

非常持出品・備蓄品

非常持出品を準備しておきましょう

すぐに避難できるように最低限必要なものも非常持出品として準備しておきましょう。非常持出品には、両手の空くリュックサックが便利です。重すぎないかどうか、背負ってみましょう。

非常持出品（リュックサックなど）に入れておくもの

飲料水 500mlペットボトル(3本程度) ※重くなりやすいので最低限	非常食 賞味期間が長く、調理せずに食べられるもの	貴重品 現金(公衆電話利用に10円玉・硬貨、印鑑・運転免許証・免許証の写し)	救急用品・医療 清消毒薬や包帯、三角巾など
--	------------------------------------	--	---------------------------------

その他

ホイッスル(笛)	ヘルメット、防災ずきん	底の丈夫な靴	携帯電話のモバイルバッテリー
厚手の手袋(軍手)	雨具、防寒具、保温シート	衣類(上着・下着・靴下)	クエットティッシュ
携帯用カイロ	懐中電灯+予備電池	懐中電灯+予備電池	筆記用具
ビニール袋	タオル、ハンカチ	携帯用トイレ	ローソク、ライター
衛生用品・マスク	簡易食器(割り箸、紙皿)	ティッシュペーパー	石鹸、ドライシャンプー
携帯ナイフ・缶切り	生理用品	歯磨きセット	家族やペットの写真

家族構成や世帯事情に応じて必要なもの

乳幼児 離乳食、粉ミルク、液体ミルク、おむつ、おしりふきなど	妊婦 母子健康手帳、脱脂綿、ガーゼ、新生児用品など	高齢者 お薬ケース、入れ歯、介護食、大人用おむつなど	疾患のある方 主治医連絡先、持病薬、お薬手帳など	ペット リード、ケージ、トイレ用品、ペットフードなど	その他 メガネ、コンタクトレンズ、補聴器など
--	-------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	--------------------------------------	----------------------------------

備蓄品を準備しておきましょう

災害発生から数日は、普段通りに買い物ができることが考えられますので、自分や家族の生活必需品を日頃から十分準備しておくことで安心です。

非常用備蓄品

日頃の買い置き	保存性のよい食料や水を買置きし、消費したら買い足す(ローリングストック方式)	ローリングストック方式 賞味期限切れになってしまいうちに消費する、経済的な方法です。
7日分以上の食料	水を加えて食べられる米(アルファ化米)、缶詰、乾パン、インスタント・レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど	
7日分以上の飲料水	大人1人当たり1日3リットル	
トイレ用品	簡易トイレ、汚物保管用容器、トイレ袋、トイレトペーパー	
燃料	カセットコンロ、ガスボンベ、固形燃料	
毛布・寝袋	食品用ラップフィルム	ポリタンク

いつも食べてるものだから、もしものときに元気が出るね!

避難所について

洪水・土砂災害のおそれがあるときに開設される避難所

洪水・土砂災害ハザードマップで場所や名称、開設の順番などを確認しましょう 6・7面参照

その他の避難所

大災害時には、原則No.①～⑩の全ての避難所が開設されます。洪水・土砂災害ハザードマップで場所を確認しましょう 6・7面参照

No.	避難所名	所在地	ペット利用
1	西宮浜小学校	西宮浜4丁目3番12号	○
2	高須小学校	高須町1丁目1番41号	○
3	鳴尾小学校	鳴尾町5丁目4番6号	○
4	鳴尾東小学校	笠原町30番50号	○
5	甲子園浜小学校	古川町1番65号	○
6	南甲子園小学校	南甲子園3丁目9番16号	○
7	用海小学校	用海町3番54号	○
8	浜脇小学校	浜脇町5番48号	○
9	香植園小学校	中浜町3番32号	○
10	県立西宮香風高等学校	建石町7番43号	○

地震等 地震等の大災害時に開設

No.	避難所名	所在地	ペット利用
1	西宮浜中学校	西宮浜4丁目2番31号	○
2	西宮浜公民館	西宮浜4丁目13番1号	○
3	県立西宮南高等学校	高須町2丁目1番43号	○
4	高須小学校	高須町2丁目1番44号	○
5	高須中学校	高須町2丁目1番48号	○
6	高須公民館	高須町2丁目1番35号	○
7	鳴尾中学校	甲子園八番町1番26号	○
8	浜甲子園中学校	古川町2番60号	○
9	市立西宮東高等学校	古川町1番12号	○
10	鳴尾公民館	鳴尾町1丁目8番2号	○
11	鳴尾東公民館	東鳴尾町1丁目9番1号	○
12	鳴尾体育館	上田町4番43号	○
13	浜甲子園センター	榎川町19番10号	○
14	鳴尾センター	笠原町19番1号	○
15	小松小学校	小松町1丁目3番59号	○

避難所へ避難する際の注意点

注意点 1 自宅に近い開設される避難所を確認

避難所は災害の種類や状況によって、開設されるタイミングや場所が異なります。自宅の近くなどの避難しようと思う避難所などの災害で開設されるか確認しておきましょう。

注意点 2 食料、飲料水、衣類など最低限必要なものを準備・持参

避難所の備蓄品には限りがあります。また、家族構成や世帯の事情等に応じて、必要なものが異なります。数日間を避難所で過ごすために最低限必要なものは各自で持参しましょう。

注意点 3 避難経路の安全を確認

大雨の中や浸水している経路を通って避難することは危険です。避難経路の安全を十分に確認し、避難を開始しましょう。

ペット(動物)のための防災

● 鑑札、迷子札、写真を用意しておきましょう
大切な犬や猫が迷子にならないために、日頃から鑑札や名札、マイクロチップなど飼い主を捜す手がかりになるものをつけておくことが大事です。

● ペットフードや水、トイレ用品を用意しておきましょう
避難所へペットと一緒に避難する場合は、人とペットのスペースは別になり、ペットの世話には飼い主の責任になります。ペットのための防災用品を備えましょう。

● 避難所ではペットケージ、リード、ハーネスを!
動物が苦手な人、アレルギーの人もいます。お互いに気持ちよく過ごすために、マナーを守りましょう。

福祉避難所とは?

一般の避難所では生活が困難な、高齢者や障害のある方など、避難生活において、特別な配慮を要する方を受入れるために開設する避難所です。なお、福祉避難所は開設に向けた準備が必要となるため、災害発生直後から要配慮者を受け入れることはできません。まずは一般の避難所(学校など)へ避難してください。

詳しくは、市のホームページで「福祉避難所」と検索

ペット利用について

○ 対応可 △ 適宜対応 × 対応不可
△の避難所については、避難所にペットとともに避難される際は、0798-35-3456(災害時のみ使用)に連絡願います
※人とペットのスペースは別(原則屋外)になります

No.	避難所名	所在地	ペット利用	No.	避難所名	所在地	ペット利用
17	学文公民館	学文殿町2丁目4番24号	○	33	安井市民館	安井町2番4号	○
18	八ツ松市民館	甲子園六番町11番12号	△	34	広田山荘	大社町7番17号	○
19	小松センター	小松北町2丁目4番1号	○	35	中央体育館	河原町1番16号	○
20	西宮養護学校	甲子園春風町2番29号	○	36	上ヶ原中学校	上ヶ原九番町2番107号	○
21	春風公民館	甲子園春風町2番21号	○	37	市立西宮高等学校	高須町14番117号	○
22	甲子園公民館	甲子園6丁目6番20号	×	38	能登運動場	能登町14番26号	○
23	上甲子園センター	甲子園3丁目9番3号	○	39	甲東小学校	神原町3番33号	○
24	瓦林公園センター	上甲子園3丁目7番4号	×	40	甲東公民館	上甲東町2丁目11番60号	○
25	真砂中学校	今津真砂町1番10号	○	41	段上小学校	段上町7丁目5番21号	○
26	今津中学校	今津二丁目5番15号	○	42	段上公民館	段上町2丁目10番3号	○
27	今津公民館	今津水波町9番28号	○	43	段上センター	段上町2丁目10番23号	×
28	用海公民館	石在町10番21号	○	44	甲武体育館	上太市5丁目15番25号	○
29	網引市民館	甲子園網引7番1号	△	45	甲陽国民館	甲陽園本町1番75号	○
30	今津南市民館	今津津在家町10番5号	×	46	苦楽園小学校	苦楽園二番町18番12号	○
31	大園市民館	津門大園町7番29号	×	47	柏堂市民館	柏堂町13番16号	○
32	今津体育館	今津真砂町1番4号	○	48	北夙川体育館	穂之池町11番33号	○
33	浜脇中学校	宮前町3番5号	○	49	夙川公民館	羽衣町1番39号	○
34	夙東市民館	川原町10番30号	△	50	夙川西市民館	大谷町3番50号	○
35	市庭市民館	市庭町7番13号	○	51	船坂里山学校	山口町船坂2103番地2	○
36	浜脇公民館	浜脇町5番14号	○	52	市民交流センター	高松町20番20号	○
37	瓦木小学校	大塚町10番20号	○	53	県立西宮高等学校	上甲東町2丁目4番32号	○
38	深津小学校	深津町5番22号	○	54	県立西宮北高等学校	苦楽園二番町16番80号	○
39	北甲子園公民館	松原町5番12号	△	55	県立西宮甲山高等学校	鷲林寺割台10番	○
40	高木公民館	高木東町15番10号	△	56	県立鳴尾高等学校	学文殿町2丁目1番60号	○
41	高木センター	伏原町1番58号	○	57	県立西宮今津高等学校	浜甲子園4丁目1番5号	○
42	北瓦木センター	上之町24番40号	△	58	香植園市民館分館	屋敷町12番1号	△
43	中央公民館	高松町4番8号	×	59	高木市民館	高木東町34番8号	△
44	若竹公民館	高松町15番12号	○	60	高木北小学校	薬師町7番5号	○
45	平木市民館	大塚町1番35号	○	61	浜甲子園体育館	榎川町20番	○
46	中央体育館分館	神原町2番6号	○	62	香植園市民センター	川西町4番5号	△
47	神原小学校	神原12番62号	○				
48	安井小学校	安井町1番25号	○				
49	六軒市民館	大社町12番26号	○				
50	神原公民館	神原6番11号	○				
51	大社公民館	柳木町1番37号	○				

西宮市 命を守る防災マップ

保存版 平成31年度版
いざというときの連絡先 0798-35-3456
西宮市災害対策本部(災害時のみ使用)

警察署	西宮警察署 0798-33-0110	津田町3-3
	甲子園警察署 0798-41-0110	甲子園七番町11-14
	西宮市消防局 0798-26-0119	池田町13-3
消防局	西宮消防署 0798-23-0119	津門大塚町1-38
消防署	西宮消防署北夙川分署 0798-74-0119	松風町4-4
	鳴尾消防署 0798-49-0119	古川町2-12
	鳴尾消防署浜分署 0798-22-0119	西宮浜3丁目5
	瓦木消防署 0798-63-0119	高木東町15-11
	瓦木消防署甲東分署 0798-54-0119	上ヶ原一番町1-64
	北消消防署 0797-61-0119	名塩新町7-1
	北消消防署山口分署 078-904-0119	山口町下山口4丁目1-20

ライフライン	水道 西宮市上下水道局 受付時間 0798-32-2201	電話受付センター 平日(8:45~20:00) 0797-61-1703
		土日祝(8:45~17:30) 078-904-2471
	電気 関西電力(株) 受付時間外(宿直室) 0798-32-2271	0800-777-3081
	ガス 大阪ガス(株) 0120-7-19424	0120-7-19424
	電話 NTT西日本 一般電話からは 113	携帯電話・PHSからは 0120-444-113

災害用伝言ダイヤル 171 災害時には電話が繋がりにくくなります。「災害用伝言ダイヤル171」に電話をかけると、伝言の録音や再生ができます。



災害用伝言板 NTT及び携帯電話会社各社が提供する「災害用伝言板」は、災害時インターネット接続が可能な場合に利用できます。

Web 171 (NTT)	ソフトバンク
URL https://www.web171.jp	URL http://dengon.softbank.ne.jp
NTT docomo	au (KDDI)
URL http://dengon.docomo.ne.jp	URL http://dengon.ezweb.ne.jp

※災害用伝言板は、大きな災害が発生したときに提供が開始されます。サービスの詳細については、NTT及び携帯電話会社各社の説明を参照してください。

命を守るための情報収集・避難

ポイント 積極的に情報を収集しよう
災害発生時の危険が高まったときや、災害発生時には、様々な方法で情報が発信されます。(右記を参考) 大切な情報を自ら入手できるよう、普段から確認しておきましょう。

ポイント 状況・情報に応じて命を守る行動を
浸水が浅く、土砂災害の危険性が低いなど自宅等にとまれない地域の方
無理に外に出ない
浸水が深い、土砂災害の危険性が高いなど自宅等にとまれない地域の方
早い段階で避難
避難所へ避難するならば開設状況を確認
被害の可能性の低い地域へ早めに避難しましょう。親戚や知人宅などへの避難も選択肢の1つです。

避難を助ける情報

市は、災害が発生または予想され、市民のみなさんの生命または身体に危険が及ぶおそれがある場合に、避難勧告等を発令します。

避難情報	避難準備・高齢者等避難開始	避難勧告	避難指示(緊急)
みなさんの行動	避難準備をしてください	逃げてください!	逃げろ!!
	○高齢者など、避難に時間がかかる人は避難所に向かう	○直ちに避難 ☆避難所まで行くのが危ない場合は、頑丈な建物の2階以上へ避難	

いざというとき避難などを判断・決断できるのはあなただけです
防災マップで、いざというときにしっかり動けるように / あなたや家族をイメージして考えておきましょう

防災マップの使いかた

1 災害時にどうなるかをイメージする	2 災害時にどうするかを考える	3 災害時に動けるように備える
自分の家や周辺の災害の危険箇所を確認しましょう	どんな情報が出るかどこへ、どの経路で避難するかを確認しましょう	実際に避難先まで歩いて、家族で確認しましょう

避難先・集合場所 災害の種類ごとに避難先・集合先を確認し、記入しておきましょう。

大雨のとき	避難先・集合場所	連絡先
洪水・土砂災害		
地震のとき	避難先・集合場所	連絡先
津波のとき	避難先・集合場所	連絡先

家族や大切な方の情報 ご家族や大切な方の連絡先を記入し、災害時にどのような対応となるか確認しておきましょう。

名前	連絡先

情報の伝わり方



西宮市ホームページ 防災・災害情報を確認することができます。 URL https://www.nishi.or.jp/

にしのみや防災ネット 事前登録必要 「にしのみや防災ネット」にメールアドレスを登録しておくことで、災害時などに市から緊急情報(避難所開設情報など)が配信されます。 登録方法 nishinomiya@bosai.net

緊急速報メール(エリアメール) 登録不要 緊急情報が緊急速報メールに対応した携帯電話に配信されます。

SNS Twitter (@nishinomiya_sh), Facebook (フェイスブック), LINE @ (ライン) 西宮市役所, 西宮市 ID @miyakko

テレビのボタン データ放送に対応しているテレビでは、「ボタン」を押すことで、気象情報や災害情報を確認することができます。 ch サンテレビ 3ch など

緊急告知ラジオ(さくら FM78.7MHz) 緊急時には自動で電源が入り、防災スピーカー(防災行政無線)と同じ内容を最大音量で聞くことができます。 販売場所: 市内各所 詳しくは市のホームページで確認ください

防災スピーカー 大きな音声やサイレンで防災・避難情報等を市民の皆様へ伝達します。放送が聞こえたら、慌てずテレビやラジオからの情報収集に努め、落ち着いて行動するように心がけてください。 防災スピーカーの放送内容を再確認 050-5578-2628 (通話料有料) この番号に電話すると、放送してから24時間以内の直近の放送内容を再確認することができます。

本マップに掲載した地図の一部は国土院地理院長の承認を得て、同院発行の基礎地図情報を使用した。(承認番号 平 30 第 2 種 第 783 号)