



# 大雨時の避難計画「マイ・タイムライン」

# 家の避難計画 マイ・タイムライン

作成年月日 年 月 日



## わたしと家族の避難行動

**1〜3日前** 大雨・台風の警戒レベル1

**気象情報 台風予報・早期注意情報** ※気象庁が発表

- 非常持ち出し品を確認する。
- 家族の今後の予定や居場所を確認する。
- 親戚や知人に避難させてもらうことを依頼する。
- テレビやインターネットで気象情報を確認する。
- 家族や支援者と避難するタイミングなどを相談する。

**注意報** 警戒レベル2

**気象情報 大雨・洪水・氾濫注意報** ※気象庁が発表

- 避難場所や避難経路を再確認する。
- 携帯電話の充電を確認する。
- レベル3で避難の方は避難開始の準備をする。

**警報・高齢者等避難** 警戒レベル3

**避難情報 高齢者等避難** ※仙台市が発令

避難場所 ( )

- テレビやインターネット、携帯電話で避難場所の開設状況や雨量などを確認する。
- 高齢者等避難の発令で避難開始**
- レベル3で避難の方は家族や支援者に避難したことを連絡する。
- レベル4で避難の方は避難開始の準備をする。

**全員避難** 警戒レベル4

**避難情報 避難指示** ※仙台市が発令

避難場所 ( )

- テレビやインターネットなどで、最新の状況を確認する。
- 避難指示の発令で避難開始**
- 家族や支援者に避難したことを連絡する。
- 避難完了

### 警戒レベル4までに全員避難

**災害発生** 警戒レベル5

**避難情報 緊急安全確保 命の危険 直ちに安全確保!** ※仙台市が発令

すでに市内で災害が発生または発生する恐れがあるため、より安全な浸水リスクの低い自宅の上階や高い場所、土砂災害の危険が少ない場所へ移動するなどし直ちに命を守る行動をとって下さい!

※気象情報や避難情報が発令されるタイミングは状況により変化する場合があります。

## 家族や支援者の連絡先や連絡方法

名前	電話番号	自宅以外の主な滞在場所 (職場・学校など)	もしものときの 合流場所・連絡方法など

# 自宅の災害リスク

	自宅の危険性	避難開始のタイミング	避難場所
水害	<b>水害の危険性は？</b> <b>▶ 洪水浸水想定区域</b> <input type="checkbox"/> あり(洪水浸水想定区域) <input type="checkbox"/> なし → 自宅の浸水深は？ [                    m ~                    m ] <b>▶ 早期の立退き避難が必要な区域</b> <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	<b>避難開始のタイミングは？</b> <b>▶ 警戒レベル3 高齢者等避難</b> <input type="checkbox"/> 自宅が「早期の立退き避難が必要な区域」のエリア内にある場合 <input type="checkbox"/> 妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合 <b>▶ 警戒レベル4 避難指示</b> <input type="checkbox"/> 上記以外で、自宅が洪水浸水想定区域内にある場合	<b>避難場所は？</b> <input type="checkbox"/> 自宅の上階 [                    階 ] <input type="checkbox"/> 親戚や知人の家 [                    ] <input type="checkbox"/> 指定避難所 [                    ] <input type="checkbox"/> その他 [                    ]
土砂災害	<b>土砂災害の危険性は？</b> <b>▶ 土砂災害(特別)警戒区域</b> <input type="checkbox"/> あり → <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域 <input type="checkbox"/> 土砂災害特別警戒区域 <input type="checkbox"/> なし	<b>避難開始のタイミングは？</b> <b>▶ 警戒レベル3 高齢者等避難</b> <input type="checkbox"/> 妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合 <b>▶ 警戒レベル4 避難指示</b> <input type="checkbox"/> 上記以外で、自宅が土砂災害(特別)警戒区域のエリア内にある場合	<b>避難場所は？</b> <input type="checkbox"/> 自宅の上階 [                    階 ] <input type="checkbox"/> 親戚や知人の家 [                    ] <input type="checkbox"/> 指定避難所 [                    ] <input type="checkbox"/> その他 [                    ]

## 災害時の情報入手方法の確認

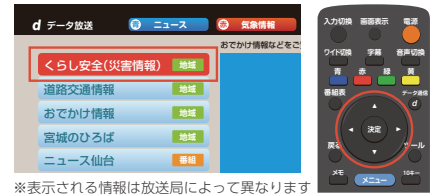
安全に避難するためには、災害情報や避難情報などの情報を速やかに入手することが大切です。テレビ、ラジオ、パソコンや携帯電話・スマートフォンなど、防災関連の情報を積極的に入手しましょう。

### テレビ パソコンやスマートフォン以外でも、災害情報を知ることができます。



- 1 テレビの電源を入れリモコンの「d (データ放送)」ボタンを押す。
- 2 リモコンの矢印で必要な情報に合わせ「決定」を押す。

※テレビのリモコンの一例です



※表示される情報は放送局によって異なります

### 携帯電話・スマートフォン・パソコン

#### 災害発生をすみやかに知る

##### 杜の都防災メール [登録が必要]

災害に関する情報を、あらかじめ登録した方にメールでお知らせします。

<http://sendacity.bosai.info/sendacity/bosaimail/>



##### 緊急速報メール [登録不要]

対象地域内で携帯電話やスマートフォン(対応機種)をお持ちの方に対して、緊急を要する避難情報などを一斉にお知らせします。

仙台市危機管理局X (旧Twitter) [フォロー必要] @sendai\_kiki

仙台市危機管理局X (旧Twitter) [多言語版] @sendai\_kiki2

市内の災害情報や避難情報など、防災関連の情報をお知らせします。



[多言語版]

#### 災害や地域の状況をくわしく知る

##### 仙台市ホームページ

<https://www.city.sendai.jp/>

##### せんだいくらしのマップ

洪水や土砂災害、内水氾濫、防災重点ため池等のリスクを確認できます。

##### 避難情報ウェブサイト

簡単な操作で、避難情報や最寄りの避難所を確認できます。

<https://hinan.city.sendai.jp>

##### 仙台防災ナビ

各地域での防災の取組や、平時からの備えなどが学べます。

<https://www.sendaibousai.com>



仙台市ホームページ



せんだいくらしのマップ



避難情報ウェブサイト



仙台防災ナビ