

水害用 マイ・タイムライン

ハザードマップでチェック	避難行動のチェック	家庭の状況チェック
自宅の危険性は？ <input type="checkbox"/> あり（洪水浸水想定区域） →自宅で想定される浸水の深さは？ [川、 m] <input type="checkbox"/> あり（建物の倒壊が想定される区域） <input type="checkbox"/> なし	避難する場所は？ <input type="checkbox"/> 自宅の上階 [] <input type="checkbox"/> 親せきや知人の家 [] <input type="checkbox"/> 指定緊急避難場所 [] <input type="checkbox"/> その他 []	避難に支援が必要な人は？ ベットは？ （高齢者、障害者、乳幼児、妊婦など） <input type="checkbox"/> いる <input type="checkbox"/> いる→ 高齢者等避難 の発令で避難！ <input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いない→ 避難指示 の発令で避難！ ※その他のタイミング(あれば記入) [] 避難する場所までかかる時間は？[分]

	警戒レベル	行政情報	私と家族の行動	地域で行動
日ごろの備え	平時 レベル 0		<input type="checkbox"/> 新聞・テレビ・インターネットなどで防災情報を収集 <input type="checkbox"/> 非常持出品(備蓄品など)を準備(リュックなどに入れておく) <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 調理不要の食品 <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input type="checkbox"/> 紙コップ、皿、割り箸など食器類 <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 衣類・下着類・軍手 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 避難する場所までの経路を確認 <input type="checkbox"/> 家族内の災害時の連絡方法を確認 <input type="checkbox"/> 火災保険（水災補償付き）に加入 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 近所の人と顔の見える関係を作っておく <input type="checkbox"/> 近所の人と協力体制を話し合っておく <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
大雨・台風の1〜3日前	レベル 1	大雨や台風の予報 早期注意情報	<input type="checkbox"/> テレビやインターネットで天気予報をチェック <input type="checkbox"/> 家族の今後の予定や居場所を確認 <input type="checkbox"/> 家の周りに風雨で飛ばされるものがないか確認 <input type="checkbox"/> 非常持出品（備蓄品など）を確認 <input type="checkbox"/> 親せきや知人に避難してもらうことを依頼 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
注意報	レベル 2	大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報	<input type="checkbox"/> 避難する場所、避難経路を再確認 <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電を確認 <input type="checkbox"/> 避難の準備（持出物などの準備） <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
警報・高齢者等は避難	レベル 3	大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報 高齢者等避	<input type="checkbox"/> テレビやインターネット、携帯電話で最新の避難場所の開設状況や雨量などを確認 <input type="checkbox"/> 避難の準備（持出物などの準備） <input type="checkbox"/> 独自のタイミングで避難（ 高齢者等避難 発令で避難場所に避難開始） <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 地域の要支援者に避難の声掛け <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
全員避難	レベル 4	氾濫危険情報 避難指示	<input type="checkbox"/> 避難指示 発令で避難場所に避難開始、完了 <input type="checkbox"/> 携帯電話などで最新の状況を確認 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
災害発生	レベル 5	大雨特別警報 緊急安全確	命の危険 直ちに安全確保！ 災害が発生・切迫！自宅内や近くの建物などで少しでも浸水しない場所や高い場所、少しでも土砂災害の危険の少ない場所に移動！	

※ 気象情報や警戒レベルが発表されるタイミングは状況により変化します。状況によっては計画より早めに避難行動を起こすことも大切です。

水害用 マイ・タイムライン

記入例

※赤字の箇所が記入例です

ハザードマップでチェック	避難行動のチェック	家庭の状況チェック
自宅の危険性は？ <input checked="" type="checkbox"/> あり（洪水浸水想定区域） →自宅で想定される浸水の深さは？ [<input checked="" type="checkbox"/> 〇〇 川、3~5m] <input type="checkbox"/> あり（建物の倒壊が想定される区域） <input type="checkbox"/> なし	避難する場所は？ <input checked="" type="checkbox"/> 自宅の上階 [<input checked="" type="checkbox"/> 3階] <input type="checkbox"/> 親せきや知人の家 [<input type="checkbox"/>] <input checked="" type="checkbox"/> 指定緊急避難場所 [<input checked="" type="checkbox"/> 〇〇小学校] <input type="checkbox"/> その他 [<input type="checkbox"/>]	避難に支援が必要な人は？ ペットは？ （高齢者、障害者、乳幼児、妊婦など） <input checked="" type="checkbox"/> いる <input checked="" type="checkbox"/> いる→ 高齢者等避難 の発令で避難！ <input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いない→ 避難指示 の発令で避難！ ※その他のタイミング(あれば記入) [<input checked="" type="checkbox"/> 家の前の側溝から水があふれ出たとき] 避難する場所までかかる時間は？ [<input checked="" type="checkbox"/> 15分]

必要な項目にチェックをつけよう

	警戒レベル	行政情報	私と家族の行動	地域で行動
日ごろの備え	平時 レベル 0		<input checked="" type="checkbox"/> 新聞・テレビ・インターネットなどで防災情報を収集 <input checked="" type="checkbox"/> 非常持出品(備蓄品など)を準備(リュックなどに入れておく) <input checked="" type="checkbox"/> 飲料水 <input checked="" type="checkbox"/> マスク <input checked="" type="checkbox"/> 調理不要の食品 <input checked="" type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input checked="" type="checkbox"/> 紙コップ、皿、割り箸など食器類 <input checked="" type="checkbox"/> 体温計 <input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯 <input checked="" type="checkbox"/> 常備薬 <input checked="" type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 衣類・下着類・軍手 <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 避難する場所までの経路を確認 <input checked="" type="checkbox"/> 家族内の災害時の連絡方法を確認 <input checked="" type="checkbox"/> 火災保険（水災補償付き）に加入 <input checked="" type="checkbox"/> ペットの避難方法を確認 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 近所の人と顔の見える関係を作っておく <input checked="" type="checkbox"/> 近所の人と協力体制を話し合っておく <input type="checkbox"/> 話し合いで決めた結果を記入
1〜3日前 大雨・台風の	レベル 1	大雨や台風の予報 早期注意情報	<input checked="" type="checkbox"/> テレビやインターネットで天気予報をチェック <input checked="" type="checkbox"/> 家族の今後の予定や居場所を確認 <input checked="" type="checkbox"/> 家の周りに風雨で飛ばされるものがないか確認 <input checked="" type="checkbox"/> 非常持出品（備蓄品など）を確認 <input checked="" type="checkbox"/> 親せきや知人に避難してもらうことを依頼 <input checked="" type="checkbox"/> 家の雨戸を閉める <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 近所の人と避難方法などを情報交換 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
注意報	レベル 2	大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報	<input checked="" type="checkbox"/> 避難する場所、避難経路を再確認 <input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話の充電を確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難の準備（持出物などの準備） <input checked="" type="checkbox"/> 大事なものを3階へ移動 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
警報 高齢者等は避難	レベル 3	大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報 高齢者等避	<input checked="" type="checkbox"/> テレビやインターネット、携帯電話で最新の避難場所の開設状況や雨量などを確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難の準備（持出物などの準備） <input checked="" type="checkbox"/> 独自のタイミングで避難（ 前の側溝から水があふれ出たとき ） <input checked="" type="checkbox"/> 高齢者等避 発令で避難場所に避難開始 <input checked="" type="checkbox"/> ペットをゲージに入れて避難の準備 <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 地域の要支援者に避難の声掛け <input type="checkbox"/> 声かけする人を具体的に記入
全員避難	レベル 4	氾濫危険情報 避難指示	<input type="checkbox"/> 避難指示 発令で避難場所に避難開始、完了 <input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話などで最新の状況を確認 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
災害発生	レベル 5	大雨特別警報 緊急安全確	命の危険 直ちに安全確保！ 災害が発生・切迫！自宅内や近くの建物などで少しでも浸水しない場所や高い場所、少しでも危険の少ない場所に移動！	

※ 気象情報や警戒レベルが発表されるタイミングは状況により変化します。状況によっては計画より早めに避難行動を起こすことも大切です。