

回答期限 令和8年1月23日（金）

災害に備えた大切な希望調査ですので、この手紙が届いた方は、全員必ず返信してください。  
ウラ面には防災のお知らせがありますので、あわせてご確認ください。

## 1 調査の目的

この調査は、災害時に自力で避難することが難しいと思われる方を対象にしたものです。  
この調査の目的は以下のとおりです。

- ① あなたの避難先、避難方法の確認
- ② 避難に支援が必要かの確認
- ③ 避難に支援が必要な場合、あなたやあなたの支援者の情報を避難支援等関係者に共有してもよいかの確認

## 2 調査の対象となる方（避難行動要支援者）

災害時に、自力で避難することが難しいと思われる方のことを「避難行動要支援者」といいます。具体的には以下の方です。施設入所者、長期入院者は対象となりません。

（令和7年11月1日現在で以下のいずれかの要件に該当する人）

- ① 介護保険の要介護3～5の認定を受けている方
- ② 身体障害者手帳1～2級をお持ちの方
- ③ 療育手帳 ④ 又は A をお持ちの方
- ④ 精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
- ⑤ 障害支援区分1～6の認定を受けている方

## 3 「わたしの避難シート」とは

「わたしの避難シート」とは、災害のおそれがある場合に、避難行動を迅速に行うため、『誰と』『どこに』『どうやって』避難するかなどをあらかじめ考え、まとめておいていただくものです。「個別避難計画」ともいいます。

「わたしの避難シート」は書ける範囲でお書きください。書けないところは空欄で構いません。災害のときに自力で避難できる方も、書いてみましょう。

ご自身で書いたシートは、避難を支援する人と共有して災害時に備えましょう。

## 4 災害時の自力での避難について

避難する時に、避難情報の入手や避難先までの移動等に支援が必要な人は、質問3で「いいえ」と回答してください。

質問3で「はい」と回答した方は自力で、または家族や知人の助けにより避難できる方ですので、避難支援等関係者への情報提供は行いません。

## 5 実態調査書とは

あなたの心身の状況、利用している医療機関、避難するときに配慮が必要なこと等を記入していただくものです。書ける範囲でお書きください。

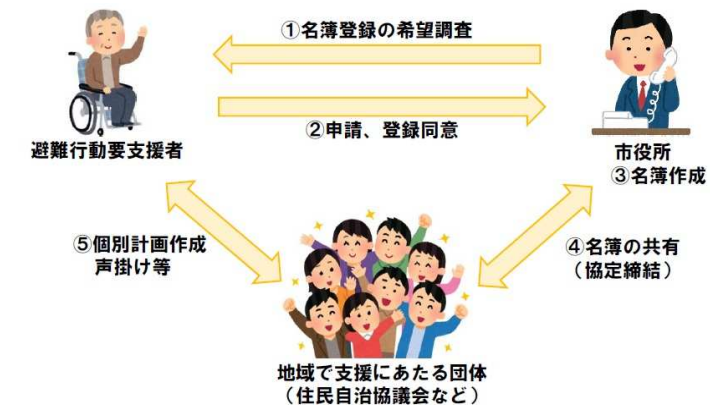
質問3で「いいえ」と回答した方は、避難する時に地域などの支援が必要である方ですので、同意をいただいた場合は、避難支援等関係者に避難支援の希望調査票（わたしの避難シート、実態調査書を含む。）を共有します。

## 6 個人情報の取扱いについて

あなたの避難支援に必要な情報は、東広島市役所内部でも共有します。

共有した個人情報は、東広島市役所及び地域で支援に関わる人において、適正に管理します。また、共有した情報は、避難支援や安否確認の目的以外に使用しません。

ただし、災害が発生したときは、あなたの命を守るため、災害対策基本法に基づき、同意がなくても、あなたの避難支援に必要な情報を、避難支援に必要な範囲で、地域で支援に関わる方に提供することがあります。



※災害時の地域による避難支援は、助け合い（共助）によるものであり、法的責任や義務を伴うものではありません。また、地域全体が被災する場合もあり、必ずしも支援が受けられるものではありません。



【問い合わせ先】〒739-8601 東広島市西条栄町8番29号 東広島市役所

■避難行動要支援者 避難支援制度全般	健康福祉部 地域共生推進課	TEL (082) 420-0932 FAX (082) 423-8065
■障がい者支援担当	健康福祉部 障がい福祉課	TEL (082) 420-0180 FAX (082) 420-0181
■要介護者支援担当	健康福祉部 介護保険課	TEL (082) 420-0937 FAX (082) 422-6851
■災害対策担当	総務部 危機管理課	TEL (082) 420-0400 TEL (082) 422-4021

① 自宅（居る場所）が危険な場所か確認しましょう

避難が必要なのは危険な場所にいる人です。  
安全な場所にいる人はその場にとどまるのが一番安全です。  
自分がいる場所にはどのような危険があるのか、ハザードマップ  
などを使って確認しておきましょう。

※ハザードマップ（土砂災害・洪水・津波）は、市ホームページでご確認ください。 →






② 避難について確認しましょう

避難とは、避難所に避難することだけではありません。  
例えば、浸水する深さが50センチメートルくらいの場所であれば、  
自宅の2階に上がるだけでも十分な避難になります。  
無理をして避難所へ避難するよりも、そちらの方が安全なこともあります。  
住んでいる場所の状況や、自分の体調などから、どのように避難をするのかを  
あらかじめご自身やご家族と一緒に考えておきましょう。

「避難」の考え方としては、次のようなものが考えられます。

1. ハザードマップ等で自宅が**危険な区域に無い人**  
◆自宅の中の安全な場所（2階や山側から遠い方など）に移動する
2. ハザードマップ等で自宅が**危険な区域にある人**  
◆安全な場所にある親戚・知人宅などに移動する  
◆市が開設する避難所に移動する

※市が避難所を開設した際は、テレビのデータ放送や市ホームページで確認できます。 →



③ 避難やそのタイミングを判断するための情報を確認しましょう

避難を判断するための情報として、市が発表する避難情報があります。  
市が発表する避難情報には、警戒レベル3～5が付いており、数字が大きくなるほど危険度が高くなります。  
避難情報は、気象情報をはじめとする様々な情報を総合的に判断して、早めに発表しています。  
また、避難情報の発表と合わせて、市が開設する避難所をお知らせしますので、必ず確認してください。

警戒 レベル	状況	行動を促す情報	市民が取るべき行動
黒色 5	災害発生 または切迫	<b>緊急安全確保</b> ※必ず発令するものではない	<b>命の危険 直ちに安全確保！</b>
~~~~~ 〈警戒レベル4までに必ず避難！〉 ~~~~~			
紫色 4	災害の 恐れ高い	<b>避難指示</b> ※これまでの避難勧告の タイミングで発令	<b>危険な場所から全員避難</b>
赤色 3	災害の 恐れあり	<b>高齢者等避難</b>	<b>危険な場所から高齢者などは避難</b> ※高齢者など、要支援者以外でも 危険を感じたら自主的に避難

④ 避難をするためのものを準備しましょう

大規模な災害が発生すると、道路・鉄道等が被害を受けることで物流が止まり、  
物資が不足する事態も予想されます。食料品や生活に必要な物品を最低3日分  
（できれば1週間分）準備しておきましょう。  
生活の中で使っているものを多めに買い、消費しながら買い足す  
「ローリングストック」なら、効率よく備蓄ができます。  
日頃から、大規模災害時には、電気・ガス・水道などのライフラインが  
止まることを想定して、次のような備蓄品を準備しておきましょう。



**飲料水・生活用水**

- ☐ 3日分の飲料水の備蓄（1人×3リットル×3日）
- ☐ 生活用水
- ☐ 水筒

**食料品等**

- ☐ 3日分の食料の備蓄
- ☐ レトルト食品 ☐ 缶詰
- ☐ おやつ ☐ 紙コップ
- ☐ ラップ ☐ 簡易食器
- ☐ 箸 ☐ 缶切りナイフ
- ☐ 粉ミルク

**医薬品等**

- ☐ 救急用品（消毒液、傷薬、ガーゼ、包帯、ばんそうこう）
- ☐ 常備薬 ☐ カット綿
- ☐ はさみ ☐ ピンセット
- ☐ 使い捨てカイロ ☐ 体温計

**停電への備え**

- ☐ 予備の電池
- ☐ 懐中電灯（大型／小型）

**情報**

- ☐ 携帯電話・充電器
- ☐ ポータブルラジオ
- ☐ モバイルバッテリー

**燃料の備え**

- ☐ 卓上カセットコンロ
- ☐ ボンベ
- ☐ 固形燃料

**衣類等・衛生用品**

- ☐ 衣類 ☐ タオル
- ☐ ティッシュ ☐ マスク
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 除菌シート
- ☐ 生理用品 ☐ 軍手
- ☐ 紙おむつ ☐ 簡易トイレ
- ☐ トイレ用ペーパー
- ☐ 歯磨き用品 ☐ ゴミ袋

**その他**

- ☐ ライター
- ☐ 寝袋 ☐ ロソク
- ☐ 筆記具・マーカーペン
- ☐ ガムテープ
- ☐ 新聞紙 ☐ ロープ ☐ 笛

**非常用持出品**

- ☐ 非常用持出袋
- ☐ 現金（小銭）
- ☐ ヘルメット ☐ レインコート
- ☐ 健康保険証 ☐ 通帳 ☐ カード ☐ 印鑑
- ☐ 非常食 ☐ 飲料水
- ☐ 備蓄品のうち必要なもの

避難所へ避難する時は、安全を優先しながら可能な範囲で食料や毛布等を持参してください。市でも備蓄  
していますが、避難生活が長期化すると不足する可能性があります。非常用持出袋に家族分の保存食や水を入  
れ、いざという時すぐに持ち出せるようにしておくことで安心です。

⑤ 防災情報を入手しましょう

防災情報を入手することは、避難の判断をするうえで、とても大切です。  
防災情報は次の伝達経路で皆さんに伝達されます。また、複数の情報入手手段を  
確保しておく、情報の入手漏れを防ぐことができます。

災害時の情報収集について →

東広島市からの情報

FM 東広島 （緊急告知ラジオ）	FM 東広島（89.7MHz）で避難情報などをお知らせします。 また、災害時に緊急情報が入ると、自動的に起動するいざという時に役立つ緊急告知 ラジオもあり、避難行動要支援者がおられる世帯で希望される場合は無償で配布しま す。
市民ポータルサイト	災害情報や避難情報などをメールでお知らせします。登録は下のアドレス に空メールを送信して手続きをしてください。 右のQRコードから行うこともできます。
東広島市防災メール	災害情報や避難情報などをメールでお知らせします。登録は下のアドレスに空メール を送信してするか、右上の2次元コードからホームページを開いて手続きに進んでく ださい。 <b>bousai.higashihiroshima-city@raiden2.ktaiwork.jp</b>

このほか、テレビのデータ放送や、Yahoo や NHK 等が提供する防災アプリなど、多様な情報入手手段が  
あります。