

マイ・タイムライン作成シート

例

河川の氾濫で2～5mの浸水の可能性があるエリアに自宅がある佐倉さん

佐倉 太郎（45歳） 花子（45歳） 梅子（75歳）
春美（15歳） 健太（7歳） ※常用している薬がある

	気象情報 （気象庁 等）	警戒 レベル	市からの 情報	皆さんのとるべき行動	準備や作業にかかる時間も 想像してみましょう
平常時	テレビ・ラジオで 大雨・台風への注意喚起 	1	市が発令する避難情報 ↓	非常用持ち出し品の確認・準備。 ※表紙の例を確認し、自分に合った持ち出し品の確認・準備をしましょう。  避難所等や避難経路を確認しておく。 ※ハザードマップを確認しましょう。 気象情報を収集。	警戒レベル1 ～日ごろの準備～ 自宅は安全ですか？避難先の候補は複数考えましょう。 ・ハザードマップで避難場所や避難ルートを確認する【全員】 ・家の周りのものを片付ける【太郎】 ・気象情報を入手【花子・春美】 ・非常用持ち出し品の確認【梅子】 ・携帯電話の充電をしておく【太郎・花子】
大雨のおそれ	・大雨注意報 ・洪水注意報 ・氾濫注意情報 等 	2		家財道具や生活用品を2階や高いところに移動させておく。  避難行動の確認。 情報収集を行う。 テレビ・ラジオで最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。雨の降り方や浸水の状況に注意し、危険を感じたら早めに避難しましょう。	警戒レベル2 ～早めの情報収集～ 情報収集手段はありますか？市のメールサービスやアプリも活用しましょう。 ・避難場所や避難ルートを再確認する【全員】 ・家財道具や生活用品を高いところへ移動させる【太郎】 ・気象情報を入手【花子・春美】 ・常用している薬を持ち出せるようにしておく【梅子】
避難開始時期	・大雨警報 ・洪水警報 ・氾濫警戒情報 等 	3	高齢者等避難	開設している避難所を確認する。 危険な場所にいる避難に時間を要する人（ご高齢のかた、障害のあるかた、乳幼児等）とその支援者は避難する。その他の人は、避難の準備を整える。	警戒レベル3 ～避難の判断時期～ 早めの避難が必要なかたはいませんか？開設している避難所を必ず確認しましょう。 ・ホームページなどで開いている避難所を確認する【太郎・花子】 ・梅子と春美・健太は早めに避難する。（付き添いは花子） ・太郎と花子は連絡をこまめにとる。 ・ブレーカー・ガスの元栓を閉める
	・土砂災害警戒情報 ・氾濫危険情報 等 	4	避難指示	危険な場所にいる人は速やかに避難所等へ避難する。 避難所等までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難する。 	警戒レベル4 ～全員避難～ 必要なものは忘れていませんか？家族全員が避難行動をとりましょう。 ・太郎と花子は連絡をこまめにとる。 ・太郎も避難する。（家中の鍵が締まっているかを確認） ※外がかえって危険な場合は、家の安全な場所（2階）に移動する。
災害発生	・大雨特別警報 ・氾濫発生情報 等	5	緊急安全確保	災害が発生または切迫している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。 	警戒レベル5 ～命を守る行動を～ 落ち着いた判断で命を守りましょう。 ・避難できなかった場合、自宅内の浸水が想定されない場所（2階）で身の安全を確保し、救助を待つ。 ・情報を収集する。

※各種の情報は必ずしもこの順番で出るとは限りません。状況が急変することもあります。
※降雨状況はあくまで目安ですので、余裕をもって避難の準備をしておきましょう。