



どのような方に配慮が必要？



高齢者



歩くのが困難な場合もあるため、杖・車イス等が必要です。認知症がある場合は、簡単な言葉でゆっくり説明し、誘導時は必ず付き添いましょう。

聴覚・言語障がいのある方



避難情報等が入手困難です。声かけや音声の情報をメモ、スマートフォンのアプリ等に入力して見せるなどの方法が有効です。

知的障がい・精神障がい・発達障がいのある方

慣れ親しんでいる人が避難支援者になるなどの配慮が必要です。避難誘導時は必ず誰かが付き添い、一人にしないようにしましょう。



乳幼児・妊産婦の方

どのような手助けが必要か、声かけをしましょう。妊産婦の方や、乳幼児を抱えての避難は、負担が大きいので、手荷物などを持つようにしましょう。

視覚障がいのある方



声をかけるときは、正面から話しかけ、説明しながら誘導します。

身体障がいのある方



その方に適した誘導方法を確認しておきましょう。

医療的なケア等が必要な方



どのような支援が必要か、声かけをしましょう。避難時に荷物が増えるため、一緒に運ぶようにしましょう。搬送が難しいことも考えられることから、事前にどのような支援が必要か確認しておきましょう。

誰かの付き添いや手助けを必要とされています！



高島市避難行動要支援者地域助け合い制度

災害発生時に、お住まいの地域の中で避難支援を受けられるようにする仕組みです。制度の登録申請について詳しくは、お近くの**民生委員・児童委員または市社会福祉課**にお問い合わせください。



個別避難計画

災害時に一人では避難が難しい方で、地域の災害リスク、要介護度や障害支援区分等が高いなど、特に避難支援が必要な方の避難計画のことです。市では、計画作成対象者に関わる関係機関と連携して、**個別避難計画の作成を推進しています。**

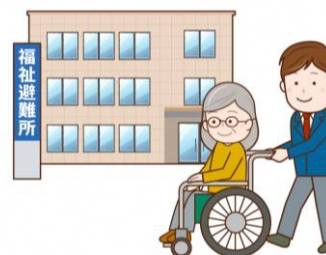


個別避難計画の作成を進める方や地域に対しては、市から個別に作成のご協力を依頼しています。

福祉避難所

広域避難所での生活が困難な避難行動要支援者に対する一定の配慮がなされた避難所のことで、必要時に開設されます。

福祉避難所は、災害時に市の判断で開設される**二次的な避難所**であるため、**原則**として、発災直後から避難所として住民が避難することはできません。



2024（令和6）年3月

発行 高島市介護サービス事業者協議会
協力 高島市

高島市ホームページからダウンロード
できます。
<https://www.city.takashima.lg.jp/index.html>



〈このリーフレットは「令和5年度滋賀県小規模法人ネットワーク化協働推進事業費補助金」を活用しています〉

～高齢者や障がいがある方等の災害時の避難について～

災害時こそ地域みんなで大切な命を守ろう



過去の災害では、高齢者や障がいがある方（以下「避難行動要支援者」）等、一人では避難することができない方々に被害が集中しています。このような方々の命を守るためには、**地域やご近所の避難支援が必要です。「いつも」と「もしも」をつなぎ、みんなで助け合い、災害時に誰ひとり取り残さない地域をめざしましょう！**



高齢者・障がいのある方等避難に支援が必要な皆さまへ

このリーフレットは、平時にどのような備えが必要か、災害時にどのように避難するのかをまとめたものです。中面にマイ・タイムラインを掲載していますので、ぜひご自身やご家族等で作成いただき、災害時に命を守る行動につなげてください。

※災害時、ケアマネジャー、相談支援専門員、訪問看護師、訪問介護員等による支援は受けられないことが想定されます。ご自身で災害への備えを進めていただくとともに、家族や地域の方々と連携した避難準備を行う必要があります。

地域の皆さまへ

ご近所で災害時に避難支援が必要と思われる方がおられましたら、日頃からのご近所付き合いを通じて、もしもの時の避難支援をお願いします。また、ご自身のマイ・タイムライン（中面参照）を作成したうえで、地域内で避難行動要支援者を交えた避難訓練等を実施しましょう。



マイ・タイムラインはこちら！

マイ・タイムライン（ご自身の避難行動計画）で避難のタイミングを考えよう

マイ・タイムラインとは、災害時に「逃げ遅れない」よう、避難の準備から避難完了まであらかじめあなたの地域の広域避難所を確認しましょう。 ※地震・風水害時の一時避難場所は各地域で決めら

避難行動を考えておく計画のことです。「高島市防災ハザードマップ」で



【風水害時】マイ・タイムラインシート

このシートを活用し、風水害時の避難のための情報を整理しましょう。

家族構成	人（一緒に避難：人）	自宅の災害リスク	風水害・土砂災害
緊急連絡先①	家族・地域・事業所などの名称やTEL		
緊急連絡先②	家族・地域・事業所などの名称やTEL		

【平常時】災害に備えましょう！

いざという時のために、まずは、日頃から非常時の持出品や備蓄品を用意しておくことが大切です！

防災備蓄品 ▶ 備蓄品は、できれば7日分を準備しましょう！
難しい場合は、まずは3日分を準備！

食料	☐ レトルト食品・缶詰などの調理が 必要ない食べ物 ☐ マグカップ・紙皿・はし・スプーン ☐ 食品用ラップ ☐ ペットボトルの水・給水容器
衣類	☐ 下着・防寒着 ☐ 雨具・軍手・運動靴
衛生用品	☐ 持病の薬・常備薬 ☐ マスク ☐ お薬手帳 ☐ 体温計 ☐ 簡易トイレ ☐ 消毒液
その他	☐ 懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池 ☐ 携帯電話の充電器・貴重品（通帳、現金） ☐ 命のボタン
日頃からの準備・確認	☐ 災害用伝言ダイヤル1717 ☐ 家族の連絡先の確認 ☐ 広域避難所や一時避難場所等の確認 ☐ カセットコンロ・ガスボンベ ☐ お風呂に水をためておく

「防災備蓄品」を
1～2日分リュック
サックに入れ、す
ぐに持ち出せるよ
うにしておきま
しょう！



日頃からの
準備が大切！
自分に合わせ
たものを
考えておきま
しょう！



風水害

- 警戒レベル1・2
- ハザードマップ（浸水・土砂災害リスク、避難所）や気象情報の確認
 - 地域の支援者や福祉専門職との連絡調整等

- 警戒レベル3
- 高齢者等避難に時間がかかる方は避難開始
- 警戒レベル4
- 市が指定した区・自治会の方は全員避難

あなたの「広域避難所」はどこですか？

災害発生

まずは自分と家族の安全確認

避難開始

地震



倒壊の危険あり

一時避難場所

自宅に倒壊などの恐れがある場合は、ガスの元栓・電気のブレーカーを確認し、まずは、一時避難場所へ向かいましょう。

あなたの「一時避難場所」はどこですか？

自宅へ戻ることが難しい場合は、広域避難所へ

自宅（在宅避難）

自宅が安全な場合や移動が困難な場合は、自宅に留まり、「安否確認行動」（貼り紙や旗を掲げるなど）を取りましょう。

直接、各広域避難所へ向かうように決めている区・自治会もあります

原子力災害

原子力発電所でトラブル・異常発生が発生した場合、「屋内退避（自宅・職場等の建物の屋内に留まる）」を行ってください。その後、避難移動が必要になった場合は、防災行政無線等の指示に従ってください。

警戒レベル5

- 避難できていない場合は、緊急的に命の安全を確保できる建物の2階以上などに避難



自宅へ戻ることが難しい場合は、広域避難所へ

命を守る行動をとる

一時避難所の開設、地域住民の安否確認、市との情報共有

在宅・通所サービスを休止し、利用者の安全を確保

全利用者の安否確認を行う。在宅や避難先で福祉支援を行い、利用者によっては二次災害を防ぐための取り組みを行う

避難生活

広域避難所

自宅が被災し、生活が困難な場合は、小・中学校などの広域避難所へ避難します。事前に確認しておきましょう。

※自宅の被害が少なく、避難生活を必要としない方についても、生活物資等が不足した場合は、広域避難所で受け取ることができます。

あなたの「広域避難所」はどこですか？

地震災害時

風水害・土砂災害時



災害発生時にこそ、日頃からの近所付き合いが生かされます！
ぜひ、自治会・町内会の活動へ参加しましょう！



わたしと家族の避難行動

【ポイント】
情報収集の方法や避難するために準備すること・避難するタイミングを記入しましょう。

警戒レベル1	(2～3日前)	早期注意情報（警報級の可能性）
	☐ 気象情報の確認 ☐ 避難先・避難経路の確認 ☐ 備蓄品の確認 ☐ 避難支援者へ連絡 ☐	
警戒レベル2	(気象状況が悪くなる)	大雨・洪水注意報／氾濫注意情報
	☐ 気象情報の確認 ☐ 避難先・避難経路の確認 ☐ 非常持出品の準備 ☐ 避難支援者へ連絡 ☐	
警戒レベル3	発表 時ごろ	大雨・洪水警報／氾濫警戒情報
	(災害のおそれあり)	高齢者等避難
	☐ 避難スイッチ	
	☐ 気象情報の確認 ☐ 市からの気象情報に基づき避難開始 ☐ 非常持出品を持って避難 ☐ 避難支援者や家族等に連絡 ☐ 【避難後】関係者に避難先を伝える ☐	
警戒レベル4	見込 時ごろ	土砂災害警報情報／氾濫危険情報
	(災害のおそれ高い)	避難指示
	☐ 避難スイッチ	
	警戒レベル3（相当）の発表時間をメモし、夜間に警戒レベル4（相当）となる見込みの場合は、避難開始の時間を早める	☐ 市からの避難情報に基づき避難 ☐ 非常持出品を持って避難 ☐ 避難支援者や家族等に連絡 ☐ 【避難後】関係者に避難先を伝える ☐
警戒レベル5	大雨特別警報／氾濫発生情報	緊急安全確保
	(災害発生または切迫)	★もし、避難できていない場合は、緊急的に命の安全を確保できる建物の2階以上などに避難
	(発生後)	

【ポイント】
避難するときに持っていくものを準備し、避難しやすい服装に着替えます。

【ポイント】
川の水位や避難所の開設情報の確認、親戚・知人の要配慮者へ積極的に連絡・声かけをし、避難を開始しましょう。