

わたしの避難行動計画（マイ・タイムライン）

記入例

避難情報	警戒レベル	2	3	4	緊急安全確保
			高齢者等避難	避難指示	
気象情報・水位情報など	大雨	レベル2 大雨注意報	レベル3 大雨特別警戒	レベル4 大雨特別警戒	レベル5 大雨特別警戒
	河川氾濫	レベル2 氾濫注意報	レベル3 氾濫特別警戒	レベル4 氾濫特別警戒	レベル5 氾濫特別警戒
	土砂災害	レベル2 土砂災害注意	レベル3 土砂災害特別警戒	レベル4 土砂災害特別警戒	レベル5 土砂災害特別警戒
	河川水位情報	氾濫注意水位	氾濫警戒水位	氾濫危険水位	氾濫特別警戒
	(暴風)	暴風注意報	暴風警戒	暴風特別警戒	暴風特別警戒
必要な行動	避難先・避難方法・かかる時間を書きましょう。	高齢者などの避難に時間がかかる方は危険な場所から避難	避難場所から全員避難	命の危険 直ちに安全確保！	
わたしの避難先	〇〇小学校	避難の方法	徒歩	避難先までかかる時間	15分
	わたしの行動				
- テレビなどで台風の進路を確認 - 家族の予定を確認 - 庭の点検、片付けをする		- ハザードマップを確認 - 気象情報、河川の水位情報を確認 - 避難経路の確認、非常持出品・備蓄品の確認 - 携帯電話の充電	- 防災アプリで避難情報や避難所開設状況を確認 - 河川水位情報を再確認 - 家族などへ連絡 - 避難先へ行く準備	◎避難開始 隣近所に呼び掛けをして避難する	レベル4 全員避難！
避難の準備 ☐ 避難先・避難経路の確認 ☐ 必要な物の買い出し ☐ 火の元・戸締り・ブレーカー ☐ 避難先を家族や親せきへ連絡		非常用持ち出し品・備蓄品の確認 ☐ 食料・飲料水 ☐ 身分証明書 ☐ 現金 ☐ 携帯電話 ☐ 常備薬 ☐ 雨具・着替え			

④避難開始までに行わなければならないことを書きましょう。

⑤避難準備の際に確認したことをチェックしましょう。

※マイ・タイムラインは、あくまで行動の目安です。避難情報をごまかに確認し、状況に合わせて臨機応変に行動してください。