

〒〇〇〇-〇〇〇〇
広島市〇〇区〇〇町〇丁目〇〇番〇〇号
〇〇マンション〇号室
広島 花子 様

〇〇-〇〇〇〇〇〇〇〇-〇

記入日：令和 5 年 8 月 13日



できる範囲で書いてほしいワン！難しいところは空欄のままでもいいワン！

オモテ面

わたしのひなんシート（個別避難計画）

記入例です。

（この紙は記入例ですので、返信は不要です。）

【調査に回答する人】 本人 代理人（代理人氏名： 広島 一郎 ）

質問1 現在、施設へ入居・入所 または 長期（6か月程度）で入院していますか。

- はい < はい を選んだ人は、調査終了です >
 いいえ < いいえ を選んだ人は、質問2 へ >

質問2 災害のときに、家族や知人の支援がなくても、自分でひなんできますか。

- はい < はい を選んだ人は、「わたしのひなんシート」を書いて、調査終了です >
 いいえ < いいえ を選んだ人は、質問3 へ >

質問3 災害のときに、家族や知人から支援を受けてひなんできますか。

- はい （ 支援する人が仕事などで日常的にいない時間帯がある ）
 いいえ

質問4 災害に備え、あなたの連絡先と、あなたと連絡がとれない場合の連絡先をお書きください。

氏名（または名称）	電話番号	関係	住所（分かる範囲で）
広島 花子	090-0000-0000	本人	
広島 一郎	090-□□□□-□□□□	長男	広島市□□□区〇〇町〇丁目
中国 葉子	090-△△△△-△△△△	長女	広島市〇〇区△△町△丁目

質問5 日頃、利用している医療機関などがあれば、お書きください。

区分	施設名	担当	電話番号
かかりつけ医療機関	〇〇病院	〇〇医師	082-000-0000
訪問看護ステーション	〇〇訪問看護ステーション	〇〇さん	082-000-□□□□
ケアマネジャー・相談支援専門員	〇〇居宅介護支援事業所	〇〇さん	082-000-△△△△

右側の「わたしのひなんシート」を書ける範囲でお書きください。

あなたのお住まい（左の住所）におけるハザードマップでの災害危険性を表示しています。

同封のお知らせや昨年度回答いただいた調査票の写しを参考に、ひなん先などを考えましょう。

1 ひなん先（安全なところにある親族・知人宅や市が開設するひなん場所など）

ひなん先【1】		ひなん先【2】		
ひなん先は、①～⑤のいずれか1つを選択し、カッコの中に具体的なひなん先をお書きください。				
<input checked="" type="checkbox"/> ①親族・知人宅 <input type="checkbox"/> ②市が開設するひなん場所 <input type="checkbox"/> ③福祉避難所 <input type="checkbox"/> ④自宅（階） <input type="checkbox"/> ⑤その他	長女宅	<input type="checkbox"/> ①親族・知人宅 <input checked="" type="checkbox"/> ②市が開設するひなん場所 <input type="checkbox"/> ③福祉避難所 <input type="checkbox"/> ④自宅（階） <input type="checkbox"/> ⑤その他	●●小学校	
※①か⑤の場合は、ひなん先の住所と連絡先をお書きください。 住所：広島市〇〇区△△町△丁目△△番△△号 連絡先：090-△△△△-△△△△		※①か⑤の場合は、ひなん先の住所と連絡先をお書きください。 住所：〇〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇 連絡先：〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇		
家を出るまでに準備すること		① 準備時間		
家族等への連絡	5分	（左の合計） 35分		
持っていく物の準備	10分			
家の戸じまり	5分			
その他（長女の迎え）	15分			
ひなん先までの移動方法		② 移動時間		
<input checked="" type="checkbox"/> 徒歩 <input checked="" type="checkbox"/> 自家用車 <input type="checkbox"/> その他（	<input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> （介護）タクシー ）	<input checked="" type="checkbox"/> 徒歩 <input checked="" type="checkbox"/> 自家用車 <input type="checkbox"/> その他（	<input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> （介護）タクシー ）	
ひなんに必要な時間（①+②の合計）		50分	ひなんに必要な時間（①+②の合計）	20分

「ひなん先」や「あなたのひなんを支援する人」は1箇所（1人）でも構いません。
書けない場合は空欄のままウラ面にお進みください。

2 あなたのひなんを支援する人（ご家族やご近所さんなど）

氏名（関係）	住所		支援内容
	電話番号		
中国 葉子 （長女）	住所：広島市〇〇区△△町△丁目△△番△△号 電話番号：090-△△△△-△△△△		<input checked="" type="checkbox"/> ひなん情報・ひなん時期の連絡 <input checked="" type="checkbox"/> ひなん先までの移動支援 <input type="checkbox"/> その他（
広島 一郎 （長男）	住所：広島市□□□区〇〇町〇丁目〇番〇〇号 電話番号：090-□□□□-□□□□		<input checked="" type="checkbox"/> ひなん情報・ひなん時期の連絡 <input checked="" type="checkbox"/> ひなん先までの移動支援 <input type="checkbox"/> その他（

※ あなたのひなんを支援する人とひなん支援の方法等を相談しましょう。

ウラ面にお進みください。 <1ページ目の質問2で はい を選んだ人は調査終了です>

