

# 我が家の防災メモ・防災情報の入手方法

あらかじめ記入し、家族みんながわかるところに置いておきましょう。

## わが家の防災メモ

わが家の避難先 (親類宅・避難所など)	
家族の集合場所 (家族が離ればなれになったとき)	
災害時の緊急連絡先	

家族の名前	血液型	電話番号 (会社・学校・携帯電話)	住所

## 防災情報の入手方法

### 災害情報配信サービス

#### 【県民安全・安心メール】



大分県に関する防災情報等をメールで受け取ることができます。

#### 【緊急速報メール/エリアメール】

災害時の避難情報等を携帯電話会社 (NTTドコモ、KDDI、ソフトバンク・楽天モバイル等) がエリア内の携帯電話に一斉送信します。

#### 【おおいた防災アプリ】



避難情報や気象情報をプッシュ通知で受け取ることができます。

【その他機能】  
・避難所等検索マップ表示 ・道路規制情報  
・ライブカメラ ・安否確認など

### インターネットで調べる

#### 【豊後高田市ホームページ(防災情報)】



防災に関する情報、各種情報へのリンクが確認できます。

#### 【おおいた防災情報ポータル】

大分県内の市町村の防災情報や道路規制情報、防災マップ(避難所・警戒区域等)が確認できます。



#### 【大分地方気象台】



気象情報・注意報、土砂・浸水・洪水キックル、大雨・台風・津波情報などが確認できます。

#### 【豊後高田市総合防災ハザードマップ】



お持ちのスマートフォン等で簡単に災害危険箇所や避難所等を確認できます。



# マイ・タイムライン(風水害)

大雨や台風などの風水害から身を守るためには、自分が住む地域の災害リスクを知り、防災気象情報を基に迅速かつ適切に避難することが重要です。  
事前にマイ・タイムラインを作成し、「避難スイッチ」をオンにするタイミングなどを整理しておきましょう。

## マイ・タイムラインとは

災害に対する事前の備えや、大雨・台風により浸水害や洪水、土砂災害などが発生する危険性が高まった時の避難開始のタイミング「避難スイッチ」などを、あらかじめ時系列に整理した【自分自身や家族の避難行動計画】です。

## 対象災害について

マイ・タイムラインの対象とする災害は、【進行型災害】を基本としています。マイ・タイムラインの策定にあたっては、災害対応時の想定外の事態を減らすため、最悪の状況を含む災害を想定することが大切です。

### 進行型災害

洪水や台風など、発生やその被災状況が一定程度予測できる災害。



### 突発型災害

地震や噴火など、発生の前予測が困難な災害。



## マイ・タイムライン作成例

警戒レベルと警戒レベル相当情報 (防災気象情報)				
<b>警戒レベル1</b> 早期注意情報 (気象庁が発表) 今後、気象状況悪化のおそれあり	<b>警戒レベル2</b> 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表) 気象状況が悪化	<b>警戒レベル3</b> 高齢者等避難 (市町村が発表) 災害のおそれあり	<b>警戒レベル4</b> 避難指示 (市町村が発表) 災害のおそれが高まっている	<b>警戒レベル5</b> 緊急安全確保 (市町村が発表) 災害発生または切迫
—	はん濫注意情報	大雨・洪水警報 はん濫警戒情報	土砂災害警戒情報 はん濫危険情報 高潮警報	大雨特別警報 はん濫発生情報 高潮はん濫発生情報
警戒レベルに応じた家族の行動				
災害への心構えを高める	自分や家族の避難行動を確認	高齢者等は危険な場所から避難	危険な場所から全員避難	命の危険、直ちに安全確保
○天気予報を確認 ○台風の進路やいつ接近するの かチェック ○薬などを事前に受け取っておく	○ハザードマップで避難場所を 確認 ○非常持ち出し品の準備 ○テレビやラジオで気象情報を こまめにチェック	<b>わが家の避難スイッチ!</b> 警戒レベル3発令後に 必ず避難する!! ○家族で決めた避難場所の高台に ある叔母の家に移動を開始!	○避難完了 ○引き続き気象情報を確認	⚠️ 自宅内の安全な 場所へ避難 ⚠️ 2階以上に避難
日頃から調べておくこと、備えておくこと				
わが家の災害リスク・避難先	非常持ち出し品	情報収集ツール		
<input type="checkbox"/> 浸水する深さ 想定 ( 3 )m <input type="checkbox"/> 近隣河川までの距離 ( 250 )m <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域に入って ( いる / いない ) <input type="checkbox"/> 避難先① ( 叔母さんの家 )まで、徒歩 ( 10 )分 <input type="checkbox"/> 避難先② ( ○○公民館 )まで、徒歩 ( 7 )分 ※自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な 建物の場合は、屋内待機や垂直避難(建物内の2階以上) <input type="checkbox"/> 避難先までの危険な場所・特徴 ( 避難先①道路が狭い 避難先②長い階段がある、街灯が少ない )	<input checked="" type="checkbox"/> 食料品 <input checked="" type="checkbox"/> 飲料水 <input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯 <input checked="" type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 電池 <input checked="" type="checkbox"/> マスク <input checked="" type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 防災マップ ※忘れてませんか? <input checked="" type="checkbox"/> 常備薬 <input checked="" type="checkbox"/> お薬手帳 ↓その他に準備する物も書いておこう! 紙オムツ    生理用品    ドッグフード ビニール手袋    タオル    ウェットティッシュ	<input checked="" type="checkbox"/> おおいた防災アプリ <input checked="" type="checkbox"/> 県民安全・安心メール/ 市町村防災メール <input checked="" type="checkbox"/> テレビ <input checked="" type="checkbox"/> 防災ラジオ <input checked="" type="checkbox"/> おおいた防災ポータル		

大分県のホームページからマイ・タイムラインの詳しい作り方の確認ができます。



## マイ・タイムラインの作成方法

### 1. 我が家の災害リスクを知りましょう

P17~P66のハザードマップで自分が住んでいる地域が「洪水」や「土砂災害」の危険があるか調べてみましょう。また、避難所や避難経路も調べておきましょう。

### 2. 非常持ち出し品を決めておきましょう

P7の非常持ち出し品を参考に、避難する時に自分や家族にとって必要な物を話し合っ  
て、備えておきましょう。男性15kg、女性10kg程度が目安です。感染症対策も忘れない  
ようにしましょう。

### 3. 情報収集方法を調べて備えましょう

適切な避難行動のためには、気象情報や河川水位、市から発令される避難情報等が大変重要です。また、停電やシステム障  
害などの発生に備えて、複数の情報収集ツールを準備しましょう。

### 4. 警戒レベルと警戒レベル相当情報を理解しましょう

P6の避難情報を参照し、警戒レベル等について学習しましょう。

### 5. 自分や家族の行動を決めておきましょう

1~4の手順で確認したことを参考に、どのタイミングでどのような避難行動を行うか、家族で話し合っ  
て決めましょう。

わが家の避難スイッチ!  
警戒レベル3発令後に  
必ず避難する!!



警戒レベルと警戒レベル相当情報 (防災気象情報)				
<b>警戒レベル1</b> 早期注意情報 (気象庁が発表) 今後、気象状況悪化のおそれあり	<b>警戒レベル2</b> 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表) 気象状況が悪化	<b>警戒レベル3</b> 高齢者等避難 (市町村が発表) 災害のおそれあり	<b>警戒レベル4</b> 避難指示 (市町村が発表) 災害のおそれが高まっている	<b>警戒レベル5</b> 緊急安全確保 (市町村が発表) 災害発生または切迫
—	はん濫注意情報	大雨・洪水警報 はん濫警戒情報	土砂災害警戒情報 はん濫危険情報 高潮警報	大雨特別警報 はん濫発生情報 高潮はん濫発生情報
警戒レベルに応じた家族の行動				
災害への心構えを高める	自分や家族の避難行動を確認	高齢者等は危険な場所から避難	危険な場所から全員避難	命の危険、直ちに安全確保
○天気予報を確認 ○台風の進路やいつ接近するの かチェック ○薬などを事前に受け取っておく	○ハザードマップで避難場所を 確認 ○非常持ち出し品の準備 ○テレビやラジオで気象情報を こまめにチェック	<b>わが家の避難スイッチ!</b> 警戒レベル3発令後に 必ず避難する!! ○家族で決めた避難場所の高台に ある叔母の家に移動を開始!	○避難完了 ○引き続き気象情報を確認	⚠️ 自宅内の安全な 場所へ避難 ⚠️ 2階以上に避難
日頃から調べておくこと、備えておくこと				
わが家の災害リスク・避難先	非常持ち出し品	情報収集ツール		
<input type="checkbox"/> 浸水する深さ 想定 ( )m <input type="checkbox"/> 近隣河川までの距離 ( )m <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域に入って ( いる / いない ) <input type="checkbox"/> 避難先① ( )まで、徒歩・車で ( )分 <input type="checkbox"/> 避難先② ( )まで、徒歩・車で ( )分 ※自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な 建物の場合は、屋内待機や垂直避難(建物内の2階以上) <input type="checkbox"/> 避難先までの危険な場所・特徴 ( )	<input checked="" type="checkbox"/> 食料品 <input checked="" type="checkbox"/> 飲料水 <input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯 <input checked="" type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 電池 <input checked="" type="checkbox"/> マスク <input checked="" type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 防災マップ ※忘れてませんか? <input checked="" type="checkbox"/> 常備薬 <input checked="" type="checkbox"/> お薬手帳 ↓その他に準備する物も書いておこう! 紙オムツ    生理用品    ドッグフード ビニール手袋    タオル    ウェットティッシュ	<input checked="" type="checkbox"/> おおいた防災アプリ <input checked="" type="checkbox"/> 県民安全・安心メール/ 市町村防災メール <input checked="" type="checkbox"/> テレビ <input checked="" type="checkbox"/> 防災ラジオ <input checked="" type="checkbox"/> おおいた防災ポータル		

# 防災に関する知識

## 緊急時の連絡先

■豊後高田市(総務課)

0978-22-3100

■豊後高田市消防本部・消防署

0978-22-3108

■豊後高田警察署

0978-22-2131

■豊後高田市上下水道課

0978-22-3100

■大分県北部振興局

0978-32-1170

■豊後高田土木事務所

0978-22-2285

■ケーブルテレビ受付窓口

(平日:8:30~17:00)

0978-22-3130

(平日:17:00~20:00)

0800-200-6665

(土日祝日:8:30~20:00)

0800-200-6665

消防・救急は

119番

警察は

110番

停電に関するお問い合わせは

■九州電力送配電(株)中津配電営業所

0800-777-9426

電話に関する故障のお問い合わせは

■NTT西日本大分支店

固定電話からは局番なしの「113」

携帯電話 0120-444-113

## 災害用伝言サービス

災害発生時は、家族や知人と連絡が取れなくなることがあります。事前に話し合い、連絡方法を確認しておきましょう。なお、電話会社各社では、大規模な災害発生時に災害用伝言ダイヤルなどを利用できます。事前に利用方法を確認しておきましょう。

■NTT西日本

《災害用伝言ダイヤル171》



■NTTドコモ《災害用伝言板》



■au《災害用伝言板サービス》



■SoftBank《災害用伝言板》



■楽天モバイル《災害用伝言板》



## 災害用伝言ダイヤルとは?

NTTでは、災害発生時に、被災地への通話がつながりにくい状況の場合、被災地内の安否などの情報を音声で録音、再生する「災害用伝言ダイヤル」を設置します。

### ●災害用伝言ダイヤルの使い方

※伝言蓄積数や保存期間は災害の状況により異なります。

伝言の録音	171-1-●●●●●-●●●●●●●●●●	(自宅の電話番号、または連絡を取りたい方の電話番号)	伝言保存期間	提供終了まで
伝言の再生	171-2-●●●●●-●●●●●●●●●●		伝言蓄積数	1電話番号あたり1~20伝言まで
伝言内容(時間)	1伝言あたり30秒以内		利用可能電話	加入電話、ISDN、ひかり電話、携帯電話(一部除く)等 ※ISDNおよびひかり電話をご利用でダイヤル式電話機をお使いの場合はご利用になれません

## 緊急速報メール/エリアメール

「緊急速報メール」により、緊急情報を配信します。

市では、災害時の避難指示などの緊急情報をより多くの人にお伝えするため、緊急時に市内にいる人の携帯電話へ「緊急速報メール」の配信を行います。

- 「緊急速報メール」とは、避難指示などの緊急情報を市内にいる人の携帯電話(NTTドコモ、KDDI、ソフトバンク、楽天モバイル等)へ一斉にメールを配信するものです。  
※機種により「緊急速報メール」を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ので、詳しくは、各携帯電話会社へお問い合わせください。
- 配信する情報は、避難指示など、緊急かつ重要な情報です。
- 携帯電話を利用する人の費用負担や事前のメールアドレス登録は必要ありません。