



## 自宅が安全なら「在宅避難」 電気や水道 使えない想定を

ライフラインが途絶えたら何がなかを考  
えて備蓄しましょう。カセットコンロや携  
帯トイレ、ランタンはマストアイテムです。



## 帰宅困難者は 最大で「約34万人」

災害時に一齐に帰宅し、道路に人があ  
ふれると救助活動ができないほか、二  
次災害の危険があります。大切な人  
や自分のために会社や学校など安全  
な場所にとどまりましょう。



## 揺れもこわいが 「火災」も危険！

避難する際は必ず火の元を確認し、ブ  
レーカーを落としましょう。



## エレベーターは 「約1000台」が停止

エレベーターの中で揺れを感じたらす  
ぐ、すべての階のボタンを押しまし  
ょう。避難する時はエレベーターを  
使わないでください。



## 周りが安全ならば その場にとどまろう

無理に家に帰ろうとせず、安全な場  
所にとどまりましょう。行き場がない  
時は「一時滞在施設」へ避難しまし  
ょう。

東京都・内閣府被害想定より

あの日の学びで、その日に備える。

関東大震災

1923 ————— 2023

100年



NHKわがまち防災

[https://www.nhk.or.jp/shutoken/kantoshinsai/wagamachi\\_tokyo](https://www.nhk.or.jp/shutoken/kantoshinsai/wagamachi_tokyo)



中央区防災対策ページ

<https://www.city.chuo.lg.jp/bousalanzen/bousai/bousaitaisaku/index.html>