

## 避難所一覧

### ●地域避難所（北部・東部・中央・南部・西部地区の順に記載してあります）

家屋の倒壊や火災による延焼のため自宅等の滞在が困難な場合などに利用します。

地域避難所は**最初に避難する場所**です。  
お住まいの近くの避難所を確認しておきましょう

名称	住所	名称	住所
都立国際高等学校	駒場2-19-59	碑文谷公園	碑文谷6-9-11
駒場小学校	駒場3-11-13	碑文谷体育館	碑文谷6-12-43
第一中学校	大橋2-11-1	月光原小学校	目黒本町4-15-3
都立駒場高等学校	大橋2-18-1	向原小学校	目黒本町6-7-15
菅刈小学校	青葉台3-3-26	第七中学校	碑文谷1-1-33
菅刈公園	青葉台2-11-25	碑小学校	碑文谷1-18-2
東山中学校	東山1-24-31	原町小学校	原町2-18-12
東山小学校	東山2-24-25	第九中学校	洗足1-29-26
烏森小学校	上目黒3-37-27	第八中学校	碑文谷4-19-25
めぐろ学校サポートセンター	中目黒3-6-10	大岡山小学校	平町2-3-1
中目黒小学校	中目黒3-13-32	中根小学校	緑が丘1-1-1
田道小学校	目黒1-15-28	第十一中学校	緑が丘1-8-1
下目黒小学校	目黒2-7-9	緑ヶ丘小学校	緑が丘2-13-1
大鳥中学校	下目黒3-23-18	自由ヶ丘学園高等学校	自由が丘2-21-1
不動小学校	下目黒6-11-35	宮前小学校	八雲3-13-21
上目黒小学校	五本木1-12-13	めぐろ区民キャンパス (八雲中央図書館) (めぐろパーシモンホール) (八雲体育館)	八雲1-1-1
都立目黒高等学校	祐天寺2-7-15	都立桜修館中等教育学校	八雲1-1-2
油面小学校	中町1-5-4	八雲小学校	八雲2-5-1
目黒中央中学校	中町2-37-38	第十中学校	八雲5-2-1
五本木小学校	五本木2-24-3	東根小学校	東が丘1-20-1
鷹番小学校	中央町1-20-26		

避難所や給水拠点などを記載した「目黒区防災マップ」は **P.32~35**

### ●自主避難所

風水害時に避難情報の発令前に、事前に避難を希望する人を対象に一時的に開設する避難所です。

名称	住所	名称	住所
目黒区総合庁舎	上目黒2-19-15	防災センター	中央町1-9-7
田道住区センター三田分室	三田2-10-33	めぐろ区民キャンパス	八雲1-1-1

### ●避難所開設・混雑状況

目黒区内の現在の避難所の開設状況や混雑状況、お近くの避難所までの距離やルートを確認することができます。



避難所開設・混雑状況

### ●広域避難場所

火災の延焼から身を守るためのオープンスペースです。原則として住所別に避難先が指定されています。

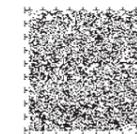
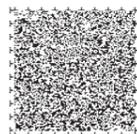
広域避難場所	割当された地区
駒場東大一帯	駒場3丁目・4丁目、世田谷区の一部、渋谷区の一部
駒場地区	駒場1丁目・2丁目、青葉台1丁目から4丁目、大橋1丁目・2丁目、世田谷区の一部
世田谷公園一帯	東山1丁目から3丁目、上目黒3丁目から5丁目、五本木1丁目から3丁目、世田谷区の一部
中目黒公園一帯	上目黒1丁目・2丁目、中目黒1丁目から5丁目、三田2丁目、目黒1丁目から4丁目、下目黒1丁目・2丁目と下目黒3丁目から6丁目の各一部、中町1丁目・2丁目、祐天寺1丁目・2丁目、渋谷区の一部
恵比寿ガーデンプレイス	三田1丁目、渋谷区の一部
駒沢オリンピック公園一帯	中央町1丁目・2丁目、目黒本町2丁目、碑文谷1丁目から6丁目、鷹番1丁目から3丁目、平町1丁目・2丁目、自由が丘1丁目から3丁目、中根1丁目・2丁目、柿の木坂1丁目から3丁目、八雲1丁目から5丁目、東が丘1丁目・2丁目、世田谷区の一部
林試の森公園	下目黒3丁目から6丁目の各一部、目黒本町1丁目、3丁目から6丁目、品川区の一部
東京工業大学	原町1丁目・2丁目、洗足1丁目・2丁目、南1丁目から3丁目、大岡山1丁目・2丁目、緑が丘1丁目から3丁目、大田区の一部、品川区の一部

### ●福祉避難所一覧

災害発生時に地域避難所等での生活が困難な要配慮者のかたを受け入れるため、区内の社会福祉施設等を福祉避難所として指定しています。

福祉避難所はより専門的な支援が必要な避難者のための避難所ですので、地域避難所等で生活できる避難者は受け入れの対象としていません。

区分	名称	種別	住所
障害者施設	スマイルプラザ中央町	通所	中央町2-32-5
	東が丘福祉工房（東が丘障害福祉施設）	通所	東が丘1-21-15
	かみよん工房	通所	上目黒4-1-26
	下目黒福祉工房	通所	下目黒3-10-2
	目黒本町福祉工房	通所	目黒本町1-14-24
	大橋えのき園	通所	大橋2-19-38
	心身障害者センターあいアイ館	通所	八雲1-1-8
	すくすくのびのび園（ひまわりプラザ）	通所	中央町2-23-24
	高齢者施設	なかめぐろホーム（特養、ショートステイ） ※令和3年8月～令和5年2月まで休止予定	入所
ひがしがおかホーム（特養、ショートステイ、在宅ケア多機能）		入所、通所	東が丘1-6-4
ひがしやまホーム（特養、ショートステイ、在宅ケア多機能）		入所、通所	東山3-24-6
清徳苑（特養、ショートステイ、デイ）		入所、通所	目黒本町4-2-1
駒場苑（特養、ショートステイ、デイ）		入所、通所	大橋2-19-1
青葉台さくら苑（特養、ショートステイ、デイ）		入所、通所	青葉台3-21-6
目黒中央の家		入所、通所	中央町2-32-23
さんホーム目黒		入所	目黒3-20-8
高齢者センター		通所	目黒1-25-26
田道在宅ケア多機能センター		通所、宿泊	目黒1-25-26
※こぶしえん ※高齢者施設と障害者施設の複合施設	入所、通所	下目黒6-18-2	



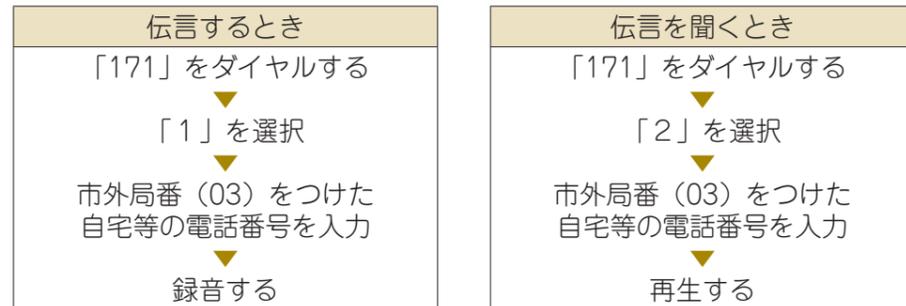
## 災害時の安否確認の方法（災害用伝言サービス）

地震など災害が発生し被災地への通信が増加して、つながりにくい状態になった場合、電話会社や携帯電話会社では災害用伝言サービスを開始します。  
 利用方法などは各電話会社のホームページ等で確認してください。

URL：P.41

### ●災害用伝言ダイヤル 自宅の電話・公衆電話・携帯電話・スマートフォン

「音声」による伝言です。1伝言あたり30秒録音できます。  
 伝言は48時間経過すると自動的に消去されます。



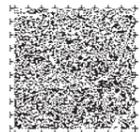
### ●災害用伝言板 171 パソコン・携帯電話・スマートフォン

インターネット接続に対応した携帯電話等により、文字による伝言の登録・閲覧ができます。また、あらかじめ設定した登録先へメールや音声により伝言内容を通知します。各携帯会社のメニューに従って操作してください。

### ●災害用伝言板（web171） パソコン・携帯電話・スマートフォン

インターネット上の掲示板です。文字による伝言の登録・閲覧、あらかじめ設定した登録先へメールや音声により伝言内容の通知などが行えます。

体験利用提供日（各社共通） ●毎月1日・15日 ●防災週間（8/30～9/5）  
 ●防災とボランティア週間（1/15～1/21） ●正月三が日（1/1～1/3）



## よくある質問

**Q** 災害が起きたとき、区からの情報は、どのように区民に伝えられるのですか？

**A** 区では防災行政無線やホームページ、メールマガジン、情報を紙に書いたものを地域避難所に掲示するなどの方法でお知らせします。

なお防災行政無線が聞き取りにくい場合には、専用電話で24時間以内に放送された内容と放送時刻を固定電話や携帯電話で確認することができます。

URL <http://www.city.meguro.tokyo.jp/>

○メールマガジン受付  
 meg@req.jpへ空メールを送るか右記の携帯受付用QRコードを読み込んでください。



○防災行政無線音声自動応答サービス  
 （電話番号0180-993-333）  
 （注）通話料は有料です。一部のIP電話やケーブル電話では利用できない場合があります。

**Q** 避難所に避難しないで自宅に残った場合、食料や救援物資などをもらうことはできますか？

**A** 在宅被災者のかたへの食料などの物資の配給は、地域避難所を拠点に行います。水道が断水した場合は都の給水拠点でも飲料水を供給します。

自宅での生活に備え、最低でも3日分、できれば5日分を目標に備蓄をお願いします。

**Q** 避難するときは、まずどこへ避難すればよいですか？

**A** 家屋の倒壊や火災の延焼などで今いる場所が危険な場合は、最寄りの地域避難所に避難します。火の手や風向き、川の状況などを考えて、安全な方向の避難所へ避難してください。避難所は情報提供、給水・給食などの物資提供の拠点となります。

避難するときはP.18

避難所の種類P.20

避難所の一覧P.36

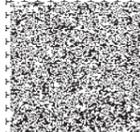
**Q** 地域避難所には、どんな設備や備蓄があるのですか？

**A** 被災して自宅での生活ができなくなった方々のために、ピケットなどの食料や毛布・アルミ食器・救急箱・発電機・仮設トイレ・小型消防ポンプ・担架・炊飯器などの資機材があります。

医療食・介護食、服用薬、紙おむつなど、介護に特別な配慮が必要なかたは、各自で備蓄しておいてください。

非常用持出用品チェックリストP.22

備蓄品チェックリストP.23



**Q** 災害が発生したとき、障害者や介護が必要な高齢者など  
に対し、区ではどのように対応するのですか？

**A** 区では安否確認用の名簿を整備し、地域避難所に保管しています。また、名簿情報の外部提供に同意いただいた方の名簿を作成し、「登録者名簿」として、民生・児童委員や、協定を締結した町会・自治会に配備し、避難支援に活用します。

地域避難所では要配慮者に配慮した避難スペースを確保するなど、運営に配慮します。要配慮者の心身の状況や環境等を総合的に判断して、福祉避難所で受け入れる場合もあります。

このほか、避難所に避難しない在宅の要配慮者も含めて必要な支援の把握等を行う「要配慮者支援チーム」を編成するとともに、地域避難所には要配慮者のための相談窓口を整備します。

**「避難行動要支援者名簿」の作成と種類**

目黒区では、以下のとおり「避難行動要支援者名簿」を2種類作成します。

種類	①対象者名簿	②登録者名簿
根拠法令	災害対策基本法第49条の10	災害対策基本法第49条の11第2項
登載対象	区保有の情報から <b>本人の同意なく登載</b> ①介護保険の要介護1～5の方 ②身体障害者手帳の総合等級1～3級の方 ③愛の手帳をお持ちの方 ④目黒区ひとり暮らし等高齢者の登録をしている方 ⑤上記①～④に該当しないが希望する方	①対象者名簿に登載された方のうち、 <b>避難支援等関係者に名簿情報を提供することについて、本人から同意を得た方のみ登載</b>
保管先	区担当（健康福祉計画課・防災課） 地域避難所	避難支援等関係者（消防署、警察署、民生・児童委員、町会・自治会等の地域住民組織） ※町会・自治会等は区と個人情報保護に関する協定を締結した地域から順次提供
活用時期	災害時の安否確認・避難支援に活用	平常時の地域で取り組む防災訓練等に活用 災害時の安否確認・避難支援に活用

①対象者名簿のうち、避難支援等関係者に名簿情報を提供することに同意された方の情報を「②登録者名簿」に登載し、避難支援等関係者へ提供するなど災害に備えています。

役に立つホームページ		開設者
	URL	
	災害時障害者のためのサイト <a href="http://www6.nhk.or.jp/heart-net/special/saigai/index.html">http://www6.nhk.or.jp/heart-net/special/saigai/index.html</a>	NHK
	聴覚障害者災害時初動・安否確認マニュアル <a href="https://www.jfd.or.jp/saigai/shodou-anpi">https://www.jfd.or.jp/saigai/shodou-anpi</a>	社会福祉法人 全日本ろうあ連盟
	自閉症の人たちのための防災・支援ハンドブック <a href="http://www.autism.or.jp/bousai/">http://www.autism.or.jp/bousai/</a>	社団法人 日本自閉症協会
各 電 話 会 社 の 災 害 時 対 策	災害への取り組み <a href="https://www.ntt-east.co.jp/saigai/">https://www.ntt-east.co.jp/saigai/</a> （*災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板（web171））	NTT東日本
	NTT ドコモ災害用安否確認 <a href="https://www.docomo.ne.jp/info/disaster/">https://www.docomo.ne.jp/info/disaster/</a>	NTTドコモ
	au 災害用伝言サービス <a href="https://www.au.com/mobile/anti-disastor/saigai-dengon/">https://www.au.com/mobile/anti-disastor/saigai-dengon/</a>	au
	SoftBank 災害用伝言板・災害用音声お届けサービス <a href="https://softbank.jp/mobile/service/dengon/">https://softbank.jp/mobile/service/dengon/</a>	SoftBank
	Y!mobile 災害用伝言板サービス <a href="https://www.ymobile.jp/service/dengon/">https://www.ymobile.jp/service/dengon/</a>	Y!mobile

**このマニュアルの問い合わせ先**

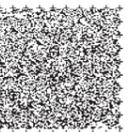
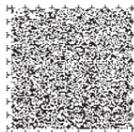
健康福祉計画課 電話03-5722-9689 FAX03-5722-9347  
福祉総合課 電話03-5722-9385 FAX03-5722-9062  
障害施策推進課 電話03-5722-9848 FAX03-5722-6849  
障害者支援課 電話03-5722-9846 FAX03-3715-4424  
高齢福祉課 電話03-5722-9839 FAX03-5722-9474

**要配慮者向け防災行動マニュアル**

主要印刷番号  
3-54号



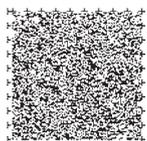
発行日 令和4年3月発行  
編集・発行 目黒区健康福祉部 健康福祉計画課  
電話03-5722-9689 FAX03-5722-9347  
〒153-8573  
目黒区上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎本館2階  
ホームページ <http://www.city.meguro.tokyo.jp/>



関係機関連絡先		
名 称	電 話	FAX
目黒区役所（代表）	03-3715-1111	
防災課	03-5723-8700	03-5723-8725
健康福祉計画課	03-5722-9689	03-5722-9347
福祉総合課	03-5722-9385	03-5722-9062
障害施策推進課	03-5722-9848	03-5722-6849
障害者支援課	03-5722-9846	03-3715-4424
高齢福祉課	03-5722-9839	03-5722-9474
北部包括支援センター	03-5428-6891	03-3496-5215
東部包括支援センター	03-5724-8030	03-3715-1076
中央包括支援センター	03-5724-8066	03-5722-9803
南部包括支援センター	03-5724-8033	03-3719-2031
西部包括支援センター	03-5701-7244	03-3723-3432
目黒警察署	03-3710-0110	
碑文谷警察署	03-3794-0110	
目黒消防署	03-3710-0119	

緊急連絡先		
名 称	電 話	FAX

●わが家の避難所は……



避難所一覧はP.36