

# マイ・タイムラインについて

マイ・タイムラインとは、台風や大雨などによって災害が起こりそうなときに、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、とりまとめたものです。

自治体が発令する避難情報に合わせて、どのような行動をとるか整理するのがよいでしょう。

## 1 ハザードマップで、浸水深・避難場所・避難情報を確認する

ハザードマップで自宅や周辺が浸水するのか確認し、また避難場所と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危険警報など、どのような情報が出たら避難を開始するのかを確認します。

## 2 災害発生までにとるべき基本的な行動を考える

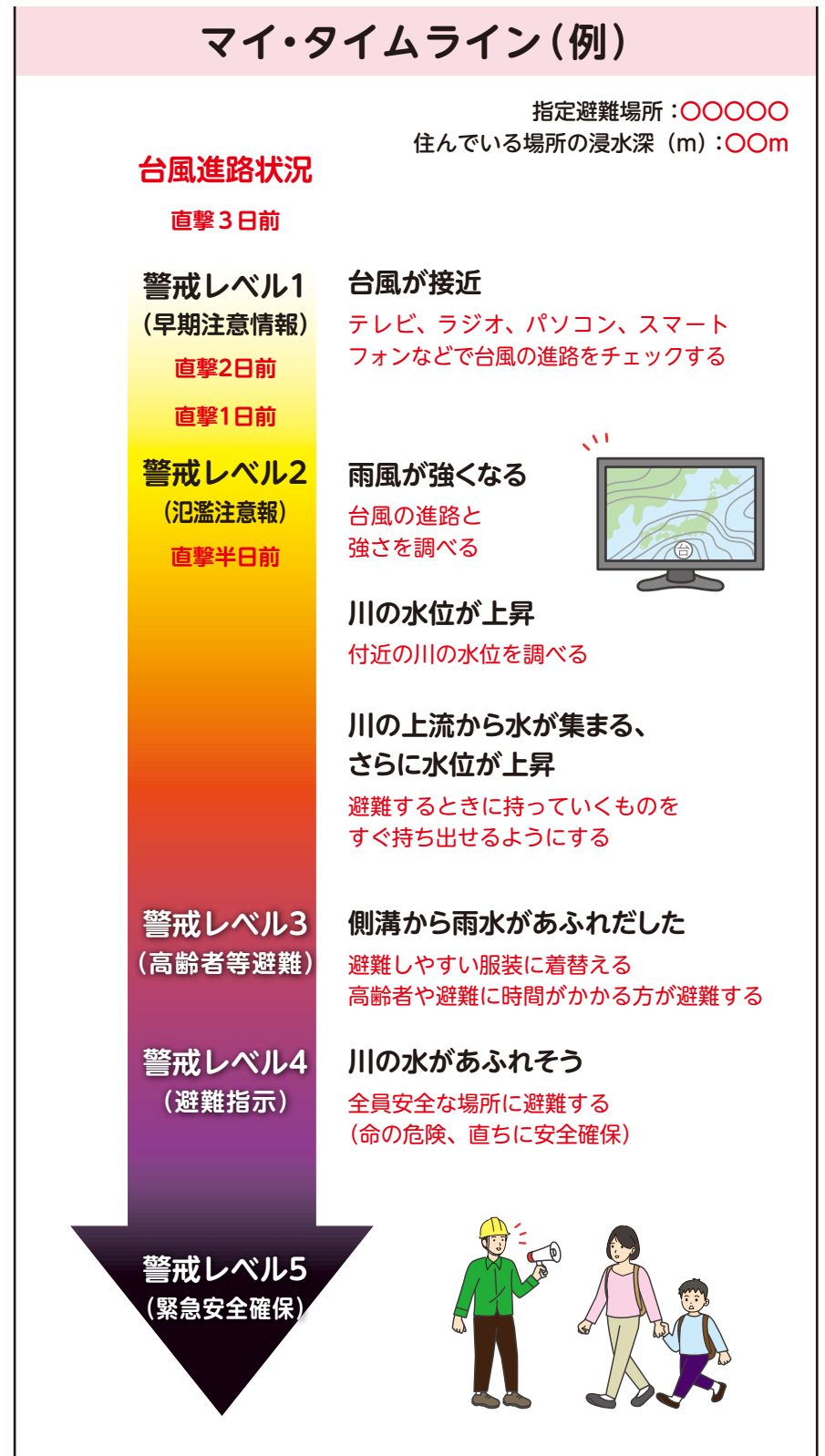
今後の台風情報を調べ始める、川の水位を調べ始める、住んでいるところと上流の雨量を調べ始める、非常持ち出しバッグをチェックする、避難しやすい服装に着替える、安全なところへ移動を始めるなどの基本的な行動とその順番を考えます。

## 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。

## 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して基本的な行動以外の自分たちに必要な行動を各時間に並べます。



※上記はマイ・タイムライン作成の一例です。

※避難指示等の避難情報は、災害の状況により判断するため、発令のタイミングが早まることもあります。

国土交通省のサイト「Webでマイ・タイムライン」から、手軽にタイムラインを作成することができます。

<https://www.ktr.mlit.go.jp/river/bousai/mytimeline/>

右のQRコードからも、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。

