

マイ・タイムライン ～「逃げキッド」を活用する～



「逃げキッド」は国土交通省
が推奨するマイ・タイムライ
ン検討ツールで、子供でも作
ることができるんだよ。

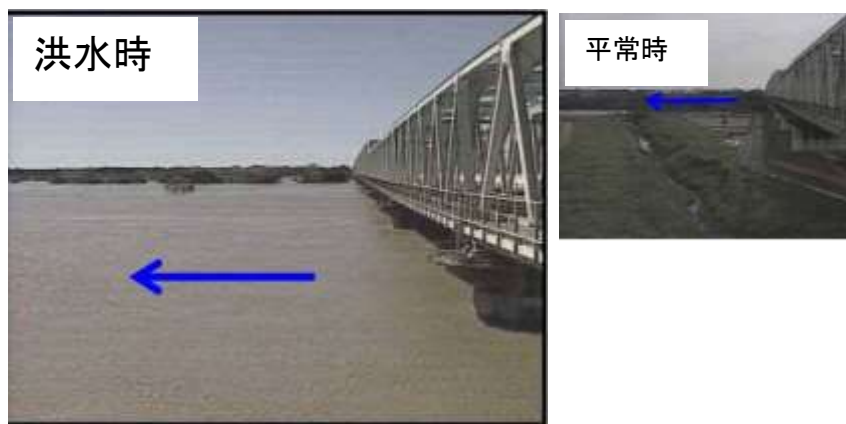
マイ・タイムラインとは

台風の接近等により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に整理し、取りまとめたものです。

一人ひとりの家族構成や生活環境に合わせて、避難に必要な「情報」「判断」「行動」を把握し、「いつ」「何をするか」をあらかじめ決めておくことで、避難行動のチェックリストとして活用できます。

印西市における水害の履歴

- 印西市では、台風や大雨の際に利根川がはん濫し、浸水する可能性があります。近年は、印西市付近の浸水は発生していませんが、令和元年東日本台風（台風第19号）では、印西市周辺で記録的な増水を観測しました。



取手観測所付近（戦後観測史上7番目）



横利根観測所付近（戦後観測史上5番目）



押付観測所付近（戦後観測史上7番目）



ステップ 1

【1】ハザードマップを準備しましょう

市の防災ポータルサイトや国土交通省利根川下流河川事務所のホームページからダウンロードできます。

「印西市わが街ガイド」にも、ハザードマップを掲載しています。

【2】防災情報を入手しましょう

災害対策で忘れてはならないのが情報収集の準備です。いざという時のために、災害情報の入手方法を確認しておきましょう。

洪水時に想定される浸水範囲・浸水深

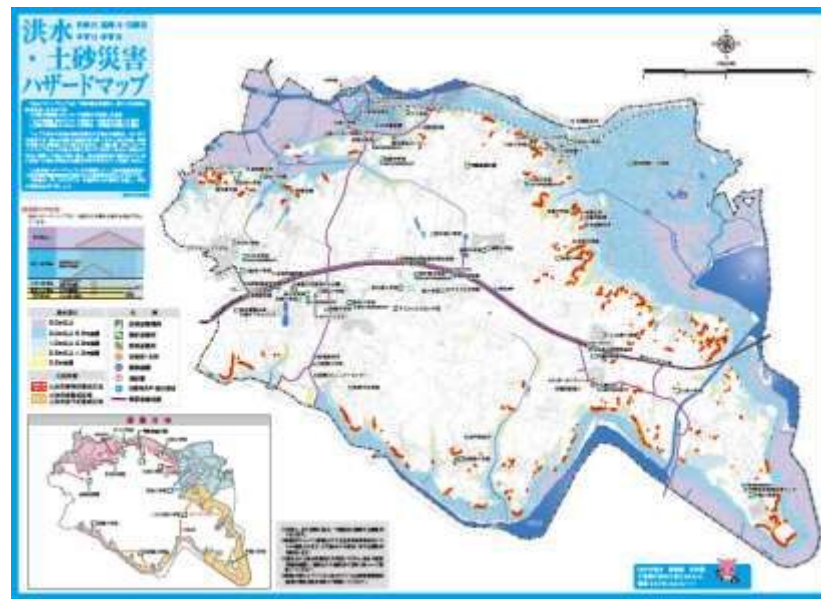
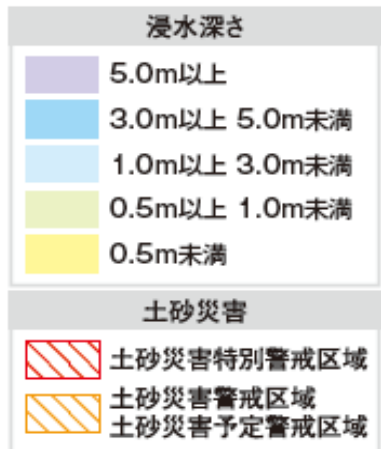
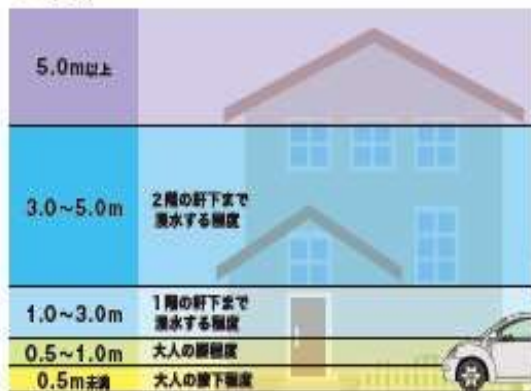
■ もし利根川がはん濫したら・・・

- ・ 利根川沿いや印旛沼沿いの範囲で、最大約5.0m以上浸水する可能性があります。
- ・ 浸水深1m～3mで、1階部分は浸水してしまいます。

印西市 洪水・土砂災害ハザードマップ

浸水深さの目安

洪水ハザードマップでは、予想される浸水の深さを色別で示しています。

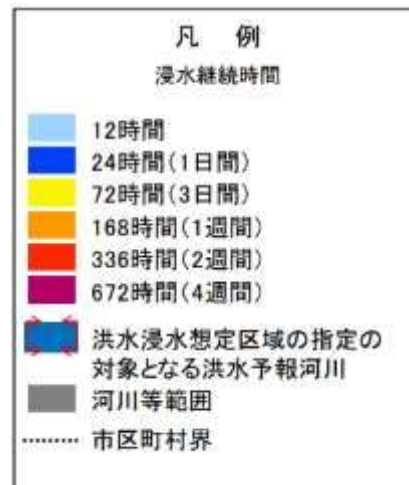
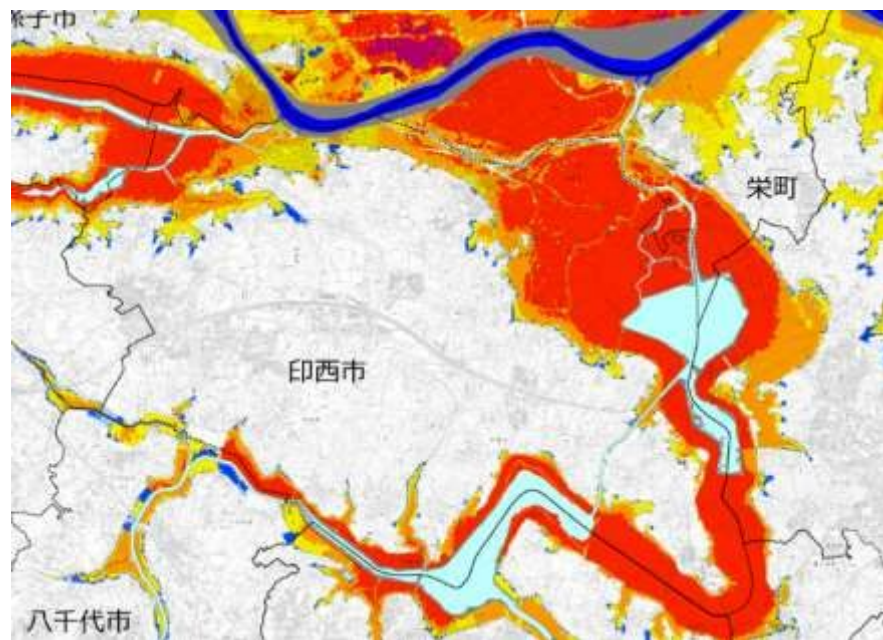


- ・ 印西市のHPでは、利根川がはん濫した場合の浸水深や浸水範囲を地図上に示した、「洪水・土砂災害ハザードマップ」を公表しています。
- ・ 施設の周りの浸水深を確認してみましょう！

洪水時に想定される浸水継続時間

■ もし利根川がはん濫したら・・・

- 利根川沿いや印旛沼沿いの範囲で、約2週間以上浸水が継続する可能性があります。
- また、浸水状態が続くことで「長期間にわたり孤立する恐れ」があります。



※「浸水継続時間」
浸水深が50cmに達してから、その水深を下回るまでにかかる時間のことをいう。

利根川下流河川事務所 浸水想定区域

検索



URL : <https://ktr.milt.go.jp/tonage/tonage00450.html>

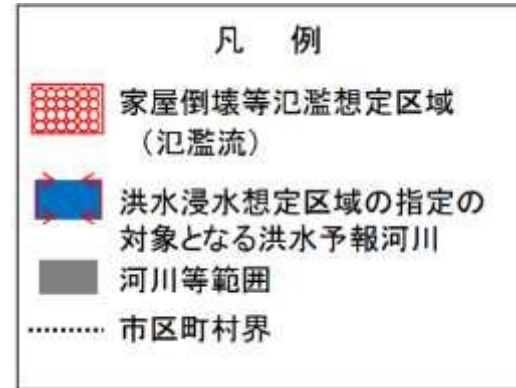
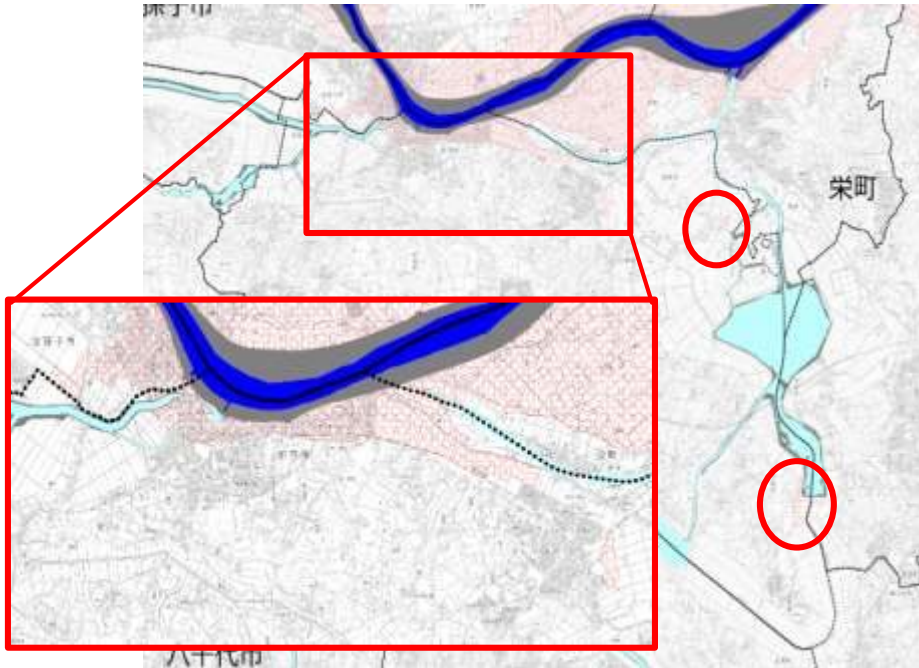
- 国土交通省利根川下流河川事務所のホームページでは、利根川がはん濫した場合の浸水継続時間を、地図上に示した、「洪水浸水想定区域図（浸水継続時間）」を公表しています。

自宅の浸水継続時間を確認してみましょう！

洪水時に想定される家屋倒壊等

■ もし利根川がはん濫したら・・・

- ・ 特に、市の北部で、**家屋が倒壊・流失する等の危険性**があります。



※「家屋倒壊等氾濫想定区域」洪水時に家屋が倒壊・流失する等の危険性が高い範囲を示したものをいう。

利根川下流河川事務所 浸水想定区域 検索



URL : <https://ktr.milt.go.jp/tonage/tonage00450.html>

- ・ 国土交通省利根川下流河川事務所のHPでは、利根川がはん濫した場合の**家屋倒壊危険ゾーン**を地図上に示した、「洪水浸水想定区域図 (家屋倒壊等氾濫想定区域)」を公表しています。
- ・ **施設の周りの家屋倒壊危険ゾーンを確認してみましょう！**

防災情報の確認の方法【避難情報等】

印西市において

レベル3 高齢者等避難

レベル4 避難指示

レベル5 緊急安全確保

を発令した場合の情報

【無線放送】 印西市 防災行政無線

【電話等】 防災行政無線テレホンサービス

0800-800-0864（フリーダイヤル）

事前登録制 { 固定電話音声配信サービス
自宅FAXへ文字配信

【メール】 印西市防災メール（事前登録制）

【SNS】 印西市公式LINE（お友達登録）

印西市公式ツイッター

【インターネット】

印西市防災ポータルサイト※

<https://www.city.inzai.lg.jp/bousaiportal/>

千葉県 防災ポータルサイト

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/>

【テレビ dボタン】

NHK総合テレビ 千葉テレビ放送



印西市防災メール
利用者登録画面



LINE
お友達登録



ツイッター
アカウント

※印西市防災ポータルサイトでは、避難情報、避難所開設情報、ハザードマップ、日頃からの備えなど、市の防災に係る総合的な情報を発信しています。

防災情報の確認の方法【気象情報・洪水予報・河川水位】

気象情報

【メール】 印西市防災メール（事前登録制）

【インターネット】

印西市防災ポータルサイト

<https://www.city.inzai.lg.jp/bousaiportal/>

千葉県 防災ポータルサイト

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/>

気象庁 ホームページ

https://www.jma.go.jp/jp/warn/f_1223100.html

銚子地方気象台 ホームページ

<https://www.jma-net.go.jp/choshi/>

【テレビ dボタン】 NHK総合テレビ 千葉テレビ放送

【インターネット】

洪水予報

河川水位

国土交通省 利根川下流河川事務所 ホームページ

<https://www.ktr.mlit.go.jp/tonege/suii/index.htm>

国土交通省 川の防災情報

（押付観測所）

http://www.river.go.jp/kwabou/html/obsrv/4/21269/2126900400030/ipSuiiKobetuCrsSect_oi2126900400030_tt10.html

雨の強さと降り方

気象庁ホームページ「知識・解説」より

1時間雨量 (mm)	予報用語	人の受ける イメージ	人への影響	屋内 (木造住宅 を想定)	屋外の様子	車に乗って いて
10以上 20未満	やや強い雨	ザーザーと降る	地面からの跳ね返りで足元がぬれる	雨の音で話し声がよく聞き取れない	地面一面に水たまりができる	ワイパーを早くしても見づらい
20以上 30未満	強い雨	どしゃ降り	傘を差してもぬれる	寝ている人の半数くらいが雨に気づく		
30以上 50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る				
50以上 80未満	非常に激しい雨	滝のように降る ゴーゴーと降り続く	傘は全く役に立たなくなる		水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる	車の運転は危険
80以上	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる				

ステップ 2

【1】利根川の状況を知る

国土交通省利根川下流河川事務所のホームページから確認できます。

印西市防災ポータルサイトでからも、利根川の状況が確認できます。（※「利根川の状況」をクリック。別ウインドウで開きます）

【2】利根川の水位と避難のタイミング

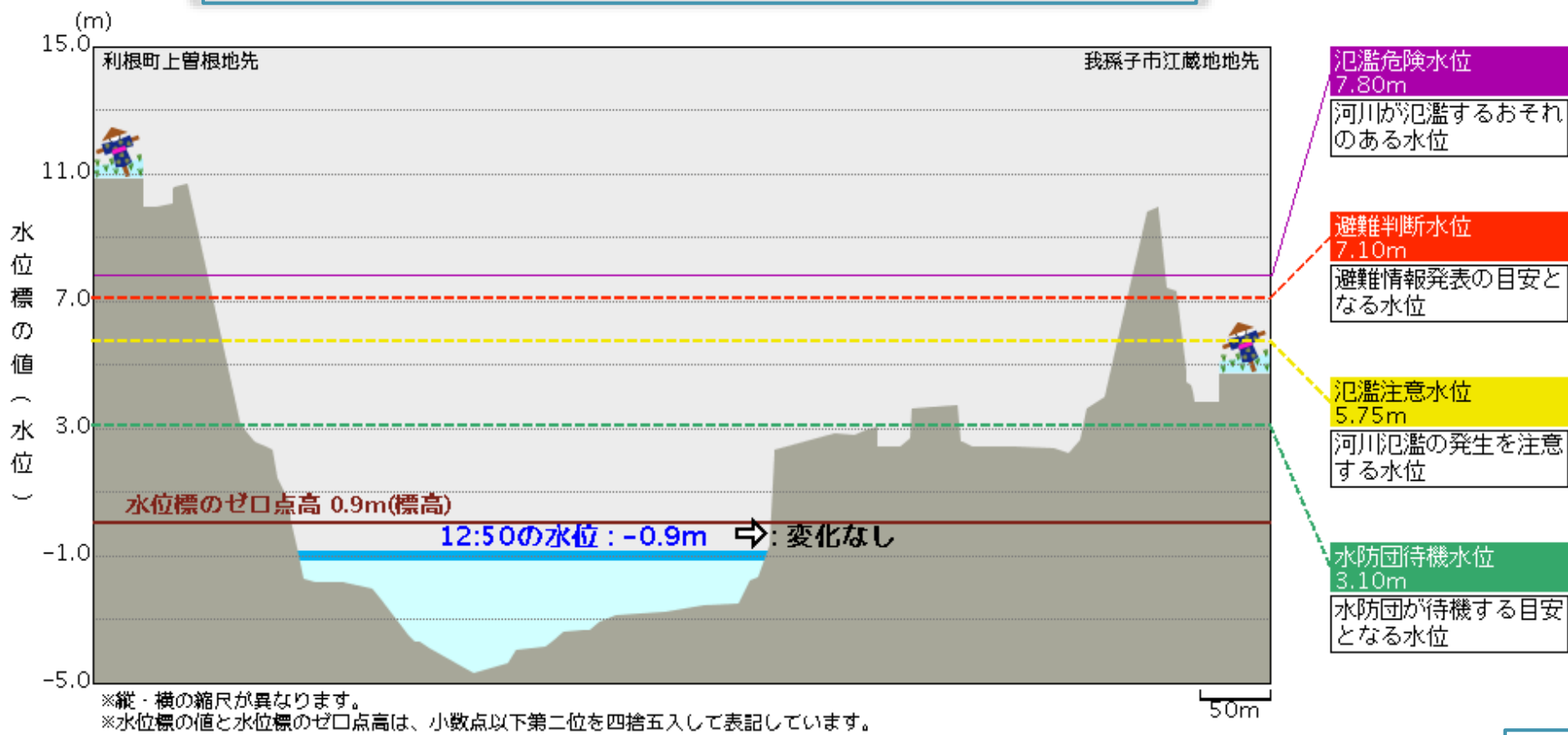
利根川がどのような状況になると、市から避難指示がだされるのか、知っておきましょう。

利根川押付(おしつけ)水位観測所の水位の状況を確認する

国土交通省利根川下流河川事務所ホームページから閲覧できます。

現在の利根川>水位・レーダー雨量情報>現在の水位・レーダー雨量情報から「押付」を選択

印西市は押付観測所の水位を基準として避難情報を配信します。



押付水位観測所の位置

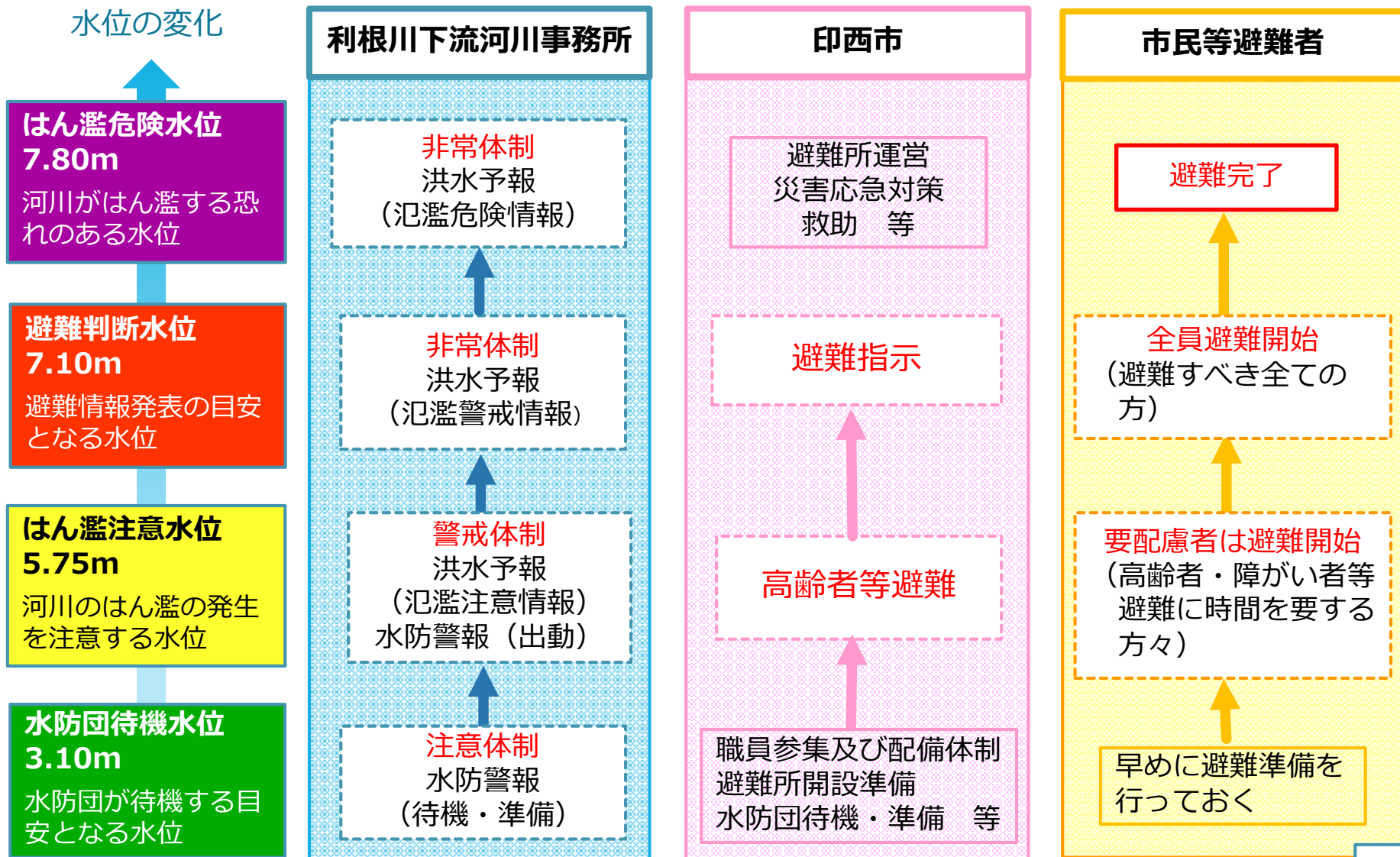
茨城県北相馬郡利根町押付新田
利根川左岸78.50km地点



少し上流にある
観測所が基準に
なるんだね!!



押付水位観測所の水位状況と避難指示



ステップ3

マイ・タイムラインを作ってみよう！

マイ・タイムラインを備えて
逃げ遅れゼロに！！



マイ・タイムラインの検討ツール「逃げキッド」



「逃げキッド」を使うと、簡単に楽しくマイ・タイムラインを作ることができます。

- ▶ 避難指示が発令されてから、慌てて避難準備をするのでは、「何を持っていけばよいのか」「どこに避難したらよいのか」が分からず、逃げ遅れる危険が出てきます。
- ▶ マイ・タイムラインで事前に考えて整理しておけば、落ち着いて避難場所の再確認や非常持ち出し品のチェック、台風や大雨の情報収集などを行うことができるので、避難のタイミングになっても慌てることなく、安全な場所へ逃げることができます。

国土交通省関東地方整備局 マイタイムライン

検索

URL:<https://www.ktr.milt.go.jp/river/bousai/index00000043.html>

マイ・タイムライン作成のためのチェックシート①

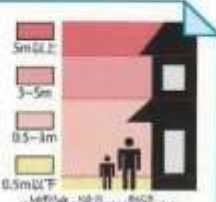
マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

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？
_____ m


◇あなたの住んでいる場所の浸水継続時間は？
_____ 時間

◇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・沿岸浸食）ですか？
 はい いいえ



※浸水想定区域図は最新です。マップの更新を確認して下さい。

ハザードマップ
ポータルサイト



洪水浸水想定
区域図
検索



※「わかばらハザードマップ」で各市区町村が作成したハザードマップをチェックしましょう！

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）
〔 _____ 〕 (移動手段: _____ 移動時間: 約 _____ 分)

あなたが避難する場所までのルートを考えてはありますか？
 はい いいえ

ハザードマップを見ながら、記入してみましょう

自分が住んでいる場所の水害リスクを知りましょう。

【用意するもの】

- ハザードマップ
- 利根川水系利根川洪水浸水想定区域図（浸水継続時間）
- 利根川水系利根川洪水浸水想定区域図（家屋倒壊等氾濫想定区域（氾濫流））

マイ・タイムライン作成のためのチェックシート②

▶ 家庭の状況チェック



車が複数台ある場合は、避難に使用しない車を事前に高台に移動させておくことも考えられます。農家の方は農業機械をどうするかを考えておくことも大切です。

毎日飲んでいる薬がある人は、被災してしまった場合何日も薬を貰いに行くことができない状況も考えられます。事前に多めにもらっておくなどの対策を考えることも必要です。



ペットを飼っている場合、原則、ペット同伴で避難所の中に入ることはできません。事前にペットの避難所を確認するか、安全な場所（親戚・知人やペットホテル等）に預かってもらうなどの対応が必要です。

高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦や疾患を持っている方など配慮を必要とする方は、避難に時間が掛かることが予測される方は早め早めの準備を。

▶ 避難先のチェック

水害の場合は、一定の避難所に避難者が集中する可能性があります。新型コロナウイルス感染症対策として親戚や知人宅など、出来る限り多くの避難先を想定しましょう。

特に配慮を必要とする方や、ペットを飼っている方は、避難所での生活が困難になる可能性があります。

また、考えていたところがダメだった時、次の案を考えておくことが落ち着いた避難行動につながります。

家族構成によって必要なものが変わってきます

基本とする備えの他に、個々に必要なものを家族で考えてみましょう。
必要なものをいつ準備するかも大切です。



赤ちゃん

おむつ おしりふき
ベビーフード
液体ミルク おくるみ
授乳ケープ
着替え 小児用薬
母子手帳 etc…



お年寄り

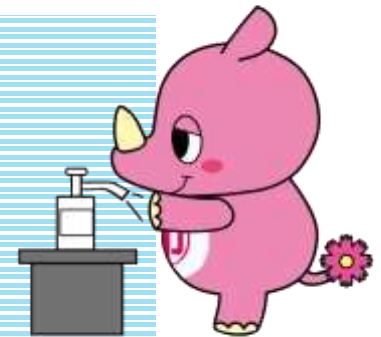
おむつ おしりふき
からだふき 着替え
口腔ケア用品
介護食 医薬品
お薬手帳 入れ歯と洗浄液
補聴器 つえ 車いす
健康保険証 介護保険証
etc…

女性

生理用ナプキン 防犯ブザー
プライバシーを守るブランケット
パット付きインナー、化粧水、
ローション

その他

メガネ コンタクトレンズ 洗浄液
貴重品 くすり 歯磨きセット
スリッパ マスク
アルコールジェルなど感染症対策

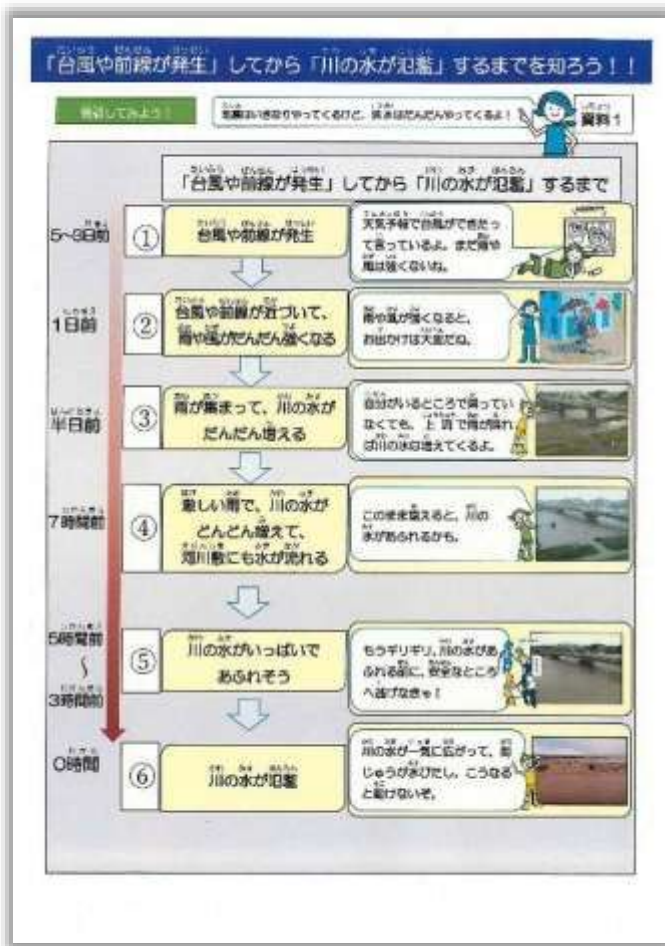


「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまで

川が氾濫するまでの過程を確認しましょう。

川の水の氾濫は、地震とは違い、徐々にやってきます。

安全に避難するためには、「**どんな行動をいつするか**」が重要になります。資料1の例を見ましょう。



- ① 5日～3日前に「台風や前線が発生」とあります。台風が発生すると「南の海上に台風●号が発生しました。」という報道がされますが、その時にはまだ、雨や風の影響はありません。
- ② 1日前に「台風や前線が近づいて、雨や風が強くなる」とあります。この頃には出かけるのが大変になってきます。**その前に、外出して行う作業は終わらせた方が良いでしょう。**
- ③ 半日前には「雨が集まって、川の水がだんだん増える」とあります。ここで注意すべき点は、自宅付近の河川の状況が穏やかであっても、**河川の上流で振り続けた雨が流れ下ってきて、川の水は増え続けます。**

(利根川の上流の天気にも注意が必要です。)

「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう②

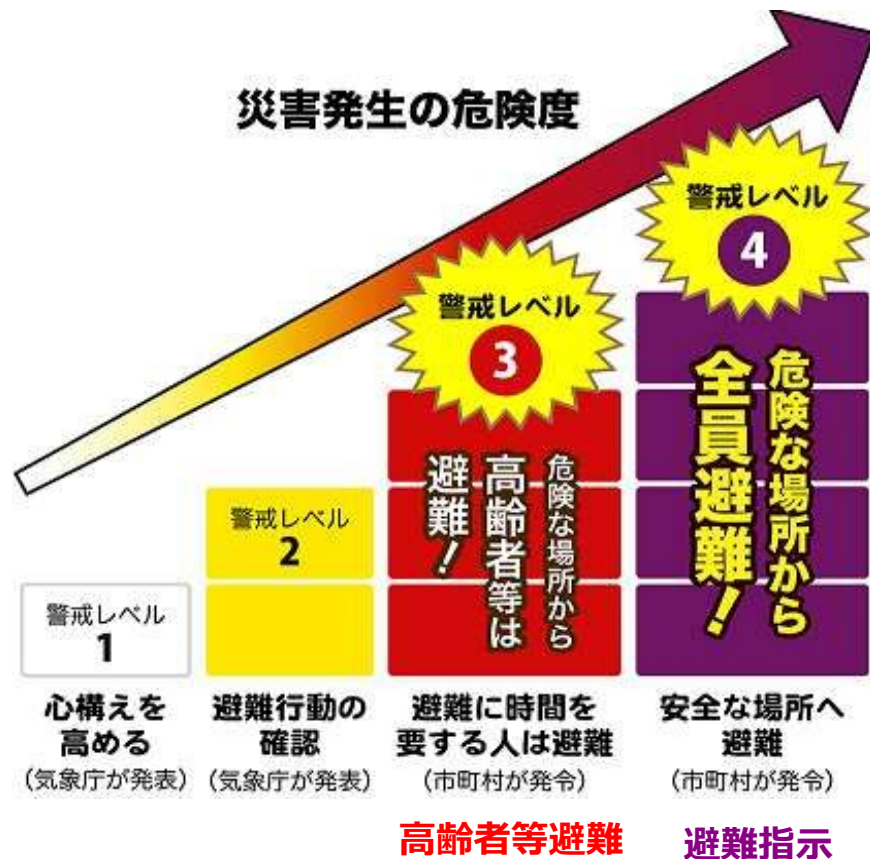
④ 7時間前「激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる」とあります。

普段はグラウンドなどに利用している河川敷が、雨が激しくなり、川の水が増えて隠れてしまいました。

※「洪水予報（氾濫警戒情報）」や「高齢者等避難」が発表されるタイミングです。この時に、高齢者や障がい者など、避難に時間に要する人は避難を開始します。

⑤ 5～3時間前「川の水がいっぱいであふれそう」とあります。

※「洪水予報（氾濫危険情報）」や「避難指示」が発表されるタイミングです。全ての方が避難を開始します。



警戒レベル5 緊急安全確保
避難が危険な場合は、命を守る最善の行動をとってください

台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう②

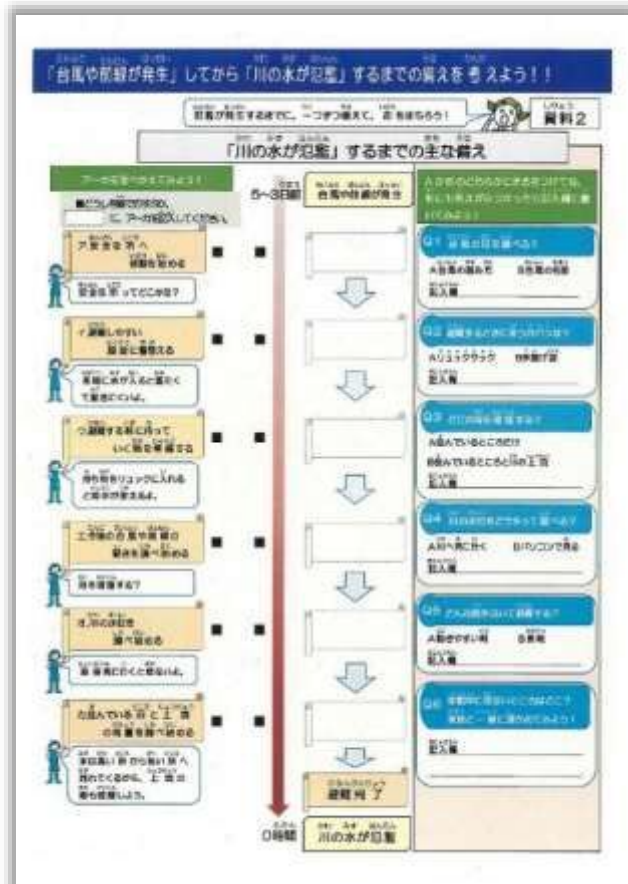
「台風が発生」してから「川の水が氾濫するまで」の備えを考えてみましょう。回答は一つではありません。

【回答例】

- エ. 今後の台風や前線の向きを調べ始める
- ウ. 避難する時に持っていくものを準備する
- カ. 住んでいる所と上流の雨量を調べ始める
- オ. 川の水位を調べ始める
- イ. 避難しやすい服装に着替える
- ア. 安全な所へ移動を始める

※雨が強くなる前に準備を終わらせる考え方

- ★ (ウ) を前段に持ってくる場合は、日頃から、避難する際に必要な物を確認し、準備しておく考え方。
- ★ (イ) を前段に持ってくる場合は、避難するタイミングが早いことを考慮し、移動しやすい服装に早めに着替えておく考え方。
- ★ 川の水は上流から下流に移動することから、上流の雨量の確認を行ってから、近場の水位を確認する考え方もある。
- ★ 近場の水位を確認することをきっかけに、上流の雨量を確認する考え方もある。



A or B
回答

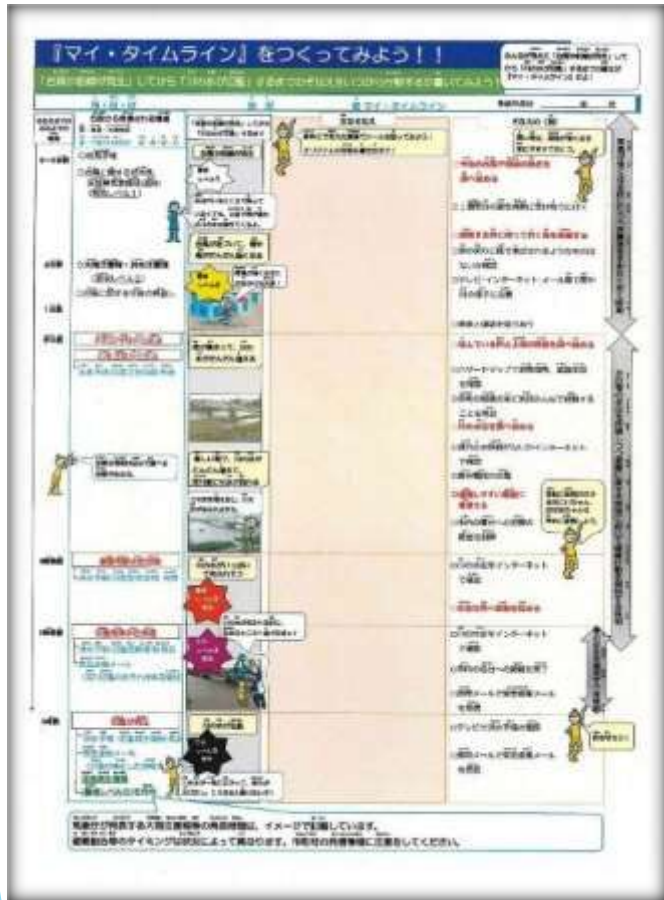
- Q1 : A 台風の進み方 Q2 : A リュックサック
- Q3 : B 住んでいる所と川の上流
- Q4 : B パソコンで見る Q5 : A 動きやすい靴

マイ・タイムラインの例

3日前	台風予報	テレビの天気予報等を確認 マイタイムラインの確認 防災グッズの準備（不足品の買い出し・携帯用充電器の充電） 薬やコンタクトレンズの確認、父（高齢）の1週間分の薬を病院に受け取りに行く 倉庫の固定と、飛ばされない物がないか家の外を確認
2日前	大雨注意報・洪水注意報	テレビ・インターネット・携帯メールで雨や川の状況確認 家族のスケジュール確認 親戚宅（高台）に避難してよいか電話で依頼 水や保存のきく食料品の買い出し 車のガソリンを満タンにする
24時間前	大雨警報・洪水警報	携帯電話の充電 親戚宅の状況確認、避難先の駐車場の確認 現金・通帳・印鑑等貴重品、健康保険証、介護保険証などを準備 大型の荷物を車に詰め混む 父の体調確認
12時間前	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 市が 高齢者等避難 を発令	携帯の充電 電化製品等2階に上げておくべき荷物を移動 戸締り確認、ブレーカーを落とす 家に鍵をかけ、入口や勝手口に土嚢を設置する。 携帯で道路の混雑状況を確認しルートを決定 車で親せき宅に避難する
5時間前	避難判断水位到達 市が 避難指示 を発令	危険な場所から全員避難
3時間前		
0時間		災害発生（命を守る最善の行動を取る）

高齢者がいるため早めに避難！

マイ・タイムラインを作ってみましょう



「川が氾濫」するまでに避難を完了することを目標とし、マイ・タイムラインを作ってみましょう。

注意すべき点は、「おおよその時間」「行政から発信される情報」と記載されている部分は、あくまでもイメージです。

台風の色度や、降雨量により状況は変わってきますので、実際の避難行動は市の発信情報を確認しましょう。

「雨風が強くなる前に行くこと」「避難にかかる時間に応じて避難行動を開始する時期」

「身の安全を確保すべき時期」に着目し、避難に必要な行動を考えてみましょう。