

# 減災力の強いまちづくり シリーズ⑱

マイ・タイムラインには北杜ほっとメールの登録が必須




～自らの命は自らが守る～

マイ・タイムラインとは、いざというときにあわてることがないように、避難に備えた行動を一人ひとりが、あらかじめ決めておくものです。

「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ決めておく、いわば防災のスケジュール表です。

日ごろから、家の周りの危険な場所や、安全な場所を確認しておくことで、大切な命を守るためにマイ・タイムラインを作成することで「自分の逃げ方」を見つけましょう。

## マイ・タイムラインの例（台風）

	あなたの行動	事前の確認
平常時 ↓ 大雨のおそれ ↓ 避難開始時期 ↓ 災害等発生	<b>日ごろから</b> ○北杜市土砂災害ハザードマップ等をもとに、自分の住んでいる地域の、洪水や土砂災害の危険個所を確認 ○家族と話し合い、非常持ち出し品を準備  北杜市ハザードマップQRコード  山梨県土砂災害QRコード	北杜市土砂災害ハザードマップを確認 <b>Q 住んでいる地域の危険は？</b> <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域 <input type="checkbox"/> 浸水想定区域 <b>Q 自宅が川などの近くか？</b> <input type="checkbox"/> _____川 <input type="checkbox"/> 用水路 <b>Q 家族で決めた避難場所は？</b> <input type="checkbox"/> 自宅の上階（大雨時） <input type="checkbox"/> 自宅外→ _____ 移動時間→ _____ <b>Q 非常食・飲料水の備蓄は？</b> <input type="checkbox"/> 3日間 <input type="checkbox"/> 7日間 <b>Q 非常持ち出し品の準備</b> <input type="checkbox"/> 食料・飲料水 <input type="checkbox"/> ライト <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 充電器 <input type="checkbox"/> 防寒具・毛布など <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> _____ <b>Q 北杜ほっとメールの登録は？</b> <input type="checkbox"/>  北杜ほっとメール登録用QRコード <b>Q どのタイミングで避難しますか？</b> <input type="checkbox"/> 警戒レベル _____ で避難開始 住んでいるところの危険箇所や気象状況で判断 テレビやラジオで、最新の気象情報を確認  川の水位情報QRコード 万が一逃げ遅れた場合は、近隣の頑丈な建物（要事前調査）や自宅内で安全を確保
	<b>警戒レベル1</b> ※早期注意情報 ○屋外の飛ばされそうなものの片づけ ○テレビやラジオ等で、こまめに気象情報を確認 ○マイタイムラインの確認	
	<b>警戒レベル2</b> ※大雨・洪水注意報発令 ○非常持ち出し品の確認 ○停電に備える（充電など） ○避難経路の確認	
	<b>警戒レベル3</b> ※大雨・洪水警報発令 避難準備・高齢者等避難開始 ○避難に時間を要する方とその支援者は避難を開始。その他の方は避難の準備開始	
	<b>警戒レベル4</b> ※土砂災害警戒情報 避難勧告 避難指示（緊急） ○家族で決めた避難場所へ避難 ○公的機関が発表した避難所までの移動が危険と思われる場合は、安全な場所へ避難	
<b>警戒レベル5</b> すでに災害が発生している状況 ○命を守るための最善の行動		

### 「北杜ほっとメール」

平成20年度から、災害情報・防災情報・防犯情報・交通安全情報などを市民の皆さまに「メール」で「携帯電話」や「パソコン」に配するサービスです。

現在は、防災行政無線の放送内容についても配信を実施しています。災害時の情報収集手段として、また勤務等で市外に出ている方に便利なサービスですので、ぜひご登録をお願いします。

※10月12日～13日にかけて、本市に最接近した台風19号は「警戒レベル5」になりました。

地域課 TEL 42-1323 FAX 42-1122