

保存版

ぼうさい  
防災は  
ひごろそな  
日頃の備えと  
たす  
助けあい

にしこうみんかん だいじゅうしょうちくぼうさいけいかく  
西公民館・第十小地区防災計画（2022年版）



ほん ちく  
この本は、地区みんなの  
ぼうさい やくそく き  
「防災の約束」を決めた  
たいせつ  
大切なものだぽん！  
ふだんからよくよ  
読んで、  
もしものとき そな  
時に備えるぽん！

# もしものときの我が家の行動メモ

## じしん 地震のとき

なにを持って

どこへ行く？

ちく いちじしゅうごうばしょ  
①地区の一時集合場所を書こう：

②もしもの時の避難先に○つけしよう

じたく ・ もよ 最寄りの避難所 ・ しゃちゅうはく 車中泊 ・ その他

## おおあめ たいふう 大雨・台風のとき

なにを持って

どこへ行く？

①自宅の浸水度をチェックしよう (P.31,32)

しんすい ちいき ひなんさき まる  
浸水しない地域の避難先に○つけしよう

しんすい (浸水しないので) じたく 自宅にいる ・ しんすい ひなんじょ 浸水しない避難所へ  
しゃちゅうはく 車中泊 ・ その他

## 【目次】

0 はじめに (にし防災ルール3か条) .....	1
---------------------------	---

### 1 命を守る防災マップ

◆ 全体版(エリアマップ).....	2
◆ エリア1(成島町〈西〉・大谷町〈西〉) .....	3
◆ エリア2(成島町〈東〉・大谷町〈東〉・赤土町〈北〉).....	4
◆ エリア3(近藤町〈開拓〉).....	5
◆ エリア4(苗木町・近藤町〈南〉).....	6
◆ エリア5(富士原町・赤土町〈南〉).....	7
◆ エリア6(近藤町〈北・東〉).....	8
◆ 第十小周辺(第十小4年生作成) .....	9

### 2 避難のしかた

● いつ?どうやって?(避難の流れ)地震編.....	27
● // 水害編.....	29
● 自宅の浸水度をチェック! .....	31
● 要支援者対策	
みんなのお助け名簿.....	33
一緒に避難する時のポイント.....	35

### 3 計画の進め方

.....	36
西公民館・第十小地区防災まちづくり委員会.....	37
お助け名簿様式.....	38

ぼうさい りる ー る じょう  
にし防災ルール 3か条

ぼうさい

防災

って何?



さいがい

災害から

いのち

命を守るために

じゅんび

準備すること

さいがい

災害から

いのち ちいき

自分の命、地域みんなの命

いのち まも

を守るために

ルールを おぼ と く 覚えて 取り組もう!

さいがい そうてい び ち く じゅんび  
災害を想定した備蓄の準備



みずか

自ら

じょうほうしゅうしゅう

情報収集、

はや

早めの

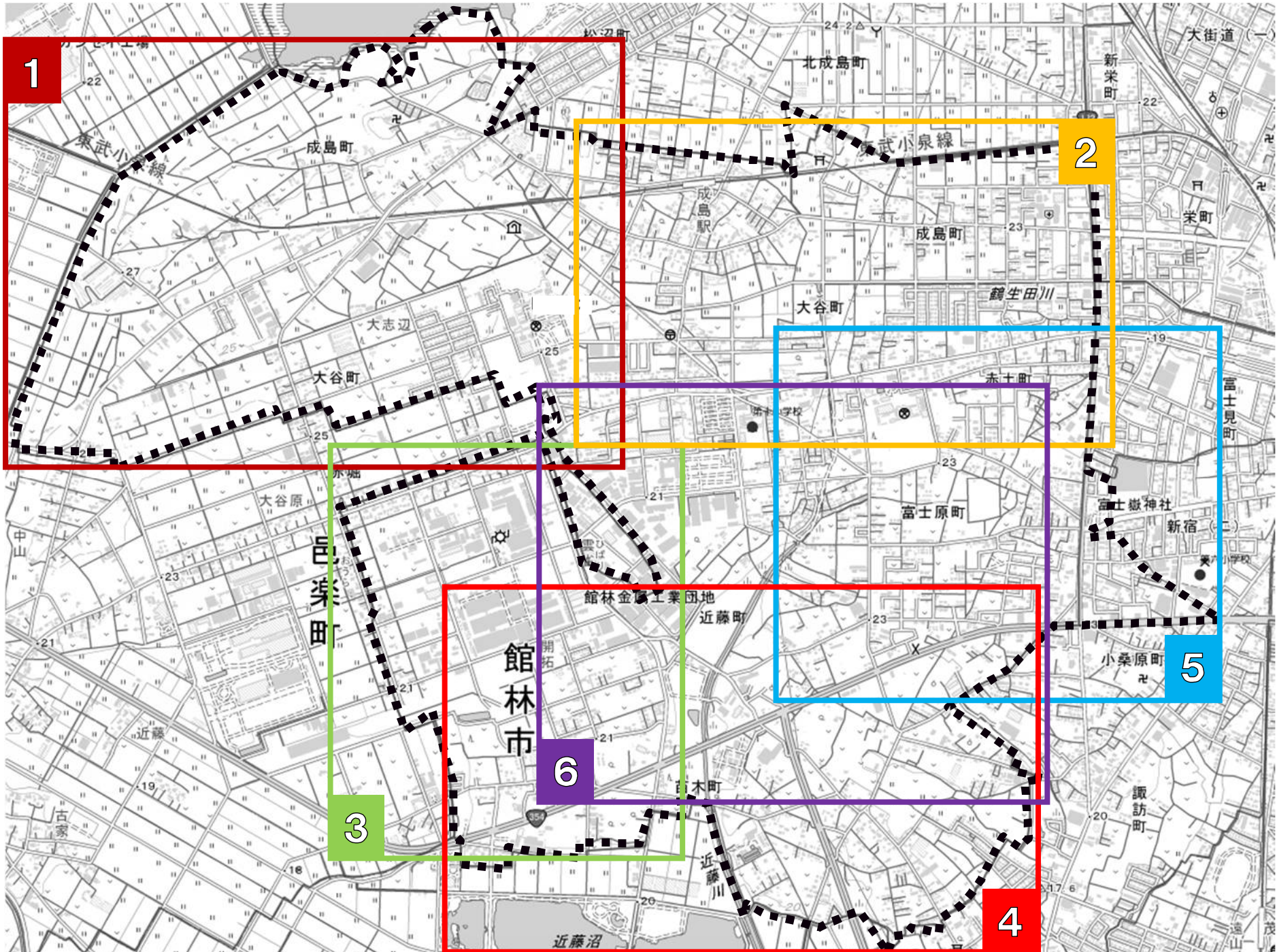
ひなん

避難

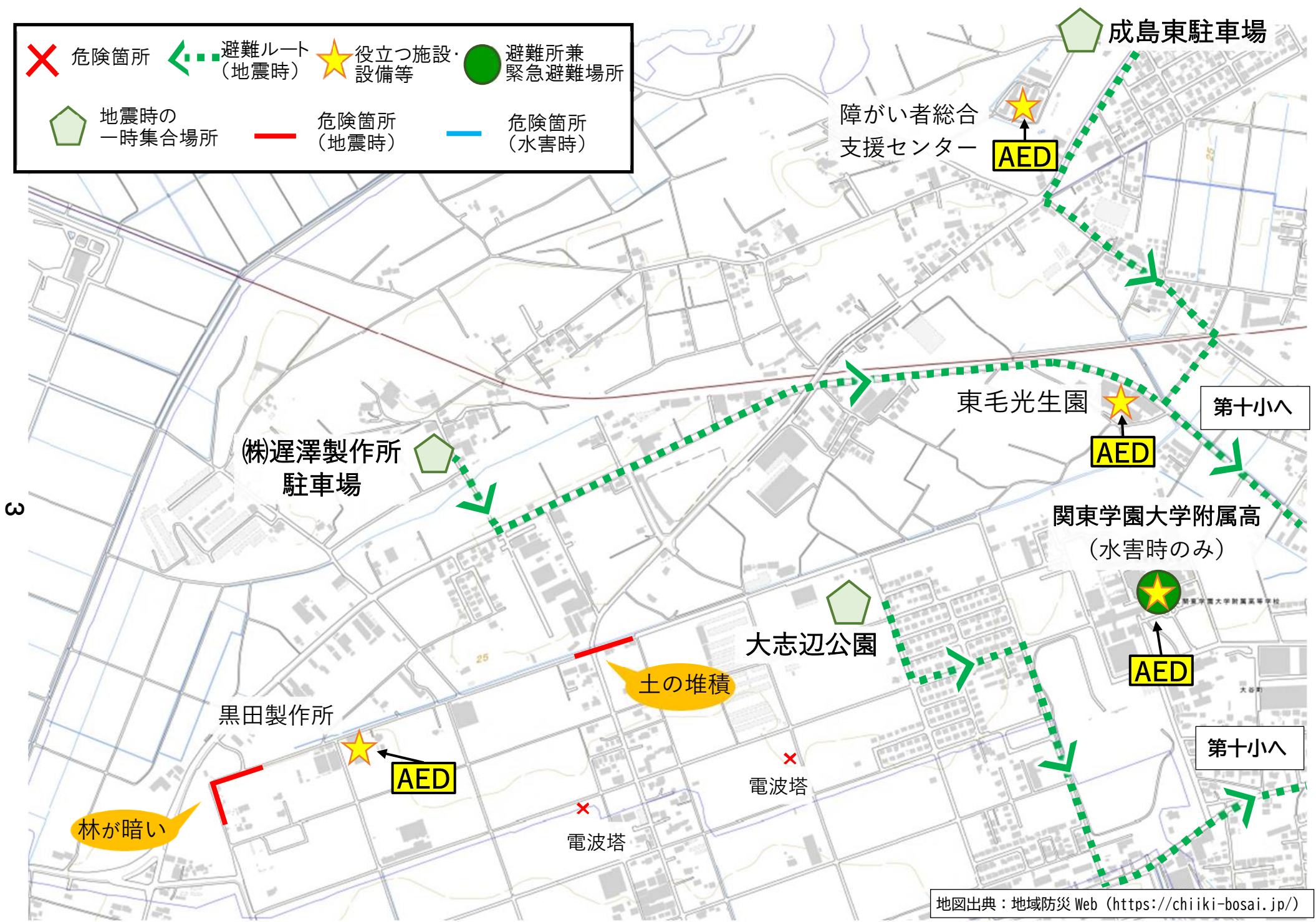


ひなん  
いつ・どこに避難するかを  
あらかじめかんがえておく

1 命を守る防災マップ(全体版・エリアマップ)



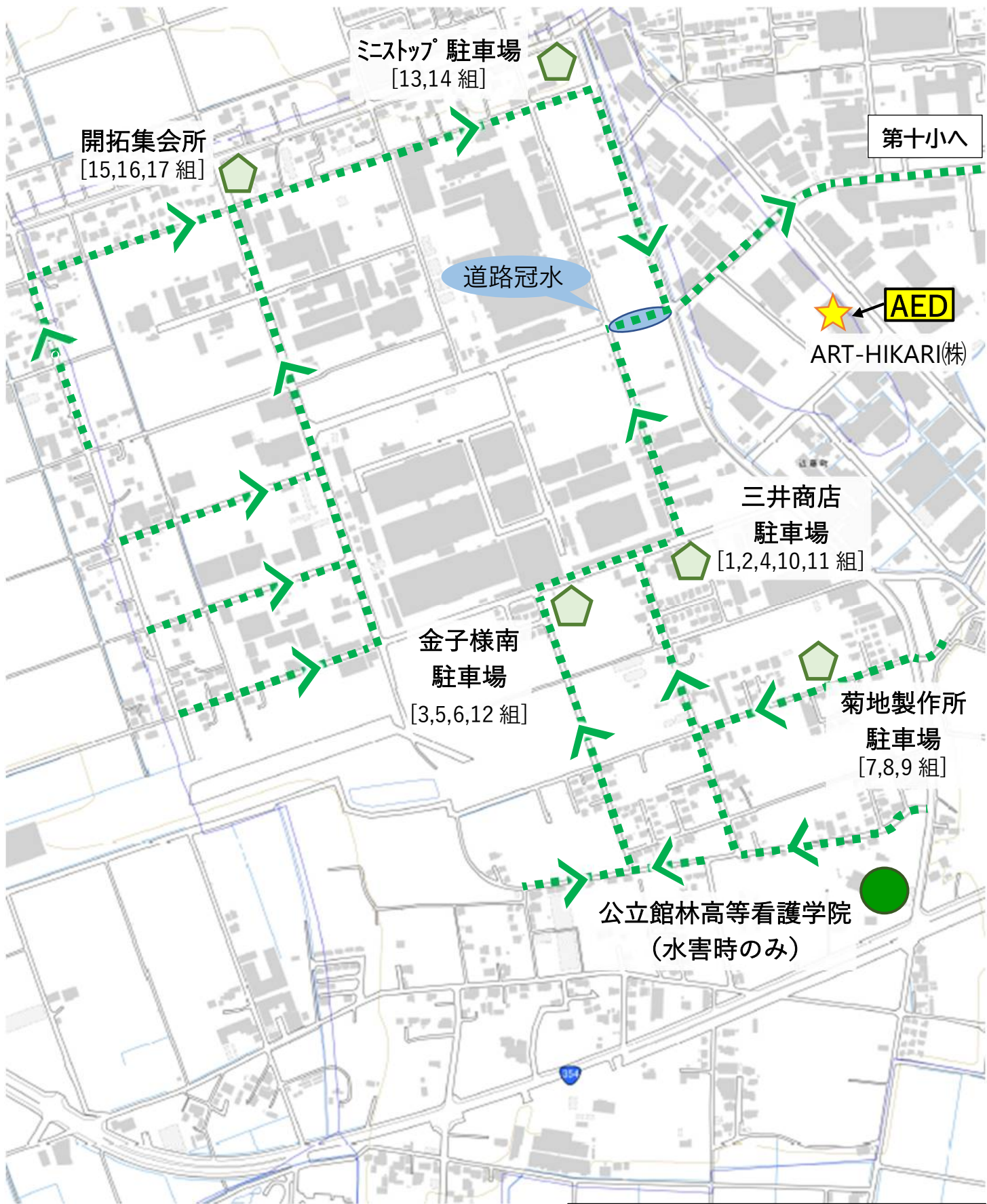
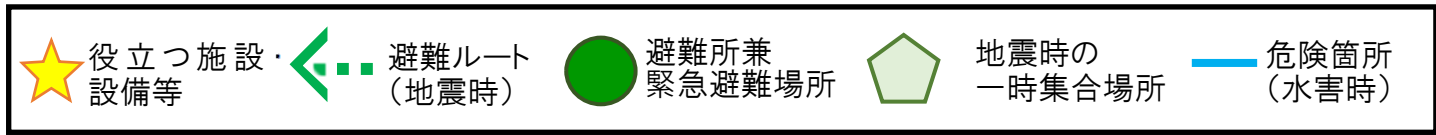
✕ 危険箇所   
 ┌──┐ 避難ルート (地震時)   
 ☆ 役立つ施設・設備等   
 ● 避難所兼緊急避難場所  
◡ 地震時の一時集合場所   
— 危険箇所 (地震時)   
— 危険箇所 (水害時)



✕ 危険箇所 ← 避難ルート (地震時) ★ 役立つ施設・設備等 ● 避難所兼緊急避難場所 ◡ 地震時の一時集合場所 — 危険箇所 (地震時) — 危険箇所 (水害時)

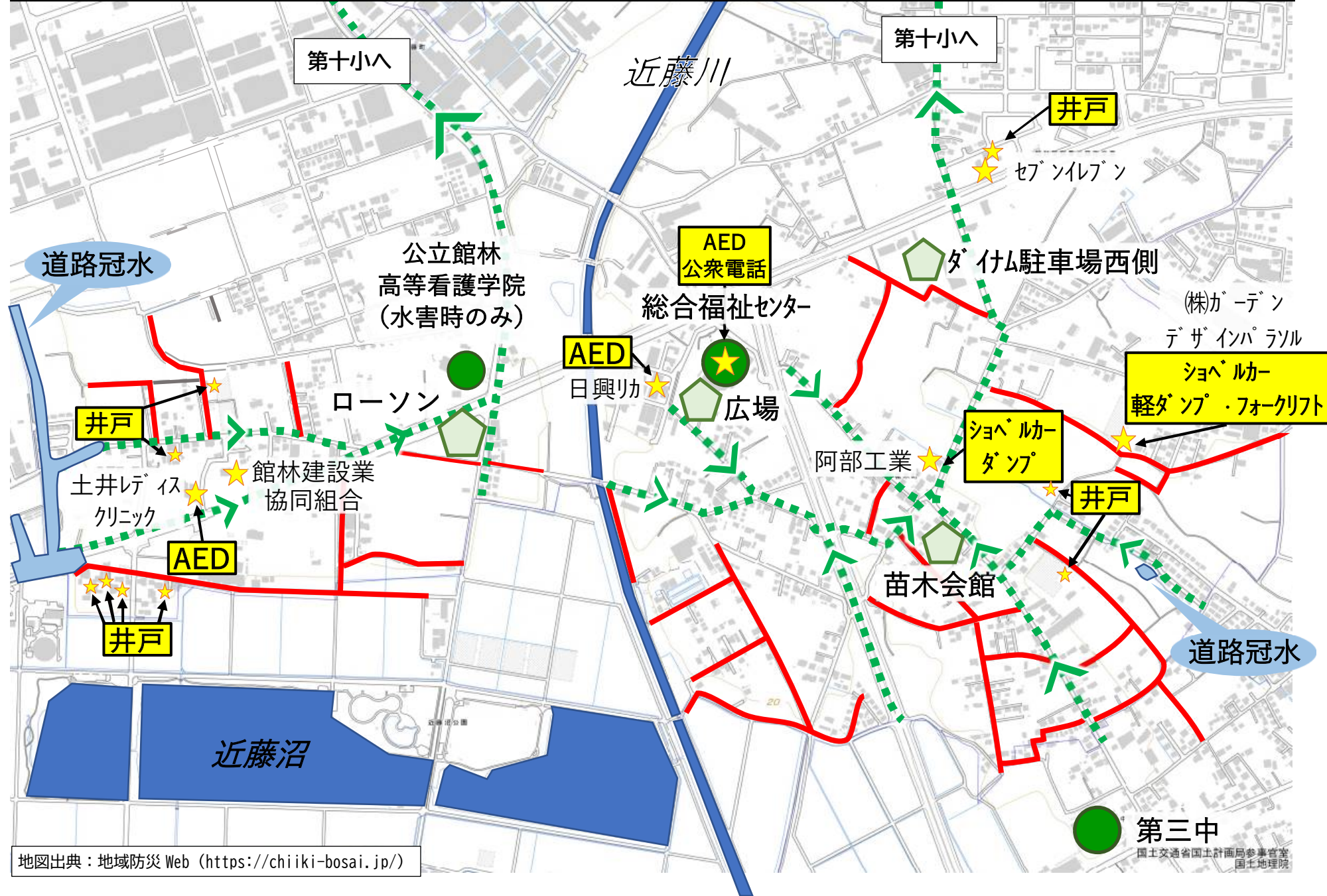
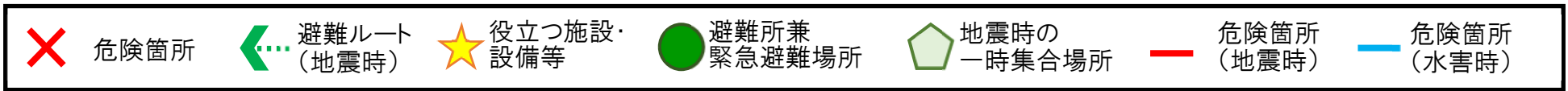


地図出典：地域防災 Web (<https://chiiki-bosai.jp/>)










地図出典：地域防災 Web (<https://chiiki-bosai.jp/>)



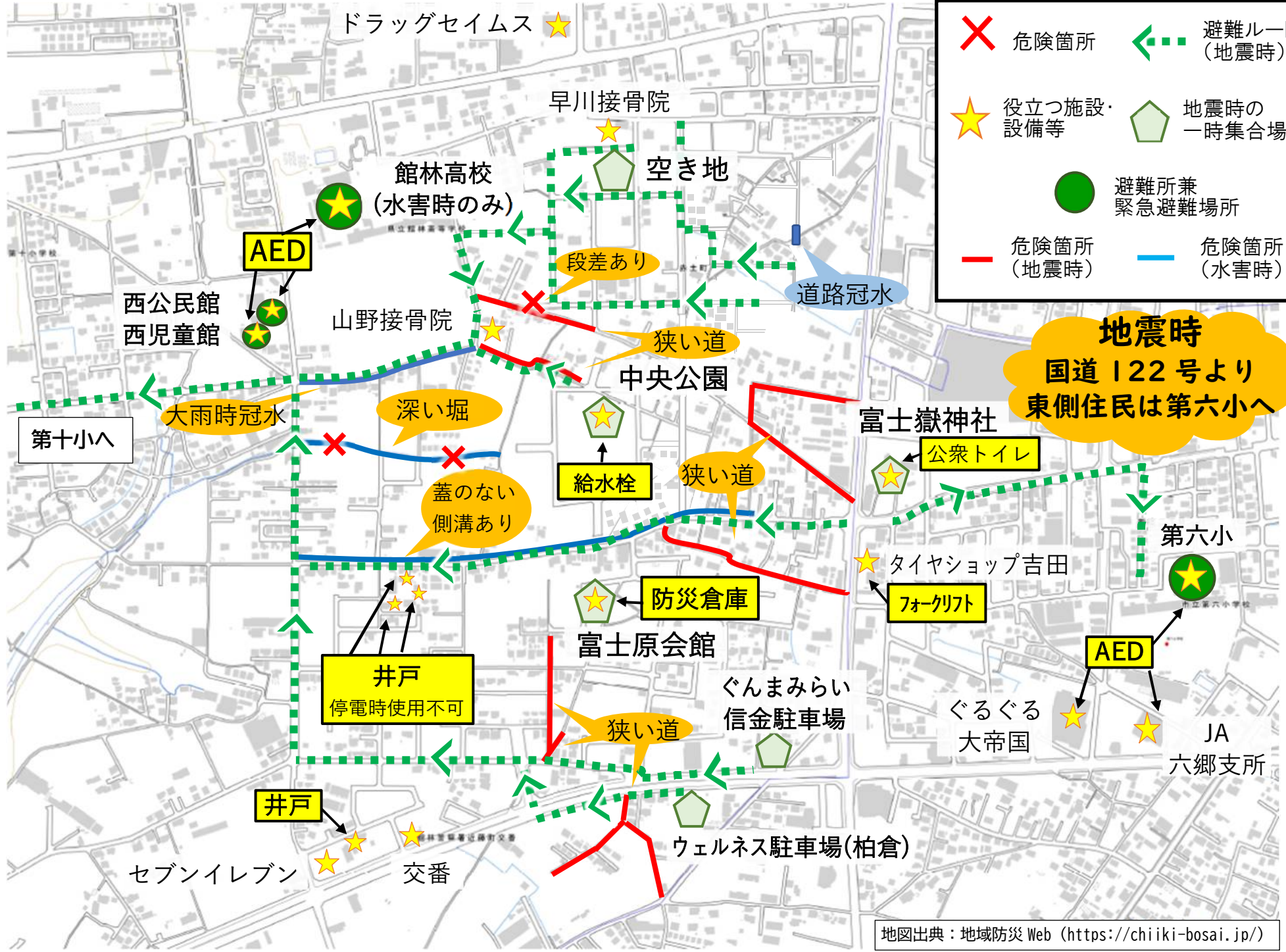


地図出典：地域防災 Web (<https://chiiki-bosai.jp/>)

国土交通省国土計画局参事官室  
国土地理院

	危険箇所		避難ルート (地震時)
	役立つ施設・ 設備等		地震時の 一時集合場所
	避難所兼 緊急避難場所		
	危険箇所 (地震時)		危険箇所 (水害時)

**地震時**  
 国道122号より  
 東側住民は第六小へ





	危険箇所		避難ルート (地震時)		役立つ施設・設備等		避難所兼緊急避難場所
	地震時の一時集合場所		危険箇所 (地震時)		危険箇所 (水害時)		

命を守る  
**防災マップ**



7 公園・高い木  
グラウンドに大きい木の枝が落ちてきた時  
テントになるもし水害が起きた時に  
身代わり台に上げられる。たまたま地盤  
の時に木がたおれることがあるので注意  
して木が倒れる所には近づかない。



8 公園・人が集まる  
場所  
公園なので、比較的  
所になっている。  
人がたくさん集ま  
れるようになっている。



長い坂  
右側から左下になっているので  
左側から右下に水がながれる(川)



広いところ  
人があふれそうだと  
思ったら人があふまる  
ことには注意(避難場所)



広い草原、  
人があふれだしたときに逃げ遅れて  
人もいっぺんに集まるようになる  
いる。(避難)



11 歩道木柵  
もし水害に当た  
ると上にはげらる  
ようになっている。  
じしんのときに、  
歩道の柵が倒れる  
ので注意。



10 ティー  
地盤の悪いところ  
だから、広い場所  
は注意が必要



9 広い駐車場  
地盤の悪いところ  
だから、人があふれ  
ないように注意



# 自分の身を守る 防災マップ



広い場所があるから  
いざ場所につかえる。



大きな木や竹がいっぱい  
あって地しんが来たとき  
にたおれたらあるじゃない。



大きい物だから人が  
中に入られる。



いろんな建物などがあって  
地しんがあったとき  
だ。



こう水や川のはらんが  
起きたときにひなば場所  
になる。



4M以下の道路でして  
人すする時にひなば  
変。地面もひびかれる  
かも。



この水がおこって水が  
あがってくるとあふない。



じしんがこったときに  
ひなば場所にもなるし  
食や物や  
のりずもあがる。

みんなの安全を守る

# 防災マップ



たおれている  
フェンスがある。



歩道橋がある。



コンビニがある。



3階以上の建物  
がある。



送電線がある。



交通量が多い。



避難場所がある。



避難場所がある。

ひな人場所

キケンな戸所も考ける!

防火マップ  
防介  
守るがい



せしんが おき  
たら 歩道 木 橋 力が  
た おれたら あるが  
い。



西公民食館  
みんがにける  
ひな人じょ



あつらわ  
あつらわ  
あつらわ



が いたが た おれ  
たら 道に ひびが  
は いて 歩いて いる  
が あるが かい!!



ケケガ ぐずれまると  
げとけが まらとけ  
い。



災害の  
時は ひな  
人 場所  
なる。  
ひな場所

避難場所  
Evacuation Area

対象となる災害  
火災/PM2.5  
X 地震

避難所  
県立館林高等学校  
Hatsuyashi High School

水が ぬれ  
水に ぬれ  
こわれて して  
まう。



# 安全

みんなが安全にくらせるように

そつたあぶない  
でられるとう

地が底いやす

かんばん  
たおれるとあぶない  
かばん所  
にげこめる  
(人があつまれる)

自転車か安全にとおれる。

ほかの車とわが車がわかれるように  
車をせよしくしくしい

車がかくにんできる  
カーブミラー

ガードレール  
車をせよしくしくしい

高いところたおれると  
あぶない



たいせつな  
命を守る

# 防災マップ

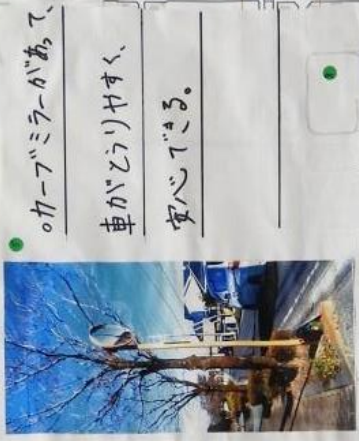


。細いので、通るとき  
あぶない△



。たおれると、  
あぶない△

。広い公園 $\square$ あて  
ひんしやすい。



。カーブミラーがあて、  
車がとりにやす、  
安心できる。



。高い木があて、  
あぶない



。広場がある。  
。フェンスがあて、  
たおれらあぶない。



県立館林高等学校

。大きいのは"かんか"  
たおれたら  
あぶない。



市立第十小



。ブロックべいがあて、  
あぶない△





小学校の先生から  
お話を聞きました。  
お話を聞いた後、  
お話を聞いた後、  
お話を聞いた後、

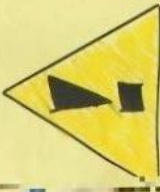
- さいがいのとき
- ざくたの
- = じしんのとき
- = あぶない
- = 安全なところ
- = 大雨のとき
- = あぶない

### 感想

- ★ 変な感じがして
- ★ 先生にこれをやらせて
- ★ たいと思った
- ★ 自分たちも
- ★ いろいろな人が
- ★ 参加してくれた。
- ★ いろいろな人が
- ★ 参加してくれた。

# 十小身の回りマップ

## 〈たった一つの命を守る〉



北

東  
西  
南



マンホール  
水があふれてくるかも  
しれない。注意!!

13  
物いぼの穴  
をふさぐ  
と雨が  
あふれる

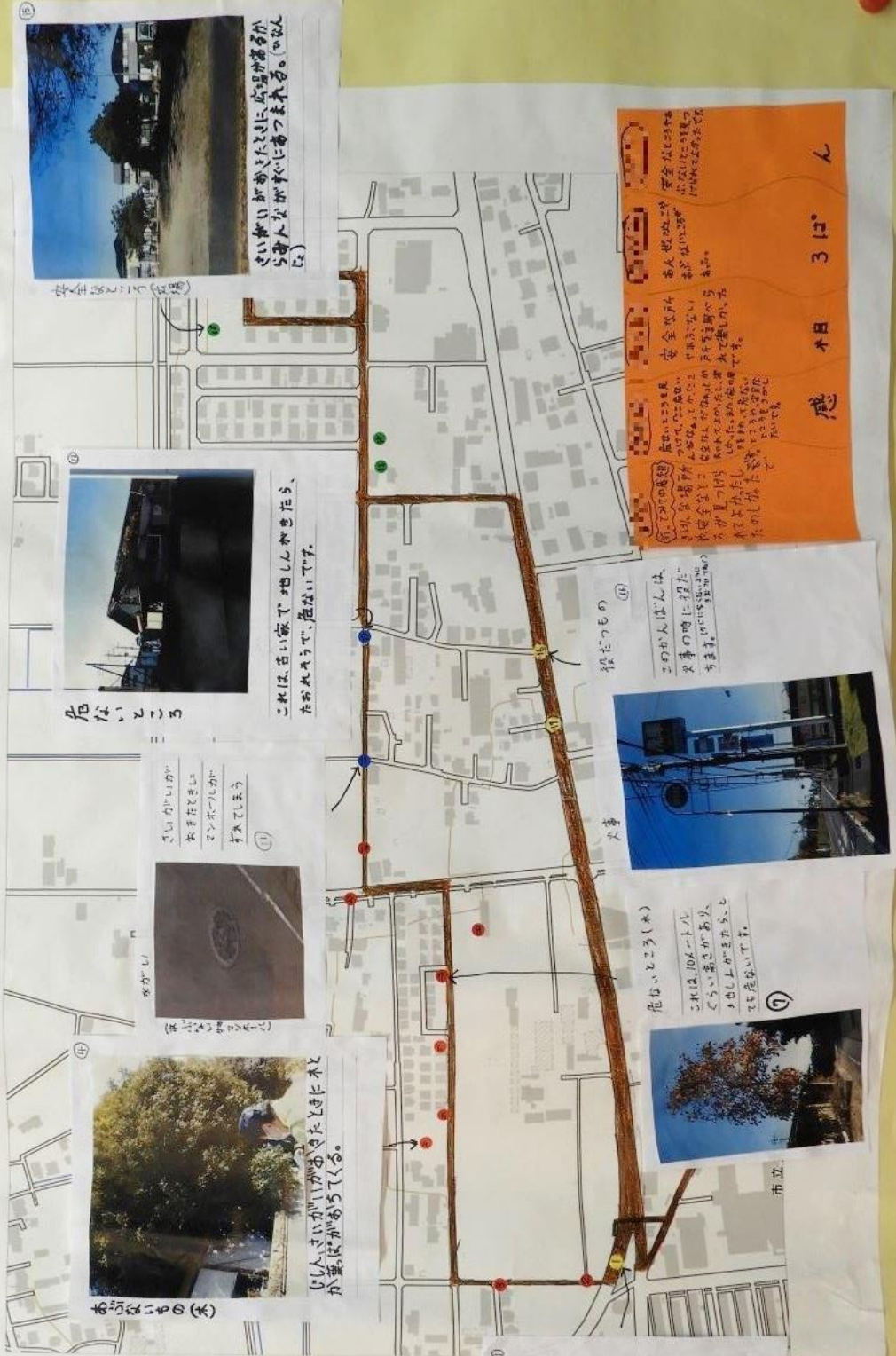
にげなげ

# 安心安全防災マップ

×ンバー  
 1. 避難所  
 2. 避難所  
 3. 避難所  
 4. 避難所  
 5. 避難所



- 地震の時に  
危ない
- 災害の時に役だつ  
もの・ところ
- 安全なところ
- 台風などで危ない  
もの・ところ



安全なところ (公園)

古い家や  
 古い車などが  
 多いところは  
 危険なところ  
 があります。



危ないところ

これは古い家や  
 古い車などで  
 危険なところ  
 があります。

古い家や古い  
 車などは  
 危険なところ  
 があります。



水がし  
 (水がしみ出すところ)



木が倒れる  
 (木が倒れる)

古い家や古い  
 車などは  
 危険なところ  
 があります。

安全なところ  
 公園や  
 学校など  
 安全なところ  
 があります。

感謝 3月 人



火事

この家は  
 古い家です  
 危険なところ  
 があります。

これは  
 古い家です  
 危険なところ  
 があります。



木が倒れる

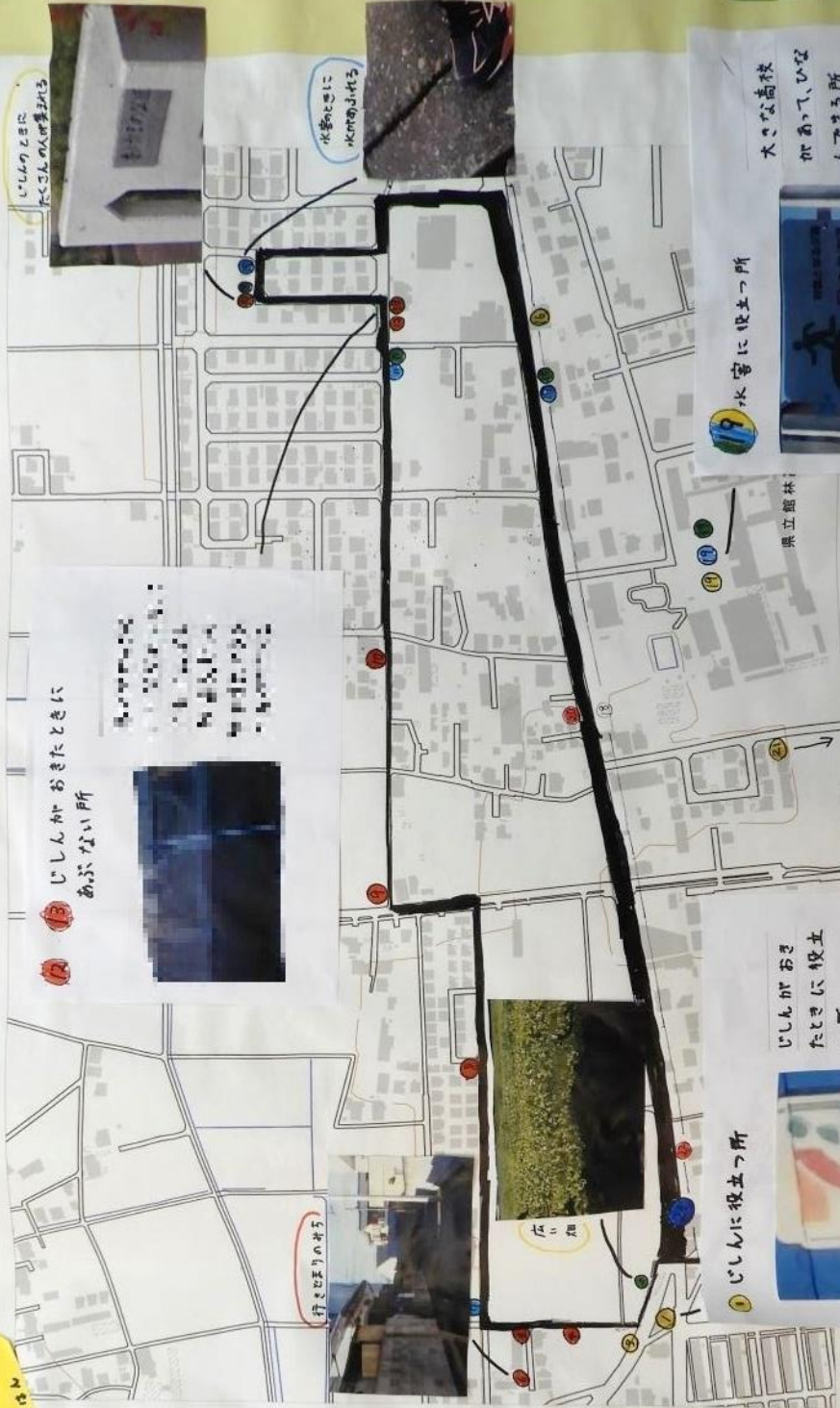


火事

古い家や古い  
 車などは  
 危険なところ  
 があります。

いのち

# 一人でも多くの命をすくうために



いしんのとき  
大きな校舎がある、ひびく  
んできる所。

いしんのとき  
水筒のとき  
水筒のとき

19 水筒に役立つ所



13 じしんがおきたときに  
あふまない所

避難場所  
避難経路  
避難器具  
避難訓練  
避難指示



11 じしんがおきたときに役立つ所



10 じしんに役立つ所



はり畑

12 行き止まりの様子



4月4日

本校では、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。

## 安全マップ

本校  
1000  
避難訓練  
避難経路  
避難器具  
避難訓練  
避難指示

← Xバー



14 小学校のまわりにあるのは、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。  
喜ばれ、防災意識を高め、  
協力して防災活動を進めたい。

15 避難訓練は、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。  
喜ばれ、防災意識を高め、  
協力して防災活動を進めたい。

16 避難訓練は、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。  
喜ばれ、防災意識を高め、  
協力して防災活動を進めたい。

## 感想

17 避難訓練は、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。  
喜ばれ、防災意識を高め、  
協力して防災活動を進めたい。

18 避難訓練は、  
防災教育の一環として、  
避難訓練を行っています。  
喜ばれ、防災意識を高め、  
協力して防災活動を進めたい。

メソバ

梅原 裕太

2017 年 10 月

立派な



# 十小の周り安全マップ

- 逃げ出しの時に  
あぶないところ、もの
- 1. 災害のときに  
逃げ出しの時に  
あぶないところ、もの
- 2. 災害のときに  
逃げ出しの時に  
あぶないところ、もの
- 3. 災害のときに  
逃げ出しの時に  
あぶないところ、もの



10 は、道がせまくてじしんがおきるとあぶない。



8 は、竹がたたおれてくる安全



市立第十小学校



3 は、道がせまくて、雨がひどいときはあぶないです。



1, 2 この2つは、災害がおきても安全な場所です。



11 は、道がせまくてあぶないです。



12 は、道がせまくてあぶないです。

「...ふだんおこなっていることも、災害のときにあぶないところ、ものがあるかもしれない。」「...ふだんおこなっていることも、災害のときにあぶないところ、ものがあるかもしれない。」「...ふだんおこなっていることも、災害のときにあぶないところ、ものがあるかもしれない。」

## 感想

1. 災害が起きたら、安全な場所へ逃げよう。

14 は、たまたまお水がたまってあぶないところ、ものがあるかもしれない。

# あぶない、十小のまわり

水がながれるところ

安全なところ

役立つところも

危ないところ



## 感想

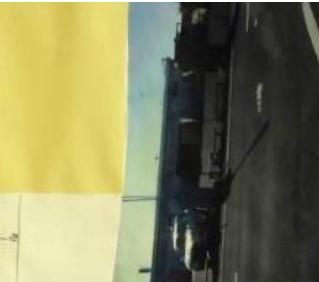
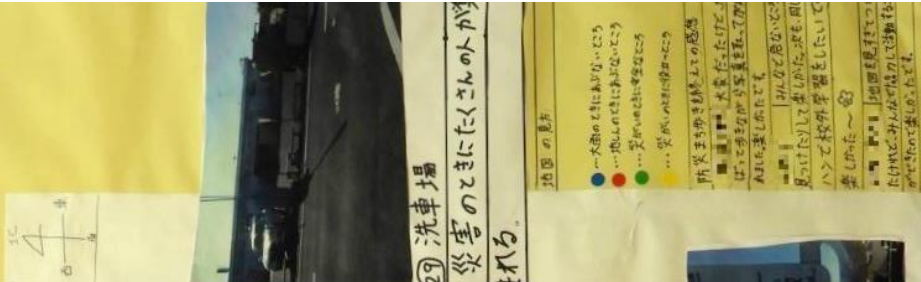
足が疲れるくらい歩いた  
 いろいろなところに行くと  
 知った うれしもうれしい  
 十小の周りをまわって  
 知ることができた  
 安全なところも  
 危険なところも  
 いろいろ知ることができた  
 楽しかった



十小地区の

防災・安全

MAP



29 洗車場

・災害のときにたくさん人が集まれる



28 小さい交差点

・消防車が通りにくい場所。危険な場所や死角



27 細い道

・道が細く、人が通るときはとてつらく大変



20 水道

・老人が汲み水が飲めない。地震が起きたときに被害



29 洗車場

・災害のときにたくさん人が集まれる



27 細い道

・車が通りにくい場所や死角

33 県立倉林高等学校 (かみづが)

・県立倉林高等学校は2018年に創立100周年を迎える。



1 歩道橋

・通行人の安全が保たれる

地図の見方  
 ●...大池のそばにあり、ここは...池のそばにあるので  
 ●...災害のときに危険な場所  
 ●...災害のときに危険な場所  
 ●...災害のときに危険な場所  
 ●...災害のときに危険な場所



～身を守るために～

# 世界を助ける防災マップ



命のぼくらの

安心

安全



もしも地震が起きたら地面は揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

もしも大雨が降ってきたら、水が流れて運ばれていく。もしも大雨が降ってきたら、水が流れて運ばれていく。

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

## もしも説明!!

最悪にもしもが怖い方が

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。

もしも地震が起きたら揺れる。もしも地震が起きたら揺れる。



もしも地震があったら揺れる。もしも地震があったら揺れる。



もしも大雨が降ってきたら、水が流れて運ばれていく。

風が強かった時に用具が倒れてきたら危ない。

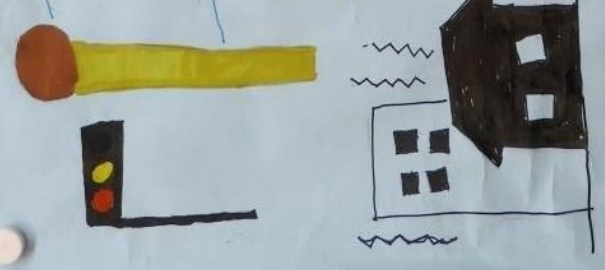


瓦が落ちてきたら危ない。もしも地震があったら揺れる。





# 私達の町の安全マップ



水災

竹やぶ

※この竹やぶは竹の量が多いため、火が近くにあると、すぐ他の竹にもうつり、火災がおこる可能性がある。注意。



市立第十小学校

地震のへい  
鉄のへい

※鉄のへいだから注意した方がよい所です。鉄のへいはがんじがらめの鉄の骨組みでできたので、地震が来たときに倒れにくいです。ぜひ、鉄のへいを利用してください。

公園

※この公園は人がたくさんあつまる広い公園なので、逃げ場になるので安全な所。



地震  
細い道

※道がせまいと逃げ場が少なくて、地震が起きたときに危険。





# もしものために防災の準備

クマゴボールくん



マンホールのふたから  
水があふれたら  
道がし水します。



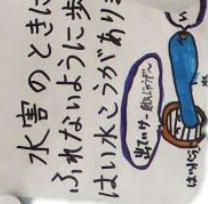
もし、じんが<sup>(木)</sup>あて<sup>(木)</sup>ひか<sup>(木)</sup>た  
たおれたら電柱にひか<sup>(木)</sup>か<sup>(木)</sup>  
火事になるからしれせん。



コンビニです。<sup>(災害)</sup>  
人が集まれるので  
役に立ちます。



水害のときに、水が  
ふれないように歩道  
はい水こうが<sup>(排水溝)</sup>ありま



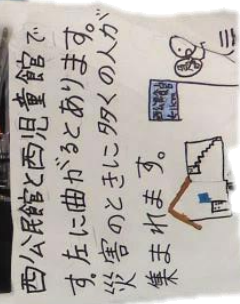
18  
災害のときに  
多くの人が集まれます。



29  
館林高校です。  
水害があたとき  
人があつまれます。



30  
西公民館と西児童館で  
左に曲がるとあります。  
災害のときに多くの人が  
集まれます。



30  
三階以上のたこのです。  
水害のときに、集ま  
れます。



35  
市立第十小







## 2 避難のしかた (いつ?どうやって?(避難の流れ))

# じしん 地震編

1  
まずは備えを!

自助

1週間分の備蓄



非常持出品の

準備

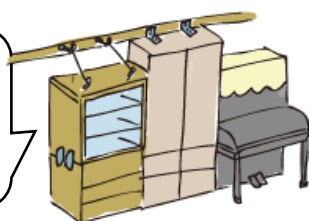


避難ルートを  
確認

(自宅 → 一時集合  
場所 → 避難所)



家具を固定・  
倒れないように



ペット用の防災



災害時にペットを守れるのは飼い主のあなたです！  
一緒に避難できるようにペット用の避難セット (ペット

グラツミときたら、  
まず身を守る!

2  
じしんはっせい  
地震発生

3  
あんぜんかくほ  
安全確保

自助

家にいる

揺れが  
なくなったら

外出  
中

帰宅できる

安全確認と  
避難準備

帰宅できない

外出先の  
避難所へ

〈地区の一時集合場所〉

【富士原町】

- ①富士嶽神社
- ②富士原会館
- ③中央公園
- ④ぐんまみらい信金駐車場
- ⑤ウェルネス駐車場(柏倉)

【近藤町】

- ①ダイナム駐車場西側
- ②アイザワ裏駐車場
- ③近藤会館
- ④第十小

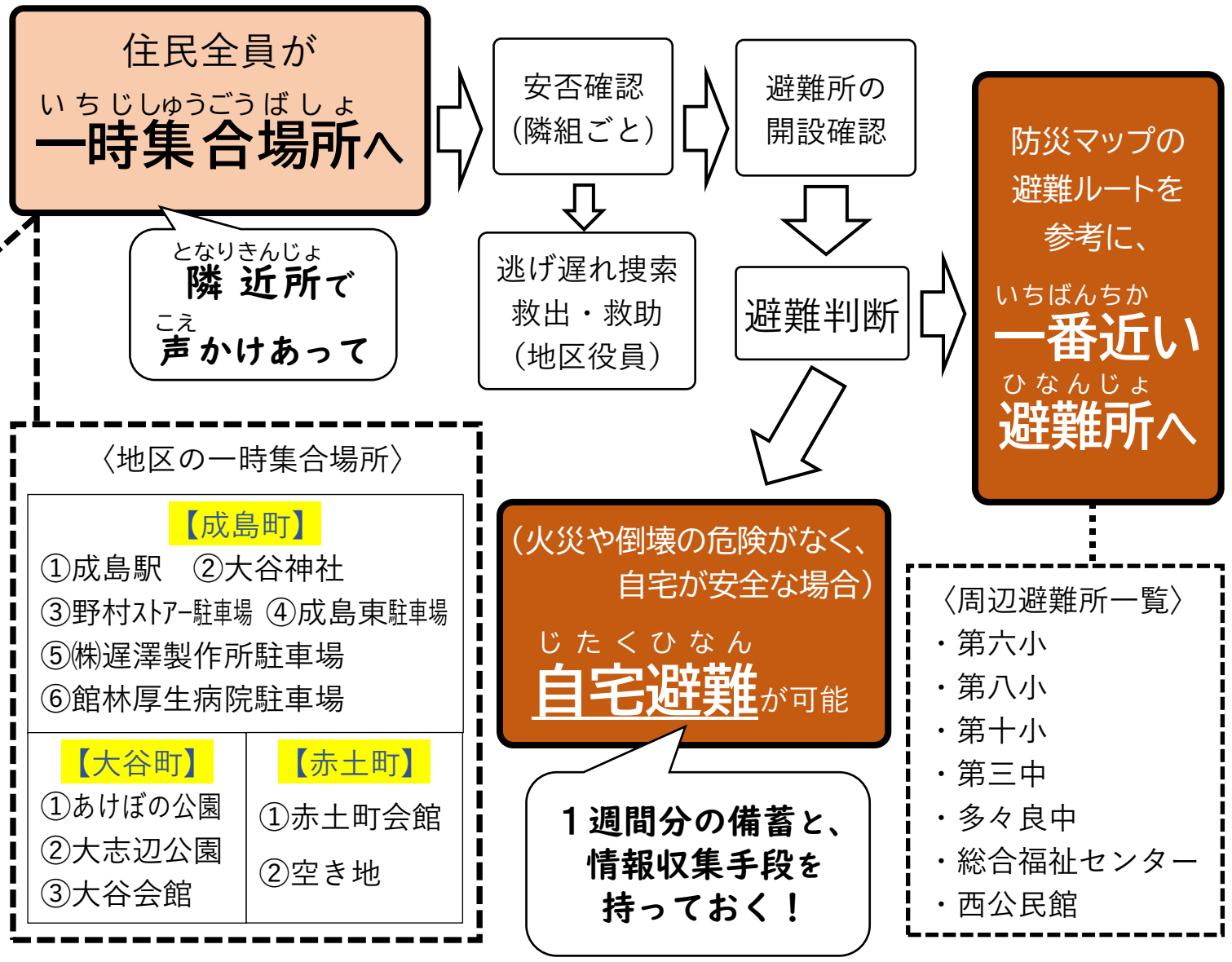
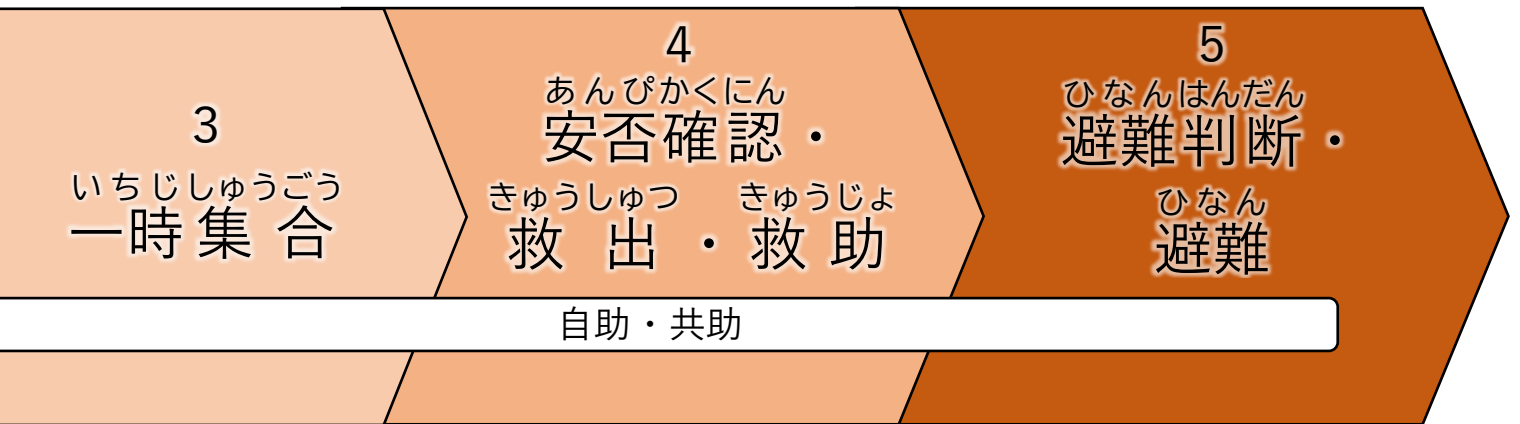
【近藤町(開拓)】

- ①ミニストップ駐車場
- ②開拓集会所
- ③金子様南駐車場
- ④三井商店駐車場
- ⑤菊地製作所駐車場

【苗木町】

- ①ローソン駐車場
- ②総合福祉センター広場
- ③苗木会館

ひ そな さいがいじ こうどう かくにん  
**日ごろの備えと、災害時の行動を確認しておきましょう!**



無駄吠えしないなど、普段のしつけが最も有効な対策です。  
 フード・シーツなど) もすぐに持ち出せるよう備えておきましょう!

## 2 避難のしかた (いつ? どうやって? (避難の流れ))

# すいがい 水害 編

1

ひごころのそなえ  
準備

自助

ぜんいん かくにん  
全員が かならず 確認 しましょう

じたく しんすい  
自宅が 浸水 するか しないか を 確認

(P.●「自宅の浸水度をチェック!」参照)

ひなん さき き  
○ 避難する 先 を 決めて おく

★ポイント：浸水しない地域に避難

ひなんる と けんとう かくにん  
○ 避難ルートを 検討・確認

★ポイント：  
防災マップの冠水箇所を  
避けて、安全な道で！



びちく ひじょうもちだしひん じゅんび  
○ 備蓄・非常持出品の準備

★ポイント：  
ほかの人と共有できな  
いもの(薬など)から  
優先して準備



2

たいふうはっせい  
台風発生

自助

テレビ、スマホなどから  
さいしんじょうほう にゆうしゆ  
最新情報を入手

【テレビ】データ放送  
(リモコンのdボタンを押す)



【スマホ】防災アプリ  
あっといんふおかなる  
「@InfoCanal」



避難情報  
発令の流れ

自主避難

発表時の  
状況

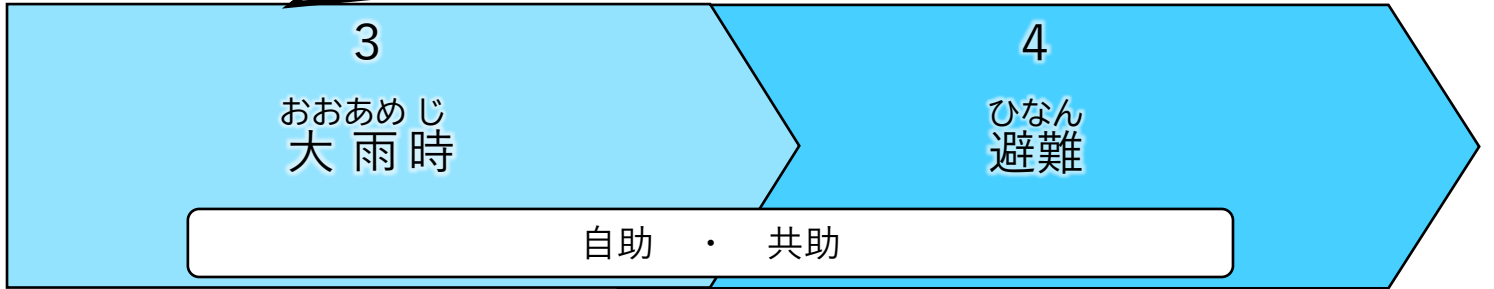
気象状況の  
悪化

住民の  
行動

自宅にいることに不安  
を感じるかた、遠方へ  
避難するかたは  
避難開始



ひ そな さいがいじ こうどう かくにん  
**日ごろの備えと、災害時の行動を確認しておきましょう!**



しんすい ちいき  
**浸水しない地域へ避難!**

**自宅避難** (自宅が浸水しないならそのまま)

友人・親せき宅へ

車中泊

避難所へ

お助け名簿を基に、  
 要支援者への  
 電話連絡・声かけ  
 (地区役員)

避難所の  
 開設確認



〈浸水しない地域の避難所〉

第十小、館林高、関学大附高、第八小、多々良中

避難情報は順番通りになるとは限りません。危ないかと思ったら、すぐ避難開始!

避難情報	<b>こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難</b>	<b>ひなんしじ 避難指示</b>	きんきゅうあんぜんかくほ <b>緊急安全確保</b>
警戒レベル	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	災害発生のおそれあり 市：避難所の開設	災害発生のおそれが高い	災害発生か、その直前 (堤防決壊など)
	避難に時間のかかるかた (高齢者、障がい者など) ひなんかいし は <b>避難開始</b>	危険な場所から 全員避難	ただちに 高い建物へ!

れべる ひなん  
**浸水地域に住むかたは、レベル3で避難する!**

## 2 避難のしかた（浸水度チェック）

じたく しんすいど  
**自宅の浸水度**を  
 ちえっく  
**チェック!**



小さな河川などの氾濫時に  
 浸水のおそれがある区域

拓公民館(邑桑町)  
 参考(避難所)

3・4階	5m ~ 10m 未満 (3階床上浸水 ~ 4階軒下浸水)
2階	3m ~ 5m 未満 (2階床上 ~ 軒下浸水)
1階	0.5m ~ 3m 未満 (1階床上 ~ 軒下浸水)
1階床下	0.5m 未満 (1階床下浸水)
浸水なし : 色塗り無し	



自宅が浸水しない・床下浸水まで ⇒ そのまま自宅避難しよう！

自宅が浸水するかもしれない

→ 浸水しない地区へ避難（親せきや友人宅、避難所）

この地図で自宅が見つからない場合は、  
ハザードブック  
P18, 19, 24~26 参照



館林市ハザードブックより 画像引用一部編集

## 2 避難のしかた(要支援者対策)

# みんなのお助け名簿

すいがい いのち まも  
～ 水害から みんなの命は みんなで守る～

おおあめ こうずい いのち まも  
大雨や洪水から命を守るためには、

はや こうどう あんぜん ちいき に  
早めに行動し、安全な地域に逃げることに！

いのち まも じゅうみん たす あ  
みんなの命を守るため、住民みんなで助け合うための

たす めいぼ せいび  
「お助け名簿」を整備します

じぶん かぞく じりきひなん かんが  
まずは自分・家族で”自力避難”を考えよう！

自らで車の運転ができるかた・自力で歩行可能なかたは、  
自分自身か、家族のサポートで避難できるように準備しよう

自力避難できない人は？

ようしえんしゃ  
要支援者

自分で水害から身を守る行動が難しいかたを  
「避難行動要支援者」といいます。  
家族や地域の手助けが必要不可欠です！



きんじょ たす あ たす めいぼ  
ご近所で助け合う！「お助け名簿」

水害時に、家族以外の手助けがないと  
避難できないかたは、「お助け名簿」に手を挙げて、  
助けが必要なことを地域のかたに知ってもらおう👏  
(※自宅が非浸水のかたは対象外です)

**お助け名簿** ( 年 月 日時点 )  
台風や大雨から、自力での避難・家族の避難支援が難しいかたは  
ご記入ください

助けが必要なかた ①			
ふりがな	年齢	性別	
氏名		男 女性	
電話番号	固定	携帯	
支援が必要な時間帯 (該当時間帯に○をつけ)	朝(6-12)	昼(12-18)	夜(18-6)
	平日		
	土日祝		

助けが必要なかた ②			
ふりがな	年齢	性別	
氏名		男 女性	
電話番号	固定	携帯	
支援が必要な時間帯 (該当時間帯に○をつけ)	朝(6-12)	昼(12-18)	夜(18-6)
	平日		
	土日祝		

世帯情報について記入してください

行政区名	隣街
住所	郡 市
世帯	(ひとり暮らし・高齢者のみ・その他)

緊急時の連絡先がある場合のみ記入してください

緊急連絡先 ①	名前	助けが必要な かたとの関係性
	電話	
緊急連絡先 ②	名前	助けが必要な かたとの関係性
	電話	

※お助け名簿は地区役員が管理し、見守り・避難支援以外の目的には使用いたしません

おたすけめいぼ とりくみほうほう  
**お助け名簿 取組方法**

**平常時**

(ふだんから)



**「お助け名簿」**

作成・管理

1. 【防災会から皆さんへ】  
回覧等で「お助け名簿」作成のお知らせ（通知）
2. 【助けが必要なかたから地区役員へ】  
自力避難ができず、地域の助けを必要とするかたは、お助け名簿に記入
3. 【地区役員から助けが必要というかたへ】  
お助け名簿の記載情報について、避難支援判定基準を基に、地区役員が聞き取り確認
4. 【地区役員で】お助け名簿のとりまとめ
5. 【地区全員で】避難支援に協力できる人を探す

**災害時**

(もしもの時)



名簿をもとに  
声かけ・  
避難支援

1. 避難情報の発令時、お助け名簿をもとに電話連絡・声かけ
  2. 要支援者の避難支援
- ★ まずは自分の命が第一！避難支援は避難を保証するものではありません

おたすけめいぼ しょういめーじ  
**お助け名簿 使用イメージ**

**平常時**

**お知らせ**

避難支援が  
必要な人は  
申し出てください

〈●●防災会〉

つうち  
通知

**お助け名簿**

〈●●防災会〉

要支援者：

めいぼさくせい かんり  
名簿作成・管理

**災害時**



こえ  
声かけ



いっしょ  
一緒に

## 2 避難のしかた(要支援者対策)

### いっしょ ひなん とき ぽいんと 一緒に避難する時のポイント

要支援者のかたと一緒に避難する際は、  
以下の点に注意しましょう！

高齢者  
傷病者  
のかた

- ・ できるかぎり多くの人で対応する。
- ・ 緊急のときは、おぶるもしくは応急担架で避難する。

目の  
不自由な  
かた



- ・ 杖を持つ手と反対側のひじのあたりに軽く触れるか、腕や肩をかして半歩くらい前をゆっくり進む。
- ・ 階段などの障害物を説明しながら進む。
- ・ 方向や位置は、時計の文字盤の位置（例：「〇時の方向」）で伝える。

耳の  
不自由な  
かた

- ・ 筆談は要点をわかりやすく。
- ・ 手のひらに指先で字を書く方法でもよい。
- ・ 話をするときは、顔をまっすぐ向け、口を大きく動かしゆっくりと話す。

車いすの  
かた



- ・ 1人で援助が困難なときは、近くの人に協力を求める。
- ・ 車いすは、階段では3、4人で援助する。上がるときは前向きに、下がる時は後ろ向きに移動する。

外国人の  
かた

- ・ 身振り、手振りを交えて話しかけ、孤立させない。
- 【声かけ例】
- 文例1「私についてきて」  
英語：Follow me. (ファォロミー)  
中国語：跟着我走吧 (跟著我走吧) (ゲンジュオウオゾウバ)  
韓国語：따라 오세요. (ッタラオセヨ)
  - 文例2「安全な場所に避難します」  
英語：Flee to a place of safety.  
(フリー トゥ プレイス オブ セイフティ)  
中国語：引导到安全场所 (引導到安全場所)  
(インダオダオアンチュエンチャンスオ)  
韓国語：안전한장소에안내합니다  
(アンチョナン チャンソエ アンネハムニダ)
- ※文例：「外国人旅行者を対象とした避難誘導マニュアル」(国土交通省) 引用

知的障がい  
のある  
かた

- ・ 声をかけるときは、ゆっくり丁寧にわかりやすく。
- ・ 本人のペースに合わせて、誘導する。

※東京都防災ホームページ「災害時要配慮者への支援」より引用・一部編集

### 3 計画の進め方

ちくぼうさいけいかくさくていご にしこうみんかん だいじゅうしょうちくぼうさい  
地区防災計画策定後は、西公民館・第十小地区防災まちづくり

いいんかい ちゅうしん ぼうさいかつどう とく  
委員会を中心にして、防災活動に取り組む。

ぼうさいくんれん ひなんくんれん じっし けいかく ふそく ふび  
防災訓練や避難訓練を実施しながら、計画の不足や不備がないか

かくにん おこな  
確認を行う。

かくにん けっか みなお ひつよう はんたん ばあい てきぎみなお おこな  
確認の結果、見直しが必要と判断した場合には適宜見直しを行い、

けいかく こうしん よ かつどう かいぜん  
計画を更新しながら、より良い活動に改善していく。

計画策定



継続は力なり！  
活動&見直しを

ぼうさいかつどう じっし  
**防災活動の実施**

- ・地区防災訓練
- ・防災機材の備蓄
- ・要支援者の確認

必要に応じて

けいかく みなおし  
**計画の見直し**

## 令和3年度 西公民館・第十小地区防災まちづくり委員会

No.	名前	所属団体等
1	■■■■■	富士原防災会
2	■■■■■	富士原防災会・防災士
3	■■■■■	富士原防災会
4	■■■■■	近藤町防災会・防災士
5	■■■■■	近藤町防災会・防災士
6	■■■■■	副委員長・開拓区自主防災組織
7	■■■■■	開拓区自主防災組織
8	■■■■■	苗木区自主防災隊
9	■■■■■	苗木区自主防災隊
10	■■■■■	苗木区自主防災隊・防災士
11	■■■■■	成島南区自主防災組織・防災士
12	■■■■■	成島南区自主防災組織
13	■■■■■	成島南区自主防災組織
14	■■■■■	大谷町自主防災防犯組織
15	■■■■■	大谷町自主防災防犯組織
16	■■■■■	委員長・赤土町区
17	■■■■■	赤土町区
18	■■■■■	第十小学校

事務局：西公民館・安全安心課



# お助け名簿 ( 年 月 日時点)

台風や大雨から、自力での避難・家族の避難支援が難しいかたは  
ご記入ください

助けが必要なかた ①			
ふりがな			年 齢 性 別
氏 名			才 男性・女性
電話番号	固定	—	携帯 — —
支援が必要な時間帯 (該当時間帯に○つけ)		朝(6~12)	昼(12~18) 夜(18~6)
平日			
土日祝			

助けが必要なかた ②			
ふりがな			年 齢 性 別
氏 名			才 男性・女性
電話番号	固定	—	携帯 — —
支援が必要な時間帯 (該当時間帯に○つけ)		朝(6~12)	昼(12~18) 夜(18~6)
平日			
土日祝			

世帯情報について記入してください

行政区名		隣 組	
住 所	館林市		
世 帯	ひとり暮らし・高齢者のみ・その他		

緊急時の連絡先がある場合のみ記入してください

緊急 連絡先 ①	名前	助けが必要な かたとの関係性
	電話	
緊急 連絡先 ②	名前	助けが必要な かたとの関係性
	電話	

※ お助け名簿は地区役員が厳重に管理し、見守り・避難支援以外の目的には使用いたしません

## 災害時の避難支援に関する同意書

●●防災会では、災害時（主に台風などの水害時）に、自らで災害から身を守る行動が難しいかたを守るため、共助による地域住民同士の避難支援を実施します。

円滑かつ迅速な避難支援を図るため、支援が必要なかたの情報をまとめた「お助け名簿」を作成します。

完成後は、地域役員等の支援者でのみ名簿情報を共有し、平常時の見守り・災害時の避難支援以外には使用しません。

避難支援にあたっては、避難支援者自身やその家族などの安全確保が出来た後に対応することとなります。

そのため、同意によって、災害時の避難支援が必ずなされることを保証するものではありません。

また、避難支援にあたっては、支援者自身が法的な責任や義務を負うものではありません。

上記の内容を理解し、災害から命を守るために、●●防災会による避難支援、安否確認、救助活動に対して同意します。

記入日： 年 月 日

署名：

※代筆可。代筆の場合、右欄も記入 ➡

要支援者との関係性





**2022 年 4 月発行**

**<西公民館・第十小地区防災まちづくり委員会>**

