

いざというときに

地震

避難するときは

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

●いつ避難するか

- ①建物が倒壊するおそれがあるとき
- ②隣近所で火災が発生し、延焼のおそれがあるとき(初期消火できず、火災の延焼の危険が大きいとき)
- ③区の災害対策本部や消防、警察などから指示があったとき
- ④危険物の爆発や流出などのおそれがあるとき

●どんな方法で避難するか

- ①徒歩で、荷物は最小限にする
- ②狭い路地など危険箇所を避け移動する
- ③家族や隣近所などに声をかけ、集団避難を心掛ける(町会・自治会で集合場所を決めている場合は、まずそこへ避難する)

※高齢者や障害があるかたなど、一人では安全に避難できないかたもいます。地域の皆さんで協力しながら避難してください

●どこへ避難するか

家屋の倒壊や火災など危険が迫っているときは、まず「地域避難所」に避難します。また、地域避難所に火災等の危険が迫り、さらに避難が必要となった場合は、区や警察などの協力を得ながら「広域避難場所」に避難します。

・地域避難所……区立小・中学校、都立学校など38カ所が指定されている

・広域避難場所…区内では中目黒公園など8カ所が指定されている

※自宅の安全が確保され居住できる場合は、在宅避難をおすすめします。また、安全な場所に住む親戚や友人宅への分散避難の検討もおきましょう

●目黒区防災地図アプリの活用

目黒区では、防災地図アプリを配信しています。避難所などの施設を検索したり、現在地から施設までの案内をしたりすることができます。また、避難所の開設状況を確認することができます。無料アプリは、アプリストアにて「目黒区防災地図アプリ」と検索して、ダウンロードすることができます。ぜひご利用ください。

災害用伝言ダイヤル「171」

災害時は、電話がつながりにくくなり、家族や親類などへの安否確認が困難になります。

この災害用伝言ダイヤル「171」に家族や親類などへの伝言を録音すると、後で家族がこの番号に電話して、伝言を再生することで安否が確認できるようになっています。

ふだんの備えは

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

- ①家族や近所の人たちと防災会議を開き、身の安全、出火防止や初期消火、家族との連絡方法(災害用伝言ダイヤル

- 「171」の活用)などについて話し合っておく
- ②非常持ち出し品(飲料水、食糧、ラジオ、懐中電灯、衣類、貴重品、医薬品、衛生用品など)をまとめておく
- ③食糧と飲料水は最低3日分(7日分を目標)を備蓄しておく
- ④消火器を点検する、ふろの水をためておくなど、初期消火の準備を万全に
- ⑤暖房器具は、できれば、裸火を使わない器具にする
- ⑥灯油などの危険物は保管に注意
- ⑦家具類の転倒・落下、窓ガラスなどの飛散防止策を講じる
- ⑧ブロック塀などの点検・補修を行っておく
- ⑨防災訓練にすすんで参加する
- ⑩建物の耐震診断・補強を行っておく

- 耐震診断助成
- 耐震改修設計助成
- 耐震改修助成
- 特定緊急輸送道路沿道建築物耐震化助成
- 耐震シェルター等設置費助成
- 木造住宅等除却工事助成
- がけ・擁壁改修助成
- がけ地近接等危険住宅移転事業助成
- 住宅・建築物土砂災害対策改修助成
- ブロック塀等除却工事等助成
- マンション改良工事(耐震化工事)助成

参照▶ P78~80

区の震災対策

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

●消火器の地域配備

地域で火災が発生した場合、地域の皆さんが直ちに初期消火を行えるよう、区内各所に約4,500本(約60mおきに1本)の街頭消火器を設置しています。

●情報の伝達

災害時に正しい情報をお知らせするため、小・中学校や公園など区内65カ所に防災行政無線を設置しています。また、災害対策活動に必要な情報を収集・伝達するために、無線機を地域避難所や防災関係行政機関などに配備するとともに、都・区間を結ぶ防災無線などネットワークを最大限に活用します。

●防災行政無線放送の確認

防災行政無線を通じて放送した内容を、電話の自動音声で確認できます。無線での放送内容が聞き取りにくかったときや、聞き逃したときなどにご利用ください。

(専用電話番号050-1807-3377)

●災害時に備えて、食糧・生活必需品などを確保

飲料水・ビスケット・毛布・敷物などを確保しています。飲料水は、地域避難所の受水槽や応急給水栓、林試の森公園の応急給水槽、八雲給水所の水を活用します。また、食糧・日用品などは、区内20カ所の備蓄倉庫に備えてあります。さらに、地域避難所となる小・中学校に倉庫を設置し、食糧など備蓄品の一部を保管しています。

防災用品などのあっせん

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

水・食糧・消火器などの各種防災用品をあっせんしています。

目黒区の緊急地震速報

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

気象庁から発信される情報を活用し、区内の地震の揺れが「震度5弱以上」と推定された場合に、65カ所の防災行政無線から放送を行い区民の皆さんにお知らせします。

また、総合庁舎、防災センター、区民センター、区民キャンパス、中目黒スクエア、碑文谷保健センター、区立小・中学校、保育園、幼稚園、児童館・学童保育クラブでは館内放送を行います。一部の施設では、地震の揺れが来る前にエレベーターを最寄り階に停止させて、閉じ込めを防止します。

全国瞬時警報システム (J-ALERT)

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

国から消防庁を経由して発信され、対処に時間がない事態に関する緊急情報を人工衛星から受信し、区内65カ所の防災行政無線で瞬時に自動放送を行い、皆さんにお知らせするシステムです。放送する情報は弾道ミサイル情報、航空攻撃情報、ゲリラ・特殊部隊攻撃情報、大規模テロ情報、その他国民保護情報と自然災害に関する情報です。

起震車・煙体験ハウスの出向

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

起震車・煙体験ハウスは、地域の防災訓練などに出向し、災害時の疑似体験ができます。区内の町会や学校、事業所等の団体が利用できます(12月29日から1月3日を除く)。

注意事項

●起震車

- 1 出向場所は平地で地面の固い場所に限りませ
- 2 スペースは車両の大きさ(幅2.2m×長さ6.8m×高さ3.4m)のほか、利用者の待機スペースが必要です

●煙体験ハウス

- 1 出向場所は平地で地面の固い場所に限りませ
- 2 スペースはハウスの大きさ(幅2.7m×長さ4.5m×高さ1.8m)のほか、ハウス前後に利用者の待機スペースが必要です
- 3 煙を発生させる装置用にAC100V電源が必要です

利用時間

9時30分から15時30分まで

(安全管理上、雨天・強風時は出向・運転を中止します)

利用手続

- 1 利用希望日の3カ月前から1カ月前までの間に、防災課へ電話で空き状況を確認し、予約してください(12月29日から1月3日を除く)
- 2 予約後、利用申請書を提出してください

防犯対策

生活安全課 ☎ 5722-9667
FAX 5722-7936



生活安全パトロールカー(通称「青パト」)

生活安全パトロール

区では、犯罪の防止や、子ども・女性などの安全確保のため、青色回転灯を付けた生活安全パトロールカー(左写真)により、防犯強化に努めています。パトロールカーは、24時間365日、小学校、幼稚園、保育園などをはじめとする子どもの施設や区内全域を巡回しています。



●防犯資器材をお貸しします

地域の安全のためにパトロールを行う団体に、防犯ベストや腕章などの防犯資器材(上写真)をお貸ししています。

また、安心して防犯活動ができるよう、防犯ボランティア保険への加入助成を行っています。

地域安全パトロール

あなたも、防犯ボランティアとして、
安全で安心なまちづくりに参加しませんか

地域団体などの防犯活動

犯罪の防止や子どもの安全を見守るため、町会・自治会、住区住民会議、PTAなど、地域団体の皆さんがパトロール活動を行っています。また、わんわんパトロールによるパトロール活動も行われています。

水害などの罹災証明

▶ 防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

台風、大雨などにより被害を受けたことの証明(罹災証明)は、税金の減額・免除申請や損害保険の請求などに必要な場合があります。

罹災証明発行には区の調査が必要です。

水害に備えて

道路公園課 補修調整係

▶ ☎ 5722-9775 FAX 3712-5129
防災課 防災センター
☎ 5723-8700 FAX 5723-8725

台風や大雨のシーズンに備えて、家の中や周囲をチェックしましょう。

- ①トタンのめくれや、かわらのずれはないか
- ②雨どいの詰まりはないか
- ③窓、ガラス戸やドアは安全か
- ④がけ、よう壁、塀に亀裂などの異変はないか
- ⑤看板、アンテナのぐらつきはないか
- ⑥庭木やベランダの鉢植えに補強はしてあるか
- ⑦建築工事中の施設の安全確保は万全か
- ⑧道路の側溝や雨水ますを、金属板、植木鉢や踏み板などでふさいでいないか

●地下室や地下駐車場をお持ちのかたへ

- ①大雨が降ると、地下室などに一気に水が入ってきて、思わぬ浸水被害に遭うことがあります。大雨のシーズンは、特に気象情報に注意し、浸水対策を講じてください
- ②浸水により、水圧で扉が開かず、室内に閉じ込められるおそれがあります。また、照明が消えたり、エレベーターが使用できなくなったりするので注意してください

●水害ハザードマップを活用しましょう

水害ハザードマップを上手に活用し、水害時にも落ち着いて避難行動が取れるように、日頃から備えておきましょう。水害ハザードマップは、区のウェブサイトで公開しているほか、以下の施設でも配布しています。

目黒区総合庁舎1階 区政情報コーナー、防災センター

●土のうの配布はこちらへお問い合わせください

道路公園サービス事務所 FAX3793-4347

目黒地域サービス係 ☎3711-6825

碑文谷地域サービス係 ☎5721-7287

●防災気象情報のメール自動配信 [参照](#) P29

水害援護資金の貸し付け

▶ 生活福祉課 相談援護係
☎ 5722-9855 FAX 5722-9340

対 象	台風、大雨などの水害で、家屋や家財に被害を受けた世帯の世帯主で、被災時の住所が区内にあるかた ただし、所得制限があります
貸付金の限度額	1世帯につき100万円
利 率	保証人有 無利子 保証人無 年1.5% (3年間の据置期間は無利子)
返 済 期 間	10年(据置期間を含む)

災害時の見舞金や貸し付け制度

生活福祉課 相談援護係 ☎ 5722-9855
FAX 5722-9340

災害弔慰金・災害障害見舞金

自然災害により災害救助法が適用された区市町村において、区民が死亡した場合に、その遺族に対し災害弔慰金を支給し、また区民が負傷したり病気になったりして治ったときに精神や身体に障害がある場合に災害障害見舞金を支給する制度です。

弔慰金の支給額は、死亡者が主として生計を維持していた場合は500万円、その他の場合は250万円、見舞金の支給額は、障害者となったかたが主として生計を維持していた場合は250万円、その他の場合は125万円です。

災害援護資金(貸し付け制度)

被災した区市町村を含む都道府県の区域内で災害救助法による救助が行われた災害で、一定期間の療養が必要な負傷をした世帯主や、家財・住居の損壊などの被害を受けた世帯主に対し、生活の立て直しに資するため、被害の程度に応じて最高350万円までの範囲で災害援護資金の貸し付けを行います。ただし、被害を受けた世帯の年間所得が620万円未満(3人世帯の場合)であることなどの条件があります。

休日や夜間に具合が悪くなったら

●休日・土曜・平日夜間の診療

【内科・小児科診療】

①鷹番休日診療所 ☎3716-5311
 鷹番2-6-10 目黒区医師会館別館内
 休日の9時～11時30分、13時～21時30分と土曜日の17時～21時30分

②中目黒休日診療所 ☎5721-6110
 上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎別館内
 休日の9時～11時30分、13時～16時30分

③八雲休日診療所 ☎5701-2492
 八雲1-1-8 (めぐろ区民キャンパス心身障害者センター内)
 休日の9時～11時30分、13時～16時30分
 ※八雲休日診療所は、11月から翌年2月のインフルエンザ流行期のみ開所します。

【小児科診療】

目黒区平日夜間小児初期救急診療(めぐろ子どもオープンクリニック) ☎3468-1251

大橋2-22-36 東邦大学医療センター大橋病院内
 月～金曜日の19時30分～22時15分(祝日・休日を除く)
 ※15歳以下が対象

【歯科診療(輪番)】

休日の9時～11時30分、13時～16時30分
 当番医はめぐろ区報などでお知らせします。
 目黒区歯科医師会(代表) ☎3719-8201

●その他の医療機関を探したいときは

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間)
 ☎5272-0303

急に発熱してすぐ受診したい、会社帰りに歯科に行きたい、病名から医療機関を調べたい、女性医師に診てもらいたいなどの条件で、医療機関を調べることができます。

聴覚障害者のかたなど専用ファクス案内
 ☎5285-8080

外国語(英語、中国語、ハンガール、タイ語、スペイン語)
 ☎5285-8181(9時～20時)

詳細は区公式ウェブサイトにてご確認ください。



●休日・土曜準夜間の調剤

①鷹番薬局 ☎3792-6260
 鷹番1-7-11 クレール鷹番101
 休日の9時～22時と土曜日の17時～22時

②中目黒薬局 ☎3792-6190
 上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎別館内
 休日の9時～17時

③八雲休日薬局 ☎5701-2587
 八雲1-1-8 (めぐろ区民キャンパス心身障害者センター内)
 休日の9時～17時

※八雲休日調剤薬局は、11月から翌年2月のインフルエンザ流行期のみ開所します。

●東京消防庁救急相談センター(24時間)

救急車を呼んだほうがいいか迷ったらご相談ください。医療機関案内、応急手当てアドバイス、医療機関への交通案内、必要な場合は救急車を出動します。

☎3212-2323
 #7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線)

●小児救急電話相談

子どもの健康や病気、救急相談に対応します。
 ☎5285-8898

#8000(携帯電話、PHS、プッシュ回線)
 平日 18時～翌朝8時
 土日祝日・休日、年末年始 8時～翌朝8時

●救急医療機関

医療機関によって、診療科目などが異なります。事前連絡をして受診することをお勧めします。

- ①東邦大学医療センター大橋病院 ☎3468-1251 大橋2-22-36
- ②三宿病院 ☎3711-5771 上目黒5-33-12
- ③東京共済病院 ☎3712-3151 中目黒2-3-8
- ④厚生中央病院 ☎3713-2141 三田1-11-7
- ⑤目黒病院 ☎3711-5641 中央町2-12-6
- ⑥碑文谷病院 ☎3723-1515 南2-9-7
- ⑦日扇会第一病院 ☎3718-7281 中根2-10-20
- ⑧本田病院 ☎3718-9731 柿の木坂1-30-5
- ⑨国立病院機構東京医療センター ☎3411-0111 東が丘2-5-1

区内の医療機関情報はP109～120をご覧ください

