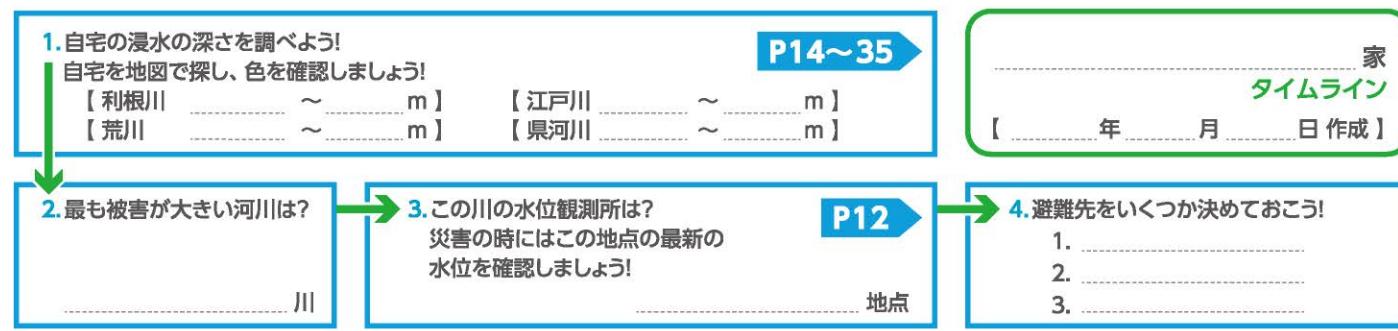


マイ・タイムラインをつくろう

マイ・タイムラインとは? ⇒ 水害時の自分の行動を時系列で整理した、自分で作る、自分のための計画表のこと!!

マイ・タイムラインは、台風接近などによって河川の水位が上昇した場合などに、一人ひとりがとる防災行動について、「いつ」「何をするのか」を整理した個人の防災計画です。あらかじめ災害時の自分の行動をシミュレーションしておくことで、急な判断が迫られる災害時に、自分自身の行動のチェックや、避難の判断をサポートするツールとして役立てることができます。



家族で話し合ってシミュレーションしよう

記入例	マイ・タイムライン
いつ、どんな行動をとったらいいか考えて書き込んでみよう！	
<ul style="list-style-type: none"> ●家族の今後の予定を確認する。 ●備蓄品を確認する。 ●コンタクト用品、薬を準備する。 	
<ul style="list-style-type: none"> ●植木鉢や物干し竿などを室内に取り込む。 ●浸水が想定される実家の両親へ連絡する。 ●ガソリンを入れておく。 ●貴重品をまとめておく。 (現金、通帳、印鑑、重要な書類など) 	
<ul style="list-style-type: none"> ●福島のいとこに避難させてもらえるか木目談する。 ●隣の1人暮らしのおばあちゃんに声をかける。 ●携帯電話を充電する。 	
<ul style="list-style-type: none"> ●実家の両親を迎えに行く。 	
<ul style="list-style-type: none"> ●自宅の2階へ備蓄品を移動する。 	
<ul style="list-style-type: none"> ●あらかじめ大事なものを高いところへ避難させる 	
<ul style="list-style-type: none"> ●自宅の2階へ移動する。 	
<ul style="list-style-type: none"> ●テレビやインターネットで状況を確認する。 	
<p>すでに災害が発生していてもおかしくない状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ○テレビで洪水情報を確認 ○外に出ず、自宅内の安全な場所へ待避 	<p>災害が発生する前に！</p> <p>記入例を参考に、避難時の行動を書いてみよう。家族構成やペットの有無などによって様々なマイ・タイムラインができるよ</p> <p>自然が相手だから、マイ・タイムラインどおりに進行することは限らない。行動の目安として覚えよう。気象情報・避難情報などはこまめにチェックしよう！</p>

