



# 風水害時のわが家の避難行動（マイ・タイムライン）

家族でハザードマップを使い、避難所・避難経路等を確認し、「わが家の避難行動（マイ・タイムライン）」について話し合い、必要事項を記入・コピーして共有しましょう。

■わが家の連絡先、避難の際に必要な情報を記載しましょう。

| 名 前 | 電話番号 | 必要事項（常備薬等） | 避難の際、支援してくれる人 |
|-----|------|------------|---------------|
|     |      |            | 名前:           |
|     |      |            | 電話:           |
|     |      |            | 住所:           |

必要項目に記載し、☒にチェックしましょう。

## ■ハザードマップを見て自宅周辺を確認

|                                                                                    |                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 自宅は高潮浸水想定区域内にあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない           | 自宅は高潮による家屋倒壊等氾濫想定区域内(氾濫流、越波)にあるか <input type="checkbox"/> ある ( <input type="checkbox"/> 氾濫流 <input type="checkbox"/> 越波) |
| 高潮浸水深は: _____ m 浸水継続時間は: _____ 時間 <input type="checkbox"/> ない                      |                                                                                                                          |
| 自宅は洪水浸水想定区域内にあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない           | 自宅は洪水による家屋流失のおそれのある区域内にあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない                                       |
| 洪水浸水深は: _____ m 浸水継続時間は: _____ 時間                                                  |                                                                                                                          |
| 自宅は内水氾濫浸水想定区域内にあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない         | 自宅付近に道路冠水箇所はあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない                                                  |
| 自宅は土砂災害警戒区域内(急傾斜地、土石流)にあるか <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない |                                                                                                                          |

## ■避難するタイミング、避難する場所 実際に避難するときどこへ避難するのか、危険を感じたらどこへ逃げるのか考えてみましょう。

● 風水害に関する情報を収集し、危険を感じたり、避難情報を入手したらわが家は、

☐自宅に待機し、状況に応じて垂直避難します。 ☐ \_\_\_\_\_ へ水平避難します。 移動時間: \_\_\_\_\_  
(※むやみに外出せず、情報収集に努める) (避難所、親戚・知人宅など)

● 水平避難の途中で危険を感じたら、 \_\_\_\_\_ へ緊急的に垂直避難します。 移動時間: \_\_\_\_\_

※高潮、洪水、内水氾濫、土砂災害は同時に発生する可能性がありますので、他のハザードマップも合わせて確認しておきましょう。

| 鎌倉市の情報                           | (参考)気象庁等の情報                                                                     |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 警戒レベル<br><b>2</b>                | <b>■台風情報</b><br>河川氾濫が想定される大規模な台風等<br><b>■台風に関する気象情報</b>                         |
| 警戒レベル<br><b>3</b> <b>■高齢者等避難</b> | <b>■大雨注意報</b><br><b>■洪水注意報</b><br><b>■氾濫注意情報</b><br><b>■高潮注意情報</b>              |
| 警戒レベル<br><b>4</b> <b>■避難指示</b>   | <b>■大雨警報</b><br><b>■洪水警報</b><br><b>■氾濫警戒情報</b><br><b>■高潮警報に切り替える可能性が高い高潮注意報</b> |
| 警戒レベル<br><b>5</b> <b>■緊急安全確保</b> | <b>■氾濫危険情報</b><br><b>■土砂災害警戒情報</b><br><b>■高潮警報 (または高潮特別警報)</b>                  |
|                                  | <b>■大雨特別警報</b><br><b>■氾濫発生情報</b>                                                |

ここまでに避難を完了する！

被害を軽減するために、また避難するために必要なことをまとめましょう。

メモ

**Point** 「1階が浸水する場合、家財を2階以上に上げる。」「浸水被害を防ぐために土のうを用意する。」などをまとめましょう。

避難する際の注意点を家族で考えましょう。

メモ

**Point** 避難のタイミングは、早めに！  
逃げ遅れがないよう、空振りをおそれず早めの避難を心がけましょう。

**もしも逃げ遅れたら…災害がすでに発生しています。命を守るための最善の行動をとる!!**

外に避難することがかえって危険な場合は、その時点にいる建物内の安全な場所で安全を確保してください!!

## 鎌倉市防災・安全情報メール

市では、気象庁の発表情報や市の防災情報などを、携帯電話やパソコン等へ電子メールで配信するサービスを行っています。



【登録方法】  
左のQRコードからサイトへアクセスし、画面の指示に従って登録を行ってください。



鎌倉市 市民防災部 総合防災課  
https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/

〒248-8686 鎌倉市御成町 18-10  
TEL0467-23-3000 (代表) 防災担当

作成 2022 年 8 月