

## 防災情報

テレビやラジオのほか、インターネットなどを活用して、情報の収集に努めましょう。また、日頃からどこにどのような情報があるか確認しておきましょう。

### ■長野県河川砂防情報ステーション

雨量や河川の水位、気象情報を確認することができます。



<https://www.sabo-nagano.jp/>

### ■長野県防災情報ポータル

県内の避難勧告等の最新情報を確認することができます。



<https://nagano-pref-bousai.force.com/>

長野県公式ホームページのトップページからアクセスすることができます。

### ■危機管理型水位計運用協議会

#### 川の水位情報（危機管理型水位計）

市内を含む全国の河川の水位を確認することができます。



<https://k.river.go.jp/>

### ■停電情報（中部電力パワーグリッド(株)）

市内の停電情報を確認することができます。  
<https://teiden.powergrid.chuden.jp/p/office/510.html>



## 家族・知人の安否確認

大災害発生時は、電話がかかりにくい状況が数日続くことがあります。このような状況下では、「自分の安否を家族や知人に伝達する」ための「災害用伝言ダイヤル171」が開設されます。このサービスを利用して、災害時に家族間でコミュニケーションをとる方法を確認しておきましょう。

### ■災害用伝言ダイヤルの利用方法



※「(XXXX)XX-XXXX」は、以下の番号をダイヤルしてください。

#### ●被災地の方

●ご自宅の電話番号、または連絡を取りたい被災地の方の電話番号

#### ●被災地以外の方

●連絡を取りたい被災地の方の電話番号

※携帯電話による利用もできます。

#### ●NTT東日本災害用伝言ダイヤルホームページ

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/>

#### ■災害用伝言板

大規模な災害が発生したときに、各携帯電話会社が提供する『災害用伝言板』が開設されます。登録された伝言は、インターネット接続が可能なパソコンや他社の携帯電話からも確認できます。

●NTTドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

●au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>

●ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>



NTTドコモ



au



ソフトバンク

#### ■Yahoo!防災速報

須崎市から発表された情報がアプリやメールで配信されます。登録した地点（国内で3地点まで）と現在地での通知を受け取ることが可能です。アプリのダウンロード、メール版の登録は下記からご確認ください。

※須崎市の地点登録が必要です。

#### ●Yahoo!防災速報について

<https://emg.yahoo.co.jp/>

#### ●アプリ版



## ～風水害から身を守る～ マイ・タイムラインをつくってみましょう！

### ■マイ・タイムラインとは

台風の接近等による風水害に備え、とるべき防災行動を予め整理して時系列にとりまとめておくものです。

家族構成や生活環境に合わせて、「いつ、何をすべきか」を整理しておくことで、万一の際に落ち着いて行動できることにつながります。

### ■マイ・タイムラインの検討・作成方法

33ページの「避難行動判定フロー」を確認しましょう。

「防災記事」(32～57ページ)で防災情報と避難情報について理解を深めましょう。

災害発生前後の情報収集方法を確認しましょう。

56ページの記入例を参考にして、57ページに書き込んでみましょう。

(拡大コピーして利用されることをお勧めします。また、作成後は、目立つ所に貼り付けておきましょう。)

### ■マイ・タイムライン使用時の注意点

●あくまでも行動の目安としましょう。

●防災・避難情報等をこまめに収集、確認し、マイ・タイムラインを参考にして臨機応変に行動することを心掛けましょう。

# 我が家のマイ・タイムライン (作成例)

作成日： 2023 年 6 月 1 日

定期的に見直しをしましょう。

## 1. 居住地の災害リスク

- (洪水) 浸水想定区域 → 想定水深： 3 m ~ 5 m
- 土砂災害警戒区域 → 特別警戒区域 (土石流) ・ 警戒区域 (土石流)  
特別警戒区域 (急傾斜地の崩壊) ・ 警戒区域 (急傾斜地の崩壊) ・ 警戒区域 (地滑り)
- いずれの指定区域でもない → 油断は禁物です。市内の多くが浸水想定区域であること、山麓や急傾斜地等は土砂災害警戒区域に指定されていること箇所が多いことに留意しておきましょう。

2. 避難する場所：① 〇〇中学校 ② 〇〇小学校 移動手段： 車  
 移動時間：① 5 分 ② 10 分  
 特記事項：土砂災害の危険が高まった場合は〇〇小学校へ避難する

## 3. 避難するタイミング：警戒レベル3 「高齢者等避難」が発令された時

スマホ等へ登録しておきましょう。

## 4. 防災・避難情報等の収集先

- 防災行政無線
- 須坂市防災防犯メール
- 緊急速報メール (エリアメール)
- テレビ  ラジオ
- 須坂市ホームページ
- 気象庁ホームページ
- 長野県河川砂防情報ステーション
- その他 ( 信州防災アプリ )

状況	気象・避難情報	我が家の行動計画
雨風が強くなる前	早期注意情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>○情報収集</li> <li>○家族の今後の予定や居場所を確認</li> <li>○自宅周辺の確認 (飛散物等ないか・土のう準備)</li> <li>○非常用持出品の確認</li> </ul>
雨風が強まってきたら	洪水注意報 大雨注意報等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○防災・避難情報収集先を改めて確認</li> <li>○避難場所を再確認</li> <li>○土のう設置、大切なものを2階等へ移動</li> </ul>
災害発生のおそれ	警戒レベル3 高齢者等避難	<ul style="list-style-type: none"> <li>○防災行政無線等で避難情報、避難場所を確認</li> <li>○離れている家族や知人に避難する事、避難先を連絡</li> <li>○避難開始</li> </ul>
災害発生の危険大	警戒レベル4 避難指示	<ul style="list-style-type: none"> <li>○避難完了</li> </ul>
災害発生	警戒レベル5 緊急安全確保	<ul style="list-style-type: none"> <li>○避難が遅れた場合は「垂直避難」</li> </ul>

## ★家族や親戚の情報★

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考
須坂 太郎	090-****-****	常備薬・杖	デイサービス (TEL026-2****)	
須坂 一郎	090-****-****	メガネ	会社 (TEL026-2****)	通勤時間30分
須坂 花子	090-****-****		自宅	
須坂 大輔	090-****-****	喘息の薬	〇〇中学校 (TEL026-2****)	
長野 友子	026-2****		自宅	

# 我が家のマイ・タイムライン

作成日： 年 月 日

## 1. 居住地の災害リスク

- (洪水) 浸水想定区域 → 想定水深：..... m ~ ..... m
- 土砂災害警戒区域 → 特別警戒区域 (土石流) ・ 警戒区域 (土石流)  
特別警戒区域 (急傾斜地の崩壊) ・ 警戒区域 (急傾斜地の崩壊) ・  
警戒区域 (地滑り)
- いずれの指定区域でもない → 油断は禁物です。市内の多くが浸水想定区域であること、山麓や急傾斜地等は土砂災害警戒区域に指定されていること箇所が多いことに留意しておきましょう。

2. 避難する場所：①..... ②..... 移動手段：.....  
移動時間：①.....分 ②.....分  
特記事項：.....

3. 避難するタイミング：.....

## 4. 防災・避難情報等の収集先

- 防災行政無線
- 須坂市防災防犯メール
- 緊急速報メール (エリアメール)
- テレビ
- ラジオ
- 須坂市ホームページ
- 気象庁ホームページ
- 長野県河川砂防情報ステーション
- その他 (.....)

状況	気象・避難情報	我が家の行動計画
雨風が強くなる前	早期注意情報	
雨風が強まってきたら	洪水注意報 大雨注意報等	
災害発生のおそれ	警戒レベル3 高齢者等避難	
災害発生の危険大	警戒レベル4 避難指示	
災害発生	警戒レベル5 緊急安全確保	

## ★家族や親戚の情報★

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考