



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"/> 泛濫流 <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	

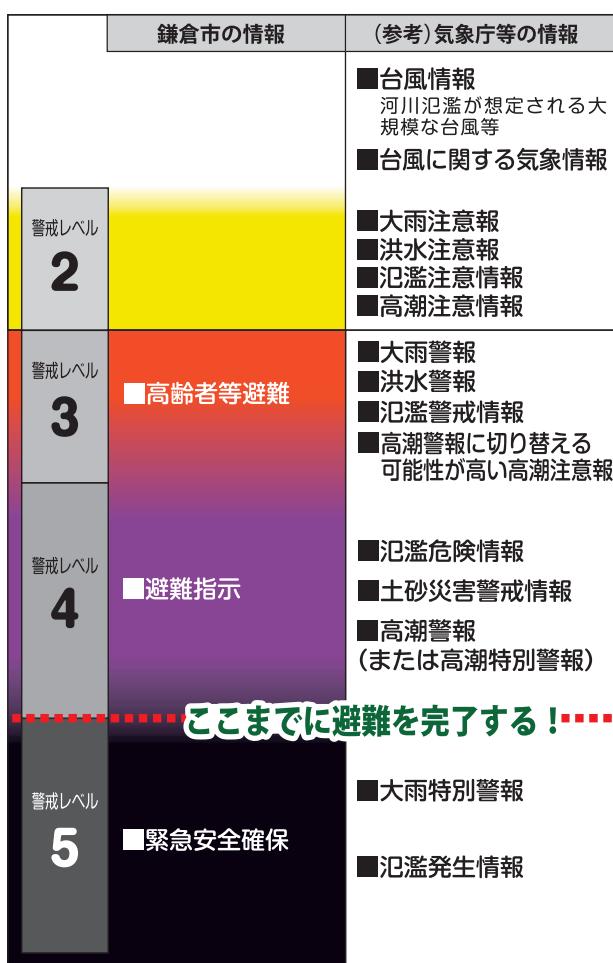
■避難するタイミング、避難する場所 実際に避難するときどこへ避難するのか、危険を感じたらどこへ逃げるのか考えてみましょう。

- 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)

- 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。



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。
命を守るために最善の行動をとる!!
 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 【登録方法】
 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で電子メールで配信するサービスを行っています。

 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。

