

# 大きな地震がおきたら、 どうするか

南池袋二三四町会  
メール: info@fumiyochi.net  
URL: <http://fumiyochi.net>  
2023.4.5

## Q1. どこに逃げたら、いいですか？

家がかぶれたり、家が火事になったら、外に逃げます。広域避難場所は、雑司ヶ谷墓地、イケサンパークです。持出荷物を用意しておきましょう。家族、学校や職場など、よく知っている人と一緒に集まる場所を決めておきましょう。

そのほかの時は、家にいます。家具は、寝ているときに倒れてこない場所に置き、つかえ棒など固定します。3日から1週間分の水(一人一日3リットル)と食べ物は家に買い置きしてください。停電に備えて、ヘッドランプ、ラジオ。カセットコンロも便利です。

## Q2. 水が出なくなり、水洗トイレが流れなくなったら、どうしたらいいですか？

下水管が壊れていないことがわかるまでは、大便是流さずに携帯トイレやペット用の尿シートに取り分けてください。尿は紙コップに取り、凝固剤で固めるとゴミが少なくなります。下水管が壊れていなければ、風呂の残り湯等を流せば水洗トイレで流せます。

排泄物のゴミ収集が始まるまで、ビニール袋に入れて、フタつきの容器等で家で保管してください。ふつうのゴミ回収車で便がもれると、回収車と収集員が汚れてそうじに時間がかかるから



豊島区防災地図裏面

<https://www.city.toshima.lg.jp/420/bosai/taisaku/yobo/kokorogamae/documents/uramen.pdf>

### Q3. 情報や物資は、どこで もらえますか？

一番、近い救援センター(避難所)は、南池袋小学校です。救援センターの運営は住民がしますので、手伝ってください。家が燃えたり壊れた人だけ、救援センターに住めます。4日目からは、道路がなおれば、都や国から物資が運ばれてきます。医薬品や特殊な物品は2週間くらいは、とどかないので、2週間分を家に買い置きしてください。物資を運んだり、列に並ぶのが大変な人も、買い置きはたくさんしておくで安心です。困っている人には、手助けしてください。

大きな地震の後では、3日間は、通信が使えないことが多いです。災害時伝言ダイヤル171の練習、スマホの予備充電器の準備、家族や大事な友人とのLINEやtwitterでの連絡、豊島区の安心安全メールへの登録等をしてください。救援センターでは、無線装置で区役所と連絡が取れるほか無料公衆電話もつきます。[\(https://service.sugumail.com/toshima/member/](https://service.sugumail.com/toshima/member/)から登録)

### Q4. ケガや急病のとき、どうしたらいいですか？

○ 軽いけがや病気は、南池袋小学校に医者・看護師などが来て診ます。熱がある時は、入口で言ってください。中等症者の人は、池袋病院、大同病院、長汐病院に運びます。重症者は、都立大塚病院に運びます。

○ 救急車は火事現場に先に行くので、いつものように来ることはできません。日本赤十字社の救命救急講座はおすすめです。

### Q5. 外出時に地震がおきたら、どうしたらいいですか？

職場・外出先に留まります。移動中や買い物中であれば、帰宅困難者用の避難所ができるので、駅などで場所を聞いてください。毎日、薬を飲まなければいけない人は、バッグに、いつも3日分の薬を持っていると安心です。



地震の時ときはこうしよう！(警視庁) 日本語、英語、中国語、韓国語  
<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/saigai/jishin/>

●南池袋小 google mapを改変  
85 イケサンパーク、  
84 雑司ヶ谷墓地