

# 災害時 避難支援ガイドブック

Evacuation support

このガイドブックは  
大規模な地震や風水害などが発生した際に  
自力で避難が困難な方を  
地域の力で迅速かつ円滑に  
救助・支援するための  
制度と方法、情報をまとめたものです

守谷市 社会福祉課

〒302-0198 守谷市大柏950-1

☎0297-45-1111 (代表)



目と耳で読む多言語対応ツール  
このパンフレットは、スマホやタブレットを使って  
閲覧できます。

対応言語 / Languages you can choose

英語(English)・中国語簡体字(简体中文)・中国語繁体字  
(繁體中文)・韓国語(한국)・タイ語(ไทย)・ポルトガル  
語(Português)・スペイン語(Español)・インドネシア語  
(bahasa Indonesia)・ベトナム語(Tiếng Việt)



守谷市  
令和6年3月

## ① はじめに

1. ガイドブックの目的 ..... 1
2. 避難行動要支援者制度の背景 ..... 1
3. 用語の定義 ..... 2

## ② 避難行動要支援者制度

1. 避難行動要支援者名簿 ..... 4
2. 個別避難計画 ..... 5
3. 避難支援等関係者の方へのお願い ..... 6
4. Q&A ..... 7

## ③ 避難行動要支援者の支援

1. 目の不自由な方 ..... 8
2. 耳の不自由な方 ..... 8
3. 体の不自由な方 ..... 9
4. 内部障がいのある方 ..... 9
5. 知的障がいのある方 ..... 10
6. 精神障がいのある方 ..... 10
7. 認知症の方 ..... 11
8. 避難所での生活について ..... 11

## ④ お役立ち情報

1. 非常持ち出し品チェックリスト ..... 12
2. 市民生活総合支援アプリ「Morinfo (もりんふお)」 ..... 13
3. メールもりや ..... 13
4. NTT災害用伝言ダイヤル ..... 13
5. 関係機関一覧 ..... 14
6. 関連サイト ..... 15
7. 守谷市防災ハザードマップ ..... 16

## ① はじめに

## ① ガイドブックの目的

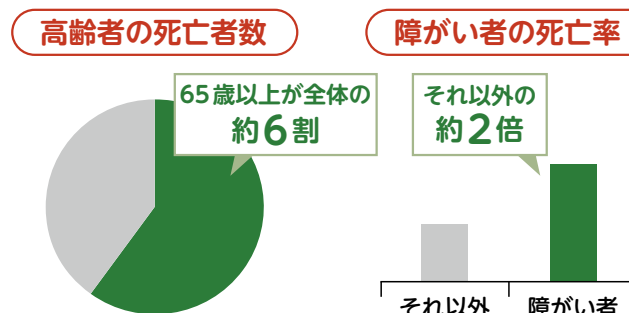
近年、全国各地で大規模な地震や風水害が発生しており、高齢者や障がいをお持ちの方など自力での避難が困難な方（避難行動要支援者）に多くの被害が発生しています。

このガイドブックは、避難行動要支援者制度の概要をご紹介しますとともに、災害時に助けを必要とする方への支援が地域で迅速かつ円滑に行われるように作成したものです。

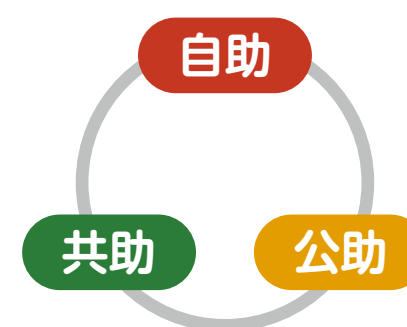
## ② 避難行動要支援者制度の背景

## 高齢者・障がい者の被害が大きい

平成23年の東日本大震災では、非常に多くの命が失われました。被災地全体の死亡者のうち、65歳以上の高齢者の死者は約6割であり、障がいのある方の死亡率はそれ以外の方の約2倍であったとされています。



## 自助・共助・公助



## 自助 個人や家族による身の安全を守る行動

平常時から備え（水や食料、生活用品）や避難時の想定をし、可能な限り自力で安全確保に努める自主行動です。

## 共助 自治会や自主防災組織等の地域住民の行動

災害に備えた助け合いの基盤づくりや、災害時の安否確認や避難支援等を行う地域の取り組みです。

## 公助 市や消防、自衛隊等の公的機関の行動

人命救助や消火活動、医療の提供のほか、まちの再建・復興等を担う公的機関の役割です。

## 「共助力」が被害の大きさを左右する

要支援者の迅速かつ円滑な避難行動には、「自助」と「共助」が重要なカギを握ることになります。

平常時からのお一人おひとりの災害への備えと、地域の繋がりに基づいた災害時の支援体制の構築が求められます。



### 3 用語の定義

#### ①避難行動要支援者（要支援者）

市が指定する方：自動的に登録されます

- 要介護認定者  
介護保険の要介護3・4・5の方
- 障がいのある方  
身体障害者手帳1級・2級の方  
精神障害者手帳1級・2級の方  
療育手帳④（最重度）・A（重度）の方
- 認知症の疑いのある方  
介護保険の要介護1・2の方で、認知症高齢者の日常生活自立度のランクがⅡ、Ⅱa、Ⅱb、Ⅲ、Ⅲa、Ⅲb、Ⅳ又はMに該当する方

災害時の支援を必要とする理由を有する方で名簿掲載を希望する方：申請が必要です

要支援者として災害時の支援を必要とする方は、「守谷市避難行動要支援者登録申請書（様式第1号）」により名簿に登録を希望することができます。

（対象となる方の要件例）

- 65歳以上のひとり暮らし世帯
- 75歳以上の高齢者のみの世帯
- 要介護または要支援の認定を受けている方
- 身体障害者手帳をお持ちの方
- 精神障害者手帳をお持ちの方
- 療育手帳をお持ちの方
- 難病医療費受給者証をお持ちの方

#### ②避難支援等関係者

避難行動要支援者名簿や個別避難計画を市から受領し、平常時から、地域における支援体制づくりや避難支援等にご協力をいただく方  
自治会・町内会、自主防災組織、民生委員、守谷市社会福祉協議会 等

#### ③避難支援等

ご自身、ご家族の安全を最優先したうえで、要支援者を災害から保護するために必要とされる支援

- 災害発生時に安否を確認すること
- 災害に関する正確な情報を伝えること
- 要支援者がどこに避難したのかを知らせること
- 避難時の介助
- 生活・医療情報を伝達すること
- 避難生活を手助けすること 等



#### ④避難行動要支援者名簿（名簿）

要支援者の情報が記載された名簿

〈記載される情報〉

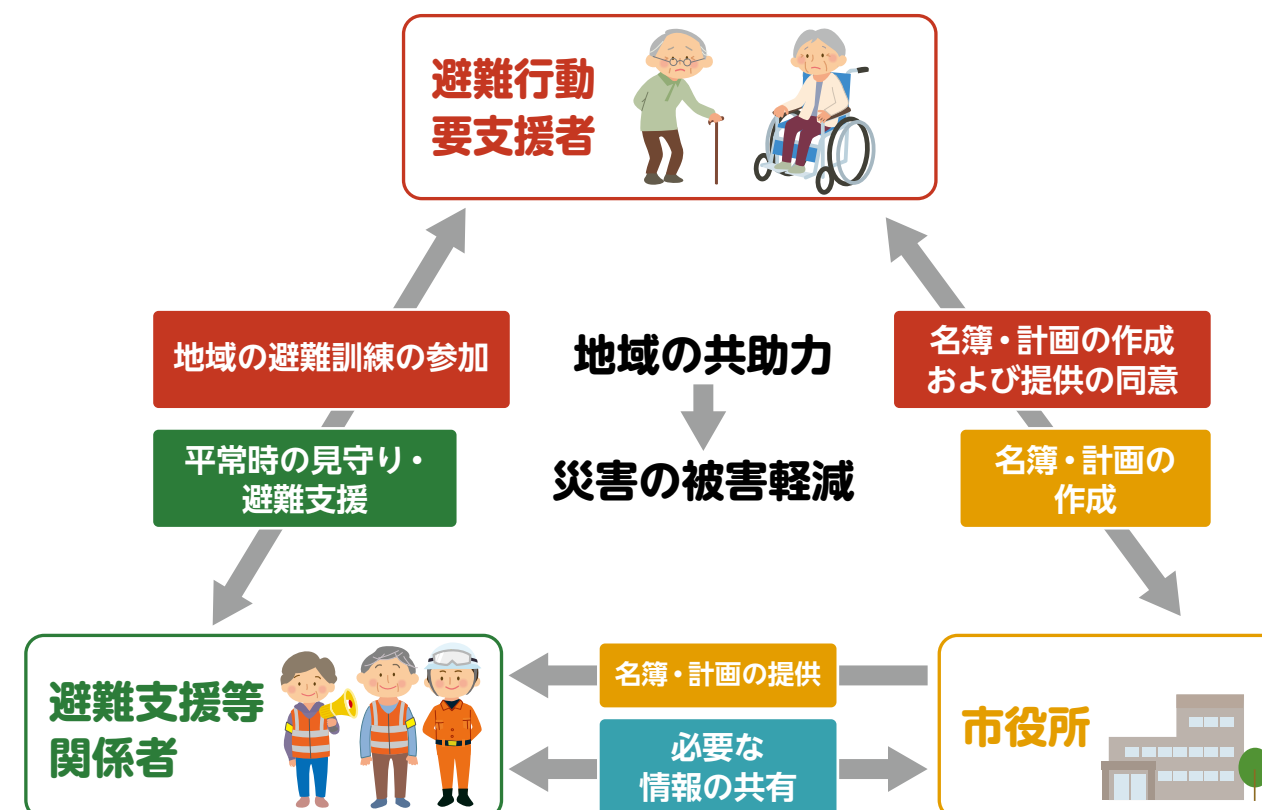
- 氏名
- 生年月日
- 年齢
- 性別
- 住所又は居所
- 電話番号
- 避難支援等を必要とする事由
- 避難計画の作成状況

#### ⑤個別避難計画（避難計画）

要支援者ごとに、災害時「どこに、だれと、どうやって」避難するのかを具体的に記載した計画書

〈記載される情報〉

- 心身の状態
- 緊急連絡先
- 避難時の持ち物
- 避難の流れ
- 避難先・避難経路
- 福祉事業所の利用状況
- 避難支援等実施者（支援者）
- 避難時の配慮事項
- 避難後の支援
- 家の間取り 等



## 2 避難行動要支援者制度

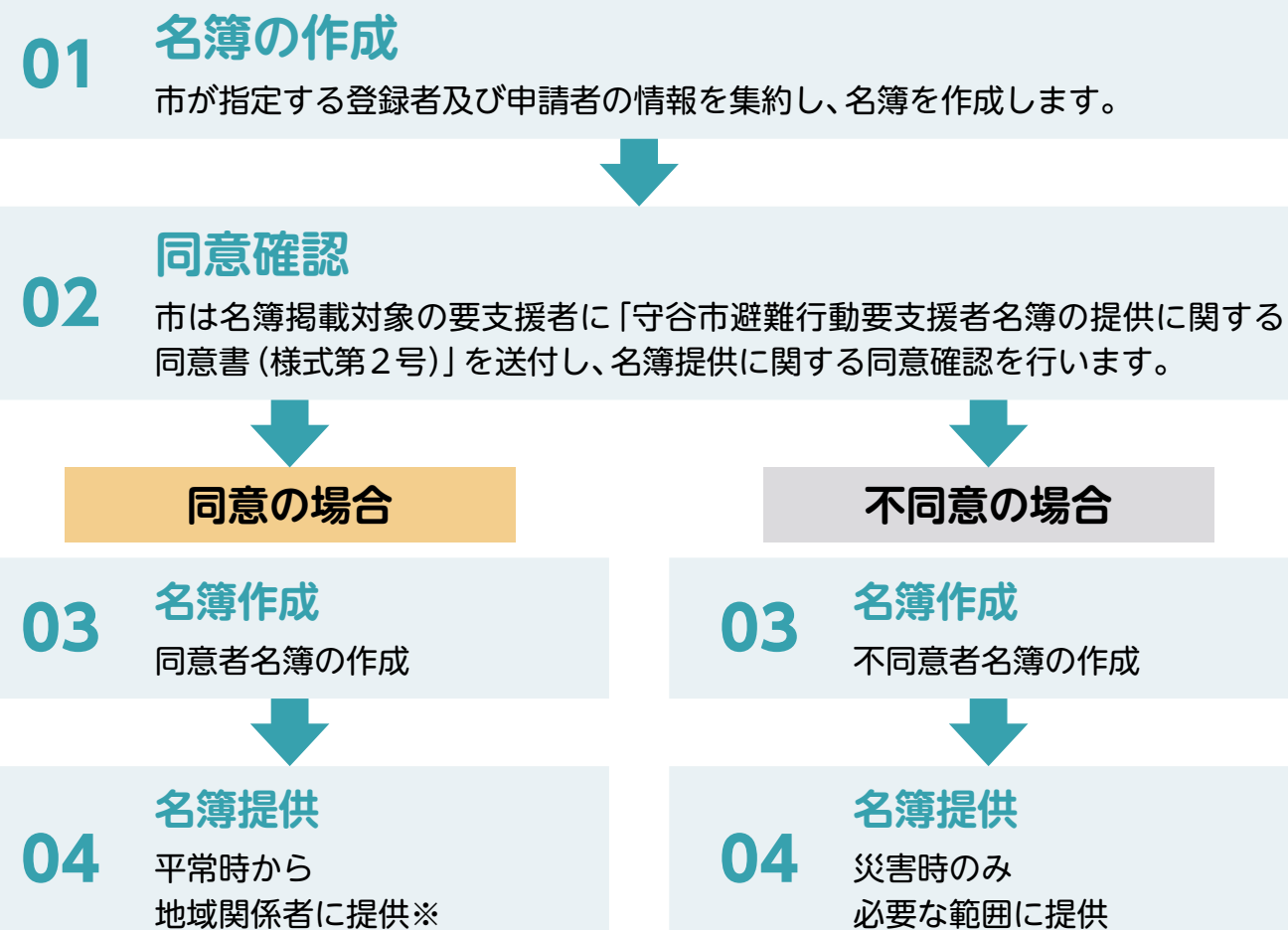
この制度は、要支援者（自力では避難が難しい方）の心身の状況や災害時に必要となる支援について、①名簿と②避難計画を作成し、地域で共有することによって、地域の共助力を高め、災害の被害軽減を図るものです。

### 1 避難行動要支援者名簿

名簿は、支援を必要とする要支援者を地域で把握していただくためのものです。要支援者の情報が記載された名簿は、本人の同意に基づいて、平常時から自治会・町内会、自主防災組織、民生委員等（避難支援等関係者）に提供されます。

災害発生時又は発生するおそれが生じた場合は、法律にもとづき、本人の同意を得ることなく、必要な範囲に名簿情報を提供することがあります。

#### 名簿の作成から提供まで



※名簿は、半年ごとに更新（提供）します。

### 2 個別避難計画

避難計画は、災害時の対応を具体的に考え、災害時に迅速な避難行動を図るためのものです。



要支援者が災害時「どこに、だれと、どうやって」避難するのかをまとめた避難計画は、本人の同意にもとづき、市・社会福祉協議会、支援者、避難支援等関係者等で作成します。作成した避難計画は、災害時に避難支援を行う支援者や避難支援等関係者に提供されます。地域では、避難計画を活用した避難訓練等を実施し、災害時の避難支援に繋がります。

#### 避難計画作成の流れ（例）



## 避難支援等関係者 (自治会・町内会、自主防災組織等)の方へのお願い

### 名簿及び避難計画の受領と管理

#### 01 市から案内

市から名簿及び避難計画の提供(更新)の案内通知を受領します。

#### 02 受領の検討

自治会・町内会、自主防災組織等で名簿及び避難計画を受領するか否か、受領する場合は、管理責任者・取扱者を検討、決定します。

#### 受領する場合

#### 03 受領日時の調整

市と受領の日時等について調整します。

#### 04 受領と確約書の提出

名簿及び避難計画の管理責任者及び取扱者等を記載した「守谷市避難行動要支援者名簿及び個別避難計画受領書兼確約書(様式第3号)」を市に提出し、名簿及び避難計画を受領します。  
管理責任者、取扱者の人数分を受領することができます。

#### 管理と活用

##### 【名簿及び避難計画の管理】

- 名簿等の紛失、漏えい、破損その他の事故を防ぐため、その扱いには細心の注意を払ってください。
- 名簿等の保管場所を定めるとともに、原則として施設可能な場所で厳重に保管してください。
- 複製、複写、パソコンその他の電子機器でのデータ化は禁止します。

##### 【名簿及び避難計画の活用】

- 災害時に迅速な支援活動が行えるよう、名簿等を活用し、地域での声掛けや助け合いなど、日頃から地域における支援体制づくりをご検討ください。

#### 名簿等の引継と更新

#### 06

- 名簿及び避難計画の更新時には、全て市に返却してください。
- 管理責任者や取扱者が変わる場合は、名簿及び避難計画の受渡しは行わず、必ず市に返却し、改めて、受領の手続きをしてください。

## Q & A

### Q1

名簿や避難計画の記載情報に変更が生じたが、どうしたらよいですか。

### A

市に連絡のうえ、「守谷市避難行動要支援者(名簿・計画)内容変更等届出書(様式第5号)」を提出してください。

### Q2

名簿や避難計画の地域への提供について、「同意する」、「同意しない」の変更はできますか。

### A

変更可能です。  
市に連絡のうえ、「守谷市避難行動要支援者(名簿・計画)内容変更等届出書(様式第5号)」を提出してください。

### Q3

施設に入所した場合はどうなりますか。

### A

施設に入所した場合、名簿登録、避難計画作成の「対象外」となります。  
市に連絡のうえ、「守谷市避難行動要支援者(名簿・計画)内容変更等届出書(様式第5号)」を提出してください。

### Q4

名簿に登録された方、避難計画を作成した方は、災害時に必ず助けてもらえるのですか。

### A

名簿情報を地域に提供したり、避難計画を作成することによって、災害時、支援を受けられる可能性は高まりますが、確実な支援をお約束できるものではありません。  
この取組みは、地域の皆さまの善意に基づくものであり、災害時は支援者自身やご家族の安全確保が最優先となります。  
平常時から「自助」の意識を持ち、災害への備えをお願いします。

### Q5

名簿及び避難計画を受領した避難支援等関係者(自治会・町内会、自主防災組織等)や避難計画に位置付けられる支援者は避難支援の義務が生じるのですか。

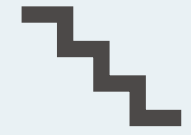
### A

避難支援を行う法的義務はありません。  
ご自身、ご家族の安全確保を第一に、可能な範囲での避難支援へのご協力をお願いします。

# 3 避難行動要支援者の支援

要支援者は、災害時に自ら適切な行動が取りにくい個々の特徴があります。  
ここでは、一般的に必要とされる要支援者の支援方法を示します。  
個々の支援に際しては、支援を必要とされている方が希望する支援の内容を確認しながら、柔軟な対応を心がけてください。

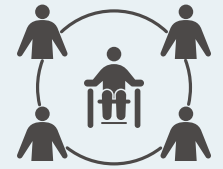
## 1 目の不自由な方

|       |                                                                                     |                                                                                       |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 特 徴   | ● 視覚による異変・危険の察知が不可能又は困難<br>● 単独で素早い避難行動が取りにくい                                       |                                                                                       |
| 支援の方法 |    |    |
|       | 名乗ってから声を掛ける                                                                         | いきなり手や身体に触れない                                                                         |
|       |  |  |
|       | 周りの状況を都度伝える                                                                         | 段差の始まりと終わりを伝える                                                                        |

## 2 耳の不自由な方

|       |                                                                                     |                                                                                       |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 特 徴   | ● 音声による避難誘導の指示の認識が不可能又は困難<br>● 音声による会話が困難な場合が多い                                     |                                                                                       |
| 支援の方法 |  |  |
|       | 正面から口を大きく動かして話しかける                                                                  | 文字や絵、ジェスチャーを交える                                                                       |
|       |  |  |
|       | 筆談や空書も有効                                                                            | 大切な情報はメモをして渡す                                                                         |

## 3 体の不自由な方

|       |                                                                                     |                                                                                           |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 特 徴   | ● 障がいの部位や程度によって、必要とする支援は異なる<br>● 自力歩行や素早い避難行動が困難である場合が多い                            |                                                                                           |
| 支援の方法 |  |        |
|       | 可能な限り複数人で支援する                                                                       | 自力歩行が難しい場合は車いすや毛布等で作った応急担架を使う                                                             |
|       |  | 杖歩行の方  |
|       | 車いす対応のトイレまたはスペースを確保する                                                               | 杖を持っていない麻痺側に立ちバランスが崩れた時に備える                                                               |

## 4 内部障がいのある方（内臓等に障がいのある方）

|       |                                                                                       |                                                                                       |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 特 徴   | ● 障がいが外見からは分かりにくい<br>● 専門の医療や医療機器・薬等の携帯が必要                                            |                                                                                       |
| 支援の方法 |  |  |
|       | 避難所では器具の交換・消毒等のためプライバシーに配慮した空間を作る                                                     | 本人のペースに合わせて慌てずに行動する                                                                   |
|       |  |  |
|       | 処方薬やお薬手帳を持って避難する                                                                      | 本人（家族）に配慮事項を聞き取る                                                                      |

## 5 知的障がいのある方

### 特 徴

- 異変・危険の認識・予測が難しい場合が多い
- 緊急時、精神的動揺が激しくなる場合がある

### 支援の方法

|                                                                                                                                        |                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>混乱しやすいため<br>落ち着いて優しい言葉で話しかける                      | <br>一度にたくさんのことを<br>伝えない        |
| <br>パニックを<br>起こした場合<br><br>まわりの危険物を片付け<br>落ち着くまで静かに待つ | <br>ヘルプカードを持っている場合は<br>内容を確認する |

## 6 精神障がいのある方

### 特 徴

- 緊急時、精神的動揺が激しくなる場合がある
- 一度に多くのことを処理するのが苦手

### 支援の方法

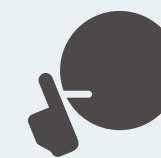
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>環境の変化が苦手なため<br>落ち着いて対応する                                          | <br>内容の正否にこだわらず<br>耳を傾ける    |
| <br>情緒が<br>不安定に<br>なった場合<br><br><b>SAFE</b><br>落ち着かせ、<br>危険のない場所に移動する | <br>集団行動が苦手な方がいることを<br>理解する |

## 7 認知症の方

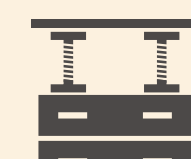
### 特 徴

- 自分で危険を判断し、行動することが難しい
- 気分が落ち込んだり、些細なことで怒ったり、精神的に不安定になる

### 支援の方法

|                                                                                                                      |                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>家族が周囲への気遣いで<br>疲弊することを理解する    | <br>イライラした場合は<br>静かな専用スペースを確保する            |
| <br>突発的な行動に備えて<br>複数人で目を離さないようにする | <br>トイレの回数が多かったり失敗があるため<br>トイレ近くにスペースを確保する |

### 皆さんに 共通する 日頃からの 備え

|                                                                                                                                   |                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>最低3日分の生活の<br>備えをしましょう                    | <br>非常用持出袋を用意して<br>保管しましょう  |
| <br>家具類の転倒防止、照明器具の落下防止<br>ガラスの飛散防止等をおこなしましょう | <br>積極的に地域の防災訓練に<br>参加しましょう |

### 要支援者の避難所での生活について

- 避難所に着いたら、安否確認や登録のために受付をしましょう。
- 避難所内の設備や案内図などを確認しましょう。
- 避難所配置職員などの指示に従い、他の避難住民と助け合いながら生活しましょう。
- 避難所では、こまめな水分補給や心身のリフレッシュを心掛けましょう。

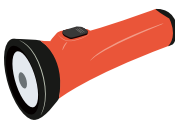
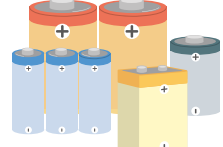
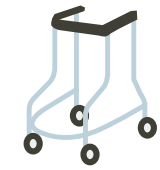
# 4 お役立ち情報

## 1 非常持ち出し品チェックリスト

災害は、いつ起こるか分かりません。

万一の際に備えて、平常時から各家庭で次のようなものを備え、定期的にチェックをしておきましょう。

### ✓ チェックリスト

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> <br><b>守谷市防災ガイドブック</b><br>必ず手元におきましょう  | <input type="checkbox"/> <br><b>避難計画</b><br>作成した避難計画を参考に避難しましょう | <input type="checkbox"/> <br><b>現金・貴重品</b><br>マイナンバーカード<br>現金・預金通帳など | <input type="checkbox"/> <br><b>携帯電話とその充電器</b><br>分かるところに          |
| <input type="checkbox"/> <br><b>懐中電灯</b><br>電池の確認も            | <input type="checkbox"/> <br><b>携帯ラジオ</b><br>定期的な試運転を         | <input type="checkbox"/> <br><b>電池</b><br>懐中電灯や携帯ラジオ等各種用意を         | <input type="checkbox"/> <br><b>飲料水 非常食</b><br>最低3日分<br>可能なら1週間分 |
| <input type="checkbox"/> <br><b>服用中の薬 お薬手帳</b><br>持ち出しやすい所に保管 | <input type="checkbox"/> <br><b>衣類など</b><br>下着、上着、タオルなど       | <input type="checkbox"/> <br><b>衛生用品</b><br>歯磨き、入れ歯<br>携帯トイレなど     | <input type="checkbox"/> <br><b>普段使用しているもの</b><br>杖、歩行器など        |

### ローリングストック法

7日分の食料備蓄をしておくためには、日頃から少し多めに食材や水を買っておき、賞味期限が近づいてきたら使って、その分を補充する「ローリングストック法」が有効です。

## 2 市民生活総合支援アプリ「Morinfo (もりんふお)」



Morinfo (もりんふお)

このアプリでは、市のごみカレンダー、イベントや子育て情報等を発信しています。

災害時には、避難所の開設情報や救援物資の情報等も確認することができます。



App Store版



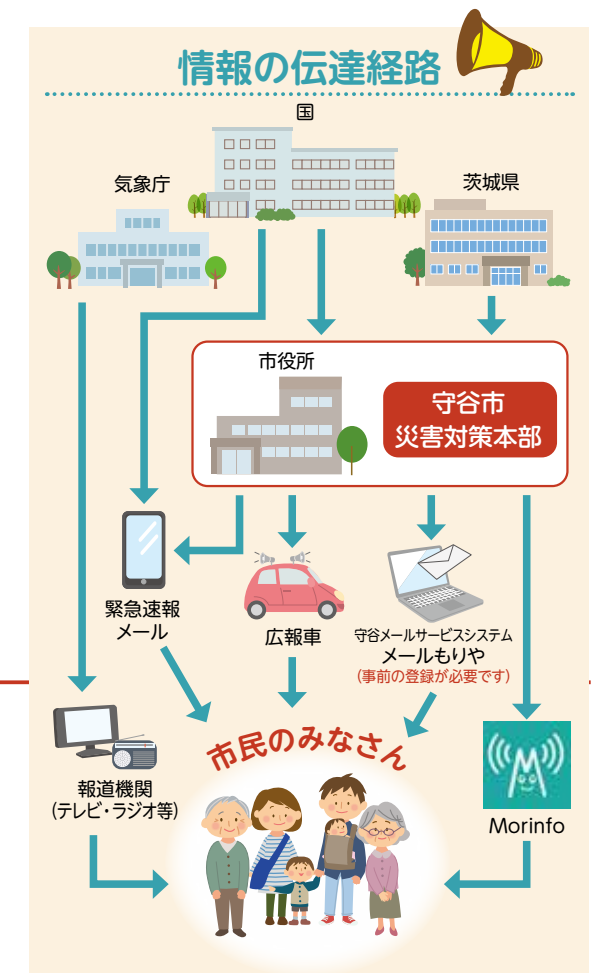
Google Play版

## 3 メールもりや



メールもりや

メールサービスで災害・防災情報を提供しています。



### 災害用伝言ダイヤル

災害が発生すると電話が集中し、かかりづらくなります。「無事を知らせたい」「安否確認をしたい」そんな時に電話で録音・再生できる「声の伝言板」です。



## 4 NTT災害用伝言ダイヤル

大規模災害が発生すると、被災地への電話が集中し、電話がかかりづらくなります。

NTTの「災害用伝言ダイヤル」を利用すると、家族や親戚の安否確認・連絡などが「声の伝言板」を通じてできます。

全国のどこからでも電話でメッセージの録音・再生をすることができます。

※通話料、インターネット接続費用が必要となります。

## 5 関係機関一覧

| 施設         | 名称                        | 所在地           | 電話番号                         |
|------------|---------------------------|---------------|------------------------------|
| 行政機関       | 守谷市役所                     | 大柏 950-1      | 0297-45-1111                 |
|            | 保健センター                    | 本町 631-1      | 0297-48-6000                 |
|            | もりりん中央 (中央公民館)            | 百合ヶ丘 2-2540-1 | 0297-48-6731                 |
|            | もりりん郷州 (郷州公民館)            | みずき野 5-3-3    | 0297-48-6711                 |
|            | もりりん高野 (高野公民館)            | 高野 935        | 0297-45-5411                 |
|            | もりりん北守谷 (北守谷公民館)          | 板戸井 1977-2    | 0297-47-0111                 |
|            | 文化会館                      | 久保ヶ丘 1-19-2   | 0297-48-7911                 |
|            | もりや学びの里                   | 板戸井 2418      | 0297-48-0525                 |
| 警察・消防機関    | 取手警察署                     | 取手市桑原 955-1   | 0297-77-0110                 |
|            | 守谷地区交番                    | 中央 1-19-8     | 0297-46-0110                 |
|            | 久保ヶ丘交番                    | 久保ヶ丘 1-19-5   | 0297-48-0110                 |
|            | 南守谷交番                     | けやき台 2-19     | 0297-45-0110                 |
|            | 常総広域消防本部                  | 常総市水海道山田町 808 | 0297-23-0119                 |
|            | 守谷消防署                     | 御所ヶ丘 4-1-2    | 0297-46-0119                 |
|            | 守谷消防署南守谷出張所               | みずき野 1-16-1   | 0297-20-0119                 |
|            |                           |               |                              |
| 病告救<br>院示急 | 総合守谷第一病院                  | 松前台 1-17      | 0297-45-5111                 |
|            | 守谷慶友病院                    | 立沢 980-1      | 0297-45-3311                 |
| ライフライン関係   | 東京電力パワーグリッド (株) コンタクトセンター | —             | 0120-995-007<br>03-6375-9803 |
|            | 東部ガス (株) 守谷事業所            | 中央 1-8-4      | 0297-48-1354                 |
|            | (株) エナジー宇宙                | 取手市井野 32      | 0297-72-3167                 |
|            | 上下水道事務所                   | 百合ヶ丘 2-2734-1 | 0297-48-1842                 |
|            | NTT東日本茨城支店                | 水戸市北見町 8-8    | 029-232-4242                 |

## 6 関連サイト

### 守谷市関連

| 避難行動要支援者制度<br>について                                                                  | 防災ガイドブックWEB版・<br>防災ハザードマップWEB版                                                      | 守谷市気象情報<br>(POTEKA)                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |

### 災害の恐れがあるとき

| 水戸地方気象台                                                                               | 国土交通省<br>利根川上流<br>河川事務所                                                               | 国土交通省<br>下館河川事務所                                                                      | 国土交通省<br>川の防災情報                                                                       | 茨城県<br>土砂災害<br>警戒情報                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |  |



