

ご自宅に戻ったら みなおしてみよう



▲ヒントはこちら
マイ・タイムライン検討の手引き

みんなでタイムライン

<http://www.ktr.mlit.go.jp/shimodate/shimodate00285.html>

ご自宅や周辺のリスクを 確認する



家のまわりは
どうなってるんだろう

手引き参照

STEP1 18ページ～

避難先を具体的に考える



避難所はここだね

手引き参照

STEP2 39ページ～

ご家族の構成をふまえて、 行動のタイミングを調整する

車イスの方がいる家庭は、
早めに避難するのね



手引き参照

STEP2 39ページ～

今日作成した マイ・タイムラインをもとに、 ご家族や地域の方と話し合ってみる



こうやって逃げようね

手引き参照

STEP3 60ページ～

作成したマイ・タイムラインを活用し、 「自分の逃げ方」を手に入れましょう！



マイ・タイムラインとは？

「マイ・タイムライン」は、台風の接近によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、とりまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動のチェックリスト、また判断のサポートツールとして役立ちます。

自分の家族構成や生活環境にあった避難に必要な情報・判断・行動を把握してマイ・タイムラインを作成し、「自分の逃げ方」を手に入れましょう。

マイ・タイムラインを作成したあとは…

今回検討したマイ・タイムラインは基礎的なもので、例えば、洪水が発生する時間帯によってはさらに早めの避難が必要になるなど、実際の洪水時を想定した応用動作が想定されます。今後、家族や地域で話し合うなどし、防災行動を追加していくとよいでしょう。またマイ・タイムラインは、一度作ったらおしまいというものではありません。家族が増えたとき、職場や学校が変わったときなど、自分自身の環境の変化に応じて、あらためて見直し、必要な防災行動を整理していきましょう。

マイ・タイムライン使用時の心得

洪水は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全ということではなく、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。マイ・タイムラインを作成すると、自分と家族がとるべき防災行動の「何時」が明確になりますが、注意点もあります。

マイ・タイムライン上の時間は、時計のように進むわけではありません。例えば、タイムライン上で氾濫発生の3時間前となっても、水防団（消防団）の水防活動等によって進行を遅らせることができ、結果として3時間経っても氾濫に至らない場合も想定されます。そのため、実際の洪水においてマイ・タイムラインを使用する際には、次の心得をふまえて行動してください。



- 心得 **1** あくまで行動の目安として認識する。
- 心得 **2** 気象警報や避難情報等をこまめに収集・確認する。
- 心得 **3** 収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。

洪水はマイ・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！

洪水によって異なります

台風の進み方
雨の降り方
川の水位の上がり方
氾濫した際の浸水深
氾濫した際の浸水継続時間

洪水に応じて臨機応変に 発表・発令されます

気象警報の発表
洪水予報の発表
避難情報の発令



洪水に応じて臨機応変に 対応しましょう

みなさんの
備え

