



防災地図



医療法人社団 ルカ

としま 整形外科リウマチクリニック

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00 ~ 12:30 ● ● ● ● ● ● ● ● /

14:00 ~ 18:00 ● ● ● ● ● ● ▲ ● /

▲土曜日17時まで ●日曜日 AM10:00~12:30 PM13:30~16:00

TEL:03-5951-5858

豊島区南池袋2丁目45番3号
としまエコミューゼタウン2階

**池袋駅より徒歩8分
東池袋駅直結**

土曜日午後・日曜日診療

HPは
こちら→



防災



救援センターの名称は
次ページにあります



集中力

忍耐力

記憶力

判断力

創造力

情報処理能力

習い事はやっぱりそろばんがNo.1

富山珠算学校

(東京商工会議所認定 東京珠算教育連盟指定教場)

そろばん生徒募集中!

見学・体験入学も随時実施中

南長崎教室

豊島区南長崎3-25-7 (代表)
 椎名町小学校東側裏 3951-6652
 授業日:月 木 土

富山珠算学校
検索

豊島区

救援センターリスト

令和5年4月1日現在



番号	救援センター名	所在地
1	仰高小学校	駒込5-1-19
2	駒込小学校	駒込3-13-1
3	巣鴨小学校	南大塚1-24-10
4	清和小学校	巣鴨3-14-1
5	西巣鴨小学校	西巣鴨1-27-1
6	豊成小学校	上池袋1-18-24
7	朋有小学校	東池袋4-40-1
8	朝日小学校	巣鴨5-33-1
9	池袋第一小学校	上池袋4-28-1
10	池袋第三小学校	西池袋3-14-3
11	旧文成小学校	池袋本町4-36-1
12	池袋小学校	池袋4-23-8
13	池袋本町小学校・池袋中学校	池袋本町1-43-1
14	南池袋小学校	南池袋3-18-12
15	高南小学校	高田2-12-7
16	目白小学校	目白2-11-6
17	長崎小学校	長崎2-6-3



防災



救援センターとは、地震等の災害により、自宅にいたことができなくなった方々が、一時的に避難生活をする場所です。災害により自宅に住めなくなってしまったら、お近くの救援センターに避難しましょう。

番号	救援センター名	所在地
18	要小学校	要町2-3-20
19	椎名町小学校	南長崎4-30-5
20	富士見台小学校	南長崎1-10-5
21	千早小学校	千早3-33-5
22	高松小学校	高松2-57-22
23	さくら小学校	長崎6-16-1
24	駒込中学校	駒込4-5-1
25	巢鴨北中学校	西巢鴨3-17-1
26	西巢鴨中学校	南大塚3-18-1
27	千登世橋中学校	目白1-1-1
28	西池袋中学校	西池袋4-7-1
29	旧真和中学校	目白5-24-12
30	千川中学校	高松1-9-21
31	明豊中学校	長崎5-31-29
32	みらい館大明	池袋3-30-8
33	豊島体育館	要町3-47-8
34	南長崎スポーツ公園	南長崎4-13-5
35	西部区民事務所複合施設	千早2-39-16



乳幼児用の緊急持ち出し品

災害発生時にも対応できるよう日頃から備えておくと、もしもの時に安心です。

	用品例	参考
必需品	育児用ミルク	キューブなど小分けの市販品あり
	哺乳瓶 (密閉式ビニール袋、 消毒液とともに)	プラスチック製か軽量で割れる心配がない。 使い捨て哺乳瓶の市販品もあり。
	調乳用の水	硬水より軟水を。加熱殺菌済み ベビー用飲料水が便利。
	離乳食、幼児食、おやつ	少なくとも1日分。
	着替え (長袖、長ズボン、肌着)、防寒着	全身を保護するため、夏でも長袖、長ズボンを。
	紙オムツ、おしりふき	オムツは1日8~10枚は必要。
	抱っこ紐、おんぶ紐、 子ども靴、帽子	避難する時に使う。帽子は脱げにくい工夫を。
薬	医師から処方されている薬などがあれば。	
あると便利な品	スプーン、ストロー、子ども用 歯ブラシ	使い捨て用が便利。
	大判スカーフ、風呂敷、 タオルなど	授乳時に人目を避けたり、保温用に。
	ドライブ用簡易トイレ	使い捨て用が便利。
	おもちゃ・絵本	おもちゃは音のないものが無難。

日本子ども家庭総合研究所

平成26年3月 「乳幼児と保護者、妊産婦のための防災ハンドブック」より

子どもたちがすこやかに育つ一番の栄養は『愛されている実感』です

認可保育園 社会福祉法人 つばさ福祉会

せんかわみんなの家



TEL:03-3530-5735

東京都豊島区要町3丁目54番8号

千川駅2番出口から徒歩4分





災害時の 連絡方法



災害用伝言ダイヤル(171)

大災害に際し、被災地との通話が困難になった場合、災害用伝言ダイヤルが提供されています。

1 7 1 をダイヤルした後
ガイダンスに従ってください。

災害用伝言版

各社が災害用伝言版を開設します。被災地域に指定されたエリア内にある携帯電話で、電話番号を使って伝言板登録と確認ができます。



災害用伝言ダイヤル・伝言板の
詳細は、電話会社の
HPなどでご確認ください。

池袋で、こどもから大人まで楽しめるクラシックバレエスタジオ

スフェール・グノシェンヌ

(池田聖智子ダンススタジオ)



目的に合った
心身の健康作りを
お手伝いします!

お気軽にお問い合わせ下さい

子供と一緒に、ママたちのための親子ストレッチバレエ

女性のためのストレッチバレエ・ピラティス

びよびよバレエ



豊島区南池袋1-15-16 第二東興ビル3F ☎03-3986-2760

(お問い合わせはメールにてお願いします)



東京信金は
ババママを
応援します！

豊島区
東京信金
MAP

詳しくはホームページをチェック！
東京信金 子育て 検索
<https://www.tokyo-shinkin.co.jp/>

豊島区内4店舗のご案内

本店 営業部	豊島区東池袋 1-12-5 TEL 03-3984-9110	推名町 支店	豊島区南長崎 3-2-14 TEL 03-3953-4611
要町 支店	豊島区要町 1-1-1 TEL 03-3957-3161	東長崎 支店	豊島区南長崎 5-28-4 TEL 03-3952-3151

子育て応援商品取扱中！
お気軽にお問い合わせください。

子育て応援
定期積金

お子さまの人数に応じて金利を上乗せいたします！

子育て応援
ワン

働くお母さん
働くお父さんを
応援します

皆様のお役にたつ
東京信用金庫

豊島区 子育て情報ハンドブック

令和5年7月発行

発行

豊島区／株式会社サイネックス

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083
東京都千代田区麹町5-3
TEL.03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 埼玉支店
〒330-8541
埼玉県さいたま市大宮区土手町1-49-8
TEL.048-643-7120

※掲載している広告は、
令和5年5月現在の情報です。

UD
FONT

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。