

津波避難ガイド

今すぐ始めるわが家の避難準備

ハザードマップなどで
事前に確認しましょう

地震発生

約3分

津波注意報等・
避難指示の発令

避難開始

津波の危険性が
なくなったら

私の家は

津波の浸水想定区域内に **ある**

自宅の浸水想定は

浸水開始時間(分)

()

最大浸水深さ

() m

避難する場所を決めよう

避難場所は

()

避難場所まで (約) m

【5分で歩ける距離】(徒歩約) 分

標準的な歩行速度:約300m

高齢者・こども:約150m

実際に経路を歩いてみましょう!



自助

私の家は

津波の浸水想定区域内に **ない**

自宅が安全な場合は自宅で待機

想定外に備え情報収集!余震や火災にも注意!

自宅に被害があったら避難所へ避難を
避難所

()

事前に準備!

持ち出し袋を持って避難を!

持ち出し袋の中身

水や食料、常備薬など
最小限必要なものを用意

()

持ち出しやすい場所に置いておく!



自分の身の安全を確保できている場合には、可能な限りで周りの人を支援しましょう

家族や近所で避難の支援が必要な人

氏名() 電話番号() 氏名() 電話番号()

津波浸水想定区域外では避難者の受け入れに協力しましょう

共助

わが家の集合場所を決めておきましょう

連絡先リストを記入しておきましょう

第1集合場所 第2集合場所 氏名() 電話番号()

() () 氏名() 電話番号()

() () 氏名() 電話番号()

災害時には災害用伝言ダイヤルで安否確認ができます(固定電話、携帯電話、公衆電話などから利用可)

171
録音は[1]
音声ガイダンス
再生は[2]

録音・再生したい電話番号(市外局番からダイヤル)
電話番号メモ()

※1/1~1/3、1/15~1/21、
8/30~9/5、毎月1日、15日に
体験利用ができます。