

避難準備の流れ

Evacuation Preparation Process

市町村等が作成、公表している

ハザードマップなどを用いて、
災害種別毎に、自宅が立退き避

難が必要な場所にあるのか、ま

たは上階への移動によって命に

危険が及ぶ可能性がなくなるの

かなどをあらかじめ確認してお

こう。立退き避難が必要な場合は

「どこへ」(避難場所)、「どのよう

に」(避難経路)避難すればよい

かも確認しよう。防災情報が発

表された際に、情報の内容に応

じて「いつ」避難すればよいかも、

あらかじめ考えておこう。

避難の準備

1 自分の居場所の 災害リスクの確認

ハザードマップを使って自宅や
学校、通勤先などの場所を
チェック。自分がよくいる場所
と最寄りの避難場所も確認。

2 災害別マップで 被害想定を確認

- くぼ地や昔湿地帯だった場所
→浸水ハザードマップ
POINT 台風や豪雨の浸水深を確認。
- 崖地や裏山が迫っている場所
→土砂災害ハザードマップ
POINT 土砂災害の危険箇所・警戒
区域かを確認。

3 避難ルートの 確認

どこへ・どの道を使って逃げる
かを考え、いくつか候補を用
意。使い慣れたマップアプリな
どで、避難場所までの距離や
時間を確認。災害時に通れな
くなる箇所があることを想定し
て考えてみる。

わたしの 防災手帳

「防災手帳」は、
災害時に自分が
迅速に行動する
ための情報のほか、
避難時に役立つ
情報を記入します。

自分の情報を記入
※自分がケガをした時の
ために血液型や、持病が
ある場合は必ず記入。

家族の情報を記入。
または、会社・学校名と
その連絡先を記入。

避難場所の連絡先を記入。

緊急時に伝言を頼みたいという
親戚・知人の連絡先。
または、安否を確かめたい人の
連絡先を記入。

緊急時に持ち出す物の
リストアップを記入。

地図は、できるだけ簡潔に。
必要最低限の範囲を記入。
避難経路の他にも必要な
情報を記入すると便利。

The notebook is divided into several sections:

- 自分・家族の情報メモ** (Self/Family Information Memo): A table for recording personal and family details.

自分・家族の情報メモ			
氏名(ふりがな)	血液型	氏名(ふりがな)	電話番号
氏名(ふりがな)	型(RH)	氏名(ふりがな)	電話番号
電話番号	持病 無・有()	氏名(ふりがな)	電話番号
勤務先(学校)名	電話番号	氏名(ふりがな)	電話番号
氏名(ふりがな)	電話番号	血液型	
	-	型(RH)	
	-	型(RH)	
	-	型(RH)	
- 連絡先** (Contacts): A table for recording contact information.

氏名(ふりがな)	電話番号
- 緊急時に備えて<備品チェックリスト>** (Emergency Preparedness Checklist): A table for listing items to take during an emergency.

緊急時に備えて<備品チェックリスト>	
- 避難地図を作ろう** (Let's Make an Evacuation Map): A section for drawing a map of the evacuation route.

自宅、近所等で災害に遭遇した時のために…

避難場所 電話番号

国土交通省山形河川国道事務所「わたしの防災手帳」を加工して作成

知る・備える