

‘평상시’의 자주방재 활동

자주방재조직은 자치회를 바탕으로 ‘우리 지역은 우리 힘으로 지킨다’는 목적으로 활동하는 조직입니다.

인신·아와지 대지진 당시, 구조자 대다수가 재해 발생 직후 이웃 주민의 구조 및 구호 활동에 의한 것이었다고 합니다.

만약의 사태를 대비해 평소에 이웃과 안면을 트는 것이 중요하며, 재해 발생 시 지역주민끼리 힘을 합쳐 피해를 최소화할 수 있도록 자치회에 가입해 자주방재조직 활동을 하도록 합니다.



‘평상시’의 주요 자주방재 활동

평상시에는 재해에 대비한 방재훈련 등에 참가합니다.

또한, 재해 발생 시 대피소가 원활하게 운영될 수 있도록 행정기관 또는 이웃 주민과 연계하여 정기적으로 대피소 운영에 관해 협의하고, 훈련을 시행합니다.

■ 방재훈련의 실시

초기진화 훈련, 안부 확인 훈련, 피난유도 훈련, 응급구호 훈련, 정보 수집 및 전달 훈련, 대피소 개설 및 운영 훈련, 배식(무로 급식소) 훈련 등



■ 방재지식의 보급

방재 가이드맵 작성, 방재 강습회, 방재 영화 상영회 개최 등 방재와 관련된 이벤트 개최 등



■ 방재순찰·방재점검

각 가정의 방재용품 점검, 방재창고 비품 및 소화용수설비 확인, 타기 쉬운 물건의 방치 상황 확인, 불룩담이나 돌담, 간판, 자동판매기 등 넘어지기 쉬운 물건 체크 등



‘재해 발생 시’의 자주방재 활동

재해 발생 시에는 구조 활동 등에 참여하여 피해를 최소한으로 막아냅니다. 또한, 시설관리자 및 사이타마시 공무원(대피소 담당 직원)과 협력해 대피소를 개설하고 운영하도록 합니다.

■ 부상자 등의 구조 활동 및 의료구호 활동



■ 화재 예방 및 초기진화 활동



■ 사이타마시가 제공하는 정보 수집 및 주민에게 정보 전달



■ 대피소 개설 및 운영

지역주민과 시설관리자, 대피소 담당 직원으로 ‘대피소운영 위원회’를 조직 및 운영하여 원활한 대피소의 운영에 힘씁니다.



■ 여성 참여의 중요성

재해 발생 시, 남성 참가자 뿐일 경우 여성에게 필요한 배려 및 요구 사항을 놓칠 수 있습니다.

자주방재조직에 여성이 참여하여 의견을 제시하는 것은 남녀가 서로 존중하고 협력하는 길로 이어지며, 지역의 방재력을 높이기 위해서도 매우 중요합니다.

따라서 자주방재조직의 리더와 임원은 연령,성별 등에 관계없이 의견을 나누고 서로를 돕는 환경만들기에 노력합니다.



지역 방재 계획과 방재 도시 조성 계획 구축

재해로부터 내 몸을 지키려면 스스로 안전을 챙기는 것은 물론, 이웃과의 상부상조가 몹시 중요합니다. 사이타마시는 지역 방재력 향상을 목표로 자주방재조직에 의한 '지구방재계획'의 책정을 추진하고 있습니다.

(참고) 계획을 세우는 방법

- 1 계획의 내용과 스케줄을 작성한다.
- 2 백지도와 주택지도를 참고로 현지에 방문하여 위험한 장소나 방재시설 등을 확인한다.
- 3 재해 발생 시의 활동 체제를 구상한다.
- 4 재해 발생 시의 역할과 비축품을 확인하고, 피해 감소 대책도 논의한다.
- 5 방재 훈련을 시행하여 검토한 내용 및 체제로 활동이 가능한지 검증한다.
- 6 계획서를 작성한다.

사이타마시 홈페이지에서 '지구방재계획'을 세울 때 도움이 되는 자료를 공개하고 있습니다.



'지구방재계획'의 책정



사이타마시방재 어드바이저

재해에 강한 마을 만들기를 목표로 하여 지역의 방재력을 높이고 재해 피해를 줄이고자 구(區) 단위로 그룹 활동을 벌이며, 자치회나 자주방재조직, 대피소운영 위원회 등에 조언 및 운영 협력을 제공하는 사람들입니다.

크로스로드, DIG(재해 도상훈련), HUG(대피소 운영 훈련)의 조언 및 지도, 지구방재계획 책정 지원 등으로 방재 어드바이저의 도움을 받을 수 있으니 각 구청 총무과에 문의하여주세요.



방재 어드바이저

지역의 방재도시 조성계획 구축

재해로부터 자신을 보호하기 위해서는 재해에 강하고, 재해 시의 피난, 응급 활동을 유지하는 공간을 만드는 것이 중요합니다.

시에서는 대지진으로 인한 화재와 피난 곤란 리스크가 높은 지구에 대해, 재해 시의 대피 및 응급활동을 원활하게 하고, 재해 시의 위험성을 감소시키는 공간 조성과 주거환경을 더욱 좋게 하는 것을 목적으로 '방재도시 조성계획'의 작성을 추진하고 있습니다.



'방재도시 조성계획'의 책정

서포트가 필요한 요배려자

재해로부터 몸을 보호하기 위해 주변의 도움이 필요한 사람을 '요배려자'라고 합니다. 자치회나 자주방재조직을 중심으로 지역주민이 힘을 모아 대피 등을 제대로 도와주도록 합시다.

도움이 필요할 것으로 예상되는 주요 요배려자

- 고령자 (독거 노인, 고령자만 있는 세대 등)
- 장애인 (신체장애인, 지적장애인, 정신장애인 등)
- 난치병 환자, 상병자
- 영유아, 임산부
- 외국인 등



요배려자의 특징

- 재해의 위험을 잘 감지하지 못한다.
- 위험이 가까이 다가와도 주위에 도움을 요청하기 어렵거나 불가능하다.
- 위험을 알려주는 정보를 올바르게 이해하기 어렵거나 불가능하다.



서포트 포인트 <평상시>

재해가 일어났을 때, 요배려자의 안부를 확인하고 피난유도를 하려면, 평소에 요배려자들과 교류해 신뢰 관계를 형성하고 지원 체제를 만들어 두는 것이 중요합니다.

적극적인 교류

평소에도 이웃 주민과 인사를 나누면서 지냅니다. 자치회 활동이나 지역봉사 활동 등에 참여하여 요배려자를 비롯해 지역 사람을 만나는 기회를 늘립니다.

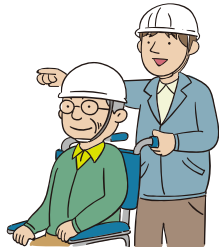


자주방재조직의 역할 분담

재해가 발생했을 때 안부 확인과 피난유도 등을 누가 맡을지 역할을 분담해 놓습니다. 또한, 자치회나 자주방재조직은 민생 위원과 협력하여, 재해가 발생했을 때 피난 행동 등의 도움이 필요한 요배려자를 대상으로 개인 맞춤형 피난 지원계획을 세웁니다.

방재훈련 참가

정기적으로 훈련에 참여하면 서포트하는 쪽도 재해가 일어났을 때 더 침착하게 대처할 수 있습니다. 요배려자와 함께 대피경로 및 위험한 장소 등을 확인해 둡니다.



요배려자 파악

자치회나 자주방재조직으로서 이웃에 어떤 사람이 사는지 알아두는 것은 매우 중요합니다. 사생활과 본인의 의사를 존중하면서, 요배려자에게 어떤 도움을 줄 수 있는지 함께 의논해 둡니다.

서포트 포인트 <재해 발생 시>

요배려자를 도와줄 때는 상대의 요구 사항과 의사를 존중하는 동시에 미소로 불안함을 달래주면서 신뢰 관계를 구축하는 것이 중요합니다. 또한, 불가능한 서포트 및 무리한 약속, 선부른 응급조치나 요배려자가 요구하지 않은 의료행위는 요배려자의 신뢰를 잃거나 큰 사고로 이어질 수 있으니 삼가도록 합니다.

'고령자나 상병자'의 경우

여러 명의 지원자가 함께 서포트한다. 들것 등을 이용하며, 비상시에는 업어서 대피한다.



'지적장애 등이 있는 사람'의 경우

미소 지으며 친절하게 말을 걸어서 요배려자를 안심시킨다. 마음을 진정시킨 후 안전한 장소로 데리고 간다.



'시력에 불편함이 있는 사람'의 경우

먼저 말을 걸어서 옆에 사람이 있음을 알린다. 피난을 유도할 때는 요배려자가 지원자의 어깨와 팔꿈치를 붙잡게 한다. 도로 상황과 현재 위치 정보를 전달한다.



'휠체어를 사용하는 사람'의 경우

계단 등에서는 여러 명의 지원자가 휠체어를 들어서 이동한다. 휠체어 이동이 어려운 경우에는 업어서 대피한다.



'청력에 불편함이 있는 사람'의 경우

필담이나 몸짓, 손짓 등으로 의사소통을 한다. 입술 움직임을 읽을 수 있도록 천천히 말한다.



'일본어를 못하는 사람'의 경우

몸짓, 손짓 등으로 의사소통을 한다. 일본어라도 상관없으니 적극적으로 지원 의사를 전달한다.



대피장소의 종류와 역할

사이타마시에서 피난에 관한 정보를 발표한 경우를 비롯해 신변에 위험이 닥쳤을 때는 신속하게 지정된 장소로 대피합니다. 대피소로 이동할 때는 비상식이 든 생존배낭뿐 아니라, 각 가정에 있는 조리가 필요 없는 음식을 챙겨가도록 합니다.

대피장소의 종류와 역할

지정 긴급대피장소	재해의 위험에서 벗어나 안전을 확보할 수 있는 장소입니다. 지진이나 홍수, 대화재 등 이상 현상의 종류에 따라 지정되는 장소가 다릅니다.
광역대피장소	지정 긴급대피장소 중 하나로 화재가 확산되어 지역 전체가 위험해졌을 때 대피하는 장소입니다.
한시 집합 장소	재해 발생 시 자주방재조직이 자발적으로 모여서 방재 활동을 시작하기 위한 집합 장소입니다. 재해 발생 시 지역주민이 일시적으로 대피하는 장소로도 사용됩니다.
지정대피소	재해 시 자택이 소실되거나 무너져 삶의 터전을 잃은 사람을 수용 및 보호하고, 일시적으로 생활할 수 있도록 지원하는 시설입니다.
요배려자 우선대피소	지정대피소 중에서 요배려자(장애인, 고령자, 영유아 등)를 우선적으로 수용하는 시설입니다.
2차대피소	지정대피소만으로 모든 이재민을 수용하기 힘들어졌을 때 사용되는 시설입니다.
복지대피소	요배려자를 수용하기 위해 필요한 설비, 기물, 인력을 갖춘 대피소입니다. 원칙적으로 재해 발생 약 3일 후에 개설하게 되어있습니다.
가까운 지역의 방재 거점	자치 회관이나 아파트의 집회장 등 일정한 조건을 갖춘 피난 시설이며, 자주방재조직에서 운영합니다. 지정대피소를 보완하는 시설의 역할을 합니다.
한시 체류 시설	귀가 곤란자를 일시적으로 수용하려는 목적으로 개방하는 시설입니다.



대피장소



대피소 생활의 주의점 <생활>

원칙적으로 대피소는 운영 리더(자치회장 등)를 중심으로 운영되며, 이재민끼리의 공동생활이 이루어지므로 정해진 규칙을 잘 지키고 역할을 분담하여 서로 도와야 합니다.

피난 생활에는 이재민 전원의 협력이 필요합니다.

낮선 대피소 생활로 스트레스와 피로가 쌓여 컨디션이 무너지지 않도록 건강관리에 충분히 주의하도록 합니다.

규칙 세우기	나이 및 성별의 구애 없이 다양한 의견을 수용하는 시스템을 갖추고, 조리 및 청소 등은 남녀 구분 없이 할 수 있는 사람에게 분담하여 고정화되지 않도록 합니다.
컨디션 관리	수분 부족은 다양한 컨디션 불량 원인이 됩니다. 화장실에 자주 가더라도 꾸준히 수분을 보충합니다. 자주 손을 씻고 마스크를 착용하여 감기, 독감, 감염성 위장염 등의 감염병을 예방합니다. 주기적으로 몸을 움직여 심부정맥 혈전증을 예방합니다.
생활환경	쓰레기는 정해진 장소에 버리기, 화장실을 깨끗하게 사용하기, 주기적으로 청소하기, 주거공간에 신발을 신고 다니지 않기 등 청결한 생활환경 유지에 힘씁니다. 낮선 사람과 불편한 공동생활을 하다 보면 스트레스가 쌓여서 심신에 다양한 영향을 미칠 수 있습니다. 몸이 보내는 신호를 놓치지 않도록 건강 상태를 주의 깊게 살피고, 아프거나 불안할 때는 의사 또는 공중보건 간호사와 상담합니다.

避難所役割分担

被災者管理	被災者名簿作成
物資管理	食糧管理(炊爨・配給)
衛生管理	衛生管理(消毒・清掃)
教育・生活	避難生活支援、衛生管理
避難所運営	ボランティア募集、物資管理
記録管理	全館の記録、被災者避難生活の記録管理

1日のスケジュール

06:00	起床
07:00	朝食 09:00 掃除
12:00	昼食 18:00 夕食
21:00	一晩寝る 22:00 就寝



대피소 생활의 주의점 <배려·방법>

대피소에는 다양한 사람들이 피난해 옵니다.
이재민끼리 서로 사생활을 존중하고 배려하면서 공동생활을 유지합시다.

함께 생활하는 사람의 심리상태와 행동의 변화, 건강 상태를 살피고, 먼저 말을 걸어서 서로 힘이 되어줍니다. 사회적 약자를 대할 때는 아래의 사항을 참고하여 행동합시다.

공통사항

- 빨래 건조장, 휴식 공간을 마련합니다
- 탈의실은, 한 명씩 사용하도록 시간대를 정하는 등의 배려를 합니다.
- 여성 전용 공간과 어린이 전용 공간을 확보합니다.
- 화장실을 안전하게 이용할 수 있도록 배려합니다.
- 불안함이나 고민 등을 털어놓을 수 있는 상담 창구를 설치하고, 포스터나 게시판 등으로 널리 홍보합니다.



고령자

- 근육이 약해지지 않도록 최대한 몸을 움직이는 것을 권유합니다.
- 인사를 하지 않는 등 주변에 대한 인식이 흐릿해지지 않았는지 관심을 기울입니다.



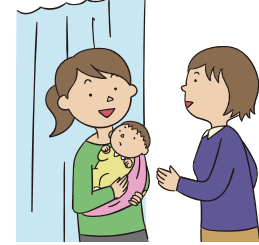
장애인

- 대피소에 있는 단차를 없애는 등 장애인을 배려합니다.
- 시각이나 청각에 불편함이 있는 사람에게는 음성이나 문자 등으로 필요한 정보를 전달합니다.



여성·임산부

- 숙옷 등을 안심하고 건조할 수 있는 공간을 확보합니다.
- 편하게 수유하고 기저귀 등을 갈 수 있는 공간을 확보합니다.
- 여성 담당자에게 생리용품 등의 물자를 받을 수 있도록 합니다.



영유아

- 장난감과 그림책 등을 마련하여 놀 수 있는 환경을 만듭니다.

외국인

- 히라가나와 가타가나를 지원하는 다국어 번역 앱 등을 활용하여 알기 쉽게 정보를 제공합니다.



대피소에서 생활할 때는 높은 방법 의식을 가지는 것이 중요합니다.

- 가능한 한 단독 행동을 삼가며, 가족이나 친구 등과 함께 여럿이 행동합니다.
- 아이는 혼자 두지 말고 항상 어른이 옆에 붙어 다니도록 합니다.
- 취침 장소와 각종 전용 공간을 순찰하여 폭력이 용납되지 않는 환경을 조성하도록 노력합니다.
- 호신용 경보기를 배포하는 등 안전 및 안심 확보에 힘씁니다.

대피소 생활의 주의점 <반려동물>

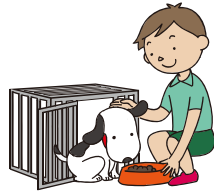
반려동물과 함께 대피했을 때는 동물을 싫어하는 사람과 동물 알레르기가 있는 사람을 배려하고, 대피소 규칙에 따라 생활하도록 합니다.

단, 원칙적으로 반려동물은 대피소 주거공간에 들일 수 없습니다. (법으로 규정된 맹인안내견, 보조견, 청각장애인 보조견 등 도우미견의 동반은 인정됩니다.)

대피소의 반려동물 수용 여부는 사전에 대피소로 지정된 대피소의 운영위원회에 확인하도록 합니다.

주의할 점

- 케이지에 넣어서 지정된 관리구역에서 관리합니다.
- 그것이 어려울 때는 사람의 동선에 지장을 주지 않도록, 신속성 없는 목줄을 채워서 관리구역의 튼튼한 기둥 등에 확실하게 묶어둡니다.
- 먹이 주기와 배설물 청소 등은 주인이 책임지고 담당합니다.
- 주인이 아닌 이재민은 선불리 동물을 만지지 않도록 합니다.



비축이 필요한 물품

케이지, 펫 푸드, 물(최소 5일분, 가능하면 7일분 이상)
 상비약, 예비 목줄, 신속성 없는 목줄, 보행용 가슴줄, 일회용 사료접시, 천티이프
 배변 패드, 수건, 브러시, 이동장, 장난감
 미아 방지 목걸이(주인의 연락처, 기타 긴급 연락처)



평상시의 대비

- 케이지에 적응시키고, 다른 사람이나 동물을 보고 짖지 않는 습관 등을 평소에 길러놓습니다.
- 잃어버렸을 때를 대비하여 미아 방지 목걸이나 마이크로 칩을 장착하고, 반려동물의 사진을 휴대 전화에 저장해 놓습니다.
- 개의 경우, 목걸이 등에 반려견 등록번호와 광견병 예방 접종 확인 여부를 표시합니다.
- 정기적으로 각종 예방 접종을 시키고 기생충의 예방치료를 합니다.
- 대피소에서 원치 않는 번식을 하지 않도록 중성화 수술을 합니다.



응급 처치 방법

갑작스럽게 재해가 발생하면, 의식을 잃고 쓰러진 사람이나 다친 사람이 있어도 제때 구급차가 도착한다고 장담할 수 없습니다. 만일의 사태를 대비하여 응급 처치 방법을 알아둡시다.

■ 심폐소생술 방법

호흡이 정상적이지 않은 경우, 즉시 가슴압박을 강하고 빠르게 실시하고, 환자의 의미있는 행동이나 평상시와 같은 호흡이 나오면 AED 또는 구급대가 도착할 때까지 반복합니다.

1 반응이 있는지 확인

- ① 어깨를 다독거리며 큰 소리로 부른다. 반응이 없으면 큰 소리로 도움을 요청한다.
- ② 반응이 없으면 큰 소리로 도움을 청하고 119에 신고하고 AED를 부탁한다.



2 반응이 없을 때는 호흡을 확인

환자의 가슴과 복부를 살펴 위아래로 움직임이 없으면 '호흡 없음'(실정지)으로 판단하고 곧바로 가슴압박을 시작한다.



4 기도 확보와 인공호흡

- ① 한쪽 손바닥은 이마에 대고, 다른 한 손은 환자의 턱을 올려서 고개를 뒤로 젖힌다.
- ② 기도를 확보한 상태로 환자의 코를 막고 입을 크게 벌린 후 환자의 입에 구조자의 입을 밀착하여 약 1초 동안 가슴이 올라올 정도의 양의 숨을 불어넣는다.



※ 인공호흡은 강습을 받고 기술을 익히고 있으며 할 의사가 있는 흉골압박 30회에 2회의 인공호흡을 결합하여 실시한다 인공호흡이 주저되는 경우에는 흉골 압박을 계속하여 실시하고 감염 방호구가 있으면 사용한다.

3 가슴압박

- ① 환자 옆에 무릎을 꿇고 앉는다.
- ② 가슴 중앙에 한 손의 손바닥(수장 기부)을 올리고 반대쪽 손을 포개어 깎지를 낀다.
- ③ 팔꿈치를 펴서 압박하고 환자의 가슴이 최소 약 5cm, 분당 100~120회의 속도로 연속 30회 반복한다.



회복 자세

반응이 없고 호흡이 있는 경우는, 옆으로 눕혀, 위쪽의 손등에 얼굴을 올리고 머리를 뒤로 제쳐 기도를 확보한 후 위쪽의 무릎을 90도로 굽혀 안정시킨다.



응급 처치 방법

■AED 사용법

AED(자동심장충격기)는 심정지 상태(경련 증상)가 됐을 때 전기충격을 주어 심장 리듬을 정상으로 되돌리는 의료기구입니다.

AED가 도착하면 환자에게 장착하고 AED의 음성 안내에 따라 행동하십시오.

현장에 AED가 있으면 AED를 우선으로 사용합니다. AED가 비치된 장소는 사이타마현 홈페이지에서 확인할 수 있습니다.



AED가 비치된 장소



※ 오토 쇼크 AED

전기충격이 필요한 경우 충격 버튼을 누르지 않아도 자동으로 전기가 흐르는 기종(오토 쇼크 AED)이 2021년 7월에 허가되었습니다. 카운트다운 등이 표시된 후에 자동적으로 전기충격이 이루어집니다. 음성 메시지에 따라 환자로부터 떨어져 주십시오.

■응급 처치 포인트

출혈

출혈 부위에 깨끗하고 두꺼운 거즈나 수건을 대고 손으로 세게 압박한다. (압박 후에는 출혈 부위를 심장보다 높게 올리면 지혈 효과가 높아진다.)

※ 감염 예방을 위해 비닐장갑 혹은 장갑 대신 비닐봉지를 사용하는 것이 바람직하다.



화상

- ① 흐르는 물에 식힌다.
- ② 옷 위로 화상을 입었을 때는 무리하게 벗지 않고 그대로 열을 식힌다.
- ③ 물집을 터트리지 않는다.
- ④ 깨끗한 거즈로 감싸서 물집이 터지지 않게 보호한다.



골절

- ① 골절 부위의 위아래 관절보다 긴 부목이 될 만한 것을 준비한다.
- ② 협력자가 있으면 지지하여 골절 부위의 가까운 곳에서부터 삼각건 등으로 고정해 나간다.



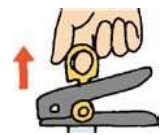
염좌

- ① 환부를 식혀준다.
- ② 신발을 신은 채, 삼각건이나 천으로 고정한다.

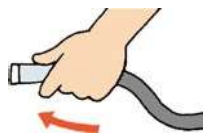


■소화기 사용법

방재 훈련 등에 적극적으로 참여하여 소화기의 사용법을 미리 익혀 둡니다.



① 안전핀에 손가락을 걸어서 위로 뽑는다.



② 호스를 분리하여 불을 향해 조준한다.



③ 레버를 세게 쥐어서 분사한다.

소화기 뿌리는 자세

- 바람을 등지고 약간 허리를 숙여서 낮은 자세를 취합니다.
- 불이 난 곳과 일정한 거리를 두고 안전을 확보합니다.
- 불을 향해서 빗자루로 쓸듯이 좌우로 분사합니다.

이곳은 각 가정의 지역 정보를 위한 공간으로
대피할 때 참고하면 좋은 재해예측도나
직접 작성한 마이 타임라인 등을 보관해 둡니다.

긴급 통보

소방서
☎ 119

경찰서
☎ 110

- ① 침착하게 '화재', '구급', '구조' 중 무엇이 필요한지 전한다.
- ② 번지수까지 정확한 주소를 전한다.
- ③ 무엇이(누가) 어떤 상황인지 전한다.
- ④ 신고자(본인)의 이름을 전한다.

방재 관련기관 목록

시·구청

- ◎사이타마시청 우라와구 도키와 6-4-4
☎829-1111
FAX829-1978 (방재과)
- ◎니시구청 니시구 니시오미야 3-4-2
☎622-1111
FAX620-2760 (구 총무과)
- ◎기타구청 기타구 미야하라초 1-852-1
☎653-1111
FAX669-6160 (구 총무과)
- ◎오미야구청 오미야구 기시키토 1-124-1
☎657-0111
FAX646-3160 (구 총무과)
- ◎미누마구청 미누마구 호리사키토 12-36
☎687-1111
FAX681-6160 (구 총무과)
- ◎주오구청 주오구 시모오치야미 5-7-10
☎856-1111
FAX840-6160 (구 총무과)
- ◎사쿠라구청 사쿠라구 도조 4-3-1
☎858-1111
FAX856-6270 (구 총무과)
- ◎우라와구청 우라와구 도키와 6-4-4
☎825-1111
FAX829-6233 (구 총무과)
- ◎미나미구청 미나마구 벳쇼 7-20-1
☎838-1111
FAX844-7270 (구 총무과)

- ◎미도리구청 미도리구 나카오 975-1
☎874-1111
FAX712-1270 (구 총무과)
- ◎이와쓰키구청 이와쓰키구 혼초 3-2-5
☎790-0111
FAX790-0260 (구 총무과)
- ◎수도국 우라와구 도키와 6-14-16
☎832-1111
FAX832-5929 (수도총무과)
- ◎소방국 우라와구 도키와 6-1-28
☎833-1231
FAX833-1237 (지령과)

하천

- ◎아라카와상류 하천 사무소
가와고에시 아라주쿠마치 3-12
☎049-246-6371
FAX049-246-7282
- ◎도네가와상류 하천 사무소
구키시 구리하시키토 2-19-1
☎0480-52-3952
FAX0480-52-3964
- ◎에도가와 하천사무소
지바현 노다시 미야자키 134
☎04-7125-7311
FAX04-7123-7347

토목·건설

- ◎북부건설사무소
오미야구 기시키토 1-124-1
☎657-1151
FAX646-3265
- ◎남부건설사무소
주오구 시모오치야미 5-7-10
☎859-1151
FAX840-6265
- ◎사이타마현사이타마현 휴정비 사무소
미나미구 누마카게 2-4-7
☎861-2495
FAX866-9713
- ◎오미야 국도사무소 기타구 요시노초 1-435
☎669-1200
FAX669-1221

라이프 라인

- ◎NTT ☎113
- ◎도쿄 전력 파워그리드(주) 사이타마 총지사
주오구 혼마치니시 4-17-10
☎0120-995-442
- ◎도쿄 가스(주) 사이타마 지사
미나미구 벳쇼 7-1-1
☎0570-002211
- ◎도사이 가스(주)
가스카베시 오바 202
☎0120-1031-24

감수 : 간사이대학 사회안전연구 센터장 특별임명교수 교토대학 명예교수
한신·아와지 대지진 기념 사람과 방재미래 센터장 가와타 요시아키

공익재단법인 시민방재연구소 이사
방재회의위원 (도쿄도·미나토구·아키시마시·구니타치시)
도쿄도 발행 '여성 시점의 방재 가이드북' 편집·검토위원회 위원장 이케가미 미키코

협력 : 사이타마시자주방재조직 연합협의회
사이타마시방재 어드바이저

발행 : 사이타마시 총무국 위기관리부 방재과
TEL829-1126 FAX829-1978

제작 : 주식회사 젠린
2020년(레이와 2년) 3월 작성