

マイ・タイムラインを作ってみよう！

台風や大雨などで災害が発生したときに、あわてずに避難するために「いつ、何をするか」を事前に整理し、家族でよく話し合っ、マイ・タイムラインを作ってみましょう。

※雨の降り方によって、情報の出るタイミングや種類が違っているので注意が必要です。

きにゆうれい 記入例 (台風のとき)

時間	気象・避難情報	避難のためのチェックリスト	
3日前 台風発生	警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表)	☐ テレビで気象情報を確認、台風の進路を調べる ☐ ハザードマップの確認 ☐ 家族の外出予定の確認 ☐ マイタイムラインを見ながら防災行動を確認	●自宅周辺の災害リスクを確認しましょう。 浸水深：0.5 ～ 3.0m 土砂災害：土砂災害警戒区域 自宅が「早期に区域外への避難が必要な場所」のエリア内にある ☒ はい ☐ いいえ ●事前に避難する場所を確認しましょう。 避難場所①：〇〇小学校 避難場所②：〇〇コミュニティセンター 避難方法：徒歩 避難に要する時間：①10分 ②20分
2日前 台風接近 雨や風が強くなる	警戒レベル2 大雨・洪水 注意報 (気象庁が発表)	☐ 防災グッズを準備(ハザードマップP.76を確認) ☐ 持病薬の確認 ☐ 携帯電話の充電	
1日前 川の水が増える	大雨・洪水警報等	☐ ☐ ☐ ☐	
半日前 河川敷にも水が流される	警戒レベル3 高齢者等避難 (山形市長が発令) より激しい降雨	☐ 避難所の状況を確認 ☐ 火の元、戸締りの確認 ☐ 水位情報の確認(ハザードマップP.72を確認)	➡ 警戒レベル3で 避難開始！ ●自宅が「早期に区域外への避難が必要な場所」の中にある場合や高齢者や身体の不自由な方など避難に時間がかかる人は避難を開始してください。
8時間前 川の水があふれそう	警戒レベル4 避難指示 (山形市長が発令)	☐ 避難することを家族に連絡 ☐ ご近所への声掛け	➡ 避難指示が出たら迷わず 避難！ 全員避難
0時間前 災害発生	警戒レベル5 緊急安全確保 (山形市長が発令)	☐ 家族の安否確認	●警戒レベル5で避難が完了していない場合は直ちに命を守る行動を！

平常時

大雨のおそれ

避難開始

災害発生



作成年月日 年 月 日

時間	気象・避難情報	避難のためのチェックリスト		
	警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表)	☐	●自宅周辺の災害リスクを確認しましょう。	平常時
		☐	浸水深:	
		☐	土砂災害:	
		☐	自宅が「早期に区域外への避難が必要な場所」のエリア内にある	大雨のおそれ
		☐	☐ はい ☐ いいえ	
	警戒レベル2 大雨・洪水 注意報 (気象庁が発表)	☐	●事前に避難する場所を確認しましょう。	
		☐	避難場所①:	
		☐	避難場所②:	
		☐	避難方法:	
	大雨・洪水警報等	☐	避難に要する時間:	
		☐		
	警戒レベル3 高齢者等避難 (山形市長が発令) より激しい降雨	☐	➡ 警戒レベル3で 避難開始!	避難開始
		☐	●自宅が「早期に区域外への避難が必要な場所」の中にある場合や高齢者や身体の不自由な方など避難に時間がかかる人は避難を開始してください。	
	警戒レベル4 避難指示 (山形市長が発令)	☐	➡ 避難指示が出たら迷わず 避難! 全員避難	
		☐		
0時間前	警戒レベル5 緊急安全確保 (山形市長が発令)	☐	●警戒レベル5で避難が完了していない場合は直ちに命を守る行動を!	災害発生
災害発生		☐		
		☐		