

「わが家の避難計画」をつくろう

災害の種類ごとに、いつ、どこへ、誰と避難したら良いか、ハザードマップを参考に家族で話し合い、わが家の避難計画をつくりましょう。

ステップ① ハザードマップでわが家を探そう!



ステップ② わが家の災害の危険性を確認しよう!



①高潮による浸水想定区域と浸水の深さを確認しよう!

わが家は浸水想定区域に含まれていますか?

含まれています

→ 浸水の深さ
(例:1.0~3.0m)

含まれていません

m



②洪水による浸水想定区域と浸水の深さを確認しよう!

わが家は浸水想定区域に含まれていますか?

含まれています

→ 浸水の深さ
(例:1.0~3.0m)

m



③内水氾濫による浸水想定区域と浸水の深さを確認しよう!

わが家は浸水想定区域に含まれていますか?

含まれています

→ 浸水の深さ
(例:1.0~2.0m)

m



④土砂災害警戒区域を確認しよう!

わが家は土砂災害警戒区域に含まれていますか?

含まれています

→ 警 戒 区 域 急傾斜地 土石流 地すべり

含まれていません

特別警戒区域 急傾斜地 土石流



⑤津波による浸水想定区域と浸水の深さを確認しよう!

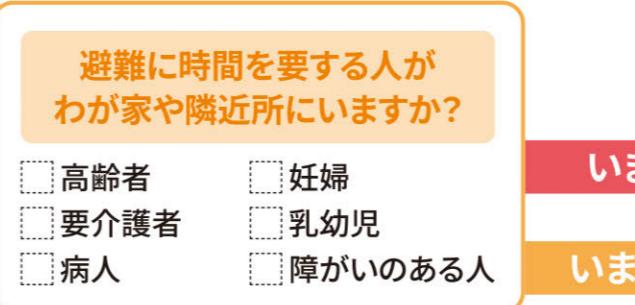
わが家は浸水想定区域に含まれていますか?

含まれています

→ 浸水の深さ
(例:1.0~3.0m)

m

ステップ③ ステップ2にあてはまる場合は避難行動判定フロー(2ページ)を参考にして、「誰と」「いつ」逃げるか決めておこう!



警戒レベル3
高齢者等避難

直ちに避難を開始します

警戒レベル4
避難指示

直ちに避難を開始します

⑥上記を参考に「誰と」「いつ」逃げるか決めましょう!

一緒に避難する人:

例:「家族と隣の○○さんなど」

支援してもらう人、あるいは支援する人の連絡先

わが家の避難するタイミング:

例:「警戒レベル4など」

ステップ④ 「どこ」に「どうやって」逃げるか決めておこう!

⑦自宅から避難先※までの移動時間を確認しよう! ※避難先:安全な親戚、知人宅や指定一般避難所など

わが家の避難先:

例:「○○小学校」「○○さん宅」など

避難の方法:

例:「徒歩」など

移動時間:

分

● 避難の準備

食料

- 飲料水(1人1日3リットルを目安)
 - 非常食(缶詰、乾パン、レトルト食品など)
 - 携帯食(チョコレート、キャンディーなど)
 - 粉ミルク、哺乳瓶(赤ちゃんがいる場合)
- 日頃から、7日分の食料と飲料水を、備蓄品として常備しておきましょう。



救急・安全対策

- 常備薬(胃腸薬、かぜ薬など)
- 包帯、ガーゼ、ばんそうこう
- 傷薬、消毒薬
- 持病のある方の薬
- お薬手帳
- ヘルメット、防災ずきん
- ホイッスル
- 除菌ティッシュ・除菌スプレー

衣類など

- 衣類(厚手の物と薄い物)
- 下着類
- タオル、毛布
- 手袋、軍手
- 寝袋
- 雨具
- スリッパ(シューズ)

貴重品

- 現金(小銭)
- 預貯金通帳、印鑑
- クレジットカード類
- 健康保険証
- マイナンバーカード、免許証など(本人確認できるもの)

日用品など

- ポリ袋(ビニール袋)
- 新聞紙
- ろうそく、ライター
- ナイフ、缶切り
- ラップフィルム
- ティッシュペーパー
- 懐中電灯(予備電池)
- 紙おむつ
- 携帯トイレ
- 生理用品
- 布ガムテープ
- ロープ
- 地図(ハザードマップ)
- 使い捨てカイロ