

# 家の避難行動 マイ・タイムライン



日ごろからの備え	家族の情報	名前	昼の居場所	緊急連絡先	備考	名前	昼の居場所	緊急連絡先	備考
	家族が離れ離れになった時のために								
	非常用持出品の準備	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 食料	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 衣服(着替え)	<input type="checkbox"/> 救急医療品(常備薬)	<input type="checkbox"/> ベビー用品	<input type="checkbox"/> 生理用品	
		<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 洗面用具	<input type="checkbox"/> 保険証	<input type="checkbox"/> マスク、体温計	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	<input type="checkbox"/> スリッパ	<input type="checkbox"/>	
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

時間経過	警戒レベル	気象情報	なにをする？
		町からの避難情報	避難の準備・確認

平常時

大雨のおそれ

避難開始時期

災害発生

**1** **早期注意情報 (気象庁が発表)**

**台風・大雨に関する気象情報**  
台風の進路確認、気象情報確認  
いの町防災行政アプリ (QRコード)

避難所開設等の防災情報をアプリで配信するサービスです。

**防災行政無線** Android用 iPhone用  
避難情報等を放送します。放送内容が聞き取れなかった場合は、以下の電話番号で確認することができます。

電話：088-893-1213  
088-893-1214

---

**2** **大雨・洪水注意報**

水防団待機水位	氾濫注意水位
・仁淀川 (伊野) 5.0m	6.6m
・宇治川 (枝川) 1.9m	2.2m

**大雨警報・洪水警報**  
**氾濫警戒情報**

---

**3** **高齢者等避難**

**避難判断水位**

・仁淀川 (伊野) 7.2m	
・宇治川 (枝川) 2.8m	枝川 (北浦橋付近)

**土砂災害警戒情報**  
**氾濫危険情報**

---

**4** **避難指示**

**氾濫危険水位**

・仁淀川 (伊野) 7.9m	
・宇治川 (枝川) 3.4m	伊野 (渦の谷付近)

**警戒レベル4までに必ず避難！**

---

**5** **緊急安全確保**

**災害への心構えを高める**

●ハザードマップの確認  
自宅周辺の災害リスクを確認しましょう。

・仁淀川 浸水の深さ： \_\_\_\_\_ ~ \_\_\_\_\_ m  
・宇治川 浸水の深さ： \_\_\_\_\_ ~ \_\_\_\_\_ m

・土砂災害のおそれあり  
( かけ崩れ  土石流  地すべり)

自宅は・・・  
 区域の中  
 区域外

---

**自らの避難行動を確認**

●避難場所の確認  
事前に避難先や避難方法を確認しましょう。

・避難先①： \_\_\_\_\_  
・避難先②： \_\_\_\_\_  
・避難方法： \_\_\_\_\_  
・避難に要する時間： \_\_\_\_\_

**高齢者や障がい者、乳幼児等、避難に時間のかかる人は、危険な場所から避難**  
**その他の人は避難の準備**

●避難情報の収集手段  
町からの避難情報の発令をチェックして、避難行動を開始しましょう。

テレビ、ラジオ  高知県防災アプリ  
 防災行政無線  いの町防災行政アプリ  
 緊急速報メール (エリアメール)

---

**危険な場所から全員避難**

★災害がいつ発生してもおかしくない状況です。  
★外に避難することでかえって危険な場合は、自宅内の安全な場所で安全を確保しましょう。

**避難対象区域の方は、この時点までに避難を完了させましょう**

---

**命を守る最善の行動を！！**

★すでに災害が発生している状況です。  
★命を守るため、自宅の2階に上がるなど最善の行動をとります。

**わたし(と家族)の動き**

○台風や大雨を想定し、必要な事前準備を考えましょう。

○避難するタイミングの確認

○家族の決まり事

いざ避難という時、慌てることのないように、「常備薬等の準備」「避難先の確認」など具体的な行動をまとめましょう。

○避難に支援を要する人は？  
(高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など)

なし  あり  
ペット  なし  あり

○避難する前にしておくことを考えましょう。

○避難する際の注意点を考えましょう。

避難所に限らず、親戚・友人の家や自宅の2階など、少しでも安全な場所へ避難することが災害リスクから命を守るためには重要です。(分散避難)

**命を守る最善の行動を！**

※このタイムラインは、風水害に対する**基本的な流れ**を目安として示したものです。  
町の情報などは、気象情報や状況などによって、**必ずしもこの順番で発令されるとは限らない**ので、注意してください。