＼ できることから始めよう ／

災害から身を守るために

夏から秋にかけて、集中豪雨やゲリラ豪雨、台風など大雨による災害が起こりやすくなります。
大雨が降って災害の危険性が高まったとき、災害から身を守るためには、日頃の備えが大切です。

知ることが
防災の第一歩

市が発令する避難情報を確認しましょう

	避難情報等（警戒レベル）			河川水位や雨の情報（警戒レベル相当情報）		
	警戒レベル	住民が取るべき行動	避難情報等	防災気象情報（警戒レベル相当情報）	洪水の情報（河川）	土砂災害の情報（雨）
高	5	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保（さくら市発令）	5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報（土砂災害）
	レベル4で全員避難完了					
警戒レベル	4	危険な場所から全員避難	避難指示（さくら市発令）	4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
	3	避難に時間を要する人は避難	高齢者等避難（さくら市発令）	3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報（土砂災害）
	2	避難行動を確認	大雨注意報 洪水注意報（気象庁発表）	2相当	氾濫注意情報 洪水注意報	大雨注意報
低	1	災害への心構えを高める	早期注意情報（気象庁発表）	1相当	–	–

県と宇都宮地方気象台から土砂災害警戒情報が発表されたときは、市の避難指示を待たずに、危険区域から離れる行動をとってください。

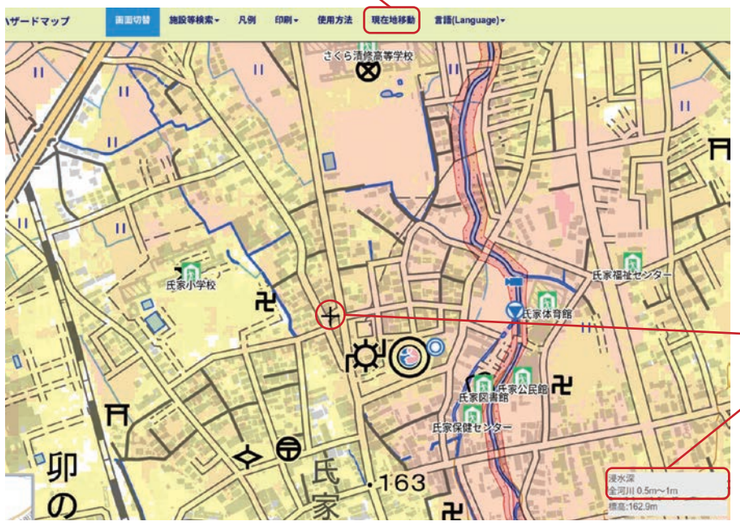
必ずこの順序で発令されるとは限りません。
これらの情報が発令されていなくても、身の危険を感じたら避難を開始してください。

WEB ハザードマップを確認しよう！

ハザードマップと使い方の解説動画はこちら

CHECK
今いる場所のリスクは？
現在地移動タブから切り替えができます。

CHECK
自宅周辺のリスクは？
画面中央の「+」マークの浸水深が確認できます。自宅にカーソルを合わせてみましょう。



※詳細はページ内の「使用方法」を確認してください。

災害時にあなたがとるべき避難行動は？

スタート

Q 家がある場所に色が塗られている？
- いいえ → 色が塗られていなくても、周りと比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、市からの避難情報を参考に避難してください。
- はい → 災害の危険があります。原則自宅の外に避難が必要です。

Q 自身または一緒に避難する人は避難に時間がかかる？

- はい → Q安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいる？
  - はい → 警戒レベル３ が出たら 安全な親戚や知人宅に避難
  - いいえ → 警戒レベル３ が出たら 市の指定緊急避難場所に避難
- いいえ（事前に親戚や知人に相談しておきましょう!） → Q安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいる？
  - はい → 警戒レベル４ が出たら 安全な親戚や知人宅に避難
  - いいえ → 警戒レベル４ が出たら 市の指定緊急避難場所に避難

いずれの場合も普段から安全な避難経路を確認しておきましょう

情報取得ツール
チェックリストを確認

災害時には、次の手段で市から情報を発信します。災害でいずれかの情報ツールが使用できない可能性もあります。可能な限り多くの手段で情報を得られるように準備しましょう。

他にも緊急時には携帯電話に緊急速報メールを配信します。緊急速報メールが届いたら厳重警戒してください。

危険だと感じたら
迷わず避難

安全な場所に住んでいる親戚や知人の家へ避難することも考えましょう。
また、避難所の建物内に入らず、駐車場で車内避難も可能です。
車内避難でも必ず受付をしてください。また、エコノミークラス症候群に注意し、こまめな水分補給やストレッチを行いましょう。

車や知人宅も

市防災アプリ・屋外放送

☐ **さくら市防災アプリ**
(@Info Canal)
※詳細は 6 ページ

☐ **屋外スピーカー**

市公式 SNS

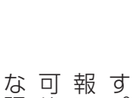
☐ **LINE**
ID：@sakura_city

災害時、「# さくら市防災」で情報収集します。被害を発見した場合は、写真とハッシュタグをつけて発信してください。

☐ **X (旧ツイッター)**
@sakura_ _city

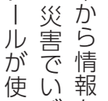
市防災メール

☐ **さくら防災・行政メール**
空メールを送信する
→登録案内メール登録



市ホームページ

☐ **トップページ**



☐ **防災ポータル**

※災害時はトップページが防災ポータルに切り替わります。

データ放送（テレビ）

☐ **NHK**
リモコン d ボタンを押す
→「防災・生活情報」を選択

☐ **とちぎテレビ**
リモコン d ボタンを押す
→「防犯・防災情報」を選択

☐ **キキクル（気象庁）**
大雨・洪水の危険度分布

☐ **東京電力パワーグリッド㈱公式LINE**
停電に関する情報

— 今からはじめよう —

災害に備えて準備！

☑ チェックリスト

EMERGENCY GOODS

避難するときは非常用持出品を持っていきましょう。事前に準備しておくと、いざという時に余裕を持って避難できます。

非常時持出品（例）

☐ 携帯電話

☐ モバイルバッテリー

☐ 貴重品

☐ マスク

☐ 救急医療品

☐ 薬・処方箋・お薬手帳

☐ 懐中電灯

☐ 消毒液

☐ 非常食（加熱不要のもの）

☐ 水

☐ ハザードマップ

☐ 体温計

☐ 衣類

☐ ラジオ

☐ タオル

☐ 除菌ティッシュ

防災バッグに入れて玄関など持ち出しやすい場所においておきましょう。避難所はホテルではありません。避難所で用意できるものには限界がありますので、自ら準備しましょう。

非常時用備蓄品（例）

☐ 飲料水(1人3L/1日)

☐ 非常食

☐ 燃料（カセットコンロ等）

☐ アウトドア用品

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、生活するための備蓄品です。

POINT

備蓄品は家族人数×数日分

災害復旧までの数日間（最低限3日、推奨7日）生活できるように準備しましょう。

ローリングストック

日常的に食べている缶詰やレトルト食品等を少し多めに買っておき、使った分だけ新しく買い足すのがおすすめです。

＼ プレゼントが当たる ／

防災アプリを登録

市からの防災や火災情報が取得できる！

このアイコンが目印！

ダウンロードはこちら（無料）

iPhone▲　　Android▲

※スマートフォンをお持ちでない方には、戸別受信機を配布しています。詳しくは総務課（☎681−1111）までご相談ください。

抽選で100名に
防災食セット
プレゼント

応募方法

❶ 防災アプリをダウンロード
❷ アプリの設定をする
　(1) 購読設定から「さくら市」の情報を購読
　(2) 利用者設定からニックネームを入力
　(3) 通知音設定から緊急時の通知等を設定
❸ 右の応募フォームに必要事項を入力

※個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。
※抽選結果は発送をもってかえさせていただきます。

＼ 応募はこちら ／

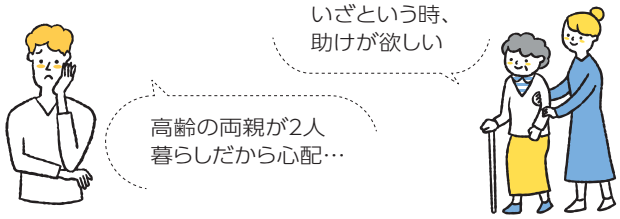
個別避難計画を作成しよう

高齢者、障がい者手帳等をお持ちの方、災害時に自力での避難が困難な方の避難計画（個別避難計画）をあらかじめ作成し、災害発生時の支援に役立てる制度です。
※プランへの登録には、関係機関に個人情報を提供することへの同意が必要です。

対象

在宅で災害時に自力で避難できない（かつ家族等の支援が受けられない）方のうち、次のいずれかに該当する方　※施設入所や入院中の方は除く

❶ 身体障害者手帳1、2級をお持ちの方
❷ 療育手帳A1、A2をお持ちの方
❸ 精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
❹ 介護保険制度の要介護3以上の方
❺ 75歳以上のみ世帯の方
❻ 上の❶〜❺以外で、日中独居となる高齢者、乳幼児、妊産婦、外国人など支援が必要と認められる方



作成・登録すると

● 災害時の安全な避難の可能性が高まります。
自主防災組織等の関係機関と情報を共有し、災害時の支援や安否確認、普段の見守り活動に利用します。
● 避難情報等を固定電話や携帯電話の音声メッセージ、ショートメッセージで受け取れます。

申込・問合先　高齢者の登録：高齢課（☎681−1155）　障がい者の登録：福祉課（☎681−1161）