

# 鳥取市マイ・タイムライン 作成ガイド

## ～目次～

1.	鳥取市総合防災マップの見方	P.1
2.	大雨の時に想定される状況	P.4
3.	マイ・タイムラインの作成	P.12
	・ Step.1 「自宅の水害リスクの確認」	P.16
	・ Step.2 「安全な避難先の検討」	P.22
	・ Step.3 「避難場所までの避難経路の検討」	P.28
	・ Step.4 「避難を行うための準備や所要時間の検討」	P.31
	・ Step.5 「非常持出品」	P.34
	・ Step.6 「警戒レベル毎の私がとる行動チェックリスト」	P.36
4.	安全な避難のための工夫	P.41

# 1. 鳥取市総合防災マップの見方

- 過去の災害を語り継ごう！（鳥取市総合防災マップp.56）
- 総合防災マップを見てみよう！（鳥取市総合防災マップp.2）

# 過去の災害を語り継ごう！（p.56）



これまでに鳥取市では、どんな災害が起こっているの？

洪水や土砂災害、地震などの災害が数多く起こっているのだ。また、最近では異常気象のため、災害がいつ・どこで起きてもおかしくない状況にあるのだよ。

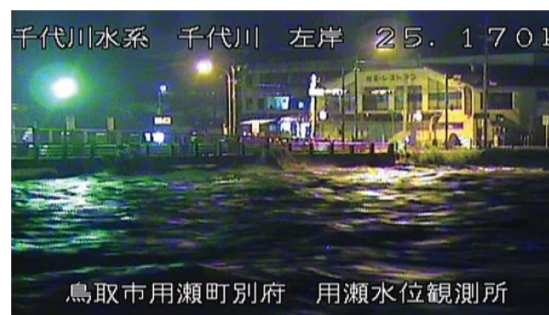


## ふうすいがい 風水害

西日本豪雨では、千代川が戦後2番目の水位・水量を記録し、大規模氾濫が発生する寸前でした。

### ●平成30年7月豪雨（西日本豪雨）

県東部を中心に記録的豪雨に見舞われ、平年の7月1ヶ月の2倍以上の降水量をわずか5日余りで更新しました。その結果、各地で家屋等の浸水被害、土砂崩れなどが発生し、約20万人に避難指示が発令されました。



平成30年7月7日 鳥取河川国道事務所撮影 千代川(鳥取市古海地内)

西日本豪雨のほかにも、鳥取市では過去に幾多の風水害が発生しており、甚大な被害を及ぼしました。

### ●伊勢湾台風【昭和34年9月】



立川町二丁目付近

### ●台風20号【昭和54年10月】



用瀬町安蔵付近

### ●台風10号【平成10年10月】



用瀬町用瀬付近

# 総合防災マップを見てみよう！ (p.1,p.2)



大雨の時には、どんな災害が起こるの？

洪水や土砂災害の発生が考えられるのだ。

大雨時の災害



インターネットでも防災マップを見ることができるの？

このウェブサイト  
にアクセスしてごらん。



とっとり市地図情報サービス

とっとり市地図情報サービス

検索

<https://gis.city.tottori.lg.jp/webgis/>

※アクセス後「ハザードマップ」をご覧ください。



防災マップには何が書いてあるの？

災害時の危険箇所や避難場所の位置が示してあるのだ。  
それでは、マップの見方を説明しよう。



**凡例**

**施設等**

- 指定避難所
- 指定緊急避難場所 (P.62参照)
- アンダーパス (冠水するおそれのある道路)
- 指定避難所
- 指定緊急避難場所 (P.62参照)
- アンダーパス (冠水するおそれのある道路)

**浸水深に応じて、マップを色分けしています。**

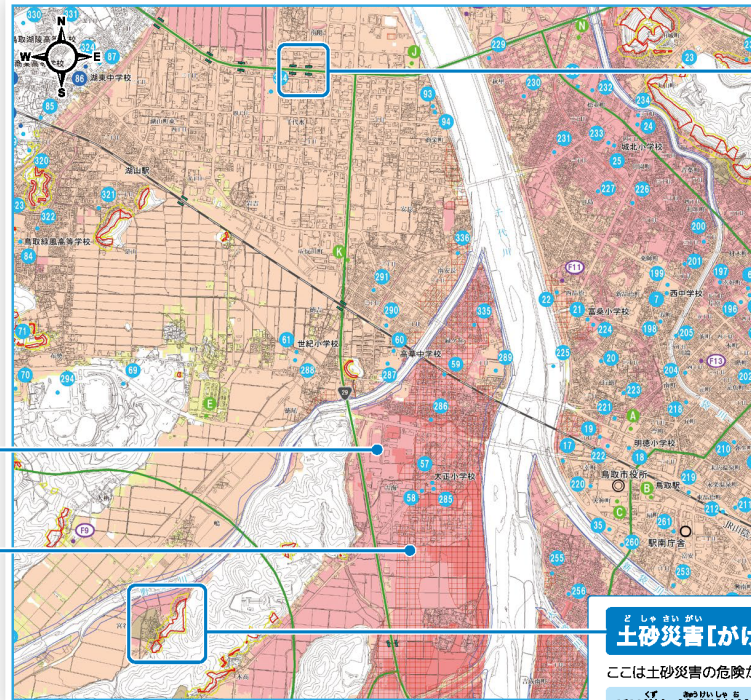
**浸水深**

- 5.0m～ 2階も冠水
- 3.0～5.0m 2階床上浸水
- 0.5～3.0m 1階床上浸水
- ～0.5m 床下浸水

**土砂災害警戒区域・特別警戒区域**

- 急傾斜地・特別警戒区域 (指定)
- 急傾斜地・警戒区域 (指定)
- 土石流・特別警戒区域 (指定)
- 土石流・警戒区域 (指定)
- 地すべり・警戒区域 (指定)
- 急傾斜地・特別警戒区域 (指定)
- 急傾斜地・警戒区域 (指定)
- 土石流・特別警戒区域 (指定)
- 土石流・警戒区域 (指定)
- 地すべり・警戒区域 (指定)

※マップの色分けは、洪水時に冠水する可能性のある区域(洪水浸水想定区域)です。河川氾濫浸水深は実際の浸水深と異なる場合がありますので十分注意が必要です。



## 想定最大規模の降雨

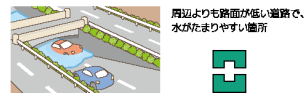
この防災マップでは、想定最大規模の降雨を想定してシミュレーションを行っています。対象河川の前提となる降雨は以下のとおりです。

河川管理種別	対象河川	前提となる降雨
国土交通省	千代川	
	鏡川	508mm/48時間
	新徳川・徳川	
	八束川(国管理区間)	
鳥取県	大洲川	624mm/24時間
	野原川	606mm/24時間
	豊原川・白濁川	594mm/24時間
	冠長川	623mm/24時間
	河内川	594mm/24時間
	八束川(県管理区間)	564mm/48時間
	私郡川	678mm/48時間

※想定最大規模の降雨：過去に観測された最大の降雨量に基づき想定される最大規模の降雨  
出典元：国土交通省 中越地方振興局 鳥取河川国庫事務所 鳥取県 土壌情報 河川課

## アンダーパス

アンダーパスは水がたまりやすいので、大雨の際に進入すると危険です。



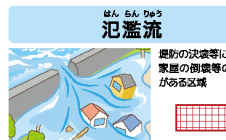
## 外水氾濫 (洪水)



この場所の河川氾濫浸水深は3.0～5.0mです！(2階浸水相当)  
大雨の時には早めの避難を！  
堤防から水があふれたり、堤防が決壊することにより水が流れ出す現象  
※総合防災マップでは、この外水氾濫(洪水)による被害を対象としています。

## 家屋倒壊等氾濫想定区域

この区域は、木造家屋を倒壊させるような激しい流れが発生する危険が高いので、早期避難が必要です！



マップに色が付いていない 場所は安全なことなの？

局所的な集中豪雨  
浸水する可能性  
などの場合は、  
あるので油断大敵なのだ。



## 土砂災害 [がけ崩れ、土石流、地すべり]

ここは土砂災害の危険がある区域なので早めの避難が肝心です！

**がけ崩れ(急傾斜地)** **土石流** **地すべり**

雨や地盤などの影響により斜面が崩れ落ちる現象

山腹の土砂が豪雨等によって、一気に下流へ押し流される現象

地盤に雨水などがしみ込み、地面が下方にずり出す現象

特別警戒区域 警戒区域

特別警戒区域 警戒区域

警戒区域

出典元：鳥取県 土壌情報 治山砂防課

## 2. 大雨の時に想定される状況

- ・ 想定するシナリオの概要（避難の状況とする目安）
- ・ 警戒レベル毎の状況イメージ

# 想定するシナリオの概要

## ■警戒レベルごとの状況

警戒レベル	避難情報	気象予警報	洪水予報	想定される状況
警戒レベル5 相当	<b>緊急安全確保</b>	大雨特別警報	氾濫発生情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>災害が発生、または切迫している状況。</li> </ul>
<p>〜 警戒レベル4までに必ず避難！ 〜</p>				
警戒レベル4 相当	<b>避難指示</b>	土砂災害警戒情報 高潮警報 高潮特別警報	氾濫危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>災害の恐れが高い状況。</li> </ul>
警戒レベル3 相当	<b>高齢者等避難</b>	大雨警報（土砂災害） 洪水警報 高潮注意報	氾濫警戒情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>災害の恐れがある状況。</li> </ul>
警戒レベル2 相当	自らの避難行動を確認	大雨注意報 洪水注意報 高潮注意報	氾濫注意情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>大雨注意報または洪水注意報が発表される</li> </ul>
<p>※警戒レベル1、2では避難情報は発信されませんが、事前に準備をしておくことが重要です</p>				
警戒レベル1 相当	最新情報を入手し、 災害への心構えを高める	台風情報 早期注意情報	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>今後、気象状況が悪化する恐れがある状況。</li> </ul>

注意）現象と防災情報の関係性は時系列が前後する可能性があります

## 警戒レベルごとの状況イメージ

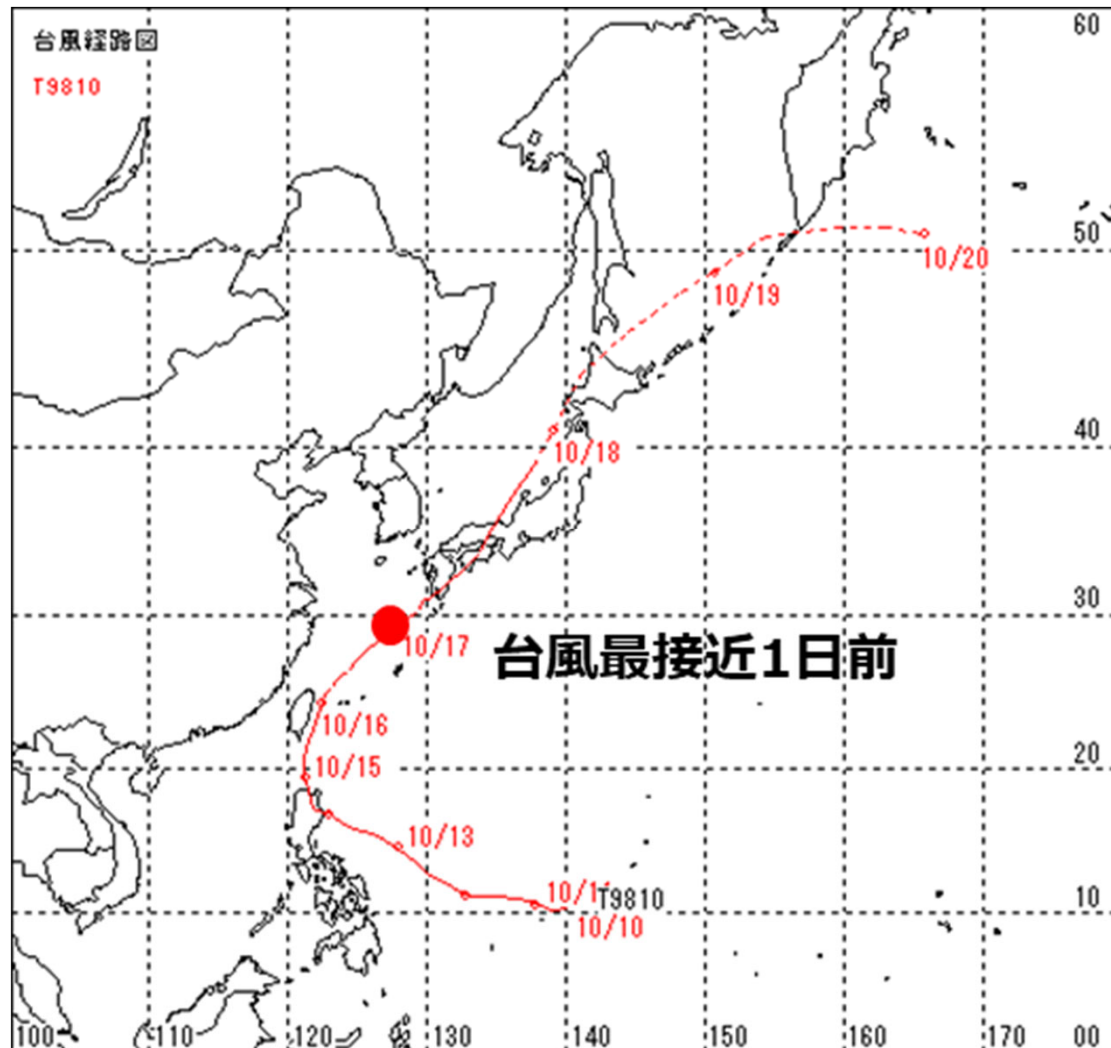
# 警戒レベル1

▶ 住民の皆様がとるべき行動

## 災害への心構えを高める

- 今後、気象状況悪化の恐れがあります。最新の防災気象情報に注意し、災害に備えておきましょう。

▶ 台風経路図（平成10年台風10号）



▶ 想定される発表情報

## 【早期注意情報（警報級の可能性）】

- 大雨に関して、[高] 又は [中] が予想されている場合

台風が最接近する1日前です。

大雨や川の水位の情報に注意  
しましょう。



## 警戒レベル2

➤ 住民の皆様がとるべき行動

### 自らの避難行動を確認

- ・ ハザードマップ、防災マップ等により、自宅・施設等の災害リスクを再確認するとともに、避難情報の把握手段や避難行動を再確認するなど。

➤ 警戒レベル2の状況イメージ

➤ 想定される発表情報

- ・ 洪水警報の危険度分布（注意）
- ・ 洪水注意報
- ・ 大雨注意報
- ・ 大雨警報（浸水害）
- ・ 大雨警報（土砂災害）のキキクル（危険度分布（注意））
- ・ 氾濫注意情報



田畑等での小規模な内水氾濫

内水氾濫発生のおそれ



リエゾン・水防活動

### 内水氾濫とは

…堤防から水が溢れなくても、降った雨を排水できないために引き起こされる氾濫です。  
（道路の冠水や、住宅の浸水など）

### リエゾンとは

…リエゾンは、災害が発生又は、発生するおそれのある場合に国から被災自治体に派遣されます。

情報収集や支援ニーズの把握を積極的に行い、その後の円滑な支援活動に貢献しています。

▶ 住民の皆様がとるべき行動

## 危険な場所から高齢者等は避難

- 避難に時間がかかる高齢者などは、危険な場所から避難する。
- 高齢者等以外の人にも必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難する。

▶ 想定される発表情報

- 洪水警報の危険度分布（警戒）
- 洪水警報
- 大雨警報（土砂災害）
- 大雨警報（土砂災害）のキキクル（危険度分布（警戒））
- 氾濫警戒情報

▶ 警戒レベル3の状況イメージ

- 中小河川の氾濫による浸水発生のおそれ
- 停電の恐れ



**中小河川**…袋川、野坂川、大路川、八東川等  
→ 千代川よりも早く氾濫する可能性があります。

➤ 住民の皆様がとるべき行動

## 危険な場所から全員避難

- 速やかに危険な場所から全員避難し、この段階までに避難所や安全な親戚や知人宅等へ避難を完了しておく。
- 台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しておく。
- ハザードマップ等で自宅等の浸水想定等を確認し、上階への移動等により身の安全を確保することができる場合は自宅に留まることも可能。

➤ 警戒レベル4の状況イメージ

➤ 想定される発表情報

- 洪水警報の危険度分布（非常に危険）
- 土砂災害警戒情報
- 大雨警報（土砂災害）のキキクル（危険度分布（非常に危険・極めて危険））
- 氾濫危険情報

- 中小河川の氾濫による浸水発生のおそれ
- 停電の恐れ



**中小河川**…袋川、野坂川、大路川、八東川等  
→ 千代川よりも早く氾濫する可能性があります。

# 警戒レベル5

# 緊急安全確保

▶ 住民の皆様がとるべき行動

## 命の危険 直ちに安全確保！

- すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。
- いまいる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等し、命を守る最善の行動を取る。

▶ 想定される発表情報

- 大雨特別警報（浸水害）
- 大雨特別警報（土砂災害）
- 氾濫発生情報
- 災害発生情報

**警戒レベル5は既に災害が発生している状況です。**

▶ 警戒レベル5の状況イメージ

本川からの越水  
・堤防の決壊

土砂災害の  
発生



## 3. マイ・タイムラインの作成

# 鳥取市マイ・タイムライン

## 鳥取市マイ・タイムライン

氏名：  
 家族構成：

緊急連絡先  
 続柄：  
 連絡先：

対象となる災害：  
**浸水害**

### 【マイ・タイムラインとは?】

マイ・タイムラインとは住民一人一人が作る、オリジナルの防災行動計画のことです。  
 台風の接近や前線性降雨によって河川の水位は上昇します。その時のとるべき防災行動を時系列に整理し、取りまとめることで水害に備えます。

### マイ・タイムライン作成のためのチェック項目 【Step 1~Step 6】

#### Step 1 自宅の水害リスクの確認

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
階	m

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？

区域（外・内）

参考ページ：p.5~p.51



#### Step 2 安全な避難先の検討

『総合防災マップ』を見て、極力、浸水想定区域外か上層階に避難が可能な避難先や、土砂災害警戒区域・特別警戒区域外の避難先を選定しましょう。

参考ページ：p.5~p.51、p.52~p.55

指定緊急避難場所・指定避難所	浸水想定区域	土砂災害警戒区域
施設名： 階層：階	区域（外・内）	区域（外・内）
施設名： 階層：階	区域（外・内）	区域（外・内）

#### Step 3 避難先までの避難経路の検討

「総合防災マップ」を見て、避難経路の安全性を確認しましょう。  
 屋内で安全確保をする場合は、上層階への避難経路を「総合防災マップ」に記入しましょう。

参考ページ：p.5~p.51

#### 鳥取市 総合防災マップ



※ 内記載の参考ページは『総合防災マップ』におけるページ数です。

#### Step 4 避難先への所要時間の検討

ふだんの様子とは異なる状況を想定し、余裕をもって所要時間を設定しましょう。

参考ページ：p.5~p.51、p.60

対応内容	所要時間
避難先への移動	
避難先：	
移動距離：m	
移動手段： <input type="checkbox"/> 徒歩	分
<input type="checkbox"/> 車両	分
<input type="checkbox"/> その他（ ）	分
避難先への所要時間（合計）	分

- 【避難経路検討のポイント】
- ①土砂災害警戒区域・特別警戒区域を避ける。
  - ②家屋倒壊等氾濫想定区域を避ける。
  - ③アンダーパス(冠水する恐れのある道路)を使用しない。

### 【防災に役立つ情報】

- 水害・気象・土砂災害情報
  - 国交省 川の防災情報 "気象"×"水害・土砂災害" 情報マルチモニタ 鳥取市 <http://www.river.go.jp/portal/w3101201>
- ハザードマップ
  - とっとり市 地図情報サービス <https://gis.city.tottori.lg.jp/>
- 避難情報
  - 鳥取市 緊急災害情報 <https://www.city.tottori.lg.jp/www/genre/1000000000001/index.html>
  - 鳥取県危機管理ポータルサイト <https://www.pref.tottori.lg.jp/kikkanshp/>
- 道路・交通情報
  - 道路交通情報システム Now!! <http://www.jaric.or.jp/>
  - JR西日本 中国エリア運行情報 <https://trafficinfo.westjr.co.jp/chugoku.html>

#### Step 5 非常持出品

必要な非常持出品にチェック(✓)をしましょう。

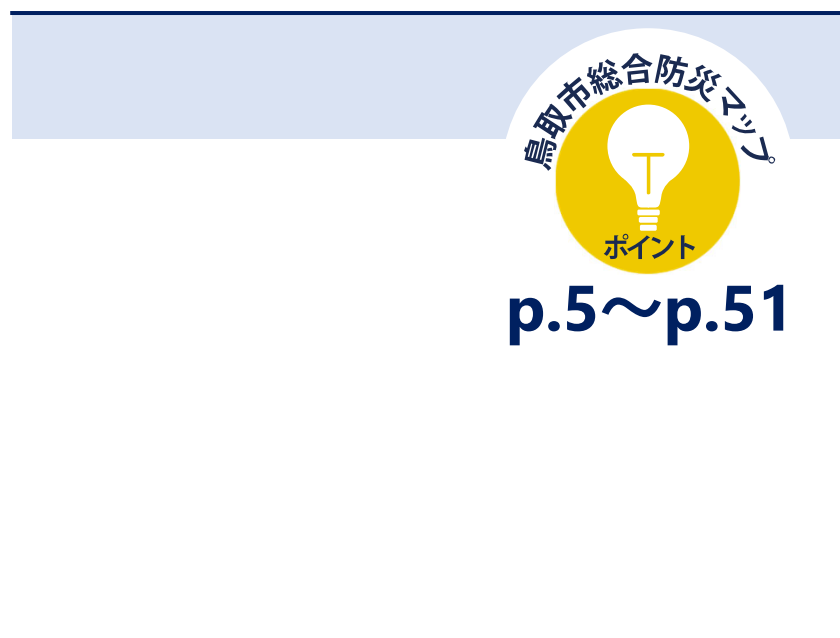
参考ページ：p.65

非常持出品	
情報収集に係るもの	<input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 携帯電話用バッテリー <input type="checkbox"/> 充電器 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> その他( ) <input type="checkbox"/> その他( )
非常食	<input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> アルファ米 <input type="checkbox"/> レトルト食品 <input type="checkbox"/> 缶詰類 <input type="checkbox"/> 味噌汁 <input type="checkbox"/> インスタントラーメン <input type="checkbox"/> スープ <input type="checkbox"/> ビスケット <input type="checkbox"/> その他( )
衣類	<input type="checkbox"/> 上着 <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 靴下 <input type="checkbox"/> 防寒具 <input type="checkbox"/> シャツ <input type="checkbox"/> Tシャツ <input type="checkbox"/> ズボン <input type="checkbox"/> その他( )
生活用品	<input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 歯ブラシ <input type="checkbox"/> ライター <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> ローソク <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> ポリ袋 <input type="checkbox"/> 敷物 <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ティッシュ <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input type="checkbox"/> その他( )
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 運転免許証 <input type="checkbox"/> パスポート・外国人登録証 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 証書類 <input type="checkbox"/> その他( )
必要なもの	<input type="checkbox"/> 卓上コンロ <input type="checkbox"/> ラップ <input type="checkbox"/> 割り箸 <input type="checkbox"/> レジャーシート <input type="checkbox"/> ブランケット <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> ガムテープ <input type="checkbox"/> 油性マジック <input type="checkbox"/> 耳栓 <input type="checkbox"/> その他( )



# 鳥取市 総合防災マップについて

各スライドの右上にあるポイントマークのページは、  
「**総合防災マップ**」のページ数です。  
これを参考にマイ・タイムラインに記入してください。





**Step 1** 自宅の水害リスクの確認

**Step 2** 安全な避難先の検討

**Step 3** 避難先までの避難経路の検討

**Step 4** 避難先への所要時間の検討

**Step 5** 非常持出品

**Step 6** 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト

# Step 1 自宅の水害リスクの確認 1/5



p.5~p.51

**Step 1** 自宅の水害リスクの確認

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
① 階	② m

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？

③ 区域 ( 外 ・ 内 )

参考ページ:p.5~p.51

鳥取駅(浸水深1.0m)イメージ

自宅が浸水するイメージを確認  
してみましよう

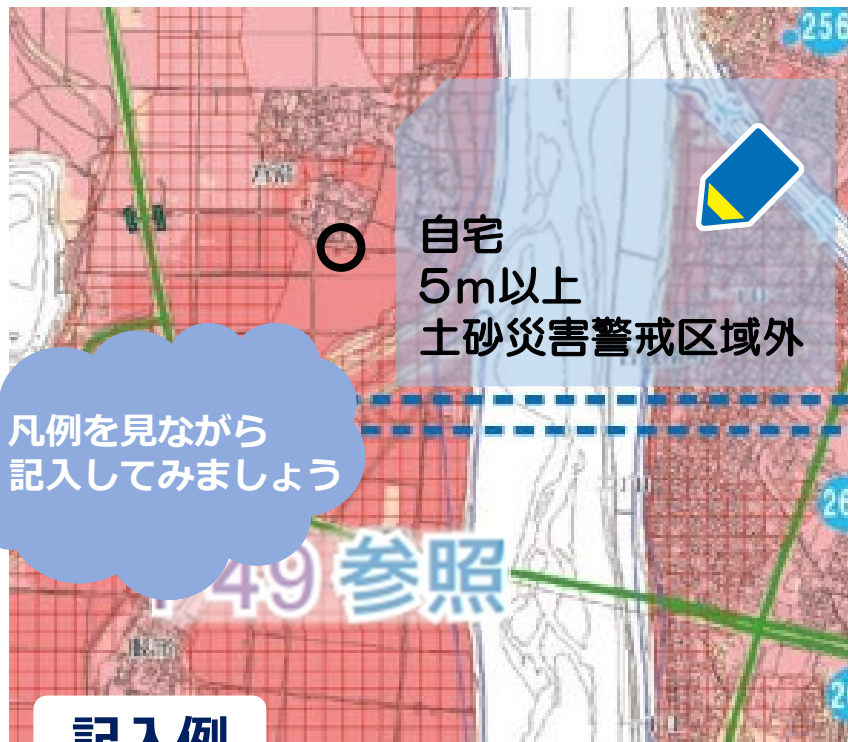
- ① 何階に居住しているか  
記入しましょう。
- ② 「鳥取市総合防災マップ」を見て、自宅の浸水深が何メートルか確認し、記入しましょう。

- ③ 「鳥取市総合防災マップ」を見て、自宅が土砂災害警戒区域に入ってるか確認し、区域外もしくは区域内に丸 (○) をしましょう。

# Step 1 自宅の水害リスクの確認 2/5



p.5~p.51



凡例を見ながら  
記入してみましょう

## 記入例

Step 1
自宅の水害リスクの確認

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
2	5
階	m

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？  
 区域 ( 外 ) (内)

参考ページ: p.5~p.51

凡例

**施設等**

- ⑩ 指定避難所      A 協定に基づく避難所
- ⑪ 指定緊急避難場所      F10 福祉避難所 (P.6)
- アンダーパス (冠水するおそれのある道路)

**津波基準水位**

以上	未満
5.0m~	5.0m~
3.0~5.0m	3.0~5.0m
0.5~3.0m	0.5~3.0m
~0.5m	~0.5m

**河川氾濫浸水深 (想定最大規模)**

以上	未満
5.0m~	5.0m~
3.0~5.0m	3.0~5.0m
0.5~3.0m	0.5~3.0m
~0.5m	~0.5m

- 家屋倒壊等氾濫想定区域 (氾濫流)
- 家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸侵食)

**土砂災害警戒区域・特別警戒区域**

- 急傾斜地\_特別警戒区域       急傾斜地\_特別警戒区域 (指定前)
- 急傾斜地\_警戒区域       急傾斜地\_警戒区域 (指定前)
- 土石流\_特別警戒区域       土石流\_特別警戒区域 (指定前)
- 土石流\_警戒区域       土石流\_警戒区域 (指定前)
- 地すべり\_警戒区域       地すべり\_警戒区域 (指定前)

ここが  
自宅の浸水深  
と同じ色

# Step 1 自宅の水害リスクの確認 3/5



p.5~p.51

**Step 1 自宅の水害リスクの確認**

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
<b>①</b> 階	m

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？  
区域（外・内）

参考ページ: p.5~p.51

鳥取駅(浸水深1.0m)イメージ

5.0m  
3.0m  
1.0m

自宅が浸水するイメージを確認  
してみましよう

5.0m~  
2階も水没

3.0~5.0m  
2階床上浸水

0.5~3.0m  
1階床上浸水

~0.5m  
床下浸水  
(大人が倒れなくなる高さ)

## ① 何階に居住していますか？

# Step 1 自宅の水害リスクの確認 4/5



p.5~p.51

**Step 1** 自宅の水害リスクの確認

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
階	② m

参考ページ: p.5~p.51

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？  
区域 ( 外 ・ 内 )

鳥取駅(浸水深1.0m)イメージ

5.0m  
3.0m  
1.0m

自宅が浸水するイメージを確認  
してみましよう

5.0m~  
2階も水没

3.0~5.0m  
2階床上浸水

0.5~3.0m  
1階床上浸水

~0.5m  
床下浸水  
(大人が倒れなくなる高さ)

## ② 自宅の浸水深は何メートルですか？

# Step 1 自宅の水害リスクの確認 5/5



p.5~p.51

**Step 1** 自宅の水害リスクの確認

何階に住んでいますか？	浸水深は何mですか？
階	m

自宅は土砂災害警戒区域に入っていますか？

**③** 区域（外・内）

参考ページ：p.5~p.51

鳥取駅(浸水深1.0m)イメージ

自宅が浸水するイメージを確認  
してみましよう

5.0m~  
2階も水没

3.0~5.0m  
2階床上浸水

0.5~3.0m  
1階床上浸水

~0.5m  
床下浸水  
(大人が倒れなくなる高さ)

**③** 自宅は**土砂災害警戒区域**に入っていますか？

Step 1 自宅の水害リスクの確認

Step 2 安全な避難先の検討

Step 3 避難先までの避難経路の検討

Step 4 避難先への所要時間の検討

Step 5 非常持出品

Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト

## Step 2 安全な避難先の検討 1/5



p.5~p.51  
p.52~p.55

### Step 2 安全な避難先の検討

『総合防災マップ』を見て、極力、浸水想定区域外か上層階に避難が可能な避難先や、土砂災害警戒区域・特別警戒区域外の避難先を選定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51、P52~p.55

指定緊急避難場所・指定避難所	浸水想定区域	土砂災害警戒区域
施設名： 階 層： ① 階	② 区域 (外・内)	② 区域 (外・内)
施設名： 階 層： 階	区域 (外・内)	区域 (外・内)

### ① 避難場所の施設名、階層を記入しましょう。

※この際、「鳥取市総合防災マップ」p.52~55も併せて確認し、洪水・土砂の適用性を確認しましょう。

### ② 避難場所は浸水想定区域、土砂災害警戒区域の区域外か区域内かを確認し、丸（○）をしましょう。

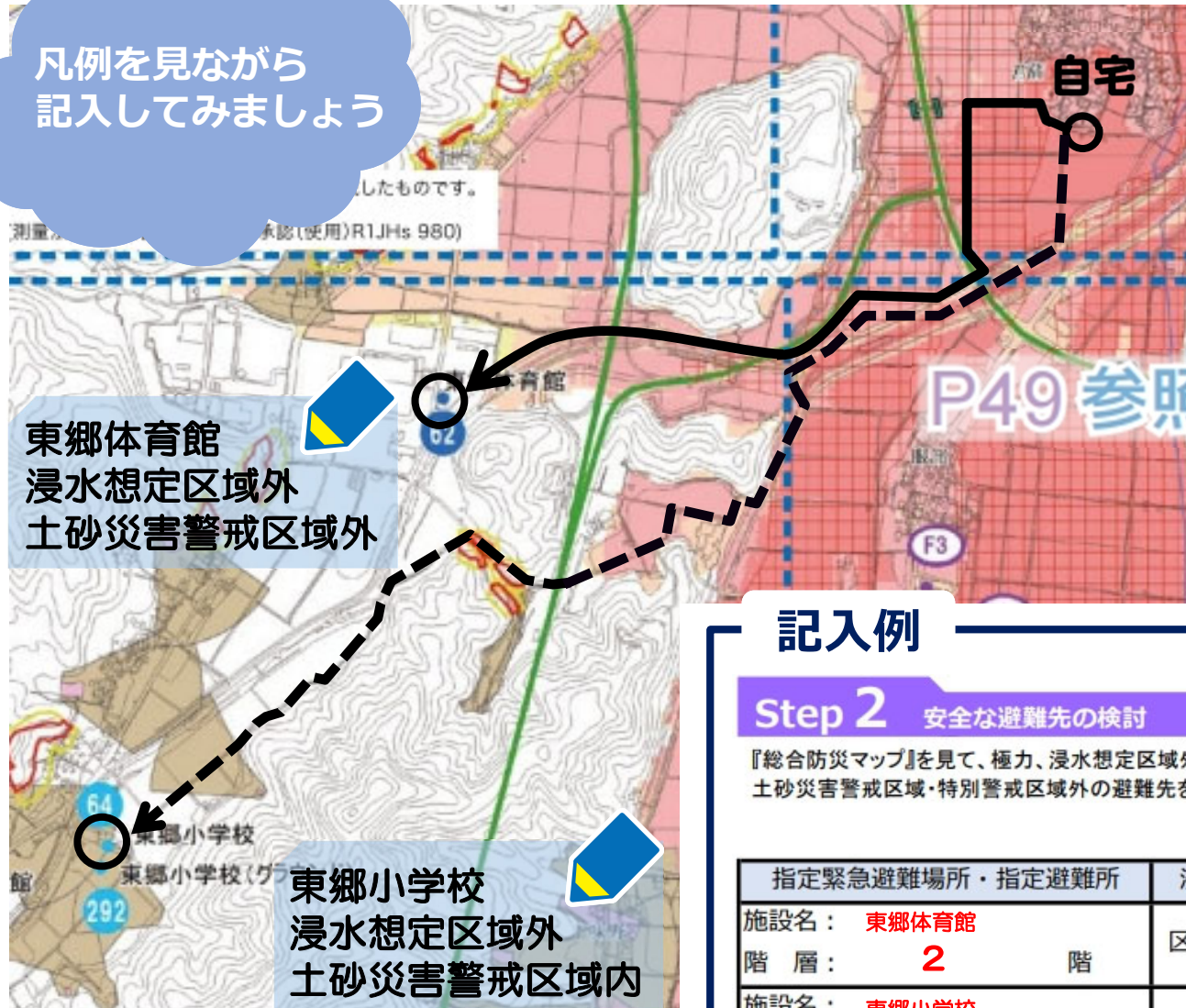


# Step 2 安全な避難先の検討 2/5



p.52~p.55

凡例を見ながら  
記入してみましょう



**凡例**

施設等  
 ① 指定避難所      ② 協定に基づく避難場所  
 ③ 指定緊急避難場所      ④ 福祉避難所 (P.62参照)  
 ⑤ アンダーパス (冠水するおそれのある道路)

津波基準水位 河川氾濫浸水深 (想定最大規模)

以上 未測	以上 未測	
5.0m~	5.0m~	
3.0~5.0m	3.0~5.0m	
0.5~3.0m	0.5~3.0m	
~0.5m	~0.5m	

■ 家屋倒壊等氾濫想定区域 (氾濫流)  
 □ 家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸侵食)

土砂災害警戒区域・特別警戒区域

急傾斜地_特別警戒区域	急傾斜地_特別警戒区域 (指定前)
急傾斜地_警戒区域	急傾斜地_警戒区域 (指定前)
土石流_特別警戒区域	土石流_特別警戒区域 (指定前)
土石流_警戒区域	土石流_警戒区域 (指定前)
地すべり_警戒区域	地すべり_警戒区域 (指定前)

## 記入例

### Step 2 安全な避難先の検討

『総合防災マップ』を見て、極力、浸水想定区域外か上層階に避難が可能な避難先や、土砂災害警戒区域・特別警戒区域外の避難先を選定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51、P52~p.55

指定緊急避難場所・指定避難所	浸水想定区域	土砂災害警戒区域
施設名: <b>東郷体育館</b>	区域 (外) 内	区域 (外) 内
階層: <b>2</b> 階		
施設名: <b>東郷小学校</b>	区域 (外) 内	区域 (外・内)
階層: <b>4</b> 階		

## Step 2 安全な避難先の検討 3/5



p.52~p.55

### Step 2 安全な避難先の検討

『総合防災マップ』を見て、極力、浸水想定区域外か上層階に避難が可能な避難先や、土砂災害警戒区域・特別警戒区域外の避難先を選定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51、P52~p.55

指定緊急避難場所・指定避難所	浸水想定区域	土砂災害警戒区域
施設名： 階 層： ① 階	区域 (外・内)	区域 (外・内)
施設名： 階 層：	区域 (外・内)	区域 (外・内)

① 避難場所の施設名は何ですか？  
階層は何階ですか？

※第二候補まで記入しましょう

## Step 2 安全な避難先の検討 4/5



p.52~p.55

### Step 2 安全な避難先の検討

『総合防災マップ』を見て、極力、浸水想定区域外か上層階に避難が可能な避難先や、土砂災害警戒区域・特別警戒区域外の避難先を選定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51、P52~p.55

指定緊急避難場所・指定避難所	浸水想定区域	土砂災害警戒区域
施設名: 階 層: 階	② 区域 (外・内)	区域 (外・内)
施設名: 階 層: 階	区域 (外・内)	区域 (外・内)

② 避難場所は浸水想定区域、土砂災害警戒区域に入っていますか？

※第二候補まで記入しましょう

# Step 2 安全な避難先の検討 5/5



p.52~p.55



**62 : 浸水区域外のため、避難可能**

**284 : 屋外かつ浸水区域のため、避難不可**

## 指定緊急避難場所・指定避難所

**指定緊急避難場所**  
指定緊急避難場所とは、命を守ることを最優先に、災害の危険から避難する際に利用可能な施設を指します。

**指定避難所**  
指定避難所とは、自宅が被災して帰宅できない場合に、一定期間、避難するための施設を指します。

No.	施設・場所名	掲載頁	適用性					洪水： 垂直避難時の 階層
			洪水	土砂	地震	津波	火災	
46	桜ヶ丘中学校	50	△	○	○	○	-	2階以上
47	倉田体育館	49	×	×	○	○	-	
61	世紀小学校	46	△	○	○	○	-	2階以上
62	東郷体育館	21	○	○	○	○	-	
63	東郷地区公民館	21	○	○	○	○	-	
64	東郷小学校	21	○	×	○	○	-	

No.	施設名	掲載頁	適用性	洪水： 垂直避難時の 階層
46	桜ヶ丘中学校	50	△ ○ ○ ○ -	2階以上
47	倉田体育館	49	× × ○ ○ -	
61	世紀小学校	46	△ ○ ○ ○ -	2階以上
62	東郷体育館	21	○ ○ ○ ○ -	
63	東郷地区公民館	21	○ ○ ○ ○ -	
64	東郷小学校	21	○ × ○ ○ -	

Step 1 自宅の水害リスクの確認

Step 2 安全な避難先の検討

Step 3 避難先までの避難経路の検討

Step 4 避難先への所要時間の検討

Step 5 非常持出品

Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト

## Step 3 避難先までの避難経路の検討 1/2



p.5～p.51

### Step 3 避難先までの避難経路の検討

「総合防災マップ」を見て、避難経路の安全性を確認しましょう。  
屋内で安全確保をする場合は、上層階への避難経路を「総合防災マップ」に記入しましょう。

参考ページ: p.5～p.51

#### 【避難経路検討のポイント】

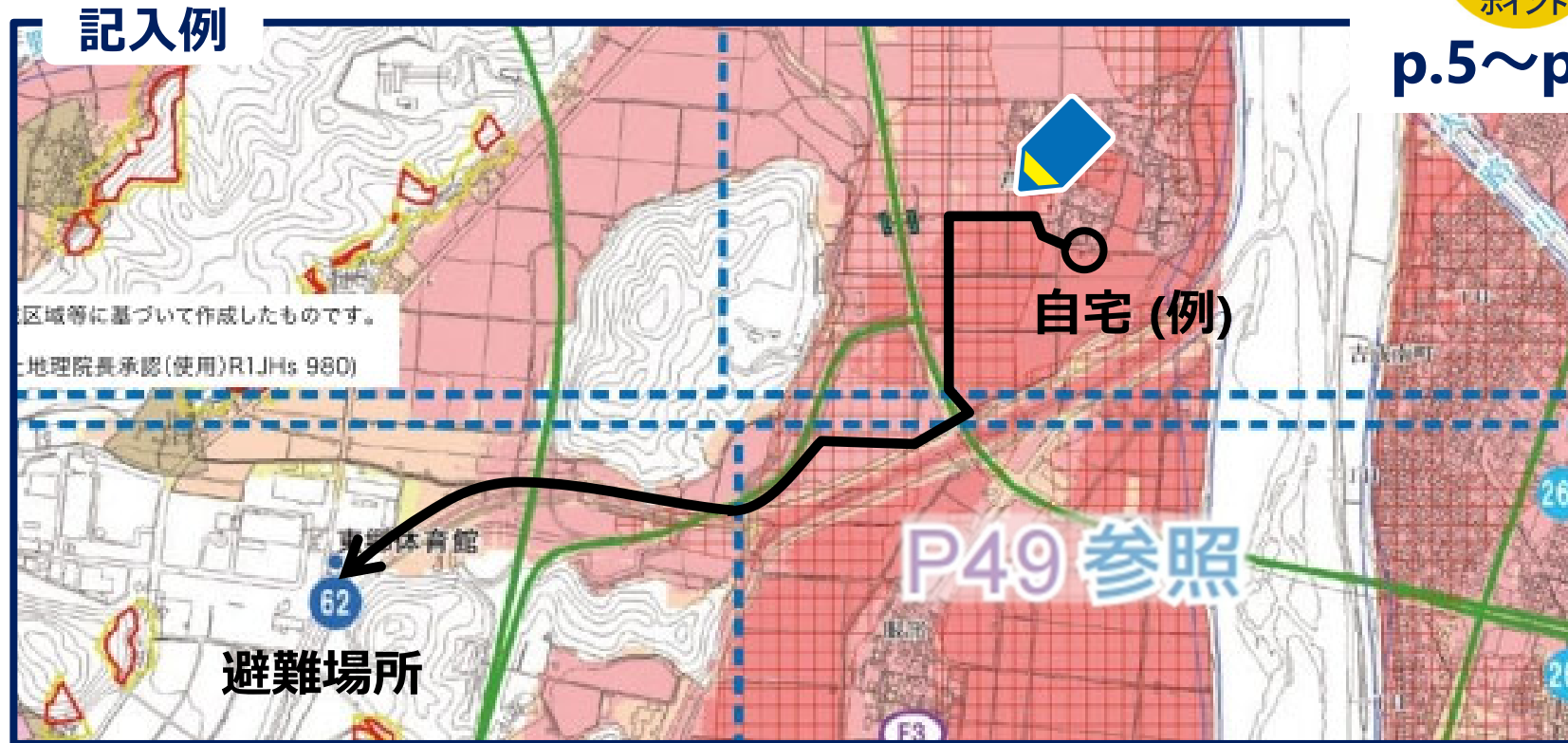
- ①土砂災害警戒区域・特別警戒区域を避ける。
- ②家屋倒壊等氾濫想定区域を避ける。
- ③アンダーパス(冠水する恐れのある道路)を使用しない。

3つのポイントに従って、安全な  
避難経路を考えましょう

# Step 3 避難先までの避難経路の検討 2/2



p.5~p.51



## 総合防災マップに避難ルートを 書き込みましょう

Step 1 自宅の水害リスクの確認

Step 2 安全な避難先の検討

Step 3 避難先までの避難経路の検討

Step 4 避難先への所要時間の検討

Step 5 非常持出品

Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト



# Step 4 避難先への所要時間の検討 1/2



p.5~p.51

p.60

## 記入例

### Step 4 避難先への所要時間の検討

ふだんの様子とは異なる状況を想定し、余裕をもって所要時間を設定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51, p.60

対応内容	所要時間
避難先への移動	
避難先 : <b>東郷体育館</b>	
移動距離 : <b>2,200</b> m	
移動手段 : <input checked="" type="checkbox"/> 徒歩	<b>30</b> 分
<input type="checkbox"/> 車両	分
<input type="checkbox"/> その他 ( )	分
避難先への所要時間 (合計)	<b>30</b> 分

Step3で検討した避難ルートをもとに考えましょう

避難所への移動

# 移動距離、移動手段、所要時間を記入しましょう

# Step 4 避難先への所要時間の検討 2/2



p.5~p.51  
p.60

## スケールを使って計測してみましょう

500m(平地)歩くのに  
かかる時間(目安)

成人男性 … 約 **6**分  
成人女性 … 約 **8**分  
高齢者 …… 約 **10**分

41

0 125 250 500 m

○本マップ  
○詳細な地図  
○この地図

自宅(例)

避難場所

P49 参照

### 記入例

#### Step 4 避難先への所要時間の検討

ふだんの様子とは異なる状況を想定し、余裕をもって所要時間を設定しましょう。

参考ページ: p.5~p.51、p.60

対応内容	所要時間
避難先への移動	
避難先 : <b>東郷体育館</b>	
移動距離 : <b>2,200</b> m	
移動手段 : <input checked="" type="checkbox"/> 徒歩	<b>30</b> 分
<input type="checkbox"/> 車両	分
<input type="checkbox"/> その他 ( )	分
避難先への所要時間(合計)	<b>30</b> 分

※スマホのMapアプリでも計測できます

Step 1 自宅の水害リスクの確認

Step 2 安全な避難先の検討

Step 3 避難先までの避難経路の検討

Step 4 避難先への所要時間の検討

Step 5 非常持出品

Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト

# Step 5 非常持出品



## 記入例

### Step 5 非常持出品

必要な非常持出品にチェック (✓) をしましょう。

参考ページ: p.65

非常持出品	
情報収集に係るもの	<input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話 <input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話用バッテリー <input checked="" type="checkbox"/> 充電器 <input checked="" type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input checked="" type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> その他 ( ) <input type="checkbox"/> その他 ( )
非常食	<input checked="" type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> アルファ米 <input checked="" type="checkbox"/> レトルト食品 <input checked="" type="checkbox"/> 缶詰類 <input type="checkbox"/> 味噌汁 <input type="checkbox"/> インスタントラーメン <input type="checkbox"/> スープ <input type="checkbox"/> ビスケット <input checked="" type="checkbox"/> その他 ( <b>乾燥ワカメ</b> )
衣類	<input checked="" type="checkbox"/> 上着 <input checked="" type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 靴下 <input type="checkbox"/> 防寒具 <input checked="" type="checkbox"/> シャツ <input checked="" type="checkbox"/> Tシャツ <input type="checkbox"/> ズボン <input type="checkbox"/> その他 ( )
生活用品	<input checked="" type="checkbox"/> タオル <input checked="" type="checkbox"/> 歯ブラシ <input type="checkbox"/> ライター <input type="checkbox"/> 生理用品 <input checked="" type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> ローソク <input checked="" type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> ポリ袋 <input type="checkbox"/> 敷物 <input checked="" type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input checked="" type="checkbox"/> ティッシュ <input checked="" type="checkbox"/> マスク <input checked="" type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input checked="" type="checkbox"/> その他 ( <b>めがね</b> )
貴重品	<input checked="" type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> 預金通帳 <input checked="" type="checkbox"/> 健康保険証 <input checked="" type="checkbox"/> 運転免許証 <input checked="" type="checkbox"/> パスポート・外国人登録証 <input checked="" type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 証書類 <input type="checkbox"/> その他 ( )
その他必要なもの	<input checked="" type="checkbox"/> 卓上コンロ <input checked="" type="checkbox"/> ラップ <input checked="" type="checkbox"/> 割り箸 <input type="checkbox"/> レジャーシート <input type="checkbox"/> ブランケット <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input checked="" type="checkbox"/> カムテープ <input type="checkbox"/> 油性マジック <input checked="" type="checkbox"/> 耳栓 <input type="checkbox"/> その他 ( )

# ご自身・ご家庭 で必要なものは 何ですか？

※持っていくものに  
チェックしましょう

Step 1 自宅の水害リスクの確認

Step 2 安全な避難先の検討

Step 3 避難先までの避難経路の検討

Step 4 避難先への所要時間の検討

Step 5 非常持出品

Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動チェックリスト

# Step 6 警戒レベル毎の私が行う行動 チェックリスト ~防災情報の収集に努めよう!~ 1/4



## 防災に関する情報は、どのようにして集めればいいのか? p.66

テレビやラジオ、インターネットなどから自主的に情報を収集するのだよ。

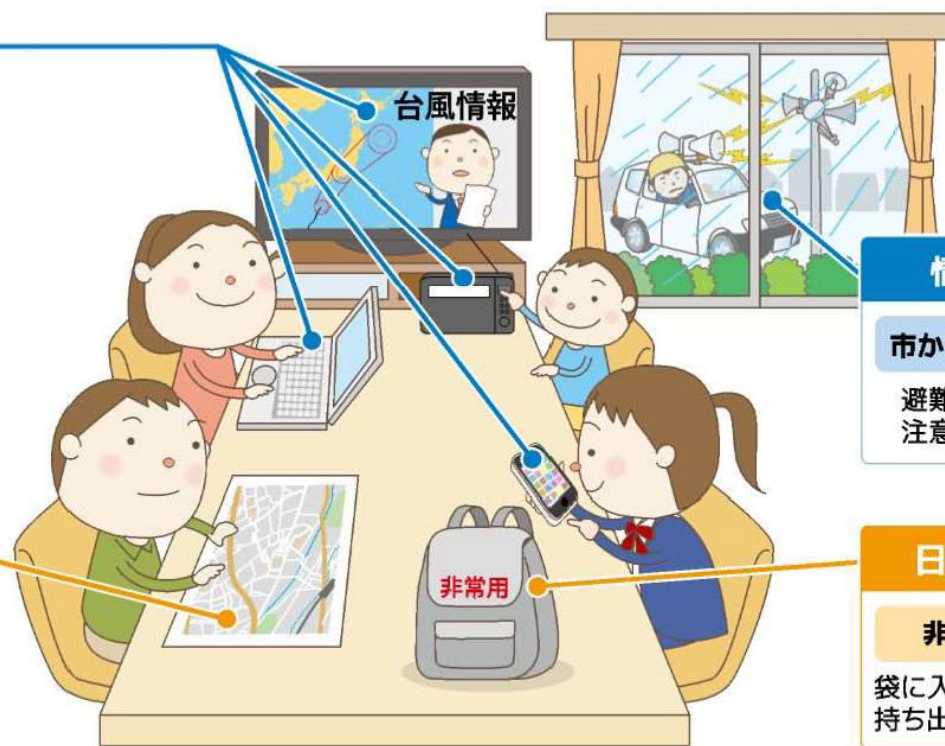


さいがいじ じしやてき ぼうさいじょうほう しゅうしゅう つと  
災害時には自主的に防災情報の収集に努めよう

**情報収集**

- テレビ
- 携帯電話
- ラジオ
- パソコン

雨量・河川水位情報などの収集を!



**情報収集**

市からの防災情報

避難勧告などに注意を!

**日常の備え**

総合防災マップ

危険箇所や避難場所の再確認を!

**日常の備え**

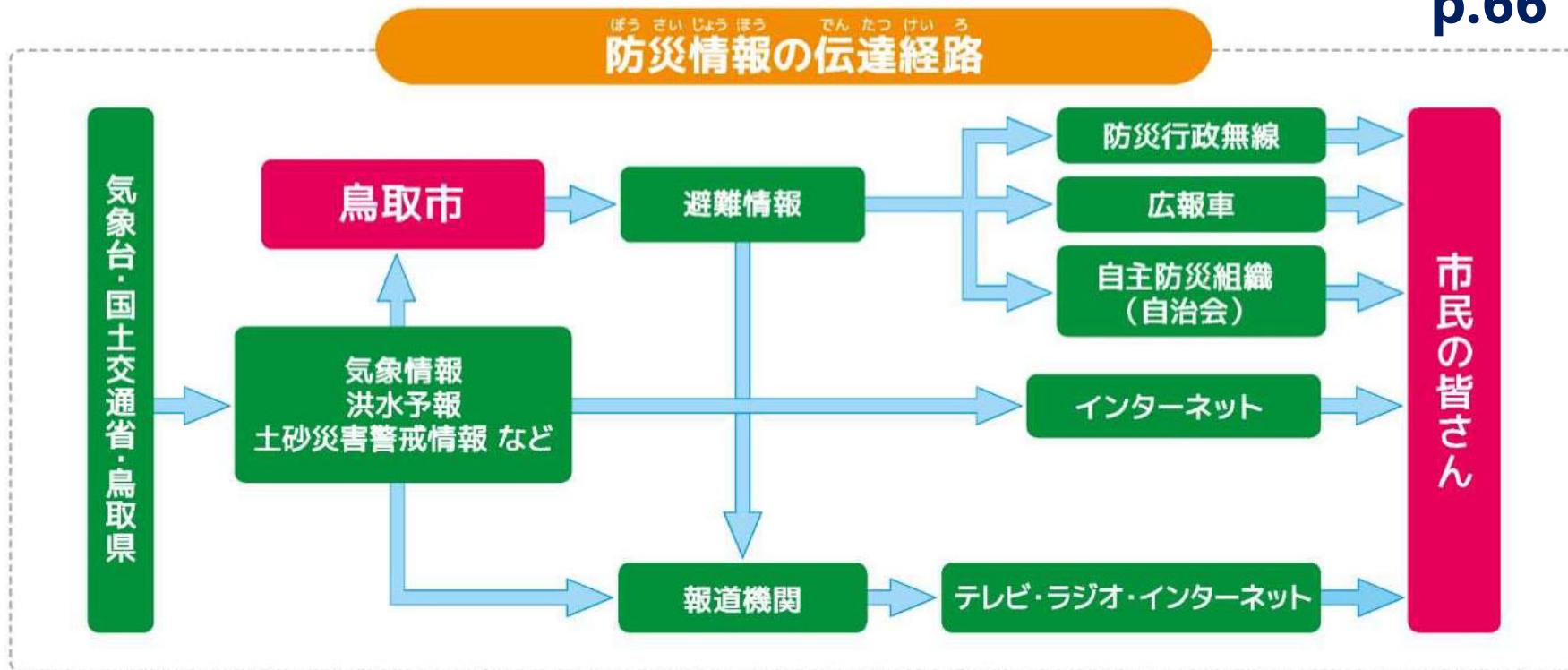
非常持出品

袋に入れて、いつでも持ち出せる準備を!

# Step 6 警戒レベル毎の私が行う行動 チェックリスト ~防災情報の収集に努めよう!~ 2/4



p.66



防災情報って、いろんな方法で伝えてるんだね。

災害時には情報収集が特に重要なのだ。



# Step 6 警戒レベル毎の私が行う行動 チェックリスト 3/4

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	 <p>せんせつうあんぜんかくほ <b>緊急安全確保</b>※1</p>	<p>（発生を知らせる）</p>
4	 <p>ひなんしじ <b>避難指示</b>※2</p>	<p>・避難指示（緊急） ・避難勧告</p>
3	 <p>こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b>※3</p>	<p>避難準備・ 高齢者等避難開始</p>
2	 <p>大雨・洪水・高潮注意報 （気象庁）</p>	<p>大雨・洪水・高潮注意報 （気象庁）</p>
1	 <p>早期注意情報 （気象庁）</p>	<p>早期注意情報 （気象庁）</p>

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待ってはいけません！**

避難に時間のかかる  
高齢者や障害のある人は、  
**警戒レベル3高齢者等避難で**  
**危険な場所から避難**  
しましょう。

避難勧告は廃止されます。  
これからは、  
**警戒レベル4避難指示で**  
**危険な場所から全員避難**  
しましょう。

内閣府「新たな避難情報に関するポスター・チラシ」より抜粋



# Step 6 警戒レベル毎の私がつとる行動 チェックリスト 4/4

警戒レベル毎の「起こりうる現象」  
「防災情報」

Step 6 警戒レベル毎の「起こりうる現象」 / 「防災情報」 / 「私がつとる行動チェックリスト」		行動チェックリスト ※実施する項目にチェック 区、所要時間を記入 (分)	
警戒レベル	起こりうる現象	防災情報	私と家族
警戒レベル1相当	大雨の約3日前～1日前 台風発生・接近 ※日～数時間前 降雨開始	気象予報等 早期注意情報 (避難の可能性がある) 台風情報	テレビ・スマートフォン等で気象・河川・避難情報の確認 マイ・タイムライン、ハザードマップの確認 避難先の確認・連絡 家族の今後の予定を確認 車を多めに処方してもらう 風で飛ぶものがないか、水路が詰まらないか家の周りを確認 自家用車、バイク、自転車の避難 大切なものを安全な場所に避難 Step5の非常持出品の確認 介助者への連絡 避難時のペットの預け先の確認 親戚や友人宅への自主避難の開始
警戒レベル2相当	水位上昇	大雨注意情報 洪水注意情報 高潮注意情報 大雨警報(土砂災害) 高潮警報 土砂災害警戒情報 高潮特別警報	テレビ・スマートフォン等で気象・河川・避難情報の確認 近所と避難準備状況の確認 近所の方で役割分担の確認
警戒レベル3相当		氾濫注意情報 注意	避難する旨を家族・知人に連絡 Step5の非常持出品の確認 貴重品を避難バッグに入れる 火の元、戸締りの確認
警戒レベル4相当		氾濫危険情報 非常に危険・極めて危険	避難指示 危険な場所から 全員避難
警戒レベル5相当	土砂災害 氾濫発生	大雨特別警報 氾濫発生情報	緊急安全確保 命の危険 直ちに安全確保

住民の皆さんに記入いただく  
行動チェックリスト

安全な避難に向けて、実施する項目にチェックして、所要時間を記入しましょう

## 4. 安全な避難のための工夫

# 4. 安全な避難のための工夫

### 安全な避難のための工夫

～鳥取市マイ・タイムライン～

2021/11/14

**(1) 準備するもの**

① 鳥取市総合防災マップ

P57-51の地図面を景ながら、自宅・職場・学校などの身近な場所を写す、水災リスクの理解をします。

避難する必要があるのか、それとも在宅での避難が可能なのか、避難の仕方を選択しましょう。

② 鳥取市マイ・タイムライン

任意の家族一人一人が作る、オリジナルの防災行動計画です。

いざというときに慌てずに行動するために、気象情報や水位情報に合わせて、あらかじめ実施する行動を整理しておきます。

マイ・タイムラインは一度作成したら終わりではありません。家族や経路、学校など、自分自身の環境の変化に応じて、適宜更新を行います。

**(2) 避難のタイミング・鳥取市が発令する避難情報**

左図のフローチャートに従って、「鳥取市総合防災マップ」で自分の家を確認しましょう。どの警戒レベルで避難するかを、併せて確認しましょう。

**START 鳥取市総合防災マップで自分の家を確認**

家がある場所に色が変わっていますか？

原則、自宅の外に避難が必要。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

安全な場所に居なくて避難に時間がかかりますか？

安全な場所に居なくて避難に時間がかかりませんか？

警戒レベル4が発表されたら安全な避難所へ入る。警戒レベル3が発表されたら安全な避難所へ入る。警戒レベル2が発表されたら安全な避難所へ入る。警戒レベル1が発表されたら安全な避難所へ入る。

出典：鳥取市HP <https://www.city.tottori.lg.jp/www/content/2399172711629/index.html>

**(3) 段階的に発表される防災情報**

5段階の警戒レベルと防災気象情報

警戒レベル	防災気象情報	対応
5	大雨特別警報	気象庁等の情報から
4	大雨警報	市町村の対応
3	大雨注意警報	市町村の対応
2	大雨注意警報	市町村の対応
1	大雨注意警報	市町村の対応

気象庁等の情報から市町村の対応を要請し、早めに安全な避難を心がけましょう。

**(4) 防災情報の入手方法**

防災行政無線、テレビ・ラジオ、防災行政無線、あんしんドットメール、緊急速報メール、気象庁等の情報から、市町村の対応を要請し、早めに安全な避難を心がけましょう。

出典：気象庁HP <https://www.jma.go.jp/jma/kosonue/know/ai/ai.html>

**【川の防災情報】**

国土交通省 川の防災情報から、流域の雨量、洪水予測、浸水想定区域などの情報も入手することができます。

パソコンから <https://www.iver.go.jp/>

スマートフォンから <https://www.iver.go.jp/>

英語版 <https://www.iver.go.jp/>

**(7) 非常備蓄品** .....家族が最低3日間過ごせるように準備

- 食料品
  - そのまま食べられるもの、主食になるもの、乾物、その他の食品、常備保存できる野菜、家庭菜園、乾燥野菜
- 水
  - 飲料水、生活用水
- 調理器具
  - カセットコンロ、ボンベ、大さめの鍋、フライパン、キッチンばさみ、ラップ、キッチンペーパー、ホリ袋、新聞紙等

**(8) 非常持ち出し品** .....避難しやすいよう、リュックにコンパクトにまとめよう

- 水
  - 飲料水、給水袋
- 食料品
  - レトルト食品、缶詰、栄養補助食品等
- 調理器具
  - 缶切り、はさみ、ナイフ、食用品ラップ、ほ乳瓶等
- 清潔品
  - 歯ブラシ、簡易トイレ、ビニール袋、紙おむつ等
- 薬・救急用品
  - くすり、ばんそうこう、マスク等
- 情報確認手段
  - 携帯電話、予備バッテリー、携帯ラジオ等
- 日用品
  - ティッシュ、懐中電灯、乾電池、マッチ、レジャーシート、手巾、毛布等
- 衣類等
  - タオル、着替え、予備の眼鏡、雨具、スリッパ等
- 筆記用具
  - 筆記用具、家族の写真、緊急時連絡先、地図等
- 貴重品・書類
  - 現金、車や家の予備鍵、銀行の口座番号、健康保険証等

**(9) 避難時の留意点**

① 気象状況に注意し、早めの対応を

気象状況は刻々と変化していきます。正しい情報に基づき早めの対応を、心がけましょう。

② 土砂災害に気をつけよう

土砂災害が起きやすい箇所は多数存在しています。台風や集中豪雨によって大きな被害を受けることが考えられますので、地味くみで十分な注意が必要です。

※ 洪水のときの避難方法

- ・ はきものは、ひもでめられる運動靴
- ・ 膝まで水があったら水の中を歩かない
- ・ 長い橋をつすがわりに水面下の正元に注意

★ 避難所におけるコロナウイルス感染防止対策

- マスクの着用、手洗い、咳エチケットを守りましょう。
- 十分な換気と定期的な換温に努めましょう。
- 他の人との十分な距離（2m程度）を取りましょう。
- 他の人への思いやりを持って、助け合いながら過ごしましょう。
- 体調不良を感じたら、すぐにスタッフ等に報告しましょう。

大雨が降った際には、早めに防災情報を収集しましょう。作成したマイ・タイムラインを活用して、平常時から安全な避難に向けた準備をしておきましょう。