

ぼうさいじょうほう

防災情報は

いろいろあるけど

いつ避難すればいいの？

けいかい

警戒レベル④で危険な場所から全員避難!!

きけんばしょぜんいんひなん

けいかい

警戒レベル

5

きんきゅうあんぜんかくほ

緊急安全確保

すでに災害が発生しているまたは、切迫している状況。
命の危険があるため、直ちに身の安全を確保する。

けいかい

警戒レベル

4

きけんばしょぜんいんひなん

危険な場所から全員避難!!

速やかに避難する。避難場所までの移動が危険と思われる場合は、
近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難する。

けいかい

警戒レベル

3

きけんばしょこうれいしやとうひなん

危険な場所から高齢者等避難!!

避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は
避難する。その他の人も必要に応じ、危険を感じたら自主的に避難する。

けいかい

警戒レベル

2

ひなんこうどうかくにん

避難行動の確認

避難に備え、ハザードマップ等により、
自らの避難行動を確認する。

けいかい

警戒レベル

1

こころがまたか

心構えを高める

災害への心構えを高める。

ぼうさい—き—し—じょう—ほう—

防災気象情報

けいかい

【警戒レベル相当情報(例)】

れい

国土交通省、気象庁、
都道府県が発表

けいかい

警戒レベル 5 相当情報

そうとうじょうほう

レベル5 氾濫特別警報
レベル5 大雨特別警報 等

けいかい

警戒レベル 4 相当情報

そうとうじょうほう

レベル4 氾濫危険警報
レベル4 大雨危険警報 等

けいかい

警戒レベル 3 相当情報

そうとうじょうほう

レベル3 氾濫警報
レベル3 大雨警報 等

「警戒レベル相当情報」は、住民が自主的に
避難行動をとるために参考とする情報です。

※ただし、「警戒レベル相当情報」が発表
されたとしても必ずしも同じタイミング
で市町村から同じレベルの避難情報が
発令されるとは限りません。避難行動
をとる際は、市町村からの避難情報に
ご注意ください。

※避難先は、公的な避難場所に限られません。近くの家族や親戚、知人宅への避難についても日ごろから相談しておいてください。

ぼうさい

災害時の持ち出し品をチェックしよう!

ぼうさい

「非常持ち出し品や備蓄品などの準備」(大阪府)(令和6年11月13日時点)より

非常持ち出し品

●貴重品

☐ 現金(公衆電話用に10円玉も)

●飲料水・非常食

☐ 缶入り乾パン ☐ 飲料水(500mlペットボトル)

●救急袋

☐ 毛抜き ☐ 消毒薬 ☐ ガーゼ(滅菌) ☐ 包帯 ☐ 脱脂綿
☐ ばんそうこう ☐ 三角巾 ☐ 常備薬・持病薬など

●衛生用品

☐ マスク ☐ アルコール消毒薬
☐ 体温計 ☐ 台所用洗剤 ☐ 手洗い洗剤

●情報・照明

☐ 携帯ラジオ
☐ 懐中電灯(できれば1人に1つ)
☐ ローソク
☐ 携帯電話の充電器・モバイルバッテリー

●生活用品

☐ ライター ☐ 十徳ナイフ ☐ 軍手・手袋
☐ ロープ ☐ 簡易トイレ※1 ☐ トイレ用ペーパー
☐ ティッシュペーパー ☐ レジャーシート
☐ サバイバルブランケット
☐ タオル ☐ ウエットティッシュ ☐ 筆記用具
☐ 油性マジック(太) ☐ 布製ガムテープ
☐ ポリ袋 ☐ ラップ(止血・食器覆い用)
☐ 歯ブラシ・歯磨き粉・洗口液

個人や家庭の事情にあわせ備えを検討するもの

必需品・貴重品類

☐ 預貯金通帳 ☐ 鍵(自宅・車等)
☐ 予備メガネ・コンタクトレンズ等
☐ お薬手帳 ☐ 義歯
☐ 支援プラン(一人で避難することに不安がある方)
☐ 本人確認書類(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード、
パスポート・在留カード・特別永住者証明書等)のコピー

赤ちゃん用品

☐ 粉ミルク ☐ 哺乳瓶 ☐ 離乳食
☐ おやつ ☐ スプーン ☐ 着替え
☐ 洗淨綿 ☐ 紙おむつ ☐ ガーゼ
☐ 毛布 ☐ バスタオル ☐ おしりふき
☐ おんぶひも ☐ 玩具 ☐ 母子手帳
☐ ベビーカー

高齢者用品

☐ 予備メガネ
☐ おむつ
☐ 看護用品
☐ 着替え
☐ 持病薬
☐ おしりふき

女性用品※2

☐ 生理用品
☐ サニタリーショーツ
☐ おりものシート
☐ 中身の見えないごみ袋
☐ 防犯ブザー/ホイッスル

※1 簡易トイレには排便処理セットを含む。 ※2 災害の「備え」チェックリスト(首相官邸ホームページ)より抜粋

リュックサックなど両手が自由に動かせるものに入れておき、いつでもすぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。
家族構成を考え必要最小限に絞り込み、一度背負ってみましょう。また、少なくとも年に一度は点検しましょう。

女性は
約10kg
が目安。

男性は
約15kg
が目安。

※あくまで目安です。
自分で持って避難できる
量にしましょう。