

# 三島市 マイ・タイムライン（自分の命は自分で守る）

## 記載例

平常時

大雨のおそれ

避難開始時期

全員避難

緊急保安全

大雨発生の可能性

重大災害の兆候

災害発生のおそれ

災害のおそれの高まり

災害発生又は切迫

### 気象・避難情報

○台風の進路予報

**警戒レベル1**  
早期注意情報 気象情報

**警戒レベル2**  
大雨・洪水注意報 気象情報

◇大雨警報  
(土砂災害、浸水害)  
洪水警報、暴風警報

◇氾濫警戒情報

**警戒レベル3**  
高齢者等避難 市発令の避難情報

◇氾濫危険情報

◇土砂災害警戒情報

**警戒レベル4**  
避難指示 市発令の避難情報

◇大雨特別警報

◇氾濫発生情報

**警戒レベル5**  
緊急安全確保 市発令の避難情報

※レベル5は必ず発令される情報ではありません

### 避難の準備・確認

#### ●ハザードマップの確認

総合防災マップや洪水ハザードマップで自宅周辺の災害リスクを確認しましょう。

浸水の深さ：0.5mから3m

土砂災害：土砂災害警戒区域

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  
■ はい □ いいえ

#### ●避難する場所

大雨時に避難することを心め、事前に避難先や避難方法を決めておきましょう。

避難先①：〇〇公民館

避難先②：〇〇小学校

避難方法：徒步

避難にかかる時間：①10分②15分

#### ●避難開始のタイミング

□ 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

■ 高齢者や妊娠中の方、小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合

**●警戒レベル3**  
高齢者等避難

□ 上記以外で、自宅が浸水想定区域または土砂災害警戒区域等のエリア内にある場合

**●警戒レベル4**  
避難指示

市からの避難情報の発令をチェックして、避難を開始しましょう。

#### ●避難情報の収集手段

**警戒レベル2で確認**

□ みしまるホッとメール  
(市民メール配信)

□ 三島市地震・防災情報  
(市ホームページ)

□ テレビのデータ放送

●避難を開始していない場合は直ちに避難を開始

●外に避難することでかえって危険な場合は、建物の2階等で安全確保

### 避難のポイント

●台風や大雨を想定し、雨が強くなる前に必要な事前準備を考えましょう。

□ 避難場所、経路の確認

□ 葉の準備

□ 家族の予定を確認

□ 携帯電話の充電

□ 窓の施錠

□ 家の周りの確認  
(自転車、植木鉢など)

□

□

いざ避難するとき、慌てることがないように「戸締まりをする」など、具体的な行動をまとめましょう。

●避難する際の注意点を考えましょう。

□ 避難所の開設状況確認

□ ガスの元栓、施錠の確認

□ 家族への連絡

□ 非常持ち出し品の持参

□

□

避難所に向かうなど、自宅の外に避難する場合は、雨が強くなる前や暗くなる前に避難することを心掛けましょう。

避難対象区域の方は、  
この時点までに  
**全員避難！**

●自分の状況を家族や親せき等に連絡しましょう。

### 非常持出品の準備

- 飲料水・食料
- 現金
- 着替え
- 保険証
- モバイルバッテリー
- 常備薬
- 紙おむつ
- 生理用品
- メガネ
- 雨具
- 持病の薬
- 
- 
- 

コロナ禍では、マスク、体温計、ウエットティッシュ、テントなど、感染防止に必要なものは自分で持参しましょう。

### 家族のデータ

避難後、家族が離れ離れになった時のため

名前	電話番号	必需品	扈の居場所	備考
三島太郎	090-*****-****	メガネ	(株)〇〇	
三島花子	090-*****-****		〇〇スーパー	
三島三枝	090-*****-****	コンタクト	〇〇高校	
三島四郎	090-*****-****		〇〇中学	
三島五郎	080-*****-****	持病の薬	ディサービス	