

# マイ・タイムライン 作成シート

- 「わが家の備え」欄に家族で行動すべき事柄を書き込みましょう。
- マイ・タイムラインは一度作成して終わりではありません。  
見直しが必要な時は随時更新しましょう。(このページをコピーして使っても問題ありません。)
- このタイムラインはあくまで行動のめやすです。災害が近づいたときはこまめに情報を収集し、臨機応変に行動しましょう。

## わが家のマイ・タイムライン

作成年月日 年 月 日

	行政から 発信される情報	災害が 発生するまで	わが家の備え	備えの例	
3日前	台風情報	台風が発生		<ul style="list-style-type: none"> <li>・台風の進路を確認</li> <li>・1週間分の薬を受け取りに行く</li> <li>・買い物に行く</li> <li>・家のものが風に飛ばされないようにする</li> </ul>	風雨が強くなる前に行うべき事項を済ませておく時期
↓					
↓					
2日前	大雨注意報 洪水注意報	雨や風が だんだん強まる		<ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビやインターネットで雨や川の状況を確認</li> <li>・非常持出品を準備</li> </ul>	
↓					
↓					
1日前	大雨警報 洪水警報			<ul style="list-style-type: none"> <li>・携帯電話の充電</li> <li>・防災マップでわが家の避難場所を再確認</li> <li>・川の水位、土砂災害の危険度を調べる</li> <li>・通行止め情報を確認</li> </ul>	
↓					
↓					
半日前	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達	山からの水が増え、がけから水がわきだしたり沢の水が濁ったりする		<ul style="list-style-type: none"> <li>・避難しやすい服装に着替える</li> </ul>	
↓					
↓					
↓					
↓					
↓					
↓					
↓					
↓					
5時間前	避難判断水位到達 高齢者等避難	山が崩れそう 川の水があふれそう		<ul style="list-style-type: none"> <li>・わが家の避難場所へ移動を始める</li> <li>・近所へ声をかける</li> </ul>	
↓					
↓					
↓					
3時間前	氾濫危険水位到達 土砂災害警戒情報の発表 避難指示				
↓					
↓					
↓					
災害発生		川が氾濫 山が崩れる			身の安全を確保すべき時期

水位など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

身の安全を確保すべき時期