

# マイタイムライン 記載例①

Aさん一家

●家族構成

5人家族（夫婦、子供2人（高校生、中学生）、おばあちゃん（足腰が悪い））

●家の立地

家の裏が山にかなり近い

手順1  
確認しよう！

①ハザードマップ（総務課 危機管理担当で配布しています）

該当する市ホームページはこちら →



ハザードマップで「自分の家が安全か・危険か」をチェック！



土砂災害警戒区域（イエローゾーン）内にある



土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）内にある



家の近くに大きな川、または、家の裏に山がある

1つでも当てはまる場合は「**自宅以外の安全な場所**」へ避難しましょう！

②避難する場所（市が指定する避難所の名前：**谷村第一小学校**）

該当する市ホームページはこちら →



「どこに避難するのか」をチェック！

①がすべて当てはまらない場合で、自宅が頑丈な建物の場合

在宅避難（自宅に留まる）を検討！

自宅が危険な場所にある（①で1つでもチェックがある）場合

市が指定する避難所への避難を検討！

安全な場所にあり、頑丈な建物の

知人・親戚の家へ避難

候補1（花子おばさん）の家  
候補2（小林さん）の家

③避難するタイミング

該当する市ホームページはこちら →



【危険な場所に住む方】「いつ避難するのか」をチェック！

・お年寄り・小さなお子様・妊婦がいて避難に時間がかかる場合

↳  『警戒レベル3 高齢者等避難』で避難

・上記以外で、自宅が土砂災害警戒区域や河川の近くにある場合

↳  『警戒レベル4 避難指示』で避難

④避難情報の取得方法

該当の市HP →



「避難情報の取得方法」をチェック！

- 防災つるメール  市ホームページ
- 防災都留ツイッター  CATV（11CH）
- 電話応答サービス（☎0554-23-6066）
- データ放送（NHKの画面でdボタンを押す）

手順2  
「マイタイムライン」を作ってみよう！

『いつ・誰が・何をするのか』を考えてみよう！

※「時間の目安」や「警戒レベル」の発令を基準にして考えてみましょう

| 時間の目安               | 台風発生   | 3~1日前  | 半日前~数時間前   | 台風最接近（直撃）   |
|---------------------|--|--|--|---|
| 警戒レベル（避難情報）         | 『警戒レベル1・2』<br>自主避難などの注意の呼びかけ   | 『警戒レベル3』<br>高齢者等避難   | 『警戒レベル4』<br>避難指示   | 『警戒レベル5』<br>緊急安全確保  |
| 参考とする気象情報           | 大雨・強風注意報   | 大雨・暴風警報  | 大雨・暴風警報  | 大雨特別警報  |
| 参考とする土砂災害の情報        | ◆注意（注意報級）<br>◆は土砂災害の危険度分布（メッシュ情報）になります   | ◆警戒（警報級）   | 土砂災害警戒情報<br>◆非常に危険 ◆極めて危険  | すでに土砂災害が発生している可能性あり   |
| 警戒レベルが出た時に自分が取るべき行動 | <ul style="list-style-type: none"> <li>テレビやインターネットで今後の台風について調べる</li> <li>おばあちゃんの薬をもらいに病院へ行く</li> <li>避難所を家族で確認しておく</li> </ul> <p>例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>今後の台風について調べ始める</li> <li>避難する時に持っていくものを準備する</li> <li>飲食物品、常備薬の購入</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>警戒レベル3が出たら、避難！</li> <li>避難情報がいつ出ても良いように持っていくものを準備する</li> <li>防災無線が聞こえづらいので、CATV（11チャンネル）をつけておく。</li> <li>火の元、戸締りを確認する</li> </ul> <p>例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>インターネット等で情報を集める</li> <li>動きやすい服装に着替え、避難の準備</li> <li>避難所が開設されているかを確認する</li> <li>隣の一人暮らしのおばあちゃんに声をかける</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>家族みんなで避難完了！</li> <li>避難したことを花子おばさんに電話する</li> </ul> <p>例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火の元、戸締りを確認する</li> <li>携帯電話、飲食物品等の避難に持っていくものを最終チェックする</li> <li>親戚、知人に避難することを連絡する</li> <li>避難を開始する。</li> </ul> | <p>台風が過ぎるまで避難所で過ごす</p> <p>例</p> <p>避難が難しい場合は、命を守るための行動（斜面反対側の2階へ移動するなど）</p> |

ここに書こう！