

危険な場所から 全員避難 危険情報 警戒情報 土砂災害 河川氾濫 命を守る 最善の行動

大雨警報・洪水警報 土砂災害発生 大雨特別警報発令 避難指示

高齢者等
避難開始

そのとき…あなたは、あわてずに行動できますか

さがみはらマイ・タイムラインをつくろう

マイ・タイムラインとは、台風が近づいているときや大雨のときに、「いつ・どこに・どのように」避難をするのか、一人ひとりがあらかじめ決めておく「防災行動計画」です。

さがみはらマイ・タイムライン



中央区役所地域振興課 TEL : 042-769-9801

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



マイ・タイムラインってむずかしそう…

そんなことないよ!!
さがみはらマイ・タイムラインは、
だれでもつくれるよ!



【作成例】

※家族全員で確認しておくこと!!

風水害に備えよう さがみはらマイ・タイムライン																									
日ごろからの備え	<p>自宅(周辺)の状況: 相模川の堤防のおそれあり(浸水の深さ: 3.0 ~ 5.0 m) ●自宅は... 区域の中 ●区域外</p> <p>避難する場所: 優先① 親せきの家 (避難の方法: 自転車 □徒歩 □) (避難にかかる時間: 15分) 優先② 田名小学校 (避難の方法: 自転車 □徒歩 □) (避難にかかる時間: 20分)</p> <p>避難の目安(タイミング): 避難勧告が発表された とき</p> <p>非常用持出品(避難のときに持っていくもの): 水、菓、ミネラルウォーター、携帯電話の充電器、モバイルバッテリー、マスク、体温計、消毒液も忘れずに!!</p>																								
時間経過	<table border="1"> <thead> <tr> <th>警戒レベル</th> <th>気象情報 市からの避難情報</th> <th>地域の動きや注意すること</th> <th>わたし(と家族)の動き</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3~5日</td> <td>台風・大雨に関する気象情報(週間天気予報など) 早期注意情報(気象庁が発表)</td> <td>災害への心構えを高める</td> <td>マイタイムラインを見直して、自分と家族の行動を確認する! ↓ 自分と家族の予定を確認する</td> </tr> <tr> <td>1日前</td> <td>大雨・洪水注意情報</td> <td>自分の避難行動を確認</td> <td>避難するときの持ち物を確認する</td> </tr> <tr> <td>雨が強まる(数時間前)</td> <td>大雨警報・洪水警報 避難準備・高齢者等避難開始</td> <td>避難に時間のかかる人は避難・その他の人は避難の準備</td> <td>家族・両親に連絡する(帰宅するよ!!) ↓ 実家の両親に避難するお連絡(車で迎えに行くかも)</td> </tr> <tr> <td>災害発生</td> <td>避難勧告 避難指示(緊急)</td> <td>近所のみんなに避難勧告が出たら避難すること伝える 近所の人に避難を呼びかけてから移動する</td> <td>避難の準備を完了(かかる時間30分) ↓ 家族と手分けして行う ↓ 必要なものは食器棚の下段にあり 避難をはじめ(かかる時間15分) ①出発するときに親せきの家へ再度Tel. ↓ 家族が前についていない場合の連絡 ↓ 迎えに行くことができる場所の確認 ↓ もし避難できていなかったら何ができる? 川から最も遠い2階の寝室を安全確保</td> </tr> <tr> <td></td> <td>大雨特別警報 河川氾濫/土砂災害発生!</td> <td>命を守る最善の行動を!!</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	警戒レベル	気象情報 市からの避難情報	地域の動きや注意すること	わたし(と家族)の動き	3~5日	台風・大雨に関する気象情報(週間天気予報など) 早期注意情報(気象庁が発表)	災害への心構えを高める	マイタイムラインを見直して、自分と家族の行動を確認する! ↓ 自分と家族の予定を確認する	1日前	大雨・洪水注意情報	自分の避難行動を確認	避難するときの持ち物を確認する	雨が強まる(数時間前)	大雨警報・洪水警報 避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間のかかる人は避難・その他の人は避難の準備	家族・両親に連絡する(帰宅するよ!!) ↓ 実家の両親に避難するお連絡(車で迎えに行くかも)	災害発生	避難勧告 避難指示(緊急)	近所のみんなに避難勧告が出たら避難すること伝える 近所の人に避難を呼びかけてから移動する	避難の準備を完了(かかる時間30分) ↓ 家族と手分けして行う ↓ 必要なものは食器棚の下段にあり 避難をはじめ(かかる時間15分) ①出発するときに親せきの家へ再度Tel. ↓ 家族が前についていない場合の連絡 ↓ 迎えに行くことができる場所の確認 ↓ もし避難できていなかったら何ができる? 川から最も遠い2階の寝室を安全確保		大雨特別警報 河川氾濫/土砂災害発生!	命を守る最善の行動を!!	
警戒レベル	気象情報 市からの避難情報	地域の動きや注意すること	わたし(と家族)の動き																						
3~5日	台風・大雨に関する気象情報(週間天気予報など) 早期注意情報(気象庁が発表)	災害への心構えを高める	マイタイムラインを見直して、自分と家族の行動を確認する! ↓ 自分と家族の予定を確認する																						
1日前	大雨・洪水注意情報	自分の避難行動を確認	避難するときの持ち物を確認する																						
雨が強まる(数時間前)	大雨警報・洪水警報 避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間のかかる人は避難・その他の人は避難の準備	家族・両親に連絡する(帰宅するよ!!) ↓ 実家の両親に避難するお連絡(車で迎えに行くかも)																						
災害発生	避難勧告 避難指示(緊急)	近所のみんなに避難勧告が出たら避難すること伝える 近所の人に避難を呼びかけてから移動する	避難の準備を完了(かかる時間30分) ↓ 家族と手分けして行う ↓ 必要なものは食器棚の下段にあり 避難をはじめ(かかる時間15分) ①出発するときに親せきの家へ再度Tel. ↓ 家族が前についていない場合の連絡 ↓ 迎えに行くことができる場所の確認 ↓ もし避難できていなかったら何ができる? 川から最も遠い2階の寝室を安全確保																						
	大雨特別警報 河川氾濫/土砂災害発生!	命を守る最善の行動を!!																							

Step 1 「日ごろからの備え」を考える

まずは日ごろから備えておくこととして、4点を記入します。

- ① 自宅周辺の状況確認
- ② 避難する場所の決定
- ③ 避難の「目安」を考える
- ④ 持ち物を考える

Step 2 「わたしの動き」を考える

続いて時間の経過とともに、わたし(と家族)がどのように行動するか記入します。

- ① 警戒レベルごとの自分や家族の行動を考える
- ② 共助の視点から地域に対しての行動を考える

※避難情報について:「避難指示(緊急)・避難勧告」が「避難指示」に一本化されるなど、令和3年6月頃に改定される予定です。



家族で、地域で、学校で…

みんなで「さがみはらマイ・タイムライン」を作成し、いざというときに落ち着いて行動できるように準備をしておきましょう!

