



防災
ガイド
ブック

はじめに

東京流通センターは、皆様の安全・安心を確保することを目指しております。

関係法令に基づき防災設備を完備し、保守定期点検を行い、日々適正に管理をしております。また、専門知識を持つ管理要員が防災センター・設備管理所に24時間常駐し、災害に備

えた防災体制についても万全を期しております。このガイドブックは、常に皆様のお手元に備えられ、施設の防災等に関するあらましを知って頂くと共に、万一災害に遭遇した場合には、あわてずに行動して頂きたいとの思いで、周辺情報も網羅し作成しました。構内在勤者及び来館者の皆様に、幅広く活用して頂くことを願っております。

2024年3月

株式会社東京流通センター

東京流通センター連絡先

代表	03-3767-2111
センタービル防災センター(24時間)	03-3767-2165
物流ビルA棟防災センター(24時間)	03-6423-1455
物流ビルB棟防災センター(24時間)	03-3767-2031
設備管理所(24時間)	03-3767-2170
テアールシーサービス施設管理部(建物管理総合窓口)	03-3767-2150

TRC 防災ガイドブック 目次

◆はじめに	1
◆周辺情報(交通規制)	2
◆地震発生時の注意事項	3-4
◆大地震発生時の行動	5
◆TRCの対応	6
◆日頃からの備え	7-9
◆応急手当	10
◆構内情報	11-12
◆TRC概要 オフィスエリア	13-14
◆TRC概要 物流エリア	15-16
◆TRC概要 展示場	17
◆連絡先一覧	18

近隣病院 (TRCからの参考距離)

1 大森山王病院	03-3775-7711	(約3km)
2 大森赤十字病院	03-3775-3111	(約3.3km)
3 東邦大学医療センター大森病院	03-3762-4151	(約3.4km)
4 大田病院附属大森中診療所	03-6404-2301	(約2.6km)
5 東京労災病院	03-3742-7301	(約2.6km)

周辺情報



大震災(震度6弱以上)発生時は、人命救助や消火活動のため、次のような交通規制が実施されます。

【第一次交通規制】

●環状7号線から都心方向への車両の通行が禁止となります。なお、環状7号線は、迂回路として通行できます。

●緊急自動車専用路は、消防、警察、自衛隊等の専用路線です。(右記参照)

【第二次交通規制】

●復旧活動に必要な車両の通行を確保するため、被災状況に応じて上記「緊急自動車専用路」のほかに、「緊急交通路」が指定されます。

緊急自動車専用路

高速道路
国道4号
国道17号
国道20号
国道246号
目白通り
外堀通り

- 病院
- 区役所
- 消防署
- 警察署
- 医療救護所(災害時設置)
- 避難所(学校等)
- 避難場所
- 一般車両の流入禁止区域
- 緊急自動車専用路(高速)
- 緊急交通路

※交通規制に関する詳細は、警視庁にお問い合わせください。
▶ 03-3581-4321 (代表)

地震発生時の注意事項

グラっときたら身の安全

まず机の下など安全な場所で身を守り、揺れがおさまるまで様子を見る。



落ちついて 火の元確認 初期消火 (飲食店舗)

- 火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- ガスの元栓を閉める。
- 出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動 けがのもと

- 室内で転倒・落下した什器類やガラス破片などに注意する。
- 自衛消防隊長等の指示に従い、落ち着いて行動する。



出入口の戸を開け 出口を確保

出入口の戸を開け避難経路を確保する。



落下物に注意する

窓ガラス、看板などが落ちてくるので、あわてて外に飛び出さない。



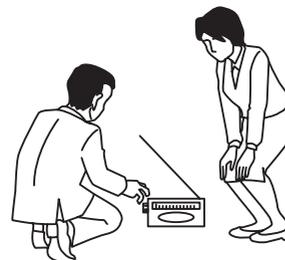
エレベータは使用しない

- 避難の際、エレベータは絶対に使用しない。なお、エレベータに乗っているときに大きな揺れを感知した場合は自動で一時停止し、最寄りの階まで徐行して扉が開く。
- 閉じ込められた場合は、エレベータ内に設置されているインターホンを押すと防災センターと通話できる。



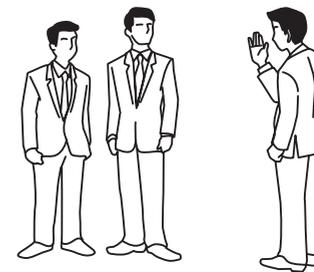
正しい情報 確かな行動

ラジオやテレビなどから正しい情報を得る。※当社では適時非常放送にて情報を発信する。



安否確認

従業員、従業員家族の安否確認をする。



協力し合って救出・救護

什器等の下敷きになった人を、お互いに協力して、救出・救護する。

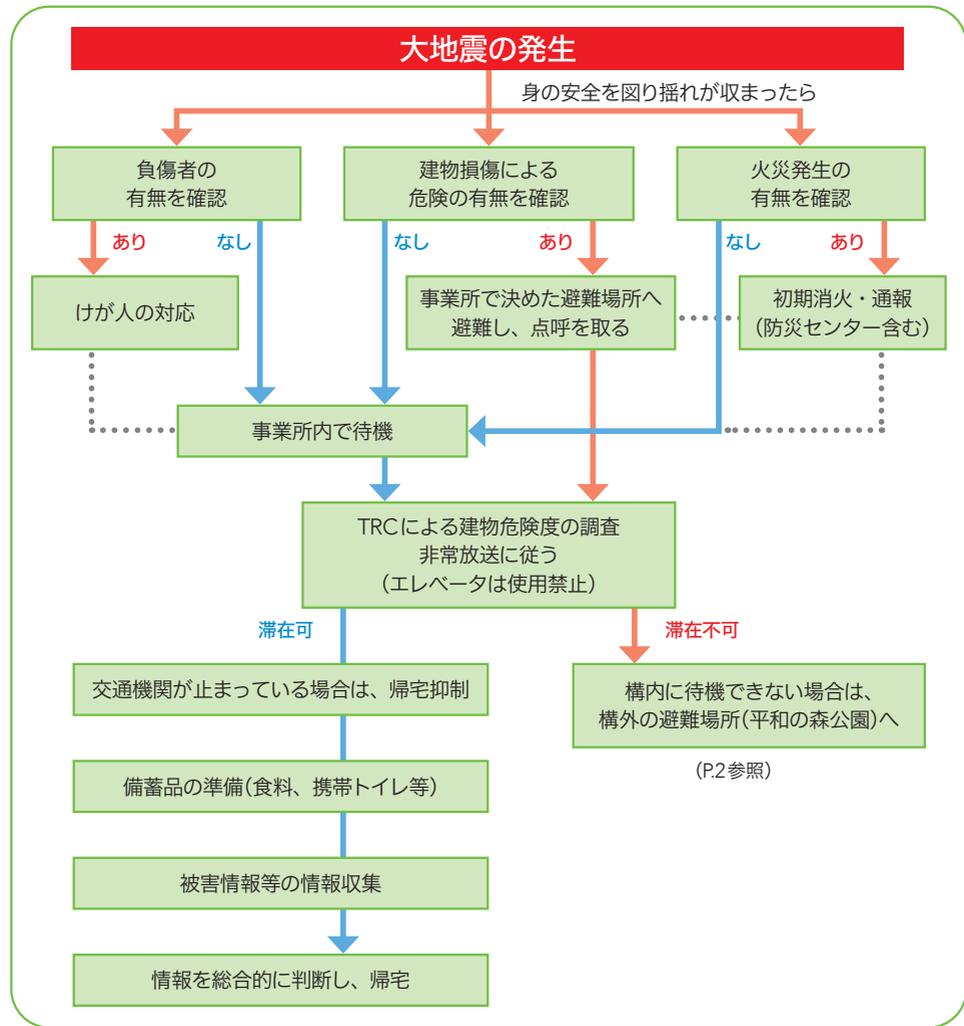


避難の前に安全確認〈電気・ガス〉

- 避難する時は電源を切り、避難する。
- 飲食店舗等はガスの元栓を閉めてから避難する。



大地震発生時の行動



【参考】

◎**徒歩ルート**
 帰宅可能となった場合は、帰宅支援用の地図やGoogleマップなどを参考に徒歩での帰宅ルートを確認しましょう。なお、平和島駅・大森駅までの参考ルートは、P.2をご覧ください。

◎**災害時帰宅支援ステーション**.....
 東京都は徒歩による帰宅者に対する支援の一環として全都立学校及び東京武道館を「災害時帰宅支援ステーション」として位置づけています。災害時帰宅支援ステーションでは、水道水・トイレ・テレビ及びラジオからの災害情報の提供が行われます。上記以外にもコンビニエンスストアやガソリンスタンド、ファミリーレストラン等も同じ役割を担います。



東京防災マップURL <http://map.bousai.metro.tokyo.jp/>

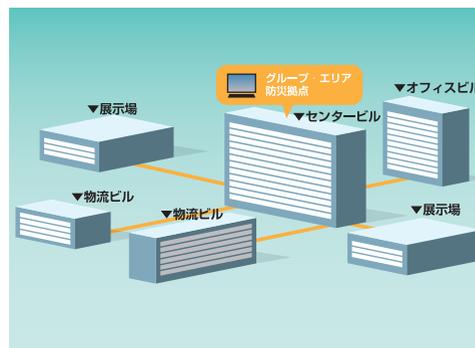
TRCの対応

①安否確認と情報提供のための体制整備



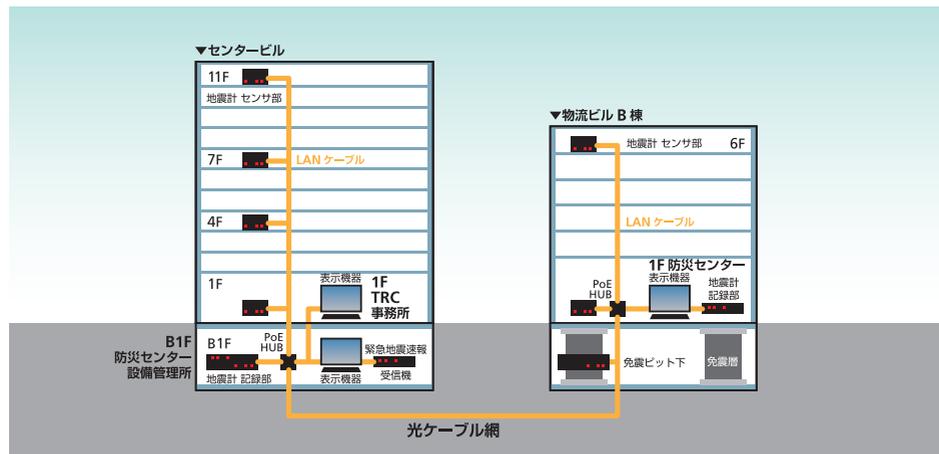
◎デジタルサイネージ

当社では、関係各所との連絡手段を整備し、最新情報の入手に努め、入手した情報を非常放送で構内各所に発信します。また、センタービル正面玄関に設置しているデジタルサイネージでは、構内情報やニュース、鉄道運行情報を表示する他、災害時には各種情報提供を行います。



◎統合地震防災システム

当社は、震災時の状況把握および対応の迅速化を目的として、構内の建物(一部建物を除く)に、緊急地震速報の受信システムと地震被災度判定システムを合わせた「統合地震防災システム」を導入しています。当システムは、揺れの収束後、数分で被災度評価の結果を算出します。建物の安全性判定の速度と精度を高め、震災時の的確な初動対応を実現します。また、地震後に建物の状況を短時間で確認するチェックリストを導入し、地震計データと現地確認による信頼性の高い安全性確認を行います。



統合地震防災システムは、各建物を光ケーブル網で接続し、センタービルの防災センターで各建物の状況を集中管理しています。

②一時滞在施設の確保・帰宅支援

展示場来訪者等の行き先のない帰宅困難者に対して、当社施設を一時滞在施設として可能な限り開放します。また、徒歩での帰宅者に対し、可能な限り支援します。

事業所防災計画

東京都内のすべての事業所は、その用途や規模にかかわらず「東京都震災対策条例」に基づき、事業所ごとに防災計画を作成しなければなりません。事業所防災計画の作成方法等、詳しくは、所轄の消防署にお問合せください。

事業所の形態		事業所防災計画の作成要領	消防署への届出等
条例 第10条 該当事業所	一般事業所	消防法第36条に定める防災管理者の選任が必要な事業所	必要
		消防法第8条及び火災予防条例第55条の3に定める防火管理者の選任が必要な事業所	必要
		上記以外の事業所(小規模事業所)	不要
	危険物施設を有する事業所	消防法第14条の2に定める予防規程の作成が必要な危険物施設	必要
		上記以外の危険物施設	不要
条例 第11条 該当事業所	防災対策上重要な施設として知事が指定する施設を管理する事業者(ガス・電気・軌道・道路・通信事業者)	指定公共機関として事業所防災計画に規定すべき事項を定める。	必要

※防災管理者の選任が必要な事業所は、防災管理に係わる消防計画と防火管理に係わる消防計画を一つの消防計画として作成し、その中に事業所防災計画に規定すべき事項を定めるようにします。

※消防計画及び予防規定の両方の作成が必要な事業所は、消防計画及び予防規定の双方に事業所防災計画に規定すべき事項を定めてください。

なお、東日本大震災時に多くの帰宅困難者が発生したことを踏まえ、事業所防災計画に帰宅困難者対策を定めてください。

事業者においては、災害時の従業員等の一斉帰宅の抑制、安否確認のための連絡手段の確保、3日分の備蓄、帰宅ルールなどを、事業所防災計画に規定し、首都直下地震等に備えるようにしましょう。

出典：東京都防災ガイドブック

東京都帰宅困難者対策

備蓄の目安

- ① 3日分の備蓄量の目安 ◎水：1日3リットル、計9リットル ◎主食：1日3食、計9食 (1人当たり) ◎毛布：1枚

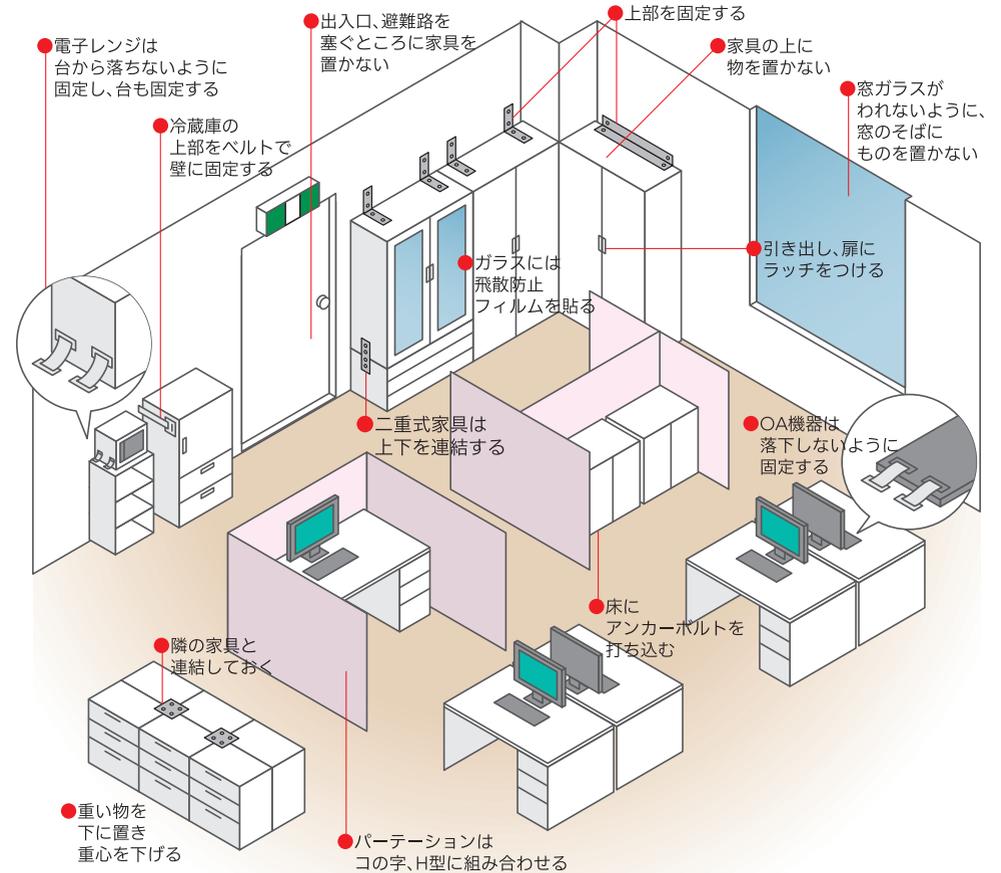
- ② 備蓄品目の例
水：ペットボトル入り飲料水
主食：アルファ化米、クラッカー、乾パン 等
その他：携帯ラジオ、懐中電灯 等

上記に加えて、来客用にプラス10%の量を備蓄しておきましょう。

※東京都帰宅困難者対策条例に関する詳細は、東京都総務局総合防災部防災管理課にお問い合わせください。▶ 03-5388-2453

事業所内外の安全化

- お客様や従業員等がケガをしないよう、社内外のガラス、壁、看板などの安全化を進めましょう。
- 廊下や非常用階段に障害物を置かないようにし、避難経路の確保に努めましょう。
- 書類棚の転倒は従業員等のパニックを誘います。事務機器、OA機器の転倒防止対策を進めましょう。
- 薬品等の危険物管理や転倒防止等の防護対策を進めましょう。
- コンピューターなど高度情報機器類の安全対策を進めましょう。



避難場所、避難経路の確保

- メインとなる避難経路は、幅1.2メートル以上の直線上に確保しましょう。
- 避難経路、出入口周辺に障害物を置かないようにしましょう。
- 避難誘導灯がどこからでも見えるよう、遮蔽物を置かないようにしましょう。
- いざという時にもぐり込めるよう、デスクの下は常にスペースを空けておきましょう。

日頃からの備え② | ひとりひとりの備え

防災グッズ 災害はいつ、どこで起こるかわかりません。必要なものをいつでも備えておきましょう。

防災ポーチ ポーチに入れて毎日持ち歩こう！

 保険証や身分証明書のコピー	 ミニライト	 ゴム手袋 (使い捨て)	 笛(ホイッスル)	 常備薬	 絆創膏
 携帯トイレ	 除菌ウエットティッシュ	 キャンディ	 筆記用具	 マスク	 歯磨きセット

非常用持ち出し袋 リュックなどに入れていざという時に持ち出そう！

 ソーラー手回しラジオ	 大きめのビニール袋	 ラップ アルミホイル	 防水ライター マッチ	 着替え(下着・靴下は必ず)	 紙おむつ 生理用品
 スカーフ 風呂敷	 帽子・軍手 ヘルメット	 食料(3日分) 飲料水(運べる重さ)	 現金	 靴・スリッパ	 水のいらない シャンプー

非常用備蓄品 あれば役に立つものを備蓄しておこう！

 携帯トイレ	 救急箱	 カセットコンロ ボンベ	 簡易トイレ	 大小ポリ袋	 ミニソーラー 発電機
 飲料水	 お箸・フォーク スプーン	 電池			

応急手当 | 救命措置 心肺蘇生の手順

① 肩をたたきながら声をかける

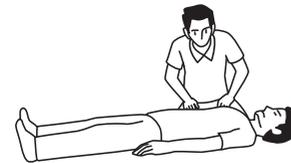


② 反応がなかったら、大声で助けを求め、119番通報とAED搬送を依頼



③ 呼吸を確認する

普段どおりの呼吸の有無を10秒以内で確認します。



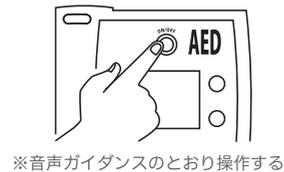
④ 普段どおりの呼吸がなかったらすぐに胸骨圧迫を30回行う

※訓練を積み、素早く人工呼吸ができる場合は実施してください。

胸骨圧迫30回 (人工呼吸2回)



⑤ AEDが到着したら、まず電源を入れる



⑥ 電極パッドを胸に貼る

電極パッドを貼る位置は電極パッドに書かれた絵の通りに、皮膚にしっかり貼ります。体が汗などで濡れていたら、タオル等で拭き取ってください。



⑦ 傷病者に触れない



⑧ 除細動実施



※AED、担架等が必要な場合は防災センターへご連絡ください。

- ▶センタービル防災センター 03-3767-2165
- ▶物流ビルA棟防災センター 03-6423-1455
- ▶物流ビルB棟防災センター 03-3767-2031

構内情報



東京流通センター防災センター電話番号

- ▶センタービル防災センター 03-3767-2165
- ▶物流ビルA棟防災センター 03-6423-1455
- ▶物流ビルB棟防災センター 03-3767-2031

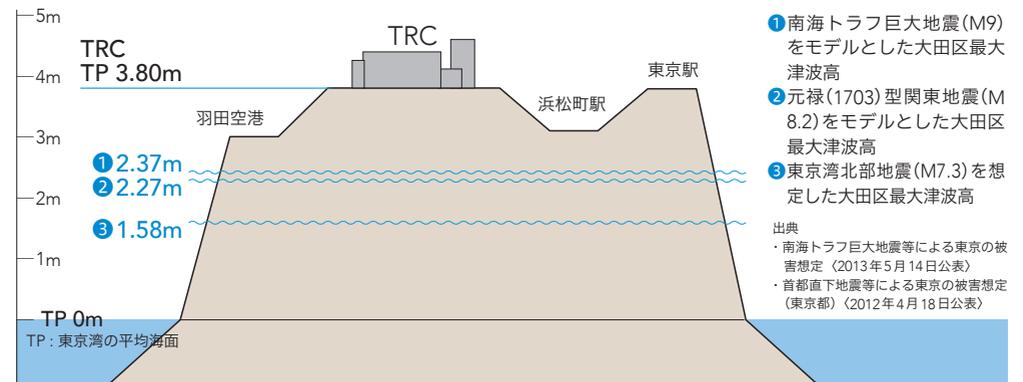
AED 及び担架等

※AED、担架等が必要な場合は防災センターへご連絡ください。

当社周辺の海拔

TRC	TP 3.8m
羽田空港	TP 3.0m
平和島駅	TP 1.9m
大森駅	TP 6.3m
品川駅	TP 3.0m
浜松町駅	TP 3.1m
有楽町駅	TP 2.7m
東京駅	TP 3.9m

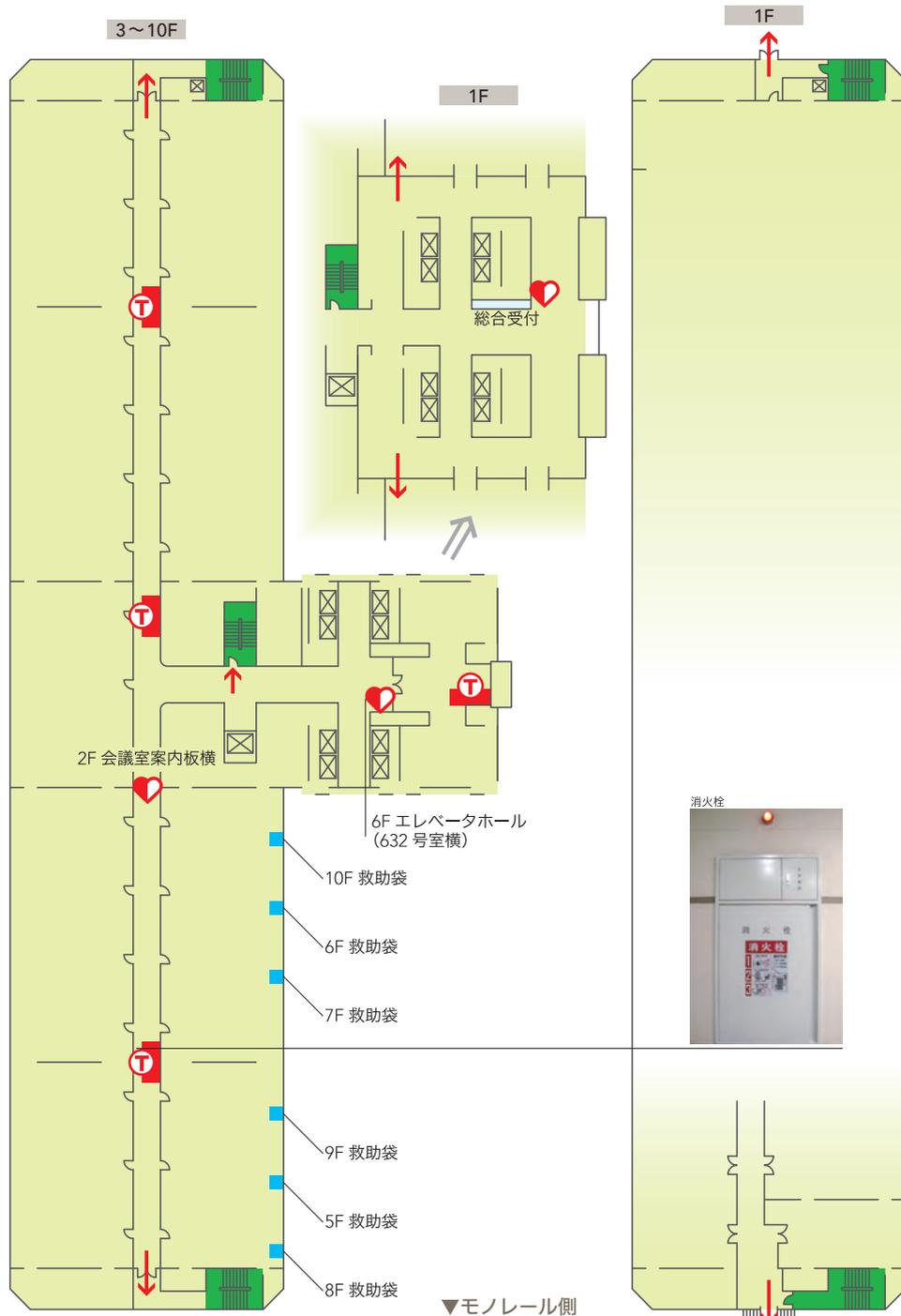
出典：国土地理院



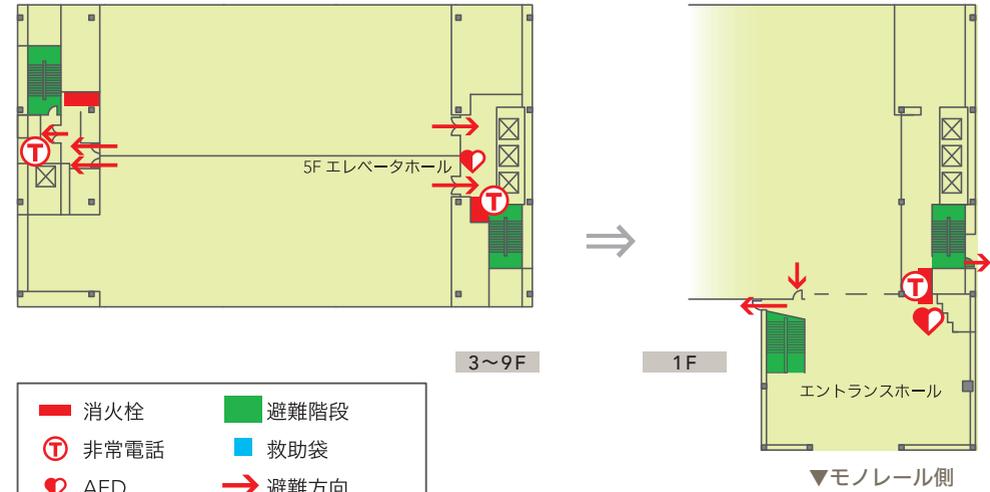
- ① 南海トラフ巨大地震(M9)をモデルとした大田区最大津波高
- ② 元禄(1703)型関東地震(M8.2)をモデルとした大田区最大津波高
- ③ 東京湾北部地震(M7.3)を想定した大田区最大津波高

出典
 ・南海トラフ巨大地震等による東京の被害想定(2013年5月14日公表)
 ・首都直下地震等による東京の被害想定(東京都) (2012年4月18日公表)

1 センタービル



2 アネックス



主な設備

● 非常電話の使い方 ㊦

非常電話は、扉を開けて受話器をとれば、そのまま防災センターにつながります。



非常電話と屋内消火栓(センタービル)

● 誘導灯

避難の際には、誘導灯に従い避難してください。



通路誘導灯

避難口誘導灯

● AED (自動体外式除細動器) ㊦

自動的に心臓の状態を判断し、心停止の患者に電気ショックを与えることで救命する装置です。近くにない場合は、防災センターにご連絡ください。 ※操作方法は、P.10をご参照ください。



● 非常用電源

当社は、非常用発電設備から、停電時に消防設備へ電源を供給します。

● 非常照明

非常照明は、共用部と避難階段にあり、停電時に点灯します。

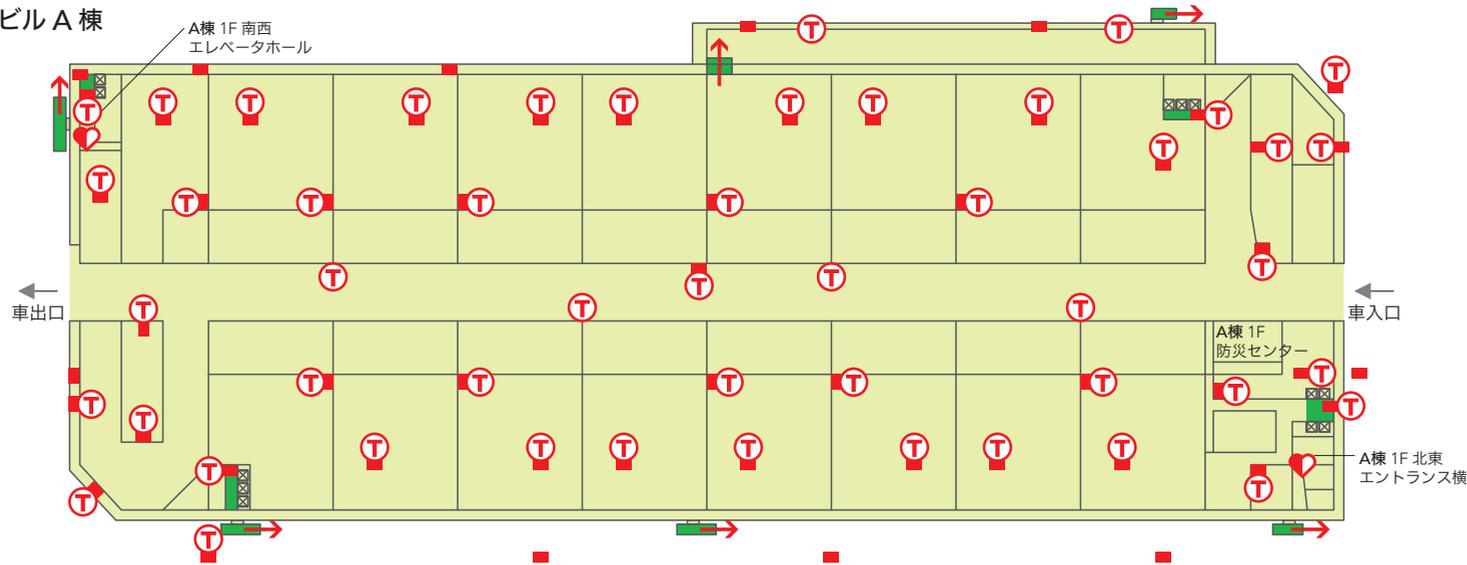
● 非常放送

非常時には、防災センターから災害情報等の放送を行います。

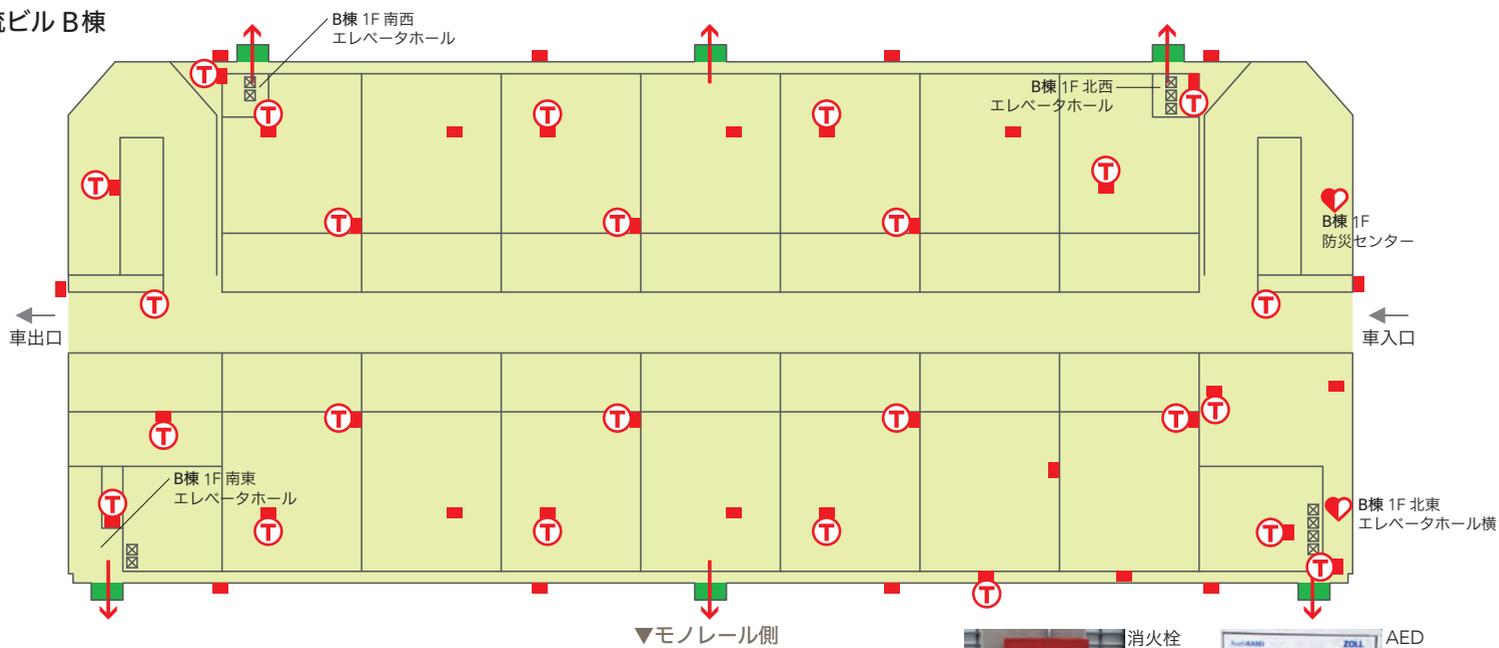
※AED、担架が必要な場合は防災センターへご連絡ください。

▶センタービル防災センター 03-3767-2165

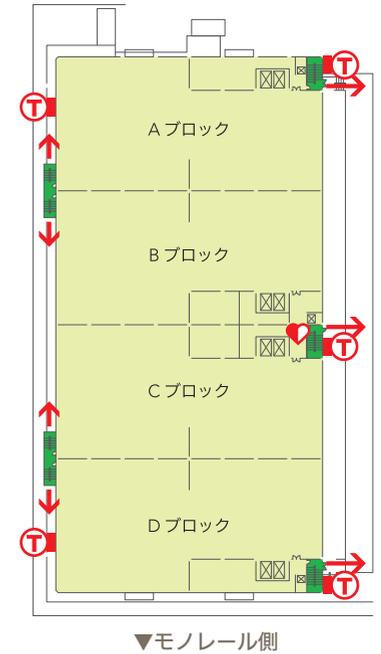
3 物流ビルA棟



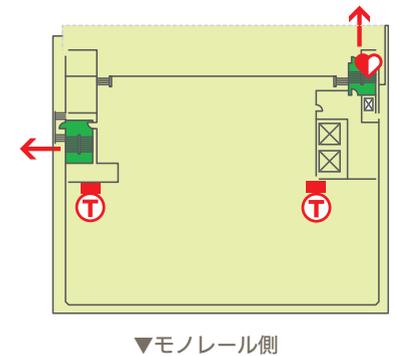
4 物流ビルB棟



5 物流ビルC棟



6 物流ビルD棟



※AED、担架等が必要な場合は防災センターへご連絡ください。

- ▶ 物流ビルA棟防災センター 03-6423-1455
- ▶ 物流ビルB棟防災センター 03-3767-2031



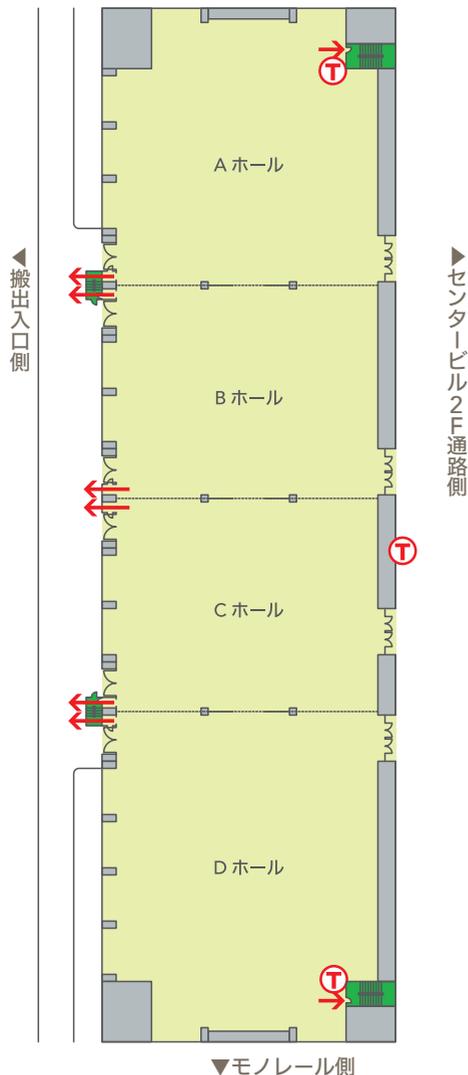
消火栓



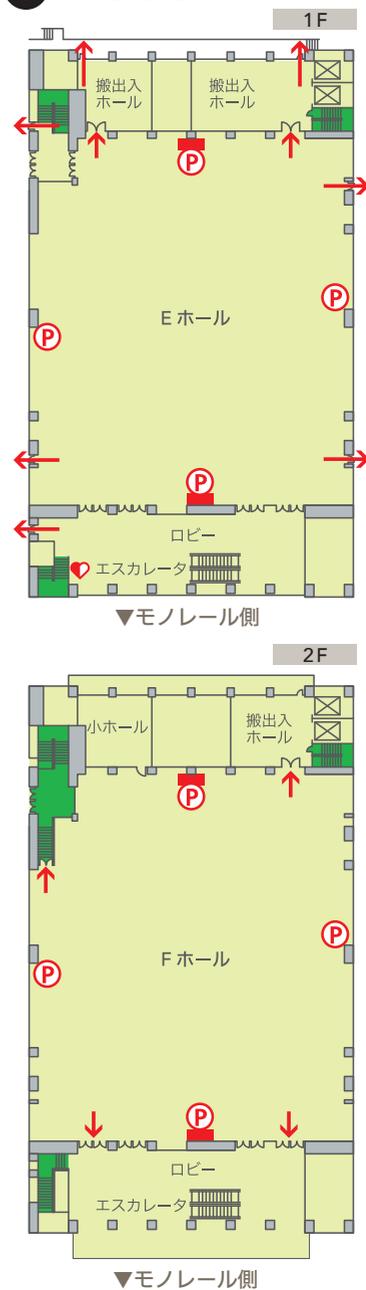
AED

■ 消火栓	■ 避難階段
Ⓣ 非常電話	➔ 避難方向
♥ AED	⊠ エレベータ ※避難の際、 使用禁止

7 第一展示場



8 第二展示場



- 消火栓
- Ⓣ 非常電話
- Ⓟ 火災報知器
- ♥ AED
- 避難階段
- ⊠ エレベータ
- ※避難の際、使用禁止
- ➔ 避難方向

※AED、担架等が必要な場合は防災センターへご連絡ください。
 ▶センタービル防災センター 03-3767-2165

災害		
気象庁	天気相談窓口	03-6758-3900 (代)
日本気象協会		03-5958-8111 (代)
官公庁		
大田区	防災危機管理課	03-5744-1634
東京都	総務局総合防災部	03-5388-2453
大森警察署		03-3762-0110
大森消防署		03-3766-0119
インフラ		
東京電力エナジーパートナー	カスタマーセンター	0120-995-001
		03-6374-8936
東京ガス	お客様センター	0570-002211
		03-3344-9100 (IP電話の場合)
東京都水道局	お客様センター	03-5326-1101
N T T 東日本	故障センター	113
交通		
東京モノレール	お客様センター	050-2016-1640
京浜急行電鉄	平和島駅	03-3761-2655
	京急浦田駅	03-3731-2928
	ご案内センター	03-5789-8686
J R 東日本	鉄道運行情報	ホームページをご参照ください。
東京メトロ	お客様センター	0120-104106
		03-3941-2004
東京都交通局(都営地下鉄、都バス)	インフォメーションセンター	03-3816-5700
京浜急行バス	大森営業所	03-3765-0301
日本道路交通情報センター	全国・関東甲信越情報	050-3369-6600
首都高速道路	首都高テレホンサービス	03-5632-2233
国土交通省	道路局	03-5253-8111

上記連絡先は変更になる場合がございます。最新情報は各ホームページ等でご確認ください。

2024年2月現在

●防災ガイドブックに関するお問い合わせ先
 株式会社東京流通センター
 TEL 03-3767-2111
 メールアドレス soumu@trc-inc.co.jp

災害用伝言サービス

災害発生時における通信

地震などの大きな災害が発生すると、被災地への電話が大量に殺到し、回線が大変混雑し、つながりにくくなります。通信会社では、こうした通信の混乱の影響を避けながら、家族や知人との間で安否の確認や避難場所の連絡等をスムーズに行うため、固定電話・携帯電話・インターネットによって、以下の「災害用伝言サービス」を提供しています。

災害用伝言ダイヤル 171

- 1 **1 7 1**をダイヤルします。
- 2 ガイダンスに従い、録音の場合は **1**を、再生の場合は **2**を押します。
- 3 ガイダンスに従い、被災地である**自宅の電話番号**、または連絡を取りたい**被災地の方の電話番号**を、市外局番からダイヤルします。
- 4 伝言を録音、または再生できます。

※災害用伝言ダイヤルは、加入電話(プッシュ回線、ダイヤル回線)、公衆電話、ISDN、携帯電話・PHS、IP電話からも利用可能です。ただし、伝言の録音・再生は、被災地の方の電話番号宛に行う必要があります。この電話番号には03等の市外局番で始まる電話番号・携帯電話・PHSの電話番号、IP電話の電話番号が対象です。

災害用伝言板

携帯電話・PHSのインターネット接続で、被災地の方が伝言を文字によって登録し、携帯電話・PHS番号をもとにして全国から伝言を確認できます。(スマートフォンでのご利用については各社のページでご確認ください)。

- ▶NTT ドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- ▶KDDI (au) <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- ▶ソフトバンク/ワイモバイル <http://dengon.softbank.ne.jp>

災害用伝言板(web171)

パソコンやスマートフォン等から固定電話や携帯電話・PHSの電話番号を入力して安否情報(伝言)の登録・確認を行う事ができます。

- ▶災害用伝言板(web171) URL <https://www.web171.jp/>

その他の連絡手段

SNSは、平常時の利用だけでなく、災害時には安否確認手段としても活用できます。(例：X(旧Twitter)、Facebook、LINE等)