



富士宮市 野中Ⅰ区

# わたしの避難計画 作成ガイド

## <目次>

P4

**<見本>**

作成日

年

月

日

冷蔵庫や玄関など  
目につく場所に貼っておこう！

☒現金・通帳
☐身分証明書
☒携帯電話
☒充電器

☐ヘルメット
☐懐中電灯
☐携帯ラジオ
☒着替え

☐飲料水
☐非常食
☐携帯トイレ
☒マスク

☒常備薬・持病薬
☐消毒液
☐体温計

その他の持ち物【

】

家族等との連絡方法

非常時の連絡先1名前(     ):

--

非常時の連絡先2名前(                    ):

-                    -

災害用伝言ダイヤル「171」:災害発生時(震度6弱以上の地震など)には、  
NTTの災害用伝言ダイヤルが稼働します。

|      |                      |
|------|----------------------|
| 伝言録音 | 171→1→電話番号→伝言録音(30秒) |
| 伝言再生 | 171→2→電話番号→伝言再生      |

情報収集手段に関する紹介

避難情報や同報無線の放送、避難所の開設が確認できます。

・富士宮市  
公式LINE

避難情報やハザードマップが確認できます。

・静岡県  
防災アプリ

土砂災害の危険度、河川の様子を確認できます。

・気象庁  
キキクル  
(土砂災害)

・富士宮市  
Eメール

2次元コードが読み込めない場合は、名前で検索してみよう！

静岡県防災アプリ

検索

・気象庁  
キキクル  
(洪水)

わたしの避難計画(富士宮市)

大雨( 河川氾濫 ・ 土砂災害 )

大雨② 避難のタイミング、避難先、情報収集手段を記入

●避難のタイミング

「高齢者等避難」

●避難先

自宅の2階に行く

●情報収集手段 (〇を付けよう  
複数可)

☐ 富士宮市Eメール
☒ 静岡県防災アプリ
☐ テレビ( 放送)
☐ 防災ラジオ
☐ その他【                    】

地震

地震① 大地震発生時の行動を確認し、安否確認方法を記入

大地震が  
おさましたら

・ブレーカーを落とす

・ガスを止める

・黄色いハンカチを掲げる

地区の  
安否確認

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

に集まる

自宅に被害があったら  
指定避難所へ

自宅に被害がなかったら  
自宅で待機

大地震に備え、1週間分の水・食料・生活必需品の備蓄をしましょう！

次のページに進もう→





見えにくい場合は「富士宮市防災マップ」、もしくは国土交通省の「重ねるハザードマップ」で確認しよう。



| 急傾斜地の崩壊<br>(黄は警戒区域、<br>赤は特別警戒区域) | 土石流<br>(黄は警戒区域、<br>赤は特別警戒区域) | 地すべり<br>(黄は警戒区域、<br>赤は特別警戒区域) |
|----------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
|                                  |                              |                               |

・テレビ  
・ラジオ

**d** ボタンで  
避難情報表示