B4横 364×257mm
縦向きのレイアウトで使用しないで下さい

364mm

257mm

仕上がり線

天

地

4

レベル1

共通事項（避難行動チェックリスト）

- □最新の天気予報を注意して見る
- □家族全員の予定や緊急連絡方法などを確認する
- □非常用持ち出し品（備蓄品を含む）などを確認する
- □携帯電話やモバイル・バッテリーなどを充電しておく
- □自宅や周辺の片付けなどの荒天対策を行う
- □自動車などの燃料を満タンにしておく
- □親戚や知人に避難受入れを相談する
- □必要な物の買い出しに行く
- □薬を病院などに取りに行く
- □総合防災マップを再確認する
- □香取市からの情報に注意する

香取市からの情報はこちら！

わが家のタイムライン

5

レベル2

共通事項（避難行動チェックリスト）

- □気象情報・河川情報（上流を含む）を確認する
- □安全な場所の親戚や知人に避難受入れを依頼する
- □避難する場所を決め、経路を確認する
- □非常用持ち出し品を準備する
- □避難しやすい服装に着替える

わが家のタイムライン

6

レベル3

共通事項（避難行動チェックリスト）

- □ 高齢者等避難　発令で高齢者などの避難に支援が必要な人は避難を開始する
- □香取市の避難所開設情報を確認する
- □避難タイミングが決定のための気象情報等を確認する
- □非常用持ち出し品を持って、避難を開始する
- □特に高齢者や障がい者、乳幼児など移動に時間がかかる方は早めに避難を開始する
- □体温を測定し、体調を確認する
- □火の元、家の戸締りを確認する

わが家のタイムライン

7

レベル4

共通事項（避難行動チェックリスト）

- □ 避難指示　発令で全員避難を開始する
- □速やかに全員避難！！
- □近所の方へも避難の呼びかけを！
- □カメラの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす
- □家の最終的な戸締りをする
- □携帯電話などで最新の情報を確認する
- □常に健康状態に留意する

わが家のタイムライン

8

レベル5

マイ・タイムライン

共通事項（避難行動チェックリスト）

命の危険
直ちに安全確保！

□逃げ遅れたら自宅や建物の高いところ・崖から離れたところに避難する

わが家のタイムライン

すでに災害が発生・切迫している状況！
自宅内や近くの建物などで、少しでも被害を受ける恐れの少ない場所に移動！

2

マイ・タイムラインとは‥？

住民一人ひとりのタイムライン（防災行動計画）であり、台風等の接近による大雨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、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。

（引用元：国土交通省 HP より）

警戒レベル

レベル1	今後気象状況 悪化の恐れ　大雨や台風の予報 早期注意情報	4ページ
レベル2	気象状況悪化　大雨注意報、氾濫注意情報 洪水注意報	5ページ
高齢者等避難 レベル3	災害の恐れあり　大雨警報、氾濫警戒情報 洪水警報	6ページ
避難指示 レベル4	災害の恐れ高い　土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	7ページ
緊急安全確保 レベル5	災害発生または切迫　大雨特別警報	8ページ

3

香取市総合防災マップでチェック！
自宅の危険性は？

洪水	□あり（洪水浸水想定区域）[　　]川 自宅で想定される浸水の深さは？　□0.5m未満　□0.5m以上～3m未満　□3m以上～5m未満　□5m以上 □あり（建物の倒壊が想定される区域内）　□なし
土砂災害	□あり 土砂災害（特別）警戒区域内 □なし

避難行動のチェック！
避難する場所は？

避難先候補1		[移動方法] □自動車 □徒歩 □（　）	[移動時間] 分
避難先候補2		[移動方法] □自動車 □徒歩 □（　）	[移動時間] 分

家庭の状況のチェック！
避難するタイミングは？

避難に支援が必要な人（高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など）が	ペットは？
□いる → 高齢者等避難 の発令で避難！	□いる
□いない → 避難指示 の発令で避難！	□いない

※その他の避難のタイミング（あれば記入）

1

家の
マイ・タイムライン

香取市