

## マイ・タイムライン

「マイ・タイムライン」とは、台風や大雨等の風水害に対する事前の準備や行動をあらかじめ記録しておく予定表（避難計画）のことです。家族構成や生活環境に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ決めておくことで、災害の危険が迫ってきたときに落ち着いて避難行動をとることが期待できます。



中面「マイ・タイムライン作成シート」一人ひとりの避難行動計画を記入しましょう。

### ハザードマップを活用する

ハザードマップを確認し、自分が住んでいる地域の危険な場所や避難所、避難経路を事前に把握しておきましょう。

#### 佐倉市防災ハザードマップ

国土交通省と千葉県が指定した「洪水浸水想定区域」と千葉県が指定した「土砂災害警戒区域」に基づいて作成された地図



#### 佐倉市土砂災害ハザードマップ

千葉県が指定した区域を基に、土砂災害が発生した場合に被害を受けるおそれがある区域や、避難に関する情報などを記載した地図（対象自治会ごと）



▶ <https://www.city.sakura.lg.jp/soshiki/kikikanrika/112/hazardmap/5846.html>

※佐倉市の各種ハザードマップは市公式ウェブサイトで確認できます。

### 避難の際持ち出すものを準備する（例）

普段から必要な持ち出し品を準備しておき、定期的に点検しておきましょう。

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水            | <input type="checkbox"/> 上着・下着   |
| <input type="checkbox"/> 食料（調理不要な食べ物）   | <input type="checkbox"/> タオル     |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ（予備の電池）   | <input type="checkbox"/> ティッシュ   |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯（予備の電池・電球） | <input type="checkbox"/> ビニール袋   |
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー      | <input type="checkbox"/> 軍手・スリッパ |
| <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん    |                                  |
| <input type="checkbox"/> 現金             |                                  |



#### 《感染症対策として》

- |                                       |                              |                              |
|---------------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 健康保険証のコピー    | <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 消毒液 |
| <input type="checkbox"/> 救急医薬品        | <input type="checkbox"/> 体温計 |                              |
| <input type="checkbox"/> 常備薬・お薬手帳（写し） |                              |                              |



### 正しい情報入手する

佐倉市では、さまざまな広報手段により、防災に関する情報を発信しています。

#### 防災行政無線（ぼうさいくら）

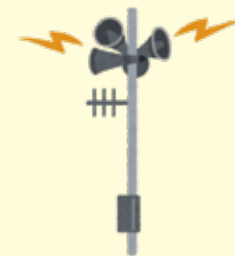
市内の学校や公園などに、防災行政無線スピーカーを設置しています。災害時の避難情報などの防災情報をはじめ、平常時には市からの行政情報（行方不明者、振り込め詐欺などの情報）を放送します。

「聞き取れなかった」「もう一回放送内容を確認したい」ときは…  
☎ **テレホンサービス（無料）：☎0120（711）508**

✉ **お手持ちのスマホ・携帯電話、パソコンにメールで放送内容を通知**  
**佐倉市メール配信サービス ※登録無料**

##### 【登録方法】

二次元コードを読み取る、または直接メールアドレスを入力して、空メールを送信する。 ✉ [sakura@emp.ikkr.jp](mailto:sakura@emp.ikkr.jp)



#### 佐倉市公式ウェブサイト

災害時の最新情報や避難所開設情報などをお知らせします。

▶ <https://www.city.sakura.lg.jp>

##### 【佐倉市の防災気象情報（気象庁ホームページ）】

天気予報や、市で発表されている、注意報・警報などの防災情報をご確認いただけます。

▶ [https://www.jma.go.jp/bosai/#pattern=default&area\\_type=class20s&area\\_code=1221200](https://www.jma.go.jp/bosai/#pattern=default&area_type=class20s&area_code=1221200)

※危機管理課のページ内にリンクがあります。



スマホからもご覧いただけます。

#### 「佐倉市防災情報」ツイッター

防災行政無線、メール配信サービスなどで配信した、災害・緊急情報などをツイートします。

アカウント名：[@bousai\\_sakura](https://twitter.com/bousai_sakura)



#### 災害情報共有システム「アラート」



市からの避難情報や避難所の開設情報をテレビやインターネットで確認できます。

##### 【NHK総合の場合】

- 1 NHK総合にチャンネルを合わせる
- 2 リモコンの「@ボタン」を押す
- 3 「地域の防災・生活情報」→「避難情報」を選択

#### 緊急速報メール（エリアメール）

緊急性の高い災害情報を、エリアに存在する携帯電話などに一斉配信するサービスです。 ※登録操作は不要

#### スマートフォンアプリからも情報入手できます



##### Yahoo! 防災速報

アプリを活用して、災害が発生するおそれがある場合や災害発生時に、防災情報を配信します。



##### 【設定方法】

- 1 プッシュ通知を「オン（許可）」にする。
- 2 「現在地連動通知の設定（位置情報）」を「オン（許可）」にする。
- 3 「地域の設定」で「千葉県佐倉市」を設定する。
- 4 アプリ画面右上の「設定（歯車マーク）」を押し、「自治体からの緊急情報」を「オン」に設定する。



##### 防災情報 全国避難所ガイド

現在地周辺の避難所を検索して、道順をルート案内する災害時用ナビゲーションアプリです。

※防災行政無線の内容をプッシュ配信するサービスも開始しました。

