

我家防灾行动计划表



(

家)

避难场所(避难所、亲戚家、朋友家)

到达避难场所的移动方式

到达避难场所的移动时间



分

须注意

避难信息

以防避难不及时，须注意

台风发生
台风接近

请关注天气预报及气象局等发布的信息、
请注意河川的水位！！

【警戒等级1】
早期注意信息

【警戒等级2】
大雨・洪水警报

河川：达到泛滥警戒水位
发布泛滥警戒信息

【警戒等级3】
向高龄老人等发布
避难命令

河川：达到避难判断水位
发布泛滥警戒警报

【警戒等级4】
发布避难指令

河川：达到泛滥危险水位
发布泛滥危险警报

【警戒等级5】
河川：泛滥发生!!
发布泛滥发生的信息

请关注市町村
发布的避难指
令信息！！

请关注气象局
发布的信息、
请注意河川的
水位！！

◆通过电视和广播等确认台风信息

◆再次确认避难场所、移动方式和移动时间

◆确认避难时需携带的物品 (请画○)

- ・饮用水
- ・食品
- ・换洗衣物
- ・毛巾
- ・手电筒
- ・便携式收音机
- ・电池
- ・手机充电器
- ・存折等贵重物品
- ・口罩
- ・湿纸巾
- ・常备药
- ・其他 ()

◆换上便于避难的服装

※请勿靠近河川及水田等

◆警戒等级3时我家需避难

◆需较长避难时间的高龄老人等开始避难

- ・告诉家人和亲人自己去哪里避难。
- ・(要联系的家人和亲人的电话号码：_____)

沿着虚线画圆
选择任一个。

◆警戒等级4时我家需要避难

◆实施全体避难、远离危险的地方

- ・通知邻居一起避难。
- ・(通知的对象：_____)

避 难 完 成 ！

(使用方法)

- ・请张贴于家中显眼之处，并在灾害发生时确认表中内容的同时进行避难。
- ・内容有变更时请重新评估制订，同时定期进行包括确认防灾行动计划表在内的避难训练。

制订我家防灾行动计划表吧

近年、全国各地相继遭受台风所带来的创纪录的大雨，导致了大规模的水灾和泥石流的发生。在本县也发生过“避难不及时”的情况：平成27年9月关东・东北暴雨中约有4,200人、令和元年东日本台风中约有330人没能及时避难。

为避免该情况再发生，请各家庭在平时确认好防止避难不及时而应该做的事项，并制订《我家防灾行动计划表》吧。

○ 制订方法

- ① 请填写姓名。

- ② 请填写洪水发生时的避难场所。
※避难场所是市町村的避难场所，
或者是灾害预测图上没有涂色区域的
亲戚、朋友家。

- ③ 请填写前往避难场所的移动方式。

- ④ 请填写到达避难场所的大致移动时间。

- ⑤ 请画○圈出避难时需带走的物品。

- ⑥ 请决定避难时机并画○圈出。
- **【警戒等级 3】高龄老人等的避难**
如果一起避难的家人中有需较长避难时间的高龄老人时，请选择该项。
 - **【警戒等级 4】避难指示**
除上述外的其他情况请选择该项。

① 请填写姓名。

② 请填写洪水发生时的避难场所。
※避难场所是市町村的避难场所，或者是灾害预测图上没有涂色区域的亲戚、朋友家。

③ 请填写前往避难场所的移动方式。

④ 请填写到达避难场所的大致移动时间。

⑤ 请画○圈出避难时需带走的物品。

⑥ 请决定避难时机并画○圈出。

- 【警戒等级3】高龄老人等的避难
如果一起避难的家人中有需较长避难时间的高龄老人时，请选择该项。
- 【警戒等级4】避难指示
除上述外的其他情况请选择该项。

我家防灾行动计划表

避难场所(避难所、亲戚家、朋友家)

到达避难场所的移动方式

避难信息

以防避难不及时，须注意

台风发生
台风接近

【警戒等级1】
早期注意信息

【警戒等级2】
大雨、洪水警戒

【警戒等级3】
向高龄老人等发布
避难命令

【警戒等级4】
发布避难指令

【警戒等级5】
发布避难发生的信息

◆通过电视和广播等确认台风信息
◆再次确认避难场所、移动方式和移动时间
◆确认避难时需带走的物品(避难)

饮用水 食品 换洗衣物 毛巾
手电筒 便携式收音机 电池 手机充电器
折叠等贵重物品 口罩 湿纸巾
常备药 其他

※请勿靠近河川及水田等

◆警戒等级3时我家需避难
◆需较长避难时间的高龄老人等开始避难
・所研家人和亲人自己去避难避难
・(要联系的家人和亲人的电话号码:)

◆警戒等级4时我家需要避难
◆实施全体避难、远离危险的地方
・通知邻居一起避难。
・(通知的对象:)

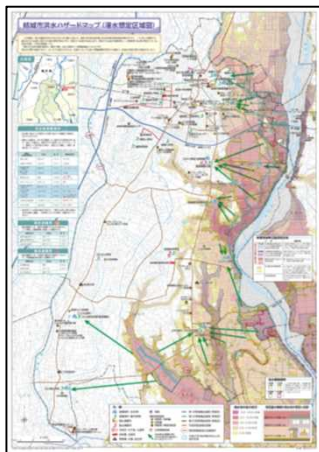
避难完成!

(使用方法)
・请张贴于家中显眼之处，并在灾害发生时确认表中内容的同时进行避难。
・内容变更等时请重新进行制订，同时重新进行包括确认防灾行动计划表在内的避难训练。

○ 灾害预测图

灾害预测图是显示有发生水淹和泥石流危险的地区以及发生灾害时的避难场所（指定避难所等）的地图，其中有发生水淹危险的地区涂有颜色。请事先确认您家是否有发生水淹的危险。

可在您居住的市町村的主页上确认灾害预测图，
或者可咨询市町村的防灾负责科。



可以通过以下二维码查看灾
害预测图。
(※仅限日语)

