

防灾指南

用语说明

- **应急医疗救护场所**
从地震发生到应急状态期间（灾后 72 小时以内），将在灾害救治定点医院及灾害救治点合作医院用地内，开设应急医疗救护场所，根据伤病情况进行分类安置，并对轻症患者采取治疗。
- **救灾物资储备库**
主要指用于存放灾后未即时使用物品的仓库。
- **供水点**
发生灾害时，提供饮用水的场所，需自行准备塑料桶及水袋等。
- **广域避难场所、应急避难场所**
主要是指地震引发大规模火灾时，确保人身安全的应急性避难场所。
- **救援核心区（地域区民中心）**
各地区的火灾防范处。
主要职责是收集来自各方的信息，并向防灾总部及各震灾救援场所提供信息等。
此外，还负责发放受灾证明。
- **避难者临时滞留设施（地域区民中心）**
为车站周边的滞留人员及在室外受灾的避难者等提供临时安置的场所，直至大家可以回家。
- **二次救援场所（地域区民中心）**
灾害发生时，针对需要特殊照顾的人员，特别是在震灾救援场所生活困难的人员，杉井区会结合避难状况采取救援、救护，并开设相应设施。
- **灾害发生时可洗澡的设施**
灾害发生时可进行洗澡及提供生活用水的设施。

日常防护

- 确保与家人之间的联络方式，掌握震灾救援场所的平面地图及广域避难场所的位置。
- 建议制作携带联络卡，以供避难时使用，请写好姓名地址，出生年月日及血型，既往病症，联络方式，避难场所，可留言电话等信息。
- 采取相应措施防止家具类物品的倒塌、掉落、移动。（包括电视及冰箱等）
- 以防火灾，建议备好消火栓，火灾报警器。
- 注意防止玻璃碎片飞散。
- 易掉落物品，请不要放置高处。
- 储备家庭成员 3 天所需的水及食物。（每人每天大约需 3 升水）
- 建议准备非常时期的应急物品。

应急物品



- 杉井区役所销售防灾用品包。
请咨询 ▶ 防灾科
- 住宅的抗震度 进行抗震检测，选择抗震度强的住宅非常重要。
杉井区为您提供抗震检测，整修工程费用的支援制度。
请咨询 ▶ 建筑科抗震整修负责人

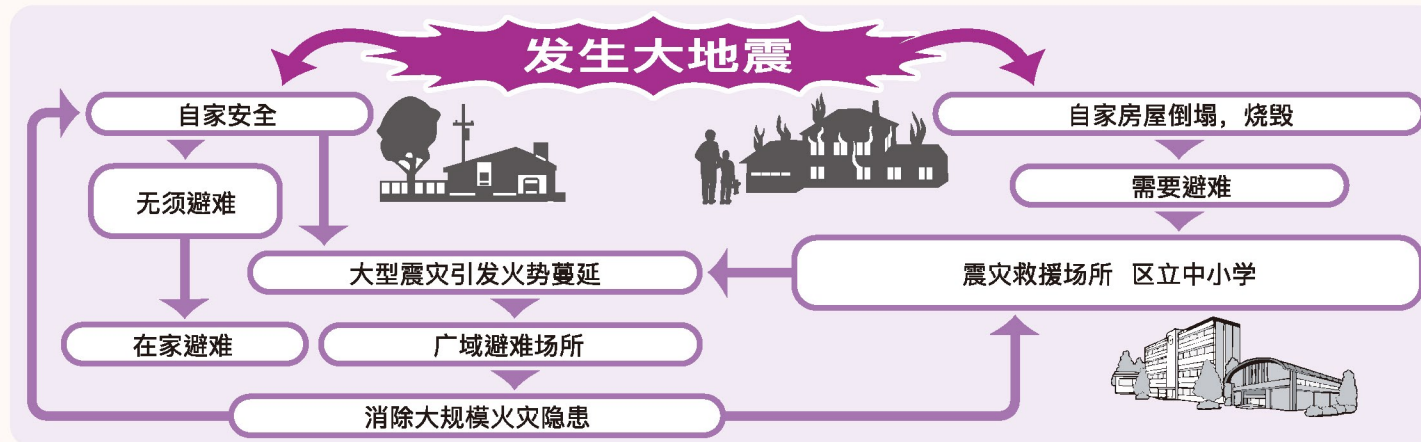
避难方法

- 发生大地震需要避难时

避难是最后选择的方法

以下两种情况需要避难。无论哪种情况，均应优先救助生命或灭火，最后再考虑避难。

- 因自家房屋倒塌或烧毁，无法在家避难时，可前往震灾救援场所避难。
在杉井区所有的区立中小学内均可得到相应的救援，并获取所需救援物资及灾害信息等援助。
- 当自家房屋、震灾救援场所、所在区或街道发生大规模火灾，且火势蔓延，请前往广域避难所（大型公园、大学校园、公寓等空间宽阔的地方）避难。



避难时的注意事项



- 建议准备结实的鞋子，并更换活动方便的衣服。
- 出家门时，请关闭电闸及煤气阀门。
- 请在防灾小组领导等的引导下，尽可能多人集体避难。
- 可携带宠物（放入笼子内）一同避难。在避难场所，宠物原则上由主人负责照顾，请自行携带宠物食品及其他所需物品。
- 请不要使用自行车避难。

信息收集

- **通过杉井区官网**
发布灾害信息、气象信息、避难所开设信息等相关信息。
<https://www.city.suginami.tokyo.jp/> 通过杉井区官网
- **为您提供防灾行政无线电话服务。**
通过设置于室外的“防灾行政无线广播塔”传送播报内容，您可通过电话进行确认。
【使用方法】
可拨通以下电话号码。
○“03”开头的一般电话、IP 电话、手机、PHS 请拨打⇒0120-170-100(免费)
○除此以外(东京都以外的电话)⇒请拨打 03-5378-8221(收费)
※可在 12 小时内查询播放内容。
- **防灾、防灾信息邮件发送服务**
通过设置于室外的“防灾行政无线广播塔”发送气象信息、防止犯罪相关信息等内容。若需要此服务，请事先登录。

【发送信息内容】

- 地震发生信息：杉井区发生3级以上地震的情况。
- 气象信息：大雨及洪水特别警报、警报、警告，暴风警报，光化学烟雾警报、警告、大雪特别警报、警报、警告、雷电预警的发布及解除。
- 雨量信息：观测到超出杉井区所规定的标准雨量（10分钟10毫米以上，1小时50毫米以上）的情况。
- 河流水位信息：妙正寺川、神田川、善福寺川的河流水位到达危险、警戒水位的情况。
- 泥石流灾害警戒信息：杉井区的泥石流灾害警戒信息的发布及解除。
- 此外，作为防灾行政无线广播的内容之一，杉井区还会发送紧急通知、防止犯罪的相关信息等。

【登录方法】

- ① 使用希望接收信息的智能手机、平板电脑、电脑等，发送无内容的邮件或任意内容的邮件至，邮箱 t-suginami@sg-p.jp
- ② 收到回信后，点击邮件中的链接。
- ③ 按照登录页面的指示，选择接收信息，按登录即可。
※扫描登录用二维码，启动发送邮件页面

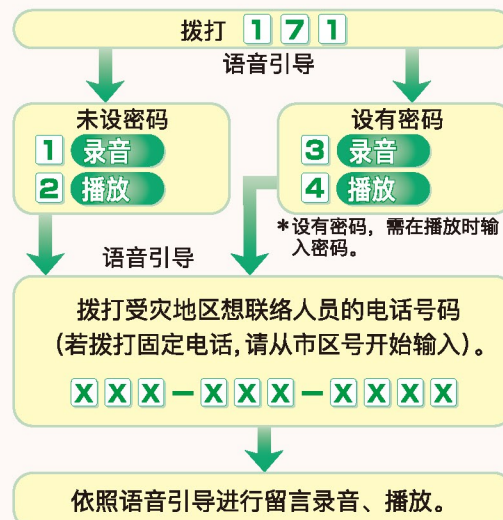


登录用二维码

灾害留言电话（171）的使用方法

使用方法介绍

拨打“171”后，请根据电话语音指引进行留言录音、播放。**有关留言的录音、播放，请使用受灾地区所在区域的电话号码。**此外，正常情况下无法使用此热线。发生灾害时，电视和广播会播报可使用通知，敬请注意。



- 使用 NTT 公司东日本及西日本的通话费均为免费（※1）
- 留言录音时间为 1 个留言 30 秒以内（使用时有提醒）
- 留言保存时间至使用期结束为止
* 超过留言保存时间将被自动删除。
- 可登录的电话号码为固定电话，IP 电话（包括 050 开头的电话），手机，PHS。
- 与灾害用留言板同步（※2）
· 登录在 171 的留言，可使用网络 171 作为语音文件进行播放。
· 被登录到网络 171 的留言，可通过 171 转换语音，进行播放。
- 详细内容请查询 NTT 东日本网站。
<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/index.html>
灾害留言电话（171），灾害留言板（web171）的信息

每月1号、15号可以体验如何使用“171”电话服务！



* 灾害发生后，无法进行体验，敬请注意。

为了让大家在灾害发生后，能顺利使用此电话，我们提供体验服务。请一定试试！

- 新年初始（1月1日-1月3日）
- 防灾与志愿者周（1月15日-1月21日）
- 防灾周（8月30日-9月5日）