

# 「マイ・タイムライン」を作ってみよう!

一人ひとりに合った避難の準備から避難完了までの行動計画が、「マイ・タイムライン」です。  
家族や地域の方と話し合いながら「マイ・タイムライン」を作って、自分や家族を風水害から守りましょう!

## ステップ 1

### 自分の家の場所を 防災マップで探してみよう!

大雨の時は浸水するの?

## Point!

- 自分の家の場所を地図で探そう
- 地図に色が塗られていないか確認
- 色が塗られている場合、どれくらいの高さまで水が来るのか確認



近くに川があるから大雨が降ると危ないね。

## ステップ 2

### 土砂災害の危険がないか 調べよう!

土砂災害は大丈夫?

## Point!

- 自分の家の場所が赤色や黄色で囲まれているか確認
- 囲まれている場合は、土砂が崩れる可能性あり



ここは赤色で囲まれているから大雨のときは危ないね。



マイ・タイムライン?



p12~p14にあるよ

## ステップ 3

### 避難する場合の場所や経路を 確認しておこう!

① 避難する場所や方法は?  
② 避難経路は大丈夫かな?

## Point!

- 避難する場所や避難する場合の時間、どうやって行くか等を確認
- 同じく避難する経路に色が塗られていないかもチェック



避難経路も色がついていないから大丈夫!

避難場所まではどうやって行こうかな?

## ステップ 4

### マイ・タイムラインに 書いてみよう!

## Point!

- 記入例を参考に自分の行動を書く
- これが起きたら避難するというときの場面を決め書いておく(避難スイッチ)  
例)家の前の水路があふれたらなど

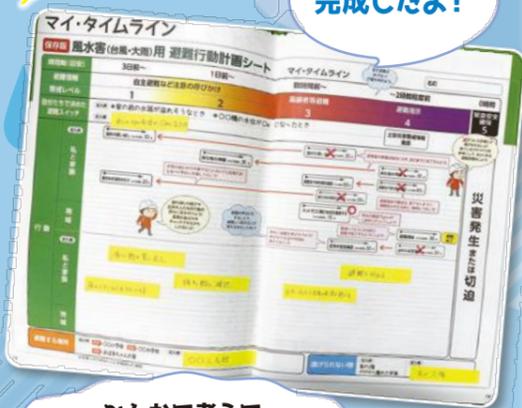


台風に備えて3日前に食料の買い出し、2日前に持ち物を確認しよう!

自宅が安全な場合は、避難所(場所)に行かず**在宅避難**(外に出ない)も考えよう!

私や家族が使える「マイ・タイムライン」が完成!

完成したよ!



みんなで考えて「マイ・タイムライン」を作ったよ。防災マップがあると安全だね!



▲作成に協力いただいた防災士の北村正之さん(右端)と佐伯千代さん(左端)、和楽器集団岩上太鼓 彩の児童の皆さん

作り方を紹介した動画があるので、こちらも見てください。しがマイ・タイムライン▶



問合せ: 危機管理課  
Tel 69-2103 Fax 63-4619

自分や家族の避難行動計画「マイ・タイムライン」を作ろう!

2月に市内全戸にお配りした「甲賀市防災マップ2022」はご利用いただいているでしょうか。5年ぶりに更新した本マップでは、避難の考え方や避難先一覧に加え、地域別の浸水する深さを色で表示するなど、事前の防災への備えに役立つ情報をたくさん掲載しています。

その中で今回は災害が近づいたときに役立つ「マイ・タイムライン」を紹介します。(防災マップの12ページから14ページに掲載)

マイ・タイムラインとは、自分や家族の行動計画を示したもので、事前に時系列での行動を記入しておくことで、いざという時に慌てずに避難行動に移せるものです。

上記のように4つのステップで簡単に作成できるので、皆さんもご自身やご家族で、また地域で話し合ってみよう。



その時、どんな行動を?

どうでしたか。皆さんも作成できましたか、しかし完成して終わりではありません。

災害が近づいたとき、目の前まで危険が迫っているとき、自分の命を守るための最善の行動につながるよう作成した「マイ・タイムライン」を何度も見直し、さらに完成度の高いものにしていくことも大切です。

皆さんは作成に至るまでに、頭の中でこんな時はどうしよう? もしこんな場合が発生したら? と考えを巡らせたことと思います。そうした状況を頭の中で想定し、その時の自分の行動をシミュレーションすることも安全な避難につながります。自分だけの「マイ・タイムライン」を使いこなせる、そんな行動でいざその時に最善の行動がとれるようにしておきましょう。

危険度分布(キキフル)

気象庁により、土砂災害、浸水、洪水などの発生が予想される場所をリアルタイムで把握することができます。



気象庁ホームページ