



風水害に備える!

「あなた」だけの

災害時 行動計画を作ろう!

事前に災害時の行動計画を立てて、家族などと共有しよう!

～マイ・タイムライン～

台風の接近時などに各自の状況や地域の災害リスクに応じて、「いつ」「どこへ」「どのようなルートで」逃げるかを一人ひとりが考えて作る行動リスト、それが災害時の行動計画(マイ・タイムライン)です。

<台風に向けた「マイ・タイムライン」の例>

もしも…子どもがいる家族
であり、

- ・2階床下まで浸水する恐れ
- ・実家は安全な場所にある

だったら…

もしも…一人暮らし高齢者
であり、

- ・自宅はアパート1階
- ・浸水のリスクがある

だったら…

〔台風接近中〕

3日前

ハザードマップを再確認!
気象情報を確認!

3日前

ハザードマップを再確認!
気象情報を確認!

2日前

実家に連絡

保育園の対応を確認
おむつ・粉ミルク・水を多めに買う

2日前

常備薬を確認
家族に連絡
非常持ち出し袋の中身を確認

前日

大事なものを2階に上げる

前日

動きやすい服装を準備する

当日

〔警戒レベル4〕で
実家へ避難

当日

避難所が開設されたら
避難所へ避難

〔台風直撃〕

小さな子どもがいる家族と、一人暮らしの高齢者の行動計画(マイ・タイムライン)をご覧ください。家族構成などによって避難行動のパターンが違いますよね。各家庭にあった行動計画を立てておくことが大切なんです。

名張市防災担当監 河合 良晃



防災ほっとメールの登録を忘れずに!



家族構成を考えて、避難時の持ち出し品や「在宅避難」の備蓄品を準備!

避難するときに長靴を履くと足を取られて危ないので、動きやすい靴を選びましょう。

避難所以外にも、実家や知人宅、ホテル、車の中なども避難場所として考えておくといのですが、事前に安全な場所かどうかを確認しておいてください。また、避難時は、ブレーカーを落として、ガスの元栓を閉めることも忘れずに!



まずは、自宅が「危険な場所」かどうかを確認しよう!

「ハザードマップ」

市内4地域で更新!

鴻之台・希央台、美旗、すずらん台、桔梗が丘



ハザードマップは、洪水や土砂災害が起きたとき、どこが危険かを予測した地図です。「災害の恐れがある区域」のほか、「避難時の心得」「避難場所」なども掲載。市ホームページからもご覧いただけます。また、4月には、市内4地域(鴻之台・希央台地域、美旗地域、すずらん台地域、桔梗が丘地域)で、ハザードマップを更新しました(各世帯に配布済)。今回、更新のなかった11地域については、災害予測区域に変更がありませんので、ハザードマップを継続して活用してください(隣接する他の地域の災害予測区域については、最新のハザードマップをご確認ください)。

マスク着用や検温、名簿作成、定期的な換気など

避難所での感染対策にご協力ください

- 検温、感染症疑いチェック表による聞き取り、避難者名簿の作成をします。
- 手洗い、マスク着用の徹底(避難者・職員など)
- 定期的に室内の十分な換気
- 避難後に、発熱、咳などの症状が出た場合は、対策本部や保健所と連携して対応します(専用スペースやトイレの確保、間仕切りなどの対応を検討)。

気象・避難・災害情報の確認はどうする?

■名張市ホームページ

■名張市公式 SNS (Twitter など)

市災害対策本部から、防災に関する各種情報提供を行います。

■防災ほっとメール(※要登録)

市災害対策本部の設置、避難情報、避難所開設情報などの緊急情報をメールでお知らせします。

★「防災ほっとメール」は、登録したいスマホや携帯電話などで市ホームページから「防災ほっとメール」にアクセスし、ご自身で登録いただけます。

■緊急速報メール(登録不要)

■防災ラジオ(市告知放送受信機)

災害時要援護者(避難行動要支援者)支援制度の登録者などに、災害発生時の市からの緊急情報を自動で受信、起動してお知らせする防災ラジオを貸出しています。

■ads.FM(83.5MHz)

