東久留米市 Higashikurume City
防災マップ 2026年10月作成

Disaster Prevention Map
防灾地图
재해방재지도

※東久留米市
防災情報（市HP）

指定避難所とは…

指定避難所とは「災害の危険性があり避難した住民等を災害の危険性がなくなるまで必要な間滞在させ、または災害により家に戻れなくなった住民等を一時的に滞在させるための施設として市が指定する場所」です。

市内では、小中学校を中心に地震時用に24ヶ所、風水害時用に16ヶ所を避難所に指定しています。

避難をする際は、防災行政無線放送等で避難所の開設状況を確認してください。また、住所等による避難所の指定はありません。近くて行きやすい避難所へ避難してください。

避難所運営は、避難所運営連絡会を中心とした地域住民の方々、行政、施設管理者の三者が協力して行います。

避難所での集団生活は、決して快適ではありません。避難者同士の助け合いの精神に基づく自主的な避難所運営が必要となります。

避難所は外国人も使うことができます。 Foreigners can also use evacuation shelters. 所有的避难所外国人都可以利用。 피난소는 외국인도 사용이 가능합니다.

わが家の防災メモ

いざというときにあわてないために、連絡先や避難場所などを書いておきましょう。

家族などの連絡先は Contacts for your family and relatives 和家庭成员的联系地址 가족 연락처	わが家の避難場所は Nearest evacuation shelter to our home 离自己家最近的避难场所 우리 집 근처 대피장소	家族などの待ち合わせ場所は Family and relatives meeting places 和家庭成员约定的集合场所 가족 등과의 만남의 장소
メモ		

災害時情報発信 公助

● 防災行政無線放送の内容確認

市では、防災行政無線の放送（市内のスピーカー放送）の内容について、①電話による音声自動応答システム、②安心くるめーる（メール配信サービス）および③X(旧Twitter)、④LINEの4つの手段により、情報提供をしています。

いずれも情報提供料は無料ですが、電話料金やメール受信にかかる費用などは利用者の負担となります。

使用方法など	
電話による音声自動応答システム	**042-472-1117** へ電話をかけると、自動音声で放送内容が流れます。
安心くるめーる（メール配信サービス）	手順① 右記の二次元コードのメールアドレスか、bousai.higashikurume-city@raiden2.ktaiwork.jp宛に空メール（タイトルや本文は記入不要）を送信してください。登録案内のメールが届きます。 手順② 自動返信される登録案内のURLに接続し、画面に従って入力し、登録してください。※迷惑メールの設定をしている場合は、@raiden2.ktaiwork.jpからのメールを受信できるように設定をしてください。お送りするメールは送信専用ですので、返信はできません。
X(旧Twitter)	右記の二次元コードを読み取る、もしくはhttp: //x.com/higashikurume_bにアクセスすれば情報を確認できます。
LINE	右記の二次元コードを読み取る、もしくはLINE内で@higashikurumeでID検索を行い、友達追加をしてください。追加後、受信ジャンル設定を行い、「防災・消防」を選択してください。

※夕焼けチャイムなどの緊急性が低い定時放送は除きます。

● 災害用伝言ダイヤル（171）

「１７１」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って伝言の録音・再生をしてください。

メッセージの録音：
１７１→１→市外局番から電話番号→メッセージの録音

メッセージの再生：
１７１→２→市外局番から電話番号→メッセージの再生

● 災害用伝言板

災害発生時に携帯電話・スマートフォンからインターネットにアクセスし、伝言を文字により登録、閲覧ができます。

詳細については、各社ホームページをご確認ください。

NTT東日本（web 171） https://www.web171.jp/	NTTドコモ http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi	ソフトバンク / ワイモバイル http://dengon.softbank.ne.jp/
	KDDI (au) http://dengon.ezweb.ne.jp/	楽天モバイル https://public-safety.mobile.rakuten.co.jp/

日頃からの準備と心得 自助 共助

● 「防災マップ（ハザードマップ）」で避難所を確認！

● 「非常時持ち出し品」を確認し、備えよう！

● 防災訓練に参加しましょう

自治会や自主防災組織の実施する防災訓練に参加しましょう。

● 家具類の転倒防止対策をしておきましょう

タンス、食器棚などの家具は、背の高い低いに関わらず固定しましょう。

背の高い家具の中身は、重いものを下に、軽いものを上に入れるようにし、転倒しにくくしましょう。

感震ブレーカーを設置する等出火防止対策をしましょう。

東京都防災ホームページ

● 天気予報や気象情報に気をつけましょう

梅雨の時期や台風シーズンなど、洪水がおこりやすい時期には、テレビ・ラジオなどで天気予報に注意し、天気の移り変わりに気をつけましょう。

● 普段から災害時要支援者に気配りをしましょう

自分の家族だけでなく、地域全体にも目を向けましょう。特に一人暮らしの高齢者や障害をお持ちの方には気配りが必要です。

速やかに避難できるよう普段から話し合っておきましょう。

避難所には、最初から食糧はありません。自分や家族の必要なものは、あらかじめ準備しておきましょう。

非常持ち出し品　避難する際、最低限持ち出すもの　準備ができたものにはチェック（✓）を入れましょう

□ 非常食・飲料水	乳幼児がいる場合は粉ミルクなども忘れずに。
□ 貴重品	現金（小銭も）、預金通帳、印かん、マイナンバーカード、スマートフォンなど。
□ 感染症対策品	マスク、手指消毒剤、除菌アルコールペーパー、体温計など。
□ 救急医療品	常備薬、お薬手帳、キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬
□ その他	ヘルメット（防災ずきん）、着替え、紙おむつ、乳幼児の衣類、生理用品、タオル、軍手、ライター、缶切り、ナイフ、ビニール袋、（予備の）メガネ・コンタクト、ティッシュペーパー、スリッパ、モバイルバッテリー、充電器、懐中電灯、携帯ラジオ、アイマスク、耳せん、使い捨てカイロ、靴を入れる袋、ポンチョ、レインコートなど。
□ ペット用品	えさ、トイレシート、ケージ

分散避難のススメ 自助 共助

「分散避難」とは・・・・・

⚠ 災害発生時に、自宅が安全な場合、自宅に留まる方法（在宅避難）と、

⚠ 安全な地域に住んでいる親戚や友人・知人宅や宿泊施設などに避難する方法です。

在宅避難生活に備えて家などに蓄えておくもの
家庭備蓄品　おおむね７日分（最低３日分）　発災から３日目までは冷蔵庫の食糧を！４日目からは備蓄品を食べましょう。

□ 食品	缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品など。
□ 水	飲料水は大人１人１日３リットルが目安。
□ トイレ・燃料	便袋（災害用携帯トイレ）、トイレットペーパー、卓上コンロ、予備のガスボンベ
□ その他	寝袋、使い捨てカイロ、工具箱、大小ビニール袋など。

● ローリングストック法（回転備蓄）

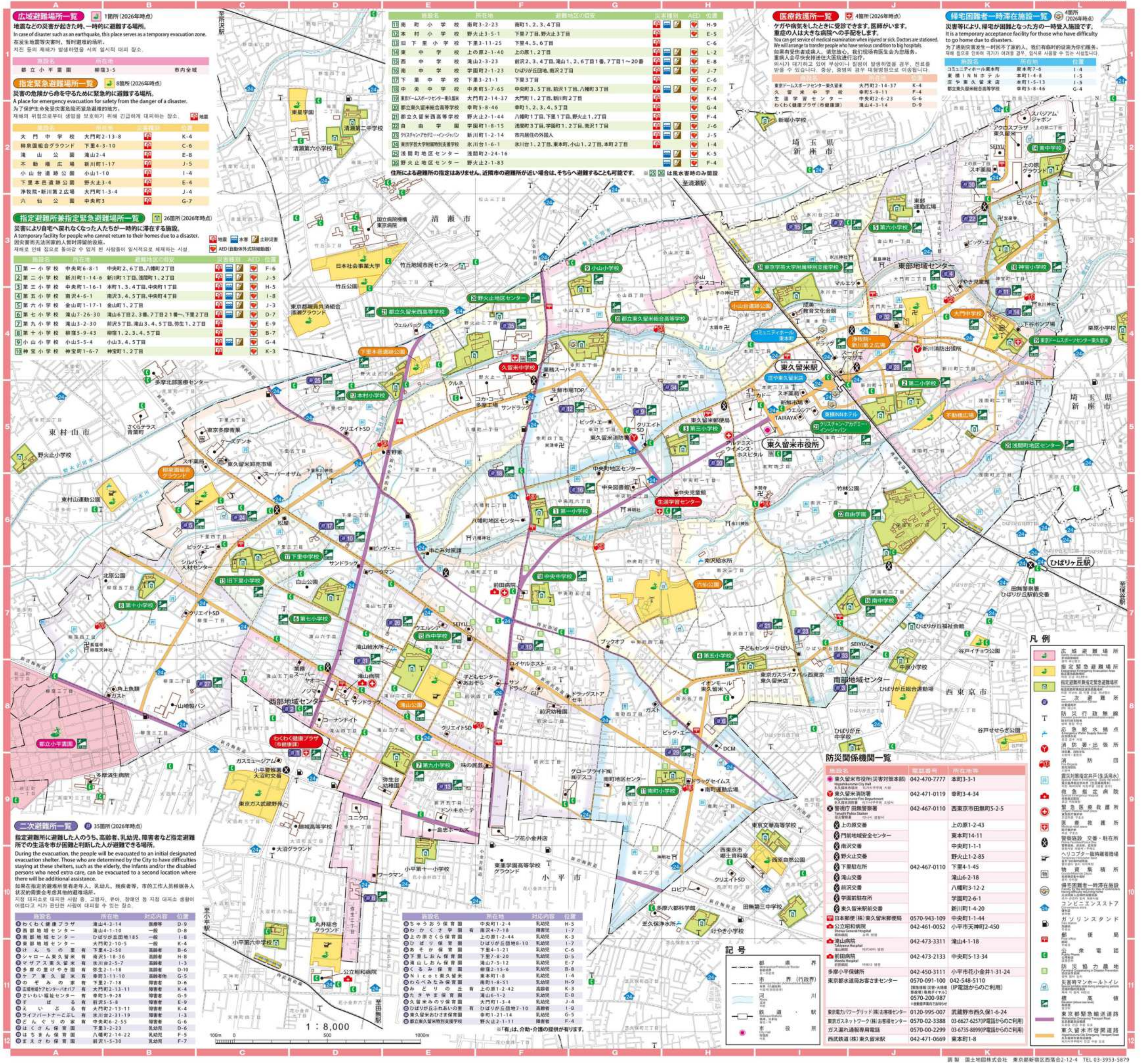
「ローリングストック法」とは、日常生活で使う食料品などを多めに買い置き、古いものから順番に消費することで、いざという時のために備える新しい食料の備蓄法のことです。

〈実践方法〉
- いつもよりも多めに（２倍程度）、ある程度保存が可能な食料品を買う。
- 古いものから順に消費し、残りが半分ほどになったら、使った分だけ買い足す。
- 食料品だけでなく、トイレットペーパーやカセットコンロのガスなど生活用品にも同じ方法を取り入れる。

〈メリット〉
- 非常時でも食べ慣れたものを食べられるため、いつもと同じ安心感が得られる。
- 常に使いながら補充するため期限切れの心配がなく、また、使う予定の食料を前もって買い置きするだけなので、無駄がない。

令和８年10月作成　東久留米市 環境安全部 防災防犯課

測量法に基づく国土地理院長承認（使用）R 6JHs 176



広域避難場所一覧

1箇所（2026年時点）

地震などの災害が起きた時、一時的に避難する場所。
In case of disaster such as an earthquake, this place serves as a temporary evacuation zone.
在发生地震等灾害时，暂时避难的场所。
지진 등의 재해가 발생하였을 시의 일시적 대피 장소.

施設名	所在地	
都立小平霊園	柳窪3-5	市内全域

指定緊急避難場所一覧

8箇所（2026年時点）

災害の危険から命を守るために緊急的に避難する場所。
A place for emergency evacuation for safety from the danger of a disaster.
为了保护生命免受灾害危险而紧急避难的地方。
재해의 위험으로부터 생명을 보호하기 위해 긴급하게 대피하는 장소.

地震

施設名	所在地	災害種別	位置
大門中学校	大門町2-13-8	地震	K-4
柳泉園組合グラウンド	下里4-3-10	地震	C-6
滝山公園	滝山2-4	地震	E-8
不動橋広場	新川町1-17	地震	J-5
小山台遺跡公園	小山1-10	地震	I-4
下里本邑遺跡公園	野火止3-4	地震	E-4
浄牧院・新川第２広場	大門町1-3-4	地震	J-4
六仙公園	中央町3	地震	G-7

指定避難所兼指定緊急避難場所一覧

26箇所（2026年時点）

災害により自宅へ戻れなくなった人たちが一時的に滞在する施設。
A temporary facility for people who cannot return to their homes due to a disaster.
因灾害而无法回家的人暂时滞留的设施。
재해로 인해 집으로 돌아갈 수 없게 된 사람들이 일시적으로 체재하는 시설.

地震　水害　土砂災害
AED（自動体外式除細動器）

施設名	所在地	避難地区の目安	災害種別	AED	位置
1 第一小学校	中央町6-8-1	中央町2、6丁目、八幡町2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	F-6
2 第二小学校	新川町1-14-6	新川町1丁目、浅間町1、2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	J-5
3 第三小学校	中央町1-16-1	本町1、3、4丁目、中央町1丁目	地震・水害・土砂災害	♥	H-5
4 第五小学校	南沢4-6-1	南沢3、4、5丁目、中央町4丁目	地震・水害・土砂災害	♥	I-8
5 第六小学校	金山町1-17-1	金山町1、2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	J-3
6 第七小学校	滝山7-26-30	滝山6丁目2、3番、7丁目21番～、下里2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	D-7
7 第九小学校	滝山3-2-30	前沢5丁目、滝山3、4、5丁目、弥生1、2丁目	地震	♥	E-9
8 第十小学校	柳窪5-9-43	柳窪1、2、3、4、5丁目	地震	♥	B-7
9 小山小学校	小山5-5-4	小山3、4、5丁目	地震・水害・土砂災害	♥	G-4
10 神宝小学校	神宝町1-6-7	神宝町1、2丁目	地震	♥	K-3
11 南町小学校	南町3-2-23	南町1、2、3、4丁目	地震・水害・土砂災害	♥	H-9
12 本村小学校	野火止3-5-1	下里7丁目、野火止3丁目	地震	♥	E-5
13 旧下里小学校	下里3-11-25	下里4、5、6丁目	地震		C-6
14 東中学校	上の原2-1-40	上の原1、2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	L-2
15 西中学校	滝山2-3-23	前沢2、3、4丁目、滝山1、2、6丁目1番、7丁目1～20番	地震・水害・土砂災害	♥	E-8
16 南中学校	学園町2-1-23	ひばりが丘団地、南沢2丁目	地震・水害・土砂災害	♥	J-7
17 下里中学校	下里3-21-1	下里3丁目	地震	♥	C-6
18 中央中学校	中央町5-7-65	中央町3、5丁目、前沢1丁目、八幡町3丁目	地震・水害・土砂災害	♥	F-7
19 東京ドームスポーツセンター東久留米	大門町2-14-37	大門町1、2丁目、新川町2丁目	地震	♥	K-4
20 都立東久留米総合高等学校	幸町5-8-46	幸町1、2、3、4、5丁目	地震	♥	G-4
21 都立久留米西高等学校	野火止2-1-44	八幡町1丁目、下里1丁目、野火止1、2丁目	地震	♥	F-4
22 自由学園	学園町1-8-15	浅間町3丁目、学園町1、2丁目、南沢1丁目	地震・水害・土砂災害	♥	J-6
23 クリスチャン・アカデミー・イン・ジャパン	新川町1-2-14	市内居住の外国人	地震・水害・土砂災害	♥	J-5
24 東京学芸大学附属特別支援学校	氷川台1-6-1	氷川台1、2丁目、東本町、小山1、2丁目、本町2丁目	地震	♥	I-4
25 浅間町地区センター	浅間町2-24-16		水害・土砂災害	♥	K-5
26 野火止地区センター	野火止2-1-83		水害・土砂災害	♥	F-4

住所による避難所の指定はありません。近隣市の避難所が近い場合は、そちらへ避難することも可能です。　※ 25 26 は風水害時のみ開設

医療救護所一覧

4箇所（2026年時点）

ケガや病気をしたときに受診できます。医師がいます。重症の人は大きな病院への手配をします。
You can get service of medical examination when injured or sick. Doctors are stationed. We will arrange to transfer people who have serious condition to big hospitals.
如果有受伤者或病人，请您放心，我们现场有医生会为您服务。重病人会尽快安排送往大医院进行治疗。
의사가 대기하고 있어 부상이나 질병이 발생하였을 경우, 진료를 받을 수 있습니다. 중상, 중병의 경우 대형병원으로 이송됩니다.

施設名	所在地	位置
東京ドームスポーツセンター東久留米	大門町2-14-37	K-4
久留米中学校	幸町5-9-11	F-4
生涯学習センター	中央町2-6-23	G-6
わくわく健康プラザ（市健康課）	滝山4-3-14	D-9

帰宅困難者一時滞在施設一覧

4箇所（2026年時点）

災害等により、帰宅が困難となった方の一時受入施設です。
It is a temporary acceptance facility for those who have difficulty to go home due to disasters.
为了遇到灾害发生一时回不了家的人，我们有临时的设施为你们服务。
재해 등으로 인하여 귀가가 어려울 경우, 임시로 사용할 수 있는 시설입니다.

施設名	所在地	位置
コミュニティホール東本町	東本町7-6	I-4
東横INNホテル	本町1-4-8	I-5
庄や東久留米店	本町1-5-13	I-5
都立東久留米総合高等学校	幸町5-8-46	G-4

二次避難所一覧

35箇所（2026年時点）

指定避難所に避難した人のうち、高齢者、乳幼児、障害者など指定避難所での生活を市が困難と判断した人が避難できる場所。
During the evacuation, the people will be evacuated to an initial designated evacuation shelter. Those who are determined by the City to have difficulties staying at these shelters, such as the elderly, the infants and/or the disabled persons who need extra care, can be evacuated to a second location where there will be additional assistance.
如果在指定的避难所里有老年人，乳幼儿，残疾者等，市的工作人员根据各人状况的需要会考虑其他的避难场所。
지정 대피소로 대피한 사람 중, 고령자, 유아, 장애인 등 지정 대피소 생활이 어렵다고 시가 판단한 사람이 대피할 수 있는 장소.

施設名		所在地	対応内容	位置
① わくわく健康プラザ		滝山4-3-14	医療等	D-9
② 西部地域センター		滝山4-1-10	一般	D-8
③ 南部地域センター		ひばりが丘団地185	一般	I-8
④ 東部地域センター		大門町2-10-5	一般	K-4
⑤ けんちの里	有	下里4-2-50	高齢者	B-6
⑥ シャローム東久留米	有	南沢5-18-36	高齢者	H-8
⑦ マザアス東久留米	有	氷川台2-5-7	高齢者	I-3
⑧ 多摩の里けやき園	有	弥生2-1-18	高齢者	D-10
⑨ ケア東久留米	有	幸町3-11-10	高齢者他	G-5
⑩ のぞみの家	有	下里2-7-18	障害者	D-6
⑪ 広域地域ケアセンターバオバブ	有	大門町2-13-11	障害者	K-4
⑫ さいわい福祉センター	有	幸町3-9-28	障害者	G-5
⑬ すばる	有	前沢5-5-8	障害者	E-9
⑭ えいぶる	有	大門町2-13-11	障害者	K-4
⑮ ライフパートナーこぶし	有	氷川台2-31-19	障害者	I-3
⑯ どんぐりの家	有	中央町6-2-55	障害者	G-6
⑰ はくさん保育園		下里3-2-23	乳幼児	D-6
⑱ はちまん保育園		八幡町2-14-22	乳幼児	F-5
⑲ まえさわ保育園		前沢1-5-30	乳幼児	F-7
⑳ ちゅうおう保育園		中央町1-2-4	乳幼児	H-5
㉑ わかくさ学園	有	南沢4-7-18	障害児	I-7
㉒ 上の原さくら保育園		上の原1-2-44	乳幼児	K-3
㉓ ひばり保育園		ひばりが丘団地8-10	乳幼児	I-7
㉔ あそか保育園		下里4-1-21	乳幼児	C-6
㉕ 下里しおん保育園		下里7-8-20	乳幼児	D-5
㉖ 滝山しおん保育園		滝山7-5-12	乳幼児	E-7
㉗ くるみ保育園		柳窪2-15-6	乳幼児	B-8
㉘ Nicot東久留米		東本町1-8	乳幼児	I-4
㉙ わらべみなみ保育園		南町1-8-51	乳幼児	H-9
㉚ みどりの丘	有	上の原1-2-42	高齢者	K-3
㉛ たきやま保育園		滝山6-1-2	乳幼児	E-8
㉜ 久留米みのり保育園		大門町1-3-4	乳幼児	J-4
㉝ ひばりが丘ふれあいの里	有	ひばりが丘団地7-10	高齢者	I-8
㉞ 東久留米おひさま保育園		幸町1-21-14	乳幼児	G-5
㉟ 都立東久留米特別支援学校		野火止2-1-11	障害者	F-4

※「有」は、介助・介護の提供が有ります。

防災関係機関一覧

施設名	電話番号	所在地等
東久留米市役所（災害対策本部） Higashikurume City Hall	042-470-7777	本町3-3-1
東久留米消防署 Higashikurume Fire Department	042-471-0119	幸町3-4-34
警視庁 田無警察署 Tanashi Police Station	042-467-0110	西東京市田無町5-2-5
上の原交番	042-467-0110	上の原1-2-43
門前地域安全センター		東本町14-11
南沢交番		中央町1-1-1
野火止交番		野火止1-2-85
下里駐在所		下里4-1-45
滝山交番		滝山6-2-18
前沢交番		八幡町3-12-2
学園前駐在所		学園町2-6-1
東久留米駅前交番		新川町1-4-20
日本郵便（株）東久留米郵便局	0570-943-109	中央町1-1-44
公立昭和病院 Showa General Hospital	042-461-0052	小平市天神町2-450
滝山病院 Takiyama Hospital	042-473-3311	滝山4-1-18
前田病院 Maeda Hospital	042-473-2133	中央町5-13-34
多摩小平保健所	042-450-3111	小平市花小金井1-31-24
東京都水道局お客さまセンター	0570-091-100 【緊急情報（災害・大規模事故等）専用ダイヤル】 0570-200-987 ※自動音声案内でお知らせ	042-548-5110 （IP電話からのご利用）
東京電力パワーグリッド（株）お客様センター	0120-995-007	武蔵野市西久保1-6-24
東京ガスネットワーク（株）お客様センター	0570-02-3388	03-6627-6257（IP電話からのご利用）
ガス漏れ通報専用電話	0570-00-2299	03-6735-8899（IP電話からのご利用）
西武鉄道（株）東久留米駅	042-471-0669	東本町1-8

記号

―・―・―	都県界
―・―・―	市界（行政界）
〰	河川
―□―	鉄道・駅
●	市役所

凡例

🟥	広域避難場所
🟨	指定緊急避難場所
🟩	指定避難所兼指定緊急避難場所
●	二次避難所
T	防災行政無線
	応急給水拠点
Y	消防署・出張所
	消防団
井	震災対策指定井戸（生活用水）
	救急指定病院
✚	緊急医療救護所
✚	医療救護所
⊗	警察施設 交番・駐在所
	ヘリコプター臨時離着陸場
物	物資集積所
	帰宅困難者一時滞在施設
24	コンビニエンスストア
	ガソリンスタンド
〒	郵便局
☎	公衆電話
□	防災協力農地
	災害時マンホールトイレ
	標高値
━	東京都緊急輸送道路
━	東久留米市啓開道路

調製　国土地図株式会社　東京都新宿区西落合2-12-4　TEL 03-3953-5879