



わが家の防災



住まいの安全対策

阪神・淡路大震災では、亡くなった人の約80%が倒れた家具の下敷きになったことが原因で死亡しました。各家庭で安全対策をしましょう。

建物を強くする(耐震化)

江戸川区では無料で家が地震に強いかわり、地震に強くする工事の補助金を出しています。

建築指導課 電話 03-5662-6369

家具が倒れないようにする

家具の置き方を工夫して、家具が倒れないようにする器具や窓ガラスにフィルムを貼って、ガラスが飛び散らないようにしましょう。

家の耐震化や家具が倒れない工夫について、より詳しい情報はこちらから確認できます。



非常持ち出し品の準備

準備の方法

- 自分で運べる重さの分だけ準備します。
- 家族の人数や状況に合わせたものを準備します。
- 玄関の近くや、車の中に置いておきましょう。

持ち出し品の例

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯/ライト
- 車手(厚めの手袋)
- 洋服
- 洋靴
- 現金
- 水
- 非常食
- 救急セット
- 携帯トイレ
- お薬手帳
- いつも飲んでいる薬
- 生理用品
- 粉ミルク
- モバイルバッテリー
- 歯ブラシ
- トイレットペーパー
- マスクや消毒液など



生き残るための備蓄

地震や台風などの災害が起きると電気・水道・ガスが止まることがあります。

- まずは、3日分、できれば1週間分を準備します。
- 自分や家族に必要なものを準備しましょう。
- 避難所に行くときも持っていきます。

- 飲み水 1人1日3リットル準備します。
- 燃料 カセットコンロ、ガスボンベ、車のガソリンを半分より多く入れておきましょう。
- その他 携帯トイレ、トイレトペーパー、洗面用品、いつも飲んでいる薬、女性のためのもの(生理用品、化粧品)、乳幼児・高齢の方・体の不自由な方のためのもの(柔らかい食べ物、粉ミルク、おむつ)

ローリングストック

- 食べ物や日用品を少し多めに買います。
- 古いものから使います。
- 使った分を、また買います。



携帯トイレの準備

災害のとき、トイレが使えなくなることがあります。携帯トイレを準備しましょう。



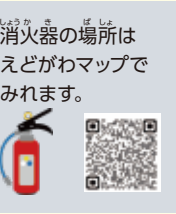
避難訓練・防火防災訓練

避難訓練

逃げる場所を決めて、実際にそこまで歩く練習をしてみましょう。

防火防災訓練

地域の訓練に参加して、火事の際に火を消す方法や、けがをした人を助ける方法を学びましょう。



地震発生後の行動

自分の体を守る

- まず頭を守りましょう。
- テーブルの下など頭を守れる場所に移動しましょう。
- 揺れが止まってから、次の行動をしましょう。

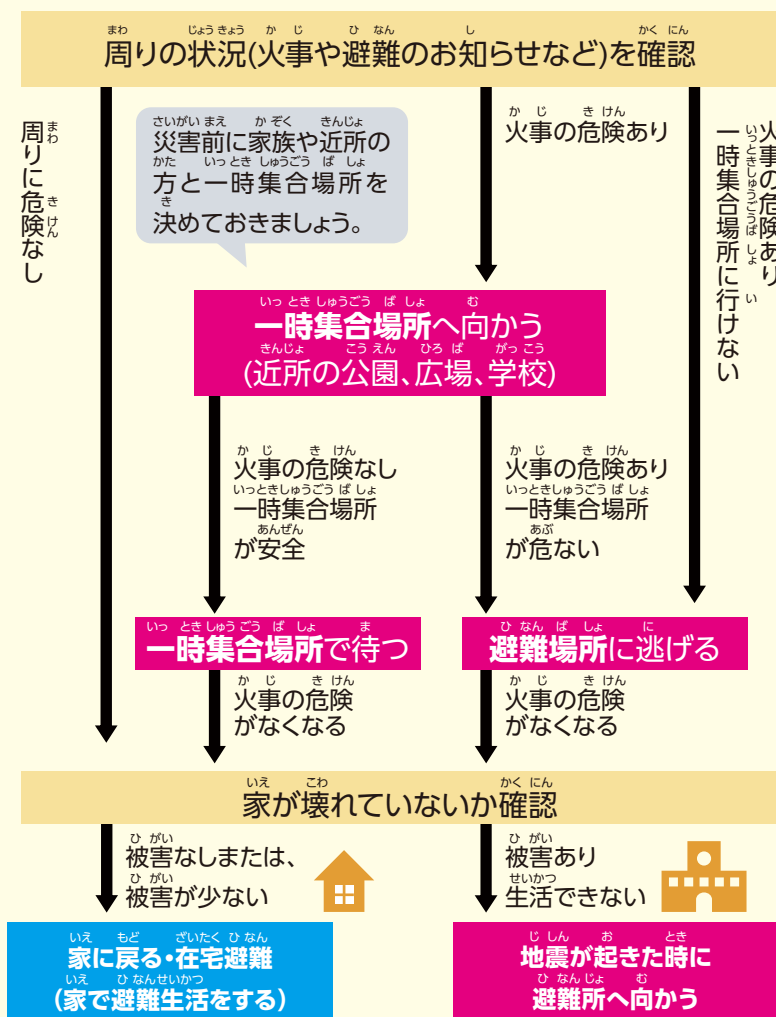
みんなで助け合う

- けがをした人や閉じ込められた人がいたら助けましょう。
- 下敷きになっている人や閉じ込められた人がいたらみんなで助けましょう。

地震から逃げる時の注意点

- ガスの元栓を閉めましょう。
- 電気のブレーカーを切りましょう。
- 火事にならないようにしましょう。

地震から逃げる時



避難所

避難所は、みんなで助け合って運営します。

地震や火事などで家が壊れたり、住めなくなった人が一時的に生活する場所です。安全な場所で体を休めたり、寝たりできます。また、地域全体を助けるための中心となる場所です。

区立小中学校など(閉校した学校を含む)

区立の全小中学校の他、一部の高校等が避難所になります。災害時はどの避難所に行ってもよいです。場所は裏面の二次元コードから見れます。

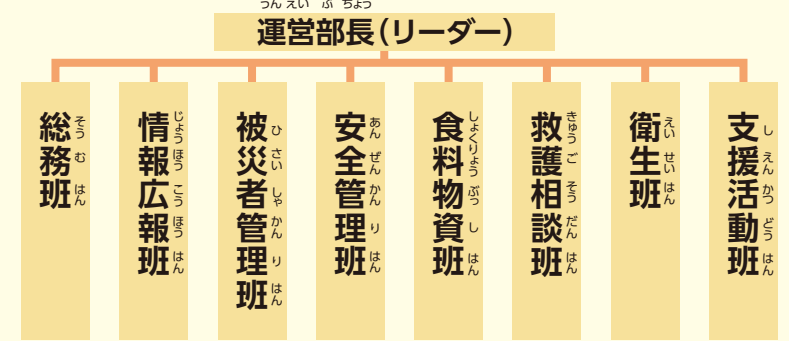
近くの避難所

避難所運営協議会

避難所は避難してきた人たちで運営を行います。避難所でのルールを守った生活を送る為、災害前に学校単位で避難所を運営するグループ(避難所運営協議会)に参加しましょう。

避難所の運営を行うのは避難者の皆さんです!

避難所運営協議会組織図(例)



避難所1か所当たりの主に準備している物

- 飲料水 学校の受水槽の水を使用
- 食糧 クラッカー、アルファ化米(学校により異なる)
- 電源等 蓄電池、発電機、カセットボンベ
- 毛布等 毛布、レスキューシート
- トイレ 携帯トイレ、マンホールトイレ
- その他 救助工具セット、公衆電話機、粉ミルク、カセットコンロ、ブルーシート、感染症対策用品(マスク・消毒液・間仕切りなど)、おむつ、生理用品、など

火事から逃げる場所

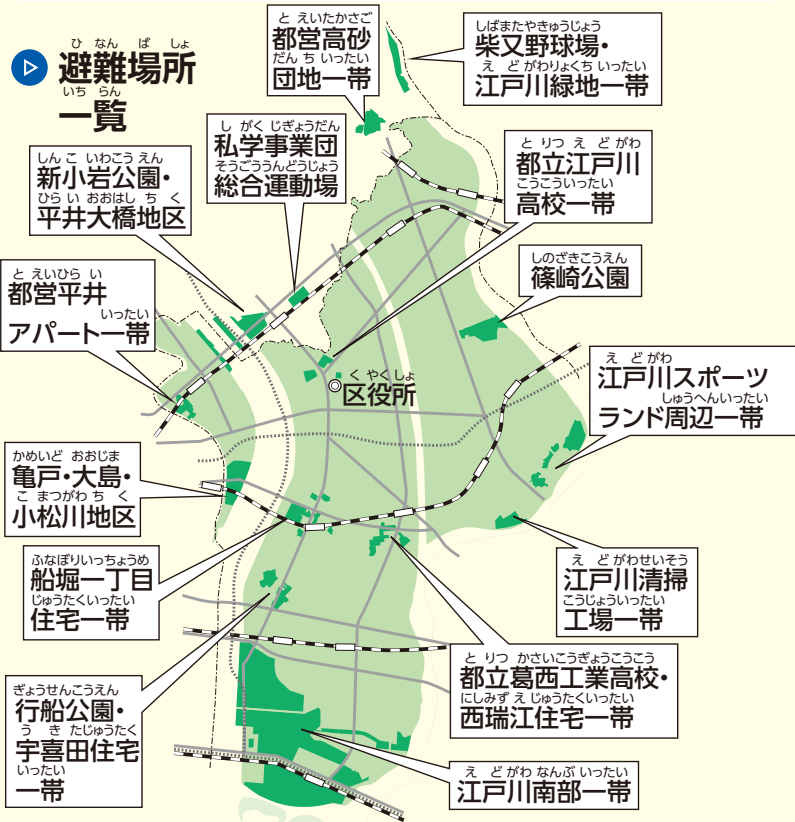
避難場所とは

火事から逃げる広い場所です。火が消えるまでここで待ちます。火事の際はどの避難場所についてもよいです。



近くの避難場所

避難場所一覧



防災マップをこちらから確認できます。区内で地震の時に逃げる場所や火事の時に逃げる場所を住所から探すことができます。



お問い合わせ先

2026年4月発行
江戸川区 危機管理部 地域防犯防災課
TEL. 03-5662-2129



江戸川区防災ホームページ
https://www.city.edogawa.tokyo.jp/e007/bosaianzen/bosai/index.html



災害情報を集める

災害が起きたときは正しい情報で行動して、命を守ってください。

江戸川区防災アプリ

- ・区の防災情報をアプリでみるができます。
- ・無料でダウンロードできます。



Android版 ▶



iOS版 ▶

防災行政無線

- ・区内に設置しているスピーカーから放送をします。
 - ・放送内容は電話で聞けます(通話料がかかります)。
- 防災放送確認ダイヤル 03-3652-1284



FMえどがわ 84.3MHz(ラジオ)

- ・災害のとき、FMえどがわで区の情報を放送します。
- ・ラジオを用意しておきましょう。



えどがわメールニュース

- ・登録すると大切な情報をメールで送ります。登録は無料です(通話料がかかります)。
- ・登録方法は、下記アドレスに空メールを送ってください。

t-edogawa@sg-p.jp



江戸川区公式 X @edogawa_city

江戸川区のXをフォローして災害に備えてください。

東京都防災アプリ

知る・備える・役立つ防災アプリ



Android版 ▶



iOS版 ▶



安否確認の方法

安否確認は、災害のあとに家族や友達が無事かどうかをたしかめることです。

- ▶ **前もって決めておくこと** 地震などの災害の前に家族や知り合いとどうやって連絡をするか、どこで会うかを話し合しましょう。

- ▶ **SNSを使う** 災害の時は、電話はつながりにくいです。SNSを使いましょう。

- ▶ **練習する** 安否確認のサービスは、毎月1日と15日に練習できます。

災害用伝言ダイヤル(171)

電話でメッセージを残したり、聞いたりできます。家の電話や公衆電話、携帯電話で使えます。

メッセージを録音する

- ①171に電話します
- ②案内を聞きます
- ③「1」を押します
- ④メッセージを話します

メッセージを聞く

- ①171に電話します
- ②案内を聞きます
- ③「2」を押します
- ④メッセージを聞きます

web171に入力した文字のメッセージを声で聞けます

相互連携 伝言ダイヤル171に録音したメッセージを声で聞けます

災害用伝言板(web171)



電話番号をいれます

メッセージの登録
メッセージの確認

Googleパーソンファインダー

名前(フルネーム)を入力して、無事かどうかの情報を調べることができます。※こちらはいつでも体験ができます。



名前(フルネーム)をいれます

情報の登録

家族などの情報の確認

無事かどうかの情報を入力します 無事かどうかの情報をみます

大けがをしたら緊急医療救護所へ

大きな災害時は小さな病院・クリニックは休み

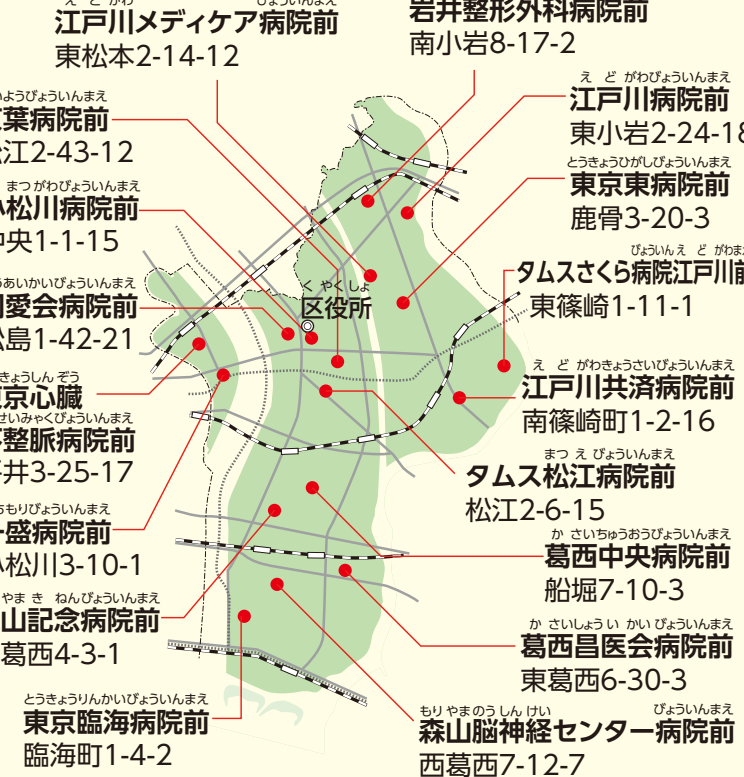
- ・大きな災害がおきると区内の医療機関がみんなで力を合わせてけがをした人の手当てをします。
- ・区内の小さな病院やクリニックは休みになります。
- ・大きな病院の近くに「緊急医療救護所」が開き、けがが人の手当てをします。
- ・災害で大けがをした場合、「緊急医療救護所」へ行ってください。



トリアージ(けがや病気の重さを分けて、治療の順番を決めること)をします

「緊急医療救護所」では、すぐに手当てが必要なけがの人が正しい手当てが受けられるようトリアージ(重症度判定)を行い、病院などへ運びます。

緊急医療救護所一覧



災害時の医療について、より詳しい情報をこちらから見るができます。



近くの水をもらえる場所

災害時給水ステーション

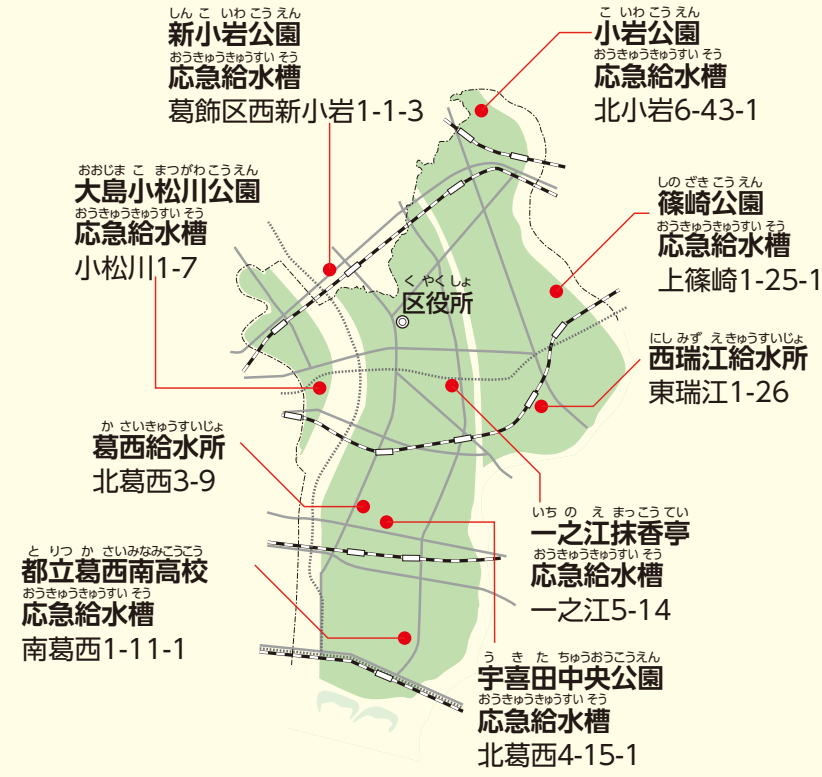
- ・地震などで水道が止まった時に水をもらえる場所です。
- ・東京都水道局が「災害時給水ステーション」(災害時に水をもらえる場所)を開き、水を配ります。
- ・「災害時給水ステーション」へ行くときは、空のペットボトルや水をいれるタンクを持っていきましょう。



災害が起きる前に場所を調べましょう

- ・水の準備 1人1日約3リットルの水が必要です。
- ・家に必要な水の量を準備しましょう。
- ・家の近くで災害時に水をもらえる場所(災害時給水ステーション)を調べておきましょう。

災害時給水ステーション(災害時に水をもらえる場所)一覧



災害時に水がもらえる場所について、詳しい情報をこちらから見るができます。

