

阪神・淡路
大震災から
30年

防災週間

8月30日(土)~
9月5日(金)



9月1日は「防災の日」です。大正12年9月1日に発生した関東大震災、昭和34年9月に襲来した伊勢湾台風をきっかけに昭和35年に定められました。
また、台風の多い時季でもあり、広く地震や台風などの災害への防災意識を高めてもらうため、「防災の日」を中心に8月30日～9月5日を「防災週間」とすることが昭和58年に定められました。

いざという時の備え、
あなたはできていますか？

詳しくは
こちらから





▲令和7年度防災週間ポスター

今後30年以内に70%の確率で起きると予想される首都直下地震。大規模な地震が発生した際は、消防などの公的機関だけでは対応できない災害が多数発生するといわれています。その際に大切になるのが「自助・共助」です。地域住民が初期消火をすることで、火災による人や建物の被害を大幅に軽減することができます。(東京都「首都直下地震等による東京の被害想定」より)

首都直下地震は今すぐにでも起こる可能性があります。東京消防庁では、各消防署で様々な防災に関するイベントを実施しています。いざという時に命を守る行動ができるように、定期的に防災訓練に参加して防災に対する知識を深めましょう。



防災訓練を検索

50万
ダウンロード
突破!

「いつ・どこで防災訓練に参加できるのか?」を東京消防庁公式アプリのマップ機能で確認できます。

詳しくは
こちらから







防災訓練用車両及び防災館の紹介

中面で各種防災訓練を紹介します

VR防災体験車

360度の立体映像と揺れ・風圧・熱などの演出により、災害を疑似体験できます。





起震車

地震発生時の状況を体感することができます。車両後部に昇降装置を設置しており、車いすの方も体験が可能です。



まちかど防災訓練車

軽トラックをベースとしており、住宅地等の狭い道路でも入れるため、住宅街や公園などでも実践的な放水訓練が可能です。





防災館(都民防災教育センター)

防災に関する知識や技術を様々な体験を通じて身につけていただくための体験施設です。池袋、本所、立川にあり、それぞれの施設の特徴があります。

防災館は
こちらから







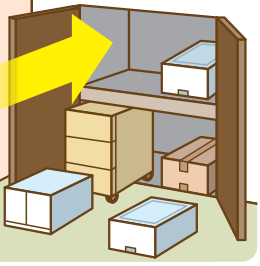
家具転対策の見直しを!

家具転対策とは、家具類(家具や家電など)の転倒・落下・移動防止対策のことをいいます。地震で家具類が転倒・落下・移動すると、家具類や割れたガラスなどでけがをする、電気ストーブなどに物が落下して火災になる、家具類がドアや廊下をふさいで避難できなくなる可能性があります。

家具転対策三本の矢

集中収納

物を収納するときは、クローゼットや据え付け家具を利用し、できるだけ生活空間に家具類を置かないようにしましょう。



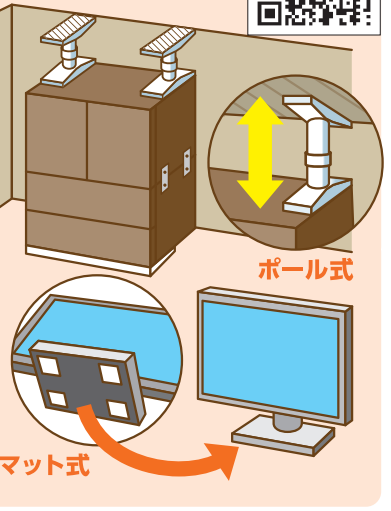
レイアウトの工夫

家具類を置くときは場所や向きを工夫しましょう。



対策器具設置

それぞれの家具類に適した転倒対策器具を使用しましょう。ポール式やマット式のように壁や家具を傷付けにくい対策器具もあります。



詳しくは
こちらから



阪神・淡路
大震災から
30年

防災週間 8月30日(土)～9月5日(金)

防災訓練を通して地域とつながろう

東京消防庁では、防災訓練を通して「地域の様々な団体が、災害時の初期消火や救出救助などで協力し合う関係性を構築する」ための取組を進めています。有事の際に消防だけでなくすべての災害に対応することはできません。しかし、皆さん1人ひとりが災害への備えをするだけでなく、地域の住民やそこで働く・学ぶ人たちが協力して災害に対応することができれば、災害による被害を減らすことができます。

バケツリレーによる消火や、がれきに挟まれた人の救出など、一人では無理なことでも、多くの人が協力することで対応できることはたくさんあります。

この機会に家族や近所の方、職場の方などと「共助」について考えてみましょう。



マンション防災訓練

地震後のマンションではこんなことが起こるかもしれません！

東京都内では、約900万人の方がマンション等に居住しています。このような東京都の地域特性を踏まえ、マンションの防災対策を講じてもらうため、東京消防庁では、マンション居住者に訓練などを通じて防災意識の啓発を行い、防災行動力の向上を図っています。



詳しくはコチラ



火事 故障や停電で消火設備や警報設備が作動しない

対策

各家庭で消火器を備え、いざという時に使えるように、防災訓練に参加しましょう。

ケガ エレベーターが停止し、ケガ人を地上まで運ぶのが困難になる

対策

家具転倒対策でケガを防ぎましょう。マンション全体で応急手当や担架の使い方を学びましょう。

閉じ込め 防音性が高いので、助けを呼んでも聞こえない

対策

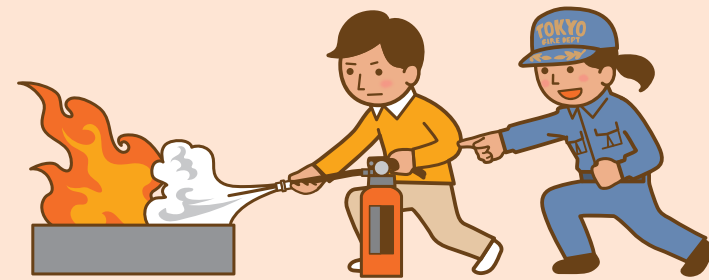
家具や家電が転倒しないよう固定する。転倒してもドアを塞がなレイアウトにする。居住者間で安否確認できる仕組みを作りましょう。



いざという時に備え防災訓練に参加しましょう

何かの“ついでに”防災訓練

「防災訓練に興味はあるが、なかなか参加する機会がない。」「訓練時間が合わず参加ができない。」との声が多くあります。そのような方々の訓練機会を増やすため、東京消防庁では、公園、商業施設、地域の様々な団体が集まるお祭りやイベントなどに消防職員が行き、その場に来ていた皆様に防災訓練を実施していただくための取組を推進しています。お買い物のついでに、遊びに来たついでに、イベントに来たついでに、ぜひ防災訓練にご参加ください。



外国人のための防災訓練

令和7年1月時点で、東京に在留する外国人は72万人を超えており、今後もますます増加していくことが予想されています。外国と日本では、防災に関する常識が異なる場合があり、出身地によっては地震を知らない方もいます。そのような方にも、いざという時のために、日本の防災について学んでもらう必要があります。

そのため、東京消防庁では、言語の壁がある方でも気軽に参加できるよう、外国の方に伝わりやすい「やさしい日本語」を使って話したり、目で見て理解できるイラストや動画などを使って訓練の指導を行っています。街中で見かけた際には気軽に



キュータのQ&A 防災訓練を実施するには？

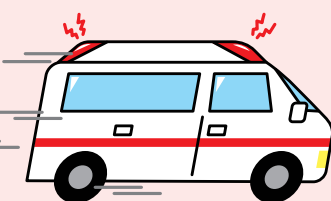
「防災訓練を企画したいがどうすればいいかわからない。」という方は最寄りの消防署へご相談ください。東京消防庁が提供できる様々な防災訓練用の車両や資器材などを紹介し、場所や時間帯に応じた効果的な訓練内容をご提案します。また、訓練当日も消防職員が立会い、訓練参加者への指導を行います。

9月9日は救急の日

令和6年中の救急出場件数は、935,373件となり、3年連続で過去最多を更新し、令和元年と比較して約10万件増加しました。

救急車の出場が増加すると、遠い場所から救急車が出場することになります。救急車到着までの時間が延びると、**命が助かる可能性が低下**してしまいます。

必要な時に迅速に救急車を利用できるように、**ためらわずに救急車を呼ぶべき症状**を参考にしてください。救急車を呼ぶか、病院へ行くか迷った場合には、インターネットから**東京版救急受診ガイド**を検索するか、電話で「#7119」東京消防庁救急相談センターへ相談してください。



ためらわずに救急車を呼ぶべき症状

緊急性が高いと判断したら、迷わず119番通報!!

子ども(15歳以下)

- 顔**
 - くちびるの色が紫色
 - 顔色が明らかに悪い
- 胸**
 - 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
 - 呼吸が弱い
- 手・足**
 - 手足が硬直している



- 頭**
 - 頭を痛がつて、けいれんがある
 - 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある
- おなか**
 - 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
 - 激しいおなかの痛みで苦しがる
 - 嘔吐が止まらない
 - 便に血がまじった

- 顔**
 - 顔半分が動きにくい、しびれる
 - 笑うと口や顔の片方がゆがむ
 - ろれつがまわりにくい
 - 見える範囲が狭くなる
 - 周りが二重に見える
- 手・足**
 - 突然のしびれ
 - 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる
- 高齢者**
 - 突然の激しい頭痛
 - 突然の高熱
 - 急にふらつき、立てられない
 - 突然の激痛
 - 急な息切れ、呼吸困難
 - 旅行などの後に痛み出した
 - 痛む場所が移動する
 - 突然の激しい腹痛
 - 血を吐く
- 頭**
 - 突然の激しい頭痛
 - 突然の高熱
 - 支えなしで立てないぐらい急にふらつく
- 胸や背中**
 - 突然の激痛
 - 急な息切れ、呼吸困難
 - 胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
 - 痛む場所が移動する
- おなか**
 - 突然の激しい腹痛
 - 激しい腹痛が持続する
 - 血を吐く
 - 便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

- 顔**
 - 顔半分が動きにくい、または、しびれる
 - ニッコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
 - ろれつがまわりにくく、うまく話せない
 - 見える範囲が狭くなる
 - 突然、周りが二重に見える
 - 顔色が明らかに悪い
- 手・足**
 - 突然のしびれ
 - 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる
- おとな**
 - 突然の激しい頭痛
 - 突然の高熱
 - 支えなしで立てないぐらい急にふらつく
 - 突然の激痛
 - 急な息切れ、呼吸困難
 - 胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
 - 痛む場所が移動する
 - 突然の激しい腹痛
 - 激しい腹痛が持続する
 - 血を吐く
 - 便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る
- 頭**
 - 突然の激しい頭痛
 - 突然の高熱
 - 支えなしで立てないぐらい急にふらつく
- 胸や背中**
 - 突然の激痛
 - 急な息切れ、呼吸困難
 - 胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
 - 痛む場所が移動する
- おなか**
 - 突然の激しい腹痛
 - 激しい腹痛が持続する
 - 血を吐く
 - 便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

東京版救急受診ガイド

症状に応じた質問に答えることで、病気やけがの緊急性の有無、受診の必要性、受診時期、受診科目のアドバイスをもらえるサービスです。

いつでも、どこでも、誰でも気軽に使えるサービスです。いざというときに落ち着いて操作できるように、今、少しでも使ってみましょう。

インターネットから



症状を選択 ▶ 詳細な症状を選択 ▶ 判定結果表示



※東京消防庁管内の消防署で配布しています。



#7119 東京消防庁救急相談センター

医師や看護師等からなる相談医療チームが救急車の必要性のアドバイスや受診可能な医療機関の案内を電話で行っています。24時間365日いつでも対応しています。

詳しくは



マイナ保険証を活用した救急活動の実証事業に参加しています

傷病者のマイナ保険証[※]を、救急隊がカードリーダーで読み取り、氏名や生年月日、服用している薬、手術歴などの情報を閲覧することで、救急活動に役立てる、総務省消防庁の実証事業に参加しています。

救急要請で到着した救急隊が、マイナ保険証の提示を求めることがありますので、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

※マイナ保険証
健康保険証として利用登録されたマイナンバーカード

119番通報後に応急手当のアドバイスが受けられます

音声と映像を共有する「Live119」

通信指令員が、通報者とのビデオ通話によるライブ映像を確認しながらアドバイスをを行います。



あなたの応急手当が大切な命を救います！

動画で応急手当を学ぼう

救命講習を受講しよう

災害対応多目的車



新機能!

アプリをダウンロードして
カードをゲットしよう!



この車両は、災害現場で多数傷病者が発生した時など、軽症者を乗せ応急処置を行ったり、大規模な災害では活動の支援に当たります。後方のドアを開けスロープを設定し、車いすをスムーズに乗せることができます。

スマートフォン・モバイルバッテリーから 火災発生! 取り扱いに注意!!



スマートフォンやモバイルバッテリーにはリチウムイオン電池が使用されており、その他にも数多くの機器に使用されています。リチウムイオン電池による火災は、令和5年は167件、令和6年は230件(速報値)と、年々増加しています。火災を防ぐために、以下のポイントを心掛けましょう。

- 取扱説明書を確認する。 ●衝撃を与えない。
- 発熱、膨張などの異常がある場合は、使用をやめて製造事業者や販売店に相談する。
- 不用品を処分する際は、地域の回収方法をよく確認する。



映画館でも火災発生!

映画館で利用客がリュックに入れて持ち込んだモバイルバッテリーから出火しました。その利用客が取り出すときに手を受傷し、映画館の従業員が観客の避難誘導を行いました。

火災事例の検索は
こちら



消防団員募集!

今、あなたの力が必要です!

消防団は、自営業や会社員、学生などで組織されている消防機関で、安全・安心な街づくりの実現に欠かせない存在です。

詳しくは
こちら



入団条件 ・18歳以上の健康な方
・消防団の区域に居住、勤務又は通学している方

消防団員の処遇 **報酬・手当**: 年額報酬42,500円～、出場手当4,500円(防災訓練指導や警戒活動等も含む)
災害に従事した場合は1回につき9,000円
(特別区の場合となります。市町村については、各市町村にお問い合わせください。)

公務災害補償: 活動中に負傷した場合の様々な補償があります。

被服等の給与: 活動に必要な活動服や、制服等が支給されます。

退職報償金: 5年以上消防団活動を行った方が退団した時に支給されます。

問い合わせ 23区内に在住・在勤・在学の方は最寄りの消防署まで、市町村に在住・在勤・在学の方は各市町村にお問い合わせください。

特別区消防団への入団に関するお問合せは
0120-119-588
午前9時から午後5時まで(土・日・祝日を除く)

インターネットからも消防団の入団エントリーができます

23区内に
在住・在勤・在学の方
はこちら



市町村に
在住・在勤・在学の方
はこちら



採用試験前に東京消防庁を体感

消防官募集!

東京消防庁では一緒に働く職員を募集しています。
日本の首都、東京の安全、安心を守ることが私たちの仕事です。
災害対応だけでなく、様々な分野で人の役に立つことができる仕事なので、
個々の強みや経験など、一人ひとりの「ちがひ」を活かして働くことができます。

詳細や参加
申込はこちら



業務体験会

8月25日(月)、26日(火)、27日(水)

夏休み期間を利用して、東京消防庁の業務体験会に参加しませんか? 消防官の仕事に触れることができるほか、施設見学や職員との座談会を行います。



オンライン個別相談会

東京消防庁の仕事内容や採用試験に関する疑問、入庁後の不安などに職員がマンツーマンでお答えします。

■開催日時: 毎週水曜日(祝日、第2除く)
15時から17時の間で受付中(一人20分間)



お楽しみ クイズコーナー



※色は選べません

応募の際にご記入いただきました個人情報につきましては、抽選及びアンケート集計事務のみに使用いたします。

クイズ正解者の中から抽選で119名様に、「東京消防庁オリジナルポーチ」をプレゼント!!

【応募方法】

ハガキまたはメールに①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④クイズの答え ⑤広報とうきょう消防をご覧になった感想をご記入のうえ、下記の宛先またはメールアドレスまでご応募ください。

宛先: 〒100-8119 (住所不要) 東京消防庁広報課

「広報とうきょう消防」編集担当

メールアドレス: oubo@tfd.metro.tokyo.jp

ハガキで応募の際は郵便料金(切手)にご注意ください。

【締切】令和7年9月5日(金)必着

※応募は1人1通まで、プレゼントは当選者1名に1点です。
【当選発表】プレゼントの発送をもって発表といたします。



Q 下の表に紙面のキーワードが隠れているよ!
数えてみよう!

【ルール】

- キーワードは、紙面内に出てくる5文字以上の言葉です。
- 文字の読み方は、左から右(→)、上から下(↓)のみです。
- 1つの文字を複数のキーワードで使用することもできます。隠れているキーワードの数を以下から選択してください!

A.7個 B.8個 C.9個

前号(第57号)の答え:C.9個

た	い	さ	く	き	ぐ	せ	っ	ち	お
い	も	お	う	い	ん	っ	え	お	こ
へ	ば	う	り	な	か	く	ら	う	べ
ま	い	な	ほ	け	ん	し	ょ	う	つ
そ	る	き	一	ま	さ	ざ	ま	い	そ
う	ば	こ	さ	い	ん	む	ん	ぐ	う
え	っ	き	し	ん	し	ゃ	し	よ	だ
っ	て	り	こ	ろ	じ	つ	ょ	す	ん
お	り	ち	う	む	い	お	ん	き	か
か	一	じ	ゅ	し	ん	が	い	ど	い



東京消防庁ホームページ

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/>

公式SNSは
こちらから



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。