

「ひろしまマイ・タイムラインをつくろう」

動画NO7



**！** マイ・タイムラインの見直しを、何度も行う

**！** 実際の災害は、  
タイムラインどおりに発生していくものではない  
ことを、認識する

- 気象警報や避難情報などを **こまめに収集・確認**
- マイ・タイムラインを行動の目安としながら、**臨機応変**に防災行動を判断する

# ■ シートごとの作成ポイント

## 台風が近づいているとき



雨だけでなく、風や高潮に関する被害があることにも注意

## 大雨が長引くとき（梅雨前線、秋雨前線など）

雨が長引くことにより、避難する日数が長くなる可能性があることを想定する必要がある

→西日本豪雨災害（平成30年）、令和3年8月の大雨など

## 短時間の急激な豪雨が発生するとき



すぐにでも避難できる避難先や、できる限りの準備を考える（自宅の2・3階、隣のマンションの高層階に避難させてもらうなど）

→8.20広島豪雨災害（平成26年）など

# 自助とは

**「自分の命は自分で守る」**

# 自助とは

災害により、「あなた」が怪我を  
しない、死なない

そして、あなたとその家族や友人  
など「あなたに関わる人」が悲しむ  
事、そして後悔をさせないために、

**「自分の命は自分で守る」**

それは、あなただけでなく、家族や  
友人など多くの命を守ることになる

# 災害に備える

①物(備蓄)

②知識

③気持ち



# まとめ

災害は**必ず**起きる

～将来に備える。非常時は普段

の動き・備えが**生きてくる**～