

()班

あなたの情報

フリガナ

名前: (世帯主)

〒517-0045

住所: 鳥羽市船津町

自宅電話番号: () —

携帯電話番号: () —

メールアドレス :

勤務先・学校等 :

生年月日: 明治 大正 昭和 平成 , .

血液型: 型 (RH+ • RH-)

アレルギー, 治療中の疾病, 薬剤等

①山折り

鳥羽市船津町内会

三重県沿岸地域 TSUNAMI 避難計画

My まっぷラン



三重県 • 鳥羽市

①山折り

家族・友人の連絡先

災害時の安否確認方法について、
事前に家族で話し合っておきましょう。

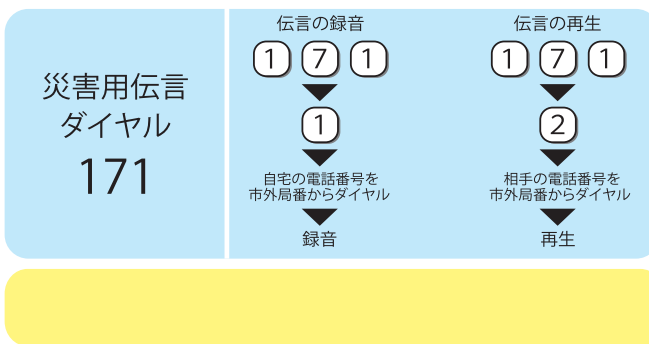
名前	
住所	
電話番号	
メール	

名前	
住所	
電話番号	
メール	

①山折り

(ご近所の方)

名前	
住所	
電話番号	
メール	



①山折り

- 13 家具の固定を行う。
- 12 一旦高台に避難したら安全が確認できるまで低地に下りない。
- 11 より高いところへ避難する。
- 10 附近所に声をかけながら避難する。
- 9 できるだけ広い道を通って避難する。
- 8 夜間避難の場合は一人ひとりが懐中電灯を持参する。
- 7 原則、車で避難しない。
- 6 地震の揺れが収まったら火元を確認する。
- 5 自宅からの複数の避難ルートを用意しておく。
- 4 すぐに近くの安全な高台へ逃げる。
- 3 ⑥玉置勝弘宅付近(海抜17m)【まち指定】
- 2 ⑤鳥羽ヤンマー敷地(海抜22m)【まち指定】
- 1 ④落口集会所裏の墓地(海抜23m)【まち指定】
- ③船津コミュニティセンター(海抜19m)【まち指定】
- ②加茂中学校3階(海抜22m)【市指定】
- ①船津保育所グラウンド(海抜21m)【市指定】

船津町内会津波避難のルール

非常持ち出し袋の点検

避難時に持って逃げるものを書き出しましょう。

飲料水

非常食

懐中電灯

携帯ラジオ

お薬

貴重品

生理用品

介護手帳

障害者手帳

マイク

必要なものが入っているかどうか確認しましょう！

例) 懐中電灯

何が必要か災害時をイメージして考えてみましょう！

使用可能かどうか確認しましょう！

Check

消費期限は確認してありますか？

電池は使用可能ですか？

充電の電池はありますか？

マッパ、ライター等は使用可能ですか？

季節に合わせた点検を行っていますか？(防寒具、タオル等)

その他、チェックすべきことがあれば書いておきましょう。

①山折り

もしも!災害

- 災害発生
- ①身を守る!
- ②火を消す!
- ③扉を開ける!
- ④非常持ち出し袋!
- ⑤安全な場所へ!
- ⑥避難場所へ移動!

①山折り

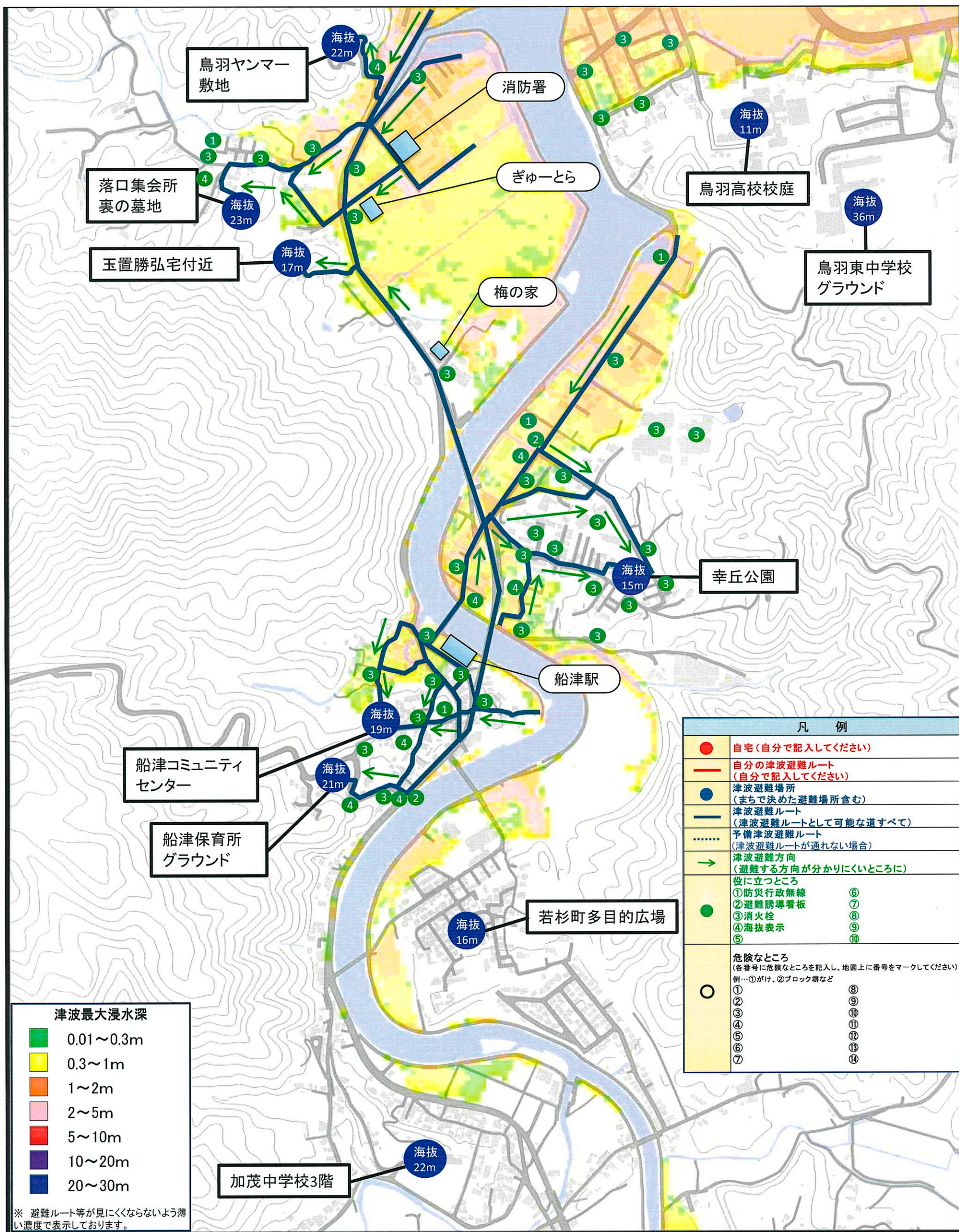
地震への備え

- ① 家具類の転倒・落下の防止
- ② けがの防止対策 (避難路の確保)
- ③ 家屋の強度確認 (耐震診断、補強)
- ④ 消火の備えをしておく
- ⑤ 火災発生の防止対策をしておく
- ⑥ 非常用品を備えておく
- ⑦ 家族で話し合っておく
- ⑧ 防災環境を把握 (防災隣組)
- ⑨ 過去の地震の教訓を学んでおく
- ⑩ 防災の知識・技術を身につけておく

①山折り

船津町津波避難計画(Myまっぷラン)

すぐに近くの安全な高台へ避難しましょう！



※ この地図に「自宅」と「自分の津波避難ルート」を凡例を参考にご記入ください。