



ケアマネジャーのための 助かる・助ける・防災ガイド

八王子介護支援専門員連絡協議会 災害対策部会

近年、自然災害が毎年のように発生しております。私たちケアマネジャーや、担当している利用者が災害に巻き込まれないように、事前の準備が必要ではないでしょうか。

万が一、災害が発生した時に、ケアマネジメントが継続できることを願って、このガイドラインを作成しました。皆さんの事業所内で検討して頂き、各事業所に沿った防災ガイド作りの参考にさせていただければと思います。



ポイント

- 実行可能なマニュアルを作成しよう
- 定期的にBCPの見直しをしよう

1 平時の準備

1 職員の安否確認の方法を日頃から決めておこう

- 災害時、電話が通じなくなることがあるので、代替の手段を決めておく
年に一度くらいは実際にやってみよう
⇒ メール？ LINE？ 伝言ダイヤル？

2 事業所のある場所のハザードマップの確認

- 自分の事業所は安全？
⇒ 避難場所の確認（どこだか知っていますか？）
- 実際に避難場所まで歩いてみよう
八王子市のホームページからハザードマップを確認しましょう
その中に、各地域の避難場所と指定緊急避難場所が載っています

3 事業所内の対策

- 事業所内が安全かどうか点検しよう
- 大地震に備えて、什器などの転倒防止策を実施しましょう
- 備蓄（帰宅困難、停電、断水などに備える）を確認しましょう
- パソコン等のデータのバックアップ体制を確認しましょう
- ★ 災害時にも事業の継続のために何が必要かみんなでお話しておきましょう

4 利用者への対応

- 利用者への安否確認のリストの作成

災害時に、一度に担当している利用者の安否確認ができません

優先的に安否確認をする必要がある利用者リストの作成をしましょう

- 医療依存の高い利用者

- 独居の利用者

- 危険地域に住んでいる利用者

- 個別避難計画を作成している利用者

- ★ 定期的な見直しが必要となるので、どのタイミングで見直しするかも話し合しましょう

- 災害時における利用者の避難行動を確認

- どこに、だれと避難するのかなど、日ごろから聞き取りをしましょう

- 災害時に備えてハザードマップと一緒に利用者のとるべき行動を確認しましょう

- ハザードマップ等の確認について

八王子市総合防災ガイドブック

<https://www.city.hachioji.tokyo.jp/emergency/bousai/m12873/001/p024714.html>

- 事業所内の対策について

東京都防災ホームページオフィス家具転倒防止対策

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/bousai/1000027/1000295.html>

- 被災した事業所や家屋での感染対策

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_00341.html

- 医療依存の高い利用者について

東京都自宅人工呼吸器使用者「災害時個別計画」取り組み事例集

https://nambyocare.jp/product/action=common_download_main&upload_id=7207



2 台風など災害が予想される 場合の対応

1 風や大雨など予想される災害が差し迫っているとき

- 気象情報や避難指示の情報を確認し、状況を把握しましょう

2 命を守る行動を！

- 職員の安全確保を検討
- 早めの帰宅、自宅待機なども検討

3 事業所が使用不可になったとき

- 大きな災害では自事業所での運営が困難となる場合があります
日頃から取り組んでいる防災対策やBCPを活用しましょう
出来るだけ早く通常運営ができるよう自事業所の法人や地域の事業所
とも情報共有をしましょう
- 事業所が使用不可になった際、どの場所で事業を継続するかの検討

4 避難が必要とされる利用者への対応

- 早い段階での避難の呼びかけや避難方法の検討
- 屋内や建物内でも安全確保ができるのか検討しましょう

★ 「避難」とは「難」を「避」けることであり、小中学校や市民センター等
に行くことが避難ではありません

5 介護サービス利用が困難となる場合の利用者への対応

- 通常のサービス利用が困難となる利用者へのサービス代替の検討
 - 通所系、訪問系のサービスが中止された場合の対応など、事前に利用者、家族と一緒に話し合っておきましょう
- ★ 災害が起こった時のシミュレーションをしておくで慌てなくて済みますね

- ニュースや気象情報等が知りたい時

NHKニュース防災アプリケーション

https://www3.nhk.or.jp/news/news_bousai_app/index.html

- コミュニケーション支援ボード

<https://www.city.hachioji.tokyo.jp/emergency/bousai/m12873/001/communicationboard/fil/boad.pdf>



3 災害発生時



各事業所のBCPに従い行動をしましょう

01

職員の安全確保



02

職員の役割分担



03

まずは、自分の命と安全確保



04

事業所の被害状況確認



05

自分の身や家族の安全が確保できたら



06

利用者の安否確認



対応できる
職員で分担を
決めましょう



必要に応じたサー
ビスの調整などを
行いましょう

● 災害発生時における情報ツール

八王子市交通機関・道路・ライフライン情報

<https://www.city.hachioji.tokyo.jp/emergency/bousai/m12873/saigai/p005660.html>

Twitter「八王子市の防災・防犯情報」

https://twitter.com/hachioji_bousai

ラジオ コミュニティー放送局

八王子FMラジオ局 Tokyo Star Radio 周波数:77.5MHz <https://775fm.com/>



- 居宅介護支援事業所においては年1回以上の研修や、避難訓練の実施などはBCP（業務継続計画）に義務づけられています
- 事業所内でもBCPを実践しましょう



- 次ページに八王子市総合防災ガイドブック内にある避難行動判定フローを載せておきます。
避難行動判定フローは、災害時に「いつ」「誰が」「どこへ」逃げるべきかを、ハザードマップと照らし合わせて、平時から判断するためのチェックシートになります。



避難行動判定フロー

必ず取り組みましょう

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に、自宅の災害リスクととるべき行動を確認しましょう。

あなたがとるべき避難行動は？

本書P32～P55のハザードマップ(※)で自分の家の場所を確認しましょう。

※ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、必要に応じて避難も検討してください。

はい

避難方法は立退き避難が適切ですか？

立退き避難が適切か、屋内安全確保が適切か、右の例を参考にあらかじめ検討しておきましょう。

いいえ

屋内安全確保を行いましょ。

はい

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

高齢者等避難が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日頃から相談しておきましょう)。

いいえ

高齢者等避難が出たら、市が指定する避難所に避難しましょう。

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

いいえ

避難指示が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日頃から相談しておきましょう)。

避難指示が出たら、市が指定する避難所に避難しましょう。

《屋内安全確保が適当な例》

①想定されている浸水深よりも高い位置にいる場合

ただし、洪水により家屋が倒壊・崩落してしまうおそれの高い区域(家屋倒壊等氾濫想定区域等)に指定されている場合は、浸水深に関わらず屋内安全確保は危険とされています。

②土砂災害警戒区域に指定されているが、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合

③台風等のピーク(最も風雨が強い時間帯)等になった場合
0.5m程度の浸水でも移動時(徒歩、車ともに)に流される危険があります。また土砂災害も移動中に被災した場合は、屋内にいるよりも命の危険性が非常に高まります。立退き避難をする場合は、早めの避難を心がけましょう。

参考 危険な浸水深の目安

- 1階の場合：0.5m以上の浸水深の場合は危険(1階の床面高さが低い場合は、0.5m未満でも要注意)
- 2階の場合：3.0m以上の浸水深の場合は危険

おわりに

「助かる・助ける・防災ガイド」はまだまだ歩きはじめのガイドブックですが、事前の準備→避難訓練等、日頃からの活動を定期的に見直しながら皆様のマニュアルが骨太のガイドブックになることを願っています。

八王子介護支援専門員連絡協議会 災害対策部会

作成メンバー

市川 起理子	指定居宅介護支援事業所 片倉
川口 弘子	優ケアステーション
倉下 陽子	なごみ在宅介護サービス八王子
小池 裕子	ニチイケアセンター八王子南口
小島 文恵	高齢者あんしん相談センター追分
林 一矢	高齢者あんしん相談センター元八王子
三田 まゆみ	ゆいまある八王子中央居宅介護支援事業所
森川 直子	高齢者あんしん相談センター由井

(以上50音順 敬称略)

ケアマネジャーのための助かる・助ける・防災ガイド

2022年（令和4年）3月 初版発行

2026年（令和8年）3月 改訂版発行

作成 八王子介護支援専門員連絡協議会災害対策部会



ケアマネジャーのための 助かる・助ける・防災ガイド

別 紙

八王子介護支援専門員連絡協議会
わんにゃんピープロジェクト

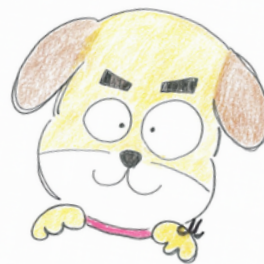
突然の災害時に、ペットを守れるのは飼い主だけです。
それには、日頃からの災害への心構えと備えが必要です。
ペットを飼養している利用者様が突然の出来事に慌てない為に、
ケアマネジャーとしてできることがあるとしたら、、、
「ペットとの災害対策」について情報提供の参考にしていただければと思います。

1 平時の準備

- 1 家族やご近所との連携：災害が発生した時を想定し、連絡方法や対処方針等を話し合っておく
- 2 健康管理：狂犬病予防ワクチン他接種（証明書）、蚤、ダニ対策
- 3 避難所の確認
- 4 しつけ：ハウストレーニング（トイレ、制止に従う、リードやゲージに慣れさせておく）
- 5 備蓄品準備・保管：フードや水やトイレ用品（奨励は7日分）、食器、常備薬、好きなおもちゃやタオル（ストレス予防）、防寒・冷却用品、ビニール袋など
- 6 身元が分かる方法：鑑札、マイクロチップ、迷子札、首輪、足環、全身写真など



2 避難方法



まずは自身の安全確保が優先です

1 在宅避難

安全な場が確保できるのであれば、動物にとってはストレスが抑えられますが、飼い主が避難所から通う、あるいは誰かに世話を頼む必要があります。

(車中避難の場合：熱中症やエコノミー症候群に注意)

2 同行避難

八王子市では、原則、すべての避難所において、ペットと一緒に同行避難できます。

- 飼い主と同じ部屋で過ごすことはできません。
- スペースの掃除やお世話は飼い主の責任です。
- 周囲の方々への配慮（アレルギー、臭い、好き嫌い等）が必要です。

★ 災害発生場所や規模、避難者数などにより、避難所の運営方針が変わる場合があるので、担当者の指示に従いましょう。

3 分散避難

ペットホテル、親戚宅や友人宅に預けるなど

おわりに

家族同様に暮らしているペット達は、自ら助けを求めることができません。頼りは飼い主さんです。利用者様が、災害時はもちろんのこと、平時から尊い命に責任を持ち、支えあい合い、楽しく穏やかに過ごして欲しいと願い、ガイドブックを作成しました。

八王子介護支援専門員連絡協議会 わんにゃんぴープロジェクト

作成メンバー

土屋 順子	ケアスタッフ
粕谷 恵子	ケアプランセンターいきいき
鈴木 恵美子	八王子市地域包括支援センター恩方
清水 京子	指定居宅介護支援事業所ハイネス
松浦 明美	居宅介護支援事業所いっけ

(以上50音順 敬称略)

参考資料

環境省「いつもいっしょにいたいから」ペット動物の災害対策

八王子市保健所生活衛生課動物衛生担当「もしもに備えるチェックリスト」他

ケアマネジャーのための助かる・助ける・防災ガイド（別紙）

2026年（令和8年）3月 初版発行

作成 八王子介護支援専門員連絡協議会
わんにゃんぴープロジェクト