

マイ・タイムライン（防災行動計画）

【まず確認】

災害リスクをハザードマップでチェック

自宅の危険性はある？



洪水	土砂災害
浸水想定区域	土砂災害（特別）警戒区域
<input type="checkbox"/> ある	<input type="checkbox"/> ある
<input type="checkbox"/> ない	<input type="checkbox"/> ない

避難場所を決めておく

自宅にとどまる？外に避難する？



<input type="checkbox"/> 安全に対応できるため、自宅にとどまる	<input type="checkbox"/> 頑丈な建物(マンションなど)
<input type="checkbox"/> 指定避難所	<input type="checkbox"/> 親戚や知人の家
[]	[]
<input type="checkbox"/> 親戚や知人の家	<input type="checkbox"/> 宿泊施設その他
[]	[]

連絡先を忘れないように

いざというときの連絡先は？

名前	電話番号

【マイ・タイムライン】

警戒レベル		レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
避難情報			自主避難など注意の呼びかけ	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
気象情報	大雨	早期注意報	大雨・洪水・高潮注意報	大雨・洪水警報		大雨特別警報等
	風	強風注意報			暴風警報 (暴風となる6～3時間前程度)	
	河川の氾濫		氾濫注意情報	氾濫警戒情報	氾濫危険情報 (数時間～1時間前程度)	
	土砂災害				土砂災害警戒情報 (土砂災害の危険度が高まる最大2時間前程度)	
行動のめやす		避難に備え、自らの避難行動を確認		高齢者、障がい者、乳幼児など支援が必要な人は避難を開始	危険な場所から全員避難	既に重大な災害が発生している状況。 直ちに命を守る最善の行動をとる。
私と家族がとる行動						
記入例		・避難時持ち出し品や避難の方法を確認する ・避難をする相手先（親戚宅等）と連絡をとる ・自宅内の安全な場所を確認		・〇〇〇へ避難開始 ・市からの避難所開設情報等を確認	・危険な場所から避難する ・自宅が安全な場合、留まる	

【非常時の持ち出し品】

食料 飲料水 現金 常備薬・救急セット 身分証明書 携帯ラジオ 懐中電灯 携帯用トイレ 生理用品
着替・下着 タオル ティッシュ 歯ブラシセット その他 []