

# マイ・タイムライン ~もしもプラン~

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」を作しましょう。

## 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（ ） 浸水深（ ）】

## STEP 2 避難先・避難経路を決定

どこに避難する？

避難の途中で注意する場所は？

候補1 \_\_\_\_\_【歩いて 約 \_\_\_\_\_ 分】⇒ [ \_\_\_\_\_ ]

候補2 \_\_\_\_\_【歩いて 約 \_\_\_\_\_ 分】⇒ [ \_\_\_\_\_ ]

## ● 家族の連絡先 / 緊急連絡先

TEL	-	-	(	)
TEL	-	-	(	)
TEL	-	-	(	)
TEL	-	-	(	)

(警戒レベル) 取るべき行動	(レベル1) 災害への心構えを高める	(レベル2) 自主避難など注意の呼びかけ	(レベル3) 避難に時間がかかる人は危険な場所から避難！	(レベル4) 危険な場所から全員避難！	(レベル5) 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)	レベル2大雨注意報 / レベル2土砂災害注意報	レベル3大雨警報 / レベル3土砂災害警報	レベル4大雨危険警報 / レベル4土砂災害危険警報	
	早期注意情報 (警報級の可能性)	レベル2高潮注意報	レベル3高潮警報	レベル4高潮危険警報	
		レベル2氾濫注意報	レベル3氾濫警報	レベル4氾濫危険警報	

行動プラン

わたしと家族

地域

命の危険、直ちに安全を確保！

きしようじょうきょう  
気象状況 (例)

おおあめ すうじつ やく におまえ  
大雨の数日～約1日前

おおあめ ほんにち すうじかんまえ  
大雨の半日～数時間前

おおあめ すうじかん じかんまえていど  
大雨の数時間～2時間前程度

---

---

すうじゅうねん いちど おおあめ  
数十年に一度の大雨