

()班

あなたの情報

フリガナ
名前: (世帯主)

〒 517-□□□□

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

①山折り

鳥羽市大明東町町内会

三重県沿岸地域 TSUNAMI 避難計画

My まっぷラン



三重県 ・ 鳥羽市

③山折り

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	

①山折り

(ご近所の方)

名前	
住所	
電話番号	
メール	



①山折り

大明東町町内会津波避難のルール

- 1 大明東町町内会の津波避難場所は下記のとおりです。
 - ① 鳥羽東中学校クラウン下 (36m) 【市指定】
 - ② 対岸島津住宅団地西倉 (1m) 【まち指定】
 - ③ 対岸島津住宅団地西倉 (15m) 【まち指定】
- 2 鳥羽東中学校まで避難する方が困難な方のため、あらかじめ避難場所(避難行動要支援者用)を下記のとおりとします。
 - ① 豊川組(鳥羽東中学校下)
 - ② ツツクワシ広場(鳥羽東中学校下)
- 3 安楽島津住宅団地高倉の車列りを年2回実施する。
 - 4 家具の固定を行う。
 - 5 近道を効果的に活用する。
 - 6 自宅からの複数の避難ルートを用意しておく。
 - 7 災害時の情報は自ら得られるように準備する。
 - 8 地震の揺れが収まったから火元を確認する。
 - 9 原則、車で避難しない。
 - 10 夜間避難の場合は一人ひとりが懐中電灯を携帯する。
 - 11 できるだけ広い道を通って避難する。
 - 12 隣近所に声をかけながら避難する。
 - 13 より高いところへ避難する。
 - 14 一旦高倉に避難したら安全が確認できるまで低地に下りない。

①山折り

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
- マイクログループカード

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? 替えの電池はありますか?
- ワッチ、ライター等は使用可能ですか? 季節に合わせて点検を行っていますか? (防寒具, タオル等)

その他、チェックすべき点があれば書いておきましょう。

①山折り

もしも!災害

- 1 災害発生
- 2 身を守る!
- 3 火を消す!
- 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

①山折り

大明東町津波避難計画(Myまっぷらん)

