

個別避難計画作成の手引き

災害対策基本法の改正により、個別避難計画を作成することが、区市町村の努力義務となりました。この法改正を踏まえ、調布市は令和7年3月に「調布市避難行動要支援者避難支援プラン」を改定し、個別避難計画の作成を推進しています。

1 個別避難計画とは？

災害時に、一人で避難することが難しく、支援が必要な高齢者や障害者等（「避難行動要支援者」といいます。）について、災害に備えて「どこへ」「誰と」「どのように」避難するかを、あらかじめ決めておく計画のことです。

2 何を記入するの？

対象となる方(あなた)の氏名や住所のほか、心身の状況、緊急時の連絡先、避難場所、避難経路、避難を支援する方やその連絡先などを記入します。

【個別避難計画のイメージ】

[illegible]

1 ページ目

[illegible]

2ページ目

[illegible]

3ページ目

[illegible]

4 ページ目

3 個別避難計画作成の対象者について

調布市避難行動要支援名簿に登載されている方が、個別避難計画の作成対象者であり、本人同意のうえで個別避難計画を作成します。

高齡者

- ① 75歳以上の一人暮らし又は75歳以上のみの世帯の者
- ② 介護認定区分が要介護1又は2で独居又は同居家族が75歳以上の者
- ③ 介護認定区分が要介護3～5の者

障害者

- ① 身体障害者手帳１～３級の交付を受けている者、視覚障害４級～６級の身体障害者手帳の交付を受けている者、聴覚障害４級～６級の身体障害者手帳の交付を受けている者
- ② 愛の手帳の交付を受けている者
- ③ 精神障害者保健福祉手帳１～２級の交付を受けている者

その他支援を
必要とする者

自ら支援を希望する者等、名簿への掲載を求める者の中で、市長が必要と認める者

4 個別避難計画作成の手続(支援者への情報提供の流れ)

市は、共助の取組を推進するため、災害対策基本法に基づき、災害への備えとして、個人情報の提供に関する同意を得たうえで、あなたの情報を平時から支援者に対して提供します。

個別避難計画の作成の流れは以下のとおりです。

個別避難計画の作成(同意確認欄に署名)

※ 下記①②のいずれにも必ず同意いただく必要があります。

【同意事項】

- ① 個別避難計画の作成・提供に関すること
- ② 避難行動要支援者名簿の提供に関すること

同意

① 個別避難計画の作成・提供に関することについての同意

個別避難計画の情報を、避難を支援する人に提供します。

【提供先】

本人, 計画に記載された避難支援等実施者(同居・別居の親族, 近隣住民, 福祉専門職など), 避難支援等関係者(下記②の名簿提供団体)の一部

② 避難行動要支援者名簿の提供に関することについての同意

あなたの避難行動要支援者名簿の情報について、災害時に避難をするうえで関係がある下記の団体に提供します。

【避難行動要支援者名簿とは？】

災害時に、地域において避難情報の伝達や安否確認などに活用することを目的として、避難行動要支援者の情報(氏名、住所、電話番号等)を記載した名簿です。

【提供団体一覧】

- ・ 調布警察署
- ・ 調布消防署
- ・ 調布市社会福祉協議会
- ・ 民生委員・児童委員
- ・ 調布市消防団
- ・ 調布市内の防災市民組織
- ・ 協定締結した市内の自治会、マンション管理組合 など

【重要】災害支援について

支援者は本人又はその家族等の生命、身体の安全を確保したうえで、可能な範囲で支援を行います。災害時における支援行動において、法的な責任や義務を負うものではなく、また、情報提供に同意したとしても、災害時の避難行動の支援を保証するものではありません。

同意

個別避難計画作成の流れ

1 個別避難計画の作成フロー

個別避難計画作成の基本的な流れは次のとおりです。

① 個別避難計画の様式を入手し、個別避難計画の作成を進める

個別避難計画の様式を市ホームページ等から入手し、次のページの「個別避難計画の書き方」を参考に、本人や家族中心に作成します。

② 作成した個別避難計画を市に提出

③ 市の確認後、市から個別避難計画の副本を本人と支援者に送付

④ 個々の関係者が個別避難計画を適切に管理・更新しながら、災害時に備えるとともに、個別避難計画を活用した取組を推進

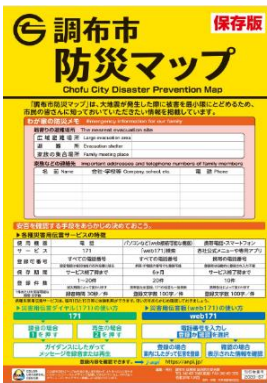
2 個別避難計画の作成に必要な情報の収集

個別避難計画を作成するに当たり、対象者に応じて参考になる資料を収集します。

※最終ページに下記情報のQRコードを添付していますので、参考にしてください。

計画作成に必要なもの、役立つもの

- ◎調布市防災マップ、洪水ハザードマップ
- ◎要支援者の情報がわかるもの
(ケアプラン、サービス等利用計画、お薬手帳 等)
- 避難を支援する関係者の情報
(電話番号、メールアドレス 等)
- その他、要支援者本人が防災に備えて用意しているもの
(マイタイムライン、防災アプリ、地域の緊急連絡網 等)



3 個別避難計画の提出

個別避難計画の作成が完了したら、市役所(福祉総務課)に提出します。提出後、内容を確認し、修正事項等があれば適宜連絡をします。

① 個別避難計画の提出

個別避難計画の作成が完了したら、市に提出します。その際に、添付書類がありましたら一緒に提出をします。

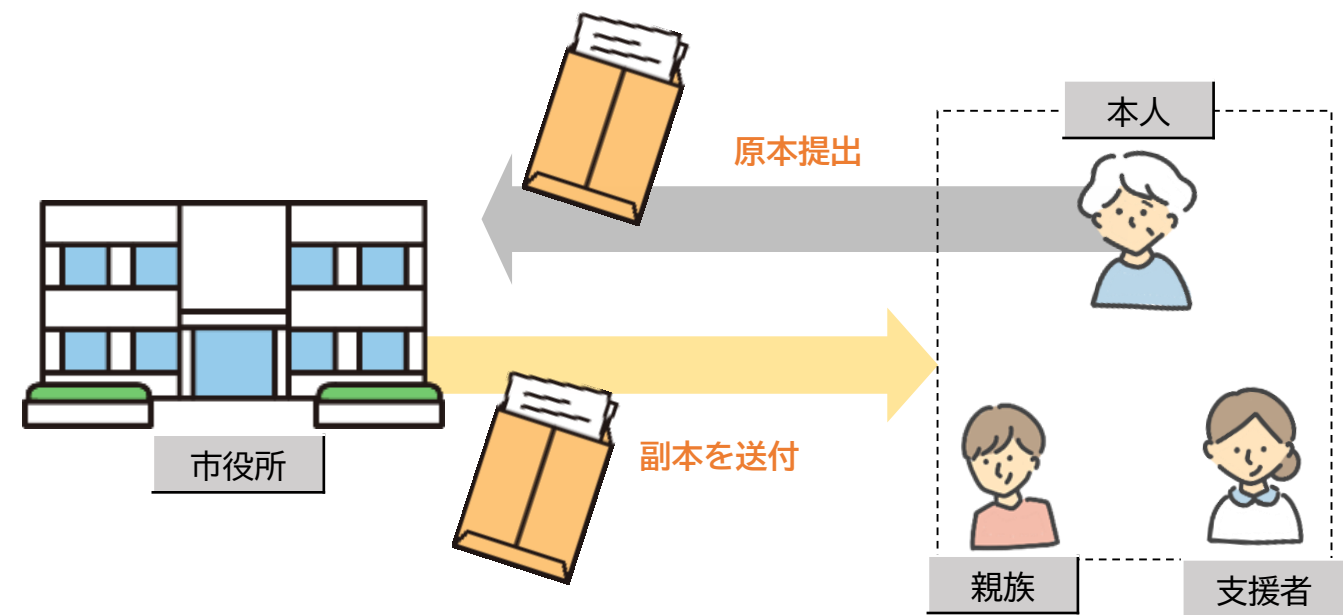
② 提出された計画の確認(市)

市は、提出された個別避難計画を確認し、修正が必要な場合等は計画を返送します。その場合は、内容をご確認のうえ、修正いただき、市に再度ご提出ください。

4 個別避難計画の提供

市は、個別避難計画(原本)の作成完了後、本人、支援者の方々に個別避難計画(副本)を送付します。

副本を受け取った本人、支援者は、個別避難計画の情報を基に、災害に備えます。



個別避難計画の書き方

1 ページ目 同意確認・署名欄

① 同意・確認事項

個別避難計画を作成するに当たって、確認しておくべき重要な事項です。
あなたの個人情報について、誰に、どのような時に提供されるのかを確認のうえ、同意いただくようお願いします。
※ 個人情報の提供先については、1 ページ「4 個別避難計画作成の手続（支援者への情報提供の流れ）」を参照ください。
また、同意確認には下記のチェックシートを活用ください。

同意確認チェックシート

説明事項	説明	
個別避難計画について	「個別避難計画」は、洪水（大雨）や大地震などの災害が発生したときに、御自身または御家族等が避難するため、避難を支援してくれる方や避難場所、避難経路、避難時に配慮が必要なことなど、避難支援に必要な情報を記載するものです。	☐
同意について	「個別避難計画」は、御自身の同意をいただき、避難を支援する関係者と相談しながら一緒に作成します。	☐
個人情報の提供について	作成した「個別避難計画」は、市に提出し、避難を支援する関係者に対して共有します。避難を支援する関係者の氏名、住所等の情報が提供されることについて、必ず避難を支援する関係者、御家族等からの同意を得たうえで記載してください。	☐
支援者の安全確保等について	災害時は、避難を支援する関係者やその家族の安全確保が優先されるため、支援が必ず受けられることを保証するものではありません。万が一、計画通りに避難支援ができなくても、避難を支援する関係者が責任や義務を負うものではないことをあらかじめ御了承ください。	☐

② 署名欄

上記の同意・確認事項を確認のうえ、個別避難計画の作成及び記載された情報の提供に同意いただける場合に、ご署名ください。
ご自身で記入することが難しい場合は、代筆が可能ですので、代筆した方の氏名等もご記入ください。
記入日は、この同意欄に署名した日をご記入ください。次のページにある「計画作成日」と同じでなくても構いません。

調布市

記入例(イメージ)

個別避難計画

【同意・確認事項】

- この計画は、原則として避難行動要支援者本人やその家族等が中心となって、本人の意向を踏まえながら、避難支援を行う関係者と一緒に作成するものです。
- 避難支援等実施者などの避難を支援する関係者の氏名、住所等の情報の記載に当たっては、これらの情報が関係者間で共有されることについて、必ず関係者からの同意を得たうえで記載してください。
- 個別避難計画情報の提供を受けた支援者等は、災害対策基本法に基づき守秘義務が課されます。情報漏えいの防止及び秘密保持について徹底してください。また、個別避難計画については、本人、支援者等の責任において、適切に管理・保管をしてください。
- 災害対策基本法第49条の15の規定に基づき、この個別避難計画の情報は、災害に備え、平時から計画作成や避難支援を行う関係者と共有します。また、災害が発生し、又は発生するおそれがある場合で、避難行動要支援者の生命・身体を災害から保護するために特に必要がある場合は、避難支援等の実施に必要な限度で、避難支援を行う関係者、消防、警察、自衛隊等の救出救助機関、避難所運営を行う市職員その他の者に対し、この個別避難計画の情報を共有します。
- 災害対策基本法第49条の11の規定に基づき、市は、避難支援等の実施に必要な限度で、避難支援等関係者（調布警察署・調布消防署・民生委員・市と協定締結をした自治会等）に、平時から市が保有する避難行動要支援者名簿の情報（氏名・住所・生年月日・性別・世帯主名・支援を必要とする事由等）を提供します。
- この計画は、災害時に避難行動の支援が必ずなされることを保証するものではなく、また、避難支援を行う関係者は、法的な責任や義務を負うものではありません。

上記の内容を確認及び理解のうえ、以下の2点について同意します。

- ・ 個別避難計画を作成（更新）すること。
- ・ 個別避難計画及び避難行動要支援者名簿の情報を提供すること。

記入日	令和8	年	4	月	1	日
本人署名 (代理署名)	調布 太郎					
【代理署名者】						
氏名【	調布 一郎】					
本人との関係【	子		連絡先【	042-XXX-XXXX】		

個別避難計画の書き方

2 ページ目 基本事項

1-① 本人の情報

避難行動要支援者本人の情報です。支援者が確認した際に、どのような状況なのかを把握できるよう、必要な項目を埋めてください。

1-② 緊急時の連絡先

本人と連絡が取れない場合等に、支援者が連絡をする相手です。
緊急時においても連絡が取れる連絡先を、必ず1つ以上記入してください。

※注意事項※

個別避難計画に記載する連絡先は、緊急時においても常に連絡が取れるもの（携帯電話やメールアドレス等）を記入してください。
また、作成した個別避難計画は、市から支援者に提供されます。
緊急時の連絡先情報が、市や避難支援等実施者等の間で共有されることについて、同意を得て記入していることを必ず確認したうえで、記入してください。

1-③ 医療情報等

支援者に対して避難時や避難中に配慮すべき事項を伝えるため、現在治療している病気や疾患、アレルギー等を記載します。
使用薬等については、お薬手帳のコピーなど、服薬状況がわかるものを添付しておきます。

1-④ 避難時の留意事項等

災害時において災害情報の取得は重要です。避難行動要支援者にとっては、本人の特性や状況に応じて得られる情報が異なるため、本人がどのような特性で、どのような情報伝達が効果的かなど、なるべく詳しく記入をしてください。
書ききれない場合は別紙にて添付することも可能です。

※ **太枠** は必須記入項目です。その他は本人の状況に応じて記入してください。

計画作成日 令和8 年 4 月 1 日

1 基本事項

フリガナ	チョウ タロウ	年齢	XX 歳	生年月日	昭和 〇〇 年 X 月 X 日
氏名	調布 太郎	性別	男		
住所	調布市 〇〇町 〇-〇-〇				
心身の状況	☐ 身体障害者手帳() ☐ 愛の手帳() ☒ 介護認定 (要介護4) ☐ その他() ☐ 精神障害者保健福祉手帳()				
連絡先	☒ 電話 042-XXX-XXXX ☐ FAX ☐ メール	住居の種類	☒ 一戸建て⇒主に(2)階で生活 ☐ アパート・マンション ⇒()階建ての()階に居住		
世帯	☒ 一人暮らし ☐ 同居人がいる ☐ 同居人はいるが、日中は一人である				
緊急時の連絡先(家族等) ①	フリガナ チョウ イチロウ 氏名 調布 一郎 本人との関係 ☒ 子 ☐ 夫 ☐ 妻 ☐ 父 ☐ 母 ☐ その他() 住所 ☐ 同居 ※別居の場合のみ記入 ☒ 別居 ⇒ 東京都〇〇市〇〇町〇-〇-〇	連絡先	☒ 電話 090-XXXX-XXXX ☐ FAX ☒ メール XXXX@XX.XX.XX		
緊急時の連絡先(家族等) ②	フリガナ チョウ ハナコ 氏名 調布 花子 本人との関係 ☐ 子 ☐ 夫 ☐ 妻 ☐ 父 ☐ 母 ☒ その他(子の妻) 住所 ☐ 同居 ※別居の場合のみ記入 ☒ 別居 ⇒ 東京都〇〇市〇〇町〇-〇-〇	連絡先	☒ 電話 090-XXXX-XXXX ☐ FAX ☒ メール XXXX@XX.XX.XX		
担当のケアマネジャー・相談支援専門員・かかりつけ医療機関等があれば、記入をお願い致します					
担当のケアマネジャー・相談支援専門員等	事業所名 〇〇居宅介護支援事業所 フリガナ コクリョウ カズコ 担当者名 国領 一子 ☒ ケアマネジャー ☐ 相談支援専門員 ☐ その他()	連絡先	☒ 電話 042-XXX-XXXX ☒ FAX 042-XXX-XXXX ☒ メール XXXX@XX.XX.XX		
治療中の病気・原疾患	右片麻痺	食物アレルギー	☐ 無 ☒ 有(内容を下に記入してください) 鶏卵		
通学先・通所先・勤務先	(名称) (所在地) (電話番号)	かかりつけ医療機関	(名称) 〇〇病院 (所在地) 調布市〇〇町〇-〇-〇 (電話番号) 042-XXX-XXXX		
使用薬	☒ 有⇒ お薬手帳のコピーなど、服薬の状況がわかるものを別紙に添付してください ☐ 無	使ってはいけな薬			
避難時の留意事項	移動に関して ☐ 自力で移動可能 ☐ 家族で対応可能 ☒ 周囲の介助・手助けが必要 要する用具など ☒ 車椅子 ☐ 杖又は歩行器 ☐ 担架(ストレッチャー) ☒ 補聴器 ☐ 手を引いて移動 ☐ その他() 医療処置等 ☐ 吸引器利用(頻度:) ☐ 人工呼吸器利用(NPPV・TPPV)(頻度: 一日中・夜間のみ) ☐ 在宅酸素(頻度:) ☐ 透析(腹膜・血液) (その他留意すべき点がございましたらご記入ください。書ききれない場合、必要に応じて別紙を添付してください) 認知症の症状があるため、避難の判断が自身ではできない可能性がある				
情報伝達の留意事項	(筆談、認知症の有無など、コミュニケーション時の留意点がありましたらご記入ください) 耳が聞こえづらいため、声がけは正面から行う				

この計画と一緒に、お薬手帳やヘルプカードなど、必要な支援が分かるものを保管しておきましょう

個別避難計画の書き方

3 ページ目 地震の避難計画

2-① 地震の安否確認者

災害時において、本人に対して安否確認を行う人を記入する欄です。
また、団体名等を記入していただいても構いません。その場合は、連絡先となる代表者の電話番号等を記入してください。
例： ○○自治会 防災班

2-② 地震の安否確認方法

災害時において、本人に対して安否確認をする方法です。
災害時は、電話回線の混雑による影響も想定されますので、安否確認方法をいくつか想定しておきます。

2-③ 地震の避難先

地震が起きた時に避難をする場所について、優先順位をつけて記載しておきます。避難場所については、市の防災マップ等を参考に、避難しやすい場所を検討します。

※注意事項※

・避難場所は、市の指定避難場所のほか、安全な家族・知人宅などを記入することも可能です。本人の状況に合わせて、最善の避難先を検討ください。

2-④ 地震の避難支援等実施者

地震が起きた時に支援を実施する人を必ず1人以上記入してください。
支援は個人だけでなく、団体単位で実施することも可能です。
なお、避難支援等実施者の方への説明は本人や家族から行うこととし、必ず相手方の了承を得たうえで記入してください。

2-⑤ 避難時の移動方法等

地震が起きた際の移動手段や避難経路等を記載します。また、実際に本人や家族を中心に作成した避難経路図を添付することも効果的です。
本人の心身の状況や居住実態を踏まえて必要な支援内容を検討します。
例) ・独居で近所に親戚が住んでいない移動困難な方 → 一緒に避難所に行く
・独居だが、近所に親戚が住んでいる方 → 親戚に連絡を取り、迎えを頼む
・同居の家族がいる方 → 安否確認、避難の声かけをする

2 地震の避難計画

(1)地震の安否確認者

☒ 緊急連絡先①と同じ

☐ 緊急連絡先②と同じ

⇒安否確認者の情報は記入不要

フリガナ		連絡先	☐ 電話	☐ FAX	☐ メール
氏名			()		
本人との関係	☐ 同居していない家族・親族		☐ 地域の支援者		
	☐ 福祉・医療等の専門職 ()		☐ その他()		
住所					

※避難支援を行う関係者へ提供されるため、同意が得られた方のみ記載してください

(2)地震の安否確認方法

☒ 直接見に行く

☐ 災害用伝言ダイヤル

☐ 災害用伝言板

☒ その他 (SNSで安否を確認する)

(3)地震の避難先

	在宅避難※	避難所(福祉避難所含む)	その他(親戚宅等)
避難順位	2	1	3
避難先名称		〇〇小学校	子の家

※在宅避難する方は、お近くの避難所にて避難者としての登録をして、支援を受けてください。
※大地震が起きた際、自宅で安全に過ごせるかの判断(例)…以下に当てはまるほど過ごせる可能性が高い
・水や食糧などの備えが十分にある
・自宅が新しい耐震基準で建っている(昭和56年6月1日以降)、又は頑丈な造り(鉄筋住宅など)
・近隣に倒壊・火災などが起きやすい建物や崖がない

(4)地震の避難支援等実施者①

☐ 緊急連絡先①と同じ

☐ 緊急連絡先②と同じ

☐ 地震の安否確認者と同じ

⇒避難支援等実施者の情報は記入不要

フリガナ	シバ サトウ	連絡先	☒ 電話	☐ FAX	☐ メール
氏名	柴崎 太郎		(042-XXX-XXXX)		
本人との関係	☐ 同居していない家族・親族		☒ 地域の支援者		
	☐ 福祉・医療等の専門職 ()		☐ その他()		
住所	調布市〇〇町〇-〇-〇				

地震の避難支援等実施者②

☒ 緊急連絡先①と同じ

☐ 緊急連絡先②と同じ

☐ 地震の安否確認者と同じ

⇒避難支援等実施者の情報は記入不要

フリガナ		連絡先	☐ 電話	☐ FAX	☐ メール
氏名			()		
本人との関係	☐ 同居していない家族・親族		☐ 地域の支援者		
	☐ 福祉・医療等の専門職 ()		☐ その他()		
住所					

※ 避難支援を行う関係者へ提供されるため、同意が得られた方のみ記載してください

(5)地震の避難時の移動方法・留意点など

移動方法	☐ 徒歩	☒ その他 (車椅子で移動)
避難経路	避難所 (〇〇小学校) まで別添の地図に記載された経路に基づき移動する。 (移動経路を添付)	
地震避難での留意点	避難所までの最短経路に擁壁があるため、迂回して避難する。	

個別避難計画の書き方

4 ページ目 風水害の避難計画

3-① 風水害の避難先

風水害時は、事前に災害情報がある程度予測できるため、それを考慮して避難計画を作成します。

避難所の開設状況や、親族との関係性などを考慮し、安全に避難する方法を検討します。

※注意事項※

- 風水害時は、地震の時と異なり、気象状況を基に事前に避難をすることが重要です。避難情報における、警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されたら、高齢者や障害者等の避難行動要支援者は、速やかに避難を開始します。
- 避難場所は、市の指定避難場所のほか、安全な家族・知人宅などを記入することも可能です。本人の心身の状況に合わせて、最善の避難先を検討ください。

3-② 風水害の避難支援等実施者

風水害の警報が発令された時に支援を実施する人を、必ず1人以上記入してください。支援は個人だけでなく、団体単位でも実施することも可能です。

なお、避難支援等実施者の方への説明は本人や家族から行うこととし、必ず相手方の了承を得たうえで記入してください。

3-③ 風水害の移動方法等

風水害の警報が発令された時にどのように移動をするか、避難経路はどのように設けるかを記載します。浸水想定区域等を考慮した場所と、どのように避難をするかを考えておきます。

本人の心身の状況や居住実態を踏まえて必要な支援内容を検討します。

例) ・独居で近所に親戚が住んでいない移動困難な方 → 一緒に避難所に行く
・独居だが、近所に親戚が住んでいる方 → 親戚に連絡を取り、迎えを頼む
・同居の家族がいる方 → 安否確認、避難の声かけをする

3 風水害の避難計画

(1) 風水害の避難先

	在宅避難※	避難所(福祉避難所含む)	その他(親戚宅等)
避難順位	3	2	1
避難先名称		〇〇小学校	子の家

※在宅避難する方は、お近くの避難所にて避難者としての登録をして、支援を受けてください。

※大雨や台風が起きた際、自宅で安全に過ごせるかの判断(例)…以下に当てはまるほど過ごせる可能性が高い

- ・自宅がハザードマップ上で色が塗られていない。かつ周りより土壌が低くなく、周りに崖もない
- ・自宅がハザードマップ上で色が塗られているが、3階建て(以上)で、水や食糧などの備えが十分

(2) 風水害の避難支援等実施者①

- ☒ 緊急連絡先①と同じ
☐ 緊急連絡先②と同じ
☐ 地震の安否確認者と同じ
☐ 地震の避難支援等実施者①と同じ
- ⇒避難支援等実施者の情報は記入不要

フリガナ		連絡先	☐ 電話 ☐ FAX ☐ メール
氏名			()
本人との関係	☐ 同居していない家族・親族 ☐ 地域の支援者 ☐ 福祉・医療等の専門職 () ☐ その他()		
住所			

風水害の避難支援等実施者②

- ☐ 緊急連絡先①と同じ
☐ 緊急連絡先②と同じ
☐ 地震の安否確認者と同じ
☒ 地震の避難支援等実施者②と同じ
- ⇒避難支援等実施者の情報は記入不要

フリガナ		連絡先	☐ 電話 ☐ FAX ☐ メール
氏名			()
本人との関係	☐ 同居していない家族・親族 ☐ 地域の支援者 ☐ 福祉・医療等の専門職 () ☐ その他()		
住所			

※避難支援を行う関係者へ提供されるため、同意が得られた方のみ記載してください。

(3) 風水害の避難時の移動方法・留意点など

移動方法	☐ 徒歩 ☐ 電車 ☐ バス ☒ 自家用車 ☐ タクシー ☐ その他 ()
避難経路	子の自家用車で自宅まで迎えに行き、子の自宅へ避難する。
風水害避難での留意点	高齢者等避難が出た時点で子が連絡を取り、自家用車で迎えに行く。

【個別避難計画の管理について】

個別避難計画情報の提供を受けた支援者等は、災害対策基本法に基づき守秘義務が課されます。情報漏えいの防止及び秘密保持について、以下の点において徹底してください。

また、個別避難計画については、本人、支援者等の責任において、適切に管理・保管をしてください。

- ・関係者以外が閲覧できないよう、施錠可能な場所に保管する。
- ・守秘義務を守り、目的外の使用はしない。
- ・情報の取扱いに注意し、複写しない。
- ・不要となった個別避難計画は、市(担当課)に返却するか、シュレッダーで裁断処理するなどして、適切に破棄する。
- ・避難支援等実施者に想定されていた人が、何らかの理由で避難支援等実施者を外れる場合は、速やかに対象者本人に申し出る。

災害時において役立つ情報

調布市防災マップ

地震に対する備えや避難情報、避難所情報が記載されています。



調布市洪水・内水ハザードマップ

浸水する恐れのある地域や浸水の深さを地図上で確認できます。



※ 上記マップの配架場所

総合防災安全課（文化会館たづくり西館3階）、総合受付（市役所2階）、市内各地域福祉センター、市民活動支援センター（調布市市民プラザあくろす2階）、各図書館分館等の窓口 等

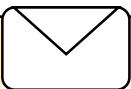
風水害時要配慮者等避難バス

「高齢者等避難」が発令され、多摩川の氾濫が想定される場合は、多摩川の浸水想定区域内の拠点施設から、避難バスが運行します。



調布市防災・安全情報メール

市からの緊急情報や地震情報、気象情報、災害情報、防犯情報などを配信します。



調布市LINE公式アカウント

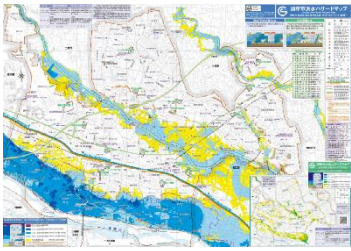
市からの緊急・災害時における情報等、市政情報全般をLINEアカウントにて発信します。



個別避難計画の添付資料例

避難経路の地図

自宅から避難所までの避難経路を図示した地図があるとスムーズな避難が可能です。
個別避難計画の作成に当たり、避難経路図を添付する場合は、必要に応じて調布市防災マップ、調布市洪水・内水ハザードマップを参考にしてください。



お薬手帳の写し

避難先においても必要な投薬が続けられるよう、服薬状況がわかるものを添付します。
数日分の薬を避難用の資材と一緒に保管しておくことも重要です。



その他、災害時に食糧や防災用品をスムーズに持ち出せるように、防災リュック等を日頃から準備をしておくことが重要です。作成した個別避難計画は、それらとともに保管しておきましょう。