

災害に備え、日頃から避難するタイミングや経路、場所を決めておき、家族や支援者と共有することが大切です。避難所の密を避けるため、自宅の安全が確保されている場合は「在宅避難」も有効な手段です。

安全な場所に住んでいて
身を寄せられる親戚や知人がいる。

NO

YES

市町の指定緊急避難場所や
安全な場所にある
宿泊施設などへ避難

親戚や
知人宅へ
避難

防災用品を入れた非常用持ち出し袋を用意しておきましょう。新型コロナウイルス感染症対策として、マスクや除菌シート等も忘れずに。

非常用持ち出し袋に入れておく物

- 水(ペットボトル、給水容器など)
- 食品(アルファ化米、レトルト食品、ビスケット、チョコレート、乾パンなど)
- 救急セット、常備薬
- ラジオ
- 懐中電灯、ヘッドランプ
- 乾電池、モバイルバッテリー
- 筆記用具
- 現金(小銭も用意)
- 預金通帳
- 手袋(寒さ対策にも使用可能)
- 着替え、タオル、毛布
- 歯ブラシ
- マスク
- 体温計
- 消毒液、除菌シート など



マイ避難カードを作ろう

自分で決めた避難するタイミングや場所を記入しておけば、いざというときに役に立ちます。災害によって危険性や避難先が異なる場合があるので、災害の種類(洪水、土砂災害など)ごとに作っておきましょう。

マイ避難カード	
想定する災害は何か	災害の種類 洪水 名前 兵庫 太郎
どこから情報を入手するか	確認! 判断材料の入手 何が危険?大雨や台風の時に何を確認? 避難情報(テレビ・ひょうご防災ネットアプリ) 指定河川洪水予報(気象庁ホームページ)
どのタイミングで避難するか	いつ? 逃げ時 (何がどうなったら?) 警戒レベル4「避難指示」が発令されたとき 〇川冠蓋危険情報が発表されたとき
安全な避難先はどこか	どこに? 避難先 (どこに?どのルートで?) 昼(明るいとき) 〇〇小学校体育館 夜(暗いとき) 自宅の3階
誰とどのように避難するか	どのように? 避難する方法 (誰と?歩いて?車で?) 昼(明るいとき) 家族で歩いて避難(河川氾濫の時は避らない) 夜(暗いとき) 家族全員自宅3階へ待避
(その他 メモ) 自宅が浸水想定区域(1m~2m)内	

(きりとり)

マイ避難カード	
災害の種類	名前
確認!	判断材料の入手 何が危険?大雨や台風の時に何を確認?
いつ?	逃げ時 (何がどうなったら?)
どこに?	避難先 (どこに?どのルートで?) 昼(明るいとき) 夜(暗いとき)
どのように?	避難する方法 (誰と?歩いて?車で?) 昼(明るいとき) 夜(暗いとき)
(その他 メモ)	

スマホ版「マイ避難カード」もお勧め

スマートフォンアプリ「ひょうご防災ネット」のマイ避難カード機能を使えば、気象状況に応じてあらかじめ決めておいた避難のタイミングでプッシュ通知が届きます。



ダウンロード
はこちら↓



＼ご存じですか?／

「避難情報」が変わりました

今年から市町が発令する避難情報の名称が変更されました。避難勧告を廃止し、避難指示に一本化することで避難すべきタイミングが分かりやすくなりました。梅雨や台風シーズンは特に気象情報に注意し、危険な場所にいる場合は、警戒レベル4「避難指示」までに必ず避難し、安全を確保しましょう。

警戒レベル	変更後	
	取るべき行動	避難情報の名称
5	命の危険、直ちに安全確保	緊急安全確保
▽▽▽ 警戒レベル4までに必ず避難! ▽▽▽		
4	危険な場所から全員避難	避難指示
3	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報
1	災害への心構えを高める	早期注意情報

取るべき行動	変更前	
	取るべき行動	避難情報の名称
命を守る最善の行動	災害発生情報	
危険な場所から全員避難	避難指示・避難勧告	
危険な場所から高齢者等は避難	避難準備・高齢者等避難開始	
自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報	
災害への心構えを高める	早期注意情報	

コロナ禍の避難行動 梅雨入り前に確認を

在宅避難

安全が確保されている場合は自宅に待避。ただし、**少しでも危険と感じたら、指定緊急避難場所などへ早めに避難**しましょう。

在宅避難に向けて準備すること

■自宅内外の点検

- 風に飛ばされやすい物の片付けや、壊れている箇所の修繕など
- 家具の転倒防止や食器棚の扉開放を防止する留め具を付けるなど地震にも備える

■水、食料、生活用品の確保

- 飲料水は1人1日当たり3ℓ程度、食料は最低でも3日分、できれば1週間分×人数が必要
- 日頃から利活用しているインスタント食品などを少し多めに確保し、消費した分を買い足しながら常に一定量を備蓄しておく「ローリングストック」も有効

ライフラインや物流が停止した場合に備えておく物

水道が止まることを想定し、浴槽に水をためておきます。皿はラップを巻いて使うなど、なるべく水を使わない工夫を心掛けましょう。

【ライフライン】

- 懐中電灯、ヘッドランプ
- 乾電池、モバイルバッテリー
- ランタン型のLEDライト
- 発電機
(使用時は必ず換気すること)
- カセットコンロ・ボンベ

【炊事】

- 食品用ラップ(皿に巻く)
- 紙皿、紙コップ、割り箸
- キッチンペーパー
(汚れを拭き取る)

【衛生】

- 使い捨ての体拭き
- ドライシャンプー
- 非常用簡易トイレ
- 芳香剤、消臭スプレー

【食料】

- 飲料水
- 米
- 乾麺、乾物
- レトルト食品
- 缶詰(肉、魚、果物など)
- 日持ちする野菜
(タマネギ、ジャガイモなど)
- 調味料
(砂糖、しょうゆ、麺つゆ、みそなど)
- 菓子類
(ビスケット、チョコレートなど)



START

自宅や職場が浸水想定区域や土砂災害警戒区域などの**危険な区域**に含まれている。

NO

YES

「県CGハザードマップ」で危険区域や避難場所を確認しよう



洪水、土砂災害、津波、高潮、ため池の5つの自然災害別に、危険箇所や浸水想定区域、指定緊急避難場所などが分かります。パソコン、スマートフォンで利用できます。

ダウンロードはこちら



避難場所に行くことが難しい場合は

夜間、突然の天候悪化、道路の冠水、河川や用水路の増水などにより、指定緊急避難場所などへ安全に移動できる状況にない場合、近くに避難できる安全な建物などがある。

NO

YES

最上階の部屋、山の斜面とは反対側の2階以上の部屋など**自宅内のより安全な場所へ避難**

安全に移動できる**近くの建物などへ避難**

問 県災害対策課 ☎078(362)9988 📠078(362)9911