



神奈川県

KANAGAWA

かぞく いっしょ

家族と一緒に マイ・タイムラインを つくってみよう!

「マイ・タイムライン」とは

一人ひとりの防災行動計画であり、大雨によって河川の
氾濫が起きそうな時に、自分自身がとる防災行動を
整理するものです。マイ・タイムラインを作って、いつ、
どのような行動をとれば良いか準備しておきましょう。

マイ・タイムライン
ってなんだろう?



動画で見てみよう!

マイ・タイムラインをつくるためのポイント

ポイント1

ハザードマップで、危険箇所を確認してみよう!

ハザードマップで、自宅や自分がよく行く場所を見てみよう。

市町村のハザードマップは
こちらから確認できるよ。



ポイント2

雨量や河川の水位、土砂災害等に関する情報を確認してみよう!

避難の準備や開始のタイミングを決める目安となるよ。

災害情報
ポータル



雨量水位
情報



土砂災害
情報
ポータル



市町村から出される避難に関する情報

警戒レベル	行動を促す情報(避難情報等)	県民の皆さんがとるべき行動
5	災害発生 または切迫 	緊急安全確保 命の危険が迫っているため 直ちに身の安全を確保する
警戒レベル4までには必ず避難		
4	災害のおそれ たか 高い 	避難指示 全員が災害発生の恐れのある場所から避難
3	災害のおそれ あり 	高齢者等避難 高齢者や障がいのある方、 乳幼児など避難に時間がかかる方は、 災害発生の恐れのある場所から避難
2	気象状況悪化 	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁) 避難に備え、ハザードマップで 避難場所や避難経路を確認
1	今後、気象状況 悪化のおそれ 	早期注意情報 (気象庁) 災害への心構えを高める

他にもさまざまな方法で情報が配信されているよ。自分が使いやすい情報を見つけよう!

【問合せ先】神奈川県県土整備局河川下水道部 河港課 TEL 045-210-6491

マイ・タイムラインシートをつくってみよう

記入用紙はこちらからダウンロードできるよ！ 神奈川県 マイ・タイムライン 検索

目安		数日～約1日前	半日～数時間前	数時間前～2時間程度前	0時間	
警戒レベル		1	2	3	4	5
避難情報		避難に関する情報	自主避難など注意の呼びかけ	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
防災 気象情報	大雨に関する気象情報	大雨に関する気象情報	大雨・洪水注意報	大雨(浸水害)・洪水警報(河川が増水し、洪水となる最大3時間前程度)	大雨特別警報(浸水害)	
	風に関する気象情報	風に関する気象情報	強風注意報	暴風警報(暴風となる6～3時間前)	暴風特別警報	
	以下は、お住まいの地域によって必要となる情報 必要な情報に◎か○のチェックをいれよう！(ハザードマップで確認できます)					
	高潮に関する情報	高潮に関する情報	高潮注意報	高潮警報(警報に切り替える可能性が高い)	高潮特別警報	高潮氾濫発生情報
	河川の氾濫に関する情報	河川の氾濫に関する情報	〇〇氾濫注意情報	〇〇氾濫警戒情報	〇〇氾濫危険情報(氾濫となる1時間前程度)	〇〇川氾濫発生情報
	ダムの緊急放流に関する情報	ダムの緊急放流に関する情報	開始見込み情報	開始3時間前情報	開始1時間前情報	開始情報
土砂災害に関する情報	土砂災害に関する情報	大雨(土砂災害)警報	土砂災害警戒情報(土砂災害の危険度が高まる最大2時間前程度)	大雨特別警報(土砂災害)		
必要な 情報	特に必要な情報					
	必要な情報					
私と 家族	《手順1》 □で該当するものを記載	*チェック項目を参考にタイムラインを記載しましょう！ 例) □家族や避難する相手先(親せき等)に連絡【10分】担当:おかあさん □家族や避難する相手先(親せき等)に連絡【分】担当: □気象情報の確認【分】担当: □避難場所の開設状況や避難経路の確認【分】担当: □家周りの点検、窓ガラスの補強【分】担当: □貴重品や非常持出品、備蓄品の確認【分】担当: □携帯電話やモバイルバッテリーの充電【分】担当: 〈その他必要なもの〉 例) おばあちゃんが、おじいちゃんと孫たちの常備薬を準備【15分】 避難準備に必要な時間【分】				
	《手順2》 □以外で他に必要なものがあれば記載	*それぞれが避難にかかる時間を記載しましょう！ 例) おじいちゃん おばあちゃん 子供(兄) 避難開始 避難にかかる時間【約20分】 お父さん お母さん 子供(姉) 避難開始 避難にかかる時間【約15分】				
地域	行動	避難先 例) 〇〇小学校 災害発生				
	ちいき	例) おばあちゃんが近所のお友達へ避難の呼びかけ【15分】				