

# 「わたしの避難計画」



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③-ア】

#### ●避難のタイミング

が発令されたら

#### ●避難先

### 【手順③-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
- 浜松市防災ホットメール
- 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⑤】

#### 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

分以内に  
 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)

※ 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)」を作ります。

# 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①】

#### ●避難に時間がかかる人がいるか

いる (  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②】

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



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)



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。