

マイ・タイムラインを作ってみよう！

はじめに

近年、気候変動により大雨や台風などによる気象災害は激甚化、頻発化しており、いつどこで命を脅かす災害が発生してもおかしくありません。「自分の命は自分で守る」の自助意識を持ち、お住まいの地域にどのような危険性があるのか確認するとともに、一人ひとりの状況に合わせた行動計画を立てておきましょう。

平成 30 年 7 月豪雨を踏まえた水害・土砂災害からの避難のあり方について（中央防災会議）
 <国民の皆さんへ>から抜粋

- 自然災害は、決して他人ごとではありません。「あなた」や「あなたの家族」の命に関わる問題です。
- 行政が一人ひとりの状況に応じた避難情報を出すことは不可能です。自然の脅威が間近に迫っているとき、行政が一人ひとりをお助けに行くことはできません。
- 避難するかしないか、最後は「あなた」の判断です。皆さんの命は皆さん自身で守ってください。
- まだ大丈夫だろうと思って亡くなった方がいたかもしれません。河川の氾濫や土砂災害が発生してからではもう手遅れです。「今、逃げなければ、自分や大事な人の命が失われる」との意識を忘れないください。
- 命を失わないために、災害に関心を持ってください。
 - ・あなたの家は洪水や土砂災害等の危険性は全くないですか？
 - ・危険が迫ってきたとき、どのような情報を利用し、どこへ、どうやって逃げますか？

「あなた」や「あなたの家族」の命を守るために、今できる準備を始めましょう！

マイ・タイムラインってなに？

「マイ・タイムライン」は、大雨や台風による災害発生のおそれがある場合に家族構成や生活環境に合わせ、「いつ」「だれが」「なにをするのか」をあらかじめ時系列に整理し、自分や家族を守るための「避難行動」と「確認事項」を表にしておくことです。「マイ・タイムライン」をつくっておくことで、いざというときに落ち着いて行動することができます。自分や家族の命を守るために、「マイ・タイムライン」をつくってみましょう！



1 あなたやあなたの家族の災害リスクを知ろう！

鹿屋市防災マップで、自分の住んでいるところの災害リスクについて調べましょう！



2 タイムラインの考え方を知ろう！

台風の接近などにより雨が強くなると、土砂災害や洪水が発生する可能性が高くなります。時系列的に自分や家族の防災行動を整理し、タイムラインをつくることで、いざというときにあわてずに行動できます。



3 マイ・タイムラインをつくらう！

実際に裏面にあるマイ・タイムラインを作ってみましょう！
 作ったマイ・タイムラインはいつでも見える所に貼っておきましょう！

（注）災害はマイ・タイムラインで想定した通りに進行するとは限りません

- ◆台風の進み方や雨の降り方などによって、状況は刻一刻と変化します。
- ◆気象警報や避難情報はこまめに確認しましょう。
- ◆災害に応じて、臨機応変にマイ・タイムラインを活用し防災行動を判断しましょう。

防災情報の確認方法

聴く

○防災行政無線・緊急告知FMラジオ



○FMかのや放送（周波数77.2MHz）



避難情報などを随時、放送します。
 【放送例】
 こちらは鹿屋市です。
 ○○地区に「警戒レベル4避難指示」を発令しました。
 △△川が氾濫する可能性があります。
 ○○地区のみなさんは全員すみやかに、安全な場所への避難行動を取ってください。

見る

テレビ

警戒レベル発令などの避難情報がテロップで流れます。またdボタンを押せば、データ放送で各種防災情報入手できます。（気象情報、避難所情報、川の水位など）



※テレビのリモコンにdボタンがあります。確認してください。

登録する

かのやライフ（市公式アプリ）

災害時には避難情報や避難所の混雑状況などを配信します。平常時は生活に役立つ情報や避難所マップ、AEDマップなどを確認できます。



FMプラぷら

災害時には、鹿児島地方気象台の気象情報や市の避難情報などがプッシュ通知で配信されます。また、FMかのや放送で避難所情報等を聴くこともできます。※市ホームページもリンクしています。



鹿屋市公式 Facebook



鹿屋市公式 LINE



確認する

<p>鹿屋市 ホームページ</p>	<p>鹿屋市 防災マップ</p>	<p>国土交通省 川の防災情報</p>	<p>大隅河川国道事務所 リアルタイム防災情報</p>	<p>鹿児島県河川砂防 情報システム</p>
<p>九州電力送配電 停電情報</p>	<p>気象庁 鹿児島地方気象台</p>	<p>雨雲の動き (降水ナウキャスト)</p>	<p>気象庁 洪水キキクル</p>	<p>気象庁 土砂キキクル</p>

【お問い合わせ】 鹿屋市 安全安心課 0994-31-1124

鹿屋市マイ・タイムライン

(いざという時どうするか考えておこう!)

避難情報が出たら速やかに避難しましょう!

警戒レベル4までに必ず避難!

命を守る行動をとる!

雨の状況

大雨の可能性が高まる
〔数日～約1日前〕

雨が降り始める
〔半日～数時間前〕

雨が激しくなる
〔数時間前～2時間前〕

数十年に一度の大雨
〔災害発生直前〕

作成する前に確認すること

ハザードマップなどで確認







家庭状況のチェック

あなたの住んでいる場所は? 土砂災害警戒区域 洪水浸水想定区域

避難に支援を必要とする人(高齢者や障がい者など) 無 有 ペット:無 有

避難行動とは

避難とは「難」を「避ける」ことであり、安全を確保することです。安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。また、避難先は指定の避難所だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう

防災気象情報 (気象台・国土交通省・鹿児島県)	【レベル1】 早期注意情報 (警報級の可能性)	【レベル2】 大雨・氾濫・土砂災害・高潮 注意報	【レベル3】 大雨・氾濫・土砂災害・高潮 警報	【レベル4】 大雨・氾濫・土砂災害・高潮 危険警報	【レベル5】 大雨・氾濫・土砂災害・高潮 特別警報
<p>○日頃から情報収集につとめましょう!</p> <ul style="list-style-type: none"> 外出前に天気予報を確認 最新の気象情報入手 雲の流れや雨の降り方など、気象状況に応じて行動しよう 地域で実施している避難訓練に参加し、避難経路やいざという時の行動を事前確認しましょう! 	<p>○気象情報に注意しましょう!</p>  <p>・災害への心掛を高めましょう!</p>	<p>○避難に備えましょう!</p>  <p>避難行動の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> 避難場所、経路の再確認 非常持ち出し袋を用意(食べ慣れたものがあると安心) 	<p>【避難情報】高齢者等避難</p>  <p>★高齢者等支援が必要な方は避難を開始! ・その他の方は避難準備をし、自動的に避難する</p>	<p>【避難情報】避難指示</p>  <p>★災害が発生するおそれが極めて高い状況であり、自宅や職場、今いるところが危険な方は、直ちに避難する! ・立ち退き避難か在宅避難を選択</p>	<p>【避難情報】緊急安全確保</p>  <p>★命を守るための最善の行動をとる! ・既に安全な避難が困難な場合は自宅の2階やがけから離れた部屋など、より安全な場所で身の安全を確保</p>
<p>共通事項</p> <p>□あらかじめ時系列で整理した自分自身(ご家族)の避難行動計画(マイ・タイムライン)を作ってみましょう!</p>	<p>事前の準備</p> <p>□天気予報の確認 □家族全員の今後の予定を確認する。 □非常持ち出し品の確認</p>	<p>状況を把握</p> <p>□テレビ、FMラジオ、インターネットなどで雨や川の状況を確認する。</p>	<p>避難行動を開始</p> <p>□避難の準備を始める。 □開設された避難所を確認する。</p>	<p>身の安全を確保</p> <p>□避難開始 危険な場所から全員避難</p>	<p>△ 命の危険 直ちに安全確保</p> <p>△ 命を守る最善の行動をとる</p> <p>△ 屋内の安全な場所への避難</p>
<p>避難に支援を必要とする方</p> <p>(避難に支援を必要とする方と同居している方を含む)</p>	<p>□家族やケアマネージャー等の支援者を交えて避難手段や避難場所、タイミング等の確認</p> 	<p>□避難開始 避難に時間を要する方は危険な場所から避難</p>	<p>(例) 避難の準備を始める。祖父をつれて〇〇へ避難する。</p>	<p>(例) 速やかに〇〇に避難する。</p>	<p>(例) 情報収集を継続して行う。自宅の2階に垂直避難する。</p>
<p>マイタイムライン</p> <p>「いつ」「だれが」「何をやるのか」上記のチェック項目を参考に自分の計画を作ってみましょう!</p>	<p>(例) 気象情報を確認する。避難先、持出品の再確認をする。家族と連絡をとる。</p>				

避難所情報

鹿屋市災救マップで、避難所の位置や開設状況、混雑状況などが確認できます!



準備品

- 非常食
- 飲料水
- 携帯電話
- 充電器
- ラジオ
- 寝具
- 常備薬
- 現金
- 軍手
- 懐中電灯
- 身分証明書
-
-
-

★備蓄品として最低でも3日分(できれば7日分)を備蓄
・飲料水(1日2ℓ×家族の人数×3日分)
・食料(インスタント・レトルト・缶詰など)