

江戸川区 発行

わが家の防災、保存版 2026年 4月発行

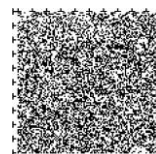
このパンフレットには各ページに音声コードが印刷されています。音声コード読み取りアプリ ユニボイスを使用して、パンフレットの内容を音声で聞くことができます。

パンフレットについてのお問い合わせ先

江戸川区 危機管理部 地域防犯防災課

電話 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>



1、住まいの安全対策

阪神・淡路大震災では、死因の約8割が建物倒壊や家具の転倒による圧死でした。

各家庭で安全対策を行いましょう。

ポイント1、耐震化

江戸川区では無料の耐震診断や耐震改修工事への助成を行っています。

お問合せ先

建築指導課耐震化促進係

電話番号 ゼロサン ゴウロクロクニ ロクサンハチキュウ

ポイント2、家具の転倒防止

家具の配置を工夫し、転倒防止器具やガラス飛散防止フィルムなどで対策を行いましょう。

住まいの耐震化や家具の転倒防止について、より詳しい情報を区ホームページで確認できます。

2、非常持ち出し品の準備

準備の方法について

ポイント1、持ち運べる範囲で必要最小限の物を選ぶ。

ポイント2、自分と家族の状況に合わせた物を準備する。

ポイント3、玄関の近くや車の中に配置する。

持ち出しひんの例

携帯ラジオ

懐中電灯

軍手

衣類

現金

水

非常食

救急セット

携帯トイレ

お薬手帳

服用している薬

生理用品

粉ミルク

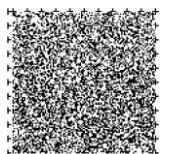
モバイルバッテリー

歯ブラシ

トイレトーパー

マスクや消毒液など

その他必要で持ち運びが困難ではないもの



3、生き残るための備蓄

災害時に発生するライフラインや物流の停止に備えましょう。

ポイント1、 まずは3日分、可能なら1週間以上生活できるだけの物資を準備する。

ポイント2、 自分と家族の状況に合わせたものを準備する。

ポイント3、 避難所で生活するときも可能な限り持参する。

具体的に準備するもの

飲料水は、ひとりあたり3リットルを、いちにちぶんの目安に用意し、給水袋も用意する。

食料は、普段から食べているものにくわえて、レトルト食品、インスタント食品、缶詰などを用意する。

燃料関係では、カセットコンロとボンベを用意し、車両の燃料を普段から半分より多い状態に保つ。

これらに加えて、携帯トイレ、トイレトーパー、洗面用具、服用している薬、女性のためのもの（生理用品、化粧品）

乳幼児・高齢のかた、体の不自由な方のためのもの（柔らかい食品、粉ミルク、おむつ）を準備する。

備蓄のコツ1、ローリングストック法で備蓄する

ローリングストック法とは

マルイチ、食べ物や日用品を多めに購入します。

マルニ、古いものから日常の中で消費します。

マルサン、減ったぶんを補充し、常に少し多めの状態をキープします。これをくり返し行うという方法です。

備蓄のコツ2、携帯トイレを備える

断水や、下水の配管の破損に備えて携帯トイレを準備しましょう。

家庭の便器に取り付けて使用します。

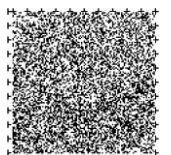
4、避難訓練、防火防災訓練

ポイント1、 避難訓練

避難する場所を決めて、実際にそこまで歩く訓練をしてみましょう。

ポイント2、 防火防災訓練

地域の防火防災訓練に参加して、初期消火や応急救護の方法を学びましょう。



5、地震発生後の行動

ポイント1、身の安全

落下ぶつから頭を保護する、安全な場所に移動するなどの行動を優先し、揺れがおさまってから避難する。

ポイント2、助け合う

協力してけが人の救護や閉じ込められた人の救出活動を行う。

ポイント3、避難時の注意点

ガスの元栓を閉め、ブレーカーを落とし、出火の原因を作らない。

ポイント4、地震発生時の避難の流れ

まずは自宅や自宅周辺の状況（火災や避難情報など）を確認する。

ケース1、自宅周辺に火災などの危険がなく、避難の指示がない場合

パターン1、自宅に被害がない場合は、自宅に戻る

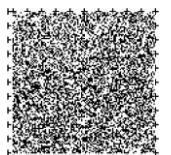
パターン2、自宅に被害があり生活できない場合は、避難所に避難する。

ケース2、自宅周辺に火災がひろがってきて危険になった場合、または避難の指示があった場合

パターン1、いっとき集合場所へ避難する。いっとき集合場所とは、近所の公園や広場など、しゅうだんでひなんするための、集合場所のこと。家族や知り合いのかたと事前に決めておく。いっとき集合場所が安全であればそのままとどまる。

パターン2、危険でいっとき集合場所に行く余裕がない場合、またはいっとき集合場所が危ない場合は、避難場所に避難する。

パターン3、いっとき集合場所や避難場所に避難したのち、自宅周辺の危険がなくなったことが確認できたら、自宅に被害がなければ自宅に戻り、被害があり生活できない場合は、避難所に避難する。



7、災害情報の収集

災害時は信頼できる情報に基づいて行動し、命を守ってください。

マル1、江戸川区防災アプリ

区の防災情報がアプリ一つで分かります。

アンドロイド版、アイオーエス版がそれぞれ無料でダウンロードできます。

マル2、防災行政無線

江戸川区ないに設置しているスピーカーから放送を行います。

放送内容は電話で確認できます。

防災放送確認ダイヤル、ゼロサン サンロクゴウニ イチニハチヨン(通話料がかかります)。

マル3、FMえどがわ ハチジュウヨンテンサン

おお地震などの災害時、FMえどがわでは区の情報を優先して放送する他、

緊急の場合は区役所から直接放送を行います。

マル4、えどがわメールニュース

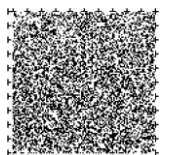
登録されたメールアドレスに情報を配信します。登録は無料です(ただし通信料がかかります)。

マル5、江戸川区公式エックス、アットマークedogawaアンダーバーcity

アカウントをお持ちのかたは災害に備えてフォローしてください。

マル6、東京都防災アプリ

知る・備える・役立つ防災アプリです。 アンドロイド版、アイオーエス版がそれぞれ無料でダウンロードできます。



8、 安否確認の方法

ポイント 1、 方法を確認

家族や知り合いの方との安否確認の方法を事前に確認しましょう。

ポイント 2、 SNS の活用

災害時は音声通話よりつながりやすい場合があります。

ポイント 3、 事前に練習

以下は安否確認の代表的なツールで、毎月ついたちと 15 日に体験利用ができます。

マル 1、 災害用伝言ダイヤル、イチナナイチ

一般電話、公衆電話、携帯電話などから利用できます。

伝言の録音、再生方法

イチナナイチにダイヤルし、録音の場合は 1、再生の場合は 2 を押します。ガイダンスに従って、相手先電話番号を押すと、伝言の録音または再生ができます。

マル 2、 災害用伝言板 ウェブイチナナイチ

安否確認を目的としたウェブ上の伝言板です。

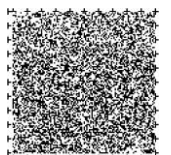
使い方は、<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/> にアクセスし、

電話番号を入力すると伝言の登録と確認ができます。災害用伝言ダイヤルとも相互連携しています。

マル 3、 グーグルパーソンファインダー

氏名による安否情報の登録と検索ができます。 こちらののみ常時体験可能です。

使い方は、<https://www.google.org/personfinder/japan/?lang=ja> にアクセスし、氏名を入力すると安否情報の登録と確認ができます。



9、 おおけがをしたら緊急医療救護所へ

ポイント、 大規模災害時、診療所・クリニックは休診

大規模災害発生直後は区内の医療機関が総力を挙げて負傷者の救護活動を行います。そのため区内の診療所やクリニックは休診となり、以下の病院の近接地に開設される「緊急医療救護所」で負傷者の対応を行います。災害でおおけがをした場合、「緊急医療救護所」へ行ってください。

緊急医療救護所一覧

岩井整形外科病院まえ、江戸川病院まえ、江戸川メディケア病院まえ、東京東病院まえ、同愛会病院まえ、小松川病院まえ、京葉病院まえ、東京心臓不整脈病院まえ、いちもり病院まえ、タムスさくら病院江戸川まえ、江戸川共済病院まえ、タムス松江病院まえ、葛西中央病院まえ、森山記念病院まえ、葛西しょういかい病院まえ、森山脳神経センター病院まえ、東京臨海病院まえ

災害時の医療について、より詳しい情報を江戸川区医師会ホームページから確認できます。

10、 最寄りの給水拠点はどこですか？

ポイント、 断水したら、災害時、給水ステーションへ

震災などにより断水した場合、以下の給水拠点で、東京都水道局が「災害時、給水ステーション」を開設し、水の配布を行います。「災害時、給水ステーション」へ行く際には、からのペットボトルや給水ぶくろを持参してください。

災害時、給水ステーション（給水拠点）一覧

小岩公園、応急給水槽、北小岩6丁目43番1号

新小岩公園、応急給水槽、葛飾区西新小岩1丁目1番3号

篠崎公園、応急給水槽、かみ篠崎1丁目25番1号

おおじま小松川公園、応急給水槽、小松川1丁目7番

一之江まっこうてい、応急給水槽、一之江5丁目14番

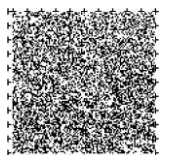
西瑞江給水じょ、東瑞江1丁目26番

葛西給水じょ、きた葛西、3丁目9番

うきた中央公園、応急給水槽、きた葛西、4丁目15番1号

都立、葛西、みなみ高校、応急給水槽、みなみ、かさい、1丁目11番1号

災害時の給水について、より詳しい情報を東京都水道局のホームページから確認できます。



11、避難所

ポイント1、避難所とは

避難所は家屋の倒壊や焼失などで被害を受け、家で生活できないかたを、一時的に受け入れて保護する施設です。

地域全体の支援拠点として、物資の配給場所などの役割も果たします。

ポイント2、区立小中学校など、閉校した6校を含む

区立の全小中学校の他、一部の高校などを避難所として指定しています。災害時はどの避難所についても構いません。

ポイント3、避難所1か所当たりの主な備蓄物資

飲料水、学校の受水槽などの水を使用

食料、クラッカー、アルファ化米

電源など、蓄電池、発電機、カセットボンベ、投光器

毛布など、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

その他の物品、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、おむつ、生理用品、防犯ブザーなど

12、震災じ火災における避難場所

ポイント1、火災から身を守る場所

避難場所は、延焼火災から逃れ、鎮火するまで一時的に待つ場所です。災害時はどの避難場所についても構いません。

区内とその周辺の避難場所一覧

柴又野球場・江戸川緑地一帯、都営高砂団地一帯、私学事業団総合運動場、新小岩公園・平井大橋地区、都立江戸川高校一帯、都営平井アパート一帯

篠崎公園、江戸川清掃工場一帯、江戸川スポーツランド周辺一帯、都立葛西工業高校・西瑞江住宅一帯、亀戸・おおじま・小松川地区、船堀一丁目住宅一帯

行船公園・宇喜田住宅一帯、江戸川南部一帯

防災マップをこちらから確認できます。区内の避難所や避難場所を住所から探すことができます。

https://www.city.edogawa.tokyo.jp/e007/bosaianzen/bosai/kanrenmap/n_bousai_map.html

