

マイ・タイムライン(風水害)

大雨や台風などの風水害から身を守るためには、ご自身が住む地域の災害リスクを知り、防災気象情報を基に迅速かつ適切に避難することが重要です。

事前にマイ・タイムラインを作成し、「避難スイッチ」をオンにするタイミングなどを整理しておきましょう。

▶ マイ・タイムラインの作成方法

① 我が家の災害リスクを知りましょう

P26～P53の洪水・土砂災害ハザードマップで自分が住んでいる地域が「河川^{はんらん}氾濫(洪水)」や「土砂災害」の危険があるか調べてみましょう。また、避難場所・避難所や避難経路も調べておきましょう。

② 非常時持ち出し品を決めておきましょう

P13の非常時持ち出し品を参考に、避難する時にご自身やご家族にとって必要な物を話し合っ、備えておきましょう。男性15kg、女性10kg程度が目安です。感染症対策も忘れないようにしましょう。

③ 情報収集方法を調べて備えましょう

適切な避難行動のためには、気象情報や河川水位、市から発令される避難情報等が大変重要です。また、停電やシステム障害などの発生に備えて、複数の情報収集ツールを準備しましょう。

④ 警戒レベルと警戒レベル相当情報を理解しましょう

P1の避難情報を参照し、警戒レベル等について学習しましょう。

⑤ 自分や家族の行動を決めておきましょう

1～4の手順で確認したことを参考に、どのタイミングでどのような避難行動を行うか、ご家族で話し合っ、決めましょう。

わが家の避難スイッチ！
警戒レベル3発令後に
必ず避難する!!



▶ 津久見市マイ・タイムライン

▶ 早め早めの避難行動！ タイムライン(時間軸) → → →

※警戒レベルと警戒レベル相当情報が発令・発表されるタイミングと対象地域は、必ずしも一致しないことに注意

作成年月日：令和 年 月 日

行動者(対象者)／行動(対応)	【事前避難】	警戒レベル1 【早期注意情報】	警戒レベル2 【大雨・暴風・洪水・高潮注意報】	警戒レベル3 【大雨・洪水警報・氾濫警戒情報等】	警戒レベル4 【土砂災害警戒情報・氾濫危険情報・高潮警報等】	警戒レベル5 【大雨特別警戒・氾濫発生情報・高潮氾濫情報等】
本 人(氏名)	災害の発生を確認したら、警戒レベルが高くなる前に親戚・知人宅や宿泊施設等への事前の避難をお勧めします。 ※事前避難の際は、自主防災会や近隣の方に行き先をお知らせください。	避難準備	持出品等準備、高齢者や避難に時間を要する方は早めの避難		安全を確保し全員避難	危険な場所から全員避難完了！ ⚠ 外への避難は危険です。避難が完了していない場合は、自宅内の安全な場所へ避難してください。 ⚠ 《垂直避難》なるべく窓際を避け、2階以上の高い場所に避難してください。
避難等支援者(氏名)						
自主防災会等						
津久見市		注意喚起		【高齢者等避難の発令】	【避難指示の発令】	【緊急安全確保発令】
津久見市では、警戒レベルにかかわらず安全な避難ができるよう明るいうちから早めの高齢者等避難・避難指示等の発令を行います。		防災行政無線・メール等で避難開始の呼びかけ			指定避難所の開設	

▶ 避難時確認事項及び配慮事項等一覧

①本人の状態・非常持出品などの確認		②医療・福祉情報		③避難における配慮事項	
【本人の状態】	【非常持出品など】	■既往症等() ■医療・介護器具等:要・不要 ■補助電源等:要・不要 ■福祉専門職等() ■障がい区分等() ■その他		【避難誘導時や避難先で必要な配慮等】 (アレルギーやペットの有無など)	
移動: 歩ける・歩けない (歩行具)不要・杖・歩行器・車いす・その他	※その他必需品 □常備薬 □お薬手帳 □食料品				
食事: 自分でできる・介助が必要 □入れ歯	□飲料水 □着替え □タオル				
視力: 見える・見えにくい・見えない □メガネ	□毛布 □紙おむつ □生理用品				
聴力: 聞こえる・聞こえにくい・聞こえない □補聴器	□携帯電話 □充電器 □お守りキット				
④自宅でのリスクの確認		⑤緊急時連絡者・避難等支援者		⑥情報収集ツール	
●浸水ハザード	あり・なし 想定浸水深()m	氏名	電話番号	住所	個人情報共有
●土砂災害警戒区域	入っている・入っていない				□同意・続柄()
●近隣河川までの距離	()m				□同意・続柄()
○自宅で垂直避難	する・しない (できる・できない) 自力で()分 支援者有で()分				□同意・続柄()
⑦避難先の確認					□同意・続柄()
●避難先①:() 徒歩・車()分					□津久見市防災メール
●避難先②:() 徒歩・車()分					□津久見市公式LINE
					□防災情報電話サービス
					□おおい防災アプリ
					□県民安心安全メール
					□テレビ
					□ラジオ