

マイ・タイムラインを作ってみよう 1

マイ・タイムラインとは

災害(台風や大雨など)の前に、自分や家族がしたほうがいいこと
「いつ・だれが・何を」をメモした防災計画のことです。

マイ・タイムラインを作る前に確認しましょう

check 1

自分の住んでいるエリアの「あぶないところ」を確認しましょう。
この本のハザードマップは、「洪水(川から水が来る)」と
「土砂(山などから土・岩が来る)」のあぶないところがわかります。
自分の住んでいる場所・よく行く場所を確認しましょう。
「土砂」のあぶないところは、ときどき新しくなります。
一番新しい情報は、宮崎市のホームページを見てください。

ぼうさい 防災ポータルサイト



check 2

避難する場所(避難所・逃げる場所)と、逃げる時の道を
決めましょう。



check1 で確認した地図を見て「避難所がどこにあるか」
を見つめます。災害がおきるかもしれない場所(川の近く、
山の近くなど)から避難する(逃げる時、どの避難所に行ったらいいかを決めます。)
そして、安全に避難する(逃げる)ために、ペンなどで道を書いておきましょう。

check 3

情報をどうやって集めるか、確認しましょう。
P6 を見て、台風や大雨などの情報をチェックする方法を確認しましょう。

確認する項目

| | |
|----------------------|--|
| 家の近くで、 どんな災害がある？ | <input type="checkbox"/> 洪水(川の水が来る) <input type="checkbox"/> 土砂災害(山の土や岩が来る) |
| 避難所(逃げる場所) | 場所のなまえ () |
| 災害の情報を、 どうやってもらう？ | <input type="checkbox"/> 宮崎市防災メール <input type="checkbox"/> テレビのデータ放送 <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 防災無線(宮崎市が防災ラジオ(※P6)に送ります。) <input type="checkbox"/> 防災アプリ(※P6) <input type="checkbox"/> 【全国避難所ガイド <input type="checkbox"/> Yahoo!防災速報 <input type="checkbox"/> サンシャイン FM <input type="checkbox"/> Safety tips】 <input type="checkbox"/> Web ページ【 <input type="checkbox"/> 宮崎市 <input type="checkbox"/> 宮崎県(川の水/山の土の量など) <input type="checkbox"/> 気象庁】 その他() |

マイ・タイムラインの作り方

※下を見て、P11 に自分で決めたことを書いてください。

1. 「避難する場所(逃げる場所)」を書きましょう。

2. 一つ「避難の準備」「避難を始める」をするか、書きましょう

※ 高齢者(おじいさん・おばあさん)など、歩くのに時間がかかる人は、
レベル「3」で避難しましょう。

ほかの人は、レベル「3」で「避難の準備」を始めてください。

遅くても、レベル「4」で避難しましょう。

レベル「5」は、宮崎市でとても大きい災害があった時です。



3. 避難を始める前に、災害の情報をどうやって調べるか(※P6)、

もって行くものの準備(※P3)などを、いつするか書きましょう

4. 住んでいる場所の近くで、みんなで一緒にできることを考えて書きましょう。

5. 準備は台風の時だけじゃありません。大雨(たくさん雨がふる)が長い時間続く時/

短い時間でも急にたくさん雨が降る時も考えて、タイムラインを書きましょう。

マイ・タイムラインを作ってみよう2

あめ かせ 雨や風のレベル・天気の情報・避難の情報を確認しましょう

| 警戒レベル | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------|-----------|---------------------------|---------------------|-------------------------------|----------------------------|
| 避難情報 | | 自分で避難など 注意のお知らせ | 避難準備 高齢者等避難開始 | 避難勧告 避難指示(緊急) | 災害発生情報 |
| 大雨の 情報 | 早期 注意報 | 大雨・洪水注意報 (あぶないかもしれません) | 大雨・洪水警報 (あぶないです) | (大雨/川の水)が来る3~2時間前くらいにお知らせします) | |
| 風の 情報 | 強風注意報 | | | 暴風警報 (とても強い風で、あぶないです) | (とても強い風の6~3時間前くらいにお知らせします) |

住んでいる場所などで、必要な情報は違います。
自分が必要な情報を、左(ひだり)の□に「◎」「○」で書きましょう。
◎:特に必要 ○:必要

| | | | | | |
|------------|-------------------------|--------------------|-----------------------|---|--|
| 川の水 の情報 | 氾濫注意情報 (あぶないかもしれません) | 氾濫警戒情報 (あぶないです) | 氾濫危険情報 (とてもあぶないです) | (氾濫情報のお知らせがない川は、「洪水警報」「大雨警報」のレベルを見ながら確認してください。 (~1時間前くらいにお知らせします) | |
| 山の土 の情報 | 土砂災害警戒情報 | | | (山から土が来るかもしれない時/~2時間前くらいにお知らせします) | |

※台風や大雨の時、「レベル」や「天気情報」は、この順番じゃないかもしれません。
※「レベル5」は、宮崎市でとても大きい災害があった時(台風や大雨で家がなくなる/人が死ぬなど)です。
まだ避難していない時は、本当に気をつけて、命を守ってください。

避難する(逃げる)とき、「だれが」「いつ」「何を」
するか書いてみましょう

例えば
警戒レベル2=避難(逃げる)準備を始める、親族や友達に連絡する
警戒レベル3=おじいさん・おばあさんは避難する(逃げる)
警戒レベル4=家族みんな、避難する(逃げる)

| 警戒レベル | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------|---|---|---|---|---|
| 私と家族が すること | | | | | |
| 住んでいる人と 一緒にすること | | | | | |

避難する場所