



石川県穴水町のボラ待ち櫓  
2024年3月28日 湯井撮影

令和7年度 門真市手をつなぐ育成会

福祉×防災×コミュニティ！  
みんなで助かるための個別避難計画

(一社)福祉防災コミュニティ協会  
理事・福祉防災上級コーチ 湯井恵美子

# 自己紹介

湯井(ぬくい) 恵美子

熊本県植木町生れ



- 兵庫県立大学 博士(学術) 専門(減災復興政策、福祉防災)
- 国立重度知的障害者総合施設 のぞみの園 客員研究員
- (一社)福祉防災コミュニティ協会 理事 兼 福祉防災上級コーチ
- 平成25年、26年 大阪府立支援学校PTA協議会会長、顧問
- 大阪府立支援学校PTA協議会OB会 防災担当
- 大阪府教育庁 学校防災アドバイザー(平成28年度より)
- 防災士No.079000
- (一社)マンション防災協会MALCA マンション防災認定管理者
- おおさか災害支援ネットワークOSN世話役(大阪府防災士会)
- DMW総合研究所代表、NPO法人災害救援レスキューアシスト理事、等

# 避難とは、

個別ひなん  
計画

## 避難行動

安全な場所への移動行動

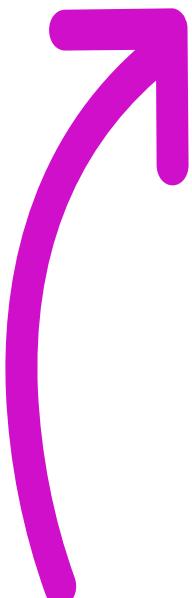
+

## 避難生活

安全な場所での**暮らしの再建**

両方を  
対策する!

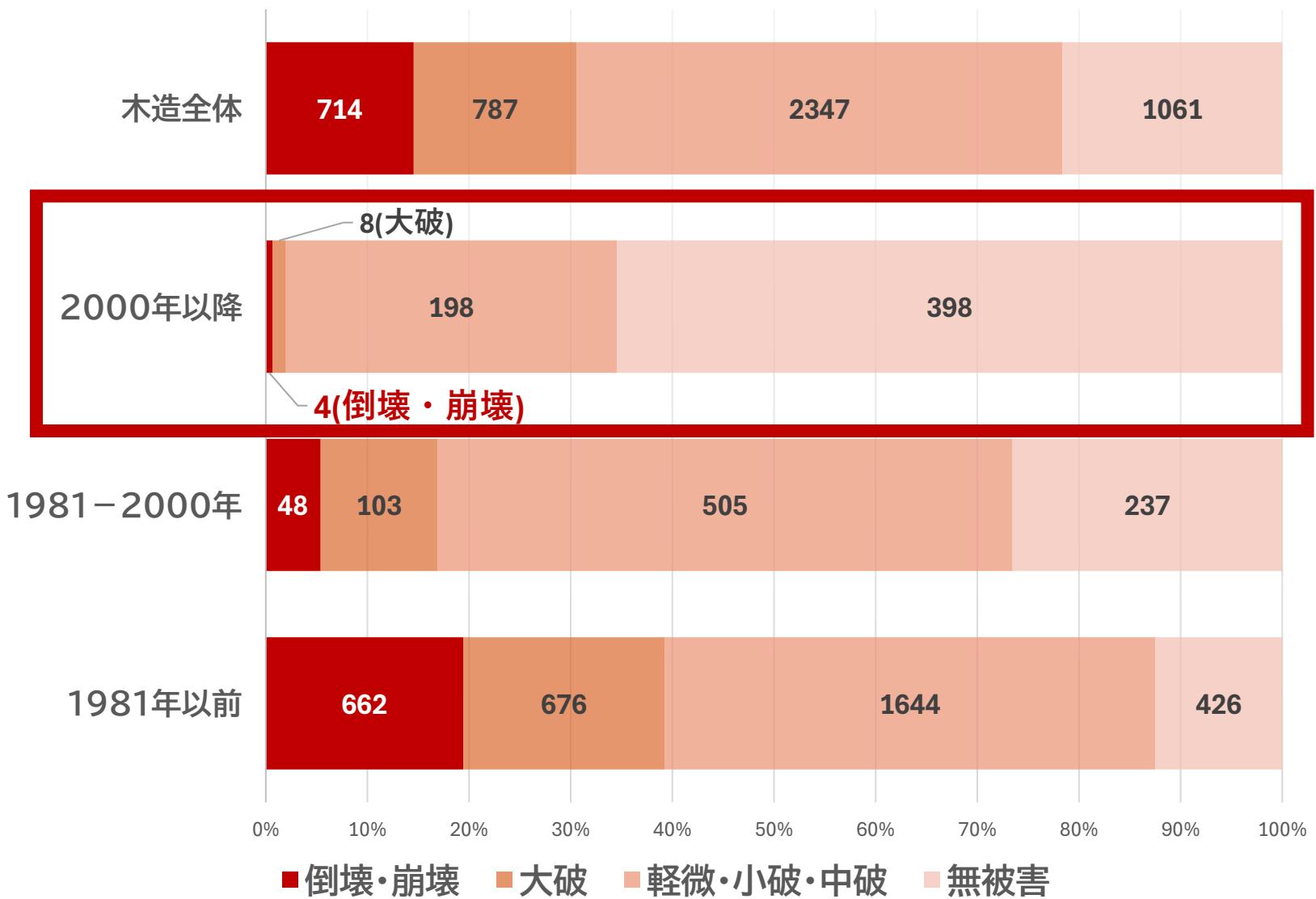
災害ケース  
マネジメント



# 建物の被害状況

n=5392

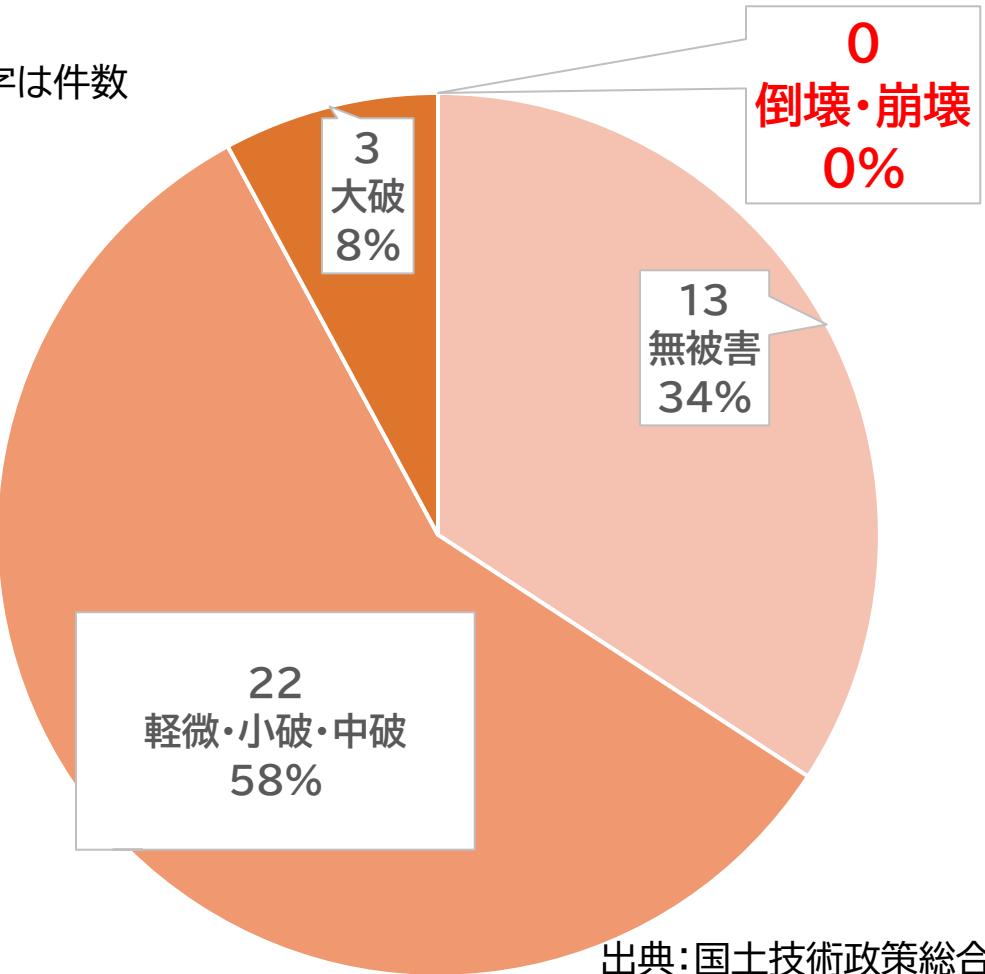
出典:国土技術政策総合研究所 令和6年能登半島地震建築物被害調査等報告



福祉防災コミュニティ協会

# 耐震改修を行った旧耐震基準の木造建築物の被害状況 n=38

※グラフ中の数字は件数



出典：国土技術政策総合研究所  
令和6年能登半島地震建築物被害調査  
等報告(速報)

■無被害 ■軽微・小破・中破 ■大破 ■倒壊・崩壊

# 令和6年 能登半島地震 災害関連死

出典:北國新聞デジタル R6年7月6日付、NHK NEWS WEB R7年7月1日付

災害関連死の死因 (R6:R7)	
R6年7月 (北國新聞デジタル)	R7年7月 NHK NEWS WEB
循環器系 (21人)	循環器系 (105人)
うつ血性心不全、急性心筋梗塞、くも膜下出血など	
呼吸器系 (9人)	呼吸器系 (92人)
肺炎、誤嚥性肺炎、細菌性肺炎など	

70代以上は299人 93%を占めている

原因は体力低下！！

福祉防災コミュニティ協会

# 災害関連死の経緯・認定理由(輪島市)

## 輪島市災害弔慰金等認定審査会の審査結果

年齢	性別	経緯・認定理由
90代	女性	避難所で新型コロナウイルス感染症に感染した結果、うっ血性心不全のため死亡。災害と死亡の間に相当因果関係が認められた。
80代	女性	近隣のビニールハウスに避難しており、トイレが使用できないため近くの畠へ行き転倒、自力で動けない状態となり、低体温症のため死亡。災害と死亡の間に相当因果関係が認められた。
80代	男性	介護老人保健施設で被災。施設が停電、断水する状況の中、発熱と呼吸困難(肺炎)のため病院へ搬送。被災地の病院では治療困難なため転院したが、細菌性肺炎のため死亡。災害と死亡の間に相当因果関係が認められた。
70代	女性	震災後の避難所生活や水分の補給不足、薬の不足、睡眠不足、運動不足、転居など生活環境の激変により心身に相当の負荷が生じた結果、急性心筋梗塞のため死亡。災害と死亡の間に相当因果関係が認められた。
80代	男性	自宅で被災し近隣の自主避難所に避難したが、停電により暖房が使用できず翌日帰宅。その後体調不良、発熱により入院したが、肺炎のため死亡。災害と死亡の間に相当因果関係が認められた。

# 福祉避難所となつた障がい児者通所施設(輪島市)

【発災当日から3月11日までの対応】

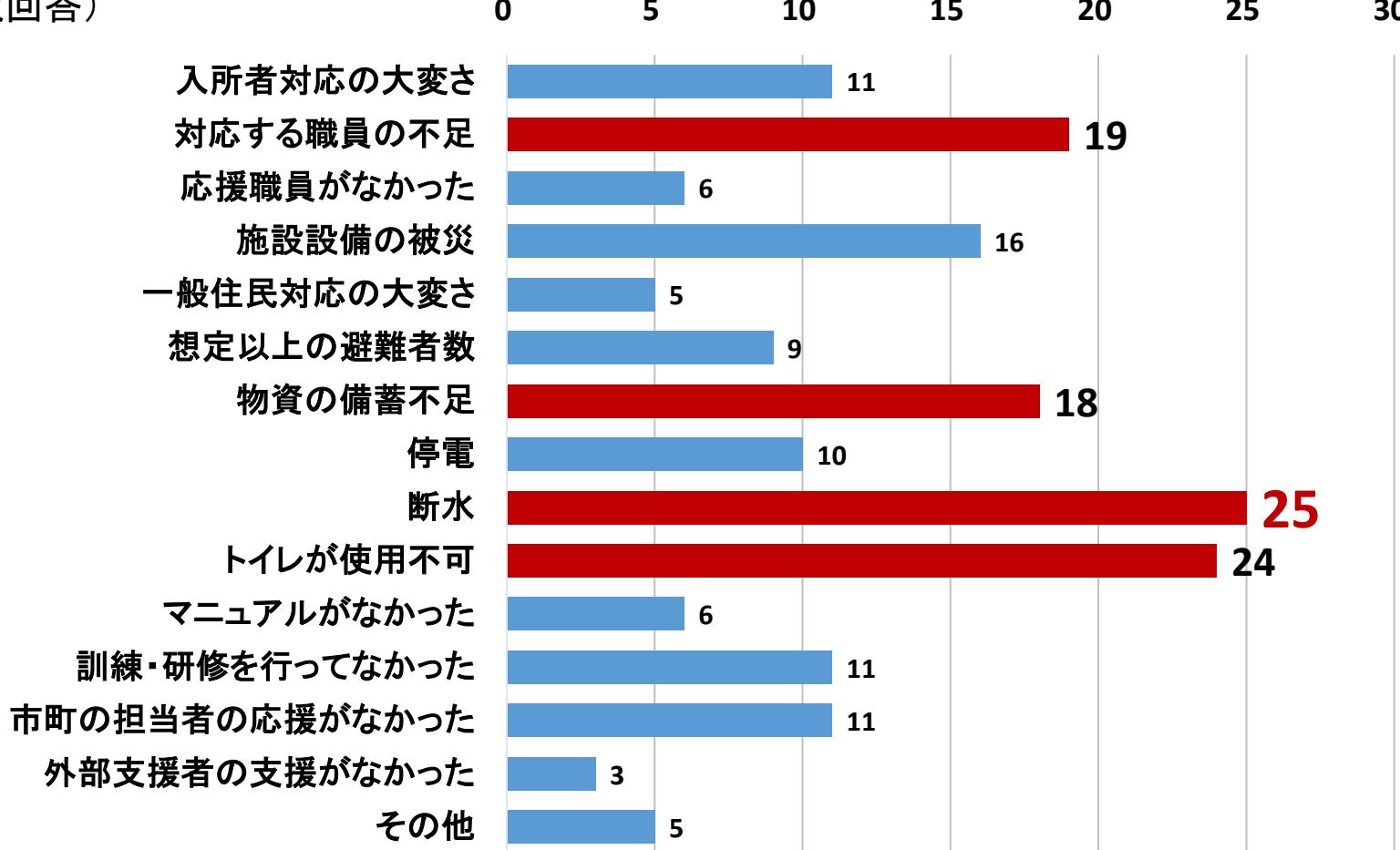
- ・現在の避難者数3名、**最大受入数30名(ご家族含む)**
- ・1月1日は、停電、**職員は一人のみ**だった
- ・**建物被害なし**、室内はひどい状況になつた
- ・怖いから避難してきた地域の住民もいた
- ・避難所に個室対応はなく、避難所で怒られて**「しつけが悪い」と言われた**
- ・3分の1は市外に出たが、知らない土地で**お母さんたちの孤独**が大きかった
- ・職員の家も被災し、**宿直で働いていた**
- ・2月末ごろには徐々に避難者が自宅に戻り始めた
- ・3月10日に通水、水が茶色く下水状況がわからぬいため、**トイレは流していない**
- ・3月11日から通所・放課後デイサービスを再開できた



2024年3月11日 福祉防災コミュニティ協会撮影

# 福祉避難所の開設運営で苦慮したこと

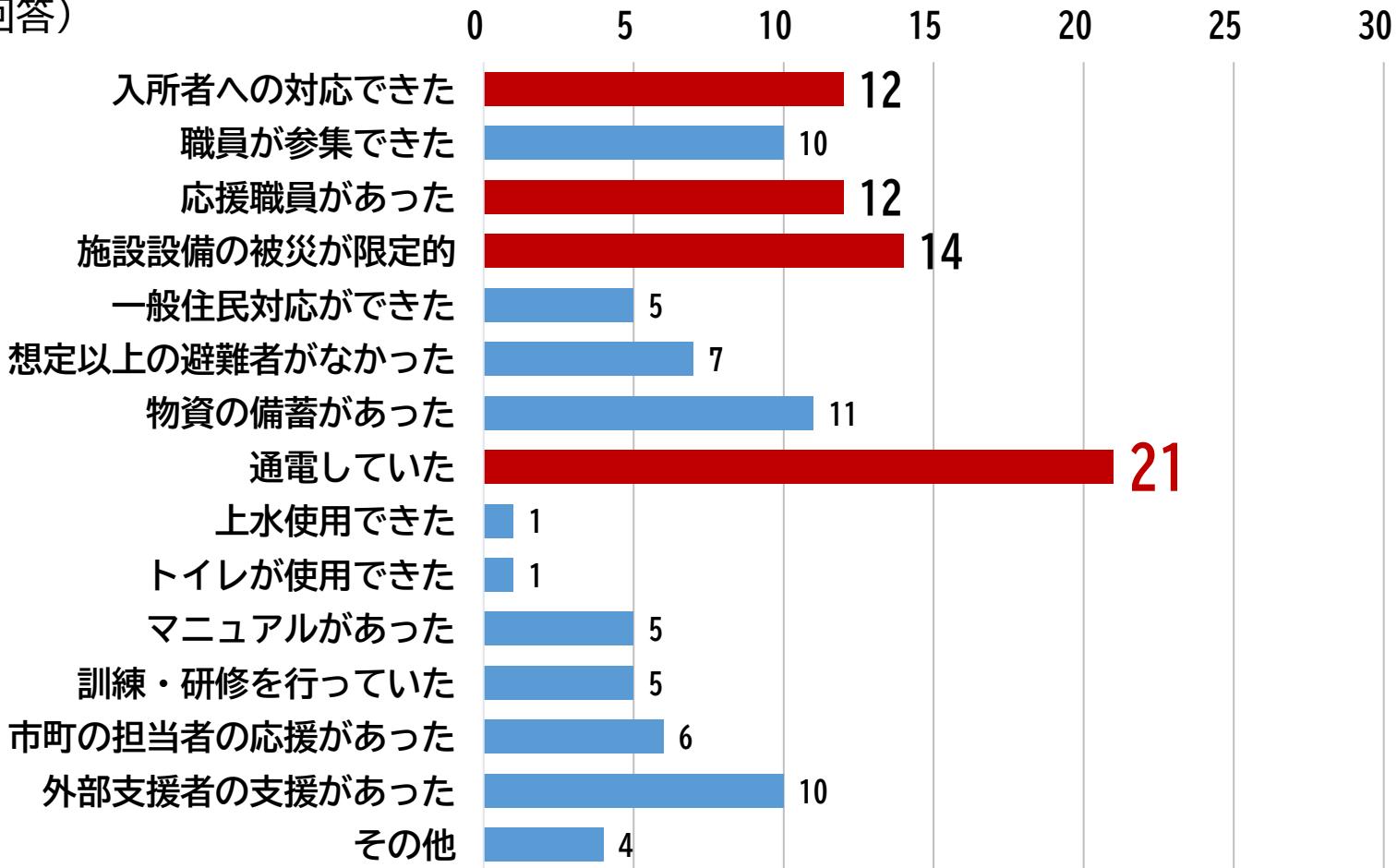
(複数回答)



- 断水、トイレが使用できない理由が最も多く、次いで、対応する職員不足、必要物資不足、施設設備が被災し使用できなかったことがあげられている

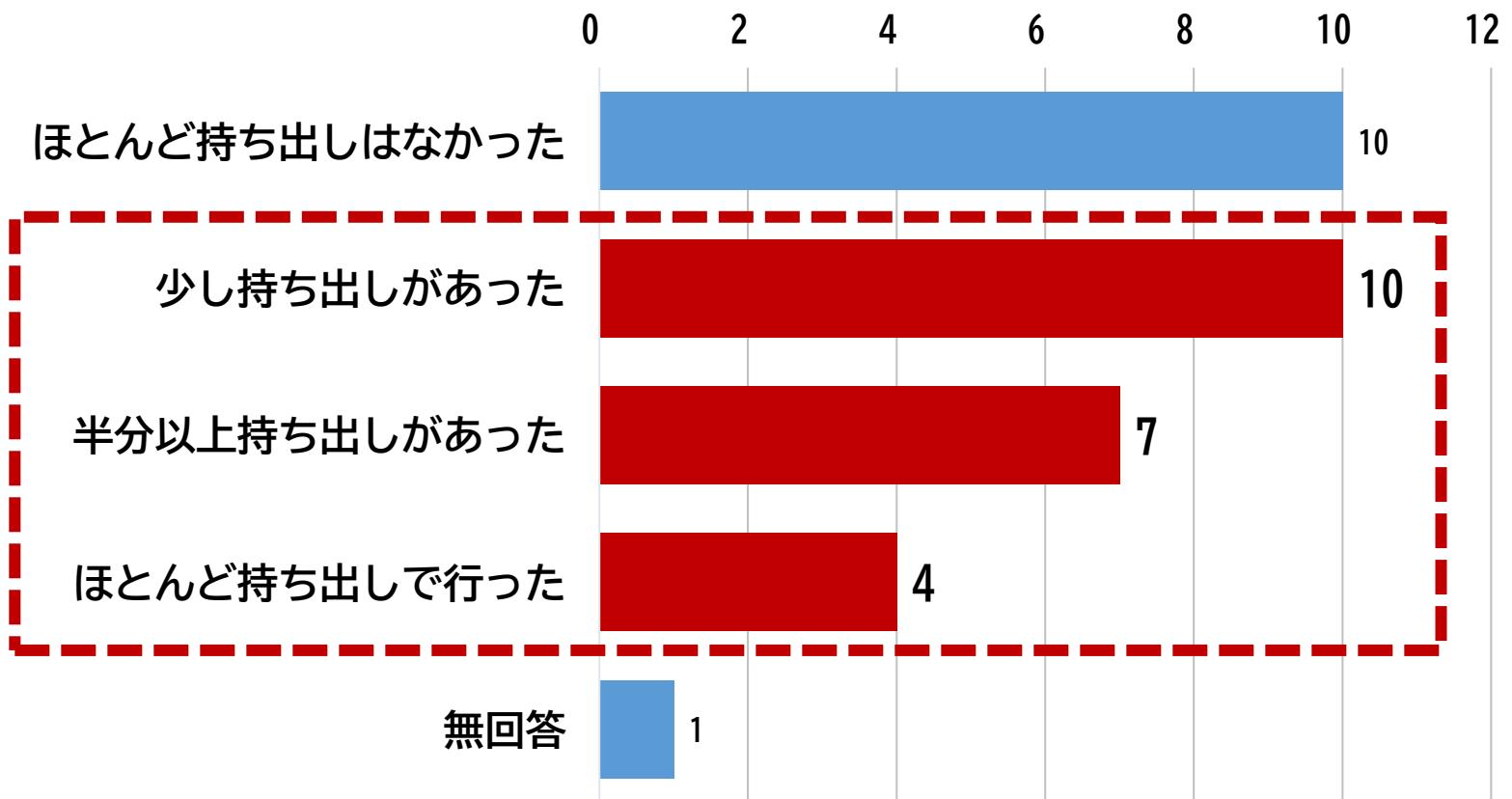
# 福祉避難所の開設運営で役立ったこと

(複数回答)



- 通電していたことが最も多く、次いで施設設備の被害が限定的だったこと、応援職員があったこと、入所者への対応ができていたことがあげられている
- 食料は正月のため外部委託先が十分確保していた（自由記述）

# 福祉避難所の運営経費



- ほとんど持ち出さずに運営ができたのは10施設のみであった
- 何らかの持ち出しをした、半分以上、および、ほとんど持ち出した施設が21施設65.6%であった
- 福祉避難所の運営が福祉事業所の負担とならないよう、  
**市町村の福祉避難所運営スキーム（財源の確保など）の整備が必要**

# 福祉避難所開設運営の教訓、 他施設へのアドバイス

- 今回の被害は、防災計画やBCPの想定をはるかに超えていたため、これらがほとんど機能していなかった。福祉避難所としての受入れの流れや、事務的な作業等まで訓練しておく必要がある。
- 参集できる職員が少なくマンパワー不足の中、避難所の設置期間が長くなると、職員が疲弊し退職につながる。
- 大災害時は、公的機関(行政、医療機関、消防、警察など)は多忙を極め、緊急時でもすぐに来てもらえるとは限らない。出来るだけ自ら生き抜くことが出来るように準備しておくことが大切。
- 避難所の立ち上げ訓練及びシミュレーションは毎年実施することが必要。
- もともとの利用者のケアだけでも大変な状況だったため、それ以上の受入れに迷う部分もあった。しかし、この経験は職員にとって確実に自信となつたと思う。日頃より地域の方々、公民館との連携を深めている事が重要。被災前にはなかつた絆も深まつた。
- 福祉避難所の立ち上げには、当初から相談員の配置が必要。
- 感染対策と、受入れ前にしっかりと配慮事項を聞いておくことが大切。対応職員の役割分担を、しっかり行っておくこと。福祉避難所としての対応マニュアルをしっかりと定めておかないと、スムーズな受け入れはできない。

# <福祉避難所も避難所の一種>

災害救助法が適用されれば、法による支援が受けられる。

- ・災害時要配慮者はさまざま、どこにでもいる
- ・一様な避難所、仮設住宅だけで済むわけはない
- ・福祉避難所、仮設住宅サポートセンターなどが必要
- ・避難所も福祉的配慮がないと困る人が多くいる

国が提起して、地元でうまく動くまで相当の年数…

# どんな人々のために作られるのか

- 障害当事者、高齢者、乳幼児、その他
- それらの直接支援者、家族、など

⇒多すぎるよ！と心配されるが、

想像力が  
必要

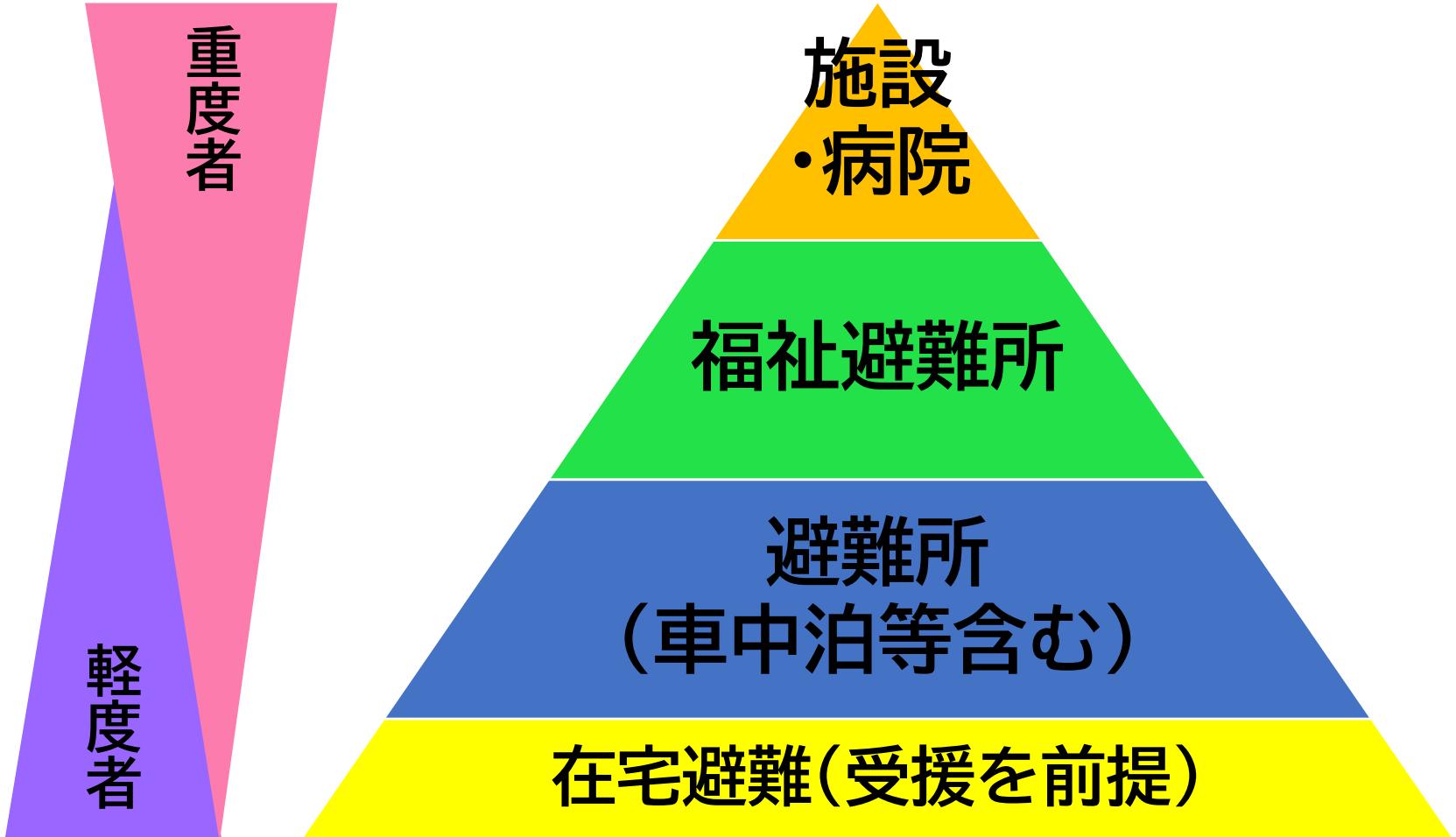
消去法で説明すると…

【災害時要配慮者全体から次の方々を除く】

- 被災後も自宅で避難生活を送ることが可能な方々
- 避難所で過ごすことが可能な方々
- 施設や病院での対応が必要な方々
- 「疎開」などで遠隔地に行った方々

# 要配慮者の避難先 イメージ

(一社)福祉防災コミュニティ協会作成



福祉防災コミュニティ協会

# 福祉避難所の運営者は？

災害救助法の避難所なので、  
自治体が設置して、最終的な運営責任を負う

が、福祉避難所を実際に運営するのは

- 社会福祉施設運営担当者
- 福祉専門職の応援者
- 自主防災組織等住民など

⇒専門職でなくてもできる支援は  
多い(災害時のスペシャル  
ニーズ支援ハンドブック参照)

出典:大阪ボランティア協会HP



# 福祉避難所への支援制度は？

## 一般的の避難所での支援

- ・現状復旧の修繕費
- ・食料、水、日用品 など

## +アルファ 福祉避難所での支援

- ・相談支援員(介護職が望ましい)  
(おおむね、避難者10人に1名の配置)
- ・福祉用品(医療的ケア用品含む) など

※1 居宅として扱われる所以、介護保険、支援費制度などの対象(認定などを受けている必要はある)。

※2 事前に購入する備蓄品への支援を行政から受けられる場合がある。

# 相談体制

保健医療福祉調整本部とのつながり  
住民の方々に安心して動いて頂くために

- 突発的な対応について、いつでも連絡が取り合えるよう電話やライン環境を準備
- 医療者によるオンライン診療・相談できるよう端末やWi-Fi環境を整える
- 避難者が困りごとを伝えやすい「相談窓口」を設置・周知する(生活再建)

# 個別避難計画の活用(上越市)

出典:福祉避難所の確保・運営ガイドライン(令和3年改訂)資料編／  
福祉避難所の対象者と避難方法(上越市ホームページ)

●あらかじめ市の聞き取り調査を終えて、避難する福祉避難所が指定されている人は、自宅から**直接避難**

●福祉避難所が指定されていない人は、まずは近くの**指定避難所内の福祉避難スペース**を利用

●要医療患者(人工呼吸器等)は**病院へ災害入院**  
●必要に応じて**移送**を想定

《避難のイメージ》



# 避難する時にはこんなに多くの荷物が

車両でしか避難できない事情の人がいます。小さなお子さんがいる家庭、障がいのある人、病気で機械による生命維持が必要な人たちです。



## 「避難の時に病院へ持つて行った機材や荷物」

北海道胆振東部地震(2018年9月6日)  
出典:バクバクの会北海道支部幹事 清水氏のスライドより抜粋作成

これらをつなぐコンセント、体温調節のための電気毛布なども必要！  
付き添う家族の荷物が持ち出せない…

## 機材の重さと消費電力

機材	重さ	消費電力
人工呼吸器	5.5kg	210w
吸引機一式	5.5kg	150w
加温加湿器	2kg	230w
カフアシスト	5kg	100~240w
吸入器	2.3kg	98~115w
栄養ポンプ	1kg	10w
在宅酸素濃縮器	12.5kg	250w

# 2018年 北海道胆振東部地震時の医療機器使用者の事例

## 出典：バクバクの会北海島支部

札幌市長  
秋元克広様

2019年4月17日

記

### ～医療機器使用者の

昨年9月6日に発生した、北海道胆振東部地震は、大きな地震となりました。苦難を経た人々が多かったことになり、札幌市では在宅酸素吸入装置を使用している最中に意識を失った人が多く、在宅で医療機器を使用する医療機器使用者が増加しました。

今現在札幌市では在宅で人工呼吸器を使用する医療機器使用者は約60人になりました。24時間使用している人は約60人になります。

9月の地震発生時の停電では、24時間避難しました。しかし、夜間のみ使用しの受け入れが出来ず、信号が動いていない人工呼吸器を充電させてもらい家に帰る、もしくは自宅の車で人工呼吸器を充電し、命を繋いでおりました。

停電でガソリンスタンドも長蛇の列ができ、また給油量の制限があり、「遠くのかかりつけ病院まで充電には行きなくなるかもしれない」「自家用車のガソリンが無くなったら充電出来ない。どうしよう。」等、普段の生活がままならない上に、命の危険が差し迫るという大変緊迫した日々を過ごしました。

北海道の厳寒の冬の季節ではなかった事だ。

札幌市におきましても地域防災計画がつくり改善すべき課題が多く有ると実感しました。事はもちろんですが、地震に限らず、昨年による水害等、いつどこで災害が発生しても堤防の決壊や内水氾濫が起きたことは記憶に新たです。

以上の事から以下の事を要望致します。

9月の地震発生時の停電では、24時間人工呼吸器を使用している人は、ほとんど病院へ避難しました。しかし、夜間のみ使用しているなど24時間使用者以外の方達は病院への受け入れが出来ず、信号が動いていない危険な交通状態の中、日中に病院へ来て人工呼吸器を充電させてもらい家に帰る、もしくは自宅の車で人工呼吸器を充電し、命を繋いでおりました。

停電でガソリンスタンドも長蛇の列ができ、また給油量の制限があり、「遠くのかかりつけ病院まで充電には行きなくなるかもしれない」「自家用車のガソリンが無くなったら充電出来ない。どうしよう。」等、普段の生活がままならない上に、命の危険が差し迫るという大変緊迫した日々を過ごしました。

# 避難とは、

個別ひなん計画

## 避難行動

安全な場所への移動行動

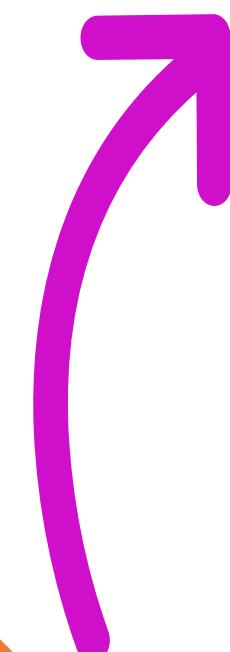
+

## 避難生活

安全な場所での暮らしの再建

防災学習  
の目標

災害ケース  
マネジメント



# 個別ひなん計画による避難支援のイメージ

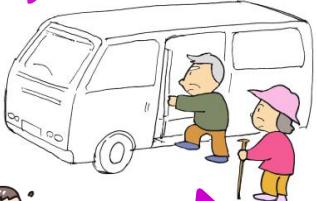
①避難生活支援  
福祉避難室・所など



災害発生  
(高齢者等避難など)

一人ひとりの安  
全確保！！！

③みんなで助かる  
避難行動支援



②情報収集・避難準備  
避難連絡・安否確認

「〇〇さん、私たちと一緒に避難しましょう！」



その場にいる人  
チーム

地域支援者  
一緒に逃げる人たち

要支援者

地域支援者  
呼びかける人

「〇〇さん、大丈夫ですか？」  
「避難を開始しましょう！」

# 2011.3.11 東日本大震災

2011年3月11日(金)14時46分発生 M.9.0

死者 19,775人 行方不明者 2,550人 合計 22,325人

※うち、震災関連死 3,802人(うち、66歳以上 全体の88.5%)

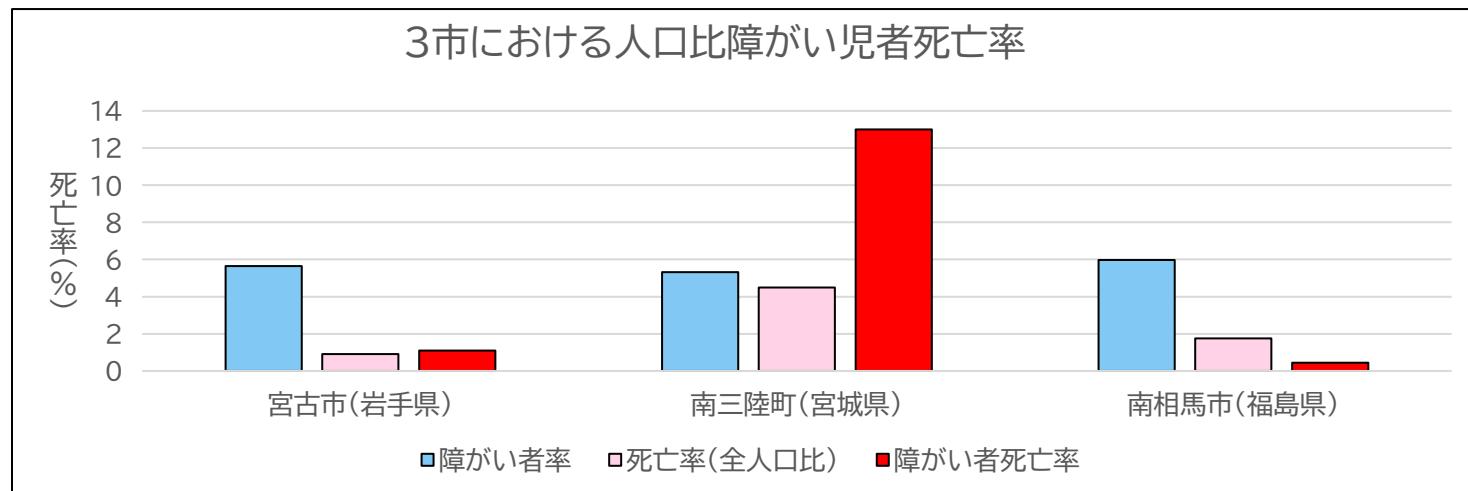
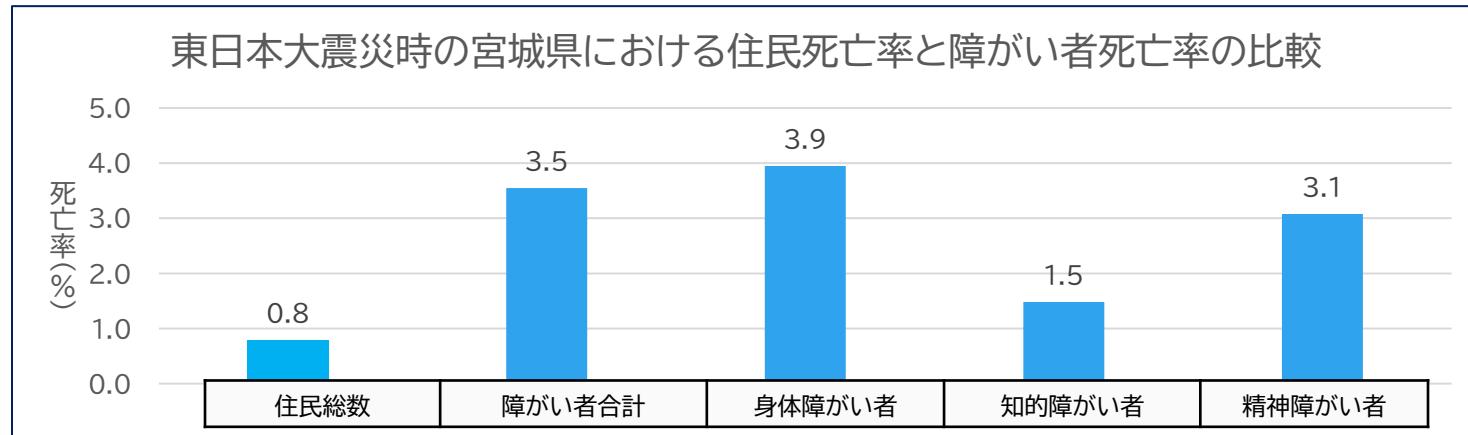
福島県(南相馬市、富岡町、浪江町)が全体の62%を占める

出典:復興庁(令和5年12月31日現在)、消防庁(令和6年3月1日現在)資料より抜粋作成



# 災害に対する障がい特性・地域特性の弱さ

## 大震災と障がい者 高い死亡率の背景にあった弱さとは



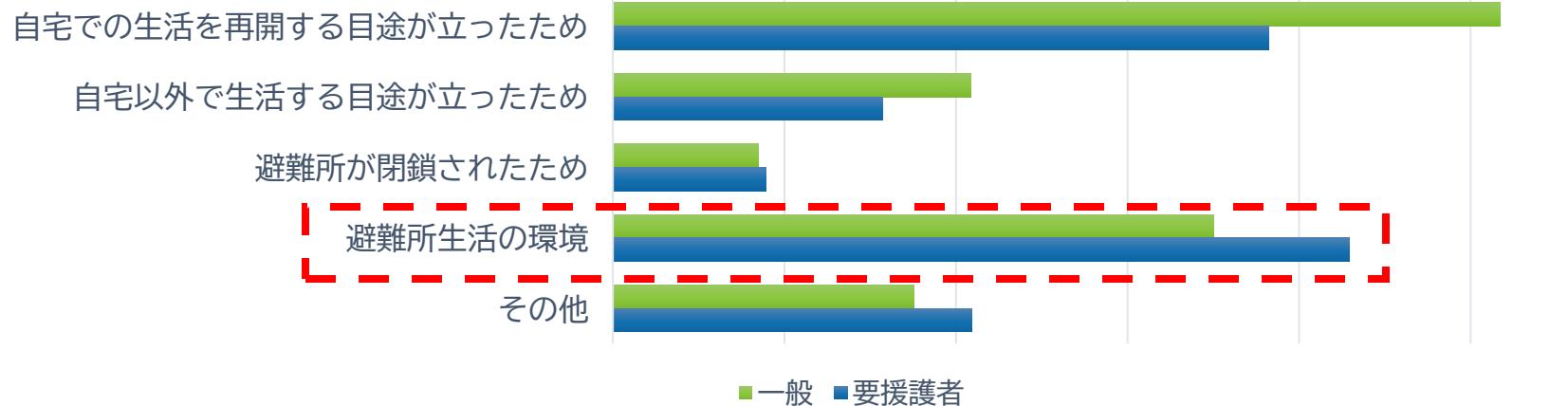
出典:JDF日本障がいフォーラム調査資料より抜粋作成

# 最初に行った避難所を退所したときの要因

出典：避難に関する総合的対策の推進に関する 実態調査結果報告書(平成25年)

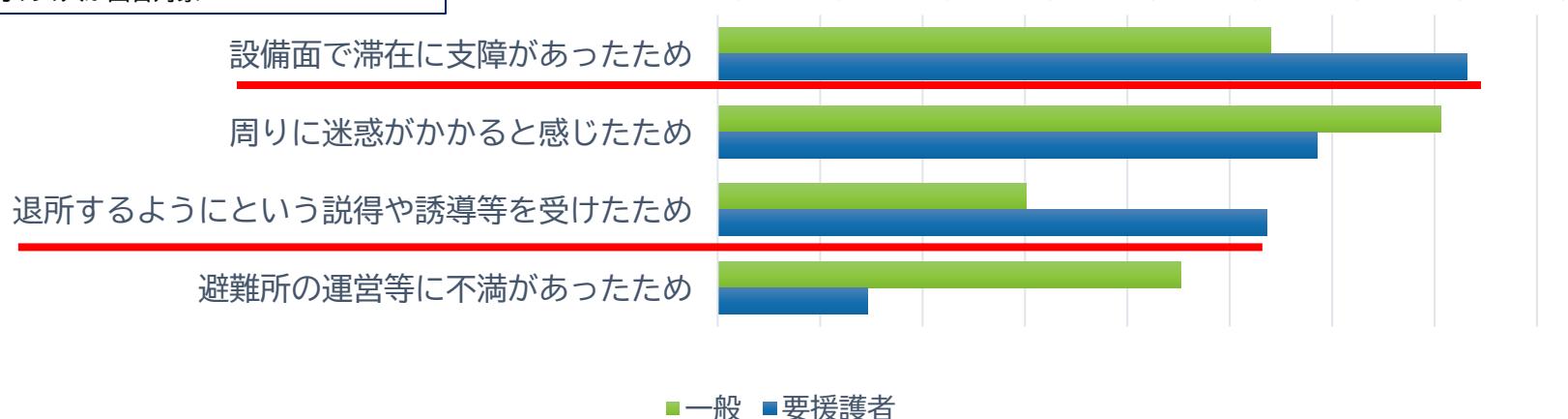
※避難支援が必要ではなかったと回答した方3,260人のうち 最初に行った避難所に滞在することができた方719人が回答対象

## 最初に行った避難所を退所した要因



※避難支援が必要だったと回答した方783人のうち最初に行った避難所に滞在することができた方191人が回答対象

## 避難所生活の環境（内訳）



# 誰が逃げろと伝えたか？

- 第1位 101人 家族・同居者
- 第2位 97人 近所、友人
- 第3位 74人 福祉関係者
- 第4位 34人 テレビやラジオ
- 第5位 30人 警察・消防(団を含む)

※回答は「その他」を除く

内閣府「避難に関する総合的対策の推進に関する実態調査結果報告書」(東日本大震災時、避難支援が必要だと回答した783人中、315人を対象、複数回答あり)2013年

# 誰が逃げるのを支援したか？

- ・第1位 85人 家族・同居者
- ・第2位 60人 近所、友人
- ・第3位 53人 福祉関係者
- ・第4位 11人 消防(団を含む)

※「その他」を除く

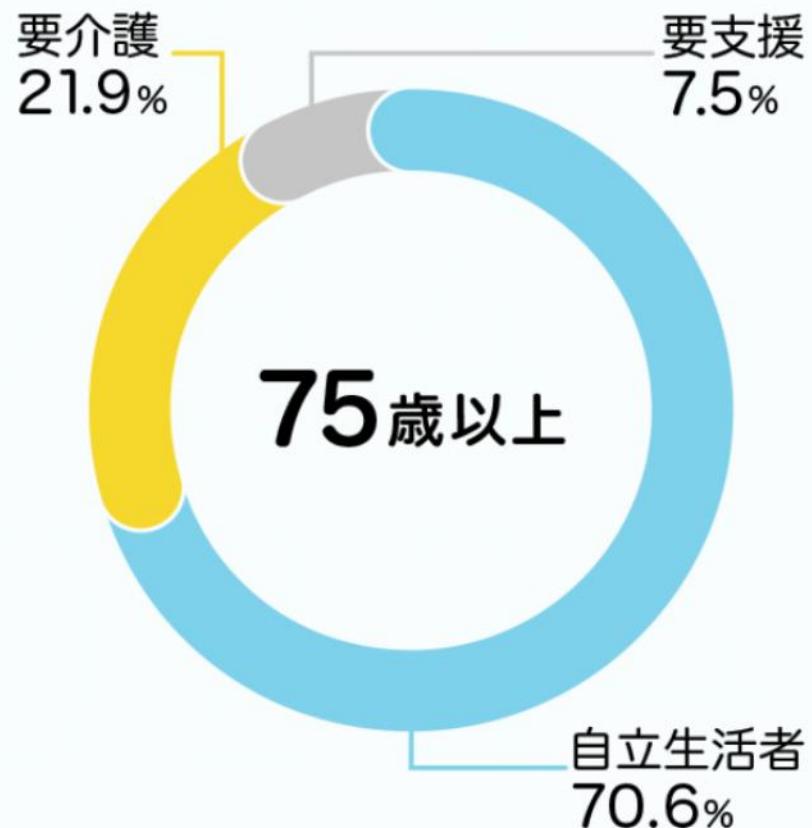
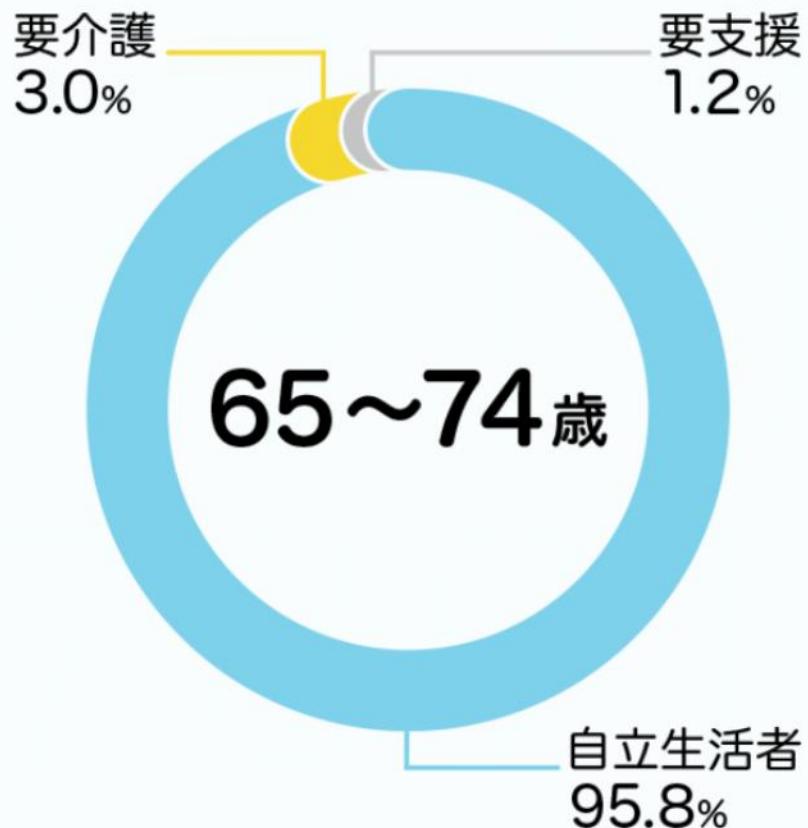
内閣府「避難に関する総合的対策の推進に関する実態調査結果報告書」(東日本大震災時、避難支援が必要だと回答した783人中、避難時に支援者がいた197人を対象、複数回答あり)2013年

# 東日本大震災 死者の教訓

- 高齢が約6割、障がい者死亡率2倍
  - 体力がない、地域とのつながりが弱い
  - 個別避難計画で近所や福祉とのつながり
- 自治体職員288名(出典:地方公務員災害補償基金2019年)
  - 消防団員254名(出典:消防団員等公務災害補償等共済基金)
  - 民生委員56名(出典:内閣府 災害時要援護者の避難支援に関する検討会資料2012)
  - 福祉施設職員173名(出典:厚労省老健局 第3回災害医療等のあり方に関する検討会)
  - 学校関係者38名(岩手・宮城・福島)(出典:内閣府東日本大震災第208報)
    - 守り手、支援者の危機管理能力が弱い
    - 個別避難計画で支援者の危機管理能力向上
- 3,802名の震災関連死(R5.12.31復興庁資料)
  - 89%が66歳以上、移動や避難所で衰弱
  - 福祉施設BCP、福祉避難所が必要

# 75歳を境に増える要介護者

※1：要介護認定者の実態



※厚生労働省「介護保険事業状況報告（年報）」/2009（平成21）年度

# 要介護者の日常生活動作 (抜粋)

出典：日常生活圏域ニーズ調査モデル事業・結果報告書 平成22年（2010）10月厚生労働省老健局

- 自分で入浴できない ⇒ 72.1%
- 50m以上歩けない ⇒ 69.2%
- 階段を昇り降りできない ⇒ 80.2%
- 大便の失敗がある ⇒ 59.9%
- 小便の失敗がある ⇒ 69.8%

# 熊本地震震災関連死 原因(複数回答)

出典:熊本地震の発災4か月以降の復旧・復興の取り組みに関する検証報告書

原因	人数	割合
地震のショック、余震への恐怖による肉体的・精神的負担	112	40.0%
避難所等生活の肉体的・精神的負担	81	28.9%
医療機関の機能停止など(転院を含む)による初期治療の遅れ(既往症の悪化及び疾病の発症を含む)	46	16.4%
電気、ガス、水道等の途絶による肉体的・精神的負担	14	5.0%
社会福祉施設等の介護機能の低下	9	3.2%
交通事情等による治療の遅れ	2	0.7%
多量の塵灰の吸引	1	0.4%
救助・救護活動の激務	0	0.0%
その他(倒壊した家屋による外傷など)	15	5.4%
合計	280	

# 熊本地震震災関連死 死亡時の生活環境区分

出典:熊本地震の発災4か月以降の復旧・復興の取り組みに関する検証報告書

生活環境	人数	割合
発災時にいた場所及びその周辺	12	5.5%
避難所等への移動中	0	0.0%
避難所滞在中	10	4.6%
仮設住宅滞在中	1	0.5%
民間賃貸住宅・公営住宅等滞在中	0	0.0%
親戚や知人の家に滞在中	8	3.7%
<b>発災前と同じ居場所に滞在中の場合【自宅等】</b>	<b>81</b>	<b>37.2%</b>
発災前と同じ居場所に滞在中の場合【病院】	27	12.4%
発災前と同じ居場所に滞在中の場合【介護施設】	17	7.8%
<b>入院又は入所後1か月以上経過し亡くなった場合【病院】</b>	<b>58</b>	<b>26.6%</b>
入院又は入所後1か月以上経過しなくなった場合【介護施設等】	3	1.4%
その他・不明	1	0.5%
<b>合計</b>	<b>218</b>	

# 災害時避難行動要支援者支援制度

# 避難行動要支援者 (障がい者・高齢者など)



登録

- ・障がいや病気などにより避難に支援が必要な人
  - ・支援を希望する人
  - ・自治会の推薦など

# 市町村 名簿の作成

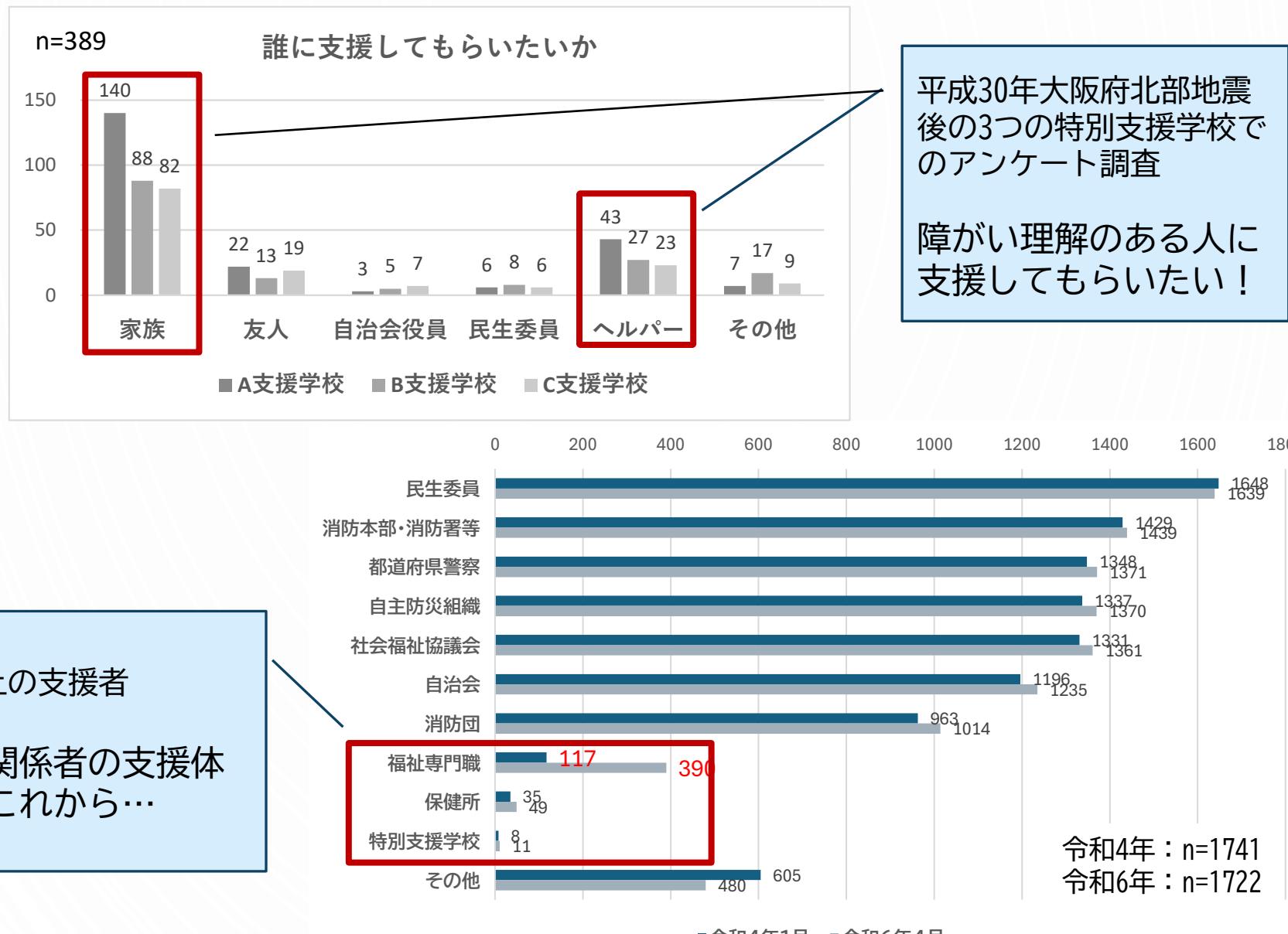
避難行動要支援者名簿

日頃の見守りや声かけ、「個別ひなん計画」による災害時の安否確認、避難支援など

# 避難に協力される人・団体 (自主防災会・民生委員・消防団・NPOなど)

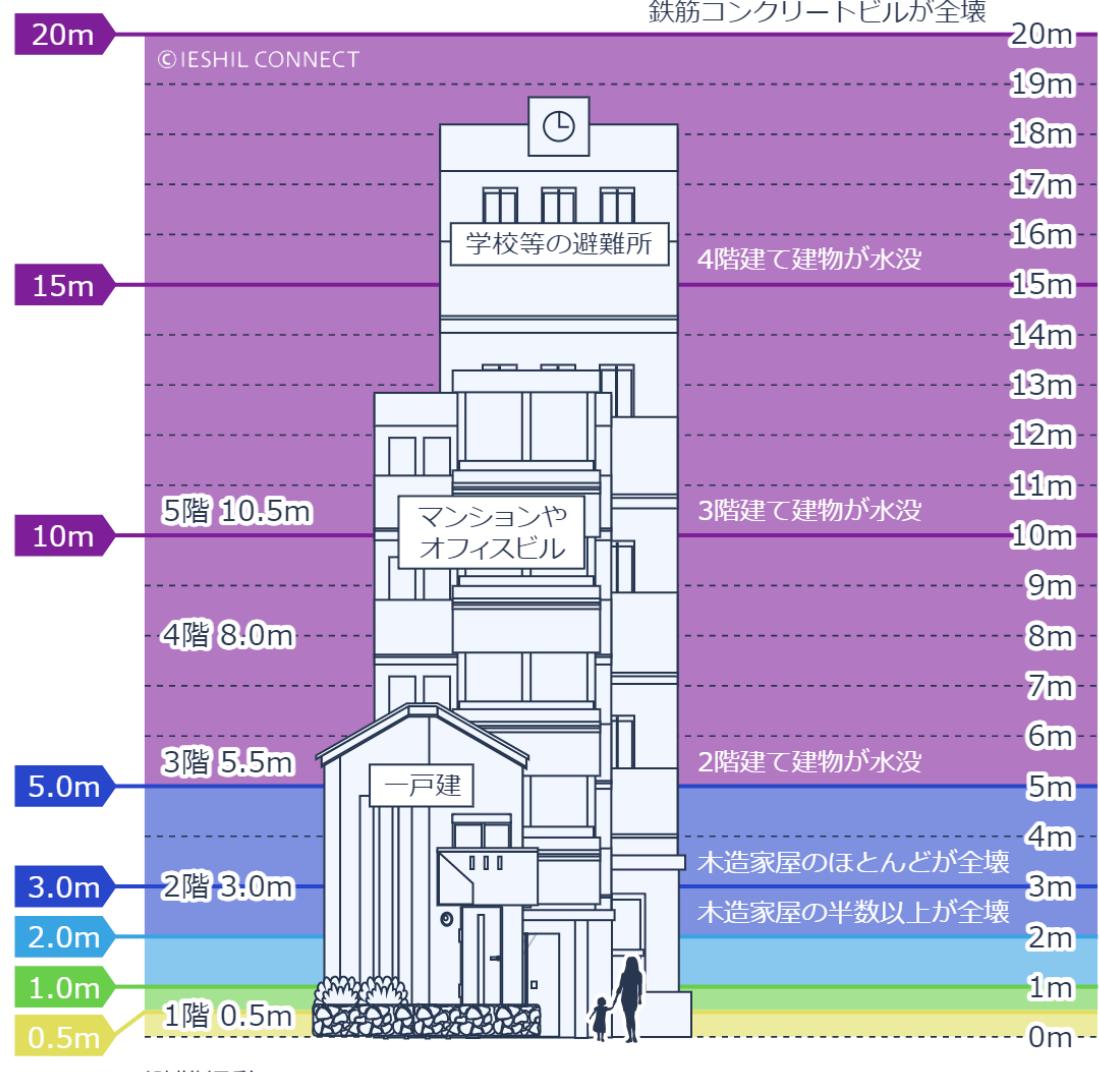
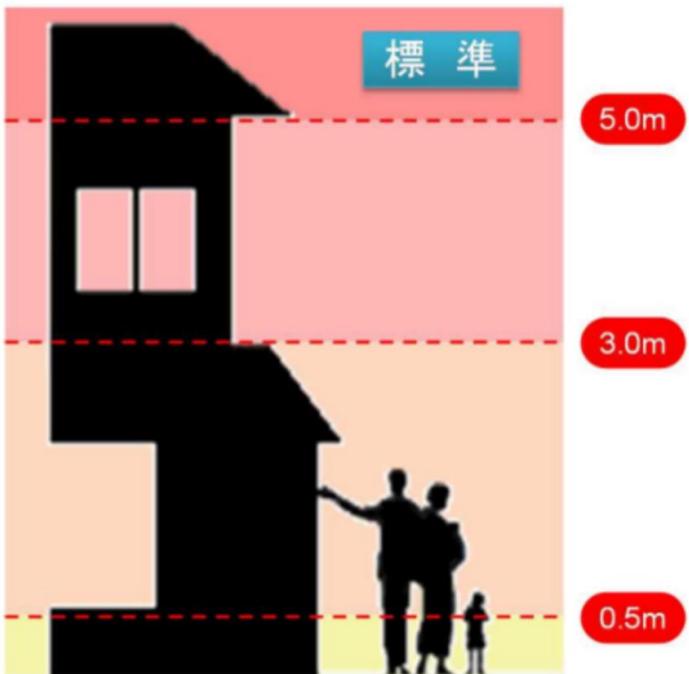


## 名簿の共有 情報の共有



出典：避難行動要支援者名簿及び個別避難計画の作成等に係る取組状況の調査結果（令和4年1月1日および令和6年4月1日現在）

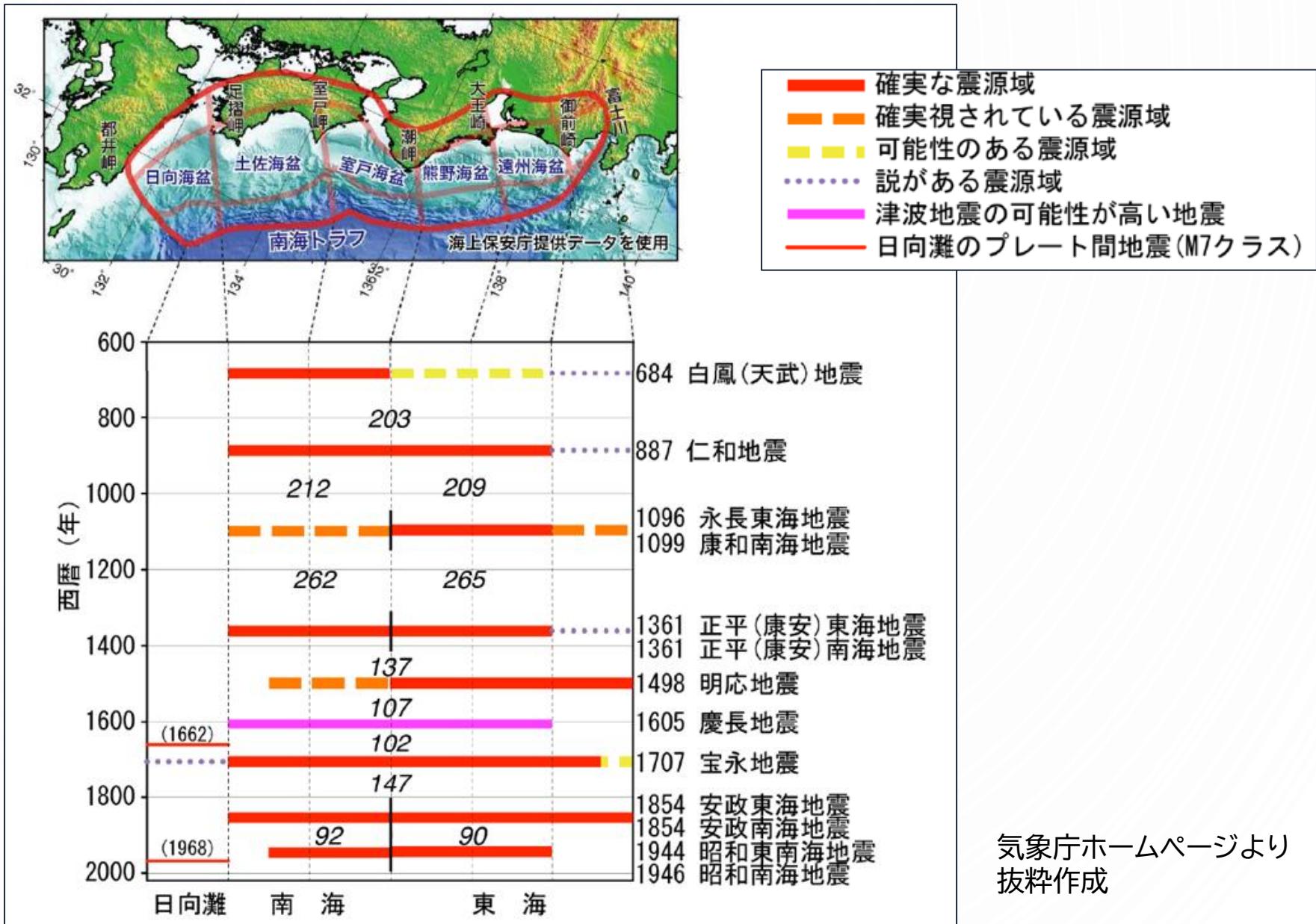
浸水深等	RGB（標準）
20m ~	220,122,220
10m ~ 20m	242,133,201
5m ~ 10m	255,145,145
3m ~ 5m	255,183,183
0.5m ~ 3m	255,216,192
~ 0.5m	247,245,169



#### 避難行動

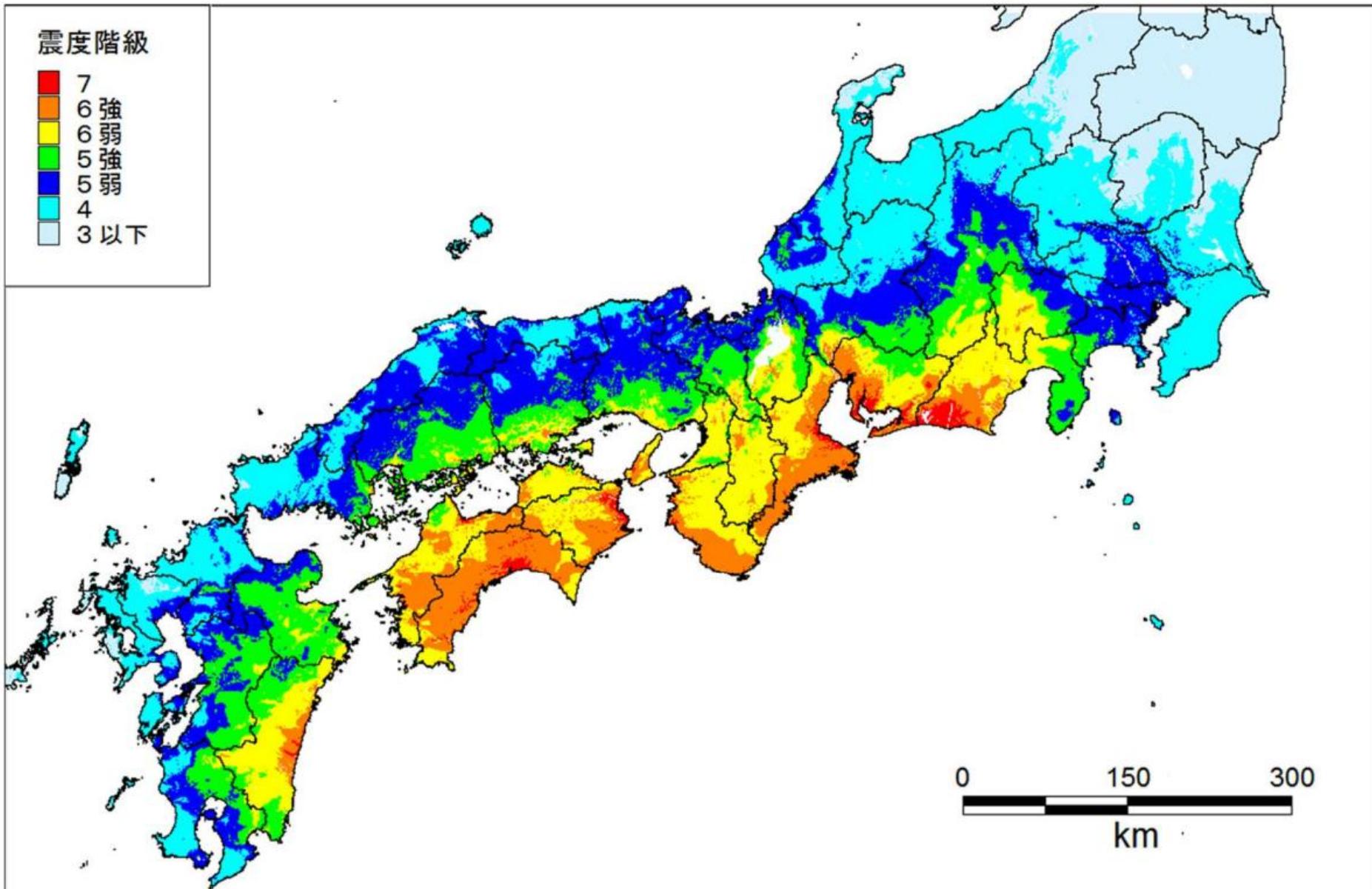
- 8.0m 避難勧告等が発令されたら速やかに避難が必要です。
- 5.0m 水が引くのに時間がかかることが想定されます、事前に安全な場所へ退避が必要です。
- 1.0m 2階以上への退避が必要、屋外にいるほとんどの人が亡くなります。
- 0.3~0.5m 退避行動が取れなくなります。
- 0.1~0.3m 泛濫時は大人でも避難が困難です。

# 過去に発生した南海トラフ地震

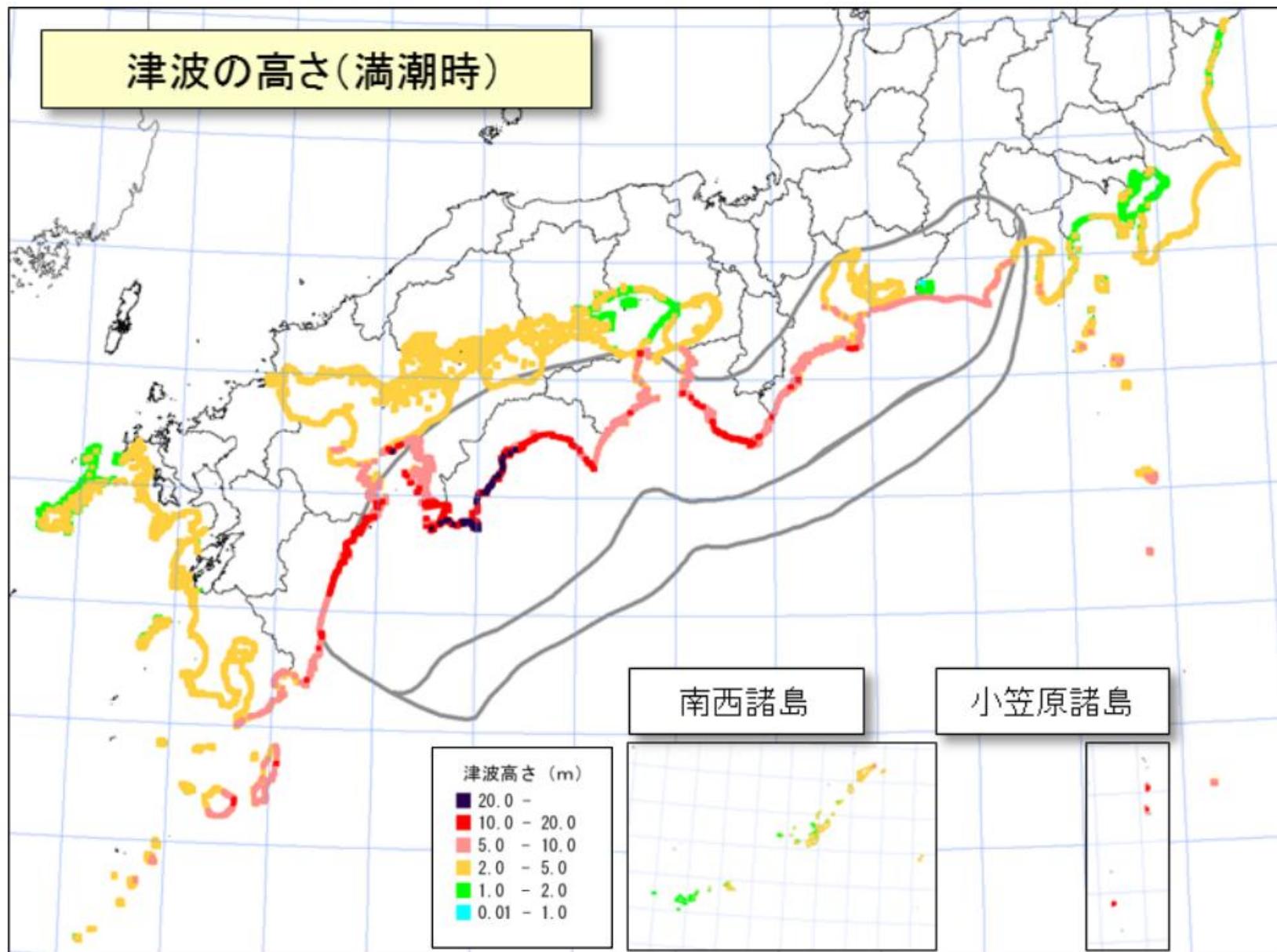


# 南海トラフ巨大地震被害の想定(内閣府 2013) 陸側ケースの深度分布

震度階級
7
6 強
6 弱
5 強
5 弱
4
3 以下



# 南海トラフ巨大地震被害の想定(内閣府 2013) 津波高分布図(四国沖～九州沖に大すべり域を設定)



# 大災害は忘れない頃にやってくる！

## 貞觀の時代

- ・863年、越中・越後で大地震(北陸)
- ・864年、富士山や阿蘇山が噴火
- ・868年、播磨・山城で大地震(関西)
- ・869年、M8以上の貞觀地震(東北)  
その後、肥後、出雲、京都、千葉で地震
- ・878年、南関東でM7.4の直下地震
- ・887年、M8以上の東海・東南海・南海の三連動地震

この間は25年

# 福祉・医療・保健の準備

- ・**医療系福祉避難所の整備**→福祉事業所、医療系放課後等デイサービス、クリニック、特別支援学校(肢体不自由児教育校)での福祉避難所の指定
- ・**福祉(医療)BCPの整備**→福祉避難所開設運営、訪看による同行避難、電源リレールートの整備
- ・**地域連携**→専門職ではないボランティアができることは?

# 学校避難所のトリアージ

### 【重症度色分けの手順】



① 歩行可能者「緑」を集め  
る

2



- ① 二人一組になって色分けする
- ② 一人は色分けカードに従って緊急度を判断する
- ③ もう一人は記録票に記入する

3



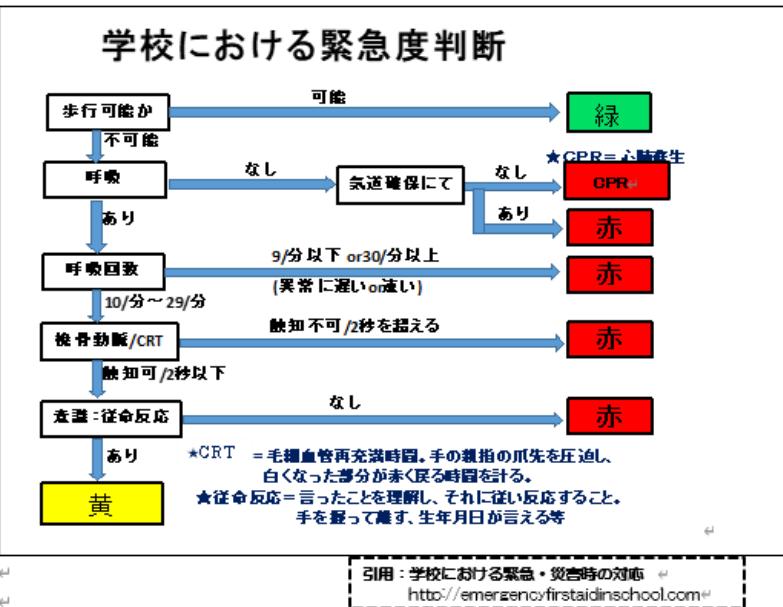
- ① 色分けテープ（長い方）を負傷者の右側（肩や手）に貼付する
- ② 記録票を首からかける
- ③ テープ（短い方）に負傷者の名前を記入する
- ④ 出血があれば圧迫止血をする

4



① 負傷者の名前を記入した  
テープ(短い方)を本部に渡  
して色分け結果を報告する

## 【重症度色分けカード】



引用：学校における緊急・災害時の対応 ←  
<http://emergencyfirstaidinschool.com>

【記録票】 七

名前：七  
生年月日：二

判定：緑・黄・赤・CPR

角傷者の右側(右手:右肩等)に割合した角のテープを貼る

発生原因				
時間		1回目	2回目	3回目
歩行		可・不可	可・不可	可・不可
呼吸/分		回/分	回/分	回/分
筋環 <b>①</b> どちらか	①CRT 根指爪5秒持して何秒で它的色が戻るか	2秒以下 2秒超える	2秒以下 2秒超える	2秒以下 2秒超える
	②椎骨動脈 触知可・不可	触知可・不可	触知可・不可	触知可・不可
従命反応 声かけ (手を握って離す等)に 反応あるか		あり なし	あり なし	あり なし
<b>判定</b>		緑・黄・赤・CPR	緑・黄・赤・CPR	緑・黄・赤・CPR

# 個別の教育支援計画策定プロセス(防災教育)

## 卒業後の本番に備える防災学習！

- ・継続的な更新
- ・卒業後にも展開  
(サポートブック)

### 計画の素案作り

対象児童生徒等の日頃の様子や特性、生活上の留意点などをよく知る保護者が、学習上の目標と生活に関する特性をまとめる。

- ・自宅周辺ハザード確認
- ・避難所(福祉避難所など)、避難ルートの確認
- ・家庭と学校で防災上の課題の共有

### 評価の共有

一年間の学校と家庭での実践の結果を児童生徒等、保護者、担任教師により評価を行う。  
目標達成できなかった項目など、次年度以降への引継ぎ事項となる。



### 第三者面談での確認

保護者が作成した素案をもとに、対象児童生徒等と保護者、担任教師による面談を行う。  
担任教師は面談結果をもとに、指導計画を作成する。

- ・学校防災体制(福祉避難所)の整備(簡易ベッド、電源など)
- ・支援者との関係構築
- ・実動訓練、対応訓練等

### 学校と家庭での実践

指導計画をもとに、学習目標を達成するために、学校と家庭で各教科で特別支援教育が実践される。

- ・防災教育目標の設定
  - ・防災訓練メニュー設定
  - ・災害時支援内容の確認
- =個別避難計画の練習

# 個別ひなん計画の作成手順

1. 自宅のハザードを知る（水害・耐震）
2. 避難生活に必要なことを知る
3. 自分に合った避難先を決める（複数）
4. 避難先までのルートを決める（複数）
5. 自分の避難ルールを決める
  - ・いつ避難を開始する？
  - ・どのような手段で避難する？
  - ・誰と避難する？ →みんなと一緒に！！
  - ・どのような支援が必要か？

**互いに気遣いあえるつながりをつくる**

大切なことは、  
支援が必要な人も  
支援をする人も  
一緒に助かること



地震対策として手すりに留められた車椅子  
出典:大阪府立西淀川支援学校 2024年湯井撮影



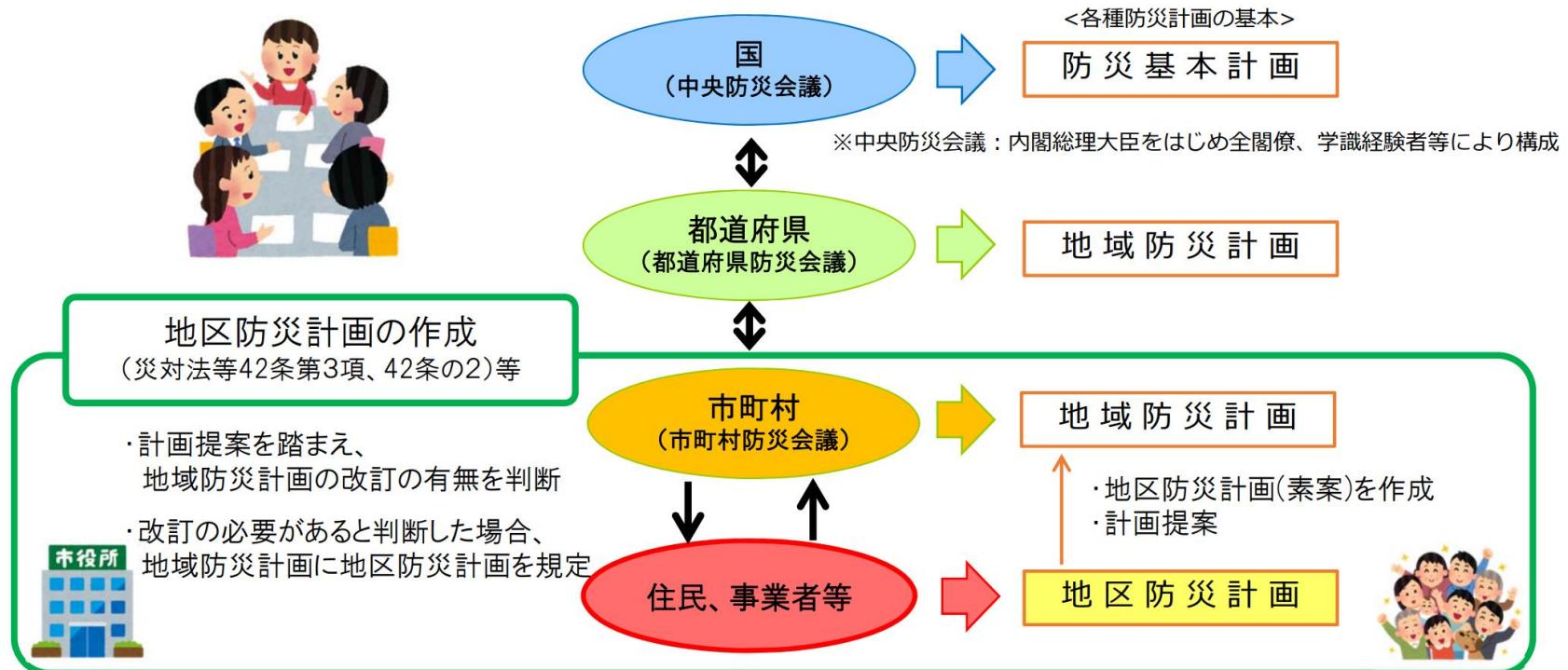
手すりには常に固定用のひもを常設



地震対策として常に廊下を整理整頓

# みんなでつくる地区防災計画 ～「自助」「共助」による地域のローカルルール～

- ⇒ 地域住民が自発的に防災計画を作成する活動を応援するため、災害対策基本法が改正され、平成26年4月から「地区防災計画制度」がスタートしました。
- ⇒ これによって、地区居住者等が、地区防災計画(素案)を作成し、市町村地域防災計画に地区防災計画を定めるよう、市町村防災会議に提案できることとなりました。



出典：内閣府「防災情報のページ」

# 福祉・医療的ケアを支えた避難支援：佐久穂町消防団の対応

出典：障がい者、高齢者の早期避難についての実践事例～長野県佐久穂町立老人介護施設さやかの事例～（地域安全学会2020年度春季研究発表論文）

## ● 災害時住民支え合いマップ

- 各地区消防団員、区町会、民生委員等により、「地縁関係者の知りえる情報」で作られた名簿
- 支援内容によるランク分け（3ランク）  
●  : 声かけて移動  : 手を引いて移動  : 担いで移動

## ● 消防団による全戸避難の呼びかけ

- 全町民への避難の呼びかけと避難支援

## ● 避難支援（車での搬送）

- 指定避難所への誘導、搬送
- 福祉避難所・病院への搬送は福祉車両（老健施設さやか）に依頼

保健師さんによる一般避難所へのニュースレターの配布＝見守り

## 災害時住民支え合いマップとは…

災害時・緊急時に支援が必要な人に対して**いつ、だれが、どのように、**安否確認や避難行動の支援などをするのか考えるために行う、

**① みんなで話し合うこと**

**② 話し合った結果を地図に書き込むこと**

**③ 必要な人を支援するための計画づくり**

この3つを合わせて

「災害時住民支え合いマップ」といいます。

(以下では「マップ」と略称します。)



学習会の様子



地図を使った話し合い

## 完成したマップの一例



出典:長野県伊那市「住民支え合いマップ作成の手引き」より

## ③ マップの対象者の区分けと支援方法(例)

色分け	支援の形態	対象者
赤	災害時・緊急時のほか、日常生活でも支援が必要	日常的に福祉サービスや介助を受けている人や、危険の判断ができない人、情報を得られない人
黄	災害時・緊急時に支援が必要	ひとり暮らし高齢者(日中ひとり暮らし高齢者)や障害者などで、支援があれば避難可能な人
青	災害時・緊急時に、声かけや安否確認が必要	日常生活は自立しているが、災害時・緊急時には配慮したい人
赤枠		区に加入していない人(アパート等で自立の度合いが不明な人など)
×	空き家・別荘など	
緑	声かけ・安否確認など助ける側として協力ができる人	

※この調査票には、居住している人全員を記入して下さい。

各家庭に配布する調査票の内容

氏名(世帯主)	調査票に記入を依頼		
住所	隣組名		
家族No	該当へ○印 (名前の記入も可)	年齢層	必要な支援(助けてほしいこと)の選択(○印)
	男性	女性	A~Eの中から選択
1			<input type="checkbox"/> 災害時・緊急時・日常の支援が必要
2			<input type="checkbox"/> 災害時・緊急時に支援が必要
3			<input type="checkbox"/> 災害時・緊急時に声かけや安否確認が必要
			<input type="checkbox"/> 声かけ・安否確認などの協力ができる人(○印)

マップに色別で表示

際の注意事項等をご記入ください。

# いつも身に着けて、もしもに備える！

## すずめ共同作業所SOSカード

避難の際に呼びかけ、お手伝いお願いします

ゆき  
さん！



いつしょに  
逃げよう！

<どこへ?>  
クンペル  
屋上



<持っていくもの>

名前をよび手をつないで  
ゆっくり歩いてください

<注意> 足元が見えにくいため  
「段差があるよ」の声かけを  
してください

# 平成30年西日本豪雨 倉敷市真備町箭田地区

「自宅2階で寝ていた。午前2時ごろ、夫が目覚めて1階に下りると、既に床上浸水していた。水はゴーゴーと音を立て、あっという間に2階に届いた。首の辺りまで水に漬かった。もうだめかと思った。」箭田の女性(73)

出典:山陽新聞「真備町あの日の24時間」



# 倉敷市真備町箭田地区のヘルプカードvol.2

困りごとがある人は色のついたひもをつける

## 箭田家のヘルプカード



### 避難行動編

【目標 みんなで助かる！】  
令和5年度（2023年度）Vol.2

#### 水害の場合

レベル2 スイッチオン!  
レベル3で 連絡を取り合い避難開始  
玄関まで出られる  
一次避難場所  
【  
二次避難場所  
】

#### 地震の場合

地震発生! 搖がれが止まったら安全確認 連絡を取り合い避難開始  
玄関まで出られる  
一次避難場所  
【  
二次避難場所  
】

避難のルールと避難場所

逃げる手段

一緒に逃げる人

手伝ってほしい事

#### 自宅から一次避難場所への移動手段

徒歩      車いす等      車( )  
一次避難場所から二次避難場所までの移動手段  
徒歩      車いす等      車( )

#### 自宅から一次避難場所まで

自力で      家族と      【  
      さん】 【  
      さん】  
一次避難場所から二次避難場所までの移動手段  
自力で      家族と      【  
      さん】 【  
      さん】

#### 自宅から一次避難場所までの移動手段

【  
一次避難場所から二次避難場所までの移動手段  
【  
】

※避難生活のための情報は内面に記載

## 箭田家のヘルプカード 運用ルール

- ・水害や地震などの災害からみんなで助かるために、箭田地区に暮らす全ての人が活用します。
- ・みんなで助かるために先ずは自分のいのちを一番に考え、自分の責任のもとに活用します。
- ・支援する人も支援を受ける人も互いに災害情報を共有し、自主防災会等を中心に声と心をかけ合います。
- ・水害時には早期避難を徹底します。
- ・本カードでの「避難行動」とは、自宅の中から玄関前への移動、自宅から一次避難場所への移動、一次避難場所から二次避難場所までの移動を言います。
- ・「避難生活」とは被災後に自宅や友人宅等での避難生活（暮らす）や避難所で生活することを言います。
- ・本カードの作成運用を通じて「箭田のあったかまちづくり」を推進し、医療、福祉、教育、保育等との連携を深め、毎年防災訓練で活用した後で必要に応じて見直しを行います。

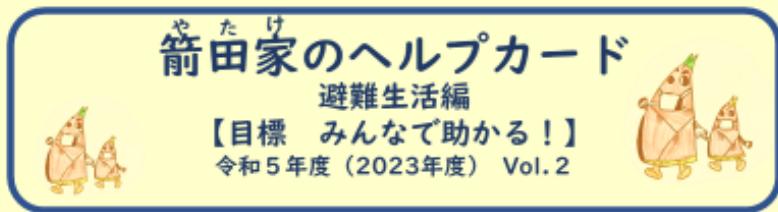


名前:

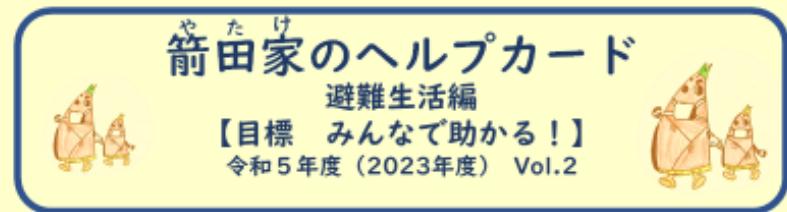
※このイラストは倉敷まきび支援学校にご協力いただきました

助成: 本カードは（一社）中国建設弘済会の助成を受けて作成しました

# 倉敷市真備町箭田地区のヘルプカードvol.2



※避難生活で助けてほしいことを具体的に  
まとめておきましょう。



避難生活のために準備するもの  
※持ち出すものには○をつけておきましょう。

持ち出し品	避難所等へ持ち出したり、停電時に自宅等で必要な物	数量	<input checked="" type="checkbox"/>

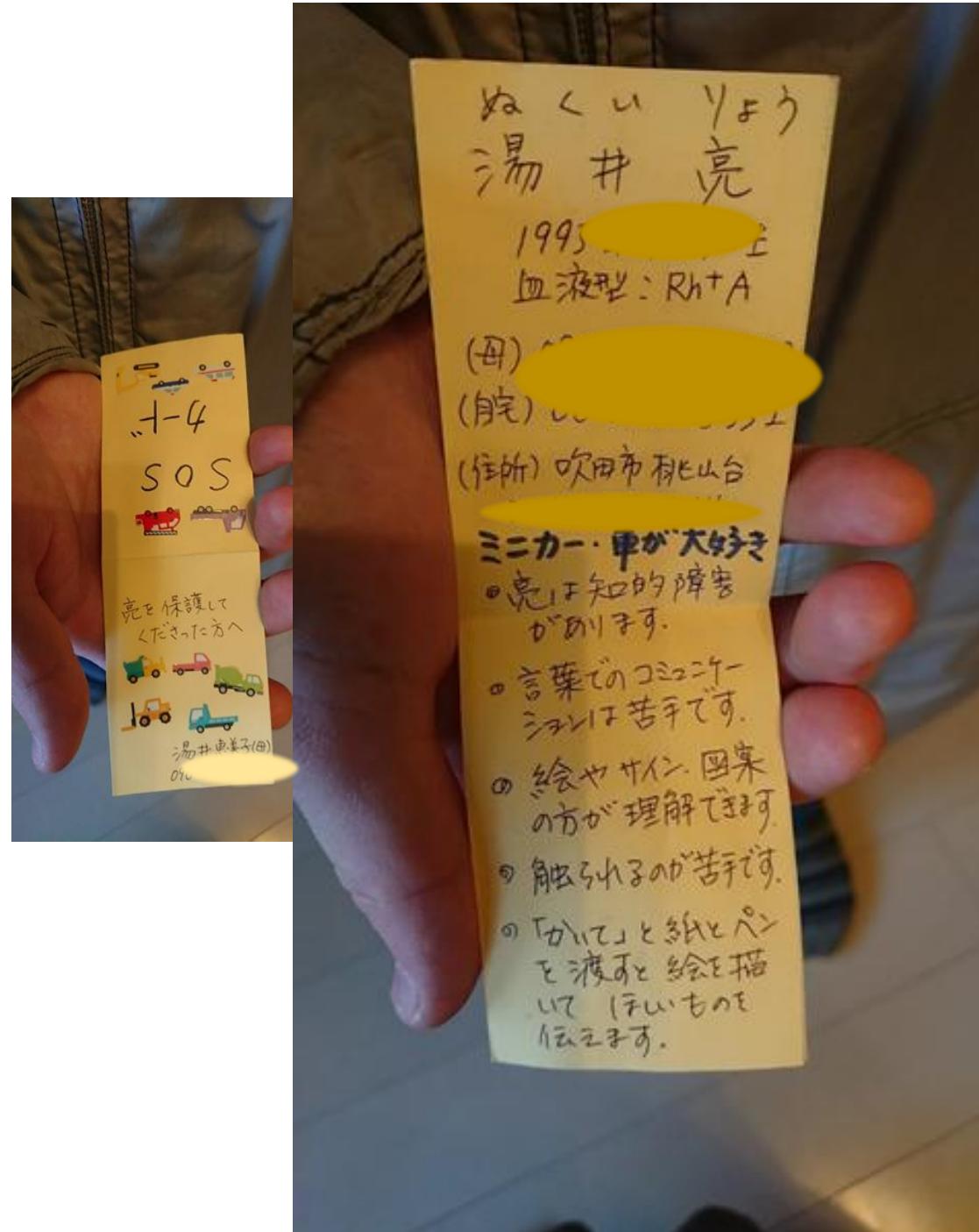
# 誰にでも見られたくない情報は 裏側に書いておく！

※緊急連絡先：

※お薬手帳のコピーと一緒に入れておきましょう。

亮の「SOSカード」です。  
何度かこのカードの情報で連絡を頂くことができました。

- ・名前
- ・保護者の連絡先
- ・住所
- ・血液型
- ・生年月日
- ・自閉症であること
- ・苦手なこと
- ・得意なこと
- ・好きなこと



下記①②③作成などは、書籍を参照してください。

- ①福祉BCP(兼避難確保計画)
- ②訓練計画
- ③福祉避難所マニュアル

2025年3月発刊 福祉施設 BCP（事業継続計画）書籍第4版

ひな型でつくる  
福祉BCP  
～実効性ある計画と役立つ研修・訓練の手法～

現場で使える！

ご好評をいただいている福祉施設BCP書籍の  
増補改訂版！

本書では、災害時においても事業を継続すべく努力されている福祉施設、福祉関係者を支援するため、総合的な「福祉BCP」を作成する助けとなるよう解説しています。また、本書のひな型を使い、施設の実態に合わせて記入することで、無理なく計画が作成できます。

更に今回の改訂では、厚労省の運営基準に義務付けられている職員研修、訓練の内容を新たに追加し、BCPを適切に実行・運用するための効果的な研修と役立つ訓練方法について、福祉施設や特別支援学校で実際に行われている事例を盛り込みました。

福祉事業に従事される皆様の災害への備えに、本書を是非ともお役立てください。

監修・著者 鍵屋一  
著者 岡野谷純、岡橋生幸、高橋洋、湯井恵美子  
ISBN：978-4-902042-62-7/B5版：232頁／定価：2,640円(税込)

**目次**

- 第1章 BCP（事業継続計画）の運営基準と重要ポイント
  - 1 BCP（事業継続計画）について
  - 2 災害リスクを知る
  - 3 BCP（事業継続計画）の重要な要素—連携—
- 第2章 「BCP（事業継続計画）」をつくってみよう
  - 1 「BCP（事業継続計画）」への取り組みの経緯と得られた知見
  - 2 「BCP（事業継続計画）」作成・活用の前提
  - 3 「BCP（事業継続計画）」作成手順と留意点
- 第3章 小規模事業所のBCPひな型
  - 1 小規模事業所のBCP作成の前提
  - 2 基本方針
  - 3 平時から進める対策
  - 4 災害対応
  - 5 他施設との連携
  - 6 地域との連携
- 第4章 福祉避難所
- 第5章 効果的な研修と役立つ訓練方法
- 第6章 災害時や後に必要なスキル
  - 1 ファーストエイド
  - 2 災害支援に伴うストレス（倦怠ストレス）
  - 3 災害支援に行く場合
- 第7章 資料編

▼ 書籍のご購入はこちらから ▼

公式オンラインショップ

オンラインショップでのご注文は、二次元コードから専用ページにアクセスしてください。  
※配送料は全国一律660円(税込)となります。ただし、沖縄県は追加料金660円(税込)がかかります。  
※書籍購入代金が5,000円(税込)以上の場合は送料無料になります。

QRコード

公益財団法人東京都福祉保健財団

自分たちの自分たちによる自分たちのための  
優しいまちを NOTHING ABOUT US WITHOUT US.

