



巨大地震・津波が発生したら…

わたしの避難計画「作成ガイド」

～浜松市（三ヶ日地区）版～ (II)

手順④ 巨大地震が発生した時の災害リスクを確認する



地震

巨大地震の時には最大で「震度7」の揺れが来ます。



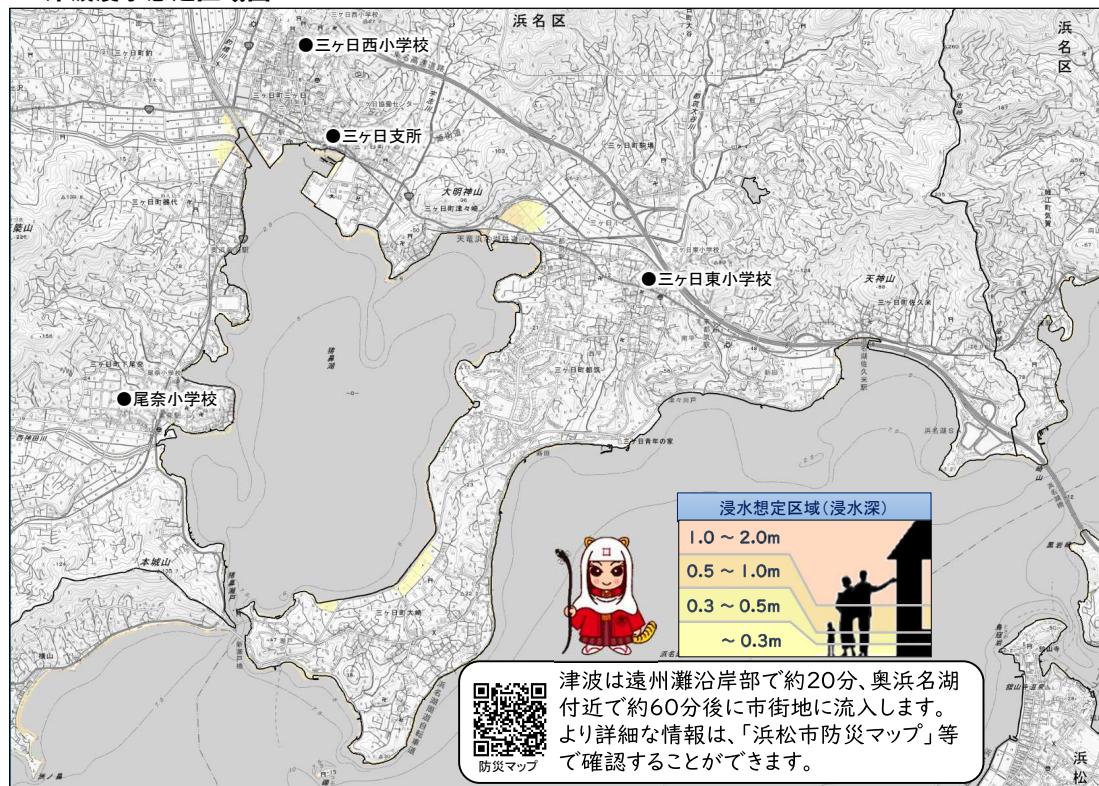
津波

- ・自宅に、津波が「来るのか」、「来ないのか」
- ・自宅に来ない場合は、市内でどこまで津波が来るのか
- ・揺れてからどれくらいで津波が来るのか



を「津波浸水想定区域図」で確認しましょう。

<津波浸水想定区域図>



手順⑤ 「避難のタイミング」、「避難先」を確認し、記入する

津波が来る場合

津波が到達するまでに、たどり着くことができる「避難先※」に避難します。

➤ 到達時間と避難先を、「わたしの避難計画」に記入しましょう。

津波が来ない場合

自宅が危険な場合は、あらかじめ決めておいた「避難先※」に避難します。

➤ 避難先（集合場所）を、「わたしの避難計画」に記入しましょう。

※緊急避難場所、津波避難ビル等が分からない場合は、「浜松市防災マップ」等で確認しましょう。

目次

大雨の時 (河川氾濫の危険・土砂災害の危険)

手順① 避難に時間がかかる人がいるか確認する 1ページ

手順② 自宅の災害リスクを確認し、記入する 2ページ

手順③ 「避難のタイミング」、「避難先」、「情報収集手段」を確認し、記入する 3ページ

巨大地震・津波が発生したら…

手順④ 巨大地震が発生した時の災害リスクを確認する 4ページ

手順⑤ 「避難のタイミング」、「避難先」を確認し、記入する 4ページ

「わたしの避難計画」見本

メモ欄
～作成ガイドで確認したことメモしておこう～

大雨の時

河川氾濫のおそれがある（ある、ない）
土砂災害のおそれがある（ある、ない）

【手順①】
●避難のタイミング
高齢者等避難が発令されたら

【手順②】
●情報収集手段
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

【手順③】
●避難先
叔母さんの家

巨大地震の時

自宅に津波が来る地域
●避難のタイミング
強い揺れが収またらすぐに
または
強い揺れを感じなくても
「津波注意警報」や「津波警報」
「大津波警報」が発令されたら

●避難先（集合場所）
地震発生から
15 分以内に
到着する

【手順④】
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り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）

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いく
・東京のおじさんの電話番号は 03-123-4567
・引いた箱の持ち出し袋を持っていく
災害に備え、週間分の水、食料、生活必需品の備蓄をしましょう。

パソコンやスマホでも、
作成できます。（オススメ！）



手順① 避難に時間がかかる人がいるか確認する

避難に時間がかかる人がいる場合

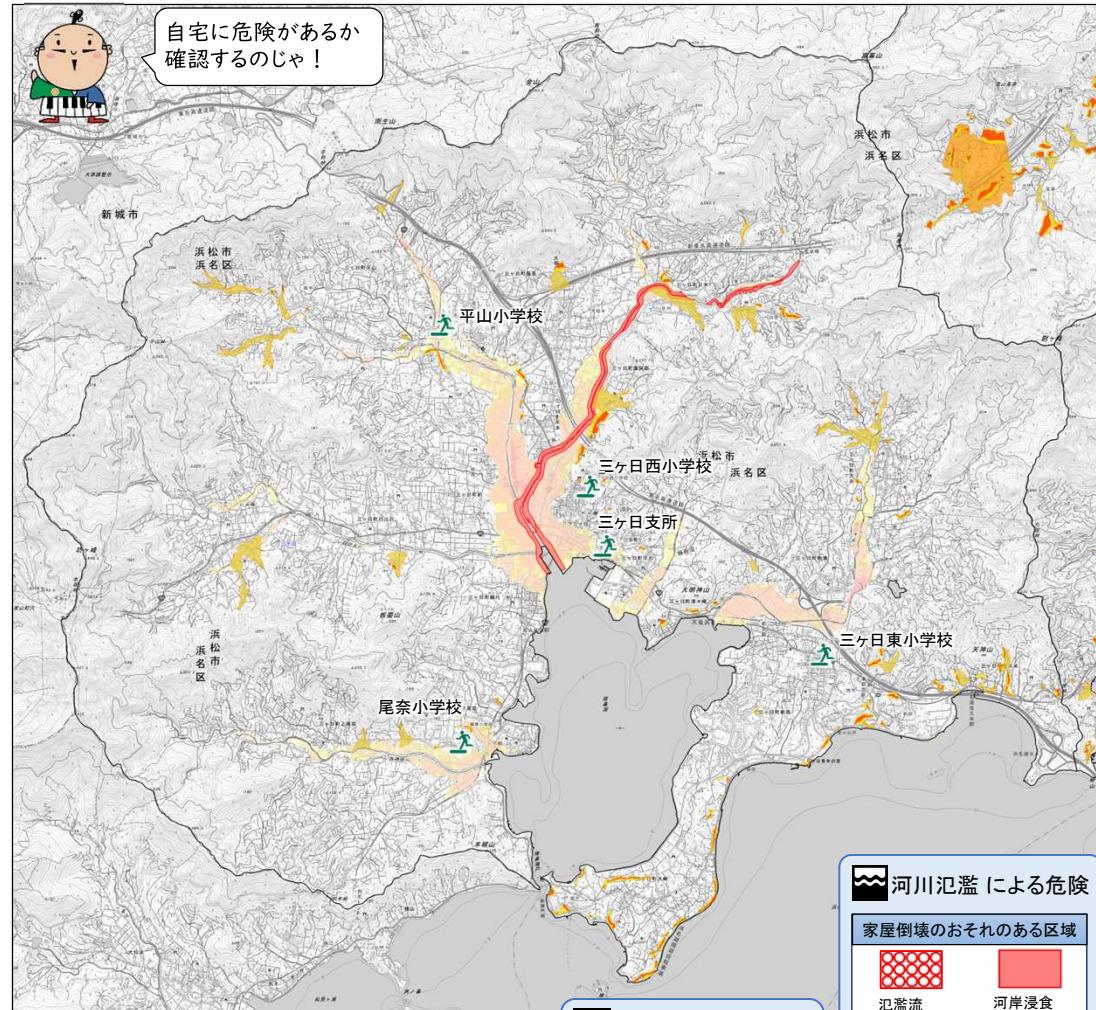
- ・避難するタイミングは「高齢者等避難」となります。
- ・避難に「支援が必要な方」は、支援してもらう方を決めてお願いしておきましょう。

➤ 確認した内容を「わたしの避難計画のメモ欄」に記入しましょう。

手順② 自宅の災害リスクを確認し、記入する

下のハザードマップで、家屋倒壊や浸水、土砂災害のおそれがある地区に住んでいるかを確認し、「わたしの避難計画のメモ欄」に記入しましょう。

<三ヶ日地区水害ハザードマップ>

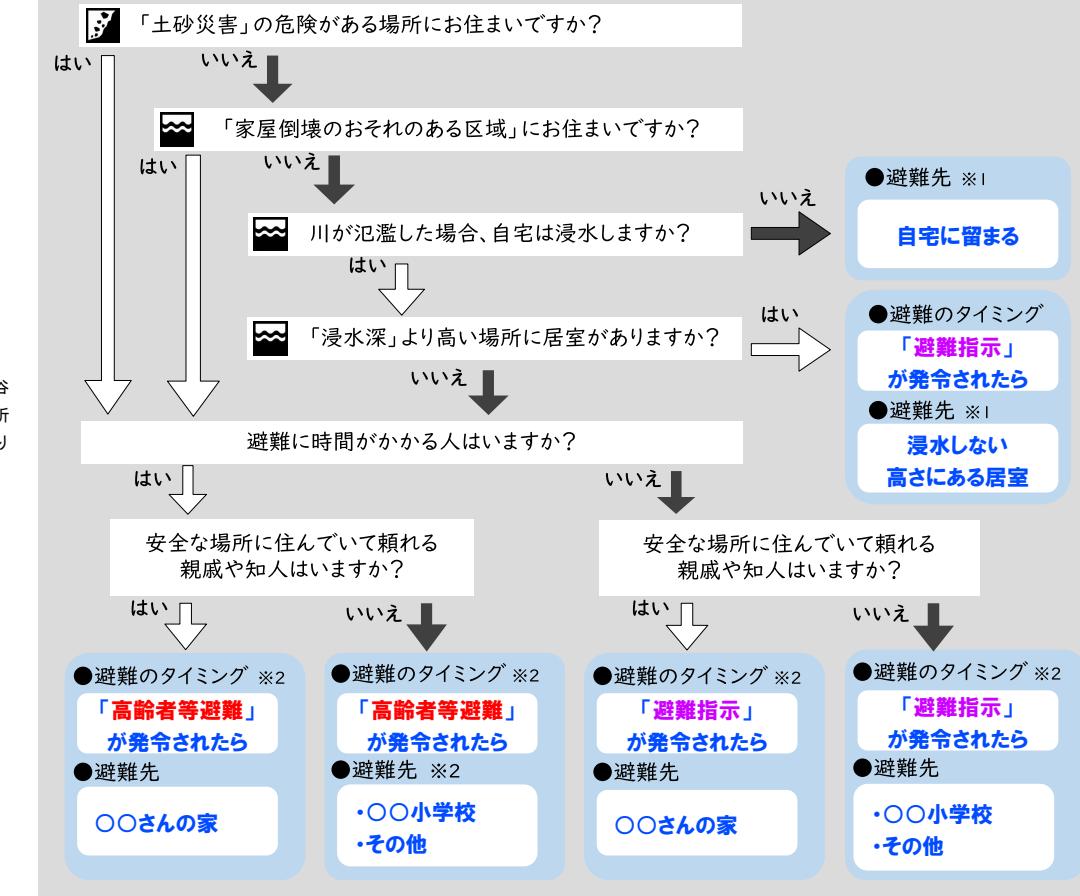


より詳細な情報や、他の災害に関する情報は「浜松市防災マップ」で見ることができます。
防災マップ

手順③ 「避難のタイミング」、「避難先」、「情報収集手段」を確認し、記入する

①矢印をたどって、避難のタイミング・避難先を決め、「わたしの避難計画」に記入しましょう。

スタート



※1 水が引くまでの間の「飲み水・食料」や「簡易トイレ」などの備蓄を準備しておこう！
※2 避難する際は、安全に避難できるうちに避難しよう！

①「情報収集手段」を決め、「わたしの避難計画」に記入しましょう。

【避難情報や避難所の開設状況】

LINE公式アカウント
しゃんべえ 情報局

同報無線
(屋外スピーカー、戸別受信機)
テレビ **d ボタン**
ラジオ
(FM Haro!)

QRコード

【気象情報や河川水位情報】

川や気象
防災情報なら
ここ!! **サイボウザー**

QRコード

気象庁キキクル
Japan Meteorological Agency

QRコード