



津波発生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

自宅は津波浸水想定区域内にあるか ☐ある ☐ない

浸水深は： m 近くの津波来襲時緊急避難建築物（空地）もしくは高台等：

■津波浸水想定区域の場合は

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。）

●地震発生後、揺れがおさまったら

わが家は、津波警報・大津波警報を待たずに 海拔： m へ避難します。
(津波来襲時緊急避難建築物（空地）もしくは高台等)

移動時間：

平常時

地震発生!! 揺れの発生!

揺れがおさまったら直ちに避難行動!

津波到達!!

気象庁・市の情報	住民の皆さんが取るべき行動
緊急地震速報	「揺れから身を守る!」 まず低く! 頭を守り! 動かない!
長い揺れ、強い揺れの後には必ず津波が来ることを考えよう!	
津波注意報	揺れがおさまったら ●津波で浸水するおそれがある場所では、 すぐに、津波来襲時緊急避難建築物（空地）や高台等へ避難する!!
津波警報	●津波で浸水するおそれがない場所では、 ・ガスの元栓、電気のブレーカーを切る ・出口の確保、安全確認をする ・ラジオ等で災害情報を入手する ・非常持出品の準備をする
大津波警報 避難指示	

ここまで避難を完了する!

●避難完了

津波は繰り返し襲ってきます。
津波警報などが解除されるまで
絶対戻らない!

避難する際の注意点を家族で考えましょう。

津波で浸水するおそれがある	津波で浸水するおそれがない
Point 津波警報などの発表を待たず、とにかく避難!!	Point 出口の安全を確認し避難経路を確保する際は、割れたガラスなどに注意し、厚手のスリッパやスニーカーを用意。

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!!

※津波は地震の種類によって最短8分で市の沿岸部に到達すると想定されています。津波で浸水のおそれがある地域の方は、高台に避難する時間の余裕がないための、近くの津波来襲時緊急避難建築物等に逃げ込めるように普段から近所を確認しておきましょう。

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 2023 年 3 月