

災害に備えて～我が家のタイムラインの使い方～

災害時に逃げ遅れないよう、「いつ」「どのような」行動をとるかを事前に整理しておきましょう！

①ハザードマップで自宅の災害リスクを確認しよう

- ハザードマップは、浸水や土砂災害の危険があるエリアや、指定避難所の場所などが示された地図のことです。
- お住まいの市町村のハザードマップで、自宅やよく行く場所（学校・職場など）の災害リスクを確認しましょう。
- 災害リスクのあるエリアに自宅が所在する場合は、我が家のタイムラインを作成して災害に備えましょう。

②避難に必要な情報を記入しよう

- すぐに避難できるように、避難先、移動手段、避難時の持ち物などの情報を記入しておきましょう。
- 避難先は避難所だけでなく、親戚知人宅、市外、県外なども想定しておき、もしもの時にすばやく避難できるように備えましょう。

③避難するタイミングを確認しよう

- 避難に時間のかかる人は「レベル3 警報」<高齢者等避難>で早めに避難します（高齢者、障害者、乳幼児など）
- それ以外の人は全員「レベル4 危険警報」<避難指示>で避難します。
- 自分がどちらのタイミングで避難するのか確認して、該当する方を丸で囲みましょう。

④我が家のタイムラインに従って行動しよう

- 台風や大雨のおそれがあるときは、我が家のタイムラインを確認しましょう。
- 気象庁が発表する防災気象情報や、市町村が発令する避難情報に注意しましょう。
- 「レベル3 警報」<高齢者等避難>や「レベル4 危険警報」<避難指示>が発表されたら、逃げ遅れないように避難しましょう。

我が家のタイムライン

まず、ハザードマップで自宅の災害リスクを確認しよう！

避難先(避難所、親戚宅、友人宅) 避難先までの移動手段 避難先までの移動時間

避難時に避難先を伝える相手・連絡先(家族、親戚など) 避難先までの移動手段

洪水のおそれがあるときは、気象情報や市町村が発令する避難情報に注意して行動する！

防災気象情報 (大雨・河川氾濫・土砂災害)	逃げ遅れないためにやるべきこと
レベル1 早期注意情報 ◆災害への心構えを高める	◆テレビラジオで気象情報(台風情報)を確認する ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する ※河川や水田、崖に近づく ◆避難するときに持って確認する(✓印をつける) ※持ち物はあらかじめリストアップし、にまとめておきましょう ※季節によって必要なものを準備しておきましょう
レベル2 注意報 ◆避難行動(避難所、親戚宅、友人宅)	<input type="checkbox"/> 食料品 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 着替え <input type="checkbox"/> 上履き <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯充電器 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 貴重品(通帳など) <input type="checkbox"/> その他() ◆避難しやすい服装に着替える
レベル3 警報 <高齢者等避難> ◆避難に時間を要する人は早めに避難	避難に時間のかかる人と支援者は避難する (高齢者、障害者、乳幼児 など)
レベル4 危険警報 <避難指示> ◆危険な場所から全員避難	危険な場所から全員避難する
レベル5 特別警報 <緊急安全確保> ◆命の危険 直ちに安全確保！	全員が避難完了のタイミング レベル5になってからでは「逃げ遅れ」になるリスク大！

※市町村によっては、「レベル2 注意報」で「高齢者等避難」を発令したり、「レベル3 警報」で「避難指示」を発令する場合もあります。災害のおそれがあるときは、お住まいの市町村からの情報を確認しましょう！

防災お役立ち情報

■茨城県防災・危機管理ポータルサイト
県内で発令中の警報、市町村の避難情報の発令状況、避難所の開設状況などを確認できます。



■茨城県 | WEB版マイ・タイムライン
パソコンやスマートフォンで我が家のタイムラインを作成できます。



■国土交通省 | わがまちハザードマップ
市町村が作成したハザードマップを見つけやすくまとめたリンク集です。



■気象庁 | キキクル (危険度分布)
洪水や土砂災害の危険度の高まりを確認できます。



■茨城県 | 雨量・河川水位情報
県内の河川の水位情報や雨量情報などを確認できます。



茨城県 防災・危機管理部 防災・危機管理課

問 交通防災課

☎0297(21)2180