

マイ避難シートを 作成しよう

本庁舎2階12番窓口
(総務課消防交通係)
で配布しています!



マイ避難シートは、家族構成やリスクに合わせてどのような避難が必要か、どのタイミングでどこへ避難するのが適切なの事前に考え家族や知り合いに共有できる避難計画です。大切な命を守るため早期に作成しましょう!

防災マップで 自宅周辺の状況を確認しよう



各地区の詳細図はこちらの
QRコードからご覧ください



自宅や自宅付近の災害リスクを確認し、緊急避難場所や避難所までの経路について事前に家族でチェックしましょう。

マイ避難シート作成開始!!



知代さん
杏美ちゃん

宮本誠さん
兼伸くん

避難行動の手順を想定しよう



災害の種類によってどのような手順で避難するか事前に想定しておきましょう。

避難行動のタイミングを決めよう



発令される情報によってどのような行動をするべきか話し合って決めましょう。「家族に高齢者がいる」「川や崖が近くにある」など状況を踏まえて決めましょう。

防災担当 (消防交通係)
トモユキ

マイ避難シート完成!!



避難情報等 (警戒レベル)

警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報
5	命の危険、直ちに安全確保	緊急安全確保
4	危険な場所から全員避難	避難指示
3	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	自らの避難行動を確認	大雨洪水注意報
1	災害への心構えを高める	早期注意報



防災士（消防団本団）
カナエ

こんな時どうする？ 防災 Q & A

Q1 備蓄食料はどれくらい必要ですか

最低3日分、可能であれば7日分の備蓄があると理想的です。飲料水や食料品のほか日用品も準備し家族で確認しておきましょう。

A1 ローリングストック（循環型備蓄）の習慣を！



食料品や日用品を買い置きし、生活の中で消費と買い足しを繰り返して備蓄量を一定に保つ方法です。

Q2 緊急地震速報が来てから最初にすべきことは何ですか

まずは安全な場所に避難することが大切です。余裕がある場合はガスの元栓を閉めたり、ドアを開けて出口を確保するなど発生後の対策をしましょう。

大切な命を守るため一緒に防災について考えましょう！



Q3 大雨警報が発令されたらどうしたらいいでしょうか

不要不急の外出は避け、避難時に持ち出す防災グッズの準備をしましょう。短時間で警戒レベルが上がります。危険を感じたら避難を始めましょう。

大切なものは高い場所への移動を！



河川に近い場合、河川の氾濫の危険性があります。浸水に備えて高い場所へ移動させましょう。

Q4 災害発生時に情報はどこから入手できるでしょうか

災害が起こるとSNS等で根拠のないデマ情報が流れることがあります。災害情報はテレビやラジオ、町など信頼できる複数の情報源で確認しましょう。

必ず頭を守るようにしましょう！



転倒のおそれがある家具から離れ、テーブル、机、ベッド、布団などの下にもぐりましょう。

Check!

様々な手段で情報を入手しよう！

case1

スマートフォンや携帯電話

- ・事前登録をして情報が届くようにしておきましょう
- ・町ホームページをブックマークするなどしてこまめに確認しましょう

Ka-LINE(かりん) インフォかわまた 川俣町ホームページ



case2

ラジオやテレビ

- ・テレビやラジオで最新の気象情報や避難情報を確認しましょう
- ・テレビリモコンの「dボタン」を押すと情報を見ることができます

