

要配慮者利用施設における 避難訓練の実施について

国土交通省 「避難訓練チェックリスト」から

浸水想定区域内や土砂災害警戒区域内の要配慮者利用施設の所有者（管理者）には、避難確保計画の作成以外に、避難訓練の実施が義務づけられています。

このしおりは、浸水を想定した訓練の方法等について、国土交通省の「避難訓練チェックリスト」からポイントとチェック項目を抜粋したものです。

この「避難訓練チェックリスト」は、訓練をより効果的に実施していただくために作成されたもので、参考になるヒント・事例も掲載されています。施設の訓練にぜひご活用ください。（土砂災害にも応用できます。）

※次ページ以降に出てくる様式番号は、国土交通省の避難確保計画作成様式番号となります。

☑ 避難訓練(チェックリスト使用)時に 「大切にしたい心構え」は、

- 目標を定めて(目的を意識して)自分達なりに訓練すること
- 災害が起きそうなときの状況をイメージしてみること
- できることから始めること

☑ このしおりの内容は、

1. 段階的に発表される防災情報と 『要配慮者利用施設の主な行動』 をイメージしてみましよう
2. 避難訓練の内容を知る
3. 「共通訓練【必須】」を実施する

施設において大切・必要な判断 (避難開始) の訓練として、刻一刻と変化する気象情報等を確認しながら、「施設にとって適切なタイミング」を考える訓練

4. 「選択編」の訓練を実施する

避難の各段階で必要と考えられる様々な防災行動について、例示等も参考に、いざという時の行動を確認する訓練

5. 避難訓練計画を作成する
6. 避難訓練実施報告書を提出する

1. 段階的に発表される防災情報と

『要配慮者利用施設の主な行動』を

イメージしてみましよう。



『参考動画』

MLIT channel動画「要配慮者利用施設の避難確保計画の作成について」

【第3部】避難に必要な時間の把握と避難開始のタイミングの判断(約7分)

<https://youtu.be/LOMH0sXbCAY>

☑ 訓練は情報収集から始まり、段階に応じて対応が変わります。

段階的に発表される防災情報と『要配慮者利用施設の主な行動(例)』					
警戒レベル	1	2	3	4	5
雨の様子	警報・注意報に先立ち発表 (警報・注意報を補充) 	災害の起こるおそれ	重大な災害の起こるおそれ	重大な災害の起こるおそれが著しく大きい	災害発生
川の様子	防災気象情報 	氾濫注意情報	氾濫警戒情報 洪水警報	氾濫危険情報	氾濫発生情報 氾濫発生
施設の行動	早期注意情報 (警報級の可能性) 情報収集	大雨注意報 洪水注意報 心のスイッチ ⇒防災モード	高齢者等避難 避難開始	避難指示 避難完了	緊急安全確保

☑ 警戒レベル1は相当段階での気象情報等の収集と施設側の対応例。

段階的に発表される防災情報と『要配慮者利用施設の主な行動(例)』

警戒レベル 1

雨の様子

川の様子

早期注意情報 (警報級の可能性)

施設の行動 情報収集

【入手する防災情報】

早期注意情報 ※気象庁ホームページ

検索

翌日早朝にかけて警報級の可能性[中]となるケース

種別	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	明け方まで 18-6	朝～夜遅く 6-24				
大雨	[中]	-	-	-	-	-
大雪	-	-	-	-	-	-
暴風(暴風雪)	-	-	-	-	-	-
波浪	-	-	-	-	-	-

今夜、大雨警報が発表されるかもしれない。多集する職員に声をかけておこう。

次の日に警報級の可能性[高]となるケース

種別	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	明け方まで 18-6	朝～夜遅く 6-24				
大雨	-	[高]	-	-	-	-
大雪	-	-	-	-	-	-
暴風(暴風雪)	-	[高]	-	-	-	-
波浪	-	[高]	-	-	-	-

[高]のときは、気象警報等で詳細な時間帯などを確認する。

気象警報等

〇〇県気象情報

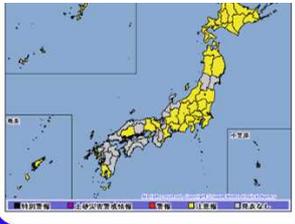
明日、警報が発表される可能性が高い。避難準備・高齢者等避難開始を発令する事態となるかもしれない。手順を確認しておこう。

【施設の防災イメージ(例)】

- ◆【避難確保計画】の確認
 - ・ハザードマップ、避難先、避難経路
 - ・避難行動の目安となる防災気象情報等
 - ・市町村からの避難情報等の伝達方法
 - ・役割分担、避難に必要な資器材、備蓄品

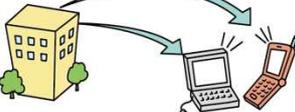
☑ 警戒レベル2相当段階での防災情報の収集と施設側の対応例。

段階的に発表される防災情報と『要配慮者利用施設の主な行動(例)』

警戒 レベル	2	【防災情報入手】	【施設の防災イメージ(例)】
雨の 様子	災害の起こるおそれ 	 <p>指定河川洪水予報 🔍 検索</p> <p>表の黄色色：氾濫注意情報</p> <p>気象警報 注意報 🔍 検索</p> 	◆ 雨や水位の情報収集  <p>氾濫注意水位に到達しているし、雨もやまないので避難判断水位まですぐ到達しそう。</p> <p>● 心のスイッチを入れる段階</p>
防災 気象情報	氾濫注意情報 		◆ 施設責任者への報告  <p>川の水位がキケンです</p> <p>● 避難開始に向けた準備を進める段階</p>
避難 情報等	大雨注意報 洪水注意報  <p>心のスイッチ ⇒防災モード</p>		<p>施設の体制を整えてください。避難のための準備をお願いします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前日の休園や休業の判断 ・従業員の職員参集 ・避難のための準備 など

☑ 警戒レベル3段階での防災情報の収集と施設側の対応例。

段階的に発表される防災情報と『要配慮者利用施設の主な行動(例)』

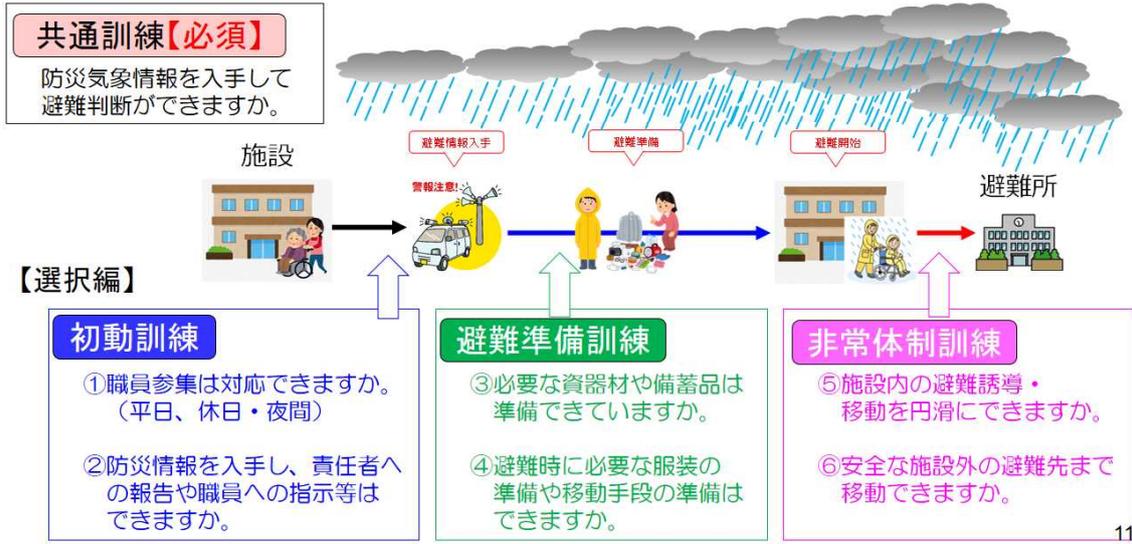
警戒 レベル	3	【防災情報入手】	【施設の防災イメージ(例)】
雨の 様子	重大な災害の起こるおそれ 	 <p>指定河川洪水予報 🔍 検索</p> <p>表の赤色色：氾濫警戒情報</p> <p>高齢者等避難</p>  <p>市町村からの ・防災情報メール ・防災アプリ など</p>	◆ 施設責任者への報告 (氾濫の危険性) ◆ 避難判断・避難指示 ◆ 従業員への説明 ◆ 館内放送 (避難開始)  <p>避難開始</p>
防災 気象情報	氾濫警戒情報 洪水警戒情報 		◆ 立退き避難 (水平避難) 
避難 情報等	高齢者等避難  <p>避難開始</p>		◆ 屋内安全確保 (垂直避難) 

2. 避難訓練の内容を知る

☑ 避難訓練には、共通訓練【必須】と選択して行う訓練があります。

避難訓練の内容

- ◆ 避難訓練は、気象情報を確認し、避難判断を行うための「共通訓練【必須】」に加え、【選択編】として、体制を整える「初動訓練」と避難するための「避難準備訓練」、避難行動を行うための「非常体制訓練」があります。
- ◆ 「共通訓練【必須】」は、避難判断のための重要な訓練ですので、必ず実施してください。
- ◆ 共通訓練【必須】に加え、施設状況に応じて、できる訓練から実施してください。



☑ 避難訓練の種類は、

避難訓練のイメージ

共通訓練【必須】

- 管理者及び従業員等にて、防災気象情報の確認訓練

【選択編】

初動訓練

- 管理者等への状況報告訓練
- 職員参集訓練

避難準備訓練

- 避難に必要な備品等の確認訓練

非常体制訓練

- 避難先への移動訓練（立退き避難訓練）
- 施設内の屋内安全確保（垂直避難訓練）

12

3. 「共通訓練【必須】」を実施する

- ☑ 訓練では、具体的な目標設定と結果の振り返りが大切です。
避難確保計画も活用しましょう。

避難訓練チェックリストの使い方

◆ 訓練目標の設定が重要です！

- 避難は想定しているより時間がかかります。
- 訓練目標を決め、訓練結果を振り返り、避難計画を見直しましょう。
- 災害は想定どおりには発生しません。様々な状況をイメージすることが必要です。
- 避難訓練では、訓練時間を計測し、訓練後の見直しや工夫が重要です。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	■ 訓練開始 訓練①: 気象情報を収集する ・テレビのボタン(NHK)を確認する。 ・気象庁のホームページを確認する。 ・気象庁のホームページを確認する。 ・防災情報メールを確認する。 ・市町村ホームページを確認する。 ・ラジオから情報確認する。	(例) 様式3で整理した気象情報について、操作に迷わず円滑に確認する 記載例やヒント集を参考に施設状況に応じた「訓練目標」を設定し、記入してください。		
<input type="checkbox"/>	訓練②: 河川水位情報を収集する ・川の「防火情報」を確認する。 ・河川事務所の水辺情報やライブカメラの情報を確認する。 ・防災情報メールを確認する。	(例) 様式3で整理した洪水予報・河川水位について、操作に迷わずに確認する 訓練後に結果(目標達成状況)を記入してください。		
<input type="checkbox"/>	訓練③: 責任者に台風や河川水位の情報を報告する ・台風の影響予測を報告する。 ・現状の水位情報を報告する。	(例) 情報収集伝達要員は設定した防災情報を確認後、速やかに責任者に伝える 訓練の担当者を記入する		
<input type="checkbox"/>	訓練④: 責任者が「心のスイッチを入れる」判断と必要な指示を行う ・過去の状況、今後の予測情報を踏まえ、施設内の防火体制に移行するための決断を行う。	(例) 職員は様式12に沿った役割を確認する 施設の体制を整えてください。		
<input type="checkbox"/>	施設独自の訓練項目があれば行を追加してください。			

14

- ☑ 訓練実施後にみんなで振り返り。

避難訓練実施後に振り返りポイント

1. 設定した「訓練目標」は達成出来ましたか？
2. 訓練でよかったことや得られたことは何でしたか？
3. 避難にかかった時間は、事前の見込みのとおりでしたか？
(見直しをする必要はありませんか)
4. 改善が必要な施設の体制はありませんでしたか？
5. 避難確保計画で見直しや追加が必要な項目は何でしたか？
6. 本当に災害が発生しそうになったときに、施設利用者や職員は、助かることができそうでしょうか？

⇒ 訓練参加者全員で振り返りを実施しましょう！

15

☑ 共通訓練の内容（その1）

【共通訓練】：防災体制の確認(1)【情報の収集・報告・判断訓練】

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
☐	■ 訓練開始 訓練①：気象情報を収集する ・テレビのdボタン(NHK)を確認する。 ・気象庁のホームページを確認する。 ・気象台のホームページを確認する。 ・防災情報メールを確認する。 ・市町村ホームページを確認する。 ・ラジオから情報確認する。 	(例) 様式3で整理した気象情報について、操作に迷わず円滑に確認する		
☐	訓練②：河川水位情報を収集する ・「川の防災情報」を確認する。 ・河川事務所の水位情報やライブカメラの情報を確認する。 ・防災情報メールを確認する。 	(例) 様式3で整理した洪水予報・河川水位について、操作に迷わずに確認する		
☐	訓練③：責任者に台風や河川水位の情報を報告する ・台風の影響予測を報告する。 ・現状の水位情報を報告する。  <p>川の水位がキケンです</p>	(例) 情報収集伝達委員は設定した防災情報を確認後、速やかに責任者に伝える		
☐	訓練④：責任者が「心のスイッチを入れる」判断と必要な指示を行う ・過去の状況、今後の予測情報を踏まえ、施設内の防災体制に移行するための決断を行う。  <p>施設の体制を整えてください。</p>	(例) 職員は様式12に沿った役割を確認する		
☐				16

☑ 共通訓練の内容（その2）

【共通訓練】：防災体制の確認(2)【情報の収集・報告・判断訓練】

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
☐	訓練⑤：高齢者等避難や気象情報  などの避難情報を確認し、責任者に報告する ・市町村ホームページから避難情報を確認する。 ・河川の水位情報を確認し、避難判断水位に達していないか、到達するおそれがないか確認(予測)する。  <p>避難情報が発令されました</p>	(例) 情報収集伝達委員は設定した防災情報を確認後、速やかに責任者に伝える		
☐	訓練⑥：責任者が避難開始を判断し、指示を行う ・気象情報、河川水位情報に応じた対応(様式2)の指示を行う ⇒どのような気象情報、水位情報のときに、どのような対応をすべきか判断・指示することが大事です。  <p>避難を開始しますので、車の手配をお願いします。</p>	(例) 高齢者等避難  が発令されたら、職員に避難開始を指示する		
☐	訓練⑦：施設利用者への説明を行う。 ・避難訓練を行うことについて、利用者の状況に応じて、適切な説明を行う。 ⇒移動することを別な表現(散歩などで説明することも工夫の一つです)  <p>避難場所まで避難します</p>	(例) 訓練を行うことの説明をわかりやすく説明する		
☐				

【訓練時における課題や気づき】

4.【選択編】の訓練を実施する

☑ 避難に必要な「行動」と「時間の計測」を考えましょう。

■避難に必要な時間の把握

施設の全員で考えてみよう！

■各施設において、どの行動が必要か、それにどれくらいの時間がかかるか考えて下さい。



⇒避難訓練を繰り返すことにより、かかる時間を短縮していきましょう。 20

☑ 避難訓練（選択編）の前に、施設の現状をチェックしましょう。

■避難における課題把握

■以下の項目について、自分の施設は対応可能かをチェックしてみましょう。

■自施設の水害時における対応能力を分析し、どのような訓練が必要であるかを踏まえた訓練計画を作成することが重要です。

【十分対応出来る：○】

【課題があるかもしれない：△】

対応段階	チェック項目	対応の可否 (○/△を記入)
初動訓練	①職員参集はできますか（平日、休日・夜間）	
	②責任者への報告や職員への指示はできますか	
避難準備訓練	③資器材・備蓄品等の確保できていますか	
	④避難時の服装準備、移手段の準備（車いす・担架、自動車等の確保）はできますか	
非常体制訓練	⑤施設内の避難誘導・移動はできますか	
	⑥安全な避難先まで移動できますか	

△の項目は、改善の余地が大きい部分と考えられます

⇒できる訓練から実施してみましょう。 21

◇選択した訓練チェックリストの選択項目に訓練目標を記入しましょう。

☑ 選択編「初動訓練」の内容（その1）

【選択編】

チェックリスト① 初動【職員参集(平日、休日・夜間)】

【訓練内容】: 職員参集または待機を判断・指示し、速やかに警戒体制等を確保するために連絡網を活用して適切・迅速な参集訓練を行う。(地震や火災訓練用の連絡網を活用可能)

訓練のポイント

■洪水時は決められた全職員が出勤できるとは限らないため、施設に到着するまでの時間や職員の家庭の事情等を予想して訓練することが重要です。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	不在(休暇中等)職員に連絡し、応援を要請する ・日中に、夜間・休日を想定した訓練を行う ・緊急連絡網を複数パターン用意する	(例) 休暇中等の職員に〇分以内に連絡が取れる (様式9の確認)		
<input type="checkbox"/>	全職員に連絡をまわす ・SNSグループを活用する ・緊急連絡網を複数パターン用意する	(例) 休日に、連絡が職員全員に途切れなくまわる (様式9の確認)		
<input type="checkbox"/>				

【訓練時における課題や気づき】

22

☑ 選択編「初動訓練」の内容（その2）

【選択編】

チェックリスト② 初動【情報伝達・指示】

【訓練内容】: 気象情報等の状況にあわせて、各役割内容の確認・指示・対応を行う。

訓練のポイント

■初動で必要となる取組や体制・役割を理解する。(計画内容を全従業員で理解する⇒職員教育)
■管理権限者(代行者)は、報告された情報の職員への伝達と指示する行動をイメージする。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	初動体制(職員待機やリーダー等)を決定する ・一人複数役をこなせるように訓練時にローテーションする。	(例) 責任者は参集状況に応じた役割分担を判断し、職員に指示する		
<input type="checkbox"/>	通所利用者や外来診療の受入を判断する ・保護者等への連絡網を活用し、事前連絡を行う。	(例) 責任者は通所利用者や外来受入の可否を判断し、職員に対処を指示する		
<input type="checkbox"/>	早期避難対応の要否を判断する ・重篤者など避難に時間を要する利用者の早めの対応を行う。	(例) 早期避難が必要な利用者(体調管理に特に留意が必要な利用者等)の有無を判断し、適切な対応を指示する		
<input type="checkbox"/>	館内放送の確認 ・トイレ、風呂など、管内放送が聞こえない場所がないか確認する。	(例) 施設館内放送の動作確認(施設内の聞こえ方に差がないことを確認)		
<input type="checkbox"/>				

【訓練時における課題や気づき】

24

☑ 選択編「避難準備訓練」の内容（その1）

【選択編】

チェックリスト③ 避難準備【資器材・備蓄品等の準備】

【訓練内容】: 利用者の配慮事項等に対応した資器材等の配置や設置等の効率化

訓練のポイント

- 水害時に使用可能な保管場所や状態にあるかを確認する。
- 土のうの作成や止水板の設置など、通常業務で行わない項目は、継続的な避難訓練の対象とし、短時間での対応が可能な体制構築を図る。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	資器材、備蓄品等の確保 ・車いす・担架、備蓄品等は日頃から確認出来る場所に配置する。 ・各居室に非常時持ち出し袋（お薬手帳、薬など）を配備する。	 (例) 利用者に必要な備蓄品・携行品の種類・量を迅速に確保する		
<input type="checkbox"/>	資器材・備蓄品等の移動 ・場所をわかりやすい所に置き、避難の時短を図る。また、すぐ動かせるようにしておく。	 (例) 必要資器材を上層階に〇分で(〇名で)移動する (例) 備蓄品を避難先への搬送用に車に〇分で積み込む		
<input type="checkbox"/>	土嚢や止水板の設置	(例) 玄関に〇分で設置する		
<input type="checkbox"/>	備蓄品(水・食料)の実食	(例) 災害時用の備蓄食料品の味の確認や食べ方を理解する		
<input type="checkbox"/>	利用者の情報を適切に管理 ・1・2週間に1度はカルテを出力する。	(例) 停電時にも利用者の情報が確認できる		

【訓練時における課題や気づき】

26

☑ 選択編「避難準備訓練」の内容（その2）

【選択編】

チェックリスト④ 避難準備【移動に向けた事前準備】

【訓練内容】: 移動手段の確実な準備・確保と、移動開始までを短縮化するための段取りの確認

訓練のポイント

- 日頃から、携行品の保管や避難用の資器材の設置場所等、災害時の避難準備時間の短縮化や対応の効率化に繋がる工夫を考える。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	避難誘導班の体制確認 ・利用者ごとの役割分担を確認する。	(例) 避難誘導班の体制と担当ごとの役割分担(様式12)を確認する		
<input type="checkbox"/>	利用者の所在・状況確認 ・日常の利用者の状況チェックをより短時間で実施する	(例) 利用者の所在や状態、安否状況等を〇分で(〇名で)確認する		
<input type="checkbox"/>	利用者の事前準備 ・着替え、車椅子への移動、早めの食事などを行う。	(例) 利用者の着替えを〇分で行う		
<input type="checkbox"/>	施設内の移動手段の確認 ・各居室に避難経路を貼る。	(例) 車いすや担架等の資器材を確保する (例) エレベータの状況や機械室を確認する		
<input type="checkbox"/>	施設外の移動手段の確認 ・避難車両の乗車割り当て表を作成する。 ・避難者の引き取りチェックリストを作成する。 ・保育園の応援(ボランティア)隊を確保する。	(例) 避難移動用の自動車を必要台数確保する		
<input type="checkbox"/>				

【訓練時における課題や気づき】

28

☑ 選択編「非常体制訓練」の内容（その1）

【選択編】

チェックリスト⑤ 非常体制【施設内の避難誘導】

【訓練内容】：避難誘導班の責任者は、利用者の避難における配慮事項及び優先度を考慮し、避難誘導班担当者、他の従業員、支援者等への適切な指示を行う。

訓練のポイント

- 地震・火災等の訓練を参考に、施設利用者の移動時の配慮事項を確認する。
- 避難生活が長期化する可能性も念頭に、避難先の環境を確認する。
- 停電等により、施設内の環境も変わる可能性があることも配慮して訓練する。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	避難先の選択 ・施設内の避難スペースを迅速に確保できるようにする。	(例) 避難先(施設内の上層階か施設外か)を迅速に判断し、周知する		
<input type="checkbox"/>	施設内における避難移動 (玄関まで/上層避難) ・1階から2階への避難訓練を実施する。 ・職員が利用者の代役となり、患者の負担がないように実施する。 ・夜間訓練を夜勤者1人でを行い、深夜の避難計画を作成する。 	(例) 施設内の移動を〇分内で完了する (例) エレベータを利用せずに階段を利用して上層階の避難場所に移動する		
<input type="checkbox"/>	利用者の心身の健康管理 ・利用者ごとの配慮事項を確認する。	(例) 移動中や施設内の避難場所で、利用者の状態を確認する体制を確認する		
<input type="checkbox"/>				

【訓練時における課題や気づき】

30

☑ 選択編「非常体制訓練」の内容（その2）

【選択編】

チェックリスト⑥ 非常体制【施設外への避難誘導】

【訓練内容】：避難誘導班の責任者は、利用者の避難における配慮事項及び優先度を考慮し、避難誘導班担当者、他の従業員、支援者等への適切な指示を行う。

訓練のポイント

- 実際の移動には、利用者の負担も大きいことから、職員による代替対応や、平常時の散歩等、訓練による負担の軽減化に留意する。
- 一斉避難だけではなく、段階的な避難(グループ分け)など、効率的な避難対応を検討する。

実施の有無	訓練項目	訓練目標 記載例を参考に、各施設で設定して下さい	担当者	結果
<input type="checkbox"/>	避難先の選択 ・避難先に事前連絡して訓練を実施する。 	(例) 責任者は施設外の避難先を決定し、周知する		
<input type="checkbox"/>	移動経路・移動手段の決定 ・大雨時の状況を踏まえ、避難路・移動手段の事前確認を行う。	(例) 状況を踏まえて移動経路と手段を判断し、周知する		
<input type="checkbox"/>	車両への乗り込み訓練 	(例) 手配した車両に〇分で乗り込む (例) ピストン移送の乗り込み順番を確認する		
<input type="checkbox"/>	リフト車両の操作訓練	(例) 操作可能な従業員数を〇名とする		
<input type="checkbox"/>	避難場所への避難移動 ・隣接しているグループ施設や他施設との避難訓練を実施する。 ・他地区の施設との相互受け入れに関する協議を行う。	(例) 施設外の避難先まで、〇分で移動する (例) 移動経路上の課題(危険要因等)等と対応を確認する		
<input type="checkbox"/>	利用者の心身の健康管理 ・利用者ごとの配慮事項を確認する。 ・引き渡し訓練を保護者と共に実施する。 	(例) 移動中(車両内等)や避難先で、利用者の状態を確認する体制を確認する		
<input type="checkbox"/>				

【訓練時における課題や気づき】

32

