

記載例 世帯構成 大人5人（うち高齢者2人） 生活環境 自宅は浸水想定区域内にある

いざというときにあわてず行動するため、
自分<<マイ>>の避難行動計画<<タイムライン>>を作りましょう。

STEP 1 自宅の状況を確認

あなたの住んでいる地域は？
 浸水想定区域 土砂災害警戒区域
 住んでいる場所の浸水想定深は？
 【原因（〇〇川）浸水深（3～5m）】

STEP 2 避難先・避難経路を決定

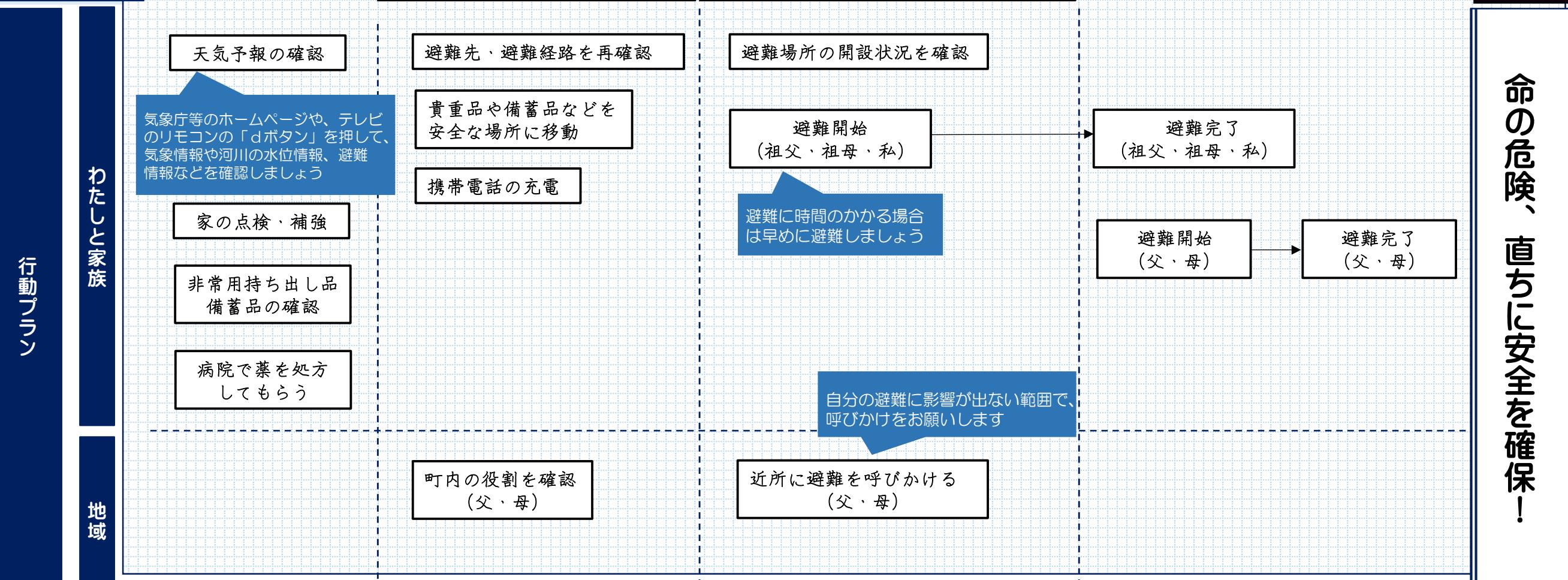
どこに避難する？
 候補1 A小学校 【歩いて約20/60分】 ⇒ 【 土砂災害警戒区域は迂回 】
 候補2 親戚の家 【歩いて約30/90分】 ⇒

避難に時間がかかる方とそうでない方がいる場合は、両方の時間を書きましょう
 避難の途中で注意する場所は？
 避難経路に危険箇所がある場合は、安全な別の経路も確認しましょう

● 家族の連絡先 / 緊急連絡先

TEL △△△ - △△△ - △△△△ (父)
 TEL □□□ - □□□ - □□□□ (母)
 TEL ○○○ - ○○○ - ○○○○ (親戚)
 TEL ☆☆☆ - ☆☆☆ - ☆☆☆☆ (職場)

(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)
取るべき行動	災害への心構えを高める	自主避難など注意の呼びかけ	避難に時間がかかる人は危険な場所から避難！	危険な場所から全員避難！	災害の発生又は切迫！
避難情報等		自主避難など	高齢者等避難	避難指示	
気象警報、災害情報等	早期注意情報 (警報級の可能性)	大雨注意報 / 洪水注意報	大雨警報 / 洪水警報	土砂災害警戒情報	
		高潮注意報	高潮警報 / 高潮特別警報		
		氾濫注意情報	氾濫警戒情報	氾濫危険情報	



命の危険、直ちに安全を確保！