



マイタイムラインとは

マイタイムラインは、大雨や洪水などの災害時における自分や家族の具体的な行動計画を、時系列に整理し、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。台風や大雨などの災害に備えて避難行動計画をたてましょう。

家族情報	洪水浸水想定	避難先	緊急時の連絡先リスト
	m	<ul style="list-style-type: none"> ① ② ③ 	連絡先・電話番号 ・ ・ ・

家族で話し合って記入しましょう!

警戒レベルと避難情報	避難行動チェックリスト	わが家のマイ・タイムライン
早期注意情報 (気象庁) <div style="font-size: 3em; font-weight: bold; text-align: center;">1</div>	<input type="checkbox"/> 家族の予定を確認 <input type="checkbox"/> 薬を病院に受取りに行く <input type="checkbox"/> 雨や川の様子に注意する <input type="checkbox"/> ホテルや知人宅等に自主避難する場合は、予約や連絡をする <input type="checkbox"/> 車で避難する場合は燃料を補給する <input type="checkbox"/> 非常持出品や備蓄品を確認 <input type="checkbox"/> ペット用の非常持出品を用意	<input type="checkbox"/> 例) ペット用の備蓄品を確認
大雨・洪水注意報 (気象庁) <div style="font-size: 3em; font-weight: bold; text-align: center;">2</div>	<input type="checkbox"/> ハザードマップで避難する場所と経路を確認する <input type="checkbox"/> テレビやインターネット等で雨や川の様子・水位を確認する <input type="checkbox"/> 携帯電話を充電しておく	
高齢者等避難 <div style="font-size: 3em; font-weight: bold; text-align: center;">3</div>	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <input type="checkbox"/> 避難に時間がかかる人（高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児等）とその支援者は、避難を開始する </div> <input type="checkbox"/> ペットをケージに入れ避難準備	
避難指示 <div style="font-size: 3em; font-weight: bold; text-align: center;">4</div>	<div style="border: 1px solid purple; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <input type="checkbox"/> 危険な場所から全員避難 </div> <input type="checkbox"/> ガスの元栓を閉める <input type="checkbox"/> 電気のブレーカーを落とす <input type="checkbox"/> 地域の人と声をかけ合い協力して避難	
緊急安全確保 <div style="font-size: 3em; font-weight: bold; text-align: center; color: white;">5</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <input type="checkbox"/> 少しでも安全な場所で命が助かる可能性の高い行動をとる </div>	

※車避難の注意点

災害時の車使用は、道路の冠水や崩落などの危険が伴います。送迎や避難に車を使用する計画がある場合は、多くの人が避難を開始する前に行動する必要があります。