



避難所	地域防災会	広域避難場所
平和の森小学校 新井 3-29-1 03-3389-1451	野方一丁目南町会防災本部 野方東町会防災本部	中野区役所一帯
中野工業高等学校 野方 3-5-5 03-3385-7445	野方二丁目町会防災会 野方南自治会防災部 (野方三丁目)	平和の森公園一帯
第四中学校 若宮 1-1-18 03-3330-5325	野方南自治会防災部 (野方五丁目・若宮一丁目) (北協和防災会=大和地域)	
北原小学校 野方 6-30-6 03-3330-2411	野方北町会防災本部 (野方六丁目) 丸山町会地域防災会 (丸山二丁目)	
緑野小学校 丸山 1-1-7-1 03-3389-2351	野方北町会防災本部 (野方四丁目) 丸山町会地域防災会 (丸山一丁目)	江古田の森公園一帯
緑野中学校 丸山 1-1-19 03-3386-5423	(江古田四丁目町会防災本部=沼袋地域)	

### 野方地区町会連合会

野方地区には、5町会と1自治会があります。お互いに連携しながら、防災・防犯・交通安全・環境美化・さえあい・交流・子ども・健康にかかわる活動をしています。

### 地域防災会

地域住民の皆さんで構成する自主的な防災組織で、主に町会や自治会などを単位とする組織です。災害に備えて防火訓練などを行っています。地域の防災訓練などには、積極的に参加しましょう。

### 避難所

災害時の救援・救護活動の拠点  
避難所では、被災者の収容、負傷者の救護、安否確認などの情報収集・提供、被災者への物資の配付・給水・給食などを行います。

### 広域避難場所

地震などによる火災が延焼拡大して、地域全体が危険になった時に避難する場所

火災の拡大などにより、地域にすることが危険になった時は、広域避難場所に区職員・警察官や地域防災会のリーダーなどの誘導により避難します。

中野区では、台風の接近・上陸や大雨による水害被害などを最小限に抑えるために、区内15カ所の区民活動センターを水害時一時避難所、学校などを水害時避難所として開設する場合があります。

### 情報の収集

- ・中野区ホームページ
- ・中野区防災情報メール
- ・中野区公式ツイッター
- ・地域・防犯青色灯パトロールカー (広報車)
- ・防災無線スピーカー (音声自動応答サービス 03-3228-5726)
- ・緊急速報「エリアメール」など
- ・Yahoo! 防災速報「自治体からのお知らせ」
- ・テレビ・ラジオなど
- ・ケーブルテレビ (J:COM 中野 11ch)

<避難所などに関するお問合せ>  
中野区危機管理課防災対策係  
03-3228-8933

## 災害・避難情報などを活用しましょう。

### 地震に備えて

#### ●震災対策は.....

[危機管理] 防災対策係  
TEL/03-3228-8933



区ホームページ

#### ●防災訓練をしましょう.....

[危機管理] 地域防災係  
TEL/03-3228-8930



防災時の広域避難場所・避難所

#### ●防災気象情報の提供.....

[危機管理] 防災対策係  
TEL/03-3228-8933



防災気象情報の項目があります

#### ●中野区洪水ハザードマップ.....

区民の皆さんに安全・迅速に避難していただくことにより、洪水による被害を最小限にするため「中野区洪水ハザードマップ」を作成し、公開しています。区ホームページ上に掲載するとともに、防災対策係・各区民センターで配布しています。



中野区洪水ハザードマップ

#### ●土のうのことは.....

[道路] 土木事業調整係  
TEL/03-3228-5592



配備場所はこちら (区ホームページ)

### メール配信

登録すると、特定分野の区の情報をメールで受信できます。

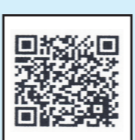
#### ●防災情報メールマガジン

地震速報・河川水位情報などの防災情報や、気象情報などを配信しています。



#### ●中野区安全・安心(防犯)メール

区内で発生した犯罪情報や子供に関わる不審者情報、区内の安全・安心に関するお知らせを配信しています。



#### ●なかの子育て応援メール

出産予定日やお子さんの生年月日を登録すると、妊娠週数やお子さんの月齢に応じて子育てアドバイスなどの情報を配信しています。



妊娠期 子育て期

#### ●子育てナビ

子育てに関する手続きや相談窓口などをご覧になれます。



### アプリ

スマートフォンやタブレットで手軽に情報を得られます。

#### ●なかのEYE

区民の声を現場の写真や位置情報と共に、スマートフォンなどのアプリで、区へ送信できます。



iPhone



Android

#### ●中野区ごみ分別アプリ

ごみと資源の収集日や出し方などを確認できます。「ごみ分別辞典」「アラート機能」など便利機能も。



iPhone



Android

### SNS

ソーシャルメディアを利用して、情報を提供しています。

Twitter  
東京都中野区 (広報係)  
@tokyo\_nakano  
区の情報を迅速にお知らせする広聴・広報課広報係運用の公式ツイッター。

Facebook  
中野区役所  
@nakano.city.tokyo  
区の取り組みや催し、街の風景、地域の情報などを発信しています。

YouTube  
中野区広報  
広報番組「ピックアップなかの」のほか、区が作成した動画などをご覧いただけます。

\* 詳しくは「中野区わたしの便利帳」をご覧ください。

のがた地域ニュース  
10月号  
野方区民活動センター  
運営委員会事務局  
中野区野方5-3-1  
TEL(3330)4394  
FAX(3330)4395  
メールアドレス:nakano-nogata@voice.ocn.ne.jp  
《保存版》



## いざ!という時に備えて

リュックサックなどに入れておき、避難しなければならない時に持ち出す「非常持ち出し品」と、避難後の生活を支える「非常備蓄品」に分けて、家族みんなで備えましょう。\*非常持ち出し品、非常備蓄品ともに年に一度はチェックして、新しいものと交換を。準備した物には☑を入れてください。

### 非常持ち出し品

- 携帯用飲料水
- 食品 (カップ麺・缶詰・ビスケット・チョコレートなど)
- 貴重品 (預金通帳・印鑑・現金など)
- 救急用品
- ヘルメット・防災ずきん
- 軍手 (厚手の手袋)
- 懐中電灯
- 衣類 (セーター・ジャンパー類)
- 下着
- 毛布
- 携帯ラジオ・予備電池
- マッチ・ろうそく (水に濡れないようにビニールに包む)
- 使い捨てカイロ
- ウェットティッシュ
- 筆記用具 (ノート・鉛筆など)

### 非常備蓄品

- 飲料水9リットル (3リットル×3日分)
- ご飯 (アルファ化米) 4~5食分
- ビスケット 1~2箱
- 板チョコ 2~3枚
- 乾パン 1~2缶
- 缶詰 2~3缶
- 衣類 (下着2~3組・スウェット上下・セーター・フリースなど)
- 携帯トイレ
- トイレレットペーパー

\*非常備蓄品 (一人分) の項目・数量は一例です。  
\*一人最低3日分は用意しておきましょう。

### 乳幼児には

- ミルク
- 紙おむつ
- ほ乳びん

### 高齢者には

- おかゆなど柔らかい食品・高齢者用食品 (1週間分以上)
- 常備薬 (処方薬) 1シート
- 補聴器用電池 (6個)
- 入れ歯洗浄剤 1箱 (30錠)

### 《わが家の災害時連絡先リスト》

緊急時の避難 (集合) 場所	
広域避難場所	避難所
緊急時の主要連絡先	
名前	電話番号
	メール
安否情報を取り次いでくれる人	
名前	電話番号
	メール

\* のがた地域ニュースは、野方区民活動センター・野方駅・高齢者会館などに置いてあります。