

自分が取るべき行動を知る

マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、台風や大雨の風水害等、これから起こるかもしれない災害に対し、一人ひとりの家族構成や生活環境に合わせて、「いつ」、「誰が」、「何をしなければならないのか」、あらかじめ時系列で整理した自分自身の防災行動計画です。

下の「私(59歳)の行動」を参考にし、ご自身の行動をご記入ください。

<例>

※避難行動の例の設定(「私」の場合)

私(59歳)、妻(57歳)、父(83歳)、母(82歳)

→ 胎内市在住。

なお、父(83歳)、母(82歳)は少し離れた集落に住む。

息子(29歳)→ 隣の市に、妻(28歳)、息子(1歳)と三人暮らし。

警戒レベル 1

避難情報 —

気象情報 —

取るべき行動の例 気象情報等に注意

「私(59歳)」の行動

テレビ・スマホで気象情報の確認。

(状況に応じて以下の行動も開始)

隣の市に住む息子(29歳)に連絡し避難することを伝える。

危険度増加

警戒レベル 2

避難情報 自主避難・注意の呼びかけ

気象情報 大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報

取るべき行動の例 非常持出品、避難先等を確認

「私(59歳)」の行動

警戒レベル 1 までの行動

非常持出品の準備・確認。

(状況に応じて以下の行動も開始)

隣の集落に住む父(83歳)と母(82歳)を迎えに行く。

危険度増加

警戒レベル 3

避難情報 避難準備・高齢者等避難開始

気象情報 大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報

取るべき行動の例 高齢者・乳幼児等は避難

「私(59歳)」の行動

警戒レベル 2 までの行動

妻(57歳)と両親で、隣の市に住む息子宅へ避難を開始。

息子宅へ避難完了。

危険度増加

警戒レベル 4

避難情報 避難指示

気象情報 土砂災害警戒警報 氾濫危険情報

取るべき行動の例 全員が直ちに避難

命を守るための行動

「私(59歳)」の行動

警戒レベル 3 までの行動

息子宅へ避難完了。

今後の気象情報を確認する。

危険度増加

警戒レベル 5

避難情報 —

気象情報 大雨特別警報 氾濫発生情報

取るべき行動の例 命を守るための行動

「私(59歳)」の行動

警戒レベル 4 までの行動

ご自身の行動をご家族で話し合い、記入してください。

警戒レベル	避難情報	気象情報	取るべき行動の例	ご自身の行動
1			気象情報等に注意	
2	自主避難・注意の呼びかけ	大雨注意報 洪水注意報	氾濫注意情報	非常持出品、避難先等を確認
3	避難準備・高齢者等避難開始	大雨警報 洪水警報	氾濫警戒情報	高齢者・乳幼児等は避難
4	避難指示	土砂災害警戒警報	氾濫危険情報	全員が直ちに避難
5		大雨特別警報	氾濫発生情報	命を守るための行動