



介護医療院開設に向けた研修会開催のご案内

参加
無料

1回目：10月2日（金）

2回目：10月14日（水）

いずれも、**13時00分～16時30分**の視聴形式によるオンライン研修会（Zoom）です。
2回目は1回目（10/2）の内容の録画配信（同一内容）です。

定員は各回約600名です。

介護医療院は平成30年4月に創設された介護保険施設で、慢性期の医療・介護ニーズを併せ持つ要介護者を対象とし、「日常的な医学管理」や「看取り・ターミナルケア」等の医療機能と「生活施設」としての機能を兼ね備えた長期療養・生活施設です。

研修会では、制度改正の動向を把握し、理解を深めていただくために、介護医療院創設の経緯や介護医療院の施設基準等についての説明をいたします。また、移行に関する情報・知識を習得いただくために、移行に関する支援策の紹介、また、移行に向けた具体的な手続きや移行検討時に留意すべき事項等について説明をいたします。なお、研修会はオンライン形式により以下の内容で、実施をいたします。

特に介護療養病床を有する医療機関の経営層ならびに事務長様のご参加をお待ちしております。

プログラム ※プログラム・登壇者は、やむを得ない事情等により変更される可能性があります

1. 介護医療院の創設経緯、理念や求められる役割	厚生労働省老健局老人保健課
2. 事業者の立場から考える介護医療院への期待	日本介護医療院協会 会長 鈴木 龍太氏
3. 介護医療院の施設基準、移行支援策等 (休憩)	厚生労働省老健局老人保健課
4. 収支シミュレーションツールのご紹介	独立行政法人福祉医療機構
5. 事務局からのご案内（HP / コールセンター 等のご紹介）	三菱UFJリサーチ&コンサルティング
6. 介護医療院への移行に向けた具体的な手続き	自治体職員（東京都）
7. 介護医療院への移行を検討する事業者が留意すべき事項	医療法人永寿会 陵北病院 事務長 村山 正道氏

形式

■ 本セミナーはオンライン（Zoom）で開催します。

- 事前にインターネット接続可能な機器（パソコン・タブレット端末・スマートフォン等）をご用意ください。
- Zoomウェビナーではカメラ・マイクがなくてもご視聴いただけます。（但し、スピーカーがないと音声を聞き取ることができません。ご使用のパソコン等に内蔵されていない場合、別の機器をご用意ください。）
- ご参加の際、ブラウザから参加頂くか、Zoomのホームページ（<https://zoom.us/>）からアプリケーションをダウンロードいただく必要があります。アプリケーションご利用の場合は「ミーティング用Zoomクライアント」のダウンロードをお願いします。
 - － iPhoneの場合は「App Store」、Androidの場合は「Google Play」で「Zoom」を検索いただき、「ZoomCloud Meeting」のインストールをお願いします。
- Zoom以外では本セミナーにはご参加頂けませんので、ご注意ください。
- 参加者のみなさまは、ご自身や職場で視聴環境をご用意ください。

【お問合せ先】

（研修会窓口）介護医療院開設移行等支援事務局
三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社 経営コンサルティング第1部
〒105-8501 東京都港区虎ノ門5-11-2 オランダヒルズ森タワー E-mail: kaigoiryuin_02@murc.jp

お申し込み方法/流れ、お申し込みの際の留意事項など

お申し込み方法 ※1回目もしくは2回目のどちらかにお申し込みください

□ 1回目（10/2）：WEB申し込み先
[https://reg18.smp.ne.jp/regist/is?SMPF
ORM=nekf-lctcna-
d34314e54489e0319905e60d64daccf0](https://reg18.smp.ne.jp/regist/is?SMPF ORM=nekf-lctcna-d34314e54489e0319905e60d64daccf0)

申込締切：9/30 正午迄

QRコード



□ 2回目（10/14）：WEB申し込み先
[https://reg18.smp.ne.jp/regist/is?SMPFO
RM=nekf-lctcnb-
1bcfbb677988d712f6e6be26450c44b3](https://reg18.smp.ne.jp/regist/is?SMPFO RM=nekf-lctcnb-1bcfbb677988d712f6e6be26450c44b3)

申込締切：10/12 正午迄

QRコード



お申し込みの流れ

1

「お申し込み専用URL」
上記、お申し込み方法に記載の専用URLより、ご希望の日程のURLをクリックしてください。申込フォームになります。

2

WEBからのお申し込み後に送信される自動受付メールをもって、参加受付とさせていただきます。なお、自動受付メールに視聴登録用のURLが記載されていますので、事前にご登録をお願いいたします。

3

開催日の前日までに視聴方法のご案内をメールでお送りします。セミナー当日は、視聴登録時に自動送信される、参加URLよりアクセスしてご視聴ください。

- 自動受付メールが届かない場合、お申し込み後のキャンセルをご希望の場合、その他何かご不明な点がある場合は、お手数ですが表面記載のお問い合わせ先までメールでご連絡ください。（今年度はオンライン形式での研修会となっております。URL等お電話ではお伝えできないことも多い為、メールでの受付とさせていただきます。ご了承ください。）

お申し込みの際の留意事項

■「研修会および研修会に関する情報の取り扱いについて」

1. 本研修会は、参加申込（参加者情報をご登録）いただいた皆様に限り、ご参加いただくことが可能です。（参加申込を行っていない方に、ウェビナー等研修会の情報を転送することはお控えください。）
2. 本研修会への参加者に変更になった場合、お手数ですが、再度、参加申込（参加者情報の登録）をお願いいたします。
3. 本お申し込みにより、上記1.2について同意したものとさせていただきます。

■「お申し込み・研修会開催の際の留意事項」

1. 反社会的勢力に該当すると認められる場合は、お申し込みを受付することができません。
2. 止むを得ない事情により、予告なくプログラムに変更が生じる場合がございます。
3. ウェビナーで配信する研修会内容の録音・撮影は固くお断りいたします。
4. ウェビナールームが変更となる場合があります。変更の際は事前にお知らせいたします。

■「個人情報の取り扱いについての確認事項」

1. ご記入いただいた氏名等の個人情報は、当社の「個人情報保護方針」および「個人情報の取り扱いについて」に従って適切に取り扱います。
2. お預かりした個人情報は、当社において、本研修会の開催に限って利用し、厳重に管理いたします。
3. お預かりした個人情報は、本事業の委託元である厚生労働省に参加者名簿として提供する場合がございます。前記の場合および法令等に基づく場合を除き、ご本人の同意なく第三者には提供いたしません。
4. お預かりした個人情報は、業務委託により当社以外の第三者にその取り扱いを委託する場合がございます。そうした場合には、十分な個人情報保護の水準を備える者を選定し、契約によって個人情報の保護水準を守るよう定め、個人情報を適切に取り扱います。
5. 申込書の必須項目には必ずご記入ください。必須項目にご記入頂けない場合は、お申込みをお受けできない場合がございます。また、ご記入内容に不備がある場合は、改めて内容の確認をさせて頂く場合がございます。なお、必須項目以外のご記入は任意ですが、できるだけご記入いただけますようお願い申し上げます。
6. お預かりした個人情報の開示、訂正、利用停止等若しくは利用目的の通知のご請求、または個人情報に関する苦情のお申し出、その他の問い合わせにつきましては、【お問い合わせ先】までご連絡ください。

2 介第 304 号

令和 2 年(2020 年) 8 月 21 日

社会福祉施設等の長 様

長野県健康福祉部長
(公印省略)

介護保険施設等における災害時の避難について (通知)

このことについて、厚生労働省から別添のとおり周知依頼がありました。内容について御了知いただき、下記事項等に留意の上、今後の災害に備えた十分な避難対策にご配慮いただきますようお願いいたします。

記

1 非常災害対策計画の作成及び避難訓練の実施について

水害・土砂災害を含む非常災害対策計画が策定されていない場合は早急に策定し、策定されているが水害等を踏まえた上で、対策が不十分な場合は、計画の見直しを検討していただくようお願いします。また、策定済みの施設においても、定期的に内容の検証・見直しを行ってください。なお、計画の内容はそれぞれの施設の属する地域・地形、想定される災害の種類等を考慮したものとし、必要に応じて市町村の指導・助言を受けてください。

避難訓練の実施の際には、夜間の時間帯を想定し実施するなど、混乱が想定される状況にも対応できるような訓練内容としてください。

2 5段階の警戒レベルによる防災情報について

令和元年より、防災情報については「警戒レベル」を数字で表記する形となっています。「警戒レベル3」が高齢者等避難、「警戒レベル4」が全員避難となります。各施設においては、リアルタイムで発信される防災気象情報を自ら把握し、早めの避難措置を講じてください。

担 当	健康福祉部介護支援課施設係 (課長) 篠原 長久 (担当) 竹田 裕美
電 話	0 2 6 - 2 3 5 - 7 1 1 3
ファクシミリ	0 2 6 - 2 3 5 - 7 3 9 4
電子メール	kaigo-shien@pref.nagano.lg.jp

事務連絡
令和2年8月18日

都道府県
各指定都市 介護保険主管部（局） 御中
中核市

厚生労働省老健局高齢者支援課
厚生労働省老健局認知症施策・地域介護推進課
厚生労働省老健局老人保健課

介護保険施設等における災害時の避難について

平素より福祉・防災行政の推進について、格別なる御高配を賜り厚く御礼申し上げます。

介護保険施設等における災害に備えた避難対策等については、別添1のとおり、「介護保険施設等における非常災害対策計画の作成及び避難訓練の実施状況の点検及び指導・助言について」（令和2年7月22日老推発0722第1号、老指発0722第1号、老高発0722第2号、老振発0722第2号、老老発0722第2号）において、所管施設の非常災害対策計画の策定状況や避難訓練の実施状況についての点検等をお願いしているところです。

また、介護保険施設等における災害時の避難を開始する時期・判断基準については、別添2のとおり、「防災情報を5段階の「警戒レベル」により提供することの社会福祉施設等への周知（依頼）」（令和元年6月6日事務連絡）において、防災情報の伝え方等の周知等をお願いしているところです。

今後の災害に備えた十分な避難対策のために、改めて、上記通知及び事務連絡の内容についてご対応いただくとともに、介護保険施設等における災害時の早期の避難が行われるよう、管内市町村（指定都市及び中核市を除く。）、介護保険施設等、関係機関及び関係団体等に周知等をお願いいたします。

なお、洪水等の浸水想定区域内又は土砂災害警戒区域内等^{*}の介護保険施設等については、各施設を所管する自治体において、各施設の非常災害対策計画における避難に関する内容やその実効性を確実に把握・点検するとともに、災害時の早期の避難が着実に行われるように助言等いただきますようお願いいたします。さらに、上記の施設のうち、特に災害時に危険な場所に所在するものについては、防災部局と連携し、避難情報発令時に各自治体から個別に連絡することの徹底等により、早期の避難を促すようお願いいたします。

※ 洪水等の浸水想定区域、土砂災害（特別）警戒区域、災害危険区域、地すべり防止区域、急傾斜地崩壊危険区域等の区域内。

【別添1】

老推発 0722 第 1 号
老指発 0722 第 1 号
老高発 0722 第 2 号
老振発 0722 第 2 号
老老発 0722 第 2 号
令和 2 年 7 月 22 日

都道府県
各指定都市 介護保険主管部（局）長 殿
中核市

厚生労働省老健局総務課認知症施策推進室長
（ 公 印 省 略 ）

厚生労働省老健局総務課介護保険指導室長
（ 公 印 省 略 ）

厚生労働省老健局高齢者支援課長
（ 公 印 省 略 ）

厚生労働省老健局振興課長
（ 公 印 省 略 ）

厚生労働省老健局老人保健課長
（ 公 印 省 略 ）

介護保険施設等における非常災害対策計画の作成及び 避難訓練の実施状況の点検及び指導・助言について

令和 2 年 7 月豪雨により、熊本県球磨村の特別養護老人ホームにおいて、多数の利用者が亡くなるという痛ましい被害がありました。

介護保険施設等は、自力避難困難な方も多く利用されていることから、利用者の安全を確保するため、水害・土砂災害を含む各種災害に備えた十分な対策を講じる必要があります。

つきましては、下記の事項に留意の上、あらためて介護施設等の非常災害対策及び入所者等の安全の確保に努めていただくとともに、都道府県におかれては管内市町村に対し周知をお願いします。

記

- 1 「指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準」(平成 11 年 3 月 31 日厚生省令第 39 号) 第 26 条等の介護保険法等の関係法令において、非常災害計画の作成及び避難訓練の実施について義務付けられているが、介護保険施設等の非常災害対策に万全を期するよう、所管施設の非常災害時の計画の策定状況や避難訓練の実施状況(実施時期等)について速やかに点検をお願いする。

(参考 1) 関係省令、通知

・「指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準」(平成 11 年 3 月 31 日厚生省令第 39 号) 第 26 条

指定介護老人福祉施設は、非常災害に関する具体的計画を立て、非常災害時の関係機関への通報及び連携体制を整備し、それらを定期的に従業者に周知するとともに、定期的に避難、救出その他必要な訓練を行わなければならない

・「指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準について」(平成 12 年 3 月 17 日老企第 43 号)

第四 運営に関する基準

25 非常災害対策

- (1) 基準省令第二十六条は、指定介護老人福祉施設は、非常災害に際して必要な具体的計画の策定、関係機関への通報及び連携体制の整備、避難、救出訓練の実施等の対策について万全を期さなければならないこととしたものであること。
- (2) 「関係機関への通報及び連携体制の整備」とは、火災等の災害時に、地域の消防機関へ速やかに通報する体制をとるよう職員に周知徹底するとともに、日頃から消防団や地域住民との連携を図り、火災等の際に消火・避難等に協力してもらえるような体制作りを求めることとしたものである。

また「非常災害に関する具体的計画」とは、消防法施行規則(昭和三十六年自治省令第 6 号)第三条に規定する消防計画(これに準ずる計画を含む。)及び風水害、地震等の災害に対処するための計画をいう。この場合、消防計画の策定及びこれに基づく消防業務の実施は、消防法第八条の規定により防火管理者を置くこととされている指定介護老人福祉施設にあつてはその者に行わせるものとする。また、防火管理者を置かなくてもよいこととされている指定介護老人福祉施設においても、防火管理について責任者を定め、その者に消防計画に準ずる計画の策定等の業務を行わせるものとする。

※ 他、各サービス指定基準省令等に同旨の記載

(参考 2) 点検対象施設・サービス

- ①広域型特別養護老人ホーム ②地域密着型特別養護老人ホーム③介護老人保健施設
- ④介護療養型医療施設 ⑤介護医療院 ⑥養護老人ホーム ⑦軽費老人ホーム
- ⑧有料老人ホーム(特定施設入居者生活介護の指定を受けているもの。サービス付き高齢者向け住宅の登録を受けているものを含む。)

- ⑨有料老人ホーム（地域密着型特定施設入居者生活介護の指定を受けているもの。サービス付き高齢者向け住宅の登録を受けているものを含む。）
- ⑩有料老人ホーム（⑧及び⑨以外の住宅型有料老人ホーム。） ⑪認知症対応型共同生活介護
- ⑫小規模多機能型居宅介護 ⑬看護小規模多機能型居宅介護 ⑭短期入所生活介護
- ⑮通所介護（通所介護事業所の設備を利用した夜間及び深夜の通所介護以外のサービス（宿泊サービス）を含む。）
- ⑯地域密着型通所介護（療養通所介護を除く。地域密着型通所介護事業所の設備を利用した夜間及び深夜の地域密着型通所介護以外のサービス（宿泊サービス）を含む。）
- ⑰療養通所介護
- ⑱通所リハビリテーション（介護保険法第71条による居宅サービスに係る第41条第1項本文の指定を受けた事業所を含む。）
- ⑲認知症対応型通所介護（認知症対応型通所介護事業所の設備を利用した夜間及び深夜の認知症対応型通所介護以外のサービス（宿泊サービス）を含む。）

2 点検の過程で、非常災害対策計画が未作成又は内容が不十分であると判断した介護保険施設等に対しては、必要な指導・助言をお願いします。

この点、非常災害対策計画に盛り込む項目や避難訓練の実施については、過去に発出した「介護保険施設等における利用者の安全確保及び非常災害時の体制整備の強化・徹底について」（平成28年9月9日老総発0909第1号、老高発0909第1号、老振発0909第1号、老老発0909第1号）や「介護保険施設等における非常災害対策計画の策定及び避難訓練の実施の点検及び指導・助言について」（平成29年1月31日老総発0131第1号、老高発0131第1号、老振発0131第1号、老老発0131第1号）、「介護保険施設等における非常災害対策計画の策定及び避難訓練の実施に関する調査結果及び指導・助言の徹底について」（平成31年2月1日老総発0201第1号、老高発0201第1号、老振発0201第1号、老老発0201第3号）等の通知や当該通知の添付資料を参考のうえ、それぞれの施設の属する地域・地形、想定される災害の種類などを考慮し指導・助言を検討していただきたい。

なお、介護保険施設等に対する実地指導時においても、非常災害対策計画の作成状況等を確認していただくようお願いする。

（具体的な項目例）

- ・ 介護保険施設等の立地条件（地形 等）
- ・ 災害に関する情報の入手方法（「避難準備情報」等の情報の入手方法の確認等）
- ・ 災害時の連絡先及び通信手段の確認（自治体、家族、職員等）
- ・ 避難を開始する時期、判断基準（「避難準備情報発令」時 等）
- ・ 避難場所（市町村が指定する避難場所、施設内の安全なスペース 等）
- ・ 避難経路（避難場所までのルート（複数、所要時間 等）
- ・ 避難方法（利用者ごとの避難方法（車いす、徒歩等） 等）
- ・ 災害時の人員体制、指揮系統災害時の参集方法、役割分担、避難に必要な職員数 等）
- ・ 関係機関との連携体制 等

【別添2】

事務連絡
令和元年6月6日

都道府県
各 指定都市 民生主管部（局） 御中
中核市

厚生労働省子ども家庭局子育て支援課
厚生労働省社会・援護局福祉基盤課
厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部障害福祉課
厚生労働省老健局高齢者支援課

防災情報を5段階の「警戒レベル」により提供することの社会福祉施設等への周知（依頼）

平素より福祉・防災行政の推進について格別なる御高配を賜り厚く御礼申し上げます。

社会福祉施設等は、自力避難が困難な高齢者・障害者等も多く利用されており、災害時には避難に時間を要することから、利用者の安全を確保するためには、豪雨・地震・洪水・土砂災害・高潮・内水氾濫等の各種災害に備えた十分な避難対策が必要です。

このため、社会福祉施設等については、運営基準省令や通知に基づき非常災害対策計画を作成しており、避難を開始する時期・判断基準などについては、「避難準備」情報の発令を目安としていると承知しています。（※1）

本年3月29日に「避難勧告等に関するガイドライン」（内閣府（防災担当）策定）が改定され、避難勧告等の発令について、住民等が情報の意味を直感的に理解できるよう、防災情報を5段階の警戒レベルにより提供し、とるべき行動の対応が明確化されました。

具体的には、これまでの「避難指示」「避難勧告」「避難準備」といった発令では多様かつ難解であったとされているのを、「警戒レベル」を数字で表記し、「警戒レベル3」を高齢者等避難、「警戒レベル4」を全員避難とし、避難のタイミングが明確化されました。また、社会福祉施設等の管理者等は、気象庁から「警戒レベル2」の情報が発表された場合など、リアルタイムで発信される防災気象情報を自ら把握し、早めの避難措置を講じる必要があるとされました。（※2）

このことを踏まえ、各都道府県・指定都市・中核市におかれては、社会福祉施設等における災害時の避難が確実に行われるよう、今般改定した「避難勧告等に関するガイドライン」では、これまでの「避難準備」が「警戒レベル3」（高齢者等避難）へと表記・伝達が変更されていること等について、管内市町村、社会福祉施設等、関係機関及び関係団体等に広く周知徹底していただきますようお願いいたします。

あわせて、社会福祉施設等の避難を開始する時期・判断基準が、利用者の状態、職員数や設備等の施設の状況（日中と夜間では対応できる職員数が違う等も留意）を踏まえて算出（※3）した避難にかかる時間に照らして、適切なものかどうか、管内施設に対し、今一度確認をお願いいたします。

なお、今般の「警戒レベル」の運用開始に伴う、社会福祉施設等の非常災害対策計画上の避難を開始する時期・判断基準の記載は、これまでの避難情報を「警戒レベル」と読み替えることで足り、直ちに修正を求めるものではありません。ただし、次回の計画見直しの機会などに適宜修正をお願いいたします。

※1 利用者の避難を含む非常災害対策計画の関係規定（指定介護老人福祉施設（特別養護老人ホームの例））

- 指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準（平成11年3月31日厚生省令第39号）

（非常災害対策）

第二十六条 指定介護老人福祉施設は、非常災害に関する具体的計画を立て、非常災害時の関係機関への通報及び連携体制を整備し、それらを定期的に従業者に周知するとともに、定期的に避難、救出その他必要な訓練を行わなければならない。

- 介護保険施設等における利用者の安全確保及び非常災害時の体制整備の強化・徹底について（平成28年9月9日老総発0909第1号、老高発0909第1号、老振発0909第1号、老老発0909第1号 厚生労働省老健局総務課長他通知）

2 非常災害対策計画の策定及び避難訓練について

【具体的な項目例】

- ・ 介護保険施設等の立地条件（地形等）
- ・ 災害に関する情報の入手方法（「避難準備情報」等の情報の入手方法の確認等）
- ・ 災害時の連絡先及び通信手段の確認（自治体、家族、職員等）
- ・ 避難を開始する時期、判断基準（「避難準備情報発令」時等）
- ・ 避難場所（市町村が指定する避難場所、施設内の安全なスペース等）
- ・ 避難経路（避難場所までのルート（複数）、所要時間等）
- ・ 避難方法（利用者ごとの避難方法（車いす、徒歩等）等）
- ・ 災害時の人員体制、指揮系統（災害時の参集方法、役割分担、避難に必要な職員数等）
- ・ 関係機関との連携体制 等

※2 内閣府（防災）のホームページ

「避難勧告等に関するガイドラインの改定（平成31年3月29日）」

http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30_hinankankoku_guideline/index.html

※3 内閣府（防災）のホームページ

「要配慮者利用施設における避難に関する計画作成の事例集（水害・土砂災害）」

<http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/pdf/hinanjireishu.pdf>

水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わります

逃げ遅れゼロへ!

防災情報はいろいろあるけど
いつ避難すればいいの?

警戒レベル 4 で全員避難!!

[警戒レベル]で避難のタイミングをお伝えします。

2019年の出水期(6月ごろ)より、
[警戒レベル]を用いた
避難情報が発令されます。
市町村から[警戒レベル3、4]が
発令された地域にお住まいの方は、
速やかに避難してください。



[警戒レベル3](市町村が発令)は既に災害が発生している状況です。

次のような内容で自治体から避難行動を呼びかけます!

呼びかけの一例

警戒レベル 4

避難勧告の伝達文例

- 緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。
緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。
- こちらは、〇〇市です。
- 〇〇地区に洪水に関する警戒レベル4、避難勧告を発令しました。
- 〇〇川が氾濫するおそれのある水位に到達しました。
- 〇〇地区の方は、速やかに全員避難を開始してください。
- 避難場所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか、屋内の高いところに避難してください。

警戒レベルととるべき行動を端的に伝えます

避難勧告の発令を伝えます

災害が切迫していることを伝えます

とるべき行動を伝えます

内閣府(防災担当)・消防庁

水害・土砂災害について、市町村が出す避難情報と、 国や都道府県が出す防災気象情報を、5段階※1に整理しました。

<避難情報等>

<防災気象情報>

警戒レベル	避難行動等	避難情報等	【警戒レベル相当情報(例)】
警戒レベル5 警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報※2 ※2 災害が実際に発生していることを 把握した場合に、可能な範囲で発令 (市町村が発令)	警戒レベル5相当情報 氾濫発生情報 大雨特別警報 等
警戒レベル4 全員避難	速やかに避難先へ避難しましょう。 公的な避難場所までの移動が危険と思わ れる場合は、近くの安全な場所や、自宅内の より安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急)※3 ※3 地域の状況に応じて緊急的又は 重ねて避難を促す場合等に発令 (市町村が発令)	警戒レベル4相当情報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 等
警戒レベル3 高齢者等は避難	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害の ある方、乳幼児等)とその支援者は避難を しましょう。その他の人は、避難の準備を 整えましょう。	避難準備・ 高齢者等避難開始 (市町村が発令)	警戒レベル3相当情報 氾濫警戒情報 洪水警報 等
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、 自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等 (気象庁が発表)	これらは、住民が自主的 に避難行動をとるために 参考とする情報です。
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 (気象庁が発表)	

(国土交通省、気象庁、都道府県が発令)

※1 各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

Q&A

- 質問1) 防災気象情報は出てるけど、避難情報が出ていないときはどうすればいいの？
⇒市町村は、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行うことから、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が、同時に発令されるわけではありません。
自らの命は自ら守る意識を持って、防災気象情報も参考にしながら、適切な避難行動をとってください。
- 質問2) 避難指示(緊急)は、避難勧告と同じ警戒レベル4に位置付けられたけど、考え方が変わったの？
⇒避難指示(緊急)は、地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合などに発令されるもので、必ず発令されるものではありません。避難勧告が発令され次第、避難指示(緊急)を待たずに速やかに避難をしてください。
- 質問3) 洪水で「警戒レベル4相当情報」が既に出ているなかで、土砂災害で「警戒レベル3相当情報」が出たけど洪水のレベルも4から3に下がったということなの？
⇒洪水の危険性が4から3に下がったわけではありません。洪水は4のまま、土砂災害の3が追加されたのであり、その地域は洪水と土砂災害、両方の災害を警戒する必要があります。

【警戒レベル5】では既に災害が発生しています。また、必ず発令されるものではありません。

**【警戒レベル3】や【警戒レベル4】で、
地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。**

■詳しく知りたい方は

内閣府 防災情報のページ

内閣府 避難勧告

検索



スマホ用
二次元コード

http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30_hinankankoku_guideline/index.html

2 高第 1079 号
令和 2 年 8 月 28 日

施設管理者 様

長野市長 加藤 久雄
(高齢者活躍支援課)
(危機管理防災課)

千曲川の基準水位の変更について

日頃は本市福祉行政に対しまして格段なる御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
さて、令和元年の洪水を踏まえ、国土交通省北陸地方整備局千曲川河川事務所では、千曲川の氾濫危険水位、避難判断水位を変更しました。
災害に備え確認のうえ、対応をいただくようお願いいたします。

記

1 基準水位の変更

河川名	観測所名	氾濫危険水位		避難判断水位	
		変更前	<u>変更後</u>	変更前	<u>変更後</u>
千曲川	立ヶ花	9.6m	<u>9.2m</u>	9.1m	<u>7.5m</u>
	杭瀬下	5.0m	5.0m	4.6m	<u>4.0m</u>
	生 田	5.0m	<u>4.0m</u>	4.5m	<u>3.1m</u>

2 運用開始日

令和 2 年 9 月 1 日

3 避難確保計画の修正について（計画作成が義務付けとなっている施設）

(1) 計画を作成している施設

- ・避難計画に水位基準を記載している場合は修正をしてください。
この修正のみの場合は計画の市への再提出は不要です。

(2) 計画を作成していない施設

- ・災害に備え早期に計画を作成し、市へ提出をお願いします。

千曲川の浸水想定施設は上記の変更後の基準としてください。

長野市保健福祉部高齢者活躍支援課
担当：高齢者支援担当 上原
介護施設担当 青沼
電話：224-5094 FAX：224-5126
Mail：kourei@city.nagano.lg.jp長野市総務部危機管理防災課
担当：神保・渡辺
電話：224-5006 FAX：224-5109
Mail：kikibousai@city.nagano.lg.jp

声かけからはじめましょう

大切な人の「こころの悩み」に気づいたら

周りの方に、こんな様子ありませんか？

「どうしたの？」

あなたから声をかけましょう

「何かあったの？」



日中ウトウトしている



病気やケガをした



ボーッとしている
目を合わさない



食事量が減った



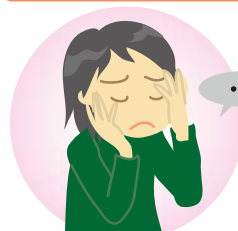
親しい人が
亡くなった



勉強や仕事が
手についていない



お酒の量が増えた



急に口数が
少なくなった

～相手の話を、ゆっくり聞きましょう～

相手が
話しやすい環境で

話をよく聞き、
気持ちを
受け止めましょう

心配している気持ちを伝え、
必要に応じて相談先を
紹介しましょう

悩んでいる人も話を聞く人も、ひとりで悩まないで！早めに相談を！

- 悩みごとによっては、「手助けが欲しい」と思うことがあるかもしれません。
- そんな時、解決の方法を一緒に考える相談先があります。
- 話を聞く人も相談できます。ひとりで悩まず、まずは電話をしてください。

長野市ではこころの悩みなどの相談に応じています。
お気軽にご相談ください。

こころの相談
専用電話

026-227-4455

相談時間 月～金 9:30～16:00 (祝日、年末年始を除く)

気づいてください | あなたのこころのサイン!

こんな症状、ありませんか？

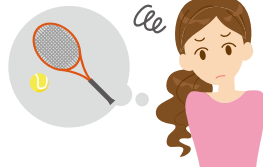
- 頭痛、不眠
- イライラ感
- 肩こり等



**ストレスが
たくさんたまっているかも**

こころの悩み、 大きくなってませんか？

- 楽しみ喜びを感じない
- 良いことがあっても気分が晴れない
- 趣味が楽しめない



うつ病の前兆かも

飲酒量、増えてませんか？

- 飲みたい気持ちがおさまらない
- 飲み始めると止まらない
- お酒でトラブルがあった



**長く続くと
アルコール依存症に**

～こころのサインに気づいたら～



「休めない」などと自分を追い込まず、十分な休息をとりましょう。



病院に相談し、医療の手助けをもらうのも一つの方法です。



ストレス発散目的のお酒は控えましょう。

長野市ではこころの悩みなどの相談に応じています。お気軽にご相談ください。

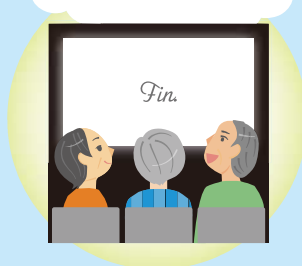
こころの相談専用電話 **026-227-4455** 相談時間 月～金 9:30～16:00 (祝日、年末年始を除く)

日頃からできる！あなたのこころと上手に付き合うコツ

自分の好きなことで
リフレッシュ



音楽や映画で
気持ちをリセット



お風呂でゆっくり
休息を



勉強や仕事、子育て中も
息抜きは大切



ひとりで 悩まないで!
抱え込まないで!

まずは 相談から
はじめませんか?



いのちの支援相談窓口

相談内容	相談機関	電話番号	相談時間	
ストレス、うつ、アルコール問題、ひきこもり、心の悩みなど心の健康相談	こころの相談専用電話 (長野市保健所健康課)	026- 227-4455	月～金 9:30～16:00 (祝日、年末年始を除く)	
	長野市保健所健康課 (または市内各保健センター)	026- 226-9965	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)	
	長野県精神保健福祉センター	026- 227-1810		
	各市町村 保健担当課	各市町村役場にご相談ください		
心の悩み ・消えてしまいたい等自殺に傾いている方 ・家族や知人から死にたいと訴えられている方 ・身内が自死して悲観している方	こころの健康相談統一ダイヤル (長野県精神保健福祉センター)	0570-064-556	月～金 9:30～16:00 (祝日、年末年始を除く)	
	長野いのちの電話	026- 223-4343	11:00～22:00(年中無休)	
	自殺予防電話相談 (心の悩み・不安・孤独・恐怖等の時)	いのちの電話ナビダイヤル	0570-783-556	10:00～22:00(年中無休)
	自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日 8:00～翌日8:00	
どこに相談したら良いかわからない	よりそいホットライン	0120-279-338	毎日24時間	
債務・法律相談	多重債務、悪質商法、振り込め詐欺、架空請求、ヤミ金融、クーリングオフ等	長野市市民窓口課 消費生活センター	026- 224-5777	月～金 9:00～17:00 (電話相談は8:30～) 法律相談は要予約。長野市及び、飯綱町・信濃町・小川村・高山村在住の方(祝日、お盆、年末年始を除く)
	消費者トラブル・少額トラブル(司法書士電話無料相談) 多重債務、債務整理、悪質商法、特殊詐欺、個人間のお金の貸し借り、交通事故、裁判所からの突然の呼び出しなど	長野県司法書士会	026- 233-4110	月～金 12:00～14:00 (祝日、8月14日～16日、12月29日～1月3日を除く)
	法的トラブル解決のきっかけとなる情報提供、多重債務、債務整理、各種法律相談	法テラスサポートダイヤル	0570-078374	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 弁護士による法律相談は完全予約制(収入制限あり)で面談。
	女性弁護士による無料法律相談 慰謝料、養育費、財産分与、調停・裁判、セクハラなど女性の権利一般に関する各種相談	長野市男女共同参画センター	026- 237-8303	毎月第2水曜日 10:00～12:00 (要予約)相談日直前の平日8:30から電話による先着順受付。市内在住・在勤・在学の女性。定員は4名。
暮らしの相談	生活保護の相談	長野市生活支援課 長野市福祉政策課篠ノ井分室	026-224-7529 026-292-2596	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	生活している中でさまざまな悩み、心配ごとの相談	きぼう相談 (長野市社会福祉協議会)	026- 226-8200 026- 292-1151	毎週(火・金) 9:00～16:00 ふれあい福祉センター (祝日、年末年始を除く) 毎週(月) 9:00～16:00 篠ノ井地区ボランティアセンター (祝日、年末年始を除く)
子ども・青少年の相談	児童虐待や育児に関する専門的な相談	長野県中央児童相談所	026- 238-8010	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	家庭での児童養育に関する相談	長野市子育て支援課 長野市福祉政策課篠ノ井分室	026-224-7062 026-292-2596	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	子どもの発育・発達・育児に関する相談(0～18歳対象)	子育て相談専用電話 (長野市子育て支援課 子ども相談室)	026- 224-9746	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く) 毎月第2火 17:30～19:30
	児童虐待の通告、相談	長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	026- 219-2413	毎日24時間 (24時間いいさ)
	子どもが抱えるいじめ・体罰等の悩み、保護者が抱える育児や子育ての悩みなど、子どもに関する様々な悩みの相談	長野県子ども支援センター	子ども専用ダイヤル(無料): 0800-800-8035 大人用ダイヤル: 026-225-9330	月～土 10:00～18:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)
	子どもの非行問題や生活指導などに関する相談	長野市少年育成センター	026- 228-8588	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	いじめ、不登校、学校生活、家庭生活、発達障がい、就学支援の相談	長野市教育センター	0120-783-041	月～金 8:30～19:30 (祝日、年末年始を除く)
	子どもの悩み・非行・犯罪被害などの相談 (ヤングテレホンコーナー)	少年サポートセンター (長野県警察本部 人身安全・少年課内)	026- 232-4970	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	学校生活に関する悩みの相談	学校生活相談センター	0120-0-78310	毎日24時間
子どもの人権相談	子どもの人権110番 (長野地方事務局内)	0120-007-110	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)	

	相談内容	相談機関	電話番号	相談時間
仕事・労働関係	総合労働相談	長野労働局 雇用環境・均等室 総合労働相談コーナー	026- 223-0551	月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
		長野労働基準監督署 総合労働相談コーナー	026- 480-0631	
	労働条件等の相談	長野労働基準監督署	026- 223-6310	月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
	就職相談	ハローワーク長野	026- 228-1300	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
		ハローワーク篠ノ井	026- 293-8609	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	雇用や労働条件等労働問題全般の相談	長野県北信労政事務所	026- 234-9532	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	生活や就労などでお困りの方の総合的な相談支援	長野市生活就労支援センター “まいさぼ長野市”	026- 219-6880	月～金 9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
	起業及び各種経営相談	長野商工会議所	026- 227-2428	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
		長野市商工会	026- 284-4556	
就職や職業に関する相談、キャリアカウンセリング、 仕事上の悩みや職場での人間関係などの相談	長野市職業相談室	026- 224-7021	月～金 9:00～17:30 (祝日、年末年始を除く) ※夜間職業相談(要予約) 第2火曜日 17:00～20:00	
15歳から49歳までの就労支援	ながの若者サポートステーション	026- 213-6051	月～金 10:00～18:00 (祝日、年末年始を除く)	
女性相談	女性の悩みについて	女性のための相談 (長野市男女共同参画センター)	026- 237-8778	月～金 9:00～16:00 (祝日、年末年始を除く)
	母子家庭や保護が必要な女子等への相談指導	長野市子育て支援課 長野市福祉政策課篠ノ井分室	026-224-7062 026-292-2593	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	DVの通報、相談	長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	026- 219-2413	毎日24時間 (24時間いっさい)
	女性の人権相談	女性の人権ホットライン (長野市方法務局内)	0570-070-810	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
	夫婦・家族関係、男女関係等の困りごと、配偶者等からの暴力	長野県女性相談センター	026- 235-5710	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
高齢者	高齢者の介護・保健・福祉、高齢者虐待に関する相談	長野市中部地域包括支援センター	026- 224-7174	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
		長野市中部地域包括支援センター 篠ノ井支所駐在	026- 292-3358	
		長野市地域包括ケア推進課	026- 224-8929	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
障害	障害(児)者(身体・知的・精神・難病)の福祉、 障害者虐待、障害者差別に関する相談	長野市障害福祉課	026- 224-8730	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
難病	難病に関する相談	長野市保健所健康課	026- 226-9965	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
		長野県難病相談支援センター	0263-34-6587	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
人権	日常生活での人権上の相談	みんなの人権110番 (長野市方法務局内)	0570-003-110	月～金 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)
		心配ごと悩みごと相談室 (長野市中央隣保館内)	026- 223-2220	月・水・金 13:00～17:00 (祝休日、年末年始を除く)
犯罪被害	犯罪の被害に遭われた方の相談 (殺人、傷害、強姦、ひき逃げ等悪質な交通事故)	長野犯罪被害者支援センター	026- 233-7830	月～金 10:00～16:00 (土日、祝日除く)
	DV、ストーカー、犯罪被害防止等、安全と平穏に関する相談	警察安全相談 (長野県警察本部内)	#9110 026-233-9110	毎日24時間 (夜間・休日は当直職員対応、 緊急事案を優先)
		長野中央警察署	026- 244-0110	
		長野南警察署	026- 292-0110	
性犯罪に関する届出、悩みなどの相談	性犯罪被害ダイヤルサポート110 (長野県警察本部内)	#8103 0120-037-555	毎日24時間 (夜間・休日は当直職員対応)	

長野市消費者被害防止見守りネットワーク情報

賃貸住宅を退去する時、 「原状回復費用をめぐり！」

経年変化や通常の使用による
損耗等の修繕費用は賃料に含まれ、
借主に負担義務ありません。

原状回復をめぐるトラブルを避けるには、

- ① 入居時に双方が立会い、部屋の状況を確認しチェックリストを作成し、日付入り写真を撮りましょう。
- ② 借借人として社会通念上要求される程度の注意を払って使用しましょう。
- ③ 賃貸側に原状回復費用の内訳書の提出を求めましょう。

- ◆ 近所の高齢者の方に「声かけ」、「見守り」を日頃から行い、消費者被害は未然に防止する・被害に気づいていない人に、気づかせる機会を設けてください。

～不安を感じたら迷わず電話～

- ◆ 長野市消費生活センター 224-5777
(消費者ホットライン 188)
- ◆ 長野中央警察署 244-0110
- ◆ 長野南警察署 292-0110
(警察相談専用電話 #9110)

【発行元】長野市地域・市民生活部
市民窓口課 消費生活センター
〒380-0835 長野市大字南長野新田町 1485-1
長野市もんぜんぶら座 4階