記載例

マイ・タイムラインシート

日頃からの備え

自宅(周辺)の状況	☑ 木曽川の浸水の深さ（浸水の深さ：0.5 ～ 3 m）
	☑ 青木 川の浸水の深さ（浸水の深さ：1 ～ 3 m）
	☐ 内水の浸水の深さ（浸水の深さ：0 ～ 0 m）
避難する場所	避難所：息子夫婦の家（避難手段：車 で 30 分）
	洪水避難ビル：古知野東小学校（避難手段：徒歩 で 20 分）
避難のタイミング	高齢者等避難が発令されたとき
非常持ち出し品（避難のときに持っていくもの）	常備薬、マイナンバーカード、現金、着替え、洗面道具、携帯電話 （息子夫婦の家以外に行く場合：食べ物、飲み物、懐中電灯を追加する）

時間経過	警戒レベル	気象情報 市からの避難情報	なにをする？ 地域の動きや注意すること	なにをする？ わたしと家族の動き
2～5日前	1	台風・大雨に関する気象情報 （週間天気予報など） 緊急安全確保	早期注意情報	・家族の予定を確認する ・非常持ち出し品を確認する ・ハザードマップを再確認する
1日前～大雨当日	2	大雨・氾濫注意報	自らの避難行動を確認	・避難するかもしれないから息子夫婦に連絡する ・避難の準備を始める(約30分)
雨が強まる	3	大雨警報・氾濫警報 避難判断水位 高齢者等避難	危険な場所から高齢者等の避難に時間がかかる人は避難	・ブレーカーを落とす ・ガスの元栓を閉める ・避難を始める(約30分) ・隣の〇〇さんに声をかける
	4	大雨危険警報・氾濫危険警報 氾濫危険水位 避難指示	危険な場所から全員避難	・避難が完了している
		《警戒レベル4までに必ず避難！》		
災害発生	5	大雨特別警報・氾濫特別警報 氾濫発生水位 緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保	もし避難できていなかったら？ ・2階の川から離れた部屋で安全確保する