

確認しておきましょう

## 防災関連 (連絡先)

- 立川市役所 042 - 523 - 2111
- 立川警察署 042 - 527 - 0110
- 立川消防署 042 - 526 - 0119
- 電気(東京電力) 0120 - 995 - 662
- ガス(東京ガス) 042 - 524 - 2111
- 水道(東京都水道局・多摩) 0570 - 091 - 101
- 南部東はごろも地域包括支援センター 042-523-5612
- 防災情報
  - ・警視庁災害ツイッター
    - [https://mobile.twitter.com/MPD\\_bousai](https://mobile.twitter.com/MPD_bousai) (スマホ用)
    - [https://twtr.jp/user/MPD\\_bousai/status](https://twtr.jp/user/MPD_bousai/status) (携帯電話用)
  - ・東京消防庁ツイッター&フェイスブック
    - [http://twitter.com/Tokyo\\_Fire\\_D](http://twitter.com/Tokyo_Fire_D)
    - <http://www.facebook.com/TokyoFireDepartment>
  - ・FM たちかわ 84.4 MHz・AM NHK第一 594KHz
  - ・J:COM
  - ・立川見守りメール(防災情報メール発信)
    - re@kmel.jp
  - ・立川市役所 市民生活部 防災課 042 - 523 - 2111 内線 2531

### < 広域避難場所 >

- 立川二中周辺
- 中央郵政研修センター
- 東京女子体育大学構内

### < 二次避難所 >

- 羽衣中央会館
- 羽衣児童館

メモしておきましょう

## 大切な連絡先 & メモ

### ■ 主治医の連絡先や常用薬の名称、その他必要事項

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



### ■ 製作に関して (皆さまのご協力を感謝いたします)

この地震対応マニュアルは、立川市より立川市商店街振興組合連合会が受託し、警察署、消防署、(公財)東京都中小企業振興公社の専門家のご指導、ご協力を頂き、連合会内「たちかわ商店街研究会」及び「羽衣商店街振興組合・東立川商店街振興組合」で検討会を実施し製作したものです。(平成26年度事業として実施 2014.12.11 - 10000 - AW)

日出・日没事項は、東京の2014年各月15日の時刻を抜粋(国立天文台)。気温は、1981～2010年の府中地区、平年値から抜粋(気象庁)。イラストは東京消防庁ホームページより転載(2011.8.18:東京都若手商人研究会にて申請承認済)記載のマップは、立川市発行の立川市全図の1/10000をもとに製作をいたしました。立川市防災関連情報はH24年10月立川市発行の「地震に備える」をもとに記載。

【発行】立川市・立川市商店街振興組合連合会(代表 042-527-2788)

## 帰宅困難時に備えよう (家族で話し合っておこう)

わが家のルールを裏面に記入しておきましょう! 避難場所・緊急連絡先の電話番号・約束事項

大地震が発生すると、公共交通機関がストップし自宅に戻れない可能性があります。建物や道路が損壊する中、徒歩での帰宅は二次災害に巻き込まれる危険があります。もし帰宅困難に陥ったら、公共交通機関が復旧するまで不用意に動かず、正確な防災関連情報を把握しながら、勤務先や学校、広域避難場所など安全な場所で待機しましょう。災害状況によっては、自宅に戻れない場合もあることを、ふだんから家族と話し合っておきましょう。

- 家族で、安否確認の方法を決めておく(災害伝言板メールなどの使い方)
- 大地震の際は、当日中に帰宅できない場合があることを家族で確認する。
- 自宅の耐震化や家具の転倒防止などの安全対策を進める。(不在中の不安要因を減らす)
- 子どもの避難場所、引き取り方法を確認する。
- 職場や学校の災害時備蓄品の確認。なければ自分で準備する。
- 職場や学校の近くの広域避難場所を確認する。
- 普段から携帯電話の予備バッテリーや充電器、ペットボトル、ライト、地図などを持ち歩く。



※ みんなが無秩序に徒歩帰宅すると、混乱を招く恐れがあります。歩く人によって道路が満員になり、食糧、水、トイレなどが不足し、大混乱を招く恐れがあります。

### ♥ 立川見守りメール (子供の安心安全に関する情報を含む) re@kmel.jp

パソコンまたは携帯電話から、上記アドレスへ空メールを送信します。受付メールが届いたら、文中のURLをクリックして配信登録フォームから登録手続きをしてください。

- ### ♥ 災害伝言板メール
- ・NTT ドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
  - ・a u <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
  - ・ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>
  - ・ウィルコム <http://dengon.willcom-inc.com/>

## 緊急時の避難アイテム

### ■ 備蓄品 (常に身につけていたいもの)

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- アドレス帳(緊急連絡先一覧) ※ 家族、友人の連絡先を記入
- 携帯電話および携帯電話の予備電池
- 家の鍵のスペア
- 笛
- 家族の写真
- 現金
- 必須防災カード…裏に自分の顔写真を貼って定期入れなどに入れておく。住所・氏名・性別・年齢・血液型・家族の連絡先・持病・家庭医の情報・健康保険証番号
- ティッシュ、ウェットティッシュ

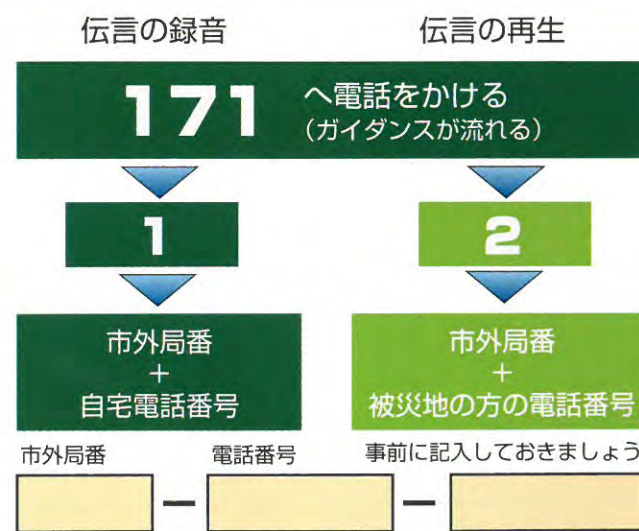
### ■ 避難時に持っていく、身につけていく

- 身分証明書と健康保険証
- 預貯金通帳、重要書類、印鑑、筆記用具
- 軍手、マスク、ヘルメット、防災ずきん、衣類(露出を減らすもの)、下着、雨具、タオル、運動靴、スリッパ
- ビニールシート
- ポリ袋、予備電池、ライター
- 常備菜、水筒(水)、簡易食料



## 家族への連絡方法

### ■ 伝言ダイヤルのかけ方



※ 蓄積伝言数: 1電話番号あたり10件、録音時間1伝言30秒以内、保存期間48時間(自動消去)

### ■ 伝言内容例 (5項目を30秒以内で伝えましょう)

名前 + 日時 + 安否 + 現在地 + 今後の予定

〇〇〇〇です。〇月〇日〇時〇分。  
無事です。  
知人と3人で立川駅から、市民会館に向かいます。



## はごろも ちいき 羽衣 地域

平成26年12月作成

# 地震対応マニュアル

大切なお客様の命を守るために



立川市キャラクター  
くるりん

はごろも しょうてんがい しんこう くみあい  
羽衣商店街振興組合  
ひがしたちかわ しょうてんがい しんこう くみあい  
東立川商店街振興組合  
東京都立川市羽衣町

## 商店街においでの方へ

### ■ 羽衣地域の商店街振興組合の取り組み



- ・買物中のお客様の安全確保のため、この地域の避難場所等を把握しています。
  - ・商店街の防災担当者を決めています。
  - ・商店街の店舗より、イザというときには井戸水の提供をさせて頂きます。(裏面地図の「災害用井戸」参照) まちの防災拠点として、この地域における商店街の貢献は必要不可欠であると考えています。
- 災害の未然防止から発生時の減災・被害拡大阻止、さらに災害後の復旧において、市民生活を支え続ける商業・防災インフラとしての商店街の責務について、この地震対応マニュアルの作成を機に、我々、羽衣商店街と東立川商店街は、さらなる検討を重ねていきたいと思っております。



羽衣地域・商店街振興組合 理事一同

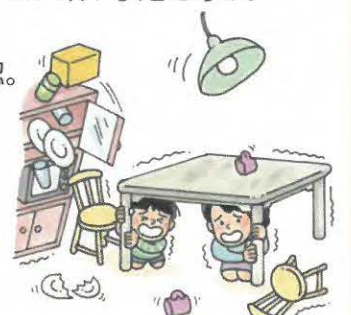


**地震発生**

**1. 地震発生直後**

**自分の身を守る**

- 自分の安全を守るため、脱出経路を確保し、火の始末をする。
- 机の下にもぐるか、物で頭を覆って、頭や手足を守る。
- 自分のいる場所が安全か確認。
- 周囲に火災が起きていないか確認。
- 周囲に負傷者がいないか確認。



**冷静に  
落ち着いて！**

**2. 揺れがおさまったら**

**その場所を動かない？  
避難場所に避難する？**

- 安全な場所であれば動かない。
- 徒歩での持ち物は最小限。エレベーターは使わない。
- なるべく一人では行動しない。
- 道路や車に近づかない、橋や歩道橋・工事現場の下は危険なので、倒れやすいものから離れる。
- 落下物に注意し、壁際や自動販売機には近寄らない。狭い道路は避ける。
- 火災の場合には煙を吸わないように、タオルなどで口を覆う。風向きに注意してルートを選択。

**3. 情報と行動**

**家族への  
安否連絡**

- 災害伝言ダイヤル171 災害伝言板メールなどで家族、友人、親戚に安否を伝える。
- テレビやラジオ、消防署、行政などで情報を収集。

余震情報、避難勧告の有無、交通情報、被災情報、二次災害情報など  
FM たちかわ 84.4 MHz  
AM NHK第一 594 KHz



**帰宅する？  
避難場所に避難する？**

**余震に注意！  
歩いて帰れる？**

**4. みんなで協力しよう**

**■ 確かめ合おう「わが家の安全・隣りの安否」**

- わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。
- 高齢者・体の不自由な方の避難を手伝う。



**■ 協力し合って救出・救護・消火活動**

- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。



**日没後の行動や1人の行動は危険**

月	日出	日没	最低気温	最高気温
1月	6:50	16:51	-0.9度	9.8度
3月	5:53	17:48	3.2度	13.3度
5月	4:36	18:39	13.3度	23.2度
7月	4:36	18:57	21.5度	29.6度
9月	5:23	17:49	19.2度	27.1度
11月	6:16	16:35	6.6度	16.6度

※：気温は、1981～2010年の府中地区、平年値から抜粋（気象庁）

**折り返すと災害伝言ダイヤルのかけ方へ**

**♥ わが家のルール（決めておきましょう）♥**

どこに逃げる？ <避難場所 など>

.....

.....

.....

誰に連絡する？ <電話番号 など>

.....

.....

.....

大切な約束！

.....

.....

.....



自宅や、危険な場所、避難場所などを地図の中に色鉛筆や蛍光マーカーなどで記入しましょう。

商店街	公衆電話
震災避難場所	AED設置場所
災害用井戸	トイレ
	コンビニエンスストア

100m 0 200m