

マイ・タイムライン(風水害) 記入例

作成日: 令和 年 月 日

1 自宅の災害リスク

- 浸水想定区域(洪水) → 想定浸水: 5 m ~ 10 m
- 土砂災害警戒区域 → 特別警戒区域(土石流)
 - 警戒区域(土石流)
 特別警戒区域(急傾斜地の崩壊) • 警戒区域(急傾斜地の崩壊)
 警戒区域(地滑り)
- 指定区域に該当しない → 在宅避難が可能ですが、想定外もあり得る事に留意しましょう。

2 避難する場所: ①明科農村広場、②中村農業生活改善センター 移動手段: 徒歩 移動時間: 20分
車両 移動時間: 5分

3 避難するタイミング: 気象庁から土砂災害警戒情報の発表があった時、市が避難勧告等を発令した時

4 防災気象・避難情報等の収集先

- 防災行政無線
- ラジオ(防災ラジオ含む)
- テレビ
- 安曇野市防災行政無線テレフォンサービス(0120-27-1313)
- 安曇野市メール配信サービス
- 安曇野市ホームページ
- 安曇野市公式ツイッター
- 緊急速報メール
- 気象庁ホームページ
- 長野県砂防情報ステーション

状況	防災気象情報	避難情報	わが家の行動計画
雨風が強くなる前	レベル1 相当 早期注意情報 (警報級の可能性)		<ul style="list-style-type: none"> ○テレビ(NHK)やインターネットで天気予報をチェック ○家族の今後の予定や居場所を確認 ○家の周りに風で飛ばされそうなものがないか確認
雨風が強まってきたら	レベル2 相当 注意報		<ul style="list-style-type: none"> ○NHK dボタンや長野県河川砂防情報ステーションで雨量や河川の水位を確認 ○携帯電話の充電を確認
災害発生のおそれ	レベル3 相当 ・大雨警報 ・洪水警報 ・氾濫警戒情報	避難準備・ 高齢者等避難開始	<ul style="list-style-type: none"> ◎避難の準備を始めるタイミング ○NHK dボタンや長野県河川砂防情報ステーションで雨量や河川の水位を確認 ○避難場所や移動手段を再確認 ○非常持ち出し袋を準備
災害発生確率大	レベル4 相当 ・土砂災害警戒情報 ・氾濫危険情報	避難勧告・避難指示 (緊急)	<ul style="list-style-type: none"> ◎避難するタイミング ○離れている家族や知人に避難することを連絡 ○避難開始 ○携帯電話で最新の避難所状況や雨量を確認
災害発生	レベル5 相当 ・大雨特別警報 ・氾濫発生情報	災害発生情報	<ul style="list-style-type: none"> ◎避難完了 ※万が一逃げ遅れてしまった場合、命を守るための最善の行動をとる

◎家族や親せきの情報

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考
防災 太郎	090-※-※	メガネ、持病薬	自宅	