

我が家のマイ・タイムライン（風水害用）

作成日： 年 月 日

1. 居住地の災害リスク

- (洪水) 浸水想定区域 → 想定水深：..... m ～ m
- 土砂災害警戒区域 → 特別警戒区域（土石流） ・ 警戒区域（土石流）
特別警戒区域（急傾斜地の崩壊） ・ 警戒区域（急傾斜地の崩壊） ・
警戒区域（地滑り）
- いずれの指定区域でもない → 油断は禁物です。市内の多くが浸水想定区域であること、山麓や急傾斜地等は土砂災害警戒区域に指定されていること箇所が多いことに留意しておきましょう。

2. 避難する場所：..... 移動手段：..... 移動時間：.....分
特記事項：.....

3. 避難するタイミング：.....

4. 防災・避難情報等の収集先

- 防災行政無線（音声告知放送） 中野市すぐメール 緊急速報メール（エリアメール）
- テレビ ラジオ 中野市公式ホームページ 気象庁ホームページ
- 長野県砂防情報ステーション その他（.....）

状況	気象・避難情報	我が家の行動計画
雨風が強くなる前	早期注意情報	
雨風が強まってきたら	洪水注意報 大雨注意報等	
災害発生のおそれ	<u>警戒レベル3</u> 避難準備・ 高齢者等避難開始	
災害発生確率大	<u>警戒レベル4</u> 避難勧告・ 避難指示（緊急）	
災害発生	災害発生情報	

★家族や親戚の情報

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考

目次
相談
中野市を知ろう
市民の窓口
くらしと住まい
子ども
お年寄り
健康・福祉
仕事と労働
教養
人権
公共施設
医療ガイド

防災ガイド