

3ステップで災害から命を守る備えをしましょう

6月から10月は、梅雨や台風などに伴う大雨が発生しやすい時期です。この時期は「出水期」と呼ばれ、河川の氾濫や土砂災害などに注意が必要です。自分や家族の命を守るため、日頃の備えを確認しましょう。小さな行動が、いざという時の安心につながります。

問い合わせ 総務課 ☎025-250-2720

まずはここから!

今日からできる防災 3ステップ

1 リスクを確認する

ハザードマップで、自宅やよく行く場所の災害リスクを確認しましょう。

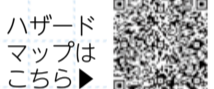
洪水、土砂災害、津波など、災害の種類によって危険な場所は変わります。自宅、学校、職場、通勤・通学路などを確認しておくことが大切です。

チェックリスト

- ハザードマップで、自宅周辺の災害リスクを確認する
- 近くの避難所や、浸水のおそれが少ない安全な場所を確認する



新潟市総合ハザードマップ



ハザードマップはこちら▶

2 計画する

避難の方法やタイミングを決めておきましょう。避難のタイミングは、市が発表する避難情報や、防災気象情報を確認して判断しましょう。

避難方法について

避難とは、危険な場所から離れ、安全を確保することです。避難所へ行くことだけが避難ではありません。

避難の方法	行動	どんな場合に考えるか
在宅避難	自宅で安全を確保する	ハザードマップなどで自宅周辺の危険が低く、生活に必要な備えがある場合
立ち退き避難	安全な場所へ移動する	自宅や周辺に危険がある場合

避難先は1か所だけでなく複数考えておく

- 避難所
- 安全な場所にある親戚・知人宅
- 地域で決めた避難場所
- 自宅(在宅避難)

防災気象情報の確認方法

「どのくらい災害の危険が高まっているか」などを知らせるために気象庁が発表する情報です。令和8年5月28日から、防災気象情報は警戒レベルの数字が付いた名称で発表されています。

気象台が発表				市が発令します!	
警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	避難情報	とるべき行動
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警戒	レベル5 大雨特別警戒	レベル5 土砂災害特別警戒	緊急安全確保	既に災害が発生! 直ちに身の安全を確保
＜警戒レベル4までに危険な場所からかならず退避!＞					
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警戒	レベル4 大雨危険警戒	レベル4 土砂災害危険警戒	避難指示	速やかに危険な場所から避難先へ避難
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警戒	レベル3 大雨警戒	レベル3 土砂災害警戒	高齢者等避難	避難に時間がかかる人は避難所への準備
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意警戒	レベル2 大雨注意警戒	レベル2 土砂災害注意警戒	-	避難行動を確認(避難する場所やルート、タイミングなど)
警戒レベル1	早期注意情報			-	災害への心の準備

防災気象情報の図

避難所へ行く場合は、必ず新潟市が発表する避難情報を確認してください。災害の種類や状況により、開設される避難所が変わることがあります。

チェックリスト

- 在宅避難ができるか、立ち退き避難が必要かを考える
- 避難先を複数考えておく
- 避難するタイミングを決めておく
- 避難所へ行く前に、新潟市の避難情報を確認する

3 備える

災害時に備え、避難時に持ち出すものと、家で過ごすための備えを分けて確認しましょう。

● 非常持ち出し品

安全な場所へ移動するときに、すぐ持ち出すものです。

ポイント

- 背負って避難できる量にまとめる
- 持ち出しやすい場所に置く(玄関近くなど)

例:

- 水
- すぐ食べられる食べ物
- 現金
- モバイルバッテリー
- 懐中電灯
- 電池
- マスク
- ウェットティッシュ
- タオル
- 着替え
- 雨具
- 防寒具
- 本人確認書類のコピー
- 連絡先メモ

● 家庭備蓄

在宅避難をする場合に必要な備えです。

ポイント

- 最低3日分過ごせるように備える
- 停電、断水、買い物ができない状況を想定し食料以外も備える

例:

- 水
- 食べ物
- 携帯トイレ
- トイレ用紙
- ウェットティッシュ
- ラップ
- ごみ袋
- 照明器具
- 電池
- ラジオ
- カセットコンロ
- 現金

個人や家庭の状況に合わせて、必要なものを追加しましょう

例: 常備薬、お薬手帳、眼鏡、補聴器、生理用品、おむつ、ミルク、哺乳瓶、ペット用品(ペットフード、トイレ用品、ケージ)

ローリングストックで無理なく備える

普段から消費している食品や生活用品を少し多めに用意し、使った分を随時補充する方法です。

チェックリスト

- 非常持ち出し品をリュックなどに入れ、置き場所を決めておく
- 普段から食べるものや使うものを少し多めに用意しておく



備蓄に関する情報はこちら▶

防災・災害情報の確認方法

● 登録不要で確認できるもの

テレビ、ラジオ、新潟市公式ホームページ、緊急速報メールなど

● 事前登録しておく便利なもの

にいがた防災メール

登録した人に、避難情報など災害に関する情報をメールでお知らせします。

touroku@bosai.city.niigata.lg.jp

防災メールの登録はこちら▶



新潟市LINE公式アカウント

災害や防災に関する情報を受け取ることができます。ハザードマップも確認できます。



登録はこちら▶

新潟県防災ナビ(新潟県防災アプリ)

住んでいる地域のハザードマップを確認できるほか、避難情報や気象情報をお知らせします。

アプリのダウンロードはこちら▶



もうワンポイント!

● ご近所同士の声かけが、命を守ることがあります

災害時において、高齢の人、障がいのある人、日本語での情報入手が難しい人など、支援が必要な人には早めの声かけが大切です。

防災訓練への参加や、ふだんからのあいさつなど、いざというときに声をかけ合える関係をつくるのが、命を守ることに繋がります。

