

活動報告

防災イベントを実施しました！

2025年11月16日（日）、大六小において避難拠点の防災イベントを実施いたしました。晴天の中、約220名と多くの皆様にご参加いただき、防災に関するさまざまな訓練を、楽しみながら体験をしていただきました。

● 訓練の様子



多くのみなさまにご参加いただき、ありがとうございました
2026年も11月に防災イベントを予定しておりますので、ご参加お待ちしております。
※詳細は改めてご案内いたします。



■ 避難拠点の活動について、ご興味ご質問等ございましたら以下までご連絡ください。

連絡先

南大泉4-4丁目町会、5丁目町会、6丁目町会の会長、役員の方

または 練馬区 危機管理室 区民防災課 区民防災第二係

e-mail : KUMINBOUSAI02@city.nerima.tokyo.jp tel : 03-5984-2605 (直通)

大六小避難拠点のホームページが出来ました！

避難拠点の説明や防災に役立つ情報を発信していきますのでアクセスしてください

URL : <https://o6hinankyoten.blogspot.com>



在宅での避難生活を考えよう！

在宅避難の 考え方

地震が起こったとしても、自宅や周辺に火災の心配がなく、また建物が倒壊の恐れがない場合には、避難する必要がありません。避難拠点(区立の小中学校)での生活は体育館で寝泊まりするなど不自由で、ストレスや過労から体調を崩してしまうこともあります。

避難拠点への避難は最後の手段です。

地震発生! ▶ 即、避難拠点ではありません

①在宅避難の備え～家庭での備蓄～(一例)

家庭での備蓄は、家族が1週間(最低3日)過ごすのに必要なものを準備します。食料品は、全て非常食で揃える必要はなく、普段食べているものを多めに用意することで、自然と備蓄ができます。

品目	目安量・用途
飲食物品	
飲料水 (ペットボトル 1.5ℓ)	一人1日3L×家族の人数×7日
常備食・非常食	一人1日3食×家族の人数×7日 ※普段食べているものを多めに用意しましょう ※離乳食など家庭環境に合わせたものを備蓄しましょう。
日用品	
軍手	一人1対×家族の人数分 部屋の片づけ時
ランタン	一人1台×家族の人数分 部屋の明かり用
ティッシュペーパー	家族の消費量に合わせて要計算
簡易トイレ・携帯トイレ	一人1日5回×家族の人数分×7日
トイレトペーパー	家庭の消費量に合わせて要計算
携帯ラジオ	1台 停電した際に情報収集に必要不可欠
カセットコンロ	1台 ガスが停止した際の調理に使用
カセットボンベ	1日3本×7日
ポリ袋	1箱(100枚) 湯せん調理や衛生対策として
衛生用品	
ドライシャンプー	1本 断水時の洗髪に使用
洗口液	1本 断水時の口腔ケアに使用
ウェットティッシュ	衛生対策として
医薬品類	毛抜き(1本) 消毒薬(1本) 脱脂綿・ガーゼ・絆創膏(適当量) 包帯三角巾(2巻・枚) 持病薬、鎮痛剤・整腸剤(適当量)



備蓄は、家庭の状況に合わせて準備します。例えば・・・

乳幼児向け

- ・月齢に合わせた食事
- ・おむつ
- ・おしりふき

高齢者向け

- ・介護食
- ・入れ歯
- ・入れ歯洗浄剤

女性向け

- ・生理用品
- ・基礎化粧品