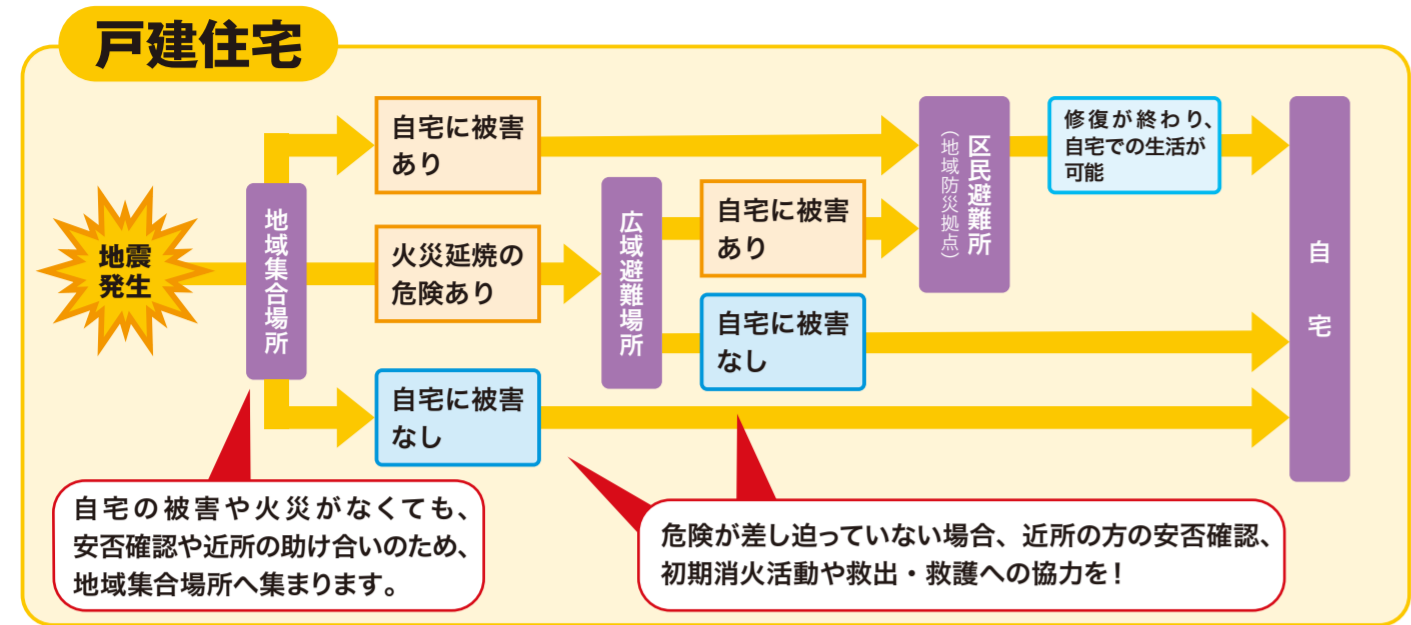


# 地震発生時の行動ポイントと避難の流れ

① 自宅に被害がなければ、区民避難所に行かずに自宅で生活を続ける在宅避難が原則です。



## 地震発生時の行動ポイント

- 地震発生直後
- 身の安全を確保
- 地震発生から1～2分
- 揺れがおさまったら火の始末
  - 家族の無事を確認
- 地震発生から2～5分
- 扉や窓を開け避難経路を確保
  - ガス漏れ、漏電に注意
- 地震発生から5～15分
- 近所の安全確認
  - 協力し合って救出・救護



## 避難の心得

- 1 避難する前に再度火元を確認し、ブレーカーを切る。
- 2 ヘルメットなどで頭を保護
- 3 荷物は最小限に。
- 4 外出中の家族には連絡メモを残す。
- 5 避難は徒歩で。車やバイクは厳禁
- 6 お年寄りや子どもの手はしっかり握って。
- 7 近所の人たちと集団で、地域の集合場所へ。(表面地図参照)
- 8 狭い道、塀際、川べりは避ける。
- 9 自宅が居住困難になったら最寄りの区民避難所に避難



地域集合場所	災害発生時に地域住民の安否確認や救出・救護を行うために一時的に集まる場所。町会・自治会等が定めています。安否確認後に避難が必要な際、区民避難所や広域避難場所に避難します。ただし、自宅が安全な場合は、自宅に帰宅します。
広域避難場所	震災時、火災の延焼による危険から避難する場所
地区内残留地区	震災時、火災の延焼の危険性が少なく、広域避難場所に避難する必要がない地区
区民避難所 (地域防災拠点)	災害による家屋の倒壊・焼失等で、被害を受けた区民の一時的な生活場所です。また、避難者のほか、自宅で生活を続けている「在宅避難者」への物資の供給や、災害情報の発信を行う地域の防災拠点となっています。(事業所や学校にいる従業員、学生は、むやみに移動せず事業所や学校にとどまることが原則です。)
福祉避難所	区民避難所(地域防災拠点)での生活が困難で、介護等のサービスを必要とする高齢者や障害者の一時的な生活の場所

## 防災マップを使ってみましょう

① 地域集合場所や区民避難所を確認しましょう

防災マップを見て、地域集合場所や区民避難所がどこにあるのか確認しましょう。

② 自宅周辺を歩いてみましょう

実際に自宅からの避難経路を歩いてみて、危険箇所の有無や災害時に役立つものをチェックしましょう。また、万が一に備えて複数の避難経路を用意しておきましょう。

### チェックする箇所の例

危険箇所	急傾斜地、狭い道、崩れそうな古いブロック塀等
災害時に役立つもの	公衆電話、AED 設置施設、防災行政無線等

③ 地図に書き加えましょう

実際に自宅周辺を歩いて確認できたことを自分で地図に書き込んで、オリジナルの防災マップを作ってみましょう。

## 災害直後はトイレの水を流さない!

災害直後は、断水、給排水管や汚水処理施設の損傷などにより、設備の安全が確認できるまで、水洗トイレの水は流さないでください。過去の災害では、排水管の破損に気づかず上層階の住人が流した汚水が下層階で逆流、あふれ出して大きな被害になったケースもあります。この様な場合には、水を流すのではなく、災害時の簡易トイレや携帯用トイレなどを使用しましょう。また、設備の復旧に日数を要する場合がありますため、トイレに関する備蓄は、多めに用意しましょう。

## 応急手当の基礎知識

- 1 肩をたたきながら声をかける。
- 2 反応がなければ近くの人に119番通報とAEDの搬送を依頼する。
- 3 呼吸を確認する(胸と腹部の動きを見る)。
- 4 普段どおりの呼吸がなかったら、すぐに胸骨圧迫を30回行う。
- 5 胸骨圧迫の後、人工呼吸を2回行う。(感染防止の観点から、マウスピースの使用がより安全です。)
- 6 その後は胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す。
- 7 AEDが到着したら、AEDからのメッセージに従って行動する。

AEDは、突然心臓がけいれんし、心肺停止になった場合に、心臓に電気ショックを与えて正常に戻す医療機器です。港区ホームページに「港区AED(自動体外式除細動器)マップ」を掲載しておりますのでご覧ください。

## 安否確認の方法を決めておきましょう

災害用伝言ダイヤル

伝言の録音方法 → 171 にダイヤル → 録音の場合 → 1 → 被災地の方 → ご自宅の電話番号を入力

伝言の再生方法 → 171 にダイヤル → 再生の場合 → 2 → 被災地域以外の方 → 被災地の方の電話番号を市外局番から入力

災害用伝言板(携帯電話)

- NTT ドコモ: <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- ソフトバンク: <http://dengon.softbank.ne.jp/j>
- au: <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- ワイモバイル: <http://www.ymobile.jp/service/dengon/>

※災害用伝言ダイヤルと災害用伝言板は、地震などの災害時と体験日(毎月1日・15日、防災週間など)に利用できます。

安否情報まとめて検索「J-anpi」 <http://anpi.jp/>

公衆電話の活用

災害時に電話が繋がらなくなった場合でも、公衆電話は優先的に通話が行えます。普段からお近くの公衆電話の位置を確認しておくことで、災害時の安否確認などに活用いただけます。

## 日頃から情報の収集に努めましょう

### 港区防災情報メール

「港区防災情報メール」では、河川の水位情報や雨量情報など、身近に迫っている緊急情報をリアルタイムにお知らせします。あなたのご家族の安全を守るために、ぜひご登録ください。

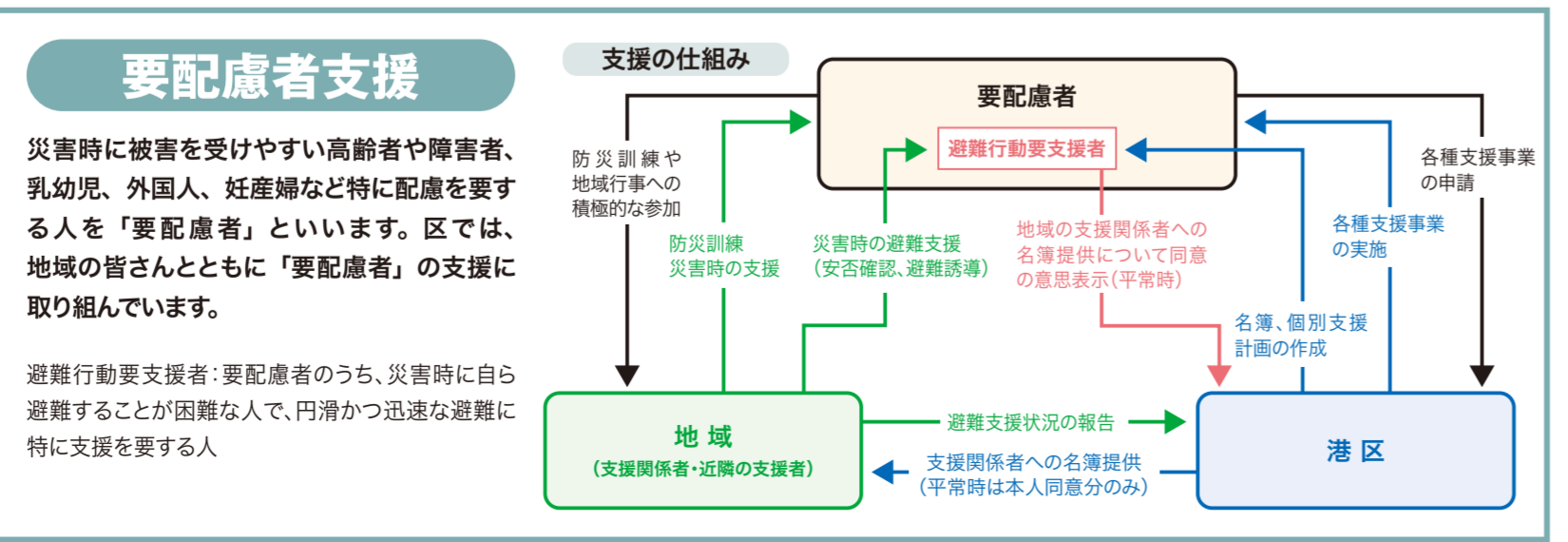
配信情報:

- 1 港区からの緊急なお知らせ
- 2 震度情報
- 3 古川水位情報、雨量情報
- 4 気象特別警報、警報、注意報
- 5 津波情報
- 6 国民保護情報
- 7 大雨情報、土砂災害警戒情報

### メールの登録方法

下記のアドレスに空メールを送信し、登録してください。  
アドレス: [kumin@bousai.city.minato.tokyo.jp](mailto:kumin@bousai.city.minato.tokyo.jp)

QRコードからアドレスを読み取れます。



## 区の帰宅困難者対策

大地震が発生し、公共交通機関が停止した場合、区内では多くの帰宅困難者が発生します。東日本大震災では、首都圏の帰宅困難者の一斉帰宅行動により、駅周辺での滞留者による混乱や幹線道路の渋滞が発生し、緊急車両の運行や交通機関の復旧に支障をきたしました。

区では、この教訓を踏まえ、平成23年10月に港区防災対策基本条例を制定し、事業者の責務として一斉帰宅の抑制及び帰宅困難者対策のための必要物資の備蓄を明記しました。

また、区内の主要駅において、駅周辺事業者や鉄道事業者等が主体となった「駅周辺滞留者対策推進協議会」を設立し、その活動を支援するとともに、事業者と協力協定を締結し、帰宅困難者のための一時滞在施設の確保を進めています。

## 地域の助け合い「共助」が必要です

日頃からご近所同士のコミュニケーションを図ることが地域の防災力の向上につながります。「自分たちのまちは自分たちで守る」ために、災害時に協力して行動できるように、地域の町会・自治会等の活動に積極的に参加しましょう。

### 地域防災協議会

地域防災協議会とは、地震などによる大規模災害に対して、地域の町会・自治会、防災会を中心とし、事業所、PTAなどの地域団体が協力して消火活動、救出救助活動、安全・迅速な避難誘導、避難所の自主運営などの活動を行うための組織です。