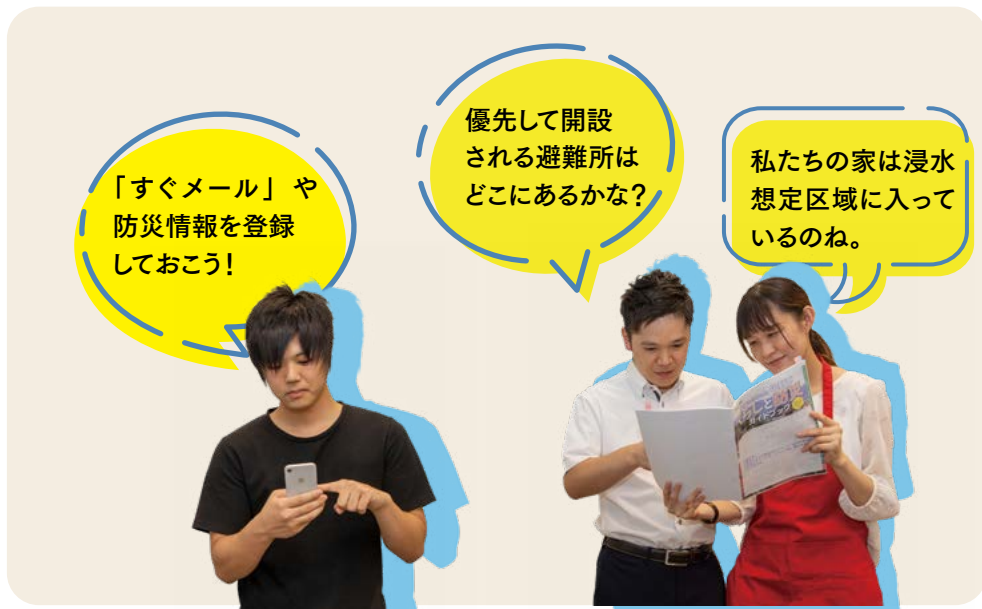


マイ・タイムラインって？

マイ・タイムラインとは、台風の接近などによる風水害に備え、余裕をもって避難するために事前に考えておく、一人一人の生活にあったオリジナルの避難行動計画です。避難が必要になるまでの流れを事前に理解し、発信される情報の種類や収集先を知ること、どのタイミングでどのような行動をとるかを考え、準備することができます。



1 自分の家のことを調べよう



警戒レベル1～2相当情報

洪水注意報、大雨警報、早期注意情報

平常時

2 避難する前の準備を考えよう



私たちも勉強しました！



撮影協力：市役所 若手職員

(お父さん役：北岡千明 お母さん役：徳竹あすか
息子役：半藤慶弥 お婆ちゃん役：小田切一磨)

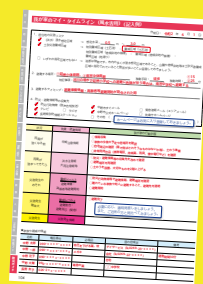
風水害が発生する可能性が高まった場合「早めの避難」がとても重要となります。事前にマイ・タイムラインを作成し、「いつ、なにをすべきか」あらかじめ整理しておくことで行動の目安となり、いざというときに慌てず安全に避難行動を取ることができます。

内閣府の「防災に関するアンケート調査」によると、自宅以外への避難に備えた対策について「特に何もしていない」と答えた回答者の割合は約50%となりました。

「自分の家は浸水想定区域に入っているのか」「土砂災害警戒区域に入っているのか」。事

MY TIMELINE

あなただけのタイムラインを作って「いざ」というときに備えましょう！



▼様式は「防災ガイドブック」105ページに掲載しています。

Information

防災情報

テレビやラジオのほか、インターネットなどを活用して情報の収集に努めましょう。
どこでどのような情報が得られるかを事前にチェックしておくことも大切です。

▶ 中野市すぐメール

防災行政無線の放送内容や気象情報、地震情報、避難情報などの緊急防災情報や安心・安全を確保するための市からのお知らせをメールで受け取れます。



※屋外放送が聞き取れなかった場合は、
フリーダイヤル 0120-892-560
でも確認ができます。

▶ 中野市防災情報

防災情報のリンク集です。
以下の情報サイトへのリンクがまとめてご覧になれます。



- ・中野市河川監視カメラシステム川の水位情報（危機管理型水位計）
- ・長野県砂防情報ステーション
- ・長野県防災情報ポータル
- ・気象関係情報
- ・停電情報
- ・各種防災対策情報 etc.

Check!



▲ 防災ガイド。ハザードマップはこちらからもご覧になれます。



▲ マイ・タイムライン様式・記入例

戸締り、ガスの元栓、ブレーカー忘れずに!

隣のお爺ちゃんにも声掛けしよう!

避難に時間がかかる私はレベル3で避難開始!

息子に送ってもらいますね



※福祉避難所については8ページをご覧ください。

3 避難ルートや注意点などを考えよう

警戒レベル5

警戒レベル4

危険な場所から

全員避難

警戒レベル3

危険な場所から

高齢者等は避難

4 避難所での行動を考えよう

寒いかもしれない。上着を1枚余計に持っていこう。

当面の飲み物や食料も必要だね!

マスクと携帯電話のバッテリーを持っていかなきゃ!



災害イコール避難ではありません。すでに安全な場所にいる人は避難しなくても大丈夫。また、安全な親戚・友人宅なども避難先のひとつとして検討しておきましょう。

前に自分が住んでいる土地のリスクや防災情報を「知り」、避難に向けてどんな課題があるか「気づき」、どうすればいいかを「考える」ことはとても大切です。マイ・タイムラインの作成にあたり、これらの行動を格段にスムーズにすることができず。



危機管理課 主事 荒井 茂樹