

## 記入のしかた

計画を作成するときは、このページに書いてある順番で記入することをおすすめします。  
「B 避難の流れ」と「C 避難のときの持ち物」はまとめとして最後に記入しましょう。

### A 本人の情報 本人の基本的な情報を記入します

#### 緊急連絡先

- 親族など、自分の身に何かあったときに状況を伝える必要がある人の情報を記入します。

#### 世帯状況

- 独居の場合は、近隣（何かあったら訪ねることができる距離）に親族がいるかどうかを確認をします。
- 同居人がいる場合は、その人が要配慮者（自力避難が難しい）かどうか、日中も家にいるかどうかを確認します。

#### 要支援情報

- あてはまるもの**全て**にチェックをします。介護認定や障害区分などの等級も記入してください。
- 「その他・特記事項」には、地域や支援者に伝えたい本人の心身の状態があれば記入してください。

### D 自宅の災害危険 自宅にどの災害の危険性があるのかをチェックします

「課題分析シート」を確認して、自宅にどのような災害の危険性があるのか確認しておきましょう。

### E 避難先 自宅に想定される災害から避難する場所を記入します P.4「避難先について」を参照

#### 洪水・土砂災害の避難先の例

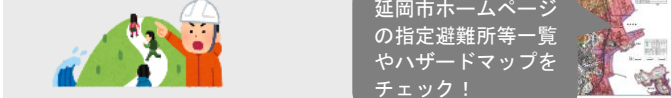
##### ①指定緊急避難場所・指定避難所（洪水・土砂災害）



##### ②安全な親戚・知人の家やホテル・旅館など 避難先が安全か確認しておき、**早めに避難**しましょう。

#### 津波の避難先の例

##### ①指定緊急避難場所（津波）



##### ②少しでも高い建物や場所 津波は想定を超える高さで襲ってくることも考えられます。よりよいと考えられる避難先を選択しましょう。

#### 移動手段

自宅から避難先までの移動手段として、**車**が**徒歩**のいずれかにチェックをします。

#### 所要時間

自宅から避難先まで避難するのにかかる、**おおよその時間**を記入します。

### F 避難経路 避難先までの道のりと注意点を記入します

一番避難しやすい避難先までの道のりについて、図やコメントを書きましょう。道順だけでなく、**危険な箇所**がないか、確認してみましょう。

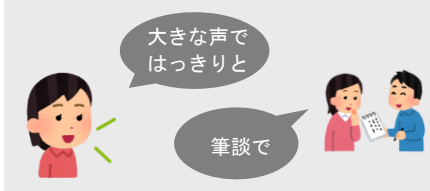
例えば…



### G 避難支援の留意点 避難支援をする人に知っておいて欲しいことにチェックをします

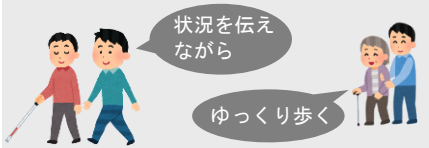
#### 連絡するとき

電話や対面で情報を伝えたり、状況を確認するために連絡をするときに気をつけてもらいたいことです。



#### 避難するとき

避難先まで移動をするときに気をつけてもらいたいことです。そのほか移動に補助が必要な場合などは記載してください。



※盲導犬を連れている場合もここに記入しましょう。

#### 避難先で

避難先の管理者に気をつけてもらいたいことです。一定期間避難を続けることを想定して、困りそうなことがあれば記載してください。



### H 支援者の情報 避難支援をする人の情報を記入します

- 同居している人の名前を書く場合は、住所には「上記の通り」などと記入してください。
- 一緒に避難をしなくても、災害時に様子を見てくれる人がいれば、その人の情報を記入してください。

#### 支援内容

災害時にその支援者が行うことをにチェックをしてください。あてはまるものがない場合は、「その他の支援」に書き足してください。

### I その他・特記事項 支援者や地域に知っておいてほしいことがあれば記入します

### B 避難の流れ 災害時に「どこに」「誰と」「どうやって」避難するか記入します

#### どこに

うら面「D 主な避難先」に記入した避難先を書きます。

#### 誰と

うら面「H 支援者の情報」に記入した、一緒に避難する人を書きます。一人で避難できる場合は「自分」などと書いてください。

#### どうやって

うら面「D 避難先」を参考に、「徒歩」「車」など避難先までの移動手段を書きます。

### C 避難のときの持ち物 避難するときに必要な持ち物にチェックをします

持っていく物にチェック	必要	もった
・医薬品	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
・お薬手帳	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
・貴重品（現金）	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
・雨具	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
・タオル	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
・ビニール袋	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
・ウェットティッシュ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

あらかじめ用意している物はチェック

- 避難するときに自分に必要な物は「必要」の列の口をチェックをします。
- 普段から持ち出し用のリュックなどに入れている物は、あらかじめ「もった」の列にもチェックをしておきましょう。
- 他に必要な物がある場合は、空いている欄に記入してください。
- 避難用の持ち物の置き場所を決めて、下の欄に書きましょう。

#### ペットについて P.4「ペットとの避難について」を参照

- ペットを飼っている場合は、避難先に連れていくか決めて、口をチェックをしてください。
- 盲導犬を連れている場合は、ここにはチェックをせず、「G 避難支援の留意点」にその旨を記載してください。



## 参考情報

### 避難情報について

#### 大雨のとき

延岡市は、気象庁等が発表する河川や雨の情報をもとに避難情報を発令し、防災行政無線や市の災害情報メール、市ホームページ、テレビ・ラジオなどにより市民に伝えます。

要支援者の皆さんは、**警戒レベル3「高齢者等避難」が出たらすぐに避難**しましょう。また、夜間や激しい雨の状況では移動が難しくなるため、危険を感じたら早めに避難を開始することが大切です。

そのため、大雨警報などの雨の情報や周囲の状況を確認して、**早めに避難の準備を進めておきま**しょう。

#### 津波のとき

大地震後に津波の恐れがあるときは、「高齢者等避難」はなく、「避難指示」が発令されます。迅速な避難が必要です。

### 避難先について

市のホームページやハザードマップには「指定緊急避難場所」と「指定避難所」の2種類の避難先が掲載されています。ホームページに掲載されている避難先の一覧には、**多機能トイレの有無**や**ペットの避難スペースの有無**が記載されていますので、参考にしてください。

#### 指定緊急避難場所

市により指定されている、災害時の危険を回避するために一時的に避難する場所です。基本的に食料や毛布などの物資はありません。

#### 指定避難所

市により指定されている、災害により自宅に戻れなくなった住民などが数日間滞在し、生活する場所です。

### ペットとの避難について

#### 事前に準備

- 普段からペットの健康面をチェックし、予防接種や寄生虫の駆除を行いましょう。
- ケージやバッグにならす訓練をしましょう。
- ペットフードやトイレ用品など、ペット用の避難セットの準備をしましょう。

#### ペットとの同行避難

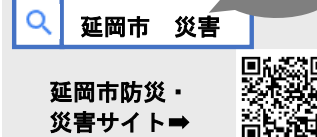
- 親戚や知人宅、ペットホテルなど、ペットにストレスの少ない**一時預け先**を検討しましょう。
- 避難先でペットの受入れ対応ができるのか、**事前に確認**しましょう。



#### もっと詳しく知りたい場合には…

延岡市のホームページにペットとの避難についてのチラシやチェックリストがあります。

検索！



令和4年3月 延岡市 P. 4

## 自分で つくる

## 個別避難計画作成のてびき

### 個別避難計画とは

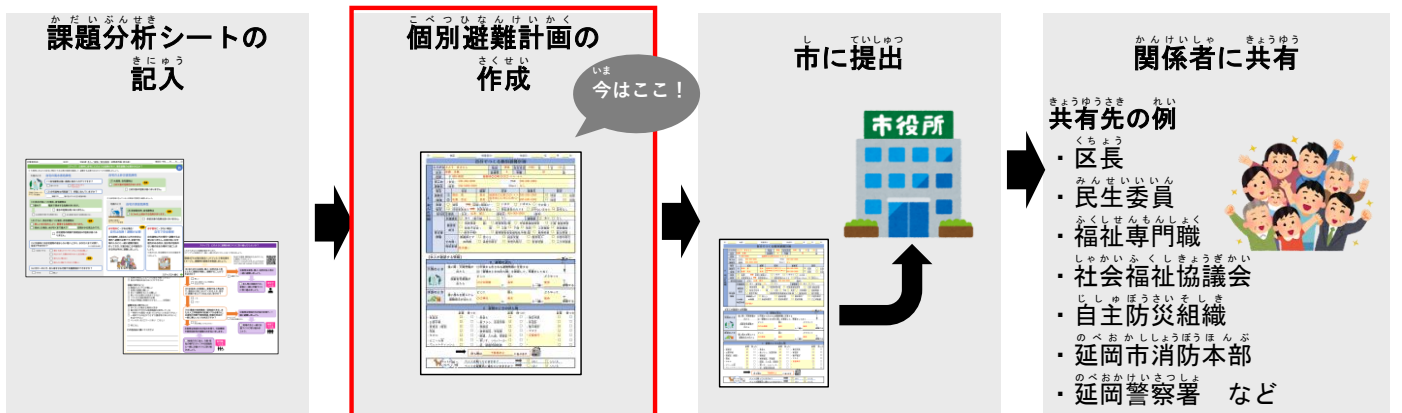
個別避難計画とは、皆さん一人ひとりの災害時の課題を踏まえた避難の計画です。

災害発生の恐れが高まっている状況では、市による一人ひとりの避難支援には限界があるため、家族・友人の支援や地域の助け合いによって災害時に安全に避難できるよう、日頃から備えておくことが大切です。

皆さんと皆さんの大切な人の安心・安全のために、この計画の作成を通して、家族や地域の方と、いつ、どこに、どうやって避難するか等の具体的な内容を話し合ってみましょう。



### 計画作成の流れ



### 計画の内容に変更があった場合

心身の状態や環境が変わった場合、支援者が変わった場合には個別避難計画を更新しましょう。

#### 計画の内容が変更になる場合の例

- 介護区分や障害区分が変わった
- 支援者が変わった
- 住所など基本的な情報が変更になった



※その他、ハザードマップの改訂等により自宅の災害危険性が変わる場合にも、計画の見直しが必要になります。

#### 変更になったら…

個別避難計画の内容に変更があった場合は、**延岡市総合福祉課**に連絡してください。

連絡先：0982-22-7016

### 情報の取り扱いについて

個別避難計画の共有に際しては、市及び避難支援関係者（区長、民生委員、福祉専門職、社会福祉協議会、自主防災組織、延岡市消防本部、延岡警察署など）内において適正に管理し、避難支援に関わる目的以外には使用しません。