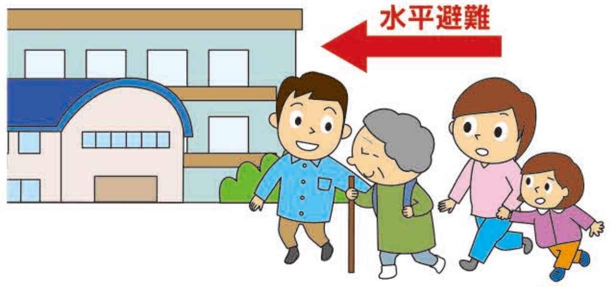
04 避難の方法

02 避難行動の種類

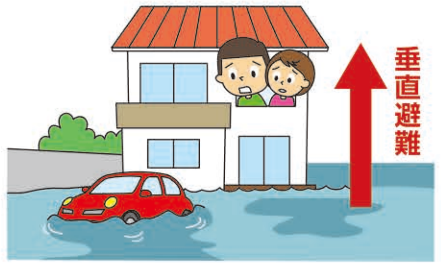
立退き避難(水平避難)

安全な場所へ向かうのに十分な時間がある場合や洪水浸水想定区域・土砂災害警戒区域内にいる場合には、避難所等の安全な場所へ避難してください。



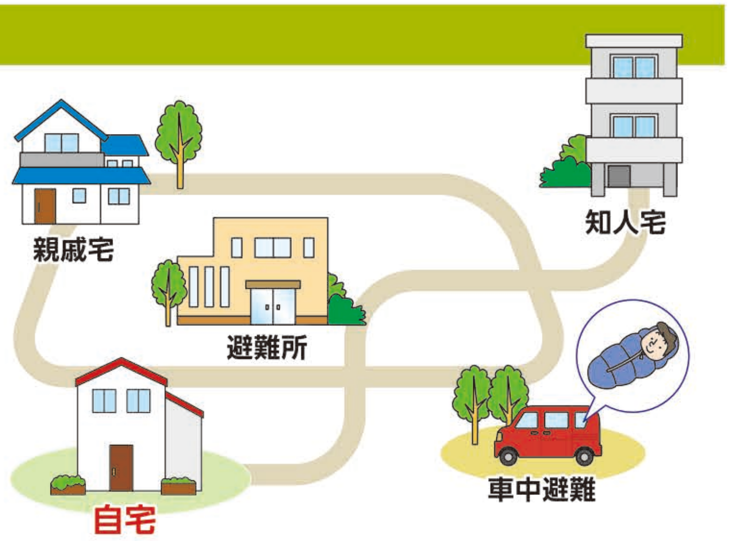
屋内安全確保(垂直避難)

風雨が激しくなったときや夜間など、屋外への避難が難しい場合には建物の2階以上の階へ移動し、山やがけの斜面とは反対側の部屋に移動してください。



分散避難

避難所に行くことだけが避難ではありません。災害が発生しても、自宅が安全であれば自宅に留まっていた方がよい場合があります。また、安全なところにある親戚宅・知人宅なども避難先として考えられます。車中避難をする場合は、エコノミークラス症候群や一酸化炭素中毒などの予防対策をとり、ご自身で健康管理を行ってください。日頃から避難先について相談しておきましょう。



自ら避難

市が指定避難所を開設していなくても、地域が自主的に避難所を開設し、地域住民の避難する場所を確保する**「自ら避難」制度**があります。

▶指定避難所の自主避難利用

- ●市が避難所を開設する判断を行う前に自主防災組織やコミュニティ組織等が市の指定避難所を利用して開設することができます(あらかじめ自主防災組織やコミュニティ組織等から市への申請が必要です)。

▶届出避難所

- ●自主防災組織やコミュニティ組織等が自主的に地域の集会所等を避難所として開設することができます(あらかじめ自主防災組織やコミュニティ組織等から市への申請が必要です)。
- ●災害が発生した際には、状況に応じて指定避難所へ移動をお願いすることがあります。
- ●市は必要に応じて届出避難所へ救援物資を提供します。

問い合わせ先：危機管理課(0866-21-0246)

03 マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、台風や大雨による風水害時に、家族構成や生活状況に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」を発災前にあらかじめ整理した自分自身の防災行動計画のことです。大規模水害では早めの避難が重要です。いざという時に慌てないためにも、事前に避難行動を整理しておきましょう。

のマイ・タイムライン

気象	警戒情報	避難の確認
数日中に大雨の可能性	(気象庁発表) 警戒レベル **1** 早期注意情報	**STEP1 災害状況の確認** Q1. 浸水想定区域に該当しますか □する　□しない Q2. 土砂災害区域に該当しますか □する　□しない ※いずれも該当「しない」場合には大雨時の不要不急な外出は控え、自宅にて待機することを心がけましょう。
災害の兆候	(気象庁発表) 警戒レベル **2** 大雨・土砂災害注意報等	**STEP2 避難先の確認** Q3. どこに避難しますか 避難先(第1候補): 避難先(第2候補): 避難先(第3候補): ※大雨時の一時的な避難先として、①安全が確保できる自宅内の上階 ②親族や知人宅 ③宿泊施設 ④市が開設する避難場所などがあります。自宅内の上階に避難する場合は、防災マップで想定される浸水の深さをしらべて安全が確保できるか確認しましょう。 ※市が開設する避難場所は、大雨の状況等により異なります。予め複数の避難先を想定しておきましょう。
災害の恐れ	(市発表) 警戒レベル **3** 高齢者等避難	**STEP3 避難するタイミングの確認** Q4. いつ避難しますか □高齢者等避難 □避難指示 ※高齢者や妊産婦、乳幼児など、避難に時間を要する方はお住まいの地域に「高齢者等避難」が発令されたら避難を開始してください。 ※それ以外の方も、お住まいの地域に「避難指示」が発令されたら避難を開始してください。
	(市発表) 警戒レベル **4** 避難指示	
	警戒レベル**4**までに必ず避難	
災害発生	(市発表) 警戒レベル **5** 緊急安全確保	災害が発生又は切迫している状況です。命を守るため直ちに安全を確保してください。 ※必ず発令されるものではありません。

避難の事前準備

●備蓄品や非常時持出品を確認しましょう

- □飲料水・食料　□
- □現金　□
- □着替え　□
- □常用・常備薬　□
- □マスク・消毒液　□
- □　□
- □　□
- □　□

※一緒に避難するみんなで考えよう

●避難に要する時間を確認しましょう

避難先(第1候補)
(　　分)
避難先(第2候補)
(　　分)
避難先(第3候補)
(　　分)

※平時に現地を移動してみましょう

●家族との連絡方法を確認しましょう

名前　電話
名前　電話
名前　電話

●天気予報や避難情報は何から取得しますか

- □緊急速報メール　□PCインターネット
- □防災ラジオ　□テレビ・ラジオの天気予報
- □スマートフォンなどの防災アプリ
- □
- □

●避難時の注意点を書き出しておきましょう