防災マップ

まずは「マップの見かた」を見てみよう！

1 : 15,000

▶マップの見かた ①～⑥を確認して、災害に備えましょう。

① まずは、自宅を探しましょう。

② A洪水浸水想定区域を見て、自宅周辺の浸水の危険・土砂災害の危険について確認しましょう。

③ B地域防災拠点 の表示で、★ になっているところは、風水害時に周囲より不陸があり自宅垂直避難所です。近い場所を確認しましょう。

④ 地震に伴う大火災が発生したときに避難する C広域避難場所 や 火災の延焼方向を避けられるように、近隣で2つ以上確認しましょう。

⑤ 自宅がある「地域防災拠点区域」の中で B地域防災拠点 を探しましょう。あなたの地震の際の避難所です。物資や様々な情報も集まる場所です。

⑥ 🚻・🚻 災害時給水所は、災害時、断水した際に給水できる場所です。自宅から一番近い場所を探しましょう。

② 浸水・土砂災害

自宅周辺の危険性は ＿＿＿＿ 災害

③ 風水害時の避難場所 ※必ず開設されるわけではありません。開設状況はHPで確認してください。

風水害時の避難場所は ＿＿＿＿

④ 広域避難場所

大火災の避難は ＿＿＿＿ ・ ＿＿＿＿

⑤ 地域防災拠点

地震の際の避難所は ＿＿＿＿

⑥ 災害時給水所

近くの災害時給水場所は ＿＿＿＿

⑦ F防災情報収集ページ を見て、災害時の情報収集方法や家族との連絡手段・集合場所を決めましょう。

⑧ 最後に、G災害時に必要なもの を確認して、自宅で住宅避難できるための準備をしてください。準備ができているものにはがを塗りましょう。

確認出来たら、右の表に記入しましょう。

家族とは ＿＿＿＿ で連絡し ＿＿＿＿ に集合

▶凡例

地域防災拠点（指定避難所）：災害によって、家が倒壊して住む場所がなくなった場合などに、一定期間避難生活を送る場所です。防災備蓄庫が設置されていて、食料や資機材が備蓄されています。

広域避難場所：地震に伴う大火災が発生したときに、熱や煙から生命や身体を守るために一時的に避難する場所です。

災害時給水所（緊急給水栓：区内16箇所）：発災後、水道用電力喪失後設置される給水設置し、概ね4日以内から水を供給することができます。給水可能となった時点で、のぼりをたてて誰にでもお知らせします。

災害時給水所（災害用地下給水タンク：区内9箇所）：発災直後から市民の場合まで「共助」により仮設の蛇口を設置し、手動ポンプにより給水することができます。

区役所代替施設：区庁舎が機能しない状況は分でない場合の代替施設です。

ボランティアセンター：市民発生時に、被災者や被災地支援を行うための活動拠点です。

補完施設：あらかじめ震災時における用途を特定せず、柔軟に活用する施設です。

災害用バキュートイレ：地域防災拠点の等に整備を進めている以外下水道に直結した仮設トイレです。仮設トイレは洋式を採用し、使用の際に直接下水道に流すことができ衛生的です。

帰宅困難者一時滞在施設：地震等により鉄道機関等の運行が停止した場合、再開までの間、帰宅困難者を一時的に受け入れ、休憩場所等を提供する施設です。

福 福祉避難所：地域防災拠点の2避難生活が困難な高齢者や障害者などの要援護者は、福祉避難所として設定されている社会福祉施設等で受け入れを行います。福祉避難所への設け入れは、協議の要性の高い方を優先して区本部長が決定します。

消 消防団器具置場：災害活動に使用するチェーンソーやスコップなどの資機材や可搬式小型動力ポンプを保管して消防車を区域し、消防活動の拠点となる場所です。

物 物資配給点：救援物資の受入れ、仕分整理、配送をするための施設です。

広 広域応援活動拠点：応援隊が被災地で円滑に活動・救出活動を行うための活動拠点です。

代 区役所代替施設：区庁舎が機能しない状況は分でない場合の代替施設です。

補 補完施設：あらかじめ震災時における用途を特定せず、柔軟に活用する施設です。

帰 帰宅困難者一時滞在施設：地震等により鉄道機関等の運行が停止した場合、再開までの間、帰宅困難者を一時的に受け入れ、休憩場所等を提供する施設です。

自治会区域

地域防災拠点区域

区役所（区災害対策本部）

消防署

消防出張所

警察署

交番

病院

学校

配水池

遺体安置所

ヘリコプター緊急離着陸場

アンダーパス

防災スピーカー

A 洪水浸水想定区域（想定最大規模）

想定最大規模とは、「想定し得る最大規模の降雨」による公表を指規として実施したものです。

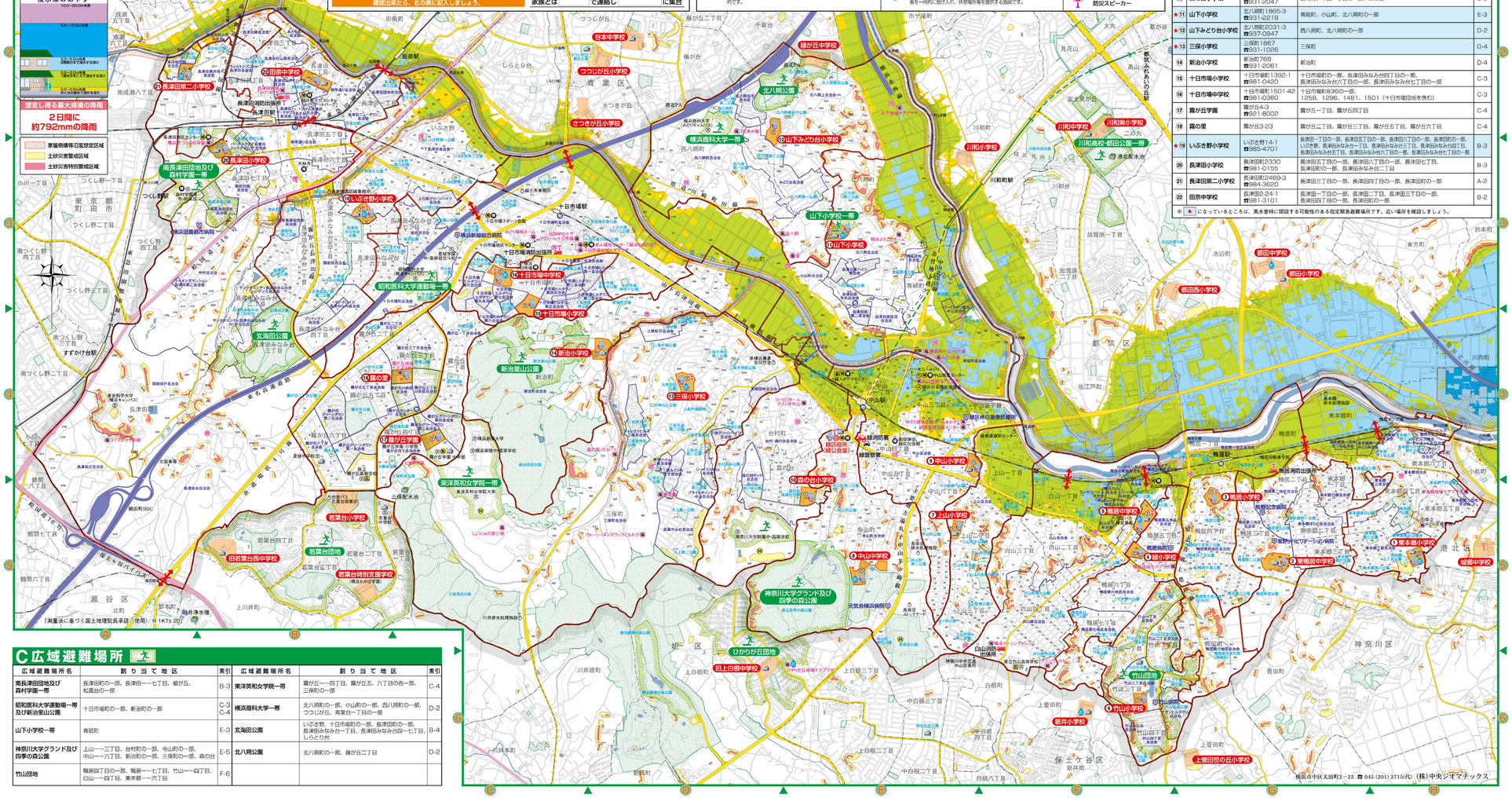
浸水深のめやす

10.0～20.0m未満	
5.0～10.0m未満	
3.0～5.0m未満	2階建ての2階の床面を浸水する深さ
1.0～3.0m未満	1階建ての2階の床面を浸水する深さ
0.5～1.0m未満	成人の腰まで浸かる深さ
0.5m未満	

想定し得る最大規模の降雨

2日間に約792mmの降雨

- 家屋倒壊等氾濫想定区域
- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域



B 地域防災拠点（指定避難所）

該当する自治会区の区域は、区HPで確認してください。避難の際、自治会への加入・未加入は関係ありません。

		拠点名	所在地・電話番号	町名	索引
★①	1	東本郷小学校	東本郷5-40-1 ☎472-5766	東本郷一丁目の一部、東本郷二丁目の一部、東本郷三丁目の一部、東本郷四丁目の一部、東本郷五・六丁目、東本郷町	H-5
②	2	東鴨居中学校	鴨居3-39-1 ☎931-7398	鴨居二丁目、鴨居三丁目、東本郷一丁目の一部、東本郷二丁目の一部、東本郷三丁目の一部、東本郷四丁目の一部、鴨居町の一部	G-5
③	3	鴨居小学校	鴨居4-7-15 ☎931-2062	鴨居一丁目、鴨居四丁目、鴨居町の一部	G-5
★④	4	緑小学校	鴨居5-19-1 ☎932-6262	鴨居五～七丁目、鴨居町の一部	F-5
★⑤	5	鴨居中学校	鴨居5-26-35 ☎934-3871	白山一～四丁目	F-5
⑥	6	竹山小学校	竹山3-1-16 ☎932-6394	竹山一～四丁目	F-6
⑦	7	上山小学校	上山2-5-1 ☎933-5501	上山一～三丁目	E-5
⑧	8	中山中学校	寺山町653-21 ☎931-0108	寺山町	E-5
★⑨	9	中山小学校	中山4-16-1 ☎931-8660	中山一丁目の一部、中山二～六丁目	E-4
⑩	10	森の台小学校	森の台13-1 ☎931-2047	台村町、中山一丁目の一部、森の台	E-5
★⑪	11	山下小学校	北八朔町1865-3 ☎931-2219	青葉町、小山町、北八朔町の一部	E-3
★⑫	12	山下みどり台小学校	北八朔町2031-3 ☎937-0347	西八朔町、北八朔町の一部	D-2
★⑬ | 13 | 深谷小学校 | 深谷町1867
☎931-1026 | 深谷町 | D-4 |
⑭ | 14 | 新治小学校 | 新治町768
☎931-2061 | 新治町 | D-4 |
⑮ | 15 | 十日市場小学校 | 十日市場町1392-1
☎981-0420 | 十日市場町の一部、長津田みなみ台四丁目の一部、長津田みなみ台六丁目の一部、長津田みなみ台七丁目の一部 | C-3 |
⑯ | 16 | 十日市場中学校 | 十日市場町1501-42
☎981-0360 | 十日市場町1501-42、1258、1296、1481、1501（十日市場団地を含む） | C-3 |
⑰ | 17 | 霞が丘学園 | 霞が丘4-3
☎981-8002 | 霞が丘一丁目、霞が丘四丁目 | C-4 |
⑱ | 18 | 霞の里 | 霞が丘3-23 | 霞が丘二丁目、霞が丘三丁目、霞が丘五丁目、霞が丘六丁目 | C-4 |
★⑲ | 19 | いぶき野小学校 | いぶき野14-1
☎985-4701 | 長津田一丁目の一部、長津田五丁目の一部、長津田六丁目の一部、長津田七丁目の一部、長津田みなみ台一丁目、長津田みなみ台三丁目、長津田みなみ台四丁目、長津田みなみ台五丁目、長津田みなみ台六丁目の一部、長津田みなみ台七丁目の一部 | B-3 |
⑳ | 20 | 長津田小学校 | 長津田町2330
☎981-0155 | 長津田五丁目の一部、長津田六丁目の一部、長津田七丁目、長津田町の一部、長津田みなみ台二丁目 | B-3 |
㉑ | 21 | 長津田第二小学校 | 長津田町2489-3
☎984-3620 | 長津田三丁目の一部、長津田四丁目の一部、長津田町の一部 | A-2 |
㉒ | 22 | 田奈中学校 | 長津田2-24-1
☎981-3101 | 長津田一丁目の一部、長津田二丁目、長津田三丁目の一部、長津田四丁目の一部、長津田町の一部 | B-2 |

※ ★ になっているところは、風水害時に開設する可能性のある指定緊急避難場所です。近い場所を確認しましょう。

C 広域避難場所

広域避難場所名	割り当て地区	索引	広域避難場所名	割り当て地区	索引
南長津田団地及び森村学園一帯	長津田町の一部、長津田一～七丁目、椛が丘、松風台の一部	B-3	東洋英和女学院一帯	霞が丘一～四丁目、霞が丘五、六丁目の各一部、三保町の一部	C-4
昭和医科大学運動場一帯及び新治里山公園	十日市場町の一部、新治町の一部	C-3 C-4	横浜商科大学一帯	北八朔町の一部、小山町の一部、西八朔町の一部、つつじが丘、青葉台一丁目の一部	D-2
山下小学校一帯	青葉町	E-3	玄場田公園	いぶき野、十日市場町の一部、長津田町の一部、長津田みなみ台一～七丁目、長津田みなみ台七丁目、しらとり台	B-4
神奈川大学グランド及び四季の森公園	上山一～三丁目、台村町の一部、寺山町の一部、中山一～六丁目、新治町の一部、三保町の一部、森の台	E-5	北八朔公園	北八朔町の一部、藤が丘二丁目	D-2
竹山団地	鴨居四丁目の一部、鴨居一～七丁目、竹山一～四丁目、白山一～四丁目、東本郷一～六丁目	F-6			

D 地震の時の避難

地震発生!!

地震から身を守る

すぐ行動…その場にあった身の安全
- 頭をかる
- テーブルの下にもぐる

揺れがおさまったら…被害を最小限におさめるための行動
- 出口の確保
- すばやく火の始末
- 隣近所の助け合い
- 正確な情報を入手する

自宅にとどまる

自宅建物が火災や倒壊の危険がないときは、あえて避難の必要はありません（状況に応じて行動してください）

自宅建物の被害等がなく生活できるときは

自宅では危険なときは

自宅建物の被害等がなく生活できるときは

近くの公園・空き地（いっとき避難場所）

予め、自治会など、地域で決めておきます。

避難する際には

1. 車は使わず、走らずに必ず歩いて避難しましょう。
2. せまい路地、がけ下、川べりはさけましょう。
3. 家を出るときはガスの元栓を締め、電気のブレーカーをOFFにし、窓やドアを締め、施錠をします。
4. 服装は動きやすいもので、持ち物は最小限にまとめ、携帯品は必要品のみにして、背負うようにします。

自宅建物の被害等があり生活できないときは

火災がせまってきたら

地域防災拠点（指定避難所）

※横浜市では災害対策基本法に基づき、地域防災拠点である市内の小中学校等459が所を「指定避難所」として指定しています。

家屋の倒壊などにより自宅で生活できない方が一定期間避難生活を送る場所です。

区内の市立小・中学校等22カ所を指定しています。地域防災拠点には、防災備蓄庫を設置し、食糧や防災資機材を備蓄しています。また、家族や知人の安否情報などの情報受伝達の拠点となります。地域防災拠点の運営は、地域の皆さんを中心に行い、学校、行政が支援します。

大火災がせまってきたら

火災がおさまったら

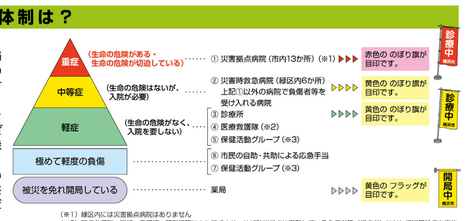
広域避難場所

地震に伴う大火災が多発し、炎上拡大した場合、その輻射熱や煙から生命・身体を守るために一時的に避難する場所です。

E 震災時の医療体制は？

震災時に被災を免れ、診療・開局が可能な医療機関・薬局は、「診療中」や「開局中」ののぼり旗を掲げ、診療・調剤することとしています。緊急度・重症度に応じて、医療機関を選択・受診してください。いざという時に備え、近くの医療機関を調べておきましょう。

医師の診療を必要としない極めて軽度の負傷は、自助・共助による応急手当を行ってください。



（※1）緑区内には災害拠点病院はありません
（※2）医療救護隊：医師、看護師、薬剤師等により編成され、地域防災拠点に避難している負傷者等（軽症者）に対して巡回診療を実施
（※3）保健活動グループ：保健師等により編成され、避難所や在宅の巡回健康調査等を実施

近くの医療機関を探すときはこちら

▶横浜市ホームページ

「横浜市内の病院・一般診療所・歯科診療所名簿」

市内医療機関一覧を掲載しています。

▶厚生労働省

「医療情報ネット（ナビイ）」

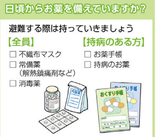
検索エンジンで医療機関を探すことができます。

日頃からお薬を備えていますか？

避難する際は持っていきましょう

【全員】
- □ 不織布マスク
- □ 常備薬（解熱鎮痛剤など）
- □ 消毒薬

【持病のある方】
- □ お薬手帳
- □ 持病のお薬



◎初期消火で被害を抑えよう

初期消火は、火災が発生した際に被害を最小限に抑えるための重要な消火活動です。初期（出火から2～3分以内）に実施することで、高い確率で消火が可能となります。逆に言えば、出火から時間が経過するほど困難になりますので、火が天井まで達する場合はすぐ避難しましょう。

❶火事を知らせる

出火したら大きな声や音で周りの人に知らせ、みんなで協力して、通報と初期消火に努めましょう。火が天井まで燃え広がらないうちに消火器などで消し止めましょう。

❷避難する

火の手が広がったら、自分や家族の安全を確保して、速やかに避難しましょう。

消火器の使い方

3つのステップで覚えましょう。噴射の際は、火の根本をねらって、手前からほうきで掃くように消火剤を噴射します。

①安全栓を引き抜く　②ノズルを火元に向ける　③レバーを強くにぎる

消火器のみではなく、浴槽に水を溜めておくと消火に役立ちます。

▼消火器の使い方（動画）

スタンドパイプ式初期消火器具

大規模地震時に地域で発生した火災の拡大をふせぐために、地域住民の協力により初期消火活動を行うための器具です。消防車が入れないところで使います。

消火栓にホースを接続して放水します。

▼初期消火器具の使い方（動画）

F 防災情報収集ページ

横浜市防災情報 E メール

地震震度情報、気象警報、注意報等を始めとする防災情報をEメールで配信するサービス。スマートフォン等で活用することにより、防災情報をいち早く入手することができます。二次元コードを読み取り、空メールを送信することで登録手続きに進めます。

緊急速報メール

気象庁が配信する「緊急地震速報」「津波警報」、国・地方公共団体が配信する「災害・避難情報」などを、一定のエリアに存在する携帯電話等に一斉に配信するサービスです。回線混雑の影響を受けずに無料で受信できます。

救急受診ガイド

急な病気やけがが発生した際に、救急外来を受信すべきか、他の医療機関や対応を検討すべきかを判断するための指針を提供するサービスです。

横浜市避難ナビ

横浜市が提供する防災アプリです。一人ひとりの避難行動を平時から災害時まで一体的にサポートするアプリです。ARを活用した浸水時の疑似体験、ハザードマップや避難所の確認、今いる場所の危険性を自動判定し、マイ・タイムラインの作成ができます。

◀iPhone はこちら　◀android はこちら

チェック!!

「災害用伝言ダイヤル」を活用しましょう

家族の安否が不安。そんなもしものときには、知ってて安心「171」。171をダイヤルし、ガイダンスに沿って伝言を録音したり、聞いたりしてください。

NTT東日本 災害用伝言ダイヤル　https://www.ntt-east.co.jp/saigai/

G 災害時に必要なもの －備蓄する量の目安は最低３日分、できれば１週間分－

災害発生時は物資の入手が困難になります。家族構成を考えて、必要な備蓄をしておきましょう。

飲料水・食料品

□飲料水
1人1日3ℓが目安です。

□食料品
クラッカー、缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品など調理せずに食べられるものなどがあります。

□ミルク、離乳食、介護食
家族構成に応じて、必要な備蓄は違う事があります。

こんな備蓄も必要かも・・・？
おむつ、補助具、非常電源、食物アレルギーや病態（糖尿病・腎臓病など）に合わせた食品、普段から処方されているお薬　など

日用品・生活用品

□トイレパック
1人1日5個が目安です。
（1人あたりの1日の平均排泄回数は5回と言われています。）

□懐中電灯・ランタン

□救急医薬品・常備薬

□タオル系

□生理用品

ローリングストック

食料等を多めに買い備え、備えたものを順番に使用しながら、新たなものを買い足していく方法です。

風水害時の避難

※ 記載しているのは令和8年3月現在の情報です。
※ 令和8年5月下旬（予定）より気象の警報などが大きく変わります。詳しくは気象庁のホームページをご覧ください。

気象情報・避難情報等

警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3 高齢者等避難	警戒レベル4 避難指示	警戒レベル5 緊急安全確保
災害への心構えを高める	避難行動の確認	危険な場所から避難に時間を要する人は避難	危険な場所から安全な場所へ	命を守る最善の行動
(例) 大雨になりそう	(例) 大雨注意報 洪水注意報	(例) 大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	(例) 土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	(例) 大雨特別警報

高齢者等は避難！　全員避難！　【河川氾濫】 堤防決壊！ 家屋倒壊！

避難場所 原則、行政による避難情報※の発令に伴い、避難場所を開設します。 ※ 高齢者等避難、避難指示 等

避難行動について

天候や水位の急変時には、高齢者等避難を経ずに避難指示を発令することがあります。

※気象情報、水位情報が乗表されたことと区例人表ちに横浜市から避難指示が発令されるわけではありません。

※記載しているのは令和8年3月現在の情報です。
※令和8年5月下旬（予定）より気象の警報などが大きく変わります。

警戒レベル	発令者・発表元	とるべき行動	避難情報（横浜市）	気象情報（気象庁）【警戒レベル相当情報】	水位情報（神奈川県）	避難情報の発表の基準となる水位（イメージ）
警戒レベル5	横浜市	命の危険 直ちに安全確保！ ●既に災害が発生しており、命を守るための最善の行動をとる。	緊急安全確保	大雨特別警報 等	氾濫発生情報	（河川側）氾濫危険水位
警戒レベル4	横浜市	危険な場所から全員避難 ●直ちに身の安全を確保できる場所へ避難する。 ●避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難する。	避難指示	土砂災害警戒情報 等	氾濫危険情報	
警戒レベル3	横浜市	危険な場所から高齢者等は避難 ●避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難場所へ避難を開始する。 ●その他の人は、家族などと連絡、持ち出し品の用意など、避難の準備を開始するとともに、危険だと思ったら早めに避難する。	高齢者等避難	・大雨警報（土砂災害・浸水害） ・洪水警報 等	氾濫警戒情報	避難判断水位

避難のサイン

がけ崩れの前兆現象
- 小石がパラパラ落下
- 斜面に湧水が発生
- 斜面に亀裂が発生

こんな前兆現象や避難指示の発令などがあったら

避難行動（早めに行動！！）

安全な場所へ避難
（避難場所、近くの高台、土砂災害警戒区域外の親戚の家など）

立ち退き避難

頑丈な建物の２階以上または、近隣の高い建物へ避難

垂直避難

建物内の安全な場所で待避
（夜間や危険が差し迫っている場合など、屋外へ避難するとかえって危険な場合）

屋内退避（台風の反対側）

横浜市中区太田町2－22. ☎ 045 (201) 2715(代) (株)中央シオマチックス