

■連絡先一覧

連絡を取りたい人の連絡先（電話番号）は、いつも持っている携帯電話の中には登録していても、覚えていられるとは限りません。電話が繋がりにくくなる場合もあります。いざという時のためにまとめて書いておきましょう。

| 名前 | 電話番号 | メモ |
|----|------|----|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

■家族や地域での約束事

災害からの避難を行う時には、気持ちが落ち着かず、普段は覚えていられるような小さな約束事でも、思い出せなかったり忘れてしまうものです。家庭や地域で決めた約束事は、見やすく思い出せるように、確実に実行できるように、書いておきましょう。

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |
| |

新型コロナウイルス感染症予防のため

避難所に到着しても入場をお待ちください

- ・避難者が一斉に1カ所の避難所（体育館など）に避難すると【密集】が発生し感染のリスクが高まる恐れがあります。
- ・状況を確認し、現地の係員が順次声がけしますので、車の中などで少々お待ちください。

一人ひとりの避難行動計画



“宮城県に台風が接近”

例えばこんな時どうしますか？

災害からの逃げ方は人それぞれ違います。
 「マイタイムライン」は自らの生活環境に応じて
 台風の接近などに対する行動を定める
 “自分オーダーメイド”の避難計画です。
 率先した“先手の”避難行動が
 周りの人たちを守る行動につながります。

だから早めに。

「ほいや、逃げっっちゃわ!!」

— 亘理町 —

令和2年8月版

マイタイムラインを作ってみよう

※警戒レベルや気象情報は、下記の順番で発表されるとは限らず、あくまで目安です。

1 警戒レベルや気象情報などを参考に、災害時の避難行動について、普段から家族で話し合っておきましょう。

| 警戒レベル 避難情報など | 警戒レベル 1 — | 警戒レベル 2 — | 警戒レベル 3 避難準備・ 高齢者等避難開始 | 警戒レベル 4 避難勧告 避難指示(緊急) | 警戒レベル 5 災害発生情報 |
|--------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| 気象情報 | 早期注意情報 | 大雨注意報 洪水注意報 | 大雨警報 洪水警報(注意) | 洪水警報(極めて危険) 洪水警報(非常に危険) | 大雨特別警報 |
| 阿武隈川の 水位状況 | — | 氾濫注意情報 | 氾濫警戒水位 氾濫注意水位 | 避難判断水位 氾濫危険水位 | 氾濫発生 |
| 土砂災害警戒 | — | メッシュ情報 (注意) | メッシュ情報 (警戒) | 土砂災害警戒情報 | 土砂災害発生 |

2 どのタイミングでどのような行動を取るのか、具体的に下の表に書き込みましょう。(何を準備・誰に連絡・どうやって情報取得・どこに避難 など)

| 私の・家族の 防災対処行動 <small>※行動を開始する時点に “●”を記入して確実に 行動しましょう</small> | 記入すべき行動の例 ●ハザードマップなどで安全な区域を確認する ●今後の見通し情報を確認しておく ●情報取得手段(ラジオなど)の動作確認をする ●避難先等の情報を家族で共有する ●家族分の寝具・衣類・食料品・衛生対策用品を確認する・揃える ●予定している避難ルートを確認する ●避難行動を開始する(だれが・どこに) など | | | | |
|--|---|---------|---------|---------|------------------|
| | 警戒レベル 1 | 警戒レベル 2 | 警戒レベル 3 | 警戒レベル 4 | 警戒レベル 5 |
| | | | | | 私の・家族の避難先 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |