土砂災害版

わが家の　マイ・タイムラインシート

作成年月日　　年　　月　　日

作成手順書に沿って作成しましょう！

1 ハザードマップで自宅の土砂災害リスクを確認しよう

☐ 「確認した」

確認したらし点を入れましょう

2 ご家族の情報を整理しましょう

名　前	携帯電話番号	職場・学校等の名称と連絡先

3 「避難の必要性を判断するために必要な情報」はここから手に入れます

☐ 防災アプリ「藤枝市防災」　☐ 「その他の防災アプリ（　　）」
☐ 「キックオフメール」　☐ 「テレビ・ラジオ」
☐ 「その他（　　）」

「気象情報などの入手先」にし点を入れましょう

4 「市からの避難情報」はここから手に入れます

☐ 防災アプリ「藤枝市防災」　☐ 「同報無線」
☐ 「キックオフメール」　☐ 「テレビ・ラジオ」
☐ 「藤枝市公式ＬＩＮＥ」　☐ 「市ホームページ」
☐ 「その他（　　）」

「避難情報の入手先」にし点を入れましょう

5 わたしと家族はこのタイミングで避難を開始します

☐「気象情報」などを参考に、避難情報が発令される前に避難
☐「土砂災害危険度分布」を参考に、避難情報が発令される前に避難

気象予報などで「・・・今後大雨になる見込みで、土砂災害に厳重な警戒が必要です」など

☐「避難情報」が発令されたら避難
　☐ 居住地域に、「■警戒レベル３（高齢者等避難）」が出たら避難
　☐ 居住地域に、「■警戒レベル４（避難指示）」が出たら避難

☐ その他（　　）

自身や家族が「避難を開始するタイミング」にし点をいれましょう

6 わたしと家族はここに避難します

☐「市から避難情報が発令される前」に避難する場合
　☐ 安全な場所に住んでいて身を寄せられる「親戚や知人宅」
　　［名前＿＿＿＿＿住所＿＿＿＿＿＿＿電話番号＿＿＿＿＿＿＿］
　☐ その他の場所
　　［　　］

☐「市から避難情報が発令された時」に避難する場合
　☐ 最寄りの「指定緊急避難場所」
　　［　　］
　☐ 安全な場所に住んでいて身を寄せられる「親戚や知人宅」
　　［名前＿＿＿＿＿住所＿＿＿＿＿＿＿電話番号＿＿＿＿＿＿＿］
　☐ その他の場所
　　［　　］

「避難する場所」を記載しましょう。

7 「避難する際の持ち出し品」は下記の物です

［食料品等］
☐ 非常食　☐ 飲料水　☐ 乳幼児用ミルク　☐ 哺乳瓶　☐ その他（　　）

［衣料品等］
☐ 着替え　☐ タオル　☐ 毛布　☐ その他（　　）

［医薬品等］
☐ 持病薬　☐ 救急セット　☐ おくすり手帳　☐ その他（　　）

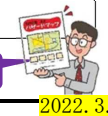
［衛生品等］
☐ マスク　☐ 消毒液　☐ 体温計　☐ ティッシュ　☐ 紙おむつ　☐ 生理用品
☐ その他（　　）

［機器等］
☐ 携帯端末（スマホなど）　☐ モバイルバッテリー　☐ 携帯ラジオ　☐ 懐中電灯
☐ その他（　　）

［その他］
☐ 貴重品　☐ その他（　　）

必要な物を整理して用意しておきましょう

✎メモ欄



※ このシートは、ハザードマップと一緒に、ご家庭の見やすい場所に貼っておきましょう！

2022.3.2