

## 参考資料6：やさしい日本語版

子どもや外国人等を対象に作成した「わたしの避難計画—やさしい日本語版」を紹介します。

### ●「わたしの避難計画—やさしい日本語版」作成例

The screenshot shows the app's main interface. At the top, it says 'わたしの避難計画 (伊豆の国市 南條地区)'. Below this, there are two main sections: 'A 大雨がふったとき' and 'B 大雨がふったとき'. Section A asks if the user has a plan for heavy rain and provides options for water levels and mud disasters. Section B asks if the user has a plan for heavy rain and provides options for evacuation routes and information sources. There is also a section for 'C おおきな地震' (Big Earthquake) with instructions on what to do during a quake. The interface is colorful and includes QR codes and illustrations of a person and a house.

### 住民からの意見

・外国人などには難しい漢字や専門用語が多く、作成が難しいのではないか。

### 市町からの意見

・やさしい日本語版があると、学校教育にも活用できるのではないか。

### ●「作成ガイド—やさしい日本語版」作成例

The screenshot shows the app's interface for earthquakes. It features a 'おおきな地震' (Big Earthquake) section with instructions on what to do during a quake. Below this, there is a 'かきかた' (How to Write) section with a checklist of items to include in the plan, such as family members, evacuation routes, and information sources. The interface is colorful and includes QR codes and illustrations of a person and a house.

The flowchart illustrates the user flow through the app. It starts with a question about whether the user has a plan for heavy rain or earthquakes. If not, it leads to a section where the user can create a plan. The flowchart includes various decision points and options, such as '避難所' (Evacuation Center) and '避難指示' (Evacuation Instruction). It also includes a section for 'おしらせ' (Notice) and 'アプリやウェブサイト' (App or Website).

## 参考資料 7：応用事例

### 市町の既存資料を活用した例：河津町

市町によっては、「わたしの避難計画」と同様の取組みを先行して行なっている市町があります。その場合は、既存の様式を活用した「わたしの避難計画」の作成も検討しましょう。

### ●市町の既存資料を活用した例：河津町

災害リスクチェック欄

★作成ガイドを見て家族の状況や災害リスクなどを記入しましょう

**手順① 家族で避難に時間がかかる人を記入**

避難に時間がかかる人      ペット

いる  — 人       避難先に連れていく

いない               避難先に連れていかない

いない               いない

**手順② ハザードマップで土砂災害の危険を確認し、記入**

該当なし       土石流       急傾斜地の崩壊

警戒区域       地すべり

特別警戒区域       土石流       急傾斜地の崩壊

わたしの避難計画 (河津町 見高入谷地区)

作成ガイドP3～を見て、各災害について避難先、自主避難の合図を記入しましょう

災害	避難先	自主避難の合図
河川氾濫		
土砂災害		
地震		

※ への移動が危険な場合      へ避難

★自主避難の合図とは、避難のタイミングを示します  
★裏面にも、血液型や緊急時の連絡先を記入し、いざという時に備えましょう

**ポイント**

「河津町防災ガイドブック」に使用されている「避難カード」を、「わたしの避難計画」として活用

**町からの意見**

- 「河津町防災ガイドブック」の「避難カード」の作成を住民へ促している。この様式を踏襲した形で作成して欲しい

わたしの避難計画 (河津町 見高入谷地区)

裏面も記載して携帯するようにしましょう

<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>	<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>
<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>	<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>
<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>	<p>名前(ふりがな)</p> <p>住所 〒</p> <p>生年月日      性別      血液型      型Rh + / -</p> <p>電話番号 (自宅)      電話番号 (携帯)</p> <p>第1緊急連絡先(氏名・関係)      第2緊急連絡先(氏名・関係)</p> <p>アレルギー・持病      服用している薬</p>

## 「わたしの避難計画」のみで作成が可能な例：焼津市

住民の中では、ハザードマップ等を熟知している住民の方もいらっしゃいます。そのような方を対象に、「わたしの避難計画」のみで作成が可能（作成ガイドは参考資料扱い）な例を紹介します。

### ●「わたしの避難計画」のみで作成が可能な例：焼津市

#### ポイント

災害リスクを☑する欄を削除し、「作成ガイド」内のフロー図を「わたしの避難計画」へ統合

#### 大雨の時は、「いつ」「どこに」避難すればいい？

右の「わたしの避難計画」に結果（赤字部分）を書き写そう！

自宅に「土砂災害」の危険がありますか？（分からない場合 ⇒ 作成ガイドの2ページで確認）

はい ↓ いいえ

自宅が「家屋倒壊等氾濫想定区域」の中に入っていますか？（分からない場合 ⇒ 作成ガイド3ページで確認）

はい ↓ いいえ

「川が氾濫」した時に自宅が浸水する危険がありますか？（分からない場合 ⇒ 作成ガイドの3ページで確認）

はい ↓ いいえ

川の「浸水深」より高い場所に居室がありますか？（分からない場合 ⇒ 作成ガイド3ページで確認）

はい ↓ いいえ

避難に時間がかかる人はいますか？

はい ↓ いいえ

安全な場所に住んでいて「頼れる親戚や知人」はいますか？

はい ↓ いいえ

安全な場所に住んでいて「頼れる親戚や知人」はいますか？

はい ↓ いいえ

※「高齢者等避難」が発令される前に自主避難所が開設されている場合もあります。市町のホームページを確認し、事前の避難を心がけよう！  
 ※親戚・知人宅へは、3～2日前に避難が可能であれば、避難するようにしよう！  
 ※自宅の2階等への垂直避難する場合も、水がひくまで我慢できる十分な備えを準備しておきましょう。

#### 巨大地震の時は、「どこに」「いつまでに」避難すればいい？

右の「わたしの避難計画」に結果（赤字部分）を書き写そう！

自宅に津波が来ますか？（来る場合、何分で来る？）

はい ↓ いいえ

自宅に津波が来ますか？（来る場合、何分で来る？）

はい ↓ いいえ

（分からない場合 ⇒ 作成ガイドの4ページで確認）

#### 「わたしの避難計画」

冷蔵庫や玄関など目につく場所に貼っておこう！

#### 大雨の時

**河川氾濫の危険**（どちらかに☑をつける）  
あり なし

●避難のタイミング  
「避難指示」が発表されたら

●避難先  
自宅の安全な部屋

**土砂災害の危険**（どちらかに☑をつける）  
あり なし

●情報収集手段  
(○を塗りつぶす)

焼津市のホームページ  
 やいづ防災メール  
 焼津市公式LINE  
 静岡県防災アプリ  テレビ等

#### 巨大地震が発生したら

**自宅に津波が来る場合**（津波浸水想定区域）

●避難のタイミング  
強い揺れが収まったらすぐに！  
又は、強い揺れを感じなくても「津波注意報」や「津波警報」「大津波警報」が発令された場合

●避難先  
地震発生から 分以内に 到着する

**自宅に津波が来ない場合**（津波が来ないと想定される地域）

●避難のタイミング  
強い揺れが収まったら

●避難先（集合場所）  
※町内会で決められている場所

その後に判断

自宅が危険な状況であれば指定避難所へ

自宅が安全な場合は自宅で余震に備える

自由記載欄（持ち出し品や、家族や親戚の電話番号など）

#### 住民からの意見

- ・自宅の災害リスクは、ハザードマップ等で既に把握している。
- ・「作成ガイド」を見ながら「わたしの避難計画」を記入するという流れが分かりづらい。「わたしの避難計画」のみで作成ができるような資料構成も可能ではないか？



## 住民同士の声掛け避難の記載例：菊川市

避難に時間がかかる高齢者世帯等の早期避難を促すため、「わたしの避難計画」の中に「住民同士の声掛け避難」を追記した例を紹介します。

### ●住民同士の声掛け避難の記載例：菊川市

**資料1**

**手順① 【家族の状況】**

⑦ 家族に避難に時間がかかる人  いる ( 人 )  
 いない

⑧ 近隣に避難に時間がかかる人のみで生活している世帯がある  いる  
 いない

⑨ ⑦で「いる」と答えた方  
 その人に声をかけて一緒に避難することができる  はい  
 いいえ

---

**手順② 【大雨が降った時】裏面の左側の地図で確認しよう**

**河川氾濫の危険**

⑩ 浸水のおそれ  なし  あり 浸水深  m

⑪ 家屋倒壊のおそれ  なし  家屋倒壊等氾濫想定区域

**土砂災害の危険**

⑫ 土砂災害のおそれ  なし  
 土砂災害警戒区域  
 土砂災害特別警戒区域

出典：内閣府ホームページ

---

**手順③ 【地震が起こったとき】裏面の右側の地図で確認しよう**

**地震の危険**

⑬ 震度6強以上のゆれから身を守りましょう！

震度6強	震度7
這わないと動く ことができない	耐震性の高い 木造建物でも 傾くことがある

⑭ 液状化のおそれ  なし  あり (液状化危険度が大・中・小のいずれかに該当)

液状化が発生した場合

マンホールなどの埋設物が浮き上がったり、道路に段差が発生したりする可能性があります。避難するには足下に注意しましょう。

---

**「わたしの避難計画」** 作成日： 年 月 日

**手順④ 大雨が降った時**

**河川氾濫の危険**  あり  なし

**土砂災害の危険**  あり  なし

⑮ 避難のタイミング

⑯ 避難先

⑰ 情報収集手段

---

**手順⑤ 地震が起こった時**

**液状化の危険**  あり  なし

⑱ 避難のタイミング  強いゆれが収まったら

⑲ 避難先(集合場所)  
 ※町内会で決められている場所

その後に判断

自宅が危険な場合は  
指定避難所へ

自宅にいても安全な場合は  
自宅待機

⑳ 声掛け先

手順①の⑧で近隣に避難に時間がかかる人のみで生活している世帯に声をかけて一緒に避難できると回答した方は、声掛け避難へのご協力をお願いします！

### 市からの意見

- ・早期避難が難しい世帯を、どう避難させるかが課題と感じている。近隣の避難が必要な世帯の名前を記載する「声掛け先」が欲しい。

## 高潮編の作成例：南伊豆町

静岡県では伊豆半島や駿河湾などの県内沿岸地域において、高潮津波浸水想定区域図の作成を進めています。住民等の要望に応じて、高潮に対応した「わたしの避難計画」の作成も検討しましょう。

### ●高潮編の作成例：南伊豆町

#### 高潮

**手順④ 過去の経験などから、高潮災害の危険を確認し、記入**

- 静岡県では、県内の沿岸地域において、高潮浸水想定区域図を順次作成しています。
- 現時点では石廊崎地区の高潮浸水想定区域図はありませんが、今後作成予定です。過去の経験などから、「わたしの避難計画」チェック欄(2枚目)を記入し、災害リスクを確認しましょう。

**手順⑤ 避難のタイミング、避難先を確認し、記入**

⑦ 避難のタイミング、避難先を決定しましょう

過去に自宅が浸水したことがある、または自宅が過去に浸水したことがある近所のお宅と同じ高さにありますか？

いいえ → 避難のタイミング：—、避難先：自宅に留まる

はい → 避難に時間がかかる人はいますか？

はい → 安全な場所に住んでいて頼れる親戚や知人はいますか？

いいえ → 安全な場所に住んでいて頼れる親戚や知人はいますか？

避難のタイミング 警戒レベル3 高齢者等避難	避難のタイミング 警戒レベル3 高齢者等避難	避難のタイミング 警戒レベル4 避難指示	避難のタイミング 警戒レベル4 避難指示
避難先 親戚・知人宅	避難先 南崎認定こども園	避難先 親戚・知人宅	避難先 南崎認定こども園

⑧ 避難のタイミング、避難先を「わたしの避難計画」に記入

#### ポイント

- 高潮浸水想定区域図に基づき災害リスクを確認しましょう
- ※ 高潮浸水想定区域図がない場合、過去の浸水リスク等を参考に、避難先等を確認しよう

#### 「わたしの避難計画」 (南伊豆町 石廊崎地区)

土砂災害のおそれ <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	●避難のタイミング	●避難先
高潮のおそれ <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	●避難のタイミング	●避難先

**地震・津波**

大地震発生 → まず身を守り、揺れが収まるまで待つ → 津波による浸水の危険性なし

津波による浸水の危険性あり → 地震発生から [ ] 分(未満)で浸水開始 → 一次避難地である [ ] へ避難

地震発生 → 電気のブレーカーを落とす、台所やストーブなどの火の始末、ガスの元栓を閉める → 地域集合場所に一度集合する → 自宅が被害を受けている ●避難先 [ ]

自宅に大きな被害がない ●避難先 自宅

★自由記入欄(情報収集手段等)

★緊急時に連絡をとる必要のある方の連絡先を書きましよう↓

氏名： [ ] 電話番号： [ ]

★情報収集は「南伊豆町配信メールサービス」を利用しましょう!





★災害発生時は「町の同報無線」を活用しよう!

☎0558-62-2121

## 持出品リストの記載例：清水町

いざという時のため、持出品をあらかじめ決めておくことが早期避難に繋がります。「持出品リスト」を掲載した「わたしの避難計画」の作成も検討しましょう。

## ●持出品リストの記載例：清水町

作成日 年 月 日		<h1>わたしの避難計画</h1> (清水町 中徳倉地区)	
作成ガイドを見て家族の状況や災害リスクなどを記入しよう!			
<b>手順① 家族で避難に時間がかかる人を記入</b> 避難に時間がかかる人 <input type="checkbox"/> いる 人 <input type="checkbox"/> いない		冷蔵庫や玄関など 目につく場所に貼っておこう!  清水町イメージキャラクターゆうすいくん	
<b>手順② ハザードマップで自宅の危険を確認し、記入</b> <b>河川氾濫の危険</b> 浸水のおそれ <input type="checkbox"/> 浸水なし <input type="checkbox"/> 浸水あり 浸水深 _____ m 家屋倒壊等氾濫想定区域に <input type="checkbox"/> ない/ <input type="checkbox"/> ある <b>土砂災害の危険</b> <input type="checkbox"/> 該当なし <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域 <input type="checkbox"/> 土砂災害特別警戒区域		<b>手順③ 避難のタイミング、避難先、情報収集手段を記入</b> <b>大雨</b>  河川氾濫の危険 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし  土砂災害の危険 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし ア ●避難のタイミング _____ ●避難先 _____ イ ●情報収集手段 _____ 自由記入欄 (連絡先等)	
<b>持出品リスト 災害時に持って行くものにチェックを入れよう!</b> <input type="checkbox"/> 現金・通帳 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 充電器 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬 <input type="checkbox"/> 消毒液 <input type="checkbox"/> 体温計 その他の持ち物【 _____ 】		<b>手順④ 大地震発生時の安否確認方法を確認し、記入</b> 大地震がおさまる <b>地震</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ブレーカーを落とす・ガスを止める</li> <li>・黄・赤タオルの提示</li> </ul> 地区の一時避難先 _____ に集合 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 自由記入欄 (連絡先等)	

### 住民からの意見

・避難先へ避難する前に、持ち出し品を確認したい。持ち出し品を確認出来るチェックリストがほしい。





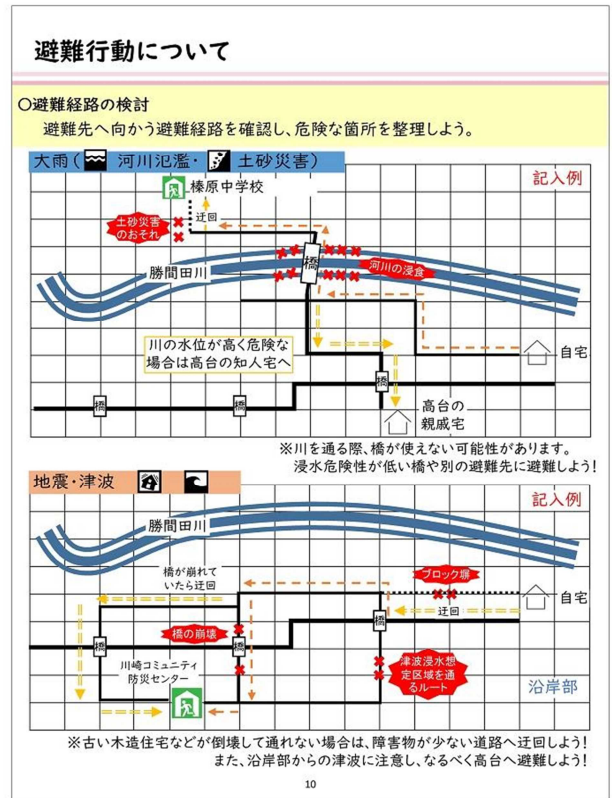
## 避難経路図の作成：牧之原市

「避難場所までのリスクまでを含めて検討する必要があり、避難経路の記載欄が欲しい」との意見を受け、わたしの避難計画の裏面に避難経路の記入スペースを設け、知識ブックに書き方を記載しました。

### ●避難経路図の記載例：牧之原市



わたしの避難計画（裏面）



知識ブック

### 住民からの意見

- ・避難先までの避難経路を考えなくてもよいのか。