等々力防災Watch! No.20

在宅避難をするために

「災害が起きたらまずは避難所へ」そう思っていませんか？避難所での生活は、選択肢のひとつに過ぎません。自宅での安全が確保できる状況ならば、在宅避難を考えてみましょう。住み慣れた自宅で過ごすことで、心身の健康を保ちやすくなります。災害に備えて、今すぐにできる事前の準備を2点ご紹介します。

☑正確な情報手段を確認しておこう

非常時の混乱した状況の中では、デマや噂が多く出回ります。災害時に正確な情報を入手するための手段やツールを、事前に確認しておきましょう！また、町会・自治会の活動に積極的に参加して、地域の方と声を掛け合える関係を築いておきましょう。

①ラジオ

区内の地震情報、被害状況、生活情報などの災害情報を、エフエム世田谷(周波数FM83.4MHz)でお知らせします。

エフエムせたがや
ホームページ →

②世田谷区防災ポータル (令和5年9月から運用開始)

災害時における「避難情報」、「避難所の開設情報」など様々な情報を確認できます。平時においても、日頃からの備えに役立つ情報として、避難所やハザードマップの情報などを確認することができます。
また、東京都の公式アプリ「東京都防災アプリ」にもリンクできます。(世田谷区防災ポータル内「災害時の情報」→「防災アプリ」をクリックしてください。)

世田谷区
防災ポータル →

世田谷区防災キャラクター
じじょすけ

③災害・防犯情報メール配信サービス

あらかじめメールアドレスを登録された方を対象に、災害・防災情報が電子メールで送信されます。
(パソコン・携帯電話などで受信可能です。)

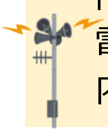
メール登録サイト→

④X(旧Twitter)

Xに登録した上で世田谷区危機管理部アカウント(@setagaya_kiki)をフォローすると、災害・防災情報などが配信されます。

X公式アカウント→

⑤防災行政無線・広報車



「防災無線電話応答サービス(TEL050-5536-6957)」に電話すると、24時間以内に無線塔から放送された内容を聞くことができます。※通信料がかかります。

世田谷区
ホームページ →

☑トイレ備蓄、忘れていませんか？

災害時には、自宅のトイレが使えなくなることがあります。トイレに行くのを我慢すると、体調を崩す原因となります。いざという時のために、ここでは３つのポイントを押さえておきましょう！

①水洗トイレを使用する前に、ここをチェック！

・停電していないか？
・断水していないか？
・排水管は破損していないか？
(水漏れ、床下や天井裏からの水が垂れる音、汚水のにおいに注意)

⚠ 排水管の損傷がないことを確認できるまで、トイレを使わないようにしましょう。

②水洗トイレが壊れてしまったら携帯トイレを使いましょう！

・凝固剤などで固めることができて衛生的なので、平時には旅行やドライブに、キャンプやアウトドアにも適しています！お近くの100円ショップなどで購入できます。

ごみ袋2枚と細かく破いた新聞紙でも代用できます。

③携帯トイレはどれくらい必要？

・例えば3人家族なら…？

５回×家族３人分×７日 ＝１０５回分/週

（５回：成人の平均排泄回数　７日：国が推進する日数）

★食料品やその他日常備蓄については、前号(No.19)をご確認ください！
前号(No.19)は、等々力まちづくりセンターにて配布しております。
ホームページからもご覧いただけます。→

発行者：等々力地区区民防災会議
事務局：世田谷区等々力まちづくりセンター
ＴＥＬ03-3702-2143　ＦＡＸ03-3702-1165

「等々力防災 Watch！」は春と秋の年２回発行しております。
印刷費の一部には、等々力地区の古着・古布回収の売り払い金が充てられています。 R6.03