

震災時の避難先について重要なお知らせ

令和4年6月30日に発生した立川第七中学校体育館の火災により、当面の間、体育館が使用できない状況です。立川第七中学校を一次避難所として開設する場合は、教室棟を開設し、避難者の状況に応じて、近隣の二次避難所3か所（西砂学習館、西砂会館、一番福社会館）へ移動となります。

震度5強以上の地震発生！

火災の危険・倒壊の危険

なし

あり

在宅避難



組織ごとに定めてある
一時避難場所へ

自宅での
生活が困難

七中
以外

避難所

避難先は限定されていません
市内外の開設している避難所であれば
どこでも避難可能です

七中に避難する場合



教室棟を避難所として開設します

避難者の状況により、
近隣の二次避難所へ移動

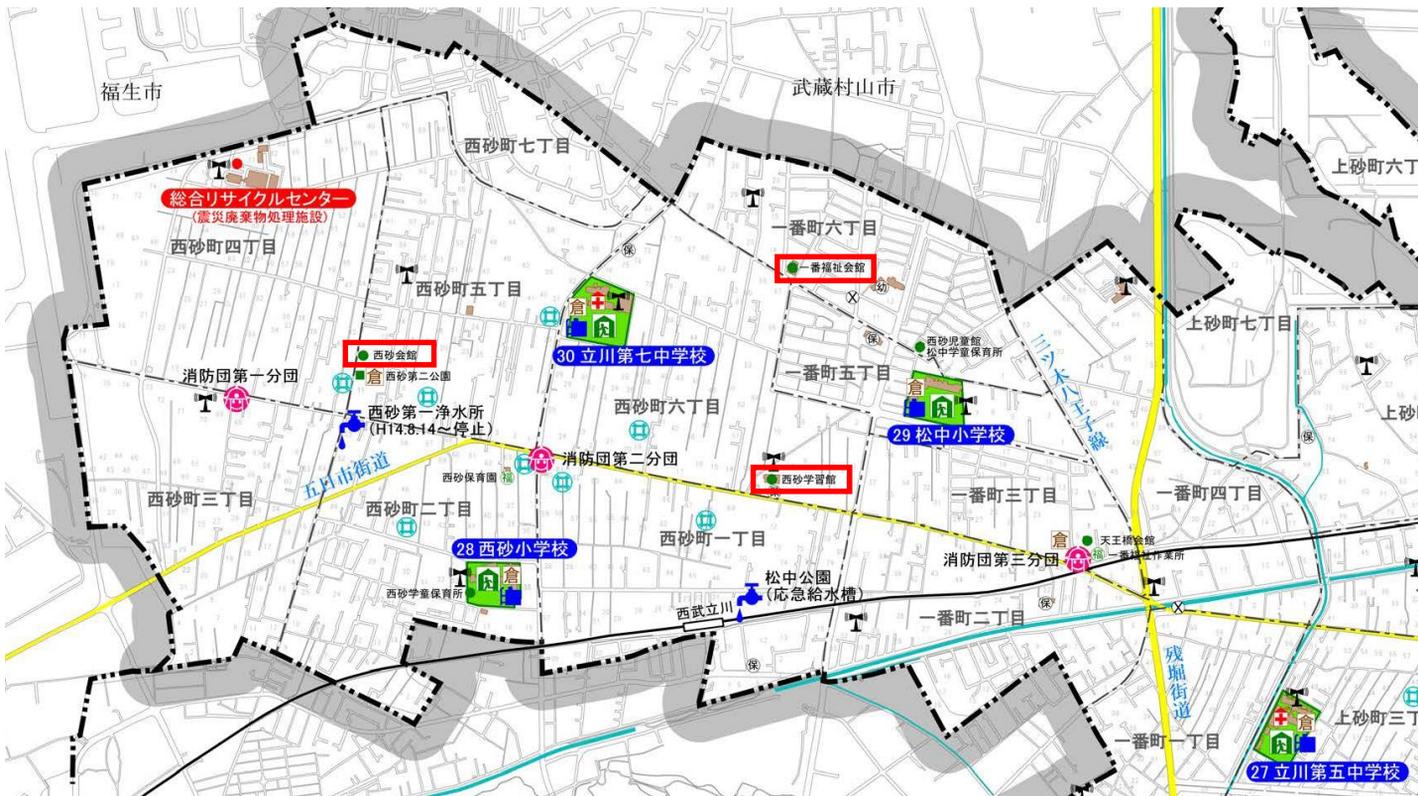
二次避難所

西砂学習館、西砂会館、一番福社会館

二次避難所3か所の避難者受付は
七中で行います

七中へ避難

立川第七中学校周辺の防災マップ



選択肢は避難所ではありません！

まず

自宅が安全なら
「在宅避難」を検討

次に

安全な親戚・知人宅への
避難も選択肢の一つ

最後に

もちろん
避難所への避難も可

◎ハザードマップで自分の家を確認し、早めに行動しましょう。

在宅避難をするには・・・

在宅避難とは、大きな地震が発生したとき、自宅に倒壊や焼損の危険性がない場合に、避難所へ避難するのではなく、自宅で避難生活を送る方法です。

住み慣れた自宅で過ごしなが、必要に応じて避難所で物資を受け取ることで、ストレスの少ない避難生活を送ることができます。水や食料、日用品等の十分な備蓄、家具の配置や物の整理など、各家庭で地震に対する備えを、日頃から行うことが重要です。



主な備蓄品目

分類	日常使い (常にキープしておく分)	数量	分類	日常使い (常にキープしておく分)	数量
食品等	水	1人1日3L	女性	生理用品	30個セット
	無洗米	4kg		基礎化粧品	適宜
	レトルトご飯	27食	乳幼児	粉ミルク	18食
	乾麺 即席麺	3パック		スティックタイプ	18食
	缶詰(さばの味増煮、野菜など)	9缶		液体ミルク	18食
	果物の缶詰	3缶		アレルギー対応離乳食	9食
	レトルト食品	9個		お尻拭き	3パック
	野菜ジュース	9本	おむつ	30個	
	飲み物(500ml)	9本	使い捨て哺乳瓶	18個	
	チーズ・プロテインバー等	3パック	高齢者	おかゆ	9食
	お菓子	3パック		補聴器用電池	適宜
	栄養補助食品	9箱		入れ歯洗浄剤	90錠
	健康飲料粉末	9袋	災害に備えて準備し、定期的 に使用確認などを行うもの		数量
	生活用品	ポリ袋	1箱	カセットコンロ	2台
		ラップ	1本	カセットボンベ	8本
アルミホイル		1本	簡易トイレ	45回分	
ティッシュペーパー		4箱	懐中電灯	2灯	
トイレトペーパー		4ロール	LED ランタン	最低3台	
点火棒		1本	ヘッドライト	4個	
布製ガムテープ		2巻	乾電池	適宜	
衛生用品	軍手	9組	手回し充電式などのラジオ	1台	
	ビニール手袋	1箱	携帯電話 充電器	適宜	
	救急箱	1箱	リュックサック	1個	
	マスク	9枚			
	常備薬	1箱			
	除菌ウェットティッシュ	120枚			
	使い捨てコンタクトレンズ	1人1か月分			
アルコール消毒液	2本				
歯磨き用ウェットティッシュ	90枚程度				

夫婦と乳幼児、
高齢者女性1人の
4人家族の例

家具などの配置スペースを考える

ドアや避難経路をふさがないように、家具配置のレイアウトを工夫しましょう。部屋の出入口や廊下には家具類を置かないように、さらに、引き出しの飛び出しに注意し、置く方向を考えましょう。



東京備蓄ナビ

<https://www.bichiku.metro.tokyo.lg.jp/>

※右表のような、各世帯構成に合った備蓄品一覧を作成できます。

