



# 【風水害編】「マイ避難シート」で取るべき行動(マイ・タイムライン)を確認しよう

## マイ避難シート

気象状況	(切迫性 低) 気象状況の悪化		災害発生のおそれあり		洪水・土砂災害の発生危険性が高まる		災害発生 (切迫性 高)	
警戒レベルと避難情報等	警戒レベル1 早期注意情報(気象庁) ※5日先までに警戒級の現象が予想されるときに発表		警戒レベル2 大雨・洪水・注意報(気象庁)		警戒レベル3 高齢者等避難(二本松市)		警戒レベル4 避難指示(二本松市)	
注意すべき警戒レベル相当情報	▼自宅に該当する災害リスクをチェック		警戒レベル2相当		警戒レベル3相当		警戒レベル4相当	
市民の皆さんが取るべき行動	災害への心構えを高める		自らの避難行動を確認する		危険な場所から高齢者等は避難		危険な場所から全員避難	
市民の皆さんに推奨する行動	<input type="checkbox"/> 災害への心構えを高める <input type="checkbox"/> テレビ・ラジオの天気予報に注意する <input type="checkbox"/> マイ・タイムラインを確認 <input type="checkbox"/> 家族の予定を再確認 <input type="checkbox"/> 屋外の安全確認 <input type="checkbox"/> 備蓄品のチェック <input type="checkbox"/> 避難時の持ち物の準備		<input type="checkbox"/> ハザードマップなどで避難行動を確認 <input type="checkbox"/> 安否確認方法の確認 <input type="checkbox"/> 河川の情報等に注意 <input type="checkbox"/> 危険地域に住む家族・知人へ連絡 <input type="checkbox"/> 携帯電話を充電		避難に時間を要する方は、避難を開始してください。高齢の方、障がいのある方、乳幼児等とその支援者は避難を開始しましょう。 その他の方もいつでも避難できるよう準備してください。避難準備を整え「防災気象情報」や「河川水位情報」等に注意し、危険な場所にいる方は、早めに避難してください。		避難場所へ速やかに避難してください。対象地域の方は全員速やかに危険な場所から避難してください。 <b>危険な場所から 全員避難完了</b>	
「誰か」「何をするか」を書き出してみよう	例:(父)テレビの天気予報を注意		例:(母)ハザードマップで避難の流れを確認		例:(祖父母)母と車で親戚(〇〇)宅に避難		例:(父私)友人(〇〇)宅に徒歩で避難(20分)	

※災害の状況を確認し把握できるものではないことから、警戒レベル5は必ず発令されるわけではありません。

警戒レベル4までに必ず避難！

### こちらと一緒に確認しよう

◆市内河川の避難指示等発令に係る基準水位

河川名【管理者】 (基準となる水位観測所)	消防団待機水位	氾濫注意水位	避難判断水位	氾濫危険水位
阿武隈川【国】 (二本松水位観測所)	5.5m	6.5m	10.1m	10.4m
油井川【県】 (油井水位観測所)	1.0m	1.4m	1.8m	2.3m
杉田川【県】 (杉田水位観測所)	1.6m	2.35m	2.45m	2.75m
水原川【県】 (松川町水位観測所)	1.5m	2.0m	2.3m	2.65m

### どこに避難する？

浸水するとき / 土砂災害のとき

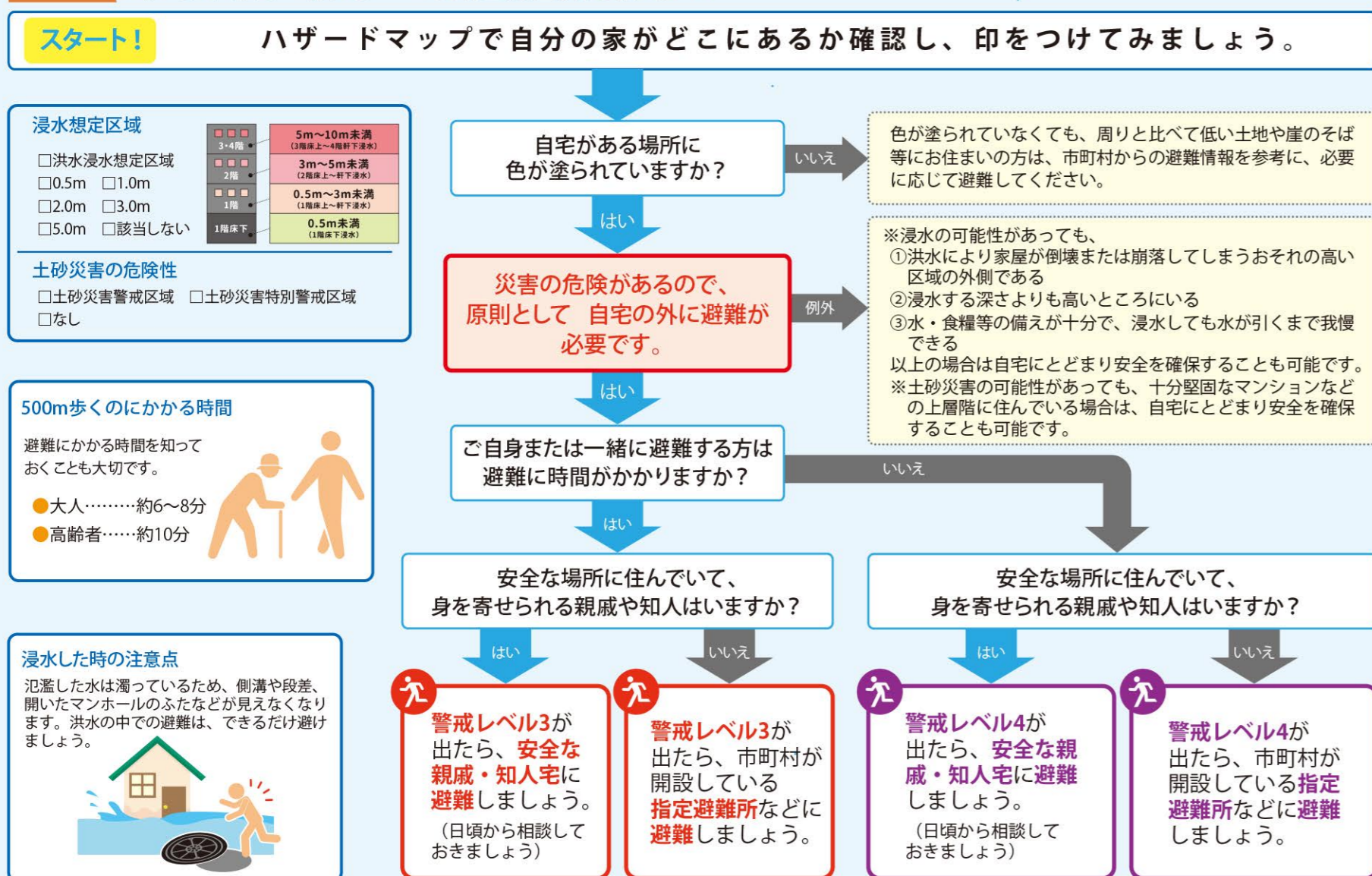
### 誰に声をかける？誰と逃げる？

〈声をかける人〉 ※近所の人や別居の家族など

〈支援者連絡先〉 ※手助けが必要な人は支援者を決めましょう

裏表紙にある「災害・避難カード」もあわせて確認しよう

## あなたが取るべき避難行動は？



## 情報を入手しよう

**防災行政無線 (防災ラジオ・屋外スピーカー)**

防災ラジオ・市内に設置した屋外スピーカーから、警戒情報や災害情報、避難に関する情報などをお知らせします。

●過去の配信は <http://www.city.nihonmatsu.lg.jp/page/dir003441.html>

**テレビ・ラジオ放送**

テレビ・ラジオを通じた、防災番組、緊急放送、文字情報での情報提供を行います。

●NHK データ放送  
テレビのチャンネルを「1」に合わせ、リモコンの「d」ボタンを押すと災害情報を表示できます。

**広報車**

災害時に出勤し、拡声器で注意を呼びかけます。

*避難してください!*

**登録制メール「緊急情報メール」**

市内で災害などが発生したときに、あらかじめ登録されたメールアドレスに緊急情報をメール配信します。もしもの時の備えとしてぜひ登録しご活用ください。

●緊急情報メール 配信サービスの登録はこちら [https://www.sec-abu.jp/cms/nihonmatsu/mm\\_pro/](https://www.sec-abu.jp/cms/nihonmatsu/mm_pro/)

**緊急速報メール**

携帯電話の「エリアメール」、「緊急速報メール」の機能を使って、高齢者等避難、避難指示、警戒区域情報、その他の緊急情報を二本松市内の携帯電話に自動的にお知らせします。情報の受け取り方法については、携帯電話会社のウェブサイト参照ください。

**二本松市防災アプリ**

市内で発生した災害などの緊急情報が、通知される他、避難所の開設や混雑情報などが確認できます。

ダウンロードページはこちら →

iOS (iPhone) Android

**インターネット**

各機関のウェブサイトから、市の防災の取り組みや災害情報、防災情報などについて、情報提供を行います。

- 福島地方気象台
- 福島県河川流域総合情報システム
- 川の防災情報ウェブサイト

- 二本松市ウェブサイト
- 二本松市公式ツイッター
- 福島県ウェブサイト