

マイ・タイムライン(水害に備える行動計画)

マイ・タイムラインとは、災害の発生時点「0時間(ゼロ・アワー)」から時間をさかのぼり、一人ひとりがとるべき防災行動のタイミングを整理する行動計画表です。地域の水害リスクや防災気象情報の入手方法を把握し、それぞれの家族構成や生活環境にあったマイ・タイムラインを作成しましょう(このページでは、台風による河川の氾濫を想定しています)。

マイ・タイムラインをつくってみよう!!

マイ・タイムラインをつくってみよう!!

家のマイ・タイムライン		家族構成					状況
経過時間	3日前(台風接近)	2日前	1日前	雨・風が時間とともに強くなる			0時間
行政情報	警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	高齢者等避難	警戒レベル4	避難指示	警戒レベル5
気象庁	早期注意情報(警報級の可能性)	大雨注意報 洪水注意報	大雨警報・洪水警報・ 氾濫警戒情報など		氾濫危険情報・ 土砂災害警戒情報など		緊急安全確保 大雨特別警報
マイ・タイムライン							
ポイント	持出品の例 ☐ 食料・飲料水 ☐ 手指の消毒液 ☐ 充電器 ☐ 携帯電話 ☐ 携帯ラジオ ☐ 薬・お薬手帳 ☐ 現金・通帳・印鑑 ☐ タオル ☐ スリッパ ☐ ビニール袋 ☐ マスク・体温計 ☐ 毛布	事前の確認 ・浸水する深さ()m・氾濫河川との距離()m ・最寄りの指定緊急避難場所()までの距離()m/時間()分 ・想定避難先①()まで()分②()まで()分 ・住んでいる場所が土砂災害警戒区域等に入っている・入っていない ・避難経路は土砂災害警戒区域等に入っている・入っていない	情報入手先 気象情報 川の水位情報 避難情報	避難判断 【我が家の避難スイッチ】			

例 この(下記の)記入例をもとに、上のマイ・タイムラインへ書き込んでみましょう!

毛呂山 家のマイ・タイムライン		家族構成	夫 毛呂山 太郎 妻 毛呂山 花子	40 35	子 毛呂山 一郎 母 毛呂山 ゆず子	7 68	状況	自宅は浸水想定区域の中で、浸水深は最大 5.0m。 隣町(浸水想定区域外)に姉が住んでいる。
経過時間	3日前(台風接近)	2日前	1日前	雨・風が時間とともに強くなる			0時間	
行政情報	警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	高齢者等避難	警戒レベル4	避難指示	警戒レベル5	緊急安全確保
マイ・タイムライン	・持出品の準備 ・常備薬の確認 ・飛ばされやすい物を家の中に入れる	・ハザードマップで避難経路を確認 ・動きやすい服装に着替えておく ・姉に連絡する(避難する可能性を伝える)	避難開始 ・隣近所に声をかけながら姉の家へ避難開始	目安 ・子供や高齢者等、避難に時間がかかる家族がいる場合は警戒レベル3から避難開始 ・避難場所まで距離がある、時間がかかる場合もレベル3から避難開始	・家族4人で姉の家に避難完了! ※姉の家も危険な場合は、駅ビル最上階へ避難	【逃げ遅れた場合】 命を守る最善の行動		
ポイント	持出品の例 ☐ 食料・飲料水 ☐ 手指の消毒液 ☐ 充電器 ☐ 携帯電話 ☐ 携帯ラジオ ☐ 薬・お薬手帳 ☐ 現金・通帳・印鑑 ☐ タオル ☐ スリッパ ☐ ビニール袋 ☐ マスク・体温計 ☐ 毛布	事前の確認 ・浸水する深さ(5)m・氾濫河川との距離(200)m ・最寄りの指定緊急避難場所(毛呂山小学校)までの距離(1200)m/時間(15)分 ・想定避難先①(姉の家)まで(20)分②(指定緊急避難場所)まで(15)分 ・住んでいる場所が土砂災害警戒区域等に入っている・ <u>入っていない</u> ・避難経路は土砂災害警戒区域等に入っている・ <u>入っていない</u>	情報入手先 気象情報 気象庁HP、埼玉県防災情報メール 川の水位情報 埼玉県川の防災情報HP、埼玉県川の情報メール 避難情報 テレビ、防災無線、埼玉県HP	避難判断 【我が家の避難スイッチ】 「レベル3」が発令されたら姉の家に避難する。				

事前にできることを記入しよう

避難のタイミングを記入しよう

情報の入手先を定めておこう

警戒レベル3が発令されない場合もあるので、自分の家が危険だと感じたときに速やかに避難行動を取ろう