避　難　力　ー　ド

この避難カードは、地震や津波、風水害による災害が発生した時に、こ自身とご家族の命を守るための避難行動や連絡先などをまとめたものです。ご家族で防災について話し合って、みんなで避難カードを作りましょう

地　震

安全が確認できる場合は、在宅避難、親戚・知人宅避難も避難の方法のひとつです
親戚・知人宅避難については、日頃から相談しておきましょう

『緊急地震速報（テレビ、スーパなど）』

※震源地が近い場合、緊急地震速報よりも早く揺れがくることがあります

□　身を守る行動

『揺れがおさまってから』

□　力ズの元栓を閉める
□　電気のブレーカーを落とす
□　避難経路の確保
□　家族の安否確認
□　情報収集

次頁へ

2020年９月発行

城東区役所

①

山折り

地　震

『同程度の地震に注意しながら一時避難』

一時避難場所　　□　非常持出袋

□　一時避難場所（　　）

□　災害時避難所（　　）

『自宅に一度戻り生活できるか確認』

『生活できる』

□　在宅避難

『生活できない』

□　親戚・知人宅（　　）

□　災害時避難所（　　）

南海トラフ大地震の場合、城東区にも津波による浸水が想定されています

②

谷折り

台　風

台風はあらかじめ、進路や強さ（大きさ）、接近までの日数がわかるため、事前の準備と避難が可能です
（台風接近状況により避難することが危険な場合があります）

府域に台風が上陸、あるいは接近するおそれがある場合

府域に強い台風（風速30m/ｓ以上）が上陸あるいは接近するおそれがある場合

・親戚、知人宅で避難
・原則自宅で避難（在宅避難）

状況に応じて自主避難所や災害時避難所を開設する場合があります。※

※自主避難所（区役所など）の開設状況については、区役所にお問い合わせください

災害時お役立ちサイト

災害ダイヤル 171
おおさか防災ネット
区役所ツイッター
気象庁
大阪府河川カメラ
区役所フェイスブック

③

山折り

コロナ禍での避難行動

コロナ禍では、特に避難所での感染の危険性があります
自宅、親戚・知人宅、車中泊避難などを避難先の検討をお願いします

安全が確認できるなら原則

1. 一般避難者
- 在宅避難
- 親戚・知人宅など

日頃の健康管理と避難時は非常持出袋にマスク、体温計、消毒液、ゴミ袋、ビニール袋を忘れずにお持ちください！

災害時避難所

- 一般スペース
- 健康チェックシート → 疾病の悪化 → 療養スペース

コロナ感染症経過観察

2. 濃厚接触者
3. 検査結果待ちの方

区指定避難所

4. コロナ陽性

指定医療機関
宿泊療養施設
（コロナ陽性の方は入院・入所先で避難）

容態の悪化

谷折り

避難所受付イメージ（例）

校舎
療養スペース（陽性者用隔離）
療養スペース
療養スペース
療養スペース
一般スペース
一般スペース
一般スペース
一般スペース
一般スペース
4階
3階
2階
1階
立入禁止
受付
熱既往症状者
検温・健康チェック
受付

⑧

切込み

河川氾濫

気象情報や自治体からの避難情報に注意し、早めの避難！
寝屋川流域河川 → 寝屋川、第二寝屋川、平阿川、平野川分水路古川

河川名	観測所	地域	警戒レベル		
			3	4	5
寝屋川	京橋	城東区全域（関目2.4.6丁目を除く）	水位3.10 避難準備、高齢者等は避難開始	水位3.30 全員避難	決壊・越水 命を守る最善の行動
第二寝屋川	昭明橋	新喜多東，諏訪，鴫野西，鴫野東，天王田，放出西，中浜，永田，東中浜，森之宮	水位4.25 避難準備、高齢者等は避難開始	水位4.55 全員避難	決壊・越水 命を守る最善の行動
平野川	剣橋	諏訪，中浜，永田2～4丁目，東中浜，森之宮	水位3.90 避難準備、高齢者等は避難開始	水位4.15 全員避難	決壊・越水 命を守る最善の行動
平野川分水路	今里大橋	諏訪，中浜，永田2～4丁目，東中浜，森之宮	水位3.40 避難準備、高齢者等は避難開始	水位3.85 全員避難	決壊・越水 命を守る最善の行動
古川	桑才	古市，今福東，今福南3，4丁目	水位3.30 避難準備、高齢者等は避難開始	水位3.40 全員避難	決壊・越水 命を守る最善の行動

水害の恐れがあるときの避難情報の発令対象区域の詳細はこちら

④

谷折り

一時避難場所

□　自宅　※浸水想定地域外、堅固な建物の３階以上

□　親戚・知人宅　※浸水想定地域外、堅固な建物の３階以上

□　津波避難ビル３階以上（　　）

□　災害時避難所３階以上（　　）

□　堅固な建物の３階以上（　　）

※避難カードの作成にあたっては、こちらのサイトもご参照ください。
台風・豪雨時に備えての「避難行動」を判定する際の参考資料が掲載されています。
http://www.bousai.go.jp/fusuigai/typhoonworking/pdf/houkoku/campaign.pdf

メモ

⑤

山折り

非常持ち出し品の例（大人２人分の目安）

□ 非常食　適当量
□ 飲料水(500mlペットボトル)　６本
□ 懐中電灯　２個
□ 携帯ラジオ　１台
□ 乃能ナイフ　１本
□ 手袋　２組
□ ビタミーシート　１枚
□ アルミ製保温シート　２枚
□ 簡易トイレ袋　６袋
□ タオル　４枚
□ 布巾袋　10枚
□ 下着　２セット
□ トイレットペーパー　１ロール
□ ウエットティシュ　２個
□ 生理用品
□ 現金（小銭・公衆電話用）　適当量
□ 布製ガムテープ　１個
□ 油性マジック(太)　１本
□ 筆記用具　１セット
□ 予備電池（モバイルバッテリー等）２個
□ 口腔ケア用品（液体歯磨き など）２個
□ 救急袋（以下のものを入れておく）
□ とげ抜き　１本
□ 消毒液　１本
□ カーゼ(滅菌)　２枚
□ ばんそうこう　10枚
□ 包帯　２巻
□ マスク　２枚
□ 常備薬・持病薬など　適当量

非常用持出袋に入れておく

※非常用持出袋はリュックなどで両手の使えるものにする

⑥

谷折り

わたしの情報

名前	
住所	
自宅電話	
携帯電話	
メールアドレス	
生年月日	
血液型	
既往症 飲んでいる薬	
伝えたいこと	

家族の連絡先

名前	
電話番号	
名前	
電話番号	
名前	
電話番号	
名前	
電話番号	

⑦

切込み