



四ツ屋区周辺の避難所紹介

※川中島駅から近い順

川中島小学校



収容人数 805人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 なし ※水害の場合2階以上
 予想浸水深 0.5～3m
 川中島駅から徒歩約10分

三本柳小学校



収容人数 889人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 なし ※水害の場合2階以上
 予想浸水深 0.5～3m
 川中島駅から徒歩約20分

川中島中学校



収容人数 1261人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 あり ※水害の場合2階以上
 予想浸水深 0.5m未満
 川中島駅から徒歩約25分

川中島公民館



収容人数 154人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 なし ※水害の場合2階以上
 駐車場 あり 予想浸水深 0.5m未満
 川中島駅から徒歩約30分

小松原体育館



収容人数 117人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 あり 予想浸水深 0.5m未満
 駐車場 あり 川中島駅から徒歩約30分

共和小学校



収容人数 921人 対応可：水害・土砂・地震
 備蓄倉庫 なし 予想浸水深 0.5m未満
 川中島駅から徒歩約40分

川中島町周辺の避難所情報 (※2)

施設名	避難所(屋内)収容人数(人)	避難場所収容人数(人)	適性				広域避難場所
			洪水等	土砂災害	地震	大規模な火事	
長野市立川中島中学校	1,261	5,687	○ 2階以上	○	○	×	
川中島町公民館	154	685	○ 2階以上	○	○	×	
長野市立昭和小学校	1,034	4,925	○ 2階以上	○	○	×	
ドリームモータースクール昭和	0	16,791	×	○	○	×	
御厨公園	0	11,514	×	○	○	×	
川中島体育館	197	646	×	○	○	×	
長野市立川中島小学校	805	4,784	○ 2階以上	○	○	×	
氷鮑公園	0	8,009	×	○	○	×	
安茂里体育館	197	872	×	○ 敷設内	○	×	
長野市立篠ノ井西中学校	1,297	8,754	×	○	○	×	
長野県篠ノ井高等学校	1,298	9,898	×	○	○	×	
長野県更級農業高等学校	0	6,486	×	○	○	×	
小松原体育館	117	586	○	○	○	×	
長野市立共和小学校	921	5,199	○	○	○	×	
専門学校 長野自動車大学校 北側校庭	0	1,804	○	×	○	×	
篠ノ井体育館	204	1,851	○	○	○	×	
長野市立篠ノ井東小学校	611	5,652	×	○	○	×	
南長野運動公園	507	98,745	○ 2階以上	○	○	○	○
合戦場公園	0	4,973	×	○	○	×	
三本柳中央公園	0	5,399	×	○	○	×	
長野市立青木島小学校	856	3,374	○ 2階以上	○	○	×	
長野市立更北中学校	1,313	5,533	×	○	○	×	
川中島古戦場史跡公園	0	36,655	×	○	○	○	○
長野市立下氷鮑小学校	829	4,583	○ 2階以上	○	○	×	
長野市立広徳中学校	1,063	7,347	○ 2階以上	○	○	×	
長野県長野南高等学校	484	10,163	○ 2階以上	○	○	×	
長野市立三本柳小学校	889	4,272	○ 2階以上	○	○	×	

我が家の避難先情報

どこに避難したらよさそう？ _____

どうやって避難したい？ _____

避難前にやること



- 1.火の始末と戸締り：火災や空き巣を防ぐため。
- 2.ガス・ブレーカーを切る：通電火災やガス漏れを防ぐため。
- 3.避難先を書き置く：家族や救助者に無事を伝えるため。



チェック③ 避難する判断条件が決まっているか？

「避難する条件」を決めて避難を「ルール化」しましょう

避難はとても労力がかかるため、避難したほうがいいのかも？と思っても、「まだ大丈夫」と避難を先延ばしにしまったり、家庭内で避難する・しないで意見が分かれたりしませんか？

逃げ遅れを防ぎ、迷いなく行動できるように“避難する条件”を家庭内で決め、条件が当てはまったら必ず避難するというルールを設けておきましょう。

以下の内容を確認して、ご家庭に合った避難条件を設定しましょう。

まず「早めの避難が必要かどうか？」確認しよう

◆以下の条件に1つでも当てはまるご家庭は警戒レベル3（高齢者等避難）での避難を推奨します。

- 家族構成：手助けが必要な家族、子供がいる・高齢である・ペットがいる
- 浸水リスク：自宅が平屋で、予想浸水深が0.5～3.0mのエリアである
- 避難先までの距離：歩いていくと30分以上かかる
- 居住エリアのリスク：氾濫流または河岸浸食エリアに住んでいる

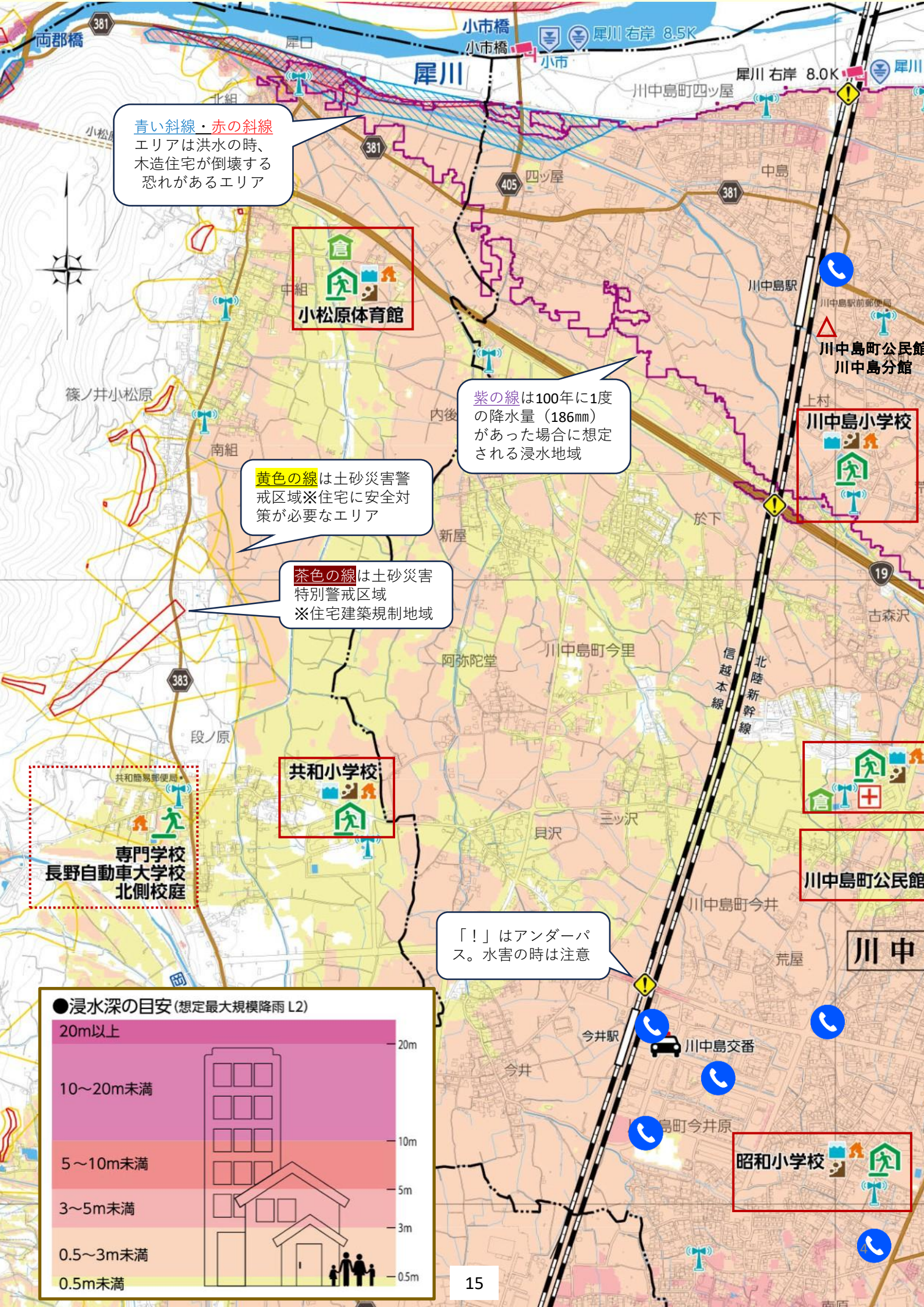
我が家の避難条件を決めよう

◆「避難条件」の例を以下にまとめました。どれも当てはまれば避難を開始すべき重要なサインです。この中の一つを避難条件に選んでも、この中のどれか一つでも当てはまったら避難するというルールでも構いません。



	情報元	条件
<input type="checkbox"/>	天気予報	夜から朝方に雨かけて大雨・線状降水帯発生予想が発表された。 ※明るいうちに避難しましょう！
<input type="checkbox"/>	長野市の発表	大雨・洪水警戒レベル4（紫）の避難指示が発表された。
<input type="checkbox"/>	キキクル	浸水キキクルで自宅周辺が「紫」になっている。
<input type="checkbox"/>		洪水キキクルで犀川が「紫」になっている。
<input type="checkbox"/>	川の水位	犀川の水位が「避難判断水位」になった →テレビの水位情報や、千曲川河川事務所HP等で確認
<input type="checkbox"/>	避難所開設	避難する予定の避難所が開設された →テレビの避難所開設情報や、長野市防災情報ポータル等で確認
<input type="checkbox"/>	家族が一人でも怖がっている	
<input type="checkbox"/>	その他条件	条件を記載する↓

※ここに示した条件を満たさなくても、災害が発生する可能性があります。周囲の状況をよく確認し、柔軟に避難を判断してください



青い斜線・赤の斜線
エリアは洪水の時、
木造住宅が倒壊する
恐れがあるエリア

小松原体育館

紫の線は100年に1度
の降水量（186mm）
があった場合に想定
される浸水地域

黄色の線は土砂災害警
戒区域※住宅に安全対
策が必要なエリア

茶色の線は土砂災害
特別警戒区域
※住宅建築規制地域

共和小学校

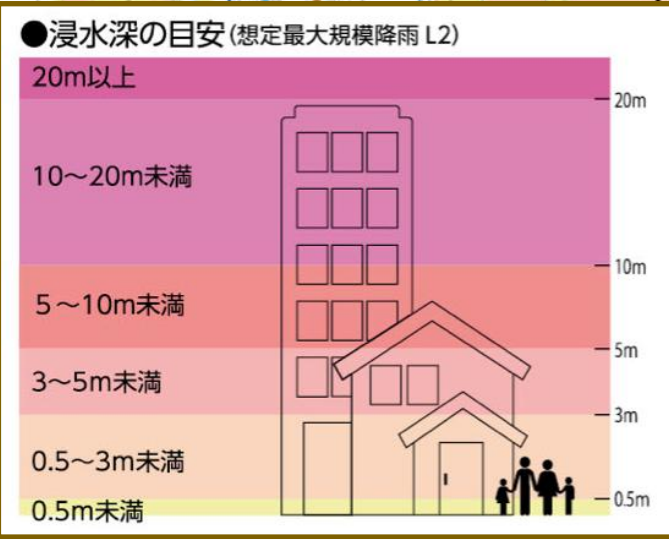
川中島小学校

川中島町公民館

川中島町公民館

共和簡易郵便局
**専門学校
長野自動車大学校
北側校庭**

「！」はアンダーパ
ス。水害の時は注意





※「安心の蛇口」とは
 災害時に周囲が断水になっても「そこへ行けば必ず
 水が飲める」ように作られた応急給水拠点です
 川中島水道管理事務所管内に全部で6か所あり、
 川中島近辺は左記の4か所になります



ハザードマップは令和5年度8月版から抜粋
 公衆電話位置情報は2025年12月現在の情報

テレビから災害情報を得る方法（NHKデータ放送）

テレビには**緊急警報放送システム**が組み込まれており、緊急警報が発せられた際には自動的に避難情報が表示される仕組みになっています。
またNHKデータ放送からも防災情報を得ることができ、現在もテレビから十分に情報を得ることができます。

テレビから得られる情報 ※NHKデータ放送

- 【自動表示】 緊急地震速報・発表されている警報や注意報
- 【操作が必要】 避難情報・開設した避難所情報・河川水位情報
気象情報・地震津波火山情報

NHKデータ放送の見方

リモコンのdボタンを押すと「データ放送画面」が表示され、色々な情報を見ることができます。

※リモコンによってdボタンの位置は異なります。

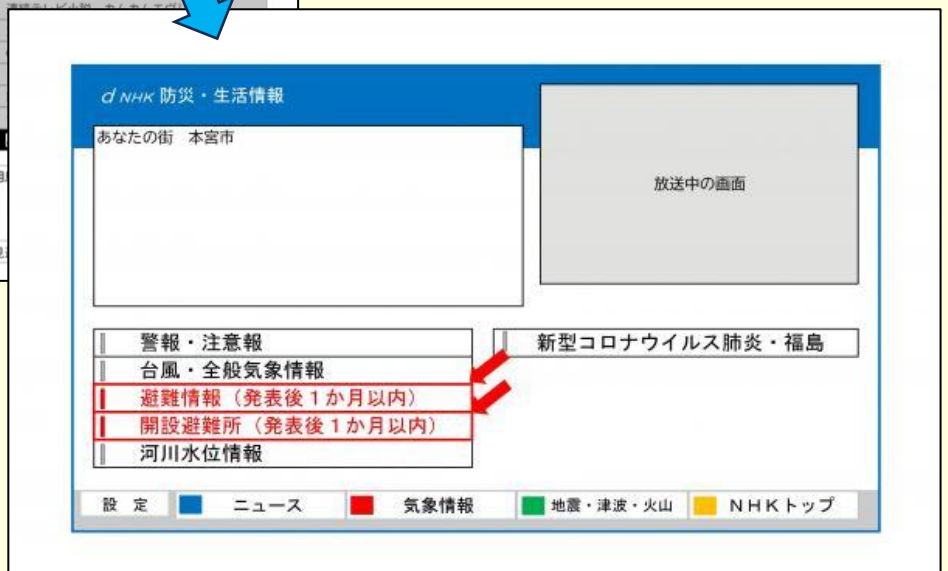


① 発表されている避難情報・開設避難所情報を見る方法

データ放送画面の「防災・生活情報」を選択すると、防災・生活情報画面になり避難情報や解説避難所情報がみられます。



リモコンで「防災・生活情報」項目を選択して「決定」ボタンを押す



※選択項目によって以下の情報も見ることができます

- ・気象警報・注意報
- ・台風情報
- ・河川水位情報

② 気象情報を見る方法

データ放送画面から**赤**ボタンを押すと、気象情報画面が表示されます。

③ 地震・津波・火山 情報を見る方法

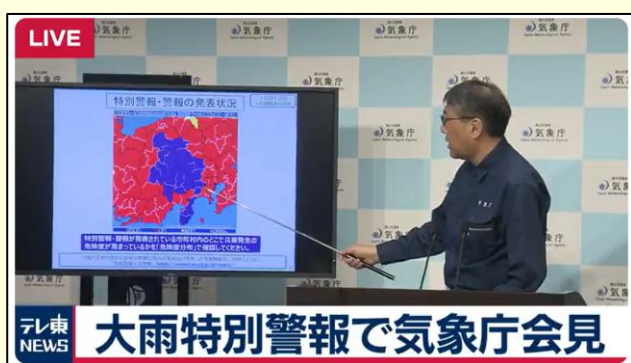
データ放送画面から**緑**ボタンを押すと、気象情報画面が表示されます。



<テレビで気象庁が記者会見 → すぐに安全確保！>

気象庁が臨時記者会見をするとき

= 「すごい危険が差し迫っている！」状態です！



発表される情報を確認し、
必要があれば避難をしてください。

<気象庁の発表が確認できる端末>

- ・ テレビやラジオ
- ・ ネット検索 気象庁「キキクル」
- ・ スマホアプリ「Yahoo!防災情報」
- ・ 防災無線

重要! 災害情報の取得方法を知って、使い慣れておこう!

テレビでもスマホでも情報を得ることができますが、このガイドブックに書いてあるから大丈夫!ではなく、実際に使って操作に慣れておくことが大切です。

特にスマホはあわててアプリをインストールしようとすると、スマホのバッテリーやスマホ通信量をたくさん消費してしまいます。時間があるときにインストールして実際に使っておきましょう。



スマホ・パソコンから災害情報を得る方法

ここでは、役立つアプリやサイトの紹介をします。

<注意> 災害時には誤った情報（デマ）が広まりやすいため、信頼できる情報源を確保して、確かでない情報はうのみにせず、おやみに拡散しないよう気をつけましょう。



水害の危険度がひと目でわかる！

●キキクル（危険度分布） 気象庁が提供しているサービス

キキクルは「現在の降雨量」「雨の浸透・流出」を考慮して、大雨による土砂災害・水害の危険度を地図上に色で表示してくれるサービス。**自宅周辺の危険度を細かく確認できます。**

※アプリではないのでお気に入り登録を！



キキクル
QRコード



↑キキクル画面イメージ

<キキクルの特徴>

- ・10分ごとにリアルタイム更新
今だけでなく、浸水害は最大1時間先まで予測。洪水災害は3時間先まで予測される。
- ・操作が簡単
簡単に操作できる上、位置情報を使えば、今いる場所周辺の状況をすぐ把握できます。
- ・表示に紫や黒の部分があれば避難した方がいい状況である！と覚えておきましょう。

キキクルで示される危険度は、市町村の警戒レベルに対応しています！！

「キキクル」における危険度（洪水キキクルの例）

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等
5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保
~~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~~			
4	災害の おそれ高い	危険な場所から 全員避難	避難指示
3	災害の おそれあり	危険な場所から 高齢者等は避難	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報
1	今後気象状況悪化 のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報

市町村が発表する警戒レベル



キキクルの  
危険度

キキクルで表示される危険度は「市町村が発表する警戒レベル」とほぼ同じ基準で作られています。

市の発表が「〇〇市」といった広い範囲の情報であるのに対し、キキクルは地図上に危険度を細かく表示するため、自宅周辺の状況も確認できます。

さらに、キキクルは雨の状況をリアルタイムで反映しているため、**市町村の避難情報より早く危険の高まりに気づける**こともあります。