

練馬区 水害ハザードマップ

編集・発行 令和8年(2026年)6月 練馬区危機管理室危機管理課
電話 03-5984-2762

水害時の避難所

日頃から最寄の避難所の位置・経路を確認しておきましょう

避難所	
施設名	
住所	
電話	

1. 練馬区水害ハザードマップとは

このハザードマップは、水防法に基づき、東京都の予測(※)による練馬区の洪水(外水氾濫)と内水氾濫の浸水リスクを示しています。降雨量(時間最大153mm、総雨量690mm)の想定で作成しています。

区内の河川(石神井川、白子川、江古田川)の洪水(外水氾濫)により浸水するリスクがある区域は、赤枠で示しています。また、赤枠以外の区域は、内水氾濫により浸水するリスクがあります。

大雨の際、必ずマップのとおりに入水するということではありません。浸水が予想されていない区域でも浸水にご注意ください。

※東京都の予測
【神田川流域浸水予想区域図(平成30年3月)】
【石神井川及び白子川流域浸水予想区域図(令和元年5月)】
【南田川及び新河川流域浸水予想区域図(令和3年3月)】

2. 水害を知りましょう!

外水氾濫とは?

溢水や堤防の決壊により、洪水が発生する現象を「外水氾濫」といいます。街中でよく見られる小さな川と、河川敷にグラウンドがあるような大きな川では、流域面積が異なるため、被害の大きさや、氾濫までの時間が異なります。上流で降った雨でも水位が上がるので、注意が必要です。

内水氾濫とは?

急激な豪雨により下水道等の排水能力を超え、道路が冠水する現象を「内水氾濫」といいます。道路から地下室へ水が流れたり、マンホールの蓋が吹き上げられたりするので、地上階以上へ上がるので、冠水した道路を歩かないなどの注意が必要です。

街中でよく見られる小さな川(石神井川など)

1 晴れている



川底が見えるくらいの水位で、さらさらと流れている。

2 雨が降り始める



降り始めるとすぐに川底が見えなくなり、流れが速くなる。

3 さらに、雨が強くなる



川に水が集まり、地面の高さまで水位が急上昇する。

4 川から水があふれる



川が氾濫し、川沿いの住戸が浸水する。

3. 新たな防災気象情報(令和8年5月~)

住民がとるべき避難行動を判断しやすくなるよう、大雨や台風で災害の恐れがある場合に気象庁により発表される防災気象情報の名称が、より分かりやすく変わりました。

主な変更点

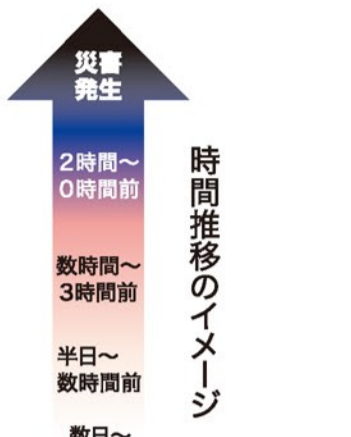
情報名に「レベル」が付記されます

○避難行動と直結するレベルがすぐわかり、避難判断の目安が明確になります。
【変更例】
(旧)「大雨警報」→(新)「レベル3大雨警報」

「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます

【変更例】
(旧)「土砂災害警戒情報」→(新)「レベル4土砂災害危険警報」

	河川氾濫	大雨	土砂災害
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
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
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
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
警戒レベル1		早期注意情報	



水位観測所

東京都および区では各河川に水位観測所を設置し、護岸から水面までの水位を観測しています。調節池は地面から水面までの水位です。「練馬区防災気象情報」で確認できます。

河川	水位観測所名	水位	
		警戒1(警戒水位)	警戒2(危険水位)
石神井川	溜池橋	-100cm	-50cm
	富士見池	-80cm	-30cm
	稻荷橋	-100cm	-50cm
	石神井川	-100cm	-50cm
	すすしる橋	-100cm	-50cm
	神路橋	-100cm	-50cm
白子川	宮宿橋	-100cm	-50cm
	松原橋	-100cm	-50cm
	三ツ橋	-207cm	-50cm
	比丘形橋上流調節池	-100cm	-50cm
	子安橋	-100cm	-50cm

水位警報装置

区では、川の水位が上昇したとき、氾濫の危険を周囲に知らせるため、水位警報機を設置しています。

富士見池・稲荷橋の場合

警戒水位警報 58

チャム 音声 緊急

音声「ただいま、石神井川の水が増えていますので、ご注意ください。」(2回)

危険水位警報 108

音声「ただいま、石神井川があふれるおそれ発生しました。」(2回)

水位警報局

開町 (水位計:富士見池、稲荷橋) 水位計のいずれかが設定水位に達すると、アナウンスが流れます。アナウンスと同時に練馬区役所および石神井消防署観測出張所に自動通報されます。

すすしる橋 (水位計:すすしる橋) 水位計の設定水位に達するとアナウンスが流れます。アナウンスと同時に練馬区役所に自動通報されます。

神路橋 (水位計:神路橋) 水位計の設定水位に達するとアナウンスが流れます。アナウンスと同時に練馬区役所に自動通報されます。

比丘形橋上流調節池 (水位計:三ツ橋、比丘形橋上流調節池) 三ツ橋の水位計が設定水位に達すると、アナウンスが流れます。アナウンスと同時に練馬区役所に自動通報されます。

4. 防災情報と警戒レベル

区は、水害が発生する危険性が高まった場合に、気象庁と東京都が発表する防災気象情報を参考に、**地域を限定して**避難情報を発令します。

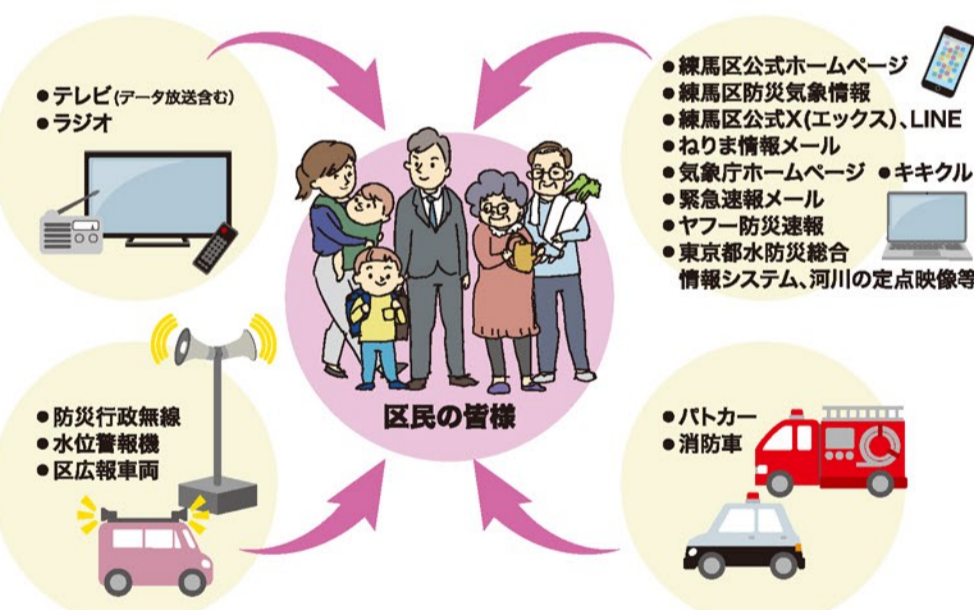
「避難」とは「難」を「避」けることです。避難所への避難だけでなく、安全な親戚・知人宅への避難や、自宅が安全な場合は自宅に留まるなど、日頃からどう行動するか決めておきましょう。

警戒レベル	避難行動等	区が発令する避難情報	区が参考とする防災気象情報
警戒レベル5	命の危険があることから直ちに安全を確保してください。	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫特別警報 土砂災害特別警報
警戒レベル4	危険な場所にいる方は全員速やかに避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示	大雨危険警報 氾濫危険警報 土砂災害危険警報
警戒レベル3	危険な場所にいる避難に時間を要する方(高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	高齢者等避難	大雨警報 土砂災害警報
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。		大雨注意報 土砂災害注意報
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。		早期注意情報

※ 避難所に避難を検討される場合は、必ず開設状況をホームページなどでご確認ください。

5. 情報収集

台風が接近する際、原則として最接近の2日前に、開設する避難所や区の事業、区立施設の休止についてお知らせします。また、前日には水災害時専用コールセンターを設置します。



水災害時専用コールセンター
☎ 03-5984-2569

日頃から情報の入手方法について確認しておきましょう。

情報収集手段

練馬区公式ホームページ
避難所の開設状況などが確認できます。

練馬区防災気象情報
区内の天気予報、雨量観測情報、河川の水位観測情報などが確認できます。

練馬区公式X(エックス)※@Twitter
練馬区公式LINE
最新情報などを配信します。

ねりま情報メール
区の防災気象情報(気象情報、土砂災害警戒情報、水位観測情報など)、避難情報および防災関係情報などを配信しています。登録は区ホームページをご覧ください。

気象庁ホームページ
現在発表されている防災気象情報などを確認できます。

河川の定点映像(ライブカメラ)
石神井川・白子川のリアルタイムの定点映像をYouTubeで確認できます。

緊急速報メール

災害・避難情報や、区内にいる携帯電話、スマートフォンに配信します。メールアドレスの登録は不要です。メールアドレスを問わず、配信対象エリア(練馬区の区域内)の携帯電話に対し一斉配信するため、アドレスの登録を行う必要はありません。

ヤフー防災速報

区からの緊急情報などを配信します。利用するには、専用のアプリをダウンロードまたはメール配信サービスの登録が必要です。詳しくはヤフー防災速報をご覧ください。

防災行政無線

避難情報などの重要な防災情報を防災行政無線により放送します。防災行政無線から放送された内容を、電話で確認することができます。電話:0120-707-111(通話無料)

区広報車両

災害の状況に応じて区域間を巡回します。

東京都水防災総合情報システム

東京都で観測している降雨量や河川の水位観測情報などをリアルタイムで提供しています。

キキクル(気象庁)

洪水・土砂・洪水の危険度分布を確認できます。

6. 水害への備えを万全に!

災害時の行動を決めよう!

水害に備えて家族構成や生活環境に合わせ、「いつ」「誰が」「何をするか」を時系列で整理し、いざというときに備えず安全に避難行動を取ることができるようしましょう。

東京都が作成した「東京マイ・タイムライン」をご覧ください。

避難の心得

正確な情報収集と早い避難

テレビ・ラジオ等で最新の防災気象情報や避難情報を注意し、危険を感じたら早めに安全な場所へ避難しましょう。避難所の開設状況は区ホームページなどでご確認ください。事前に避難所や避難経路について確認しておきましょう。

避難の開始

区から避難情報が発令されたら、避難しましょう。避難所への避難が危険な場合は、近隣の安全な場所への避難や建物内より安全な部屋等へ移動しましょう。

動きやすい格好、2人以上で避難

持ち物はリュックで、手は自由に、長靴よりひも付き運動靴で避難しましょう。避難するときは2人以上で行動し、隣近所に声をかけ合しましょう。

要配慮者の避難にご協力

高齢者・障害者・病弱者などが避難する際に困難な方が困難な方の避難支援にご協力ください。

危険な場所には近づかない

避難の際は、川沿いや鉄道・道路下のアンダーパスなど危険な場所は回避しましょう。やむを得ず浸水している場所を通る場合は、傘などの棒を使って安全を確かめましょう。

非常持ち出し品

必ず持ち出し品

- 飲料水
- 食料品
- 貴重品
- 衣類・下着
- 携帯電話と充電器
- 常用薬

感染症への備え

- マスク
- 消毒液
- 体温計

その他避難に必要なもの

ねりま情報メールにご登録ください

ねりま情報メールに配信される気象情報や避難情報などを受け取るようしましょう。

ぜひご登録をお願いします。

登録はこちら

日頃からの協力をお願いします

雨水ます周辺の清掃

雨水ますや側溝に物を置かない

地下施設には土のう、止水板の準備を

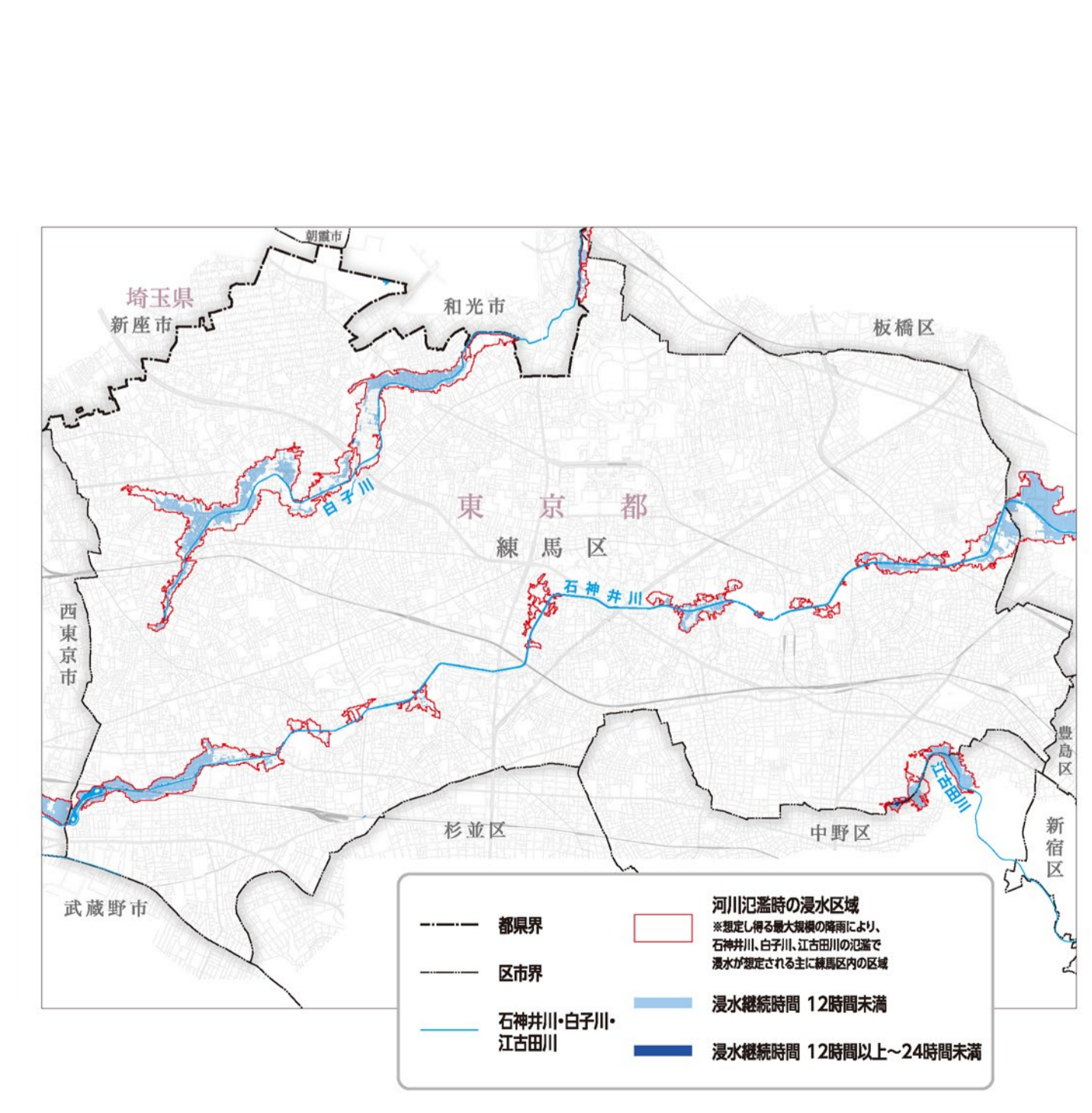
土のうを配付します

大雨による住宅への浸水に備えていただくため、希望する方に土のうを配付しています。

機関名	電話番号	該当地域
東部土木出張所	3994-0083	郵便番号176-179の地域
西部土木出張所	3995-0083	郵便番号177-178の地域

石神井川、白子川、江古田川が氾濫した場合の浸水継続時間(浸水深50cm以上)

この図は、想定し得る最大規模の降雨(時間最大雨量153mm、総雨量690mm)により、石神井川、白子川、江古田川が氾濫した場合の浸水深50cm以上の浸水継続時間を表示しています。



要配慮者利用施設と避難確保計画作成・訓練の実施

平成29年6月以降、水防法に基づく指定河川の浸水区域内にある要配慮者利用施設(※)は、避難確保計画(洪水時の円滑な避難のための計画)の作成と訓練の実施が義務付けられました。

※要配慮者利用施設
高齢者や障害者、乳幼児など避難の支援が必要な方が利用する施設

様々な治水対策

【調節池】

大雨時に洪水になることを防ぐため、河川からの水を一時的に貯めて調節し、河川の水位を下げる施設です。

白子川には、比丘形橋上流調節池、白子川下流調節池、比丘形橋下流調節池が、石神井川には、富士見池調節池があり、現在、新たにできる環状七号線地下広域調節池、城北中央公園調節池の2箇所の整備が進められています。

【下水道施設】

平成24年度に豊玉・中村地区に大規模な貯留管が、令和3年度に田柄地区に第二田柄幹線が整備されました。

防災関係機関一覧

機関名	住所	電話番号
練馬区役所	豊玉北6-12-1	3993-1111
練馬区役所(夜間・休日)		3993-1101(夜間・休日)
東部土木出張所	豊玉中3-28-8	3994-0083
西部土木出張所	石神井3-30-26	3995-0083
練馬警察署	豊玉北5-2-7	3994-0110
光が丘警察署	光が丘2-9-8	5998-0110
石神井警察署	石神井町6-17-26	3904-0110
練馬消防署	豊玉北5-1-8	3994-0119
光が丘消防署	光が丘2-9-1	5997-0119
石神井消防署	下石神井5-16-8	3995-0119
東京電力パワーグリッド 東京カスタマーセンター		0120-995-007
東京ガス お客様センター		0570-00-2211
東京都水道局練馬営業所	中村北1-9-4	5987-5330
東京都下水道局西部第二下水道事務所練馬出張所	豊玉北4-15-1	5999-5650
日本赤十字社東京支部	新宿区大久保1-2-15	5273-6741