

行動編

マイタイムラインを作成しよう！

「マイタイムライン」とは、大雨や台風などの風水害に備えて、一人ひとりの家族や生活に合わせた避難行動、つまり「自分の逃げ方」を考えておくものです。

1 避難先は？

避難先1	
避難先2	

2 避難のタイミングは？

☐ 警戒レベル3 **高齢者等避難**の発令で避難！

☐ 警戒レベル4 **全員避難**の発令で避難！



3 警報・注意報が発表されたら？

時間推移のイメージ

大雨・台風の
数日～
約1日前

半日～
数時間前

数時間～
3時間程度前

2時間～
0時間程度前

災害の
切迫・発生

警戒レベル	気象庁が発表する 警報・注意報	わが家の避難計画	わが家の避難計画(例)
気象庁が発表 警戒レベル 1	早期注意情報	例を参考にオリジナルの行動を書いてみましょう！	- 最新の天気予報をチェック - 非常持ち出し品の確認や、必要な物の買い出し - 側溝の掃除 - 家の周りに飛ばされるような物はないか確認 - 家族と連絡を取り合う
気象庁が発表 警戒レベル 2	氾濫注意報 大雨注意報 高潮注意報等		- 防災マップで避難所等を再確認 - 携帯電話・モバイルバッテリーを充電 - 避難しやすい服装に着替える
大阪市が発令 警戒レベル 3 危険な場所から 高齢者等避難！	氾濫警報 大雨警報 高潮警報等		- 高齢者や避難に時間を要する人は避難 - 避難の準備を整える
大阪市が発令 警戒レベル 4 危険な場所から 全員避難！！	氾濫危険警報 大雨危険警報 高潮危険警報等		- 危険な場所から全員避難 - 携帯電話などで最新の状況を確認
大阪市が 可能な範囲で 発令 警戒レベル 5 緊急安全確保	氾濫特別警報 大雨特別警報 高潮特別警報等		命の危険 直ちに安全確保！ 今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動する

避難の支援が必要な人
(高齢者・障がい者・乳幼児・
妊婦など)が暮らす家は、
早めに避難しましょう。

