

## 上馬地区にお住まいの皆さま

### 在宅避難の備えをしましょう！

避難所は、災害時に自宅の倒壊や火災に見舞われ、自宅に戻ることができない方のために開設されます。一時的に避難しても、自宅に戻ることができるのであれば自宅で生活していただく「在宅避難」が基本です。自宅で生活ができない場合は、親せきや知り合いのお宅に身を寄せる「縁故避難」もお考えください。

自宅の慣れ親しんだ空間での在宅避難に備え、食料や飲料水の備蓄(できれば一週間分)、家具転倒防止など準備を進めましょう。

次に避難所の現状をお伝えします。

#### 1 避難所収容人数の限界

避難所の駒沢小、駒沢中、三軒茶屋小、旭小、中里小の収容人数はいずれも1千から2千人程度です。感染症対策をすると、さらに3分の1程度になります。一方、管内人口は約3万人で、とても収容しきれません。

#### 2 避難所の厳しい生活環境

避難所の居住スペースは一人たたみ1畳分です。見知らぬ方と共同生活になるほか、衛生面やペット受入れ態勢が不十分な場合もあります。

#### 3 避難所には備蓄がない

避難所の食料備蓄は約一日分です。外部からの支援が来るまでは自分たちの食料を分け合うしかありません。飲料水の備蓄は全くありません。



## 防災士からのおはなし



東京直下地震は、いつ、どこにいる時に起きても不思議ではありません。例えば、冬の夜に買い物に出かけた先で大地震に遭遇したと仮定します。

そんな時に少しでも安心して朝を迎えることができるよう、携帯できる防災パックを考えました。

いざという時のためにカバンに入れたり、就寝時に近くに置いてはいかがでしょうか。

#### ◎防災パックの内容(一例)

- ①小型LEDライト
- ②ホイッスル
- ③防寒用アルミシート
- ④使い切りカイロ
- ⑤ばんそうこう
- ⑥世田谷区作成の防災カード

これらをまとめて入れるポーチを含め、ワンコイン500円程度でそろえることが可能です。



#### 災害時安否確認カードもご利用を

世田谷区内で震度6以上の地震が発生した場合、まず、ご自身やご家族の安全を確保します。

確保ができたなら「災害時安否確認カード」をご自宅の外から見やすい場所に掲げてください。

カード掲示ができない住宅は被害がないか、ご近所内で確認をお願いします。

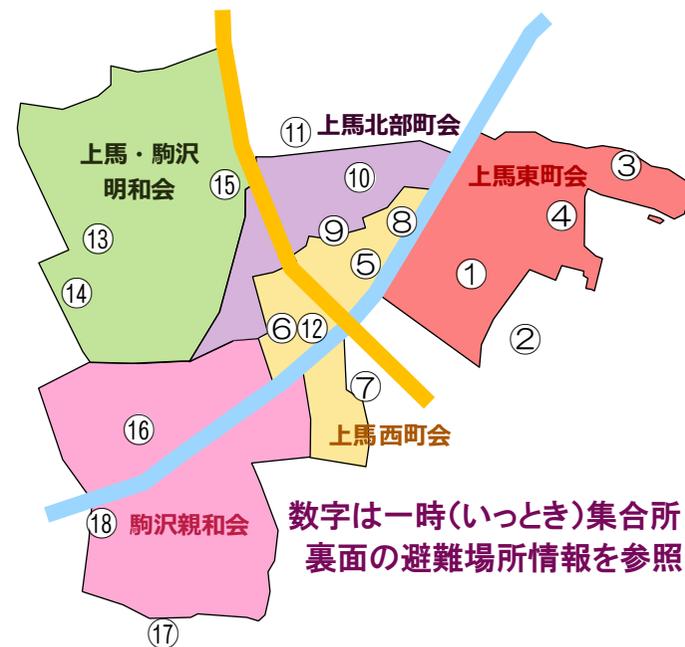
カードは上馬まちづくりセンターで配布しています。お気軽にお問い合わせください。

#### 作成協力

郵便番号154-0011 世田谷区上馬4-10-17  
世田谷区世田谷総合支所 上馬まちづくりセンター  
電話: 03(3422)7415  
FAX: 03(5486)7668  
ホームページ: <https://www.city.setagaya.lg.jp/setagaya/008>

## 防災パンフレット

### 上馬地区は在宅避難も推進します！



数字は一時(いつとき)集合所裏面の避難場所情報を参照



世田谷区災害・防犯メールはこちらから

災害時伝言ダイヤル 171

上馬地区町会連合会  
上馬地区区民防災会議 共同作成