

1

避難先

避難先を確認してメモしておきましょう。

※原則※

できるだけ早く、高いところへ

- 自宅・親戚宅・知人宅・職場など（最寄りの浸水しない安全な階）
- 最寄りの避難所（浸水しない安全な階）
- 最寄りの広域避難場所・一時避難場所（浸水しない場所）
- 浸水しない区域のできるだけ高いところ

※逃げ遅れたら・・・※

高い建物、高い場所へ駆け上がる

- 最寄りの水害時（津波）避難ビル（浸水しない安全な階）
- 最寄りの高い建物や高い場所（浸水しない安全な階）

2

津波発生時をイメージし、いつ何をするか

を記入しましょう。

平時

揺れへの備え

- ☐ 住宅の耐震診断・耐震補強
- ☐ 家具の固定
- ☐ 家具の配置換え、転倒防止
- ☐ ガラスの飛散防止（フィルム等）
- ☐ 家の周りの点検
- ☐ 消火器の設置
- ☐ ブロック塀の補強や生け垣化

避難の準備

- ☐ 非常持ち出し品の準備
- ☐ 情報取得方法の確認（防災メールへの登録）
- ☐ 避難先までの避難路の確認（危険箇所等）
- ☐ 声をかける人、一緒に避難する人の確認
- ☐ 自力では避難が困難な人の支援方法の確認
- ☐ 外出先（勤務先、学校）等からの避難先の確認
- ☐ 備蓄品の準備（自宅が鉄筋コンクリート造の3階以上の場合）

地震発生時

- ✓ **すぐ、身を守る！**
- ✓ **火元に近づかない！**
- ✓ **窓やドアをあけ、出口を確保！**

揺れがおさまったら

- | | |
|--|------------------------------------|
| ☐ 家族の安否確認 | ☐ 自宅の被害確認 |
| ☐ 情報収集 | ☐ 隣近所の安否確認 |
| ☐ 火元の確認（元栓を閉めるなど） | ☐ けが人の救出、手当 |

※地震の揺れがなくても、大津波警報や津波警報が発表される場合があります

大津波警報

津波警報

- | | |
|--|---|
| ☐ 非常持ち出し品を確認 | ☐ 電気のブレーカーを切る |
| ☐ 安全な服装、歩きやすい靴に着替える | ☐ ガスの元栓の確認 |
| ☐ 避難の声掛け | ☐ 家の前などの避難先、連絡先を表示 |
| ☐ 避難の支援 | ☐ |

避難！ より早く、より高く

南海トラフの地震発生後1時間50分で、1mを超える津波が大阪市に到達すると想定されています

避難完了後

避難後には、家族や大切な人に無事避難したことを伝えましょう

連絡方法

家族の集合場所

避難情報や津波情報が解除されるまでは、避難先からの外出や移動は極めて危険です。