

Q 8 マイ・タイムラインの書き方がわかりません。

A 8 マイ・タイムラインとは、災害時に「いつ」「何をするのか」といった具体的な避難計画を立てることができるものです。情報の収集や非常用持ち出し品の準備など、災害時にとるべき行動を記入しておきましょう。

警戒レベル1・2について

警戒レベル1、2では、テレビやインターネットなどから気象や交通に関する情報を集めたり、ハザードマップで避難場所や避難経路を再確認したりするなど、避難に向けた準備を始める段階です。

薬の準備や非常用持ち出し品の準備・確認など、時間のかかることを記入しておきましょう。

災害発生までの目安時間	警戒レベル (目安)	避難情報 (目安)	すべきこと		
			大雨	河川氾濫	土砂災害
2日前 ↓ 5時間前	1	—	早期注意情報	氾濫注意情報	—
	2	自主的な避難などの注意の呼びかけ	大雨注意情報・洪水注意情報	氾濫	氾濫

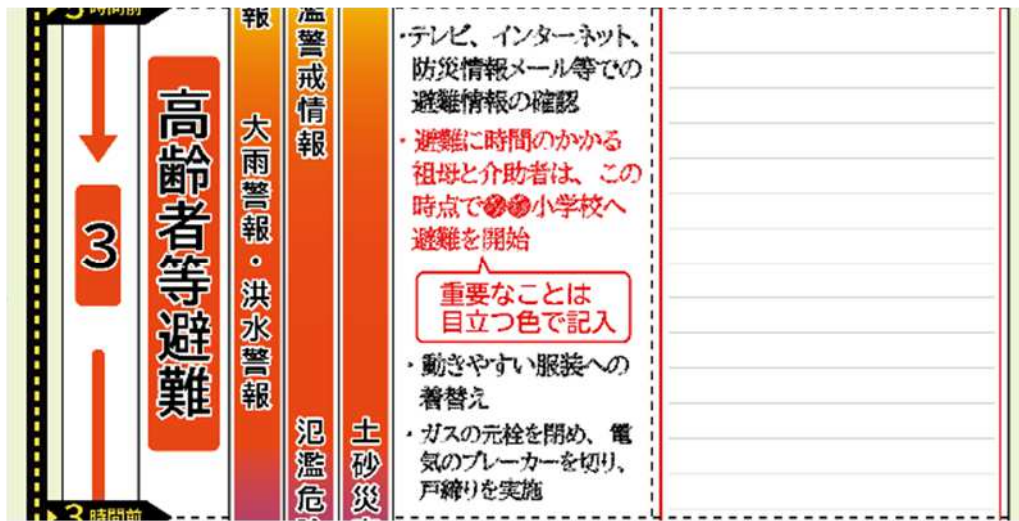
記入例	あなたのすべきこと
・天気予報に注意を払う ・家族の今後の予定を確認 ・薬の準備 (1週間分) 時間のかかる事から始める ・非常用持ち出し品の再確認 ・家の周りの飛ばされそうな物の有無の確認 ・テレビ、インターネット、防災情報メール等での雨や川の様子の確認 ・ハザードマップで避難場所や避難経路を再確認	書いてみましょう

マップ内に記載した以外の記入例

- ・車での避難に備えた給油
- ・インターネットでの通行止めなどの交通情報の確認
- ・窓の施錠
- ・近隣住民への避難の呼びかけ
- ・インターネットでの川の水位の確認

警戒レベル3について

警戒レベル3は、高齢者や障がい者などの避難に支援が必要な方とその支援者、早期立退き避難が必要な区域等にお住まいの方などが避難を開始する段階です。



マップ内に記載した以外の記入例

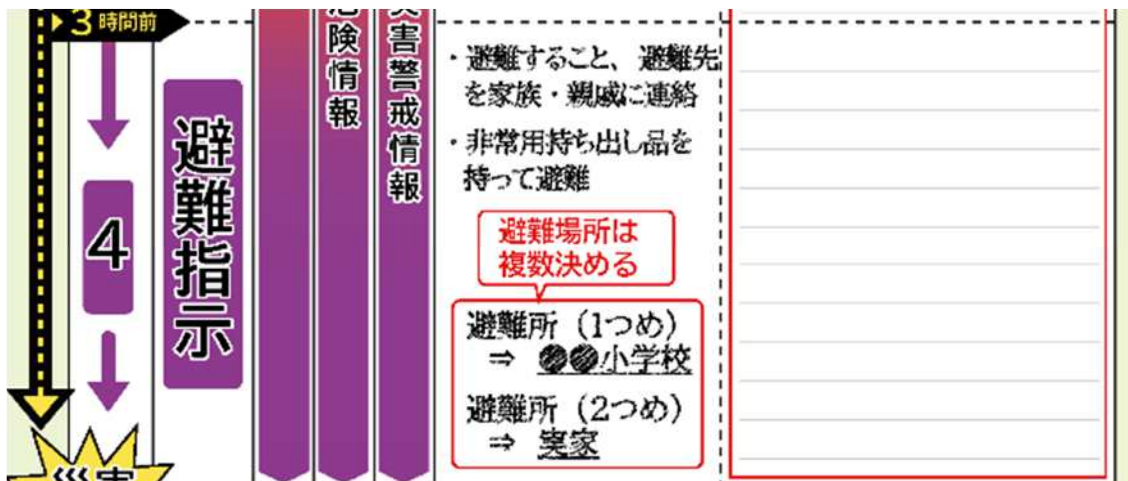
- ・ テレビなどによる指定避難所の開設状況の確認
- ・ ブレーカーを切る
- ・ ガスの元栓を閉める

(レベル3で避難しない方)

- ・ レベル4の段階で速やかに避難できるよう、避難の準備を行う

警戒レベル4について

警戒レベル4は、危険な場所から全員が避難する段階です。



マップ内に記載した以外の記入例

- ・ 外が危険な場合は最上階への垂直避難を行う
- ・ 避難路上の地下道に注意する

