

# 徳島市避難行動要支援者 個別避難計画作成マニュアル (記入例の詳細版)



令和8年1月  
徳島市 健康福祉政策課

## 具体的な計画の内容

徳島市 個別避難計画		記入日 令和 年 月 日										
<b>1</b>	(要支援者) >											
年 月 日	住所 または 居所	□ 住所 □ 居所(住民票と異なる所に住んでいる) 〒										
電話番号												
<b>2</b>	記入> □ ひとり暮らし □ 同居家族等あり ⇒ □ 高齢者のみ □ ヘルパー等 □ それ以外 □ ひとりになる時間帯がある ⇒ 曜日・時間 ( )  身体の状況											
<b>3</b>	□ 横たわり □ 歩行困難 ⇒ がく動かしに時間がかかる □ 視覚に障害 □ 听覚に障害 ⇒ 必要性の判断が困難 □ その他 (具体的に書いてください)											
<b>4</b>	福祉サービスの利用状況等 □ 介護 □ 障害 ⇒ サービス内容 ( ) □ 医療 ⇒ 治療中の内容 ( )											
<b>5</b>	連絡先> 人 □ いる (以下に記入してください。) □ いない (記入せずに提出してください。)  関係 氏名 関係 電話 住所											
<b>6</b>	属性> □ している ⇒ □ 1年内に退院等する予定 これで記入は終わりです。 □ 1年後も入院等している予定 この用紙を提出してください。 □ していない ⇒ (2)に記入											
(2) 自力等で避難	□ できる ⇒ □ 避難ルートの問題ない これで記入は終わりです。 □ できない ⇒ (3)に記入											
(3) 必要な支援	□ 計画の作成 ⇒ □ 避難先を決める □ 避難を支援する人 (支援者) □ 避難経路を考る □ 配慮の希望を書く □ 災害時 ⇒ □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒にに行く (避難誘導) □ 避難裏面に記入											
<b>7</b>	<b>8</b>											
<裏面あり。分からぬ所は、空欄のまま提出してください。>												
<b>9</b> <b>避難経路</b> や洪水から避難する場所 (避難場所) 避難生活を送る所 (避難所) 津波避難ビル・緊急避難場所 場所 □ 自宅 (① 指定避難所 ② 補助避難所 ③ その他) その他 第1候補 第2候補												
<b>10</b> <b>経由する建物や道</b> ⇒ <b>経由する建物や道</b> ⇒ <b>避難先 (第1候補)</b> 避難場所 ⇒ 避難所												
<b>11</b> <b>支援する人 (支援者) &gt;</b> □ いる (以下に記入してください。) □ いない (記入せずに提出してください。) <table border="1"> <tr> <td>関係</td> <td>支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)</td> </tr> <tr> <td>電話</td> <td>住所</td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td>関係</td> </tr> <tr> <td>電話</td> <td>支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)</td> </tr> <tr> <td>住所</td> <td>住所</td> </tr> </table>			関係	支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)	電話	住所	氏名	関係	電話	支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)	住所	住所
関係	支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)											
電話	住所											
氏名	関係											
電話	支援者の情報 □ 避難の情報を伝える (情報伝達) □ 避難先まで一緒に行く (避難誘導) □ その他 (具体的に書いてください。)											
住所	住所											
<b>12</b> <b>記入&gt;</b> けるときに配慮してほしいことがあれば書いてください。												
<b>13</b> <b>ください&gt;</b> 1. この用紙を提出することで、本人から、個別避難計画を作成すること、計画に記入した人から、記入すること・情報を提供することに同意があるものとします。 2. 災害時は、どんな人でも、まず本人や家族の安全が前提であるため、この計画は、避難の支援を保証するものではなく、法的な責任や義務を負うものではありません。 の効力												
<これまで記入は終わりです。分からぬ所は、空欄のまま提出してください。>												

1	<避難する人（要支援者）>			記入日 令和 年 月 日
	氏名	徳島 太郎	住所 または 居所	<input checked="" type="checkbox"/> 住所 <input type="checkbox"/> 居所(住民票と異なる所に住んでいる)
	生年月日	昭和 10 年 1 月 1 日		〒 770-0847
	電話番号	090-1111-2222		徳島市○○町○丁目○番地

- 要支援者ご本人の「氏名」や「生年月日」を記入してください。
  - 「記入日」は、この用紙に記入する年月日を記入してください。
  - 「電話番号」は、できるだけ「携帯電話」の番号を記入してください。
    - ⇒ ご本人以外（ご家族等）の番号でも構いません。
    - ⇒ 携帯電話の番号を記入いただけた方には、市からSMS（ショートメッセージサービス）で情報をお送りする場合があります。
  - 「住所または居所」は、住民票と同じ所に住んでいる場合は「住所」に、住民票と異なる所に住んでいる場合は「居所」にチェック（☑）し、郵便番号と住所等を記入してください。

2

## &lt;本人の状況&gt;

世帯の状況	<input type="checkbox"/> ひとり暮らし
	<input checked="" type="checkbox"/> 同居家族等あり ⇒ <input type="checkbox"/> 高齢者のみ <input type="checkbox"/> ヘルパー等 <input checked="" type="checkbox"/> それ以外
	<input checked="" type="checkbox"/> ひとりになる時間帯がある ⇒ 曜日・時間（平日の8～11時と14～18時）

- 要支援者ご本人の「世帯の状況」を記入してください。
- 単身世帯の場合は「ひとり暮らし」にチェック（）し、③に進んでください。
- 単身世帯でない場合は「同居家族等あり」にし、その構成について該当する項目（※複数可）にしてください。  
⇒ 65歳以上の方だけの世帯は「高齢者のみ」にする。  
⇒ ヘルパー等の支援（訪問）を受けている場合は「ヘルパー等」にする。  
⇒ 65歳未満の方を含む等その他の世帯は「それ以外」にする。
- 「同居家族等あり」にした方で、ご自宅で「ひとりになる時間帯がある」場合はし、ひとりになる「曜日・時間」を記入してください。

3

身体の状況	<input type="checkbox"/> 寝たきり	<input type="checkbox"/> 歩行困難	<input checked="" type="checkbox"/> 足腰が弱く移動に時間がかかる
	<input type="checkbox"/> 視覚に障害	<input checked="" type="checkbox"/> 聴覚に障害	<input type="checkbox"/> 避難の必要性の判断が困難
	<input checked="" type="checkbox"/> その他（具体的に書いてください。）		

〔例：耳が聞こえません。　外出時は杖や車いすを使用しています。〕

- 要支援者ご本人の「身体の状況」を記入してください。
- 「寝たきり」～「その他」の中で、該当する項目（※複数可）にチェック（）してください。
- 「その他」にした方は、カッコ〔 〕内に具体的に記入してください。

4

福祉サービス の利用状況等	<input type="checkbox"/> 介護	<input checked="" type="checkbox"/> 障害	⇒ サービス内容（ヘルパーさんの訪問）
	<input checked="" type="checkbox"/> 医療		⇒ 治療中の内容（足のリハビリ）

- 要支援者ご本人の「福祉サービスの利用状況等」を記入してください。
- 「介護」～「医療」の中で、該当する項目（※複数可）にチェック（）してください。
- 「介護」・「障害」にした方はカッコ（ ）内にサービス内容を、「医療」にした方はカッコ（ ）内に治療中の内容を記入してください。

5

## &lt;本人以外の連絡先&gt;

連絡してもよい人		<input checked="" type="checkbox"/> いる（以下に記入してください。） <input type="checkbox"/> いない（記入せずに提出してください。）		
氏名	関係	氏名	関係	
徳島 一郎	長男	眉山 花子	妹	
電話 090-3333-4444		電話 090-5555-6666		
住所 徳島市○○町○丁目○番地		住所 徳島市△△町△丁目△番地		

- 要支援者ご本人以外の「連絡先（電話番号）」を記入してください。  
⇒ 平常時は個別避難計画の作成・更新のご案内、災害時は災害・避難情報のお知らせや要支援者ご本人の安否確認について連絡する場合があります。
- 連絡してもよい人が「いる」場合はチェック（）し、最大2人まで記入してください。
- 「電話番号」は、できるだけ「携帯電話」の番号を記入してください。  
⇒ 携帯電話の番号を記入いただけた方には、市からSMS（ショートメッセージサービス）で情報をお送りする場合があります。
- 連絡してもよい人が「いない」場合はチェック（）し、**6**に進んでください。

6

## &lt;支援の必要性&gt;

(1) 施設に入所・長期で入院	<input type="checkbox"/> している ⇒ <input type="checkbox"/> 1年以内に退院等する予定 <u>これで記入は終わりです。</u>
	<input type="checkbox"/> 1年後も入院等している予定 <u>この用紙を提出してください。</u>
<input checked="" type="checkbox"/> していない	⇒ (2) に進んでください。

- 要支援者ご本人の「施設等への入所等の有無」を記入してください。
- 施設に入所・長期で入院「している」場合はチェック（）し、「入退院（所）等の予定」について該当する項目（※一つ）にチェック（）してください。  
⇒ 施設等に入所等している場合は、**7**以降に記入せず、提出してください。
- 施設に入所・長期で入院「していない」場合はチェック（）し、**7**に進んでください。

7

(2) 自力等で避難	<input type="checkbox"/> できる ⇒ <input type="checkbox"/> 避難の判断と移動に問題ない <u>これで記入は終わりです。</u>
	<input type="checkbox"/> 家族の支援だけで問題ない <u>この用紙を提出してください。</u>
<input checked="" type="checkbox"/> できない	⇒ (3) に進んでください。

- 要支援者ご本人の「自力等での避難の可否」を記入してください。
- 自力等で避難「できる」場合はチェック（）し、「避難の支援が不要な理由」について該当する項目（※一つ）にチェック（）してください。  
⇒ 自力等で避難できる場合は、**8**以降に記入せず、提出してください。
- 自力等で避難「できない」場合はチェック（）し、**8**に進んでください。

## 8

(3) 必要な支援	<input checked="" type="checkbox"/> 計画の作成 ⇒ <input type="checkbox"/> 避難先を決める <input checked="" type="checkbox"/> 避難を支援する人（支援者）を選ぶ <input checked="" type="checkbox"/> 災害時 ⇒ <input checked="" type="checkbox"/> 避難経路を考える <input type="checkbox"/> 配慮の希望を書く <input checked="" type="checkbox"/> 避難の情報を伝える (情報伝達) <input checked="" type="checkbox"/> 避難先まで一緒に行く（避難誘導） 裏面に進んでください。
-----------	---

- 要支援者ご本人の「必要な支援」を記入してください。
- 「計画の作成」に支援が必要な場合はチェック（☑）し、「避難先を決める」～「配慮の希望を書く」の中で、該当する項目（※複数可）にチェック（☑）してください。
- 「災害時」に支援が必要な場合はチェック（☑）し、「避難の情報を伝える」～「避難先まで一緒に行く」の中で、該当する項目（※複数可）にチェック（☑）してください。

## 9

## &lt;避難先と避難経路&gt;

避難先	津波や洪水から避難する場所（避難場所） (① 津波避難ビル・緊急避難場所 ② 自宅 ③ その他)		避難生活を送る所（避難所） (① 指定避難所 ② 補助避難所 ③ その他)	
第1候補	①	○○マンション	①	○○コミュニティセンター
第2候補	②	自宅の2階	③	神戸の親戚宅

- 災害時の「避難先」を第2候補まで記入してください。  
⇒ 候補が1つの場合は、第1候補だけ記入する。
- 津波等の浸水から逃れるための高いビル等の「避難場所」について、該当する「種別」と「建物」を記入してください。  
⇒ ① 津波避難ビル・緊急避難場所は、徳島市から指定された建物等で、市ホームページから選ぶ（※該当する建物等がない地区あり）。  
⇒ ② 自宅は、マンションの上階等で、建物の高さや強度が十分な場合に選ぶ。  
⇒ ③ その他は、徳島市から指定されていない建物等の場合に選ぶ。
- 自宅が損壊等した場合に一時的に避難生活を送る「避難所」について、該当する「種別」と「建物」を記入してください。  
⇒ 第1候補の種別は、あらかじめ入力している「① 指定避難所」から変更しないでください。  
⇒ ① 指定避難所と② 補助避難所は、徳島市から指定された建物で、市ホームページから選ぶ。  
⇒ ③ その他は、徳島市から指定されていない建物の場合に選ぶ。



避難場所



避難所

10

避難経路		経由する建物や道		経由する建物や道		避難先（第1候補）
自宅	⇒	○○保育園を右折	⇒			避難場所
		○○病院を直進		△△ラーメン○○店を左折		避難所

- 要支援者ご本人の「自宅から避難先（第1候補）までの避難経路」を記入してください。
- 避難場所（第1候補）と避難所（第1候補）に行くまでに経由する地点について、それぞれ目印となる建物や道と、進む方向などを記入してください。
- 併せて「避難経路図」等を別の用紙で提出いただいても構いません。

11

## &lt;避難を支援する人（支援者）&gt;

お願いできる人		<input checked="" type="checkbox"/> いる（以下に記入してください。） <input type="checkbox"/> いない（記入せずに提出してください。）	
氏名	四国 三郎	関係	隣人
電話	090-7777-8888		
住所	徳島市○○町○丁目△番地		
		支援できること	<input checked="" type="checkbox"/> 避難の情報を伝える（情報伝達） <input type="checkbox"/> 避難先まで一緒に行く（避難誘導） <input checked="" type="checkbox"/> その他（具体的に書いてください。） <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">[避難できているかの確認（安否確認）]</div>
		支援できること	<input type="checkbox"/> 避難の情報を伝える（情報伝達） <input type="checkbox"/> 避難先まで一緒に行く（避難誘導） <input type="checkbox"/> その他（具体的に書いてください。） <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">[ ]</div>
		支援できること	

- 災害時の「避難支援者」を記入してください。
- お願いできる人が「いる」場合はチェック（☑）し、最大2人まで記入してください。
- 災害時に避難支援者が「支援できること」について、該当する項目（※複数可）に☑してください。  
⇒ 「その他」に☑した方は、カッコ〔 〕内に具体的に記入する。
- お願いできる人が「いない」場合はチェック（☑）し、12に進んでください。

12

## &lt;配慮の希望&gt;

避難の支援をうけるときに配慮してほしいことがあれば書いてください。
例：耳が聞こないので、筆談や手話で意思疎通したいです。 足が悪いので、杖や車いすが必要です。

- 災害時に受けたい「配慮の希望」を記入してください。

13

<確認してください>

計画作成と記入・ 提供への同意	この用紙を提出することで、本人から、個別避難計画を作成すること、計画に記入した人から、記入すること・情報を提供することに同意があるものとします。
この計画の災害時 の効力	災害時は、どんな人でも、まず本人や家族の安全が前提であるため、 <u>この計画は、避難の支援を保証するものではなく、法的な責任や義務を負うものではありません。</u>

- この計画の作成への同意と、災害時の効力について、確認してください。  
⇒ この計画を提出することで、「本人以外の連絡先」や「避難を支援する人（支援者）」からも、計画への記入や地域の関係者への情報提供に同意があるものとすることを確認する。