

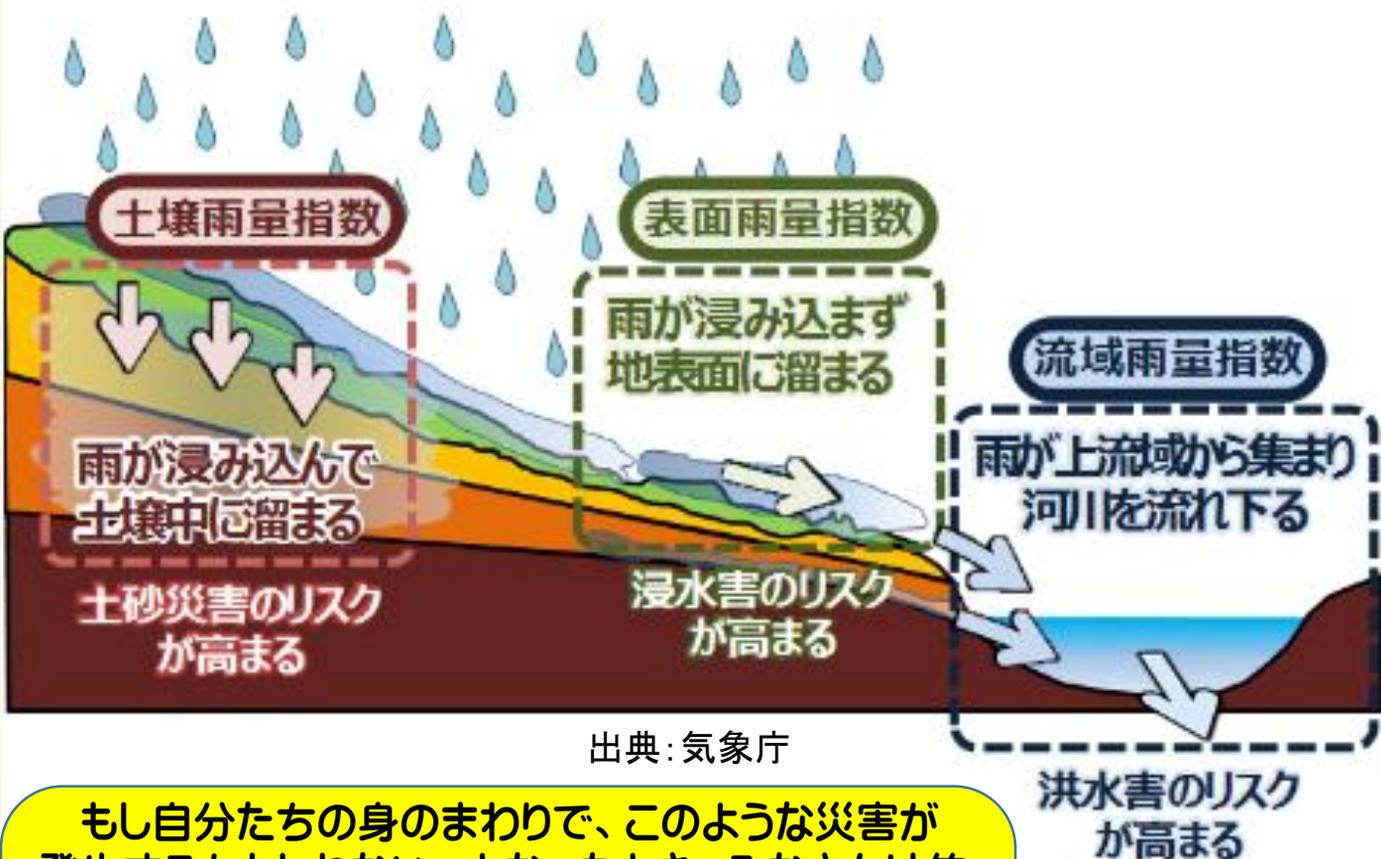
「自分だけは大丈夫」って思っていないですか？

作っておこう！マイ・タイムライン



マイ・タイムラインとは、台風の接近や線状降水帯の発生によって、土砂災害や、河川の水位が上昇する危険性が増した時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、とりまとめるものです。

雨によって
災害のリスクが高まるメカニズムは
以下の3つが考えられる。



もし自分たちの身のまわりで、このような災害が発生するかもしれない…となったとき、みなさんは焦らず慌てず落ち着いて行動ができますか？気付けばもう避難が間に合わない…なんてことのないように、いつ、どの時点で、何をどのようしたらよいのかということを、家族みんなでお話し合い決めたことをまとめておきましょう！



作成の前に、まずは正しい知識と情報収集が大切！



警戒レベルを正しく知ろう！

5段階の警戒レベルと防災気象情報

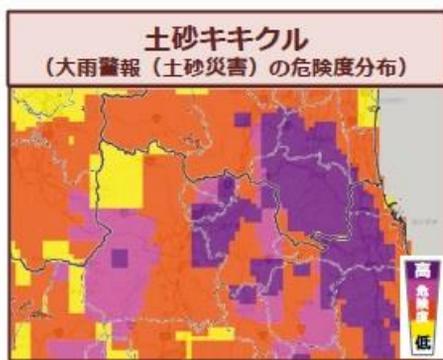
警戒レベル	住民が取るべき行動	市町村の対応	気象庁等の情報	相当する警戒レベル
5	命の危険 直ちに安全確保！ ・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。いしいる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する。	緊急安全確保 ※必ず発令される情報ではない	大雨特別警戒 氾濫発生情報	5相当
<警戒レベル4までに必ず避難！>				
4	危険な場所から全員避難 ・過去の重大な災害の発生時に匹敵する状況。この段階までに避難を完了しておく。 ・台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しておく。	避難指示 第4次防災体制 (災害対策本部設置)	土砂災害警戒情報 高潮特別警戒	4相当
3	危険な場所から高齢者等は避難 ・高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難する。	高齢者等避難 第3次防災体制 (避難指示の発令を判断できる体制)	大雨警戒 ※1 洪水警戒 高潮警戒 ※2 高潮特別警戒	3相当
2	自らの避難行動を確認 ・ハザードマップ等により、自宅等の災害リスクを再確認するとともに、避難情報の把握手段を再確認するなど。	第2次防災体制 (高齢者等避難の発令を判断できる体制) 第1次防災体制 (連絡要員を配置)	大雨警戒 ※1 洪水警戒 高潮警戒 ※2 高潮特別警戒	2相当
1	災害への心構えを高める	・心構えを一段高める ・職員の連絡体制を確認	大雨注意 洪水注意 高潮注意	1相当

出典：気象庁

「避難情報に関するガイドライン」（内閣府）に基づき気象庁において作成

必要な情報を収集しよう！

● 気象情報：キキクル(気象庁)



● 川の防災情報(国土交通省)

● 各種ハザードマップ(各市町村)





家族でマイ・タイムラインを作ってみよう！

土砂災害編

- 1 ハザードマップを確認する（自分の住んでいる地域に起こりうる災害を確認する）
- 2 防災気象情報を確認する（気象情報や市町村からの避難情報の入手）
- 3 避難する場所を記入する（土砂の範囲想定から避難する場所を考える）
- 4 避難情報や気象情報からの避難のタイミングを考える
- 5 避難開始までの準備や行動を考えて記入する（自助）
- 6 家族や地域に対しての行動を考えて記入する（共助）

()地区 マイ・タイムライン 作成年月日 年 月 日

時間軸	気象情報・避難情報等	周囲の状況	家族・私の行動
3日前	<ul style="list-style-type: none"> ○台風予報 ○台風に関する気象情報(随時) 	<p>台風発生！</p> 	
2日前	<p>◇大雨注意報</p> <ul style="list-style-type: none"> ○台風に関する今後の見通し注意(土砂キキクル) 	<p>台風が近づいて雨・風が強くなる…</p>	
1日前	<p>◇大雨警報(土砂災害)</p> <p>警戒(土砂キキクル)</p> <p>高齢者等避難</p>		
半日前		<p>断続的に雨が降り続けている…</p> 	
数時間前	<p>非常に危険(土砂キキクル)</p> <p>避難指示</p> <p>土砂災害警戒情報</p> <p>◇大雨特別警報(土砂災害)</p>	<p>道に雨が流れ出している…</p> <p>普段とは様子が違う…</p> 	
災害発生	<p>緊急安全確保</p>		

※注意：時間軸、気象情報等は目安であり、実際の状況によって変わります！しっかり情報収集を！



家族でマイ・タイムラインを作ってみよう！

洪水・浸水害編

- 1 ハザードマップを確認する（自分の住んでいる地域に起こりうる災害を確認する）
- 2 防災気象情報を確認する（気象情報や市町村からの避難情報の入手）
- 3 避難する場所を記入する（浸水の深さ、浸水が続く時間から避難する場所を考える）
- 4 避難情報や気象情報からの避難のタイミングを考える
- 5 避難開始までの準備や行動を考えて記入する（自助）
- 6 家族や地域に対しての行動を考えて記入する（共助）

() 地区 **マイ・タイムライン** 作成年月日 年 月 日

時間軸	気象情報・避難情報等	周囲の状況	家族・私の行動
3日前	○台風予報 ○台風に関する気象情報(随時)	台風発生！ 	
2日前	◇大雨注意報 ◇洪水注意報 注意(洪水キキクル) 注意(浸水キキクル)	台風が近づいて 雨・風が強くなる…	
1日前	○台風に関する今後の見通し 氾濫注意情報 ◇大雨警報 (浸水害) ◇洪水警報		
半日前	警戒(洪水キキクル) 警戒(浸水キキクル) 高齢者等避難 氾濫警戒情報		
		雨が集まって、川の水がどんどん増える… 	
数時間前	非常に危険 (洪水キキクル) 非常に危険 (浸水キキクル) 避難指示 氾濫危険情報 ◇大雨特別警報 (土砂災害)	川の水がいっぱいであふれそう！ 	
	緊急安全確保 氾濫発生情報		
災害発生			

※注意：時間軸、気象情報等は目安であり、実際の状況によって変わります！しっかり情報収集を！