

家族でつくろう!

マイ・タイムライン

# “わが家の避難行動計画”



マイ・タイムラインとは

マイ・タイムラインは、大雨によって河川の水位が上昇するなど、災害の発生に備えて「いつ・どこに・どのように」避難するのかをあらかじめ決めておく避難行動計画です。一人ひとりの避難行動を事前に家族で話し合い、どのタイミングで何をするのかを決めておくことで、いざというときにあわてず、そして迷うことなく行動することができます。

各地で毎年のように大規模な自然災害が発生し、昨年は最上川が氾らんして多くの町民が避難しましたが、重要なのは「自分の命は自分で守る」、「家族の命は家族で守る」という意識を持つことです。

いつ起こるかわからない災害に備え、家族のマイ・タイムラインを作成してみましょう。

記入例

## わらわら逃げっべ

## 石田

## 「マイ・タイムライン」家の避難計画

山形県大石田町

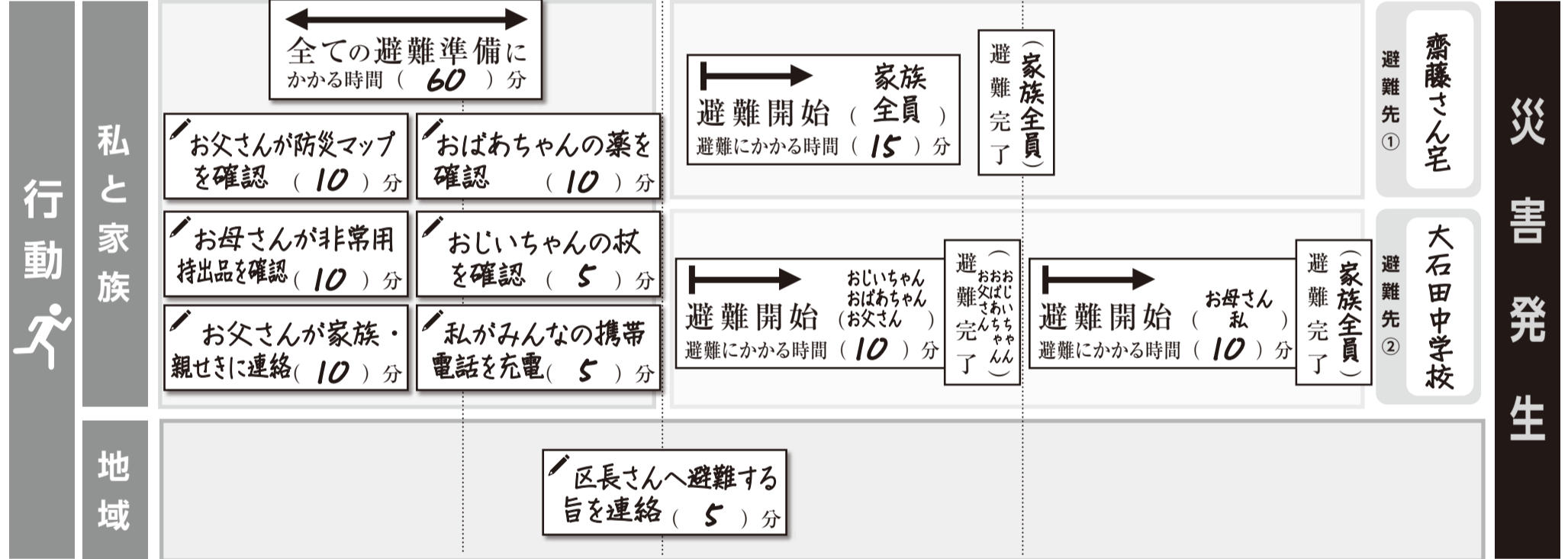
作成ポイント ▼避難に時間を要する人は避難を始めましょう ▼遅くともこの時には全員避難を始めましょう

防災気象情報	大雨に関する気象情報……●大雨・洪水注意報	大雨・洪水警報		
	河川の氾濫に関する情報……●氾濫注意情報	氾濫警戒情報	氾濫危険情報	氾濫発生情報
	土砂災害に関する気象情報……		●土砂災害警戒情報	

警戒レベル	1	2	3	4	5
-------	---	---	---	---	---

避難情報	避難に関する情報 	注意の呼びかけ	高齢者等避難開始	避難指示	緊急安全確保
------	--------------	---------	----------	------	--------

▼避難に時間を要する人は避難を始めましょう ▼遅くともこの時には全員避難を始めましょう



自宅周辺の状況 (防災マップで確認)

浸水の深さ: 1.0 ~ 2.0 m

土砂災害のおそれあり

土石流  地すべり  急傾斜

避難する場所

①親戚・知人宅: 齋藤さん宅 電話番号: 35-2111 携帯: 090-0000-0000

避難の方法:  自動車  徒歩  避難にかかる時間: 15 分

②指定避難所: \_\_\_\_\_

避難の方法:  自動車  徒歩  避難にかかる時間: 10 分

非常時持出品

<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> 貴重品	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> アルコール消毒液	<input type="checkbox"/> 体温計	<input type="checkbox"/> 食料	<input type="checkbox"/> 飲料水
<input type="checkbox"/> 毛布	<input type="checkbox"/> 敷物 (マット類)	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 常備薬
<input type="checkbox"/> スリッパ	<input type="checkbox"/> ラジオ	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	<input type="checkbox"/> 寝袋
<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

気象・河川等の情報

大石田町公式ホームページ	山形県河川・砂防情報システム	山形地方気象台

防災放送確認ダイヤル: 0237-48-8444