

地震

手順④ 大地震発生時の災害リスクを確認

○静岡市清水区の地震による危険

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、物につかまらないと歩くことが難しい	物につかまらない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 しすマップ で確認しよう!

わたしの避難計画 作成ガイド 静岡市 清水区 両河内地区 (清地)

<目次>

手順① 家族で避難に時間がかかる人がいるか確認



大雨

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

P1

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

P2



地震

手順④ 大地震発生時の災害リスクを確認

P3

P4

<見本>

静岡市清水区■ ■ ■ 地区
「わたしの避難計画」
作成日 R〇〇年〇〇月〇〇日

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 _____人
 いない

【注意点】
・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るよ。

大雨が降った時 ガイド手順②③参照

②【河川氾濫のおそれ】
 おそれなし
 おそれあり
□ 家屋流出のおそれあり
(家屋倒壊等氾濫想定区域に居住)
浸水深 0.5 m
 浸水のおそれあり
(河川の浸水想定区域に居住)
※内水についても、静岡市防災情報マップで確認してみよう。

③【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)

●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②③参照

●避難のタイミング
避難指示が出されたら
 生涯学習交流館 静岡県防災アプリ

地震が起った時 ガイド手順④参照

●強い揺れから身を守りましょう！
津波
 自宅にいません
 自宅にいます

【注意点】
津波のときは、自宅はまだ安全ですが、そのままでは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！

<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"/> 携帯電灯	<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【 ●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う方を決めておきましょう。

次のページに進もう→

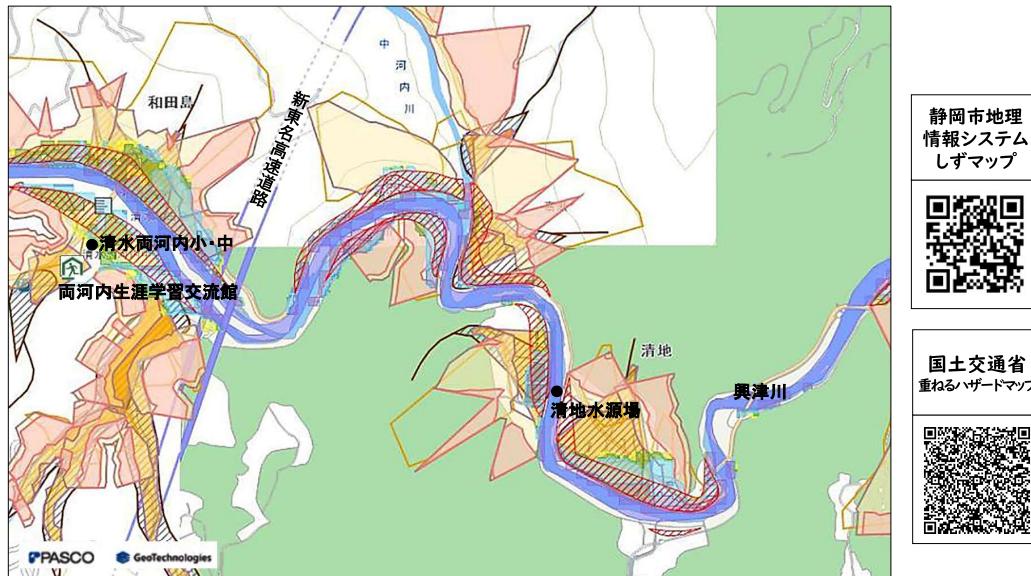
P1

大雨(波浪) 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

ア 自宅の位置を確認しましょう

見にいく場合は「静岡市地理情報システム しづマップ」、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、静岡市地理情報システム しづマップ で確認してみましょう。

出典：静岡市防災情報マップ（※令和7年1月31日から「静岡市地理情報システム しづマップ」に移行しました。）

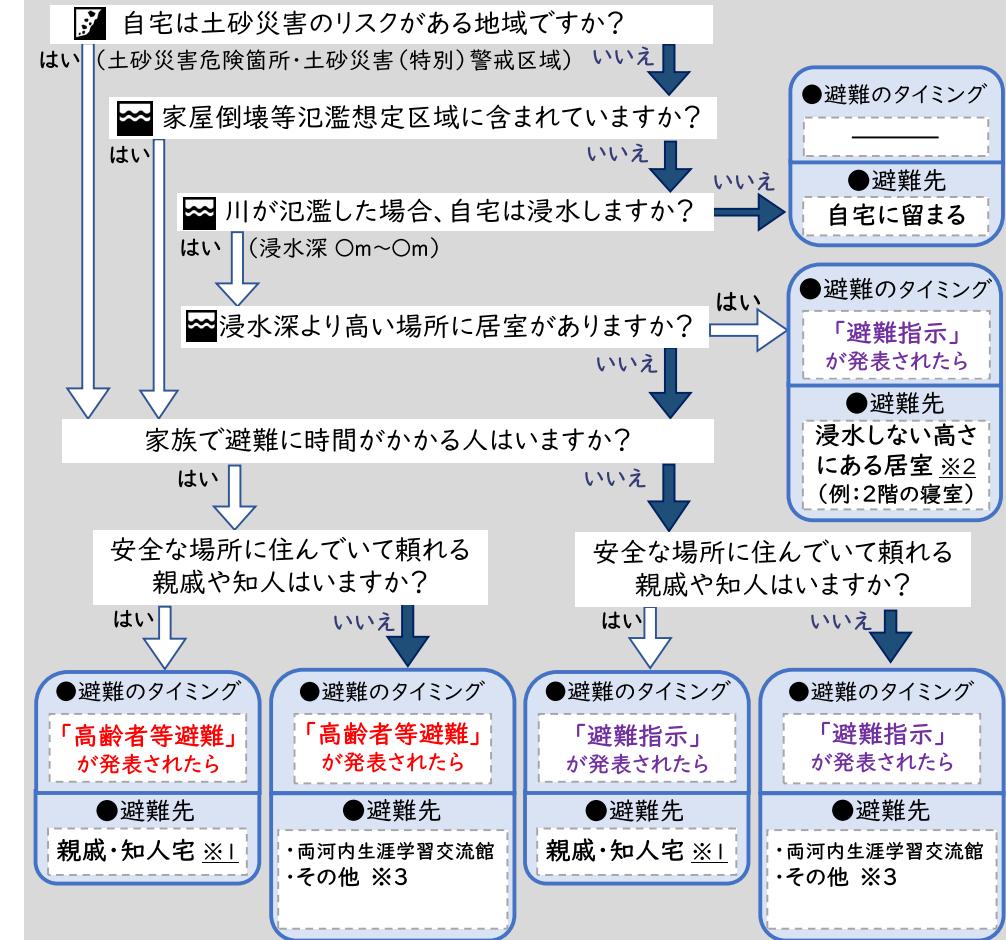
イ 下記の災害リスクを確認し、「わたしの避難計画」に記入しましょう

河川氾濫による危険	土砂災害による危険
○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	○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
○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 1m以上3m未満 3m以上5m未満 5m以上10m未満	○風水害の避難場所 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）

5m
3m
1m
0.5m

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

ア 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



※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・携帯トイレ」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。

イ 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

