

制定自己和家人的避难行动计划表 (防灾时间表)！

平时的确认

使用防灾地图（从P.44开始）
确认灾害风险。

浸水的深度

滑坡灾害

请利用“您应该采取的避难行动
判断流程”（P.12），确认在
发生灾害时的避难行动和时机。

避难需要较长时间的人员，
应按3级警戒
“高龄人员等避难”采取行动。
其他人员则按4级警戒“避难指示”
采取行动。
在家避难时，请事先确认家中哪些
地方更安全。

请事先确认避难的场所，并记
载避难所名称。
(P.36～P.37 枚方市的避难所)

避难所名称

• 确认避难路线。

• 确认避难所需的时间。

前往避难所所需的时间

步 行 分钟

确认紧急时随身携带的物品和储
备品。
(P.28紧急时随身携带的物品和储备品)

请事先与家人共享应急包的放置
场所。

警戒等级	等级1	等级2	等级3	等级4	等级5
气象信息	早期提醒信息 (达到警报级别的可能性)	大雨、洪水提醒警报 泛滥提醒信息	大雨、洪水警报 河流泛滥警戒信息	河流泛滥危险信息 滑坡灾害警戒信息	大雨特别警报 泛滥发生信息
避难信息			高龄人员等避难	避难指示	紧急确保安全
行动要点	请频繁查看气象信息。		请频繁确认枚方市的避难信息。		请采取最佳行动自救， 保护生命安全。
	请按会下大雨的情形做好准备。		避难需要较长时间的人员， 请开始避难。	需要避难的人员， 请开始避难。	
家人的 行动					
填写范例 牵牛星君	 • 准备应急包 • 关闭防风雨的拉窗		 招呼附近的邻居	 开始避难	 避难完毕！

注意！

防灾时间表只是行动的一个参考标准。灾害情况不一定会如预期，因此要灵活应对。

台风等风灾水灾是可以事先预测的，因此可以为避难做好准备。无论个人还是家庭，如果事先准备好避难行动计划，在发生灾害时，就可以沉着冷静地采取行动。

在万一发生灾害时，为了防止逃生延误、保护生命安全，请事先制作好避难行动计划表（防灾时间表）。

防灾时间表的制作方法

- ①思考自己与每位家庭成员分别进行避难的时机。
- ②在应该完成避难的时点上，填写“避难完毕”。
- ③为了能够完成避难，在各自应该开始行动的时点上，填写“开始避难”。
- ④填写开始避难之前的“开始准备”。请具体填写要准备的物品，例如“准备应急包”“准备常备药”等。
- ⑤避难时也需要和所在地区的其他人互相帮助。最好也写上“招呼附近的邻居”等事项。