

# マイ・タイムライン

## マイ・タイムラインとは？

台風接近などによって河川の水位が上昇した場合や、大雨等により洪水が発生しそうな場合などに、一人ひとりがとる防災行動について、「いつ」「だれが」「なにをするのか」を整理した個人の防災計画です。あらかじめ災害時の自分の行動をシミュレーションしておくことで、急な判断が迫られる災害時に、自分自身の行動のチェックや、避難の判断をサポートするツールとして役立てることができます。

わが家の浸水想定  
m ~ m

わが家の緊急避難場所

職場・学校などよくいる場所の  
浸水想定  
m ~ m

家族の集合場所



マイ・タイムライン  
【 年 月 日作成】

いつ				だれが					なにをするのか					住民の皆さんのとるべき行動
周囲の状況	警戒レベル	気象情報 避難情報	行動 目安	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ	※記入例	
3日前	警戒 レベル <b>1</b>	早期注意情報 (気象庁が発表)	大雨になるまでに										<ul style="list-style-type: none"> <li>気象情報の確認</li> <li>家族の行動予定を確認</li> <li>携帯電話の充電</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>最新の気象情報等入手する</li> <li>備蓄品など防災グッズの確認</li> </ul>
2日前				雨風が強くなる										
1日前	警戒 レベル <b>2</b>	洪水注意報 大雨注意報等 (気象庁が発表)	避難前に確認すること										<ul style="list-style-type: none"> <li>非常用持出袋を準備</li> <li>避難方法を確認</li> <li>貴重品を管理</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>防災マップ等で避難行動を確認</li> </ul>
12時間前				川の水位が上昇 川の上流から水が集まる さらに川の水位が上昇										
5時間前	警戒 レベル <b>3</b>	高齢者等避難 (松前町が発令) 大雨・洪水警報 (気象庁が発表)	避難する時に注意すること										<ul style="list-style-type: none"> <li>(高齢者等)避難所へ移動</li> <li>近隣の要配慮者へ声掛け</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者等は速やかに避難</li> <li>水位上昇のおそれがある河川沿いにお住まいの方は、避難準備が整い次第、避難開始</li> </ul> <p>高齢者や乳幼児、避難に時間がかかったり補助が必要な人</p>
3時間前				河川敷が水没										
0時間前	警戒 レベル <b>5</b>	緊急安全確保 (松前町が発令) 大雨特別警報 (気象庁が発表)	緊急安全確保 大雨特別警報										<ul style="list-style-type: none"> <li>避難所へ移動する</li> <li>自宅で避難する場合 安全な部屋へ移動する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>危険な区域から安全な場所に全員避難</li> <li>道路冠水により、避難が困難になっているおそれがあるため、この状況になる前に避難を完了しておく</li> </ul>
0時間前				氾濫発生										

ここまで必ず安全確保行動を終える

すでに災害が発生している状況

命を守るための最善の行動を取ってください

立退き避難が難しい場合は、垂直避難など少しでも命が助かる避難行動をとる