



自分や家庭に合わせて、空欄に記入してください。

電石 家 マイ・タイムライン

【作成例】

【 〇年 〇月 〇日 作成】

平時の準備

平常時
大雨・台風接近
災害の恐れ
災害の危険性大
災害発生

3〜5日前
2〜半日前
避難開始

1 避難の準備・確認 防災マップで自宅や自宅周辺の危険を確認しよう。

- ◎ あなたの家は洪水浸水想定区域に入っていますか？
入っている。水深は 1.5 m いない。
- ◎ あなたの家は土砂災害警戒区域に入っていますか？
入っている。 いない。
- ◎ 避難場所はどこですか？
避難先1 〇〇小学校
避難先2 △△さんの家
- ◎ 避難経路は決まっていますか？
- ◎ 避難先までの時間は？
避難先1：徒歩（ 10 ）分 車（ 5 ）分
避難先2：徒歩（ 15 ）分 車（ 7 ）分

※ 避難所だけではなく、安全な親戚、友人宅、また、近くの高層建物なども検討してください。

- 家族や近所で避難に時間がかかる人はいますか？
- 高齢者 乳幼児 障がい者 妊婦
病気の人 その他（ ）

- 家族との連絡手段・集合場所は？
- 連絡手段（ 父親 ）：（携） 000-0000-0000（その他） 会社000-0000
連絡手段（ 姉 ）：（携） 000-0000-0000（その他）
連絡手段（ ）：（携） （その他）
集合場所：〇〇公民館

2 非常持出品を準備しよう。（各家庭で追加してください）

- 食料 貴重品 懐中電灯 着替 常備薬
飲料水 充電器 雨具 マスク 体温計
メガネ ライター タオル オムツ
ペット用グッズ ペットフード

3 情報収集ツール（各家庭で追加してください）

- テレビ・ラジオ 防災行政無線
気象庁ホームページ 防災アプリ（インフォカナル）

避難・気象情報	自分や家族の行動（記入式）	行動（例）
早期注意情報 警戒レベル1	災害の心構えを整える ・防災マップで避難所を確認する。 ・非常用持ち出し袋の中身を点検する。 ・子供のオムツやミルクを持ち出せるよう準備する。	・避難場所や避難経路を再確認する。 ・非常持ち出し袋を点検する。 ・家の周りの危険なものを片づける。
大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意水位 警戒レベル2	自分や家族の避難行動を確認 ・テレビで気象状況を確認する。 ・家族の行き先や連絡先を確認する。 ・△△さん宅に避難できるか確認を取る。 ・ ・	・気象情報・警報を確認する。 ・親戚・知人等へ連絡、確認する。 ・家族の予定や連絡手段の確認する。 ・高齢者等の避難の準備をする。
避難するタイミング、要領を決める		
大雨・洪水警報 避難判断水位 警戒レベル3 （高齢者等避難）	危険な場所から高齢者等は避難 ・避難情報「高齢者等避難」を確認したらすぐに避難を開始する。 ・△△さん家に連絡して避難する。 ・	・テレビやインターネットなどで「 高齢者等避難 」情報を確認する。 ・避難所等の開設状況の確認する。 ・避難所、親戚、知人宅へ避難する。
土砂災害警戒情報 氾濫危険水位 警戒レベル4 （避難指示）	危険な場所から全員避難 ・避難情報「避難指示」を確認したらすぐに避難を開始する。 ・〇〇小学校に避難する。 ・避難する際、サーキットブレーカーを切るのを忘れない。 ・隣の家の人に声掛け避難する。	・テレビやインターネットなどで「 避難指示 」情報を確認する。 ・避難所、親戚、知人宅へ避難する。 ・声かけ避難をする。 ・自宅のサーキットブレーカーを切る。
避難対象地域の方は、全員避難完了		
大雨特別警報 記録的短時間大雨情報 警戒レベル5 （緊急安全確保）	命の危険直ちに安全確保 ・家の2階又は屋根の上に避難する。 ・家の近くの高い所に上る。 ・	・自宅、近くの施設等で少しでも安全な場所に避難し身を守る。