

いのちを守る

地域主体ですすめる 個別避難計画の作成手引き

個別避難計画とは

災害時に自ら避難することが難しい高齢者、要介護認定者、障害者等に対して、「誰が支援するか」、「どこに避難するか」「避難するときにどのような配慮が必要か」など、一人ひとりの状況に合わせてあらかじめ計画したものを「個別避難計画」といいます。



目次

第1章

はじめに

- ・避難行動要支援者とは 1
- ・同意者名簿の活用 2
- ・地域のリスクを知り、支援のタイミングを決める 3
- ・個別避難計画の作成方針 4

第2章

個別避難計画を作成しよう

- ・個別避難計画の作成
 - 【step1】ヒアリングの準備をしよう 5
 - 【step2】ヒアリングへ行こう 7
 - 【step3】ヒアリングしたことをまとめよう 9
- ・作成した個別避難計画の管理と活用について 11

参考資料

個別避難計画参考資料

- ・個別避難計画（おもて） 12
- ・個別避難計画（うら） 13
- ・訪問前チラシ例 14

1 避難行動要支援者とは

要配慮者の中でも自力での避難が難しく、避難に特別な配慮が必要な人



避難行動要支援者の特徴

- ①身の危険を察知できない
- ②救助者に助けを呼べない
- ③自分ひとりでは避難できない
- ④避難所での生活が難しい

2 避難行動要支援者名簿とは

市では、避難行動要支援者名簿を作成・管理（福祉総務課所管：各地区まちづくりセンターに保管）しています。

この名簿は、災害発生時のみ、本人の同意の有無に関わらず、町内会・区長等に公開し、名簿掲載者の安否確認や救出・救助に使用します。

避難行動要支援者名簿掲載者

（令和8年3月末時点掲載者約8,700人）

- ア ねたきり高齢者、認知症高齢者
- イ 要介護3～5認定者
- ウ 身体障害者手帳1、2級所持者
- エ 療育手帳A、B所持者
- オ 精神障害者手帳1、2級所持者
- カ 要介護1、2又は要支援1、2の認定を受けている者、身体障害者のうち上記ウ以外の者、精神障害3級のうち名簿掲載を希望する者

同意者名簿

（令和8年3月末時点掲載者約3,380人）

避難行動要支援者のうち、災害時の避難や個別避難計画の作成、日頃の見守り活動に繋げるため、個人情報提供に同意した人を掲載した名簿。

町内会長・区長、民生委員に平時から名簿を提供しているため、班長や自主防災会など災害時に支援者となる方と情報を共有・活用することができます。

【名簿記載内容】

- ・住所 ・氏名 ・年齢 ・性別

【名簿保有者】

- ・町内会長、区長 ・民生委員 ・富士警察署 ・地域包括支援センター

3 同意者名簿の活用

「いざという時の避難に、どのような『手助け』が必要か」確認しておくことが重要です。こうした確認を日常の地域活動の中で取り入れるために、名簿を活用いただきたいと考えています。

最初にやってほしいこと

①班長会など人が集まる機会を利用し、町内会エリアのハザードマップ（大判地図）に、名簿掲載者の自宅がわかるようシールを貼るなどして情報を共有する



②各班で、日頃の関係づくりとして名簿掲載者宅に訪問し、本人や家族と面談し、いざという時の避難などについて聞き取りを行う

⇒聞き取り内容は、12.13ページの様式を参考にしてください。

防災危機管理課では、町内会エリアの大判地図（A0サイズまで）を無償で提供しています。
連絡先：55-2715



このように日頃から隣近所の人が関わり合い、また、防災訓練時は、安否確認や避難誘導訓練を行うなど、地域住民同士のコミュニケーションを大切にすることで、災害時に誰一人取り残さない防災が実現できるのではないのでしょうか。

★★同意者名簿のよくある質問にお答えします★★

Q：同意者名簿は、住所・氏名・年齢・性別の4つの情報だけでは、どんな支援が必要かわからないのでは？

A：4つの情報に限定した一番の理由は、当事者の方が同意しやすくするためです。「詳細な個人情報を周囲の人に知られてしまうことへの不安」が「同意しない」という選択につながらないよう情報を最低限に絞りました。

支援の内容については、隣近所の人などの支援者が、個別避難計画として把握するようお願いいたします。

★サロン活動に 防災の視点を★

お茶を飲みながら、災害時の避難や手助けについてそっと尋ねてみてはどうでしょうか。



4 地域リスクを知り、支援のタイミングを決める

激甚化・頻発化する大雨時に安全な避難をするためには、河川の浸水想定区域や土砂災害危険箇所など災害リスクを把握し、地域住民全員が「いつ」「どこに」「どのように」避難するのかを考えておく必要があります。

自分一人では避難できない人は、隣近所の手助けがなければ避難はできません。その時に備えて、自主防災活動のルールを決めておきましょう。

平時から備えておきたいこと

◆平時の備え

- 同意者名簿掲載者宅がわかるように地図に表示する
- 防災マップや防災アプリ「防災ふじ」を活用し、災害リスクを把握する
 - ⇒町内会のリスクが高い場所を把握・共有する
 - ⇒町内会の安全な場所・ルートを共有する
- 一人では避難できない人を基準に避難のタイミングを考える
 - 【例】潤井川の水位が上昇し、警戒レベル3高齢者等避難になったとき
土砂災害の危険が高まり、警戒レベル3高齢者等避難になったとき
- 避難のタイミングを「支援」のタイミングとして地域のルールとする
- 同意者名簿掲載者をだれが支援するか決めておく

◆大雨時の行動

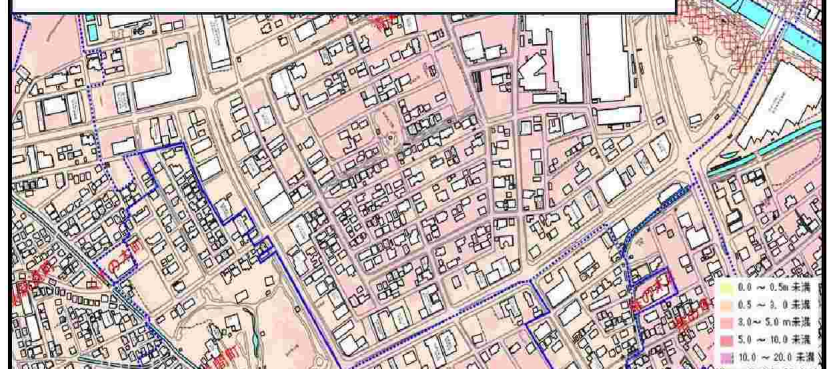
- 台風の進路予報が発表されたら近所で声を掛け合う
- 公会堂など安全な場所を避難（防災）拠点として開設する
- 同意者名簿掲載者の支援を実施する

★事例紹介★

地域住民が集まり、災害リスクを大判地図で把握し、避難ルートや避難場所を決めたり、事業所と避難に関する協定を締結した例があります。地域住民全員が助かるために防災危機管理課も一緒になって取り組みます。お気軽に相談してください。
連絡先：55-2715

●●町内会ルール

空振りはOKだが、見逃しはNG！
潤井川レベル3高齢者等避難で避難や避難支援を開始！



5 個別避難計画作成方針

個別避難計画は、本人を中心に多様な関係者が集まって話し合いをしながら作成するなど、様々なやり方があります。地域の実情に応じて、それぞれ工夫した取組が行われています。

避難の実効性を上げるためには、市や地域防災の担い手だけではなく、本人の心身の状況や生活実態を把握している福祉専門職や地域の医療・保健・福祉などの職種団体などと連携して取組むことが必要となります。

福祉専門職主体で作成

福祉サービス利用者について、担当のケアマネジャーや地域包括支援センター職員が中心となって、地域の支援者の協力を得ながら作成する方法です。計画を作成する時には、福祉専門職や市担当課から町内会・区長などに連絡させていただきます。



地域住民主体で作成

隣近所のつながりや民生委員の見守り活動など、地域コミュニティを活用して個別避難計画を作成する手法です。

次ページから地域住民主体の作成方法について示します。これは、平成30年に発生した西日本豪雨の被害状況を踏まえ、「隣近所で声をかけ合っていたら助かった命があった」という事実を重く受け止め、「風水害から難を逃れること」（事前避難）に重きを置いた様式を本市独自で作成したものです。

6 個別避難計画作成

ここからは、個別避難計画の作成手順について解説しますので、個別避難計画書の様式を準備してください。

また、2ページの「同意者名簿の活用」の「最初にやってほしいこと①」を実施していることを前提に、②日頃の関係づくりの具体例として、個別避難計画書を使ったヒアリングについて解説します。もし、①ができていない場合は、先に行ってからこちらを進めるようお願いいたします。

STEP 1

ヒアリングの準備をしよう！

①同意者名簿から氏名、住所、組（班）を転記します。

氏名	富士山 太郎		住所	富士市永田町1-100		組（班）	5
災害リスク（風水害）	家屋倒壊危険ゾーン	内・外	土砂災害警戒区域	内・外	最大浸水深（富士川・内水）	□0.5m未満 <input checked="" type="checkbox"/> 0.5～3m □3.0m以上	
災害リスク（地震）	震度		6弱・6強		津波浸水想定区域	内・外	

②防災アプリの地点検索機能を使用して、災害リスクを記入します。

- 家屋倒壊危険ゾーンの内・外
- 土砂災害警戒区域の内・外
- 対象河川名と浸水深を記載します。内水浸水想定が河川浸水想定よりも深い場合には、内水にチェックをします。
- 想定震度 6弱・6強
- 津波浸水想定区域の内・外



③記入した災害リスクをもとに、大雨時の避難の方向性を確認します。

氏名	富士山 太郎	住所	富士市永田町1-100	組(班)	5
災害リスク (風水害)	家屋倒壊危険ゾーン 内・外	土砂災害警戒区域 内・外	最大浸水深 (富士川・内水) □0.5m未満 □0.5~3m □3.0m以上		
災害リスク (地震)		震度 6弱・6強	津波浸水想定区域 内・外		

- 家屋倒壊危険ゾーンのなか、外か
- 土砂災害警戒区域のなか、外か
- 最大浸水深を選択
- 自宅の階層を選択

避難の方向性①～③のどれに該当するのか確認します。

※浸水深が3m未満の場合、区域外へ避難が原則ですが、状況によっては、2階以上への垂直避難も可能です。

家屋倒壊危険ゾーン	土砂災害警戒区域	最大浸水深	自宅の階数	
自宅が家屋倒壊危険ゾーン*内	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の内	3.0m以上 2階が浸水する程度		① 「立ち退き避難」 自宅に留まるのは危険です。他の安全な場所へ移動しましょう。
自宅が家屋倒壊危険ゾーン外	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の外	0.5m～3.0m 床上から1階が浸水する程度	平屋建て 集合住宅の1階	② 「垂直避難」 自宅の浸水深以上の高い場所へ避難しましょう。
 家屋倒壊危険ゾーン 堤防決壊に伴う激しい氾濫流や河岸浸食の発生により、家屋の倒壊・流出が想定される区域		0.5m未満 大人の膝下程度	2階以上	③ 「自宅待機」 外出は控え、自宅で待機しましょう。
		無		

ここが重要!!

避難の方向性をしっかり把握!!

① 「立ち退き避難」

自宅に留まるのは危険です。他の安全な場所へ移動しましょう。

② 「垂直避難」

自宅の浸水深以上の高い場所へ避難しましょう。

③ 「自宅待機」

外出は控え、自宅で待機しましょう。



ここまで出来たら、事前準備終了です。ヒアリングへ行く人を決めましょう。役員のみで実施するのではなく、多くの支援者・住民に依頼しながら複数名で実施しましょう。

ヒアリングへ行こう！



- ・訪問前チラシを事前に配布することで、会話がスムーズになるかもしれません。（14ページ参照）
- ・ヒアリングの際には、やさしい言葉・笑顔で接しましょう。
- ・初めての訪問では、聞き取りできないこともあります。複数回のヒアリングも想定しましょう。

- ①事前に確認した災害リスクを一緒に確認します。
- ②個別避難計画書に記入したフローチャートを見せて避難の方向性を一緒に確認します

氏名	富士山 太郎	住所	富士市永田町1-100	組(班)	5
災害リスク(風水害)	家屋倒壊危険ゾーン 内・外	土砂災害警戒区域 内・外	最大浸水深(富士川・内水) <input type="checkbox"/> 0.5m未満 <input checked="" type="checkbox"/> 0.5~3m <input type="checkbox"/> 3.0m以上		
災害リスク(地震)	震度 6弱・6強	津波浸水想定区域 内・外			

家屋倒壊危険ゾーン	土砂災害警戒区域	最大浸水深	自宅の階数
自宅が家屋倒壊危険ゾーン内	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の内	3.0m以上 2階が浸水する程度	平屋建て 集合住宅の1階
自宅が家屋倒壊危険ゾーン外	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の外	0.5m~3.0m 床上から1階が浸水する程度	2階以上
家屋倒壊危険ゾーン 超防決壊に伴う激しい 氾濫流や河岸浸食の発生により、家屋の倒壊・流出が想定される区域		0.5m未満 大人の膝下程度	
		無	

- ① 「立ち退き避難」
自宅に留まるのは危険です。他の安全な場所へ移動しましょう。
- ② 「垂直避難」
自宅の浸水深以上の高い場所へ避難しましょう。
- ③ 「自宅待機」
外出は控え、自宅で待機しましょう。

- ③日頃、情報を入手している手段を確認します。
- ④町内会のルールを伝えます!! (3ページ)
例) 「潤井川の警戒レベル3(高齢者等避難)」 「大雨警報発令時」
- ⑤避難場所(どこへ)、避難方法(どのように)を聞き取り記入します。

情報の入手は・・・ テレビ ラジオ 携帯orスマートフォン

避難行動(安否確認)開始のタイミングは・・・潤井川の警戒レベル3(高齢者等避難)発令時			
避難場所(どこへ)	避難方法(どのように)	避難場所(どこへ)	避難方法(どのように)
① 立ち退き避難 (まちづくりセンター) 避難場所 () その他 ()	徒歩 車いす 車 手伝ってほしい	② 垂直避難 自宅の2階以上	自力で2階へ避難する 手伝ってほしい その他()
③ 自宅待機		外出は控え、停電時などに備える	

⑥寝室の場所を記入します。

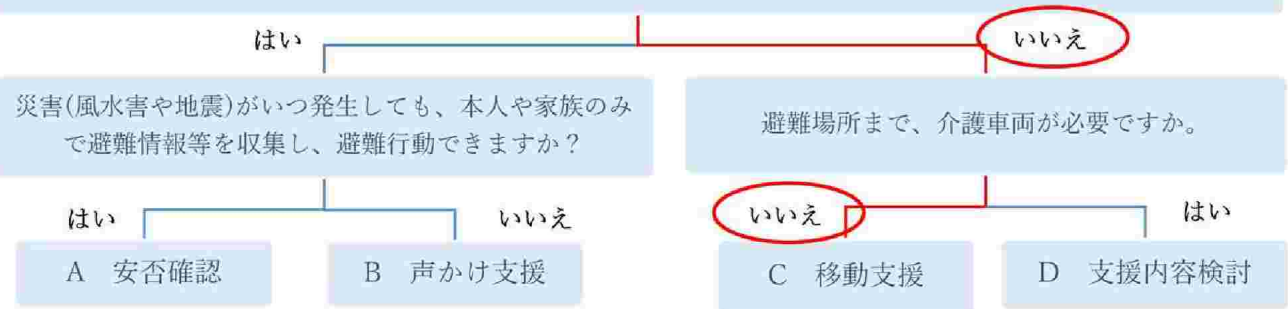
⑦フローチャートにそって聞き取りをし、避難支援区分を確認します。

避難方法と支援の内容を確認（回答に○をつけます）

災害はいつ発生するかわかりません。

寝ているときに浸水したら大変ですね・・・。普段、寝室は【1階ですか？ 2階ですか？】

災害(風水害や地震)がいつ発生しても、本人や家族だけ(近所の手助けなし)で避難場所まで移動できますか？



避難支援区分	支援内容	詳細
A	安否確認連絡	大雨時や地震発生時には安否の確認を行います
B	声かけ支援	訪問して必要な情報を伝えます
C	移動支援	<input checked="" type="checkbox"/> 2階へ上がるための支援 <input type="checkbox"/> 車いすへの移乗 <input type="checkbox"/> 避難先までの移動支援 <input type="checkbox"/> その他の支援 吸入器・薬・非常食等も一緒に2Fに運んでほしい
D	支援内容を検討	福祉総務課へ報告してください。 今後、福祉専門職と一緒に、支援内容について話し合います。

⑧支援に必要な情報を聴き取ります。



相手の様子見て、疲れているようなら次回聞き取るなどの配慮を！

支援に必要な情報を聴き取り

(最初の訪問では聞き取れないこともあるため、複数回かけて行ってください。)

■連絡先を確認しましょう

自宅 **55-0123**

携帯 **090-0000-XXXX**

■1人になる時間帯はありますか(家族が不在の時間帯)

AM (**9:00~12:00**) PM () 夜間 (**火・木**)

■医療機器など生活するうえで手放せないものはありますか

あり (**右足がうまく動かない 喘息の吸入器と心臓の薬が手放せない**) なし

■近所の人で困ったときにお話ししたり、助けてくれそうな人は居ますか。

(班・氏名: 班・) (班・氏名: 班・) なし

■日頃から、不安に感じていることがありますか

あり (**最近、耳が遠くなり、同報無線や携帯の着信に気が付かない時が多い**) なし

■そのほか、配慮すべき点、気になる点

・最近、仲が良かったお隣さんが引っ越ししてしまった。

・息子がいるが、定期的に夜勤がある。娘がいるが、東京在住である。



ここで、一先ずヒアリング調査は終了です。

ヒアリングしたことをまとめよう！

- ①ヒアリングで得た情報を、共有する。
- ②同意者名簿備考欄を活用してヒアリングをまとめる。

避難行動要支援者名簿(同意者のみ) 参考

町内会・区 永田町 令和7年5月19日 時点

番号	地図 QRコード	氏名 住所				備考
		年齢	性別	町内会	班・組	
1	[地図QR]	富士 太郎 富士市永田町1丁目100				
		82	歳	男	永田町	
2	[地図QR]	富士 花子 富士市永田町1丁目100				
		78	歳	女	永田町	
3	[地図QR]	吉原 美咲 富士市永田町1丁目20番40号				
		25	歳	女	永田町 13-2	
4	[地図QR]	今泉 和夫 富士市永田町1丁目85番17号				
		92	歳	男	永田町 永田町 15	
5	[地図QR]	オサダ セイイチ 長田 誠一 富士市永田北町15番23号				
		53	歳	男	永田町 永田町 3	

Page: 1 / 1

備考欄活用の一例

- ✓ 避難支援区分を記入する
- ✓ 連絡先を記入する
- ✓ 支援者を記入する など



- ・ヒアリングで聞き取った情報を、大判地図や同意者名簿に記載をして、一緒に保管することをお勧めします。
- ・避難支援区分「D」になった方がいた場合は、福祉総務課へ連絡し、福祉専門職と一緒に、再度ヒアリングを実施するなど、支援内容についての話し合いに参加してください。

大判地図を囲んで共有する様子
(令和7年度富士北地区)



③支援者を決定します

支援者（誰から連絡をもらうか、だれと一緒に行動するか確認しましょう！「だれと」）

--	--	--



- ・ 支援者は、近所の人や身近な人を設定しましょう。
- ・ 支援者は複数人設定しましょう。
- ・ 自宅待機となった要支援者に対しても、電話にて安否確認ができる仕組み（支援者）を決めておきましょう。
- ・ 近所の人で困ったときにお話ししたり、助けてくれそうな人がいた場合は、支援者になっていただけるか確認しましょう。



民生委員



自主防災会



要支援者の友達



ケアマネージャー



町内会の役員



近所の人

④作成した日、ヒアリングへ行った人を記入します。

支援者（誰から連絡をもらうか、だれと一緒に行動するか確認しましょう！「だれと」）

5班 ●●●●● (近所の人)	5班 班長 ●●●●●	●●●●● (支援者の2軒隣)
--------------------	-------------	--------------------

作成日(R8.4.1) ヒアリング担当者(●●●●●)

ここまでで、個別避難計画の作成は終了となります。

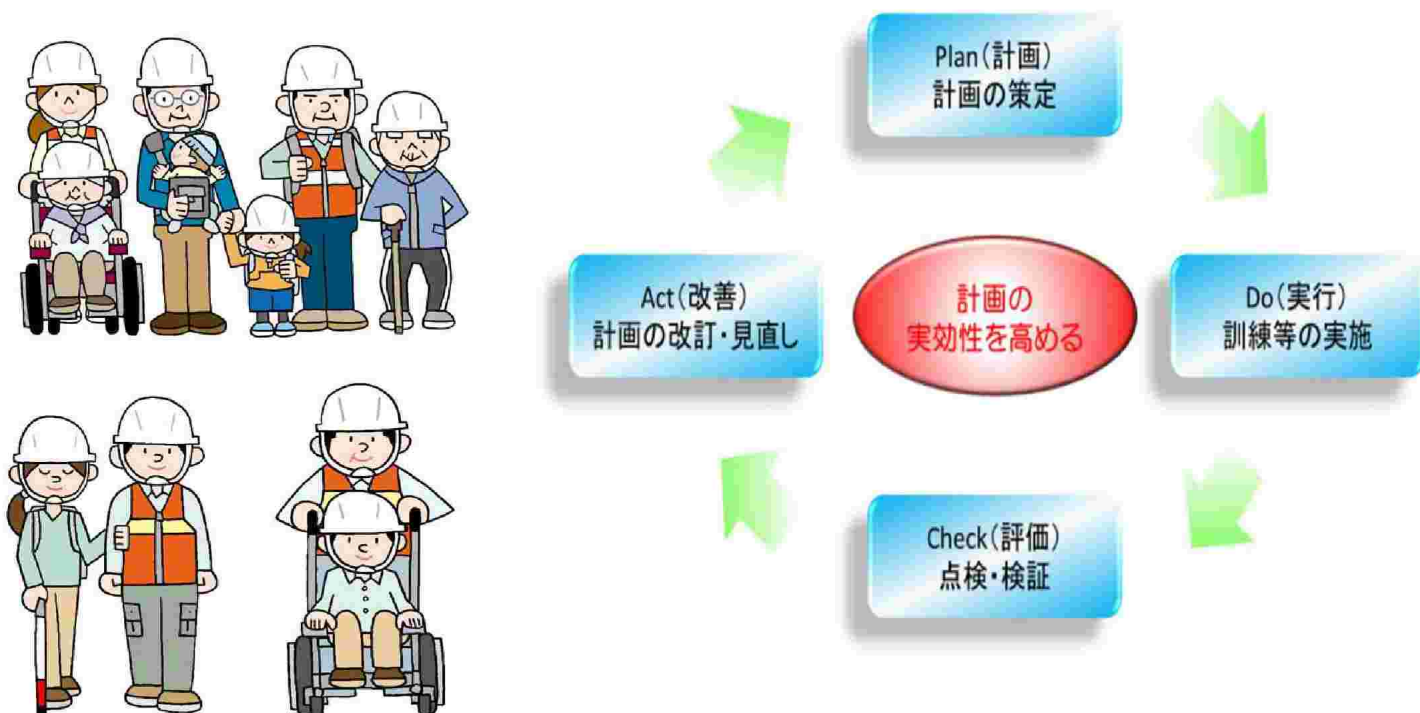
7 作成した個別避難計画の管理と活用について

作成した個別避難計画の管理について

- ◆ 町内・区内において、日頃から、名簿や計画書を活用できるように管理しましょう。
- ◆ 同意者名簿・地図・個別避難計画書を一連の資料として保管することも効果的です。
- ◆ 作成した計画書のコピーを、対象者に支援者に渡しへ行くなど顔の見える関係性を築きましょう。

作成した個別避難計画の検証をしましょう

- ◆ 個別避難計画の作成後、避難訓練を実施しましょう。
- ◆ 訓練は、さまざまな立場からの意見等が得られる有意義な機会です。できるだけ幅広い関係者に参加してもらいましょう（例：要支援者、要支援者の家族、町内・区、自主防災会の関係者、消防団員、民生委員、福祉専門職、避難の受入先となる施設管理者等）。
- ◆ 訓練後、振り返りを行い、課題等を踏まえ計画内容を更新しましょう。



- ◆ 訓練実施の相談は、防災危機管理課（55-2715）までご連絡ください。

個別避難計画

氏名		住所		組(班)
災害リスク (風水害)	家屋倒壊危険ゾーン 内・外	土砂災害警戒区域 内・外	最大浸水深 (川・内水) □0.5m未満 □0.5~3m □3.0m以上	
災害リスク (地震)	震度 6弱・6強		津波浸水想定区域 内・外	

大雨時の避難の方向性を確認

家屋倒壊危険ゾーン	土砂災害警戒区域	最大浸水深	自宅の階数	
自宅が家屋倒壊危険ゾーン [※] 内	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の内	3.0m以上 2階が浸水する程度		① 「立ち退き避難」 自宅に留まるのは危険です。他の安全な場所へ移動しましょう。
自宅が家屋倒壊危険ゾーン外		0.5m~3.0m 床上から1階が浸水する程度	平屋建て 集合住宅の1階	
💡家屋倒壊危険ゾーン 堤防決壊に伴う激しい氾濫流や河岸浸食の発生により、家屋の倒壊・流出が想定される区域	自宅が土砂災害(特別)警戒区域の外	0.5m未満 大人の膝下程度	2階以上	③ 「自宅待機」 外出は控え、自宅で待機しましょう。
		無		

対象者の災害リスクと大雨時の避難の方向性を確認したのちにヒアリングを実施しましょう!!

大雨時の避難行動開始のタイミング、避難方法を確認!

情報の入手は・・・ □テレビ □ラジオ □携帯orスマートフォン

避難行動(安否確認)開始のタイミングは・・・

避難場所(どこへ)		避難方法(どのように)	
① 立ち退き避難	() まちづくりセンター	徒歩	
	() 避難場所	車いす	
	() その他	車	
② 垂直避難	()	自力で2階へ避難する	
	() 自宅の2階以上	手伝ってほしい	
	()	その他()	

避難場所(どこへ)	行動
③ 自宅待機	外出は控え、停電時などに備える

★個別避難計画の作成は、目的ではなく手段

- 計画づくりをきっかけに、私たちみんなが、安全安心に暮らせる地域づくりに取り組んでいきましょう!!
- 支援者になっていても、災害発生時は、自分自身や家族の安全が第一です。

個別避難計画作成に関する問い合わせ

富士市役所 危機管理室 防災危機管理課
TEL 0545-55-2715

富士市役所 福祉部 福祉総務課
TEL 0545-55-2840

