

# 土砂災害 タイムラインを つくりましょう。

【マイ・タイムライン版】



令和3年5月  
愛媛県土木部 河川港湾局 砂防課

# 1. 土砂災害タイムラインとは

## (1) 概要

### タイムラインはなぜ必要？

全国で毎年のように大雨による土砂災害が発生しています。愛媛県においても、平成30年7月の西日本豪雨では大きな被害が発生しましたが、事前の避難で助かった事例もありました。

事前に予測できる大雨による土砂災害は、発生前に事前の避難等の対応が可能のため、

### 「いつ」「誰が」「何を」

について事前に考え、行動内容を決めておくことで、いざというときに慌てず迅速に避難行動に移すことができるようになります。

このガイドラインでは、土砂災害による逃げ遅れゼロを目指し、避難行動を事前に決めておく土砂災害タイムラインの作成を支援します。



宇和島市吉田町南君 (2018年7月11日撮影)



平成30年7月の西日本豪雨で発生した土砂災害

## (2) 期待される効果

### タイムラインを作成すると…

- ・災害時の防災行動チェックリストとして使える！
- ・災害時の判断をサポートしてくれる存在に！

### タイムライン 3つの効果

#### ① お住まいの地域周辺のリスクを認識できる

- ・自宅背後にがけがある
- ・避難所まで遠い など

#### ② 逃げる場所が決まる

- ・自宅周辺や地域内での指定避難所を確認する
- ・どこに逃げるべきか考える
- ・避難路を決める

#### ③ 状況の変化に応じた適切な避難行動を判断できる

- ・気象防災情報を理解する
- ・いつ逃げるか決める
- ・誰と逃げるか決める

大雨による土砂災害に備えて(マイ・タイムライン)		名前	【記載例】
<b>土砂災害リスク</b>		自宅周辺に土砂災害警戒区域があるか	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
		自宅から避難先までの避難路に土砂災害警戒区域があるか	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
<b>土砂災害の切迫度</b>		1	2
<b>警戒レベル</b>		1	2
<b>気象情報</b> (気象庁)	警報	大雨注意報	大雨警報
	土砂災害危険度分布	注意	警戒
	土砂災害警戒情報		非常に危険 極めて危険
<b>避難情報等</b> (○○市)		高齢者等避難	避難指示
		自らの避難行動を確認	危険な場所から高齢者等避難
			危険な場所から全員避難
			命の危険直ちに安全確保!
<b>行動</b>	私・家族	避難経路の再確認 所要時間 10分	私が避難開始 火元・戸締り確認 所要時間 30分
		避難準備 所要時間 30分	表・子供が避難開始 所要時間 30分
		父の荷揃えを確認 所要時間 5分	父の避難開始 所要時間 30分
		第1連絡 所要時間 5分	避難場所 (私) 妻、子供 ○○公民館 (父) 弟の家
		地域の役割	避難が遅れた場合
		危険箇所の見回り	2. 斜面と土の崩れ
		避難支援が可能な人への声掛け 所要時間 30分	
		声掛けしながら避難 所要時間 30分	
		家族の避難完了を報告 所要時間 5分	

マイ・タイムラインシート 記載例

## 2. 土砂災害タイムラインの活用方法

どんな時に使うのか

### 台風のと き



テレビやラジオ、ネットニュースの天気予報で3～5日後に台風が直撃するおそれがあると予報されたとき

### 急な豪雨のと き



天気予報が、突発的な大雨や雷を伴う豪雨となる可能性があると呼び掛けたとき

### 長雨のと き



天気予報で、大雨が今後も長く（3日～1週間程度）続くと予報されたとき

## 平成30年7月西日本豪雨 事前避難のおかげで土砂災害による被害者ゼロに

松山市高浜地区では、地区内35箇所です土石流やがけ崩れが発生し、人家約11戸が全半壊の被害となりましたが、異変に気付いた自主防災組織が一軒一軒に避難を呼びかけ、事前に避難した結果、土砂災害による被害者をゼロに抑えられました。



小型無人機で撮影した高浜地区の土砂災害現場



高浜4丁目道路への土砂流入状況



高浜5丁目の住宅被災状況

これまでの避難成功事例を踏まえ、愛媛県では**声掛け避難**を推奨しています。

check

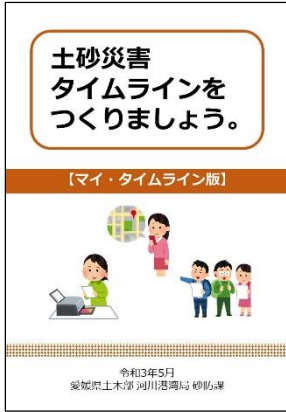




# 3. 作成手順

## (1) 準備するもの

土砂災害マイ・タイムライン作成のため、下記のを準備してください。




ガイドライン（本冊子）



愛媛県土砂災害タイムラインシート  
以下よりダウンロード可能です

(<https://www.pref.ehime.jp/h40700/dosya/saigaitimeline.html>)

パソコン・スマートフォン  
ペンなどの筆記用具

## (2) 作業の流れとポイント

### ステップ1

リスクを知る

### ステップ2

避難先を決める

### ステップ3

避難行動を決める

自宅や職場など、自分の身に起こりやすい災害のリスクを知りましょう。自宅周辺で過去にどのような災害が発生したか、地域のお年寄りなどに聞いておくことも大切です。

まずは指定避難所を確認しましょう。自宅との距離間や家族構成等を踏まえ、より近い平地等に親族宅や友人宅がある場合はそちらを避難先と考えることもできます。

避難行動を実行に移すタイミングは、気象情報や避難情報が目安となります。情報の意味と取るべき避難行動を正しく理解し、「いつ」「誰が」「何を」するかを決めましょう。

ステップ3

ステップ1

ステップ2



# ステップ1 リスクを知る

## 1-1. 土砂災害とは？

土砂災害とは、集中豪雨や長雨が引き金となって発生する自然災害です。雨が降った数時間後に、突然土砂災害が発生する場合があります。

発生要因や現象等により、「土石流」、「地すべり」、「がけ崩れ」の3つに分類されています。

愛媛県は、土砂災害が発生するおそれがある区域として「土砂災害警戒区域」、そのうち建物が破壊され大きな被害が生じるおそれがある区域として「土砂災害特別警戒区域」（以下、あわせて「土砂災害（特別）警戒区域」）を指定しています。

### 土砂災害警戒区域の指定

通称：イエローゾーン

<土砂災害のおそれがある区域>

### 土砂災害特別警戒区域の指定

通称：レッドゾーン

<建物が破壊され、住民に大きな被害が生じるおそれがある区域>



土砂災害（特別）警戒区域 模式図

※土砂災害（特別）警戒区域以外でも、土砂災害が発生する可能性があります。

## 1-2. 土砂災害の前兆現象

次のような前兆現象があれば、早めに避難するようにしてください。

### ■ 土石流

山腹が崩壊して生じた土砂等が水と一体となって流下する

- 山鳴りがする
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 川の流れがにごったり流木が混ざり始める

### ■ 地すべり

比較的緩やかな斜面が下方へ移動する

- 地面にひび割れができる
- 沢や井戸の水がにごる
- 斜面から水が吹き出す

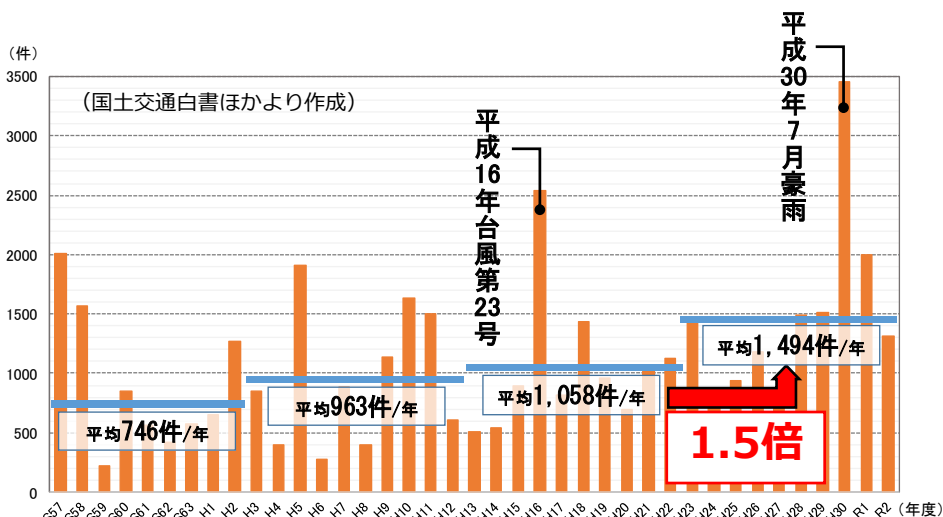
### ■ がけ崩れ

斜面上の土砂等が急激に崩れ落ちる

- がけからの水がにごる
- がけに亀裂が入る
- 小石がパラパラ落ちてくる

右図に示すように、土砂災害発生件数は増加傾向です。

ご自分の住まわれている地域ではこれまで土砂災害が起こったことがないから今後も起こらない、とは考えず、いつ起こるか分からないという心構えで準備をしておきましょう。

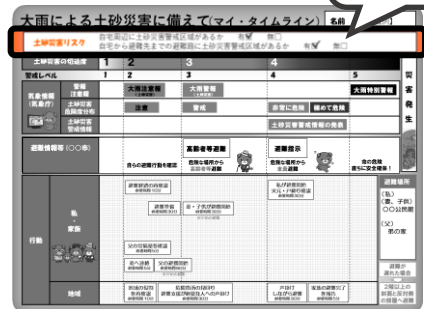


土砂災害発生件数の推移 (S57～R2)

# 1 - 3. 土砂災害（特別）警戒区域を確認

この部分の作業

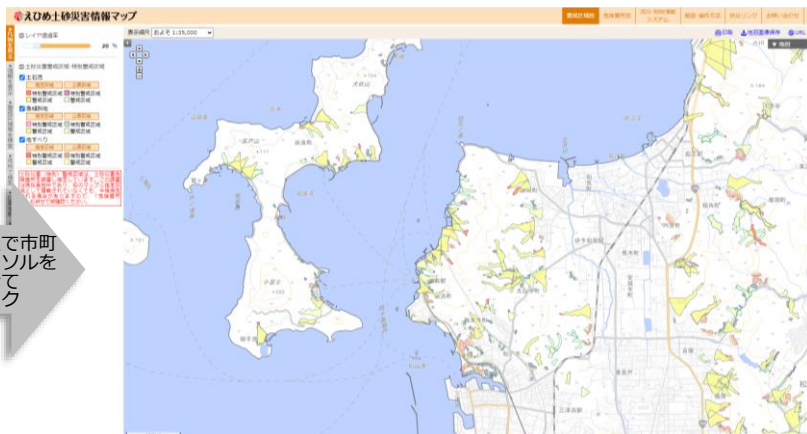
自宅周辺や避難路の土砂災害リスクを確認しましょう。  
土砂災害（特別）警戒区域は、「えひめ土砂災害情報マップ」で確認することができます。



えひめ土砂災害情報マップ



(<https://www.sabomap.pref.ehime.jp>)



地図上で市町にカーソルを合わせてクリック

えひめ土砂災害情報マップ トップページ

検索画面

# 1 - 4. 印刷方法

「えひめ土砂災害情報マップ」でご自分の住む地域全体のマップを印刷しておき、そこに情報を書き込む作業を行うと、位置関係の確認や今後のタイムライン検討の際に便利です。

① レイアウト透過率はこのバーで調整可能

② 「印刷」をクリック

③ 別ウィンドウで表示される印刷モードから用紙サイズ選択

④ 「ページを印刷」をクリック

⑤ プリンター選択後、印刷実行



# 1 - 5. 土砂災害以外の災害について確認

土砂災害以外の災害は市町から各戸配布されるハザードマップで確認しましょう。  
愛媛県ホームページに各市町のハザードマップにリンクするアドレス一覧を用意していますので、ぜひご利用ください。



洪水



地震



津波

「えひめの砂防」⇒「各市町の防災マップ」でアドレス一覧が閲覧できます。  
(<https://www.pref.ehime.jp/h40700/5743/bousaimap.html>)



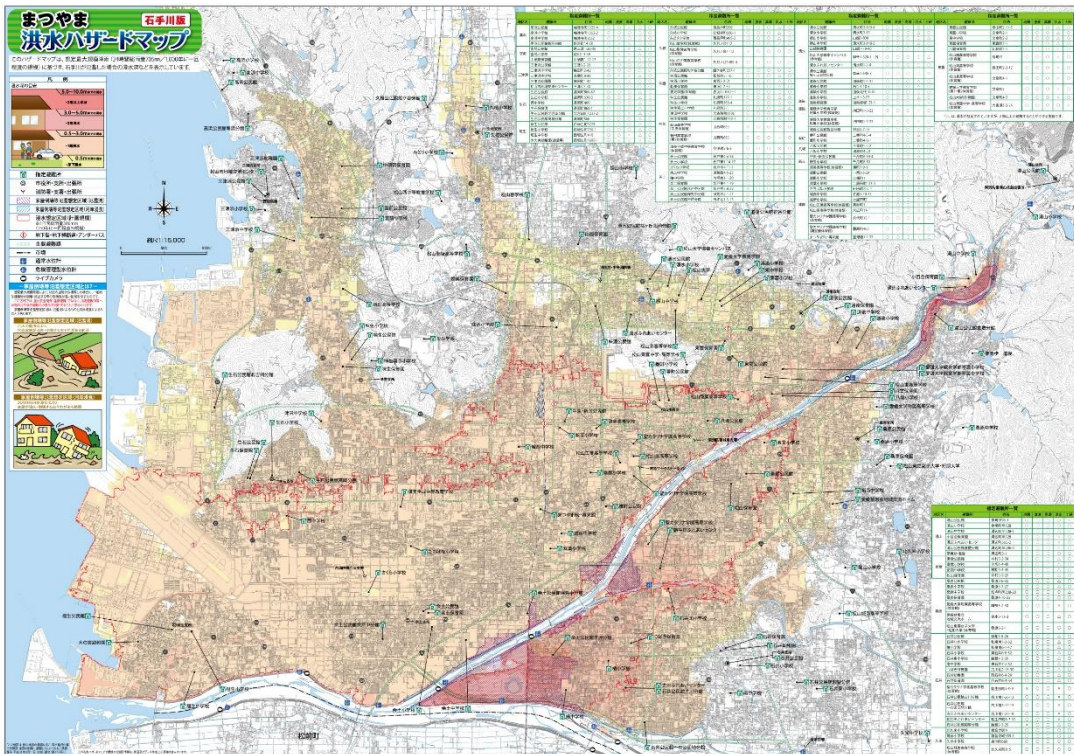
### 各市町の防災マップ

市町名をクリックすると各市町の防災マップのページにジャンプします。

- 西条中央市 (外部サイトへリンク)
- 新居町 (外部サイトへリンク)
- 西条市 (外部サイトへリンク)
- 宇和島市 (外部サイトへリンク)
- 上島町 (外部サイトへリンク)
- 松山市 (外部サイトへリンク)
- 東温市 (外部サイトへリンク)
- 伊予市 (外部サイトへリンク)
- 松前町 (外部サイトへリンク) (※土砂災害危険箇所なし)
- 窪川町 (外部サイトへリンク)
- 久万富町 (外部サイトへリンク)
- 大洲市 (外部サイトへリンク)
- 内子町 (外部サイトへリンク) (外部サイトへリンク)
- 久米町 (外部サイトへリンク)
- 伊予市 (外部サイトへリンク)
- 西条市 (外部サイトへリンク)
- 宇和島市 (外部サイトへリンク)
- 鬼北町 (外部サイトへリンク)
- 松前町 (外部サイトへリンク)
- 愛媛市 (外部サイトへリンク)



※手元にあるハザードマップが古い可能性もありますので、市町ホームページでも確認しておきましょう。



市町ハザードマップ 事例 (まつやま洪水ハザードマップ)

# ステップ2 避難先を決める

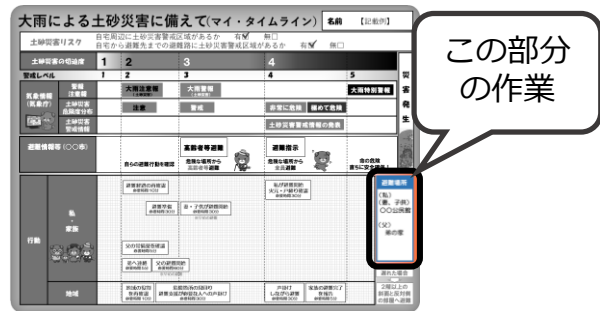
## 2-1. 避難所の確認

市町が指定する避難所は、配布されているハザードマップで確認できます。

配布されたハザードマップが見つからない場合は市町のホームページで確認できますので、パソコンやスマートフォンから確認してください。

災害の種類（地震・津波・高潮・洪水・土砂）に応じて、指定避難所の安全性を○、×等で示しています。

また、下記の事例では、「△」は土砂災害警戒区域内等に位置していますが、2階以上に避難することができる施設となっています。

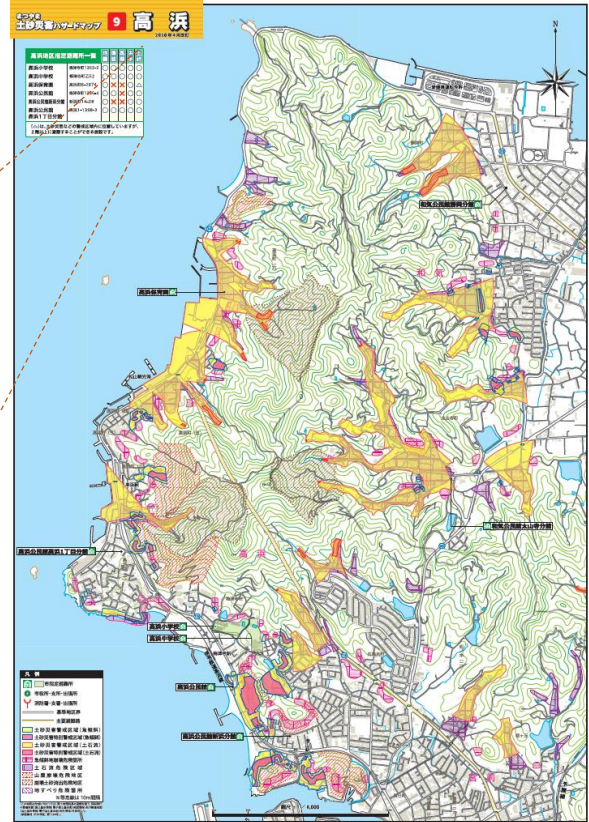


【拡大】

高浜地区指定避難所一覧		地震	津波	高潮	洪水	土砂
高浜小学校	梅津寺町1352-2	○	○	○	○	○
高浜中学校	梅津寺町乙52	○	○	○	○	○
高浜保育園	高浜町6-1674	○	×	×	○	△
高浜公民館	梅津寺町1335-4	○	○	×	○	○
高浜公民館新浜分館	新浜町14-28	○	×	×	○	○
高浜公民館	高浜1-1398-3	○	○	○	○	○
高浜1丁目分館						

「△」は、土砂災害などの警戒区域内に位置していますが、2階以上に避難することができる施設です。

市町によって記載方法は異なりますので、不明な場合は市町に確認してください。



市町の防災マップ 事例  
(まつやま土砂災害ハザードマップ)

## 2-2. 避難路の確認

避難路については、土砂災害（特別）警戒区域と避難先を各自で確認し、より安全な避難路はどれか考えてみましょう。

避難所へは徒歩移動が原則ですが、家族や身近な人が要支援者の場合、避難所までの距離が遠い場合等は自動車での移動が可能か市町へ事前に確認しておきましょう。

自宅から避難所まで距離がある場合や、家族や身近な人が要支援者の場合は早めの避難行動をとること以外に、安全な平地に親族宅があるならそちらに避難することも考えてみましょう。





# ステップ3 避難行動を決める

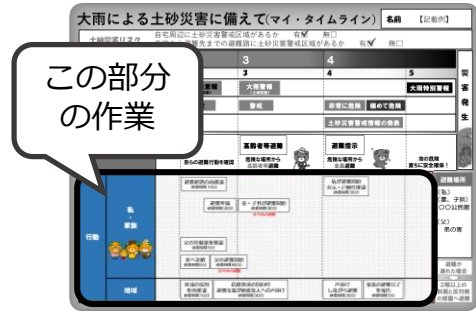
## 3-1. 気象情報の確認方法

気象情報はテレビやラジオ、気象庁や自治体ホームページで確認できます。

土砂災害に対する避難行動に必要な主な気象情報は、「警報・注意報」「雨雲の動き」「天気予報」「危険度分布(土砂災害)」があります。



気象庁ホームページ  
(<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>)



**1**

1をクリック→以下の画面表示

2をクリック→以下の画面表示

3をクリック→以下の画面表示

**2**

警報・注意報 (地図)

2021年03月04日16時27分発表

**警報・注意報**  
土砂災害に関する情報

- 大雨注意報・大雨警報 (土砂災害)
- 土砂災害警戒情報

**3**

危険度分布 (土砂災害)

これまで降った雨と2時間先までの降雨予測から土砂災害の危険度の高まりを色分けで表示

**雨雲の動き**

2021年03月04日18時35分

雨雲の動き  
今後どのぐらいの雨が降るかを色分けで表示

**天気予報 (一覧表)**

日付	今夜 04日(木)	明日 05日(金)	明後日 06日(土)	07日(日)	08日(月)	09日(火)	10日(水)	11日(木)
愛媛県	曇後雨	雨後曇	曇	曇一時雨	曇時々晴	曇	曇時々晴	曇時々晴
降水確率(%)	-/-/80	90/80/10/10	40	50	30	30	20	30
信頼度	-	-	-	C	A	A	A	A
松山 最低	-/-	9/18	9/17	7/14	5/15	5/15	5/17	6/18

2をクリック→以下の画面表示

## 3-2. 避難情報の確認方法

避難情報は市町の防災無線や広報（広報車等）、テレビやラジオを通じて伝達されます。



## 3-3. 愛媛県防災メール

愛媛県防災メールは、大雨注意報、大雨警報（土砂災害）、土砂災害警戒情報※1、土砂災害危険度情報※2や市町からの避難指示、避難所開設などの防災情報を携帯電話やパソコンに電子メールで配信するサービスです。

サービスを受けるためには、事前に登録が必要（登録無料）ですが、気象情報や避難情報が自動で手元に届きますのでとても有効な方法です。

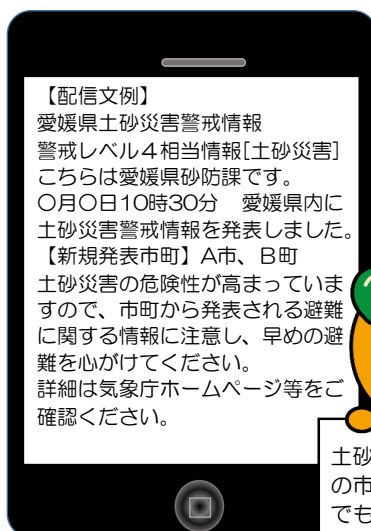
### 登録方法はコチラで確認



県のホームページに接続します。  
愛媛県防災メールの登録方法が確認できます。

※1 土砂災害警戒情報とは、大雨による土砂災害発生の危険性が高まった時に、住民の避難行動の参考となるよう、大雨警報発表後、市町毎に発表される防災情報

※2 土砂災害危険度情報とは、各市町の地域ごとの土砂災害発生の危険度の高まりを示す情報



【配信文例】  
愛媛県土砂災害警戒情報  
警戒レベル4相当情報[土砂災害]  
こちらは愛媛県砂防課です。  
〇月〇日10時30分 愛媛県内に  
土砂災害警戒情報を発表しました。  
【新規発表市町】A市、B町  
土砂災害の危険性が高まっていますので、市町から発表される避難に関する情報に注意し、早めの避難を心がけてください。  
詳細は気象庁ホームページ等をご確認ください。



土砂災害警戒情報は、一部の市町では緊急速報メールでも配信しているよ。

## 3-4. 防災学習用YouTube動画

砂防学習用のYouTube動画を配信しています。小中学生向けですが、とても分かりやすく学ぶことができます。土砂災害に関する知識を身に付けてもらう第1部と土砂災害から自分のいのちを守るためにどう行動すればいいかを学ぶ第2部から構成されています。

### 動画を視聴するには



県のホームページに接続します。  
埋め込み動画が視聴できます。



第1部「土砂災害って何ですか？」



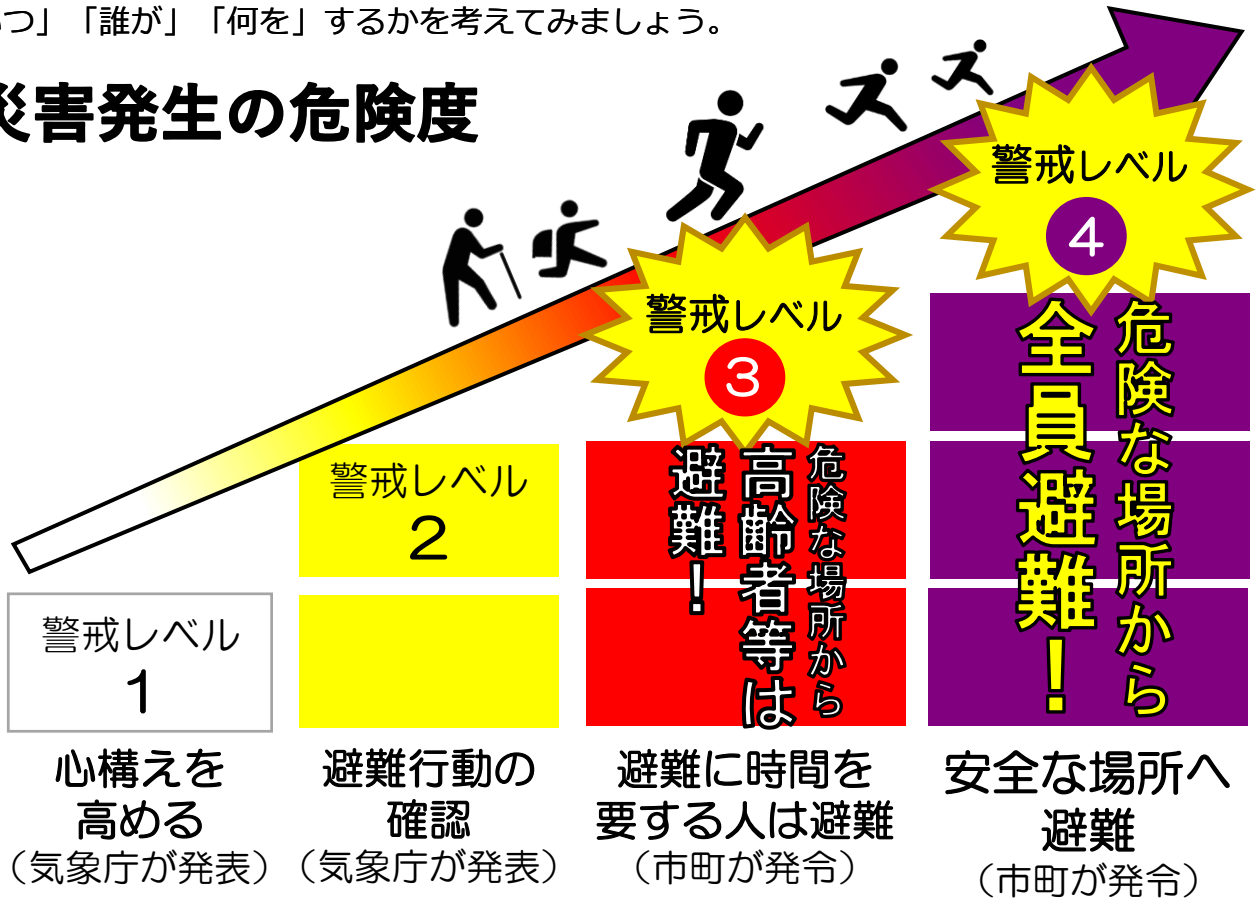
第2部「自分のいのちは自分でまもる！」



### 3-5. 避難行動に関する判断の目安

避難行動に関する判断の目安として、気象庁が発表する気象情報と、市町が発表する避難勧告等の避難情報が有効です。これらの情報の意味を正しく理解し、逃げ遅れゼロのために「いつ」「誰が」「何を」するかを考えてみましょう。

## 災害発生の危険度



市町			高齢者等避難	避難指示
気象庁	<b>早期注意情報 (警報級の可能性)</b> 翌日までの期間に大雨が予想されます。	<b>大雨注意報</b> 災害が発生するおそれがあります。	<b>大雨警報 (土砂災害)</b> 重大な災害が発生するおそれがあります。	<b>土砂災害警戒情報 (愛媛県と共同で発表)</b> 土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況になっています。
とるべき避難行動	特に台風の場合は今後の進路や予想される雨量等に注意し、避難行動について家族と話し合っておきましょう。	避難に備え持出品の確認、避難先や避難のタイミングを認しておきましょう。	避難に時間がかかる高齢者、障がい者等はこの段階で安全な場所へ避難をしましょう。その他の人は避難の準備をして、早めの自発的避難をしましょう。	まだ避難できていない人はただちに避難行動を開始してください。避難先への避難が困難な場合には、生命を守る最低限の行動をとりましょう (2階以上の斜面と反対側の部屋へ避難等)。

[警戒レベル 5] (市町が発令) は既に災害が発生している状況です。

※気象庁は**特別警報**を発表

命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保して下さい。

# 3-6. マイ・タイムラインの記入例

## ①4人家族の場合

### 大雨による土砂災害に備えて(マイ・タイムライン)

私・夫：(45歳)、会社員、自治会で活動  
妻：(40歳)、会社員  
長女：(10歳)、小学生  
次女：(5歳)、幼稚園

**土砂災害リスク** 自宅周辺に土砂災害警戒区域があるか 有 無  
自宅から避難先までの避難路に土砂災害警戒区域があるか 有 無

<b>土砂災害の切迫度</b>	1	2	3	4	5
<b>警戒レベル</b>	1	2	3	4	5
<b>気象情報 (気象庁)</b>	警報 注意報	大雨注意報 (土砂災害)	大雨警報 (土砂災害)		大雨特別警報
	土砂災害 危険度分布	注意	警戒	非常に危険 極めて危険	
	土砂災害 警戒情報			土砂災害警戒情報の発表	
<b>避難情報等 (〇〇市)</b>			高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等避難	避難指示 危険な場所から 全員避難	命の危険 直ちに安全確保!
<b>行動</b>	私・家族	テレビで情報収集 必要時間 5分	愛媛県防災メール 必要時間 5分	愛媛県防災メール 必要時間 5分	避難場所 〇〇小学校 緊急の場合 小学校裏山の 総合公園
		スマートフォンで情報収集 必要時間 5分	私か妻が会社から帰宅 必要時間 45分	スマートフォンを充電する 必要時間 45分	避難所確認 必要時間 10分
	地域	地域の役割を再確認 必要時間 10分	足元の悪い△△さんに避難を呼びかける 必要時間 20分	避難時、近所の独居〇〇さんに声掛け 必要時間 30分	家族の避難完了を自主防災組織会長に報告 必要時間 5分

緊急時は避難所よりさらに高い場所へ避難 必要時間 30分

避難が遅れた場合  
2階以上の斜面と反対側の部屋へ避難

## ②高齢者一人暮らし、近隣に息子家族あり (土砂災害警戒区域に含まれない) の場合

### 大雨による土砂災害に備えて(マイ・タイムライン)

私：(80歳)、一人暮らし  
近隣に息子家族あり  
※息子宅は土砂災害警戒区域に含まれない

**土砂災害リスク** 自宅周辺に土砂災害警戒区域があるか 有 無  
自宅から避難先までの避難路に土砂災害警戒区域があるか 有 無

<b>土砂災害の切迫度</b>	1	2	3	4	5
<b>警戒レベル</b>	1	2	3	4	5
<b>気象情報 (気象庁)</b>	警報 注意報	大雨注意報 (土砂災害)	大雨警報 (土砂災害)		大雨特別警報
	土砂災害 危険度分布	注意	警戒	非常に危険 極めて危険	
	土砂災害 警戒情報			土砂災害警戒情報の発表	
<b>避難情報等 (〇〇市)</b>			高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等避難	避難指示 危険な場所から 全員避難	命の危険 直ちに安全確保!
<b>行動</b>	私・家族	テレビで情報収集 必要時間 15分	防災行政無線で情報収集 必要時間 5分	息子の迎えがある場合は息子宅へ避難 必要時間 15分	夜間等で避難が間に合わなければ、山から離れた居間にいる土砂災害警戒情報解除まで
		常備薬を確認 必要時間 5分	防災リュックに持出品を入れる 必要時間 20分	息子が仕事で迎えに来られない場合は自宅2軒隣の公民館へ避難 必要時間 15分	自治会の指示に従い、必要であれば指定避難所へ避難 必要時間 30分
	地域	自治会長に電話して自宅周辺状況を報告 必要時間 5分	自治会長に避難する旨を報告 必要時間 5分	自宅に残っている場合は自治会長に連絡 必要時間 5分	避難場所 息子宅 〇〇公民館

緊急時は避難所よりさらに高い場所へ避難 必要時間 30分

避難が遅れた場合  
2階以上の斜面と反対側の部屋へ避難



### ③高齢者一人暮らし、近隣に親戚宅あり（土砂災害警戒区域に含まれる）の場合

#### 大雨による土砂災害に備えて(マイ・タイムライン)

私：(78歳)、一人暮らし  
近隣に親戚宅あり  
※親戚宅も土砂災害警戒区域に含まれる

<b>土砂災害リスク</b>		自宅周辺に土砂災害警戒区域があるか 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>						
		自宅から避難先までの避難路に土砂災害警戒区域があるか 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>						
<b>土砂災害の切迫度</b>	1	2	3	4	5			
<b>警戒レベル</b>	1	2	3	4	5			
<b>気象情報</b> (気象庁)	警報 注意報	大雨注意報 (土砂災害)	大雨警報 (土砂災害)		大雨特別警報			
	土砂災害 危険度分布	注意	警戒	非常に危険 極めて危険				
	土砂災害 警戒情報			土砂災害警戒情報の発表				
<b>避難情報等</b> (〇〇市)		自らの避難行動を確認		高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等避難	避難指示 危険な場所から 全員避難			
<b>行動</b>	私・家族	テレビで情報収集 必要時間 15分	防災行政無線で 情報収集 必要時間 5分	同じ集落内の 親戚宅まで避難 必要時間 10分	川に一番近い 道は避ける	夜間等で避難が間に 合わなければ、山から 離れた居間にいる 土砂災害警戒情報解除まで	避難所にとどまる 土砂災害警戒情報解除まで	<b>避難場所</b> 親戚宅 町立◆◆ センター
	地域	緊急時には親戚宅に避難させてもらうことを事前相談 必要時間 5分	常備架を確認 必要時間 5分	防災リュックに持出品を入れる 必要時間 20分	遠方の娘家族に避難したことを連絡 必要時間 5分	親戚家族と一緒に指定避難所へ避難 必要時間 30分	緊急時は避難所よりさらに高い場所へ避難 必要時間 30分	
				自治会長に親戚宅への避難を報告 必要時間 5分	自治会長に状況を連絡 必要時間 5分			避難が遅れた場合 2階以上の斜面と反対側の部屋へ避難

### ④三世代7人家族の場合

#### 大雨による土砂災害に備えて(マイ・タイムライン)

父：(73歳)、母：(70歳)  
夫：(45歳) 会社員  
私一妻：(40歳) 専業主婦  
長男：(18歳) 高校生、長女：(14歳) 中学生

<b>土砂災害リスク</b>		自宅周辺に土砂災害警戒区域があるか 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>						
		自宅から避難先までの避難路に土砂災害警戒区域があるか 有 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/>						
<b>土砂災害の切迫度</b>	1	2	3	4	5			
<b>警戒レベル</b>	1	2	3	4	5			
<b>気象情報</b> (気象庁)	警報 注意報	大雨注意報 (土砂災害)	大雨警報 (土砂災害)		大雨特別警報			
	土砂災害 危険度分布	注意	警戒	非常に危険 極めて危険				
	土砂災害 警戒情報			土砂災害警戒情報の発表				
<b>避難情報等</b> (〇〇市)		自らの避難行動を確認		高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等避難	避難指示 危険な場所から 全員避難			
<b>行動</b>	私・家族	テレビで情報収集 必要時間 5分	自治体からの避難情報を確認 必要時間 5分	私が息子・娘に帰宅するよう連絡 必要時間 10分	私が避難所へ避難、息子・娘と親と避難所で合流 必要時間 30分	避難所にとどまる 土砂災害警戒情報解除まで	<b>避難場所</b> ■ ■ 小学校	
	地域	スマートフォンで情報収集 必要時間 5分	避難所開設状況をスマートフォンで確認 必要時間 10分	息子・娘が付添い両親と避難所へ避難 必要時間 40分	夫と情報共有 必要時間 5分	緊急時は避難所よりさらに高い場所へ避難 必要時間 30分		
				息子・娘が付添い両親と避難所へ避難 必要時間 40分	浸水や水が流れる場所は通らない			避難が遅れた場合 2階以上の斜面と反対側の部屋へ避難
				親戚の要支援者に避難するよう声掛け 必要時間 15分	近所の人に避難の声掛け 必要時間 10分			

# 3-7. とるべき避難行動の選択肢

## ①一般の方向け選択肢

### 情報収集（テレビ・インターネット等）

- テレビで情報収集
- テレビのdボタンで情報収集
- 気象庁の会見で情報収集
- 気象庁のホームページで情報収集
- スマートフォンで情報収集
- インターネットで情報収集
- 緊急情報（スマートフォン）
- 緊急情報（衛星電話）

### 情報収集（県・市町からの情報）

- 防災ラジオで情報収集
- 愛媛県防災メールの着信
- 市町メールの着信
- 市町のホームページで情報収集
- 防災行政無線の情報を確認
- 広報車の情報を確認
- 消防団の呼びかけの情報を確認
- 愛媛県ホームページ  
土砂災害に関するメッシュ情報の確認

### 助け合い

- 自治会長に連絡して近隣状況を確認する
- \_\_\_\_\_宅に声をかける
- 足腰の悪い人に早めの避難を勧める
- 避難所への移動の手伝いをする
- 避難者を受け入れる

### 留意点

- 川沿いは通らない
- \_\_\_\_\_宅に声をかける
- 用水路の近くは通らない
- 山の様子は見に行かない
- 過去に崩れた場所には近寄らない
- 過去に浸水した場所には近寄らない
- 落下物に注意する
- 倒木に注意する
- 浸水や水が流れる場所は通らない

### 避難準備

- 常備薬を確認する
- 家族で決めた避難先を確認する
- 子供たちを迎えに行く
- 祖父母と連絡を取る
- 防災リュックに持ち出し品を入れる
- 携帯を充電する
- ベランダのものを室内にしまう
- ペットも安全な所につれて行く（同行避難）
- ペットは安全な所に置いて行く（預ける）
- 避難所の開設状況を確認する

### 自治会活動

- 連絡網で連絡
- 要支援者宅への電話連絡
- 要支援者宅への声かけ
- 周辺の見回り

### 避難行動

- 指定避難所に避難する
- 近くの公民館に避難する
- \_\_\_\_\_宅に避難する
- 安全な場所にある親戚宅に避難する
- 高台の\_\_\_\_\_に避難する
- 旅館・ホテルに避難する
- 斜面に囲まれていない場所に避難する
- 避難したことの目印を出す
- 避難先にとどまる
- 避難先を変更する
- 自宅にとどまる
- 自宅の上階や近隣の頑丈な建物の上階へ避難する
- 高台の水が来ない場所に避難する
- 少しでも高い場所に避難する

警戒レベル2  
(大雨注意報)

警戒レベル3  
(大雨警報)

警戒レベル4・5  
(警戒レベル4は  
土砂災害警戒情報)



## ②高齢者の方向け選択肢

### 情報収集（テレビ・インターネット等）

- テレビで情報収集
- テレビのdボタンで情報収集
- 気象庁の会見で情報収集
- 気象庁のホームページで情報収集
- スマートフォンで情報収集
- インターネットで情報収集
- 緊急情報（スマートフォン）
- 緊急情報（衛星電話）

### 情報収集（県・市町からの情報）

- 防災ラジオで情報収集
- 愛媛県防災メールの着信
- 市町メールの着信
- 市町のホームページで情報収集
- 防災行政無線の情報を確認
- 広報車の情報を確認
- 消防団の呼びかけの情報を確認
- 愛媛県ホームページ  
土砂災害に関するメッシュ情報の確認

### 避難準備

- 自治会長に連絡して近隣状況を確認する
- 遠方の親戚に避難することを連絡する
- 子供・孫と連絡を取る
- 常備薬を確認する
- 家族で決めた避難先を確認する
- 防災リュックに持ち出し品を入れる
- 携帯を充電する
- ベランダのものを室内にしまう
- ペットも安全な所につれて行く（同行避難）
- ペットは安全な所に置いて行く（預ける）
- 避難所の開設状況を確認する

### 避難行動

- 指定避難所に避難する
- 近くの公民館に避難する
- \_\_\_\_\_宅に避難する
- 安全な場所にある親戚宅に避難する
- 高台の\_\_\_\_\_に避難する
- 旅館・ホテルに避難する
- 斜面に囲まれていない場所に避難する
- 避難したことの目印を出す

### 避難行動（緊急）

- 避難先にとどまる
- 避難先を変更する
- 自宅にとどまる
- 自宅の上階や近隣の頑丈な建物の上階へ避難する
- 高台の水が来ない場所に避難する
- 少しでも高い場所に避難する

### 留意点

- 川沿いは通らない
- \_\_\_\_\_宅に声をかける
- 用水路の近くは通らない
- 山の様子は見に行かない
- 過去に崩れた場所には近寄らない
- 過去に浸水した場所には近寄らない
- 落下物に注意する
- 倒木に注意する
- 浸水や水が流れる場所は通らない

警戒レベル2  
(大雨注意報)

警戒レベル3  
(大雨警報)

警戒レベル4・5  
(警戒レベル4は土砂災害警戒情報)

## 3-8. マイ・タイムライン作成のチェックシート

ステップ1から3の作業を行うことでマイ・タイムラインが完成します。ステップごとのポイントをまとめましたので、忘れていない内容がないか、最後に確認しましょう。

ステップ	作業内容	チェック
ステップ1	自宅の周辺の土砂災害リスクを確認して記入しましたか？	<input type="checkbox"/>
	避難路の土砂災害リスクを確認して記入しましたか？	<input type="checkbox"/>
	浸水や洪水といった水害リスクは確認しましたか？	<input type="checkbox"/>
ステップ2	避難先は決めましたか？	<input type="checkbox"/>
ステップ3	避難するタイミングは決めましたか？	<input type="checkbox"/>
	家族といつ・どのように連絡を取り合うか決めましたか？	<input type="checkbox"/>
	万が一逃げ遅れた場合、どのように行動するか確認しましたか？	<input type="checkbox"/>
	地域の助け合いについて決めましたか？	<input type="checkbox"/>

### (参考資料) わが家の防災メモ 活用例

印刷した地図があれば、「わが家の防災メモ」にも記入して貼り付けておきましょう。特に電話番号は携帯電話に登録し覚えていない事が多く、携帯電話の充電が切れた時に役立ちます。本冊子巻末に「わが家の防災メモ」のひな型を準備していますのでご利用ください。

#### えひめ土砂災害情報マップ



#### わが家の防災メモ

家族の名前	連絡先 (勤務先・学校など)	携帯番号	避難場所
嬢 一郎	信用金庫 56-0000	090-0000-0000	飯岡公民館
嬢 花江 (妻)	自宅 56-0000	090-0000-0000	飯岡公民館
嬢 太郎 (子)	飯岡小学校 56-0000		飯岡公民館
嬢 茂吉 (父)		090-0000-0000	弟の家

親戚・友人の名前	連絡先 (勤務先・学校など)	携帯番号
嬢 二郎 (弟)	建設 56-0000	090-0000-0000 自宅 56-0000

# 4. マイ・タイムラインから地域のタイムラインへ

## (1) 地域のタイムラインはなぜ必要？

マイ・タイムラインの検討結果を持ち寄り、または地域内で集まって一緒にマイ・タイムラインを作成すれば、参加者同士で情報共有や意見交換をしながら作業を進められます。その時、ひとりではなかなか気づかない「地域の危険箇所」、「避難の備えやタイミング」、「避難先の選定や逃げ方」を知ることができます。参加者全員で考えることで、新たな気づきを得ることができ、それが地域防災力向上につながるのです。

## (2) 地域のタイムラインの特徴

マイ・タイムラインはご自身と家族の避難行動についてのみ検討しますが、地域のタイムラインでは自治会や自主防災組織といった地域内の役割を考慮して行動を検討します。

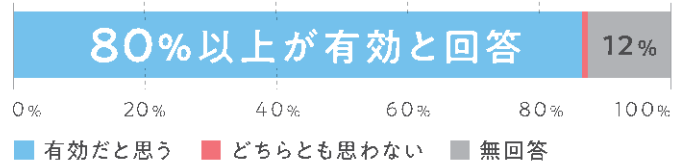
地域の組織が、どのような体制で地域住民の支援を行うのか、地域のタイムラインシートを活用しながら考えてみましょう。既に定められている場合でも、シートに入力しながら話しあうことで、新たな課題が見つかることもあります。

### 8割以上の人 マイ・タイムライン検討の 有効性を実感

令和元年度に実施した各地の検討会に参加した住民を対象に行ったアンケート調査では、多くの住民が、洪水からの逃げ遅れに対して「有効だと思う」と回答。自由記入欄に記載された意見からは、自分自身だけでなく地域の方の意見を参考にしながら計画を立てるの大切さを実感したという前向きな内容が多く見られました。

[検討会に参加した住民へのアンケート]

Q.洪水からの逃げ遅れに対してマイタイムラインは有効だと思いますか？



[自由記入欄回答例]

- ・実際に洪水が起きる時にどう動けば良いかシミュレーションできるから。
- ・この作成活動により「行動する必要性」を認識する大切さが分かるのでは、と思います。
- ・私たちは関係ないと思っている人が多いと思うので、自覚をうながすためにもとても良い試みだと思う。

出典：マイ・タイムラインかんたん検討ガイド（国土交通省）



ガイドライン  
【地域のタイムライン版】

大雨による土砂災害に備えて (地域のタイムライン)					地域名
土砂災害の切迫度	1	2	3	4	
警戒レベル	1	2	3	4	5
気象情報 (気象庁)	警報	大雨注意報 (土砂災害)	大雨警報 (土砂災害)		大雨特別警報
土砂災害 危険度分布		注意	警戒	非常に危険 極めて危険	
土砂災害 警戒情報				土砂災害警戒情報の発表	
避難情報等 (〇〇市)		高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等避難	避難指示 危険な場所から 全員避難		命の危険 直ちに安全確保!
地域の体制					避難支援が必要な人 名前 連絡先 土砂災害 避難所 住所

愛媛県 地域のタイムラインシート  
以下よりダウンロード可能です

(<https://www.pref.ehime.jp/h40700/dosyasaigaitimeline.html>)