

土砂災害警戒区域・洪水浸水想定区域のある地区にお住まいの方へ

茨城県では、台風などの風水害から皆様が適切に避難できるよう、個人の避難行動計画である「マイ・タイムライン」の作成を推進しており、避難行動を起こすべきタイミングを逃さないことに焦点を絞り、かつ、時間をかけずに作成できる「我が家のタイムライン」(別添)の書式を作成しました。

※本書式は新たな防災気象情報に対応しています。

風水害による自宅の災害リスクをハザードマップで確認し、ハザード(土砂災害警戒区域や洪水浸水想定区域)がある場合には「我が家のタイムライン」で災害時に取るべき行動を整理しておきましょう。

※ハザードマップは最新のものを令和7年2月に市内全戸に配布しています。また、市ホームページでも確認できます。



つくば市ハザードマップ

【避難のフローチャート】

【ハザード区域ではない場合】

- ・ 避難とは「難」を「避」けること。
- ・ 安全な場所にいる方は避難所に行く必要はありません。
- ・ 自宅が損壊する恐れなどが無い限り、自宅での「在宅避難」をお願いします。

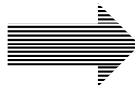
【ハザード区域内】

- ハザード外に身を寄せられる親せきや知人などがいる。

または、

- 地域の安全な場所に集会所等があり、地域で自主的に開設する体制が整っている。

はい



【親せき宅・知人宅】に避難
普段から、親せきや知人等と災害時の避難について、話し合っておきましょう。

いいえ

【避難所】に避難

災害時に開設される避難所の情報は、避難情報と併せて市から発信されます。

防災情報の収集方法を
市ホームページからご確認いただけます。

スマートフォンのQRコード読取機能をお使いください。



防災情報の収集方法 災害情報発信サービス

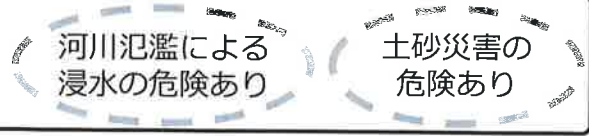
近年、台風等による大雨で洪水が頻発し、**県内で死傷者が発生しております。** 【R8改訂版】
この「我が家のタイムライン」で災害時に取るべき行動を整理しておきましょう。

我が家のタイムライン

(家)

まず、**ハザードマップ**で自宅の災害リスクを確認！

点線に沿って丸で囲む。(両方の場合もある)



避難先(避難所、親戚宅、友人宅) 	避難先までの移動手段 	避難先までの移動時間 分
避難時に避難先を伝える相手・連絡先 (家族・親戚など) 	声をかけて一緒に避難する相手・連絡先 (近所の方など) 	

洪水のおそれがあるときは、気象情報や市町村が発令する避難情報に注意して行動する！

防災気象情報 (大雨・河川氾濫・土砂災害)	逃げ遅れないためにやるべきこと																
レベル1 早期注意情報 ◆災害への心構えを高める	◆テレビやラジオで気象情報(台風情報)を確認する ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する ※河川や水田、崖に近づくのはやめましょう ◆避難するときに持っていくものを確認する(✔☑をつける) ※持ち物はあらかじめ非常持出袋などにまとめておきましょう ※季節によって必要なものを見直しましょう <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td><input type="checkbox"/>食料品</td> <td><input type="checkbox"/>飲料水</td> <td><input type="checkbox"/>常備薬</td> <td><input type="checkbox"/>お薬手帳</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>タオル</td> <td><input type="checkbox"/>ビニール袋</td> <td><input type="checkbox"/>着替え</td> <td><input type="checkbox"/>上履き</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>懐中電灯</td> <td><input type="checkbox"/>携帯充電器</td> <td><input type="checkbox"/>マスク</td> <td><input type="checkbox"/>ウェットティッシュ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>現金</td> <td><input type="checkbox"/>貴重品(通帳など)</td> <td><input type="checkbox"/>その他(</td> <td>)</td> </tr> </table> ◆避難しやすい服装に着替える	<input type="checkbox"/> 食料品	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 上履き	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 携帯充電器	<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 貴重品(通帳など)	<input type="checkbox"/> その他()
<input type="checkbox"/> 食料品		<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> お薬手帳													
<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 上履き														
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 携帯充電器	<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ														
<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 貴重品(通帳など)	<input type="checkbox"/> その他()														
レベル2 注意報 ◆避難行動を確認 (避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど)	<div style="border: 1px dashed gray; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; color: red; font-weight: bold;"> 避難に時間のかかる人と支援者は避難する (高齢者、障害者、乳幼児 など) </div> <div style="background-color: red; color: white; text-align: center; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 高齢者等が避難完了のタイミング </div> <div style="border: 1px dashed gray; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin-top: 10px;"> 危険な場所から全員避難する </div> <div style="background-color: darkblue; color: white; text-align: center; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 全員が避難完了のタイミング </div>																
レベル3 警報 <高齢者等避難> ◆避難に時間を要する人は早めに避難																	
レベル4 危険警報 <避難指示> ◆危険な場所から全員避難																	
レベル5 特別警報 <緊急安全確保> ◆命の危険 直ちに安全確保！	レベル5になってからでは『逃げ遅れ』になるリスク大！																

※市町村によっては、「レベル2 注意報」で「高齢者等避難」を発令したり、「レベル3 警報」で「避難指示」を発令する場合があります。災害のおそれがあるときは、お住まいの市町村からの情報を確認しましょう！

<使い方>
 ・家の中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難しましょう。
 ・市町村の訓練に参加して定期的に内容を確認し、変更がある場合は見直しましょう。

我が家のタイムラインの使い方

災害時に逃げ遅れないよう、「いつ」「どのような」行動をとるかを事前に整理しておきましょう！

①ハザードマップで自宅の災害リスクを確認しよう

- ハザードマップは、浸水や土砂災害の危険があるエリアや、指定避難所の場所などが示された地図のことです。
- お住まいの市町村のハザードマップで、自宅やよく行く場所（学校・職場など）の災害リスクを確認しましょう。
- 災害リスクのあるエリアに自宅が所在する場合は、我が家のタイムラインを作成して災害に備えましょう。

②避難に必要な情報を記入しよう

- すぐに避難できるように、避難先、移動手段、避難時の持ち物などの情報を記入しておきましょう。

③避難するタイミングを確認しよう

- 避難に時間のかかる人は「レベル3 警報」<高齢者等避難>で早めに避難します（高齢者、障害者、乳幼児など）
- それ以外の人は全員「レベル4 危険警報」<避難指示>で避難します。
- 自分がどちらのタイミングで避難するのか確認して、該当する方を丸で囲みましょう。

④我が家のタイムラインに従って行動しよう

- 台風や大雨のおそれがあるときは、我が家のタイムラインを確認しましょう。
- 気象庁が発表する防災気象情報や、市町村が発令する避難情報に注意しましょう。
- 「レベル3 警報」<高齢者等避難>や「レベル4 危険警報」<避難指示>が発表されたら、逃げ遅れないように避難しましょう。

我が家のタイムライン (家)	
まず、ハザードマップで自宅の災害リスクを確認しよう！	
避難先(避難所、親戚宅、友人宅)	避難先までの移動手段
避難先までの移動時間 分	
避難時に避難先を伝える相手・連絡先(家族・親戚など)	
避難時に避難先を伝える相手・連絡先(近所の方など)	
洪水のおそれがあるときは、気象情報や市町村が発令する避難情報に注意して行動する！	
防災気象情報 (大雨・河川氾濫・土砂災害) レベル1 早期注意情報 ◆災害への心構えを高める レベル2 注意報 ◆避難行動(避難場所、避難の準備など) レベル3 警報 <高齢者等避難> ◆避難に時間を要する人は早めに避難 レベル4 危険警報 <避難指示> ◆危険な場所から全員避難 レベル5 特別警報 <緊急安全確保> ◆命の危険 直ちに安全確保！	逃げ遅れないためにやるべきこと ◆テレビやラジオで気象情報(台風情報)を確認する ◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する ◆河川や水田、崖に近づかない ◆避難するときに持ち物(持ち物)を確認する(☑印をつける) ◆持ち物はあらかじめ非常用持ち物箱にまとめておきましょう ◆季節によって必要なものを準備しておきましょう □食料品 □飲料水 □常備薬 □お薬手帳 □タオル □ビニール袋 □懐中電灯 □上履き □懐中電灯 □携帯充電器 □マスク □ウェットティッシュ □現金 □貴重品(通帳など) □その他() ◆避難しやすい服装に着替える 避難に時間のかかる人と支援者は避難する(高齢者、障害者、乳幼児 など) 高齢者等が避難完了のタイミング 危険な場所から全員避難する 全員が避難完了のタイミング レベル5になってからは「逃げ遅れ」になるリスク大！
※市町村によっては、「レベル2 注意報」で「高齢者等避難」を発令したり、「レベル3 警報」で「避難指示」を発令する場合があります。災害のおそれがあるときは、お住まいの市町村からの情報を確認しましょう！	

防災お役立ち情報

- 茨城県防災・危機管理ポータルサイト
県内で発令中の警報、市町村の避難情報の発令状況、避難所の開設状況などを確認できます。



- 茨城県 | WEB版マイ・タイムライン
パソコンやスマートフォンで我が家のタイムラインを作成できます。



- 国土交通省 | わがまちハザードマップ
市町村が作成したハザードマップを見つけやすくまとめたリンク集です。



- 気象庁 | キキクル (危険度分布)
洪水や土砂災害の危険度の高まりを確認できます。



- 茨城県 | 雨量・河川水位情報
県内の河川の水位情報や雨量情報などを確認できます。

