

家のマイ・タイムライン

(城陽市マイ・タイムライン作成シート)

1 わが家の災害リスク

災 害	内 容	
水 害	早期の立退き避難区域 自宅で想定される浸水深 家屋倒壊等氾濫想定区域 浸水継続時間	☐ 内 ☐ 外 [] ☐ 内 ☐ 外 []
	土砂災害警戒区域	☐ 内 ☐ 外

2 避難のパターン

避難パターン	内 容
A	☐ 在宅避難
B	☐ 水平避難（早期）
C	☐ 水平避難

3 避難のタイミング

区 分	避難のタイミング
水平避難（早期）	☐ 高齢者等避難
水平避難	☐ 避難指示

4 避難場所

あなたが避難する場所	最善案	次善案
☐ 自宅		
☐ 親戚や知人の家	[]宅	[]宅
☐ 市が開設する避難場所	[]	[]
☐ 車中避難所	[]	[]
☐ ホテル・旅館	[]	[]

5 家族などの連絡先

名 前	携帯電話番号	自宅以外の主な滞在場所	合流場所・連絡方法など

6 非常持ち出し品

貴重品類	避難用具	衣 類	生活用品	食品・食器	高齢者用品
☐ 現金 ☐ 預貯金通帳 ☐ カード類 ☐ 健康保険証 ☐ 身分証明書 (免許証など) ☐ 印鑑 ☐ 家・車の鍵 ☐ マイナ ンバー カード	☐ 携帯ラジオ ☐ 懐中電灯 ☐ 予備電池 ☐ ヘルメット ☐ 携帯充電器 ☐ モバイル バッテリー ☐ ホイッスル	☐ 下着・衣類 ☐ 防寒着 ☐ 雨ガッパ ☐ タオル等 救急用具 ☐ 救急用品 ☐ 常備薬 ☐ お薬手帳	☐ 万能ナイフ ☐ ライター等 ☐ 軍手 ☐ ひも、ガム テープ ☐ ティッシュ ペーパー等 ☐ ラップ等 ☐ 簡易トイレ ☐ 毛布	☐ 食品 ☐ 水 ☐ 食器 赤ちゃん用品 ☐ ミルク ☐ おむつ ☐ 離乳食	☐ 入れ歯 ☐ おむつ ☐ 杖 ☐ 補聴器 その他 ☐ 生理用品 ☐ 筆記用具 ☐ 住所録の コピー

7 わが家の防災行動計画

警戒レベル	防災情報等	誰が	私と家族の行動
日頃の備え	防災情報なし	☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [	] 避難場所・避難経路を確認] 家族間の災害時の連絡方法を確認] 防災情報の収集手段について確認] 非常持出品（備蓄品など）を準備]]
警戒レベル 1	大雨や台風の 予報 早期注意情報	☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [	] 家族の予定・居場所を確認] 親戚や知人に避難させてもらうことを依頼] テレビやインターネットで天気予報を確認] 非常持出品（備蓄品など）を確認] 薬の確認（受け取り）]]
災害への心構えを高める			
警戒レベル 2	大雨注意報 洪水注意報 氾濫注意情報	☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [	] 避難場所・避難経路の再確認] インターネットで川の水位や道路の通行] 止め情報を確認] 避難の準備（非常持出品や服装など）] 携帯電話の充電を確認]
自らの避難行動の確認			
警戒レベル 3	大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報 高齢者等避難 (城陽市が発令)	☐ [☐ [☐ [☐ [☐ [	] テレビやインターネットで避難所の開設] 状況や気象状況などを確認] 避難の準備（非常持出品や服装など） 高齢者等避難 発令で避難場所に避難開始]
危険な場所から高齢者等は避難			
警戒レベル 4	土砂災害 警戒情報 氾濫危険情報 避難指示 (城陽市が発令)	☐ 避難指示 ☐ [☐ [☐ [	発令で避難場所に避難開始、完了] テレビやインターネットで最新の状況を確認]]
危険な場所から全員避難			
■ ■ ■ ■ ■ 警戒レベル4までに必ず避難 ■ ■ ■ ■ ■			
警戒レベル 5	大雨特別警報 緊急安全確保 (城陽市が発令)	災害が発生・切迫！避難が完了していない場合は、自宅内 や近くの建物などで少しでも浸水しない高い場所や、少し でも土砂災害の危険が少ない場所に移動！	

※ 気象情報や避難情報が発表されるタイミングは状況により変化します。状況によっては計画より早めに避難行動を起こすことも大切です。