

いざという  
ときのために。



# ／おうち近くの防災訓練／

令和5年度 板橋区

# 総 合 防 災 訓 練

板橋区内18地区にて、「令和5年度板橋区総合防災訓練」を実施します。

この訓練は、東京都内で震度6強の大地震が起これ、一部の建物が倒れたり、火災が発生しているという想定で行う、住民参加型訓練です。家族や近所の方と一緒に訓練を行うことで、災害に強いまちをつくりましょう！

日程：令和6年3月10日（日）

訓練内容 消火訓練、救命訓練、避難所備蓄物資の確認など  
※実施会場により異なります

時間・会場 各実施会場・時間はホームページをご確認ください。

ホームページはこちら▶



参加方法 お近くの地域センターへお問い合わせください

参加費 無料

地震がおきたら？



## 訓練例

※会場によって訓練内容は異なるのでご注意ください。

### 備蓄倉庫見学



避難所の備蓄物資を  
確認しよう！

### 仮設トイレ組立て



トイレを組み立てよう

### 消火訓練



消火器の使い方  
を学ぼう！

### 避難所受入訓練



避難所についたら  
まずは受付

他にも…

- ・災害時に使うグッズの展示
- ・救命のスキルを身に着ける！（応急救護訓練）
- ・地震を体験できる車にのってみよう
- ・けが人を安全に運ぶには？（担架搬送訓練）など

## ～災害に関する情報はこちら～

### 板橋区防災メール

災害情報や区からの緊急なお知らせを配信します。

①右の二次元コードを読み取るか、下記のメールアドレスを直接入力し、「空メール」を送信してください。

[itabashi@cousmail-entry.cous.jp](mailto:itabashi@cousmail-entry.cous.jp)



②返信メールに添付されている登録用URLをクリックします。

③受け取りたい情報を選んで、登録完了！

### いたばし防災+チャンネル

防災知識を分かりやすく伝える  
動画を配信しています！



▲詳しくはこちら