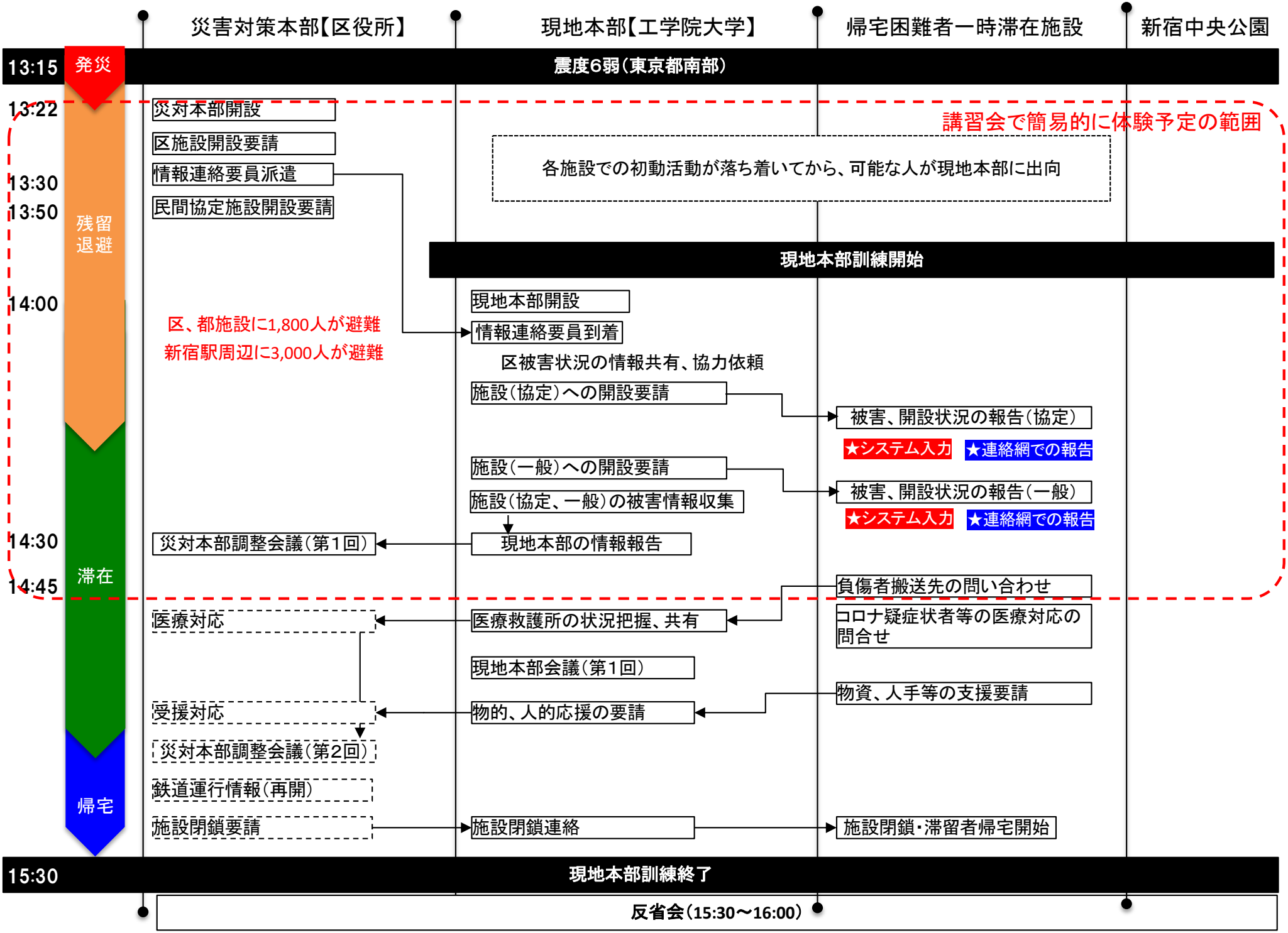令和5年度　新宿駅周辺防災対策協議会　現地本部運営訓練の流れ（案）　2023年講習会版