

避難するタイミングと注意

警戒レベルと取るべき行動

警戒レベル	河川氾濫 1級河川などの大氾濫の氾濫	大雨 低地の浸水や大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや土石流	(警戒レベルごとに) 住民がとるべき行動
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	命の危険 直ちに安全確保!
~~~~~ <警戒レベル4までに危険な場所からかならず避難! > ~~~~~				
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	危険な場所から全員避難
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	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
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	避難行動を確認(避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど)
警戒レベル1	早期注意情報			災害への心構えを高める

※各種の情報は警戒レベル1~5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。  
※防災気象情報は、気象庁から発表されます。(令和8年5月下旬より運用予定)

**レベル5 特別警報** *すでに安全な避難ができず、命が危険な状況  
*今の場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する

**レベル4 危険警報** *危険な場所から全員避難する  
*台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了

**レベル3 警報** *避難に時間がかかる高齢者等は危険な場所から避難する  
*高齢者等以外の人も必要に応じて避難の準備や自主避難

**台風や集中豪雨が発生したら**

「東京都防災ホームページ」  
最新の気象情報や警戒レベルについての情報が入手できます。  
東京都 防災 検索

作ろう! マイ・タイムライン  
東京都マイ・タイムライン 検索

東京都防災アプリでは気象情報をお届けしています。

東京都防災アプリ (Android) 東京都防災アプリ (iOS)

# 正確な情報収集

「デマ」や「うわさ」に惑わされることなく、ラジオやテレビ報道などで正しい情報を収集しましょう。  
防災行政無線・市のHPやFM西東京(84.2MHz)等の災害情報に注意を払ってください。

## 西東京市安全・安心いーなメール

西東京市では、市内の防災・防犯に関する情報を携帯電話やパソコンにメールでお届けする「緊急メール配信サービス」を行っています。まだ登録されていない方は、ぜひ登録ください。

**防災情報**  
市内で震度4以上の地震情報、気象警報、避難指示などの緊急性が高い災害情報や避難情報など

**防犯情報**  
メールいけいしちようを含む市内の防犯情報など

**登録方法** <携帯電話・スマートフォンから登録する場合>  
登録方法1: カメラ機能付き携帯電話で右のQRコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録してください。

**登録方法2**  
下記メールアドレスに空メールを送り、返信されたメールに記載されている手順に従って登録してください。

登録先: t-nishitokyo@sg-p.jp

<登録前にご確認ください>  
●送信メール設定をしている場合は、事前に「city.nishitokyo.lg.jp」のドメインからの受信を許可する設定にしてください。  
●パソコンから登録する場合は、パソコン用登録画面アドレスから登録ください。  
●必ず利用規約に同意の上、ご登録ください。

## 防災行政無線自動電話応答サービス

西東京市では、災害発生時などに、防災行政無線で放送した防災・災害などに関する内容について、電話で確認できる自動電話応答サービスを行っています。

**本サービスで確認できる内容**  
災害発生時などに、防災行政無線で放送した防災・災害などに関する内容(平常時に放送される、定時チャイム放送、児童の安全見守り依頼放送などに関する放送等は除きます)

**自動電話応答サービス専用ダイヤル**  
電話番号: 042-438-4103

<注意事項>  
●登録料は無料ですが、通話料は利用者の負担となります。  
●通話料が重なっている場合は、つながりにくいことがあります。  
●しばらくしてから、おかけ直しください。  
●通話料が滞りなくご利用ください。

※防災行政無線による防災・災害に関する放送を行っていない平常時には、緊急放送を行っていない時のメッセージが流れております。

## ホームページ・公式SNS

市公式ホームページ: https://www.city.nishitokyo.lg.jp

市公式 X

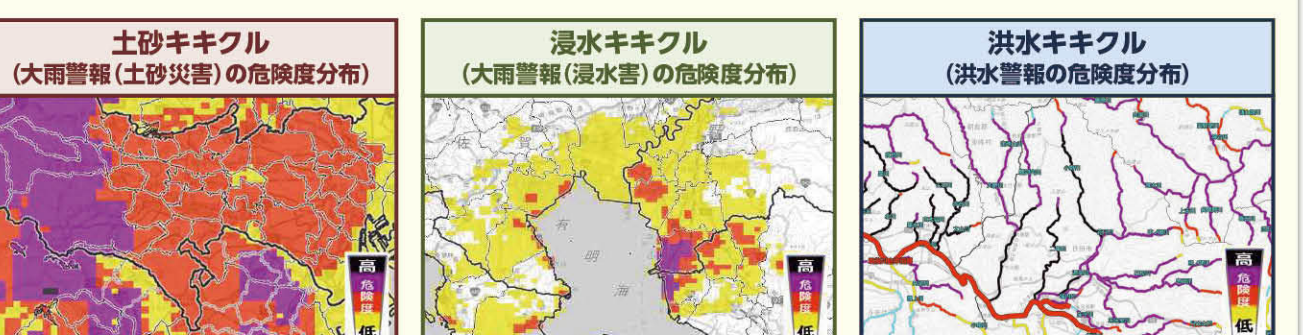
市公式 Facebook

市公式 LINE: @nishitokyo-city

## 国土交通省・気象庁・都道府県から出される河川水位や雨の情報(警戒レベル相当情報)

**キキクル(危険度分布)で、お住まいの地域の状況を確認しましょう**  
土砂災害、浸水、洪水災害の危険度が高まっている状況を地図上で色分けして表示しています。危険度は黄→赤→紫→黒の順に高くなります。キキクル(危険度分布)を見ると、自らの地域に迫る危険度の高まりを一目把握できます。

住所を登録しておけば、お住まいの地域が危険になったら自動的にスマートフォンなどに通知される通知サービスもありますので、ご活用ください。

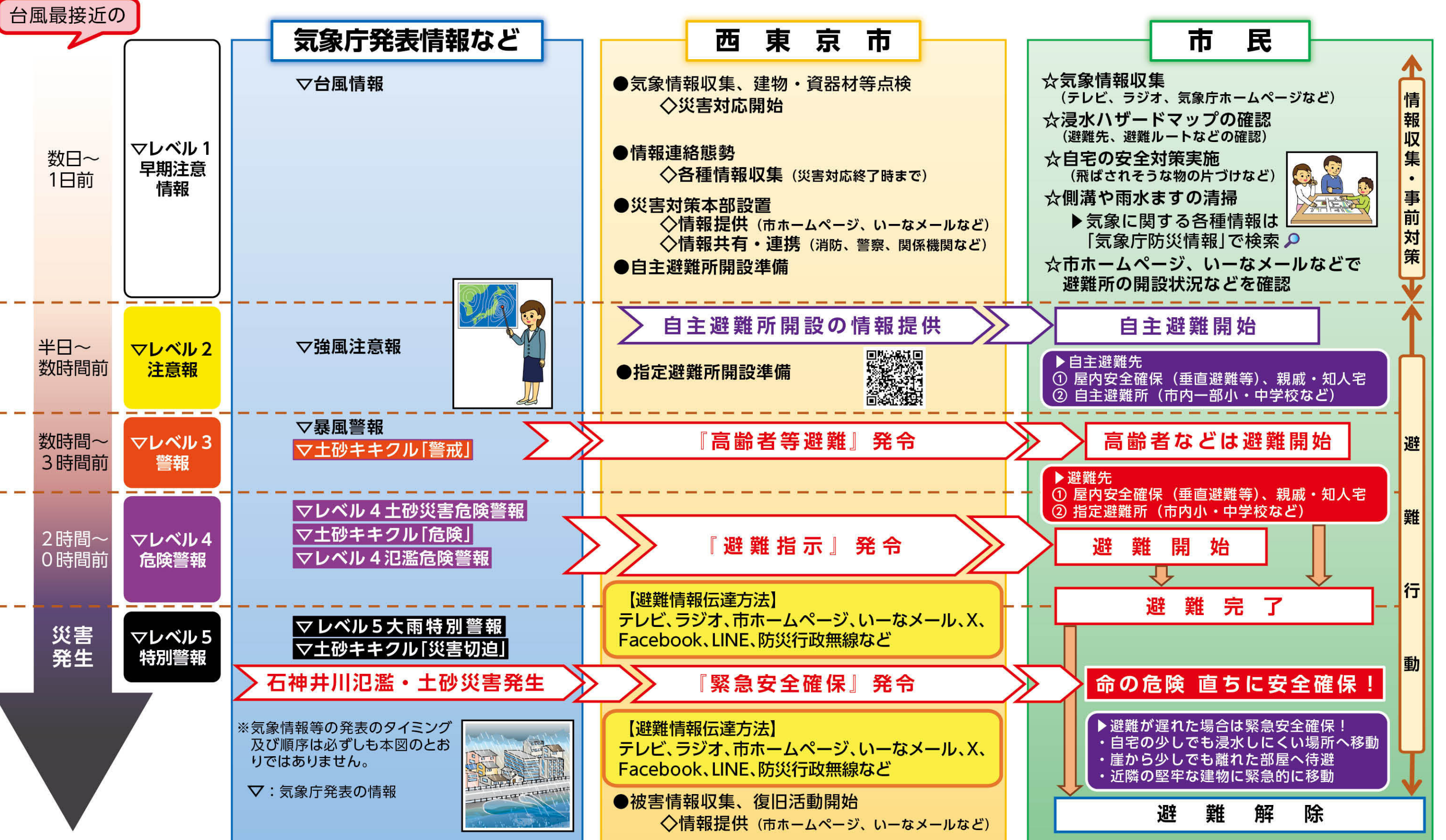


# 西東京市のタイムライン(事前防災行動計画)

タイムラインとは、防災関係機関が連携して災害時に発生する状況をあらかじめ想定し共有したうえで、「いつ」「誰が」「何をするか」に着目して、防災行動とその実施主体を時系列で整理し、市が策定した計画です。

## 西東京市のタイムライン(事前防災行動計画)について

市は、気象庁から発表される大雨や洪水、土砂災害に関する気象情報や東京都から発表される石神井川の氾濫危険情報などを基に、市民の皆さんに避難を呼びかける「高齢者等避難」「避難指示」「緊急安全確保」の各種避難を促す情報を発令します。市民の皆さんは、市から発令される避難を促す情報または気象庁が発表する気象情報などにより、以下に示したタイムラインを参考に適切な避難行動をとります。



# 非常時に備えるために...

いざという時に家族があわてず行動できるよう、家族防災会議を開いて次のようなことを話しあい、家族一人ひとりの役割分担や対処方法を決めておきましょう。

## 家族での話し合いと準備

- 家の中で一番安全な場所を確認しておく。
- 必要最低限の持出品を決める。
- 非常時の役割分担を一人ひとりで決める。
- 避難等で家族が離れ離れになった時の連絡方法を決める。
- 自宅から避難場所まで、複数のルートで実際に歩いてみる。
- 避難時の持出品を日頃から準備し、すぐに持ち出せるようにしておく。
- 避難先(避難場所)の周辺環境や避難場所の備品を点検しておく。
- 家族、家の中の危険箇所をチェックする。

## 日頃からの確認を

- 地図上であなたの家と避難場所を確認し、避難場所までの方向や道順をハザードマップに書き入れておく。
- 家族や近所同士で避難場所まで実際に歩いてみて、避難経路を確認する。
- ※避難場所や避難経路は下見をしておく、いざという時にあわてなくて済みます。
- ※自宅が浸水や土砂災害のおそれがあるエリアなのか、またはエリアに近いのが確認しておきましょう。
- ※外出している家族が、交通機関のマヒなどで帰宅できない場合もあります。離れ離れになってしまった場合に備え、連絡方法や避難場所を日頃から十分話し合っておきましょう。

## 持出品等の準備

●避難するときのため、必要最低限の持出品と、非常時のための備品を準備しておく。

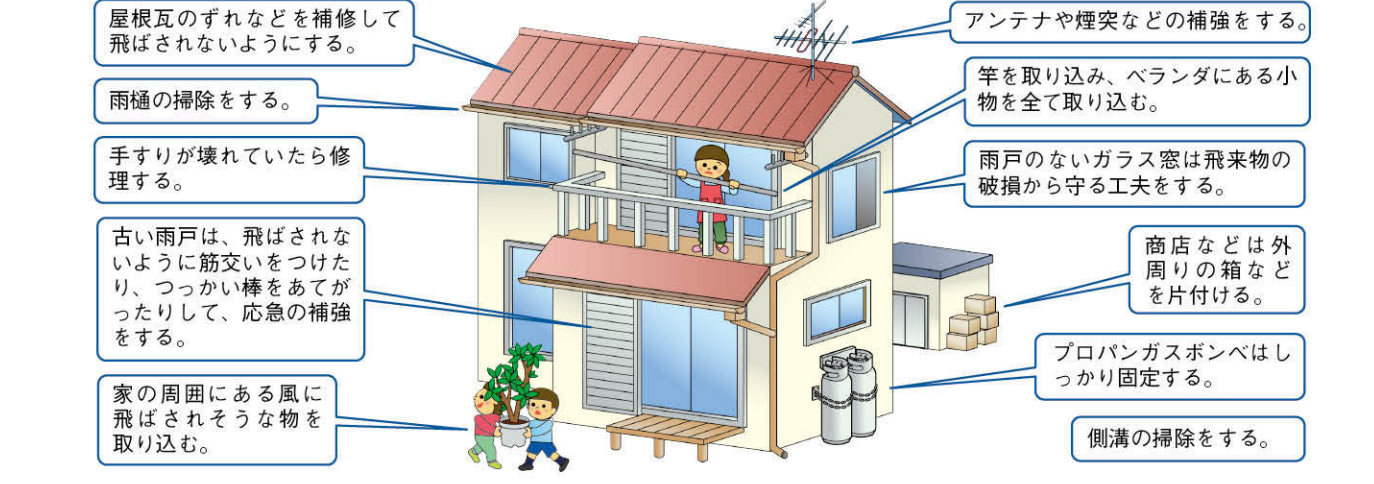
**準備・非常持出品**

- 最低でも3日分の食糧と3日分の飲料水(1人1日3リットル)が必要。
- 感染症対策用品(マスク、消毒液、体温計など)

準備品: 食料、飲料水、タオル・下着・靴下など、その他、懐中電灯、体温計、医薬品・常備薬、非常食、防災ラジオ、貴重品、現金、スマートフォン、充電器、モバイルバッテリー、マスク、消毒液、体温計など。

## 建物などの事前準備

台風や集中豪雨はある程度予測できる災害です。情報を入手し、しっかりした準備をしておきましょう。  
●浸水の危険がある場合は、大切な家財道具は二階や高い安全な場所に移す。



# Disaster-related Information for Foreign Residents

## A caution level and the action that you should take

	Flood	Heavy rain	Landslide	Recommended actions for residents (by alert level)
Equivalent to Alert Level 5	Level 5 Emergency Warning (Flood)	Level 5 Emergency Warning (Heavy rain)	Level 5 Emergency Warning (Landslide)	Your life is in danger. Take immediate action to ensure safety!
~~~~~ < Evacuate dangerous areas by alert level 4! > ~~~~~				
Equivalent to Alert Level 4	Level 4 Urgent Warning (Flood)	Level 4 Urgent Warning (Heavy rain)	Level 4 Urgent Warning (Landslide)	Everyone must evacuate from the dangerous areas.
Equivalent to Alert Level 3	Level 3 Warning (Flood)	Level 3 Warning (Heavy rain)	Level 3 Warning (Landslide)	Those who require more time should start their evacuation early. Everyone should start preparing for evacuation.
Alert Level 2	Level 2 Advisory (Flood)	Level 2 Advisory (Heavy rain)	Level 2 Advisory (Landslide)	Confirm evacuation action (evacuation sites, evacuation routes, timing of evacuation, etc.)
Alert Level 1	Early Warning Information			Heighten your disaster preparedness

※The above information may not be released in the order of alert levels 1 through 5. Situations can change rapidly.
※Disaster Prevention Weather Information is issued by the Japan Meteorological Agency. (Scheduled to begin operation in late May 2026)

Level 5 Emergency Warnings *Lives are in danger as safe evacuation is no longer possible.
*Immediately move to a location that is safer than your current location.

Level 4 Urgent Warnings *Everyone must evacuate from dangerous areas
*If strong winds are expected due to a storm or typhoon, complete evacuation before the wind picks up.

Level 3 Warnings *The elderly and those who require more time to evacuate should evacuate from dangerous locations.
*Everyone should also prepare for evacuation and evacuate voluntarily as necessary.

How to Gather Accurate Information

※ Available in Japanese only
Safety and Security Email Alert "line"
Nishitokyo City offers an "emergency e-mail service," which delivers the city's disaster and crime prevention information to mobile phones and PCs.

※ Available in Japanese only
Disaster Administration Wireless Communications Automated Telephone Response Service
Nishitokyo City offers an automated telephone response service, which provides disaster prevention and disaster information broadcast over the Disaster Administration Wireless Communications.

Homepage, formula SNS

Homepage of the city: https://www.city.nishitokyo.lg.jp
X of the city: https://x.com/koho_nishitokyo
Facebook of the city: https://www.facebook.com/nishitokyo-city

◎ Stay aware of the situation by keeping an eye on weather information through television and radio.
1 The city will make announcements via the Disaster Administration Wireless Communications and loudspeaker vehicles.
2 In emergencies, FM Nishitokyo (84.2MHz) and J-COM (cable television) will air the city's information.

In Response to Water- and Wind-related Disaster

Obtain information provided by the Meteorological Agency regarding typhoons approaching and heavy rainfalls forecast. If emergency evacuation is necessary, move to the evacuation site safely.
Be prepared to evacuate immediately when the local authorities issue "an advice" or "an order" to evacuate (See IV below).

Be Always Prepared for Disaster
(It is important and advisable that you discuss with your family members and decide on the following points)

- ◎ How to communicate among your family members who might get physically separated in time of disaster.
- ◎ The nearest evacuation site from home and routes to reach it.
- ◎ The safest place at home to protect yourself.
- ◎ Assistance for seniors and infants.
- ◎ Having prepared, at all times, emergency bags containing items needed for survival through the period of evacuation.

It is also important to decide on how to share information and responsibilities among your family members in order to better respond to various situations in time of disaster.

Danger zones to be avoided in time of floods and heavy rainfalls

- ◎ Muddy water in underground facilities
- ◎ Underpasses of intersections
- ◎ Low grounds that are often flooded
- ◎ Manholes (as the covers might disappear in time of floods)

Evacuate calmly

- Once an evacuation instruction has been issued, follow instructions to evacuate promptly. When evacuating, remember to turn off the electrical circuit breaker, turn off the gas main, and extinguish any fire. Do not approach rivers which are nearing warning water-level.
- When evacuating, travel with at least one other person if at all possible.
- If the roads are flooded, watch out for grooves and gutters hidden underwater.
- If you fail to escape, do not take risks. Go to an elevated area and await help.

Useful Phone Numbers in Time of Emergency

110 To call the police

119 To call a fire engine or an ambulance

避難情報ポイント

