

手順④ 大地震発生時の災害リスクを確認

○長田南地区（青木上・大和田）の地震による危険

最大震度6強～7の揺れと、液状化の可能性が想定されています。

○震度と体感

震度5弱	震度5強	震度6弱	震度6強	震度7
大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる	物につかまらないうと歩くことが難しい	立っていることが困難になる	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

○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、道路に段差が発生する可能性があります。避難する際には足下に注意しましょう。

情報収集手段に関する紹介

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



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。

静岡市防災メール



防災情報が電話から音声で確認できます。

静岡市防災情報（電話）



※避難先が分からない場合は、静岡市HP（指定緊急避難場所・指定避難所一覧）や静岡市地理情報システム しずマップ で確認しよう！

<目次>

手順① 家族で避難に時間がかかる人がいるか確認

P1



手順② ハザードマップで自宅の災害リスクを確認し、記入

P2

手順③ 避難のタイミング、避難先、情報収集手段を確認し、記入

P3



手順④ 大地震発生時の災害リスクを確認

P4

<見本>

静岡市長田南地区（青木上・大和田）
「わたしの避難計画」 作成日 R◯年00月00日

別紙の「作成ガイド」を見てチェックしたり、メモしたりしておこう！

①【家族の状況】 ガイド手順①参照
●避難に時間がかかる人
☐ いる ☒ いない

【注】避難に時間がかかる人がいる場合は、避難のタイミングを早くする必要があります。

大雨が降った時 ガイド手順②参照
●河川氾濫のおそれ
☐ おそれなし ☒ おそれあり
浸水深 0.5 m
●家屋流出のおそれあり（家屋倒壊等氾濫想定区域に居住）
●浸水のおそれあり（河川の浸水想定区域に居住）
※内水やその他の河川についても、静岡市防災情報マップで確認してみましょう。

【注】大雨による家屋流出のおそれがある場合は、安全な場所へ避難が必要です。

●土砂災害のおそれ
☐ おそれなし ☒ おそれあり
●土砂災害危険箇所
●土砂災害（特別）警戒区域
【注】大雨による土砂災害のおそれがある場合は、安全な場所へ避難が必要です。

●メモ（自由記入欄）

大雨（河川氾濫・土砂災害）の危険
☒ あり ☐ なし ガイド手順②参照
●避難のタイミング ●避難先 ●情報収集手段
避難指示が出されたら 井宮小学校 静岡県防災アプリ

地震が起こった時 ガイド手順④参照
●強い揺れから身を守りましょう！
●津波
☒ 自宅にきません ☐ 自宅にきまず
【注】津波のおそれがある場合は津波が来る前に、できるだけ早く、より安全な場所へ避難が必要です。

事前の準備
●持出品リスト 災害時に持っていくものにチェックを入れよう！
☐ 現金・通帳 ☐ 携帯ラジオ ☐ 携帯電話
☐ 充電器 ☐ 懐中電灯 ☐ マスク
☐ 飲料水 ☐ 非常食 ☐ 着替え
☐ 常備薬・持病薬 ☐ 消毒液 ☐ 体温計
☐ その他の持ち物

●緊急連絡先
●●●さん ○○-××××-△△△△

手順① 家族で避難に時間がかかる人がいるか確認

- 家族で避難に時間がかかる人がいるかどうか確認しましょう。
- 避難に支援が必要な方は、あらかじめ支援してもらおう方を決めておきましょう。

次のページに進もう→

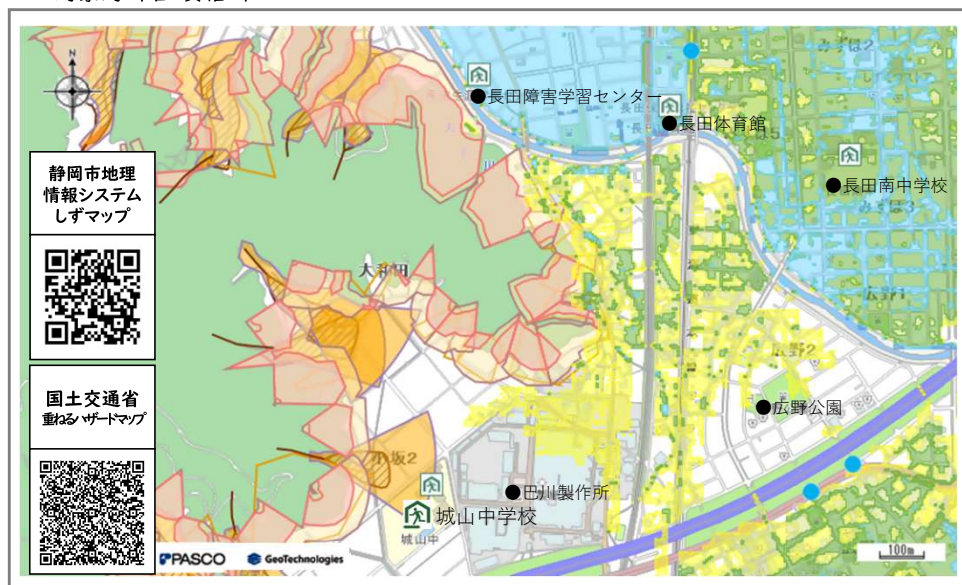
大雨(河川氾濫 ・ 土砂災害)

手順② ハザードマップで自宅の災害リスクを確認し、記入

① 自宅の位置を確認しましょう

対象河川名:安倍川

見にくい場合は「静岡市地理情報システム しずマップ」、もしくは国土交通省の「重ねるハザードマップ」で確認しましょう。



※内水についても、静岡県地理情報システム しずマップ で確認してみましょう。
出典：静岡県防災情報マップ（※令和7年1月31日から「静岡県地理情報システム しずマップ」に移行しました。）

① 下記の災害リスクを確認し、「わたしの避難計画」に記入しましょう

 河川氾濫による危険

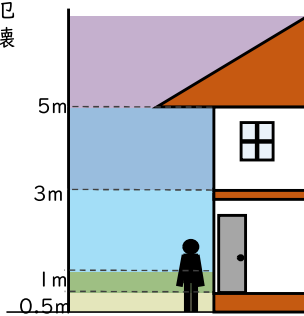
○家屋倒壊等氾濫想定区域

- ・河岸浸食
洪水時の河岸浸食により、木造・非木造の家屋倒壊のおそれがある区域
- ・氾濫流
河川堤防の決壊又は洪水氾濫流により、木造家屋の倒壊のおそれがある区域

家屋倒壊等氾濫想定区域	
	洪水氾濫
	河岸浸食
	洪水氾濫 + 河岸浸食

○浸水想定区域(浸水深)
川が氾濫した場合に
浸水するおそれがある区域

洪水浸水想定深	
	0.3m未満
	0.3m以上0.5m未満
	0.5m以上1m未満
	1 m以上 3 m未満
	3 m以上 5 m未満
	5 m以上10m未満



 土砂災害による危険

○土砂災害危険箇所
○土砂災害(特別)警戒区域
土砂災害が発生した場合、
住民等の生命や身体に危害が
生じるおそれのある地域

土砂災害に関する情報	
	土石流危険区域
	土石流危険渓流
	急傾斜地崩壊危険箇所
	地すべり危険箇所
	土砂災害特別警戒区域（土石流）
	土砂災害警戒区域（土石流）
	土砂災害特別警戒区域（急傾斜地の崩壊）
	土砂災害警戒区域（急傾斜地の崩壊）
	土砂災害警戒区域（地すべり）

○風水害の避難場所



手順③ 避難のタイミング、避難先、情報収集手段を確認し、記入

④ 避難のタイミング・避難先を決め、「わたしの避難計画」に記入しましょう

 自宅は土砂災害のリスクがある地域ですか？

はい (土砂災害危険箇所・土砂災害(特別)警戒区域) いいえ

 家屋倒壊等氾濫想定区域に含まれていますか？

はい いいえ

 川が氾濫した場合、自宅は浸水しますか？

はい (浸水深 0m~0m)

家族で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？

はい ☐ いいえ ☒

●避難のタイミング
「高齢者等避難」
が発表されたら

●避難先
親戚・知人宅 ※

●避難のタイミング
「高齢者等避難」
が発表されたら

●避難先
・城山中学校
・その他 ※3

●避難のタイミング
「避難指示」
が発表されたら

●避難先
親戚・知人宅 ※

●避難のタイミング
「避難指示」
が発表されたら

●避難先

- ・城山中学校
- ・その他 ※3

※1 親戚・知人宅へは、可能であれば事前に避難するようにしましょう。
 ※2 水が引くまでの間の「飲み水・食料」や「簡易トイレ」などを準備しておきましょう。
 ※3 小学校、中学校以外の避難先については、自治会に確認しましょう。

① 情報収集手段を決め、「わたしの避難計画」に記入しましょう

気象警報、避難情報、同報無線の放送、避難場所の開設状況

- ・静岡市公式LINE
- ・静岡市防災メール
- ・静岡県防災アプリ



避難情報やニュース

・テレビ
・ラジオ

d ボタンで
避難情報表示