



大規模地震発生時

あなたの待機が “いのち”を守る

むやみに移動を開始しないでください



地震発生直後に一斉に帰宅すると、緊急車両の妨げや、
落下物等の危険があります。

安全を確認してから時間をずらして帰宅しましょう

⚠ 関西の帰宅困難者
対策の詳細はこちら

(関西広域連合ホームページ)



⚠ Click here for tourism and disaster information for foreign tourists
外国人観光客向けの観光・災害情報はこちら

Safety portal site
(KANSAI)



Safety tips

iOS



Android



Voice Tra

Multilingual Speech Translation Application

iOS



Android



あなたの備えは大丈夫? 裏面で「自分でできる帰宅困難者対策」をチェック! ☒

自分でできる帰宅困難者対策

1 一斉帰宅抑制と分散帰宅の徹底

① 一斉帰宅の抑制

地震発生直後は、「**むやみに移動を開始しない**」ことが**基本原則**です。まずは安全を確保し、落ち着いて行動しましょう。
また、公共交通機関が運行停止した場合、帰宅困難者が多数発生することが想定される主要駅周辺では、状況に応じて一時退避場所※1や一時滞在施設※2が開設されます。

※1 災害時に行き場のない人が、帰宅手段の確保や一時滞在施設の受入が開始されるまでの間に一時的に退避する場所。 ※2 帰宅困難になった行き場のない人を収容する施設。

② 分散帰宅の徹底

帰宅が可能な状況の場合でも、待機していた人が一斉に帰宅を開始すると、再び危険な混雑が発生するおそれがあります。
特別な事情がなければ、少し時間をずらすなどして、「**分散して帰宅**」しましょう。

2 時間帯別行動パターンのルール化

出勤時・就業時・帰宅時など、発災時間帯別の行動パターンを職場等であらかじめ定めておきましょう。

【発生時間帯別行動パターンの基本ルール】

出勤時

- 自宅待機または自宅に戻る
- 通勤途上で職場に近い場合は、職場等で安全確保する

※災害対策や業務継続を行う上で必要不可欠な人員は除く。

就業時

- 施設内で待機する(来所者も含む)
- 外出中の場合は、周辺の安全な場所で待機する

帰宅時

- 施設内で待機または職場に戻る
- 帰宅途上で自宅に近い場合は、自宅等で安全確保する



3 安否確認・情報収集手段の確保

災害発生時は電話が殺到し、被災地域では電話がつながりにくくなります。

- 職場への連絡手段・手順、家族等との安否確認手段を決めておきましょう。
- デマに惑わされず、正確な情報を収集することが重要です。あらかじめ、防災情報収集手段を確認・確保しておきましょう。

【情報収集手段】

- 居住地や勤務地の行政機関のホームページ・防災情報メール・アプリなど
- 利用している鉄道やバス等の公共交通機関のホームページなど



【安否確認】

災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

メッセージを残す	1 7 1 1	被災地の人は自宅や携帯電話などの電話番号を入力する	メッセージの録音
メッセージを聞く	1 7 1 2	被災地の人の電話番号を入力する	メッセージの再生

※音声ガイダンスに従って操作してください。

携帯電話・スマートフォンの「災害用伝言板サービス」の使い方

公式メニューや専用アプリから「災害用伝言板」にアクセス	「災害用伝言板」を開く	伝言を登録する場合 「登録」を選択して伝言を入力 (全角100文字以内)	伝言を確認する場合 「確認」を選択して被災地の人の携帯電話番号を入力して伝言を見る
-----------------------------	-------------	--	--

4 災害時帰宅支援ステーションの活用

災害時に徒歩で帰宅する方のために、コンビニエンスストア・外食事業者等が「帰宅困難支援ステーション」として、水道水やトイレ、道路情報などの提供を行います。

支援サービス可能な店舗では、店舗入口付近にステッカーを掲示しており、12,667店舗(令和8年6月現在)が登録しています。



5 帰宅困難者NAVIの活用

徒歩帰宅者が円滑に帰宅できるよう、出発地と目的地を入力するだけで、徒歩帰宅ルートや沿道の災害時帰宅支援ステーション等をインターネット上の地図で確認できます。



(帰宅困難者NAVI画面)