

令和7年度 札幌市個別避難計画推進事業

わたしの避難準備シート (個別避難計画) 作成 説明会

札幌市わたしの避難準備シート作成推進事務局

SAPP_R0



本日の流れ

- 1 個別避難計画とは
- 2 作成の進め方
- 3 提出・報告・報酬請求
- 4 作成後について

1 個別避難計画とは

背景～大規模災害の被災状況

内閣府「令和元年台風第19号等を踏まえた高齢者等の
避難のあり方について（最終とりまとめ）」（令和2年12月）

令和元年(2019年) 台風第19号

- 全体死者数のうち高齢者 **約 65%**

令和2年(2020年) 7月豪雨

- 全体死者数のうち高齢者 **約 79%**



要配慮者が高い割合で犠牲に
犠牲を防ぐ対策が全国的に急務に

背景～要配慮者の犠牲の原因

内閣府「令和元年台風第19号等を踏まえた高齢者等の
避難のあり方について（最終とりまとめ）」（令和2年12月）

実は、**屋内**での被害が多い

「なぜ避難しなかったのか？」

（当事者の声）

- 「避難場所を知らない」
- 「避難するタイミングがわからない」


「逃げ遅れ」に原因

背景～気候変動による災害の激甚化



● 地球温暖化に伴う

気象状況の変化

- ・ 道内でも激しい雨が降る頻度が増加
- ・ 道外のような洪水や土砂災害の危険性が全くないとは言いきれない

「正常性バイアス」とは (Wikipediaより)

- 自分にとって 都合の悪い情報を無視 したり 過小評価 したりする人間の特性。
- 災害 といった身の危険が予想される状況でも「今回は大丈夫」「過去にそう いったことがない」「まだ大丈夫」などして、逃げ遅れの原因 となる。

平成30年7月西日本豪雨 岡山県倉敷市真備地区



(Yahoo!ニュース 令和6年7月8日より)

- 全体の死者数：51人 ※災害関連死を除く
- うち要支援者：42人 **約8割を占める**

<事例> 夫婦2人暮らし、寝たきりの妻を77歳の夫が介護

- ・ (夫) 災害発生当初は、逃げるという考えがない妻と「どのように」「どこに」避難すれば? と思い、2人で自宅にとどまることを選択。
- ・ 孫からの電話により避難を決断し、妻と車で高台に避難し助かった。
- ・ 今から思えば、自宅にとどまれば、自分は助かってても妻は水に浸かって犠牲になっていたかもしれない。今回災害に遭うまで、避難経路や相談先について考えたことはなかった。突発的に発生する地震は別としても、日ごろから災害時の避難を考えておくことが大切と思った。

今後の災害対策のあり方（国の報告）

中央防災会議防災対策実行会議「平成30年7月豪雨を踏まえた
水害・土砂災害からの避難のあり方について（報告）」（平成30年12月）

突発的に発生し激甚化する災害に対し、
従来の行政主導による対策だけでは災害
による犠牲を防ぎきれない。

内閣府防災担当
「避難情報に関するガイドライン」

住民は「自らの命は自らが守る」意識を
もって、自らの判断で避難行動をとると
いう、住民主体の取組強化による防災意
識の高い社会の構築を目指す必要がある。

平成25年 災害対策基本法改正

避難行動要支援者名簿

の作成が市町村に義務化

- **避難行動要支援者とは**
災害時の避難に特に支援を必要とする方



名簿情報は、本人の同意が得られれば
町内会等の地域団体に提供できる。

(地域の団体からの申請が必要)

避難行動要支援者（札幌市定義）

- 要介護の認定を受けている方
- 居宅介護、重度訪問介護、重度障害者等包括支援、行動援護、同行援護、生活介護、共同生活援助、移動支援の障がい福祉サービス支給決定を受けている方
- 身体障害者手帳1～2級を所持している方
- 視覚障がい・聴覚障がいのある方
- 療育手帳Aを所持している方
- 精神障害者保健福祉手帳1級を所持している方
- その他市長が特に必要と認めた方
（指定難病等のうち特に支援が必要な方など）

※市で保有する介護や障がい等のデータにもとづき上記に該当する方の名簿を作成。

要配慮者と避難行動要支援者

要配慮者

災害時に配慮が必要な方
(高齢者、障がいのある方、妊産婦など)

避難行動要支援者

災害時の避難に特に支援が必要な方

札幌市の名簿作成・提供状況

H27から名簿を作成・町内会等の地域への提供を開始。

地域の助け合いによる避難支援の取組みを推進。

<札幌市の名簿掲載対象者>

120,671人 (令和7年1月1日時点)

※名簿提供団体73団体 (単町・連町・地区社協・MS管理組合等)

※提供地域内の個人情報提供同意者数 約4,300人

避難行動要支援者の

避難行動支援に関する取組指針

(H25災対法改正に伴い、市町村を対象に
その事務に係る取り組む方法を指針として示したもの)

さらなる避難行動支援のため

地域の特性や実情をふまえて、
具体的な避難方法等について

「個別計画（個別避難計画）」

の作成がのぞましい。

個別避難計画とは

災害時にお一人では避難することが困難な方ひとりひとりについて

- どこに避難するか（避難場所）
- 避難時にどんな配慮が必要か
- 誰が支援するか（支援者）

などを災害時に備えてあらかじめ記載したもの

★災害の中でも、特に土砂災害や風水害といった事前予見、避難準備が可能な災害において有効な取り組みとされています。

これまでの個別避難計画の推進

- 地域への名簿提供の際、
名簿掲載者一人ひとりについて
個別避難計画作成の協力を依頼

⇒ 「地域」の手による

個別避難計画の作成を推進

★ 個別避難計画は行政の定める
各種の計画とは性質が異なる

⇒ 住民自身や家族で作成が可能

名簿制度開始以降の全国的な状況

- その後の豪雨災害においても
要配慮者の犠牲が減らない・・・
- 地域への名簿提供も
思ったように進まず・・・



地域への名簿提供のみでは
激甚化する災害には対応しきれない

令和3年5月 災害対策基本法改正

「避難行動要支援者名簿」

掲載者のうち、

作成の同意を得られた方について

個別避難計画の作成が

市町村の努力義務に

※あわせて「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針」も改定

R3年 取組指針改定のポイント①

計画作成を早期に進めるため、
優先度の高い避難行動要支援者の
範囲を定め、おおむね5年程度で
作成に取り組むこと

<優先度の高い方（国の例示）>

要介護度3～5の高齢者等自ら避難することが困難な方のうち、ハザードマップで危険な区域に住む方など、地方公共団体において優先度が高いと判断する者

R3年 取組指針改定のポイント②

計画作成にあたっては要支援者の状況を日頃からよく知り、信頼関係も期待できる福祉専門職（ケアマネジャー、相談支援専門員等）の参画が極めて重要

★全国の市町村でも、福祉専門職の皆様のご協力を得ての計画作成の取組みが続々と始まっています。

札幌市の検討経過

令和5年度

令和6年度

試行実施

福祉専門職の協力を得て計画を試行的に作成

作成の手順や課題を把握

福祉事業所 アンケート調査

市内の約600の事業所を対象に実施

協力意向や必要な支援を把握

モデル実施

対象区・地域を設定、対象者を抽出して実施

課題への対応や支援策の検証
事業実施体制を検討

個別避難計画を早めに作成する必要がある対象者や作成の仕組みを検討

令和7年度、本格的に計画の作成を開始します

これまでの検討をふまえての

個別避難計画作成の本格実施①

◆計画の作成を進める目的

👉 **ご本人やご家族の防災意識の向上**

自宅の災害リスクを知り避難について考える機会に

👉 **ご自身での備え等の取組を促進**

ご自身でできることを考え、自ら備えていただく

新たに作成を進める個別避難計画を

「わたしの避難準備シート」

と名づけて作成を進めていきます。

これまでの検討をふまえての

個別避難計画作成の本格実施②

24

◆計画の作成を早めに進めていく 必要性が高い方から取り組みます

避難行動要支援者名簿に掲載された方のうち
右記の(1)(2)の条件いずれにも該当する方
を災害発生時のリスクが高い方として設定

<対象者の全体像(イメージ)>

優先度が高い対象者
約1,800人

避難行動要支援者名簿掲載者
120,671人
(R7.1.1時点)

※ただし、施設に入所、長期入院中の方等は対象外

(1)心身の状況

下記のいずれかに該当する方

- ① 要介護3以上
- ② 障害支援区分4以上
- ③ 18歳以下の障がいのある方

+

(2)災害リスク 風水害を対象

下記のいずれかの区域内に居住する方
ア 洪水時に想定される浸水が3m以上
イ 河岸浸食・氾濫流のおそれがある
ウ 土砂災害等危険区域

これまでの検討をふまえての

個別避難計画作成の本格実施③

25

◆福祉専門職の皆様のご協力を得て、 計画作成する仕組みを整えます

作成を早めに進める
必要がある方

② 担当事業所が
ついていない方などへの
同意確認や作成支援

札幌市
保健福祉局

計画作成の対象者
(避難行動要支援者)

① 対象者抽出 協力依頼 作成の説明会・研修開催
作成の手引き・様式の提供 相談・問合せ対応

本人や家族にも積極的に
関わってもらいながら
作成を支援

② 作成の同意確認
(同意の場合)作成の支援

福祉事業所
(ケアマネジャー
相談支援専門員)

③ 作成した計画の提出

★ 対象者を日頃から担当される福祉事業所の皆様に、
札幌市からご協力をお願いし、市が各種の支援を
実施することを通じて、計画の作成を進めていきます。

今後の個別避難計画作成の進め方

- ◆ ご近所同士の助けあい・支えあいを目的とした名簿情報の提供等を通じての**地域**の皆様のご協力を得ての作成
- ◆ ご本人やご家族の防災意識の向上や日頃の備えの促進を目的とした**福祉専門職**の皆様のご協力を得ての作成

要配慮者のよりよい避難の実現に向けて
ご協力をお願いいたします。

2 作成の進め方

わたしの避難準備シートとは

個別避難計画とは、避難行動要支援者お一人おひとりの状況にあわせて、避難時の配慮事項や避難先、必要な支援等を記載した計画

★札幌市では、個別避難計画は対象の方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わかりやすくするため、

「わたしの避難準備シート」

という名称で推進してまいります。

※以下「シート」としてご説明します。

シート作成の対象者

札幌市では、国の取組指針にもとづき、まずは、災害発生時のリスクが高い方からシートの作成を進めていくことを検討しています。

<シート作成の対象者>

R 7 避難行動要支援者名簿に登録された方で、以下に該当する方

- 要介護3以上または障害支援区分4以上

または18歳以下の障がいのある方

- 想定浸水深3m以上または、氾濫流・河岸浸食のおそれのある区域、土砂災害警戒区域に居住 など

※ただし、施設に入所中や入院中の方は対象外

事前予見・避難準備が可能な「風水害」を主な対象とします

作成にあたって

対象者本人・家族にも
積極的に作成に関わって
もらうようにお願いします

★福祉専門職の皆様には、本人・家族の意向をふまえてシート作成を「**支援**」する役割（**作成支援者**）をお願いします。

防災の基本は本人と家族の「**自助**」にあります。
（自助＝自ら助かろうとする意思や努力）
「**災害時に助かろう**」という**避難の意思が必要**

一方で本人や家族だけでは作成が難しい場合も・・・

本人や家族のことをよく知り、信頼関係のある
福祉専門職の皆様の支援が不可欠です。

責任について

●シート作成の目的 (国の取組指針より)

★災害時の避難支援が受けられる可能性を高め
「よりよい避難」を目指すもの
(完璧な内容・100%の実効性を求めるものではない)

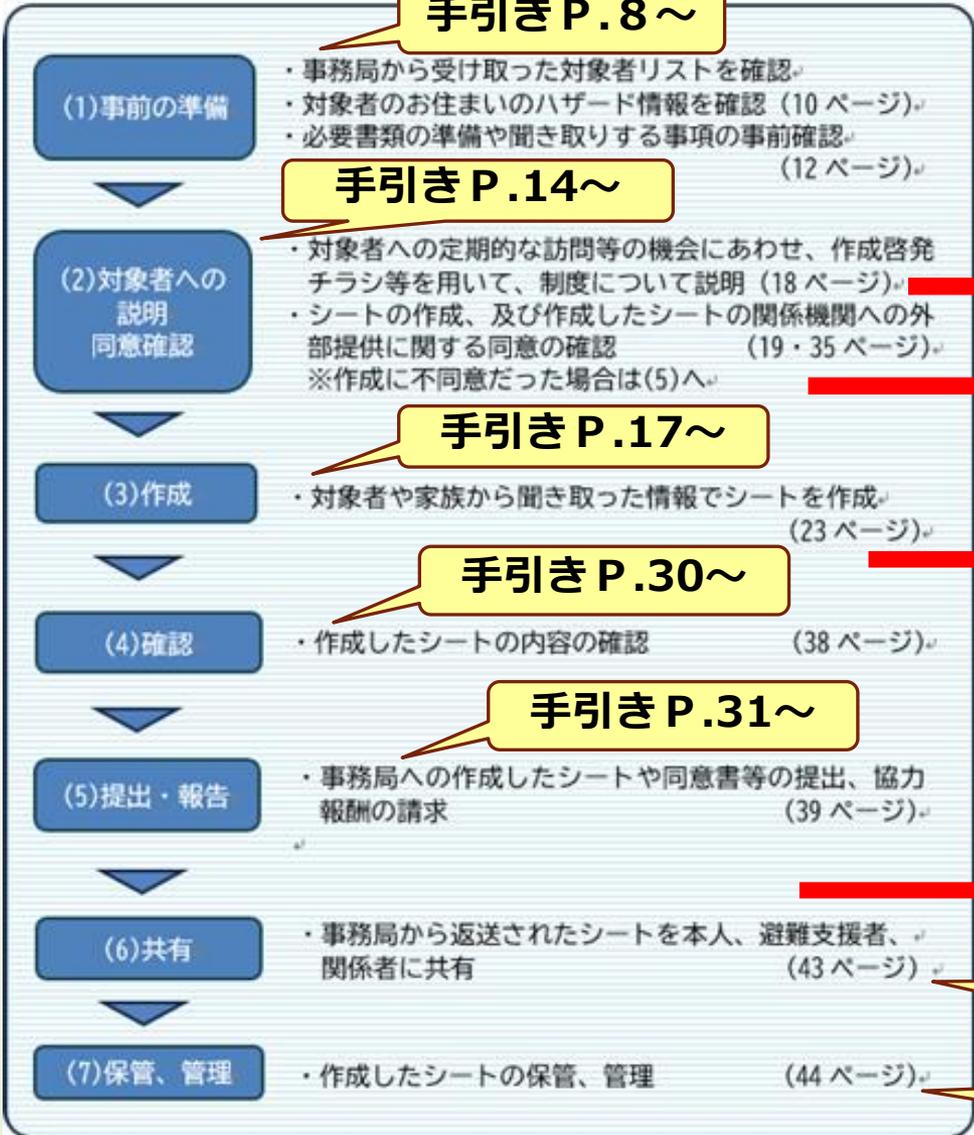


- ・避難支援が必ず行われることを保証するものではない。
(支援者自身や家族の安全が前提であり義務はない)
- ・避難の結果について、計画の作成支援者や避難支援者
として記載された方が責任を負うものではない。

作成の流れ

<各手順で使用使用する様式>

手引き
P.9



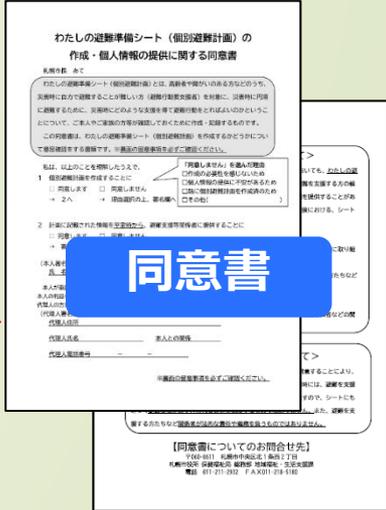
手引き P.8~

手引き P.14~

手引き P.17~

手引き P.30~

手引き P.31~



手引き P.34~

手引き P.34~



(1) 事前の準備

34

対象者のハザード状況の確認

札幌市公式ホームページからも確認することができます。

★別紙「防災情報（ハザードマップ・避難場所）の確認方法」で手順を詳しくご紹介していますのでご参照ください。

令和7年度 札幌市「わたしの避難準備シート(個別避難計画)」
作成の手引き 別紙

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必要があります。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://housai.city.sapporo.jp/>



令和7年度 札幌市「わたしの避難準備シート(個別避難計画)」
作成の手引き 別紙

- 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。
- 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。



- 「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。



令和7年度 札幌市「わたしの避難準備シート(個別避難計画)」
作成の手引き 別紙

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

- 「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。
- 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。
- 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。



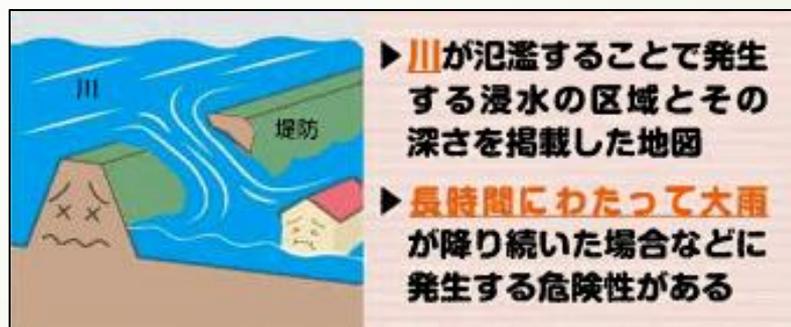
(1) 事前の準備

35

対象者のハザード状況の確認

今回シートの作成対象とする災害の危険性について

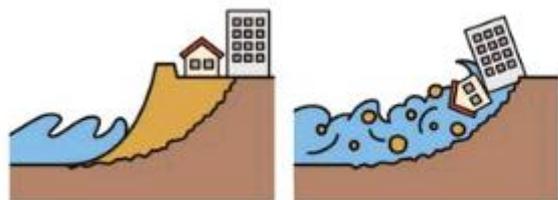
● 洪水



3階以上への垂直避難もしくは自宅を出ての立ち退き避難の検討が必要

● **氾濫流** 川の流が早く、木造家屋は倒壊のおそれ

● **河岸浸食** 地面が削られ、造りを問わず家屋倒壊のおそれ



地面が削られ家屋は建物ごと崩落するおそれがあります

自宅外への避難(立ち退き避難)の検討が必要です

(1) 事前の準備

36

対象者のハザード状況の確認

今回シートの作成対象とする災害の危険性について

● 土砂災害

大雨が降った後は要注意！

土石流

山腹や川底の石や土砂が集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象



急傾斜地の崩壊 (がけ崩れ)

山の斜面や自然の急傾斜の崖、人工的な造成による斜面が突然崩れ落ちる現象



地すべり

斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくり斜面下方に移動する現象



★自宅外への避難（立ち退き避難）の検討が必要です

訪問にあたっての事前準備

1 必要な書類を準備

- ・シート様式 ・同意書 ・啓発チラシ ・ハザードマップ

2 対象者ご本人に関する基本情報を確認

- ・フェイスシートなどの活用も検討

3 災害時の避難場所を確認

- ・ハザード状況を踏まえハザードマップ等で確認
- ・自宅からの経路についても確認

★別紙「防災情報（ハザードマップ・避難場所）の確認方法」で手順を詳しくご紹介していますのでご参照ください。



(1) 事前の準備～災害時の避難場所を確認 札幌市の避難所・避難場所

★指定緊急避難場所

例) 市立小中学校、区体育館、大規模な公園など

▶ 災害から身を守るために緊急的に避難する場所

▶ 災害の種類ごと

(洪水、土砂、地震、大規模な火事) に指定

指定緊急避難場所（大規模な火事）一覧（東区）

施設名	所在地
札幌市スポーツ交流施設（つどーむ）	栄町885番地1
ひのまる公園	北41条東10丁目1
札幌市農業体験交流施設（さとらんど）	丘珠町584-2他
美香保公園	北20～22条東4～5丁目
伏古公園	伏古1条2丁目



(1) 事前の準備～災害時の避難場所を確認

39

札幌市の避難所・避難場所

★指定避難所

- ▶ 災害の危険がなくなるまで一定期間滞在
- ▶ 帰宅困難者などが一時的に滞在



●基幹避難所

例) 市立小中学校、区体育館など

- ▶ 指定緊急避難場所と兼ねて指定することも可

★ 2階以上への避難が必要な避難所もあります。

施設名・住所	土砂	洪水	施設名・住所	土砂	洪水
あやめ野中学校 月寒東3条11丁目15-1	—	②	中の島中学校 中の島2条3丁目9-1	○	②
東月寒中学校 月寒東3条18丁目1-72	○	①	平岸西小学校 平岸1条15丁目2-1	○	①
しらかば台小学校 月寒東4条18丁目10-43	○	①	平岸中学校 平岸1条21丁目3-1	×	×
東園小学校 豊平1条12丁目1-1	—	①	平岸小学校 平岸2条14丁目1-28	○	①



凡例	
○	対象災害で開設予定のある避難場所
—	対象災害で開設予定のない避難場所
×	危険なため使用できない避難場所
①	全ての階に避難可能
②	2階以上への避難が必要
③	3階以上への避難が必要

要配慮者のご自宅のもよりの避難所について、経路や何階への避難が必要となるかなどハザードマップなどで確認しておきましょう。

(1) 事前の準備～災害時の避難場所を確認

札幌市の避難所・避難場所

● 地域避難所

例) 地区会館、**高校**など

▶ 基幹避難所を補完

▶ 状況に応じて開設

★ 一時避難場所

例) 公園、市立小中学校のグラウンドなど

▶ 地震発生時に一時避難し身の安全を確保

▶ 地域で一時集合して安否確認等を行う

★ 災害時には、避難所の開設状況を確認してから避難を開始することが重要です。災害時の避難所の開設状況はテレビやラジオのほか、「さっぽろ防災ポータル」「市防災アプリ『そなえ』」で確認できます。



要配慮者二次避難所

手引き
P.17

41

(福祉避難所) について

要配慮者の避難の流れ

大規模
災害
発生!



1 ご自宅での生活が難しい場合、
まず、一般の避難所(小中学校等)へ避難

2 必要に応じ、避難所内の
福祉避難スペース(空き教室等)へ

避難所の運営を担っている方(札幌市職員、町内会等
地域の方等)に申し出てください。

小中学校等



3 必要な方を、要配慮者二次避難所
(社会福祉施設等)に移送
(※災害発生から概ね3日目以降)

移送を希望する方からの申し出等により、要配慮者の
移送の必要性を判断します。

社会福祉施設等



災害時に高齢者施設や障がい
福祉施設などに開設

▶ 一般の避難所での生活が困
難な方のための特別な配慮
がなされた避難所

▶ 安全な避難のため開設には
「施設の入所者・
利用者の安全確認」
「施設の建物の被災状況」
「運営スタッフの確保」
などの確認が必要

★ 災害発生直後に直接避難することはできません。

→ 最低でも3日は過ごせるよう、ご自身での備えが大切

(参考) 最近の大規模災害での

福祉避難所の開設状況

42

「福祉避難所」開設、想定のお2割 施設損壊 能登地震被災7市町、施設損壊

有料記事

2024年1月20日 16:51(1月20日 17:08更新)

あとで読む



石川県珠洲市の避難所で過ごす高齢者＝19日

能登半島地震で死者が出るなど甚大な被害があった石川県内の7市町で、障害者や高齢者ら配慮が必要な人たちが災害時に受け入れる「福祉避難所」の開設が想定のお2割にとどまることお20日、共同通信の集計で分かった。開設する予定だった福祉施設が損壊、断水し、施設の職員が被災、避難して人手が不足したのが主な要因。避難生活の長期化に伴う災害関連死も懸念され、宿泊施設などへのお2次避難が進む中、

「災害弱者」への対応が急がれる。

発生から21日でお3週間。関係自治体などへの取材によると、福祉避難所に入れずに必要なケアを受けられない人もおいるという。お2016年の熊本地震で被災した熊本市でも施設の損壊や人手不足で開設は想定のお半数程度だった経緯があり、開設の難しさが改めて浮き彫りとなった。

(北海道新聞 令和6年1月20日掲載)

大規模災害時には、施設や職員も被災します。

「建物の損壊」や「人手不足」などで、開設が難しい場合も・・・



★日ごろから災害時の避難について、親族や友人知人、普段利用している施設等とよく相談しておくことが大切

(2) 対象者への説明、同意確認

訪問、対象者への説明

43

★訪問は定期的な訪問（モニタリング）の機会をご活用ください。

1 わたしの避難準備シート

- ・ 災害時のリスクが高く、作成の対象になっていること
- ・ 市からの協力依頼にもとづいていること
- ・ 作成したシートと同意書は市に提出すること

★説明にあたっては、「啓発チラシ」をご活用ください。
(説明例も手引きP.19に掲載していますのでご参考ください)



(2) 対象者への説明、同意確認

対象者への同意確認その1

同意書（様式）を使用してください。 2点について同意の確認が必要です。

★同意確認ポイントその1 シート作成への同意

できるだけ同意いただけるよう
可能な範囲で対象者本人・家族
に働きかけをお願いします。

※同意しない場合は、その理由
を選択・記載してください。

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

札幌市長 あて

わたしの避難準備シート（個別避難計画）とは、高齢者や障がいのある方などのうち、災害時に自力で避難することが難しい方（避難行動要支援者）を対象に、災害時に円滑に避難するために、災害時にどのような支援を得て避難行動をとればよいのかということについて、ご本人やご家族の方等が確認しておくために作成・記録するものです。

この同意書は、わたしの避難準備シート（個別避難計画）を作成するかどうかについて意思確認をする書類です。※裏面の留意事項を必ずご確認ください。

私は、以上のことを理解したうえで、

1 わたしの避難準備シートを作成することに

同意します 同意しません

→ 2へ → 理由選択の上、署名欄へ

「同意しません」を選んだ理由

- 作成の必要性を感じないため
- 個人情報の提供に不安があるため
- 既に個別避難計画を作成済のため
- その他()

2 シートに記載された情報を平常時から、避難支援等関係者に提供することに

同意します 同意しません

→ 署名欄へ → 署名欄へ

(本人署名)

氏名 _____

本人が重度の障がい等により同意に関する判断が困難な場合は、法定代理人や同居の親族など、本人の利益を守る観点から実質的に判断できる方が本人署名を記載しても差し支えありません。代理人の方が本人署名を記載した場合は、下記についても記載してください。

(代理人署名)

代理人住所 _____

代理人氏名 _____ 本人との関係 _____

代理人電話番号 _____ - _____

※裏面の留意事項を必ずご確認ください。

(2) 対象者への説明、同意確認

対象者への同意確認その2

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

札幌市長 あて

わたしの避難準備シート（個別避難計画）とは、高齢者や障がいのある方などのうち、災害時に自力で避難することが難しい方（避難行動要支援者）を対象に、災害時に円滑に避難するために、災害時にどのような支援を得て避難行動をとればよいのかということについて、ご本人やご家族の方等が確認しておくために作成・記録するものです。

この同意書は、わたしの避難準備シート（個別避難計画）を作成するかどうかについて意思確認をする書類です。※裏面の留意事項を必ずご確認ください。

私は、以上のことを理解したうえで、

1 わたしの避難準備シートを作成することに

同意します 同意しません

→ 2へ → 理由選択の上、署名欄へ

「同意しません」を選んだ理由

- 作成の必要性を感じないため
- 個人情報の提供に不安があるため
- 既に個別避難計画を作成済のため
- その他()

2 シートに記載された情報を平常時から、避難支援等関係者に提供することに

同意します 同意しません

→ 署名欄へ → 署名欄へ

<注 意>

災害発生時には、シート記載の情報は、**同意の有無にかかわらず避難支援の実施に必要な限度で関係機関に共有する可能性があります。**具体的な提供手順は検討中ですが、利用目的などを審査したうえで提供します。

※裏面の留意事項を必ずご確認ください。

★同意確認ポイントその2 シート記載の情報の 平常時の関係機関への 提供への同意

法律上、災害時に支援を受けられる可能性を高めることを目的として、平常時から関係機関（避難支援等関係者）とシートの内容を共有することができます。

●関係機関（避難支援等関係者）とは
＝災害時の避難支援に携わる団体
例）消防、警察、地区民児協、
社会福祉協議会、自主防災組織、
町内会・自治会、連合町内会など

★平常時の外部提供については、**同意しない場合でもシートの作成は可能です。**

個別避難計画を 作成済みの方がいた場合

同意確認の中で対象者がすでに、個別避難計画を作成済みであることが判明した場合

例) 地域の町内会や支援団体等が
自主的に関わり作成している場合 など

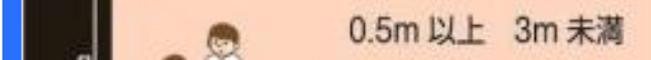


今お持ちの個別避難計画とは別に
シートを作成することについて同意確認

避難の考え方

● 避難 = 避難所に行くこと？

【浸水の深さに応じて色を分けて表示しています】

	10m 以上	3 階以上が浸水。場所によっては家が破壊され、流失するおそれ。
	5m 以上 10m 未満	
	3m 以上 5m 未満	2 階まで浸水。場所によっては家が破壊され、流失するおそれ。
		
	0.5m 以上 3m 未満	1 階部分が浸水。床上が浸水。
		
	0.5m 未満	大人のひざまでつかる。床下まで浸水。

3階以上に上がるか、自宅を出て避難所に避難する必要がある

2階への垂直避難も有効
(※ただし水・食料等の備えが必要)

一番安心して過ごせるのはご自宅！

★ 避難とは「難を避けること」

対象者のお住まいの状況や災害リスク、災害の状況によっては、必ずしも自宅を出ることが適切な避難ではなく、**在宅避難も有効**。

まず在宅避難をベースに考え、日ごろの備えをし、抱える災害リスクや災害の状況をふまえ、適切な避難行動を検討することが重要。

避難場所の検討 (風水害)

わたしの避難準備シートその1 (災害時の避難情報)

家族構成	家族数	家族構成	家族構成	家族構成	家族構成
フリガナ	氏名	年齢	性別	職業	電話番号
住所	住所	住所	住所	住所	住所
避難場所	避難場所	避難場所	避難場所	避難場所	避難場所
避難場所	避難場所	避難場所	避難場所	避難場所	避難場所

1ページ

★ 検討のポイント

事前に確認したもよりの避難所も含め「**そこで難を避けることができるか**」という視点で対象者の心身の状況も考慮し、幅広く検討してください。

● 避難場所となりうる場所 (例)

- ・ 地域の避難所 (もよりの小中学校等)

⇒ 災害ごとの開設予定を確認

- ・ 親戚や友人、知人宅
- ・ 普段通所しているショートステイ先等

⇒ 避難先が風水害時に対象者宅と同様のハザード状況にないことの確認と事前の避難の依頼・調整が必要

- ・ 自宅の上階 (※) に垂直避難

⇒ 在宅避難をするための備蓄が必要
※今回の作成対象者では**3階以上**

★ **河岸浸食や土砂災害 (急傾斜地の崩壊等)** のリスクがある対象者については、**自宅を出ての立ち退き避難も選択肢**として検討しておくことが必要。

(3) 作成 シートその1 (災害時の避難情報)

避難行動の検討 (風水害)

わたしの避難準備シートその1 (災害時の避難情報)

住所: フリガナ, 氏名, 年齢, 性別, 職業, 電話番号, FAX

避難場所: 避難場所の名称, 住所

避難経路: 避難経路の名称, 住所

避難準備: 避難準備の名称, 住所

1 ページ

★ 検討のポイント

気象状況や災害予測に応じて段階的に行政から発せられる避難情報 (警戒レベル) に合わせた避難行動を検討してください。

- 警戒レベルごとの行動例は手引きP.24に掲載していますのでご参考ください。

★ 警戒レベル 3 or 4

が発令された際に避難

※災害の状況やもよりの河川によっては、**避難情報の発令を待たずに避難開始が必要な場合も。**

【(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

3 ↑ すみやかに避難を開始

2 ↑ 避難準備、経路・移動方法の確認

1 ↑ 支援者に連絡、気象情報を注視

52 情報入手について

★気象や災害の**情報**を**入手**することは、
避難行動を考える上で**特に重要**です。

情報を知る手段

川の水位や気象、土砂災害、避難などに関する情報は、テレビやラジオ、インターネットで確認できます。

▶テレビ・ラジオ



▶インターネット



さっぽろ防災ポータル 検索

札幌市防災アプリ そなえ 検索

札幌市危機管理局 Twitter
@sapporo_bousai

札幌市 ホームページ 検索

札幌市からの避難情報は緊急速報メールでもお知らせします

緊急速報メールには文字数制限があるため、避難区域の概要のみをお知らせします。該当区域の方は、テレビ、ラジオ、市のホームページなどで詳細な住所を確認してください。

▶洪水・土砂災害
「住所」、「町名」、「連合町内会」のいずれかで表示

避難情報発令区域の詳細、避難所開設状況は、札幌市ホームページ、さっぽろ防災ポータル、札幌市防災アプリ そなえで確認できます。



緊急速報メールの受信設定や対応機種については、各携帯電話会社へご確認ください。

<情報入手 検討のポイント>

- ・さまざまな手段がありますが、対象者本人や家族の状況に合った手段・方法を検討する。
- ・避難のタイミングを「誰が判断するのか」「どのように伝えるか」もあわせて検討してください。

警報が出ましたよ。
避難しましょう。



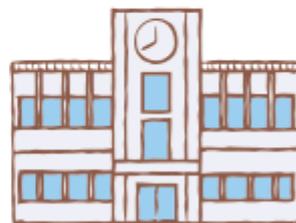
★身近な方の声掛けが有効とされています

福祉避難スペースについて

福祉避難スペースとは？

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(空き教室等)です。広さやプライバシー等、一定の配慮がされます。

小中学校等



避難所の受付や
運営担当者に
申し出るだけで
利用可能です

※家族等の介助者
の同行が必要

市の避難所の運営においては、要配慮者に
できる限りの配慮をすることとしています。

★避難所に到着してからのことも考慮する場合、
利用を申し出る旨、シートにも記載しておく。

慣れない避難所の中でも
できるだけ安心して過ごすことにつながります。

避難時の配慮事項について

わたしの避難準備シートその1 (災害時の避難情報)

避難時の危険への避難場所 <input type="checkbox"/> 避難する <input type="checkbox"/> 避難しない		住所日: 年 月 日	
フリガナ	住所	年 月 日	電話
氏名	年齢	性別 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	FAX
住所			
避難のタイプ	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ありの場合 何者 ()		
避難の理由	<input type="checkbox"/> 避難 <input type="checkbox"/> ストームシェルター		
避難のハザードマップ	<input type="checkbox"/> 洪水 <input type="checkbox"/> 濁水想定 <input type="checkbox"/> 0.5m 未満 (2階以上) <input type="checkbox"/> 0.5m 以上~3m 未満 (2階以上) <input type="checkbox"/> 3m 以上~10m 未満 <input type="checkbox"/> 10m 以上		
避難の状況	<input type="checkbox"/> 土砂災害 (河川・海岸) <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域に所在 <input type="checkbox"/> 内水氾濫 (濁水の想定)		
避難場所	名称	住所	備考
避難方法	避難レベル1 (家族全員避難)		
避難経路	避難レベル2 (家族・共同避難)		
避難方法	避難レベル3 (家族・共同避難)		
避難経路	避難レベル4 (家族・共同避難)		
1 ページ			
避難場所	名称	住所	本人との関係
避難方法	避難レベル1 (家族全員避難)		
避難経路	避難レベル2 (家族・共同避難)		
避難方法	避難レベル3 (家族・共同避難)		
避難経路	避難レベル4 (家族・共同避難)		
避難場所までの移動	<input type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> 自転車 <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> その他 ()		
避難場所までの移動	<input type="checkbox"/> 自動が心算 <input type="checkbox"/> 徒歩が心算 <input type="checkbox"/> 見守り <input type="checkbox"/> その他 ()		
避難場所までの移動	移動に使用する車の台数 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし		
氏名	所属事務所・団体名	住所	電話
住所	FAX	E-mail	

★避難の際や避難所内で
配慮が必要となる事柄について記載してください。

- 配慮が必要なことの例 (身体面)
 - ・ 立つことや歩行
 - ・ 声や音の聞こえ方
 - ・ 物の見え方
- (精神面)
 - ・ 言葉や文字の理解
 - ・ 危険の判断
 - ・ 家族や知人の認識

配慮が必要な理由や必要な対応についても記載してください。

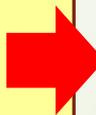
● 手引きP.29の記載例もご参考ください。

避難支援者の検討

● 支援者について

- ・ 支援者による支援は、法的な義務ではなく、必ず実施されることを保証するものではありません。
- ・ 支援の結果について、支援者には法的な責任や義務はありません。
- ・ あくまで支援が受けられる可能性を高めるためにお願ひしておくものと考えましょう。

※同意書の裏面にも記載しています。



避難支援者	住所	本人との関係
	電話	<input type="checkbox"/> 親戚 <input type="checkbox"/> 知人 <input type="checkbox"/> その他
避難支援者	住所	本人との関係
	電話	<input type="checkbox"/> 親戚 <input type="checkbox"/> 知人 <input type="checkbox"/> その他

支援者としてシートに記載することの確認も本人や家族を通じて行っていただいで構いません。

★ 検討のポイント

まずは対象者本人の状況をよく知っており、お願ひもしやすい、家族や親族（同居・別居含む）での対応を検討します。

家族や親族での対応が難しい場合は・・・

- ・ 友人や知人 日ごろから親しくしており、よく相談に乗ってくれる方など
 - ・ ご近所の方
 - ・ 地域団体（関係性ができている場合）
- を本人や家族から聞き取り検討します。

- ・ サービス提供を行っている事業所ご協力可能な場合はお願ひしますが、シート作成を通じて避難支援すべての対応を事業所の皆様にお願ひするものではありません。

災害時に支援を受けられる 可能性を高めるために

災害時に近隣の方から支援を受ける
可能性を高めるためには

災害発生時の支援は日常生活
の延長線上にあります。

対象者本人・家族が日ごろのコミュニケー
ションや交流を通じて、自分たちのことを
知ってもらおうよう努めることが大切です。

(あいさつをかわす、地域行事に参加する・・・など)

★一方で、抱えるさまざまなご事情により、
地域と関わりを持ちたくとも持つことが難しい、
という場合もあるかと思えます。

支援者を選定できない場合

支援者が見つからない場合



★支援者の欄は「空欄」で作成して
いただいても構いません。

※この場合、例えばですが、対象者本人や
家族による**自助**を中心としたシート内容
としていただくなどご検討をお願いします。

シートその2 (わたしの情報)

わたしの避難準備シートその2 (わたしの情報)

作成日: 年 月 日

障害者手帳	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()
行動支援	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()	種別 ()
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		事業所の電話番号
かかりつけの医療機関	名称	住所	電話番号	種別	種別	種別	種別
主治医							
くすり							
使用中の医療機器							
日常生活上の配慮事項	食事					移動	
	トイレ	1 ページ				移動	
	服装					移動	
	入浴					移動	
	その他						
在宅時に主に通って居る場所	自宅	日中	夜間				
居住履歴	住所	住所	住所	住所	住所	住所	住所
居住履歴	住所	住所	住所	住所	住所	住所	住所
居住履歴	住所	住所	住所	住所	住所	住所	住所
居住履歴	住所	住所	住所	住所	住所	住所	住所
居住履歴	住所	住所	住所	住所	住所	住所	住所

※このシートは、フェイスシート上の写真の写しにのみ、対応し掲載する記載が可能です。

★記載のポイント

- 対象者本人の
- ・ 障害者手帳の交付状況
 - ・ 介護保険の認定状況
 - ・ サービスの利用状況
 - ・ 医療情報
 - ・ 日常生活面で配慮が必要なこと
 - ・ 在宅時の過ごし方や自宅の状況
 - ・ 緊急連絡先
 - ・ 家族状況
- について記載してください。

★シートその2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載を省略することができます。

シート内容の確認

★シートはよりよい避難を実現する目的で作成するものであり、100%の実効性を求めるものではありません。

確認のポイント

- 自宅のハザード状況をふまえて安全を確保できる内容となっているか
- 本人や支援者の状況をふまえた無理のない内容となっているか

3 提出・報告・報酬請求

作成したシートの提出・報告

★提出書類（3点）

わたしの避難準備シート作成報告書

わたしの避難準備シート

作成に同意しなかった方についても提出をお願いします

わたしの避難準備シート作成・
個人情報提供に関する同意書（原本）

※シートは作成後おおむね1か月以内を目安に
令和8年2月末までに事務局にご提出ください。

<郵送による提出の際のお願い>

お渡しする送付用封筒（簡易書留扱い）をご利用ください。
利用されない場合は、万が一の郵便事故による紛失等の防
止のため、**レターパック**などで送付をお願いします。

(5) 作成したシートの提出、報酬の請求

68

作成報告書の記入

提出する日付を記入してください。

作成にご協力いただいた事業所の情報を記入してください。

作成し提出するシートの数、提出する同意書の数（**不同意分含む**）を記入してください。

シートを作成し提出する対象者の「氏名」「住所」「作成支援者（福祉専門職の方）」を記入してください。

札幌市長

令和 年 月 日

事業所番号
事業所所在地
事業所名
担当者名
電話番号

わたしの避難準備シート（個別避難計画）作成報告書

「わたしの避難準備シート（個別避難計画）」について、下記のとおり関係書類と合わせて提出します。

記

わたしの避難準備シート（個別避難計画）【写し】	名分
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】 （作成に不同意であったものも含む）	名分

（作成中記）

	作成対象者 （氏名）	住所	作成支援者 （氏名）	備考
1				
2				
3				
4				
5				

報酬について

- ご協力に対する報酬は、対象者の同意を得て作成し、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。

※作成したシートに、空欄の項目があった場合にも 報酬支払いの対象とさせていただきますが、シートに記載内容に応じて、事務局から確認をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

- 対象者が作成に同意しなかった場合は、不同意の報告があった対象者1件につき 1,000円をお支払いします。

報酬請求の必要書類

★ 提出書類

口座振替申出書

報酬は、必要書類の提出から、おおむね2か月程度で
ご指定口座にお振込みします。

報酬は、原則として、作成にご協力いただいた事業所を運営する法人（以下、運営法人）の「法人名及び代表者氏名」名義の口座にお振込みいたします。

委任状（必要な場合のみ）

※振込先に運営法人の法人名及び代表者名義**以外**の口座を指定する場合のみ提出

※報酬請求書類は作成報告書やシート、同意書とあわせて提出が可能です。
(簡易書留扱いの専用封筒をご利用ください)

(5) 作成したシートの提出、報酬の請求

71

口座振替申出書の記入

口座振替依頼書

(あて先)
札幌市長

〒	住所

電話番号	
法人・団体名	
役職名	
氏名	印

作成にご協力いただいた**事業所を運営する法人（以下、運営法人）の情報**を記入してください。

運営法人の代表者印（代表取締役、理事長、会長等の表示があるもの）の**押印**をお願いします。

わたしの避難準備シート（個別避難計画）作成支援協力にかかる報酬支払いに関し、下記口座への振込を依頼します。

記

振込先 金融機関名	銀行 信金 信組	本店 支店										
預金種目 口座番号	普通 当座 (〇で囲んでください)	<table border="1"> <tr> <td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td> </tr> </table>										
フリガナ 口座名義人	-----											

報酬の振込先口座
（**「運営法人および代表者氏名」名義**）
の情報を記入してください。

●様式とあわせて記載例もお渡ししておりますのでご参考ください。

※振込先に運営法人の法人名及び代表者名義**以外**の口座を指定する場合には**委任状の提出が必要**です。ご不明な点はお問い合わせください。

※振込先は法人・団体名義の口座をご指定ください。

4 シートの作成後について

シートの共有

共有のポイント

- 対象者本人、家族、避難支援者、作成支援者間で必ずシートの内容を共有し理解を得ておく。
- シートの記載された情報は、**避難支援等の実施に必要な限度でのみ共有が可能です。**
- 法律上、シートに記載内容の情報提供を受けた方には、**守秘義務**が課されています。

★ **サービス提供者会議**について

避難方法や支援内容の検討、シート内容の共有など、定期的な会議を活用することも含め必要に応じて、開催をご検討ください。

(7) シートの共有、保管、更新

74

シートの保管・管理

保管・管理のポイント

- シートには、個人情報に記載されていますので、慎重な取扱いが必要です。
- シート記載の情報は「避難支援等の実施に必要な範囲内でのみ利用可能」「作成に関わった方、提供を受けた方には法律上の守秘義務が課されること」に注意が必要。
- 対象者本人・家族は、災害時にすぐに確認できるように、シートをわかりやすい場所に保管。

シートの更新

作成したシートについては、対象者本人のお身体の状況や環境の変化に合わせて、適宜見直していくことが重要です。

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ご協力をお願いします。

(7) シートの共有、保管、更新

76

更新時の報酬と支払対象

シートの記載内容の更新にご協力いただいた場合には、提出いただいたシート1件につき **3,500円**をお支払いします。

※なお、協力報酬のお支払いは

- ・作成する対象者お一人につき年1回まで
- ・下記の(1)～(4)の項目いずれかについてシートの更新を行った場合となります。

＜シート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、避難方法および避難経路
- (2) 避難時の配慮に関する情報
- (3) 避難支援者の情報
- (4) 対象者の心身の状態にかかる情報および日常生活にかかる配慮事項

作成したシートの活用

活用のポイント

- シートに記載したとおりに実際に避難が可能か、避難の訓練をしてみることは有効とされています。（経路の確認、課題の把握）
- 災害時の行動や、避難の際の持ち出し品や備蓄について、作成を通じて対象者本人や家族内で話しあってみることも大切です。

シートの作成を通じて

- 対象者・家族自身が自宅のおかれた災害リスクを知る。
- 災害の状況により、避難行動をとる必要があることを理解し、避難の意思をもつ。
- 日ごろから避難場所や経路の確認、持ち出し品などを準備し、災害に備えておく。



これらの取組を通じて・・・

★「自助力」の向上により、災害時の「よりよい避難」の実現を目指します。

何卒みなさまのご協力をお願いします。

本日の説明会後の流れについて

- ご出席の事業所あてに協力意向を確認するメールを送信します。



メール記載の期間内にご意向をお知らせください。

- ご協力意向の返信をいただいた事業所あてに対象者の基本情報を添付したメールを送信します。

何卒みなさまのご協力をお願いします。

ご清聴ありがとうございました。

- 各様式（シート、同意書、報告・請求書類など）
- 手引き、本日の説明資料については、
下記HPからダウンロード可能です。

札幌市公式ホームページ

札幌市わたしの避難準備シート（個別避難計画）の作成

<https://www.city.sapporo.jp/fukushi-guide/other/kobetsuhinankeikaku-r7.html>

ご質問は随時お受けしています。

ご不明な点がございましたら

お気軽に下記までお問い合わせください。



＜お問い合わせ先＞

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

☎ 050-3358-7652 FAX 050-8886-0503

Eメール watahina_sheet_sapporo@medi-staffsup.com

受付時間 8:45～17:15（土日祝日除く）