



防災週間について

● 防災週間の歴史と背景

9月1日の「防災の日」は、大正12年(1923年)9月1日に発生した関東大震災や、昭和34年(1959年)9月の伊勢湾台風など、大きな災害の教訓を忘れず、地震や風水害への心構えを育てるために定められました。9月1日は暦の上で「二百十日」にあたり、台風シーズンを迎える時期でもあります。その後、全国で防災知識の普及や訓練を進めるため、8月30日から9月5日までが「防災週間」とされています。

● 防災週間で大切にしたい考え方

災害は、いつ・どこで発生するか分かりません。被害を少しでも減らすためには、行政や消防の取組だけではなく、一人一人の「自助」、近所や地域で助け合う「共助」が重要です。防災週間は、特別な行事だけを行う期間ではなく、家庭・職場・地域の備えを点検し、「いざという時に迷わず行動できる状態」をつくる期間です。

『東京くらし防災』という東京都公式防災ブックもあるので是非調べてみてください！！

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

東京都防災ホームページ「東京マイ・タイムライン」(避難行動計画)



とっさにとるべき行動は？

地震発生、その瞬間

地震発生時の初期行動

揺れを感じたら、すぐに身を守る体勢に！
「身を守る」「つかまる」「危険から離れる」の3つを意識

揺れが収まってからの行動

- 1 ケガに注意して行動しよう
- 2 落ち着いて、火の始末をしよう
- 3 ドアを開けて出口を確保しよう

状況を把握して必要なら避難を

地震発生、その瞬間

揺れを感じたら、すぐに身を守る体勢に！



揺れを感じたら、周りの様子を見て、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動しない」場所にすぐに移動します。まずは自分のいのちを守ることが最優先に考えて行動しましょう。

緊急地震速報を受信したら、安全確保のためのアクションを

「緊急地震速報」が流れてから、強い揺れを感じるまでの時間は数秒から数十秒で、震源地が近くの地震ほど短時間になります。直下地震等では間に合わないこともあります。このわずかな時間でも身を守るためにできることがあります。5秒に1つの行動ができるというイメージで、1アクション、2アクション、無理せずできることを行いましょう。☎「東京防災」108ページ



熱中症予防と#7119

＜熱中症予防の5つのポイント＞

- 1 暑さ指数・気温・湿度を確認
- 2 エアコンや日陰で暑さを避ける
- 3 のどが渇く前に水分補給
- 4 汗をかいたら塩分も補給
- 5 無理な外出・運動は控える

今年の夏もかなりの暑さが予想されます。
熱中症にならないように気をつけましょう！
救急車を呼ぶか悩んだら・・・

『#7119』にダイヤルしてね。



病院？
救急車？

迷ったら

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323

042-521-2323

電話で相談 #7119 電話
東京消防庁救急相談センター

ネットでガイド 救急受診ガイド 検索
東京版救急受診ガイド

※ご利用には通常の通信料がかかります

東京消防庁救急相談センター



おなかが痛いけど、
どこの病院に行けば
いいんだろう？

迷ったら



けがや急な発熱。
病院に行くべきか、
救急車を呼ぶべきか
分からない...



突然の激しい頭痛や、
急な息切れ、呼吸困難
などの症状がみられたら

ためらわず

自動音声ガイダンス

医療機関を
お探しの方 1
・近くの病院を知りたい

救急相談を
ご希望の方 2
・今すぐ病院へ行くべきか
・何科を受診すべきか 等

24
時間受付
(365日) 救急相談センター

救急相談
通信員
●医療機関案内



救急相談
看護師
●医療機関案内
●救急相談



救急相談医
●相談業務における
医学的診断プ
ロセスの監督と
最終決定



※救急相談は、日本救急医学会の監督により東京都
医師会が編集したプロトコールに基づいて相談者
看護師が対応しています。また常駐している医師（救
急相談医）が必要に応じて助言を行い、医学的見地
に基づいた質の高い救急相談対応を行っています。

救急車による搬送

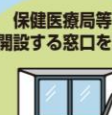


緊急性がある



医療機関案内

緊急性がない



保健医療局等が
開設する窓口を案内

救急相談
以外の相談

救急相談として受けられない内容

●健康相談 ●医薬品情報に関すること ●セカンドオピニオンに関すること等

令和8年城東消防署管内の災害状況

(令和8年7月末現在)

災害種別等	件数
火災件数	41件
火災による死者	0人
火災による傷者	6人
焼損床面積	0㎡
救助件数	368件
救急件数	10,530件
救急搬送件数	9,056人

発生日	発生場所	火災概要
8日	大島	モバイルバッテリー1台から出火し、周囲の物品が焼損
9日	大島	たばこの不始末により居室内の壁1・が焼損
10日	北砂	モバイルバッテリー2台が焼損
22日	南砂	使用方法の誤りにより調理器具が焼損
23日	亀戸	経年劣化によりガスこんろの配線が若干焼損

お問合せ先

城東消防署

3637-0119

東砂出張所

3640-0119

大島出張所

3636-0119

砂町出張所

3648-0119