

水害の時、

自分と大切な人の命を守るために



どのくらい前から準備をするのかな？

自分の家は安全なのかな？

避難所までどうやって行こう？

備蓄品は何か要るのかな？

いざという時、考えていますか？

隣の家のおじいさん、おばあさんは大丈夫かな？

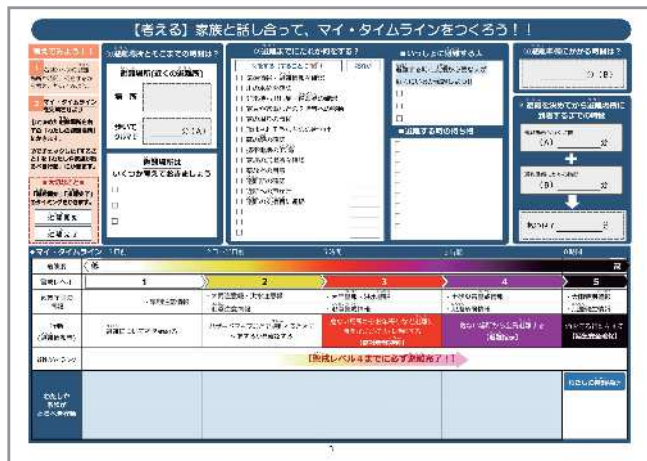
どこに逃げたらいいの？

大雨や台風の情報はどこで手に入るのかな？

「マイ・タイムライン」で水害に備えよう！

いざという時、あわてずに避難できるよう「いつ」「だれが」「何を」するか、あらかじめ整理する **マイ・タイムライン** をつくりましょう。

「マイ・タイムラインをつくらう ワークシート」(愛知県) ▶



なぜマイ・タイムラインをつくるの？



令和5年6月 豊橋市内の浸水状況

- 住んでいる場所の水害リスクがわかる
- 避難するときに落ち着いて行動できる
- 自分に必要な備蓄品を考えることができる

全国で甚大な被害が発生しています

マイ・タイムラインをつくらせておくと、いざという時の行動に役立ちます。

「マイ・タイムライン」作成ツール

「マイ・タイムラインをつくろう ワークシート」(愛知県)

自分の住んでいる場所の水害リスクを知り、気象情報や避難情報などの災害に関する情報を学び、自分自身のとるべき行動を考え、もしもの時の行動を書き込みながら作成するワークシートです。



おすすめポイント①

ハザードマップで得られる情報や、地域で起こりやすい水害について段階的に学びながら、自身の取るべき行動を考えることができます。

おすすめポイント②

完成後は見やすい場所に掲示して、必要な時に家族みんなで確認することができます。

自身で印刷してつくるほか、愛知県が実施する「出前講座」や「みずから守るプログラム地域協働事業」に参加してつくることもできます。

Step.1 「知る」

ハザードマップを確認して、
住んでいる場所の水害リスク
を知る

Step.2 「学ぶ」

防災気象情報や避難情報を知り、
取るべき行動に気づく

Step.3 「考える」

もしものときの行動を時系列に
書き出して「マイ・タイム
ライン」を考える

あなたの住んでいる市町村でもマイ・タイムラインを作成できるワークシート等が提供されている場合があります。詳しくは市町村へお問い合わせください。

＼ スマートフォンアプリをあわせて使うとさらに安心！ ／

手軽にはじめるなら

スマートフォンアプリによるデジタル作成



Yahoo!防災速報 (LINE ヤフー株式会社)

iPhone 版 ▶



Android 版 ▶



おすすめポイント①

災害警戒時に、防災行動の確認を促す
プッシュ通知が届きます。

おすすめポイント②

自治体のハザードマップや避難場所などの情報がひもづけられているため、資料を集める必要がなく、手軽に作成ができます。

ほかにもいろいろなアプリがあります！



サトモリ (株式会社 NTT データ)

iPhone 版 ▶



Android 版 ▶

