

地域支え合い活動トピックス

2026-3 ⑩
流山市福祉政策課
☎7196-6605

今までの
支え合い活動を
活かして

個別避難計画 を作成してみませんか

近年、全国で大規模な災害が相次ぐなかで、高齢者や障害者といった、避難に支援が必要な方の多くが被害を受けていることが明らかとなっています。

流山市では、日ごろから一人ひとりが避難行動について考え、地域のつながりを深めていくため、救急情報カードの内容を拡充した個別避難計画の作成を推進しています。この計画を作成者・支援者等と共有することで、避難支援が円滑に行われる可能性を高めます。



作成の対象者は？

災害時に自力での避難が困難な方が対象です。具体的には、(1)~(3)に該当する方のうち、在宅で生活する方です。

- (1)要介護3・4・5の認定を受けている方
- (2)身体障害者手帳1・2級、療育手帳A・Aの1・Aの2、精神障害者保健福祉手帳1級の方
- (3)その他、自力での判断や避難が困難な方

対象ではない人が作っても良い？

一人ひとりの災害への備えを高めるため、誰でも作成できます。支援が必要な身体状況や生活状況などを書いておきましょう。

- (例) ・耳が聞こえづらい ・〇〇の薬を飲んでいる
・歩行時に杖を使用しており、移動に支援が必要

『ひなんさんぽ』・計画作成体験 流山7丁目自治会 R7.6



水害に備え、高台までの避難経路を「さんぽ」しました。また車椅子の介助・乗車も体験しました。

話し合うことで、一人では気づかなかったことにも気づくことができました。

高齢者も増えているので、ご近所同士の支援が大事だと実感しました。

『ひなんさんぽ』

- ・災害時の避難を想定し、実際に自宅から避難所へ「さんぽ」(移動)してみる取り組みです。
- ・避難訓練より気軽な「さんぽ」として、当事者を交えながら、家族や近所の方と実施します。

個別避難計画の作成体験

- ・『ひなんさんぽ』実施後や、自治会の避難訓練の一環として作成します。
- ・日頃の備えや地域の災害リスクについて、みんなで確認します。
- ・「さんぽ」で気づいた危険な箇所などを、個別避難計画に反映します。



若くて元気な自分には関係ないと思っていましたが、日頃の備えの重要性に気づくことができました。

※ご希望により、出前講座も行っています。

計画作成のポイント

個別避難計画は、「救急情報カード」に「生活支援シート①②③」を加えたものです。

本人の情報

緊急時の連絡先 (2人分)

医療に関する情報

治療中・過去の病気、かかりつけ医、人工透析、アレルギーなどについて書きます。「お薬手帳」のコピーもつけておきましょう。

ご近所・支援機関等

普段親しくしているご近所の方や、支援を受けている事業所名などを書きます。

伝えたいこと

災害時の配慮事項や、必要となる特別な医療行為などを書きます。

避難先、 浸水・土砂災害想定

ハザードマップを見ながら、安全な避難先を書きます。自宅の浸水・土砂災害想定も書いておきましょう。**安全が確保できる場合は、在宅避難(*)を推奨します。**

(*)自宅避難を送ることを

+ 救急情報カード +

避難支援等実施者

安否確認や情報伝達など、避難を支援する人を書きます。同居の家族・ご近所の方・自治会など、**なるべく身近な方を選ぶようにしてください。**
必ず、避難支援等実施者本人の同意を得た上で書いてください。避難支援等実施者は、法的な責任や義務を負うものではありません。**ご自身やご家族の安全を確保した上で、その時にできる限りの支援をお願いします。**

本人の情報

同居のご家族の中にも支援を要する人がいる場合にはお知らせください。

必要な情報

障害等級や介護度、移動方法、情報伝達方法、医療的ケア、配慮事項、避難生活で病気・障害により必要なものに関する情報を書きます。

生活支援シート③

避難経路

避難する場所への経路を書きます。ハザードマップを見て、浸水・土砂災害が起きそうな道路は避けましょう。

生活支援シート②

避難生活で 助けてほしいこと

コミュニケーション、食事、トイレ・入浴などについて、できるだけ具体的に書きましょう。

生活支援シート①

避難生活のために 準備するもの

欠かせない薬、眼鏡、補聴器、杖など、普段から備えておくものを書きます。

同意欄

個別避難計画を平常時に地域で共有することについて、同意または不同意を選びます。

同意欄：地域での共有 「同意する」もしくは「同意しない」のどちらかを選択ください。

同意の場合…自治会、民生委員・児童委員、高齢者なんでも相談室（地域包括支援センター）、障害者相談支援事業委託事業所、消防・警察等の関係機関と共有します。

同意がない場合…平常時は市のみで計画を保管します。（災害時にのみ共有します。）