

# マイ・タイムラインを作成しよう

**マイ・タイムライン(風水害編)**とは、台風の接近などによって洪水が起こりそうなときに、自分たちで自分や家族がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、とりまとめるものです。

台風を想定したタイムラインでは、**台風が直撃する3日前、2日前、1日前、半日前、氾濫5時間前、氾濫3時間前**など各時間にどのような行動をとるか整理するのがよいでしょう。



## 1 防災マップで、浸水深・避難所・避難情報を確認する

洪水が起こった時に自宅や周辺が浸水するのかわかり、避難場所を決定し、避難場所へどのような経路で避難するかを確認します。避難指示や土砂災害警戒情報など、どのような情報が出たら避難を開始するのかわかりを確認します。

## 2 洪水発生までにとるべき基本的な行動を考える

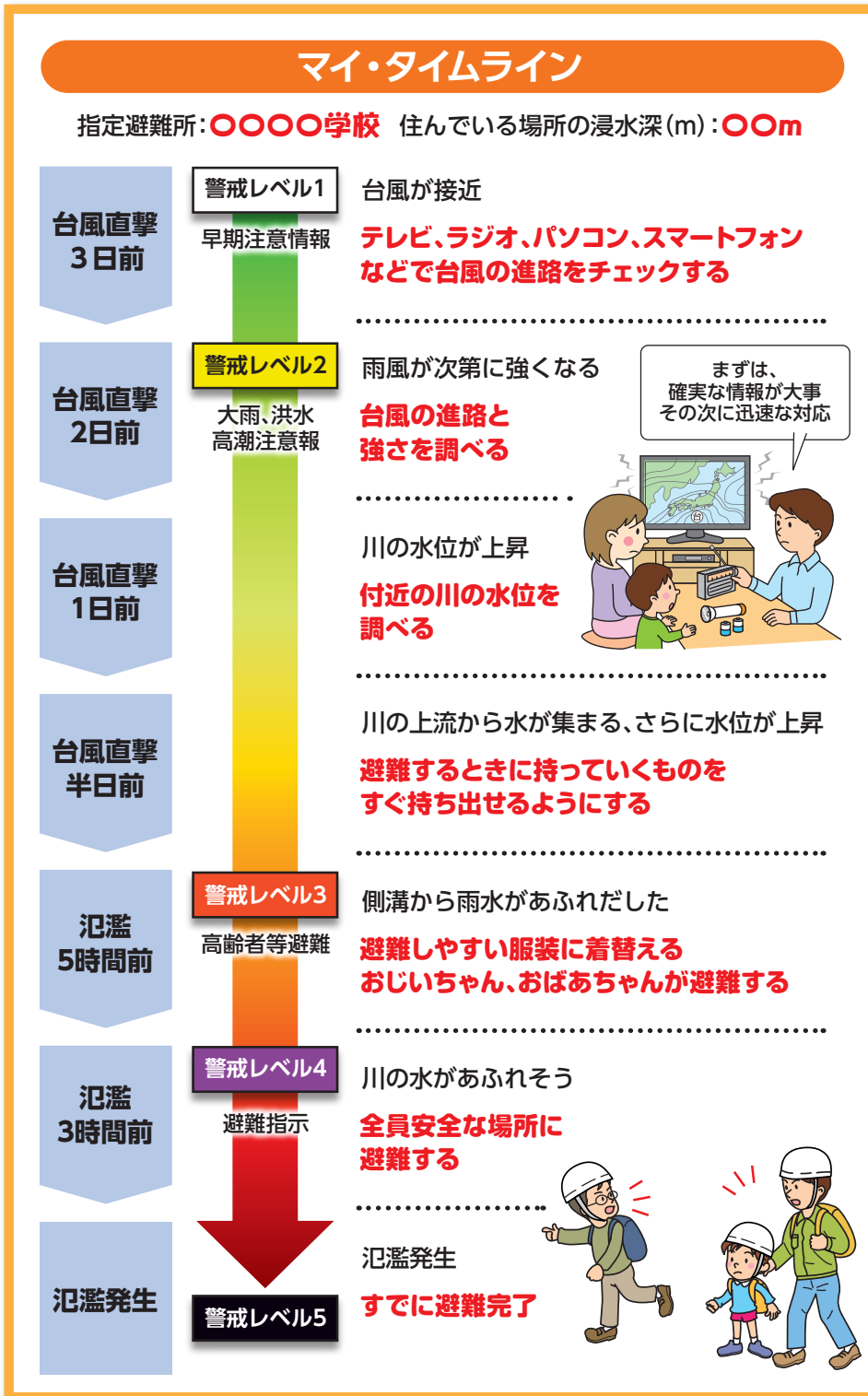
今後の台風情報を調べ始める、川の水位を調べ始める、住んでいるところと上流の雨量を調べ始める、非常用持ち出しバッグをチェックする、避難しやすい服装に着替える、安全なところへ移動を始める、などの基本的な行動とその順番を考えます。(川には絶対に近づかない)

## 3 家庭の状況をチェックする

車を持っている、祖父母と同居している、ペットを飼っている、家族に持病がある、親戚など避難を受け入れてくれる場所があるなど、避難行動に向けた留意点を確認して、自分たちに必要な行動を考えます。(小さな子供・障がいのある方・妊婦に配慮)

## 4 行動を時間ごとに整理する

基本的な行動と、家庭の状況チェックを行い、基本的な行動や、それ以外の自分たちに必要な行動が分かったら、それを、時間ごとに並べます。



※上記はマイ・タイムライン作成の一例です。

### 国土交通省のサイト「Webでマイ・タイムライン」

(<https://www.ktr.mlit.go.jp/river/bousai/mytimeline/>)からも、手軽にタイムラインを作成することができます。右の二次元コードから、国土交通省のサイト「Webでマイ・タイムライン」を閲覧できます。



### 熊本県のサイト「くまもとマイタイムライン」

(<https://portal.bousai.pref.kumamoto.jp/timeline/>)からも、手軽にタイムラインを作成することができます。右の二次元コードから、熊本県のサイト「くまもとマイタイムライン」を閲覧できます。



# 避難スイッチカード

頻発する大雨や台風等の被害に備え、自分や家族が避難するタイミングを確認しておくことは重要です。各世帯に配布してある防災マップ(本書)や山都町WEB版防災マップで確認し、「いつ・だれと・どのように・どこに・何を持って」避難するかを書き出しましょう。

●自宅の災害リスク●

土砂災害		浸水想定	
特別警戒区域	警戒区域	浸水想定: ( ) m ~ ( ) m	
※該当するリスクに○をつけ、必要に応じて数値を記入する			

いつ	だれと	どのように
(例)水位が、4.0mになったとき	(例)パートナーと一緒に避難	(例)公民館は徒歩、子どもの家は車
どこに		
1番(ベスト)	2番(セカンドベスト)	3番(サードベスト)
(例)子どもの家	(例)公民館	(例)自宅の2階

何を持って			
【食料品】	<input type="checkbox"/> レトルト食品	<input type="checkbox"/> カップ麺	<input type="checkbox"/> 缶詰
【飲み物】	<input type="checkbox"/> 水	<input type="checkbox"/> お茶	<input type="checkbox"/>
【生活用品】	<input type="checkbox"/> 毛布	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【その他】	<input type="checkbox"/> 薬(常備薬)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

緊急時の連絡先			
誰に	連絡先	誰に	連絡先