



ふうすいがい 風水害 マイ・タイムライン シート

かぞく
家族といっしょに
かくにん
確認しながら作りましょう。



作成日 年 月 日

じたく さいがい きけんせい かくにん
自宅の災害リスク(危険性)を確認する。

こくどうつうしゆ
国土交通省ハザードマップ
ポータルサイト

やること ハザードマップを確認して、自宅にある災害リスク(危険性)の□にチェックをする。

- どしゃさいがい 土砂災害 かせん はんらん こうずい 河川の氾濫(洪水) たかしお 高潮



いざというときに避難する場所を決める。

やること 避難する場所を決めて書く。

ひなん ばしょ
避難する場所

※災害リスク(危険性)がない場所に住んでいる場合、「自宅」と書きます。

- ひなん ばしょ 避難する場所まで、どこをとおっていくかを決める。
 ひなん ばしょ 避難する場所まで、実際に行ってみる。

ひと
一つではなく
いくつか決めておこう!



ひなんじょ ひなんばしょけんさく
避難所・避難場所検索



さんこう
▶参考
7ページ
17ページ

いざというときに、いつ避難を開始するか、「避難スイッチ」を決める。

やること 避難スイッチを決めて□にチェックをする。

わがや ひなん
我が家の避難スイッチ

- けいかい 警戒レベル3(高齢者等避難) けいかい 警戒レベル4(避難指示)

さんこう
▶参考
9ページ

ほか さいがい おまえ じゆんび かんが ほか
他にも、災害が起こる前に準備しておくことや考えておくことがあれば、書きましょう。



ライン ばん
LINE版マイ・タイムラインも作ってみましょう!

ライン つく さいけん つうち き
LINEでもマイ・タイムラインを作っておけば、危険がせまったときに通知が来ます。
かぞく つく
家族で作ってみましょう。

くわしくはこちら▼



✂ キリトリ ✂



ぼうさい 防災グッズ リスト

どんな防災グッズを準備しておくよいか、家族と
いっしょに考えて、準備する
ものにチェックを
しましょう。



作成日	年	月	日
点検のタイミング	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



飲料水(3日以上)



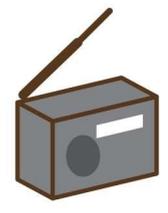
食料(3日以上)



薬



懐中電灯



ラジオ



モバイルバッテリー
(充電器)



予備の電池



レインコート



軍手



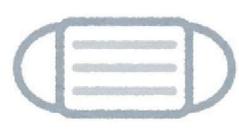
ホイッスル



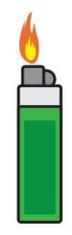
下着・衣類・くつ下



救急セット



マスク・消毒液



ライター・ろうそく



ティッシュ・タオル



歯みがきセット



ポリぶくろ



簡易トイレ



アルミブランケット



現金(貴重品)

その他、必要なもの(例:メガネ)

備蓄品と非常持出品

備蓄品とは、避難生活や災害にあった場合の生活に対して備えておくための物です。
非常持出品とは、リュックサックに入る程度で、避難するときに持って行けるような物です。



ぼうさい 防災グッズ一覧

