

「わたしの避難計画」作成手順

「わたしの避難計画」の作成前に
事前確認_1～3を確認しましょう。

事前確認_1 災害の危険性を確認する。

- ・ハザードマップで、自宅や学校、勤務先など、普段自分が過ごす場所の危険性を確認しましょう。

事前確認_2 避難先を確認する。

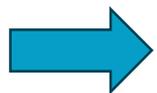
- ・災害の種類(「風水害」や「地震」など)により、避難先は異なります。
- ・災害の種類別に、縁故避難先や、地域の避難先、指定避難所などを確認しましょう。

事前確認_3 避難経路を確認する。

- ・自宅等から「避難先」へ避難するまでの、安全な避難経路を確認しましょう。

「わたしの避難計画」を作る。

- ・事前確認_1～3の内容を整理して、「わたしの避難計画」を作成します。



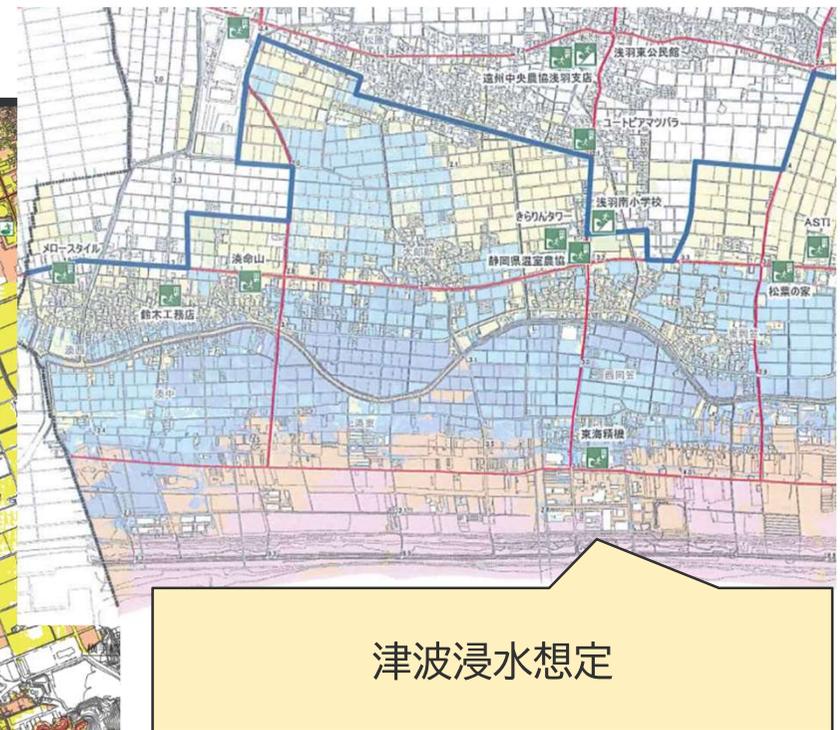
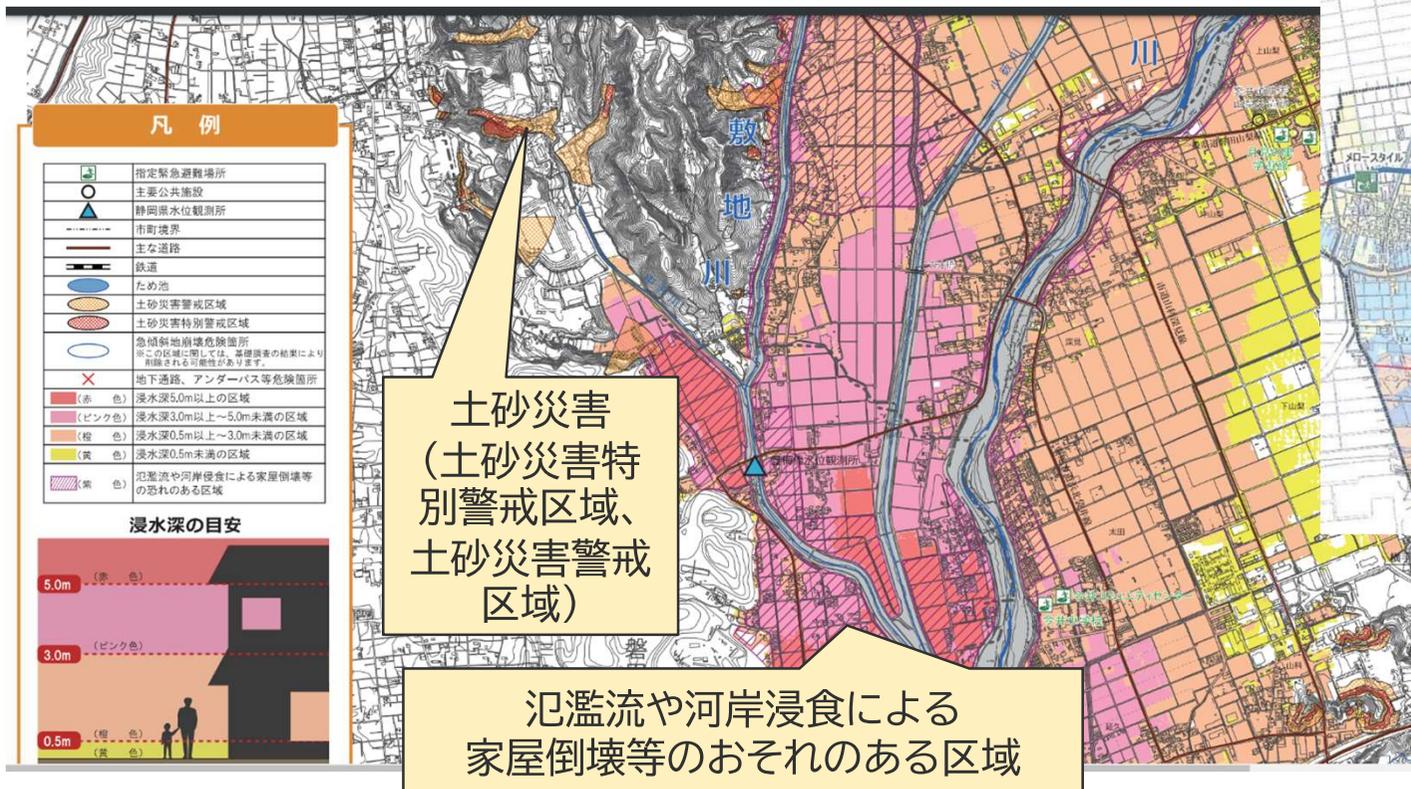
事前確認 1 災害の危険性を確認する①

各種ハザードマップを見て、

自宅周辺や避難場所までのルートにどのような**災害の危険性があるか確認**しましょう。

災害種別や自宅の立地条件により、**避難のタイミングは異なります。**

災害ごとにハザードマップを見て、どのような危険性がある確認しましょう。



事前確認 1

災害の危険性を確認する①

各種ハザードマップを確認し、自宅や勤務先等の危険性を確認しましょう。

自宅は、浸水区域〇m
勤務先は、海岸から〇〇m

地震の場合は、〇〇小学校へ、
洪水の場合、〇〇小学校は、
浸水区域だから、□□コミュニ
ティセンターへ避難かな…



津波のとき

(P5)

- 自宅が対象区域内か確認しましょう
ただし、海岸にいる場合はすぐ避難
- 津波注意報が発表されたら…
- 津波警報が発表されたら…
- 大津波警報が発表されたら…

洪水のとき

(P13)

- 自宅が対象区域内か確認しましょう
- 大雨警報・洪水警報が発表されたら…
・テレビのデータ放送で情報収集
- 氾濫警戒情報が発表されたら…
- 高齢者等避難が発令されたら…
- 氾濫危険情報が発表されたら…
- 避難指示が発令されたら…

自宅は、津波浸水区域かな？

避難警報が発表されたら、
〇〇命山へ避難しよう。



事前確認 1 災害の危険性を確認する②

自然災害に対しては、自らの判断で避難行動をとることが原則です。各ハザードマップや、市からの避難情報、気象庁の発表する情報などを、TVやスマートフォンなどを使用して、情報入手し、避難行動にとりましょう。

気象情報等は、次の方法で入手できます。積極的に情報入手して、適切な避難行動につなげましょう。

市 メローねっと  <ul style="list-style-type: none">・災害情報・気象情報・同報無線 など・市からメールやLINEでお知らせします。	同報無線  <p>市内の屋外スピーカーから避難情報等を発信します。(メローねっとでも配信を受けることができます。)</p>	県 静岡県総合防災アプリ  <p>静岡県の様々な防災情報を取得できます。</p>
袋井市ホームページ  <p>避難情報、避難所の開設場所などをお知らせします。</p>	袋井市気象観測システム  <p>市内の雨量や風速等の気象状況、水位計や浸水計による河川の状況が確認できます。</p>	静岡県土木総合防災情報サイボスレーダー  <p>河川情報、防災情報、気象情報等をインターネットで確認できます。</p>
その他 テレビ(データ放送)  <p>ニュースなどで最新情報を入手しましょう。データ放送では、災害情報や避難情報が配信されます。</p>	キキクル(危険度分布)  <p>土砂災害、浸水害、洪水等の危険度分布を確認できます。</p>	NHKニュース防災  <p>NHKニュースの公式防災情報アプリです。</p>



避難時に取るべき行動とは

小中学校やコミュニティセンター等に行くことだけが避難ではありません。

「避難」とは「難」を「避」けること。具体的な避難時の行動に、下の4つの行動があります。



普段からどう行動するか決めておきましょう

事前確認__1 災害の危険性を確認する③

災害の種類ごとに、避難のタイミングを確認しましょう。

<地震のとき>

- 緊急地震速報、南海トラフ地震臨時情報など
- 強い揺れがおさまったら

<津波のとき>

- 緊急地震速報、南海トラフ地震臨時情報、津波・大津波警報など
- 強い揺れや弱くても長い揺れを感じたら

<洪水のとき>

- 浸水のおそれがある低地では、大雨警報・洪水警報の発表で避難の検討
- 河川の水位が避難判断水位を超え、**高齢者等避難**や**避難指示**の発令
※全ての世帯で最適なタイミングとは限らないことに注意

<土砂災害のとき>

- 土砂キキクルに「警戒(赤)」が現れたら
- **高齢者等避難**や**避難指示**の発令
※全ての世帯で最適なタイミングとは限らないことに注意

事前確認 2 避難先を確認する

災害種別ごとの「避難場所」と、避難生活を送る「避難所」を確認しましょう。
 ※市の指定避難所や地域の公会堂以外も、安全な場所であれば、避難先です。

災害ごとに避難できる場所は異なります。事前に確認しましょう。

● 袋井市指定緊急避難場所・指定避難所

1 指定緊急避難場所

災害が発生し又は発生するおそれがある場合、命を守るため、その危険から緊急的に逃れる避難場所として、洪水や津波などの災害の種類ごとに定めています。

2 指定避難所

自宅が損壊し、生活できなくなった被災者が一定期間滞在する施設を指します。

3 袋井市指定緊急避難場所・指定避難所一覧

【凡例】「○」：避難可能
「-」：避難不可

番 号	管轄 支部	避難所			支部 (19)	救護所 (7)	指定緊急避難場所					指定 避難所
		名 称	住 所	電話番号 (0538)			洪水	土砂	地震	津波	火事	
1	三川	三川コミュニティセンター (さんさん会館)	友永147	49-0393	◎	-	○※1	○	○	○	○	○
2		三川小学校	友永38	48-6197	-	-	○※1	○	○	○	○	○
3		三川幼稚園	友永113-1	48-6429	-	-	-	○	○	○	○	○
4	宇刈	宇刈いきいきセンター	宇刈1121-1	49-3030	-	-	○	○	○	○	○	○
5		山梨こども園	春岡1-8-7	48-6145	-	-	○	○	○	○	○	○
6	山梨	山名小学校	春岡684	48-6295	◎	-	○	○	○	○	○	○
7		山名コミュニティセンター	上山梨4-3-1	49-3401	◎	◎	○	○	○	○	○	○
8	下山梨	月見の里学遊館	上山梨4-3-7	49-3400	-	-	○	○	○	○	○	○
9		周南中学校	下山梨1-1-1	48-6239	◎	-	○	○	○	○	○	○
10	今井	今井コミュニティセンター	太田687	43-3388	-	-	○※2	○	○	○	○	○
11		今井小学校	太田692	42-2950	◎	-	○※2	○	○	○	○	○
12		今井幼稚園	太田723-1	42-2951	-	-	-	○	○	○	○	○

命を守るために緊急的に避難する「指定緊急避難場所」と、自宅等が壊れて一時的に避難する「指定避難所」は異なることに注意しよう！



※1 1階が浸水想定区域内のため2階に避難。ただし家屋倒壊等氾濫想定区域内

※2 1階が浸水想定区域内のため2階に避難。

事前確認_3 避難経路を確認する

「避難先」へ避難する道順・経路を確認しましょう。

- ・自宅から、避難先までの道順・経路を、実際歩いて、何分かかかるのか、途中危ない場所(土砂崩れ、浸水等)がないか、確認してみましょう。



避難先へ向かう道は、浸水しないかな？
アンダーパスは通れるかな？



「わたしの避難計画」を作しましょう

事前確認_1~3の内容を整理して、「わたしの避難計画」を作成します。

1 災害種別ごとに、避難行動のタイミングを考えましょう。

災害種別	命を守る避難行動
	避難行動のタイミング
地震のとき (P1)	<ul style="list-style-type: none"> ●緊急地震速報がでたら（グラっときたら） <ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて、自分の身を守る 机の下へ避難する。 ●揺れがおさまったら <ul style="list-style-type: none"> ・火元・ブレーカーの確認、家族の安否確認 家族の安全を確認する。 ●ご近所の被害状況の確認 <ul style="list-style-type: none"> 隣の家に声かけする。
	<ul style="list-style-type: none"> ★南海トラフ地震臨時情報により「避難情報」がでたら（P3）
	<ul style="list-style-type: none"> ●1週間程度の避難が必要となる場合があります 避難先などを決めましょう
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>自宅が対象区域内か確認しましょう ただし、海岸にいる場合はすぐ避難
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>津波注意報が発表されたら… 避難方法、非常用持出品を確認する。 <input type="checkbox"/>津波警報が発表されたら… 〇〇命山へ避難する。
津波のとき (P5)	

災害の種類(地震、津波、洪水、土砂災害)や、自宅の立地条件、家族構成、一人ひとりの生活状態などにより、それぞれの避難のタイミングは異なります。

高齢者や、体が不自由な方は、早めの避難行動をとりましょう。

自分の住んでいる地域の災害リスクに応じた避難行動を考えましょう。

津波の浸水リスク、川の浸水リスクはあるかな？



「わたしの避難計画」を作しましょう

事前確認_1~3の内容を踏まえて、「わたしの避難計画」を作成します。

2 災害種別ごとに、避難先を検討しよう。

一時的避難・避難生活	避難手段 避難時間
避難先 ※分散避難に基づき考えよう	
<input checked="" type="checkbox"/> 縁故避難先	
<input checked="" type="checkbox"/> 親戚： <u>おじいちゃんの家</u>	徒歩5分
<input checked="" type="checkbox"/> 知人： <u>〇〇さんの家</u>	徒歩10分
<input checked="" type="checkbox"/> 在宅避難（屋内・車庫・庭） 家の2階	
<input checked="" type="checkbox"/> 地域の避難先 〇〇公会堂	徒歩10分
<input checked="" type="checkbox"/> 指定避難所 〇〇小学校	徒歩15分

「避難」とは
「難」を
「避」けること。



自宅が安全であれば「在宅避難」や、「縁故避難」も避難先として考えましょう。

避難経路を実際に確認して、安全な避難手段と避難時間を確認しましょう。

「わたしの避難計画」を作しましょう

事前確認_1~3の内容を踏まえて、「わたしの避難計画」を作成します。

3 非常持出品・非常用備蓄品を確認しよう。

・非常持出品
・非常備蓄品
チェック項目
(P24参照)

非常持出品

- いつも飲んでいる薬
- おくすり手帳
- 保険証
- 免許証
- マイナンバーカード
- メモ用紙、筆記用具
- 通帳・印鑑
- 飲料水
- 食料
- 携帯電話・充電器・
モバイルバッテリー
- 着替え（上下・下着）
- タオル・毛布など
- 靴（上履き、下履き）
- 衛生用品・生理用品

非常用持出品や非常備蓄品を確認しましょう。
一人・ひとりの生活状況によって、必要なものは異なります。
家族構成にあわせて必要な物品を追加しましょう。

ローリングストックを活用して、備蓄に備えましょう。
日常生活に近い食事ができると、避難生活も安心です。

毎日飲んでいる薬は、
入っているかな？

現金も入れておこう。



チョコレートや飴など、
好きなお菓子も
少し入れておこう。
心がほっとするよ。

「わたしの避難計画」を共有しましょう。

「わたしの避難計画」が完成したら、家族等へ共有しましょう。

「わたしの避難計画」が完成したら、家族などに共有しましょう。

自分の健康状態や、生活環境に変化があった場合などは、内容の見直しを行いましょ。

わたしの避難計画

災害の種類、また自宅の立地条件、家族構成、一人ひとりの生活状態などにより、各個人での避難のタイミングは異なります。避難行動とは、自然災害から「命を守るための行動」です。「自分の命は自分で守る」ために、慌てることなく、早めの避難行動がとれるよう、あらかじめ、災害ごとに、各個人の「避難計画」を作成しましょう。

※各ハザードマップは、地図情報配信サービス「どまんなか袋井navi(ナビ)」や静岡県GISで確認できます。
URL: <https://www.city.fukuroshizuoka.jp/soshiki/3/1/bosai/13068.html>

避難計画	命を守る避難行動	一時的避難・避難生活	避難手段 避難時間	非常持出品 非常備蓄品 チェック項目 (P24参照)
地震・津波	避難行動のタイミング ●緊急地震速報がでたら(クラッときたら) ・落ちついて、自分の身を守る ●揺れがおさまったら ・火元・ブレーカーの確認、家族の安全確認 ●ご近所の被害状況の確認	避難先 ※多数避難に基づき考えよう <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 職域: <input type="checkbox"/> 知人: <input type="checkbox"/> 在宅避難(屋内・車庫・庭)		非常持出品 <input type="checkbox"/> いつも飲んでる薬 <input type="checkbox"/> おくすり手帳 <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 免許証 <input type="checkbox"/> マイナンバーカード <input type="checkbox"/> メモ用紙、筆記用具 <input type="checkbox"/> 連絡帳・印鑑 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 食料 <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器・モバイルバッテリー <input type="checkbox"/> 着替え(上下・下着) <input type="checkbox"/> タオル・毛布など <input type="checkbox"/> 靴(上履き、下履き) <input type="checkbox"/> 衛生用品・生理用品 <input type="checkbox"/> 消毒液・ハンドソープ <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> マスク・体温計 <input type="checkbox"/> トイレレットペーパーなど <input type="checkbox"/> ボイラー(ゴミ袋) <input type="checkbox"/> 現金(小銭) <input type="checkbox"/> 懐中電灯(電池) <input type="checkbox"/> ラジオ・携帯テレビ <input type="checkbox"/> ヘルメット
	●南海トラフ地震臨時情報により「避難情報」がでたら(P3) ●1週間程度の避難が必要となる場合があります 避難先などを決めましょう <input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう たし、海岸に在る場合はすぐ避難 <input type="checkbox"/> 津波注意警報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 津波警報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 津波警報が発表されたら...	<input type="checkbox"/> 地域での避難先 <input type="checkbox"/> 指定避難所 <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 職域: <input type="checkbox"/> 知人: <input type="checkbox"/> 地域での避難先 <input type="checkbox"/> 指定避難所		
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報、洪水警報が発表されたら... テレビのデータ放送で情報収集 <input type="checkbox"/> 冠水警戒情報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 冠水警戒情報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 冠水警戒情報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 冠水警戒情報が発表されたら...	<input type="checkbox"/> 在宅避難(2階以上に避難) <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 職域: <input type="checkbox"/> 知人: <input type="checkbox"/> その他避難先(安全なホテル等) <input type="checkbox"/> 指定避難所		非常備蓄品 <input type="checkbox"/> 飲料水 1人3日×7日分 <input type="checkbox"/> 非常食 1人7日分 <input type="checkbox"/> カセットコンロ・ボンベ <input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル <input type="checkbox"/> 割り箸・紙コップ <input type="checkbox"/> 衛生用品・生理用品 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> LED照明 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> キャンプ用品 <input type="checkbox"/> タオル・毛布
土砂災害 <input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう ※地図情報配信サービス「どまんなか袋井navi(ナビ)」や県GISで確認してください。 <input type="checkbox"/> 冠水警戒情報が発表されたら... <input type="checkbox"/> 土砂キキクルに「警戒(赤)」が出現したら... <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら...	<input type="checkbox"/> 在宅避難(2階以上に避難) <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 職域: <input type="checkbox"/> 知人: <input type="checkbox"/> その他避難先(安全なホテル等) <input type="checkbox"/> 指定避難所			

※土砂キキクル(大雨警報(土砂災害)の危険度分布)

「自分の命は自分で守る。」
いざという時に慌てないように、日ごろから検討しておきましょう。

