

福祉委員

No.102
令和7年
9月号

だより



宇部市社会福祉協議会

キャラクター「うべっぼくん」

福祉委員は、見守り活動など地域福祉活動の担い手です。よろしくお願いします。

福祉委員

災害

個別避難計画を作成して、災害に備えよう!!

個別避難計画とは

対象：災害時に高齢者や障害者など、一人では避難することが困難な人(避難行動要支援者)
内容：「誰が支援して」、「どこに避難するか」、「避難するときどのような配慮が必要になるか」などを災害に備えてあらかじめ作成しておく、お一人おひとりの避難行動計画のこと。
どなた様も作成することが可能。

【作成方法】

1. 個別避難計画の作成は、ご本人又はご家族の同意により作成を開始します。
2. 計画の作成にあたっては、ご家族以外に、必要に応じて福祉専門職(ケアマネジャー・相談支援専門員)と一緒に、より実効性の高い計画を作成していきます。
3. また、地域(自治会・民生委員・自主防災会)の方に、計画の作成をお手伝いいただくことがあります。
4. 作成にあたって、個人情報の取扱いには細心の注意を払って行います。

災害時に、安心して避難行動を行うためにも事前に個別避難計画を作成し、あらかじめ避難の仕方をご本人やご家族等で決めておく必要があります。



個別避難計画に対するお問い合わせ
宇部市地域福祉課
TEL0836-34-8325
FAX0836-22-6026



9月1日は「防災の日」！

8月30日～9月5日は防災週間

地震の時はどのように行動したら良いの？

地震の揺れを感じた場合、あるいは緊急地震速報を見聞きした場合は、あわてずにまずは身の安全を確保してください。

こんなときは？【屋内編】

○家庭で屋内にいるとき

- 家具の移動や落下物から身を守るため、頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる
- あわてて外に飛び出さない
- 料理や暖房などで火を使っている場合、その場で火を消せるときは火の始末、火元から離れているときは無理に火を消しに行かない
- 扉を開けて避難路を確保する



○人が大勢いる施設（大規模店舗などの集客施設）にいるとき

- あわてずに施設の係員や従業員などの指示に従う
- 従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる
- 吊り下がっている照明などの下から退避する
- あわてて出口や階段に殺到しない



○エレベーターに乗っているとき

- 最寄りの階で停止させて、すぐに降りる



「地震では、どのような災害が起こるか」
首相官邸ホームページより

脳トレおまけ

♪真ん中の枠に共通する「ひらがな」を埋めましょう。

答え：①い ②な ③く ④だ

