

保存版 | 特集

風水害から身を守るために 今日からはじめる「わが家の防災計画」



昭和幼稚園・なかよし保育園
避難場所に走って逃げる訓練の様子(津波を想定)

☎ 危機管理防災課 ☎ 72-9260

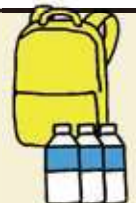
抜きとって使える
貼って見返せる! 保存版



準備編

非常時の「持出品」や「備蓄品」を確認しよう!

<input type="checkbox"/> 貴重品	<input type="checkbox"/> 常備薬・持病の薬	<input type="checkbox"/> おくすり手帳や 処方箋の写し	<input type="checkbox"/> モバイル バッテリー	<input type="checkbox"/> 予備電池	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
<input type="checkbox"/> 救急用品	<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> ウエット ティッシュ	<input type="checkbox"/> 手指消毒アル コール・石けん	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉	<input type="checkbox"/> ポリ袋
<input type="checkbox"/> 防災用 ヘルメット	<input type="checkbox"/> 軍手	<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> ブランケット 毛布	<input type="checkbox"/> 衣類	<input type="checkbox"/> 懐中電灯
<input type="checkbox"/> 水	<input type="checkbox"/> 食品	<input type="checkbox"/> ポリタンク (生活用水など)	<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ	<input type="checkbox"/> 養生テープ	<input type="checkbox"/> ブルーシート



自分に必要なものを準備しよう!

必要なものは家族構成や避難先など、人によつて変わります。次のページの「マイ・タイムライン」を作ったあとに準備しましょう。

高齢者がいる家庭の備え

- 大人用 紙パンツ
- 補聴器
- 介護食
- 入れ歯洗浄剤
- 吸水パッド
- お尻、股用の石けん、軟こう など

女性の備え

- 生理用品
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないゴミ袋
- 防犯ブザー
- ホイッスル など

子どもの備え

- ミルク (粉や液体)
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 子ども用 紙おむつ
- おしりふき
- 食器、箸、スプーン など
- 抱っこひも
- 子どもの靴
- 母子健康手帳
- おもちゃ
- 絵本 など

色分けの説明

<input type="checkbox"/>	持出品	避難先に持って行くもの
<input type="checkbox"/>	備蓄品	自宅で数日間、耐え抜くためのもの (最低3日分)
<input type="checkbox"/>	持出品と備蓄品どちらにもなるもの	



計画編

マイ・タイムラインをつくらう！



私が説明します！

唐津市危機管理防災課
職員



Q マイ・タイムラインって何？

A 自分や家族が、災害が起きそう
なときに準備するものや、避難
のタイミングなど「いつ・何をす
るか」を事前に決めておく計画
です。



Q どうして必要なの？

A 災害が起きると慌ててしまい、どう動
けば安全なのか分からなくなります。
事前に自分のマイ・タイムラインを作っ
ておくと、いざという時に迷わずに安
全な行動ができます。

Q どうやってつくったらいいの？

A 「いつ？」「どこへ？」「なにを持って？」
を考えます。避難に時間がかかるとは、
が必要です。まず、自分がどのレベルの
するかを決めます。避難開始のタイミン
グから、それまでに何をしたらいいのか考えま

事前確認

まずは

自宅周辺の危険な
場所を確認しよう！



5月頃に各世帯に配布
した防災マップまたは
唐津デジタルマップで
確認できます。



唐津
デジタル
マップ

- 洪水浸水想定区域
- 入っている (m)
- 入っていない
- 土砂災害警戒区域
- 入っている
- 入っていない
- 高潮や津波の警戒区域
- 入っている
- 入っていない

警戒レベル 相当情報

市からの 避難情報等

基本の 行動

レベル1 早期注意情報

- 天気予報を確認
- 食料の買い出し
- 備蓄品の点検と不足分の買い出し
- 家族内の災害時の連絡方法を確認
- 家の周りに飛ばされそうなもの
がないか確認

- 作成したマイ・タイムラインを再確認
- 家族の居場所を確認
- 家族の今後の予定を確認
- 車の燃料を満タンにしておく
- ペットホテルに問い合わせる
- 避難場所を確認
 - ・○○小学校(徒歩5分)
 - ・△△公民館(車で5分)
- スマホやバッテリーを充電
- 大事なものを2階へ運ぶ
- 自転車を家の中へ入れる
- 植木鉢を片付ける
- 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る

我が家の マイ・タイム ライン (計画)

大雨や台風時 の記入例

母・夫婦(私)・
小学生の子の家族
(ペットあり)の場合

レベル2 注意報

- 避難先・避難経路の再認識
- 道路交通の状況を確認
- 携帯電話とモバイルバッテリーの充電
- 懐中電灯や乾電池の準備
- 市からの最新の避難場所開設状況等
を情報メールやLINE、テレビなどで
確認

- 防災リュックを再確認
- 防災ラジオの電池を確認
- 今後の気象情報を確認
- 家族に連絡
- 子どもを迎えにい

レベル3 警報

高齢者等避難

- 高齢者等避難発令で避難開始
- 高齢者や障がい者など避難に
時間がかかるとは、危険な場
所から避難

- 避難先 ()

市が開設する避難場所や親せき・知人
または自宅の上の階など安全な場所に

- 貴重品、常備薬や持病の薬を防災
リュックに入れる
- いつでも避難できる服装に着替える
- 隣町の祖父母の状況を電話で確認
- ペットをゲージにいれて避難の準備
- 避難先はどこがいいか決定

- 母の常備薬を確認
- 一人暮らししている妹に連絡
→ すべての準備にかかる時間：60分

避難開
避難

□ 近所の人と避難方法などの情報交換をする

市が開設する避難場所一覧

開設の時期	1次開設		2次開設
		警戒レベル3「高齢者等避難」 警戒レベル4「避難指示」 発令または発令のおそれがある場合	
唐津	鏡公民館 久里公民館 東唐津公民館 唐津南高校 ★さんて※1 西唐津公民館 佐志公民館	唐津工業高校 外町小学校 成和公民館 りふれ 竹木場公民館 大良公民館 湊公民館	東部少年武道館 久里小学校 第一中学校 大志小学校 西唐津小学校
浜玉	浜玉公民館	浜玉中学校	玉島小学校 平原小学校
巖木	巖木市民センター		巖木本山体育館
相知	相知天徳の丘運動公園社会体育館		佐里地区公民館 旧田頭小学校 平山地区公民館
北波多	北波多公民館		★北波多総合保健センター 北波多市民センター
肥前	肥前公民館		切木農漁民センター
鎮西	鎮西公民館		打上公民館
呼子	呼子公民館 旧加部島小学校※2		呼子スポーツセンター
七山	七山公民館		旧鳴神の丘ふれあい館 七山市民センター
最大開設数	24か所		42か所（24か所+18か所）

★ペットを連れて行くことができない避難場所です。別の避難場所を利用してください。
 ※1. 「さんて」は、要配慮者のための避難場所です。
 ※2. 避難希望者がいるときのみ開設します。希望者は危機管理防災課まで連絡してください。

一家に1台!

貸出無料 **防災ラジオ**



家族が集まるリビングや、寝室などの窓際に置くのがオススメです



もしもの時、必ず届く安心を

防災ラジオとは?

災害時の避難情報や、唐津市からのお知らせを自動受信できるラジオです。

防災ラジオのメリット

FMラジオが聞けて、普段使ってもできる。

テレビやスマホを見ていないときでも聞き逃さない。

停電時でも電池で動くので安心

ボタン操作だけなので誰でも簡単に使える

貸出受付
危機管理防災課 ☎72-9260
または各市民センター