



マイ・タイムラインって？

「マイ・タイムライン」は、事前に予測できる雨や風（台風など）によって発生する風水害時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列に整理し、とりまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動のチェックリスト、また、判断のサポートツールとして役立ちます。

自分の家族構成や生活環境にあった避難に必要な情報・判断・行動を考えてマイ・タイムラインを作りましょう。

心得1 あくまで行動の目安として認識する。

心得2 防災気象情報や避難情報等をこまめに収集・確認する。

心得3 収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。

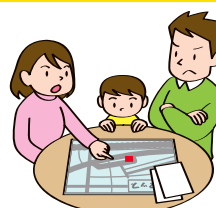


マイ・タイムライン作成のポイント

ポイント1 ハザードマップで確認する
災害時に自宅や職場、学校がどれくらい危険なのか確認しましょう。

5.0m以上	2階以上浸水の目安
3.0～5.0m未満	
2.0～3.0m未満	床上浸水の目安
1.0～2.0m未満	
0.5～1.0m未満	
0.5m未満	床下浸水の目安

ポイント2 最適な避難先を確認する
避難先や連絡方法について普段から家族で話し合っておきましょう。



ポイント3 避難行動を開始する目安を検討する
いつ避難行動を開始するのか避難のタイミングを決めます。
避難のタイミングは、「家族に高齢者や乳幼児がいる」「避難場所が遠い」など、家族の事情に踏まえて設定することが大切です。

ポイント4 「いつ、誰が、何をするか」を考えておく
避難開始までの行動を家族で考えましょう。行動に無理がないかなど、それぞれにかかる時間を考えて、余裕を持って行動できるようにしましょう。



わが家の防災メモ

彦根市民防災マニュアルを通して確認した自宅の想定されている災害や避難行動、避難先をこのページにまとめ、いざというときに備えましょう。

風水害についてまとめよう

☒ 自宅の危険をチェック

☐ 自宅に色が塗られていますか？

NO → ☐ 外出せずに屋内にとどまることも可能

YES → ☒ 避難行動をチェック

☐ 土砂災害警戒区域に指定されていますか？

YES → ☐ 立退き避難
☐ 安全な親戚・知人宅
☐ 安全なホテル・旅館
☐ 指定緊急避難場所

NO → ☐ 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていますか？

YES → ☐ 立退き避難
☐ 安全な親戚・知人宅
☐ 安全なホテル・旅館
☐ 指定緊急避難場所

NO → ☐ 自宅に浸水しない階はありますか？

浸水の深さ： m～ m

YES → ☐ 屋内安全確保も可能
浸水しても水がひくまで我慢できる水や食料などの備えをしましょう。

☒ 避難するタイミングをチェック

☐ 避難するのに時間がかかる もしくは家族の中に避難に時間を要する高齢者等がいますか？

☐ YES 警戒レベル3で避難開始 ☐ NO 警戒レベル4で避難開始

地震についてまとめよう

☒ 地震の規模と被害予想をチェック

☐ 鈴鹿西縁断層帯地震で想定される震度 震度

☐ 南海トラフ地震で想定される震度 震度

☒ わが家の避難先をチェック

☐ 指定緊急避難場所

避難先

避難情報の入手方法

☒ 自分が確認できるものにチェック

☐ パソコン・スマートフォン

☐ 彦根市メール配信システム

☐ 彦根市ホームページ（緊急情報）

☐ 彦根市公式アプリ「ひこまち」

☐ アプリ「Yahoo! 防災速報」

☐ 彦根市LINE公式アカウント

☐ 彦根市災害用Twitter

☐ テレビ・ラジオ

☐ テレビ NHK データ放送「防災・生活情報」

☐ ラジオ「エフエムひこね（78.2MHz）」

☐ その他

☐ 彦根市民防災マニュアル

非常持出品・備蓄品

☒ 準備ができていないものにチェック

☐ 非常持出品

☐ 貴重品

☐ 食料品

☐ 衣類

☐ 小物

☐ 医薬品

☐ 感染症対策品

☐ 備蓄品

☐ 食料品の備え

☐ 生活用品の備え

☐ ライフライン停止への備え

☐ 医薬品の備え

[illegible]