



自然災害から身を守る

「心構え」と「日頃の備え」、できていますか？
普段から**防災意識**を高め、災害に備えましょう。

問 危機管理課

近年、自然災害が激甚化・頻発化しています。令和元年東日本台風では、小諸市でも大雨特別警報が発表されたほか、道路等の損壊、農作物の被害、停電等多くの被害が発生しました。

■自らの命は自らが守る「自助」が基本です

災害による被害を少なくするためには、「自助」、「共助」、「公助」が重要だとされていますが、その中でも基本となるのは、「自助」で、一人ひとりが**自らの命は自らが守る意識**を持ち、自分の身の安全を守ることが大変重要です。

■事前に自宅周辺を ハザードマップで確認しましょう

災害時には、危険な場所にいる人は避難することが原則ですが、**避難とは「難」を「避」けることであり、安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。**また、小中学校・公民館だけでなく、安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。また平時のうちに、ハザードマップで自宅が安全かどうかを確認しておきましょう。

チェック

防災と暮らしの
ガイドブック 2025



土砂災害
ハザードマップ



洪水ハザードマップ
(想定最大規模降雨)



■防災情報を自ら取得しましょう

災害から命を守るためには、**正確な防災情報を自ら取得**することがとても重要です。
「自助」の第一歩として、防災情報を自ら積極的に取得しましょう。



使ってみよう防災アプリ



小諸市公式 LINE

お友だち登録をされた皆さまに、防災・防犯に関わる情報、防災行政無線で放送した内容(選挙公報除く)をお届けします。小諸市ホームページやハザードマップへのリンクもあります。



Android・iOS 共通



信州防災アプリ

防災を学び、災害に備える、平時も非常時も役立つアプリです。

- 特徴① TOP 画面に情報を集約
- 特徴② マイ・タイムラインを簡単に作成
- 特徴③ 避難情報をプッシュ通知
避難計画自動表示



Android



iOS



防災展示を 見てみよう

市では、災害時に備え、防災備蓄・資機材等を保有しています。下記にて展示しますので、ぜひご覧ください。

▶日 時 9/1 (月) ~ 9/5 (金)

▶場 所 市役所 1 階

展示・情報コーナー

