

いこマイ・タイムライン

べんり つか かた
便利な使い方

ほんにん かぞく しえんしや

本人・家族・支援者のみなさまへ

わたし す いこまし さいがい たい ひごろ そな かつよう でき そうごうぼうさい
私たちの住む生駒市では、災害に対する日頃の備えとして活用出来る総合防災マップ、

ハザードマップが公開・配布されています。

ひごろ ひなん こうどう と せいり たいせつ
日頃から、避難するための行動をいつ・どのようなタイミングで取るか、整理することは大切です。

すいがい どしゃ さいがい しやうてん ぐたいき こうどう わ と き こうどう
そこで、水害・土砂災害に焦点をあて、具体的な行動を分かり、いざという時に行動できるために

いこまし ばん つく
生駒市版マイ・タイムライン=【いこマイ・タイムライン】を作りました。

おも しょう かた かつよう かんが じゅんぴ いのち まも こうどう
主に障がいのある方に活用していただき、もしものことを考え準備することで命を守る行動につながることを目指すものです。



こんな使い方ができます

★家庭で

み そうごうぼうさい の
ハザードマップも見てみましょう(総合防災マップにも載っているよ)



かつよう しかた 活用の仕方	いえ つく 家で作ってみましょう
つく かた 作り方 いちれい (一例)	<p>なかもん ぼうさいじょうほう あつ かた い ① 中面「わたしの防災情報の集め方」に<input checked="" type="checkbox"/>を入れる</p> <p>なかもん こうどう い うえ ほか ぼう ② 【いこマイ・タイムライン】中面「わたしの行動」に<input checked="" type="checkbox"/>を入れた上で、他にしておいた方が い ひつようじ した くらん こうどう か た ひなんじょうほう か 良いことがあれば、必要時下の空欄に行動を書き足す(「避難情報」ごとを書く)。</p> <p>おもてめん ひなんじょうほう か こ ③ 表面「わたしの避難情報」に書き込む</p> <p>うらめん ぼうさい も だ か ④ 裏面「わたしの防災バッグづくり」に持ち出すものを書き込む</p> <p>なかもん ひ そな ないよう じっこう い ※ 中面「日ごろから備えておくこと」の内容を実行したら、<input checked="" type="checkbox"/>を入れましょう</p> <p>ひなんばしょ かくにん い じっさい ※ 避難場所の確認や、どのルートで行くか、実際にやってみるのもいいですね</p>

★施設/事業所で

かつよう しかた 活用の仕方	りようしや いっしょ み まずは、利用者(みんな)と一緒に見てみましょう
つく かた 作り方 いちれい (一例)	<p>じょうき りようしや はな あ か こ ① 上記①～④を、利用者(みんな)と話し合いながら書き込む</p> <p>しえんしや みなさま かついで りようしや かつよう でき つか かた せつめい ひつようじ ※ (支援者の皆様へ) 家庭で、利用者さんが活用出来るように、使い方の説明など必要時 こえが ねが お声掛けをお願いします</p>



かつよう しかた 活用の仕方	つぎ ぼうさいくんれん つか 次に、防災訓練の1つのツールとして使ってみましょう
じっしほうほう 実施方法 いちれい (一例)	<p>さくせい じっさい ひなんけいろ ばしょ こうどう なが とう かくにん ① 作成した【いこマイ・タイムライン】をもとに、実際に避難経路・場所・行動の流れ等を確認する</p> <p>ひなん と き れんらく と はな あ ※ 避難する時に、だれとどのような連絡を取るのか話し合ってみよう</p> <p>けいかい じっさい うご ばじ かんが ※ どの警戒レベルで実際に動き始めるかなど、みんなで考えるのもいいですね</p>

お問い合わせ

いこまし しょう しや ちいじりつ しえんきやうぎかい ぶかい じむきよく いこまし しょう ふくしか
生駒市障がい者地域自立支援協議会 くらし部会 事務局 生駒市障がい福祉課

TEL 0743-74-1111(内線 7271)

