

「マイ・タイムライン」とは・・・
水害に備えて、前もって自分のとるべき行動を整理し、時間軸にまとめた避難行動計画です。

に必要な事項を記入し、にチェック(✓)などをして「マイ・タイムライン」を完成させましょう。

①総合防災マップで洪水時の浸水深や避難場所を確認しよう！



(この二次元コードからもアクセスできます。)

総合防災マップを見て、自宅の位置を確認し、右の質問に答えましょう。
総合防災マップは田原本町のホームページでも見ることができます。

田原本町総合防災マップ

避難場所は指定避難所だけではありません。
どこへ避難するのが適切かを考えましょう。
例：自宅の上階、親戚・知人の家、近くの浸水しない建物など

Q1 あなたの家は浸水区域に入っていますか？

はい 浸水深は m です。 いいえ

Q2 あなたの避難場所はどこですか？

わたしの避難場所は です。

※複数ある場合は、優先順位をつけて、複数記載しましょう！

Q3 家族や近所で避難に時間がかかる人はいますか？

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 高齢者 | <input type="checkbox"/> 乳幼児 |
| <input type="checkbox"/> 障がいのある人 | <input type="checkbox"/> 妊産婦 |
| <input type="checkbox"/> 病気の人 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

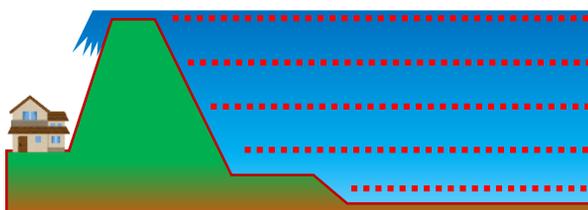
平常時の準備

②非常持出品を準備しよう！

非常食・水 (最低3日分)	乳児・妊婦用品	高齢者がいる家庭の備え
<input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 保存食 (アルファ化米や缶パン等) ・レトルト食・缶詰等	<input type="checkbox"/> おむつ、お尻ふき <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> ミルク、使い捨て哺乳瓶 <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> 抱っこひも	<input type="checkbox"/> 補助具 (杖、補聴器等) <input type="checkbox"/> 紙パンツ <input type="checkbox"/> 入れ歯、入れ歯用洗浄剤 <input type="checkbox"/> 高齢者手帳等
日用品	安全対策	女性の備え
<input type="checkbox"/> 手袋 (軍手) <input type="checkbox"/> ちり紙、ティッシュペーパー <input type="checkbox"/> ろうそく、ライター、マッチ <input type="checkbox"/> 懐中電灯、携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 予備電池、携帯充電器 <input type="checkbox"/> 洗面用具 (歯ブラシ等) <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	<input type="checkbox"/> 防災ヘルメット、防災ずきん <input type="checkbox"/> 救急用品 (常備薬、持病薬、ばんそうこう、消毒液等) <input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> 生理用品、おりものシート <input type="checkbox"/> 中身の見えないゴミ袋
貴重品	感染症対策	その他
<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 通帳、印鑑 <input type="checkbox"/> 保険証、免許証、パスポート、マイナンバーカード、診察券等	<input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> アルコール手指消毒液 <input type="checkbox"/> 石けん、ハンドソープ <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> 体温計	<input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>



川の水位について (解説)



- | | |
|---------|----------------|
| はん濫の発生 | 川がはん濫している状態 |
| はん濫危険水位 | 川がはん濫する恐れがある水位 |
| 避難判断水位 | 避難を行う目安となる水位 |
| はん濫注意水位 | 避難準備を行う目安となる水位 |
| 水防団待機水位 | 水防活動を行う準備をする水位 |



台風や前線が発生！

雨が強くなる前に準備

警戒レベル1

気象庁が発表

○早期注意情報

災害への心構えを高める

警戒レベル2

○大雨・洪水注意報等発表

災害への心構えを高め、ハザードマップ等を使って避難行動を確認しましょう。

河川の水位が

- ・水防団待機水位に到達
- ・はん濫注意水位に到達

- ・避難判断水位に到達

警戒レベル3

田原本町が発令

○高齢者等避難開始

危険な場所から
高齢者等は避難

※高齢者等以外の人にも必要に応じ、避難の準備をしたり、自主的に避難するタイミングです

- ・はん濫危険水位に到達

警戒レベル4

田原本町が発令

○避難指示

危険な場所から
全員避難

- ・はん濫が発生

警戒レベル5

田原本町が発令

○緊急安全確保

災害発生又は切迫

命を守るための最善の行動をとみましょう。

避難行動を開始

身の安全を確保

③避難する前の準備を考えましょう！

- 避難場所、避難経路の再確認
- 家族の予定を確認、はぐれた時の連絡手段を確認
- 非常用持出袋の再確認
- 病院に薬をもらいに行く
- 携帯電話、モバイルバッテリーの充電
- 大切なものを2階に上げる
- 家の周りがある風に飛ばされそうな物の片付け
-
-
-
-

ペットや介護等が必要な家族がいる場合はあらかじめ浸水しない施設や親戚などに預ける等検討しましょう

④避難時の注意点など考えましょう！

- テレビやインターネットで避難情報を確認
- 動きやすい服に着替える（靴は運動靴など）
- 近所の高齢者の方などに声かけする
- 戸締まり、ガスの元栓を閉める、ブレーカーを切る
-
-
-

避難情報などをお知らせする
「田原本町公式LINE」の登録はコチラ



⑤避難方法を考えましょう！

いつ
(タイミング)

- 高齢者等避難(警戒レベル3)
- 避難指示(警戒レベル4)

※どちらかにチェックを入れてください。

なにで
(移動手段)

※車での避難は控えましょう！
※行政が開設する避難場所への車の駐車は原則禁止です。

どこへ
(避難場所)

移動時間

約

分

へ逃げます！