

# 我が家の中のタイムライン

( 家 )

避難先 (避難所、親戚宅、友人宅)



注意  
すべきこと

台風が発生  
台風が接近

天気予報や  
気象庁が発表  
する情報、  
河川の水位  
に注意！！

避難情報など

【警戒レベル1】  
早期注意情報

【警戒レベル2】  
大雨・洪水注意報  
河川：氾濫注意水位に  
到達  
氾濫注意情報発表

市町村が  
発令する  
避難情報  
に注意！！

気象庁が発表  
する情報や、  
河川の水位  
に注意！！

【警戒レベル3】  
高齢者等避難が  
発令

河川：避難判断水位に  
到達  
氾濫警戒情報発表

【警戒レベル4】  
避難指示が発令

河川：氾濫危険水位に  
到達  
氾濫危険情報発表

【警戒レベル5】  
河川：氾濫が発生!!  
氾濫発生情報発表

避難先までの移動手段



避難先までの移動時間

分

逃げ遅れないためにやるべきこと

- ◆テレビやラジオで台風情報を確認する
- ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する
- ◆避難するときに持っていくものを確認する( ✓ ○をつける)

- ・飲料水
- ・食料品
- ・着替え
- ・タオル
- ・懐中電灯
- ・携帯ラジオ
- ・電池
- ・携帯充電器
- ・通帳などの貴重品
- ・マスク
- ・ウェットティッシュ
- ・常備薬
- ・その他( )

- ◆避難しやすい服装に着替える

◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル3

◆高齢者など避難に時間がかかる人は避難を始める

- ・どこに避難するか、家族や親戚に伝える。
- ・(連絡する家族や親戚の電話番号：                )

点線に沿って  
いざれかを  
丸で囲む。

◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル4

◆危険な場所から全員避難する

- ・近所の人に声をかけて一緒に避難する。
- ・(声をかける相手：                )

避 難 完 了 !

[使い方]

- ・家の中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難を行いましょう。
- ・内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家の中のタイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行いましょう。

# わが家のタイムラインを作成しよう

近年、台風などによる記録的な大雨が全国各地で相次ぎ、大規模な水害や土砂災害が発生しています。本県でも、平成27年9月関東・東北豪雨では約4,200人、令和元年東日本台風では約330の方の避難が間に合わず、「逃げ遅れ」となってしまい、ヘリコプターなどで救助されるといった事態となりました。

こうしたことを防ぐため、平時のうちに、各家庭において逃げ遅れないためにやるべきことを確認しておく「我が家のタイムライン」を作成しておきましょう。

## ○ 作成方法

- ## ① 名前を記入しましょう。

- ② 洪水がおきた時の避難先を記入しましょう。

※避難先は市町村の避難所へ。  
または、ハザードマップで色が  
塗られていない親戚・友人宅など  
が考えられます。

- ③ 避難先までの移動手段を記入しましょう。

- ④ 避難先までのおおよその移動時間を記入しましょう。

- ⑤ 避難するときに持っていくものを  
○で囲みましょう。

- ⑥ 避難するタイミングを決めて○で囲みましょう。

- ・ **【警戒レベル3】高齢者等避難**  
一緒に逃げる家族の中に、高齢者など避難に時間がかかる人がいる場合に選択。
  - ・ **【警戒レベル4】避難指示**  
上記以外の場合に選択。

The screenshot shows the 'My Home Timeline' application interface. At the top, there is a header '我が家のタイムライン' (My Home Timeline) with a red arrow pointing to it. Below the header are three boxes labeled ②, ③, and ④, each containing a green checkmark icon. A large black arrow points from the top right towards the bottom right section of the screen.

**Top Section:**

- ② (家) (Home)
- ③ 避難先までの移動手段 (Means of transport to evacuation site)
- ④ 分 (Minutes)

**Left Column (Evacuation Levels):**

- 台風が発生 台風が接近 (Typhoon has started/Typhoon approaching)  
未気予報や気象庁が発表する情報。河川の水位に注意!! (Information from meteorological agencies. Pay attention to river water levels!!)
- 【警戒レベル1】 早期注意情報 (Early warning information)  
【警戒レベル2】 大雨・洪水注意報 (Heavy rain, flood warning)  
河川：氾濫注意水位に到達 (River reached flood warning water level)  
氾濫注意情報表示 (Flood warning information displayed)
- 市町村が発令する避難情報に注目!! (Pay attention to evacuation orders issued by municipalities!!)
- 【警戒レベル3】 高齢者等避難が発令 (Evacuation order for elderly and others)  
河川：直面有病水位に到達 (River reached direct threat disease water level)  
氾濫警戒情報表示 (Flood warning information displayed)
- 【警戒レベル4】 避難指示が発令 (Evacuation instruction issued)  
河川：氾濫危険水位に到達 (River reached flood danger water level)  
氾濫危険情報表示 (Flood danger information displayed)
- 【警戒レベル5】 河川：氾濫が発生!! 泛濫発生情報表示 (River flooding!! Flood information displayed)

**Bottom Right Section (Emergency Instructions):**

- ◆テレビやラジオで台風情報を確認する  
◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する  
◆避難オプションについている本の実践オプション (Checklist)
  - 飲料水
  - 食料品
  - 着替え
  - タオル
  - 携帯電灯
  - 携帯ラジオ
  - 電池
  - 携帯充電器
  - 通報などの貴重品
  - マスク
  - ウェットティッシュ
  - 常備薬
  - その他 ( )
- ◆避難しやすい服装に着替える

**Large Red Box (Number 6):**

- ◆我が家の避難するタイミングは警戒レベル3  
◆高齢者など避難に時間がかかる人は避難を始め  
•どこに避難するか: 家族や隣域に伝える。  
•（避難する家族や隣域の電話番号: \_\_\_\_\_)
- 点線に沿っていきながら見て回る。

**Bottom Right Corner:**

- ◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル4
- ◆最も危な場所から全員避難する  
•近所の人声をかけて一気に避難する。  
•（声をかける相手: \_\_\_\_\_)

**Bottom Left Corner (使い方):**

※家中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難を行いましょう。  
内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家タイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行いましょう。

### ○ ハザードマップとは

ハザードマップとは、浸水や土砂災害の危険がある地域や災害発生時の避難先(指定避難所など)が示された地図のことです。浸水する可能性があるエリアに色が塗られています。ご自宅の場所が浸水する可能性があるかどうかをあらかじめ確認しておきましょう。

ハザードマップは、お住まいの市町村のホームページで確認するか、市町村の防災担当課へお問い合わせください。



ハザードマップは、  
以下の二次元コードから  
確認できます。

