



## 在宅避難の備えできていますか?

1面のつづき

### 情報収集はこうする

スマートフォンは外出先からも情報収集ができる便利なツールです。しかし、災害時には通信がつながりにくくなる可能性もあります。様々な情報収集手段を確認しておきましょう。

#### スマートフォン

事前登録やブックマークなどをおこなしましょう。

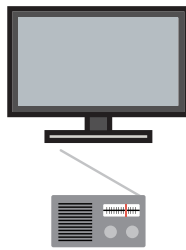
- ☑世田谷区ホームページ
- ☑災害・防犯情報メール配信サービス
- ☑Twitter ☑LINE
- ☑緊急速報メール (登録不要)
- ☑防災マップアプリ
- ☑Yahoo! 防災速報アプリ



#### テレビ・ラジオ

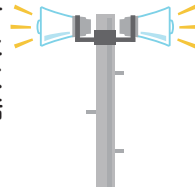
区内の情報収集する方法を知っておきましょう。

- ☑テレビ▶ケーブルテレビ各社 (イツ・コミュニケーションズ、ジェイコム東京)  
※テレビのデータ放送 (リモコンのdボタン) でも確認できます。
- ☑ラジオ  
▶エフエム世田谷 (周波数83.4メガヘルツ)



#### その他

- ☑防災行政無線  
▶区内189か所に設置されています。防災無線電話応答サービス (☎0180-99-3151) に電話すると、24時間以内に放送された内容を聞くことができます (通話料がかかります)。



各情報収集ツールの詳細や登録方法は、区のホームページでご確認ください▶▶▶



### 備蓄を進めよう

1人最低3日分、できれば1週間分を備蓄しましょう。乳幼児やペットがいる家庭など、それぞれの家庭によって必要なものは異なります。どんなものがよいか考えてみましょう。

#### ●備蓄品の一例

- ☑水 (1人1日3ℓ目安) ☑食料 ☑スマホ充電器 ☑トイレ (1人1日5回分目安)
- ☑明かり ☑カセットコンロ・ボンベ ☑常備薬 ☑乳幼児用品 ☑ペット用品 など

#### ●防災用品のあっせん

区では、家庭用防災用品 (水・食料・防災用品・消火器・住宅用火災警報器・感震ブレーカー等) をあっせんしています。

詳しくは、区のホームページ、チラシ (災害対策課、総合支所地域振興課、まちづくりセンターにあり) をご覧ください。

住宅用火災警報器の寿命は10年が目安です。全ての住宅に設置が義務付けられてから10年以上が経過しました。ご自宅の住宅用火災警報器の設置時期を確認しましょう。

#### ローリングストックで無理なく無駄なく備えましょう

食品や日用品は普段から利用しているものを少し多めに用意しましょう。古いものから順に消費し、減った分を補充していくことで、常に少し多めの状態をキープできます。



#### 清掃・リサイクル部からのお願い

災害発生時は、通常の資源・ごみ収集は中止となる可能性が高く、その場合の資源・ごみは、区から案内があるまで、集積所に出さず自宅内で保管いただくようお願いします。  
問 清掃・リサイクル部事業課 ☎6304-3297 FAX6304-3341



### 災害からペットを守るために

#### 1 日頃からの備えが大切です

飼い主の方は、災害時に備え、自宅の耐震化やペットの預け先の確保等、避難をせずに済むような対策を行うことが重要です。また、やむをえず避難所で生活する場合を想定して、エサ・水 (最低5日分、できれば7日分) や常備薬、トイレ用品、携帯用ペットケージ、リード、健康記録等を準備してください。避難所にはペット用の備蓄はありません。避難所では、ペットに鑑札やマイクロチップ、名札等を装着し必ず身元表示を行いましょう。ケージに慣らす、トイレを覚えさせる、むだ吠えをさせない等の基本的なしつけも大切です。

#### 2 被災動物ボランティアを募集しています

区では、災害時のペット同行避難を円滑に行うための方策の一つとして、被災動物ボランティアを募集しています。

共通事項 備 詳しくは、リーフレット (世田谷保健所生活保健課、総合支所くみん窓口・出張所・まちづくりセンター、図書館等にあり) または区のホームページをご覧ください。  
問 世田谷保健所生活保健課 ☎5432-2908 FAX5432-3054



### 区議会 第3回定例会を開催する予定です

内容 / 3年度決算の審議等

開催予定 / 9月20日(火)～10月21日(金)

本会議と決算特別委員会の模様は、区役所第1～3庁舎と総合支所、市民活動支援コーナー (キャロットタワー 3階)、区のホームページ [世田谷区議会](#) でご覧になれます。

FMラジオ・エフエム世田谷 (83.4MHz) では、9月22日(木)から代表質問及び一般質問の録音放送を行う予定です (月～金＝午後5時から、日曜＝午後7時から)。

問 区議会事務局 ☎5432-2779 FAX5432-3030

### 新型コロナウイルス感染症に関する相談

発熱や咳・痰、全身のだるさなどの症状がある方は、まずは「かかりつけ医」に電話でご相談ください。

「かかりつけ医」がない、相談する医療機関に迷う等の場合

世田谷区発熱相談センター ☎03-5432-2910 (月～金曜(祝・休日含む)午前8時30分～午後5時15分)

東京都発熱相談センター

発熱外来を実施している医療機関リストは、こちらからもご覧になれます▶

症状のご相談＝☎03-5320-4592 ☎03-6258-5780 (いずれも24時間・多言語対応)

医療機関案内専用＝☎03-6732-8864 ☎03-6630-3710 ☎03-6636-8900 (いずれも24時間)

FAX03-5388-1396 (電話での相談が難しい方)



症状はないが不安に思う方、その他新型コロナウイルス感染症に関するご相談

世田谷区新型コロナウイルス相談窓口 ☎03-5432-2111 FAX03-5432-3022

(平日午前8時30分～午後5時15分)

東京都新型コロナ・オミクロン株コールセンター (毎日午前9時～午後10時・多言語対応)

☎0570-550-571 FAX03-5388-1396 (電話での相談が難しい方)

療養期間終了後も症状が残っている方はご相談ください (「コロナの後遺症について」とお申し出ください)。

世田谷区コロナ後遺症相談窓口

☎03-5432-2910

(月～金曜(祝・休日含む)午前8時30分～午後5時15分)

※PCR検査等で陽性と診断されてから1～2か月以上経過した方は、東京都が設置する相談窓口もご利用いただけます (後記二次元コード参照)。

新型コロナウイルス感染症に関することについて詳しくはこちら▶▶▶

