



「緊急時お役だちマップ」について

- このマップは、つくば市社会福祉協議会と5つの自治会（稲荷前1区、同2区および3区、東2丁目、五十塚）の支援を受けて作られました。
- 情報取得には、AED設置施設関係者や自宅に井戸をお持ちの方々にご協力いただきました。
- 素人による手作りマップですので、実勢を忠実に再現していません。
- 今後、住民の皆様からの要望や新たな情報提供をベースに、修正を重ね、内容を充実させていきましょう。
- ご自分たちがお住いの地域環境を知るために、このマップを携えて、ご家族で検証して回られてはいかがでしょうか。



AED設置施設一覧および利用に際して注意すること

- 一部例外を除き、原則として、開校・営業時間内のみ利用できます。その際、施設関係者にお申し出下さい。
- *が付いた施設では、時間外であっても緊急時の利用を認めています。詳細は表下部をご参照ください。
- 時間外利用された場合は、必ず機器を返却し、事後連絡をしてください。
- 定期点検や臨時休校など、施設が休業する場合があります。
- 施設に操作できる人が居合わせないこともあります。素人でも音声ガイドに従って操作することができます。とはいえ不安が付きまといます。ある程度の知識を持つよう心掛けましょう。
- 成人と幼児では、電気ショックのレベルが異なります。モード切り替えはスイッチあるいはカード挿入と機種によって異なります。

No.	施設名	電話（029）	開校・開店・営業時間帯
1	洞峰学園つくば市立東小学校 * 1	851-4800	平日 AM 8:10 ~ PM 4:40
2	つくば市立東児童館	851-4801	平日 AM 8:30 ~ PM 6:30 第2土曜 AM 8:30 ~ PM 0:30
3	洞峰学園つくば市立谷田部東中学校 * 2	855-7745	平日 AM 8:10 ~ PM 4:40
4	つくば市立東幼稚園	851-4721	平日 AM 8:15 ~ PM 5:00
5	茗溪学園中学校・高等学校 * 3	851-6611	平日 AM 8:15 ~ PM 5:00
6	ウェルシアつくば東店	858-8208	毎日 AM 9:00 ~ PM 12:00
7	ありす歯科医院	852-1414	木を除く平日 AM 9:30 ~ PM 6:00 土曜 AM 9:30 ~ PM 5:30
8	清水こどもクリニック	860-2525	水を除く平日 AM 9:00 ~ PM 6:00 土曜 AM 9:00 ~ PM 4:30
9	マツモトキョシ・レプサモールつくば店	837-1221	毎日 AM 9:00 ~ PM 10:00
10	DCM ホームマックつくば梅園店	839-0151	毎日 AM 9:30 ~ PM 8:00
11	YOU ワールド	839-5000	毎日 AM 9:00 ~ PM 12:00
12	（株）茨城読売 IS 県南営業所	860-3260	平日 AM 9:00 ~ PM 5:30 土曜 AM 9:00 ~ PM 3:30

- * 1：北門付近職員出入口内部。向かって左側壁に設置。ガラスを破って解錠する必要があります。
- * 2：体育館入り口付近に設置。ガラスを破って解錠する必要があります。
- * 3：赤塚公園側駐輪場西側の校舎北側入り口傍。閉門時はフェンスを乗り越える必要があります。



災害による断水時、個人所有の井戸から雑用水の提供を受ける際に守っていただきたいこと

- 井戸水の提供はご厚意によるものです。不特定多数の方への対応は不可能です。
- 提供者の方には、「給水可」のプレートを玄関前に表示していただきます。
- ご利用の際には 所有者様にお声をかけ、容器は各自ご持参ください。

防災の知恵袋

地域特性

茨城県南地域は、地形・地質・開発時期などから、比較的災害に強く、被害の少ない地域です。最も危惧される首都圏直下型地震が起きた場合、つくば市周辺だけが被災したのであれば復旧は早いですが、首都圏中心部の被害が甚大であれば、この地域の救援は後回しにされ、流通の乱れは長期に及びます。将に私たちの自助・共助の力が試されることになります。

自助に向けて それらを踏まえて、被災した場合の行動ポイントと準備を列挙します。

避難路の確保	強い揺れがある程度治まった時点で、 屋外への逃げ道 を確保する。
自宅に居続ける	指定避難所が開設されるまでには時間が掛かり、更に避難所の施設・備蓄は最小限でストレスの要因となる。 安全である限り自宅に留まる 。
ケガをしない	安全な空間を確保 するための室内の整理。家具の転倒、ガラスの飛散、器物落下などの防止対策。何より 慌てない心の準備 。できれば寝室に底の厚い運動靴を一足用意。
生活を守る	最低3日間（できれば一週間）を生き抜くための水、食料、防寒具、調理器具、その他ペットを含む 家族分の必要なもの を準備。
自宅を離れるときには	火災などで避難する場合もあるので持ち出し品をまとめておく。可能な限り ガス・電気・水道を止める 。
帰宅困難	主要な道路や橋は緊急輸送路となり、一般車両は通行禁止になる。数日間は帰宅困難に陥ることもあるため、 家族との連絡方法を準備 しておく。携帯電話一辺倒にしないこと。家族分の電話番号は別途控えておく。

停電への対処 停電により機能不全に陥る生活環境を知ること。大規模災害が起きた時、被災が無い地域でも安全装置の作動により広範囲で停電が起きることがあります。

照明	作業・安全のためにヘッドライトが便利。ロウソク、ライター、マッチは ガス漏れ・ガソリン漏れがないことを確認 してから使用。
通信	非常時の情報不足は不安を誘発する。携帯電話・タブレットによる ネット通信 が強いので、車やモバイルバッテリーなどの 充電環境 を準備しておく。
トイレ	トイレのコンセントを抜いて 水洗機能をチェック する。流れない場合は簡易トイレの準備をする。
水道	マンションなど共同住宅では、水道自体に被害が無くても ポンプが停止 することにより水道が止まることもある。停電が長期になると公共水道のポンプも止まる可能性がある。
調理	カセットコンロ を用意。（前述のガソリン漏れ、ガス漏れには注意）
買い物	清算機能停止や貨幣の停滞が起るため、 千円札 を充分に準備しておく。

いざという時に

災害用伝言ダイヤル 171
ラジオつくば FM 84.2MHz
つくば災害・防災メールサービス
Yahoo 防災速報アプリ
おとな救急相談 #7119
こども救急相談 #8000

東小学校区きずなネットワーク運営協議会
協賛；つくば市社会福祉協議会
東2丁目町会・五十塚区会
稲荷前1区・2区・3区自治会
＜ご意見・ご質問＞
皆様のお声をお待ちしております。ホームページの「お問い合わせ」をご利用下さい。