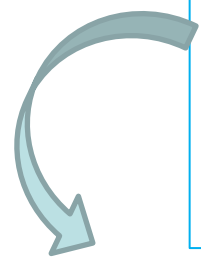


マイ・タイムライン講習会の手引き

～逃げ遅れゼロへ～



- はじめに
 - ・マイ・タイムラインとは
 - ・マイ・タイムラインの必要性

STEP1

- ・自分たちの住んでいる地区の洪水リスクを知る

STEP2

- ・洪水時に得られる情報とタイムラインの考え方を知る

STEP3

- ・マイ・タイムラインの作成

- ・マイ・タイムラインとは
- ・マイ・タイムラインの必要性



まずはじめに前段として、
「そもそもマイ・タイムラインとは何か」
「マイ・タイムラインを作ることの意義」
について説明を行う。

「マイ・タイムラインとは」

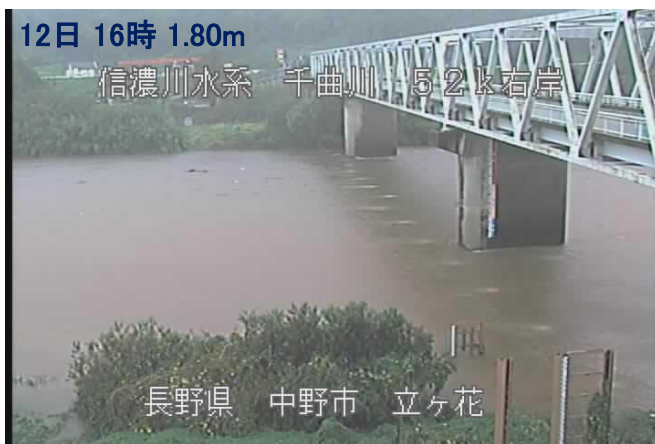
住民一人ひとりのタイムライン（**防災
行動計画**）であり、台風等の接近による大雨によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を**時系列的**に整理し、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。

[illegible]

・マイ・タイムラインの必要性

- 令和元年東日本台風時立ヶ花観測所では、はん濫注意水位超えから**約2時間で計画高水位に達した**
- 近年急激な水位上昇が頻発しており、水位が上昇してから防災行動を開始しても間に合わない場合がある
- **逃げ遅れゼロ**を目指して **発災前から早期の防災行動を意識したタイムライン(事前防災行動計画)**を作成が重要

○立ヶ花水位観測所



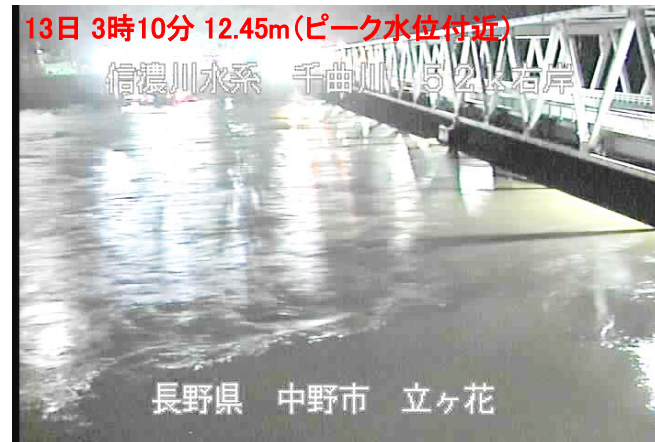
出水前



計画高水位(10.75m)超



はん濫注意水位(5.0m)超



計画高水位(10.75m)超

●国土交通省関東地方整備局下館河川事務所で作成している
下記動画もご活用ください。

- キヌとカイと学ぶマイ・タイムライン
<https://youtu.be/uXHPpua-K20>
- マイ・タイムラインで逃げ遅れゼロ
～洪水からの自分の逃げ方を考えよう～
<https://youtu.be/XeQSyXO5CXM>

STEP1

- ・自分たちの住んでいる地区の洪水リスクを知る



マイ・タイムラインを作る上で必要な情報

- ・ハザードマップ
 - ・水害の歴史
 - ・防災情報の入手方法
- 等について説明を行う。

各市町村が発行する洪水ハザードマップは、河川管理者が作成した「浸水想定区域図」を元に作成されています。

洪水ハザードマップから、学校等の浸水リスクを正しく把握し、安全な避難所等を考えながら、避難行動をとる事が大切です。

浸水リスクについては、次の3つの情報があります。

- 浸水深

川が氾濫した場合の水が浸かる深さ

- 浸水継続時間 *注

水が浸かっている時間(50cmを越え50cm以下になるまでの時間)

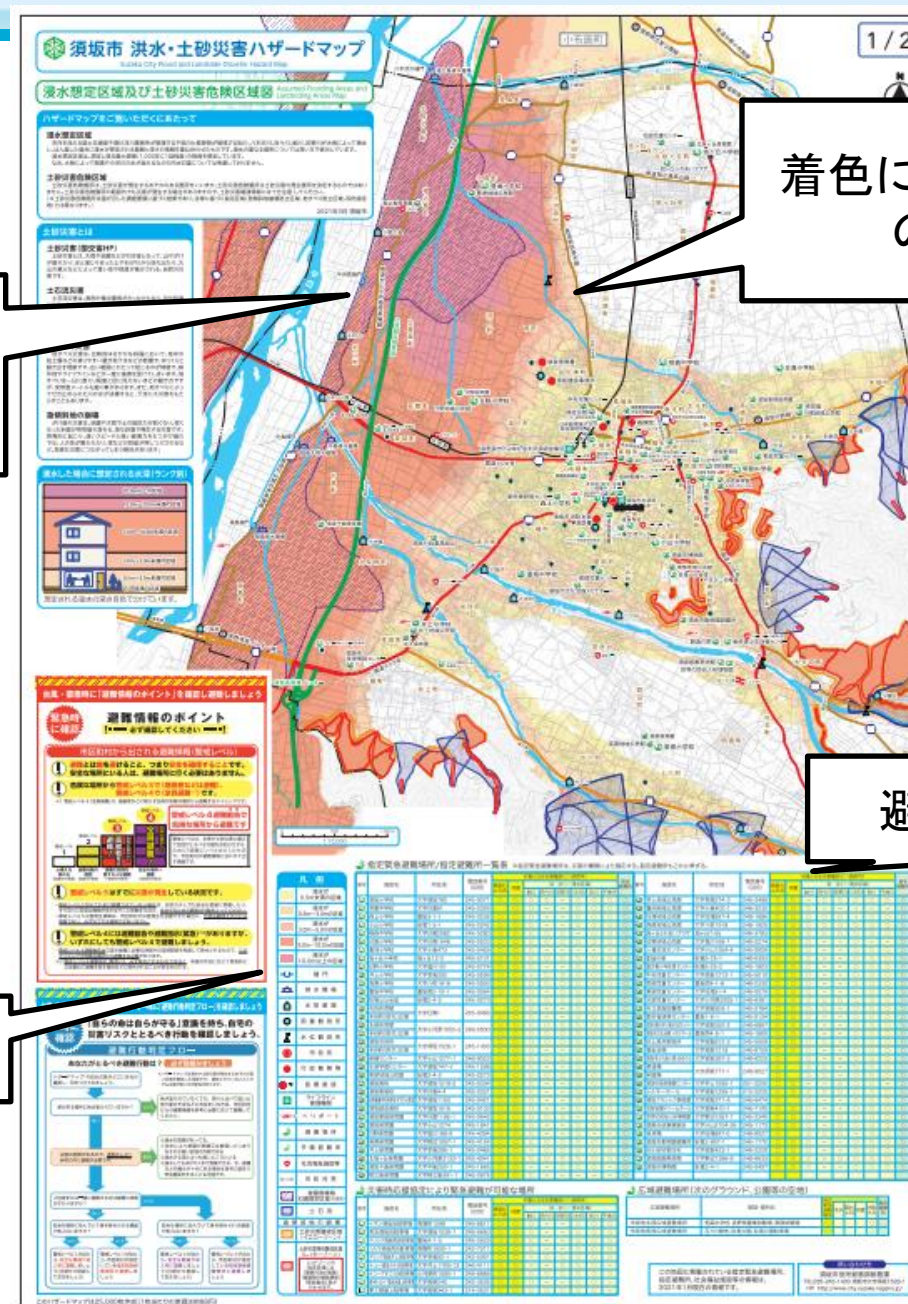
- 家屋倒壊等氾濫区域 *注

水の流れによって、家屋が倒壊する恐れのある区域



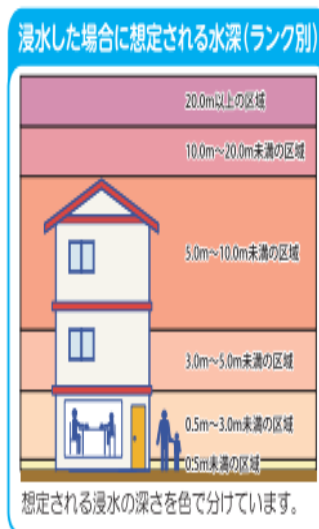
浸水リスクを把握した上で、リスクの及ばない範囲にある避難所等への水平避難、もしくは高い建物等への垂直避難を行えるよう考えなければなりません。
(*注 市町村によっては洪水ハザードマップに記載が無いことがあります。その際には、関係する河川の「浸水想定区域図」を確認して下さい。)

浸水深の凡例



■浸水深

➤浸水深はハザードマップから確認できます。



凡 例

	浸水が 0.5m未満の区域
	浸水が 0.5m～3.0mの区域
	浸水が 3.0m～5.0mの区域
	浸水が 5.0m～10.0mの区域
	浸水が 10.0m以上の区域

■浸水継続時間

➤浸水継続時間は浸水深が50cm以上となる時間です。

➤浸水継続時間はハザードマップ等*注から確認できます。

➤浸水継続時間が長い程、孤立化により飲食等の生命維持が困難になります。

凡 例

浸水継続時間(浸水深 0.5m 以上)
(ランク別)

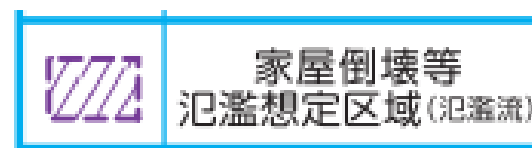
	12時間未満
	12時間～24時間(1日間)未満
	24時間～72時間(3日間)未満
	72時間～168時間(1週間)未満
	168時間～336時間(2週間)未満
	336時間～672時間(4週間)未満
-----	市町村界

■家屋倒壊等氾濫区域

➤家屋倒壊等氾濫区域は、氾濫流などにより家屋が倒壊する恐れのある区域を示します。

➤家屋倒壊等氾濫想定区域はハザードマップ等

*注から確認できます。

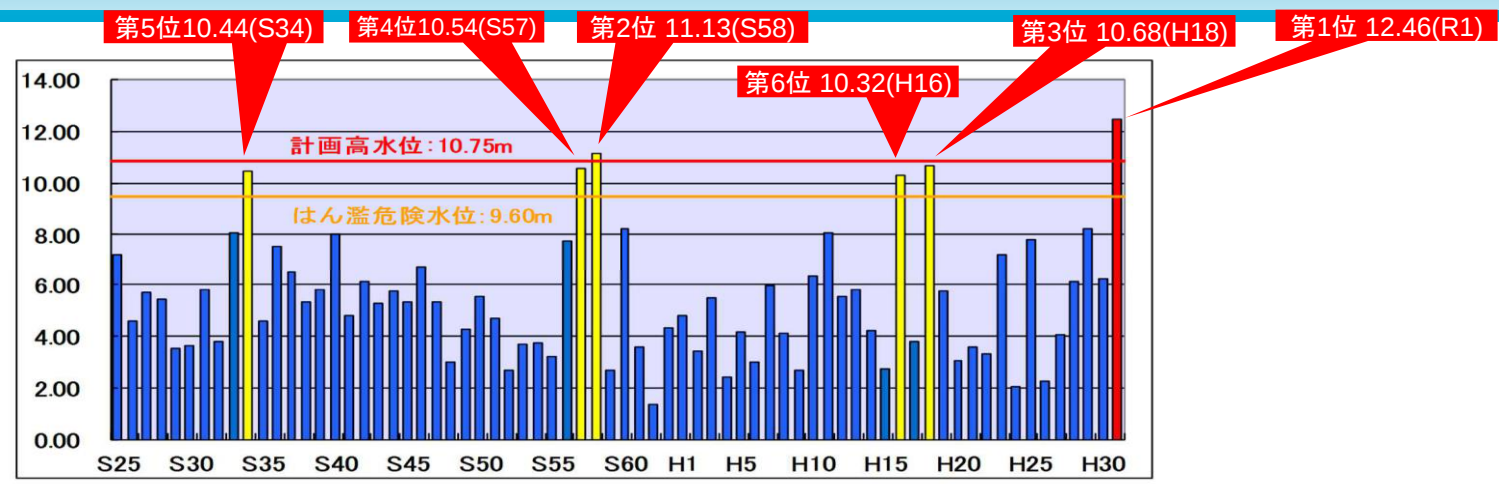


*注 市町村によっては洪水ハザードマップに記載が無いことがあります。その際には、関係する河川の「浸水想定区域図」を確認して下さい。

かんぽ 寛保2年(1742)	いぬ 戌の満水。千曲川で史上1位の大洪水。村ごとなくなってしまった場所も多かった。
こうか 弘化4年(1847)	善光寺地震による土砂崩れが犀川をせき止め、その土砂が崩れて下流に大きな被害をもたらした。
めいじ 明治元年(1868)	千曲川7回出水。4月と5月の洪水は川沿いの村落に大きな被害を与える。
明治29年(1896)	千曲川、かんぽ 寛保以来の大洪水。
明治43年(1910)	千曲川をはじめ、各河川がはんらん。大きな被害を受ける。
明治44年(1911)	大洪水。千曲川、犀川及びその支流がはんらん。
昭和20年(1945)	まくらさき 枕崎台風により、犀川の青木島堤防（長野市）、大倉崎堤防（飯山市）で堤防が壊れる。
昭和24年(1949)	キティ台風では千曲川沿岸各地で大きな損害を与え、長野県関係で初めて災害救助法が適用。
昭和34年(1959)	長野県を通った台風7号。死者・行方不明者が65人にも及んだ。
昭和57年(1982)	台風18号による洪水。千曲川の支川樽川の堤防が壊れる。被害家屋5,265戸。死傷者37人。
昭和58年(1983)	台風10号による洪水。千曲川の堤防が壊れる。被害家屋11,118戸。死者9人。
へいせい 平成7年(1995)	梅雨前線による洪水。千曲川下流域を中心に大雨が降った。その結果、浸水家屋765戸、JR飯山線に大きな被害が発生した。
平成11年(1999)	熱帯性低気圧による洪水。死者1名、浸水家屋779戸。道路がとぎれて、たくさんの列車が動かなくなった。
平成16年(2004)	台風23号による洪水。被害家屋194戸。千曲川下流域の堤防が無い地区を中心に床の上まで水につかった。
平成18年(2006)	梅雨前線による洪水。被害家屋116戸。橋の通行止め5橋（聞き取りによる）
平成25年(2013)	台風18号による洪水。杭瀬下観測所で、はんらん危険水位5mに残り42cmまで迫った。
令和元年(2019)	台風19号による洪水。流域平均2日間雨量、千曲川の各基準水位観測所ともに観測史上最大値を記録。長野市穂保で千曲川の堤防が決壊したほか、千曲川流域では広範囲に被害が発生。死者21名（うち災害関連死16名）、重軽傷者150名。家屋全壊・半壊一部損壊6,982棟、床上床下浸水1,362棟 ※

主な洪水の歴史

立ヶ花観測所
観測水位
(m)



昭和34年（1959）8月洪水
被害家屋5,482戸 死者数65名（長野県内）



信越線篠ノ井鉄橋での出水状況

昭和57年（1982）9月洪水
被害家屋5,265戸 死傷者37名（長野県内）



飯山市木島地先の支川樽川破堤状況

昭和58年（1983）9月洪水
被害家屋11,118戸 死者9名（長野県内）



飯山市戸狩・柏尾地先の本川破堤状況

平成16年（2004）10月洪水
被害家屋194戸（長野県内）



中野市替佐地区の浸水被害状況

平成18年（2006）7月洪水
被害家屋116戸（長野県内）



中野市替佐地区の浸水被害状況

令和元年（2019）10月洪水
家屋全壊・半壊一部損壊6,982棟、
床上床下浸水1,362棟 死者21名（長野県内）



穂保地区の浸水被害状況

戌の満水(寛保2年[1742年])

戌の満水と松代藩による瀬直し 江戸時代中期

- 戌の満水(1742年)により、流出家屋数6,323戸、死者数2,800名に及ぶ被害が発生。
- 城主の居館や松代城とその城下町の水難を取り除くため、江戸時代中期(1744～1747年)に松代藩が瀬直しを実施。



(図) 松代藩の瀬直し

【出典】 (図1, 2) 戌の満水を歩く 信濃毎日新聞社

昭和57年9月 洪水

1. 気象状況

台風18号は、9月12日18時頃に静岡県付近に上陸、その後13日にかけて日本列島をたてに進み、千曲川・犀川流域に大雨を降らせた。

(立ヶ花基準観測所地点流域2日平均雨量166mm)

2. 千曲川の状況

千曲川の立ヶ花基準観測所（中野市）で観測を始めてから過去最高の水位（実測水位10.54m）を記録する大出水となり、支川樽(たる)川で堤防がこわれ、各支川のはんらん等大きな被害をもたらした。

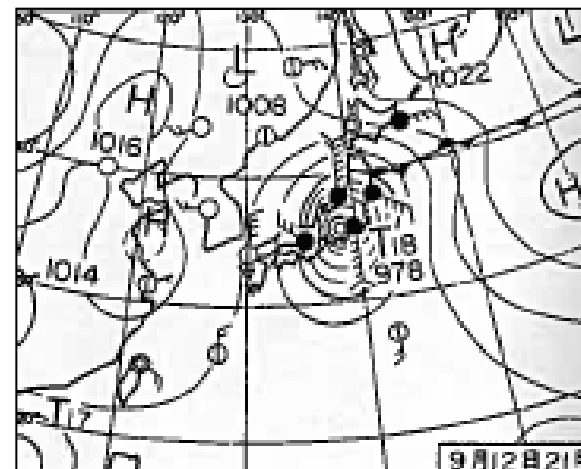


図 昭和57年9月12日天気図

3. 被害状況

千曲川流域では死傷者37名、被害家屋5,265戸の大きな被害が発生。

第4位



昭和57年9月飯山市付近の状況

1. 気象情報

大型で強い台風10号は、9月28日に長崎市付近に上陸後、東に進んだ。

千曲川・犀川流域では、27日朝から雨が降り続き、28日午後は強く降り、2日間の雨量は、千曲川流域や犀川上流域で200mm以上であった。

2. 千曲川の状況

千曲川の立ヶ花^{きじゅんかんそくしよ}基準観測所（中野市）では、昭和57年9月を上回る実測水位11.13mに達する戦後最大の水位を記録する大出水となり、飯山市柏尾地先と戸狩地先で千曲川堤防がこわれて、大きな被害をもたらした。

3. 被害状況

千曲川流域では死者9名、被害家屋11,118戸と大きな被害が発生した。

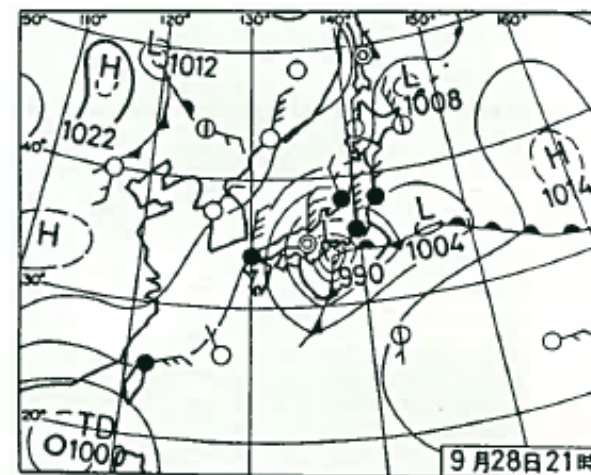


図 昭和58年9月28日天気図

第2位



昭和58年9月飯山市付近の状況

1. 気象情報

10月12日より関東甲信地方を中心に記録的な大雨となり、大雨の特別警報が半日で13都県での発表となり、特別警報の運用開始以来、最多の発表数となった。

台風第19号本体が上陸する前から活発に雨雲が生じ、各地で観測記録を塗り替える大雨になった。特に千曲川流域の東域では300mmを越える大雨となり、千曲川本川で大出水となった。

2. 千曲川の状況

千曲川の3つの基準観測所^{きじゅんかんそくしょ}（生田、杭瀬下、立ヶ花）では、観測史上最大の水位を記録する大出水となり、長野市穂保で千曲川堤防がこわれた他、同時多発的な越水・溢水等の発生で、流域に大きな被害をもたらした。

3. 被害状況

千曲川流域では死者21名(内関連死16名)、重軽傷者150名。家屋全壊・半壊一部損壊6,982棟、床上床下浸水1,362棟と大きな被害が発生した。(R2.12.15現在長野県調べ)

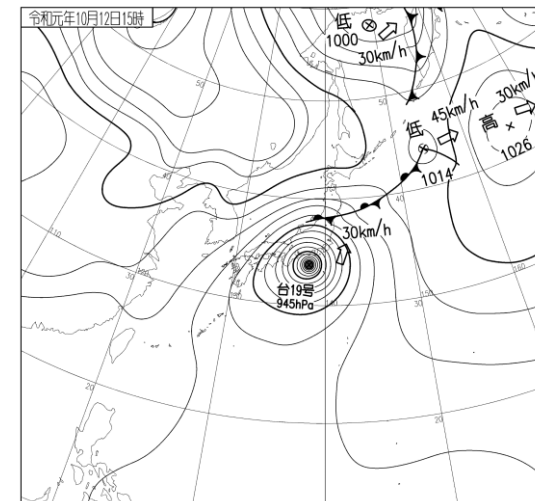


図 10月12日15時 天気図



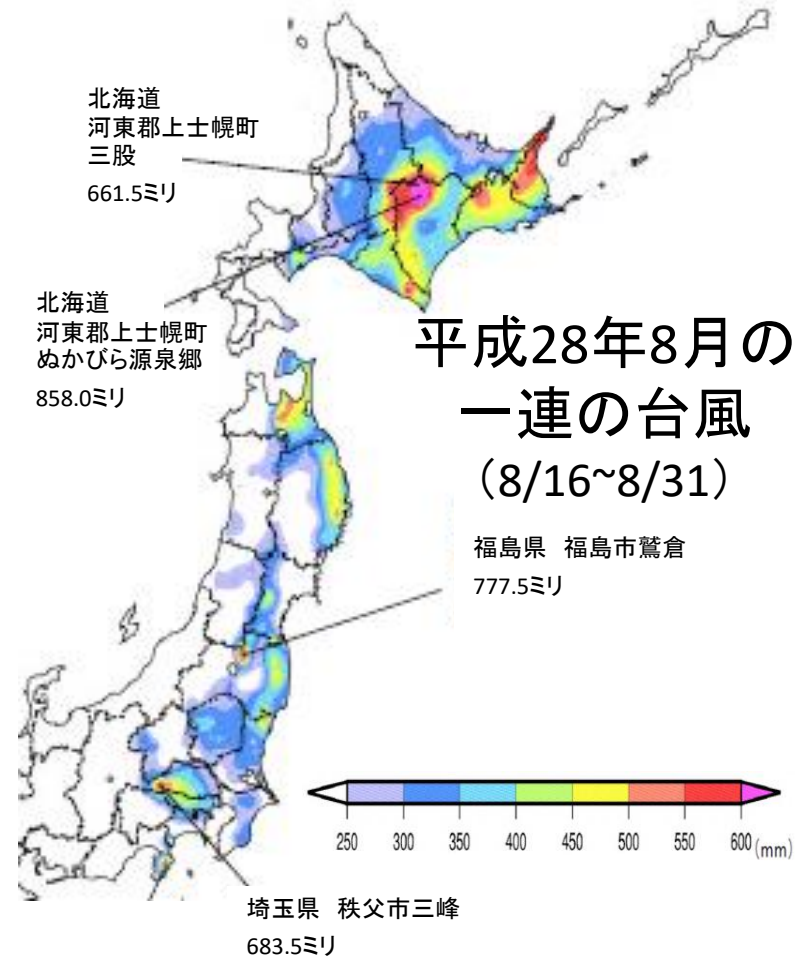
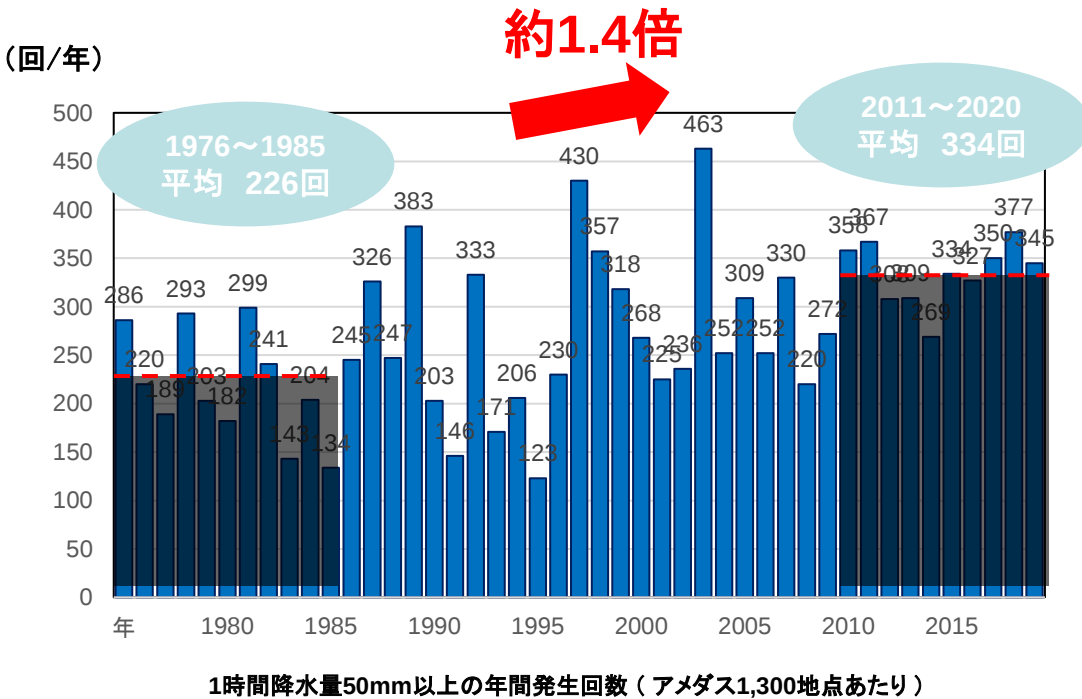
10月15日上田市諏訪形付近の状況



10月13日長野市穂保付近の状況

近年、雨の降り方が変化

- 時間雨量50mmを上回る大雨の発生件数がこの30年間で約1.4倍に増加。
- これまで比較的降雨の少なかった北海道・東北でも豪雨が発生。
- 今後、気候変動の影響により、水害の更なる頻発・激甚化が懸念。

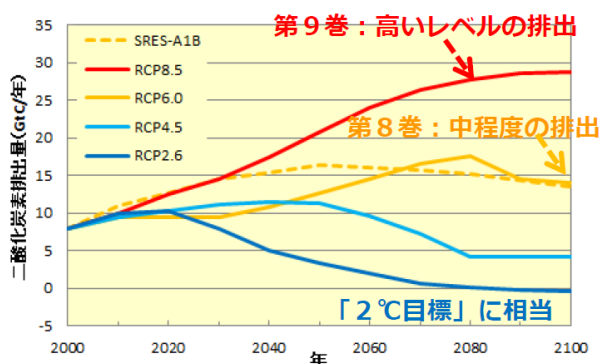


※ 気象庁資料より作成

地球温暖化による気候変動の見通し

- 最も高程度の温室効果ガス排出が続く場合を想定。
- 実際に現れ得る様々な変動をより広く捉えるとともに、将来変化の増減傾向の信頼度を評価するため、4通り(※)の将来予測結果を解析。
※4つの異なる海面水温の変化パターンを与えた結果
- 21世紀末における日本付近の詳細な気候変動を予測するため、地域気候モデルを用い、日本の7地域別に解析。

予測計算に用いた温室効果ガス排出量



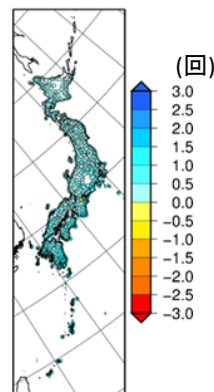
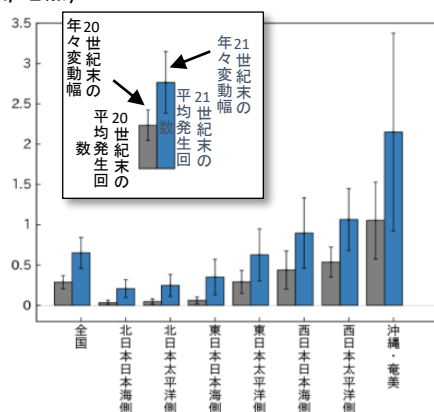
日本の気候特性の異なる7地域別に解析



滝のように降る雨（1時間降水量50mm以上）の年間発生回数の将来変化

20世紀末：1980～1999年
21世紀末：2076～2095年

(回/地点)



□ 短時間強雨の頻度は、全国的に増加。

□ 全国平均では、2倍以上の頻度に。

➡ 大雨による自然災害リスクの増大

(左図) 各地域において、棒グラフは20世紀末(灰色)及び21世紀末(青)における値、細い縦線は、20世紀末(左)及び21世紀末(右)における年による変動の幅(標準偏差)(単位: 回/地点)。

(右図) 将来変化。4通りの予測結果の増減傾向の一致度より信頼性を評価し、全結果が一致した点では信頼性が高い変化としてプロット(単位: 回)。

出典: 地球温暖化予測情報第9巻(気象庁)

STEP2

- ・ 洪水時に得られる情報とタイムラインの考え方を知る



- ・ 洪水時に得られる情報の取得方法を知る。
- ・ 見るべき水位観測所の確認する。
- ・ タイムラインを作成する上でのポイントを解説。

国土交通省

川の防災情報

長野県安曇野市

2021/08/14 10:59

市

県

地方

全国

カメラををクリックすると、
画像で現況が確認
できます

水位観測所ををクリックすると、
水位観測所の
現況が確認で
きます。

危機管理型水位計ををクリックすると
危機管理型水位計の
現況が確認できます。

凡例

氾濫危険水位超過

避難判断水位超過

氾濫注意水位超過

水防団待機水位超過

平常

凡例

氾濫開始水位超過

危険水位超過

水位計測中

平常

欠測

発表情報概況

洪水予報等

ダム放流通知

屏川(稲核)
氾濫注意情報 Lv.2相当
08/14 10:10

屏川(陸郷)
氾濫注意情報 Lv.2相当
08/14 08:50

基準値超過観測所一覧

水位観測

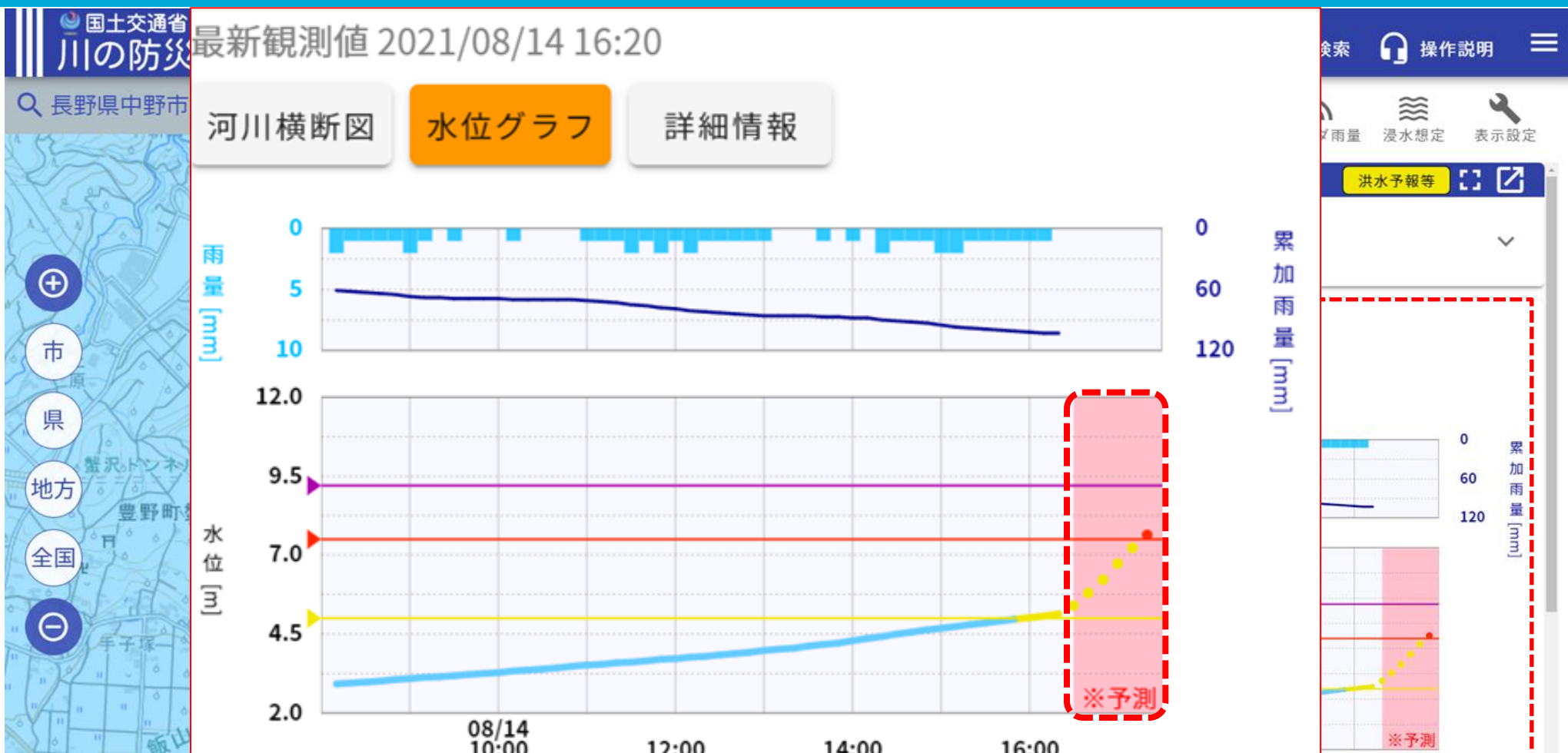
雨量

水位計

陸郷【基準観測所】
屏川(信濃川水系)

川の防災情報を見ることで、川の水位状況やカメラ画像が確認することができます。
情報はインターネット上でリアルタイムで更新しているので、**川の水位が上がっている中で、川の様子を見に行くことは危険ですので、やめてください。**

河川防災情報の入手 (河川水位の予測)



○注意点

- ◎洪水予報が発表された時点における6時間先の水位予測が表示されます。(自動更新されません)
- ◎洪水予報が新たに発表されなければ、水位予測の”点”(●)は消えていきます。

河川防災情報の入手(NHK)

dNHK長野

11/ 1(月)
16:33

青 全国のニュース

赤 気象情報

緑 地震・津波・火山

黄 NHKプラスとは

1 地上D

NHK G 0110

長野市長選

防災・生活・休日夜間医療情報

道路交通情報

衆院選開票速報

連続テレビ小説 カムカムエヴリバディ

大河ドラマ 青天を衝け

dNHK sports

①NHKにチャンネルを合わせて、
リモコンのdボタンを選択

②「防災・生活・休日夜間医療情報」
を選択

長野の
ニュース 新型コロナ 新たに1人感染 計8
873人

全国の
ニュース 新500円硬貨 21年ぶり発行 偽造
防止のため複雑な造り

気象情報

長野県長野市

予想降水量 18時 0mm/時

時	18	21	0	3	6	9	12	15	18
°C	13	12	11	9	8	12	17	17	17

NHKオンデマンド

見逃した番組もアノ名作も お好きな時にどうぞ

dNHK 防災・生活情報

あなたの街 長野市

気象警報等が発表されると表示されます

「河川水位情報」
を選択

警報・注意報

台風・全般気象情報

河川水位情報

避難情報(発表後1か月以内)

開設避難所情報(発表後1か月以内)

市町村のお知らせ

県からのお知らせ

休日夜間医療

【注意】

このスライドの画面は平常時のものです。

設定

青

ニュース

赤

気象情報

緑

地震・津波・火山

黄

NHKトップ

dNHK 河川水位情報

河川水位の状況

1/7

【警戒レベル2相当】千曲川の杭瀬下水位観測所（千曲市）では、当分の間、「氾濫注意水位」付近の水位が続く見込みです。引き続き、洪水に関

戻る

「川の水位」が上がってくるとこのような画面で河川情報入手できます。

15:30 更新

氾濫危険水位

木曽川

大手橋

木曽町

↓

木曽川

南木曽（高瀬橋）

南木曽町

↓

犀川

陸郷

安曇野市

↑

木曽川

桃山

上松町

↓

避難判断水位

犀川

弘崎（更級橋上流）

長野市

—

氾濫注意情報

千曲川

生田

上田市

—

千曲川

生田

坂城町

—

防災・生活情報

【注意】

このスライドの画面は令和3年8月時のものです。

浸水ナビからわかること

3

③ 河川の水位情報を知る

水位観測地点から現在の河川の水位情報が分かります

- 選定した水位観測地点から「川の防災情報」にアクセスでき、リアルタイムの河川水位などを確認できます。

※国土交通省「川の防災情報」
https://www.river.go.jp/kawabo
u/topGaikyo.do



▲ 想定破堤点周辺の水位観測所 河川水位情報の表示（川の防災情報）

④ 地形と浸水との関係を知る（3D表示）

3D表示で地形と浸水との関係性が直感的に分かります

- 浸水範囲や浸水深の変化を、3D表示で見ることができます。
- 高さ方向の倍率を自由に調整することができます。



3D表示（高さ方向の倍率は1.5倍）

～実際の氾濫状況とは異なる場合があります～

1. 想定破堤点の位置や氾濫の規模などについて
シミュレーションでは、一定規模の降雨により堤防が決壊（破堤）した場合に氾濫するおそれがある地点を想定破堤点として示しています。実際に氾濫が起きる場合には、想定破堤点で破堤するとは限りません。また、想定される降雨を超えた大雨となった場合などには、これ以外の箇所からの氾濫が発生したり、氾濫する水の量が増えたりすることにより、浸水域が広く・浸水深が大きくなる可能性もあります。したがって、実際の氾濫の広がり方もこのシミュレーションで表示されるものとは異なる場合があります。
2. 想定していない現象があります
シミュレーションでは、内水氾濫（川や海などへ排水できない水が溜まる現象）を想定していません。シミュレーションの対象とした河川が氾濫する前に、内水氾濫やシミュレーション対象外の支川などからの氾濫が始まることがあるので注意が必要です。

浸水ナビ
https://suiboumap.gsi.go.jp/



浸水ナビ
知りたい場所の浸水リスクがわかる

スマートフォンでも利用できます

『浸水ナビ』

～浸水リスク情報をより詳しく、より簡単に～



お住まいの地域や事業所、学校、通勤・通学経路などの
浸水のおそれを知ることが、
水害への事前の備えや安全確保の行動につながります。
洪水による浸水被害の軽減をめざし、
「浸水ナビ」は、
浸水リスク情報の取得を強力にサポートします。



浸水ナビからわかること

① 想定破堤点を知る

自宅や事業所などが浸水するおそれがあるかが分かります

➤ 河川から選択

特定の河川を選択すると、当該河川の所定の区間のすべての想定破堤点を表示します。

➤ 地点から選択

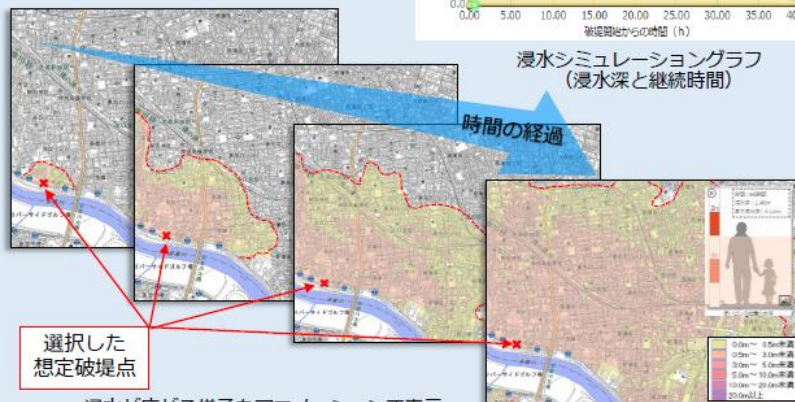
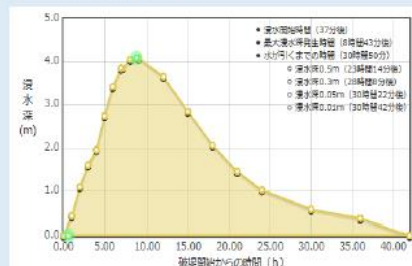
特定の地点・住所・地名を指定すると、当該地点に影響を与える想定破堤点を表示します。スマートフォンの位置情報から現在地を指定し、表示することもできます。



② 浸水想定を知る

氾濫が生じた場合の浸水範囲や浸水深の変化が分かります

- 想定破堤点を選択することで、氾濫した場合の浸水の広がりや、任意の指定地点の浸水深の時間変化をグラフで表示します。



1 浸水ナビからわかること

CGアニメーションでどの程度の浸水深であるかが分かります

- スケールの異なる背景 (5種類の凡例) を切り替えることで、指定した箇所 (赤いピン) の浸水深の変化をCGアニメーションにより視覚的に分かりやすく表示できます。

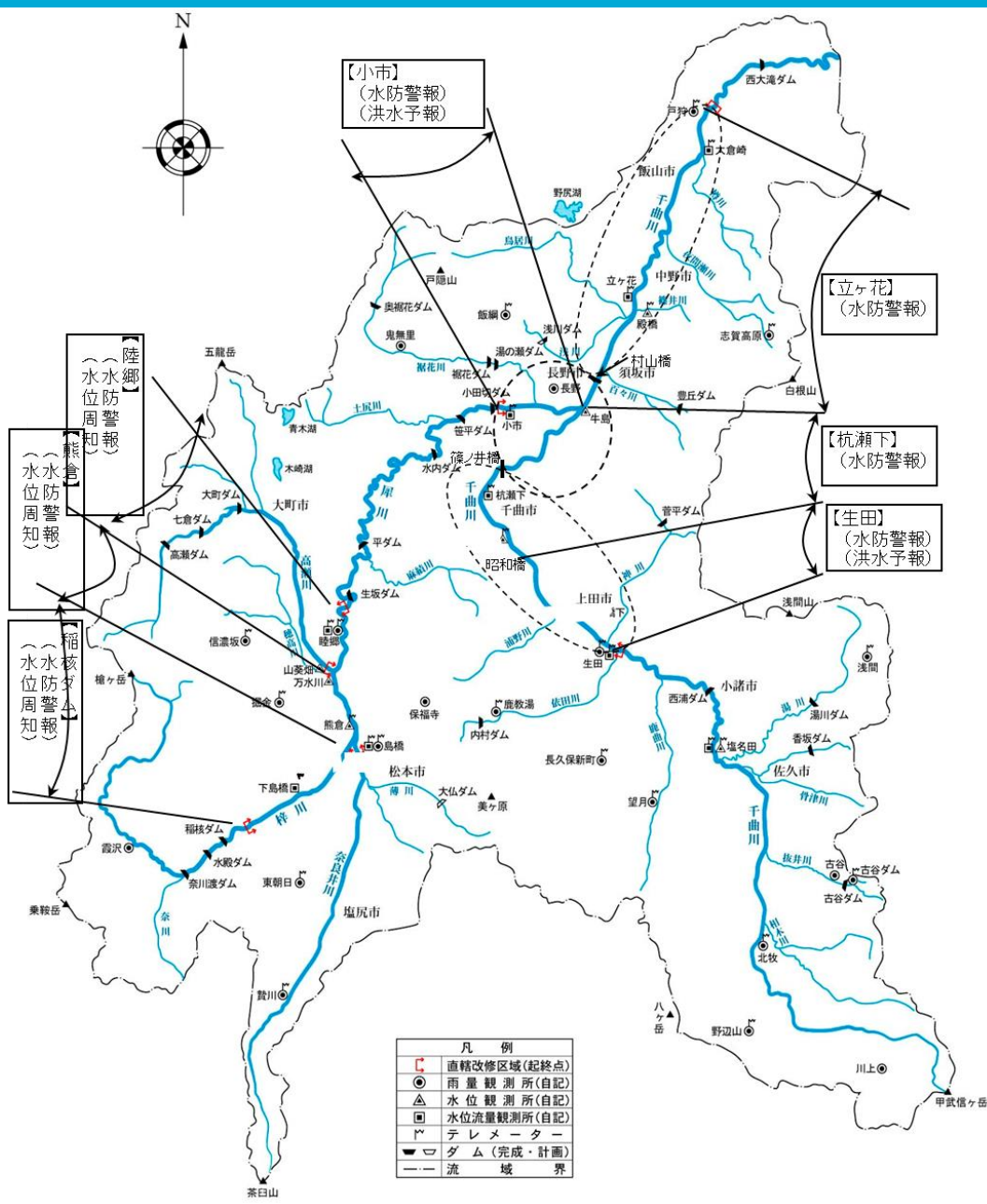


浸水到達時間や浸水継続時間が分かります

- 選択した想定破堤点から氾濫が生じた場合に想定される浸水範囲において、浸水到達時間や浸水継続時間を地図上に色を分けて表示します。



基準観測所受け持ち区間



立ヶ花	自	至		
左岸	長野市大豆島(犀川合流点)	飯山市一山	千曲川	洪水予報
右岸	長野市若穂牛島(犀川合流点)	野沢温泉村平林		
杭瀬下	左岸 坂城町上五明(昭和橋)	長野市若穂牛島(犀川合流点)		
右岸	坂城町坂城(昭和橋)	長野市若穂牛島(犀川合流点)		
生田	左岸 上田市大屋(大屋橋)	坂城町上五明(昭和橋)	犀川	水位周知
右岸	上田市大屋(大屋橋)	坂城町坂城(昭和橋)		
小市	左岸 長野市塩生甲臥部(両郡橋)	長野市大豆島(千曲川合流点)		
右岸	長野市篠ノ井小松原高松(両郡橋)	長野市若穂牛島(千曲川合流点)		
陸郷	左岸 安曇野市穂高北穂高	東筑摩郡生坂村北陸郷沢口(日野橋)	犀川	水位周知
右岸	安曇野市明科中川手(三川合流点)	東筑摩郡生坂村北陸郷沢口(日野橋)		
熊倉	左岸 安曇野市豊科高家(奈良井川合流点)	安曇野市穂高北穂高(三川合流点)		
右岸	松本市島内(奈良井川合流点)	安曇野市明科中川手(三川合流点)		
稲核	左岸 松本市安曇(新淵橋)	安曇野市豊科高家(奈良井川合流点)	犀川	水位周知
右岸	松本市波田(新淵橋)	松本市島内(奈良井川合流点)		

※各市町村の状況に応じて、千曲川・犀川だけでなく、支川や土砂等の情報を追加してやっていただければと思います。

水害に関するワンポイント

あふれたとき水はにごって、底が見えなくなる。

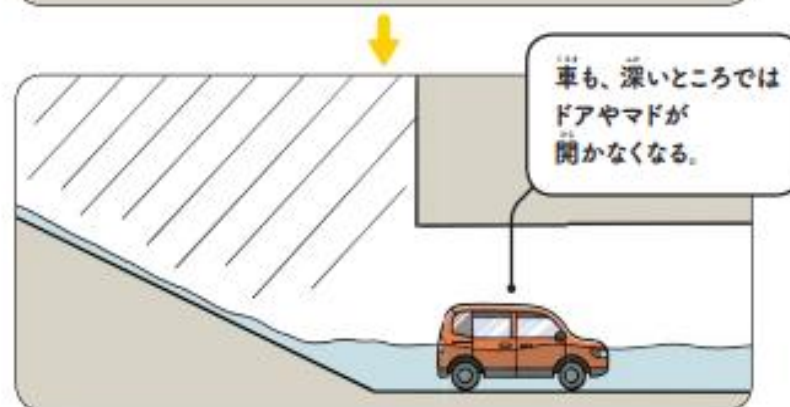
あふれた水はにごっている。
底が見えづらいので、
マンホールや水路などに気がつかず、
すいこまれてしまうことがある。
水があるところには近づかない。



深いところがないかどうか、
つえをついて
足元をチェックしよう。
でも、まずはあふれるまえににげよう。

水は高いところから、ひくいところへ流れる。
水の流れを予想してにげる。

水はひくいところへ流れる。ひくいところは、水がたまる。



かぞくや先生と、ひなんするばしょをたしかめておこう。

ちずをつかって、あふないところやみちをかくにんしておこう。



複数のひなんルートを考えておく。



ひなんする場所にはしゅるいがある。

1 サインをおぼえよう。



こうずい



ひなん場所



ひなん所

(キケンからにげるところ) (にげた後で生活するところ)

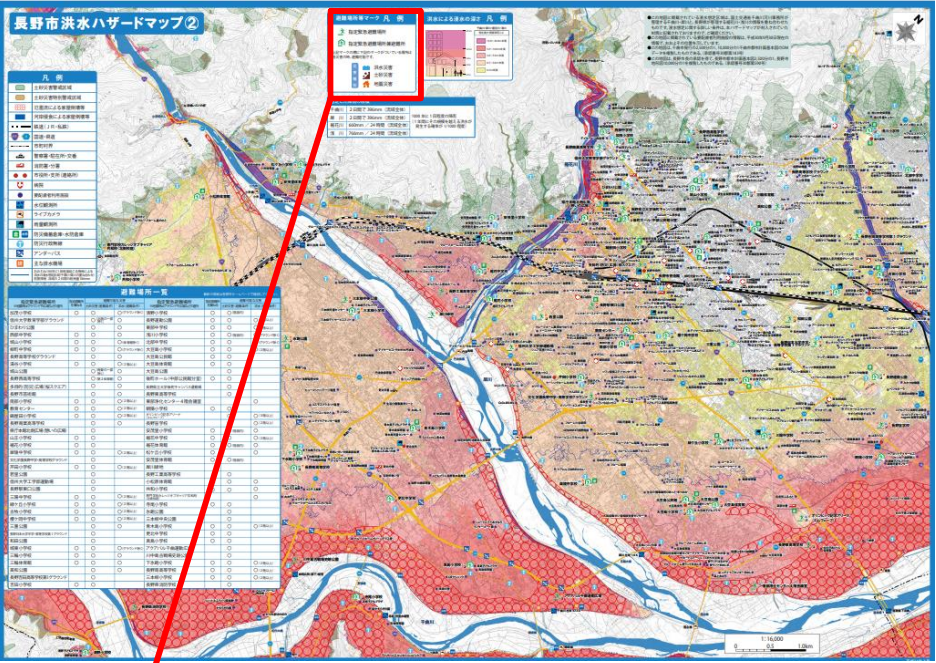
2 さいがいのしゅるいにあった「ひなん場所」をえらぼう。



→ こうずいからにげるところ

より高い場所へ、率先して避難しよう。

想定外は起こり得る。
あらかじめ決めておいた避難場所が安全とは限らない。
より高い場所へ、率先して避難しよう。



避難場所等マーク 凡 例

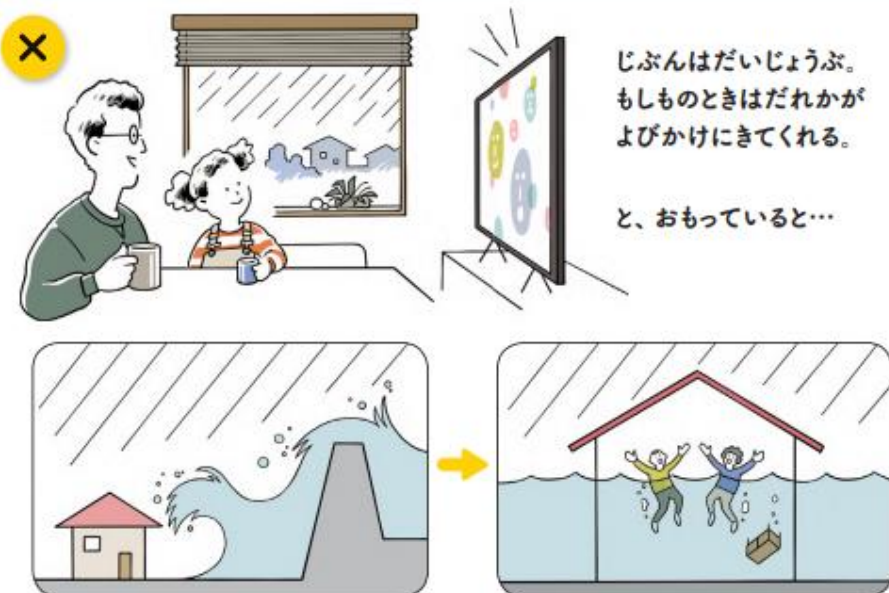
-  指定緊急避難場所
-  指定緊急避難場所兼避難所

上記マークの横に下記のマークがついている場所は
各災害の時、避難可能です。

- | 災害種別 | 洪水災害 | 土砂災害 | 地震災害 |
|------|---|---|---|
| 洪水災害 |  |  |  |
| 土砂災害 | | | |
| 地震災害 | | | |

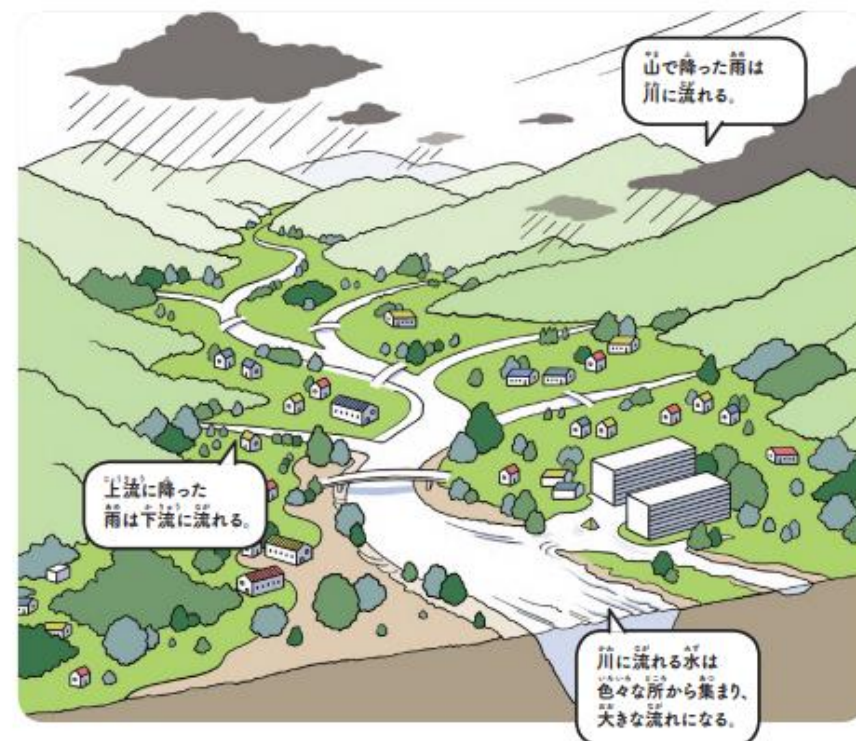
水害に関するワンポイント

「じぶんはだいじょうぶ」とおもわず、
あんぜんなところへにげる。



川は、遠くでふっている雨を運んでくる。
今いる場所が晴れていても、水があふれることがある。

水は、高い場所からひくい場所へと流れて集まる。
そのため山や高い所にふった雨は、川となって運ばれてくる。
近くだけでなく遠くの天気も知ろう。



○国土交通省(千曲川河川事務所)が提供している情報

①川の防災情報(<https://www.river.go.jp>)

【提供内容】

- ・川の水位状況
- ・河川カメラ画像

②千曲川河川事務所ホームページ(<http://www.hrr.milt.go.jp/chikuma>)

【提供内容】

- ・河川カメラ画像
- ・最新情報(防災体制など)

※千曲川河川事務所公式X(@milt_chikuma)でも防災情報を随時ツイートします。

③浸水ナビ(<https://suiboumap.gsi.go.jp>)

【提供内容】

- ・任意の地点における浸水深、浸水継続時間等が確認可

④ハザードマップポータルサイト(<https://disaportal.gsi.go.jp>)

【提供内容】

- 1)重ねるハザードマップ・・・任意の地点でのハザードマップを表示し、リスクを確認可
- 2)わがまちハザードマップ・・・市町村等で公開されている各種ハザードマップにアクセス可

STEP3

・ マイ・タイムラインの作成



逃げキッド等のツールを使って、ワークショップ形式で相談しながら実際にマイ・タイムラインを作成。

- ①必要な情報の入手
- ②時系列で整理しマイ・タイムラインを作成

①必要な情報の入手(逃げキッドの場合)

マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

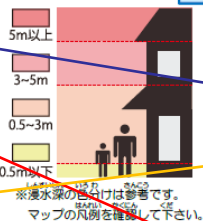
洪水ハザードマップや浸水想定区域図等でチェック

◇あなたの住んでいる場所の浸水深は？

◇あなたの住んでいる場所の浸水継続時間は？

◇あなたの住んでいる場所は家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流・河岸侵食)ですか？

☐ はい ☐ いいえ



洪水ハザードマップや
洪水浸水想定区域図は
ここからチェック！

※自治体が発行するハザードマップで確認できる場合もあります

家庭の状況チェック

車 ☐ 無 ☐ 有 (台)

ペット ☐ 無 ☐ 有 ()

持病薬 ☐ 無 ☐ 有 ()

避難に支援が必要な人(高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など) ☐ 無 ☐ 有 ()

避難先のチェック

あなたが避難する場所

☐ 洪水ハザードマップに記載されている避難所
(移動手段: 移動時間: 約 分)

☐ 親戚・知人の家
(移動手段: 移動時間: 約 分)

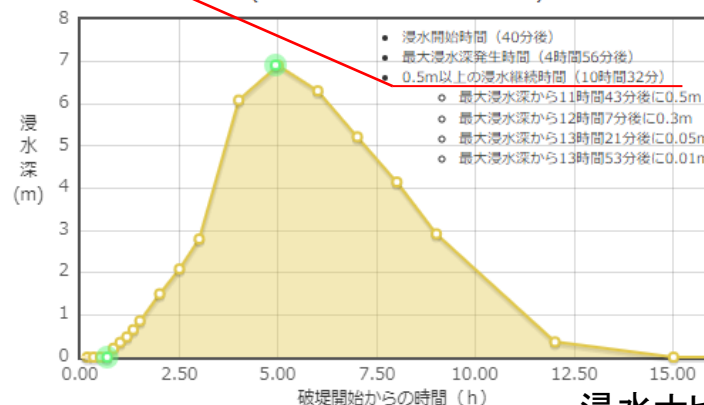
☐ その他(近くの浸水しない場所(浸水深以上の層のある堅牢な建物など))
(移動手段: 移動時間: 約 分)

避難先は複数
考えておこう！



千曲市ハザードマップ

浸水シミュレーショングラフ
(BP920:千曲川83.0k右岸破堤)



浸水ナビより

マイ・タイムラインの作成の前段として、まずはお住まいの場所の水害リスク及び、避難にあたって事前に確認しておくことを「チェックシート」に記載することから始めます。

②時系列で整理しマイ・タイムラインを作成(逃げキッドの場合)

『マイ・タイムライン』をつくってみよう!!

「台風が発生」してから「川の水位が上がる」までのそなえをいつから行動するか、書いてみよう!

みんなが考えた「台風が発生」してから「川の水位が上がる」までのそなえが『マイ・タイムライン』だよ!

市・区・町・村	地区	家	マイ・タイムライン	作成年月日	年	月	日
主なそなえ ○台風の発生を調べ始める ○避難場所の場所を確認し、避難経路を確認し、避難するときに持っていくものを準備する ○家族と連絡を取り合う ○住んでいるところと上流の雨量を調べ始める ○避難する時に持っていくものを準備する ○川の水位を調べ始める ○通行止め情報がないか、インターネットを確認 ○避難しやすい服装に着替える ○携帯電話等で避難指示を受信 ○安全なところへ移動を始める ○避難完了 そなえの例 ○台風の発生を調べ始める ○避難場所の場所を確認し、避難経路を確認し、避難するときに持っていくものを準備する ○家族と連絡を取り合う ○住んでいるところと上流の雨量を調べ始める ○避難する時に持っていくものを準備する ○川の水位を調べ始める ○通行止め情報がないか、インターネットを確認 ○避難しやすい服装に着替える ○携帯電話等で避難指示を受信 ○安全なところへ移動を始める ○避難完了							

自治体の避難情報のタイミングを調べて緑字のシールを貼ってみよう!

3 高齢者等避難を発令

4 避難指示を発令

ア. 安全な所へ移動を始める

イ. 避難しやすい服装に着替える

ウ. 避難する時に持っていくものを準備する

エ. 今後の台風を調べ始める

オ. 川の水位を調べ始める

カ. 住んでいる所と上流の雨量を調べ始める

避難完了

おうちに貼って、浸水深を確認しよう!

浸水深シールの使い方

- ① チェックシートに書いた浸水深をシールに書きこもう。
- ② 地面から測った浸水の高さにシールを貼ろう。

大切なものは、シールより高い場所へ移動しよう。

水が膝までであると移動は難しいよ。

このあたりの浸水深は、

m

ここまで浸水するおそれがあります

このあたりの浸水深は、

m

ここまで浸水するおそれがあります

浸水の高さを実感して、マイ・タイムラインで自分や家族の安全を確保する行動を考えるときの参考にしましょう。

チェックシートに記載した、個別の防災行動について記載します

チェックシートに記載した、お住まいの場所のリスク、避難にあたる確認事項を参考にしながら、右のシールを時系列毎に貼ったり、コメントを記載し、「いつ」「なにを」を中心にタイムラインを作成していただきます。

●国土交通省関東地方整備局下館河川事務所で作成している
下記動画もご活用ください。

▪ <https://mytimeline.river.or.jp/>