

**東京湾でマグニチュード7.3
震度6弱～6強の地震発生！
(首都直下地震)**

死	者	55人
け	が 人	1,362人
避難	生活者	32,136人

焼 失 建 物	745棟
全 壊 建 物	816棟
停 電 率	6.5%
断 水 率	21.6%

救援センター(避難所)の数：35か所
多くの方が救援センターへ
避難することが想定されます！

参考：「首都直下型地震等による東京の被害想定(令和4年5月公表)」 (東京都)

多くの方が避難する救援センターでは、新型コロナウイルスをはじめとする感染症のリスクが高まります。そのため、「救援センターへの避難」だけではなく、自宅が安全な場合は、自宅にとどまり、自宅が危険と感じた場合は、知人・親戚宅等へ避難することも検討しましょう。

```
graph LR; A[自宅に危険な損傷がないとき] --> B[自宅]; A --> C[知人・親戚宅]; A --> D[避難所避難  
(救援センター)]; B --- B_img[自宅のイラスト]; C --- C_img[知人・親戚宅のイラスト]; D --- D_img[避難所のイラスト];
```

自宅に危険な損傷がないとき

自宅

知人・親戚宅

火災や倒壊により、自宅にとどまることの危険があるとき

避難所避難
(救援センター)

危険と感じた場合には、
迷わずお近くの救援センターへ避難してください！

大規模災害発生時は、人工透析や周産期妊婦等に対応するものを除く診療所（クリニック）は休診となります。

災害時にケガをされた方は、区内の病院の門前や近隣に開設する「緊急医療救護所」に向ってください。

大災害が起こったあと、電気・水道・ガスなどのライフラインが止まった自宅で生活しなければなりません。これらが途絶えても、1人あたり最低7日間自宅で生活できる分量の備蓄品を用意しておきましょう。

災害時の情報収集には、下記の方法も活用しましょう。

1 豊島区公式防災アプリ



多言語に対応！

日本語／英語／中国語(繁・簡)／韓国語／
ベトナム語／ミャンマー語／ネパール語

ポータルサイトではアプリと同じ内容を
パソコンからもご確認いただけます。

豊島区 防災ポータル 検索Q

無料で
ダウンロード
できます!!

アプリのダウンロードはこちらから



App Store
からダウンロード





Google Play
で手に入ります





①最寄りの救援センターを確認

自分のいる場所から一番近い救援センター(避難所)や、冊子西蔵者用の一階滞在施設の場所、開設情報をリアルタイムで確認できます。救援センターの混雑状況を確認することも可能です。



②安全安心情報や区からのお知らせを確認

防災訓練や防災イベントのお知らせ、発災時の避難情報、避難所開設情報等、区からの様々な防災情報をお知らせします。



③平時から学べる・使える情報

気象情報、交通情報、ライフライン状況、ハザードマップ、防災地図、防災に関する知識など、平時から役立つ情報を確認できます。



④コミュニティ機能

町会などのコミュニティで掲示板を作成し、メンバー同士でメッセージのやり取り、安否確認が可能です。

防災行政無線放送の内容を電話で確認できるサービスもご利用ください。

TEL: 0120-021131 (無料)

※災害時、つながりにくくなる場合がございます。

豊島区
ホームページ
QRコード

豊島区安全
安心メール
登録用QRコード

登録した方へ随時防災情報
等を配信しています。
※登録料は無料ですが、データ受
信料は受信者負担となります。

豊島区公式X
(旧ツイッター)
QRコード

豊島区公式
LINEアカウント
QRコード

上記のQRコードから豊島区公式LINEを友達登録したら防災メニューへ豊島区公式LINEの避難所チェックインから事前登録をすることで、災害が発生したら救援センターへスムーズに入所できます。

豊島区内にあるAED（自動体外式除細動器）の場所がわかります。

豊島区内にある公衆電話の場所がわかります。
NTT東日本「公衆電話 設置場所検索」

災害用伝言ダイヤルとは
地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。安否確認の手段として活用しましょう。

基本的には、音声ガイダンスに従って操作をすることで、録音・再生が可能です。

救援センター		施設の改築・統廃合により変更になる場合があります。		(○は地域本部も兼ねる)				
地域	救援センター	地図索引	町会	区	域(目安となります)			
1	◎清和小学校 築鶴3-14-1	K-4	築鶴三四丁目清和町会	西築鶴1丁目1 西築鶴2丁目1~8				
			折戸協和町会	築鶴2丁目16~17 築鶴3丁目7~18、36~39				
	西築鶴小学校 西築鶴1-27-1	J-3	築鶴四丁目協和町会	築鶴4丁目1~26、28~29、32~34				
			築鶴三親町会	北大塚1丁目11~34				
	朝日小学校 築鶴5-33-1	K-3	北大塚一丁目睦町会	北大塚2丁目24~34				
			西築鶴新田町会	西築鶴1丁目2~38 西築鶴2丁目9~15、17~22				
	築鶴北中学校 西築鶴3-17-1	K-3	宮井町会	西築鶴1丁目27、37~39 北大塚2丁目21~23				
			朱和町会					
			築鶴三明町会	築鶴4丁目26~32、34~44 築鶴5丁目全域				
			築鶴五丁目朝日町会	西築鶴3丁目1~4 西築鶴4丁目1~4				
2	◎豊成小学校 上池袋1-18-24	I-4	西築鶴五丁目大槻町会					
			西築鶴共和町会					
	◎朋有小学校 東池袋4-40-1	J-5	西築鶴二丁目町会	西築鶴2丁目6~7、14~17、22~39				
			庚申塚町会	西築鶴3丁目5~27				
			西築鶴睦町会	西築鶴4丁目5~31				
			西築鶴四丁目親次町会					
			北大塚仲和町会	北大塚2丁目1~20				
			上池袋昭和町会	北大塚3丁目全域				
			北大塚上池袋宮新町会	上池袋1丁目1~7、11~26、28~36				
			東池袋南大塚仲和町会					
東池袋サンシャイン町会								
東池袋中部町会			東池袋1丁目全域					
3	池袋第一小学校 上池袋4-28-1	I-3	池袋東口本町会	東池袋2丁目全域				
			池袋袋一丁目中央町会	東池袋3丁目全域				
	みらい館大明 池袋3-30-8	F-4	池袋袋四丁目南町会	東池袋4丁目14~18、29~42				
			池袋袋五丁目本町会	東池袋5丁目11~52				
			池袋袋五丁目東町会	南池袋1丁目20~27、29				
			東二町会	南大塚3丁目25~37				
			新東一町会					
			東池袋東和町会					
			池袋第三小学校 上池袋4-28-1	I-3		池袋袋一町会	上池袋1丁目8~10	
						上池袋三丁目町会	上池袋2丁目全域	
4	◎西池袋中学校 西池袋4-7-1	E-6	上池袋袋八町会	上池袋3丁目全域				
			上池袋袋掌町会	上池袋4丁目全域				
	池袋第三小学校 西池袋3-14-3	F-6	池袋三親町会					
			池袋二丁目恵比寿町会	池袋2丁目1~37、55				
	◎南池袋小学校 南池袋3-18-12	H-7	池袋仲町会	池袋3丁目1~2、4~10、13~14、19~71				
			池袋上町会	池袋1丁目B21、37				
	5	高南小学校 高田2-12-7	H-8	池袋三丁目北町会	池袋5丁目1~8、10~19、24			
				池袋三丁目親次町会				
		◎太白小学校 目白2-11-6	G-7	池袋袋一丁目町会				
				池袋二丁目原町会	西池袋1丁目1、6~44			
千登世橋中学校 目白1-1-1		G-8	池袋御膳町会	池袋1丁目全域				
			池袋二丁目親睦町会	池袋2丁目8、10、38~78				
6		◎長崎小学校 長崎2-6-3	C-6	池袋四丁目西町会	池袋3丁目59~67			
				池袋四丁目西町会	池袋4丁目全域			
		富士見台小学校 南長崎1-10-5	D-6	山手町会				
				高田中央町会	西池袋4丁目5~6、11~13、16、21~40			
	旧真和中学校 目白5-24-12	E-6	高田三丁目町会	西池袋5丁目20~23				
			目白協和町会	西池袋4丁目1~4、7~11、13~18 西池袋5丁目1~2、9~10 目白3丁目29 目白4丁目20~23、35~36				
	7	◎椎名町小学校 南長崎4-30-5	B-6	池袋渡西町会	東池袋4丁目1~8、21~27			
				池袋日出町会	東池袋5丁目1~10			
		◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	南池袋一丁目町会	南池袋1丁目1~19、28			
				南池袋二三四町会	南池袋2丁目1、3~43、45、47~49			
さくら小学校 明豊6-16-1		A-4	雑司が谷三丁目町会	南池袋3丁目全域				
			東目白本町会	南池袋4丁目2、4~25				
8		◎長崎中学校 長崎2-6-3	C-6	池袋東口親和町会	雑司が谷1丁目1~3、7~53			
				光和会	雑司が谷2丁目7、26~28			
		富士見台小学校 目白5-24-12	D-6	青葉会	雑司が谷3丁目1~9、11~23			
				雑司が谷一丁目町会				
	◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	雑司が谷二丁目町会					
			雑司が谷一丁目東部町会					
	◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	東目白白治会	雑司が谷2丁目1~4				
			高田一丁目町会	高田1丁目全域				
	◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	東目白坂下睦会	高田2丁目9~18				
			目白二丁目町会	西池袋2丁目6				
◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	目白東町会	雑司が谷3丁目10					
		目白三丁目町会	目白1丁目2~5 目白2丁目4~39					
◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	目白山崎町会	目白3丁目1~28 目白4丁目1~4、17~19					
		高田中央町会	南池袋4丁目1、3					
◎千早小学校 千早3-33-5	C-4	高田三丁目町会	雑司が谷1丁目3~10 雑司が谷2丁目5~6、8~25					
		東目白千登世町会	雑司が谷3丁目1、16~17					
◎千早小学校 千早3-33-5	C-4							

地域	救援センター	地図参照	町会	区 域 (目安となります)	
11	旧文成小学校 池袋本町 4-36-1	H-2	池袋本町頼町会 池袋本町四丁目町会 池袋本町末廣町会	池袋本町 2丁目35、38-39 池袋本町 3丁目16~34 池袋本町 4丁目1-4、22-50	
	◎池袋本町小学校 ◎池袋中学校 池袋本町 1-43-1	H-3	池袋本町吉元町会 池袋本町二丁目町会 池袋本町一丁目町会 池袋本町南町会 池袋本町中央町会	池袋本町 1丁目全域 池袋本町 2丁目1~34、36~37 池袋本町 3丁目1~15 池袋本町 4丁目5~21	
	12	◎巣鴨小学校 南大塚 1-24-10	L-6	南大塚東南町会 南大塚一丁目南松町会 南大塚一丁目南町会 南大塚一丁目宮岩町会 南大塚伴町会	南大塚 1丁目1~26、33、35~60 南大塚 2丁目1~7、17~23、30-32、38
		◎西巣鴨中学校 南大塚 3-18-1	J-5	南大塚二丁目西町会 南大塚二丁目北町会 大塚駅南町会 南大塚自治会	南大塚 2丁目8-16、24~29、33~37、39~46 南大塚 3丁目1~24、38~55

名 稱		地 圖 索 引	電 話 番 号	住 所
豐 島 区	役 所	H-6	☎ 3981-1111	南池袋2-45-1
東 部 区	民 事 務 所	K-5	☎ 3915-9961	南大塚2-36-2
西 部 区	民 事 務 所	J-4	☎ 3915-2334	北大塚3-29-11
東 部 区	民 事 務 所	C-4	☎ 4566-4021	千早2-39-16

名 称	地図索引	電 話 番 号	住 所
豊 島 区 保 健 所	H-6	☎ 3987-4203	南池袋2-1-1
長 崎 健 康 相 談 所	C-5	☎ 3957-1191	長崎3-6-24

名 稱		地圖索引	電 話 番 号	住 所
池 袋 目 豐	警 察 署	F-6	☎ 3986-0110	西池袋1-7-5
	警 察 署	K-5	☎ 3910-0110	北大塚1-15-15
	警 察 署	G-7	☎ 3987-0110	目白2-10-2
	防 署	I-5	☎ 3985-0119	東池袋3-19-20
	〃	K-3	☎ 3949-0119	巢鴨4-30-8
池 袋 〃	目白出張所	G-7	☎ 3989-0119	目白2-10-3
	防 署	F-6	☎ 3988-0119	西池袋2-37-8
	高松出張所	E-4	☎ 3959-0119	高松1-2-4
	長崎出張所	B-6	☎ 3952-0119	南長崎4-13-4
	〃			

名 称		地 区 名	電 話 番 号	住 所
J	R	山 手 線	N-4	駒込2-1-1
		巢 鴨 駅	M-5	巢鴨1-16-1
		大 塚 駅	G-5	南大塚3-33-1
		池 袋 駅	J-5 (JR東日本お問い合わせセンター)	南池袋1-28-2
		目 白 駅	F-7	目白3-3-1
西	武	池 袋 線	G-5	南池袋1-28-1
		椎 名 町 駅	D-6	長崎1-1-22
		東 長 崎 駅	B-5	長崎5-1-1
東	武	東 上 線	G-5	西池袋1-1-21
		北 池 袋 駅	H-3	池袋本町1-36-6
		下 板 橋 駅	H-2	池袋本町4-43-11
都	営	三 田 線	L-4	巢鴨3-27-7
		西 巢 鴨 駅	K-2	西巢鴨3-25-13
東京メト	丸の内線	池 袋 駅	G-5	南池袋1-28-1
東京メト	有楽町線	池 袋 駅	G-5	西池袋1-12-1
		東 池 袋 駅	I-6	東池袋4-4-4
		要 町 駅	E-4	要町1-1-10
		千 川 駅	C-3	要町3-10-7
東京メト	副都心線	池 袋 駅	G-5	西池袋3-28-14
		雑 司 が 谷 駅	H-7	雑司が谷2-6-1
東京メト	南北線	駒 込 駅	N-4	駒込2-1-40

名 称	地図索引	電 話 番 号	住 所
水 道 局 豊 島 営 業 所	G-5	☎ 0570-091100 5326-1101	西池袋1-7-7東京西池袋ビル (携帯電話からかける場合)
下水道局北部下水道事務所豊島出張所	1-7	☎ 3989-8523	鎌倉が谷1-11-9

名 称	電 話 番 号	住 所
東京電力エナジーパートナーカスタマーセンター東京 東 京 ガ ス お 客 セ ン タ ー	☎ 0120-995-006 ☎ 0570-002211 ☎ 5394-7700	(携帯電話からかける場合)

名 称	電 話 番 号	住 所
N T T 東 日 本 - 東 京 北	☎ 115	(電報)
	☎ 116	(電話)
	☎ 171	(災害用伝言ダイヤル)

豊島区防災地図

令和8年7月発行

発行：豊島区総務部防災課管理グループ

TEL：03-3981-2100（直通）

メール：A0011101@city.toshima.lg.jp