

我が家のタイムラインを作成しよう

台風などによる記録的な大雨が全国各地で相次ぎ、大規模な水害や土砂災害が発生しています。茨城県でも、平成27年9月の関東・東北豪雨では約4,200人が、令和元年東日本台風では約330人の方の避難が間に合わず「逃げ遅れ」となっていました。

こうしたことを防ぐため、各家庭において災害時にやるべきことを確認しておく「我が家のタイムライン」を作成しましょう。

●タイムラインとは？

タイムライン（マイ・タイムライン）とは、洪水のような進行型災害が発生した際に、いつ、何をするかを整理した個人や各家庭の防災計画です。

台風の接近などによって河川の水位が上昇した場合などに、住民一人ひとりがとる防災行動を時系列に整理し、あらかじめ取りまとめておくことで、急な判断が迫られる災害時の行動チェックリスト、また判断のサポートとして役立ちます。



●作成方法

①名前を記入しましょう。

②近くの避難先を記入しましょう。

-市内の避難先は、市のホームページや総合防災マップなどで確認ができます。また、災害警戒区域外の親戚や友人宅等も避難先として考えられます。

③避難先までの移動手段を記入しましょう。

④避難先までの移動時間を記入しましょう。

-災害時は、倒木など避難に時間がかかることが想定されます。余裕がある移動時間を設定しましょう。

⑤避難するときに持っていくものを○で囲みましょう。

-避難の原則は徒歩が想定されます。迅速な避難のためにも持ち物は最小限にしましょう。

⑥避難のタイミングを決めて○で囲みましょう。

-【警戒レベル3】高齢者等避難

一緒に逃げる家族の中に、高齢者など避難に時間がかかる人がいる場合に選択します。

【警戒レベル4】避難指示

安全な場所へ全員が避難します。

我が家のタイムライン (① 家)		
避難先 (避難所、親戚宅、友人宅)	避難先までの移動手段	避難先までの移動時間
②	③	④ 分
注意すべきこと	避難情報など	逃げ遅れないためにやるべきこと
台風が発生 台風が接近	【警戒レベル1】 早期注意情報	◆テレビやラジオで台風情報を確認する ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する ◆避難するときに持っていくものを確認する(○をつける) ・飲料水 ・食料品 ・着替え ・タオル ・懐中電灯 ・携帯ラジオ ・電池 ・携帯充電器 ・避難などの貴重品 ・マスク ・ウェットティッシュ ・常備薬 ・その他 ()
天気予報や 気象庁が発表 する情報、 河川の水位 に注意！！	【警戒レベル2】 大雨・洪水注意報 河川：氾濫注意水位に 到達 氾濫注意情報発表	◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル3 ◆高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める ・どこに避難するか、家族や親戚に伝える。 ・(連絡する家族や親戚の電話番号：)
市町村が 発令する 避難情報 に注意！！	【警戒レベル3】 高齢者等避難が 発令 河川：避難判断水位に 到達 氾濫警戒情報発表	◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル4 ◆危険な場所から全員避難する ・近所の人に声をかけて一緒に避難する。 ・(声をかける相手：)
気象庁が発表 する情報や、 河川の水位 に注意！！	【警戒レベル4】 避難指示が発令 河川：氾濫危険水位に 到達 氾濫危険情報発表	◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル5 ◆避難しやすい服装に着替える ※河川や水田に近づくのはやめましょう
	【警戒レベル5】 避難が発令!! 河川：氾濫が発生!! 氾濫発生情報発表	◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル5 ◆避難しやすい服装に着替える ※河川や水田に近づくのはやめましょう

【使い方】

- ・家の中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難を行います。
- ・内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家のタイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行います。

我が家のタイムライン

(家)

避難先 (避難所、親戚宅、友人宅)

避難先までの移動手段

避難先までの移動時間

分

注意
すべきこと

避難情報など

逃げ遅れないためにやるべきこと

台風が発生
台風が接近

天気予報や
気象庁が発表
する情報、
河川の水位
に注意！！

【警戒レベル1】
早期注意情報

【警戒レベル2】
大雨・洪水注意報

河川：氾濫注意水位に
到達
氾濫注意情報発表

【警戒レベル3】
高齢者等避難が
発令

河川：避難判断水位に
到達
氾濫警戒情報発表

市町村が
発令する
避難情報
に注意！！

【警戒レベル4】
避難指示が発令

河川：氾濫危険水位に
到達
氾濫危険情報発表

気象庁が発表
する情報や、
河川の水位
に注意！！

【警戒レベル5】
河川：氾濫が発生!!
氾濫発生情報発表

- ◆テレビやラジオで台風情報を確認する
 - ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する
 - ◆避難するときに持っていくものを確認する(○をつける)
 - ・飲料水
 - ・食料品
 - ・着替え
 - ・タオル
 - ・懐中電灯
 - ・携帯ラジオ
 - ・電池
 - ・携帯充電器
 - ・通帳などの貴重品
 - ・マスク
 - ・ウェットティッシュ
 - ・常備薬
 - ・その他 ()
 - ◆避難しやすい服装に着替える
- ※河川や水田に近づくのはやめましょう

◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル3

- ◆高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める
 - ・どこに避難するか、家族や親戚に伝える。
 - ・(連絡する家族や親戚の電話番号：_____)

点線に沿って
いずれかを
丸で囲む。

◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル4

- ◆危険な場所から全員避難する
 - ・近所の人に声をかけて一緒に避難する。
 - ・(声をかける相手：_____)

避難完了！

【使い方】

- ・家の中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難を行いましょう。
- ・内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家のタイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行いましょう。