



札幌市 避難行動要支援者のための
「わたしの避難準備シート(個別避難計画)」
作成の手引き
(令和7年度実施版)

令和7年10月
札幌市わたしの避難準備シート作成推進事務局



目次

1	はじめに	1
2	わたしの避難準備シート（個別避難計画）について	2
(2)	「個別避難計画」とは	2
(2)	「わたしの避難準備シート」を作成する対象となる方	3
(3)	「わたしの避難準備シート」の作成にあたってのお願い	4
(4)	わたしの避難準備シート作成推進事務局について	5
(5)	「わたしの避難準備シート」の様式及び記入事項	6
ア	様式（記入例）	6
イ	記入事項	8
3	わたしの避難準備シートの作成について	9
	～わたしの避難準備シート作成の流れ～	9
(1)	事前の準備	10
ア	対象者のハザード状況の確認	10
イ	訪問、面談にあたっての事前準備	12
(2)	対象者への説明、同意確認	18
ア	シートに関する説明	18
イ	作成及び関係者への提供に関する同意確認	20
(3)	シートの作成	23
ア	「シートその1（災害時の避難情報）」	23
イ	「シートその2（わたしの情報）」	36
(4)	作成したシートの内容確認	38
(5)	作成したシートの提出・報告	39
ア	事務局への提出	39
イ	作成協力報酬の請求	40
(6)	作成したシートの共有	43
(7)	作成したシートの保管・管理	44
(8)	作成したシートの更新	46

4	わたしの避難準備シート作成後の活用について……………	47
---	----------------------------	----

1 はじめに

近年、全国的に発生している豪雨・台風等の大規模災害において、高齢者や障がい者が犠牲になる事例が多くみられることなどを受け、災害時の避難支援等を更に実効性のあるものとするために、令和3年5月に災害対策基本法が改正され、災害発生時の避難行動に特に支援を要する方（以下、避難行動要支援者）のうち、同意を得られた方について、「個別避難計画」を作成することが市町村の努力義務となりました。

札幌市においては、避難行動要支援者の心身の状況等、配慮が必要な事柄やお住まいの災害発生時の危険性・リスク等（ハザード）の状況を勘案し、避難行動要支援者の中でも、災害発生時のリスクが高い地域にお住まいの重度の方など、個別避難計画の作成の優先度が特に高いと考えられる方から重点的に作成に取り組んでいきます。

令和5年度の試行的な個別避難計画の作成、令和6年度のモデル事業を経て、令和7年度より、本格的に避難行動支援者への呼びかけを行い、作成を全市に拡大していきます。

この手引きでは、札幌市における個別避難計画の作成の進め方について、まとめておりますので、ぜひご参考いただきますようお願いします。

2 わたしの避難準備シート（個別避難計画）について

(1) 「個別避難計画」とは

災害時の避難に特に支援が必要な避難行動要支援者一人ひとりの「どこに避難するか」「どんな配慮が必要か」等を記入した計画です。

◆避難行動要支援者とは

避難行動要支援者（災害対策基本法第49条の10第1項）

要配慮者のうち、災害が発生し、又は発生するおそれがある場合に自ら避難することが困難な者であって、その円滑かつ迅速な避難の確保を図るため特に支援を要する者

・避難行動要支援者に含まれる方

【高齢者】 要介護認定を受けている方、介護保険サービス対象者 など

【障害者】 身体障がいのある方、知的障がいのある方、精神障がいのある方、難病患者のうち疾病により移動困難な受給者 など

<参考> 要配慮者（災害対策基本法第8条第2項第15号）

高齢者、障害者、乳幼児その他の特に配慮を要する者（妊産婦、傷病者、難病患者、外国人等）

札幌市では、個別避難計画は対象者お一人おひとりがご自身のために作成する計画であることを明確にするため、個別避難計画を「わたしの避難準備シート」と名付けて推進してまいります。

お住まいの地域の災害特性や本人の心身の状況をもとにあらかじめ計画を作成し、その計画を関係者で共有することにより、円滑な避難行動につなげ、避難の実効性を高めていくことを目的としています。

◆「わたしの避難準備シート」に記入する情報

- ・作成の対象となる方の心身の状況・必要とする支援
- ・避難する際に配慮が必要な事項・避難場所
- ・避難を支援する方 など

○個別避難計画作成の努力義務化

令和3年5月に災害対策基本法が改正され、避難行動要支援者ごとに個別避難計画を作成することが市町村の努力義務となりました。

また、上記の法改正と合わせて、国（内閣府）から示された「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針」において、個別避難計画の作成を進めていくにあたっては、災害時の避難に特に支援が必要な方のお身体等の状況について、日ごろからよく知り信頼関係も期待できる、ケアマネジャーや相談支援専門員といった福祉専門職の皆様の協力を得て、作成することが非常に重要であると示されております。

◆福祉専門職の皆様の協力を得ることで期待できる効果

本人同意が
得やすくなり
計画作成が
円滑に進む

信頼関係を持
って計画を
作成できる

内容の充実した
計画を効率的に
作成できる

(2) 「わたしの避難準備シート」を作成する対象となる方

札幌市では介護度や障害支援区分の程度が高く、災害リスクの高い地域にお住まいの方について、福祉専門職（ケアマネジャーや相談支援専門員等）の皆様の協力を得て、「わたしの避難準備シート（以下、シート）」の作成を進めていきます。

シートを作成する対象者は、札幌市の避難行動要支援者名簿に掲載された方のうち、以下の「心身の状況」と「自宅周辺の災害リスク」2つの条件のどちらにも該当する方となります。

●心身の状況

要介護3以上、障害支援区分4以上、または18歳以下で身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方

●自宅周辺の災害リスク

想定浸水深が3.0m以上、氾濫流・河岸浸食のおそれのある区域、または土砂災害警戒区域に居住されている方

なお、シートの作成については、災害対策基本法にもとづき、本人の作成の同意が得られた方に対してのみ行います。

(3) 「わたしの避難準備シート」の作成にあたってのお願い

シートの作成にあたっては、本人や家族が積極的に参加することが何より重要です。周囲がいくら災害発生時への備えの必要性をうたえても、本人や家族に災害時の避難の意思がなければ、この取組は有効なものとなりません。

防災の基本は「自助」（自分たちで助かろうとする意思や努力）にあり、そのためにまずは、本人や家族に「災害時に助かろう」という避難の意思をもっていただくことが必要となります。

シートの作成を通して、本人や家族に避難の意思をもっていただき「自助」を向上させていくことが重要となりますので、福祉専門職の皆様には、本人や家族がシートを作成するにあたっての「作成支援者」となっていただき、作成を支援・サポートする立場で関わっていただくようお願いいたします。

<本人・家族の自助の取組の例>

シートの作成を通じ、本人・家族に下記のような取組を促していくことが重要です。

- 自宅の災害リスク（ハザード状況）を知る。
- 災害状況によって、避難の必要があることを理解する。
- もよりの避難場所を確認するなど、避難する場所を考えておく。
- 日ごろから必要な持ち出し品等を準備し備えておく。

(4) わたしの避難準備シート作成推進事務局について

札幌市では、シートの作成を円滑に推進するため、説明会の開催や作成にかかる問い合わせ対応、シートの提出状況の管理等を担う事務局を設置し、運営業務の一部を委託して実施します。

<札幌市わたしの避難準備シート作成推進事務局>

〒060-0005 札幌市中央区北5条西2-5

JR タワーオフィスプラザさっぽろ 19F

TEL 050-3358-7652 FAX 050-8886-0503

E-mail watahina_sheet_sapporo@medi-staffsup.com

(5) 「わたしの避難準備シート」の様式及び記入事項

ア 様式（記入例）

わたしの避難準備シートその1（災害時の避難情報）

平常時の外部への情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 同意する <input type="checkbox"/> 同意しない		作成日： 令和 ●年●月●日					
フリガナ	サツポロ タロウ	生年月日	昭和●●年●月●日	電話	011-●●●-●●●●		
氏名	札幌 太郎	年齢	38 歳	性別	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	FAX	011-●●●-●●●●
住所	札幌市●●区●条西●丁目●●						
医療的ケア	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ありの場合 病名 () <input type="checkbox"/> 透析 <input type="checkbox"/> 人工呼吸器 <input type="checkbox"/> たん吸引 <input type="checkbox"/> 経管栄養 <input type="checkbox"/> ストーマ装具						
周辺のハザードマップの状況	<input checked="" type="checkbox"/> 洪水 (氾濫流、河岸浸食含む) <input type="checkbox"/> 浸水想定 <input type="checkbox"/> 0.5m 未満 (床下浸水相当) <input checked="" type="checkbox"/> 0.5m 以上～3m 未満 (2階床下浸水) <input type="checkbox"/> 3m 以上～5m 未満 <input type="checkbox"/> 5m 以上～10m 未満 <input type="checkbox"/> 10m 以上 <input checked="" type="checkbox"/> 土砂災害 (がけ崩れ) ※土砂災害警戒区域に該当 <input checked="" type="checkbox"/> 内水氾濫 【浸水の深さ： 0.3～0.5 床下浸水】						
風水害	避難場所候補	名称	中央小学校			持ち物 食べ物 (食べなれたもの) 水 衣類 下着 薬 お薬手帳 避難時の共通事項 配慮が必要なこと 避難場所では、困りごとを周囲にうまく伝えられないことがあるので、適切な声掛けが必要	
	避難方法	警戒レベル1 (早期注意情報)	避難支援者と連絡をとりながら自宅で待機。テレビや札幌市HPなどから気象情報に注意。				
	避難経路	警戒レベル2 (大雨・洪水注意報)	避難時の持ち物を準備し、避難経路を確認。				
地震	避難場所候補	名称	中央中学校				
	避難方法	住所	札幌市●●区●条西●丁目●●				
	避難経路	・避難には付添いが必要なため、同居の父か母と一緒に避難。 ・父母の支援が難しい場合は、日ごろから面談のある、近隣の北海さんと一緒に、中学校に避難。 ・避難所では周囲の環境から落ち着かなくなり大声を出すこともあるため「福祉避難スペース」の利用希望を避難所の受付で伝える。 ・週3日 (月水金) は通所をしているため、通所先で災害が発生した場合は、父母と連絡を取りあい安否確認。通所先でそのまま避難するが、難しい場合には、父が車で迎えに行く。					
避難支援者	氏名	札幌 一郎	住所	札幌市●●区●条西●丁目●●		本人との関係	父
		電話	090-●●●●-●●●●	平常時の外部への情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 同意する <input type="checkbox"/> 同意しない		支援内容 <input checked="" type="checkbox"/> 情報伝達 <input checked="" type="checkbox"/> 安否確認 <input checked="" type="checkbox"/> 避難準備 <input checked="" type="checkbox"/> 避難付き添い <input type="checkbox"/> その他 ()	
	氏名	北海 三郎	住所	札幌市●●区●条西●丁目●●		本人との関係	近隣の方
		電話	090-●●●●-●●●●	平常時の外部への情報提供 <input checked="" type="checkbox"/> 同意する <input type="checkbox"/> 同意しない		支援内容 <input type="checkbox"/> 情報伝達 <input checked="" type="checkbox"/> 安否確認 <input type="checkbox"/> 避難準備 <input checked="" type="checkbox"/> 避難付き添い <input checked="" type="checkbox"/> その他 (同居の父母が支援できない場合の支援)	
避難場所までの移動		<input checked="" type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> 道具が必要 (<input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> つえ <input type="checkbox"/> その他 []) <input checked="" type="checkbox"/> 介助が必要 (<input type="checkbox"/> 体を支える <input checked="" type="checkbox"/> 見守り <input type="checkbox"/> その他 []) 移動に使用できる車の有無 <input checked="" type="checkbox"/> あり 運転手 (父) <input type="checkbox"/> なし					
作成支援者	氏名	福祉 太郎		所属事業所・団体名	相談支援事業所●●●●		
	電話	011-●●●●-●●●●	FAX	011-●●●●-●●●●	E-mail	●●●●@●●●●.jp	

わたしの避難準備シートその2 (わたしの情報)

作成日： 令和 ● 年 ● 月 ● 日

障害者手帳	<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり 身体 () 級 精神 () 級 療育 (A)			障害支援区分	4		
介護保険	<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり 要支援 () 級 要介護 () 級			指定難病医療受給者証	<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり		
福祉サービスの利用状況	事業所名	サービスの種類	利用の曜日	事業所の連絡先			
	●●生活介護	生活介護	月水金	011-●●●●-●●●●			
	●●ショートステイ	短期入所	不定期	011-●●●●-●●●●			
かかりつけの医療機関	名称	●●病院	担当医	●● ●●	電話 011-●●●●-●●●●		
	名称	●●クリニック	担当医	●● ●●	電話 011-●●●●-●●●●		
	名称		担当医		電話		
主な病気	●●病、●●症						
くすり	●●●●、●●●● ※別紙のおくすり手帳の写しの通り						
使用中の医療機器	●●●●、●●●●						
日常生活面の配慮事項	食事	かみきれないものを飲み込むことが苦手		移動	手をつなぐなど一部介助が必要		
	トイレ	一人でできるが一部介助が必要		会話	伝えたいことがうまく話せないことがある。		
	着脱	一人でできるが一部介助が必要		危険判断	不可		
	入浴	一部介助が必要		見守り	見知らぬ場所が苦手なので慣れるまで必要		
	その他	困りごとを周囲にうまく伝えられないことがあるので、適切な声掛けが必要 慣れていない場所に行くと落ち着かなくなり、大声を出してしまうことがある。					
在宅時に主に過ごす部屋	日中	1階のリビング		夜間	2階の寝室		
居住建物	戸建て	階数	2階建て	構造	木造	建築年数	約20年
(集合住宅の場合) 居住階数		生活形態	<input type="checkbox"/> 単身 <input checked="" type="checkbox"/> 家族と同居 <input type="checkbox"/> その他 ()				
緊急時の連絡先	氏名	札幌 一郎	住所	札幌市●●区●条西●丁目●●		家族構成図	
			電話	090-●●●●-●●●●	続柄	父	
	氏名	札幌 花子	住所	札幌市●●区●条西●丁目●●			
			電話	090-●●●●-●●●●	続柄	母	
	氏名		住所				
			電話		続柄		

★このシートその2はフェイスシート等の写しの添付により、内容が重複する記載の省略をすることができます。

イ 記入事項

《本人基本情報》

- ・氏名 ・生年月日 ・連絡先（電話・FAX） ・年齢 ・性別
- ・住所 ・医療的ケアの有無

《ハザードの状況、避難行動》

- ・周辺のハザードマップの状況
- ・避難場所候補（風水害、地震）
- ・避難方法/避難経路（風水害、地震）
- ・避難時の持ち物、配慮が必要なこと
- ・避難場所までの移動方法

《避難支援者(※)情報》

- ・避難支援者（氏名、住所、連絡先、支援内容、同意の有無）

《作成支援者情報》

- ・氏名 ・所属事業所、団体名 ・連絡先（電話、FAX、E-mail）

（以下は既存のフェイスシート等の添付で代用することも可能です）

《身体状況等》

- ・障がい者手帳の有無や種類 ・障害支援区分
- ・介護保険の利用有無や介護度 ・指定難病医療受給者証の有無
- ・福祉サービスの利用状況 ・かかりつけの医療機関
- ・主な病気 ・使用中の薬、医療機器 ・日常生活面の配慮事項

《居住する建物や家族などの状況、緊急連絡先》

- ・在宅時に主に過ごす部屋 ・居住する建物の状況や生活形態
- ・緊急時の連絡先 ・家族構成図

※避難支援者について

シートを作成する対象者が災害時の避難を行うにあたり、情報の伝達や避難の手助け等の支援を行う方。なお、災害時に必ず支援を行うことを義務づけるものではなく、支援の結果に法的な責任もありません。

3 わたしの避難準備シートの作成について

～わたしの避難準備シート作成の流れ～

(1) 事前の準備

- ・事務局から受け取った対象者リストを確認
- ・対象者のお住まいのハザード情報を確認 (10 ページ)
- ・必要書類の準備や聞き取りする事項の事前確認 (12 ページ)

(2) 対象者への説明 同意確認

- ・対象者への定期的な訪問等の機会にあわせ、作成啓発チラシ等を用いて、制度について説明 (18 ページ)
- ・シートの作成、及び作成したシートの関係機関への外部提供に関する同意の確認 (19・35 ページ)
- ※作成に不同意だった場合は(5)へ

(3) 作成

- ・対象者や家族から聞き取った情報でシートを作成 (23 ページ)

(4) 確認

- ・作成したシートの内容の確認 (38 ページ)

(5) 提出・報告

- ・事務局への作成したシートや同意書等の提出、協力報酬の請求 (39 ページ)

(6) 共有

- ・事務局から返送されたシートを本人、避難支援者、関係者に共有 (43 ページ)

(7) 保管、管理

- ・作成したシートの保管、管理 (44 ページ)

(1) 事前の準備

ア 対象者のハザード状況の確認

シートを作成する対象者は、お住まいが「洪水の想定浸水深3.0m以上または氾濫流・河岸浸食のおそれのある区域、土砂災害等の警戒区域に居住している方」といった災害リスクのある方を想定しているため、まず対象となる方の自宅等の状況を「ハザードマップ」で実際に確認しておきます。

ハザードマップについては、浸水（内水氾濫・洪水）、土砂災害、地震といった災害の種別ごとに作成しており、札幌市公式ホームページの「札幌市地図情報サービス」、または、「さっぽろ防災ポータル」により確認が可能です。

また、紙面版のハザードマップについては、各区役所、札幌市危機管理局（市役所本庁舎7階）で全区分を配布しております。

※札幌市公式ホームページによるハザード状況の確認方法については、別紙「防災情報（ハザードマップ・避難場所）の確認方法」で詳細な手順をご紹介しますのでご確認ください。

●札幌市公式ホームページ「札幌市地図情報サービス」

URL：https://www.city.sapporo.jp/johoo/it/web_gis/web_gis.html



●札幌市公式ホームページ「さっぽろ防災ポータル」

URL：<https://bousai.city.sapporo.jp/>



ハザードマップについては、こちらで PDF データの確認が可能です。

●札幌市公式ホームページ「災害危険箇所図（ハザードマップ）」

URL：https://www.city.sapporo.jp/kikikanri/higoro/hazardmap/hazardmap_index.html

札幌市 ハザードマップ

検索



「ハザードマップ」で、対象者の自宅の全部、若しくは一部が以下のエリアに該当している場合「災害発生時に危険な区域」に居住していると考えられますので、シートを作成する対象者となります。

- 洪水時の浸水想定（※注1）が3.0m以上の区域
- 氾濫流・河岸浸食のおそれのある区域（※注2）
- 土砂災害警戒区域（※注3）

※（注1）洪水時の浸水想定

大雨により川が氾濫すること等により発生する浸水の区域と深さ。

想定浸水深3.0m以上は、住宅の2階の屋根まで浸水することが想定されるため、災害時の状況によっては、自宅外への避難（立ち退き避難）や「自宅の3階以上への垂直避難」が必要となる区域。

※（注2）氾濫流・河岸浸食のおそれのある区域

氾濫流：流速が早く木造家屋が倒壊するおそれのある区域

河岸浸食：洪水の際に地面が削られるおそれのある区域

災害時の状況によっては、自宅外への避難（立ち退き避難）が必要となる区域。

※（注3）土砂災害警戒区域

土砂災害（土石流、がけ崩れ、地すべり）が発生した場合、住民の生命・身体に危害が生ずるおそれがある区域。災害時の状況によっては、自宅外への避難（立ち退き避難）が必要となる区域。

以上のように、今回シート作成の対象となる方は「自宅のおかれたハザードの状況や災害時の状況によっては、自宅を出て安全な場所に避難することも想定し、日ごろから準備しておくことが必要な方」が含まれるということになります。

イ 訪問、面談にあたっての事前準備

① シートの作成に必要な書類を下記のとおり準備します。

【準備書類】

- わたしの避難準備シート（様式）
- わたしの避難準備シートの作成・個人情報の提供に関する同意書
- 作成啓発チラシ『札幌市「わたしの避難準備シート」作成のご案内』
- （必要に応じて）ハザードマップ（札幌市HPから印刷したもの、もしくは紙面版）

- ② 本人に関する基本情報について、事前に確認しておくことのできる項目を整理しておきます。事業所で作成済みのフェイスシートやアセスメントシート等についても必要に応じてご活用ください。

【事前に確認しておくことのできる項目の例】

《本人基本情報》

- ・ 氏名 ・ 生年月日 ・ 連絡先（電話、FAX） ・ 年齢
- ・ 性別 ・ 住所 ・ 医療的ケアの有無

《身体状況等》

- ・ 障がい者手帳の有無や種類 ・ 障害支援区分
- ・ 介護保険の利用有無や介護度
- ・ 指定難病医療受給者証の有無
- ・ かかりつけの医療機関 ・ 主な病気 ・ 使用中の薬、医療機器
- ・ 日常生活面の配慮事項

《家族などの状況、緊急連絡先》

- ・ 同居家族等の状況
- ・ 緊急時の連絡先

- ③ 災害時の避難場所について、事前に確認します。

＜地域の避難場所等の確認＞

ハザードマップ等で確認した、シートを作成する対象者のお住まい周辺のハザードの状況を踏まえ、災害時の避難場所について確認します。避難場所候補や避難方法、避難経路は対象者本人や家族と話し合って検討することとなります。安全な場所にある親族宅や知

人宅等も避難先となり得ますが、事前に地域の避難所・避難場所も確認し、本人の自宅からの経路等について確認してください。

避難所・避難場所は札幌市公式ホームページの「札幌市地図情報サービス」、「さっぽろ防災ポータル」で確認できます。また、「災害危険箇所図（ハザードマップ）」でも確認が可能です。

※札幌市公式ホームページによる避難場所の確認方法については、別紙「防災情報（ハザードマップ・避難場所）の確認方法」で、詳細な手順をご紹介しますのでご確認ください。

●札幌市地図情報サービス

URL：https://www.city.sapporo.jp/johoo/it/web_gis/web_gis.html



●さっぽろ防災ポータル

URL：<https://bousai.city.sapporo.jp/>



●札幌市公式ホームページ「災害危険箇所図（ハザードマップ）」

URL：https://www.city.sapporo.jp/kikikanri/higoro/hazardmap/hazardmap_index.html

札幌市 避難所

検索



なお、避難場所については、洪水、土砂、地震等の災害種別によって、避難場所の基準を満たさないため開設されないものもあります。最寄りの避難所がどの災害時に開設されるかについては、下記の札幌市ホームページ「各区避難場所等」にて確認ができます。

●札幌市公式ホームページ「各区避難場所等」

URL : https://www.city.sapporo.jp/kikikanri/higoro/hinan/hinan_index.html

(区別に掲載されているため対象の区のページをご確認ください。)



【(参考) 札幌市公式ホームページ「各区避難場所等」掲載イメージ】

指定緊急避難場所兼指定避難所（基幹）一覧					
施設名	所在地	指定緊急避難場所の指定の有無			
		洪水 災害	土砂 災害	地震 災害	大規模な 火事
山の手南小学校	山の手1条9丁目6-1	○	○	○	○
琴似中学校	山の手4条2丁目1-1	○	○	○	○
山の手小学校	山の手5条6丁目1-1	○	○	○	○
福井野小学校	福井6丁目11-1	○	○	○	○
福井野中学校	福井6丁目12-10	×	×	×	○
平和小学校	平和3条8丁目2-1	○	○	○	○
西園小学校	西野1条7丁目4-1	○	○	○	○
手稲東中学校	西野2条5丁目3-1	○	○	○	○
宮の丘中学校	西野3条10丁目9-1	×	×	×	○
手稲東小学校	西野4条3丁目7-1	○	○	○	○
西野小学校	西野8条4丁目4-1	○	○	○	○
西野第二小学校	西野8条7丁目1-1	○	○	○	○
西野中学校	西野8条7丁目5-1	○	○	○	○
手稲高丘小学校	宮の沢3条2丁目1-1	-	○※	○	○
陵北中学校	二十四軒2条3丁目1-23	○	-	○	○
二十四軒小学校	二十四軒2条3丁目1-37	○	-	○	○
琴似小学校	琴似2条7丁目1-30	○	○	○	×
発寒南小学校	発寒2条4丁目1-1	○	○	○	○
発寒中学校	発寒5条7丁目1-1	○	-	○	○
発寒西小学校	発寒5条7丁目1-2	○	○	○	○
西区体育館	発寒5条8丁目9-1	○	○	○	×
西小学校	発寒7条13丁目2-1	○	○	○	○
発寒小学校	発寒10条4丁目1-62	○	-	○	○
発寒東小学校	発寒15条2丁目2-1	○	-	○	○
西陵中学校	発寒15条2丁目5-1	○	-	○	○
八軒西小学校	八軒3条西5丁目1-1	○	-	○	○
八軒小学校	八軒4条西1丁目1-8	○	-	○	○
八軒北小学校	八軒8条西6丁目1-1	○	-	○	○
八軒中学校	八軒8条西8丁目1-1	○	-	○	○
八軒東中学校	八軒2条東3丁目1-20	○	-	○	○
琴似中央小学校	八軒7条東1丁目1-1	○	-	○	○

【（参考）札幌市の避難所・避難場所】

●指定緊急避難場所（市立小中学校、区体育館、大規模な公園など）

指定緊急避難場所は、災害から身を守るため緊急的に避難する施設又は場所です。災害の種類ごと（洪水災害、土砂災害、地震災害、大規模な火事）に指定しています。

●指定避難所

指定避難所には、基幹避難所と地域避難所があります。

・基幹避難所（市立小中学校、区体育館など）

災害の危険がなくなるまで一定期間滞在し、又は災害により自宅へ戻れなくなった被災者等が一時的に滞在する施設です。

・地域避難所（地区会館、高校 など）

災害の危険がなくなるまで一定期間滞在し、又は災害により自宅へ戻れなくなった被災者等が一時的に滞在し、基幹避難所を補完する施設です。状況に応じて開設し、一定期間後は基幹避難所に集約します。

●一時避難場所（公園、市立小中学校のグラウンド など）

地震発生時に避難が必要な場合、一時（いつとき）避難し身の安全を確保する場所です。又は地域で一時集合して安否確認等を行う場所です。市内のすべての公園が指定されています。

●「要配慮者二次避難所（福祉避難所）」（社会福祉施設など）

上記の一般の避難所での生活が困難な要配慮者のための二次的な避難所で、バリアフリー化などの配慮がなされています。

札幌市では、福祉避難所について、「二次的な避難所」であり「要配慮者のための避難所」であることをわかりやすくするため、「要配慮者二次避難所（福祉避難所）」という名称としております。

開設にあたっては、災害発生後に「施設の入所者や利用者の安全確認」「建物の被災状況」「スタッフの確保状況」などを市が確認してから、市が施設を指定・開設し、移送を希望する方からの申し出等により、市が対象の方の移送の必要性を判断し、必要な設備が整った施設と受入調整したうえで移送します（災害発生から概ね3日目以降）。

よって、まずは、もよりの小中学校等の基幹避難所などに避難していただく必要があります、災害発生直後から、要配慮者二次避難所（福祉避難所）に直接避難することはできませんので注意が必要です。

(2) 対象者への説明、同意確認

シートの対象者への説明・同意確認にあたっては、ケアプランやサービス利用計画等にもとづく、定期的な訪問（モニタリング）等の機会をご活用いただいで構いません。

ア シートに関する説明

定期的な訪問（モニタリング）等の機会を利用して、対象者や家族へ説明いただくにあたっては、まず、下記についてご説明ください。

- ・ お身体の状況やご自宅のハザードの状況からシート作成の対象となっていること
- ・ シートの作成については、札幌市から協力依頼を受けて日ごろから担当している自分（福祉専門職の皆様）が作成をお手伝いすることになっており、本人や家族等から聞き取った情報をもとにして作成すること
- ・ 作成したシートや同意書は札幌市に提出すること

その上で、必要に応じて、作成啓発チラシ『札幌市「わたしの避難準備シート」作成のご案内』をご活用いただき、次のような内容を説明してください。

【シート作成にあたっての説明例】

- 「わたしの避難準備シート」とは、災害が発生した時に支援が必要な方一人ひとりに合わせて、「どこに避難するか」「どんな配慮が必要か」など、あらかじめ避難の方法をご自身や家族内で考えておき、記入しておくものです。

- シートの作成を通じて、防災意識を高め、日ごろの備えをすることで、災害時に円滑な避難ができるようにするために作成します。

- このシートは、災害時にお一人で避難することが難しい介護や障がいの程度が重い方で、災害発生の危険度が高い地域にお住まいの方が作成の対象となっています。

- 札幌市では、あなたがシートを作成する対象者として選ばれており、札幌市を通じて、担当の事業所あてに作成の協力依頼があったものです。

- 作成を希望する場合には、あなたを日ごろから担当するケアマネジャーや相談支援専門員がシートの作成をお手伝いします。

- 作成したシートは、対象者本人の希望に応じて、相手方の了承が得られる範囲内で、家族やシートに記載のある緊急連絡先や避難支援者、福祉事業所の関係者に共有していただくことができます。

イ 作成及び関係機関への提供に関する同意確認

災害対策基本法上は、作成したシート（個別避難計画）に記載された情報は、災害時に避難支援を受けられる可能性を高めるため、平常時は対象者本人の同意がある場合には、札幌市を通じて、外部の関係機関（市の関係機関や災害時の避難支援に取り組む町内会といった地域団体等）に対し、避難支援の実施に必要な限度で提供することが可能となっています。

なお、災害時には個人情報保護よりも対象者本人の身体の安全の確保が優先されるため、対象者本人の同意がなくとも、札幌市から外部の関係機関に対し、シートに記載された情報を提供することが可能となっています。

「わたしの避難準備シート（個別避難計画）」の作成及び関係機関（市の関係機関や災害時の避難支援に取り組む町内会等の地域団体など）への外部提供については、災害対策基本法に基づき、本人又は代理人となる家族等（以下：家族等）の同意が必要となります。

また、シートの関係機関への外部提供については、災害時の避難の支援をお願いする方（避難支援者）ご自身の同意も必要となります。（避難支援者の同意確認については、35ページを参照してください）

作成支援者は、「わたしの避難準備シート（個別避難計画）の作成・個人情報の提供に関する同意書」を対象となる方へ見せていただき、「1『わたしの避難準備シート』を作成すること」と「2 平常時から『わたしの避難準備シート』の情報を『関係機関』に提供すること」の2点について、本人又は家族等が同意することについて確認し、署名をもらってください。

<シートの作成に同意する場合>

同意書の記入後、本人又は家族等とシートの作成を進めていくようお願いします。

<シートの作成に同意しない場合>

同意・不同意にかかわらず、同意書は事務局に提出していただきますので、ご本人または代理人の方の署名をもらっていただきますようお願いいたします。

シートの作成は任意ですが、できるだけ作成に同意いただけるよう、日ごろから災害時のことを考えておくことが大切であることと、シートを作成する趣旨や意義を丁寧に説明してください。

しかしながら、シートはあくまで本人の意向に沿って作成するものですので、説明をしても作成の同意を得られない場合は、今後、本人又は家族等がシートの作成を希望する場合は、申し出ていただければ、改めて作成する旨を伝えてください。

また、作成に同意をしない理由について、可能な範囲で聞き取りをお願いします。聞き取った理由については「わたしの避難準備シートの作成・個人情報の提供に関する同意書」に不同意の理由を選択・記入の上、札幌市に同意書を提出することによりお知らせください。

<シートの作成には同意するが関係機関への提供には同意しない場合>

平常時の外部の関係機関へのシートに記載された情報の提供についての同意は、シートの作成にあたり必須ではありませんので、作成に進んでいただいて構いません。

なお、災害時には個人情報保護よりも対象者本人の身体の安全の確保が優先されるため、対象者本人の同意がなくとも、札幌市から外部の関係機関に対し、避難支援の実施に必要な限度で、シートに記載された情報を提供することが可能となっていますので、この点についてご説明いただき、理解してもらった上で、シートの作成に進んでいただきますようお願いいたします。

<どちらでもない場合（作成の同意について一時保留する場合）>

「少し考えてから返答したい」など、本人又は家族等が判断に迷っている場合には、後日、あらためて対応する旨を伝え、その日の対応は終えていただいても構いません。本人又は家族等から回答があった場合や、後日訪問した際に、あらためて同意の確認を行っていただくようお願いします。

<シートを作成する対象者が同様の避難計画を作成していた場合>

対象者がお住まいの地域の町内会等が市から避難行動要支援者名簿情報の提供等を受け、災害時の支えあいによる避難支援に自主的に取り組んでいる場合などに、地域の方と一緒に作成した避難計画をお持ちの場合があります。

同意確認の際に、すでに避難計画をお持ちであることが判明した場合には、すでにお持ちの計画とは別にシートを作成することについて、同意の確認をとっていただくようお願いいたします。

(3) シートの作成

作成支援者は対象となる方の基本的な情報については、本人又は家族等から聞き取り確認します。事業所で作成済みのフェイスシートやアセスメントシート等についても、必要に応じて活用してください。また、確認した際に、事前に確認した内容と相違があった場合は、適宜修正をお願いします。

ア 「シートその1（災害時の避難情報）」

《平常時の外部への情報提供》

「わたしの避難準備シート（個別避難計画）の作成・個人情報の提供に関する同意書」で確認を行った、平常時の外部への情報提供に係る同意状況をチェック（あてはまる項目の口を■に変更、以下同じ）します。

《作成日》

「わたしの避難準備シート」の作成日の欄には、本人のご自宅へ訪問し聞き取りを行った日（複数回訪問した場合は、最後に訪問をした日）を記入します。

《本人基本情報》

・氏名 ・生年月日 ・連絡先(電話、FAX) ・年齢 ・性別 ・住所

事前に確認した内容に相違がないか確認の上、記入してください。

・医療的ケアの有無

医療的ケアの状況については、避難時のみならず避難後の生活を送る上でも重要な情報となります。

事前に確認している情報と相違ないか、あらためてご確認いただいた上で、チェックをお願いします。

《ハザードの状況、避難行動》

事前に確認したハザード状況に基づき、災害時にどのような「避難行動」をとるか、本人又は家族等の意向を聞きながら、災害毎（風水害時、地震時）の状況に応じて検討します。

・ 周辺のハザードマップの状況

ご自宅周辺のハザードマップの状況について、事前に確認した状況について、本人や家族へもお伝えいただき記入してください。

・ 避難場所候補（風水害、地震）

風水害（土砂災害を含む）、地震のそれぞれについて、避難場所の候補を決めて記入します。

事前に確認したお住まいの地域のもよりの避難所を本人や家族へお伝えしたうえで、身体の状態等を考慮の上、避難場所の候補となる場所を検討します。

自宅外への避難が必要な場合は、地域の避難所の他、安全な場所（風水害の場合は、浸水想定や土砂災害の危険性の低い場所）にある親族宅や知人宅への避難も含めて検討してください。

また、本人が普段通所している施設等への避難（ショートステイの利用等）も含めて、ご検討ください。

なお、「避難」＝「難を逃れること」であり、必ずしも自宅を出て避難場所へ行くことだけが避難ではありません。風水害の場合や頑丈なお住まいに居住している場合には、在宅避難（浸水の場合には3階以上への垂直避難）も有効な「避難」になります。

本人の医療的ケアの必要性や、長距離の搬送が困難である場合等も考慮した上で、避難場所を検討してください。

災害時の状況に応じて、自宅にとどまり、在宅での避難を選択する場合、避難所への非常持出品と同様に、自宅で生活を送るための水や食料といった、備蓄が必要になります。災害時に備えて日ごろ

から備蓄しておく物資等について、あらかじめ本人・家族と話し合
って確認し、準備しておく、災害時の安心につながります。

・避難方法/避難経路（風水害、地震）

風水害（土砂災害を含む）、地震のそれぞれについて避難方法や
経路を決めておきます。

まず、風水害の場合には「警戒レベル」に合わせた避難行動を本
人や家族と話し合い、決めておきましょう。警戒レベル1・2は気
象庁が発表し、警戒レベル3「高齢者等避難」と警戒レベル4「避
難指示」は札幌市が発令します。

【（参考）避難情報 警戒レベル】

警戒レベル	避難情報	防災気象情報	状況や必要な行動
5	緊急安全確保	大雨特別警報 洪水特別警報	災害発生またはひっ迫 直ちに身の安全を確保
4	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	災害の恐れが高い 全員避難が必要
3	高齢者等避難	大雨警報・洪水警報 氾濫警戒情報	災害の恐れあり 避難行動要支援者は避難を開始
2	-	氾濫注意情報 大雨・洪水注意報	気象状況の悪化
1	-	早期注意情報	今後気象状況悪化の恐れ

※札幌市では、洪水に係る避難情報については警戒レベル3「高齢者
等避難」が発令されるのは豊平川・石狩川・新川のみであり、その
他の河川については警戒レベル2の後、警戒レベル4「避難指示」
が直接発令されます。また、土砂災害の場合についても、気象の状
況によっては、警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されず、掲載
レベル2から警戒レベル4「避難指示」が直接発令されることもあ
るため留意してください。

警戒レベル3「高齢者等避難」または警戒レベル4「避難指示」が発令（※）された際にスムーズに避難ができるよう、警戒レベル1、2の段階で、どのような準備をしておくか検討します。

<警戒レベルに合わせた避難行動の例>

警戒レベル1 避難支援者と連絡を取りながら自宅で待機
テレビやラジオ、HPで気象情報を確認

警戒レベル2 避難時の持ち物をまとめておき、避難先までの経路
や移動手段を確認

警戒レベル3・4 避難所の開設状況を「さっぽろ防災ポータル」で
確認(避難支援者が情報提供)し、避難を開始。

避難方法・避難経路の欄へは、本人の自宅から、本人又は家族等と話し合っただけで決めた避難先まで誰が同行するか、どのように向かうかなどを記入します。

<避難方法／避難経路の記載例>

- ・避難には付き添いが必要なため、長男が付き添い、もよりの避難所である小中学校への避難を行う。（長男不在時は次男が付き添い）
 - ・常時介護が必要で一般の避難所で過ごすことは難しいため、基本的には短期施設入所を利用する予定（施設と相談済）。施設による送迎が難しい場合には家族送迎を行う。仮に施設に空きがなければ、自宅（家族宅）の上階に垂直避難をする。
 - ・ALS（筋萎縮性側索硬化症）の方で、基本的には在宅避難を想定し日ごろから非常用電源等を準備しておく。自宅に浸水や倒壊が予想される場合は、本人・家族が早めに担当医に連絡を取り、受け入れ先となる医療機関を探す。医療機関が見つからない場合、自家用車（リクライニング車椅子ごと乗れるもの）に避難する。
- ※ALS（筋萎縮性側索硬化症）など一時的に医療機関等への避難が必要な方は、警戒レベル2の注意報の段階で、関係機関との連絡調整を始めるのが望ましいです。

・避難時の共通事項（持ち物）

災害の状況に応じて、自宅を出て避難しなければならない場合に備え、最低限必要な持ち物を考え、記入しておきます。

記入欄が不足する場合にはもう1枚のシートを用意しそちらに記入するか、別紙に記入していただいても構いません。

【避難時の持ち物の例（非常持出品）】

- 飲料水（500ml×2本程度など重くならない程度）
- 非常食やお菓子
- 衣類（防寒着、下着等）
- 薬、おくすり手帳
- 携帯電話
- 現金、健康保険証、身分証明書
- 携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池
- その他、身体状況に応じて必要なもの（おむつ、介護食）

また、避難時の持ち物は可能であればリュックサック等にまとめておき、いざというときに持ち出せるよう、本人・家族がわかりやすい場所に保管しておくようにし、家族内で共有しておくようにしましょう。

なお、避難をする際に持ち物が重すぎると、避難の移動に際に支障が出てしまいますので、実際に持ち歩ける分量を考えておくことが重要です。



・避難時の共通事項（配慮が必要なこと）

避難の際や避難所に行った後に配慮が必要となる事項について記入します。配慮が必要となる理由や必要とされる対応についてもあわせて記入しておきましょう。

【配慮が必要なことの記入例】

立つことや歩行が困難なため、介助が必要

音や声が聞こえないため、筆談でのコミュニケーションが必要

物が見えない(見えにくい)ため、移動時には手引き支援が必要

認知症の症状があり、危険なことが判断できない

避難所では、大勢の避難者といると、精神的に不安定になりやすいため、福祉避難スペース(30ページ参照)の利用を避難所の受付で伝える。 など

※福祉避難スペースについて

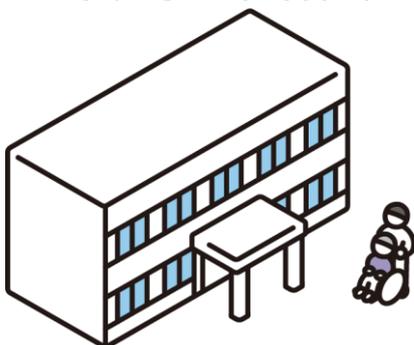
もよりの小中学校など一般の避難所の滞在スペース（体育館等）で過ごすことが難しい要配慮者のための専用スペース（空き教室やパーティション等で区切られたスペース等）です。本人の心身の状況に応じて、1人あたりのスペースを広く確保するほか、プライバシーの確保にも一定の配慮がなされます。

札幌市の避難所の運営において、要配慮者が避難してきた場合には、滞在場所等について、できる限りの配慮をすることとしています。（札幌市避難所運営マニュアルより）

利用を希望する場合は、避難所の受付でその旨を伝えましょう。

「移動が困難なのでトイレの近くの場所を希望したい」などといった身体状況に応じて必要となる配慮の要望があればその旨をあわせて伝えましょう。避難所内の状況に応じて、あくまで対応可能な範囲にはなりますが、慣れない避難所の中でも一定の配慮がなされることで、できるだけ安心して過ごすことにつながります。

なお、福祉避難スペースで過ごせる方は「家族等による医療的ケア（人工呼吸器の管理、気管切開部の処置、たん吸引、経管栄養等の医療行為）を受ければ生活が可能な方」となりますので、原則として家族等の介助者（避難支援者）が同行していることが必要です。



・避難場所までの移動

避難場所までの移動手段や支援が必要なことについて、あてはまるものにチェックを入れてください。

また避難時の移動にあたって、使用できる車があれば、だれが運転できるかも含めて確認の上、記入してください。

《避難支援者についての情報》

(避難支援者の) ・氏名 ・住所 ・本人との関係 ・電話番号
・平常時の外部への情報提供の同意 ・支援内容

「避難支援者」は、シートを作成する対象者への避難情報の伝達や持ち出し品の準備、避難所までの付添い、または避難支援者だけでは支援が困難な場合、近隣住民等への手助け等の依頼等の支援を行っていただく方です。

災害発生時に市の職員や消防、警察等の行政がご自宅を一軒一軒訪問して、個別に声掛けや避難の支援を行うことは非常に困難ですので、災害時の避難支援においては、避難支援者の方による支援が大きな力となります。

なお、このシートに避難支援者として記入された方については、災害時に必ず避難支援を行うことを義務づけるものではありません。災害時には避難支援者も被災者となる場合もありますので、まず、自分と家族の安全を確保した後、可能な範囲での支援を実施していただくこととなります。

そのため、避難支援者については事前に以下の点について、本人や家族等に理解をいただいた上で選定をするようにお願いします。

- 「わたしの避難準備シート」に記入した、避難支援者による災害時の支援は、避難支援者ご自身や、その家族の安全を確保した上で行われるものです。
- 災害時に避難支援者が何らかの事情により支援に駆け付けることができない場合や、避難支援者自身が被災される場合もあるため、必ず実施されることを義務づけたり保証するものではありません。
- 避難支援の結果について、避難支援者に法的な責任を負わせるものでもありません。
- あくまで災害時に円滑に避難することを目的にし、避難支援が受けられる可能性を高めるため選定するものです。

<「避難支援者」の選定>

避難支援者の選定にあたっては、まずは、シートを作成する対象者本人の状態や配慮が必要なことを一番把握されていると思われる、家族（同居、別居含む）や親族での対応を検討します。

また、家族・親族との物理的な距離や疎遠等の理由で支援が難しい、会える頻度が限定的である等の場合は、近所にお住まいの友人や知人も候補として考えられます。

なお、対象者に対し日ごろからサービス提供を行うために携わっている事業所等での対応が可能な場合はその旨を記入していただいても構いませんが、このシートの作成を通じて、事業所のみなさまに対して、シートを作成する対象者の災害時の避難支援すべての対応をお願いするものではないことをご承知おきください。

家族や事業所等での対応が難しい場合には、本人や家族等から普段の地域でのお付き合いの中で、避難支援者となっただけそうな方を聞き取っていただく等していただき、基本的には、本人・家族から、避難支援者となる候補の方へ、シート作成の趣旨を説明し、避難支援者になっただけよう依頼し、シートに避難支援者として記載することに了承を得るようにしてください。このとき、作成支援者の可能な範囲で、避難支援者となる候補の方への説明にご協力いただくことは差し支えありません。

【避難支援者を選定する際のポイント】

- ・ 日常生活でよく助けてくれる人や日ごろから相談にのってくれる方
- ・ 地域の行事や活動内容などの情報を教えてくれる方
- ・ 本人だけでなく、家族のこともよく知ってくれている方
- ・ 本人の身体や心の状況を理解して、手伝ってくれる方など

なお、本人・家族において、町内会といった地域団体との関係性がすでに構築できている場合に限られますが、町内会等の地域団体が災害時に支援に駆け付けてくれることになっている場合は、避難支援者欄に、町内会等の地域団体の情報を記入することもできますが、必ず、本人・家族を通じて地域団体の方の了承を得ておくようにしてください。

【避難支援者となっただけの方を選定しやすくするためには】

災害時に避難支援を受けられる可能性を高めるためには、本人または家族が、近隣や地域の方に自分たちの存在を知ってもらうように努め、日ごろから何かと気にかけてもらえるような関係性を構築しておくことが何より重要です。

たとえば、本人・家族が「近隣の方とあいさつをかわす」「地域で開催される行事やイベント（避難訓練、お祭りなど）に積極的に参加する」といった日ごろのコミュニケーションや交流を通じて、近隣や地域の方との関わりを深めておくことがとても大切です。

<最終的に避難支援者が選定できない場合>

避難支援者を選定することにより、災害時の円滑な避難や支援が受けられる可能性を高めることが期待できますが、「家族と同居していない」「近くに住む親族・知人がいない」「日ごろから近隣との付き合いがない」といった場合においては、やむをえず選定できない場合も考えられます。

その場合は、避難支援者は「空欄」としていただいて、シートの作成を行います。

【シートに記載された情報の外部の関係機関への提供についての避難支援者の同意確認】

災害対策基本法上は、作成したシート（個別避難計画）に記載された情報は、災害時に避難支援を受けられる可能性を高めるため、平常時は対象者本人の同意がある場合には、札幌市を通じて、外部の関係機関（市の関係機関や災害時の避難支援に取り組む町内会といった地域団体等）に対し、避難支援の実施に必要な限度で提供することが可能となっています。

一方で、シートに記入した避難支援者に関する情報の平常時の外部提供については、避難支援者ご本人の同意を得ておく必要があります。

避難支援者を選定する際には、作成したシートに記載された避難支援者に関する情報について、外部の関係機関に提供の可能性があることについての説明を行った上で、情報提供についての同意確認（口頭で構いません）を行ってください。また、同意確認の結果について、シートの避難支援者欄の「平常時の外部への情報提供」欄の「同意する」「同意しない」の口にチェックをお願いします。

※なお、災害時には個人情報保護よりも対象者本人の身体の安全の確保が優先されるため、避難支援者本人の同意がなくとも、札幌市から外部の関係機関に対し、避難支援の実施に必要な限度で、シートに記載された情報（避難支援者に関する情報を含む）を提供することが可能となっていますので、この点についてご説明いただき、理解してもらった上で、避難支援者を選定していただきますようお願いいたします。

《作成支援者についての情報》

・氏名 ・所属事業所、団体名 ・連絡先（電話、FAXE-mail）

作成支援者（福祉専門職の皆様）となっていたいただいた方の情報をご記入ください。

なお、作成したシートにもとづく避難や避難支援の結果について、シートの作成支援者に法的な責任が発生するものではありません。

イ 「シートその2（わたしの情報）」

シートその2（わたしの情報）については、事業所で作成済みのフェイスシートやアセスメントシート等の写しを添付していただくことで、内容が重複する項目の記入を省略することができます。

なお、フェイスシート等を添付する場合には、シートは作成後、本人や家族が内容を確認したうえで保管し、災害時に備え日ごろから活用することにご留意いただき、記入内容等についてご配慮いただくようお願いいたします。

《身体状況等》

・障がい者手帳の有無や種類 ・障害支援区分
・介護保険の利用有無や要介護度 ・指定難病医療受給者証の有無
・福祉サービスの利用状況 ・かかりつけの医療機関
・主な病気 ・くすり ・使用中の医療機器

なお、記入欄が不足する場合にはもう1枚のシートを用意しそちらに記入するか、別紙に記入していただいても構いません。

・日常生活面の配慮事項

食事、移動、トイレなどそれぞれの場面において、配慮が必要となる事項を記入してください。配慮すべき事項が特段ない場合には、その項目の記入欄へは、「なし」と記入するか、空欄としてください。

《居住する建物や家族などの状況、緊急連絡先》

・在宅時に主に過ごす部屋

災害発生のおそれがあるときや災害発生時にスムーズな避難支援や安否確認が行えるよう、日中、夜間それぞれについて、在宅時に主に過ごす部屋を、本人や家族へ聞き取りの上、記入してください。

なお、階数や方角などをあわせて記入しておくことで、いざというときに、安否確認や支援に向かうべき場所がわかりやすくなります。

・居住する建物の状況や生活形態

居住建物欄へは「戸建て」「マンション・アパート」等の種別を記入ください。また居住する建物の階数も記入してください。

構造（木造、鉄筋コンクリート など）や建築年数についても、本人や家族へ聞き取りの上、わかる範囲で記入してください。

・緊急時の連絡先 ・家族構成図

親子関係の他、必要に応じてキーパーソン、緊急連絡先となりうるご兄弟についてもご記入ください。

家族構成図についてはジェノグラム（※）を記入する、氏名等を線でつないだ簡易な家系図を記入する等、どのような形式で記入いただいても差し支えありません。

※ジェノグラム

簡易な記号等を用い、家族構成を図示したもの。

<サービス提供者会議について>

シートの作成を進めていくうえで、対象者について、複数の事業所、関係機関が関わっている場合、対象者にサービスを提供する関係事業所等で集まり、避難方法や支援方法を検討する場（サービス提供者会議）を設けることも有効です。対象者に提供する介護サービス等を検討する定期的な会議の場を活用していただいても構いませんので、必要に応じて開催をご検討ください。

(4) 作成したシートの内容確認

シートが完成した場合（避難支援者等やむをえず記入ができなかった空欄がある場合も含む）は、シートの内容が実際の災害時の円滑な避難につながる内容になっているか、あらためて確認してください。このシートは災害時によりよい避難を目指す目的で作成するものであり、100%確実な避難の実効性を求めるものではありませんが、確認する際のポイントとしては、以下のような内容が考えられますので、参考にしてください。

【作成したシートの確認のポイント（参考）】

自宅のハザード状況をふまえた避難となっているか

例えば、2階まで浸水が想定される区域で2階への垂直避難を選択していたり、土砂災害警戒区域に該当している区域で在宅避難をし続ける選択としていないか、親戚や知人宅に避難する場合で避難先のハザード状況が自宅と同じような状況となっていないか 等

本人や支援者の状況をふまえた無理のない避難となっているか

例えば、同居の家族を支援者とする場合で、実際には人手が不足するにもかかわらず、2階に対象者を運んでの垂直避難をする選択としていないか

(5) 作成したシートの提出・報告

ア 事務局への提出

作成支援者（又は作成支援者が所属する事業所）は作成したシートを必要書類（40ページ「事務局にご提出いただく書類一覧」参照）と併せて事務局へ提出してください。

提出にあたっては、シート送付用の封筒（簡易書留料金分の料金受取人払郵便）を配布いたしますのでご活用ください。なお、提出用の封筒を利用されない場合は、シートには個人情報が多く含まれますので、万が一の紛失等の事故の発生に備え、レターパックなど必ず配達記録の残る方法で事務局まで郵送していただきますようお願いいたします。

シートは作成後、概ね1か月以内に事務局までご提出ください。ご提出いただいた内容を確認のうえ、報酬支払いに必要な手続きを進めさせていただきます。

※作成されたシートは速やかな共有、また報酬の支払いのための必要な書類となりますので、可能な限り速やかな提出にご協力をお願いいたします。

なお、シートを作成する対象者が、作成に同意せず、シートの作成を行わなかった場合であっても、「わたしの避難準備シート作成報告書」及び不同意の旨を記入した「わたしの避難準備シート（個別避難計画）の作成・個人情報の提供に関する同意書」の提出は必要となります（同意確認への協力に対する報酬をお支払いします）ので、ご注意ください。

<事務局にご提出いただく書類一覧>

わたしの避難準備シート作成報告書 全事業所共通

わたしの避難準備シート（原本） 対象者のシートを作成した場合

わたしの避難準備シート（個別避難計画）の作成・個人情報の提供に関する同意書（原本） 全事業所共通

※作成に不同意とした対象者の分も含め提出が必要になります。

口座振替申出書 全事業所共通

※報酬は、原則として事業所等を運営する法人の「法人名及び代表者氏名」の名義の口座にお振込みさせていただきます。

委任状 該当する場合のみ

申出書の振込口座に運営法人の法人名及び代表者名義以外の口座（例：事業所名義の口座等）を指定する場合のみ提出が必要です。

上記の提出必要書類について、説明会後にシート作成に協力のご意向をいただいた皆様には各様式一式をデータで配布いたしますので、必要に応じてご活用ください。また、札幌市のホームページ（ホームページアドレスは説明会の説明資料を参照願います）からもダウンロードできます。

※なお、口座振替申出書及び委任状については、札幌市の事務手続き上、紙面での提出が必要となりますのでご注意ください。

イ 作成協力報酬の請求

シートの作成へのご協力に対する報酬（作成協力報酬）のお支払いに必要となる書類（「口座振替申出書」「（該当する場合のみ）」）

委任状」) について、必要事項を記入の上、事務局へ提出してください。

なお、作成協力報酬の支払に必要となる書類の提出については作成したシートや同意書など一括で提出していただいて構いません。

【(★ご確認ください) 協力報酬のお支払いについて】

- ・ 作成協力報酬については、作成し提出いただいたシート1件につき、7,000円をお支払いします。
- ・ 作成協力報酬については、必要書類をご提出いただいたから、おおむね2か月程度でご指定口座にご入金となります。
- ・ 作成したシートにおいて、例えば避難支援者が見つからない等の理由によって、空欄の項目があった場合でも、報酬支払いの対象とさせていただきます。
ただし、記入が可能と思われる項目が空欄であったり、または、空欄があまりにも多い場合には、提出されたシートの内容について確認するため、事務局からご連絡させていただく場合がございますのでご了承ください。
- ・ シートを作成する対象者本人が同意せず、シートの作成ができなかった場合には、同意確認へのご協力に対する報酬として、不同意の報告のあった対象者1件あたり、1,000円をお支払いします。
- ・ 報酬の支払い対象は、札幌市が設定した条件により対象者として抽出した方のみです。
事務局がお渡しする対象者リストに掲載されていない方については、同意確認やシート作成した場合でも、報酬支払いの対象になりませんのでご注意ください。

<作成したシート等関係書類の提出先・お問い合わせ先>

札幌市わたしの避難準備シート作成推進事務局

〒060-0005 札幌市中央区北5条西2-5

JRタワーオフィスプラザさっぽろ 19F

TEL 050-3358-7652 FAX 050-8886-0503

E-mail watahina_sheet_sapporo@medi-staffsup.com

<ご協力いただいた事業所のみなさまへのアンケート実施について>

札幌市「わたしの避難準備シート（個別避難計画）」の作成にご協力いただいた福祉事業所のみなさまを対象に、作成に関わってみてのご感想やご苦労された点や改善すべき点、今後に向けてのご意見などに関するアンケートを実施させていただき、今後の事業の検討にあたっての貴重なご意見として参考にさせていただきたいと考えております。

アンケートの実施方法は郵送またはWEB形式を予定しており、後日ご案内させていただきますが、ご案内の際には、可能な範囲で結構ですので、ご協力いただきますようお願いいたします。

(6) 作成したシートの共有

作成したシートについては、原本を「札幌市わたしの避難準備シート作成推進事務局（以下、事務局）」へ郵送で提出してください。

（シートの原本の管理は札幌市にて行います。）

提出のあったシートの記載内容について事務局で確認後、作成支援者あてにシートの写しを送付しますので、対象者本人や避難支援者へ共有する内容について説明を行い、理解を得ておくようにしてください。

シートの写しは「対象者本人」「避難支援者」「シートの作成に関わった福祉事業所」でそれぞれ保管してください。

また、対象者本人の希望に応じて、「家族」「緊急連絡先」「日ごろ利用して（作成支援者以外の）福祉サービス提供事業者」に対して、共有する相手方の了承が得られる範囲内で、シートの写しを共有していただくことも可能です。

なお、災害対策基本法上、個別避難計画（札幌市では「わたしの避難準備シート」）の共有を受けた方においては、シートに記載された情報については、避難支援等の実施に必要な限度でのみ活用できるとされているほか、法律上の守秘義務が課されており、記載内容をみだりに口外したり、閲覧させること等はできませんので注意が必要です。

(7) 作成したシートの保管・管理

作成したシートには、対象者本人の氏名、住所、お身体の状況等のほか、家族や避難支援者の大切な個人情報に記載されておりますので、適切に取扱う必要があります。

万が一、シートの紛失や盗難により、シートに記載された個人情報が漏洩した場合、対象者本人に不利益が発生する恐れが生じるだけでなく、対象者本人と避難支援者や関係団体との信頼関係や、シートを活用した避難支援の取組に対する信頼性にも影響を及ぼすことにつながりかねません。

シートの作成支援者を含む作成に関わった方、提供を受けた方は、災害対策基本法に基づき守秘義務が課されますので、作成したシートについては、適切に保管・管理をしていただきますようお願いいたします。

<本人又は家族等の保管・管理>

作成支援者から対象者本人または家族へ作成したシートをお渡しする際には、紛失しないようお伝えいただくとともに、以下の点についてもお伝えください。

【本人又は家族等にお伝えいただきたいこと】

- ・ 災害発生のおそれがある場合や災害発生時等にすぐに確認できる場所に保管すること。
- ・ 災害発生のおそれがある場合や災害発生時等には作成したシートの内容に従って、本人又は家族等の判断で支援者への連絡等、避難行動を開始すること。
- ・ 避難の際には、可能な限りシートを持って行動すること。

<作成者（福祉専門職及び事業所）の保管・管理>

シートは事業所内において、災害発生時等に適切に確認できるように保管してください。

シートの作成及び保管において、知り得た情報については、災害対策基本法上、避難支援等の実施に必要な範囲でのみ利用できるものであり、それ以外の目的（他業務での転用等）には使用することはできませんのでご注意ください。

<避難支援者やその他の提供先での保管>

シートを災害発生時等にすぐに確認できる場所に保管します。

なお、避難支援者やその他の提供先に対しては、本人又は家族を通じて、シートを共有することとしても差し支えありません。その場合には、シートに記載された内容・情報については、個人情報の取扱いを遵守していただけるよう、シートの受渡しを行う本人又は家族から、避難支援者にお伝えいただくように依頼してください。

(8) 作成したシートの更新

作成したシートについては、ケアプランやサービス利用計画と同様、対象者本人のお身体の状況や環境の変化に合わせて、記載内容を見直し更新していくことは、災害時の避難支援を円滑に行い、よりよい避難を目指していくうえでは重要です。

例えばですが、シートを作成した対象者のケアプランやサービス利用計画を更新するタイミング等に合わせて、定期的にシートの内容を更新していただくことについて、ご協力をお願いいたします。

シートの更新にあたっては、この手引きを参考にいただき、ご不明な点がございましたら、事務局までお問い合わせください。

内容を更新したシートについては原本を事務局へ提出してください。

また、シートの更新にご協力いただいた場合には、協力への報酬として更新し提出いただいたシート1件につき3,500円をお支払いいたします。

なお、シートの更新に対する協力報酬の支払いは「シートを作成する対象者お一人につき年1回まで」かつ「下記の(1)～(4)の項目のいずれかについて更新を行った場合」に限らせていただきます。

シートの更新の際の協力報酬について、ご不明な点がございましたら事務局までお問い合わせください。

【シートの更新の協力報酬のお支払いの対象となる項目】

- (1) 避難場所、避難方法及び避難経路
- (2) 避難時の配慮に関する情報
- (3) 避難支援者の情報
- (4) 避難行動要支援者の心身の状態にかかる情報及び日常生活にかかる配慮事項

4 わたしの避難準備シート作成後の活用について

災害時の避難の実効性を高めるうえでは、作成したシートの記載内容のとおり避難行動を実際にとることができるのか、ということを確認することが大切です。

無理のない可能な範囲で避難支援者等の協力を得て、避難の訓練等を実施してみることは、災害時の避難の実効性を高めるうえで非常に重要です。たとえば、シートに記載された避難方法や避難経路のとおり避難場所の前まで実際に行ってみることで、作成時点では気づかなかった課題の発見や、よりよい避難を考えることにつながることもあります。

また、避難時の持ち出し品や在宅避難をするための備蓄品について、日ごろから準備し保管場所を確認しておくことも大切です。

シートの作成・活用を通じて、シートを作成した対象者本人や家族において、災害時のことを考えるきっかけとなり、日ごろの防災意識を高め自助の取組を促進することにつながります。

作成支援者の皆様におかれましては、対象者本人や家族によるシートの定期的な内容の確認を促していただいたり、対象者のお身体や環境の変化に合わせた定期的な更新にご協力いただくようお願いいたします。



令和7年（2025年）10月発行

作成：札幌市わたしの避難準備シート（個別避難計画）作成推進事務局

〒060-8788 札幌市中央区北5条西2丁目5

JRタワーオフィスプラザさっぽろ 19F

電話 050-3358-7652 F A X 050-8886-0503

防災情報（ハザードマップ・避難場所）の確認方法

わたしの避難準備シートの作成にあたっては、対象者のお住まいの地域のハザード状況や避難場所の情報について確認することが必要です。

これらの情報については、札幌市公式ホームページの「札幌市地図情報サービス」「さっぽろ防災ポータル」により確認することができます。

本書において、確認の手順をご紹介しますので、ご参考ください。

- 札幌市公式ホームページ「札幌市地図情報サービス」



URL : https://www.city.sapporo.jp/johoo/it/web_gis/web_gis.html



- 札幌市公式ホームページ「さっぽろ防災ポータル」



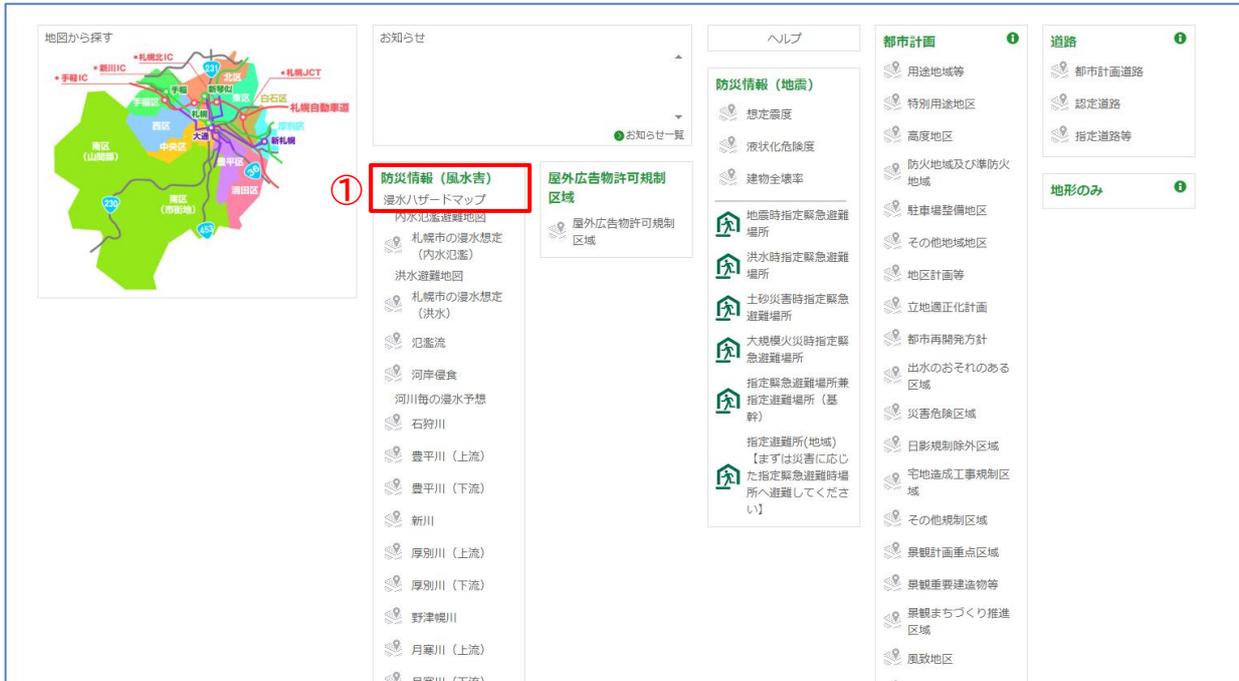
URL : <https://bousai.city.sapporo.jp/>



1 地図情報サービス

(1)ハザード状況（お住まいの地域の災害リスク）の確認方法

- ①「札幌市地図情報サービス」ホームページを開き、利用条件に同意
しますを選択し、テーマ「防災情報（風水害）」を選択します。



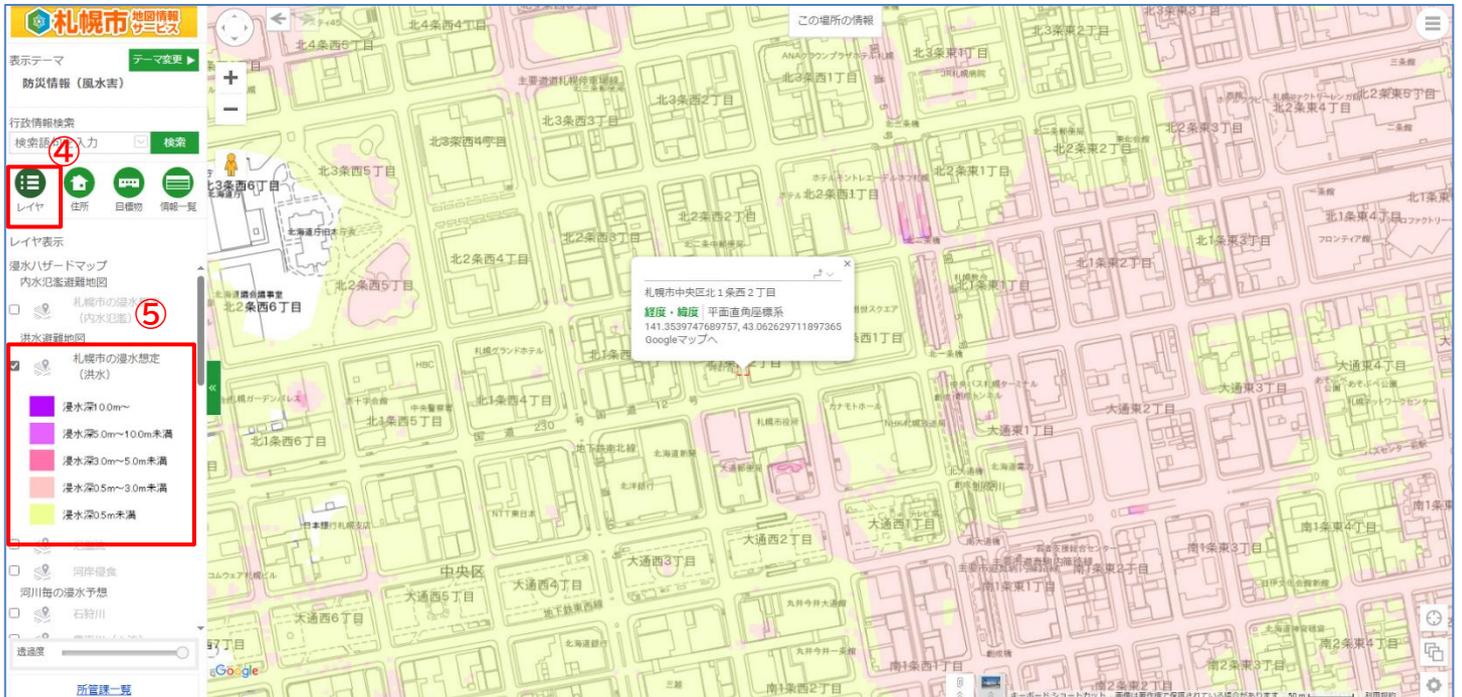
②ページ左部の「住所」を選択します。

③対象者のお住まいの住所地を選択します。

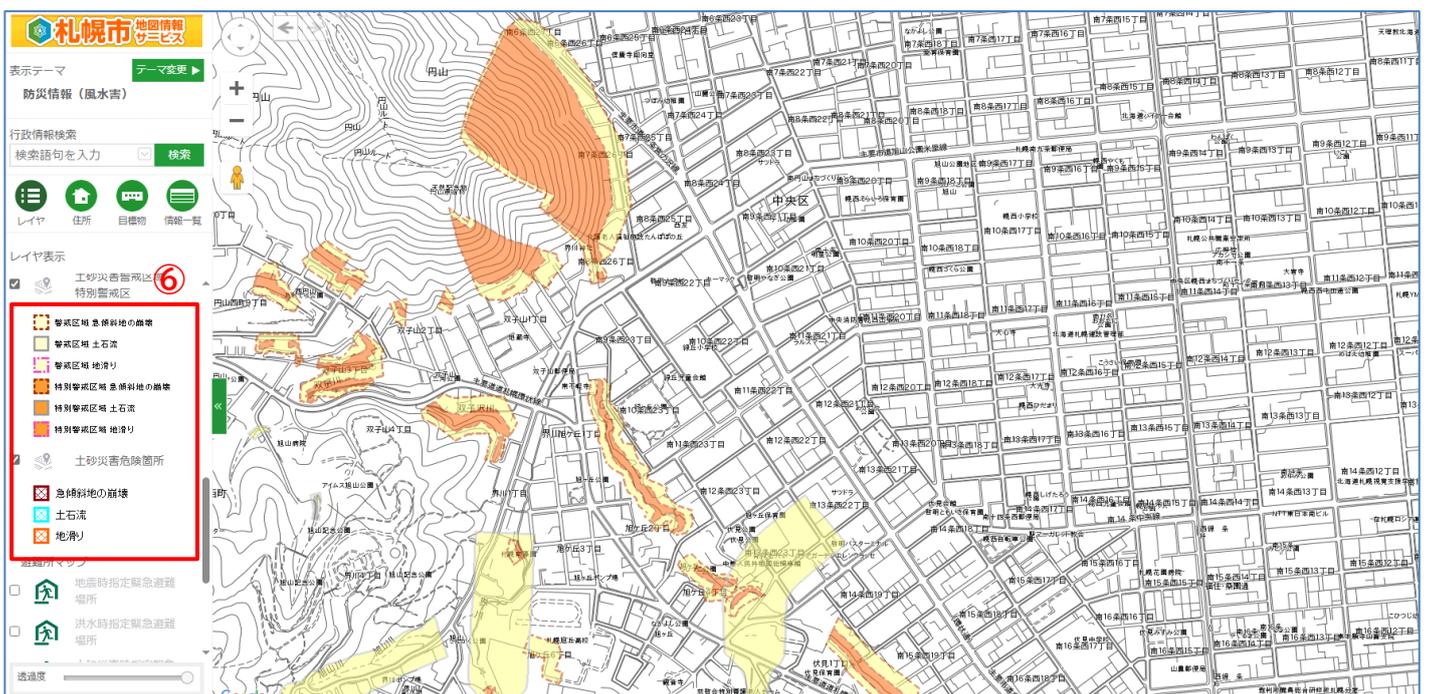


④住所選択が完了したら、ページ左部の「レイヤ」を選択します。

⑤レイヤ表示の中から「札幌市の浸水想定(洪水)」を選択し左下に示された凡例をもとに浸水想定状況を確認します。

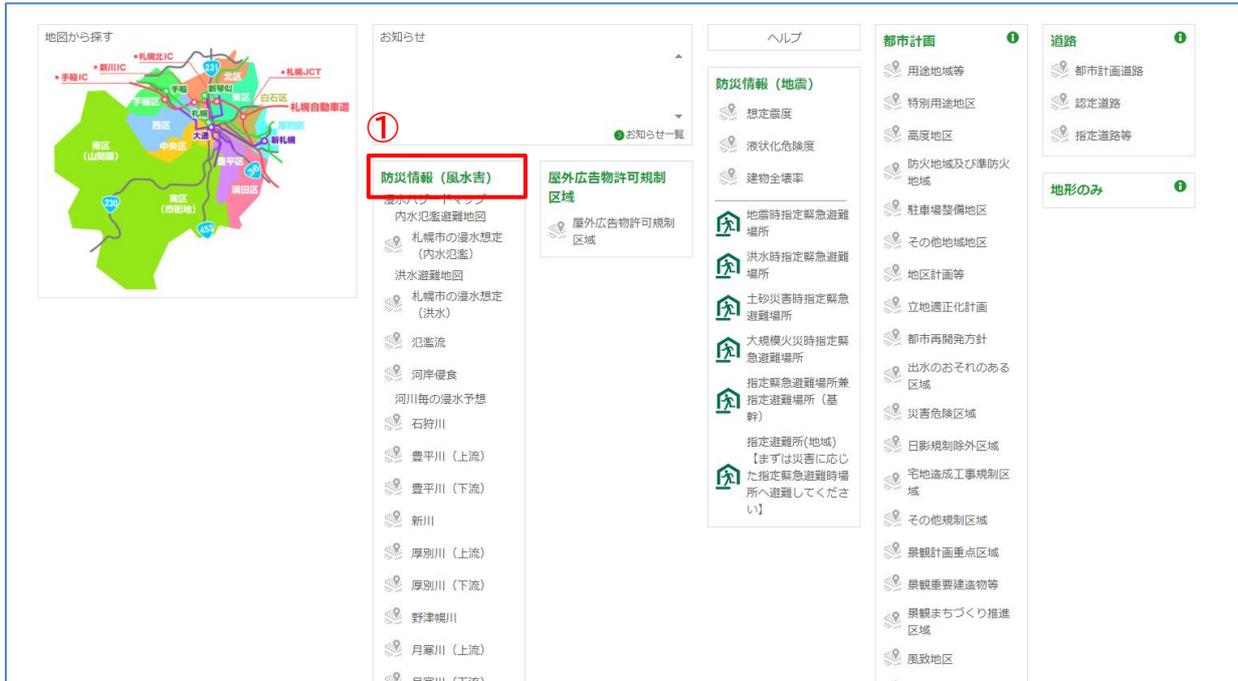


⑥「札幌市の浸水想定(洪水)」のチェックを外した後、レイヤ表示の中から「氾濫流」「河岸浸食」「土砂災害警戒区域・特別警戒区」を選択し、凡例の色をもとにそれぞれのハザード状況を確認します。



(2) 避難場所の確認方法

① 「札幌市地図情報サービス」ホームページを開き、テーマ「防災情報(風水害)」を選択します。



② ページ左部の「住所」を選択します。

③ 対象者のお住まいの住所地を選択します。



④住所選択が完了したら、ページ左部の「レイヤ」を選択します。

⑤レイヤ表示「避難所マップ」の中から、地震、洪水、土砂災害の
いずれかを選択し、近隣の避難場所を確認します。



<避難場所を確認する際の注意点>

指定避難所（基幹※）については、市立小中学校、区体育館などに開設されますが、洪水、土砂、地震等の災害種別によって、洪水時の浸水想定や高い場合や土砂災害警戒区域に含まれるため、避難場所としての安全が確保できない等の理由で開設されない避難所もあります。

（※現在は「基幹避難所」が正式名称ですが、ホームページ上では、旧称で表示されますのでご注意ください）

そのため、上記⑤の手順においては、必ず地震、洪水、土砂災害それぞれについて、一つずつ選択していただき、避難場所を確認したい災害種別以外の災害にチェックが入っていないことを確認した上で、災害種別ごとに避難場所を確認していただくようお願いいたします。

2 さっぽろ防災ポータル

(1)ハザード情報（お住まいの地域の災害リスク）の確認方法

- ①「さっぽろ防災ポータル」ホームページを開き、ページ上部「ハザードマップ」タブを選択します。
- ②マップ右上の住所検索欄に対象者のお住まいの住所を入力します。
- ③ページ左部の表示情報欄で「洪水浸水想定区域」「土砂災害警戒区域・特別警戒区」など確認したい災害種別を選択します。

The screenshot shows the Sapporo Disaster Portal website. At the top, there is a header with the site logo and name, and a navigation menu. The 'ハザードマップ' (Hazard Map) tab is highlighted with a red box and a circled '1'. Below the navigation menu, there is a search bar with the address '中央区北1条西2丁目' (Kita 1-jo, Chuo-ku, Sapporo) entered, highlighted with a red box and a circled '2'. On the left side, there is a sidebar with various hazard categories, highlighted with a red box and a circled '3'. The main content area shows a map of the area around the '時計台' (Clock Tower) and '市民ホール' (City Hall) in Sapporo. The map displays various hazard zones, including '洪水浸水想定区域' (Flood Inundation Potential Area) and '土砂災害警戒区域' (Landslide Hazard Potential Area).

※なお「さっぽろ防災ポータル」ホームページでは「氾濫流」「河岸浸食」
のハザード状況は確認することができません。

1～3ページをご参考いただき、「札幌市地図情報サービス」にてご確認
ください。

④ページ左部の「凡例」を選択し、凡例情報の色等を参照の上、浸水想定状況、土砂災害のハザード状況を確認します。

さっぽろ防災ポータル
札幌市の防災、災害時の情報ポータルサイト

サイトマップ > 言語選択 Language 文字サイズ 標準 大 特大

トップ お知らせ 避難情報 観測情報 気象情報 地震情報 ハザードマップ 関連リンク

トップ > ハザードマップ

ハザードマップ ④

表示情報 凡例

洪水浸水想定区域

- 10.0m以上
- 5.0～10.0m
- 3.0～5.0m
- 0.5～3.0m
- 0.5m未満

土砂災害警戒区域

- 土石流
- 急傾斜地の崩壊
- 地すべり

土砂災害危険箇所

- 土石流危険渓流(流域)
- 土石流危険渓流(沿道)

住所検索

時計台 市民ホール Xロテレビ塔

地図変更 50m 1/4000 | 地図情報提供: 国土地理院

(2)避難場所の確認方法

- ①「さっぽろ防災ポータル」ホームページを開き、ページ上部の「避難情報」タブ内の「避難所情報」を選択します。
- ②マップ右上の住所検索欄に対象者のお住まいの住所を入力します。
- ③ページ左部の表示情報欄で「指定避難所（基幹）」「指定避難所（地域）」などを選択し、もよりの避難場所を確認します。



※指定避難所（基幹）については、災害種別によって開設されない避難所もあります。もよりの避難所が開設される災害の種別については、「札幌市地図情報サービス（4～5ページ参照）」または、下記の札幌市ホームページで確認してください。

●札幌市公式ホームページ「各区避難場所等」

URL：https://www.city.sapporo.jp/kikikanri/higoro/hinan/hinan_index.html

(区別に掲載しておりますので、

対象者のお住まいの区のページをご確認ください。)

