

# 「マイ・タイムライン」と「地域のタイムライン」(おもて)

令和 年 月 日現在

フリガナ		性別	年齢	血液型
氏名				
住所				
電話番号		FAX		
携帯番号		メール		

「マイ・タイムライン」とは、大雨や台風などの風水害にそなえて、一人ひとりの自宅や家族・生活の状況にあわせた避難行動を考えておくものです。また、「地域のタイムライン」は、各警戒レベルでの地域の行動、避難の呼びかけ、避難開始のタイミングなどをあらかじめ考えておくものです。心身の状況や避難場所、避難に必要なそなえを決めておく「個別避難計画」とあわせて作成しておくことで、いざというときに慌てずに行動できる助けとなります。

## 避難情報、気象情報等およびとるべき行動 ～避難誘導マニュアル指針より～

住まいに起こりうる災害をハザードマップで確認しましょう！


<input type="checkbox"/> 住まい	建築時期	年 月
	構造	木造・鉄骨・鉄筋・( )階
<input type="checkbox"/> 浸水深	( )メートル	
<input type="checkbox"/> 土砂災害	警戒区域・土石流危険渓流区域・特別警戒区域	

警戒レベル・避難情報 (市が発令)	気象情報等	発令時の状況	発令されたらこんな行動を！
----------------------	-------	--------	---------------

	警戒レベル1 早期注意情報	今後、気象状況悪化のおそれがある状況	災害への心構えを高めましょう。
--	------------------	--------------------	-----------------

	警戒レベル2 大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報	気象状況が悪化している状況	避難に備え、自らの避難行動を確認してください。
--	------------------------------------	---------------	-------------------------

避難準備にかかる時間を確認しましょう！

<input type="checkbox"/> 家族らへの連絡	分	
<input type="checkbox"/> 持ち出し品の準備	分	
<input type="checkbox"/> 家の戸締まり	分	

<b>警戒レベル3 高齢者等避難</b>	氾濫警戒情報 大雨警報 洪水警報 警戒レベル3 相当情報	災害発生のおそれがある状況	高齢者、障がいのある方、乳幼児、妊産婦などの避難に時間を要する人は、危険な場所から避難してください。
--------------------------	--	---------------	--

<b>警戒レベル4 避難指示</b>	氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 警戒レベル4 相当情報	災害発生のおそれが高い状況	危険な場所から全員避難してください。避難先までの移動が危険な場合は、自宅内や近くの安全な場所に避難してください。
------------------------	--------------------------------------	---------------	--

ペットを飼っていますか？  はい  いいえ

一緒に避難する

**警戒レベル4までに必ず避難！**

知人らに預ける → 誰に( ) いつ( ) 日前に)

<b>警戒レベル5 緊急安全確保</b>	氾濫発生情報 特別警報 警戒レベル5 相当情報	災害発生または切迫している状況	命の危険！ 直ちに安全確保！
--------------------------	----------------------------------	-----------------	-------------------

裏面に「わたし」と「地域」の行動を記入します。

# 「マイ・タイムライン」と「地域のタイムライン」(うら)

令和 年 月 日現在

目安の時間	警戒レベル	わたしの行動	地域(支援者)の行動
3日前	レベル1	<input type="checkbox"/> 家の周りの点検と片付け <input type="checkbox"/> 気象情報を継続的に確認 <input type="checkbox"/> ラジオやテレビをつけっぱなしにする <input type="checkbox"/> 避難先・避難経路の確認 <input type="checkbox"/> 水・食料・ガソリン・服用薬などを持ち出す準備 <input type="checkbox"/> 避難先候補(親戚、知人宅)に避難の可能性を連絡 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 地区内の役割分担・連絡体制の確認 <input type="checkbox"/> 避難経路の状況確認 <input type="checkbox"/> 避難所の防災用品・備蓄品の確認 <input type="checkbox"/> 要支援者と支援者の予定を確認 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	早期注意情報 災害への心構えを高める		
2日前 1日前 半日前	レベル2	<input type="checkbox"/> 気象情報を改めて確認 <input type="checkbox"/> 避難経路の確認 <input type="checkbox"/> 非常用持ち出し袋をすぐ持てるように準備 <input type="checkbox"/> 地域の支援者( )への連絡 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 要支援者の所在確認 【誰が: 】 <input type="checkbox"/> 避難所の開設確認 【誰が: 】 <input type="checkbox"/> 要支援者に避難準備呼びかけ 【誰が: 】 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	大雨・洪水注意 避難行動を確認		
	大雨・洪水警報		
3時間前	レベル3	<input type="checkbox"/> 個別避難計画に沿って避難開始 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">高齢者等は避難開始</div>	<input type="checkbox"/> 要支援者に避難呼びかけ 【誰が: 】 <input type="checkbox"/> 要支援者の避難誘導開始 【誰が: 】 <input type="checkbox"/>
	レベル4 危険場所から避難		
0時間	レベル5	命を守る行動	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

■ 自由記述欄

※ここに示した警戒レベルなどのタイミングはあくまでも目安であり、実際の災害時とは異なります。防災・気象情報などを参考にしながら、状況に応じて早めに判断してください。