

マイ・タイムラインを作成

マイ・タイムラインとは、「いざという時に、慌てず行動するために、いつ、なにをするのかを整理しておくこと」です。右側の「記入例」を見ながら、以下の①から③の順に、準備していくことで、マイ・タイムラインを作成できます。

- ①「マイ・タイムライン作成のためのチェックシート」で、ご自宅等から、安全性の高い避難場所等に避難する必要があるかどうか、確認をしてください。
- ②「マイ・避難場所判定」で、ご自宅等が、洪水による「立退き避難」に該当する方や「土砂災害（特別）警戒区域内」の方は、ハザードマップの「避難場所一覧」で、水害や土砂災害から安全な、近くの避難場所を探すとともに、「警戒レベル3」の白抜きの中にある水害時と土砂災害時の避難先に、避難場所の名前を書きこんでください。ご家族や関係者に、避難行動要支援者がいる方は、「警戒レベル2」の白抜きの中に、必要事項を書きこんでください。
- ③「どんなタイミングでなにをする？」では、警戒レベル1～警戒レベル5にかけて、必要と考えられるわが家で行う行動にチェックを入れてください。チェックを入れた項目をどの警戒レベルで行うのか、「記入例」を参考に□内に、記入してください。

記入例

マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

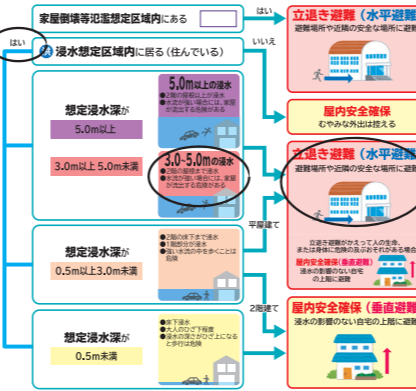
ハザードマップで、自宅等が浸水想定区域や土砂災害警戒区域の中にあるか、チェックしましょう。

■ あなたの住んでいる場所の浸水深は？ **3.0~5.0 m** 該当する

■ あなたが住んでいる場所は、土砂災害（特別）警戒区域の中ですか？
 はい いいえ

■ 避難場所までに、危険性のある場所（低い橋、アンダーパス、豪雨時によく浸水する場所、急傾斜地や土石流の土砂災害警戒区域など）を通りますか？
 はい いいえ

マイ・避難場所判定



注目すべき気象情報 (警戒レベルに相当する情報)	警戒レベル	住民等がとるべき行動	どんなタイミングで何を？(わが家で行う行動にチェック)
氾濫発生情報 大雨特別警報(浸水害) 大雨特別警報(土砂災害)	警戒レベル 5 (市が発表)	命を守るため 最善の行動	<ul style="list-style-type: none"> U <input type="checkbox"/> 最新の気象情報・道路情報を確認する T <input type="checkbox"/> 避難場所()への避難を開始する S <input type="checkbox"/> 火の元、戸締りを確認する R <input type="checkbox"/> 避難しやすい服装に着替える Q <input type="checkbox"/> 避難の開始を判断する P <input type="checkbox"/> ハザードマップで避難場所、避難手段を確認する O <input type="checkbox"/> 避難する時に持って行く物を準備する N <input type="checkbox"/> 高瀬川や財田川の水位を調べる M <input type="checkbox"/> 住んでいる所と上流側の雨量(降雨)の状況調べ始める L <input type="checkbox"/> 家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認する K <input type="checkbox"/> 大雨や洪水・土砂災害の危険度分布を確認する J <input type="checkbox"/> 1週間分の薬を用意しておく I <input type="checkbox"/> 今後の雨・雨雲の動きを確認する H <input type="checkbox"/> 避難路や危険箇所を確認する G <input type="checkbox"/> 家の周りの溝や水路を掃除して、排水をよくしておく F <input type="checkbox"/> テレビやラジオなどで天気予報を確認する E <input type="checkbox"/> 防災情報メールの登録・防災アプリをダウンロードする D <input type="checkbox"/> 家族全員の今後の予定を確認する C <input type="checkbox"/> 出かける予定がある場合はキャンセルを検討する B <input type="checkbox"/> 買い出しなど早めに済ませる A <input type="checkbox"/> 携帯電話等を充電する
氾濫危険情報 土砂災害警戒情報	警戒レベル 4 (市が発表)	危険な場所から 全員避難	<ul style="list-style-type: none"> ここに避難完了
氾濫警戒情報 洪水警報 土砂災害警報(土砂災害)	警戒レベル 3 (市が発表)	危険な場所から 高齢者等は 避難	<ul style="list-style-type: none"> おばあちゃんへ避難するように電話する
氾濫注意情報 洪水注意情報	警戒レベル 2 避難行動の確認 (気象台が発表)	避難行動の確認	<ul style="list-style-type: none"> 支援者に、警戒レベル3で避難したいと伝える
早期注意情報 (警報級の可能性)	警戒レベル 1 心構えを高める (気象台が発表)	心構えを高める	<ul style="list-style-type: none"> 支援者に、警戒レベル3で避難したいと伝える

マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

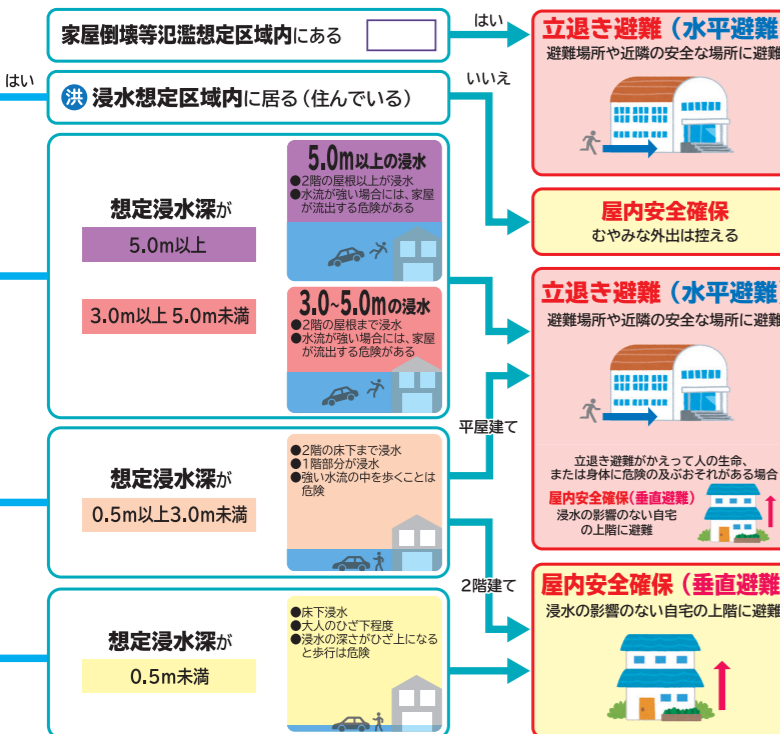
ハザードマップで、自宅等が浸水想定区域や土砂災害警戒区域の中にあるか、チェックしましょう。

■ あなたの住んでいる場所の浸水深は？ **3.0** m 該当する

■ あなたが住んでいる場所は、土砂災害（特別）警戒区域の中ですか？
 はい いいえ

■ 避難場所までに、危険性のある場所（低い橋、アンダーパス、豪雨時によく浸水する場所、急傾斜地や土石流の土砂災害警戒区域など）を通りますか？
 はい いいえ

マイ・避難場所判定



注目すべき気象情報 (警戒レベルに相当する情報)	警戒レベル	住民等がとるべき行動	どんなタイミングで何を？(わが家で行う行動にチェック)
氾濫発生情報 大雨特別警報(浸水害) 大雨特別警報(土砂災害)	警戒レベル 5 (市が発表)	命を守るため 最善の行動	<ul style="list-style-type: none"> U <input type="checkbox"/> 最新の気象情報・道路情報を確認する T <input type="checkbox"/> 避難場所()への避難を開始する S <input type="checkbox"/> 火の元、戸締りを確認する R <input type="checkbox"/> 避難しやすい服装に着替える Q <input type="checkbox"/> 避難の開始を判断する P <input type="checkbox"/> ハザードマップで避難場所、避難手段を確認する O <input type="checkbox"/> 避難する時に持って行く物を準備する N <input type="checkbox"/> 高瀬川や財田川の水位を調べる M <input type="checkbox"/> 住んでいる所と上流側の雨量(降雨)の状況調べ始める L <input type="checkbox"/> 家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認する K <input type="checkbox"/> 大雨や洪水・土砂災害の危険度分布を確認する J <input type="checkbox"/> 1週間分の薬を用意しておく I <input type="checkbox"/> 今後の雨・雨雲の動きを確認する H <input type="checkbox"/> 避難路や危険箇所を確認する G <input type="checkbox"/> 家の周りの溝や水路を掃除して、排水をよくしておく F <input type="checkbox"/> テレビやラジオなどで天気予報を確認する E <input type="checkbox"/> 防災情報メールの登録・防災アプリをダウンロードする D <input type="checkbox"/> 家族全員の今後の予定を確認する C <input type="checkbox"/> 出かける予定がある場合はキャンセルを検討する B <input type="checkbox"/> 買い出しなど早めに済ませる A <input type="checkbox"/> 携帯電話等を充電する
氾濫危険情報 土砂災害警戒情報	警戒レベル 4 (市が発表)	危険な場所から 全員避難	<ul style="list-style-type: none"> ここに避難完了
氾濫警戒情報 洪水警報 土砂災害警報(土砂災害)	警戒レベル 3 (市が発表)	危険な場所から 高齢者等は 避難	<ul style="list-style-type: none"> ここに避難完了
氾濫注意情報 洪水注意情報	警戒レベル 2 避難行動の確認 (気象台が発表)	避難行動の確認	<ul style="list-style-type: none"> ここに避難完了
早期注意情報 (警報級の可能性)	警戒レベル 1 心構えを高める (気象台が発表)	心構えを高める	<ul style="list-style-type: none"> ここに避難完了

災害発生

避難開始時期

大雨のおそれ

平常時