

各家庭の名字を記入

記入例

作成日 年 月 日

砺波家のマイ・タイムラインシートを作ってみよう

作成した年月日を記入

～台風や大雨に備えて時系列に整理し、裏面の記入例を参考に家族の避難方法を考えましょう～

平常時

大雨発生の可能性

気象・避難情報

○早期注意情報

警戒レベル1

各家庭で洪水ハザードマップを確認し記入

各家庭で洪水ハザードマップを確認しどちらかにチェック

我が家の行動

準備をはじめ

●洪水ハザードマップの確認

浸水深：0.5m～3.0m 未満

・早期立退き避難区域 はい いいえ

・土砂災害警戒区域 はい いいえ

●避難先・避難方法

避難先①： 出町小学校

避難先②： 出町中学校

避難方法： 徒歩

避難に要する時間：①10分 ②20分

避難のポイント

携行するもの、準備するものをチェック

●携行するもの

ハザードマップ（洪水、土砂、ため池）

防災となみ（H30.7月）改訂版

ほっとなみ安心ポケット

●事前準備するもの

避難場所、避難経路の再確認

家族の予定を確認

窓の施錠、家の周辺の片付け

携帯電話の早めの充電

持病薬の準備

避難の服装準備と確認

非常用持出袋の再確認

上記以外に各家庭で準備することを記入

大雨のおそれ

重大災害の兆候

○大雨・洪水注意報等

警戒レベル2

各家庭の避難先、避難方法、避難に要する時間を記入

各家庭で避難するタイミングを決めどちらかにチェック

避難をはじめ

高齢者等避難

●高齢の方、障がいのある方、妊娠中の方などは、避難をはじめましょう。

全員避難する

●家族全員が速やかに避難所へ避難しましょう。

避難をおえる

命を守る最善の行動

●命を守るための最善の行動をとります。

●私の避難するタイミング

警戒レベル3発令

警戒レベル4発令

避難する際の注意点をチェック

●避難する際の注意点

避難場所の開設状況を確認

火の元、戸締まりの確認

避難先を家族に連絡

非常用持出袋をもって避難

暗くなる前に避難

雨が強くなる前に避難

上記以外に各家庭での注意点を記入

避難開始時期

災害のおそれの高まり

○氾濫危険情報

○土砂災害警戒情報等

警戒レベル4

避難指示

災害発生

災害発生

○大雨特別警報

○氾濫発生情報等

警戒レベル5

緊急安全確保

●行動する際の注意点

・車での移動はやめましょう。

・外に避難することでかえって危険な場合は建物内の安全な場所(2階など)に垂直避難を。

《災害用伝言ダイヤル》

171→1→電話番号 171→2→電話番号

●家族データ 避難後、家族が離れ離れになったときのために

名前	電話番号	必需品	学校・勤務先	備考
防災 たろう	090-****-****	メガネ	会社	車通勤
防災 ゆめこ	090-****-****		病院	車通勤
防災 しろう	080-****-****		高校	電車
防災 のぼる	33-****(中学校)		〇〇中学校	自転車
防災 すすむ		持病薬 お薬手帳	自宅	自力避難困難
防災 ため		持病薬 お薬手帳	サービス	杖が必要

●非常用持出袋の準備

- 飲料水・食料
- 現金
- 着替え
- 保険証
- 常備薬
- エアバッテリー
- 救急セット
- 貴重品
- 携帯ラジオ
-
-
-
-
-
-

非常用持出袋の中身をチェック、他に必要なものを記入

市緊急メール



登録がお済みでない方は、ぜひ登録をお願いします。

川の防災情報



川の防災情報(国土交通省)

【問合せ先】砺波市総務課 防災・危機管理班
TEL0763-33-1111 (内線254)

令和2年4月発行 砺波市・砺波市防災士連絡協議会

登録はQRコードから