

防災ハンドブック

小野地区地域づくり協議会

避難に関する情報

●警戒レベルと避難のタイミング

警戒 レベル	避難情報・住民がとるべき行動	気象庁が発表
5	緊急安全確保（藤岡市が発令） 命の危険 直ちに安全確保！	・大雨特別警報（土砂災害、浸水害） ・氾濫発生情報 ※警戒レベル5相当
	例・自宅の2階以上などの高いところへ ・高くて丈夫な建物や高い場所へ ・避難所に限らず駆け込めるところへ	
~~~~~＜警戒レベル4までに必ず避難！＞~~~~~ 警戒レベル5を待たずに、必ず危険な場所から避難！		
4	避難指示（藤岡市が発令） <b>危険な場所から全員避難</b>	・土砂災害警戒情報 ・氾濫危険情報 ※警戒レベル4相当
	例・最寄りの避難所へ ・親戚友人宅など市内に限らず安全な場所へ ・高くて丈夫な建物や高い場所へ ・避難所に限らず駆け込めるところへ	
3	高齢者等避難（藤岡市が発令） <b>危険な場所から高齢者等は避難</b>	・大雨警報（土砂災害、浸水害） ・洪水警報 ・氾濫警戒情報 ※警戒レベル3相当
	例・高齢者等は最寄りの避難所へ ・高齢者等は親戚友人宅など市内に限らず安全な場所へ ・水位情報に注意	
2	<b>自らの避難行動を確認</b>	・大雨注意報 ・洪水注意報 ・氾濫注意情報 ※警戒レベル2相当
	例・ハザードマップ等で避難経路を確認 ・予兆現象や周辺の雨に注意 ・非常持ち出し袋を再確認	
1	<b>災害への心構えを高める</b>	・早期注意情報（警報級の可能性） ※警戒レベル1相当
	例・気象情報に注意	

※警報などの種類の組み合わせや時間帯、今後の見通しなどによって、警戒レベル相当が変わる場合があります。

# 開設する避難所の決定

市では気象情報等を収集した結果、対応が必要と思われる場合は、避難所を開設します。  
すべてが一斉に開設されるわけではなく、災害の状況に応じて、開設する避難所を市が決定します。  
避難所等へ避難する際は、水や食料も持って行きましょう。

## 自主避難所

雨量等が災害発生の可能性の基準値に達していない早期の段階で自主的に避難するための場所。

## 避難場所

命を守るため、災害の危険から一時的に避難するための場所。

## 避難所

自宅が被災して帰宅できない場合、一定期間、避難生活を送るための場所。

## 福祉避難所

一般的な避難所では生活に支障をきたすなど、特別な配慮を必要とする人のための場所。  
災害時の必要な場合に設置される。最初から避難所として利用することはできません。

## ●小野地区周辺の自主避難所・避難場所・避難所として開設される施設

開設される施設に地区の指定はありませんので、他地区の施設にも避難可能です。

名 称	使用可能区分 使用可：○ 使用不可：×						所在地	収容人数 (1人=3㎡) ※体育館のみ
	自主 避難所	避難場所				避難所		
		洪 水	土 砂	地 震	大規模火災			
小野小学校	×	○※1	○	○	○	○※1	森541	387
小野中学校	×	○※1	○	○	○	○※1	立石407	329
藤岡中央高校	×	○※1	○	○	○	○※1	中栗須909	800
地域づくりセンター小野	○	—	—	—	—	—	森538	—
北中学校	×	○	○	○	○	○	下栗須283-2	353
神流小学校	×	○※1	○	○	○	○※1	下戸塚190	312
地域づくりセンター神流	○	—	—	—	—	—	下戸塚184-1	—

※1 洪水の状況によっては、体育館から校舎の2階以上へ垂直避難していただく場合があります。

新町防災アリーナ※2 | 高崎市新町2330-40

※2 高崎市と「災害時における避難場所の相互利用に関する覚書」を締結しており、高崎市の開設準備が整った場合に利用可能となります。開設状況については、高崎市の安心ほっとメール、X (旧Twitter)、Facebookの防災情報ほか、テレビのデータ放送等でご確認をお願いします。

※台風など事前に避難の計画が立ち、避難行動に時間的余裕のある場合は藤岡市の避難所を利用してください。

## ●防災気象情報などの標準的な発表の流れ

### 時間の流れ

災害発生危険度

小

災害発生危険度

大

## 大雨

大雨に関する  
気象情報

### 大雨注意報

浸水害が発生する  
おそれがあると予  
想されるとき

### 大雨警報

重大な浸水害が発生する  
おそれがあると予想され  
るとき

### 大雨特別警報

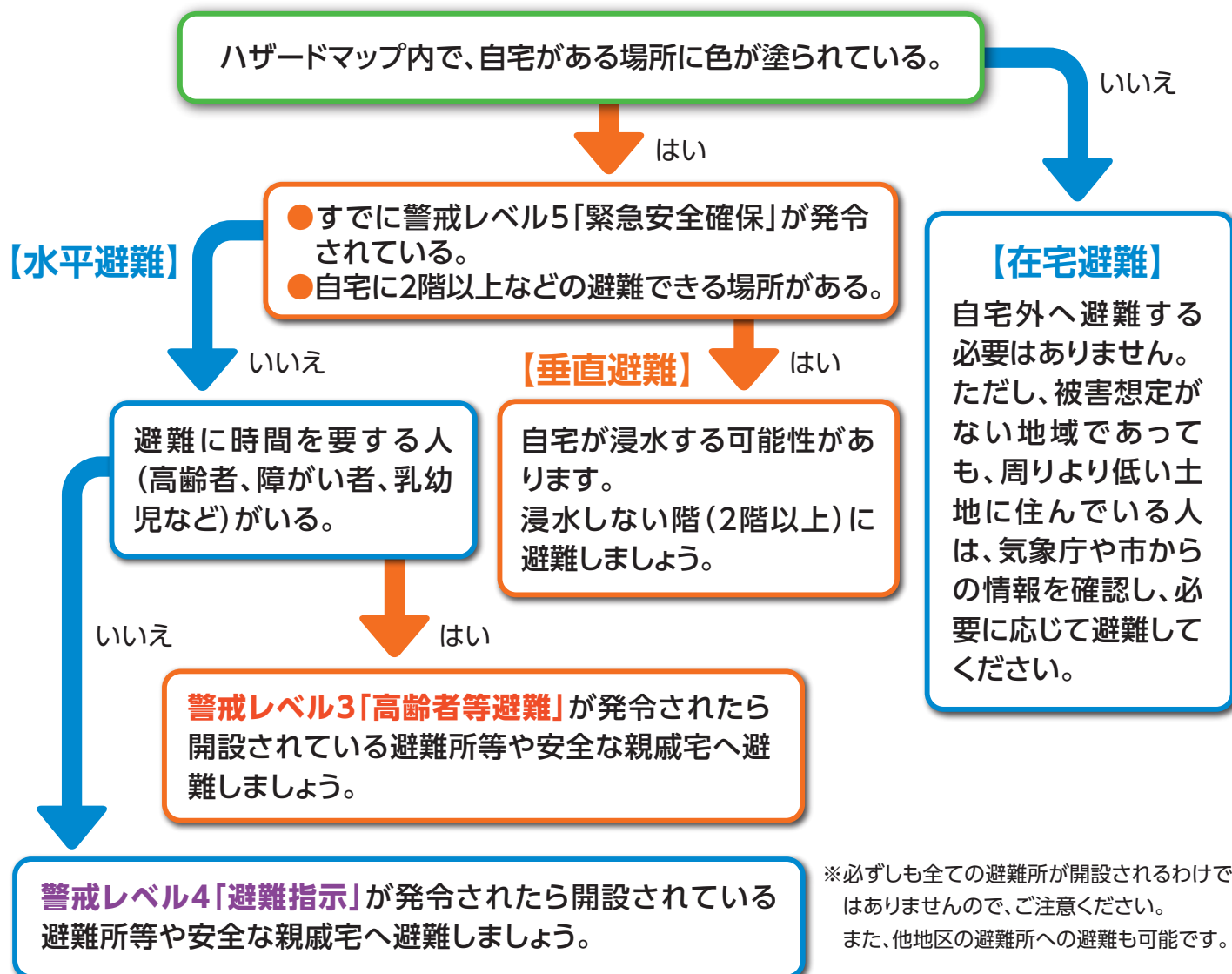
数十年に一度の大雨になる  
おそれが大きい場合

### 記録的短時間大雨情報

数年に一度しか発生しないような短時間の大雨が観測されたとき

# 水害から身を守るための避難行動

豪雨等により身の危険を感じたら、次のフローチャートを確認してください。



## ●避難判断の目安となる水位

警戒レベル4「避難指示」などが発令される時は、堤防決壊や越水の危険性が高まっていますので、すぐに避難してください。また、高齢者等時間を必要とする人などは、警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されたら避難してください。



※「氾濫危険情報」は避難指示の目安となる「氾濫危険水位」に達した場合に加えて、3時間先までの予測水位が氾濫する可能性のある水位に到達した場合にも発表されることになりました。



## 「避難」の方法

### 水平避難

自宅などに危険が迫っている場合は、避難所などの安全な場所へ避難します。



- 堤防の決壊で家屋消失・浸水の危険がある地域に住んでいる
- 子どもや高齢者など家族に要配慮者がいる など

### とにかく早期の避難

避難所  
親戚宅・知人宅  
ホテル・旅館など

### 垂直避難

災害時に身の危険が迫っている中で、安全な場所まで避難する時間がない、または、避難所等への移動が危険を伴う、もしくは、困難な場合などは、2階以上に避難します。



- ひざ上まで浸水している
- 水の流れる速度が速い
- 用水路などの位置が不明で転落のおそれがある など

### 屋外への移動は危険

浸水による建物倒壊の危機がない場合は自宅の2階以上へ避難

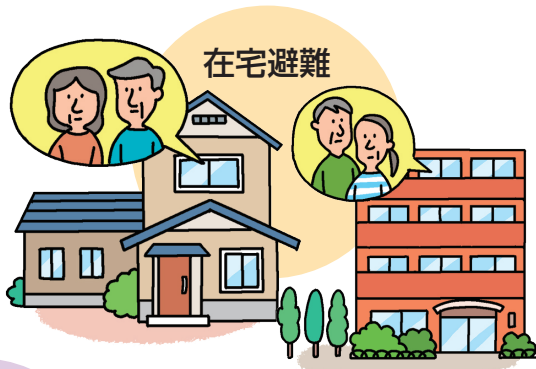
## 分散避難を考える

災害のおそれがあるときに、これまでのように「避難所」に多くの人々が密集すると、感染症が広がるリスクがあります。

これからは、「避難所」への避難以外にも、「親戚・知人宅」「ホテル」「在宅避難」「車中泊」などさまざまな避難先に、地域の人たちが分散して避難することが大切です。

### 「新しい生活様式」を踏まえた避難

### 避難＝「難」を「避」ける



ホテル・旅館



避難所



車中泊



# 水害から避難するときのポイント

## 浸水などから避難するときの注意点

### 避難は早めに

なるべく周囲が浸水する前に地域で声をかけ合って避難する。特に夜間に大雨が予想されるときは、夕方までに避難する。



### 動きやすい服装で

荷物は最小限にして背負い、両手が見えるようにする。長靴は水が入って動きにくくなるので、運動靴で避難する。



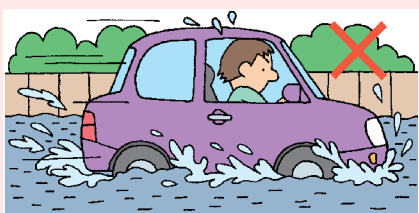
### 足元に注意する

長い棒などを杖の代わりにし、浸水し見えなくなっている道路の側溝やマンホール、くぼみや障害物などに注意する。



### 浸水後は車で避難しない

車は浸水でエンジンが止まったり水没したりする危険がある。浸水している場合は、徒歩で避難する。



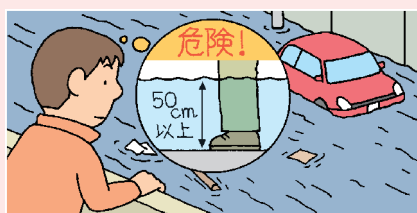
### 河川などに近づかない

増水した河川など危険箇所の様子を見に行かない。



### 無理をしない

歩行可能な浸水深の目安は約50cm。流れがある場合はそれ以下でも危険。避難が遅れたら高い場所で助けを待つ。



## 水害から身を守るには

### 集中豪雨による水害の特徴

注意報や警報が出ない雨でも災害が発生する。



下水の排水能力を超えるほどの大雨になる。



川の上流など離れた場所の雨でも影響する。



### このような前兆を確認したら注意しよう

空が真っ暗になり、雷鳴や稲妻を確認したとき。



川の水量が増したり、濁ってきたとき。



冷たい風が吹き出したとき。



## ■特に注意が必要なところ

### アンダーパス(地下道)

- 鉄道や道路の下をくぐるところは、路面が低く水が溜まりやすいので、大雨の際は通らない。
- 60cm程度の水位でドアが開かなくなるので、車が止まったら直ちに脱出する。
- 緊急脱出用ハンマーを車内に備えておく。



### 川(キャンプ場など)

- 周りが急に暗くなったり、雷が聞こえてきたら、急激に増水する恐れがあるので直ぐに川から離れる。
- 自分がいる場所が晴れていても、上流で雨が降っていると下流でも急激に増水する恐れがあるので、天気予報を常に確認する。



### 車(運転中)

- 水深10cmを超えると、ブレーキが効きにくくなる。
- 水深30cmを超えると、ほとんどの車のエンジンは停止。浸水などの危険を感じたら車を高台に移動させる。
- 浸水してエンジンが止まった車は、むやみにエンジンをかけると危険。

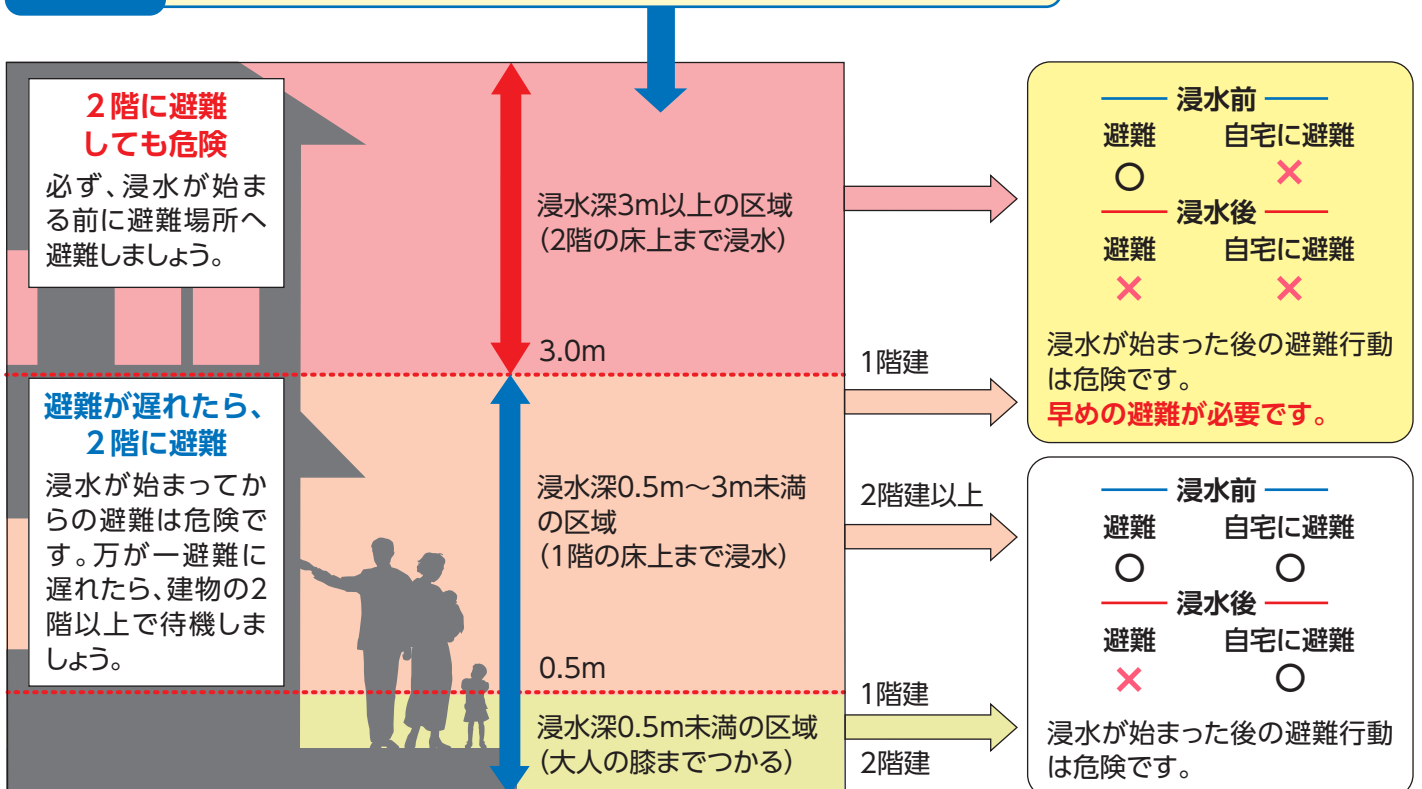


## 適切な避難行動を確認しよう

洪水(河川の氾濫)によって市街地や建物、畑が水で覆われることを浸水といい、その深さを浸水深といいます(道路や農地が水で覆われることを冠水ということもあります)。

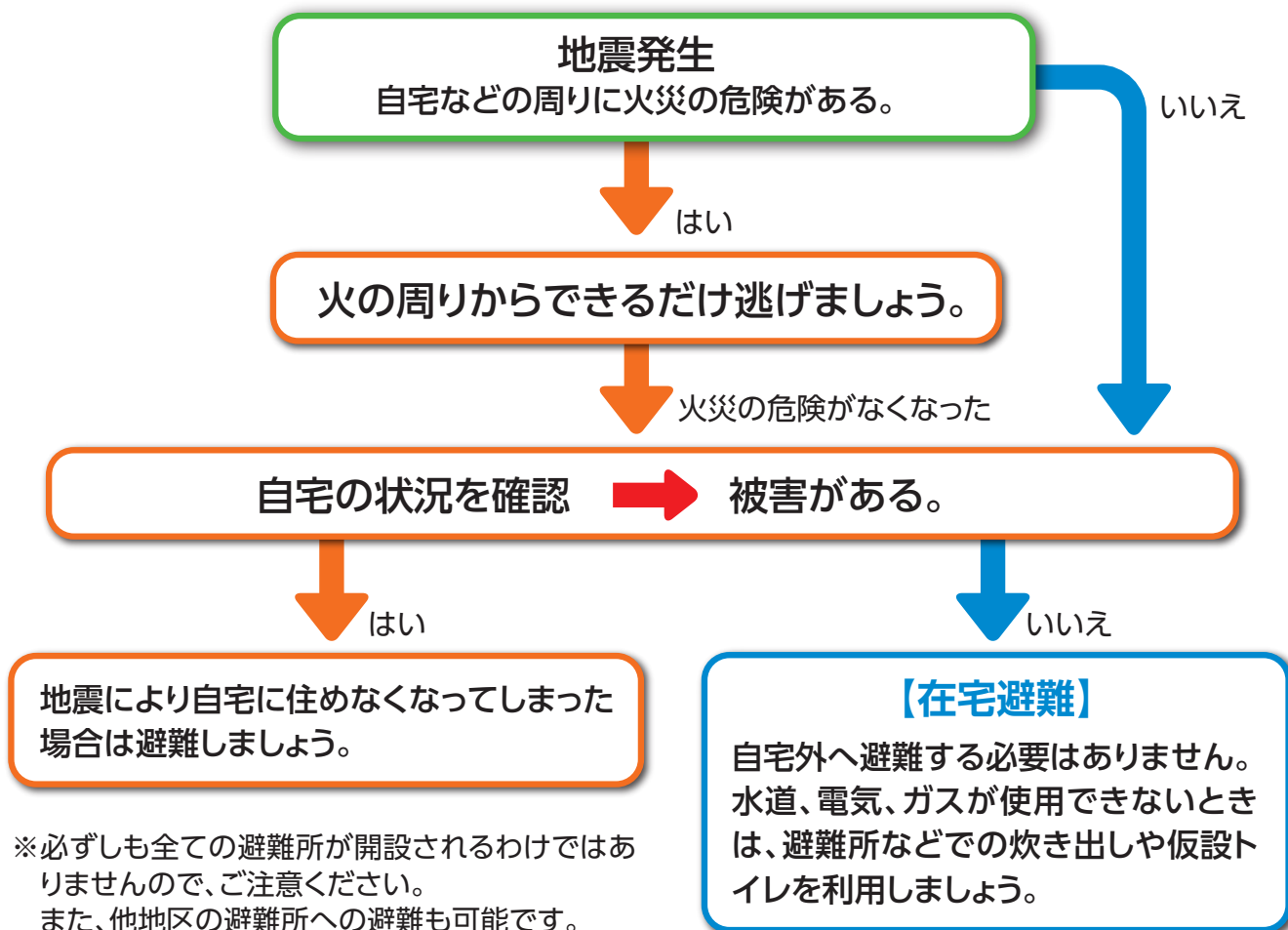
洪水の正しい避難行動は、「**浸水が始まる前に避難する**」ことですが、万が一の事態に備え、P12~13のハザードマップで自宅が浸水するか、浸水深はどのくらいか、避難ルートは浸水するかなどを確認し、下のフローチャートから正しい避難行動について確認しておきましょう。

### スタート あなたのお住まいの浸水深は、どのくらいですか？



# 地震から身を守るための避難行動

地震により身の危険を感じたら、次のフローチャートを確認してください。



※必ずしも全ての避難所が開設されるわけではありませんので、ご注意ください。  
また、他地区の避難所への避難も可能です。

## 地震発生時の行動

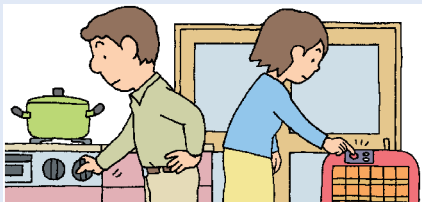
### ■地震時の行動

- 緊急地震速報や大きな揺れがあったときは、まずは身の安全を最優先に行動する。
- 丈夫なテーブルの下や物が落ちてこない、倒れてこない、移動してこない空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

### ■地震直後の行動

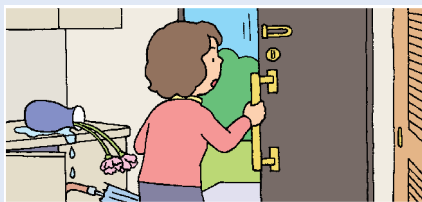
#### 火元の確認と初期消火

火を使っているときは、揺れがおさまってから、慌てずに火の始末をする。出火しているときは落ち着いて消火する。



#### 出口を確保する

揺れがおさまったのを確認してから、ドアや窓を開けて出口を確保する。



#### 危険箇所に近寄らない

屋内では、倒れた家具や落下物、割れたガラス片などに注意する。  
屋外で揺れを感じたら、ブロック塀、電柱、看板、自動販売機、橋などに近寄らない。





## 地震後の行動

### まずは在宅避難を考える

火災のおそれがなく、家の耐震性に問題がなかったら、在宅での避難生活を考える。無理に避難所へ行く必要はなく、避難生活を送るための食料や水を備蓄しておく。



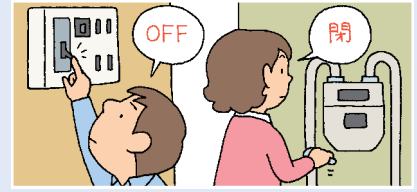
### 状況に応じた避難

近隣に大きな火災が発生した場合などは、状況に応じてより安全な場所へ避難する。



### 避難の前に安全確認

避難が必要になったときは、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めてから避難する。



### 家族構成に応じた避難

家族に子ども、高齢者、障がい者などの避難に時間のかかる人がいる場合は、早めの避難を開始する。



### 正しい情報を集める

ラジオやテレビ、行政、消防、警察など信頼できる機関から正しい情報を集める



### 救護活動に協力する

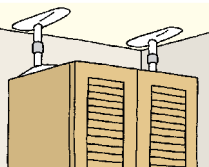
倒壊家屋や家具の下敷きになった人などがいたら、協力して救出・救護する。



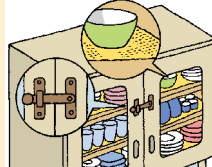
## 家屋の地震対策

### 家の中の安全対策

家具類は壁面に接近させて置き、転倒防止金具などで倒れないように固定する。



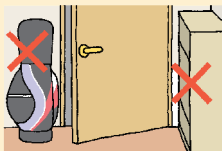
食器棚には食器の飛び出しを防ぐ滑り止めシートを敷き、観音開きの扉には留め金具を付ける。



家具の重心を安定させるため、重いものは下に、軽いものは上に収納する。



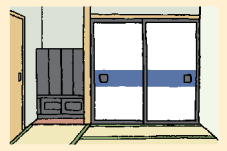
出入り口や通路をふさぐような場所にものを置かない。また、家具が倒れた時に備えて向きも考慮する。



就寝中に倒れた家具の下敷きにならないように、寝室には高さのある家具を置かない。



家族が家具の転倒や落下を避けて集まることが出来る、家具のない(または少ない)安全なスペースを確保する。

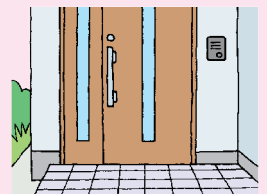


### 家の周囲の安全対策

耐震コンクリート壁以外のブロック塀は倒壊の危険性について十分に確認してください。場合によっては、耐震化や撤去などを考えてください。



玄関のまわりには自転車や植木鉢など、出入りの支障となるものを置かない。



# 災害情報の入手方法を知ろう

台風の接近や低気圧などによる大雨が予想されるときは、情報に注意し、避難に備えましょう。  
「藤岡市ハザードマップ」は、藤岡市ホームページや地図情報ウェブサイト「ふじまっぷ」からもご覧いただけます。

## 災害情報の主な入手方法

### ●緊急速報メール

- 市内のNTTドコモ、au、ソフトバンク、楽天モバイルなどの携帯電話に対して、市からの避難情報などを一斉に配信します。
- メールアドレスの登録は不要です。配信対象エリア（藤岡市内）にある受信可能な携帯電話であれば自動受信されます。

※機種により受信できない場合や受信設定が必要となる場合があります。このメールの受信にかかる通信料・情報料は無料です。

※詳しくは、携帯電話会社にお問い合わせください。

### ●ふじおかほっとメール事前登録

防犯・防災に関する情報やイベント・医療などのお知らせを、登録されたアドレスへメールを配信します。携帯電話やパソコンのメールアドレスをお持ちであれば、どなたでもサービスをご利用いただけます。

登録・更新用メールアドレス: [login@fujioka.mailio.jp](mailto:login@fujioka.mailio.jp)



### ●藤岡市ホームページ

<https://www.city.fujioka.gunma.jp/>



### ●藤岡市公式X (旧Twitter)

アカウント名: FujiokaCity <https://twitter.com/FujiokaCity>



### ●藤岡市LINE公式アカウント

アカウント名: 藤岡市



### ●防災ふじおかvoice (ボイス)

土砂災害や洪水災害が想定される区域に居住し、携帯電話を所有していない、またはインターネット環境が整備されていないなど情報取得が困難な方を対象に、音声メッセージで避難情報を固定電話等にお知らせするサービスを行っています。

事前に利用登録が必要です。

●お問い合わせ先: 地域安全課 消防防災係 TEL: 0274-22-7444



### ●VACAN (バカン)

避難所等の開設状況や混雑状況が確認できます。



## ●その他の災害情報アクセス一覧

群馬県	<b>防災ポータルサイト</b> 群馬県の災害情報(気象情報、地震情報ほか)、群馬県からのお知らせ(防災啓発情報ほか) 		<b>河川防災情報「かわみるぐんま」 (河川ライブカメラ・水位雨量)</b> 群馬県内の河川水位、雨量、ダム、ライブカメラの情報や、予測雨量情報などを提供 	
気象庁	<b>前橋地方気象台</b> 防災情報(警報・注意報、気象情報、台風情報、洪水予報等) 	<b>気象庁ホームページ</b> 大雨・洪水警報の危険度分布、気象警報・注意報、雨の様子、地震情報ほか 		<b>キキクル</b> 大雨などによる災害(土砂災害、浸水、洪水)の危険が、どこで、どのレベルで迫っているかを、地図上で見ることができる情報 
国土交通省	<b>川の防災情報</b> 全国の河川の水位や降雨の情報など、水災害に関するさまざまな情報を紹介 		<b>防災情報提供センター</b> リアルタイム情報(雨量、レーダー)ほか 	
テレビ・ラジオ	<b>テレビ(データ放送)dボタン</b> データ放送の見方 ①テレビをチャンネル3(群馬テレビ)に合わせ、リモコンの「dボタン」を押す。 ②「市町村情報」の「藤岡市」を選択し、決定ボタンを押す。		<b>ラジオ</b> [FM] FM群馬 86.3MHz FM群馬(鬼石方面) 87.1MHz NHK-FM 81.6MHz [AM] NHK第一 594MHz 道路情報 1620MHz	

## 家族や知人との連絡方法

### ●災害用伝言板ダイヤル「171」

地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html>



### ●災害用伝言板「web171」

インターネットを利用して被災地の方の安否確認を行う伝言板です。

<https://www.web171.jp/>



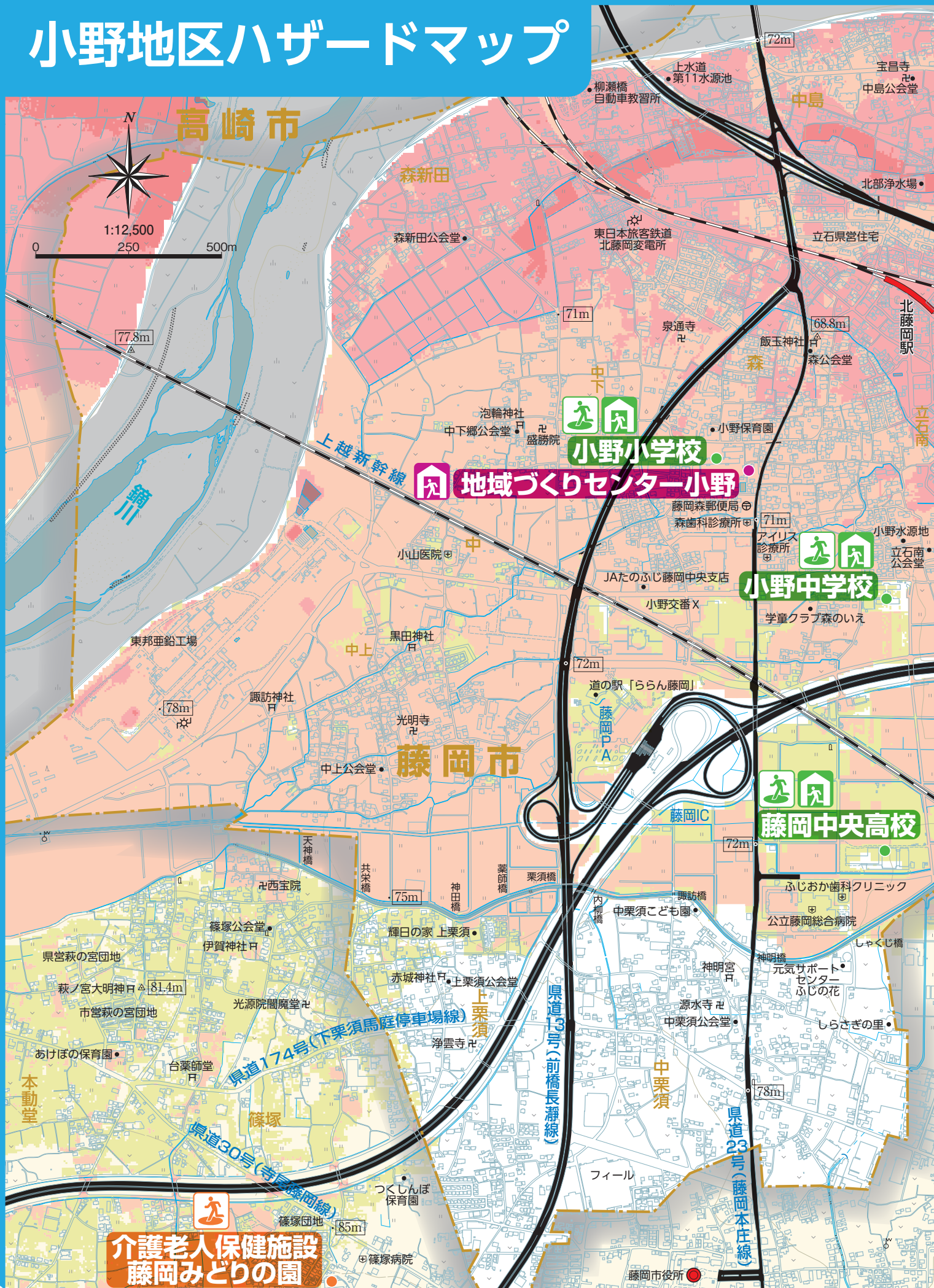
### ●携帯電話用伝言板

震度6弱以上の地震など、大きな災害が発生した場合に携帯電話やスマートフォンで安否確認ができます。伝言を登録した際に、あらかじめ設定しておいた通知先へメールや音声(電話)による伝言登録内容を通知することもできます。

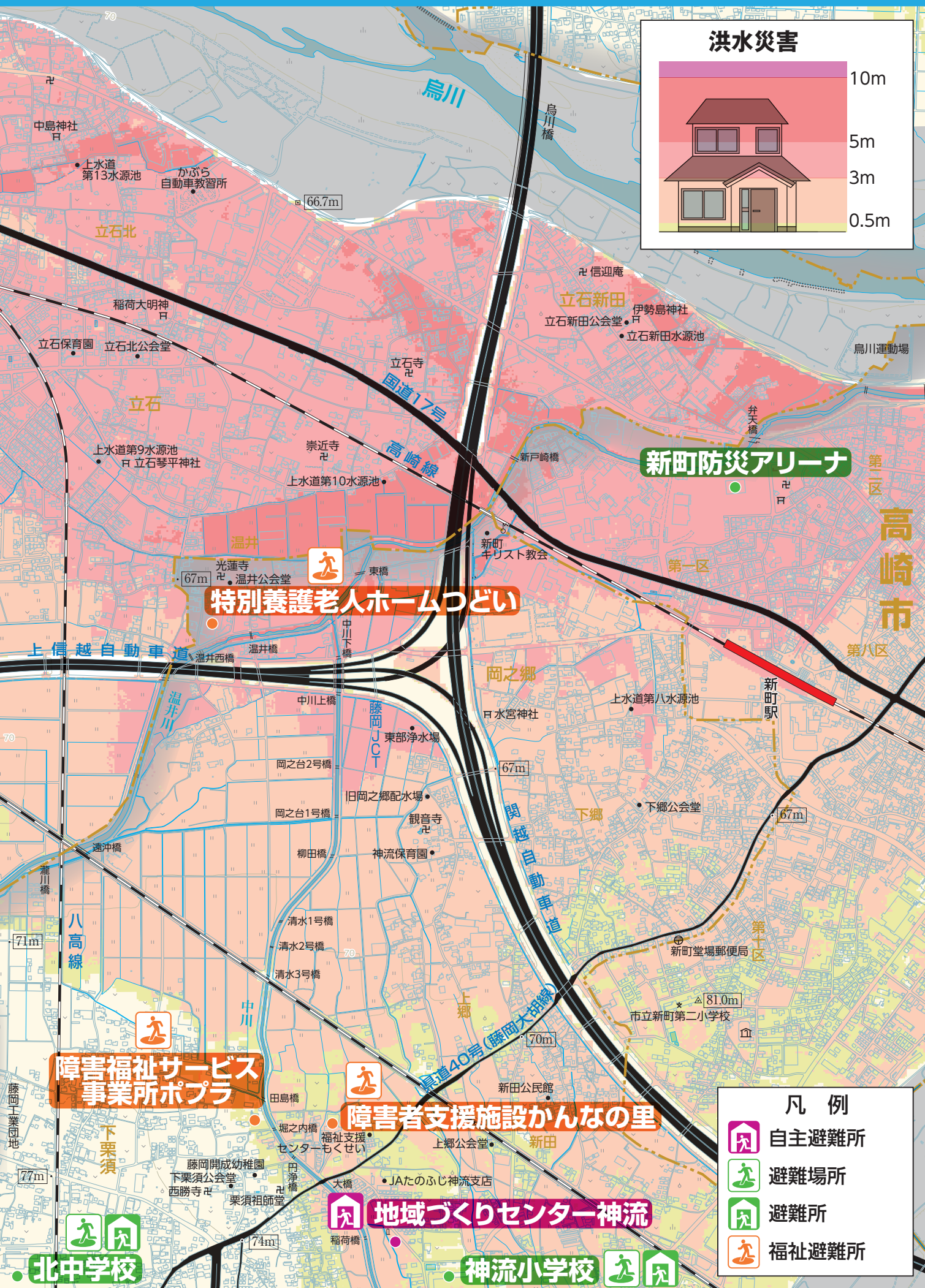
詳細リンク	
NTTドコモ	URL <a href="https://dengon.docomo.ne.jp">https://dengon.docomo.ne.jp</a>
au(KDDI)	URL <a href="https://dengon.ezweb.ne.jp">https://dengon.ezweb.ne.jp</a>
ソフトバンク・Y!Mobile	URL <a href="https://dengon.softbank.ne.jp">https://dengon.softbank.ne.jp</a>
楽天モバイル	URL <a href="https://public-safety.mobile.rakuten.co.jp">https://public-safety.mobile.rakuten.co.jp</a>



# 小野地区ハザードマップ









# マイ・タイムライン

記入用のマイ・タイムラインシートは  
こちらからダウンロードできます



○マイ・タイムラインとは、住民一人一人の防災行動計画です。

○台風等の接近による大雨によって、河川水位が上昇する時に、自分自身でとる標準的な防災行動を時系列に整理し、自ら命を守る避難行動の一助となるものです。

## ●ひとりひとりのマイ・タイムライン(イメージ)

### 3日前 情報収集

この台風は  
上陸するのかな？

**情報収集**  
氾濫注意情報

雨が強くなってきたけれど、  
川の水位も上がってるかしら？

**避難の準備**  
氾濫警戒情報

足元に  
注意だよ



雨が強くなって来たら、  
田んぼや水路の見回りは危険です。

避難所は  
ここだね



情報源



高齢者等避難

**避難の準備**  
氾濫危険情報

おちついて



避難指示

**氾濫発生**

氾濫発生情報

## ●マイ・タイムラインの役割

### 平常時の役割

○現状が明確になり、  
課題を抽出できます。

○地域をつなぐ  
コミュニケーション  
ツールになります。

**リスクを認識できる**

- 自分の家が浸水してしまう
- 避難所まで遠い など



**逃げるタイミングがわかる**

- いつ逃げる？
- 誰と逃げる？
- 危険な場所をさけて逃げるには？



**コミュニケーション  
の輪が広がる**

- 検討会での意見交換  
などで、知り合いになれる
- ご近所とのつながりが  
強く、太くなる



### 災害時の役割

○災害時の防災行動の  
チェックリストになり、  
対応の漏れを  
防止できます。

**行動のチェック**

- 避難に必要なもの  
を確認できる
- 安全な避難経路を  
確認できる



**判断をサポート**

- 落ち着いて冷静な行動がとれる



# マイ・タイムライン記入例

## 『マイ・タイムライン』をつくってみよう!!

「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えをいつから行動するか書いてみよう!

みんなが考えた「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えが『マイ・タイムライン』だよ!

市・町・村		地区	家マイ・タイムライン	作成年月日	年	月
備えまでの おおよそ の時間	行政から発信される情報 黒：気象・水象情報 青：高崎河川国道事務所 緑：市・町・村		主な備え			
5～3日前	○台風予報 ○早期注意情報(警報級の可能性) (警戒レベル1)	「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまで <b>警戒レベル1</b> 台風が発生 自分がいるところで降っていなくても、上流で雨が降れば川の水は増えてくるよ。 台風が近づいて、雨や風がだんだん強くなる	いつ、どんな備えをしたら良いか考えてみよう!	備えの(例) 買い物は、雨風が強くなる前にすませておこう。 ●今後の台風の動きを調べ始める ○家族全員の今後の予定を確認 ○マイ・タイムラインを確認 ○1週間分の薬を病院に受け取りに行く ●避難する時に持って行く物を準備する ○家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認 ○テレビ・インターネット・メール等で雨や川の様子に注意 ●住んでいる所と上流の雨量を調べ始める ○親戚・知人へ避難の受け入れが可能か確認 ○ガソリンを入れておく ○ハザードマップで避難場所、避難手段を確認 ○家族と連絡を取りあう		
2日前	◇大雨注意報・洪水注意報(警戒レベル2)	<b>警戒レベル2</b> 雨風が強くなるとお出かけは大変!		●川の水位を調べ始める ○持ち物をリュックサックに入れる ○避難の開始を判断 ○大事なものを2階へあげる ○携帯電話の充電 ○親戚の家に家族みんなで避難することを伝える ●避難しやすい服装に着替える ○洪水浸水想定区域内に自宅がある場合は、避難を始める ○親戚・友人宅へ避難開始 ○避難所への避難開始 ○戸締り・ガスの元栓・ブレーカーを確認する ○車中泊避難が可能な駐車場へ避難開始		
1日前	○台風に関する今後の見通し					
半日前	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 洪水予報(氾濫注意情報)発表	雨が集まって、川の水がだんだん増える 激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる このまま増えたら、川の水があふれるかも。		●安全な所へ移動を始める ○避難所への移動が難しい場合には2階以上へ垂直避難開始 ○川の水位をインターネットで確認 ○近所の人に情報を伝える ○テレビで洪水予報の確認 ○携帯メールで緊急速報メールを受信		
5時間前	高齢者等避難(警戒レベル3)を発令 避難判断水位到達 洪水予報(氾濫警戒情報)発表	<b>警戒レベル3</b> 川の水がいっぱいであふれそう 川の水があふれる前に、安全なところへ逃げなきゃ!				
3時間前	避難指示(警戒レベル4)を発令 氾濫危険水位到達 洪水予報(氾濫危険情報)発表 緊急速報メール(河川氾濫のおそれがある情報)	<b>警戒レベル4</b>				
0時間	緊急安全確保(警戒レベル5)を発令 氾濫が発生 洪水予報(氾濫発生情報)発表 緊急速報メール(氾濫が発生した情報)	<b>警戒レベル5</b> 川の水が氾濫 川の水が一気に広がって、街中が水びたし。こうなると動けないぞ!		命を守ろう!		

雨風が強くなる前に行うべき事項をすませておく時期  
水位等の状況を把握しつつ避難に要する時間に応じて避難行動を開始する時期  
身の安全を確保すべき時期

気象庁が発表する大雨注意報等の発表時間は、イメージで記載しています。避難指示等のタイミングは状況によって異なります。市町村の発令情報に注意をしてください。



# 災害の「備え」チェックリスト

## ①非常用持ち出し品

## 避難の際に持ち出すものをチェック!

- |                                                  |                                     |                                        |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 食料 (最低3日分)              | <input type="checkbox"/> 飲料水 (1人3ℓ) | <input type="checkbox"/> 防災ヘルメット・防災ずきん |
| <input type="checkbox"/> 運動靴                     | <input type="checkbox"/> 衣類・下着      | <input type="checkbox"/> スマホ・携帯電話      |
| <input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器              | <input type="checkbox"/> 懐中電灯       | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ         |
| <input type="checkbox"/> ポリ袋                     | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ・凝固剤  | <input type="checkbox"/> 常備薬           |
| <input type="checkbox"/> 毛布・ブランケット               | <input type="checkbox"/> 救急用品・体温計   | <input type="checkbox"/> 軍手            |
| <input type="checkbox"/> 洗面用具                    | <input type="checkbox"/> タオル        | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉     |
| <input type="checkbox"/> ペン・ノート                  | <input type="checkbox"/> マスク        | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ     |
| <input type="checkbox"/> 貴重品 (通帳、現金、免許証、身分証明書など) |                                     |                                        |

## ②子どもがいる家庭の備え

- |                                   |                                  |                                    |
|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク      | <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> 離乳食       |
| <input type="checkbox"/> 子ども用紙おむつ | <input type="checkbox"/> お尻ふき    | <input type="checkbox"/> 子どもの靴     |
| <input type="checkbox"/> 抱っこひも    | <input type="checkbox"/> ネックライト  | <input type="checkbox"/> 子ども用食器セット |

## ③女性の備え

- |                                      |                                     |                                    |
|--------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品        | <input type="checkbox"/> おりものシート    | <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ |
| <input type="checkbox"/> 防犯ブザー／ホイッスル | <input type="checkbox"/> 中身の见えないゴミ袋 |                                    |

## ④高齢者がいる家庭の備え

- |                                      |                                  |                                |
|--------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 杖           | <input type="checkbox"/> 補聴器     | <input type="checkbox"/> 持病の薬  |
| <input type="checkbox"/> お薬手帳のコピー    | <input type="checkbox"/> 大人用紙パンツ | <input type="checkbox"/> 吸水パッド |
| <input type="checkbox"/> デリケートゾーン洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 入れ歯・洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 介護食   |

## ⑤ペット用避難用品チェックリスト

- |                                 |                                 |                                |                                |
|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ペットフード | <input type="checkbox"/> ペットシート | <input type="checkbox"/> トイレ用品 | <input type="checkbox"/> ペット手帳 |
| <input type="checkbox"/> ケージ    | <input type="checkbox"/> 首輪・リード | <input type="checkbox"/> 食器    |                                |

※ペットは屋外の駐輪場や軒下、バルコニー、自動車内などで、ケージ内や指定された場所で飼育管理する必要があります。