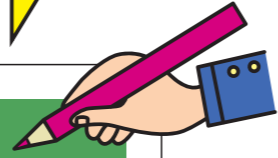


STEP3 マイ・タイムラインを作ろう

ステップ1,2で確認した内容を使って、マイ・タイムラインを完成させるよ。作成例を参考にしながら、大雨や台風が近づいてきたときの行動を一緒に考えよう!!

例:河川の氾濫で浸水深0.5~3mの危険性があるエリア
 家族構成:夫婦(40歳代)、子ども(小学生)、祖父母(70歳代)



大雨時の避難計画「マイ・タイムライン」 まさむね君 家の避難計画 マイ・タイムライン

作成年月日 年 月 日

POINT 2 大雨・台風の警戒レベル1

POINT 1 警戒レベル3 避難・高齢者等は

POINT 3

POINT 1 警戒レベル4 全員避難

POINT 5 災害発生

わたしと家族の避難行動

POINT 2 大雨・台風の警戒レベル1

【気象情報】台風予報・早期注意情報 ※気象庁が発表

☑非常持ち出し品を確認する。
 ☑家族の今後の予定や居場所を確認する。
 ☐親戚や知人に避難させてもらうことを依頼する。
 ☑テレビやインターネットで気象情報を確認する。
 ☐家族や支援者と避難するタイミングなどを相談する。

不足している
 ☐非常持ち出し品を買い足す
 ☐家の周りのものを片付ける

POINT 3

【気象情報】大雨・洪水・氾濫注意報 ※気象庁が発表

☑避難場所や避難経路を再確認する。
 ☑携帯電話の充電を確認する。
 ☑レベル3で避難の方は避難開始の準備をする。

☐避難しやすい服装に着替える
 ☐テレビやインターネットで川の水位を確認する

POINT 1 警戒レベル3 避難・高齢者等は

【避難情報】高齢者等避難 ※仙台市が発令

避難場所 (古城小学校)

☑テレビやインターネット、携帯電話で避難場所の開設状況や雨量などを確認する。
 ☑高齢者等避難の発令で避難開始
 ☐レベル3で避難の方は家族や支援者に避難したことを連絡する。
 ☐レベル4で避難の方は避難開始の準備をする。

☐戸締り火の元の確認
 ☐隣近所への声掛け

POINT 1 警戒レベル4 全員避難

【避難情報】避難指示 ※仙台市が発令

避難場所 ()

☐テレビやインターネットなどで、最新の状況を確認する。
 ☐避難指示の発令で避難開始
 ☐家族や支援者に避難したことを連絡する。
 ☐避難完了

----- 警戒レベル4までに全員避難 -----

POINT 5 災害発生

【避難情報】緊急安全確保 命の危険 直ちに安全確保! ※仙台市が発令

すでに市内で災害が発生または発生する恐れがあるため、より安全な浸水リスクの低い自宅の上階や高い場所、土砂災害の危険が少ない場所に移動するなどし直ちに命を守る行動をとって下さい!

*気象情報や避難情報が発令されるタイミングは状況により変化する場合があります。

- POINT 1** 突然発生する地震災害と違って大雨災害は、“唯一”事前に発生が予測できる災害なんだ。避難完了までの間に変化する雨の降り方や台風の状況に応じた早めの行動を考えよう。
- POINT 2** 雨の降り方や台風の状況はどんどん変化するよ。家族それぞれが“いつ”“なにをするのか”を確認しよう。
- POINT 3** 仙台市が発令する避難情報にあわせて、避難を開始するタイミングや避難場所を明確にしておこう。



防災まさむね君と考える

マイ・タイムライン作成ガイド



マイ・タイムラインとは?
 大雨・台風による災害に備えたご家族一人ひとりの“避難計画”のこと。家族構成や地域の災害リスクなど、世帯ごとの状況に合わせ避難すべきタイミングや安全な避難行動を、みんなで確認して備えることができるものです。

マイ・タイムライン作成ガイドの使いかた

STEP 1
ハザードマップを確認しよう

まずは、自宅周辺の災害リスクなどを把握し、大雨のとき、避難する必要があるのか確認しよう。

STEP 2
避難のタイミングや避難場所を確認しよう

避難の必要があるときは、家族構成や雨の降り方にあわせて避難行動を考えよう。

STEP 3
マイ・タイムラインを作ろう

STEP1,2で確認した内容を、大雨が降るときの状況に落とし込みながら、マイ・タイムラインを完成させよう。

準備するもの

1.マイ・タイムラインシート

2.マイ・タイムライン作成ガイド

3.仙台防災ハザードマップ

まずは、マイ・タイムラインシートの裏面を使って、自宅の危険性や避難開始のタイミングを考えよう

例：河川の氾濫で浸水深0.5～3mの危険性があるエリアで、避難に時間を要する家族がいる場合

自宅の災害リスク

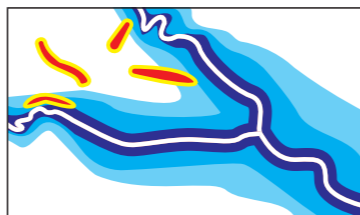
	自宅の危険性	避難開始のタイミング	避難場所
水害	水害の危険性は？ ▶ 洪水浸水想定区域 <input checked="" type="checkbox"/> あり (洪水浸水想定区域) <input type="checkbox"/> なし → 自宅の浸水深は？ [0.5 m ~ 3.0 m] ▶ 早期の立退き避難が必要な区域 <input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし	避難開始のタイミングは？ ▶ 警戒レベル3 高齢者等避難 <input type="checkbox"/> 自宅が「早期の立退き避難が必要な区域」のエリア内にある場合 <input checked="" type="checkbox"/> 妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合 ▶ 警戒レベル4 避難指示 <input type="checkbox"/> 上記以外で、自宅が洪水浸水想定区域内にある場合	避難場所は？ <input type="checkbox"/> 自宅の上階 [] 階 <input type="checkbox"/> 親戚や知人の家 [] <input checked="" type="checkbox"/> 指定避難所 [〇〇〇小学校] <input type="checkbox"/> その他 []
	土砂災害の危険性は？ ▶ 土砂災害(特別)警戒区域 <input type="checkbox"/> あり → <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域 <input type="checkbox"/> 土砂災害特別警戒区域 <input checked="" type="checkbox"/> なし	避難開始のタイミングは？ ▶ 警戒レベル3 高齢者等避難 <input type="checkbox"/> 妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合 ▶ 警戒レベル4 避難指示 <input type="checkbox"/> 上記以外で、自宅が土砂災害(特別)警戒区域のエリア内にある場合	避難場所は？ <input type="checkbox"/> 自宅の上階 [] 階 <input type="checkbox"/> 親戚や知人の家 [] <input type="checkbox"/> 指定避難所 [] <input type="checkbox"/> その他 []

STEP1 ハザードマップを確認しよう

POINT 1

ハザードマップってなんだろう？

大雨時に、洪水や土砂災害の被害を受けるおそれが高い地域を避難場所などの情報とともに地図に示したものだよ。



ハザードマップってどうやって使うの？

洪水や土砂災害のおそれが高いエリアには色が塗られているよ。凡例を見ながら自宅やその周辺にどんなリスクがあるのか確認しよう。

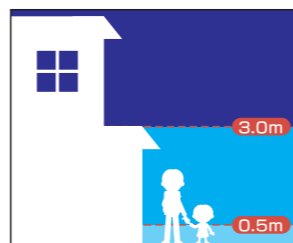
凡例	想定浸水深	3.0m 以上
		0.5m~3.0m
		0.5m 未満
	土砂	土砂災害特別警戒区域
		土砂災害警戒区域

POINT 2

早期の立退き避難が必要な区域

洪水のおそれが高いエリアのうち、浸水深3m以上の区域や家屋が倒壊するおそれがある区域を「早期の立退き避難が必要な区域」に設定しているよ。

自宅などがこの区域にある場合は、早めの避難が大切なんだ！



STEP2 避難のタイミングや避難場所を確認しよう

台風の接近など大雨のおそれがある際は、慌てず安全な場所へ避難することが大切だよ。あらかじめ自身や家族、お住まいの地域に応じて適切な避難のタイミングや避難場所を確認しておこう。



避難のタイミングっていつだろう？

警戒レベルは全部で5段階。自宅の災害リスクや家族構成によって、避難のタイミングは違うよ。どのレベルになったら避難を開始するか確認しておこう。

POINT 1

警戒レベル3 高齢者等避難

- 自宅が「早期の立退き避難が必要な区域」のエリア内にある場合
- 妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合



警戒レベル4 避難指示

- 上記以外で、自宅が洪水浸水想定区域内や、土砂災害(特別)警戒区域のエリア内にある場合

警戒レベル	新たな避難情報等
1	早期注意情報
2	大雨・洪水・高潮注意報
3	高齢者等避難
4	避難指示
警戒レベル4までに必ず避難！	
5	緊急安全確保

※警戒レベル 災害の危険度とそれに合わせてとるべき避難行動を5段階ごとに表したものの。

避難場所ってどう選ぶの？

最後に避難場所を決めよう。避難場所は学校など指定避難所のほかに、自宅の2階なども考えられるよ。大切なのは日頃からハザードマップを確認して、あらかじめ自分にあった避難場所を決めておくこと。また、近くの指定避難所が大雨災害に対応しているかも確認しておこう。



POINT 2

避難場所の候補

自宅の上階



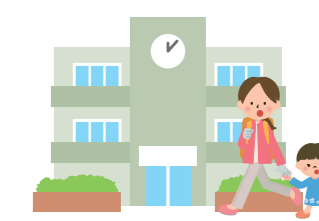
早期の立退き避難が必要な区域外で、想定される浸水の深さより高い位置に避難できるとき

親戚・知人宅



安全な場所に住んでいる親戚・知人がおり、身を寄せることができるとき

指定避難所



自宅の上階や親戚・知人宅への避難がむずかしいとき



ココが大切！

指定避難所の開設条件

ハザードマップでは、各指定避難所の名称の横に、マークで「大雨時に特殊な開設条件のある指定避難所」を表示しているよ。最寄りの指定避難所を確認しておこう。



実際に自宅から避難場所までの経路を歩いてみて危険なところがないか確認してみよう！

