

「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！



～作成ガイドで確認したことをメモしておこう～

【家族の状況】

●避難に時間のかかる人

(支援してくれる人)

いる _____人

(連絡先)

いない

大雨の時



河川氾濫

マイ・タイムラインを作成している場合は、その結果を記入しよう！

●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 _____



河川氾濫による危険

(いずれか1つに☑をつけておく)

家屋流出のおそれあり

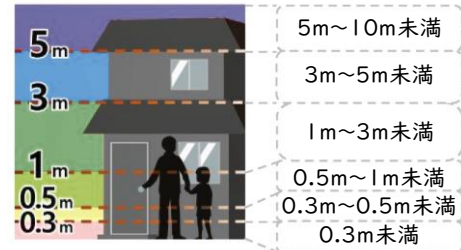
(家屋倒壊のおそれのある区域に居住)

浸水のおそれあり

(河川の浸水想定区域に居住)

危険なし

[下から選んで☐で囲もう]



山折り



巨大地震の時

●避難のタイミング

強い揺れがおさまったら

・ブレーカーを落とす ・ガスを止める



●避難先(集合場所) ※自治会で決められている場所



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

<河川カメラ・河川水位情報> 川の防災情報(国土交通省)

近くの川の様子を自宅から安全に確認しよう!

2次元コードが読み込めない場合は、「川の防災情報」で検索!

川の防災情報

検索



●持出品リスト 災害時に持っていくものにチェックを入れよう!

- 現金・通帳 携帯ラジオ 携帯電話・充電器 懐中電灯
- 飲料水 非常食 常備薬・持病薬 着替え
- マスク 消毒液 体温計 その他

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!

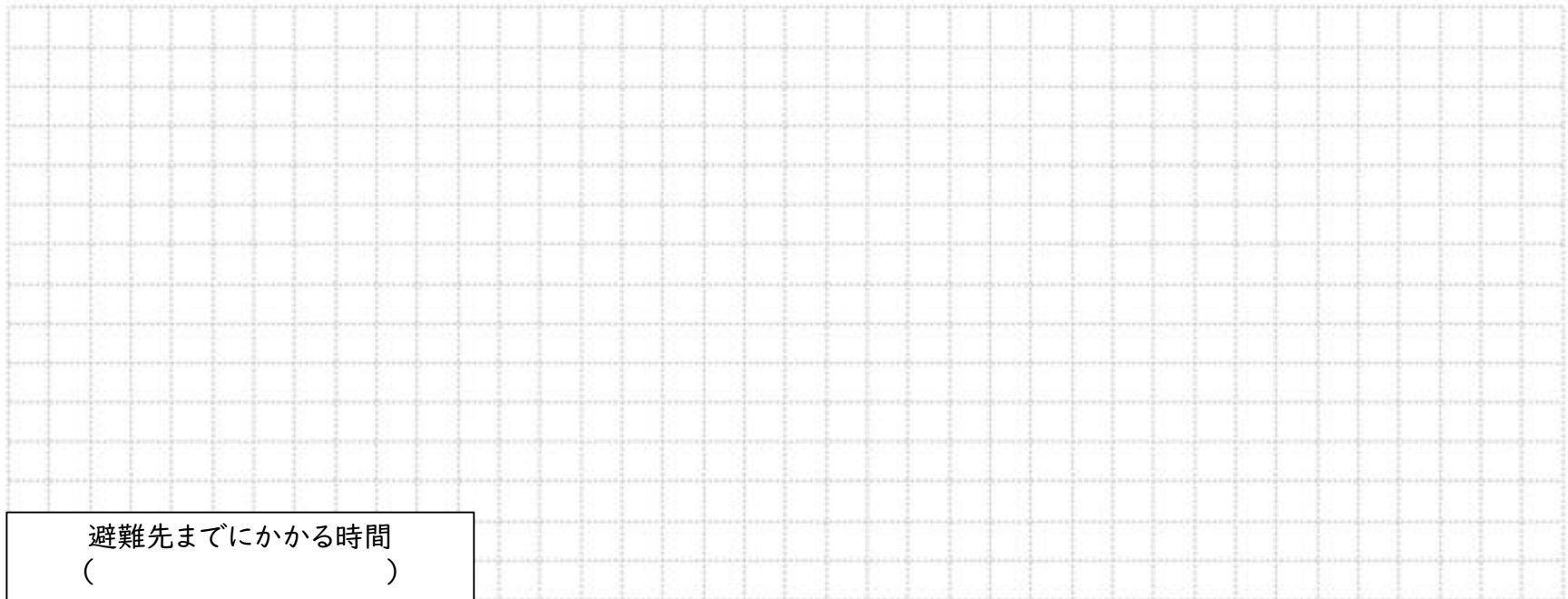
避難経路



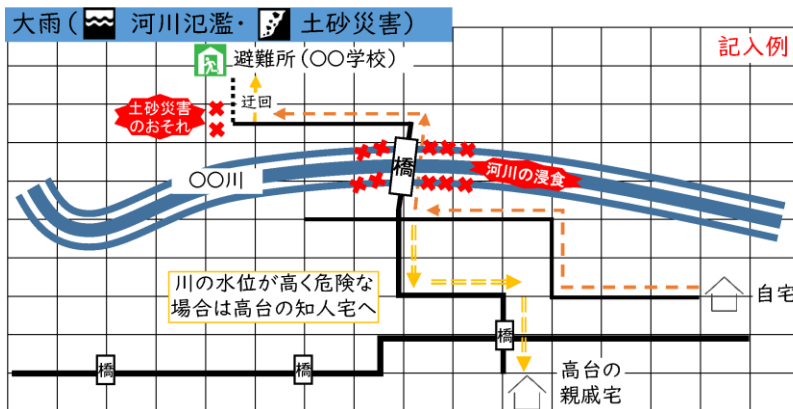
○避難するときに通る道を決めて書いておこう！

※「大雨」の場合と、「地震」の場合で避難先が変わる場合があることに注意！（「大雨」と「地震」と、両方考えておこう）

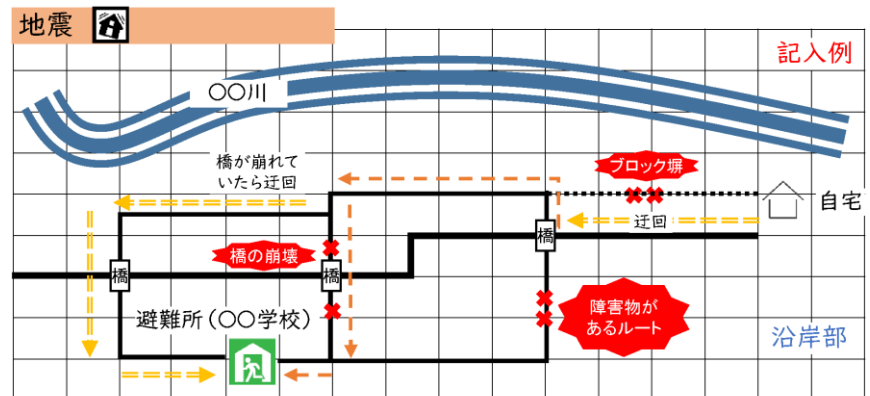
○書けたら、実際に歩いてみて、「移動にかかる時間」や、「危険そうな所がないか」を確認しておこう！（迂回するパターンも考えておこう）



避難先までにかかる時間
()



※川を通る際、橋が使えない可能性があります。浸水危険性が低い橋や別の避難先に避難しよう！



※古い木造住宅などが倒壊して通れない場合は、障害物が少ない道路へ迂回しよう！