

防災における自治会の役割

避難計画をつくろう！



令和 3 年 1 2 月発行

大和郡山市

地域みんなで避難計画を考えよう

大和郡山市では、平成29年に『全市避難訓練』を開催して市民のみなさんに市の指定避難所まで逃げることに特化した訓練を体験していただきましたが、個々の避難や防災についての知識、地域における避難体制づくり、私共市防災部局の認識が伴わず、参加されたみなさまには、もの足らなさが残る訓練となってしまいました。

そこで翌年から1つの自治連合会地域、小学校区毎に地域住民の皆様に避難から避難所運営までを共に考え、つくり上げていく訓練を実施しています。平成30年は筒井地区、令和元年は治道地区で訓練を行い、それぞれの地区の防災意識は徐々に高まってきたように感じます。

しかし、毎年小学校区毎の訓練を続けても、市内全域に行き渡るのに10年以上かかります。このため、4～5年に1度は『全市避難訓練』を実施し、市内全体の防災意識の維持・向上も図っていきたいと考えています。

この冊子は、1つでも多くの自治会(自主防災組織)に避難計画をつくっていただき、次回開催する『全市避難訓練』をそれぞれの地域にとって有意義なものとし、いざ災害時に少しでも安全安心な避難の体制をつくっていただきたいという願いを込めて作成いたしました。

内容は、以前に発行いたしました『自主防災組織運営の手引』と『災害時避難行動要支援者名簿活用の手引』をベースに自治会が避難計画づくりに取っ付きやすいようにさせていただいたつもりです。

自治会のみなさまには、地域の避難計画づくりにお役立ていただきますようによろしく願いいたします。

※自治会でつくる避難計画の例を
10～14ページに記載しています。
先にご覧いただくと計画の
イメージが理解しやすく
なります。



目 次

第 1 章	自治会(自主防災組織)の避難計画って どうやってつくるの？	---	P 3
	避難計画(例)	---	P 10
	避難地図(例)	---	P 12
	避難地図(高層住宅例)	---	P 13
	避難簿(例)	---	P 14
第 2 章	要支援者支援計画をつくろう！	---	P 15
第 3 章	大雨や台風で避難情報が出たときは？	---	P 18

第1章 自治会(自主防災組織)の避難計画って どうやってつくるの？

【避難計画をつくるときに心がけること】

避難計画は、近隣住民が災害時に
「お互いに安否確認をしながら」
「安全に避難する」

ための地域の「決めごと」づくりです。

このため、下記のことを心がけながら計画をつくりましょう！



(1) 避難計画は簡単でわかりやすいものに！

災害時の避難は、場合によっては人命に関わりますから、避難計画は地図などを用いて、できるだけ簡単でわかりやすいものにしてください。

(2) 計画づくりにはできるだけ多くの住民が参加を！

避難計画は、自治会長や役員さんだけでつくるものではありません。できるだけ多くの住民のみなさんの協力を得ながらつくりましょう。地域にお住まいの学生さんも頼もしい戦力です。また、地域を共に支え合う事業所の方にも参加してもらいましょう。

現地確認などでは、先入観の少ないこどもの目で避難経路を考えるのも一つの方法です。

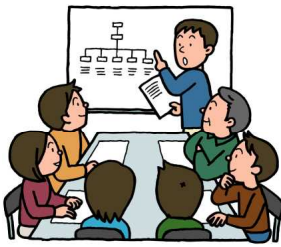
地域の多くの方に防災への参加感を持っていたきましょう

(※後述、(4)避難経路を考えましょう！を参照してください。)



(3) お互いの立場に立った計画づくりを！

避難計画は災害という地域の多くの方が困難な状況におかれた場合を想定してつくるものです。このような「きめごと」をつく



るときには、時に会員同士で立場の違いから意見が対立してしまうこともあります。リーダーを中心にお互いの考え方を認め合いながら、接点を探り合って良い計画をつくっていただくと共に、計画づくり自体が地域づくりに役立つようお願いいたします。

【避難計画をつくる際の基本的な事項】

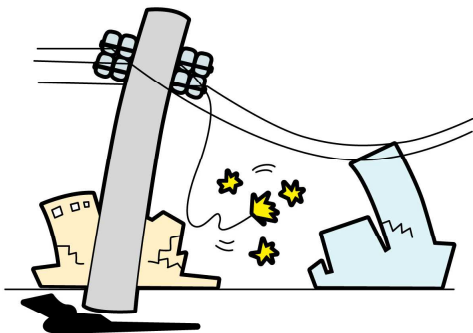
災害時はみんなで一緒に逃げる「集団的避難」が基本！

なぜ、集団的避難なの？

① 要支援者・高齢者等も共に避難できる！

ご近所さんで集まって点呼など安否確認してから避難すれば逃げ遅れを防げます。

個別に思い思いに避難すると避難困難な方ばかり取り残されます。近隣同士の集団行動で要支援者にも目配りしましょう！



② 避難時の危険の軽減できる！

地震などの災害発生時
屋外には危険がいっぱい！

- 路上に倒壊建物
- ブロック塀や建物部材落下
- 切断した電線の垂れ下がり
- 地割れ、崖崩れ

このような状況で、単独や子供連れなどで避難を行うとあわてて、危険を見落として、思わぬ事故が発生しかねません。近隣住民が集団で落ちていて危険を察知しながら避難して、リスクを軽減しましょう！

③ 避難所での行動も共にできる安心感！

避難所での受付や落ち着き場所が自治会単位になることにより安心感が生まれ、避難所の効率的運営にもつながります！



※集団的避難は、震災や水害発生直後の避難方法です。

台風など気象情報で災害が想定される場合の事前避難については別途計画を検討します。（第3章参照）

【「避難計画」はどんなことを決めるの？】

まず、基本的な避難の流れを決めていく。

(1) 班毎に一次避難場所を決めて安否確認体制をつくる！

○一次避難場所とは？

⇒ 近隣の公園・空き地など、近隣住民が班単位（10～20軒）で最初に集まる場所

※民有地の場合は事前に所有者の了解を得てください。



○一次避難場所で行うこと！

⇒ 逃げ遅れている人がいないかどうか安否確認を行う。

避難所へ避難する住民と、在宅避難などを選択する住民を分類する

※特に高齢者や障がい者などの要支援者については、日頃から誰が助けに行くのかという計画を立てていただくことが、災害時の救命率を高めます。

(後述「要支援者支援計画をつくろう！」参照)



※一次避難場所では班長や防災委員により、できるだけ安否確認を行って、逃げ遅れている人がいないか、確認してください。

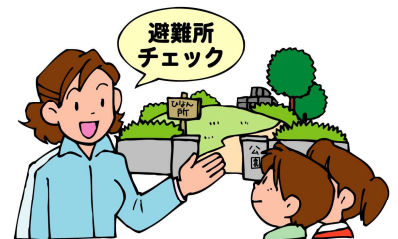
※更なる災害が迫ってきて、時間的余裕がない場合は、誘導の支援者を配置して、高齢者や要支援者から先に、二次避難場所以降に逃げてもらいましょう。

※災害の時、自らの命を救うのは、「自助」6割「共助」3割「公助」1割といわれます。このうち「共助」は地域の努力によって、伸びしろが大きい「助け」です。皆さんで力を合わせて、災害に強いまちをつくりましょう。

(2) 段階的な避難場所を決めましょう！

班毎に一次避難場所では安否が確認できた後に自治会全体が合流する場所(二次避難場所)を決めましょう。

※二次避難場所の例



地域の集会所、公民館、ミニ体育館など

- * 耐震性がある建物(昭和 5 7 年以後に建築確認している建物)をお願いします。なお、ミニ体育館など公共施設は、昭和 5 6 年以前の建築であっても震度 5 強まで耐久性(旧耐震基準)がある場合があります。
- * 二次避難場所の適当な場所がない場合は、市指定避難所を自治会全体の集合場所とします。
- * 地元の福祉施設や企業と連携して、その建物を二次避難場所としている自治会もあります。

○二次避難場所で行うこと

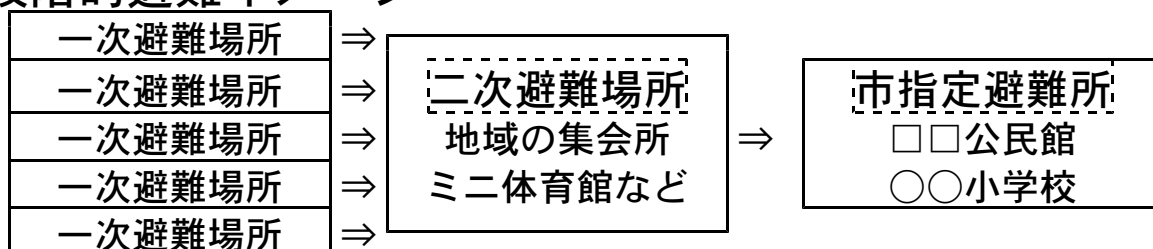
⇒ * 班毎に安否確認の結果を自治会
(自主防災組織)へ報告

(例)避難所への避難予定住民 ○○名
在宅避難住民 ○○名
不明(留守返答無等) ○○名



- * 二次避難場所に避難所(宿泊等)機能がある場合は、高齢者や障がい者など要支援者の最終避難場所とすることができます。その場合、避難所管理責任者を決めましょう。
- * 市指定避難所以外で避難されている住民も食事などの支援を受けることができます。在宅避難住民や二次避難場所の避難住民で生活物資が不足する場合は、自治会でまとめて、市指定避難所で避難所外避難者登録を行うと配給がスムーズになります。この場合、避難所運営委員会において、状況報告を行ってください。

段階的避難イメージ



(3) どの市指定避難所に避難するかを決めましょう!

- 市指定避難所は防災マップに記載した小中学校・公民館など市内 4 0 箇所の避難所です。
- 国立県立の学校も大災害で開設します。



○市では、どこの自治会がどの市指定避難所を使わねばならないということは決めていません。また、水害・土砂災害・地震など災害の種類でも変えねばならない場合もあります。



※市指定避難所のうち、社会福祉会館、老人福祉センター（ゆたんぽ）、県立盲ろう学校は福祉避難所です。

一般の避難者は受け入れません。

※小学校と隣接した幼稚園、認定こども園は、小学校の避難所と一体運営とし、まず優先的に小学校の避難所を開設します。

※水害想定による事前避難所や被災地が局所的な場合は、一部の市指定避難所のみ開設します。

※大災害時、住民の避難場所が市指定避難所の内外を問わず、食料や生活必需品が必要な方には配給は平等に行われます。在宅や自治会内の二次避難場所避難者についても、自治会で名簿を作成して当該避難所の避難所運営委員会に一括で届けると配給がスムーズになります。

※大きな自治会などでは、ブロック毎に逃げやすい避難所を複数選択した方が良いでしょう。

※市指定避難所の開設運営は、個々の自治会、自主防災組織だけではできません。校区内などの自主防災組織で事前に運営について協議しておくことが必要です。市ホームページに公開された「避難所運営マニュアル」を参考にしてください。

（４）避難経路を考えましょう！

○避難経路は様々な想定をしながら、２～３コースを考えておきましょう。その際に避けるべきポイントはこのような点です。
実際にみんなで歩いてみて確認しておきましょう。



【避難経路で避けるべきポイント】

（水害・土砂災害）

崖や土砂が崩れそうな所、落石の恐れがあるところ
普段の雨の時から水の通り道になっているところ

（地震）

道幅の狭い道、ガラス張りの建物や大きな看板
古い建物ブロック塀の横、変電トランスのある所
がけ・落石のおそれがあるところ

※通学路は比較的危険の少ない道路といえます。

※避難経路の検討は、防災の中でもいろんな方の意見が

聞ける場になり得ます。

～例えば～

＊現地確認などでは、先入観の少ない「こどもさん」の目で避難経路を考えるのも一つの方法です

＊地域にお住まいの学生さんも頼もしい戦力です。

＊できれば、地域を共に支え合う事業所の方にも参加してもらいましょう。

(5) 安全な避難を助けるグッズを 購入しましょう！

地域の防災の役員さんが、

○蛍光色などで目立つユニホームを着用

○自治会名を入れた旗やプラカードで誘導

(購入には、自主防災組織活動支援事業補助金が使えます。

詳しくは市民安全課へ。)

⇒ 集団避難の途中で高齢者や子供などの災害弱者が
はぐれてしまわないように
役員さんが目印になってあげましょう！



避難計画(例)

避難計画(文書編・例)

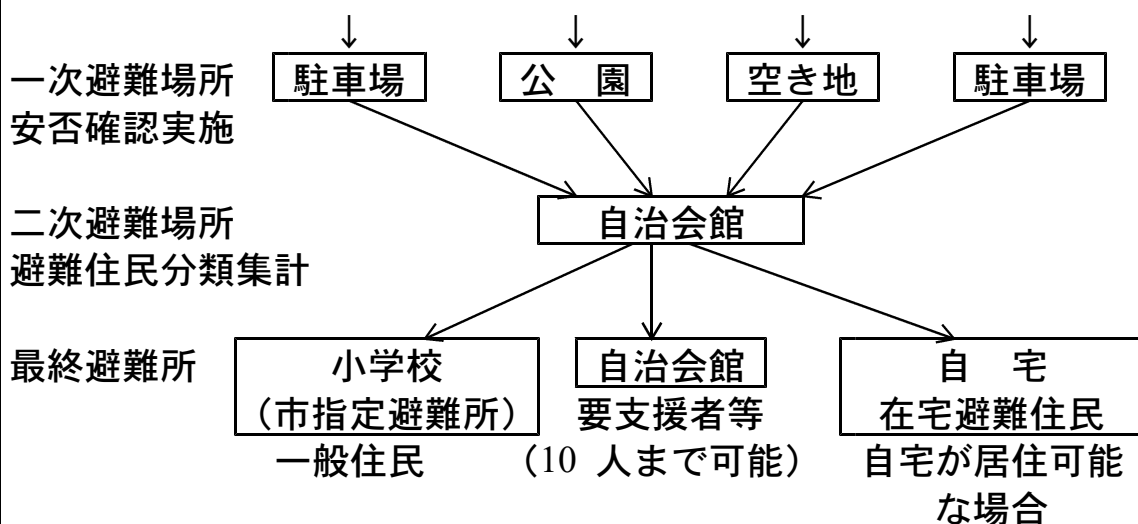
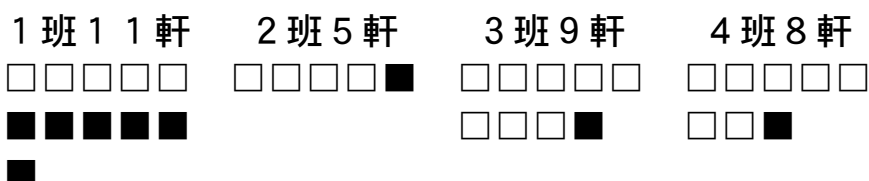
下記は自治会における避難計画の一例です。地域事情によって、計画は変わってきますが、参考にご活用ください。

若葉自治会避難計画

本自治会では、地震や大水害後などの大規模災害時には、集団で段階的に行うこととします。

【避難体制】

□一般世帯 ■要支援者のいる世帯



《3つの避難の流れ》

【基本的な避難の流れ】

自宅 ⇒ 一次避難場所 ⇒ 自治会館 ⇒ 小学校
(安否確認) (最終避難場所)

【要支援者で小学校までの移動が困難な方】

自宅 ⇒ 一次避難場所 ⇒ 自治会館
(安否確認) (最終避難場所)

【自宅が居住可能な方】

自宅 ⇒ 一次避難場所 ⇒ 自治会館 ⇒ 自宅
(安否確認) (最終避難場所)

《一次避難場所での手順》

- 1、班長(不在の場合、前年の班長)が点呼を行い、避難簿を作成します。

避難簿の記載事項

- 避難者名
 - 希望避難先(市指定避難所、自治会館、自宅)
 - 食糧等の配給希望の有無
 - その他不足物資
- 2、安否確認ができない方がいる場合、当該住民の自宅呼鈴を鳴らすなど可能な確認を行います。(班長以外の方でお願いします。)
 - 3、集団で自治会館へ移動します。(自宅避難の方もお願いします。)

《自治会館での手順》

- 1、班長は、避難簿を自治会に提出します。
- 2、全班が揃ったら、自治会館避難希望者を集計し、受入者を決定します。(定員を超えたときは持病や体力等で入居判断します。)
- 3、自治会・防災役員は、ユニホーム(ジャケット)着用のこと
- 4、自治会長は、市指定避難所への希望者をまとめて出発(避難簿持参で市指定避難所で受付し、自治会館へ戻す。)
- 5、副会長及び自宅避難者は、自治会館横にテントを設置して、本部を設営してください。(ライト、発電機あり)
- 6、自宅避難者は、本部待機者を交代で2名残して、帰宅してください。
- 7、本部待機者は避難簿を管理し、住民の要望・申出を記録し、自治会長に伝達します。

《小学校での手順》

市発行避難所運営マニュアルに従います。

《その他》

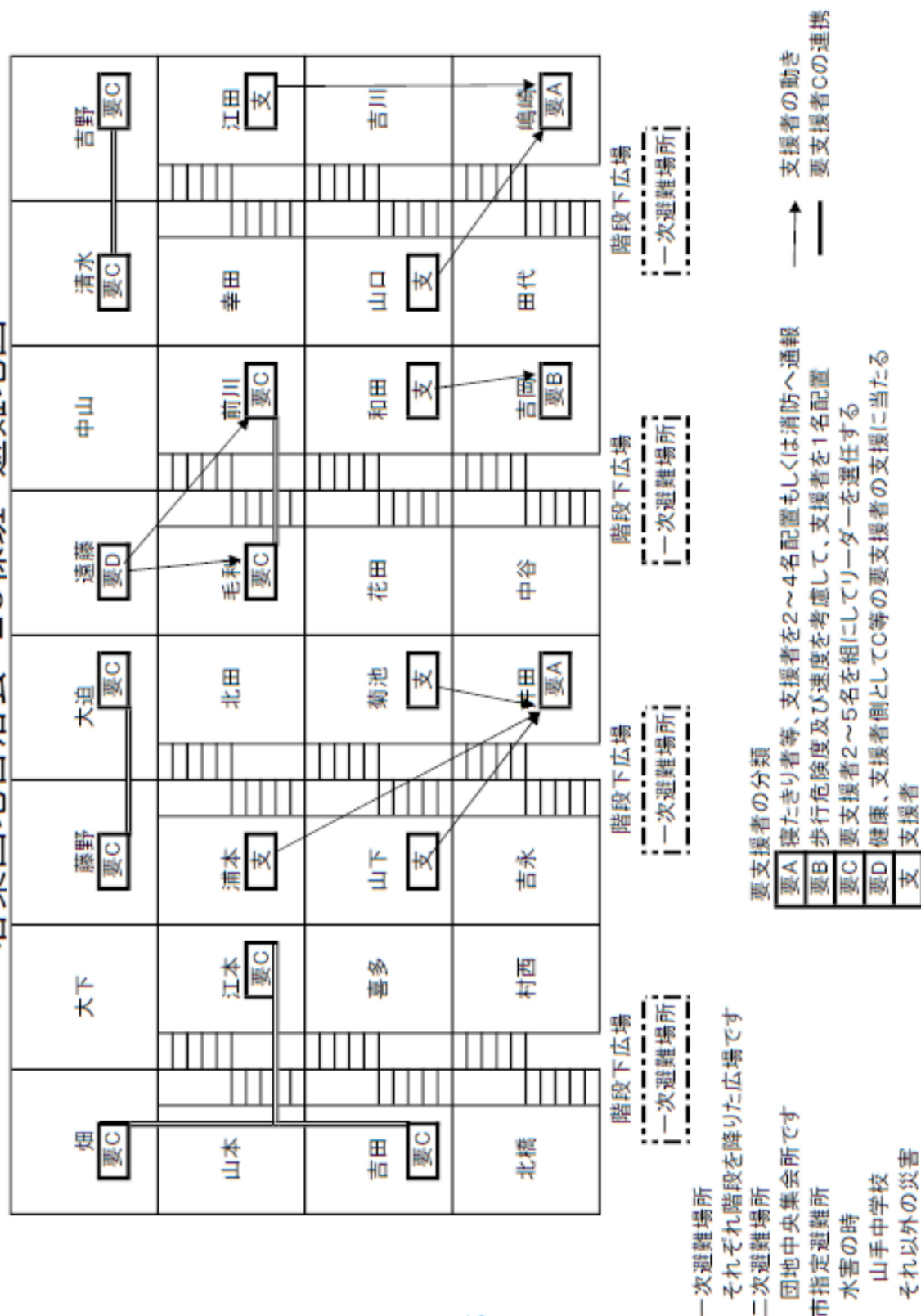
- 1、避難地図に従ってください。
- 2、状況により、自治会館で炊き出しを行います。自宅避難以外の方で、お米・味噌・塩など持ち出せる食糧(調理が必要でないものを除く)があれば、自治会館に供出していただきますようご協力をお願いします。(自宅避難の方も余裕があればよろしくお願いします。)
- 3、地域や市指定避難所を離れて、親戚宅など他所へ移動する場合は必ず自治会にお声がけください。
- 4、発災翌日から空き巣等治安の悪化の可能性があります。町内見回り等にご協力ください。

若葉自治会避難計画図

- 凡例
- 要支援者 A
 - 要支援者 B
 - 要支援者 C
 - 要支援者の動き
 - 要支援者 C の連携



若葉団地自治会 20棟班 避難地図



若葉自治会 1 班 避難簿（例）

世帯名	区分	人数 うち子ども()	安否	希望避難場所	食糧等の 配給希望	備 考
山 田	C	1	○	学校・ 会館 ・自宅	有 ・無	長距離歩けない
長 野	C	1	○	学校・ 会館 ・自宅	有 ・無	薬心配(高血圧)
山 口		2	○	学校・会館・ 自宅	有・ 無	米野菜提供できます
大 下		2	○	学校・会館・ 自宅	有・ 無	食糧しばらく大丈夫
浦		4(2)	○	学校 ・会館・自宅	有 ・無	
山 下	C	1	○	学校 ・会館・自宅	有 ・無	
北	C	2	○	学校 ・会館・自宅	有 ・無	
吉 永	C	2	○	学校 ・会館・自宅	有 ・無	空いてるなら会館に泊まりたい
田 所	C	1	○	学校・ 会館 ・自宅	有 ・無	
藤野(一)	支	3	○	学校 ・会館・自宅	有 ・無	2班藤野吉男の介護のため、1人
				学校・会館・自宅	有・無	だけ会館泊まり希望します。
				学校・会館・自宅	有・無	
				学校・会館・自宅	有・無	
				学校・会館・自宅	有・無	

区分 A・B = 要支援者（支援者と避難）

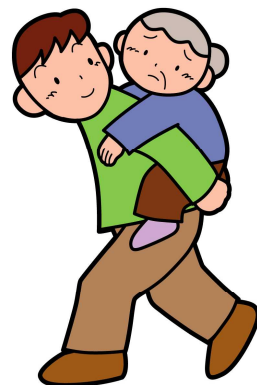
区分 C = 要支援者（要支援者同士で避難）

区分 支 = 支援者

第2章 要支援者支援計画をつくろう！

【避難計画をつくっていて気づくこと】

避難所、安否確認、避難経路と計画をつくっていく中で、多くのみなさんが気づかれることがあると思います。健康な方でもストレスの大きい災害時、高齢者や障がい者の方の避難については、様々な困難が伴います。



「あのおばあちゃん、いざという時
どうやって逃げるんだろ？」

「いつも挨拶してくれるあのおじいちゃん、
放っておけないなあ---

この章では、避難計画の次の課題として、要支援者の避難について、地域みんなで考えてみましょう。

(1) 要支援者って、どんな人？

～地域の要支援者を把握しましょう！



本市における避難行動要支援者の基準は以下の通りです。

- ① 70歳以上の高齢者のみの世帯
- ② 要介護度3以上の方
- ③ 身体障害者手帳1級、2級をお持ちの方
- ④ 知的障がい者(療養手帳A)の方
- ⑤ その他災害時に自力で避難することが困難で支援を必要とされる方

※自分自身で避難することができない。もしくは避難に時間がかかるため、地域での支援や早めの避難判断が必要になります。

(2) 災害時避難行動要支援者名簿を 作成しています

○本市では、要支援者の情報をまとめた

「災害時避難行動要支援者名簿」(約15000名)を作成しています。この名簿は、民生委員、警察署、





消防署、消防団、社会福祉協議会、市と協定を結んだ自主防災組織（自治会）といった支援者に、災害などのいざという時に配布し活用するという仕組みです。

- 災害時避難行動要支援者名簿のうち、事前に本人同意をいただいた要支援者（約4000名）の情報に限り、平常時から支援者に名簿を提供して、災害時の支援にご活用いただきます。

（３）要支援者名簿はどのように活用するの？

①要支援者を知ることから始めましょう！

- ・要支援者名簿には要支援者ご本人から提供された情報が掲載されていますが、その内容は必要最低限の情報（氏名や住所、連絡先）しか書かれていないことが大半です。
- ・名簿の中の情報だけでなく、実際に要支援者の方と話して、どのような支援を求めているか知ることによって災害時により効果的な支援を行うことができます。

②支援計画をつくりましょう！

- ・聞き取りが終わったら、要支援者毎の支援計画を作成しましょう。一口に要支援者といっても、その実態は様々です。身体が不自由な要支援者の方には避難時の介助をする、一人での生活が不安という方には日頃からのお声がけをして一緒に避難をする、といったように一人一人の実情に合った支援が必要になります。



※①②の支援計画づくりには、時間や手間がかかります。地域で準備が整わない場合でも、各班長に「誰が要支援者名簿登載者か」をお伝えして災害時に安否確認連絡だけでも行いましょう。

③支援の輪に加わりましょう！



- ・現在、地域活動や防災活動を積極的に行っている方も、いつかは要支援者として支援を受ける側になっていきます。
要支援者の方がどのような点で困っているのかを聞き、自分ならどうして欲しいか考えて、今後の計画を立てていきましょう。

- ・ 要支援者の方も、「名簿に載っているから安心！」というわけではありません。災害支援も近所付き合いから！です。普段から近所の方などとお話し合いをしていただき、自分がどのような支援を求めているか、またどのような行動が出来るかしっかり伝えるようにしましょう。

※詳しくは、市発行『災害時避難行動要支援者名簿活用の手引』をご覧ください。『災害時避難行動要支援者名簿活用の手引』は、市民安全課の窓口で配布しています。また、市ホームページでもご覧になれます。



第3章 大雨や台風で避難情報が 出たときは？

【住居が、どのくらいの浸水予想なのか？
『総合防災マップ』で調べておきましょう！】

梅雨の時期の豪雨や台風などで、河川が増水し、洪水や浸水が発生する恐れがあるときは、市から緊急速報メール（エリアメール）などで、以下のような避難情報を発信します。

【避難する必要のある人】

「大和郡山市総合防災マップ」P 15～34の
洪水ハザードマップで確認してください



■ 浸水想定区域にお住まいの方

○黄色で塗られた地域(最大浸水深度～50cm)

⇒ 垂直避難してください

(※但し、平屋にお住まいの方は
早めに市指定避難所へ)

○橙色で塗られた地域(最大浸水深度 50cm～3m)

⇒ 垂直避難してください

(※但し、平屋にお住まいの方
河川近隣の方は早めに
市指定避難所へ)



○赤色で塗られた地域(最大浸水深度 3m ～ 5m)

○紫色で塗られた地域(最大浸水深度 5m ～10m)

⇒ 早めに市指定避難所へ



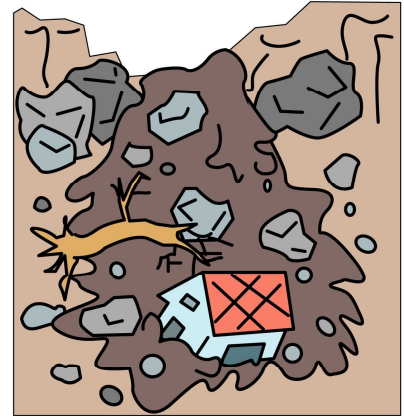
■土砂災害警戒区域にお住まいの方

○おうど色で塗られた地域

⇒ 垂直避難してください
(※但し、平屋にお住まいの方は早めに市指定避難所へ)

○茶色で塗られた地域(特別区域)

⇒ 早めに市指定避難所へ



【避難情報の種類】

○高齢者等避難（警戒レベル3）

高齢者等、避難に時間を要する人は避難を始めましょう、という合図です。また、一般の住民においても避難の準備を行ってください。



○避難指示（警戒レベル4）

危険な場所から全員避難しましょう。移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

※予備的避難（自主避難）

- ・ 垂直避難ができない場合で、日中、路面が見えないような道路冠水になる前であれば、予備的避難は可能です。

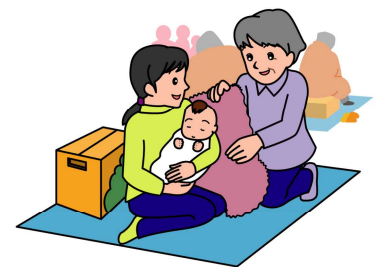
～避難場所～

市内各公民館をご利用ください

(年末年始、祝日、午後5時15分以降については市ホームページもしくは市民安全課にお問い合わせの上、開館状況をご確認ください。)

【避難上の注意】

- ・ 市指定避難所へ避難する時は、できるだけ、自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まって、集団で避難してください。
- ・ 避難行動要支援者の方で地元で支援者が決められている場合は連絡を取ってから避難してください。



※『災害時の避難行動マニュアル』も参考にしてください。

避難計画をつくろう！

令和３年１２月発行

大和郡山市総務部市民安全課