

マイ・タイムライン記入シート

避難するかどうかの判断材料の1つになります。

親戚や知人の家に避難する場合は、確認が必要になります。

持出品は事前に準備・確認をしておきましょう！

●ハザードマップの確認

- あなたの住んでいる地域は？
 - 浸水想定区域
 - 土砂災害警戒区域
- 自宅が早期に避難が必要な区域内にある。
 - はい いいえ

●避難する場所

- 実際に避難する場合、どのような場所なら避難生活ができるかを考えましょう。(親戚や知人の自宅等への避難には、事前のお願いと確認が必要)
- 避難所 親戚・知人の自宅 近くの頑丈な建物
- 自宅の2階等 その他()
- 避難する場所： _____
- 避難する場所までの交通手段： _____

●非常持出品の準備 \ 持出品は、事前に準備しましょう！

| | | | |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水・食料 | <input type="checkbox"/> 保険証(身分証明書) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> 携帯電話 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ※ 普段から準備をしておいて下さい。 | | | |

【マイ・タイムライン】

※ 警戒レベルと行政からの情報等、警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。

| 警戒レベル | 警戒レベル1 | 警戒レベル2 | 警戒レベル3 危険な場所から高齢者等は避難 | 警戒レベル4 危険な場所から全員避難 | 警戒レベル5 災害発生 | |
|---|----------------------------|---|--|---|---|---|
| 市からの情報等 | | 自主避難など注意の呼びかけ | 高齢者等避難 | 避難指示 | 緊急安全確保 | |
| 警戒レベル相当情報等 <small>(気象庁や国交省河川国道事務所等の情報)</small> | 早期注意情報 | 大雨注意報、洪水注意報、氾濫注意情報 等 | 大雨警報、洪水警報、氾濫警戒情報 等 | 土砂災害警戒情報、氾濫危険情報 等 | 大雨特別警報、氾濫発生情報 | |
| 行動の目安 | 基本的事項 (全ての避難行動に共通する事項) | <input type="checkbox"/> 天気予報を確認 <input type="checkbox"/> 家の点検・補強 <input type="checkbox"/> 非常持出品や備蓄品の確認 | <input type="checkbox"/> 備蓄品等が水浸しないように安全な場所に置く | <input type="checkbox"/> 避難場所・開設状況の確認 (山梨市役所ホム・ム・ツ・山梨市防災防犯メール) | <input type="checkbox"/> 避難開始 避難指示時には危険な場所から全員避難 | 警戒レベル5が出ててもまだ避難できていない場合は、自宅の少しでも安全な部屋に移動したり、直ぐ近くに安全な建物があればそこに移動するなど、命を守るための最善の行動をとってください。 |
| | 浸水想定区域外の家族、親族、知人宅等への避難 | <input type="checkbox"/> 避難をする相手先と連絡をとる <input type="checkbox"/> 避難の方法を確認 | 自分や家族がどのように行動するか考えましょう！ | | 【避難方法】 ・避難の方法や経路についても平常時から考えておきましょう。 | |
| | 避難に支援を必要とする方 高齢者や身体障害者等 | <input type="checkbox"/> 家族やケアマネージャー等支援者を交えて避難手段やタイミング等の確認 | <input type="checkbox"/> 避難開始 避難に時間を要する方は、危険な場所から避難 | | | |

私と家族の計画

自分や家族のマイ・タイムラインを話し合い、実際に行える行動を記載しましょう

例) テレビ・ラジオ等による気象情報の確認。ハザードマップの確認。非常持出袋の確認。家の周囲の安全確認。

例) 気象情報の確認。親戚や知人に避難先を連絡する。近所の人へ声をかける。

例) すぐに避難！！

外に出るのがかえって危険な時には、家の中で安全な場所(崖から離れた2階部屋)に移動する。

家族で話し合い、実際にできる行動を記入しましょう。