

我が家のマイ・タイムライン

地震など予測できない災害とは異なり、台風などの風水害はある程度事前に予測ができる災害です。
大切な命を守るために、災害が発生した際に取るべき行動を事前に計画（マイ・タイムライン）を作成し、災害に備えましょう！

クリックしてチェックを入れる



ペットの避難計画も
必ず検討しましょう！

タイムラインの書き方については、
説明動画をご参照ください！
また、このシートは、区HPからも
ダウンロードできますので、ぜひ
ご活用ください！



該当する 災害	☒ 神田川洪水 ☐ 荒川洪水 ☐ 高潮 ☐ 土砂災害				想定浸水深	浸水継続時間	避難先
					2 m	1時間	富士見みらい館
気象情報・避難情報 家族の 名前	台風の進路が判明する ～3日前 台風発生 警戒レベル1相当 台風予報 早期注意情報	台風の強さが判明する 2日前 台風接近 警戒レベル2相当 大雨注意報 洪水注意報 高潮注意報	風雨ともに徐々に強くなる 1日前 台風 接近 警戒レベル3相当 大雨警報 洪水警報 高潮注意報（警報に切り替える可能性が高い）	風雨が強く、 川の水位がどんどん上がる 当日 台風上陸・最接近 警戒レベル4 避難指示 警戒レベル4相当 土砂災害警戒情報 高潮警報・高潮特別警報	川があふれる・ 外にいと命の危険を感じる 発災 台風直撃 警戒レベル5 緊急安全確保 ※逃げ遅れた場合に命を守る 行動を記載しましょう。 警戒レベル5相当 大雨特別警報	備考	
	記載例 （荒川洪水の場合） サクラ（母） ・気象情報の確認 ・避難先の親戚へ連絡	・非常持出品の確認 ・鉢植えや物干し竿の室内退避	・浴槽に水を張る ・水のう用袋の準備	・職場に台風対応の 確認を取る	・親戚の叔父宅に避難開始 ・気象情報に注視する	・住んでいるマンション の2階以上に避難！ ・住んでいるマンション の2階以上に避難！	・叔父の家まで行けないよう であれば〇〇小学校へ避難する ・家族が不在の時に避難する 場合は、同じマンションの △△君と一緒に避難する
自由に入力 ※行を追加して記入欄を増やせます							

名前	家族の携帯番号	名前	家族の携帯番号
自由に入力 ※行を追加して記入欄を増やせます		自由に入力 ※行を追加して記入欄を増やせます	

防 災 メ モ	我が家では、【 警戒レベル3 】になったら避難開始！！				
	家族とはぐれたら【 富士見みらい館 】で集合する！！				
	非常持出品				
	☒ 水	☐ 非常食	☐ 充電器	☒ 常用薬	☒ 現金
	☐		☐	☐	☐

※空欄の上で「右クリック」－
「テキストの編集」で自由に入力、
「コピー」で項目を増やせます

クリックしてチェックを入れる