



巨大地震が発生したら・・・

わたしの避難計画 「作成ガイド」

～ 沼津市第一地区版 ～

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はいるかな？

1ページ

手順② 大雨の時、自宅はどうなる？

2ページ

手順③ 「避難先」、「タイミング」、「情報収集手段」は？

3ページ

巨大地震が発生したら・・・

手順④ 巨大地震が発生した時、自宅はどうなる？

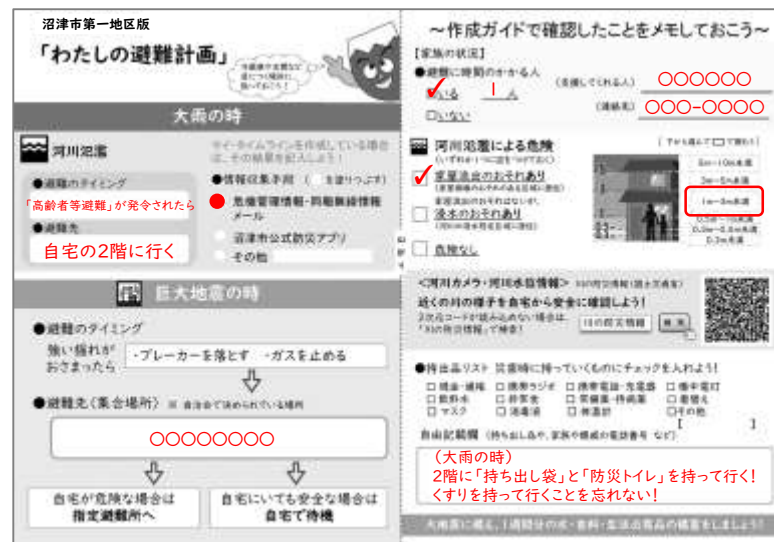
4ページ

手順⑤ 「どこに」、「いつまでに」避難すればいい？

4ページ

完成みほん

赤文字の例のように書いていきます。



ガイドに沿って
これをつくっていくよ！



手順① 避難に時間がかかる人はいるかな？

- ・ 高齢者や体が不自由な方など「避難に時間がかかる人」がいる場合、早めの避難が必要です。
- ・ ひとり暮らしなどで、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こう！

山折

手順④ 巨大地震が発生した時、自宅はどうなる？

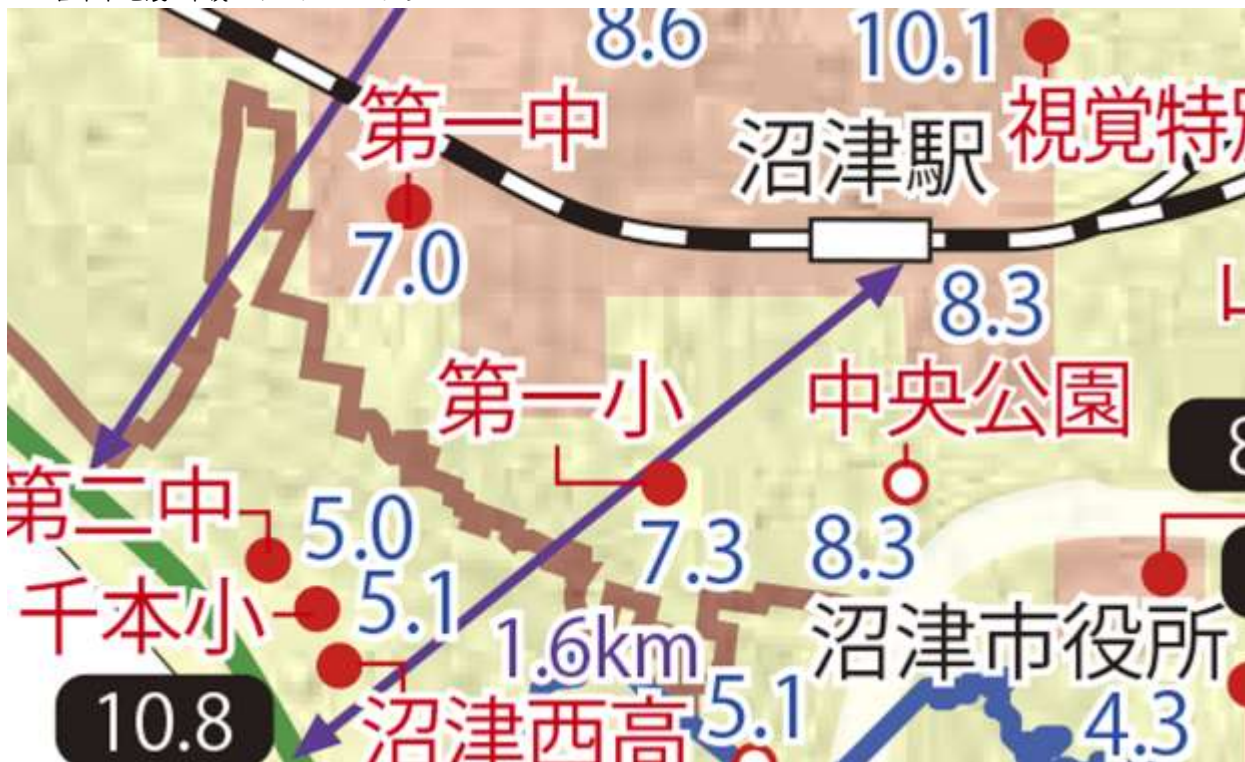


地震・・・巨大地震の時には最大で「震度6強」の揺れが来ると想定されています。



<想定震度>

沼津市地震・津波ハザードマップから



凡 例	凡 例
想定される地震の震度	第4次地震被害想定推定津波浸水域の境界
震度5弱	津波避難訓練対象区域の境界
震度5強	● 施設名 避難地・避難所
震度6弱	○ 施設名 避難地
震度6強	○ 施設名 避難所
	4.3m 推定津波高(第4次地震被害想定)
	海岸堤防
	17.0 海岸堤防・河川堤防高(m)
	4.0 海拔(m)
	0.3km 海岸との距離



手順⑥ 「どこに」、「いつまでに」避難すればいい？

津波が来ない場合

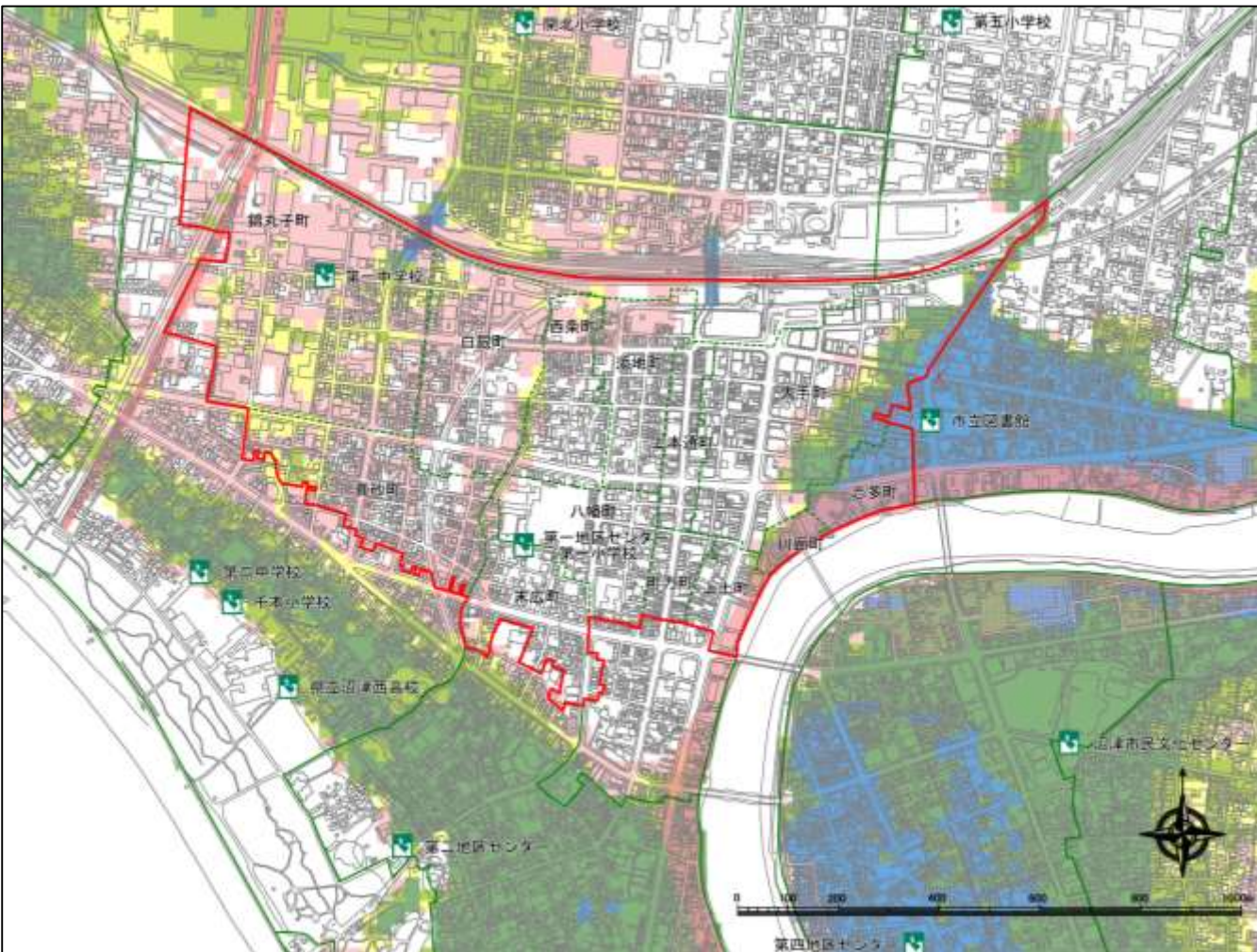
自治会で決められている「避難先(集合場所)」に一旦集合します。
「避難先(集合場所)」を、「わたしの避難計画」に書こう！

※避難先が分からない場合は、沼津市ホームページ(指定緊急避難場所・指定避難所)で確認しよう！

手順② 大雨の時、自宅はどうなる？

・自宅に災害の危険があるかマップで確認しよう！

沼津市「マイ・タイムライン作成地区別ガイドライン」から



「河川氾濫」・「土砂災害」の危険について

0-0.3m	1.0-3.0m
0.3-0.5m	3.0-5.0m
0.5-1.0m	5.0-10m

	氾濫流 河川の氾濫による水の浸れによって、4階層が倒壊するおそれのある区域
	河岸浸食 崖が崩壊するようになり、浸食の発生するおそれのある区域

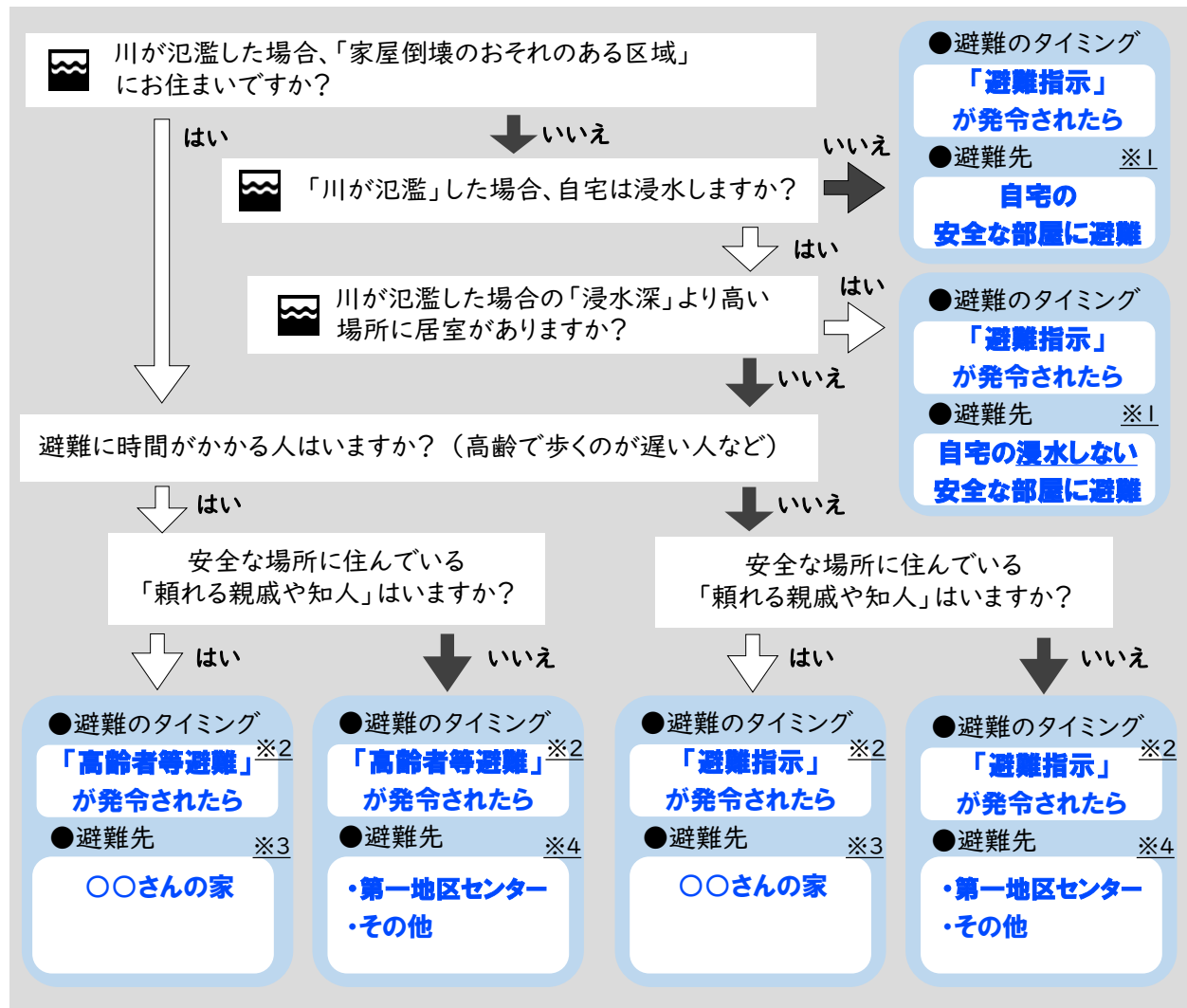
避難場所（洪水）



マイ・タイムライン
作成地区別
ガイドライン

手順③ 「避難先」、「避難のタイミング」、「情報収集手段」は？

① 下の図の矢印をたどっていき、たどりついた「避難先」と「避難のタイミング」を「わたしの避難計画」に書き写そう！



※1 水が引くまでの間の「飲み水・食料」や「簡易トイレ」などの持ち出し品を準備しておこう！
 ※2 高齢者等避難が発令されるよりも前に「自主避難所」が開設されている場合もあります。自治会長さんに聞いてみて、可能な限り早期の避難を心がけよう！
 ※3 親戚や知人の家には、安全に避難できるうちに避難しよう！
 ※4 被害状況によっては、開設される避難所が異なる場合があります。下の「危機管理情報、同報無線情報メール」や「沼津市公式防災アプリ」から避難所の開設情報を確認しよう！

② 「情報収集手段」を決めよう！

市内の高齢者等避難や避難指示、避難所の情報

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 ←Android iPhone→

テレビボタンで避難情報表示