

マイ・タイムライン(行動計画表)

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。地域の災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、台風による災害を想定しています)。

わが家のマイ・タイムライン

越生町

区

作成年月日 年 月 日

備えまでの のおおよそ その時間	防災気象情報	避難情報	わが家の備え 例を参考に書いてみましょう	《例》〇〇家の備え
5~3日前	警戒レベル1 相当情報	警戒レベル1		<ul style="list-style-type: none"> ○テレビの気象情報を注意 ○家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認する ○非常時持出品を準備する ○一週間分の薬を病院に受け取りに行く ○買い物は雨や風が強くなる前に済ませる ○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する ○家族の今後の予定を確認する
2日前	早期注意情報 (警報級の可能性)	今後気象状況 悪化のおそれ		<ul style="list-style-type: none"> ○住んでいるところと上流の雨量を確認する ○携帯電話、モバイルバッテリー等を充電する ○ハザードマップで避難所、避難手段を再確認する ○土砂災害や洪水の危険度を調べ始める ○道路の通行止め情報がないか、インターネット等で確認する ○避難しやすい服装に着替える
1日前	警戒レベル2 相当情報	警戒レベル2		
	大雨注意報 洪水注意報	気象状況悪化		
	警戒レベル3 相当情報	警戒レベル3		
	大雨警報 洪水警報 など	災害のおそれあり 高齢者等避難		<ul style="list-style-type: none"> ○携帯メール等で高齢者等避難を受信 ○隣近所に声をかけながら避難を開始する
	警戒レベル4 相当情報	警戒レベル4		
	土砂災害警戒情報 など	災害のおそれ高い 避難指示		<p>[避難開始の目安] 子どもや高齢者がいる、避難所まで距離があるなど、避難に時間がかかる場合は、警戒レベル3から避難を開始する</p>
警戒レベル4までに必ず避難!				
0時間 (ゼロ・アワー)	警戒レベル5 相当情報	警戒レベル5		<ul style="list-style-type: none"> ○携帯メール等で避難指示を受信 ○家族で避難所に避難完了
	大雨特別警報	災害が発生 又は切迫 緊急安全確保		<p>[逃げ遅れた場合] ○命を守るための最善の行動</p>

雨風が時間とともに強くなる

雨風が強まる前に必要な行動を終わらせる

水位等の状況を把握しつつ時間に応じて避難行動を開始する

身の安全を確保

※防災気象情報や避難情報は、必ずしもこのとおりの順番で発表・発令されるとは限らず、あくまでも目安です。
 ※避難情報が発令されていない場合でも、防災気象情報などを参考に、身の危険を感じた場合は自主的に避難してください。
 ※警戒レベル5の時はすでに災害が発生している状況です。この時まで避難が完了していない場合は、迷わず命を守る最善の行動をとりましょう。

マイ・タイムライン使用時の心得

災害は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全ということではありません。また、想定したとおりに進行するとは限りません。マイ・タイムラインでは、とるべき行動の「何時に」は明確になりますが、注意すべき点もあります。

あくまでも行動の
目安として認識する

台風の進み方や雨の降り方、水位の上がり方はその都度異なります。

警報や避難情報等を
こまめに収集・確認

気象警報、避難情報等は状況に応じて臨機応変に発表・発令されます。

情報をもとに、臨機
応変に防災行動を

氾濫の進行は早まることもありませんが、水防活動により遅らせることもできます。