

<記載例> 世帯構成 大人5人(うち高齢者2人)
生活環境 自宅は浸水想定区域内にある

いざというときにあわてず行動するため、
自宅の避難計画を「タイムライン」を作しましょう。

STEP 1 自宅の状況を確認

あなたの住んでいる地域は？

■浸水想定区域 □土砂災害警戒区域

住んでいる場所の浸水想定深は？

【原因（〇〇川）浸水深（3～5m）】

STEP 2 避難先・避難経路を決定

どこに避難する？

候補1 A小学校【歩いて約20/60分】⇒【土砂災害警戒区域は迂回】

候補2 親戚の家【歩いて約30/90分】⇒【

避難の途中で注意する場所は？

避難経路に危険箇所がある場合は、安全な別の経路も確認しましょう

● 家族の連絡先 / 緊急連絡先

TEL △△△-△△△-△△△△（父）

TEL □□□-□□□-□□□□（母）

TEL ○○○-○○○-○○○○（親戚）

TEL ☆☆☆-☆☆☆-☆☆☆☆（職場）

（警戒レベル）
取るべき行動

（レベル1）
災害への心構えを高める

避難情報 等

（レベル2）
自主避難など注意の呼びかけ

気象警報
災害情報 等

自主避難など

早期注意情報
（警報級の可能性）

早期注意情報
（警報級の可能性）

レベル2大雨注意報 /
レベル2土砂災害注意報

レベル2高潮注意報

レベル2氾濫注意報

（レベル3）
避難に時間がかかる人は危険な場所から避難！

高齢者等避難

レベル3大雨警報 /
レベル3土砂災害警報

レベル3高潮警報

レベル3氾濫警報

（レベル4）
危険な場所から全員避難！

避難指示

レベル4大雨危険警報 /
レベル4土砂災害危険警報

レベル4高潮危険警報

レベル4氾濫危険警報

（レベル5）
災害の
発生又は切迫！

行動プラン

わたしと家族

地域

天気予報の確認

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

家の点検・補強

非常用持ち出し品
備蓄品の確認

病院で薬を処方
してもらう

避難先・避難経路を再確認

貴重品や備蓄品などを
安全な場所に移動

携帯電話の充電

町内の役割を確認
（父・母）

避難所の開設状況を確認

避難開始
（祖父・祖母・私）

避難に時間のかかる場合は
早めに避難しましょう

自分の避難に影響が出ない範囲で、
呼びかけをお願いします

近所に避難を呼びかける
（父・母）

避難開始
（祖父・祖母・私）

避難開始
（父・母）

避難完了
（父・母）

命の危険、
直ちに安全を確保！

きししょうじょうきょう
気象状況（例）

おおあめ すうじつ やく におまえ
大雨の数日～約1日前

おおあめ はんいち すうじかんまえ
大雨の半日～数時間前

おおあめ すうじかん じかんまえていど
大雨の数時間～2時間前程度

すうじゅうねん いちど おおあめ
数十年に一度の大雨