

マイ・タイムライン 水害・土砂災害

確認したら、を入
れましょう

水害・土砂災害の原因となる台風や大雨などは、事前に備えることができます。

下記のマイ・タイムラインに行動計画を書き込み、いざという時には防災行動をしましょう

1日頃の チェックリスト

- 避難経路を実際に確認している
- 避難先について家族で話合っている
- 土砂災害（特別）警戒区域である
- 洪水浸水区域内である
→最大 _____ m
- 非常持ち出し品を準備している
- 避難に支援が必要な人がいる →避難協力者 _____
-

自宅にとどまることができない場合の避難先

※安全な場所に住んでいる親戚や知人宅、ホテル、市の指定避難場所などを話し合っておき、移動時間を記入しましょう。

※自宅等今いる場所が安全であればとどまることも避難です。

① どこへ	移動時間	分
② 市避難所	移動時間	分
③ どこへ	移動時間	分

☎

警戒レベル

避難情報

避難の参考にする情報

早期注意情報

大雨 河川 高潮 土砂災害

大雨・洪水注意報 氾濫注意情報 高潮注意報

大雨・洪水警戒報 氾濫警戒情報

氾濫危険情報 高潮警戒報／高潮特別警戒報 土砂災害警戒情報

大雨特別警戒報 氾濫発生情報

わたしと家族のマイ・タイムライン

いつ、何をするかを考え、必要な行動を追加しましょう

- テレビやラジオ、インターネットなどで天気予報を確認する
- 家族の今後の予定を確認する
- 暴風対策、鉢植えや物干し等飛ばされない
-

避難に支援が必要な方等

- 動きやすい服を用意しておく
- テレビやインターネットで雨雲レーダや川の水位を確認する
- 携帯電話、スマホを充電しておく
- 非常持ち出し品や避難の服装などを再確認する
- ハザードマップで避難所や避難経路を再確認する
-

危険な場所から高齢者等は早目に避難

- 気象庁の情報（キキクル）を確認する
- 家族や親戚に避難先を連絡する

危険な場所から全員避難

- 安全な場所へ避難、今いる場所が安全ならとどまる
-

命の危険 ただちに安全確保！

- 身の安全を確保する
-

避難できていない場合には、緊急的に安全を確保できる場所や、より高いところへ移動しましょう。

1 今後の気象状況悪化のおそれ

2 気象状況悪化

3 避難 高齢者等

4 災害のおそれ高い

避難指示

緊急 安全確保

5 災害発生または切迫

確認したら、を入
れましょう