

マイ・タイムライン作成シート

台風や大雨などは事前に進路や規模が予測できることから、接近時の計画をたてておく

「作成する前に」 作成するにあたって 確認すべき事	ハザードマップでチェック あなたの住んでいる地域は？ ☐ 洪水浸水想定区域 ☐ 土砂災害警戒区域 住んでいる場所の洪水浸水深は？ (想定最大規模) 例：鶴見川、3～5m [川、 m]	家庭の状況のチェック 避難に支援を必要とする人 (高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など) ☐ 無 ☐ 有 ペット： ☐ 無 ☐ 有	洪水浸水想定・土砂災害警戒区域内である いいえ はい →

[マイ・タイムライン]

警戒レベル			レベル1 	レベル2 
行政からの情報 等				● 自主避難など注意の呼びかけ
警戒レベル相当情報 等 ※警戒レベルと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。			● 大雨になりそう	● 大雨注意報、洪水注意報等
基本的事項 (全ての避難行動に共通する事項)			☐ 天気予報を確認 ☐ 家の点検・補強 ☐ 非常持ち出し品や備蓄品*の確認 ※停電に備えた懐中電灯や水など	☐ 備蓄品等が水没しないように安全な場所に置く
行動の目安	水平避難が必要な場合	避難に支援を必要とする方 (避難に支援を必要とする方と同居している方を含む)	☐ 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	
		ペットとともに避難する方	☐ 知人、ペットホテル等の一時預け先への確認 ☐ 避難手段、タイミング等の確認 ☐ ペット用非常持ち出し袋、ケージの確認 (なければ用意)	☐ 必要に応じて移動手段を検討 (ペットタクシー、車送迎等) ☐ ペットをケージに入れて避難の準備
		浸水想定区域外の家族、親戚、ホテル等	☐ 避難をする相手先と連絡をとる、ホテルを予約する ☐ 避難手段を確認	
わたしの計画				
上記のチェック項目を参考に 個人のタイムラインを記載しましょう!! 手順1: ☐ で該当するものを記載 手順2: ☐ 以外で他に必要なものがあれば記載				