

わが家の防災メモ & マイタイムライン

あらかじめ連絡先等を記入し、家族みんなが確認できるところに置いておきましょう。

◆家族の連絡先

| 家族の名前 | 連絡先(学校・勤務先等) | 携帯電話番号 | 血液型 | 持病 | アレルギー |
|-------|--------------|--------|-----|----|-------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

◆避難場所

| 避難場所 | 家族が離れ離れになったときの集合場所 |
|------|--------------------|
| | |

◆マイタイムライン 地震の場合、風水害の場合など想定しながら記入してみましょう。

| 時間軸 | 自分たちの行動 | 記入例 |
|--------------|---------|------------------|
| -72時間前 | | 台風情報の入手、非常持出袋の準備 |
| -48時間前 | | 避難場所の事前確認 |
| -36時間前 | | 家族での避難方法確認 |
| -24時間前 | | 祖父母の避難準備開始 |
| -18時間前 | | 家族全員の避難開始 |
| -12時間前 | | |
| -6時間前 | | 家族全員の避難完了 |
| -3時間前 | | 危険回避行動 |
| -1時間前 | | 避難所での情報収集 |
| 災害発生! | | 避難所内で安全確認 |
| 30分後 | | 家族や近所の人への安否確認 |
| 1時間後 | | 避難所運営の確認 |
| 3時間後 | | 被災者の救護等 |
| 6時間後 | | 避難勧告等の状況確認 |
| 12時間後 | | 避難所から帰宅 |
| 24時間後 | | 自宅周辺の後片付け |