

防災指南

專有名詞說明

- **緊急醫療救護所**
從災害發生初期到關鍵救援期(災後 72 小時內)間,將於災害據點醫院及被使用於災害據點合作醫院的場地內,開設緊急醫療救護所,進行檢傷分級,並救治輕症患者。
- **災害儲備倉庫**
用於儲存災後不會立即使用的物品等,為震災救援所的儲備用品倉庫。
- **供水據點**
發生災害時用來供應飲用水的地方,需要準備儲水箱,儲水袋等容器。
- **廣域避難所 / 臨時避難所**
主要是為了在地震中發生大規模火災時,用來保護避難者免受火災影響的臨時避難場所。
- **救援隊總隊(地區居民中心)**
各地區的火災應變中心。將統整從各地收集到的資訊,並提供給災害應變總部及各震災救援所。此外,也是發行受災證明書的據點。
- **返家困難者臨時住宿設施(地區居民中心)**
針對滯留在車站附近或於室外受災而返家困難的人,特別是在返家前無處可去者,提供臨時收容服務設施。
- **第二次救援所(地區居民中心)**
針對災害時需要特殊照護,且難以在震災救援所生活的人,將由區公所考量避難狀況而開設的設施。主要提供救援和照護服務。
- **災害時支援沐浴設施**
災害發生時,支援並提供沐浴及生活用水的設施。

日常防災準備

- 經常確認與家人的聯絡方式,以及平面地圖上的震災救援所和廣域避難所位置。
- 備好寫有地址,姓名,出生年月日,血型,過去病史,聯絡方式,避難所,報平安留言專線等的隨身避難防災卡,以便在發生災害時使用。
- 針對容易翻倒,掉落或移動的家具採取預防措施(例如電視,冰箱等)。
- 配備滅火器及火災警報器,以防止火災發生。
- 針對玻璃的碎裂飛散問題,採取預防措施。
- 不要將任何容易掉落的物品放在高處。
- 為家人儲備三天份的水和糧食(每人每天約需 3 公升水)。
- 準備緊急避難包。

緊急避難包內容物



- 區公所將調配防災物資。諮詢 ▶ 請洽防災課
- 住宅的耐震性 進行耐震診斷,以確保住宅具耐震強度。區公所備有耐震診斷及改建工程費用的補助制度。諮詢 ▶ 請洽建築課耐震改修承辦人員

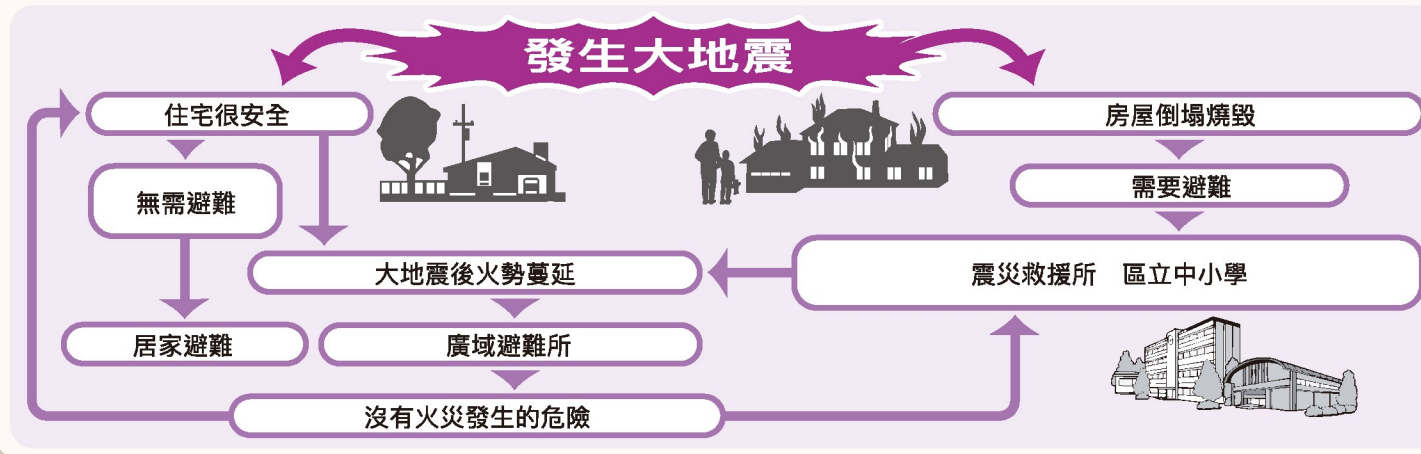
避難方法

● 發生大地震需要避難時

避難是最後的手段

當發生下列兩種情況時需要避難,但無論哪種情況發生,人命救援及滅火當屬第一優先,避難為最後手段。

- 若因房屋倒塌或燃燒而無法留在自己家中時,請到震災救援所避難。區內所有區立中小學都屬於震災救援所,可獲得必要的救助和救援物資,災害資訊等。
- 若火災可能蔓延到居住地方,震災救援所,甚至整個地區或城鎮時,請到廣域避難所避難。大型公園,大學或住宅區等具有寬廣空間的地方將被指定為廣域避難所。



緊急避難時的注意事項



- 準備耐穿的鞋子並換上容易行動的衣物。
- 離開住家時,請關閉電源總開關和瓦斯總開關。
- 在防災會隊長的指示下,盡可能以團體或小組為單位進行緊急避難。
- 請將寵物安置於外出籠裡並攜帶一同避難。在避難地點時,原則上須由飼主自行照顧寵物,因此請備好寵物的飼料和必需品。
- 請勿騎乘自行車。

災情資訊

- **杉並區官方網站**
我們將通知您有關災情,氣象報告,避難所開設資訊等訊息。
<https://www.city.suginami.tokyo.jp/> 杉並區官方網站
- **防災行政無線 電話語音服務**
您可以透過電話確認設在戶外的「防災行政無線廣播塔」所廣播的內容。
【使用方法】
請撥打以下電話號碼。
○以「03」開頭的固定電話, IP 電話, 行動電話, PHS 時
⇒請撥打 0120-170-100(免通話費)
○上述以外(市外電話)
⇒請撥打 03-5378-8221(需通話費)
※在廣播後 12 小時之內皆可確認廣播內容。
- **防災資訊電子報服務**
我們透過電子報提供設在戶外的「防災行政無線廣播塔」所廣播的內容,氣象報告及防災訊息。須事先登錄才可使用本服務。



杉並區官方網站

【電子報發送的訊息】

- 地震警報:在杉並區觀測到震度 3 以上的地震時予以通知。
- 氣象資訊:大雨或洪水特別警報・警報・特報、暴風警報、光化學煙霧警報・特報、大雪特別警報・警報・特報、落雷特報發布及解除的情況
- 雨量資訊:在杉並區觀測到規定的標準值(10 分鐘 10 毫米以上、1 小時 50 毫米以上)以上的雨量時予以通知。
- 河川水位資訊:在妙正寺川、神田川、善福寺川的河川水位達到危險 / 警戒水位時予以通知。
- 土石流警戒資訊:在杉並區發布或解除土石流警戒資訊時予以通知。
- 其他防災行政無線廣播的內容、區公所的緊急通知或犯罪預防資訊等。

【登錄方式】

- ①從您希望接收電子報的智慧手機・平板・電腦等設備發送一封空白郵件(不用在信件內容中輸入任何文字)或任何電子郵件至 t-suginami@sg-p.jp 電子信箱。
 - ②收到回覆的郵件後,請點擊文中的網址。
 - ③請按照登錄畫面的說明,選擇您希望透過電子報接收的資訊,然後點擊登錄按鈕。
- ※只要讀取登錄 QR 二維碼 就會連接到發送電子郵件的畫面。

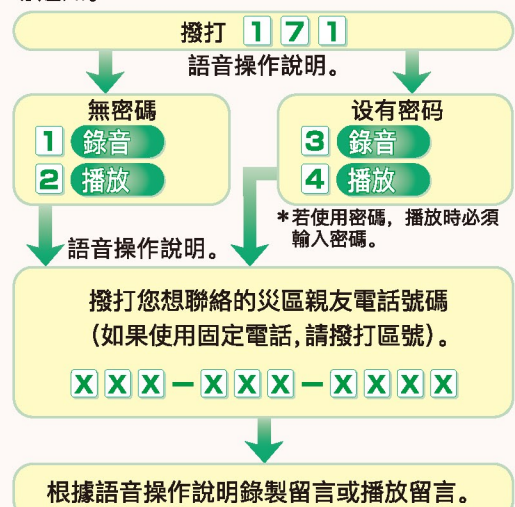


登錄 QR 二維碼

災害時的報平安留言專線(171) 使用方法

使用方法

請撥打「171」,然後按照語音操作說明來進行留言錄音或播放留言。**留言的錄音及播放,須使用災區民眾的電話號碼來進行**,除了災情期間外,平時無法使用。災害發生之際,若將開放使用留言功能時,我們將透過電視及廣播報導通知。



- 由 NTT 東西日本撥打的電話免通話費。
- 留言錄音時間為每通留言 30 秒以內(提供服務時會通知)。
- 留言將保留到服務提供期間結束為止。
* 保留期間到期後,留言將自動刪除。
- 可登錄的電話號碼有固定電話, IP 電話(包括 050 開頭的電話),行動電話, PHS 等。
- 我們與災害用留言版配合。
・ 171 登錄的留言可以作為音頻文件在 web171 上播放。
・ 在 web171 上登錄的留言可在 171 上進行語音轉換後播放。

- ※1 透過 NTT 東日本, NTT 西日本的電話來錄音或播放留言時免通話費。使用其他電信公司的電話,行動電話, PHS 撥打時,請與各電信公司洽詢是否需要通話費等相關問題。另外,體驗服務時也相同。
- ※2 將收取網路連接費和通訊費。

● 詳情請參閱 NTT 東日本網站。
<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/index.html>
災害用報平安留言專線(171),
災害用留言板(web171)的資訊

每個月1日、15日都可以試撥體驗「171」的留言功能!



*災害發生時,將可能暫停體驗服務。

為了讓您在實際災害發生時可以順利使用這項服務,我們定期開放體驗,請務必試用體驗看看。
○ 新年期間(1月1日~1月3日)
○ 防災志工週(1月15日~1月21日)
○ 防災週(8月30日~9月5日)