

目黑 防灾地图



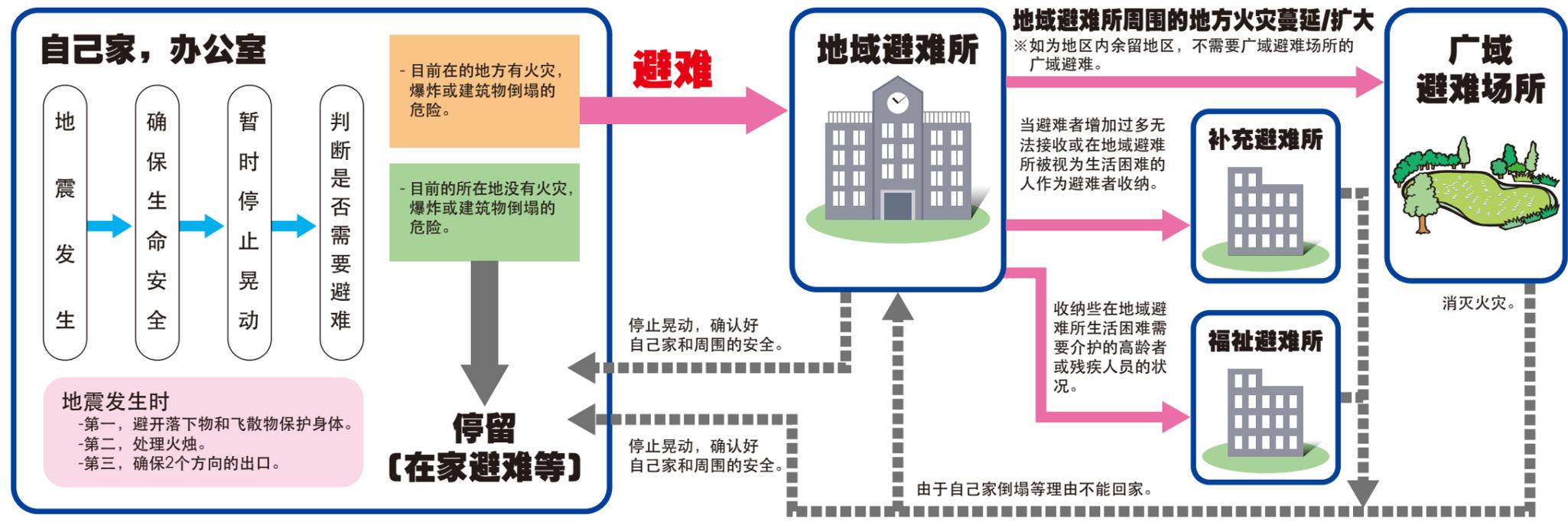
目黑区防灾课
2024年3月发行

防灾卡

姓名	血型	主治医生, 慢性病, 投药状况等
地址		
出生年月日	年 月 日出生	姓名
电话号码	电话号码	紧急联络方式

为防备在灾害时受伤自己无法与家族人员联系的情况, 请事先写作预备好。

避难的方式



如果在下列地方遇到地震

- 在建筑物的地下**
发生火灾烟雾弥漫时, 用手帕等覆盖嘴巴, 保持低姿势沿着墙壁避难。
- 在大厦内**
千万不要用电梯。万一在电梯时马上在最近的楼层下。
- 在电车或公共汽车内**
按照工作人员的指示避难。不要随便出去。

防灾地图AP <英语版同时发布>

目黑区防灾地图APP为一款免费APP, 可通过手机或平板为您提供本区防灾相关信息。可以搜索距离您所在位置(目黑区内)最近的避难所, 以及发生灾难时避难所的状况等。另外, 还可查看防灾地图或各类灾害危险等级地图, 并可以收到本区推送的防灾相关信息。此外, 也可以离线查看地图, 或使用GPS功能导航至避难所。可以在应用商店中搜索“目黑区防灾地图APP”, 提前下载防灾地图APP并使用。



需储备最低3天(目标为7天)份量的食物·饮料水

- 储备些粮食不需要用火煮沸。饮料水以成人1天1升为准。
- 由“东京都归宅困难者对策条例”规定各公司有义务努力储备职员全员能用3天的粮食和饮料水。
- 宠物的饲主需储备最低3天(目标为7天)份量的宠物用食物以及厕所用品。

避难时的规定

- 关上电闸(配电盘)的开关。
- 按照正确的信息行动
- 不用汽车。
- 协助老年人和残疾人的避难。
- 注意建筑物和墙壁的倒塌, 注意招牌和玻璃等落下物。
- 宁愿绕行选择安全的道路, 也不要回到危险的地方。
- 宠物需关在笼子或者用绳子受牵引下行动。
- 建议事先与家族或者公司内部商量决定只有家族或公司内部的人才知道的联络方式等(去向和联络对象)的规则。

避难时携带的东西

建议平时准备避难时的携带物品。关于粮食和电池等有使用有效期的东西, 定期确认能否使用。

饮料水	500毫升1-2瓶程度
粮食	不使用火也能吃的粮食1-2餐(饼干, 补充营养食品, 罐头等)
照明器具	手电筒, LED携带照明等(1人1个)
信息收集用具	携带广播, 手机, 充电器等
衣服等	工作手套, 防寒衣服, 雨具, 毛巾, 内衣, 防灾头巾, 安全帽等
贵重物品	现金, 存折, 权利证书, 驾驶执照, 保险证等
药品	急救用品一套, 常用的医药, 医药手册等
卫生用品	口罩, 体温计, 消毒液, 一次性手套等
其他	打火机, 万能刀, 杯子, 纸巾, 湿纸巾, 洗脸用具, 保鲜膜, 口腔的清洁·除菌用品(牙刷和除菌纸张)等
看家庭情况需要准备的东西	防灾卡(help card/防灾手册), 妇女保健用品, 尿布, 牛奶, 奶瓶, 婴儿背带, 眼镜, 镶牙, 护理用品, 宠物用品(宠物粮食, 笼子, 入厕用品, 常用药)等

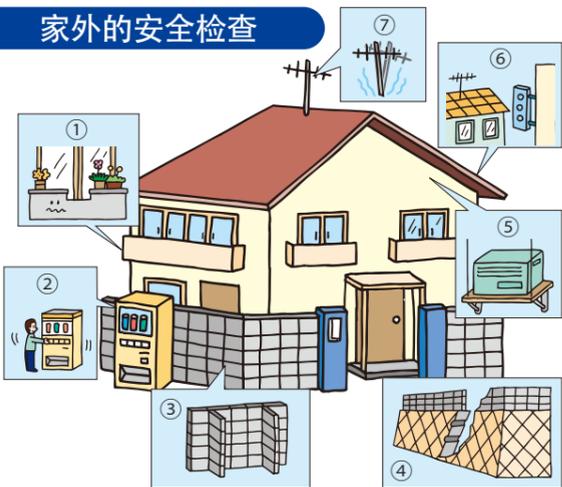
放置的地方

- 建议放在即使周围的东西倒塌或发生停电也能拿到地方。
- 建议设想在外面遇到地震, 把能放的东西放在平时用的包里。

为了免于受灾害

地震时重要的是首先自己不受伤，保护自己的生命。为了免于受灾害，为了顺利进行避难，提前确认好建筑物内外的安全并实施安全对策。

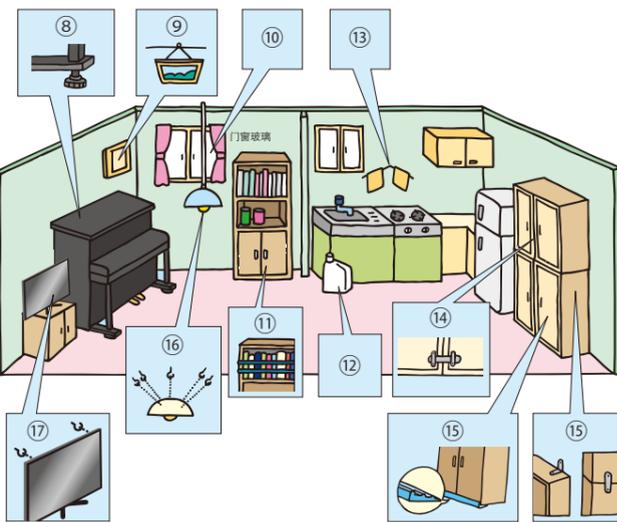
家外的安全检查



※请检查下列项目。

- ①不要在阳台上放容易掉落的东西。
- ②固定好自动售货机防止倒塌。
- ③水泥预制板墙的安全对策。
-墙壁是不是太高?
-有没有支撑?
-有没有倾斜或裂口?
- ④护墙/悬崖有没有异常?
- ⑤固定好空调室外机防止掉落。
- ⑥固定好瓦片, 天线, 看板防止掉落。
- ⑦电视天线 有没有晃动?
- ⑧关于如何固定好附有脚轮的重物, 与购买此物的店商量, 寻求适当的固定方法。
- ⑨画框固定在墙壁上。
- ⑩窗户玻璃上贴飞散防止薄膜。
- ⑪在书架上使用松紧带等防止落下。
- ⑫起火性高的煤油等不要放在火源的附近。
- ⑬在使用火的器具的上面不要放易燃品。
- ⑭左右对开的柜子安装门闩。
- ⑮餐具柜用家具倒塌防止器具固定。
另外2层重叠的柜子把接缝用金属零件连接。
- ⑯吊灯用金属零件固定。
- ⑰容易倒塌的电视跟墙壁固定。

家内的安全检查



风水害的防备

建议为了防备台风或集中暴雨造成的风水害，注意气象信息并提前实施对策。

◆为了避免半地下式停车场和低洼地带的浸水，堆沙袋或安装止水板。

→区内66个地方准备了沙袋，必要时可以自由拿去使用。

土袋设置位置的地图，可以使用右侧的二维码查看。
需要大数量的沙袋时，请在风雨变猛之前跟道路公园服务办公室目黑地区服务系(电话03-3711-6825 只有日语对应)，碑文谷地区服务系(电话5721-7287 只有日语对应)商量。



土沙袋放置地点

◆取掉堵塞侧沟和雨水阀门的落叶和沙土。

◆确认家外有没有会被强风吹走的东西。可以移放到室内的东西移放，不能移放的用东西固定。

◆因为有可能突然风雨变猛，以及河面水位的突然上升，需要频繁确认气象信息。

→目黑区实施防灾气象信息和目黑川洪水预报的邮件送信服务。
(参考“灾害信息的收集办法”)

目黑川的警报机的警铃

在目黑川安装水位计和水位警报机监视水位。当水位达到危险水位时，以警笛和广播的方式发出警报。

1 警惕水位警报

(水位涨至距离护岸上边2.5米处)

警铃	休息
15秒	5秒
9次报警	

广播：“(提示音)这里是目黑区役所。目黑川的水量目前已经超过警戒水位，警报系统已经发出警报。请大家注意。我们再重复一次，……(铃声)”

2 危险水位警报

(水位涨至距离护岸上边1米处)

警铃	休息
3分钟	1分钟
2次报警	

广播：“(提示音)这里是目黑区役所。目黑川的水量目前已经超过危险水位，警报系统已经发出警报。请大家注意。我们再重复一次，……(铃声)”

灾害信息的收集办法

目黑区发布的灾害相关信息

1 防灾无线电广播

市政防灾无线语音自动应答服务
如果您没有从广播中听到灾害信息，您可以拨打专用电话号码接收。
(在广播播出后 24 小时内)。 专用电话号码 050-1807-3377



防灾气象信息邮件登录页面

2 主页

3 X (旧推特 (Twitter))、LINE、Yahoo

4 目黑区防灾地图防灾应用程序

5 防灾气象信息邮件

事先登录好以后，有紧急情况时会收到相关信息。

6 区域内积极信息邮件

(“docomo→区域邮件”、“au・Softbank・乐天移动通讯→紧急速报邮件”) 目黑区内相应的所有手机用户，在紧急事件发生时收到邮件。

7 通过电话・传真提供灾害发生时的灾害时紧急信息发布服务

以没有电话・传真和智能手机等移动电话的人为对象，通过电话・传真发送灾害信息。使用时需提前申请。

8 区立设施的信息公示

大规模灾害发生时，从灾害对策本部收到的信息会在各个设施的门口公示。

从公司或外出地方回家时

按照“东京都归宅困难者对策条例”的规定，大地震发生后的3天内如果躲在办公室内安全可让职员继续停留，这样可以控制同时大量回家而造成的回家苦难者的产生是公司的应尽的责任。

另外，从公司或外出地方回家时，需要注意交通信息，为了避免交通阻塞造成的紧急车辆无法通行需要抑制开车，或者步行回家时同一个方向的人要结伴行动。

灾害时回家支援站

灾害时回家困难支援设施(全都立高中学校, 东京武道馆和揭示右列的标签的一部分邮局, 便利店, 快餐店, 连锁餐馆, 酒馆, 卡拉OK包厢, 加油站) ①提供饮料水, ②使用洗手间, ③提供用地图等交通信息, 提供广播等发表的可以通行的道路的信息等, 在能对应的范围内尽量协助。



灾害时回家支援站



http://www.tosh1.or.jp

※可在东京都防灾地图上确认到设施场所。 <http://map.bousai.metro.tokyo.jp>

确认安危的办法

操作介绍只有日语对应。

使用方法 (拨打后播放操作介绍。)

拨打 171

录音按1, 听录音按2

输入自己家等的电话号码

录音或听录音

留言电话

由地震发生等原因难以打电话时，设置NTT灾害用留言电话服务。还有用手机或电脑利用的灾害用留言服务。

※每条信息可录音30秒，每个电话号码可存储1至20条留言信息。(提供服务时会收到通知。)录音内容将被保存，直到灾害用电话留言系统(171)运行结束为止。

※每月1日和15日，元旦期间的1月1日-3日，防灾周期间(8月30日-9月5日)，防灾和义务活动期间(1月15日-21日)可以试用体验。

手机版本 灾害用留言服务

Docomo→i mode, au→ez Web, softbank→Yahoo!手机
从每个服务的首页沿着介绍可以操作。

用智能手机时

docomo→d menu 或 docomo灾害用套件,
au→首页top menu里面的灾害用留言板或au灾害对策应用软件
softbank→灾害用留言板应用软件
从每个服务的画面沿着介绍可以操作。

灾害用留言板 (web171)

用因特网的NTT提供的灾害用留言服务。上网到 <https://www.web171.jp/>，可以设定通知对方的留言登录(登录/更新/删除)。一次留言可登录100个文字为止。提供的开始与NTT灾害用传言电话号码的相同。

※登录内容是最长6个月的保存期间的使用经过或结束运用时自动删除。

※每月1日和15日，元旦期间的1月1日-3日，防灾周期间(8月30日-9月5日)，防灾和义务活动期间(1月15日-21日)可以试用体验。