

「わたしの避難計画」

冷蔵庫や玄関など
目につく場所に
貼っておこう!



大雨の時



土砂災害

●避難のタイミング

●避難先

●情報収集手段 (●を塗りつぶす)

- 危機管理情報・同報無線情報メール
- 沼津市公式防災アプリ
- その他

巨大地震の時



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」が発表されたら

●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

強い揺れが収まったら

●避難先(集合場所)

※ 自治会で決められている場所

その後
に判断

→ 自宅が危険な場合は
指定避難所へ

→ 自宅にいても安全な場合は
自宅待機

～作成ガイドで確認したことをメモしておこう～



土砂災害による危険

(いずれか1つに☑をつけておく)

土砂災害のおそれあり

[] を [] で囲もう

土砂災害警戒区域に住んでいる

土砂災害特別警戒区域に住んでいる

危険なし



津波による危険

(いずれか1つに☑をつけておく)

津波浸水のおそれあり

危険なし



いざという時には、
パニックにならないで
落ち着いて
確認、行動しよう!

●津波到達時間(1cm)

[下から選んで□で囲もう]

- 30分以上
- 25分以上30分未満
- 20分以上25分未満
- 15分以上20分未満
- 10分以上15分未満
- 5分以上10分未満
- 5分未満

●津波浸水深 [下から選んで□で囲もう]

4m以上	鉄筋コンクリートの建物も破壊される恐れ
2m～4m未満	2階軒下まで浸水する程度(木造家屋は全面破壊)
1m～2m未満	1階軒下まで浸水する程度
0.3m～1m未満	大人の腰までの高さ(人命に影響する恐れ)
0m～0.3m未満	大人のすねまでの高さ(歩行の自由が奪われる)

自由記載欄 (持ち出し品や、家族や親戚の電話番号 など)

大地震に備え、1週間分の水・食料・生活必需品の備蓄をしましょう!

