



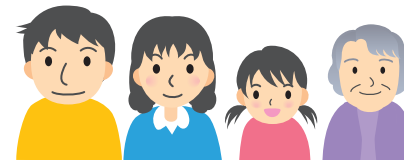
Step3.マイ・防災マップ、マイ・タイムラインを作しましょう！

マイ・タイムラインの作成見本

1 自宅の避難情報の発令対象地域 (P62・63)を確認し、該当する発令区分の「避難情報の発令対象地域シール」を貼しましょう。

家族構成や住んでいる地域のリスクに応じて、いつ、だれが、何を
するのか決めておきましょう。

例



安威川等の洪水で3～5mの浸水のおそれがある区域に
自宅がある茨木さん

茨木 太郎(父)
花子(母)

あやめ(私)
うめ(祖母)



Step3.マイ・防災マップ、マイ・タイムラインを作しましょう！

1

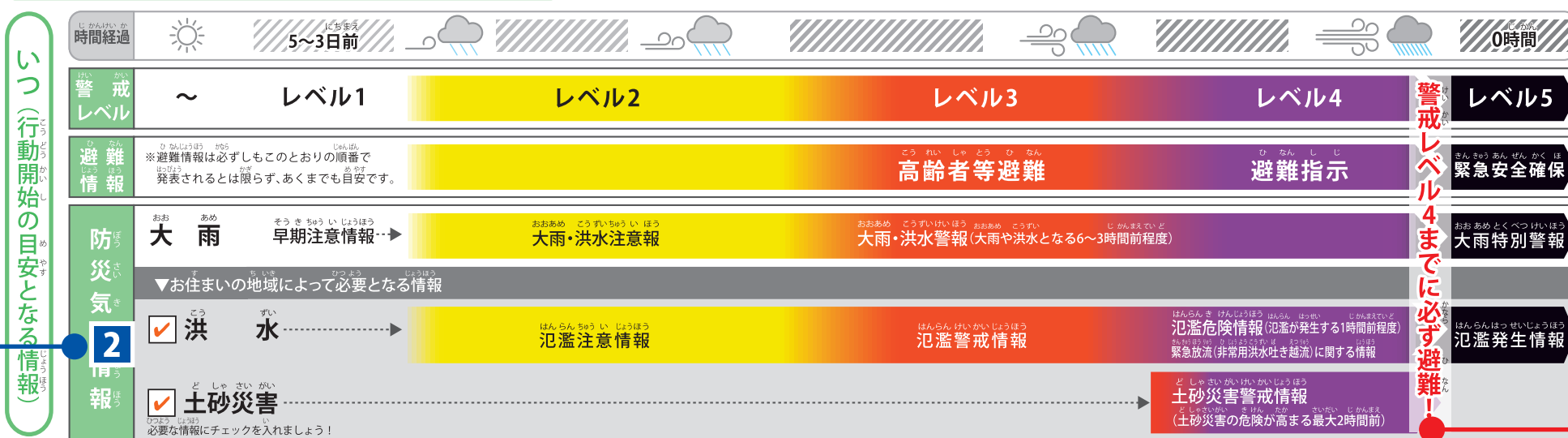
避難情報の発令対象地域:

安威川上流

土砂災害

水害・土砂

災害時のマイ・タイムライン



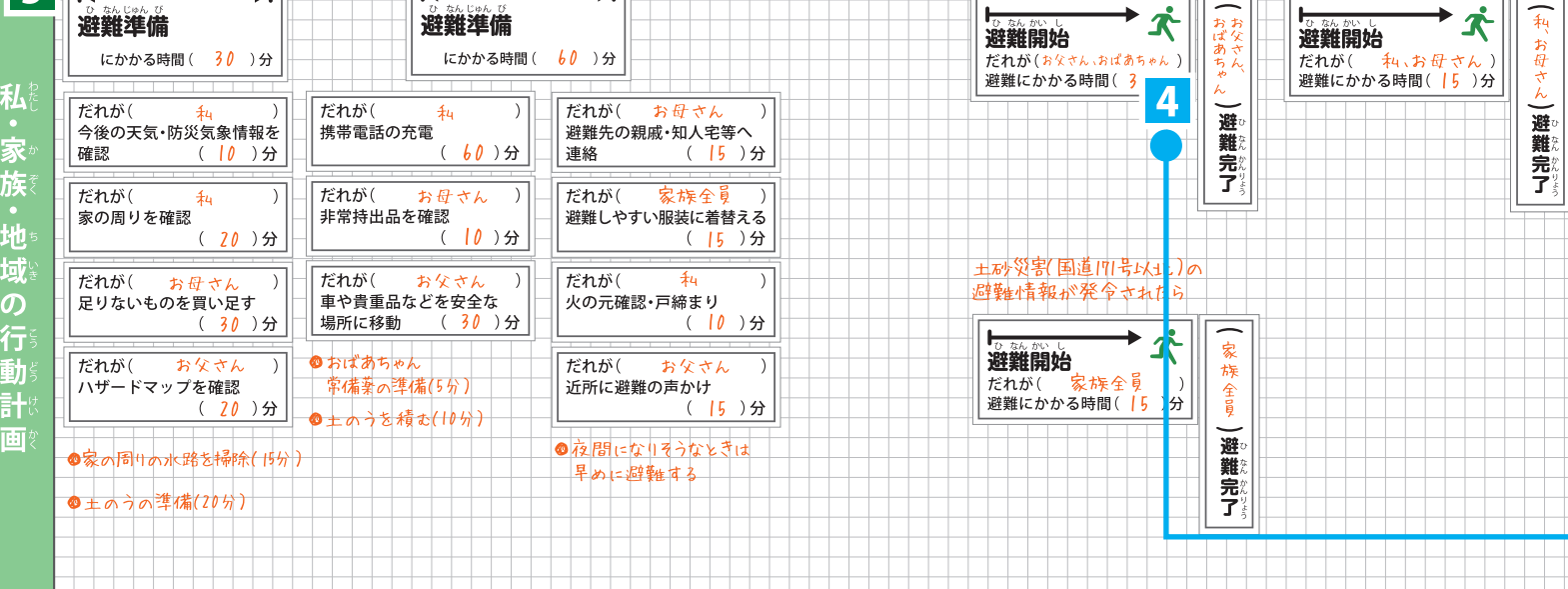
2 避難準備や避難開始の目安となる警戒レベル・避難情報・防災気象情報を確認しましょう。避難情報、大雨に関する防災気象情報は、すべての方に共通して重要な情報です。
洪水や土砂災害に関する防災気象情報については、お住まいの地域によって必要となる情報に✓を入れましょう。

3 災害に応じて使用できる施設が異なるため、災害の種別ごとにチェックシートで整理した避難先を記入しましょう。
避難先は、茨木市が指定している避難場所だけではなく、安全な親戚・知人宅等に避難するのも有効です。

5 避難準備の具体的な内容、それらすべての避難準備にかかる時間を考えて、避難準備に関するシールを貼しましょう。
自分の家族構成や生活環境をふまえ、シールにない行動は手書きで追加しましょう。また、自分の家族だけではなく、近所や地域への声かけ等の行動も考えてみましょう。

だれが何をするのか

5



5

避難先

① 親せきの家

② ○○小学校

災害発生

4 チェックシートで整理した避難のタイミングと移動時間を基に、避難開始・避難完了に関するシールを貼しましょう。
避難に支援が必要な人(高齢者、障害者、乳幼児等)とその支援者は、警戒レベル3(高齢者等避難)や警戒レベル相当情報(大雨・洪水警戒情報、氾濫警戒情報)を目安に、避難を開始しましょう。

1 ▼避難情報の発令対象地域シール

安威川上流 安威川下流 茨木川 大正川

女瀬川 淀川 土砂災害

4 ▼避難開始・避難完了・避難準備シール

避難開始 だれが() 避難にかかる時間()分

避難完了

避難準備 だれが() 避難にかかる時間()分

5 ▼避難準備シール

だれが() 今後の天気・防災気象情報を確認 ()分	だれが() ハザードマップを確認 ()分	だれが() 非常持出品を確認 ()分	だれが() 家の周りを確認 ()分	だれが() 避難しやすい服装に着替える ()分	だれが() 近所に避難の声かけ ()分
だれが() 火の元確認・戸締まり ()分	だれが() 避難先の親戚・知人宅等へ連絡 ()分	だれが() 避難先を確認 ()分	だれが() 車や貴重品などを安全な場所に移動 ()分	だれが() 携帯電話の充電 ()分	だれが() 足りないものを買い足す ()分