東京の大きな川のそばにお住まいの東さん一家のマイ・タイムライン



私(夫)　東 京太郎：町内会で活動
妻　東 京香
子ども　東 京之助
母　東 京子：持病がある。

※妹一家が数駅先の高台に住んでいる。



台風が近づいているとき!

名前　東 京太郎
家族構成　私、京香、京之助、母

3～5日前　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

必要な情報
◎：特に必要な情報
○：必要な情報

早期注意情報

◎大雨に関する気象情報※	レベル2大雨注意報	レベル3大雨警報	レベル4大雨危険警報
	※大雨キキクルを確認	※洪水予報河川以外の河川の氾濫については、大雨に関する情報で、内水氾濫（浸水害）と一緒に扱います。	
◎風に関する気象情報	強風注意報	暴風警報	

▼ 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 ○ のシールを貼りましょう!

□高潮に関する情報	レベル2高潮注意報	レベル3高潮警報	レベル4高潮危険警報
◎河川の氾濫に関する情報※	レベル2氾濫注意報	レベル3氾濫警報	レベル4氾濫危険警報
	※洪水キキクルを確認	※洪水予報河川を対象として河川ごとに発表されます。	
□土砂災害に関する情報※	レベル2土砂災害注意報	レベル3土砂災害警報	レベル4土砂災害
	※土砂キキクルを確認		

※気象情報は必ずしもこのとおりの順番で発表されるとは限らず、あくまで目安です。

ハザードマップを確認したら、家が浸水することがわかった

行動

私と家族

母は早めに避難するので、「レベル2大雨注意報」が発表された段階で、準備開始!

避難準備の開始　準備にかかる時間（ 60 ）分

準備に要する時間：60分

避難開始（ 私 ）　避難にかかる時間（ 40 ）分

自分は町内に避難の呼びかけを行ってから避難開始

避難に要する時間：40分

（ 私 ）避難完了

（ 妹 ）に連絡

これから妹の家で「お世話になる」ことを伝える

避難開始（ 京香・母 京之助 ）　避難にかかる時間（ 90 ）分

避難に要する時間：90分

避難に時間のかかる母は早めに避難

（ 京香・京之助・母 ）避難完了

ハザードマップで安全な避難経路の再確認

（ 母 ）の常用薬を確認

地域

町内会で分担を再確認　作業にかかる時間（ 15 ）分

町内に声がけ　作業にかかる時間（ 30 ）分

自分の避難に影響が出ない範囲で町内に避難の声がけ

避難する場所　妹の家

ハザードマップで妹の家は浸水しないことを確認

災害発生又は切迫

自宅に浸水のおそれがあり、土砂災害警戒区域の近くにお住まいの東さん一家のマイ・タイムライン

私(夫)　東 京太郎
妻　東 京香



大雨が長引くとき!

名前　東 京太郎
家族構成　私、京香

2～3日前　　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

必要な情報

◎：特に必要な情報
○：必要な情報
（およその時間）

大雨に関する気象情報※（早期注意情報）	レベル2大雨注意報	レベル3大雨警報	レベル4大雨危険警報
	※大雨キキクルを確認	※洪水予報河川以外の河川の氾濫については、大雨に関する情報で、内水氾濫（浸水害）と一緒に扱います。	

▼ 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 ○ のシールを貼りましょう！

河川の氾濫に関する情報※	レベル2氾濫注意報	レベル3氾濫警報	レベル4氾濫危険警報
	※洪水キキクルを確認	※洪水予報河川を対象として河川ごとに発表されます。	
土砂災害に関する情報※	レベル2土砂災害注意報	レベル3土砂災害警報	レベル4土砂災害危険警報
	※土砂キキクルを確認		

（注）警戒レベルや防災気象情報は必ずしもこのとおりの順番で発表されるとは限らず、あくまで目安です。

災害発生又は切迫

行動

私と家族

- 今やろう テレビで水位情報や避難情報などを確認
- 今やろう 作成したマイ・タイムラインを再確認
- 今やろう 避難準備の開始　準備にかかる時間（60）分
- ハザードマップで安全な避難経路の再確認
- 携帯電話の充電
- 持ち出し品を確認（現金、非常食など）

準備に要する時間：60分

- 避難開始　避難にかかる時間（30）分
- 避難に要する時間：30分
- 避難完了

家族で避難する際に、避難に影響が出ない範囲での声がけ

地域

- 隣の家に避難の呼びかけ　作業にかかる時間（10）分
- 今やろう 避難場所への通り道にある家に声がけ

気象庁等のホームページやテレビのリモコンの「d ボタン」を押して、気象情報や河川の水位情報、避難情報などを確認しましょう!

ハザードマップで示された避難場所を確認
※近くの施設とは限りません

避難する場所　○○小学校

小さな川が近くにあるところにお住まいの東さん一家のマイ・タイムライン（浸水深がそれほど深くない地域）

私(夫)	東 京太郎	子ども	東 京之助
妻	東 京香		



短時間の急激な豪雨が発生するとき!

名前　東 京太郎
家族構成　私、京香、京之助

2～3時間前　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

必要な情報
◎：特に必要な情報
○：必要な情報
（およその時間）

	2	3	4
◎大雨に関する気象情報※（早期注意情報）	レベル2大雨注意報 ※大雨キキクルを確認	レベル3大雨警報 ※洪水予報河川以外の河川の氾濫については、大雨に関する情報で、内水氾濫（浸水害）と一緒に扱います。	レベル4大雨危険警報

▼ 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 ○ のシールを貼りましょう!

	2	3	4
◎河川の氾濫に関する情報※	レベル2氾濫注意報 ※洪水キキクルを確認	レベル3氾濫警報 ※洪水予報河川を対象として河川ごとに発表されます。	レベル4氾濫危険警報
□土砂災害に関する情報※	レベル2土砂災害注意報 ※土砂キキクルを確認	レベル3土砂災害警報	レベル4土砂災害危険警報

（注）警戒レベルや防災気象情報は必ずしもこのとおりの順番で発表されるとは限らず、あくまで目安です。

行動

私と家族

- 今やろう：テレビ等でこまめに気象情報などを確認
- 今やろう：作成したマイ・タイムラインを再確認
- 今やろう：避難準備の開始　準備にかかる時間（ 40 ）分
- 準備に要する時間：40分
- 今やろう：避難開始（京香、京之助）　避難にかかる時間（　　）分
- 避難完了（京香、京之助）
- （京香たち）に連絡
- 1階の通帳などを2階以上に上げる　作業にかかる時間（ 20 ）分
- 自分は安全になるまで会社で待つ

地域

- 京香たちは近所で話し合って家に土のうを積む　作業にかかる時間（ 20 ）分
- 今やろう：知人に電話連絡

事前に作成したマイ・タイムラインを家族で再確認し、風水害に備えましょう!

安全を確保した上で、家の中でもできることを考える

頑丈な建物の2階以上へ

避難する場所
2・3階へ移動
地下から地上へ移動
私　会社
京香、京之助
自宅の2階以上

災害発生又は切迫