

慌てないために！ 作る『マイ・タイムライン』

ウェブ
WEB版

作成は
こちらから



皆さんはいざというときに、どこに避難しますか？何を持っていきますか？実際の避難行動を具体的に想像したことはありますか？

住まいや家族構成に合わせ、いつ、何をするのかをあらかじめ時系列で整理した一人一人の避難行動計画を、ウェブ上で作れるようになりました。

「マイ・タイムラインWEB版」では、現在位置のリスクや近くの避難所、水位計などを簡単に確認できます。自宅周辺のリスクを確認したことがない人、高齢者や乳児・幼児など避難に時間を要する可能性がある人やその家族の皆さんは、これをきっかけに防災について考えてみましょう！

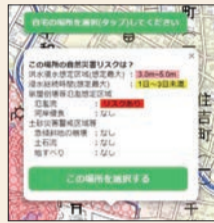


自宅の市町村・地区を入力

ステップ
1

☑ 洪水・土砂災害リスクの確認

ハザードマップで洪水浸水想定区域や土砂災害警戒区域、近くの避難所などを確認できます。



ハザードマップには大雨や地震、噴火などの自然災害が発生した場合の被害想定、避難場所やさまざまな防災情報が掲載されています。お住まいの市町村のハザードマップを確認しましょう。



ステップ
3

☑ 避難行動の確認

避難行動と持ち物などを確認して入力しましょう。

※必要な物は人それぞれ違います。自分や家族に必要な物は日頃から準備しておきましょう

〈例〉

- ☑食料品
- ☑生活用品
- ☑救急用品
- ☑非常用持ち出し品



避難先への持ち物を追加しましょう

追加項目を入力(15文字以内)

- ↓ 持病の薬
- ↓ スマートフォン・携帯電話
- ↓ 充電器
- ↓ メガネ
- ↓ マスク
- ↓ 現金
- ↓ 食料

ステップ
2

☑ 家庭状況の確認

避難に支援が必要な人や避難先、避難のタイミングを確認できます。

避難情報と警戒レベルの関係			
警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険直ちに安全確保！	緊急安全確保
〈警戒レベル4までに必ず避難！〉			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報(気象庁)



警戒レベルは災害発生の危険度と、避難行動を5段階で示す情報です。警戒レベル4までに必ず避難しましょう！

ステップ
4

☑ 入力内容の確認

完成！

できあがったマイ・タイムラインをパソコンやスマホに保存したり、印刷して冷蔵庫など目立つところに貼ったりして、いざというときに活用できるようにしましょう。

命を守る防災教育

県では災害への対応力を養う防災教育に力を入れています。昨年度、千代田町立西小学校で行った河川災害に関する授業の様子を紹介し

降雨体験(1・2年生)

降雨体験車両で土砂降りの雨を体験



前をみようとしたけど雨でみえにくかった

マイ・タイムライン作成(3・4年生)

ハザードマップを見ながらマイ・タイムラインを作成



家の近くでも川が氾らんして、水害が起こる可能性があることが分かった

避難所体験(5・6年生)

体育館で段ボールベッドや簡易トイレ、間仕切りを組み立てて避難所設営作業を体験



周りの人と助け合って乗り越えることの大切さが分かった

各自が気づき、自分の頭で考え、行動する力をつけることができたと思います。マイ・タイムラインの作成など、一人一人の自助・共助の意識の向上につながりました。

千代田町立西小学校 教頭 かねこ ともり 金子 智則さん



最新で正しい情報を

いざというときに備え、改めて情報の入手方法を確認しておきましょう。水害や土砂災害の発生時は状況によって避難場所が変わることがあるため、常に最新の情報に注意してください。また災害時は誤った情報が流れることがあります。SNSやインターネット上で目にした情報は安易に拡散せず、信ぴょう性を確認してください。

テレビ

・NHK、群馬テレビ(対応市町村のみ)…リモコンの「dボタン」を押すと、雨や河川の情報を確認できます

ラジオ

・FM…NHK-FM、FM GUNMA
・AM…NHKラジオ第1、高速道路情報

インターネット

群馬県デジタル窓口

群馬県防災ポータルサイト

かわみるぐんま

登録者数が
80万人を突破！



LINE公式アカウント 「群馬県デジタル窓口」

「防災」のメニューから、ハザードマップや近くの避難所、防災情報などをまとめて閲覧することができます。まだの方は友だち登録をしておきましょう。



友だち登録は
右上の二次元コードから！

子どもとできる
「家族で学ぼう版」
追加！

ぐんま大雨時デジタル避難訓練

いつでもどこでもスマホでできる約5分の避難訓練です。土砂災害や水害からあなたやあなたの大切な人の命を守るために訓練に参加しましょう。

訓練の最後に実施する防災クイズで満点の人を対象に、抽選で宿泊券などをプレゼント！たくさんのご参加をお待ちしています。

☎ 6月30日(日)まで

詳しくは
こちらから

