

制定“自家避难计划”

大家应以防灾地图为参考,与家人就避难地点、避难同行人员进行讨论,分别制定不同灾害的自家避难计划。

步骤 1 在防灾地图中找到自家的位置!

步骤 2 确认自家的受灾危险性!



暴潮

1 确认暴潮引起的预测淹水区域及淹水的深度!

自家是否处于**预测淹水区域**内?

是 否

淹水深度 (例:1.0-3.0m) m

防灾地图的标识示例

洪水

2 确认洪水引起的预测淹水区域及淹水的深度!

自家是否处于**预测淹水区域**内?

是 否

淹水深度 (例:1.0-3.0m) m

防灾地图的标识示例

内涝泛滥

3 确认内涝泛滥引起的预测淹水区域及淹水的深度!

自家是否处于**预测淹水区域**内?

是 否

淹水深度 (例:1.0-2.0m) m

防灾地图的标识示例

土石流灾害

4 确认土石流灾害警戒区域的位置!

自家是否处于**土石流灾害警戒区域**内?

是 否

土石流灾害警戒区域 陡坡斜面 土石流 山体滑坡

土石流灾害特别警戒区域 陡坡斜面 土石流

防灾地图的标识示例

海啸

5 确认海啸引起的预测淹水区域及淹水的深度!

自家是否处于**预测淹水区域**内?

是 否

淹水深度 (例:1.0-3.0m) m

防灾地图的标识示例

步骤 3 如符合步骤2中所列灾害的各项条件,应以避难行动判断流程(第2页)为参考,提前决定“与谁”、“何时”进行避难!

自家及近邻是否存在行动不便,避难需要花费较长时间的人?

老年人 孕妇 需要护理的人 婴幼儿 病人 残疾人

有 → 警戒等级3 老年人等避难 → 立即开始避难。

无 → 警戒等级4 避难指示 → 立即开始避难。

开始进行避难准备。

6 应以以上内容为参考,决定“与谁”、“何时”进行避难!

共同避难人员: 例:家人及邻居 ○ 先生/女士 等

请求别人提供帮助,或为别人提供帮助时,该当事人的联系方式

自家的避难时机: 例:警戒等级4 等

步骤 4 决定“以怎样的方式”逃往“何处”!

7 确认从自家到避难地点*所需的移动时间! *避难地点:亲戚、朋友家或“指定一般避难所”等安全地点

自家的避难地点: 例:○○小学、○ 先生/女士家 等

避难方法: 例:徒步 等 移动时间: 分钟

避难的准备 为确保能够顺利避难,应在日常生活中将必需品集中装入双肩包等包具中,并存放于便于携带的位置。此外,避难时应尽量背负物品,确保双手自由,并穿着便于活动的安全服装。

食品	急救·安全对策	贵重品
<input type="checkbox"/> 饮用水(大致标准为每人每天3升) <input type="checkbox"/> 应急食品(罐头、面包干、袋装即食食品等) <input type="checkbox"/> 便携食品(巧克力、糖果等) <input type="checkbox"/> 奶粉、奶瓶(如有婴儿同行时) 应在日常生活中将7天用量的食品、饮用水作为储备物资进行筹备。	<input type="checkbox"/> 常备药品(肠胃药、感冒药等) <input type="checkbox"/> 创可贴、纱布、绷带 <input type="checkbox"/> 慢性病患者的用药 <input type="checkbox"/> 用药记录手册 <input type="checkbox"/> 安全套、防蚊头巾 <input type="checkbox"/> 哨子 <input type="checkbox"/> 杀菌纸巾、杀菌喷剂	<input type="checkbox"/> 现金(零钱) <input type="checkbox"/> 银行存折、印章 <input type="checkbox"/> 信用卡类 <input type="checkbox"/> 健康保险证 <input type="checkbox"/> 个人编号卡、驾驶执照等(可证明身份的证件)
服装等	日用品等	
<input type="checkbox"/> 服装类(不同面料厚度的衣服) <input type="checkbox"/> 内衣类 <input type="checkbox"/> 毛巾、毛毯 <input type="checkbox"/> 各种手套 <input type="checkbox"/> 睡袋 <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 拖鞋(便鞋)	<input type="checkbox"/> 塑料袋 <input type="checkbox"/> 报纸 <input type="checkbox"/> 蜡烛、打火机 <input type="checkbox"/> 刀具、开罐器 <input type="checkbox"/> 保鲜膜 <input type="checkbox"/> 纸巾 <input type="checkbox"/> 手电筒(备用电池)	<input type="checkbox"/> 便携式收音机(备用电池) <input type="checkbox"/> 手机(充电器、电池) <input type="checkbox"/> 书写用品(油性马克笔) <input type="checkbox"/> 梳洗用品 <input type="checkbox"/> 口罩 <input type="checkbox"/> 眼镜 <input type="checkbox"/> 一次性暖贴
		<input type="checkbox"/> 纸尿裤 <input type="checkbox"/> 便携式马桶 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 布胶带 <input type="checkbox"/> 绳索 <input type="checkbox"/> 地图(防灾地图)