

マイ・タイムラインを作ろう

我が家の避難行動計画（案）

作成日： 年 月 日

時間	想定	気象・避難情報	マイ・タイムライン 記入例	時期
0 時間	災害発生 又は切迫	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 緊急安全確保	<ul style="list-style-type: none"> ● 携帯メールで緊急速報メールを受信 ● テレビで洪水予報の確認 	避難の実施・身の安全を 確保すべき時期
	災害の おそれ 高い	氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 警戒レベル4 避難指示	<ul style="list-style-type: none"> ● 自宅内の浸水が想定されない場所で身の安全を確保 ● 携帯メールで避難指示を受信 ● 携帯メールで緊急速報メールを受信 ● テレビで洪水予報の確認 ● 市内の指定避難所への避難を完了 ● 市内の高台への避難を完了 ● 川の水位をインターネットで確認 	
3 時間前	災害の おそれ 高い	大雨が一層 激しくなる	<ul style="list-style-type: none"> ● 市内の高台への避難の開始を判断 ● 隣町への避難を完了 ● 移動に時間のかかる人は、市内の指定避難所への避難の開始を判断 ● 携帯メール等で避難準備情報を受信 ● 避難しやすい服装に着替える ● 隣町への避難の開始を判断 ● テレビで洪水予報の確認 ● 川の水位をインターネットで確認 	水位等の状況を把握しつつ避難に要する時間に応じて 避難行動を開始する時期
	災害の おそれ あり	氾濫警戒情報 大雨警報（土砂災害） 警戒レベル3 高齢者等避難	<ul style="list-style-type: none"> ● 通行止め情報がないかインターネットで確認 ● 川の水位をインターネットで確認 ● 携帯電話の充電 ● 隣町の親戚の家に家族みんなで避難することを電話 ● ハザードマップで避難場所、避難手段を確認 	
5 時間前	災害の おそれ あり	大雨となる	<ul style="list-style-type: none"> ● 携帯電話の充電 ● 家族全員の今後の予定を確認 ● テレビ、インターネット、携帯メール等で雨や川の様子に注意 	雨風が強くなる前に 備えておく時期
半日前	気象状況 悪化	警戒レベル2 大雨・洪水注意報	<ul style="list-style-type: none"> ● 家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認 ● 1週間分の薬を病院に受け取りに行く ● 防災グッズの準備（不足があれば買い出しへ） ● 我が家の避難行動計画を確認 ● 家族全員の今後の予定を確認 ● テレビの天気予報に注意 	
1 日前	気象状況 悪化	警戒レベル1 早期注意情報		
2 日前	今後気象 状況悪化 のおそれ	台風や大雨の予報		
3 日前	今後気象 状況悪化 のおそれ	警戒レベル1 早期注意情報		