

「助かる力」を高めるために。

「河川氾濫を想定した個別避難計画書」 作成・提出のご案内

この計画書は、令和5年度以降に「災害時
安否確認申出書」をご提出いただいた方
で、「避難を手伝ってくれる人がいる」「自力
で歩ける」のいずれかを回答された、また
はご自宅の浸水リスクが低いと想定される
方にお送りしています。

これから台風が多く発生する季節です。
万が一の水害に備えて、必要な準備を進めましょう。

- ◎「河川氾濫を想定した個別避難計画書」を作成し、いざという時に
「どこに」「誰と」「どうやって」避難するか等をご自身で確認すること
で、安心につながります。
- ◎作成した「計画書」は、足立区にもご提出をお願いします。

中面で、計画書の作り方、提出方法についてご案内します。

1 今回お送りした書類

- (1) 「河川氾濫を想定した個別避難計画書」作成・提出のご案内(本紙)
- (2) 河川氾濫を想定した個別避難計画書(A4、複写式用紙)
- (3) 返信用封筒

【個別避難計画とは?】

避難行動要支援者(災害時に自力での避難が難しい方)を対象に、お一人おひとりのご事情に応じた避難支援等を実施するための計画のことです。
災害対策基本法の改正に伴い、各区市町村では、避難行動要支援者ごとに個別避難計画を作成することが努力義務化されました。

2 計画書の作成・提出

お送りした計画書は複写式になっています。1枚目は足立区にご提出ください。

※ 2枚目(ご本人控え)は、お手元で大切に保管してください。

オンラインでの作成
提出も可能です



※オンラインで提出
した場合、計画書
の返送は不要です

- (1) ご自身での記入が困難な場合は、代筆でも結構です。
- (2) 同封の返信用封筒でお送りください(切手不要)。

※ インターネットからいつでも計画書の作成・提出が可能です

- (3) **提出期限: 令和7年8月29日(金曜)**

※ 締切日を過ぎても受け付けますので、ご提出をお願いします。

3 担当・問合せ先

計画書の作成が難しい方、その他ご不明な点などがありましたらご連絡ください。

※ 4ページ「よくある質問」もご覧ください。

- 問合せ先: 福祉管理課 個別避難計画推進担当
- 電話番号: **03-3880-6223**(直通)

4 計画書の作成例

〒120-8510
足立区中央本町一丁目17番1号

避難 太郎 様

記入例

(宛先) 足立区長

河川氾濫を想定した個別避難計画書

1 【避難情報】

- ☐ インターネット・メール(足立区ホームページ等)
- ☐ 電話(あだち安心電話、防災無線テレホン案内)
- ☐ ご家族、友人・知人、近くにお住まいの方からの連絡
- ☐ その他()

足立区では、災害時に様々な媒体で情報を発信します。
ご自身に合った方法で、情報が得られるようにしましょう。

2 【避難場所】

- ☐ 在宅避難①: アパート・マンション ()
- ☐ 在宅避難②: 戸建てで自宅内の浸水しない階に移動して留まる → (自宅 階)
- ☐ 縁故等避難: 浸水の恐れがない親戚や知人宅、ホテル等に避難 → ()
- ☐ 避難所へ避難: 足立区が開設する避難所(小・中学校等)に避難 → ()
- ☐ その他 ()

可能な方は、在宅避難・縁故等避難をお勧めしています。
知っている場所・人ということで心理的安定につながります。

3 【避難方法】

誰と	<input type="checkbox"/> 親族(配偶者・子・きょうだい等)	どうやって	<input type="checkbox"/> 徒歩
	<input type="checkbox"/> 友人・知人、近くにお住まいの方		<input type="checkbox"/> 自家用車 <input type="checkbox"/> タクシー
	<input type="checkbox"/> 一人で避難できる		<input type="checkbox"/> 公共交通機関(バス・電車)
	<input type="checkbox"/> その他()		<input type="checkbox"/> その他()
避難を支援してくれる方		氏名(フリガナ)	
		住所	

避難を支援してくれる方と相談して記入しましょう。

★いざという時の避難場所や大切な人への連絡方法について、今一度確認しておきましょう。

4 【必要物品】

<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> 財布・通帳	<input type="checkbox"/> 眼鏡・コンタクトレンズ
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> タオル・着替え	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> 紙オムツ	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ
<input type="checkbox"/> ばんそうこう	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> アルコール消毒液	<input type="checkbox"/> 室内履き	<input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 筆記用具
<input type="checkbox"/> 充電器	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 乾電池	<input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> マッチ・ライター
その他 ()				

必要なものを整理し、すぐに持ち出せるように準備しましょう。

★地震などの災害にも備えるため、3日分以上の食料・水、衣類を準備しておきましょう。

回答情報

計画書作成日	令和 年 月 日
記入者(フリガナ)	()
本人との関係	
電話番号	

5 よくある質問

【問】 計画書2【避難場所】に記載されている各形態の特徴を教えてください。

【答】 以下の3種類があります。状況に合わせて最も良い方法を検討しましょう。

在宅避難

ご自宅や同じ建物の
上層階に避難/浸水しない

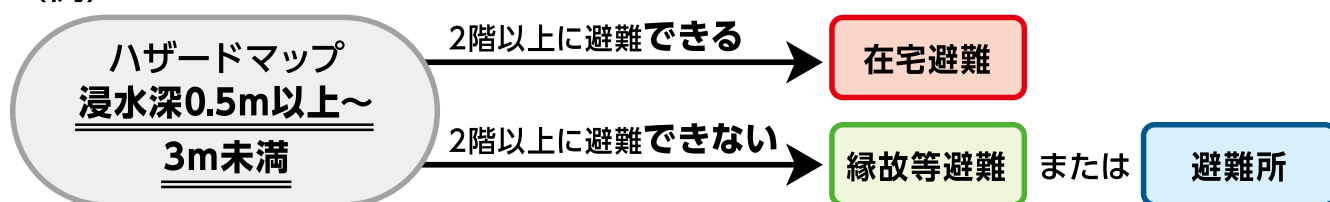
縁故等避難

浸水の恐れがない
親戚・知人宅などに避難

避難所へ避難

近くの避難所に避難

(例)



【問】 自宅が浸水してしまうかが分かりません。

【答】 「足立区洪水ハザードマップ」に、ご自宅や周辺の浸水の危険性(浸水する深さ、継続時間)を掲載しています。

【問】 自宅から近い避難所がどこか知りたいです。

【答】 「足立区洪水ハザードマップ」の地図上で確認できるほか水害時避難施設の一覧表も掲載しています。

【問】 「足立区洪水ハザードマップ」が手元にありません。どこかで配布していますか？

【答】 足立区では全戸配布していますが、届いていない場合は都市建設課(電話:03-3880-5349)にご連絡ください。また、右の2次元バーコードを読み取っていただくと、インターネット上でもご覧いただけます。



区のホームページでも
閲覧可



その他にご不明な点がありましたら、2ページ「担当・問合せ先」までご連絡ください。