

マイ・タイムライン

マイ・タイムライン(避難行動計画)作成シート【記入例】

使い方

内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的にマイ・タイムラインの内容や避難行動の確認を行きましょう。

ステップ① ハザードマップで身近な「災害の危険」を確認

あなたの住んでいる地域は？(P21・P22 をチェック)	住んでいる場所の浸水深は？
<input checked="" type="checkbox"/> 浸水想定区域 <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域	余市 川 が氾濫した場合のわが家の地区の浸水予測は 0.5~3.0 m

ステップ② 避難先の確認

ハザードマップを見て、どちらの区域にも当てはまらない場合は空欄

災害の種類	避難先(避難所、親戚宅、友人宅)	避難先までの移動手段・時間
洪水(P21~P34)	福祉センター	徒歩 60 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small> 自転車 20 分
土砂災害(P21~P34)		徒歩 <input type="text"/> 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>
地震(P35~P44)	息子の家	徒歩 10 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small> 自転車 5 分
津波(P35~P44)	中央公民館	徒歩 <input type="text"/> 分・車 25 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>

対象外の場合は空欄

ステップ③ 家庭の状況の確認

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)	<input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有
---------------------------------	--

ステップ④ 避難行動の確認

「有」の場合は、事前に、家族の方や近隣の方に相談し、協力を求めて下さい

注意すべきこと	※警戒レベル	行政からの避難情報	私(と家族)のやるべき行動
大雨等発生の可能性 天気予報や気象庁が発表する情報、河川の水位に注意！	警戒レベル1		<input type="checkbox"/> テレビやラジオで気象情報を確認する <input checked="" type="checkbox"/> 避難先、移動手段、移動時間を再確認する <input checked="" type="checkbox"/> 避難するときに持っていくものを確認する(P9参照) <input type="checkbox"/> 避難しやすい服装に着替える ※河川や水田に近づくのはやめましょう
余市町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2		
	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	<input checked="" type="checkbox"/> 高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める <input checked="" type="checkbox"/> どこに避難するか、家族や親戚に伝える。 <input checked="" type="checkbox"/> 連絡する家族や親戚の電話番号 0135-00-0000
	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	<input type="checkbox"/> 危険な場所から全員避難する <input type="checkbox"/> 近所の人に声をかけて一緒に避難する。 <input type="checkbox"/> 声をかける相手 <input type="text"/>
災害発生	警戒レベル5	緊急安全確保 河川：氾濫が発生！ 氾濫発生情報発表	命の危険直ちに安全確保 命を守る最善の行動をとる 屋内の安全な場所への避難

わが家の避難するタイミングは 警戒レベル3 警戒レベル4

※警戒レベルの詳細や避難するタイミングについては3ページをご覧ください。

マイ・タイムライン(避難行動計画)作成シート

使い方

内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的にマイ・タイムラインの内容や避難行動の確認を行きましょう。

ステップ① ハザードマップで身近な「災害の危険」を確認

あなたの住んでいる地域は？(P21・P22 をチェック)	住んでいる場所の浸水深は？
<input type="checkbox"/> 浸水想定区域 <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域	川 が氾濫した場合のわが家の地区の浸水予測は <input type="text"/> m

ステップ② 避難先の確認

災害の種類	避難先(避難所、親戚宅、友人宅)	避難先までの移動手段・時間
洪水(P21~P34)		徒歩 <input type="text"/> 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>
土砂災害(P21~P34)		徒歩 <input type="text"/> 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>
地震(P35~P44)		徒歩 <input type="text"/> 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>
津波(P35~P44)		徒歩 <input type="text"/> 分・車 <input type="text"/> 分 <small>▶その他の移動手段を記入してください</small>

ステップ③ 家庭の状況の確認

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)	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有
---------------------------------	---

ステップ④ 避難行動の確認

注意すべきこと	※警戒レベル	行政からの避難情報	私(と家族)のやるべき行動
大雨等発生の可能性 天気予報や気象庁が発表する情報、河川の水位に注意！	警戒レベル1		<input type="checkbox"/> テレビやラジオで気象情報を確認する <input type="checkbox"/> 避難先、移動手段、移動時間を再確認する <input type="checkbox"/> 避難するときに持っていくものを確認する(P9参照) <input type="checkbox"/> 避難しやすい服装に着替える ※河川や水田に近づくのはやめましょう
余市町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2		
	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	<input type="checkbox"/> 高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める <input type="checkbox"/> どこに避難するか、家族や親戚に伝える。 <input type="checkbox"/> 連絡する家族や親戚の電話番号 <input type="text"/>
	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	<input type="checkbox"/> 危険な場所から全員避難する <input type="checkbox"/> 近所の人に声をかけて一緒に避難する。 <input type="checkbox"/> 声をかける相手 <input type="text"/>
災害発生	警戒レベル5	緊急安全確保 河川：氾濫が発生！ 氾濫発生情報発表	命の危険直ちに安全確保 命を守る最善の行動をとる 屋内の安全な場所への避難

わが家の避難するタイミングは 警戒レベル3 警戒レベル4

※警戒レベルの詳細や避難するタイミングについては3ページをご覧ください。