

■ 台風が接近しているときに確認する避難情報・防災気象情報

○ 事前に登録しておきましょう！

北区メールマガジン 登録すると、メールまたは北区公式 LINE で、北区が発令する避難情報や気象庁などが発表する防災気象情報が配信されます。		
北区防災アプリ Android 用	 iOS 用	東京都防災アプリ Android
		 iOS

○ 北区防災ポータル・サイト

防災に関する情報を集約したポータルサイトです。発令中の避難情報、開設中の避難所、避難所の混雑状況など、あらゆる防災情報をこちらで確認できます。 ※いざというときにすぐにアクセスできるよう、ブックマークへの登録をおすすめします。	
--	--

○ 土砂災害の危険度を確認！

気象庁から「レベル3土砂災害警報」が発表されたら、東京都土砂災害危険度情報などを活用して、現在いる場所の土砂災害の危険度を定期的に確認してください。	
--	--

○ 川の水位を確認！

大雨が降り続き、川の水位が上がってきた場合は、河川の水位を定期的に確認してください。

荒川 (Yahoo!天気・災害)	石神井川 (Yahoo!天気・災害)	新河岸川 (Yahoo!天気・災害)	東京都 水防災 総合情報システム	国土交通省 川の防災情報

○ 防災行政無線（屋外スピーカー）

放送内容を電話で再確認できます。 0120-061-724（通話料は無料）

○ 地上デジタルテレビのデータ放送

テレビのリモコンで「d」ボタンを押すと、気象・災害・河川情報などを確認できます。

保存版

東京都北区 令和8年5月版

マイ・タイムライン作成シート

北区内には、荒川や石神井川などの河川が流れており、がけ崩れが発生するおそれのある危険な場所も存在します。台風の接近や大雨の際には、河川の氾濫や土砂災害の危険性があります。

台風が近づいているときに、水害・土砂災害から自分や家族のいのちを守るため、あわてずに適切な避難行動がとれるよう、事前にマイ・タイムライン（わが家の避難計画）を作成しましょう。

■ ご自宅の災害リスクを確認しましょう

ハザードマップで、河川ごとに水害リスク及び土砂災害リスクを確認し、該当する箇所にチェックを入れてください。

河川名称		荒川	石神井川	隅田川・新河岸川 ・神田川	土砂災害 (がけ崩れ)
水害の種類		■ 外水氾濫	☐ 外水氾濫 ☐ 内水氾濫	☐ 外水氾濫 ☐ 内水氾濫	
想定される 浸水深	(目安) 3階	☐ 10m以上 ☐ 5m～10m	☐ 5m以上	☐ 5m以上	☐ 特別警戒区域 (レッドゾーン) ☐ 警戒区域 (イエローゾーン) ☐ 土砂災害の 危険はない
	2階	☐ 3m～5m	☐ 3m～5m	☐ 3m～5m	
	1階	☐ 0.5m～3m ☐ 0.5m未満	☐ 1m～3m ☐ 0.5m～1m ☐ 0.1m～0.5m	☐ 1m～3m ☐ 0.5m～1m ☐ 0.1m～0.5m	
		☐ 浸水しない	☐ 浸水しない	☐ 浸水しない	
浸水継続時間 (水深0.5m以上の 状態が続く時間)		☐ 2週間以上 ☐ 1週間～2週間未満 ☐ 3日～1週間未満 ☐ 1日～3日未満 ☐ 12時間～1日未満 ☐ 12時間未満	☐ 2週間以上 ☐ 1日～3日未満 ☐ 12時間～1日未満 ☐ 12時間未満	☐ 1日～3日未満 ☐ 12時間～1日未満 ☐ 12時間未満	
家屋倒壊等 氾濫想定区域		☐ 該当 ☐ 非該当	☐ 該当 ☐ 非該当	☐ 該当 ☐ 非該当	

赤字にチェックが入っているときは、**自宅から安全な場所へ「立退き避難」**します。

青字にチェックが入っているときは、**自宅で安全を確保**することも可能です。

■ 荒川氾濫時の避難の基本方針（令和7年4月改定）

原則として立退き避難が推奨されます。ただし、緑字にチェックが入っている「浸水継続時間が3日未満の地域」では、想定される浸水深よりも高い場所に浸水しない居室があり、かつ十分な備蓄などの準備をしている場合に限り、「屋内安全確保」（垂直避難）を選択することもできます。

なお、周囲が浸水継続時間3日以上地域に囲まれている場合は、「立退き避難」を行ってください。

■ 荒川氾濫を想定した場合の区の主な動きと地域住民の避難行動のポイント

荒川氾濫までの目安時間	約5日前：120時間前程度	約2日前：48時間前程度	約1日前：24時間前程度	氾濫危機	氾濫発生
警戒レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
北区が発令する避難情報			高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
北区の行動	○ 台風への注意喚起、自主避難の呼びかけなど ○ 避難場所の開設予定をお知らせ ※情報収集先は、裏面をご覧ください。		「高台水害対応避難場所」を開設 ※荒川氾濫による浸水が想定されている 低地部の小中学校は開設されません。		
Point 地域住民の 避難行動のポイント	(警報級の大雨が予想されているとき) 避難行動を確認し、早めに必要な準備を始めましょう。	(避難場所開設予定が発表されたとき) 高台地域に「避難場所」を開設します。 知人や親戚の家への「縁故避難」も併せてご検討ください。	(北区が高齢者等避難を発令したとき) 高台の避難場所は、開設されています。 いつでも避難できますが、知人や親戚の家への「縁故避難」など分散避難にもご協力ください。	(北区が避難指示を発令したとき) 浸水する恐れがある地域にいる人は、全員高台に避難を始めます。 高台に避難を始める、最後のタイミングです。	洪水がすでに発生している可能性があります。 緊急安全確保の発令を待たずに、高台へ避難を。

※このタイムラインが示す時間軸や避難情報を発令するタイミングなどは、あくまで目安であり、実際の気象状況などによって異なる場合があります。

■ 台風が近づいているときの避難行動！ あなたが行う防災行動に、☒ チェックを入れるか ■ 塗りつぶしましょう。 ※すでに塗りつぶされている行動は、ぜひ実践して欲しい行動です。

どこに避難する？ (避難先の候補)	☐ 親戚・知人宅（ ）※避難先の災害リスクを確認！ ☐ 自宅に留まる（在宅避難又は屋内安全確保）※いざという時の避難先も決めておきましょう。 ☐ 高台水害対応避難場所（ ※荒川の氾濫を想定） ☐ その他（ ※ホテル・旅館等の宿泊施設の利用など）				
警戒レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
いつ避難をはじめる？ (避難開始のタイミング)	☐ 避難開始（遠くの親族・知人宅に避難するなど避難に長時間かかる場合）		☐ 避難開始（避難に時間がかかる場合）	☐ 避難開始（全員避難開始）	警戒レベル5を 待つことなく避難開始！
台風接近！なにをする？ (私と家族の避難行動)	■ 台風情報をこまめに確認 ■ 避難に備えて準備開始 ■ 作成したタイムラインの確認 ■ ハザードマップで避難経路の確認 ■ 携帯電話・バッテリーの充電 ■ 強風で飛ばされそうなものは固定 するかまたは室内へ移動する ☐ 持ち出し品の準備・点検 ☐ （ ）の常用薬の確認 ☐ 避難先（ ）へ連絡 ☐ 在宅避難に向けた準備・点検 ☐	■ 台風情報をこまめに確認 ■ 開設される避難場所を確認 ☐ 公共交通機関（電車・バス）の 計画運休を確認 ☐ ☐ ※区が開設する避難場所では、水・食料 の配布は原則行いません。必要なもの は避難者ご自身で持参します。	■ 台風情報をこまめに確認 ■ 開設されている避難場所を確認 ※荒川の氾濫が予想されるときは「高台 水害対応避難場所」のみ開設されます。 ■ 暗くなる前に早めの避難を決断！ ☐ 河川の水位情報を確認 ☐ ☐	☐ 避難完了を（ ）へ連絡 ☐ ☐ 避難後は、台風が過ぎ去り雨・風が収まった後も 避難情報が解除されるまでは避難を続けてください。	■ いのちを守る 最善の行動を！
台風接近！なにをする？ (地域の防災行動)	☐ ☐ ☐	☐ 大切な人や隣近所の人と、台風 接 近に備えて情報交換 ☐	☐ 隣近所の人に避難の呼びかけ ☐ 知人の要配慮者の避難支援 ☐	☐ 避難場所での運営のお手伝い ☐ ☐	自分の命を守ることを 最優先に行動！