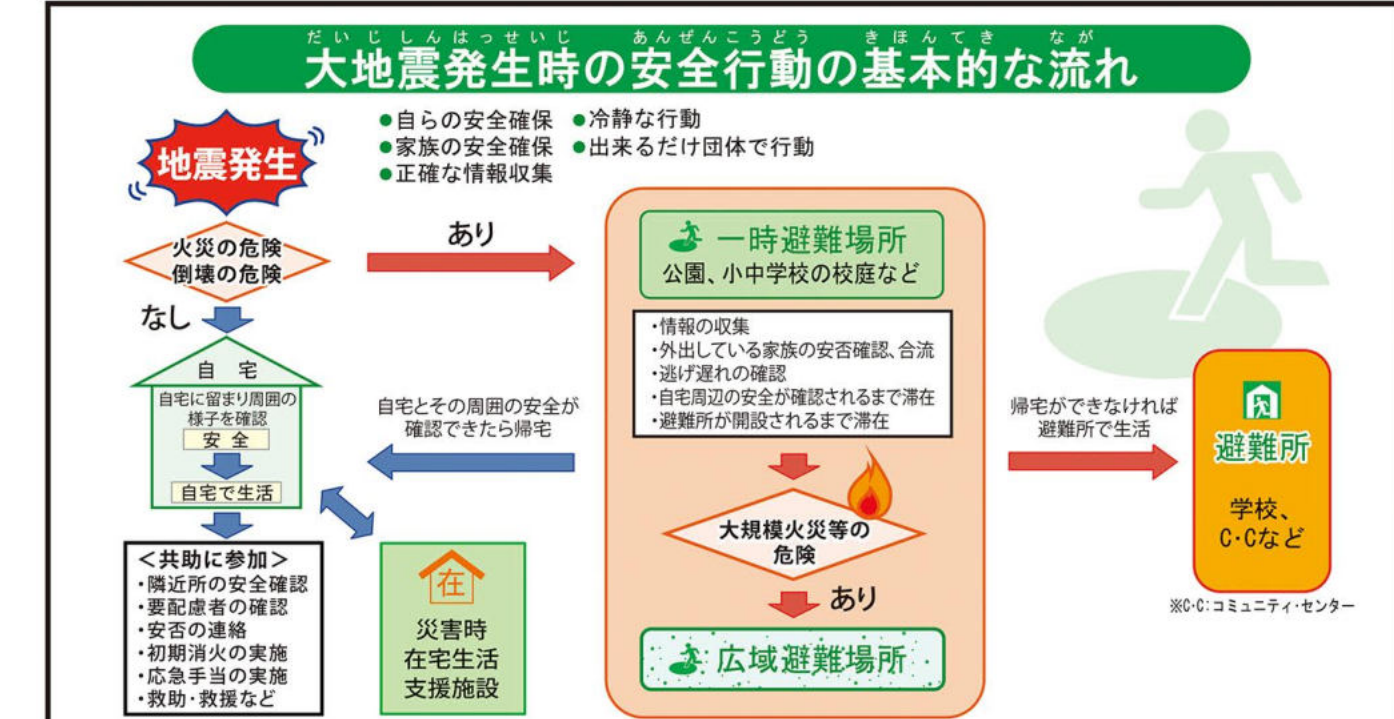


三鷹市 防災マップ

DISASTER PREVENTION MAP OF MITAKA CITY
三鷹市防災地図 미타카시 방재 지도
(裏面は、「三鷹市浸水ハザードマップ」となっています。)

わが家の防災メモ ※各家庭で記入しましょう。

わが家の避難所	家族の名前	生年月日	血液型	既往症	会社・学校の連絡先
家族の集合場所					
災害時の緊急連絡先					
三鷹市役所	0422-45-1151(代)				
三鷹警察署	0422-49-0110(代)				
三鷹消防署	0422-47-0119(代)				



いちじびなんぼしょ

一時避難場所

災害発生直後、火災などの二次災害から逃れるため、一時的に避難する場所です。避難した人の安全を確保できるスペースを持った公園や学校の校庭などが指定されています。地域による避難先の指定はありませんので、近くの避難場所と安全な避難経路を確認しておきましょう。

広域避難場所

大規模災害が発生し、一時避難場所にも火災による延焼がせまれている場合など、もはや近くの避難場所では危険であると判断した場合に避難する場所です。

避難所

災害により、自宅の倒壊などのため、自宅での生活が困難になってしまった場合、またはこれから被害にあう危険性が大きい場合などに、一時的に避難生活を送るための屋内施設です。あわせて食料や生活物資の配給などを行う拠点にもなります。市内各中学校やコミュニティセンターなど、屋根のある施設が指定されています。

福祉避難所

上記避難所での避難生活が困難な医療や介護を要する高齢者・障がい者などの要配慮者の方々を受け入れるための屋内施設です。

帰宅困難者一時滞在施設

大規模な震災が発生した場合、交通機関が運転を再開し帰宅が可能になるまでの間、帰宅困難者支援拠点として応急的に収容する。避難所とは異なる一時滞在施設です。

災害時在宅生活支援施設

仮設トイレの設置や、炊き出しの実施、教養物資等の配給を行います。また、共助の拠点として、情報共有やコミュニティの場として活用されます。

- ### 地震に対する10の備え
- 家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておこう
 - けがの防止対策をしておこう
 - 家屋や塀の強度を確認しておこう
 - 消火の備えをしておこう
 - 火災発生時の早期発見と防止対策をしておこう
 - 非常用品を備えておこう
 - 家族で話し合っておこう
 - 地域の危険性を把握しておこう
 - 防災知識を身につけておこう
 - 防災行動力を高めておこう
- 出典：東京消防庁ホームページ

- ### 地震 その時 10のポイント
- | | |
|--|--|
| 地震時の行動 <ul style="list-style-type: none">●地震だ！ まず身の安全 | 地震直後の行動 <ul style="list-style-type: none">●火災や津波 確かな避難●正しい情報 確かな行動●確かめ合おう 我が家の安全 隣の安否●協力し合って 救出・救護●避難の前に 安全確認 電気・ガス |
| 地震後の行動 <ul style="list-style-type: none">●落ちついて 火の元確認 初期消火●あわてた行動 けがのもと●窓や戸を開け 出口を確保●門や塀には 近寄らない | |
- 出典：東京消防庁ホームページ

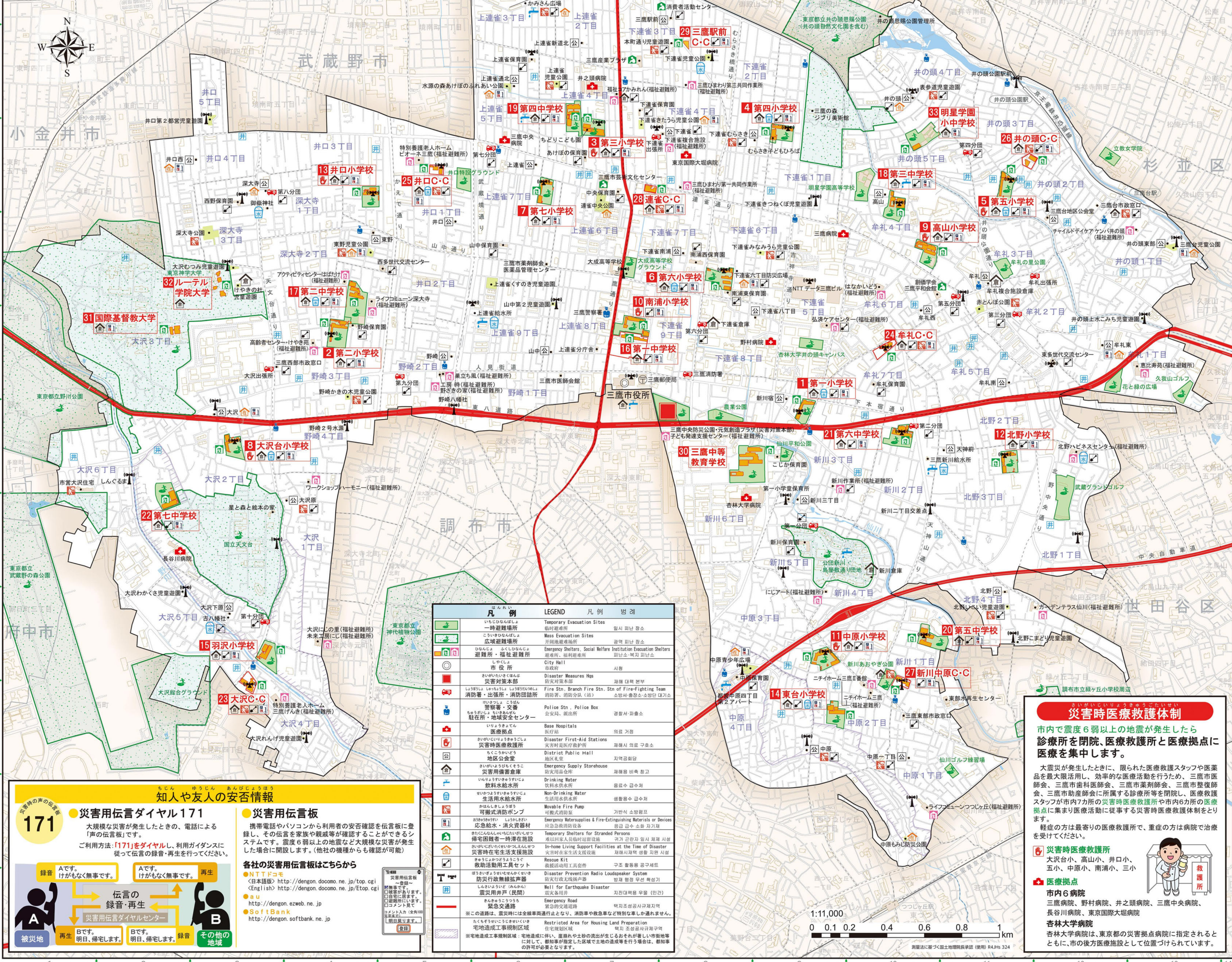
緊急地震速報 震度5弱以上と予測された時

地震は、P波と呼ばれる小さな揺れのと、S波と呼ばれる大きな揺れが来ます。緊急地震速報は、このP波とS波の到達時間差を予測し、大きな揺れのS波が来る数秒から数十秒前に表示するものです。気象庁は、震度5弱以上と予測された時発表します。緊急地震速報を聞き取ったときの行動は「開園の状況」に応じて、あわてず、まず身の安全を確保することが基本です。

出典：気象庁ホームページ (一部加工)

避難所一覧

施設名	所在地	施設名	所在地	施設名	所在地
1 第一小学校	新川6-4-32 G9	12 北野小学校	北野3-1-5 G11	23 大沢C-C	大沢4-25-30 J3
2 第二小学校	野崎3-19-1 F4	13 井口小学校	井口3-7-11 D4	24 牟礼C-C	牟礼7-6-25 F10
3 第三小学校	上連雀4-12-3 D7	14 東台小学校	中原2-17-37 J9	25 井口C-C	井口1-13-32 D5
4 第四小学校	下連雀1-25-1 D9	15 羽沢小学校	大沢4-9-1 I3	26 井の頭C-C	井の頭2-32-30 D11
5 第五小学校	井の頭2-34-21 D11	16 第一中学校	下連雀9-10-1 F7	27 井の中C-C	新川1-11-1 I10
6 第六小学校	下連雀6-13-1 E8	17 第二中学校	野崎3-14-1 E4	28 連雀C-C	下連雀7-15-4 D7
7 第七小学校	上連雀7-7-7 D6	18 第三中学校	牟礼4-13-8 D10	29 三鷹駅前C-C	下連雀13-10 C8
8 大沢台小学校	大沢2-6-18 G3	19 第四中学校	上連雀4-18-7 C7	30 三鷹中等教育学校	新川6-21-21 G9
9 高山小学校	牟礼4-6-12 E10	20 第五中学校	新川1-7-20 I10	31 国際基督教大学	大沢3-10-2 E2
10 南浦小学校	下連雀9-9-1 F7	21 第六中学校	新川12-12-17 G10	32 ルーテル学院大学	大沢3-10-20 E3
11 中原小学校	中原2-12-13 I9	22 第七中学校	大沢2-11-12 H2	33 理学院中学校	井の頭5-7-7 D10



食料・水の配給場所

- 各家庭で最低3日分の食料・水(一人1日30L)の備蓄をお願いします。
- 食料(当初は缶入り非常食・アルファ米など、準備ができたい炊き出しを開始)は避難所などで配給します。
- 飲料水は避難所及び飲料水給水所まで配給します。
- 生活用水は、避難所、生活用水給水所で配給するとともに、震災用民間井戸からも供給できます。
- 原則として、広域避難場所及び一時避難場所では食料と水の配給は行いません。

避難所 飲料水給水所 生活用水給水所 震災用井戸(民間)

凡例 LEGEND 凡例 記号

一時避難場所	Temporary Evacuation Sites	臨時避難所
一時避難場所	Mass Evacuation Sites	大規模一時避難所
広域避難場所	Wide Area Evacuation Sites	広域避難所
避難所・福祉避難所	Shelters / Welfare Evacuation Shelters	避難所・福祉避難所
市庁舎	City Hall	市庁舎
災害対策本部	Disaster Measures Hqs	災害対策本部
消防署・出張所・消防団事務所	Fire Stn. Branch Fire Stn. Stn of Fire-Fighting Team	消防署・出張所・消防団事務所
警察署・交番	Police Stn., Police Box	警察署・交番
避難所・福祉避難所	Base Hospitals	避難所・福祉避難所
災害時医療救護所	Disaster First-Aid Stations	災害時医療救護所
区民センター	District Public Hall	区民センター
災害用物資倉庫	Emergency Supply Storehouse	災害用物資倉庫
飲料水給水所	Drinking Water / Emergency Water Supply	飲料水給水所
生活用水給水所	Non-Drinking Water / Emergency Water Supply	生活用水給水所
可搬式消防ポンプ	Mobile Fire Pump	可搬式消防ポンプ
応急処置キット	Emergency Materials & Fire-Extinguishing Materials or Devices	応急処置キット
帰宅困難者一時滞在施設	Temporary Shelters for Stranded Persons	帰宅困難者一時滞在施設
災害時生活支援施設	In-home Living Support Facilities at the Time of Disaster	災害時生活支援施設
救助活動用具セット	Rescue Kit	救助活動用具セット
防災行政無線	Disaster Prevention Radio Loudspeaker System	防災行政無線
震災用井戸(民間)	Well for Earthquake Disaster	震災用井戸(民間)
緊急交通路	Emergency Road	緊急交通路
制限区域(災害時)	Restricted Area for Housing Land Preparation	制限区域(災害時)

171 災害用伝言ダイヤル171

大規模な災害が発生したときの、電話による「声の伝言板」です。ご利用方法「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って伝言の録音・再生を行ってください。

●災害用伝言板 ●災害用伝言板

各社の災害用伝言板はこちらから
NTTドコモ: <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
au: <http://dengon.ezweb.ne.jp/TopEop.cgi>
SoftBank: <http://dengon.softbank.ne.jp>

災害時医療救護体制

市内で震度6弱以上の地震が発生したら診療所を閉院、医療救護所と医療拠点に医療を集中します。

大震災が発生したときに、限られた医療救護スタッフや医薬品を最大限活用し、効率的な医療活動を行うため、三鷹市医師会、三鷹市歯科医師会、三鷹市薬剤師会、三鷹市聖徳会、三鷹市助産師会に所属する診療所等を閉院し、医療救護スタッフが市内7カ所の災害時医療救護所や市内6カ所の医療拠点に集まり医療活動に従事する災害時医療救護体制をとります。

軽症の方は最寄りの医療救護所で、重症の方は病院で治療を受けてください。

災害時医療救護所
大沢台小、高山小、井口小、五小、中原小、南浦小、三小

医療拠点
市内6病院
三鷹病院、野村病院、井之頭病院、三鷹中央病院、長谷川病院、東京国際大塚病院
杏林大学病院
杏林大学病院は、東京都の災害拠点病院に指定されるとともに、市の後方医療施設として位置づけられています。