

「おおいたマイ・タイムライン」活用方法

マイ・タイムラインとは、大雨や台風などの風水害から身を守るため、事前に自分自身や家族の行動を時間の流れに沿って整理しておく「避難行動計画」のことです。

マイ・タイムラインの目的

- 早めの避難のために、**避難スイッチ**を決めておく
- いざというとき、あわてずに避難できるようにする
- 必ず全員が避難して、被害にあわないようにする
- 普段から、災害発生や防災を考える力を身につける
- 事前の備えを準備・確認する習慣を身につける

マイ・タイムライン作成の流れ

1 「おおいたマイ・タイムライン学習資料」をそれぞれでチェック!
※学校の防災学習等で使用するのもオススメです!

家族でマイ・タイムラインを作る前にチェックしよう!

おおいたマイ・タイムライン学習資料

何を調べる? どうやって情報を集める?	<input type="checkbox"/> 避難所の場所を調べる <input type="checkbox"/> 天気のことを調べる <input type="checkbox"/> テレビ <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> おおいた防災アプリ	<input type="checkbox"/> 市・町・村のハザードマップ <input type="checkbox"/> 家から避難先までの経路 <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 防災メール <input type="checkbox"/> おおいた防災ポータル
避難するときに何を携って行けばいいかな?	<input type="checkbox"/> 飲み水 <input type="checkbox"/> 食料 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 貴重品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> アルコール消毒液	
どこに避難する?	<input type="checkbox"/> 近くの公民館 <input type="checkbox"/> 親せきの家 <input type="checkbox"/> 友人の家 <input type="checkbox"/> 近所にある宿泊施設 <input type="checkbox"/> 自宅避難 → (安全確認の内容は? :)	
家族で何を決めておけばいいかな?	<input type="checkbox"/> 毎日、必ず天気予報を確認する <input type="checkbox"/> 事前に備えておくこと・ものを決めておく <input type="checkbox"/> いつ避難を開始するか (避難スイッチ) を決めておく <input type="checkbox"/> 避難先を決めておく <input type="checkbox"/> 避難路を決めておく	

ポイント
あらかじめ記載されている項目以外にも自分が考えたことを記入してみよう!

2 チェックした学習資料を家族で持ち寄って「おおいたマイ・タイムライン」を作ってみよう!

おおいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画～

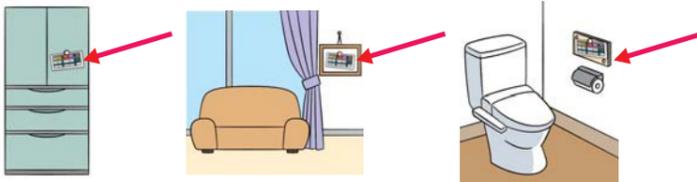
警戒レベルと警戒レベル相当情報(防災気象情報)

警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表)	警戒レベル2 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表)	警戒レベル3 高齢者等避難 (市町村が発令)	警戒レベル4 避難指示 (市町村が発令)	警戒レベル5 緊急安全確保 (市町村が発令)
今後、気象状況悪化のおそれあり	気象状況が悪化	災害のおそれあり	災害のおそれが高まっている	災害発生または切迫
氾濫注意情報	大雨・洪水警戒情報 氾濫警戒情報	警戒レベル3相当情報	警戒レベル4相当情報	警戒レベル5相当情報

警戒レベル4までに必ず避難

ポイント
家族みんなでいろんな意見を出し合って、楽しみながら作ってみよう!

3 マイ・タイムラインをみんなの目につきやすい場所に貼っておこう



家族でマイ・タイムラインを作る前にチェックしよう!

何を調べる? どうやって情報を集める?	<input type="checkbox"/> 避難所の場所を調べる <input type="checkbox"/> 市・町・村のハザードマップ <input type="checkbox"/> 天気のことを調べる <input type="checkbox"/> 家から避難先までの経路 <input type="checkbox"/> テレビ <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 防災メール <input type="checkbox"/> おおいた防災アプリ <input type="checkbox"/> おおいた防災ポータル	どこに避難する?	<input type="checkbox"/> 近くの公民館 <input type="checkbox"/> 親せきの家 <input type="checkbox"/> 友人の家 <input type="checkbox"/> 近所にある宿泊施設 <input type="checkbox"/> 自宅避難 → (安全確認の内容は? :)
避難するときに何を携って行けばいいかな?	<input type="checkbox"/> 飲み水 <input type="checkbox"/> 食料 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 貴重品 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> アルコール消毒液	家族で何を決めておけばいいかな?	<input type="checkbox"/> 毎日、必ず天気予報を確認する <input type="checkbox"/> 事前に備えておくこと・ものを決めておく <input type="checkbox"/> いつ避難を開始するか (避難スイッチ) を決めておく <input type="checkbox"/> 避難先を決めておく <input type="checkbox"/> 避難路を決めておく

記入例



おおいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画～

Ver.3(R3.5.20改訂)

警戒レベルと警戒レベル相当情報(防災気象情報) ※警戒レベルと警戒レベル相当情報が発令・発表されるタイミングと対象地域は、必ずしも一致しないことに注意

警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表)	警戒レベル2 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表)	警戒レベル3 高齢者等避難 (市町村が発令)	警戒レベル4 避難指示 (市町村が発令)	警戒レベル5 緊急安全確保 (市町村が発令)
今後、気象状況悪化のおそれあり	気象状況が悪化	災害のおそれあり	災害のおそれが高まっている	災害発生または切迫
氾濫注意情報	大雨・洪水警戒情報 氾濫警戒情報	警戒レベル3相当情報	警戒レベル4相当情報	警戒レベル5相当情報

警戒レベル4までに必ず避難

警戒レベル5 緊急安全確保 (市町村が発令) 災害発生または切迫

警戒レベル5 相当情報 大雨特別警報 氾濫発生情報 高潮氾濫発生情報

警戒レベル4までに必ず避難

警戒レベル4 避難指示 (市町村が発令) 災害のおそれが高まっている

警戒レベル4 相当情報 土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 高潮警報

警戒レベル3 高齢者等避難 (市町村が発令) 災害のおそれあり

警戒レベル3 相当情報 大雨・洪水警戒情報 氾濫警戒情報

警戒レベル2 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表) 気象状況が悪化

警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表) 今後、気象状況悪化のおそれあり

警戒レベルに依じた家族の行動

災害への心構えを高める	自分や家族の避難行動を確認	高齢者等は危険な場所から避難	危険な場所から全員避難	命の危険、直ちに安全確保
<ul style="list-style-type: none"> ○ 天気予報を確認 ○ 台風の進路やいつ接近するかのチェック ○ 薬などを事前に受け取っておく 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ハザードマップで避難場所を確認 ○ 非常持出品の準備 ○ テレビやラジオで気象情報をこまめにチェック 	<p>わが家の避難スイッチ! 警戒レベル3発令後に必ず避難する!!</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 家族で決めた避難場所の高台にある叔母の家へ移動を開始! 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 避難完了 ○ 引き続き気象情報を確認 	<ul style="list-style-type: none"> ⚠️ 自宅内の安全な場所へ避難 ⚠️ 2階以上に避難

もうすぐ避難開始!

日頃から調べておくこと、備えておくこと

わが家の災害リスク・避難先	非常持出品	情報収集ツール
<ul style="list-style-type: none"> □ 浸水する深さ 想定 (3) m □ 近隣河川までの距離 (250) m □ 土砂災害警戒区域に入って (いる・いない) □ 避難先① (おばさんの家) まで、徒歩・車で (10) 分 □ 避難先② (大分公民館) まで、徒歩・車で (7) 分 ※ 自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な建物の場合は、屋内待機や垂直避難 (建物内の2階以上) □ 避難先までの危険な場所・特徴 (避難先①道路が狭い 避難先②長い階段がある、街灯が少ない) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 食料品 ✓ 飲料水 ✓ 貴重品 ✓ 着替え ✓ 懐中電灯 ✓ 毛布 ✓ 携帯電話の充電器 ✓ 着替え ✓ 電池 ✓ マスク ✓ アルコール消毒液 ✓ 体温計 ✓ ハザードマップ ✓ ビニール手袋 ✓ タオル <p>※忘れてませんか? ✓ 常備薬 ✓ お薬手帳 ↓その他に準備する物も書いておこう!</p> <p>紙オムツ 生理用品 ドッグフード ウエットティッシュ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ おおいた防災アプリ ✓ 県民安全・安心メール 市町村防災メール ✓ テレビ ✓ 防災ラジオ ✓ 大分地方気象台HP ✓ おおいた防災ポータル

「おおいたマイ・タイムライン」のダウンロードはこちらから

<https://www.city.oita.oita.jp/o009/kurashi/anshinanzen/maitaimurain.html>





おおいたマイ・タイムライン～ わが家の避難計画～

Ver.3(R3.5.20改訂)

警戒レベルと警戒レベル相当情報(防災気象情報)

※警戒レベルと警戒レベル相当情報が発令・発表されるタイミングと対象地域は、必ずしも一致しないことに注意

警戒レベル1 早期注意情報 (気象庁が発表) 今後、気象状況悪化のおそれあり	警戒レベル2 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表) 気象状況が悪化	警戒レベル3 高齢者等避難 (市町村が発令) 災害のおそれあり	警戒レベル4 避難指示 (市町村が発令) 災害のおそれが高まっている	警戒レベル5 緊急安全確保 (市町村が発令) 災害発生または切迫
-	氾濫注意情報	警戒レベル3相当情報 大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	警戒レベル4相当情報 土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 高潮警報	警戒レベル5相当情報 大雨特別警報 氾濫発生情報 高潮氾濫発生情報

警戒レベルに応じた家族の行動

災害への心構えを高める	自分や家族の避難行動を確認	高齢者等は危険な場所から避難	危険な場所から全員避難	命の危険、直ちに安全確保
	もうすぐ避難開始!			全員避難完了!
				 自宅内の安全な場所へ避難 2階以上に避難

日頃から調べておくこと、備えておくこと

わが家の災害リスク・避難先	非常持出品	情報収集ツール
<input type="checkbox"/> 浸水する深さ 想定 () m <input type="checkbox"/> 近隣河川までの距離 () m <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域に入って (いる・いない) <input type="checkbox"/> 避難先① () まで、徒歩・車で () 分 <input type="checkbox"/> 避難先② () まで、徒歩・車で () 分 ※自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な建物の場合は、屋内待機や垂直避難(建物内の2階以上) <input type="checkbox"/> 避難先までの危険な場所・特徴 ()	<input type="checkbox"/> 食料品 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 貴重品 <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> ハザードマップ <input type="checkbox"/> ビニール手袋 <input type="checkbox"/> タオル ※忘れてませんか? <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳 ↓その他に準備する物も書いておこう!	<input type="checkbox"/> おおいた防災アプリ <input type="checkbox"/> 県民安全・安心メール 市町村防災メール <input type="checkbox"/> テレビ <input type="checkbox"/> 防災ラジオ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>