

★避難行動要支援者の「マイ・タイムライン」と「地域タイムライン」

作成日：令和3年11月22日

ふりがな	おかやま はなこ		
氏名 (自署)	岡山 花子	性別	男 <input type="radio"/> 女 <input checked="" type="radio"/>
住所	〇〇市△△町・・・	電話番号	000-×××-××××
	生年月日 昭和11年〇月〇日 (85歳)		

事業所名	
作成者	

■ 住まいに起こりうる災害は・・・ハザードマップで確認を！

<input type="checkbox"/> 住まい 建築時期	年 月 頃	構造	木造・鉄骨・鉄筋 建て
<input type="checkbox"/> 洪水	浸水区域内 ・ 区域外	浸水深	メートル
<input type="checkbox"/> 土砂災害	警戒区域内 ・ 区域外	種別	

■ ペットを飼っていますか

はい  いいえ

<input type="checkbox"/> 一緒に避難する	
<input type="checkbox"/> 知人らに預ける	( 日前に)

■ 避難準備にかかる時間は？

<input type="checkbox"/> 家族らへの連絡	分
<input type="checkbox"/> 持出品の準備	分
<input type="checkbox"/> 家の戸締まり	分
<input type="checkbox"/>	分
計	分 ①

■ どこに避難しますか






■ 距離 ■ 手段 ■ 移動時間

<input type="checkbox"/> 避難先 1	m		分 ②
<input type="checkbox"/> 避難先 2	m		分 ③
<input type="checkbox"/> 立ち退き避難（水平避難）や屋内安全確保（垂直避難） → <input type="checkbox"/> 手助けが必要 <input type="checkbox"/> 手助けは不要			
<input type="checkbox"/> その他			

■ 持出リスト

<input type="checkbox"/> 現金（小銭）	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 保険証	<input type="checkbox"/> 手指消毒液
<input type="checkbox"/> 服用薬	<input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> 石けん
<input type="checkbox"/> 携帯電話（充電器）	<input type="checkbox"/> 使い捨てビニール
<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> メガネ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 入れ歯	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 補聴器	■ 自宅に必要な備え
<input type="checkbox"/> 車椅子	<input type="checkbox"/> 非常食（ ）日分
<input type="checkbox"/> 杖・シルバーカー	<input type="checkbox"/> 飲料水（ ）日分
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 懐中電灯（電池）
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/> 避難先 1 へ必要な時間 (①+②)	計	分
<input type="checkbox"/> 避難先 2 へ必要な時間 (①+③)	計	分

目安の時間	私の行動	地域（支援者）の行動	備考
 <p>3日前</p>			
 <p>2日前 1日前 半日前</p>			
 <p>7時間前</p>			
 <p>3時間</p>			
 <p>0時間</p>			

※ここに示した警戒レベル等のタイミングはあくまでも目安であり、実際の災害時とは異なります。  
 防災・気象情報等を参考にしながら状況に応じて早めに判断してください。