マイ・タイムラインを作成しましょう

マイ・タイムライン（一人ひとりの防災行動計画）とは、大雨や台風接近などにより、水害の危険性が高まっているときに、自分自身がとる行動を時間の流れに沿って整理したものです。

■ 防災知識の習得

マイ・タイムラインを作成することで、気象情報や避難情報の意味、避難に必要な情報の入手方法、河川の氾濫に関する知識などが習得できます。

風水害の発生は、ある程度予測することができます。マイ・タイムラインがあることで、被害が発生する前に、あわてずに行動できるようになります。

家族で話し合いながらマイ・タイムラインシートを作成して、適切な避難行動がとれるようにしましょう。

■ マイ・タイムラインの作成方法

マイ・タイムラインシート（P.21参照）には、自宅や避難先の場所、避難を始めるタイミングなどを記入します。すべて書き込むことで、個人や地域の実情に沿った、オリジナルの避難行動ガイドが完成します。

下記のホームページにマイ・タイムラインの概要や作成様式、記入例などの役立つ情報が掲載されていますので、ご活用ください。

埼玉県ホームページ
▶https://www.pref.saitama.lg.jp/a0402/903-20091203-31.html

桶川市ホームページ
▶https://www.city.okegawa.lg.jp/soshiki/shiminseikatsu/anshinanzen/anshinanzen/bousai/husuigai/14621.html

■ マイ・タイムラインの記入例

桶川　家の マイ・タイムライン

家族構成	名前	年齢				
夫	桶川太郎	45	子	桶川一郎	10	猫 ミケ
妻	桶川花子	40	子	桶川紅子	5	

周囲の状況：【例】自宅裏に山がある／自宅と川の距離○○m
自宅は浸水想定区域の中で、浸水深は5～10mの範囲。避難場所までの避難経路は道路冠水がおきた場所にある。すぐ近くに高齢の両親が住んでおり、浸水想定区域外の近隣市におじが住んでいる。

時間経過	3日前（台風発生）	2日前	1日前	雨・風が時間とともに強くなる		0時間前
行政などからの情報	警戒レベル1 早期注意情報	警戒レベル2 氾濫注意報 大雨注意報 土砂災害注意報	氾濫警報 大雨警報 土砂災害警報	警戒レベル3 相当 発令 高齢者等避難	警戒レベル4 相当 発令 避難指示	警戒レベル5 相当 発令 緊急安全確保 / 大雨特別警報
マイ・タイムライン	事前にしておくことリスト【例】避難経路を確認／ペットの避難に必要な準備 ● 気象情報の確認 ● ハザードマップで避難経路の確認 ● 雨戸等の補強 ● 持出品の準備 ● 両親に連絡（今後について） ● おじに連絡（避難の可能性） ● ペットホテルの確認（預ける可能性） ●			避難するタイミングを記入しよう ▶避難開始 →警戒レベル3 ● 両親に声をかけ、家族でおじの家へ避難開始 ● 道路冠水が発生している箇所はよけて避難する	避難先を記入しておこう（複数の場所を想定しておこう） ● 警戒レベル4までに全員でおじの家に避難完了 ● （おじの家が不可な場合、○○小学校へ） ●	〈警戒レベル4までに必ず避難！〉 逃げ遅れた場合の命を守るための最善の行動を記入しておこう 少しでも高い所へ避難する
ポイント	事前の確認 ● 浸水する深さ（5.0～10.0）m ● 最寄りの避難場所（○○小学校）までの距離（1500）mと時間（20）分 ● 想定の避難先 ①（おじの家）まで（90）分 ②（○○小学校）まで（20）分 ● 避難経路は洪水時危険箇所（アンダーパスなど）を通らないルートにする			情報入手先 気象情報：気象庁ホームページ 埼玉県防災情報メール 川の水位情報：埼玉県川の防災情報ホームページ 埼玉県川の防災情報メール 避難情報：テレビ、市メール配信サービス、市ホームページ、防災無線		避難判断 【我が家の避難スイッチ】 警戒レベル（3）が発令されたら（おじの家に避難）する

家族みんなで話し合いながら、マイ・タイムラインを作成しましょう！

■ マイ・タイムライン記入シート

家の マイ・タイムライン

家族構成	名前	年齢

周囲の状況：【例】自宅裏に山がある／自宅と川の距離○○m

時間経過	3日前（台風発生）	2日前	1日前	雨・風が時間とともに強くなる		0時間前
行政などからの情報	警戒レベル1 早期注意情報	警戒レベル2 氾濫注意報 大雨注意報 土砂災害注意報	氾濫警報 大雨警報 土砂災害警報	警戒レベル3 相当 発令 高齢者等避難	警戒レベル4 相当 発令 避難指示	警戒レベル5 相当 発令 緊急安全確保 / 大雨特別警報
マイ・タイムライン	事前にしておくことリスト【例】避難経路を確認／ペットの避難に必要な準備 ●	●	●	避難するタイミングを記入しよう ▲避難開始 ●	避難先を記入しておこう（複数の場所を想定しておこう） ●	〈警戒レベル4までに必ず避難！〉 逃げ遅れた場合の命を守るための最善の行動を記入しておこう ●
ポイント	事前の確認 ● 浸水する深さ（　）m ● 最寄りの避難場所（　）までの距離（　）mと時間（　）分 ● 想定の避難先 ①（　）まで（　）分 ②（　）まで（　）分 ● 避難経路は洪水時危険箇所（アンダーパスなど）を通らないルートにする			情報入手先 気象情報 川の水位情報 避難情報		避難判断 【我が家の避難スイッチ】 警戒レベル（　）が発令されたら（　）する