

避難行動要支援者の「マイ・タイムライン」と「地域タイムライン」

作成日：令和2年7月29日

■災害への備えと個人情報使用の同意について

ふりがな	まつき はな			災害発生時に地域の支援者と安全に避難できるよう、「私に必要なこと」を理解してもらうため、私に関する情報を関係機関・者と共有することに同意します。		
氏名 (自署)	松木 はな	性別	男 <input type="radio"/> 女 <input checked="" type="radio"/>	生年月日	昭和 *年10月10日	85歳
住所	兵庫県〇〇市〇〇町〇〇1丁目2番		電話番号	000-000-0000		
事業所名	ひょうのすけ相談室					
作成者	ケアマネジャー兵庫太郎					

災害リスクを知って「逃げるタイミング」を理解しましょう。地域で協力し、「誰ひとり取り残さない避難」へ。

■住まいに起こりうる災害は…ハザードマップで確認を！

<input type="checkbox"/> 住まい 建築時期	昭和50年 頃 月	構造	木造・鉄骨・鉄筋 平屋建て
<input type="checkbox"/> 洪水	浸水区域内 区域外	浸水深	1.2 メートル
<input type="checkbox"/> 土砂災害	警戒区域内 区域外		



■持ち物リスト

<input checked="" type="checkbox"/> 現金 (小銭)	<input checked="" type="checkbox"/> マスク
<input checked="" type="checkbox"/> 保険証	<input checked="" type="checkbox"/> 手指消毒液
<input checked="" type="checkbox"/> 服用薬	<input checked="" type="checkbox"/> 体温計
<input checked="" type="checkbox"/> お薬手帳	<input checked="" type="checkbox"/> 石けん
<input type="checkbox"/> 携帯電話 (充電器も)	<input checked="" type="checkbox"/> 使い捨てビニール手袋
<input checked="" type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> メガネ	<input type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> 入れ歯	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 補聴器	■自宅に必要な備え
<input checked="" type="checkbox"/> 車いす (借りる)	<input checked="" type="checkbox"/> 非常食 (4) 日分
<input checked="" type="checkbox"/> 杖・シルバーカー	<input checked="" type="checkbox"/> 飲料水 (4) 日分
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯 (電池も)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

■ペットを飼っていますか はい いいえ

<input checked="" type="checkbox"/> 一緒に避難する	チコちゃん (チワワ・メス10歳)
<input type="checkbox"/> 知人らに預ける	(日 前 に)

■避難準備にかかる時間は？

<input checked="" type="checkbox"/> 家族らへの連絡	10 分
<input checked="" type="checkbox"/> 持ち出し品の準備	15 分
<input checked="" type="checkbox"/> 家の戸締まり	20 分
計	45 分 ①

■どこに避難しますか

■距離	■手段	■移動時間			
<input checked="" type="checkbox"/> 避難先 1	ふくし小学校	1.2km	車いす	30 分	②
<input type="checkbox"/> 避難先 2	岡山の娘宅	150km	車	120 分	③

自宅の浸水しない場所 (2階以上など) → 手助けが必要 手助けは不要

<input checked="" type="checkbox"/> 避難先 1 へ必要な時間 (① + ②)	計	75 分
<input type="checkbox"/> 避難先 2 へ必要な時間 (① + ③)	計	165 分

※例1 (P. 127-128)、例2 (P. 129-130) のいずれかを作成することとしている。

目安の時間	警戒レベル	私の行動	地域（支援者）の行動
3日前	・レベル1 早期注意情報 災害への心構えを高める	<input checked="" type="checkbox"/> 家の周りの点検と片付け <input checked="" type="checkbox"/> 気象情報の確認を始める (××川の様子も確認) <input checked="" type="checkbox"/> 避難先・避難経路の確認 <input checked="" type="checkbox"/> 水・食料・ガソリン・服用薬などの準備 <input checked="" type="checkbox"/> 避難先(親戚、知人宅)に連絡 <input type="checkbox"/> ★娘宅(□□□-□□□-□□□□)に連絡 <input type="checkbox"/> 状況と迎えが可能か確認する。 <input type="checkbox"/> ⇒迎えが可能な時は移動。地域支援者に避難先を伝える。	<input checked="" type="checkbox"/> 地区内の役割分担・連絡体制の確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難経路の状況確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難所の防災用品・備蓄品の確認 <input checked="" type="checkbox"/> 要支援者と支援者の予定を確認 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2日前 1日前 半日前	・レベル2 大雨・洪水注意報 避難行動を確認 大雨洪水警報等	<input checked="" type="checkbox"/> 気象情報の確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難経路の確認 (××川の様子も確認) <input checked="" type="checkbox"/> 非常用持ち出し袋の準備 <input checked="" type="checkbox"/> 地域の支援者への連絡 <input type="checkbox"/> ★佐藤さん(○○○-○○○-○○○○) <input type="checkbox"/> ★老人会長(△△△-△△△-△△△△) <input type="checkbox"/> ★民生委員(×××-×××-××××) <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> 要支援者の所在確認【誰が：佐藤家、老人会長】 <input checked="" type="checkbox"/> 避難所の開設確認【誰が：自治会長、老人会長】 <input checked="" type="checkbox"/> 要支援者に避難準備呼びかけ <input type="checkbox"/> 【誰が：佐藤家、老人会長、民生委員】 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7時間前	・レベル3 高齢者等は避難開始	<input checked="" type="checkbox"/> 個別支援計画に沿って避難開始	<input checked="" type="checkbox"/> 要支援者に避難呼びかけ 【誰が：佐藤家、老人会長、自主防】 <input checked="" type="checkbox"/> 要支援者の避難誘導開始【誰が：佐藤家、自主防】
3時間前	・レベル4 危険な場所から避難	<input checked="" type="checkbox"/> ★息子・娘へ避難先を伝える <input type="checkbox"/> ・息子(◇◇◇-◇◇◇-◇◇◇◇) <input type="checkbox"/> ・娘(□□□-□□□-□□□□)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
0時間	・レベル5 命を守る行動を！		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

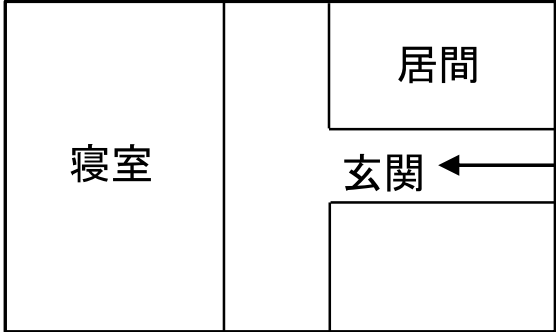
■自由記述欄

128



※ここに示した警戒レベルなどのタイミングはあくまでも目安であり、実際の災害時とは異なります。防災・気象情報などを参考にしながら、状況に応じて早めに判断してください。
 ※例1 (P.127-128)、例2 (P.129-130)のいずれかを作成することとしている。

避難行動要支援者のための個別支援計画

基礎情報	ふりがな 氏名	ひょうご 兵庫	いちろう 一郎	年齢	53 歳	性別	男・女	
	住所	神戸市中央区下山手通 5-10-1						
	電話	078-XXX-XXXX		F A X	078-XXX-XXXX			
	E-mail	Ichiro_Hyogo@abc.com						
	家族構成・同居情報等	両親は京都府在住 疎遠でほとんど連絡なし 妹（大阪府在住）が隔週で様子を見に来る 4年前に障害者支援施設を退所後、グループホーム生活を経て、昨年7月から一人暮らし		居住建物	建築時期	昭和 63 年	構造	木造 2 階建
				耐震診断	未実施	家具固定	未実施	
				見取図	※寝室の位置、普段いる部屋等 			
要支援情報	介護認定	(認知症) 有・無						
	障害者手帳	身体障害者手帳 3 級 (体幹)、療育手帳 A (知的、自閉症)						
	その他留意事項							
利用中の医療福祉サービス	介護保険 / 総合事業	サービス					電話	
		事業所名						
	障害福祉 / 児童福祉	サービス	居宅介護					
		事業所名	GENKI 介護事業所		電話	XXX-XXXX		
	医療機関	名称	ひょうご整形外科クリニック		電話	XXX-XXXX		
家族等急連絡先	①	ふりがな 氏名	ひょうご 兵庫	はなこ	続柄等	妹	住所	大阪府池田市〇〇〇
		電話	XXX-XXXX		F A X	XXX-XXXX		E-mail
	②	ふりがな 氏名	こうべ 神戸	たかし 隆	続柄等	相談支援専門員	住所	神戸市中央区〇〇〇
		電話	XXX-XXXX		F A X	XXX-XXXX		E-mail
緊急時の情報伝達	できるだけゆっくりと分かりやすい言葉を使用する。 漢字の多い書類は理解が困難であるため、図やひらがな、ルビを活用する。							
特記事項	歩行は可能だが、体幹障害があるため迅速な移動は困難である。 パニックの際は自傷行為の可能性がある。							

※例 1 (P. 127-128)、例 2 (P. 129-130) のいずれかを作成することとしている。

※URL <https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk37/saigaijiyouengosha.html>

(裏)

避難誘導時の留意事項	介助者による強制的な移動はパニックをもたらす恐れがある。自力歩行が可能であるため、差し迫った危機ではない限り、避難の必要性を分かりやすく説明し、誘導することが望ましい。また、人見知りであるため、できるだけ面識のある近隣住民が支援を行う方が良い。
携行医薬品	オキシトシン、リスパダール
避難先での留意事項	他人との接触が苦手であり、混雑した環境ではパニックになる可能性が高い。できるだけ個室環境を用意することが望ましい。なお、●●商店の店主A氏に信頼を置いており、本人の不安感が大きい場合はA氏と話をするとうち着きを取り戻す可能性がある。
避難場所	<p>【自宅 → 緊急避難場所 (〇〇公民館)】(車椅子)</p>
避難経路	<p>【緊急避難場所 (〇〇公民館) → 福祉避難所 (△△苑)】(避難支援者①の自動車)</p>
備考	風水害等で早期避難が可能な場合は、自宅から直接△△苑に避難する。

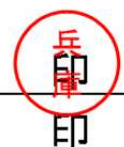
避難支援者	①	氏名	ひょうご じろう 兵庫 二郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇
		電話	XXX-XXXX	FAX	XXX-XXXX	E-mail	XXX@ggg.or.jp
	②	氏名	ひょうご さぶろう 兵庫 三郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇
		電話	XXX-XXXX	FAX	XXX-XXXX	E-mail	XXX@hhh.or.jp
	③	氏名	ひょうご しろう 兵庫 四郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇
		電話	XXX-XXXX	FAX	XXX-XXXX	E-mail	XXX@jjj.or.jp

令和 2 年 1 月 14 日

上記の内容について、誤り等がないことを確認しました。

氏 名 兵庫 一郎

代理署名



(本人との関係)

※例 1 (P. 127-128)、例 2 (P. 129-130) のいずれかを作成することとしている。

※URL <https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk37/saigaijiyouengosha.html>