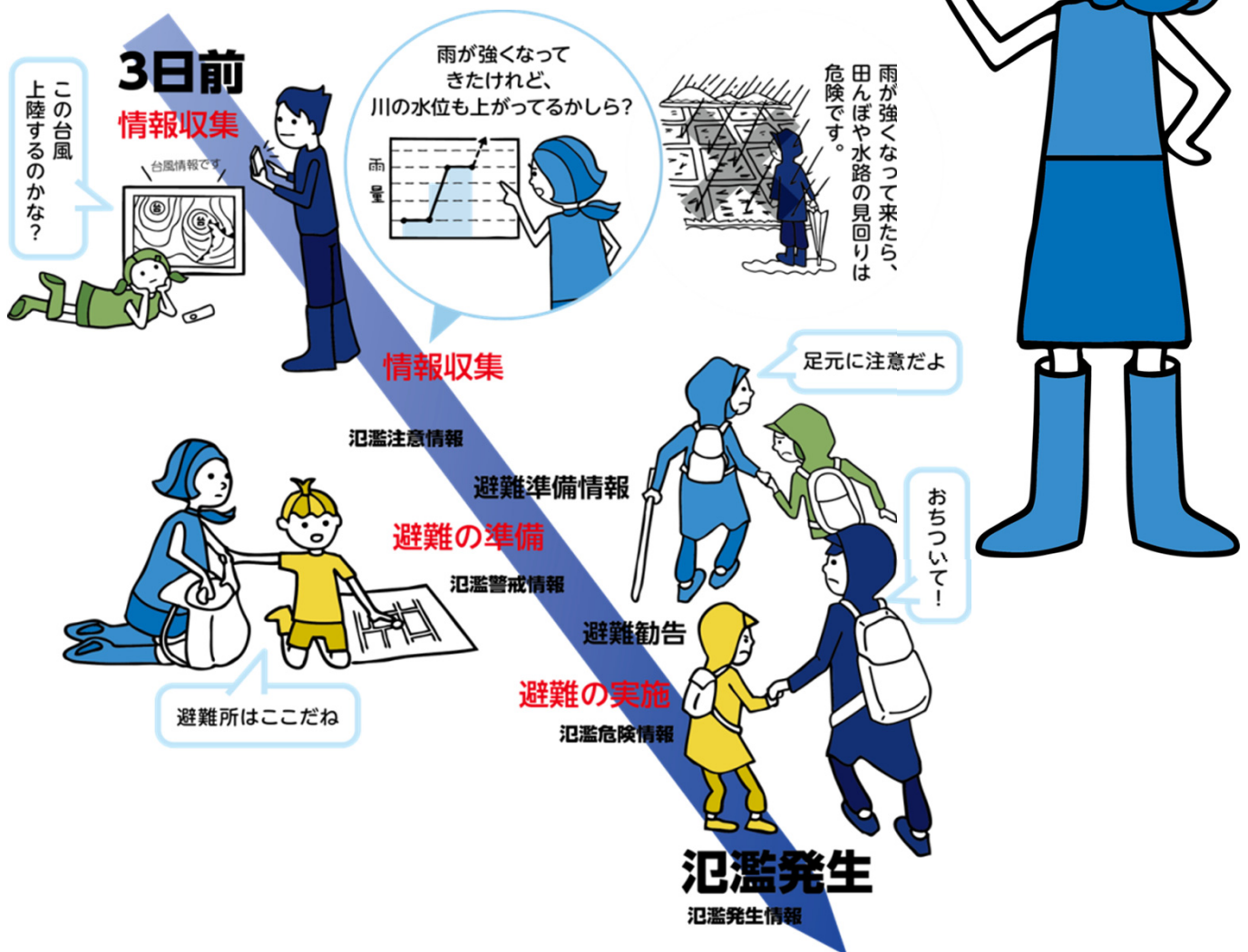


みんなでつくろう！ マイ・タイムライン

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集（案）～

名前

家族で
考えてみよう！



みんなでタイムラインプロジェクト

目次

項 目	ページ
洪水と自分自身とをよく知れば、安全に逃げられる！	1
今後の天気を自分で確認してみよう！	2～3
避難を開始するまでに準備しておこう！	4～5
川の水位を自分で調べてみよう！	6～7
避難に役立つ情報を確認してみよう！	8～9



洪水と自分自身とをよく知れば、安全に逃げられる！

■川から水があふれる前に逃げる！！



大雨が降ると、川にたくさんの水が流れこみ、この水がさらに増えると川の水があふれ（氾濫）、街に流れ込んできます。

街に流れ込んできた水は、いきおいが強く、家が流されたりしますので、**川から水があふれる前に安全な高い場所へ移動しておくことが大事**です。

■マイ・タイムラインをつくろう！！

川から水があふれる前に安全な場所へ移動しておくためには、どのように川があふれるかを知り、それに応じた備えをしていく必要があります。

安全な場所への距離、移動するスピードは人それぞれですよね。自分自身の家族構成や生活環境を踏まえて、自分自身の洪水リスクを把握し、あわてずに逃げる準備を整えて、逃げ切れるタイミングで逃げ始めることが重要です。

いざというときにあわてずに行動するために、いつ何をするのかを整理しておきましょう。

それが、マイ・タイムラインです。**家族でよく話しあってマイ・タイムラインをつくってみましょう。**





今後の天気を自分で確認してみよう！

■避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に得られる情報は、天気（台風、雨）、川、避難と様々です。これらは、時々刻々と変化します。洪水時は、最新の情報を集めて的確に判断しましょう。

台風発生 川の水位上昇 緊急時	情報	気をつけるポイント
	①天気に関する情報	・ 台風の大きさ ・ 台風の強さ ・ 台風の進路
		・ 雨量 ・ 雨の降っている地域（川の上流） ・ 今後の見通し
	②川に関する情報	・ 近くの川の水位 ・ 上流の川の水位（今後の見通し） ・ 氾濫の発生
	③避難に関する情報	・ 避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急） ・ 避難所の開設情報
		・ 交通の状況

■①天気に関する情報

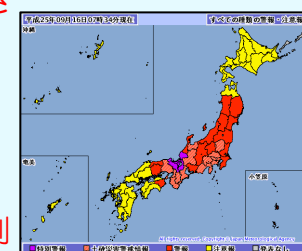
3 日前

テレビの天気予報などで、**台風の位置や強さ、今後の台風の進路や暴風域等**を確認しましょう。



2 日前

台風が近づくと、みなさんの住んでいる地域で**大雨注意報**など雨に関する情報が発令されるかもしれませんので、行政からの情報を確認しておきましょう。



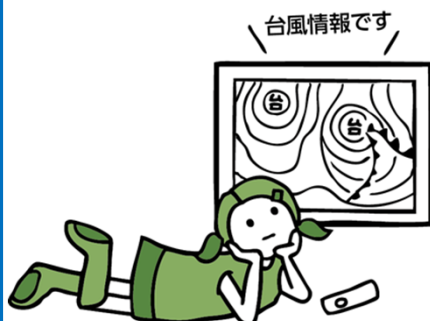
1 日前

その後も雨が降り続くと、**大雨警報**や**大雨特別警報**が発令されるかもしれませんので、引き続き行政からの情報を確認しておきましょう。



今後の天気を自分で確認してみよう！

■台風に関する情報



テレビの天気予報や、パソコン、スマートフォン・携帯電話で、気象庁のホームページにアクセスすれば、**台風の位置や強さ、今後の台風の進路や暴風域等**を確認できます。



気象庁HP

気象庁ホームページ

<http://www.jma.go.jp/jp/typh/>

■雨に関する情報



パソコン、スマートフォン・携帯電話で、**川の防災情報ホームページ、気象庁ホームページ**にアクセスするか、**NHK総合テレビのデータ放送**を見ると、雨に関する警報等や雨量観測所のリアルタイム情報、レーダ雨量(XRAIN)情報を見ることができます。雨量観測所のリアルタイム情報は、**常陸河川国道事務所ホームページ**でも確認できます。

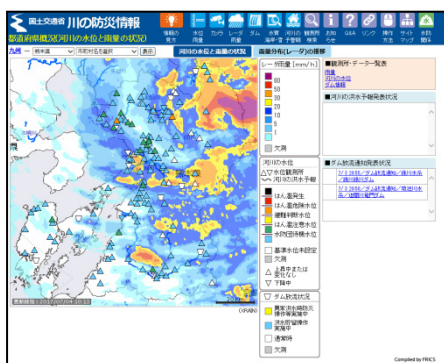


川の防災情報

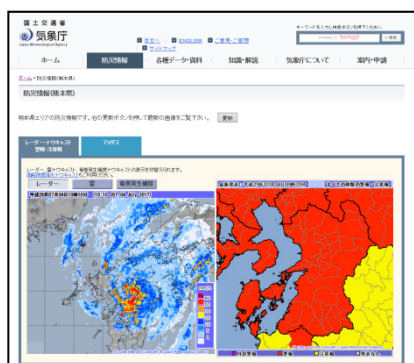
川の防災情報ホームページ	http://www.river.go.jp/
気象庁ホームページ	http://www.jma.go.jp/
常陸河川国道事務所ホームページ	http://www.ktr.mlit.go.jp/hitachi/hitachi_index022.html



気象庁HP



川の防災情報ホームページ



気象庁ホームページ



常陸河川HP

上流部に降った雨は、やがて下流に流れますので、あなたの家の近くの川の水位も上昇する可能性があります。**上流部の雨の様子も確認しましょう。**



避難を開始するまでに準備しておこう！

■避難を開始するまでに準備・考えておくべきこと

避難を開始するまでに準備できることの一例です。これらは、**普段から準備したり、考えておくことができることもあるので、家族で話しあっておきましょう。**

3 日前

防災グッズの確認をしておきましょう。不足があれば買い出しへいきましょう。

避難所に置いていない、おじいちゃんやおばあちゃんが普段から飲んでいる薬を病院に受け取りにいきましょう。



携帯電話やスマートフォンを充電しておきましょう。

半日前

ハザードマップで避難場所や避難手段を確認しておきましょう。



いつでも避難できるように、避難できる服装に着替えましょう。

5 時間前





避難を開始するまでに準備しておこう！

■いざという時のための防災グッズをそろえておこう！！

家族と相談しながら、必要なものをリュック等にまとめておきましょう。

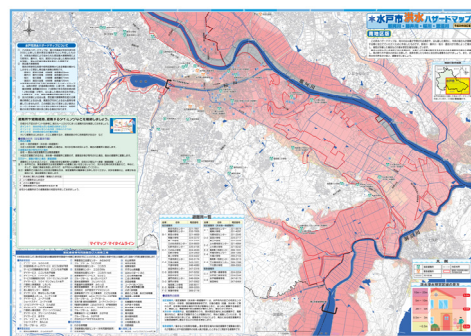
- ・食料（お菓子やレトルト食なども）
- ・飲料
- ・薬（普段から薬を飲んでいる人は持っていくましょう）
- ・お薬手帳
- ・保険証
- ・タオル
- ・ビニール袋
- ・大きめのゴミ袋（即席ポンチョで急な天候不良にも対応可能）
- ・着替え（3日分はあったとよい）
- ・汗拭きシート（お風呂に入れない場合に備えて）
- ・懐中電灯
- ・携帯電話＋充電器
- ・貴重品



■ハザードマップを確認しよう！！

ハザードマップは、川から水があふれたときにどの地域が危険なのかを色で示したもので、色が濃いほど危険性が高いことをあらわします。自分の家や学校はどうでしょうか。

避難所やそこまで行く安全なルートなど、前もって確認しておきましょう！



水戸市洪水ハザードマップ

ハザードマップ
ポータルサイト

<https://disaportal.gsi.go.jp/>



ポータルサイト

■避難するときには長靴はダメ！！

長靴に水が入ると、重たくなります。水に強いと思われがちな長靴ですが、逆に避難するとき足手まといになってしまう場合がありますので、避難するとき長靴をはくのはやめましょう！



■氾濫水は濁っている！！

氾濫水は茶色く濁っていて、水路と道路の境や、ふたが開いているマンホールの穴は見えません。やむを得ず水の中を移動するときには、棒で足下を確認しながら移動しましょう。





川の水位を自分で調べてみよう！

■避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に得られる情報は、天気（台風、雨）、川、避難と様々です。これらは、時々刻々と変化します。洪水時は、最新の情報を集めて的確に判断しましょう。

台風発生 川の水位上昇 緊急時	情報	気をつけるポイント
	①天気に関する情報	・ 台風の大きさ ・ 台風の強さ ・ 台風の進路
	②川に関する情報	・ 雨量 ・ 雨の降っている地域（川の上流） ・ 今後の見通し
	③避難に関する情報	・ 避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急） ・ 避難所の開設情報 ・ 交通の状況

■②川に関する情報

半日前 上流域で大雨特別警報が発令されるなど、川の上流で降った雨が下流まで流れてきて、川の水位が段々高くなると、**氾濫注意水位**に到達します。**氾濫注意水位に到達すると、河川事務所から洪水予報（氾濫注意情報）が発表されますので、確認しておきましょう。**



5 時間前 氾濫注意水位を超えても、川の水位が上がり続けると、**避難判断水位**に到達します。**避難判断水位に到達すると、河川事務所から、洪水予報（氾濫警戒情報）が発表されますので、確認しておきましょう。**



3 時間前 その後も川の水位が高くなり続けると、**氾濫危険水位**に到達します。**氾濫危険水位に到達すると、河川事務所から、洪水予報（氾濫危険情報）が発表されますので、いつ氾濫してもおかしくない状態を示しています。**



川の水位を自分で調べてみよう！

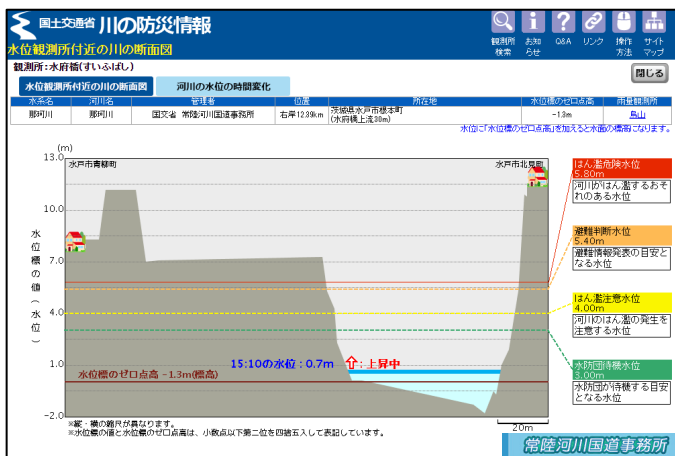
■川に関する情報



パソコン、スマートフォン・携帯電話で、**川の防災情報ホームページ**、**常陸河川国道事務所ホームページ**にアクセスすると、水位観測所のリアルタイム情報、河川の洪水予報を確認できます。**NHK総合テレビのデータ放送**でも、水位観測所のリアルタイム情報を確認できます。

パソコン、スマートフォン・携帯電話で、**常陸河川国道事務所ホームページ**にアクセスすると、久慈川・那珂川のライブ映像を見ることができます。

川の防災情報ホームページ	http://www.river.go.jp/
常陸河川国道事務所ホームページ 【雨量・水位情報】 【ライブカメラ】	https://www.ktr.mlit.go.jp/hitachi/hitachi_index022.html https://www.ktr.mlit.go.jp/hitachi/bousai2/pub/R60100/t10/R60100_t10_001.html



川の防災情報ホームページ
(水位観測所付近の川の断面図)



川の防災情報



常陸河川HP
(雨量・水位)



常陸河川HP
(ライブカメラ)

常陸河川国道事務所ホームページ
(ライブカメラ)





避難に役立つ情報を確認してみよう！

■避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に得られる情報は、天気（台風、雨）、川、避難と様々です。これらは、時々刻々と変化します。洪水時は、最新の情報を集めて的確に判断しましょう。

台風発生 川の水位上昇 緊急時	情報	気をつけるポイント
	①天気に関する情報	・ 台風の大きさ ・ 台風の強さ ・ 台風の進路
		・ 雨量 ・ 雨の降っている地域（川の上流） ・ 今後の見通し
	②川に関する情報	・ 近くの川の水位 ・ 上流の川の水位（今後の見通し） ・ 氾濫の発生
	③避難に関する情報	・ 避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急） ・ 避難所の開設情報 ・ 交通の状況

■③避難に関する情報

半日前

天気に関する情報や川に関する情報などを総合的に判断して、避難をするときに時間がかかる人や支援が必要な人など、早めに避難行動を開始していただきたい人に対して、自治体は**避難準備・高齢者等避難開始**の情報を発令しますので、確認しておきましょう。



さらに、天気に関する情報や川に関する情報などから非常に危険な状態が今後予想されると判断した場合は、自治体は**避難勧告や避難指示（緊急）**を発令しますので、確認しておきましょう。

5 時間前



避難に役立つ情報を確認してみよう！

■避難に役立つ情報を確認しよう！！

災害が発生し、危険なときは自治体から
避難勧告・避難指示（緊急）等がでます。

テレビやラジオ、携帯メールやインターネット、防災行政無線などで正しい情報を確認し、避難してください。



強い

危険度

避難指示（緊急）

- ・災害によって被害が出る危険性が非常に高い。
- ・周囲の状況を十分に確認した上で安全な場所に避難するよう努める。

避難勧告

- ・災害が発生する危険があるため、必要に応じて安全な場所に避難する。

避難準備・高齢者等避難開始

- ・非常持ち出し品の準備をする。
- ・高齢者や幼児、外国人、体の不自由な人など避難に時間を要する人は避難を始める。

また、大規模な災害が発生した際、**渋滞の発生や通行止め、そのための迂回路の設置など、普段とは違う交通状況になる**ことがありますので、自治体や都道府県、日本道路交通省センターホームページにアクセスして、**現在の交通状況を確認**してください。

自治体ホームページ	—
茨城県ホームページ	http://www.pref.ibaraki.jp/
栃木県ホームページ	http://www.pref.tochigi.lg.jp/
日本道路交通情報センターホームページ	http://www.jartic.or.jp/



出典：日本道路交通情報センター



茨城県HP



栃木県HP



日本道路交通情報センターHP

みんなで作ろう！マイ・タイムライン

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～

企画・編集 久慈川・那珂川流域における減災対策協議会

問い合わせ先 国土交通省 関東地方整備局 常陸河川国道事務所
茨城県水戸市千波町1962-2 電話029-240-4061

みんなでタイムラインプロジェクト