

Step 1 どこから情報を得る？

尼崎市では、様々な媒体で情報発信を行っています。事前に確認し、災害時に落ち着いて情報を入手できるようにしておきましょう。



テレビ

市HP・SNS

尼崎市
防災ネット

スマホ
アプリ

電話

情報の入手について
詳しくはこちら ▶



Step 2 いつ避難？

避難情報は、「警戒レベル」を使って発令します。

いざという時に適切に避難できるよう、各レベルの意味を確認しておきましょう。

	警戒 レベル	避難情報等	住民の皆さんが とるべき行動
高い 危険度 低い	5	緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保！
	4	避難指示	危険な場所から全員避難
	3	高齢者等避難	危険な場所から高齢者等は避難 高齢者等以外も自主的に避難を
	2	注意報	自らの避難方法の確認
	1	早期注意情報	災害への心構えを高める

Step 3 どこに避難？

「避難」とは、「難」を「避」ける行動。つまり、危険を回避する行動のことを言います。避難場所へ行くべきかどうかを考え、状況に適した避難行動を選択することが大切です。

避難場所 災害の種類や状況によって、避難する場所が異なります。最寄りの指定避難場所や津波等一時避難場所を確認しておきましょう。

避難方法

- 海や河川からより遠くへ移動する「水平避難」
- 津波等一時避難場所や近隣の安全な3階以上の堅牢な建物へ移動する「垂直避難」
- 自宅等の今いる建物内の2階以上等といった、より安全な部屋へ移動する「屋内安全確保」

Step 4 どのように避難？

避難する際は二次災害を避けるため歩いて避難しましょう。

また、災害のタイミングによって、避難場所や避難方法が変わります。複数の想定を考えておきましょう。

実際に書いてみよう！

各Stepで確認した内容をまとめて自分のマイ避難カードを作りましょう！完成したカードは、普段から目に留まる場所に貼ったり、家族に共有しておくことが大切です。

マイ避難カード		～記入例～
災害の種類	洪水 武庫川	名前 近松 はな
確認！	判断材料の入手（自宅付近の何が危険？大雨や台風のときに何を確認する？） ・尼崎市防災ネット ・テレビ（おぼろしく確認） ・気象台の発表 ・災害情報電話サービス	
いつ？	逃げるとき（何がどうなったら逃げる？） ・警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されたとき ・警戒レベル4「全員避難」が発令されたとき	
どこに？	避難先（どこに？どのルートで？） 昼（晴れとき） 夜（晴れとき） 夜（晴れとき）	
どのように？	避難する方法（誰と？歩いて？車で？） 昼（晴れとき） 夜（晴れとき） 夜（晴れとき）	
メモ	・自宅が浸水想定（1～3m） 【持ち物】 ・飲料水 ・保存食 ・懐中電灯 ・ラジオ ・ヘルメット ・現金など貴重品 ・ナイフ、缶切りなど ・予備の乾電池、充電器 ・粉ミルク・紙おむつ ・おどなりのおもちゃに声かけ	



「マイ避難カード」について



「作成支援動画」

令和8年5月29日から防災気象情報が新しくなりました

国土交通省水管理・国土保全局と気象庁は、令和8年5月29日から新たな防災気象情報の運用を開始しました。

新たな防災気象情報では、河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮の警報などを、避難行動に対応した5段階の警戒レベルと整合させ、災害発生の危険度に応じたレベルの数字を名称に含めて発表します。警戒レベル5に相当する河川氾濫の特別警報や警戒レベル4に相当する危険警報も新たに開始するなど、現行の大雨警報・注意報などが大きく変わりました。

	河川氾濫	大 雨	土砂災害	高 潮
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル 1	早期注意情報			

主な変更点

- 警報・注意報の情報名に「レベル」が追加されます
- 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます
- 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります（洪水警報、洪水注意報の廃止、氾濫特別警報の新設など）

避難情報について

詳しくはこちら ▶



国土交通省、気象庁、都道府県が発表する防災気象情報のうち、住民が自ら行動をとる際の判断に参考となる情報を「警戒レベル相当情報」として発表することにより、住民の主体的な行動を促します。

ただし、「警戒レベル相当情報」が発表されたとしても、必ずしも同じタイミングで尼崎市より同じレベルの避難情報が発令されるとは限りません。避難行動をとる際は、尼崎市からの避難情報にご注意ください。

02 ひょうご防災リーダー講座の募集が始まります

兵庫県では、地域防災の担い手である自主防災組織等のリーダーの育成を目的としたひょうご防災リーダー講座を実施しています。

防災分野の一流講師陣による講義に加え、避難行動訓練ゲーム、避難所設置・運営訓練、普通救命講習等のバラエティーに富んだカリキュラムを構成しています。

ひょうご防災リーダー講座

日 程 : 9月12日(土)～12月13日(日)のうち7日間

場 所 : 兵庫県立広域防災センター(三木市)

募集期間 : 令和8年7月1日(水)午前10時～14日(火)午前10時抽選で決定

お問合せ先 : 兵庫県立広域防災センター

TEL : 0794-87-2920

詳しくはこちら ▶



尼崎市防災リーダー育成講座補助金

尼崎市では、市内在住または在勤・在学の方で「ひょうご防災リーダー講座」を受講される方に対し、必要な経費への補助を行います。

尼崎市防災リーダー育成講座補助金についてはこちら ▶



03 研修、イベントを実施しました

市民と職員がともに学び、考える研修(4月17日)



パネルディスカッションの様子

「大災害に備える～命を守る避難とあきらめない生活再建とは～」をテーマに、市民と市職員が共に考える研修会を開催しました。特別講演では、弁護士・防災士の永野海氏に「避災(災害を避け命を守る)」と「共災(共に生活を再建する)」の重要性をご説明いただきました。後半のパネルディスカッションでは、学校での「引き渡さない勇氣」や「市民に寄り添う生活再建」について実務的な意見交換が行われ、災害時の対応と共助の大切さを共有しました。

ALFALINK尼崎 まちびらきフェスタ(5月31日)



ブース出展

ALFALINK尼崎で「まちびらきフェスタ」が開催されました。

このイベントは、周辺住民にALFALINK尼崎の機能(雇用の創出、防災拠点、子育て支援、地域共生の取り組み)を周知し、今後のスムーズな物件運営、雇用促進につなげる目的で企画されたものです。

災害対策課からは、子ども向けクイズやパズル、非常用持出品の展示等のブース出展を行いました。