



「マイ・タイムライン」を作ってみよう!

マイ・タイムラインとは・・・

台風や大雨などの風水害に対して、事前の準備や行動を時系列に整理した「個人の避難行動計画」のことです。

マイ・タイムラインを作ると・・・

一人ひとりの家族構成や生活環境に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ決めておくことで、災害の危険が迫ってきたときに落ち着いて避難をすることが期待できます。

マイ・タイムライン(例)			
時間軸	気象情報など	Aさんの場合 	Bさんの場合 
3日前		●台風の進路などをテレビや気象庁HPで調べる	●1週間分の薬を病院に取りに行く
2日前	大雨注意報	●車を高台に移動する ●避難するときに持っていくものを準備する	●大事なものを2階に移動させる ●家の周りに風で飛ばされるものがないか確認
1日前	大雨警報	●携帯電話を充電する ●多摩川の上流の雨量を調べる	●娘に電話し、避難することを伝える
12時間前	氾濫注意情報	●多摩川の水位を調べる	●避難しやすい服装に着替える ●ブレーカーを落とす
5時間前	氾濫警戒情報	●避難しやすい服装に着替える ● 避難を開始する	● 避難を開始する ●避難完了
3時間前	氾濫危険情報	●避難完了	
0時間	氾濫発生		

マイ・タイムラインの作り方

(1) 必要なものを準備する

- 逃げキッド(マイ・タイムライン検討ツール)
- 大田区ハザードマップ(風水害編)

(特別出張所、防災危機管理課窓口でも配布)



▲ココから入手



▲ココから入手



(2) 動画「つくろう! マイ・タイムライン」を視聴して作成する

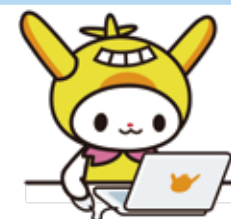
動画は『作成編』と『学習編』があります。『作成編』を視聴しながら作ってください。

大田区ハザードマップ(風水害編)の見方については、『学習編』を視聴してください。



動画視聴方法

- 手順①▶ 区HP(「マイ・タイムライン」を作って風水害に備えましょう!)にアクセス
- 手順②▶ 区HPの中から、視聴したい動画のリンクを選択
- 手順③▶ 大田区チャンネル(YouTube)で動画を視聴



▲区HPはコチラ

「要配慮者のためのマイ・タイムライン講習会」を開催します!

高齢の方や障がいのある方など、風水害時に配慮が必要な方について、防災意識の向上を図り、マイ・タイムラインを作成するための講習会を開催します。ぜひご参加ください。

回	日時	会場	対象	定員(先着)
1	9月1日(水)	消費者生活センター	高齢者とその関係者	各40名
2			障がい者とその関係者	
3	9月3日(金)	消費者生活センター	高齢者とその関係者	各40名

▶ 申込期間 8月10～24日

▶ 申込方法 申込票(チラシ裏面)に必要事項を記入し、問合先へ郵送かFAXかEメール(チラシは区HPと福祉管理課窓口で配布します)
※区HPでは、申込票(チラシ裏面)を8月2日から公開

▶ 問合先 福祉管理課調整担当 ☎5744-1721 FAX 5744-1520 EM my-timeline@city.ota.tokyo.jp



▲区HPはコチラ