わたしの避難計画「作成ガイド」

～ 浜松市（都田･新都田地区）版 ～

静岡県･浜松市
令和6年10月作成

目 次

大雨の時 （ 河川氾濫の危険･ 土砂災害の危険 ）

手順❶ 避難に時間がかかる人がいるか確認する ････････････････････ 1ページ

手順❷ 自宅の災害リスクを確認し、記入する ･･････････････････････ 2ページ

手順❸ 「避難のタイミング」、「避難先」、「情報収集手段」を確認し、記入する 3ページ

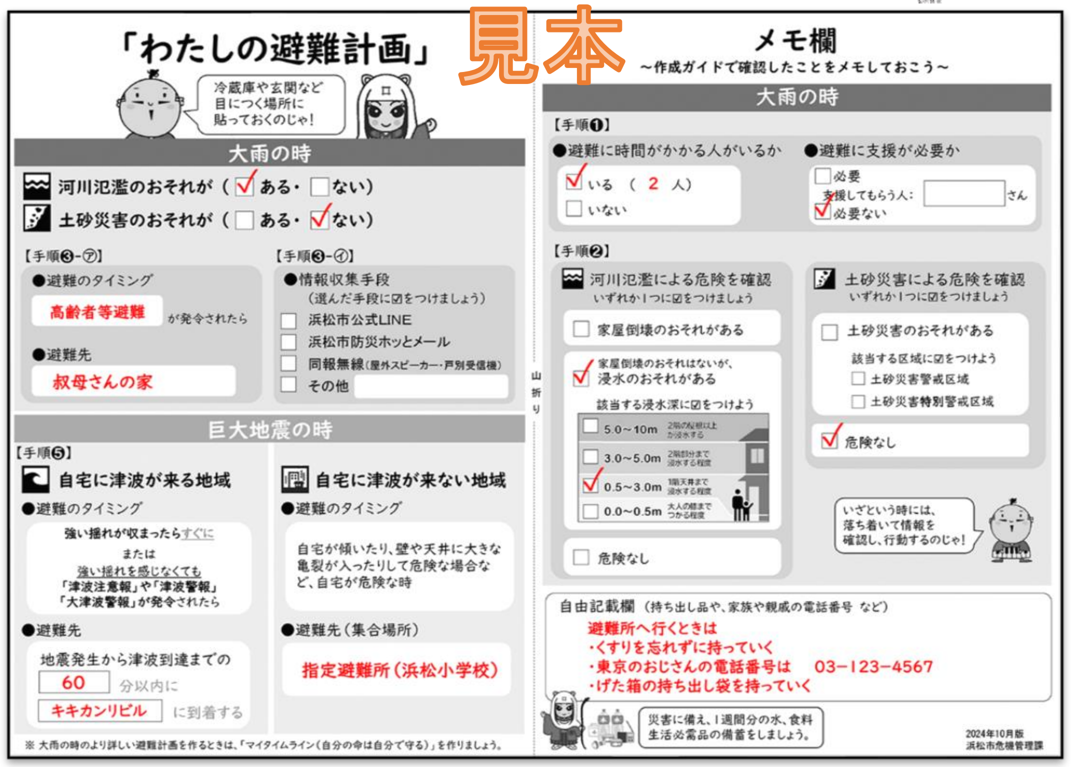
巨大地震 ･ 津波が発生したら･･･

手順❹ 巨大地震が発生した時の災害リスクを確認する ･･････････････ 4ページ

手順❺ 「避難のタイミング」、「避難先」を確認し、記入する ････････････････ 4ページ

WEB版

パソコンやスマホでも、
作成できます。（オススメ!）



「わたしの避難計画」 見本

冷蔵庫や玄関など目につく場所に貼っておくのじゃ!

大雨の時

河川氾濫のおそれが（☑ある･ □ない）
土砂災害のおそれが（□ある･ ☑ない）

【手順❸-㋐】
●避難のタイミング
高齢者等避難 が発令されたら
●避難先
叔母さんの家

【手順❸-㋑】
●情報収集手段
（選んだ手段に☑をつけましょう）
□ 浜松市公式LINE
□ 浜松市防災ホッとメール
□ 同報無線（屋外スピーカー･戸別受信機）
□ その他

巨大地震の時

【手順❺】
自宅に津波が来る地域
●避難のタイミング
強い揺れが収まったらすぐに
または
強い揺れを感じなくても
「津波注意報」や「津波警報」
「大津波警報」が発令されたら
●避難先
地震発生から津波到達までの 60 分以内に
キキカンリビル に到着する

自宅に津波が来ない地域
●避難のタイミング
自宅が傾いたり、壁や天井に大きな亀裂が入ったりして危険な場合など、自宅が危険な時
●避難先（集合場所）
指定避難所（浜松小学校）

※ 大雨の時のより詳しい避難計画を作るときは、「マイタイムライン（自分の命は自分で守る）」を作りましょう。

山折り

メモ欄
～作成ガイドで確認したことをメモしておこう～

大雨の時

【手順❶】
●避難に時間がかかる人がいるか
☑いる （ 2 人）
□いない
●避難に支援が必要か
□必要
支援してもらう人： さん
☑必要ない

【手順❷】
河川氾濫による危険を確認
いずれか1つに☑をつけましょう
□ 家屋倒壊のおそれがある
☑ 家屋倒壊のおそれはないが、浸水のおそれがある
該当する浸水深に☑をつけよう
□ 5.0～10m 2階の軒裏以上が浸水する
□ 3.0～5.0m 2階部分まで浸水する程度
☑ 0.5～3.0m 1階天井まで浸水する程度
□ 0.0～0.5m 大人の膝までつかる程度
□ 危険なし

土砂災害による危険を確認
いずれか1つに☑をつけましょう
□ 土砂災害のおそれがある
該当する区域に☑をつけよう
□ 土砂災害警戒区域
□ 土砂災害特別警戒区域
☑ 危険なし

いざという時には、落ち着いて情報を確認し、行動するのじゃ!

自由記載欄（持ち出し品や、家族や親戚の電話番号 など）
避難所へ行くときは
・くすりを忘れずに持っていく
・東京のおじさんの電話番号は 03-123-4567
・げた箱の持ち出し袋を持っていく

災害に備え、1週間分の水、食料生活必需品の備蓄をしましょう。

2024年10月版
浜松市危機管理課

ガイドに沿ってこれをつくっていくのじゃ!

手順❶ 避難に時間がかかる人がいるか確認する

避難に時間がかかる人がいる場合

・避難するタイミングは 「**高齢者等避難**」となります。
・避難に「支援が必要な方」は、支援してもらう方を決めてお願いしておきましょう。

➢ **確認した内容を「わたしの避難計画のメモ欄」に記入しましょう。**

山折り

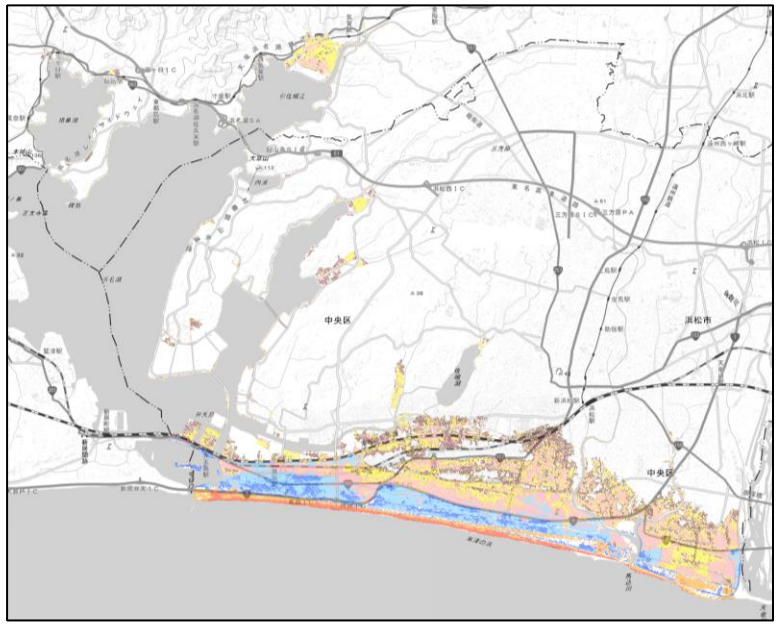
巨大地震・津波が発生したら･･･

手順❹ 巨大地震が発生した時の災害リスクを確認する

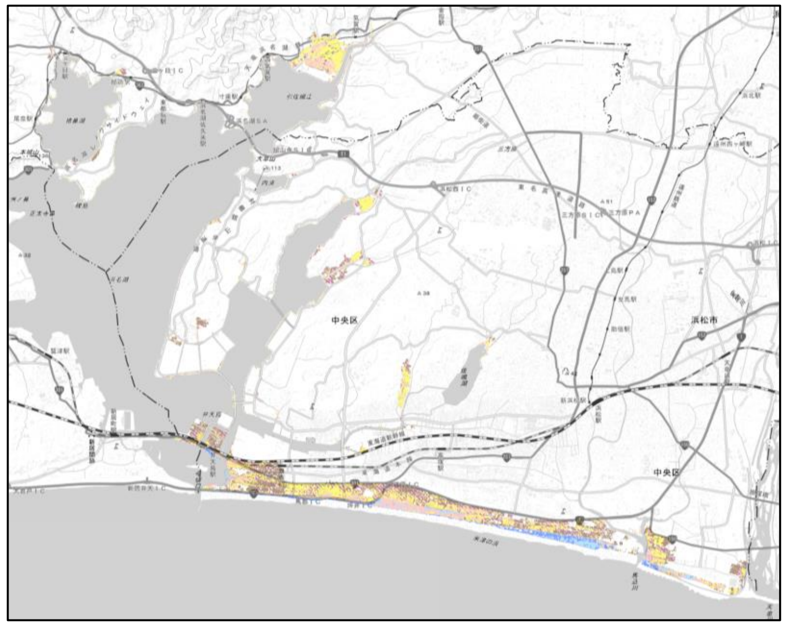
地震･･･巨大地震の時には最大で「震度7」の揺れが来ます。

津波･･･ ・自宅に、津波が「来るのか」、「来ないのか」？ ・自宅に来ない場合は、市内でどこまで津波が来るのか を「津波浸水域図」で確認しましょう。

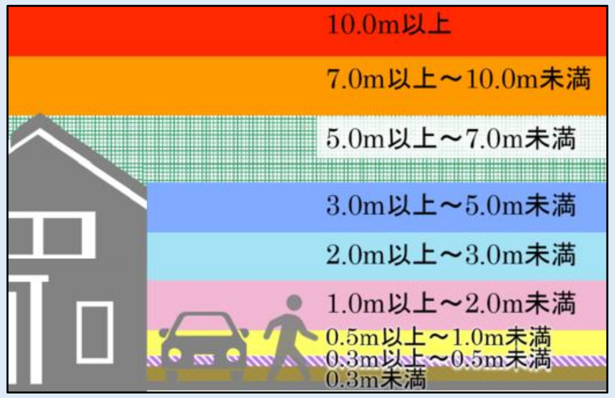
＜津波浸水想定区域図（防潮堤整備前）＞
（南海トラフ陸側レベル2）



＜津波浸水想定区域図（防潮堤整備後）＞
（南海トラフ陸側レベル2）



凡 例



※防潮堤整備後の浸水域図は、浜松市沿岸域防潮堤、馬込川水門等の施設が最大限効果を発揮した場合を仮定して検討したものであり、防潮堤整備により浸水しなくなると想定した地域においても津波による浸水の危険がなくなるということではありません。

防災マップ

津波は遠州灘沿岸部で約20分、奥浜名湖付近で約60分後に市街地に流入します。より詳細な情報は、「浜松市防災マップ」等で確認することができます。

手順❺ 「避難のタイミング」、「避難先」を確認し、記入する

津波が来る場合

津波が到達するまでに、たどり着くことができる「避難先※」に避難します。
➢ **到達時間** と **避難先** を、「**わたしの避難計画**」に記入しましょう。

津波が来ない場合

自宅が危険な場合は、あらかじめ決めておいた「避難先※」に避難します。
➢ **避難先（集合場所）**を、「**わたしの避難計画**」に記入しましょう。

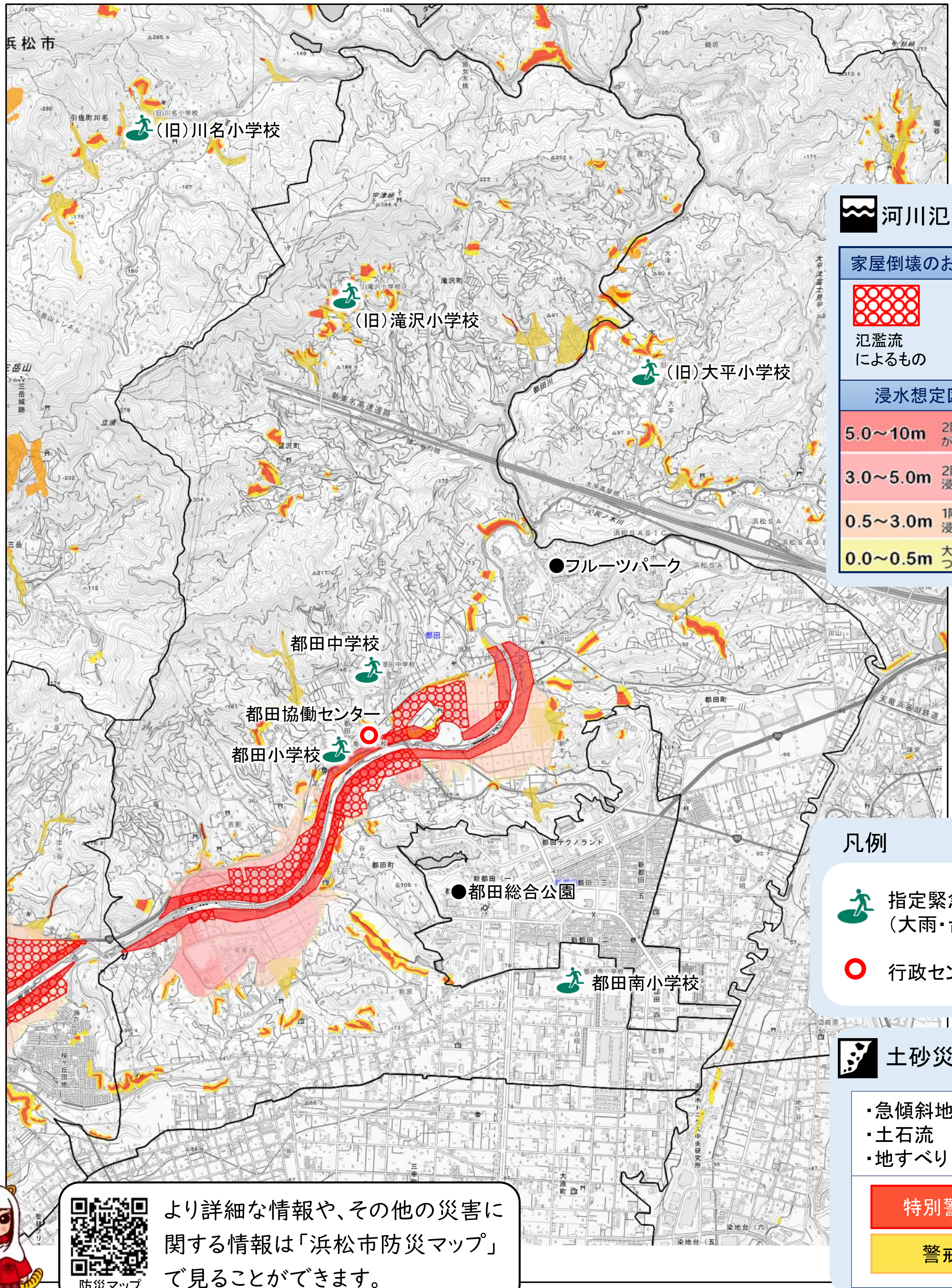
※緊急避難場所、津波避難ビル等が分からない場合は、「浜松市防災マップ」等で確認しましょう。

手順❷　自宅の災害リスクを確認し、記入する

➢ 下のハザードマップで、家屋倒壊や浸水、土砂災害のおそれがある地区に住んでいるかを確認し、**「わたしの避難計画のメモ欄」**に記入しましょう。

自宅に危険があるか確認するのじゃ！

＜都田・新都田地区水害ハザードマップ＞



河川氾濫 による危険

家屋倒壊のおそれのある区域	
氾濫流によるもの	河岸浸食によるもの

浸水想定区域（浸水深）	
5.0～10m	2階の屋根以上が浸水する
3.0～5.0m	2階部分まで浸水する程度
0.5～3.0m	1階天井まで浸水する程度
0.0～0.5m	大人の膝までつかる程度

凡例

- 指定緊急避難場所（大雨・台風等）
- ○ 行政センター・支所等

土砂災害 による危険

・急傾斜地の崩壊
・土石流
・地すべり

- 特別警戒区域
- 警戒区域

防災マップ　より詳細な情報や、その他の災害に関する情報は「浜松市防災マップ」で見ることができます。

谷折り

手順❸「避難のタイミング」、「避難先」、「情報収集手段」を確認し、記入する

㋐矢印をたどって、避難のタイミング・避難先を決め、「わたしの避難計画」に記入しましょう。

- 「土砂災害」の危険がある場所にお住まいですか？
  - はい → 避難に時間がかかる人はいますか？へ
  - いいえ → 「家屋倒壊のおそれのある区域」にお住まいですか？
    - はい → 避難に時間がかかる人はいますか？へ
    - いいえ → 川が氾濫した場合、自宅は浸水しますか？
      - いいえ → ●避難先 ※1 **自宅に留まる**
      - はい → 「浸水深」より高い場所に居室がありますか？
        - はい → ●避難のタイミング **「避難指示」が発令されたら** ●避難先 ※1 **浸水しない高さにある居室**
        - いいえ → 避難に時間がかかる人はいますか？へ
- 避難に時間がかかる人はいますか？
  - はい → 安全な場所に住んでいて頼れる親戚や知人はいますか？
    - はい → ●避難のタイミング ※2 **「高齢者等避難」が発令されたら** ●避難先 **〇〇さんの家**
    - いいえ → ●避難のタイミング ※2 **「高齢者等避難」が発令されたら** ●避難先 ※2 **・〇〇小学校 ・その他**
  - いいえ → 安全な場所に住んでいて頼れる親戚や知人はいますか？
    - はい → ●避難のタイミング ※2 **「避難指示」が発令されたら** ●避難先 **〇〇さんの家**
    - いいえ → ●避難のタイミング ※2 **「避難指示」が発令されたら** ●避難先 **・〇〇小学校 ・その他**

※１　水が引くまでの間の「飲み水・食料」や「簡易トイレ」などの<u>備蓄を準備しておこう</u>！
※２　避難する際は、安全に避難できるうちに避難しよう！

㋑「情報収集手段」を決め、「わたしの避難計画に記入しましょう。

【避難情報や避難所の開設状況】

- LINE公式アカウント しゃんべぇ情報局
- 浜松市防災ホッとメール
- ・同報無線（屋外スピーカー、戸別受信機）
- ・テレビ ⓓボタン
- ・ラジオ（FM Haro!）

【気象情報や河川水位情報】

- 川や気象 防災情報なら ここ!! サイポスレーダー
- 気象庁キキクル Japan Meteorological Agency