



事前に家族と防災ガイドブックで「災害の種類」や「避難のタイミング」などを学び、災害発生時に困らないようにしましょう！

Learn about the different types of disasters and about evacuate timing from the "Disaster Preparedness Guide" with your family beforehand, so that you will be prepared when a disaster strikes!



マイ避難カード My Evacuation Card

災害の種類 Type of disaster

名前 Name

確認！
Confirm!

判断材料の入手

Let's confirm any relevant information

(何が危険？ 大雨や台風の時に何を確認？)

(What situations are dangerous? What things do we need to check during heavy rains and typhoons?)

いつ？
When?

逃げ時

When to evacuate

(何がどうなったら？)

(In what situation should we evacuate?)

どこに？
Where to?

避難先

Evacuation site

(どこに？ どのルートで？)

(Where to? By what route?)

昼(明るい時) daytime

夜(暗い時) nighttime

どのように？
How?

避難する方法

How to evacuate

(だれと？ 歩いて？車で？)

(With whom? By foot? By car?)

昼(明るい時) daytime

夜(暗い時) nighttime

(その他 メモ) Notes



次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。
私の家は山と海が近くにありあます。

How would one evacuate based on the following situation?

I live in an apartment with my father, mother and younger brother (3 years old). My house is located near the mountains and the ocean.

マイ避難カード(記載例)

| | | | |
|---|--|----|-------|
| 災害の種類 | 地震 | 名前 | 〇〇 〇〇 |
| 確認！ | 判断材料の入手 ・緊急地震速報、緊急速報メール ・津波注意報・警報 →兵庫県CGハザードマップ、ひょうご防災APPやテレビなどから | | |
| いつ？ | 逃げ時 揺れがおさまって、家にいて危ないとき | | |
| どこに？ | 避難先 昼（明るい時） daytime 第一候補：〇〇小学校 第二候補：〇〇公民館 夜（暗い時） nighttime 第一候補：〇〇公民館 第二候補：近くの安全な高台 | | |
| どのように？ | 避難する方法 昼（明るい時） daytime 家族と歩いて（弟と手をつなぐ、海から離れる） 夜（暗い時） nighttime 懐中電灯を持ち、広い道路を選び、避難先に行き、明るくなるまで待機 | | |
| （その他 メモ） 避難するときに防災グッズ（身分証明書や薬など）や緊急連絡先カードを忘れない！ 自宅が土砂災害警戒区域、津波浸水想定区域にあるため、土砂災害・津波に注意！ | | | |

マイ避難カード(記載例)

My Evacuation Card (Example)

| | | | |
|---|---|---------|-------|
| 災害の種類 Type of disaster | Earthquake | 名前 Name | 〇〇 〇〇 |
| 確認！ Confirm! | 判断材料の入手 Let's confirm any relevant information ・ Early earthquake warning, emergency alert email, tsunami warning/advisory. →Hyogo Prefectural CG Hazard Map, Hyogo E-net(app), TV etc. | | |
| いつ？ When? | 逃げ時 When to evacuate It is not safe to be in the house, once the shaking subsides. | | |
| どこに？ Where to? | 避難先 Evacuation site 昼（明るい時） daytime First preference: (ABC) Elementary School Second preference: (XYZ) Community Center 夜（暗い時） nighttime First preference: (ABC) Community Center Second preference: A safe high place nearby | | |
| どのように？ How? | 避難する方法 How to evacuate 昼（明るい時） daytime Walk with my family (hold hands with my little brother and keep our distance away from the ocean) 夜（暗い時） nighttime Carry a flashlight, choose wide streets to walk on, go to an evacuation site and wait until the morning | | |
| （その他 メモ） Notes Don't forget our emergency supply kit (ID, medications, etc.) and emergency contact card when evacuating! Be careful of landslides and tsunamis as our home is located in a landslide hazard area and a tsunami hazard area! | | | |



次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。
私の家は山と海が近くにありあます。

How would one evacuate based on the following situation?

I live in a house with 5 people, my grandmother, father, mother and younger brother (3 years old).
Our house is located near a mountain.

マイ避難カード(記載例)

| | | | |
|--------|--|----|-------|
| 災害の種類 | 土砂災害 | 名前 | 〇〇 〇〇 |
| 確認！ | 判断材料の入手 ・土砂災害危険度分布（兵庫県CGハザードマップ、気象庁HPなど） ・避難や災害情報（ひょうご防災ネット、テレビなどから） | | |
| いつ？ | 逃げ時 警戒レベル3「高齢者等避難」が発出されたら避難 （警戒レベル2「大雨・洪水・高潮注意報」で避難の準備） | | |
| どこに？ | 避難先 昼（明るい時） daytime 第一候補：〇〇小学校 第二候補：〇〇公民館 夜（暗い時） nighttime 避難が困難の場合は自宅の2階（山と反対側で待機） | | |
| どのように？ | 避難する方法 昼（明るい時） daytime 家族と歩いて（弟と手をつなぐ） 夜（暗い時） nighttime 明るいうちに避難！ 間に合わない場合は、備蓄などを 持って、自宅の2階で待機 | | |

（その他 メモ）

自宅がハザードマップの土砂災害警戒区域内にある。
弟との避難は時間がかかるので、警戒レベル4「避難指示」を待たずに避難！

マイ避難カード(記載例)

My Evacuation Card (Example)

| | | | |
|------------------------|--|---------|-------|
| 災害の種類 Type of disaster | Landslide disaster | 名前 Name | 〇〇 〇〇 |
| 確認！ Confirm! | 判断材料の入手 Let's confirm any relevant information Landslide disaster risk map (Hyogo Prefectural CG Hazard Map, Japan Meteorological Agency website, etc.) | | |
| いつ？ When? | 逃げ時 When to evacuate Evacuation and disaster information (Hyogo E-Net, TV, etc.) | | |
| どこに？ Where to? | 避難先 Evacuation site 昼（明るい時） daytime Evacuate when a level 3 alert "Evacuation for the elderly, sick, disabled, etc." is issued. Prepare to evacuate when a level 2 alert "Heavy rain / flooding / high tides warning" is issued. 夜（暗い時） nighttime Stay on the second floor of our house, if we can not evacuate (at the area in our house facing away from the mountain). | | |
| どのように？ How? | 避難する方法 How to evacuate 昼（明るい時） daytime Walk with my family (hold hands with my little brother) 夜（暗い時） nighttime Evacuate during daylight! If we cannot evacuate in time, prepare supplies and wait on the second floor of our house. | | |

（その他 メモ） Notes

Our house is located in a landslide hazard area. Do not wait for a level 4 alert "evacuation order"! and evacuate first because it takes a long time to evacuate with my little brother.