保存版

このガイドブックを使って、おうちの人と防災について話をしてみましょう。

鳥取県 防災ガイドブック

（小学生向け）

※青谷弥生フレンズ

音声コード Uni-Voice

①風水害を知りましょう

大雨や台風などの風水害は地震とちがって、**予想ができます**。
防災・避難情報を確認して、早めの避難行動が大切です。

＜こんなことが起こります＞

浸水

土砂災害

建物の損壊

洪水

【ふだんの備え】

・「**非常用持ち出し品**」や「**備ち く品**」を準備しましょう。
・「**ハザードマップ**」で、 おうちの近くの「**避難場所**」や「**避難ルート**」を確認しておきましょう。

【災害が起こりそうなとき】

・テレビ、ラジオなどで「**防災・避難情報**」を確認しましょう。
・建物の2階以上など、安全な場所に**早めに避難**！

＜避難のポイント＞

・お年寄りや障がい者などに積極的に声かけをしましょう。
・長ぐつではなくスニーカーで、歩いて避難！
・車は水につかると動かなくなることがあるよ。

音声コード Uni-Voice

＜鳥取県の風水害＞
平成30年の7月豪雨（西日本豪雨）や令和5年の台風第7号で土砂災害などの被害が発生しています。

②防災気象情報を確認しましょう

テレビやラジオ、スマートフォンなどで、「はんらん」、「大雨」、「土砂災害」、「高潮」の気象情報を確認しましょう。
色や**レベル**によって、自分が今やるべきことがわかります。

白	**レベル1 早期注意情報** 今後の情報に注意しよう
黄	**レベル2 注意報** どんな危険があるか、どうやって逃げるか おうちの人と相談しよう
赤	**レベル3 警報** お年寄りなど逃げる時間がかかる人は このタイミングで避難しましょう
紫	**レベル4 危険警報** 災害が発生してもおかしくない 危ないところからすぐに避難しましょう

ここまでにかならず避難しよう！

黒	**レベル5 特別警報** すでに災害が発生しているかも！ がけから離れた部屋やできるだけ高い建物へ

※政府広報オンライン図を参考に県が作図

音声コード Uni-Voice

③地震を知りましょう

地震はいつ、どこで起こるか分かりません。
地震が起こる前の備えや避難訓練が大切です。

＜こんなことが起こります＞

停電

断水

家屋の倒壊

家具の転倒

火事

【ふだんの備え】

・「非常用持ち出し品」や「備ちく品」を準備しましょう。
・「家具を固定」しておきましょう。
・「避難場所」、「避難ルート」を事前に確認！

■安否確認には「災害用伝言ダイヤル 171」

⇒「171」に電話して伝言を録音すると、
おうちの人などが伝言を聞くことができます。

＜鳥取県の地震＞
鳥取地震（S18、最大震度6）のほか、鳥取県西部地震（H12、最大震度6強）や鳥取県中部地震（H28、最大震度6弱）などが発生しました。

【とっとり災害記録伝承ポータル】
鳥取県で発生した地震を調べてみましょう→

音声コード　Uni-Voice

④身のまわりの災害と避難地図

1　おうちの近くにどんな危険がある？
かいてみましょう！（道路、海、山、川など）

2　家や学校から避難する道を知ってる？
おうちの人といっしょに、かいてみましょう！

音声コード　Uni-Voice

⑤災害にそなえて持ち出し品を用意しましょう。
特に自分が必要なものはかならず備えましょう。

非常用持ち出し品チェックリスト

非常用持ち出し袋（避難時に持ち出すもの）

- □ 水
- □ 食料（ご飯、レトルト食品、チョコレート、乾パンなど 最低3日分）
- □ 防災用ヘルメット・防災ずきん
- □ 衣類・下着
- □ レインウェア
- □ スニーカー（運動靴）
- □ 懐中電灯
- □ 携帯ラジオ
- □ 予備電池・携帯充電器
- □ ろうそく
- □ 救急用品（絆そう膏、包帯、消毒液、常備薬など）
- □ 使い捨てカイロ
- □ 毛布
- □ 軍手
- □ 洗顔用具
- □ 歯ブラシ・歯磨き粉
- □ タオル
- □ 筆記用具（ペン・ノート）

【感染症対策に有効なもの】

- □ マスク
- □ 手指消毒用アルコール
- □ 石けん・ハンドソープ
- □ ウェットティッシュ
- □ 体温計

【一緒に持ち出す物】

- □ 貴重品（現金、通帳、パスポート、運転免許証、病院診察券、マイナンバーカードなど）
- □ その他（　　）

乳幼児向け

- □ 粉ミルク・液体ミルク
- □ 使い捨て哺乳瓶
- □ 離乳食
- □ こども用紙おむつ
- □ お尻ふき
- □ 携帯用フォーク・スプーン
- □ 抱っこひも
- □ こどもの靴
- □ その他（　　）

女性向け

- □ 生理用品
- □ サニタリーショーツ
- □ 中身が見えないゴミ袋
- □ 防災ブザー・ホイッスル
- □ 多機能ポンチョ
- □ その他（　　）

高齢者向け

- □ 入れ歯・洗浄液
- □ 大人用紙パンツ
- □ メガネ
- □ 補聴器
- □ 杖
- □ 介護食
- □ 持病の薬
- □ お薬手帳
- □ その他（　　）

音声コード Uni-Voice

⑥おうちの人と話し合い、かきましょう

①他にも必要な物があれば、かいておきましょう

□（　　）　□（　　）

□（　　）　□（　　）

□（　　）　□（　　）

②避難するときの集合場所と避難先をかきましょう

おうちの人全員で知っておくと安心です。

集合場所（　　）　避難先（　　）

③おうちの人の連絡先をかきましょう

なまえ①		れんらく先	
なまえ②		れんらく先	
なまえ③		れんらく先	
なまえ④		れんらく先	

＜知っておこう＞

○水（1人1日3リットル）と食べ物は、
3日分を目安に備蓄しましょう。

○「携帯トイレ」があると安心です。

○備える→食べる→買いたす「ローリングストック」で
ムリなく備えましょう。

音声コード　Uni-Voice

避難所では・・・

家がこわれたりして、自分のおうちで生活できない人が、過ごします。小中学校、公民館、体育館などが避難所となり、必要なサポートや配慮が異なる人（要配慮者）が集まります。

要配慮者とは・・・

ひとりで避難や避難生活をするのが難しい人で、サポートや配慮が必要となります。たとえば高齢者、障がい者、乳幼児のほか、妊産婦、難病患者、日本語に不慣れな外国人などです。

要配慮者が避難生活などで何に困るのか、また、自分にできる手助けを家族といっしょに考えてみましょう。

＜メモ＞

（令和8年10月発行）

【発行】鳥取県危機管理部消防防災課
（電話）0857-26-7118　（ﾌｧｸｼﾐﾘ）0857-26-8139
（Eﾒｰﾙ）shoubou@pref.tottori.lg.jp

音声コード Uni-Voice