



# 地震の備え 私が主役

編集：阿佐谷南・高円寺南地区  
まちづくりを進める会

発行：杉並区役所都市整備部  
まちづくり推進課

TEL.03-3312-2111 (内線3365)

平成23年12月

馬橋3丁目  
東自治会エリア

## 私たちの防災マップで備え万全。

地震に備えてオリジナル防災マップを作りましょう。

### オリジナル防災マップの作り方(下の地図に書き込みましょう)

- ①自分の家と避難する場所に印をつけよう
- ②家の近くのどこに消火器があるか確認しよう
- ③震災救援所や広域避難場所に避難するルートを考え、地図に線を書き込もう
- ④避難ルート上にどんな危険があるか、チェックリストを参考に地図に印を記入しよう
- ⑤実際に避難ルートを歩いて安全性を確認しよう



### チェックリスト

チェック項目	地図に書き込むマーク
自宅	◎
古い建物が多い場所	○
ブロック塀や高い塀	〰〰〰
狭い道	—
地震で落下、倒れそうな物*	●
空き地、駐車場	□
AED	Ⓐ

\*落下、倒れそうな物に自動販売機、電柱のトランス、高圧線などがあるよ

**馬橋3丁目 東自治会エリア**

木造の建物が多く大規模火災が起こりやすい地区とされているよ

地震時には狭い道は通れなくなってしまうね

家の近くのどこに消火器があるか知っているかな

生け垣は地震時にも倒れてこないから安全だね

地震が起きたら必ず徒歩で逃げよう

**凡例**

- 街頭消火器
- 大型消火器
- 井戸
- 防火水槽
- 可搬ポンプ
- 生け垣
- 行き止まり
- 抜け道
- 広めの道路(4m~)
- 公衆電話

清川病院 馬橋 印刷局 高円寺南公園 杉並第六小前 杉並第六小学校 震災救援所 保健センター

JR中央本線 桃園川緑道

100t

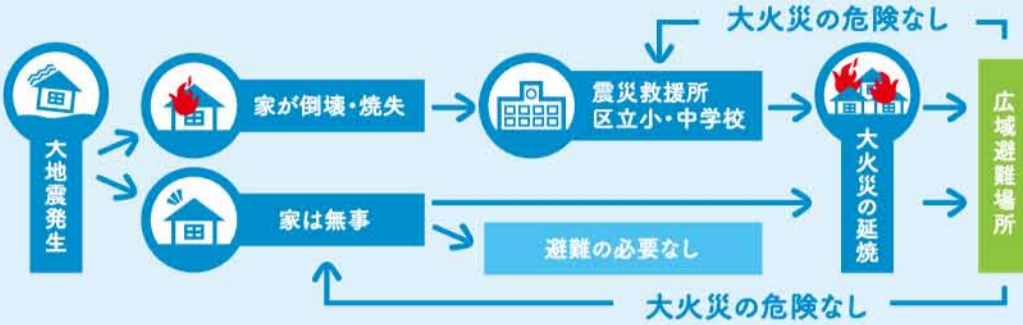
100m

# わが道を行く。確認して安心。避難の方法、避難場所。

## 避難方法と避難場所

家が無事で、地域に火災の危険がなければ、慌てて避難する必要はありません。火の手や煙が近くに見えたり危険を感じた時はすぐに避難しましょう。避難は最後の手段です！ 次のような時に避難しましょう。

- 家が倒壊・焼失し、自宅にいられなくなった時 → **震災救援所**
- 大火災の延焼により、自宅や震災救援所が危険になった時 → **広域避難場所**



地域の震災救援所 ..... **杉並第六小学校**  
 地域の広域避難場所 ..... **和田堀公園(西地区)**

## 避難の際の注意点

- ・動きやすい服装、丈夫な履物で必ず徒歩で避難しましょう。
- ・家を出る時は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。
- ・お互いに助け合いながら、出来る限り集団で避難しましょう。

## 広域避難場所マップ



# 地震の備え 怠りません。来るまでは!

## 我が家のルール

家族と一緒にいない時に災害が起きたらどうするか、集合場所等を決めておきましょう。

- 集合場所
- 連絡方法  
災害発生後、どうやって連絡を取り合う?
- 



連絡リスト(緊急時の連絡先をメモしておきましょう)

連絡先	電話番号



**NTT災害用伝言ダイヤル171の使い方**  
 伝言をする 171→1→自宅の電話番号→録音  
 伝言の再生 171→2→自宅の電話番号→再生

## 馬橋地区

まもるため ばっちり備える しんさいに  
 ちいきの力で くいとめよう  
 日頃の備え

- ・家の耐震性を強化しましょう。
- ・区の助成制度の詳細は、杉並区役所建築課耐震改修担当まで。
- ・家具の転倒防止、落下物の確認などを行いましょう。
- ・災害発生時にどう行動するのかシミュレーションしましょう。
- ・火災発生時の初期消火に備えましょう(街頭消火器の位置の確認、風呂水のくみ置き等)。
- ・非常用持ち出し品の準備をしましょう。

## 非常用持ち出し品の準備をしましょう



## 防災マップの作成にあたって

- ・本防災マップは住民有志による“阿佐谷南・高円寺南地区まちづくりを進める会”のメンバーがまち歩きやマップ内容の検討を行い作成しました。
- ・まちづくりを進める会はどなたでも参加できます。活動に興味のある方は、表面連絡先までご連絡ください。

