



地震からあなたと家族を守る
命のパスポート
静岡県

3秒 地震だ！

- 落ち着け！ ● 身を守れ！
- 意識しよう！ 脱出口確保

1~2分 揺れがおさまった

津波や山・崩れの危険が予想される地域はすぐに避難

- 火元を確認！ ● 家族は大丈夫か！
- 靴を履く！ ● 非常持ち出し品！

3分

- みんな無事か？ ● 近くに火は？

大声で知らせろ！
消火器を使い！

- 余震に注意！

5~10分

- ラジオをつけろ！ デマにまどわされるな！
- 市町、自主防の情報を確認！
- 電話はなるべく使わない！

避難のときは
■ ガス栓を閉めろ！ プレーカーを切れ！ ■ 走って逃げろ！
■ ブロック塀の崩壊、自動販売機の転倒、看板やガラスの落下、がれきに注意！
■ 行き先メモを玄関に！（空巣に注意！）

10分~数時間

- みんなで消火活動！
- みんなで救出活動！

簡単な手当は自分で！

~7日

- 生活必需品は備蓄でまかなえ！

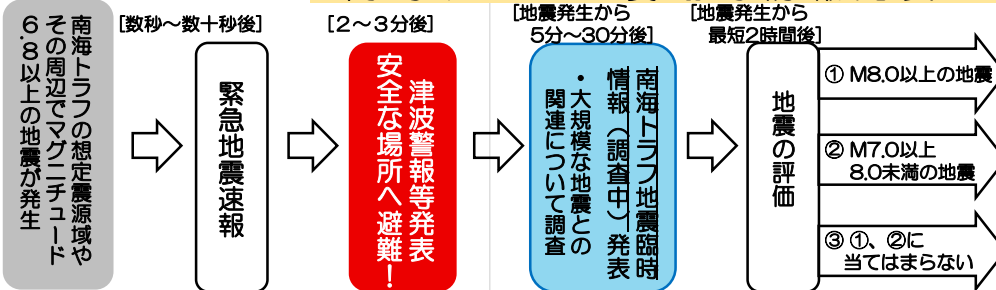
水・食料・ラジオ・ライト・常備薬等

- 市町広報に注意！ ● 無理はやめよう！
- こわれた家に入るな！ ● がまんと助け合い！

避難生活 になったら 3か条

- 自主防を中心に！
- ルールを守れ！
- 助け合おう！
要配慮者に心づかい

南海トラフ地震臨時情報発表の流れ



南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）発表

- 事前避難対象地域の住民は1週間避難
- 日頃からの地震の備えを再確認する

南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）発表

- 日頃からの地震の備えを再確認する

南海トラフ地震臨時情報（調査終了）発表

- 地震に注意しながら通常の生活を行う

あなたの家は、
避難の必要な地域ですか？

身の回りの災害リスクに備えて、「どのタイミング」で「どこに」避難するか、決めておき、早期避難につなげるため、「わたしの避難計画」を作成しましょう。



市町ハザードマップや防災アプリを使って、地域の災害、避難地を確認しましょう。



防災ベテラン家族「わだひな家」

「わたしの避難計画」の結果を写そう！！

巨大地震の時

自宅に津波が来る地域 / 自宅に津波が来ない地域

避難のタイミング / 避難先

地震発生から 分以内に / に到着する

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

家族の連絡先・行動 (南海トラフ臨時情報が出た時や大きな地震が発生した時)

名前	連絡先・日常いる可能性の高い場所

家族の集合場所	避難先

家族・知人の安否確認に
NTT災害伝言ダイヤル

171 伝言の再生

171 をダイヤル

171 をダイヤル

1 録音の場合 をダイヤル

2 録音の場合 をダイヤル

市外局番 (0##) ###-####

自宅(被災地内)の電話番号をダイヤル

市外局番 (0##) ###-####

被災地の方の電話番号をダイヤル

*パソコンや携帯電話のメールを使った災害伝言板「WEB171」もあります。

自らの命は自ら守る。自らの地域は皆で守る。

氏名	住所

静岡県危機管理部危機情報課
TEL 054-221-2644
http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/