

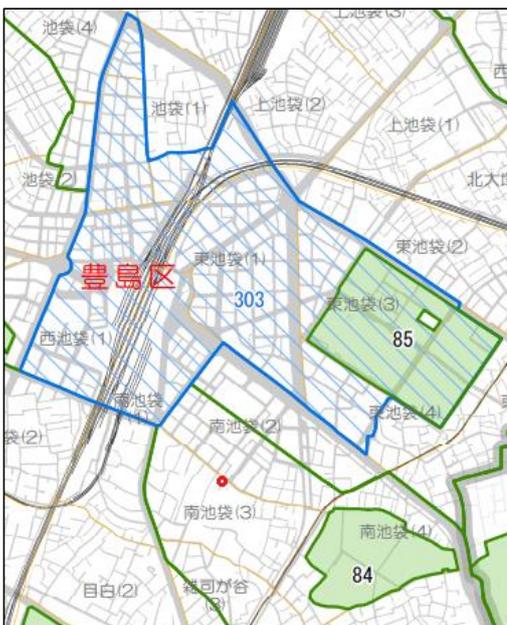
# おお じしん 大きな地震がおきたらどうするか？

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

## Q1. どこに逃げたら、いいですか？

家がくずれたり、火事になったら、外に逃げます。広域避難場所は雑司が谷墓地とイ  
ケ・サンパークです。二泊できるくらいの荷物を用意しておきましょう。家族、学校や  
職場でよく知っている人と集まる場所を決めておきます。

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寝ている置  
き、つかえ棒などで固定します。3日から 1週間分の水(一人一日3 リットル)と食べ  
物は、いつも、家におき置きしてください。電気が止まったら、ヘッドランプや電池式  
ラジオ、電池は必要です。ガスが止まったら、料理には、カセットコンロを使います。



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



## Q2. トイレが流れなくなりました。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で取りわけてください。尿は紙コップにとり、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はじまるまで、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大便是もれると、回収車と収集員が汚れてそうじに時間がかかるからです。

## 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。家が燃えたりこわれた人だけ、救援センターに住めます。困ったときは、救援センターに相談に来てください。

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週間分を家にお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は、たくさん買い置きしておくことと安心です。困っている人には手助けをしてください。

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

(<https://service.sugumail.com/toshima/member/> から登録できます)。

救済センターには、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。

#### Q4. ケガや急病のときは、どうしたらいいですか？

○ 軽いけがや病気は、南池袋小学校に来る医者・看護師などが治療します。熱があるときは、入口で言ってください。

○ 中等症者は、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、帰宅難民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。歩いて帰ろうとする人で道は混み危険です。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。

豊島区防災地図裏面

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

地震のときはこうしよう！(警視庁) 日本語、英語、中国語、韓国語

<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/saigai/jishin/>

(図は転載)

きゅうえん 救済センターで、きゅうしょく 給食などをうけとり 受取たいときは、このようし 用紙を出します。

か 書きたくない項目はこうもく 書かなくてもいいです。※はか 書いてください。

ひなんしゃ 避難者カード						しよぞくちようかいめい みなみいけがくろ ふ み よ ちようかい 所属町会名(南池袋二三四町会)		こくせき 国籍		
にゅうねんがつび 入所年月日	年 月 日		※ ざいたく ひなんしょ 在宅・避難所 (家にいる、避難所にいる)			※ きゅうしょく 給食 いる いらぬい 要・不要		くない くない 区内・区外		
けいたいでんわ 携帯電話 ※				メールアドレス						
じゅうしょ 住所 ※	南池袋 丁目 番 号 (マンション名)								号室	
ひなんしゃしめい 避難者氏名 ※	つぎがら 続柄	せいべつ 性別	ねんれい 年齢	かいご 介護	いりょう 医療	アレルギー ※		その他		
1. (ふりがな)	だいひょう 代表	おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
2.		おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
3.		おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
4.		おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
5.		おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
6.		おとこ おんな 男・女		いる いらぬい 要・不要	いる いらぬい 要・不要	ある ない 有・無				
とくべつ 特別な配慮										
しんぞく 親族・学校・職場などの連絡先										
ほかからの問い合わせに、住所・氏名を回答してよいか※						よい・よくない				
たいしよねんがつび 退所年月日	年 月 日		たいしよごれんらくさき 退所後連絡先							

(様式は令和4年版)