

- 台風が近づいている！
- 川の水がどんどん増えてきている！
- 自宅がハザードマップの浸水想定区域にある！

★ 安全に避難するためには・・・！

マイ・タイムラインの作成例

高齢者単身世帯の例

世帯構成

1人世帯【大人(高齢者)1名】

生活環境

自宅周辺は最大3メートルの浸水が想定される

※あくまで一例です。
 自分用のマイ・タイムライン
 を作成するための参考として
 ご利用ください。

『マイ・タイムライン』をつくってみよう！！

「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでのそなえをいつから行動するか、書いてみよう！

みんなが考えた「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでのそなえが『マイ・タイムライン』だよ！

| | 市・区・町・村 | 地区 | 家 | マイ・タイムライン | 作成年月日 | |
|--|--|---|--|---|--|---------------------------|
| <p>3日前</p> <p>2日前</p> <p>1日前</p> <p>半日前</p> <p>5時間前</p> <p>3時間前</p> <p>0時間</p> | <p>行政から発信される情報 黒：気象・水象情報 青：河川管理者</p> <p>○台風予報 ○台風に関する都道府県の気象情報(随時)</p> <p>◇大雨注意報・洪水注意報</p> <p>○台風に関する今後の見通し</p> <p>◇大雨警報・洪水警報(上流域での大雨特別警報)</p> <p>水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達</p> <p>◇暴風警報</p> <p>避難判断水位到達 氾濫警戒情報発表</p> <p>警戒レベル3 高齢者等避難</p> <p>氾濫危険水位到達 氾濫危険情報発表</p> <p>警戒レベル4 避難指示</p> <p>氾濫が発生 氾濫発生情報 緊急連絡メール 氾濫が発生した情報</p> | <p>「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまで</p> <p>台風が発生</p> <p>台風が近づいて、雨や風がだんだん強くなる</p> <p>雨が集まって、川の水がだんだん増える</p> <p>激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる</p> <p>川の水がいっぱいであふれそう！</p> <p>もうぎりぎり、川の水があふれる前に、安全なところへ逃げなさい！</p> <p>氾濫発生</p> <p>川の水が氾濫</p> | <p>主な備え</p> <p>台風について調べ始める</p> <p>・天気予報を見る</p> <p>・ハザードマップを見てどこに避難するか確認する</p> <p>・病院で薬を処方してもらう</p> <p>・体温を測り、健康状態を確認する</p> <p>避難する時に持っていくものを準備する</p> <p>・マスクやアルコール消毒液、体温計、スリッパなどの衛生用品を持っていく</p> <p>住んでいる所と上流の雨の量を調べる</p> <p>川の水位を調べる</p> <p>・ハザードマップをみて、近くの川を確認する</p> <p>・インターネットで「川の防災情報」(国土交通省HP)や「茨城県河川情報システム」(茨城県HP)を検索し、川の水位を確認する</p> <p>・体温を測り、健康状態を確認する</p> <p>避難しやすい服装に着替える</p> <p>・動きやすい靴をはく</p> <p>・携帯電話の充電をする</p> <p>・川の水位を調べる(再確認)</p> <p>(・避難を支援してくれる人に連絡する)</p> <p>・避難所の開設状況を確認する</p> <p>安全なところへ移動を始める</p> <p>避難完了</p> <p>・家族や親せきなどに無事避難したことを連絡する</p> <p>・国のガイドラインでは、市町村による「高齢者等避難」の発令を、要配慮者とその支援者は避難する段階としています。</p> <p>・マスクを着けて避難しましょう。</p> | <p>台風により病院が閉まることを想定し、余裕をもって、用意しておきましょう。</p> <p>普段から服用している薬や飲料など事前に準備しておきましょう。</p> <p>テレビのデータ放送なら、いつでも確認できます。</p> <p>川によっては国のHP(ホームページ)か県の(HP)ホームページのどちらかでしか見られないことがあります。普段から確認しておくことが重要です。</p> <p>・高齢の方や障害のある方など(要配慮者)、避難に時間がかかるとされる方は、早い段階で避難を開始することが大切です。早期に避難するためには、避難の準備も早めに行う必要があります。</p> <p>・避難にあたり、避難を支援してくれる人(支援者)がいる場合は、支援者と連絡を取るようにしましょう。</p> <p>・「高齢者等避難」が発令される前でも、市町村によっては自主避難所が開設される場合があります。早めの避難を予定している方は市町村のHPなどで確認しましょう。</p> <p>・体調がすぐれない場合は、市町村や保健所などに相談しましょう。</p> | <p>市町村が発令する避難情報(警戒レベル3)です。</p> <p>ハザード内に住んでいる方のうち、高齢者等で避難に時間がかかる方は早めに避難しましょう。</p> <p>市町村が発令する避難情報(警戒レベル4)です。</p> <p>ハザード内に住んでいる方は原則として、全員が安全な指定緊急避難場所や親せき自宅などへの避難、又は2階以上に避難するなど身を守るための行動をとりましょう。</p> | <p>作成年月日</p> <p>年 月 日</p> |

※市町村が避難情報を発令するタイミングはイメージであり、実際の洪水時とは異なることがあります。

※あくまで一例です。災害はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。防災行動の目安として考え、実際の災害時には気象情報や避難情報をこまめに確認し、適切に避難しましょう。