

# 「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

土砂災害のおそれが (  ある・  ない )

河川氾濫のおそれが (  ある・  ない )

### 【手順③-㉗】

#### ●避難のタイミング

が発令されたら

#### ●避難先

### 【手順③-㉘】

#### ●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⑥】

#### 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

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】

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

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-

<input type="checkbox"/> 5.0~10m	2階の屋根以上 が浸水する
<input type="checkbox"/> 3.0~5.0m	2階部分まで 浸水する程度
<input type="checkbox"/> 0.5~3.0m	1階天井まで 浸水する程度
<input type="checkbox"/> 0.0~0.5m	大人の膝まで つかる程度

- 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。

# 「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

土砂災害のおそれが (  ある・  ない )

河川氾濫のおそれが (  ある・  ない )

### 【手順③-⑦】

#### ●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③-①】

#### ●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⑥】

**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

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)**

## 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 ( **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②】

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

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-

<input type="checkbox"/> 5.0～10m	2階の屋根以上 が浸水する
<input type="checkbox"/> 3.0～5.0m	2階部分まで 浸水する程度
<input checked="" type="checkbox"/> 0.5～3.0m	1階天井まで 浸水する程度
<input type="checkbox"/> 0.0～0.5m	大人の膝まで つかる程度

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行く
- ・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行く



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。