



# 逃げキッド<sup>®</sup>

マイ・タイムライン 検討ツール

余裕を持って安全に避難するために。  
マイ・タイムラインをつかって、いざという時の自分の行動を考えておきましょう。

**3日前**

**マイ・タイムラインがあるとき**

台風が発生したんだって！  
台風情報です

マイ・タイムラインでは持ち物を確認することになっていたわね

薬がもうないから今のうちに病院に行かないと！

川の水位をチェックしておくよ

スマホで調べてみようか

川の水位が上がってきてるみたいだよ

避難勧告だって！

準備はできてるね？今のうちに逃げよう！

足元に気をつけて！

歩けるうちに避難できたね。

よかった！

**マイ・タイムラインがないとき**

台風が発生したんだって！  
台風情報です

へえ～上陸するのかなあ？

なんか雨も風も強くなってきたかな！？

わあ。すごいねー！

避難勧告！？どうしよう！

どこに逃げればいいんだっけ？

スマホの充電が切れそう...

助け可え！

はんらんはっせい 氾濫発生

市・区・町・村

ちく 地区

け 家 マイ・タイムライン

## ～逃げキッドの中身～

**1** マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

逃げキッドマップや逃げキッド作成のためのチェックシート

お家の状況チェック

避難所のチェック

**2** 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう!!

「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えを考えよう!!

**3** 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えを考えよう!!

「逃げキッド」をつくらせよう!!

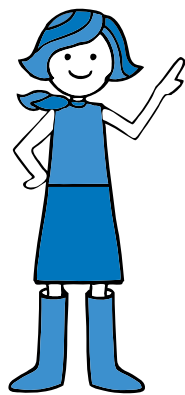
**4** 『マイ・タイムライン』をつくってみよう!!

**5** つくろう! マイ・タイムライン

みんなで作ろう! マイ・タイムライン

**6** ご自宅に戻ったらみなおしてみよう

シール付き!



### はじめに確認しましょう!

- ① マイ・タイムライン作成のためのチェックシート
- ② 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう!! (資料1)
- ③ 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えを考えよう!! (資料2)
- ④ 『マイ・タイムライン』をつくってみよう!! (シール付き)
- ⑤ みんなでつくろう! マイ・タイムライン  
～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～
- ⑥ ご自宅に戻ったらみなおしてみよう

☆ 逃げキッドの使い方やタイムラインの考え方を解説した、「逃げキッド使い方ガイド」という動画も配信しています。下記のQRコードからご覧ください。



Youtube  
逃げキッド使い方ガイド  
下館河川事務所提供



※本動画は、鬼怒川・小貝川版の逃げキッドの使い方を示しており、本キッドの内容と若干異なります。

動画を見ながら自分でマイ・タイムラインを作れるのね!



本「逃げキッド」の利用方法・問合せはこちらまで!



国土交通省

Ministry of Land, Infrastructure and Transport

〒100-8918  
東京都千代田区霞が関 2-1-3 電話 03-5253-8111 (代表)  
水管理・国土保全局 河川環境課 水防企画室

原案作成 鬼怒川・小貝川上流域大規模氾濫に関する減災対策協議会/鬼怒川・小貝川下流域大規模氾濫に関する減災対策協議会 (2020.8)

# マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

## 洪水ハザードマップや浸水想定区域図等でチェック

◇あなたの住んでいる場所の浸水深は？

\_\_\_\_\_ m

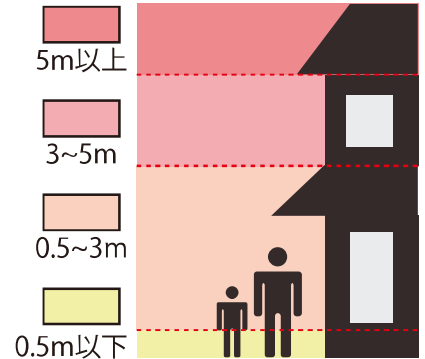
◇あなたの住んでいる場所の浸水継続時間は？

\_\_\_\_\_ 時間

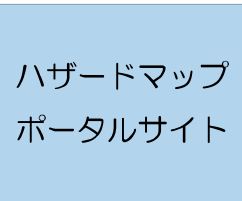
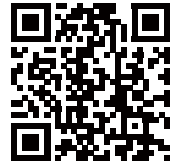
◇あなたの住んでいる場所は家屋倒壊等氾濫

想定区域（氾濫流・河岸侵食）ですか？

はい  いいえ



※浸水深の色分けは参考です。マップの凡例を確認して下さい。



洪水ハザードマップや  
洪水浸水想定区域図は  
ここからチェック！



※自治体が発行するハザードマップで確認できる場合もあります

## 家庭の状況チェック

- くるま  無  有 ( \_\_\_\_\_ 台 )
- ペット  無  有 ( \_\_\_\_\_ )
- 持病薬  無  有 ( \_\_\_\_\_ )
- 避難に支援が必要な人（高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など）  
 無  有 ( \_\_\_\_\_ )

## 避難先のチェック

あなたが避難する場所

- 洪水ハザードマップに記載されている避難所  
〔 (移動手段: \_\_\_\_\_ (移動時間: 約 \_\_\_\_\_ 分) ) 〕
- 親戚・知人の家  
〔 (移動手段: \_\_\_\_\_ (移動時間: 約 \_\_\_\_\_ 分) ) 〕
- その他（近くの浸水しない場所（浸水深以上の階のある堅牢な建物など））  
〔 (移動手段: \_\_\_\_\_ (移動時間: 約 \_\_\_\_\_ 分) ) 〕



避難先は複数  
考えておこう！

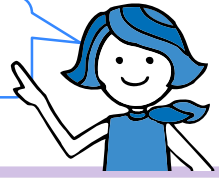


# 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう！！

かくにん  
確認してみよう！

じしん  
地震はいきなりやってくるけど、  
こうすい  
洪水はだんだんとやってくるよ！

しりょう  
資料 1



## 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまで

かまえ  
5~3日前

①

台風が発生

てんきよほう 台風が発生したって  
いっているよ。  
あめ かぜ つよ  
まだ雨や風は強くないね。

台風情報です



にちまえ  
1日前

②

台風が近づいて、  
雨や風がだんだん強くなる

あめ かぜ つよ  
雨や風が強くなると、  
で  
お出かけは大変だね。



はんいちまえ  
半日前

③

雨が集まって、  
川の水がだんだん増える

じぶん  
自分がいるところで降って  
いなくても、上流で雨が降れば  
かわ みず  
川の水は増えてくるよ。

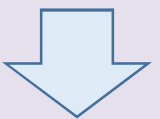


じかんまえ  
7時間前

④

激しい雨で、  
川の水がどんどん増えて、  
か せんじき みず なが  
河川敷にも水が流れる

このまま増えると、  
かわ みず  
川の水があふれるかも！



じかんまえ  
5時間前

⑤

川の水がいっぱい  
あふれそう

もうギリギリ！  
かわ みず  
川の水があふれる前に、  
あんぜん  
安全なところへ逃げなきゃ！



じかんまえ  
3時間前

⑥

川の水が氾濫

かわ みず いっき ひろ  
川の水が一気に広がって、  
まち  
街じゅうが水びたし。  
こうなると動けないぞ。



# 「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えを考えよう！！

氾濫が発生するまでに、一つずつ備えて、命をまもろう！



資料 2

## 「川の水が氾濫」するまでの主な備え

ア～カを並べかえてみよう！

■ どうしを線でむすぶか、  
に、ア～カを記入してください。

ア. 安全なところへ

移動を始める

安全なところってどこかな？

イ. 避難しやすい

服装に着替える

長靴に水が入ると

重たくて動きにくいよ。

ウ. 避難するときに

持って行くものを準備する

持ち物をリュックに入れると

両手が使えるよ。

エ. 今後の台風を

調べ始める

何を確認する？

オ. 川の水位を

調べ始める

直接 見に行くと危ないよ。

カ. 住んでいるところと

上流の雨量を調べ始める

水は高いところから低いところへ

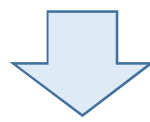
流れてくるから、

上流の雨も確認しよう。

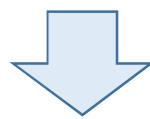
5～3日前

台風が発生

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



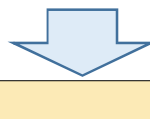
\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



ひなんかんりよう  
避難完了

0時間

川の水が氾濫

AかBのどちらかにまるをつけてね。  
他にも答えがみつかったら  
記入欄に書いてみよう！

Q1 台風の何を調べる？

A. 台風の進み方 B. 台風の名前

記入欄

Q2 避難するときに使うカバンは？

A. リュックサック B. 手提げ袋

記入欄

Q3 どの雨を確認する？

A. 住んでいるところだけ  
B. 住んでいるところと川の上流

記入欄

Q4 川の水位をどうやって調べる？

A. 川へ見に行く B. パソコンで見る

記入欄

Q5 どんな靴をはいて避難する？

A. 動きやすい靴 B. 長靴

記入欄

Q6 移動するときに危ないところはどこ？

家族と一緒に確かめてみよう！

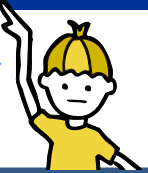
記入欄



# 『マイ・タイムライン』をつくってみよう！！

「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでのそなえをいつから行動するか、書いてみよう！

みんなが考えた「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまでのそなえが『マイ・タイムライン』だよ！



市・区・町・村

地区

家 マイ・タイムライン

作成年月日

年 月 日

そなえまでの  
おおよその  
時間

5~3日前

2日前

1日前

半日前

5時間前

3時間前

0時間

行政から発信される情報  
黒：気象・水象情報  
青：河川管理者

○台風予報  
○台風に関する都道府県の気象情報(随時)

◇大雨注意報・洪水注意報  
○台風に関する今後の見通し

◇大雨警報・洪水警報  
(上流域での大雨特別警報)

水防団待機水位到達  
氾濫注意水位到達

◇暴風警報  
避難判断水位到達  
氾濫警戒情報 発表

氾濫危険水位到達  
氾濫危険情報 発表  
緊急速報メール  
河川氾濫のおそれがある情報

氾濫が発生  
氾濫発生情報  
緊急速報メール  
氾濫が発生した情報

「台風が発生」してから「川の水が氾濫」するまで

台風が発生

天気予報で台風ができてきてるよ。まだ雨や風は強くないね。

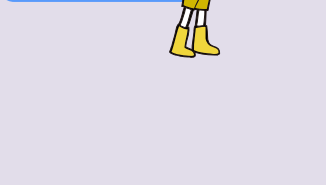


台風が近づいて、雨や風がだんだん強くなる

雨や風が強くなる  
と、お出かけは大変だね。

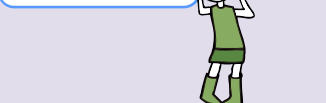
雨が集まって、川の水がだんだん増える

自分がいるところで降ってなくても、上流で雨が降れば川の水は増えてくるよ。



激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる

このまま増えたら、川の水があふれるかも。



川の水がいっぱいであふれそう！

もうぎりぎり。川の水があふれる前に、安全なところへ逃げなきゃ！



川の水が氾濫

川の水が一気に広がって、街中が水びたし。こうなると動けないぞ！

主なそなえ

資料2で考えた順番で、シールを貼ってみよう！オリジナルの行動も書き足そう！

そなえの例

○台風の今後を調べ始める

○1週間分の薬を病院に受け取りに行く  
○家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認

○テレビ、インターネット、携帯メール等で雨や川の様子に注意

○避難する時に持って行くものを準備する

○家族と連絡を取りあう

○住んでいるところと上流の雨量を調べ始める

○携帯電話の充電

○ハザードマップで避難場所、避難手段を再確認

○川の水位を調べ始める

○通行止め情報がないか、インターネットで確認

○携帯メール等で避難準備情報の受信

○避難しやすい服装に着替える

○携帯メール等で避難勧告、避難指示を受信

○安全なところへ移動を始める

安全な避難場所ってどんなところ？  
・近くの避難所？  
・となり町の避難所？  
・親戚の家？  
考えてみよう！

雨風が強くなる前に「行」へべき事項をすませておく時期

水位等の状況を把握し「行」へべき事項をすませておく時期

身の安全を確保すべき時期

命を守ろう！

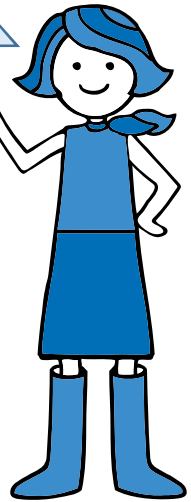
気象庁が発表する大雨注意報等の発表時間は、イメージで記載しています。避難勧告等のタイミングは市区町村によって異なります。市区町村のタイムラインを確認して下さい。

# みんなでつくろう！ マイ・タイムライン<sup>®</sup>

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～

## 名前

家族で事前によく  
考えてみよう！



上この  
陸する  
の台風  
かな？

**大雨の予報**  
情報収集



雨は  
大丈夫かな？

雨が強くなってきたけれど、  
川の水位も  
上がっているかしら？



雨が強くなってきたら、  
田んぼや水路の  
見回りは危険です。



情報収集  
氾濫注意情報

足元に注意だよ



避難先は  
ここだったよね！

**警戒レベル3**  
氾濫警戒情報  
避難準備・  
高齢者等避難開始

避難の準備

**警戒レベル4**  
氾濫危険情報  
避難勧告  
避難指示(緊急)

避難の実施

**警戒レベル5**

**災害発生情報**  
氾濫発生情報  
身の安全の確保

おちうとー！

# 目次

項目	ページ
 マイ・タイムラインを作成して安全に逃げよう！	1
 まずは自分で天気を確認してみよう！	2～3
 川の水位を自分で調べてみよう！	4～5
 避難に役立つ情報を確認してみよう！	6～7
 避難を開始するまでに準備しておこう！	8～9





# マイ・タイムラインを作成して安全に逃げよう！

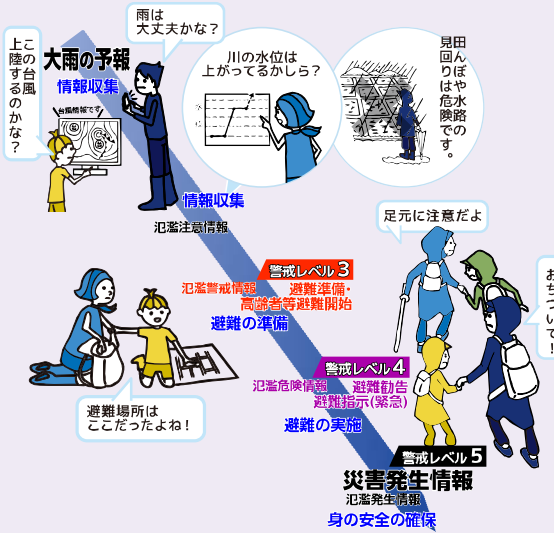
## ■マイ・タイムラインとは？

避難勧告などが発令されたとき、“自分だけは大丈夫”と思ったことはありませんか？

いざというときにあわてずに行動するために、いつ、何をするのかを整理しておきましょう。

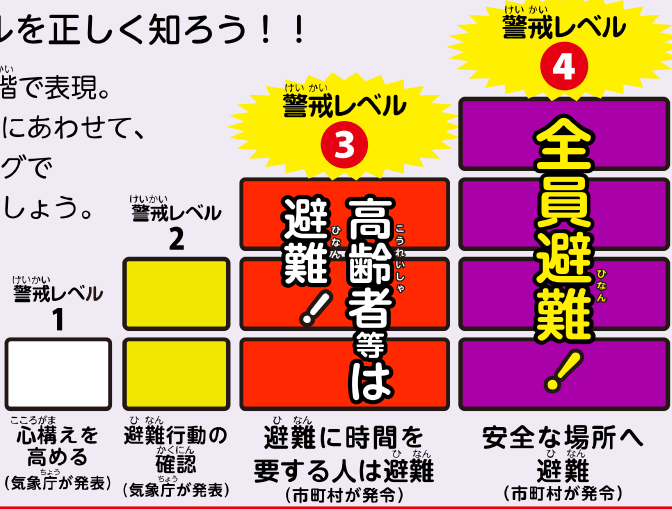
それが、マイ・タイムラインです。

家族でよく話し合って、マイ・タイムラインをつくってみましょう。



## ■警戒レベルを正しく知ろう！！

防災情報は5段階で表現。それぞれの状況にあわせて、適切なタイミングで避難を開始しましょう。



**[警戒レベル5] (市町村が発令)は既に災害が発生している状況です。**

内閣府防災広報資料より



## まずは自分で天気を確認してみよう！

日本の天気予報は、当たります。…先読みして、予定を立てよう！

### 避難行動を判断する時の大事な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。

最新の情報を集めましょう。

台風発生

川の水位上昇

緊急時

情報	気をつけるポイント
①天気に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・台風の大きさ、強さ、進路</li> <li>・前線の動き</li> </ul>
②川に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雨量</li> <li>・雨が降っている地域（川の上流）</li> <li>・今後の見通し</li> </ul>
③避難に関する情報	

### ①天気に関する情報

おおよそ

5~3日前

台風の位置や強さ、今後の台風の進路や暴風域、また前線の動きなどを確認しましょう。



おおよそ

2日前

想定される降雨量など、大雨に関する情報を確認しておきましょう。



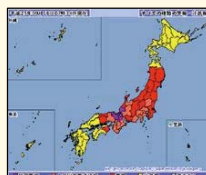
おおよそ

1日前

**大雨警報**や**大雨特別警報**の可能性について発表されるかもしれません。引き続き気象台や自治体からの情報を確認しておきましょう。



台風進路予想図



気象警報・注意報



## まずは自分で天気を確認してみよう！

日頃から、まめに天気を調べよう！

### ■ 台風に関する情報



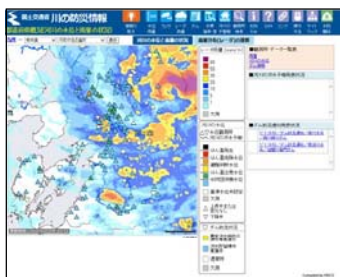
テレビの天気予報や、気象庁のホームページで、台風の位置や強さ、今後の台風の進路や暴風域、前線性の降雨の情報などを確認できます。

### ■ 雨に関する情報



「川の防災情報」や気象庁のホームページ、NHK総合テレビのデータ放送（dボタン）で、雨量や天気に関する警報などを見ることができます。

上流部に降った雨は、川を流れ下って下流部の川の水位も上昇するかもしれません。上流の雨の様子も確認しましょう。



川の防災情報



気象庁ホームページ

### ■ 情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



川の防災情報

気象庁ホームページ

QRコードで調べる





## 川の水位を自分で調べてみよう！

水害が起こるかも！と思ったら・・・ 川の水位も自分で調べられるよ。

### 避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。

最新の情報を集めましょう。



台風発生  
川の水位上昇  
緊急時

情報	気をつけるポイント
① 天気に関する情報	
② 川に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 近くの川の水位</li> <li>・ 上流の川の水位（今後の見通し）</li> <li>・ 氾濫の発生</li> </ul>
③ 避難に関する情報	

### ② 川に関する情報

おおよそ

半日前

川の上流で降った雨が下流に流れてきて、川の水位がだんだん高くなります。**氾濫注意水位**に到達すると、河川事務所等から洪水予報 **氾濫注意情報** が発表されます。

警戒レベル2相当

おおよそ

5時間前

氾濫注意水位を超えて川の水位が上がり続け、**避難判断水位**に到達すると、河川事務所等から洪水予報 **氾濫警戒情報** が発表されます。

警戒レベル3相当

おおよそ

3時間前

さらに川の水位が高くなり、**氾濫危険水位**に到達すると、河川事務所等から、いつ氾濫してもおかしくない状態を示す洪水予報 **氾濫危険情報** が発表され、携帯電話等に緊急速報メールが届きます。

警戒レベル4相当





# 川の水位を自分で調べてみよう！

インターネットで、**水位のリアルタイム情報**、**ライブ映像**、**洪水予報**などが**確認**できます。

また、NHK総合テレビのデータ放送（dボタン）でも、**川の水位の情報**を確認できます。



## dボタン（NHK総合テレビのデータ放送）



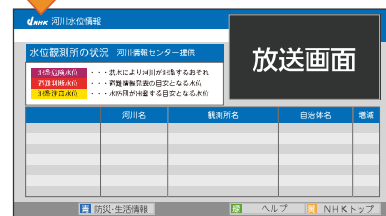
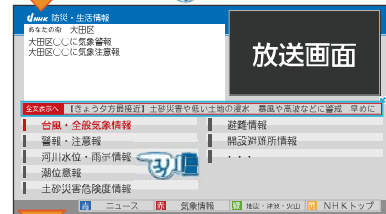
## 川の水位情報



川の断面図と水位



ライブカメラ映像



画面：実際のNHK画面を基にイメージを作成

## 情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



QRコードで調べる



川の防災情報



川の水位情報





## 避難に役立つ情報を確認してみよう！

### ■ 避難行動を判断する時の大事な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。

最新の情報を集めましょう。

台風発生

川の水位上昇

緊急時

情報	気をつけるポイント
① 天気に関する情報	
② 川に関する情報	
③ 避難に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急）</li> <li>・ 避難所の開設情報</li> <li>・ 交通の状況</li> </ul>

### ③ 避難に関する情報

おおよそ  
5時間前

高齢者や乳幼児、身体が不自由な人など、避難に支援が必要であり、早めに避難行動を開始していただきたい人に対して、市役所は **避難準備・高齢者等避難開始** を発令します。

警戒レベル3



おおよそ  
3時間前

天気や川に関する情報などから、避難が必要と判断した場合は、市役所は **避難勧告** や **避難指示（緊急）** を発令します。

警戒レベル4



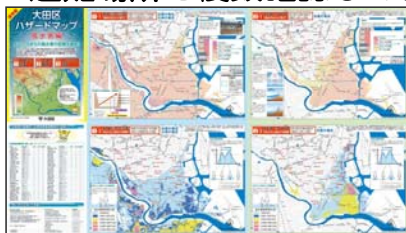
## 避難に役立つ情報を確認してみよう！



### ■ 避難時に困ったこと（経験談）

- ・ 浸水の進行が想像以上に早く、被害状況がわからないので、通れる道路がわからなかったです。  
どこが通れるかがわかると、パニックにならなかったと思います。
- ・ 避難場所が人や車でいっぱいに入れませんでした。いざという時の逃げ場所は、複数知っておく必要があると思いました。
- ・ 避難場所のペットの受入れ、バリアフリーの状況は、事前に確認しておけば良かったです。

### ■ 避難場所を複数確認しておきましょう



大田区ハザードマップ（風水害編）

様々な状況に応じて安全な行動がとれるよう、複数の避難先や避難ルートを考えておきましょう。

ハザードマップの避難場所に加え、親戚や友人宅など、浸水しない逃げ場所を確認しておくことが有効です。

### ■ 道路交通の状況を確認しましょう



日本道路交通情報センター

渋滞の発生や通行止めなど、普段とは違う交通状況になることがあります。

以下に示すホームページなどで、最新の交通状況を確認して避難に役立ててください。

### ■ 情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



道路交通情報センター

トヨタ  
通れた道  
マップ

ITSジャパン  
通行実績情報

QRコードで調べる





## 避難を開始するまでに準備しておこう！

### ■ハザードマップを再確認しよう！

ハザードマップは、川から水があふれた時に、どの地域が危険なのかを色で示したものです。もう一度、安全な避難場所や避難ルートを確認しておきましょう！



大田区ハザードマップ（風水害編）より抜粋

### ■避難を開始するまでに準備・考えておくべきこと

避難を開始するまでに準備ができることの一例です。

前もって家族で話し合っておきましょう。



おおよそ

3日前

避難する時に持って行くものを確認し、買い出しに行く。

例えば・・・

おばあちゃんが普段から飲んでいる薬を、早めに病院に受け取りに行く。

携帯電話やスマートフォンを充電しておく。  
ハザードマップで避難所や避難ルートを確認しておく。

おおよそ

5時間前

いつでも避難できるように、避難できる服装に着がえる。

⚡ 避難勧告が発令されたときは、既に雨が強かったり、道路冠水が生じている可能性があります。早めの避難を心がけましょう！

### ■情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



ハザードマップポータル

QRコードで調べる



各自治体のホームページで、詳しく紹介されていることもあります。





## 避難を開始するまでに準備しておこう！

何を持って逃げる？ …いざという時に用意するものを考えよう！

### ■避難時の持ち物の例

#### ！考えてみよう！

3日間旅行に行くときに持って行くものは？  
コンビニで買えないもの（乳児や高齢者のもの、アレルギー対応）  
などを、避難時の持ち物として考えてみましょう。

### ■避難の時に持って行って役に立ったもの

#### ● 車

★日頃からガソリンを多めに入れておくことが重要！

#### ● 財布（現金）、常備薬（お薬手帳）

#### ● 思い出のもの

★写真や婚約指輪。落ち着いた頃に後悔する方が多いものです

#### ● 子どもの大切なもの

★ぬいぐるみなど心のより所になるもの

#### ● スマートフォン（充電器、バッテリー）

#### ・母子手帳

#### ・通帳、印鑑、市民住基カード

★被災した場合各手続きがスムーズ

#### ・服（下着含む）、靴

#### ・水、食料（湯水がなくても食べられる物）

#### ・パソコン

#### ・歯ブラシセット・洗口液

#### ・生理用品やコンタクト洗浄液

#### ・タコ足配線できる延長コード

#### ・タオル、タオルケット、枕

#### ・住所録、パスワードやログインID のメモ

#### ・入れ歯や眼鏡・コンタクトレンズ (ケースも)



岡山支援まびHouse作成「真備の水害に学ぶ避難時に持って逃げるべきもの」に加筆・修正

### ■その他、経験した方々からのアドバイス

・徒歩だと持てる荷物が限られているため、避難方法を  
考えて荷物を整理しておくべきだね。

・避難時に濡れた場合は着がえが必要だよ。

・車がないと避難した後の生活が不便になるよ。

・子どもを預ける場所がないから、子どもの喜ぶものが  
あったほうが良いね。



---

---

みんなで作ろう！マイ・タイムライン

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～

---

---



国土交通省

Ministry of Land, Infrastructure and Transport

〒100-8918

東京都千代田区霞が関 2-1-3

電話 03-5253-8111（代表）

水管理・国土保全局 河川環境課 水防企画室

原案作成

鬼怒川・小貝川上流域大規模氾濫に関する減災対策協議会

鬼怒川・小貝川下流域大規模氾濫に関する減災対策協議会

改定原案作成

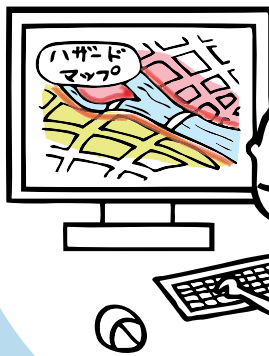
中国地方整備局岡山河川事務所 / 高梁川・小田川緊急治水対策河川事務所

# ご自宅に戻ったら みなおしてみましよう



▲逃げキッド・パンフレットのダウンロードはこちら

ご自宅や周辺のリスクを  
確認する



家のまわりは  
どうなってるんだらう

避難先や避難ルート  
を具体的に決める



避難場所はここだね

ご家族の構成をふまえて、  
行動のタイミングを考える

車イスの方がいる家庭は、  
早めに避難するのね



今日作成した  
マイ・タイムラインをもとに、  
ご家族や地域の方と話し合ってみる



こうやって逃げようね

作成したマイ・タイムラインを活用し、  
「自分の逃げ方」を手に入れましよう！

## マイ・タイムラインとは？

「マイ・タイムライン」は、台風の接近によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、とりまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動のチェックリスト、また判断のサポートツールとして役立ちます。

自分の家族構成や生活環境にあった避難に必要な情報・判断・行動を把握してマイ・タイムラインを作成し、「自分の逃げ方」を手に入れましょう。

## マイ・タイムラインを作成したあとは…

今回検討したマイ・タイムラインは基礎的なもので、例えば、洪水が発生する時間帯によってはさらに早めの避難が必要になるなど、実際の洪水時を想定した応用動作が想定されます。今後、家族や地域で話し合うなどし、防災行動を追加していくとよいでしょう。またマイ・タイムラインは、一度作ったらおしまいというものではありません。家族が増えたとき、職場や学校が変わったときなど、自分自身の環境の変化に応じて、あらためて見直し、必要な防災行動を整理していきましょう。

## マイ・タイムライン使用時の心得

洪水は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全ということではなく、マイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。マイ・タイムラインを作成すると、自分と家族がとるべき防災行動の「いつ」「誰が」「何を」が明確になりますが、注意点もあります。

マイ・タイムライン上の時間は、時計のように進むわけではありません。例えば、タイムライン上で氾濫発生が3時間前となっても、水防団（消防団）の水防活動等によって進行を遅らせることができ、結果として3時間たっても氾濫に至らない場合も想定されます。そのため、実際の洪水においてマイ・タイムラインを使用する際には、次の心得を踏まえて行動してください。



- 心得 1** あくまで行動の目安として認識する。
- 心得 2** 気象警報や避難情報等をこまめに収集・確認する。
- 心得 3** 収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。

## 洪水はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません！

### 洪水によって異なります

台風の進み方  
雨の降り方  
川の水位の上がり方  
氾濫した際の浸水深  
氾濫した際の浸水継続時間

### 洪水に応じて臨機応変に 発表・発令されます

気象警報の発表  
洪水予報の発表  
避難情報の発令



### 洪水に応じて臨機応変に 対応しましょう

みなさんの  
事前のそなえが  
大切です。



国土交通省

Ministry of Land, Infrastructure and Transport

〒100-8918  
東京都千代田区霞が関 2-1-3 電話 03-5253-8111（代表）  
水管理・国土保全局 河川環境課 水防企画室



自治体の避難情報のタイミングを調べて  
緑字のシールを貼ってみよう！



**3** 避難開始を発令

**避難準備・高齢者等  
避難指示(緊急)を発令**

**4** 避難勧告を発令

**4** 避難指示(緊急)を発令

ア. 安全な所へ移動を始める

イ. 避難しやすい服装に着替える

ウ. 避難する時に持っていくものを準備する

エ. 今後の台風を調べ始める

オ. 川の水位を調べ始める

カ. 住んでいる所と上流の雨量を調べ始める

避難完了

避難シール



# おうちに貼って、浸水深を確認しよう！

## 浸水深シールの使い方

- ① チェックシートに書いた浸水深をシールに書きこもう。
- ② 地面から測った浸水の高さにシールを貼ろう。

- 大切なものは、シールより高い場所へ移動しよう。
- 水が膝までであると移動は難しいよ。



このあたりの浸水深は、

m

ここまで浸水するおそれがあります



このあたりの浸水深は、

m

ここまで浸水するおそれがあります

浸水の高さを実感して、マイ・タイムラインで自分や家族の安全を確保する行動を考えたときの参考にしましょう。