

あなたの情報

フリガナ
名前: (世帯主)

〒517-0000

住所: 鳥羽市

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

③山折り

鳥羽市本浦町内会

三重県沿岸地域 TSUNAMI 避難計画

My まっぷラン



三重県 ・ 鳥羽市

②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	

(ご近所の方)

名前	
住所	
電話番号	
メール	

災害用伝言
ダイヤル
171



①山折り

①山折り

①山折り

①山折り

- 本浦町内会津波避難場所は下記のとおりです。
- ① 鏡浦小学校クラウズド (12m) 【市指定】
 - ② 本浦老人憩の家前広場 (12m) 【市指定】
 - ③ サシ浦島 悠季の里 (駐車場) (20m) 【市指定】
 - ④ 与古屋 (駐車場) (44m) 【市指定】
 - ⑤ 中山かき直売所 (駐車場) (20m) 【市指定】
 - ⑥ 新藤上広場 (20m) 【まち指定】
 - ⑦ 山崎和子氏宅上避難場所 (31m) 【まち指定】
 - ⑧ 下坂上バーロード広場 (40m) 【まち指定】
 - ⑨ 本浦小浜地区避難場所 (38m) 【まち指定】
 - ⑩ 山洋丸せり広場 (14m) 【まち指定】
- 2 避難路の車刈りを年1回実施する。
- 3 家具の固定を行う。
- 4 近道を効果的に利用する。
- 5 自宅から複数の避難ルートを頭に入れておく。
- 6 災害時の情報は自らが得られるように準備する。
- 7 地震の揺れがおさまったら火元を確認する。
- 8 原則、車で避難しない。
- 9 夜間避難の場合は一人ひとりが懐中電灯を持参する。
- 10 できるだけ広い道を通って避難する。
- 11 隣近所に声をかけながら避難する。
- 12 より高いところに避難する。
- 13 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。
- 14

本浦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
- マイクログリッドバッテリー

例) 懐中電灯

必要なものが入っているかどうか確認しましょう!

何か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? 替えの電池はありますか?
- ワット・ライターの季節に合わせた点検を行っていますか? (防塵具、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。

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!

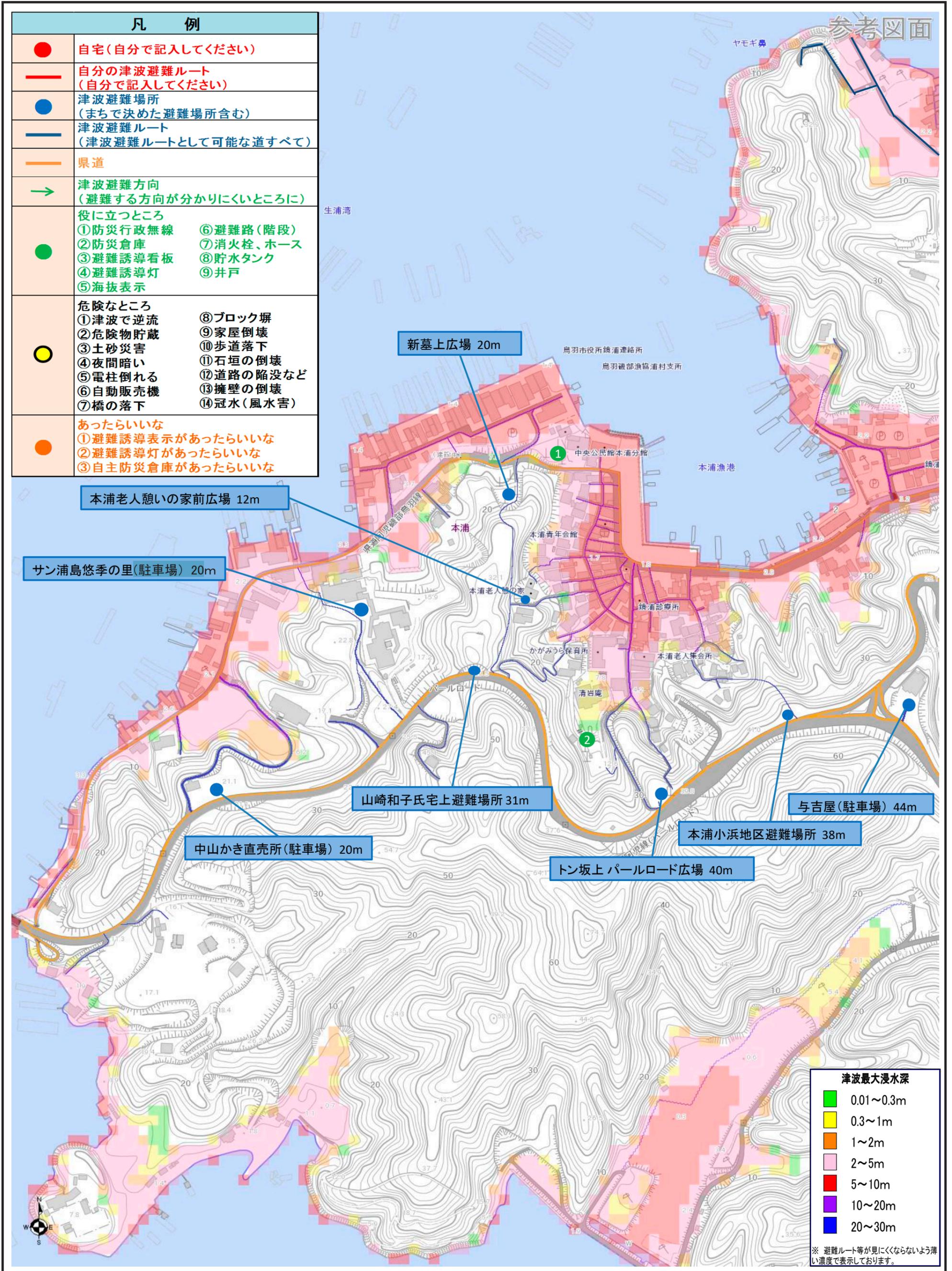
⑤ 安全な場所へ!

⑥ 避難場所へ移動!

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 火災発生時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

本浦町内会(西側)津波避難計画(Myまっぷらん)



※ この地図に「自宅」と「自分の避難ルート」を凡例を参考にご記入ください。