



# ささえあい通信いたばし



水害に  
備えて

～みんなでいっしょにできることから～

## 《万が一はいつか来る！》

台風が多い季節です。災害は起きないと油断していませんか？  
最新の正しい情報が得られるよう、日ごろの準備が大切です！

うちは、川の近くじゃないから  
大丈夫だよな？

けど、去年の台風は怖かったね...  
板橋地区※でも、124名の方が避難所に行  
ったみたいだよ。

きっと、避難したくてもできなかった  
人もいるんじゃないかな？

自分が住んでいる地域の避難情報を知って  
おくと、いざという時に、自分だけではなく、  
ご近所の人を守れるかもしれないね。

最近、コロナ禍の対策として、「在宅避難」  
という方法が勧められているみたい。  
裏面をみましょう！

### ※板橋地区とは…

板橋 1、3、4丁目、板橋 2丁目 1～17番・22～53番・56～69番  
加賀 1丁目、加賀 2丁目 1～5番・12～18番、  
大山東町 17番・19番・21～25番・28番・30～55番



### 《編集》

支え合い会議板橋（代表：加賀五四自治会長 竹澤 喜孝）

### 《お問合せ》

社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会内 支え合い会議板橋 事務局  
〒173-0004 板橋区板橋二丁目 65番 6号 板橋区情報処理センター1階  
TEL：03-3964-0236 FAX：03-3964-0245

# 避難しないで自宅で待機するときには、..

## 備蓄

- ◎ 水
- ◎ 食料
- ◎ 着替え・防寒

## 場所

- ◎ 窓側は気を付けて
- ☀ 窓ガラスが割れるかも
- ◎ 2階以上に避難を！

## 家で備える！ 在宅避難



## 停電

- ◎ 懐中電灯
- ◎ 電池

## 情報

- ◎ ラジオ
- ◎ 携帯電話
- ◎ スマートフォン

もしも避難が必要な時は！



ひとりでの移動はキケンです。  
日頃から、ご近所の声かけ！！  
緊急時はみんなで声を掛け合いましょう



ひざ下まで水が来る前に避難

# 水害時の避難所は？



## 避難所

☀ 台風や大雨の状況により、開設される避難所が異なります。

※浸水のリスクが低い場所では、避難所が開設されない場合もあります。



まずは、**最新の情報**を☑しよう！



①TV dボタン

・防災行政無線  
0120-357-411

・家族や友人に  
電話で聞こう

②電話



③携帯・スマートフォン

## 避難する時の持ち物

- 飲料水
- 非常食
- 常備薬
- マスク
- 防寒具
- 携帯電話・スマートフォン
- 充電器
- その他必要な物

※日頃からチェックできるようにしておくこと、  
誰かから連絡を貰える関係をつくるのが大事！

・板橋区ホームページ  
<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/>

・板橋区防災・緊急情報サイト

《QRコード》

