

# 自分の津波避難計画を作成してみよう！

大きな地震が発生しました。

季節	時間帯	自分がいる場所
いつ？		どこに いるとき？

## ～ステップ1：今の知識を確認しよう～

① あなたのいる場所は津波ハザードマップの浸水エリア内ですか？エリア外ですか？

<input type="checkbox"/> 浸水エリア内	→	津波が到達するまでに津波が来ない安全な場所へ向かおう！
<input type="checkbox"/> 浸水エリア外	→	今いる建物が倒壊しそうだ・・・津波が来ない安全な場所へ向かおう！

② 一緒に避難する人はいますか？

<input type="checkbox"/> います	→	<input type="text"/> 人
<input type="checkbox"/> いません		

③ 地震が収まりました。いつ避難を開始できますか？

<input type="checkbox"/> (大) 津波警報発表前	→	<input type="text" value="3"/> 分後
<input type="checkbox"/> (大) 津波警報発表後すぐ	→	<input type="text" value="3~5"/> 分後
<input type="checkbox"/> (大) 津波警報発表後、準備をしてから	→	<input type="text"/> 分後

④ 避難場所はどこですか？ また、今いる場所から何分かかりますか？

避難場所名	→	<input type="text"/>
避難場所までの移動時間	→	<input type="text"/> 分

⑤ 避難場所に到着した時間は地震が起きてから何分後ですか？

分後

## ～ステップ2：ハザードマップを見てみよう～

⑥ あなたのいた場所は津波ハザードマップの浸水エリア内でしたか？エリア外でしたか？

また、エリア内だった場合、浸水深・到達時間を記入しましょう。

⑤と比べてどうかな？

<input type="checkbox"/> 浸水エリア内	→	<input type="text"/> m浸水	・	<input type="text"/> 分後に到達
<input type="checkbox"/> 浸水エリア外				

⑦ ④で記入した避難場所は津波避難場所・津波避難ビルとして指定されていますか？

<input type="checkbox"/> 指定されている	→	指定されている避難場所名	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> 指定されていない	→	避難場所までの移動時間	<input type="text"/> 分

# ～ステップ3：津波からいのちを守るために～

作成年月日		年		月		日	作成者	
-------	--	---	--	---	--	---	-----	--

日頃の備え	<b>非常持出し品（避難時に持ち出すもの）</b>				
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>非常備蓄品（自宅や避難所での生活を支えるためのもの）</b>				
	<input type="checkbox"/>	飲料水	※1人あたり 9ℓが目安	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	食事	※人数×3日分が目安	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>その他の備え</b>				
	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



発災してからの行動	<b>フェーズ1：自分自身を守る行動</b>		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>フェーズ2：揺れがおさまったらすること</b>		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>フェーズ3：避難前の行動</b>		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>フェーズ4：避難開始</b>		
	避難場所		避難手段
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**訓練で実践！ 定期的に見直し！**