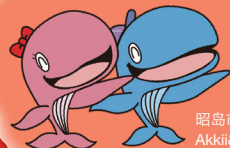


昭岛市防灾指南

自己主动守护！大家一起守护！昭岛市的防灾

AKISHIMA CITY

昭岛市官方吉祥物
Akkii&Airan

序言

昭岛市近年来自然灾害等的动向及今后

关于地震方面，据说今后30年内在南关东发生直下型大规模地震的概率为70%。同时，在本市预测立川断层带地震的烈度为7级，为此，需要针对地震采取相关措施。

而关于水灾方面，正如2019年的东日本台风那样，近年来台风趋向大型化，我们也必须就此采取相关措施。

此外，我们还需要重新制定相关灾害对策，做到在发生这些自然灾害时也能应对新型冠状病毒等新的感染症。

当下，我们并不知道会在何时发生大规模灾害，因此更需要每一个人主动提高防灾意识。

如何使用 本指南

本指南是2022年2月分发给所有家庭的《防灾指南》的纲要版之中文译本。

请查看2020年6月分发给所有家庭的《洪涝灾害山崩灾害风险地图》以及2022年

2月分发给所有家庭的《内涝灾害风险地图》，以确认您家附近区域的灾害风险。

平时请注意了解灾害风险，同时利用本《防灾指南》提前做好防灾准备（例如确保自己家中的安全、检查储备品、确认避难场所等），并确认在发生灾害时应该采取何种行动。



致广大市民

昭岛市市长

白井 伸介

近年来，每逢汛期，日本全国各地必定都会报告因发生线状降水带或台风而导致浸水、泥沙灾害等造成的巨大损失。

昭岛市南有多摩川，东有残堀川，拥有丰富的水资源和植被；但另一方面，我们必须对自然灾害保持警惕。2019年的东日本台风期间，多摩川河岸等处的公共设施遭到破坏，本市在市内开设了26个避难所，共接纳了1137名避难人员。此外，鉴于该台风的影响，日本政府还在2021年5月修订了《灾害对策基本法》，将避难通告与避难指示（紧急）的避难信息整合为一。

为了保护广大市民的生命和财产不受随时可能发生的巨大地震和程度越趋严重的天气灾害的影响，仅靠本市政府的能力是有限的，我们认为每位市民都要做好防灾准备，这点非常重要。

本《昭岛市防灾指南》针对本市可能发生的各种灾害，汇总了如何提前准备和采取行动等的相关信息。为了以防万一，请大家将这本指南放在平时容易看到的地方，并定期查看指南，以便了解您家附近的灾害风险，从而能够采取适当的防灾行动。

【收集避难信息】

当发生地震、台风、暴雨等自然灾害时，您可以通过以下网站等收集灾情和避难的相关信息。

● 昭岛市网站

发生灾害时，市政府发布的避难相关信息和避难所开设信息等，将在本市网站上公开。

如果您使用电脑，请选择首页上方的“Foreign Language”。如果您使用智能手机，请从首页下方的中选择“Foreign Language”。
<https://www.city.akishima.lg.jp/>

请确认
昭岛市发布的信息！



● 紧急速报邮件

您使用的手机服务所属的通信公司，将会以“紧急速报邮件”、“区域邮件”等名称发送紧急地震速报和避难信息。（无需提前注册，但是请确认您手机上的设置）。

● 面向外国人的防灾信息

东京都政府等各种机构正面向外国人提供各种防灾信息。

请在东京都防灾网站（面向外国人的防灾信息）的页面上方选择语言。

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/link/1000044/1005956.html>

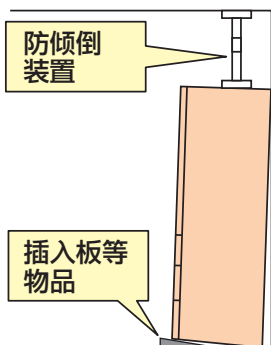


【请在平时就做好防灾措施】

灾害会突然降临。请在平时就注意做好住宅的防灾措施并储备日常生活所需的物品。

我家的地震对策

在发生大地震时，家具倾倒或房屋损毁可能会造成不测的事态。这些情况大多可以通过事先采取措施来防止发生，因此请大家事先进行确认。采取室内安全措施，例如使用金属配件或者固定装置等防止家具倾倒；对房屋进行耐震诊断，必要时采取耐震加固安全措施，并在房屋周围采取加固砌砖围墙和门柱等安全对策。



我家的风灾水灾对策

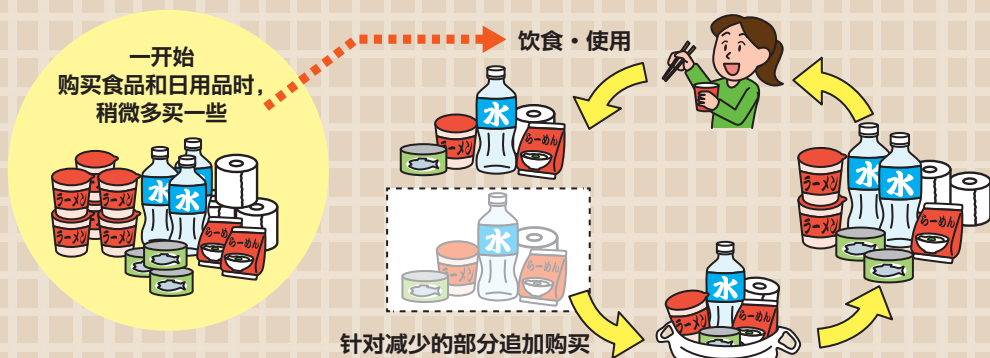
为防发生大规模的台风，应事先针对风灾水灾采取措施，这点也很重要。在此，我们将针对风灾水灾的对策，列举出应事先确认的项目，请大家在家中做好防范措施。

- ① 花盆和晾衣杆有飞散的危险，在灾害的危险临近时，应将这些物品收好。
- ② 勤于清除排水沟内的垃圾和淤泥，确保排水畅通。
- ③ 阳台或窗户没有安装护窗板时，请在玻璃上贴好保护胶带，以防止玻璃碎裂飞散。
- ④ 阳台或者露台上放置有物品时，请把它们收进家中。

【日常储备建议】

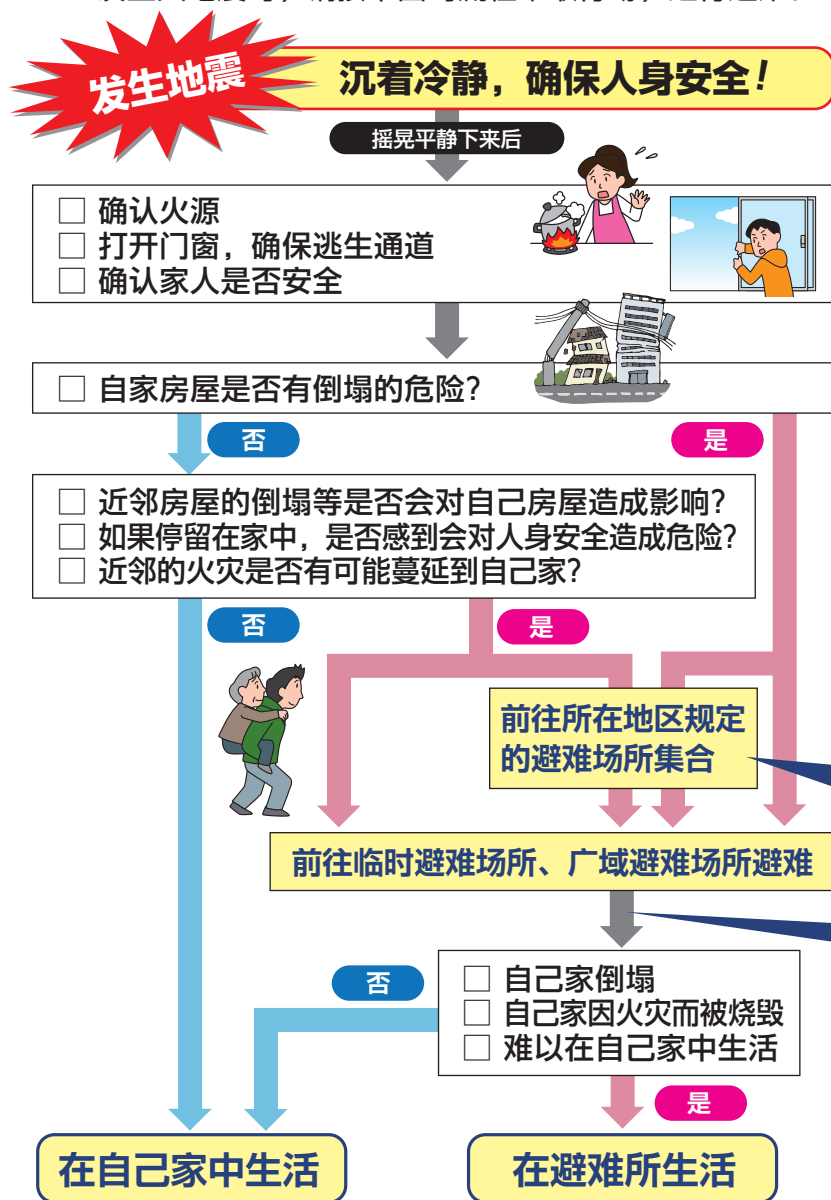
为防首都直下型地震等大规模灾害，请大家在购买食品和日用品时稍微多买一些，践行“日常储备”！

具体而言，对于大米、蒸煮袋食品、饮用水、卫生纸等日常经常用到的物品，在购买时稍微多买一些，然后按从旧到新的顺序依次使用，在万一发生灾害时，这些就能用作储备品！



【地震发生后的流程和避难】

发生大地震时，请按下图的流程采取行动，进行避难。



请查看下述“关于防灾地图”，确认您家周围的避难场所和避难所。



什么是避难场所？

指由于建筑物倒塌等原因，当感到留在那里会有危险时，为了保护生命安全而暂时避难的场所。

避难场所有临时避难场所与广域避难场所，指运动场等开放空间。

什么是避难所？

这是让地震或火灾中因自家房屋倒塌或烧毁而无处可住的人员，在此生活一段时间的设施。指小学、初中或者市立会馆等设施。

对于所在地区的居民，请尽可能互相确认是否安全。

如果火灾蔓延或发生有毒气体等，导致临时避难场所也处于危险状态时，请前往广域避难场所等更安全的地方进行避难。

【关于防灾地图】

在2022年2月分发给所有家庭的日文版防灾指南中，第16至23页刊载有标记了避难场所等的地图。请事先确认您家周围的避难场所和避难所。在此对地图的图例进行说明。

紧急运输道路	
	一级路线
	二级路线
	三级路线
紧急运输道路是由东京都知事指定的道路，旨在地震刚发生后便于顺利进行紧急运输，以及用于连接防灾基地。	

图		例	
	灾害对策总部（市政府）		简易储备仓库
	广域避难场所 旨在保护生命安全，避免人们遭遇大规模灾害所引起的大火或其他危险时受到伤害，一般是拥有相应必要面积的大型公园或绿地等开放空间，可以确保人身安全的广场		防灾行政无线通信塔（扬声器）
	临时避难场所 在前往避难所进行避难时，附近的人们可以暂时聚集在一起确认情况的场所，一般是具备可确保安全的空间的学校运动场、公园等设施		急诊医院
	避难所（学校） 旨在临时接收和保护因灾害导致房屋倒塌或烧毁等的受灾人员或可能受灾的人员，为此而开设的学校设施（体育馆、校舍等）。		消防署（包括分局）
	避难所（市立会馆等） 旨在临时接收和保护由于某些原因而难以进行集体避难生活的人员，为此而开设的设施（集会室、会议室等）。		消防队执勤点
	防灾对策专用饮用水储水箱		
	避难所用饮用水储水箱		
	防灾对策专用储备仓库		
	防灾对策专用防灾仓库		
	警察署		
	警察值班岗亭		
	综合体育中心 (在发生灾害时则成为志愿者中心)		

风灾水灾时的避难行动流程

针对发生台风、暴雨时的情况做好防备，请配合风险地图，一起确认“避难行动判断流程”。

平时做好
确认

务请采取相应措施！

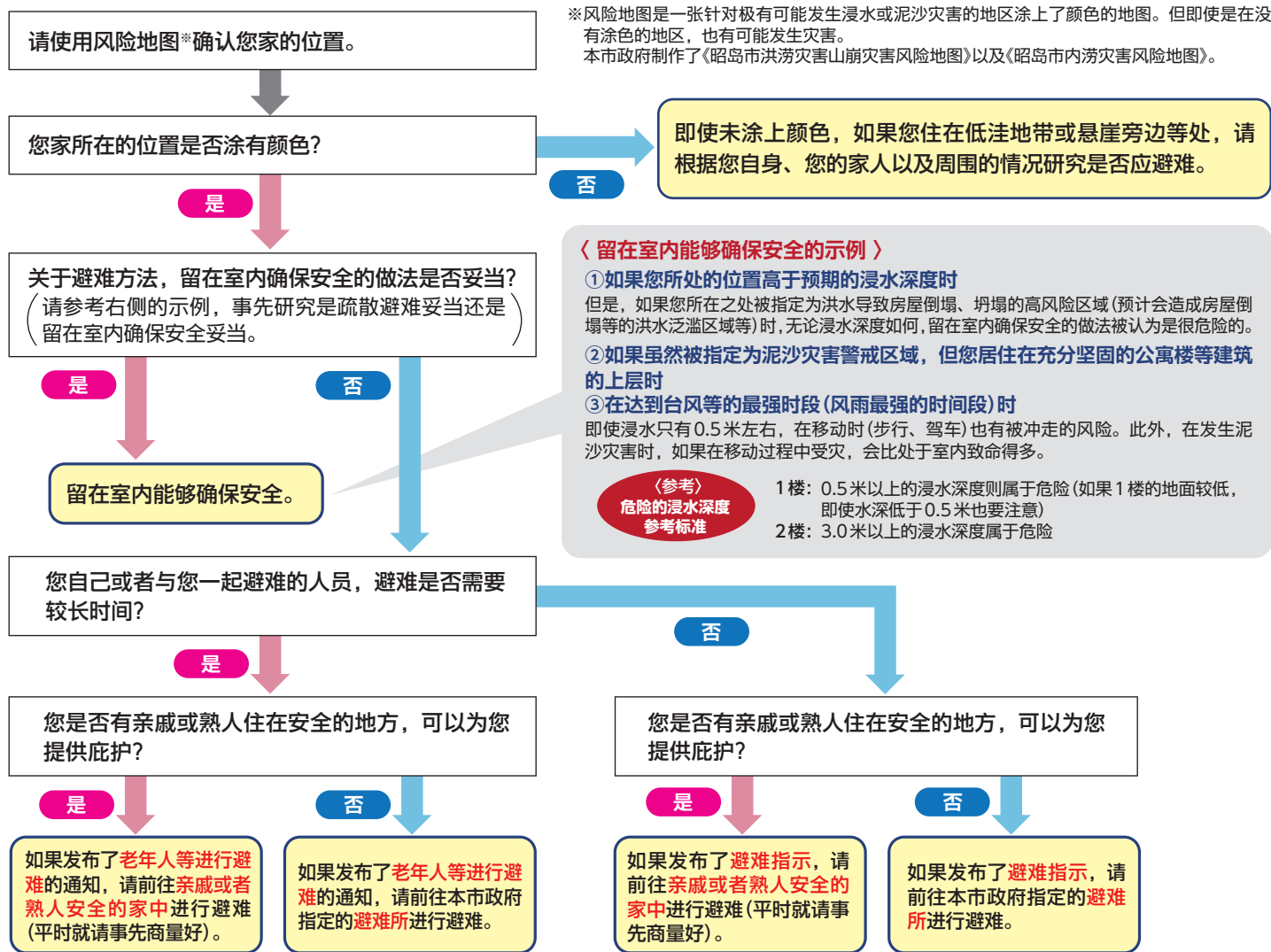
请抱着“自己的生命安全由自己守护”的意识，
确认自己家的灾害风险以及应采取的行动。

和家人一起确认
应采取的
避难行动！

昭岛市官方吉祥物
Chikappa



避难行动判断流程 您应该采取什么样的避难行动？



*即使未发出避难信息，如果您感觉自己身处危险之中，也请离开危险场所，进行避难。

防灾信息

有关防灾的详细信息，请查看这里。

《东京防灾》是一本专门为东京量身定制的防灾手册，内容考虑到东京地区的特点、城市结构与东京都居民的生活方式等，浅显易懂地汇总了针对灾害的事前准备、发生灾害时的应对方法等。其中刊载的信息，您现在立即就可以使用，而万一发生紧急情况，这些信息也非常有用。《东京生活防灾》是一本从女性角度出发制作的防灾手册。(请在页面上方选择语言)

●东京防灾

东京防灾

检索



<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1002147/index.html>

●东京生活防灾

東京暮らし防災

检索



<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1005427/index.html>