

# 風水害から身を守る！「マイ・タイムライン」

知って備える	①住んでいる地区の災害リスクを知る	土砂災害警戒区域か？ <input type="checkbox"/> 洪水浸水想定区域か？ <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 該当区域はどちらかに○をする	<b>避難所へ行くことだけが、避難ではありません。</b> <b>命を守る行動を避難と言います。</b> <b>「自分の命は自分で守ることが大切!!」</b> ここに避難場所、移動手段、移動にかかる時間を書く
	②避難場所・経路を調べる	避難場所： 移動手段： 移動時間：		
	③警報等の内容を調べてどんな行動をとるか知る	避難開始のタイミング： レベル3相当の「 <b>高齢者等は避難</b> 」で避難する レベル4相当の「 <b>避難指示</b> 」で避難する テレビ・ラジオ・情報サイト 長野県河川砂防情報ステーション 気象庁降水ナウキャスト		
	④災害発生前後の情報収集方法を調べる	ポテカネット(4地点の観測計[役場・中島・滝沢・陸郷]) ハザードマップ再確認 池田町ホームページから「災害警戒レベル(避難情報)判断・伝達基準」の確認		
状況	台風、長雨等 気象・避難情報	<b>あなたと家族の行動を書いてみよう</b>		そなえの例
大雨発生の可能性	レベル1 早期注意情報 (警報級の可能性)	おおよそ3日前 <input type="text" value="(例)今後の台風を調べ始める"/> おおよそ2日前 <input type="text" value="ここに行動を書く"/> (例)避難するときに持っていくものを準備する	<b>④の方法で情報収集する</b> <input type="checkbox"/> 台風の今後を調べ始める <input type="checkbox"/> 気象庁降水ナウキャストで確認 <input type="checkbox"/> 長野県河川砂防情報ステーションで雨量と水位確認 <input type="checkbox"/> ポテカネットで雨量確認 <input type="checkbox"/> ハザードマップで避難場所、避難手段を確認、(公設の避難場所か親戚・知人宅等避難所以外も含め何処へ避難するか)	
重大災害の兆候	レベル2 注意報 大雨→大雨注意報 (低地の浸水や河川の氾濫) 土砂災害→土砂災害注意報	1日前 <input type="text" value="ここに行動を書く"/> (例)住んでいる所と上流の雨量を調べ始める・川の水位を調べ始める 半日前 <input type="text" value="ここに行動を書く"/> (例)避難しやすい服装に着替える	<input type="checkbox"/> 家族の今後の予定、居場所を確認 <input type="checkbox"/> 非常用持ち出し品の確認(マスク・体温計・消毒液も) <input type="checkbox"/> 車の燃料は満タンになっているか確認 <input type="checkbox"/> 1週間分の薬を病院に受け取りに行く <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電確認 <input type="checkbox"/> 家の周りに風で飛ばされているものが無いか確認	
重大災害のおそれ	警戒レベル3相当 高齢者等は避難 大雨→大雨警報 (低地の浸水や河川の氾濫) 土砂→土砂災害警報	5時間前 <input type="text" value="ここに行動を書く"/> (例)安全な所へ移動を始める <input type="text" value="ここに行動を書く"/>	<input type="checkbox"/> 防災行政無線、エリアメール、ヤフー防災情報、池田町登録制メール、町公式LINEの情報をキャッチする <input type="checkbox"/> 携帯電話で最新の避難所の状況や雨量を確認  <input type="checkbox"/> 離れている家族や知人に避難することを連絡  <input type="checkbox"/> 避難場所へ避難開始 <input type="checkbox"/> ご近所にも声をかけて避難する <input type="checkbox"/> 避難行動要支援者は、支援者の支え合いを受け避難する(支援してくれる人の名前： <input type="text"/> ) <input type="text" value="支援者の名前・電話番号を書く"/>	
重大災害発生確率大	警戒レベル4相当 避難指示 大雨→大雨危険警報 (低地の浸水や河川の氾濫) 土砂→土砂災害危険警報	3時間前 <input type="text" value="避難完了"/> <input type="text" value="ここに行動を書く"/>	<input type="checkbox"/> 住民支え合いによる支援者は、避難行動要支援者を連れて避難する(要支援者名： <input type="text"/> ) <input type="text" value="要支援者の名前・電話番号を書く"/>	
災害発生	警戒レベル5相当 命の危険 直ちに安全確保 大雨→大雨特別警報 (低地の浸水や河川の氾濫) 土砂→土砂災害特別警報	0時間 <b>実際にどこかで災害が発生している</b> 氾濫が発生	<input type="checkbox"/> 避難完了 <input type="checkbox"/> 最新の情報を確認	

※新しい防災気象情報（令和8年5月から運用開始）

## ★家族や親戚の情報

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考