［記入例］

はじめにチェックすること

①ハザードマップでチェック　富山防災 WEB

あなたの住んでいる地域は

☑洪水浸水想定区域

□土砂災害警戒区域

洪水浸水深は（想定最大規模）

神通　川　　3 m

②家族の状況をチェック

避難に支援を必要とする人は

□なし　☑あり

ペット　□なし　☑あり

③避難行動の検討

洪水浸水想定・土砂災害警戒区域内である

（はい）　いいえ▶屋内待機

▼

建物が頑丈である

（はい）　いいえ▶水平避難（避難場所等）

▼

垂直避難で安全が確保できる

（ハザードマップで確認する）

はい　（いいえ）▶水平避難（避難場所等）

▼

垂直避難（建物の２階以上）

【注意！】

避難行動をとるための目安です。屋内待機や垂直避難と判断した場合でも、避難所等へ避難ができるよう準備をしておきましょう

警戒レベル	1	2	3	4	5
状況			高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
	大雨になりそう	注意報が出た	警報になった。移動に時間がかかる高齢者などは避難	避難指示が出た。全員避難！	もう外は危ない。２階や、崖から遠い部屋へ避難！
基本的な行動	□天気予報を確認 □家の点検・補強 □非常持出品の確認	□備蓄品が水没しないよう、安全な場所に置く	□避難場所開設状況の確認 ※市町村HPなど	避難開始	命を守る行動を！
行動の目安 高齢者と避難	□家族やケアマネジャーと避難の方法やタイミングを確認		避難開始	車での移動は早い段階で！ 車で避難中に道路の冠水や崩落で亡くなる場合があります。	
行動の目安 浸水想定区域外に避難	□避難先と連絡を取る（家族、親戚など） □ホテルを予約する □避難手段を確認 今のうちにTELしとこ！			野外行動禁止 ２階以上、山や崖と反対側の部屋など、屋内の安全な場所へ避難しましょう。	

マイ・タイムライン「私と家族の計画」

作成日　年　月　日

台風チェック			
	ペットクリニック確認		駐車場確認
		ホテル予約	
おばあちゃんの移動先に連絡（○○のおばさん）		→	避難
	備蓄品を２階へ	持出品まとめる	
	親戚に連絡	→	避難
川の上流の天気をHPで確認			
川の上流の様子を河川カメラで確認			