

# みんなで作ろう！ マイ・タイムライン®

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～

名前

家族で事前によく  
考えてみよう！



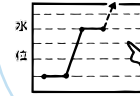
この台風  
上陸する  
のかな？

**大雨の予報**  
情報収集



雨は  
大丈夫かな？

雨が強くなってきたけれど、  
川の水位も  
上がっているかしら？



雨が強くなってきたら、  
田んぼや水路の  
見回りは危険です。

情報収集  
氾濫注意情報

足元に注意だよ

おちついて！

氾濫警戒情報 **警戒レベル3**  
高齢者等避難

避難の準備

氾濫危険情報 **警戒レベル4**  
避難指示

避難先は  
ここだったよね！

避難の実施

**警戒レベル5**  
緊急安全確保

氾濫発生情報  
身の安全の確保

# 目次

こ 項 目	ページ
 マイ・タイムラインを作成して安全に逃げよう！	1
 避難を開始するまでに準備しておこう！	2～3
 今後の天気を自分で確認してみよう！	4～5
 川の水位を自分で調べてみよう！	6～7
 避難に役立つ情報を確認してみよう！	8～10





避難を開始するまでに準備しておこう！

## ■ハザードマップを再確認しよう！

ハザードマップは、川から水があふれた時に、どの地域が危険なのかを色で示したものです。

もう一度、安全な避難場所や避難ルートを確認しておきましょう！



貝塚市土砂災害・洪水ハザードマップ

## ■避難を開始するまでに準備・考えておくべきこと

避難を開始するまでに準備ができることの一例です。

前もって家族で話し合っておきましょう。



### 大雨の予報

避難する時に持って行くものを確認し、買い出しに行く。

例えば・・・

おばあちゃんが普段から飲んでる薬を、早めに病院に受け取りに行く。

携帯電話やスマートフォンを充電しておく。  
ハザードマップで避難所や避難ルートを確認しておく。

いつでも避難できるように、避難できる服装に着がえる。

### 大雨警報

⚠️ 避難指示が発令されたときは、既に雨が強かったり、道路冠水が生じている可能性があります。早めの避難を心がけましょう！

## ■情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



貝塚市WEB版  
ハザードマップ

QRコードで調べる







## 避難を開始するまでに準備しておこう！

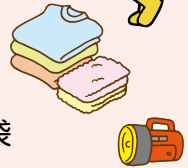
何を持って逃げる？ …いざという時に用意するものを考えよう！

### ■避難時の持ち物の例

🚨 ここで示しているものは一例です。  
貝塚市の防災ガイドブックなどをチェックしてみましょう。



- 食料（お菓子やレトルト食なども）
- 飲料
- 薬（普段から薬を飲んでいる人は持っていきましょう）
- お薬手帳
- 保険証
- タオル
- ビニール袋
- 大きめのごみ袋（即席ポンチョで急な天候不良にも対応可能）
- 着替え（3日分はあるとよい）
- 汗拭きシート（お風呂に入れえない場合に備えて）
- 懐中電灯
- 携帯電話・充電器
- 貴重品



### ■避難するときに長靴はダメ！

🚨 長靴に水が入ると、重たくなります。

水に強いと思われがちな長靴ですが、逆に避難するときに足手まといになってしまう場合がありますので、**避難するときに長靴をはくのはやめましょう！**



### ■氾濫水はにごっている！

水深50cm以上になると移動は困難です。

氾濫水は茶色くにごっていて、水路と道路の境や、ふたが開いているマンホールの穴は見えません。

やむを得ず水の中を移動する時には、

**棒で足元を確認しながら移動しましょう。**





# 今後の天気を自分で確認してみよう！

## ■避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。

最新の情報を集めましょう。

大雨の  
予報

川  
の  
水  
位  
上  
昇

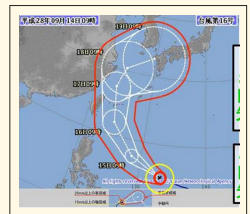
緊急時

情 報	気をつけるポイント
①天気に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 台風の大きさ、強さ、進路</li> <li>・ 前線の動き</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 雨量</li> <li>・ 雨が降っている地域（川の上流）</li> <li>・ 今後の見通し</li> </ul>
②川に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 近くの川の水位</li> <li>・ 上流の川の水位（今後の見通し）</li> <li>・ 氾濫の発生</li> </ul>
③避難に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者等避難</li> <li>・ 避難指示</li> <li>・ 避難所の開設情報</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 交通の状況</li> </ul>

### ①天気に関する情報

大雨の予報等  
で大雨の可能性

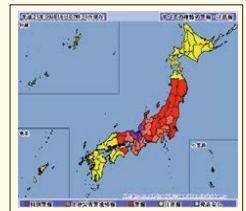
台風の位置や強さ、今後の台風の進路や前線の動きなどを確認しましょう。



台風進路予想図

2~3日後に  
大雨と報道

想定される降雨量など、大雨に関する情報を確認しておきましょう。



気象警報・注意報

1日前

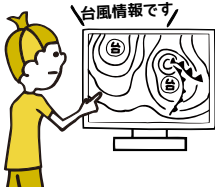
大雨警報や大雨特別警報の可能性について発表されるかもしれません。引き続き气象台や市役所、府からの情報を確認しておきましょう。



# 今後の天気を自分で確認してみよう！

日頃から、まめに天気を調べよう！

## ■台風に関する情報



テレビの天気予報や、気象庁のホームページで、**台風の位置や強さ、今後の台風の進路や暴風域、前線性の降雨**の情報などを確認できます。

## ■雨に関する情報

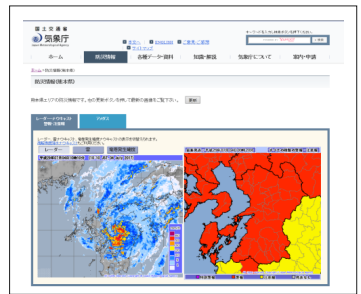


「おおさか防災ネット」や気象庁のホームページ、NHK総合テレビのデータ放送（dボタン）で、**雨量や天気に関する警報**などを見ることができます。

上流部に降った雨は、川を流れ下って下流部の川の水位も上昇するかもしれません。上流の雨の様子も確認しましょう。



おおさか防災ネット貝塚市



気象庁ホームページ

## ■情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



おおさか防災ネット貝塚市

気象庁  
ホームページ

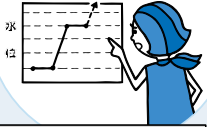
QRコードで調べる





# 川の水位を自分で調べてみよう！

川の水位は  
上がってるかしら？



## 避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。  
最新の情報を集めましょう。

### 大雨の 予報

川の  
水位  
上昇

### 緊急時

情報	気をつけるポイント
① 天気に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 台風の大きさ、強さ、進路</li> <li>・ 前線の動き</li> </ul>
② 川に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 雨量</li> <li>・ 雨が降っている地域（川の上流）</li> <li>・ 今後の見通し</li> <li>・ 近くの川の水位</li> <li>・ 上流の川の水位（今後の見通し）</li> <li>・ 氾濫の発生</li> </ul>
③ 避難に関する情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者等避難</li> <li>・ 避難指示</li> <li>・ 避難所の開設情報</li> <li>・ 交通の状況</li> </ul>

## ②川に関する情報

大雨注意報など

川の上流で降った雨が下流に流れてきて、川の水位がだんだん高くなります。氾濫注意水位に到達すると、河川事務所等から洪水予報 氾濫注意情報 が発表されます。

警戒レベル2相当



大雨警報など

氾濫注意水位を超えて川の水位が上がり続け、避難判断水位に到達すると、河川事務所等から洪水予報 氾濫警戒情報 が発表されます。

警戒レベル3相当



さらに雨が  
降り続く

さらに川の水位が高くなり、氾濫危険水位に到達すると、河川事務所等から、いつ氾濫してもおかしくない状態を示す洪水予報 氾濫危険情報 が発表され、携帯電話等にエリアメールが届きます。

警戒レベル4相当



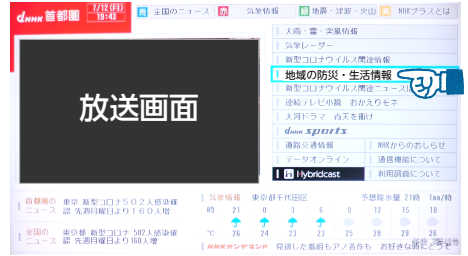
# 川の水位を自分で調べてみよう！

インターネットで、**水位のリアルタイム情報**、**ライブ映像**、**洪水予報**などが**確認**できます。

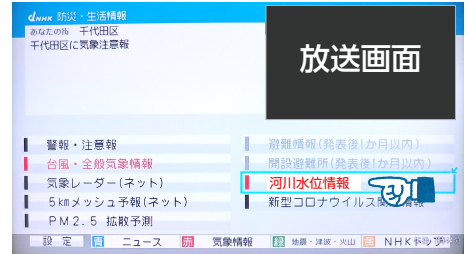
また、NHK総合テレビの**データ放送**（dボタン）でも、**川の水位**の**情報**を確認できます。



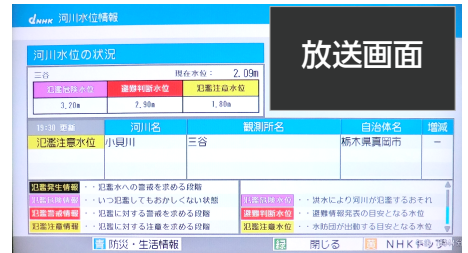
## dボタン（NHK総合テレビのデータ放送）



## 川の防災情報（水位観測）



## 川の防災情報（簡易カメラ）



画面：実際のNHK画面を基にイメージを作成

## ライブカメラ映像

## 情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



川の防災情報

QRコードで調べる



貝塚市周辺の情報にアクセス！



# 避難に役立つ情報を確認してみよう！

## ■ 避難行動を判断する時の有効な情報

洪水時に必要な情報は、時々刻々と変化します。

最新の情報を集めましょう。

大雨の  
予報

川の  
水位  
上昇

緊急時

情報	気をつけるポイント
① 天気に関する情報	・ 台風の大きさ、強さ、進路 ・ 前線の動き
	・ 雨量 ・ 雨が降っている地域（川の上流） ・ 今後の見通し
② 川に関する情報	・ 近くの川の水位 ・ 上流の川の水位（今後の見通し） ・ 氾濫の発生
③ 避難に関する情報	・ 高齢者等避難 ・ 避難指示 ・ 避難所の開設情報 ・ 交通の状況

### ③ 避難に関する情報

大雨警報など

高齢者や乳幼児、身体が不自由な人など、  
避難に支援が必要であり、早めに避難行動を開始して  
いただきたい人に対して、  
市町村は **高齢者等避難** を発令します。

警戒レベル3



さらに雨が  
降り続く

天気や川に関する情報などから、  
避難が必要と判断した場合は、  
市町村は **避難指示** を発令します。

警戒レベル4





# 避難に役立つ情報を確認してみよう！



## ■ 避難時に困ったこと（経験談）

- ・ 浸水の進行が想像以上に早く、被害状況がわからないので、通れる道路がわからなかったです。  
どこが通れるかがわかると、パニックにならなかったと思うので、浸水前に避難しておけばと感じました。
- ・ 避難場所が人や車でいっぱいでは入れませんでした。いざという時の逃げ場所は、複数知っておく必要があると思いました。
- ・ 避難場所のペットの受入れ、バリアフリーの状況は、事前に確認しておけば良かったです。

## ■ 避難場所を複数確認しておきましょう



貝塚市土砂災害・洪水ハザードマップ

様々な状況に応じて安全な行動がとれるよう、複数の避難先や避難ルートを考えておきましょう。

ハザードマップの避難場所に加え、親戚や友人宅など、浸水しない逃げ場所を確認しておくことが有効です。

## ■ 道路交通の状況を確認しましょう



渋滞の発生や通行止めなど、普段とは違う交通状況になることがあります。

以下に示すホームページなどで、最新の交通状況を確認して避難に役立ててください。

日本道路交通情報センター

## ■ 情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



道路交通  
情報センター

トヨタ  
通れた道マップ

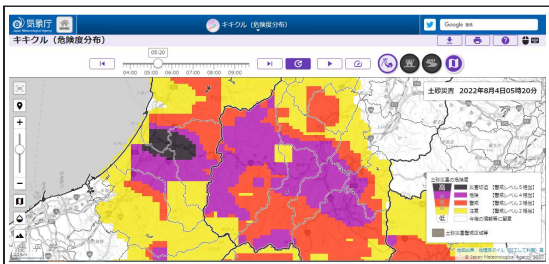
QRコードで調べる





避難に役立つ情報を確認してみよう！

危険度を確認しよう



キキクル（気象庁のホームページ）で危険度を確認し、避難のタイミングを決める参考にしよう。

キキクル（気象庁のホームページ）

情報の入手はこちらから

文字検索で調べる



キキクル

QRコードで調べる



みんなでつくろう！マイ・タイムライン

～マイ・タイムラインをつくるためのヒント集～

【作成・監修】

貝塚市危機管理室

貝塚市畠中1丁目17番1号 072-433-7392

【原案作成】

鬼怒川・小貝川上流域大規模氾濫に関する減災対策協議会

鬼怒川・小貝川下流域大規模氾濫に関する減災対策協議会