

マイ・タイムラインって どんなもの？



いざというときの行動を時系列にまとめておくと、実際に災害が起きたときも慌てずに正しい判断や行動ができます。大雨や台風は突然起こる地震と違い、今後の備えをする時間があります。マイ・タイムラインを作成することで「心の準備」と非常持出袋や備蓄品などの「物の準備」をすることができます。

**なぜマイ・タイムラインが
必要なのでしょうか？**

「マイ・タイムライン」とは台風や大雨による水害など、これから起きるかもしれない災害に対し、自分の家族構成や生活環境に合わせ、「いつ、何をやるのか」を時系列で整理しておく「自分自身の防災行動計画」のことです。



上越市防災士会
会長の大滝利彦さん

過去に災害が起きていない地域や、近くに河川がない地域に住んでいる人も油断は禁物です。「この地域は安全だ」という思い込みが最も危険です。災害が起きてしまってからでは、避難しようにも道路が冠水していたり、浸水で車が使えなかったりする場合があります。

日頃から災害の危険性を考え、避難先や避難行動を確認しておきましょう。

過去の災害で、近くの河川の水位はどうだったか、雨量はどうだったかなど、過去の教訓や自身の経験を地域で話し合い、共有することが大切です。マイ・タイムラインにもそういった細かい事柄を書いておくことで、より具体的な防災行動計画にすることが出来ます。

まずは自分の住む地域の特性を知り、過去の経験や教訓を生かしましょう。市のハザードマップでは、過去に洪水や土砂崩れが起きた場所や、これから起こるかもしれない災害の危険箇所を確認できます。

**作成のポイントを
教えてください**



平成17年 6月豪雨(吉川区)



平成29年 台風21号(名立区)
提供:上越地域消防局



平成29年 台風21号(春日新田)
提供:高田河川国道事務所

9月1日は防災の日

【特集】

もしもを考える。 もしもに備える。

—マイ・タイムラインを作成しよう—

つくってみよう！ —中郷中学校での取り組み—

新潟県上越地域振興局の職員を講師に迎え、中郷中学校の2年生がマイ・タイムラインの作成を通じて、災害時に率先して安全を確保するための行動や命を守る行動について学びました。

ステップ1

地域の特徴と
ハザードマップを学ぼう



ステップ2

警戒レベルを理解し、
マイ・タイムラインをつくろう



ステップ3

家族でも話し合おう！

中郷区の特徴や過去の災害、ハザードマップの見方を学んだ後、班で警戒レベルや避難情報についてゲーム形式で考え、マイ・タイムラインを作成しました。

日頃から防災について考えることが大切と教わったので、ハザードマップを見ながら家族で話し合い、家でもマイ・タイムラインを作りたいと思います。いざという時に自分の命を守り、周りの人を助けられるようになりたいです。



左から) 陸川一見さん、坂田友明香さん、宮下幸志さん

▶ 問合せ…市民安全課 (☎025-520-5660)