

『防災対応力向上シート』 ～基本情報～



災害発生時に地域の支援者と安全に避難できるよう、「私に必要なこと」を理解してもらうため、私に関する情報を関係機関・者と共有することに同意します。

作成者： _____

続柄： _____

連絡先： _____

| | | | | |
|------------|--|-------|------|------------------------------|
| 同意日 | 年 | 月 | 日 | 連絡先 |
| ふりがな | | | | 生年月日 |
| 氏名 (自署) | | | | 大正・昭和・平成・令和・西暦 年 月 日 (歳) |
| 心身状況 | <input type="checkbox"/> 要介護・要支援 () <input type="checkbox"/> 障害者手帳 () <input type="checkbox"/> その他 () | | | |
| 住所 | | | | |
| 連絡先 | 電話： | メール等： | | |
| 緊急連絡先 | | | | |
| ① | 続柄： | 電話： | 居住地： | |
| ② | 続柄： | 電話： | 居住地： | |

◎住まいの災害リスクを**ハザードマップ**で確認しましょう

| | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 住まい | 間取り ※寝室・普段いる部屋、出口への通路等 |
| 木造・鉄骨・鉄筋 | 建て |
| 階居住 | |
| 建築時期 | 年 月 頃 |
| 耐震構造 | 有・無 |
| ハザード情報 | |
| <input type="checkbox"/> 洪水 | 浸水区域内 (深さ m) ・ 区域外 |
| <input type="checkbox"/> 土砂災害 | 警戒区域内 ・ 区域外 |
| <input type="checkbox"/> 津波 | 警戒区域内 (高さ m) ・ 区域外 |
| 同居人 | |
| 有 (名) ・ 無 | |
| (関係： _____) | →避難時に頼れますか？ 可・否) |

| | | | |
|--|--------------|------------|----------|
| 避難準備にかかる時間は？ | | | |
| 家族等への連絡 | 分 + 持ち出し品の準備 | 分 + 家の戸締まり | 分 = ①計 分 |
| 避難先は？ (避難所または親族・知人宅等) | 距離 | 手段 | ②移動時間 |
| <input type="checkbox"/> 避難先 1 | | | 分 |
| <input type="checkbox"/> 避難先 2 | | | 分 |
| <input type="checkbox"/> 自宅の浸水しない場所 (2階以上等) 移動の手助け→ 要・不要 | | | |

| | |
|---|----------------|
| ペットはいますか？ <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ | その他留意事項 |
| 種類： _____ 名前： _____ | 現病・既往歴 |
| <input type="checkbox"/> 一緒に避難する | |
| <input type="checkbox"/> 知人等に預ける (_____ 日前に _____ へ) | |

| | |
|----------------------|--------------|
| 緊急時の情報伝達・特記事項 | |
| | 医療機関(かかりつけ医) |
| | 服薬内容 |
| | 医療処置・医療的ケア等 |

『防災対応力向上シート』 ～マイ・タイムライン～



気象庁HP
あなたの街の
防災情報

「マイ・タイムライン」は、主に風水害を想定して「いつ」「誰が」「何をするのか」を時系列で整理した避難行動計画です。「私」と「避難支援者」、「地域」はどのように行動すればいいのか。「防災チェックリスト」を活用しながら、みんなで確認しましょう。

| | 私の行動 (記入日： 年 月 日) | 避難支援者の行動 (記入日： 年 月 日) | 地域の行動 (記入日： 年 月 日) |
|-------------------------|---|---|---|
| 平常時 | <input type="checkbox"/> ハザードマップの確認 <input type="checkbox"/> 避難先・避難経路の確認 <input type="checkbox"/> 非常用持ち出し袋の準備 <input type="checkbox"/> 避難訓練に参加 | <input type="checkbox"/> 避難支援者の決定 <input type="checkbox"/> 避難訓練に参加 避難支援者①続柄： 氏名： 住所： 電話： 避難支援者②続柄： 氏名： 住所： 電話： | <input type="checkbox"/> 避難支援団体の決定 <input type="checkbox"/> 避難訓練の実施 避難支援団体 名称： 責任者： 住所： 電話： |
| 警戒レベル 1 | * 「早期注意情報 (警報級の可能性)」 → 「天気予報 (翌日まで)」や「週間天気予報 (2日先～5日先まで)」に合わせて発表される | | |
| | <input type="checkbox"/> 気象情報の確認 <input type="checkbox"/> 家の周りの点検と片付け <input type="checkbox"/> 避難先・避難経路の再確認 <input type="checkbox"/> 非常用持ち出し袋を手元に <input type="checkbox"/> 避難先 (親戚、知人宅) に連絡 | <input type="checkbox"/> 要支援者の予定確認 <input type="checkbox"/> 気象情報を声かけ | <input type="checkbox"/> 地区内の役割・連絡体制の確認 <input type="checkbox"/> 避難所の防災用品・備蓄品の確認 <input type="checkbox"/> 避難経路の状況確認 |
| 警戒レベル 2 | * 「大雨注意報」「洪水注意報」「高潮注意報の一部」 * 「氾濫注意情報」「気象庁HPキキクル (危険度分布) で『注意』 (黄色)」 | | |
| | <input type="checkbox"/> 携行貴重品を手元に <input type="checkbox"/> 避難支援者に連絡 | <input type="checkbox"/> 避難準備呼びかけ | <input type="checkbox"/> 避難所の開設準備 |
| 警戒レベル 3 | 高齢者等は避難開始 避難しよう！ | | |
| | <input type="checkbox"/> ガス・ブレーカーの確認 <input type="checkbox"/> 戸締まり <input type="checkbox"/> 避難開始 | <input type="checkbox"/> 避難呼びかけ <input type="checkbox"/> 避難誘導開始 | <input type="checkbox"/> 避難所の開設 <input type="checkbox"/> 避難者の受け入れ <input type="checkbox"/> 自治体と情報交換 |
| 警戒レベル 4 全員避難！ | ■自由記述欄 (避難誘導時の留意点など) | | |
| 警戒レベル 5 直ちに安全確保！ | ■上記の内容について確認しました。 _____ 年 _____ 月 _____ 日 | | |
| 氏名： _____ | (代理署名： _____) | 続柄： _____ | |

