

厚生労働省  
令和5年度 介護BCP策定支援セミナー



# 机上訓練(入所系)

作成したBCPを役立つものにするための机上訓練を解説

令和5年度 厚生労働省委託事業

「介護施設等における感染症の感染対策及び業務継続計画(BCP)策定に係る調査研究及び当該調査研究を踏まえた研修業務一式」

- 1. 訓練の必要性**
- 2. 研修・訓練の内容**
- 3. 初動対応の机上訓練**
- 4. 業務継続の机上訓練**

# 1. 訓練の必要性

# 1. 1 BCP作成の義務化

- ・令和3年度介護報酬改定で、BCPの作成及び研修・訓練が義務化(経過措置令和6年3月末まで)
- ・令和6年度介護報酬改定で、BCPが作成されていない事業者に対する基本報酬の減額(経過措置令和7年3月末まで)

## 運営基準の記載内容

(1)感染症、自然災害の両方のBCPを作成

(2)研修、訓練(シミュレーション)の定期的な実施

入所系 : 年2回以上の研修、年2回以上の訓練

通所系、訪問系 : 年1回以上の研修、年1回以上の訓練

## 1.2 人間の心理に勝つ

質問：ショッピング・モールで非常ベルが鳴りました。あなたはどのようにしますか？

答え：

- (1) 点検だと思うので、何もしない
- (2) 皆が避難していないので、大丈夫だ
- (3) 煙が出ていないので、大丈夫だ
- (4) 屋外に避難した

## 1.2 人間の心理に勝つ

質問：ショッピング・モールで非常ベルが鳴りました。あなたはどのようにしますか？

答え：

- (1) 点検だと思うので、何もしない
- (2) 皆が避難していないので、大丈夫だ
- (3) 煙が出ていないので、大丈夫だ
- (4) 屋外に避難した

80～90%が避難しない

### 人間の心理「正常性バイアス」に打ち勝つ

正常性バイアス(Normalcy bias)とは、自然災害など予想外のリスクが発生した場合に状況を過小評価してしまう心の働き

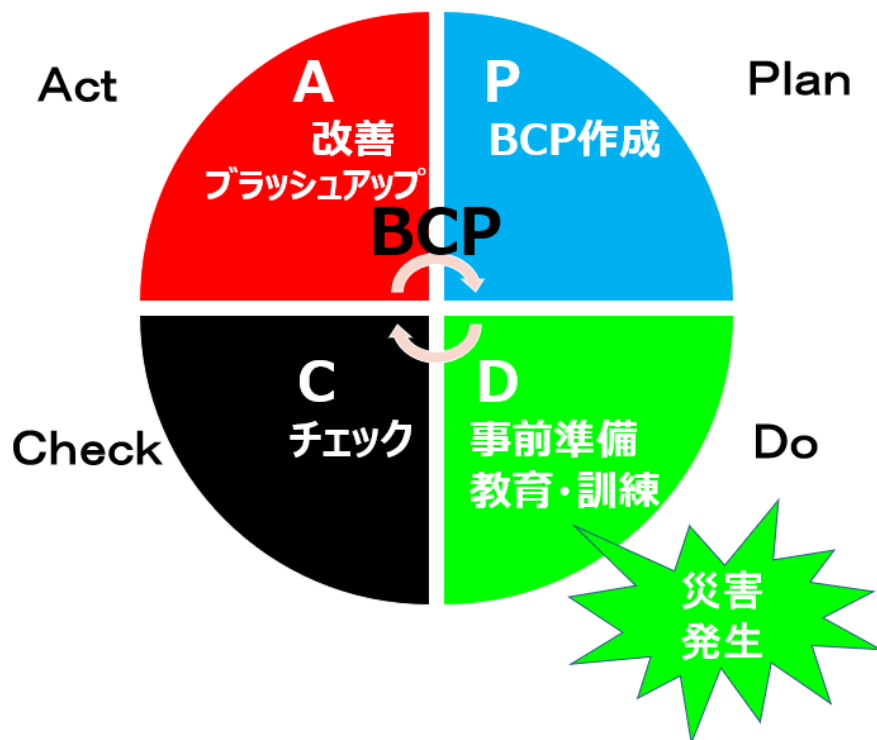
災害を正しく認識する。災害が起こった時の状況を疑似体験する

# 1. 3 BCP作成・運用の流れ

## BCPを作って終わりでない

1. 基本方針
- ↓
2. BCPの作成
  - ①優先業務の選定  
災害の把握
  - ②事前準備
  - ③初動対応
  - ④業務継続・復旧
- ↓
3. 計画の実施と運用
- ↓
4. **研修・訓練**
- ↓
5. 点検・是正

災害時に実際に使える・役立つ  
BCPにブラッシュアップを継続する



## 2. 研修・訓練の内容





## 2.2 訓練

### ▶ 業務継続の流れは、机上訓練で確認する

#### ● 訓練の種類と内容

1. 防災訓練(避難誘導、初期消火、救出・救護)は、BCPの訓練ではない
2. BCP訓練

#### 机上訓練と実地訓練を実施する

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| (1) 参集訓練                  | 夜間、休日を想定し、対策本部員が事業所へ参集 |
| (2) 対策本部設置訓練              | 災害が発生した想定で、対策本部を設営     |
| (3) 机上訓練<br>(イメージ・トレーニング) | 災害発生から復旧までの流れを机上で確認    |
| (4) 安否確認訓練                | 施設内・外の職員等の安否を実際に確認     |
| (5) 実働訓練(実地)              | 機器の操作等、マニュアルに沿って実際に実施  |
| (6) 総合訓練                  | 地域等と協力し、一連の流れを確認       |

対策  
本部員  
向け

## 2.3 訓練の準備

始めは、簡単なケースでBCPの訓練を実施  
以下の準備を行う

- ・会議室(できれば災害対策本部の場所)に災害対策メンバーを集合。  
できれば、対策本部の設営(ホワイトボード、パソコン、電話等を配置、等)  
災害対策メンバーは、本部長以下、各対策班の正副の班長(様式1に記載)
- ・事前に訓練シナリオを決定。できるだけ具体的に設定。始めは簡単なシナリオで。  
(補足資料の訓練シナリオを参照)
- ・進行役を決め、進行役が訓練シナリオを1ステップずつ説明する。  
その説明を受け、対策本部長以下、各班が何を行うかを考え、発表する。  
対応策が、わからない場合は、記録を取り、反省会で振り返る。

## 2.4 机上訓練シナリオ例(自宅・地震)

➤ 身近な自宅で地震に遭遇した際の行動を、訓練しましょう

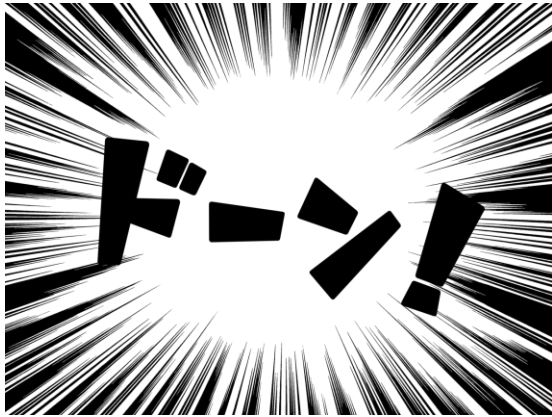
区分	番号	何が起こる	だれが
防災	1	激しく揺れる	ご自身
	2	安全確保、安否確認	ご自身、家族
	3	周囲の状況確認	ご自身、家族
	4	屋外避難	家族

## 2.5 想定(前提条件)

- 震度7の地震
- 夜10時、自宅で就寝直前
- 家族構成 夫婦、子供1人
- 津波、火災は、発生しない
- 停電、断水が発生
- 電話、データ通信が錯綜して使えない
- 道路の状況は、不明

# (1) 激しく揺れる

## 事象



## 対策

- ・家具などの転倒防止
- ・寝室に大きな家具を置かない

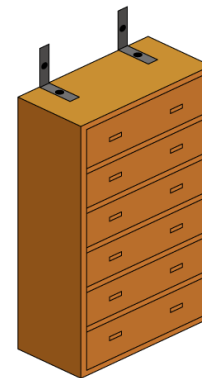
## 悪いケース



想定力が重要

固定しないと倒れる!

## 良いケース



## (2) 安全確保、安否確認

### 事象

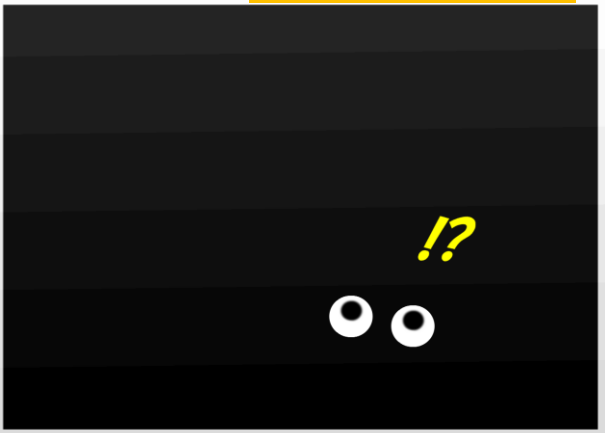


### 対策

- ・スマホ、懐中電灯を身近に置く
- ・まずは、大きな声で安否を確認
- ・部屋の中が散乱している可能性も考え、冷静に行動

### 悪いケース

地震で停電！



### 良いケース



## 事象

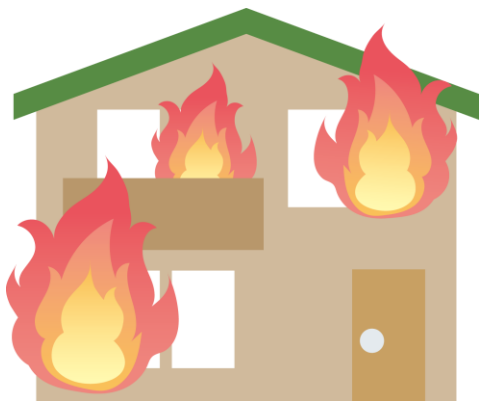


## 対策

- ・消火器の設置
- ・火事の場合、消火器で消火
- ・消火器の使い方を学ぶ

## 悪いケース

初期消火が重要！



## 良いケース





## 事象



## 対策

- ・普段から避難所を確認
- ・非常用持出品を持って避難
- ・夜は懐中電灯も必要
- ・身を守る(ヘルメット、靴、手袋)

## 悪いケース

事前の準備が必要！



危険がたくさん

## 良いケース



### 3. 初動対応の机上訓練

## 3. 1 想定(前提条件)

- 震度7の地震。夜10時に発生
- あなたは、夜勤のリーダー
- 詰所(フロアのステーション)で日報を書いていた
- 津波、火災は、発生しない
- 停電、断水が発生
- 電話、データ通信が錯綜して使えない
- 道路の状況は、不明

## 3. 2 地震訓練シナリオ(入所系)

区分	いつ	番号	何が起こる	誰が
防災	夜10時	1	地震発生(詰所にいる時)	夜勤リーダー(あなた自身)
		2	安否確認(利用者)	各職員
		3	負傷者発生	夜勤リーダー
初動対応	夜11時	4	被災状況確認	各職員
		5	情報収集・連絡	夜勤リーダー
		6	災害状況確認	幹部
		7	BCP発動、安否確認(職員)	だれか
業務継続		8	業務継続(重要業務)	各職員
	翌日8時	9	出社・帰宅困難	各職員
		10	業務継続(食事)	夜勤リーダー
		11	対策本部員 出社	対策本部員

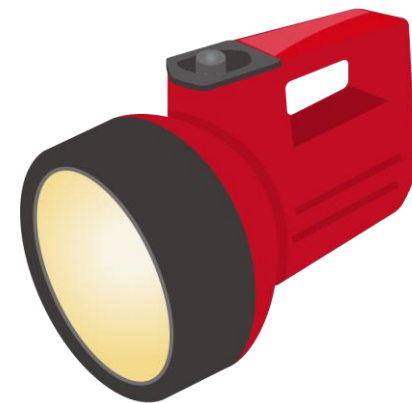
# (1)地震発生

✓ 身の安全を守るために、何か対策は？

✓ まずは身の安全(特に頭)

✓ 停電の対策は？

✓ 懐中電灯は暗闇でも探せますか？

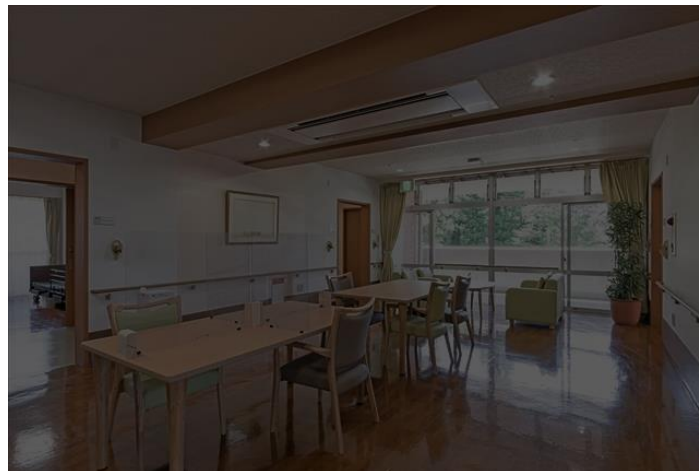
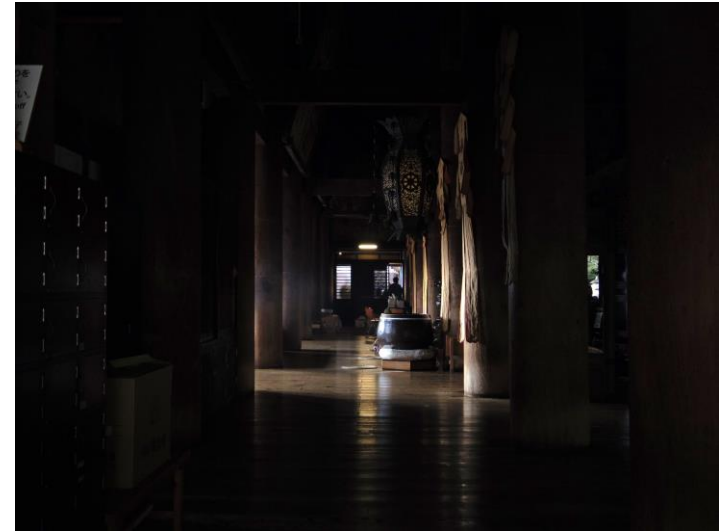


## (2) 安否確認

✓ 利用者は、どのように確認する？

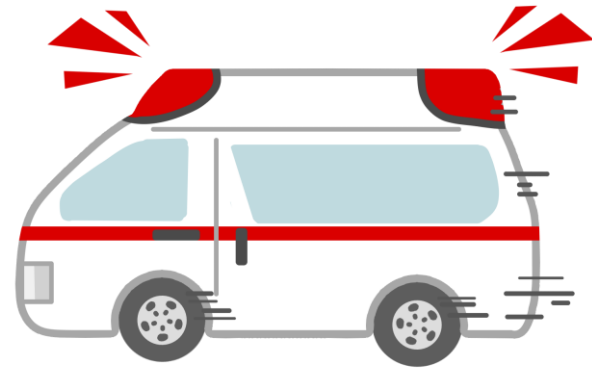
リスト、レイアウト、・・・

✓ 部屋から出てきた利用者は？



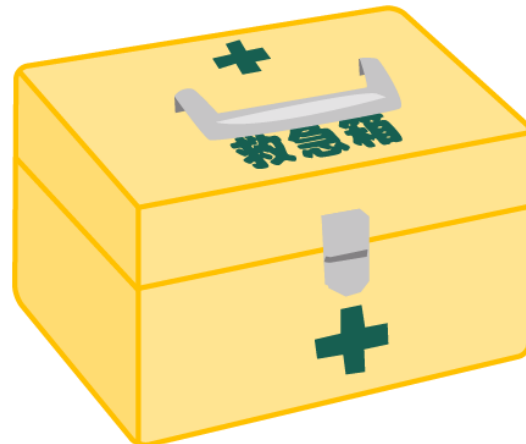
### (3) 負傷者発生

✓ 負傷者がいたら、どうする？



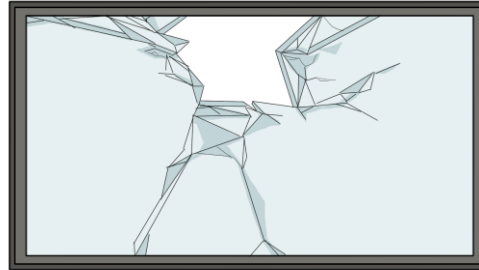
✓ 救急箱は、どこ？

✓ 応急処置できる？



## (4) 被災状況確認

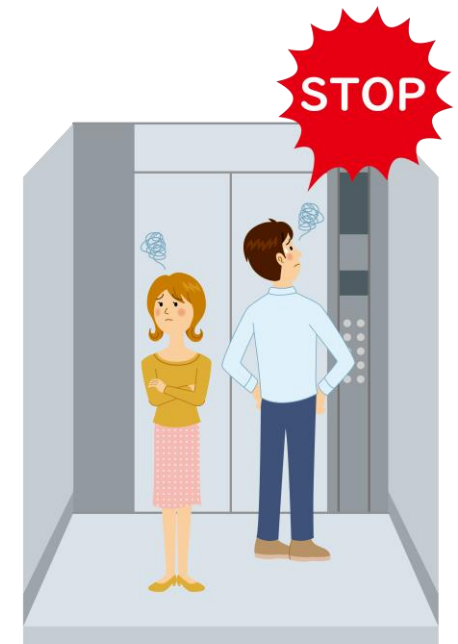
✓ 危険な箇所は？



✓ 漏水は？



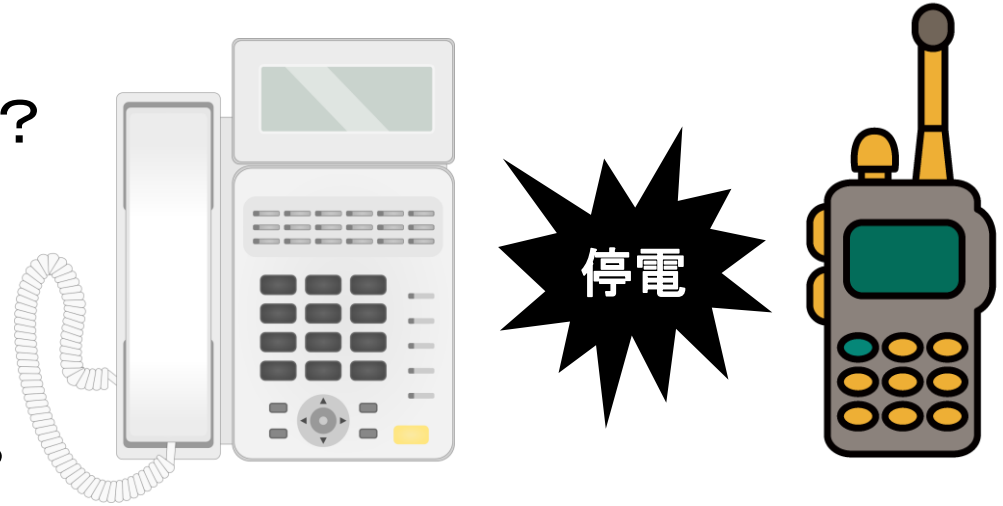
✓ エレベータへの閉じ込めは？





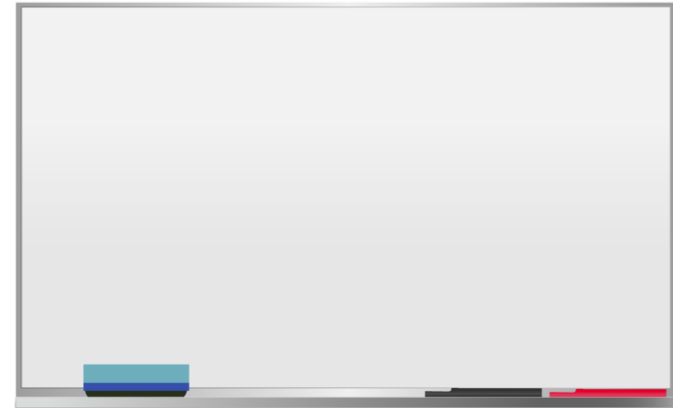
## (5) 情報収集・連絡

✓ フロア間の情報連絡は？

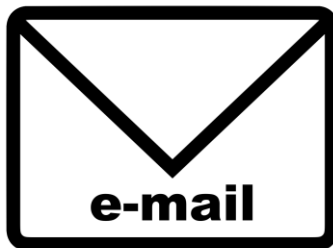


✓ 集めた情報の整理は？

BCPの安否確認シート  
どこ？

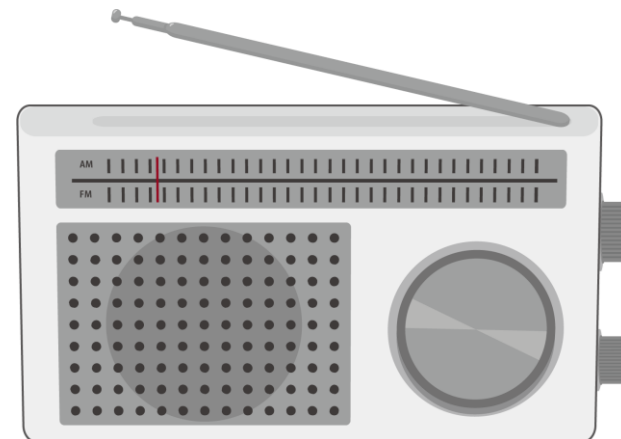


✓ 幹部への連絡は？



## (6) 災害状況確認

✓ 所在地の震度は、どう把握するのか？



✓ 周辺で火災は、発生していないか？

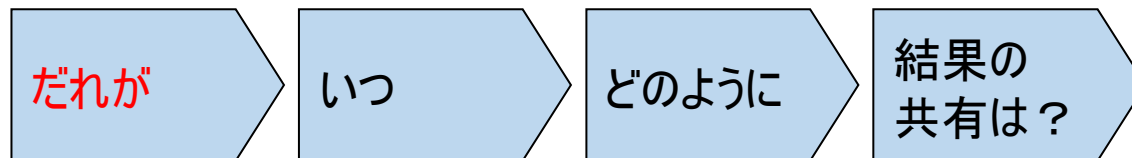


## (7) BCP発動、安否確認

✓ BCPを発動できるのか？

✓ 職員の安否の確認は？

だれが、始めるのか？ 始められるのか？



✓ 出勤できる人員の把握？

## 4. 業務継続の机上訓練

## (8) 業務継続(重要業務)

- ✓ 医療的ケア

継続可能か？



バッテリー？

- ✓ 排泄

~~断水~~

~~配管~~



どこに設置？

- ✓ 声掛け(余震が続く)

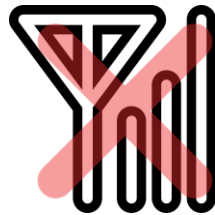


## (9) 出社・帰宅困難

- ✓ 朝になり、周囲の状況が判明  
→ 道路が寸断。橋が倒壊。  
崖崩れ。家屋が倒壊



- ✓ データ通信が停止！



- ✓ 職員の確保に向けた情報がない！

# (10) 業務継続(水分補給、食事)

- ✓ 非常食を提供できますか？

ご飯、おかず、汁物



- ✓ 利用者が、自ら水が飲めますか？



- ✓ 余震が続く中、  
調理・配膳、  
食事介助ができますか？



# (11) 対策本部員 出社

- ✓ ここからが、長い道のりです。
- ✓ 業務の継続、職員の確保に加え、  
様々な問題が発生します。
- ✓ 例：周辺住民が避難してくる。  
物資が不足する。



## 4. 1 訓練での確認事項

一例を示す(まだまだ、ある)。特に赤字の部分は、重要

【通報・連絡】・発災が夜なら？

【BCP発動】・対策本部長は何をする？ 対策本部の設置時期？ 各班の役割？

【本部機能】・どのように対策本部内での情報共有？ 各班の方針と指示？  
・連絡は？ 法人本部、ご利用者様(含むご家族様)、ケアマネ、等  
5W1H(いつ、どこで、誰が、何を、なぜ、どのように)？

【災害対応】・津波、水害時の避難計画の作成

【業務継続】・継続可能？ 不足物資をどうするのか？ どのサービスを停止？  
医療ケア、介護、給食、廃棄物、リネン、洗濯、清掃、等  
・周辺住民の避難、インフラ停止の長期化、寒さ・暑さ対策、・・・

## 4. 2 訓練の評価項目

- ・課題を整理して、訓練は終了。
- ・以下の評価項目で評価し、反省点をもとにBCPを改善する。
  - (1)達成度 期待された行動をとれた
  - (2)迅速性 対応に要した時間
  - (3)正確性 与えられた状況を正確に整理できた
  - (4)柔軟性 検討できた対応の数

## 4.3 業務継続の阻害要因(感染症)

### ➤ 感染拡大が続くリスクを理解する(想定力が重要)

区分	行動	阻害要因	対策
感染防止	体調管理	発熱しない感染者がいる	定期的なPCR、抗原検査の実施
	教育	感染防護具の着衣等の教育不足により感染者発生時に職員が感染する	感染者発生時に専門家の指導を受ける
初動対応	第一報	BCPの発動を決定せずに感染が拡大する	感染(疑い)者が1名発生した時点で、BCPを発動し、情報収集を行う
		家族連絡に人手を要する	SNS等の同時発信手段を検討
	消毒	職員が共用しているパソコン、電話機等から感染が拡大する	消毒すべき箇所を漏れなくマニュアルに記述する
業務継続	感染防御	感染防御のために人手を要する	人員の増強、残業等での対応
	職員確保	職員が感染し人手が不足する	優先業務・利用者にサービスを限定
	情報共有	携帯電話で家族に連絡すると電話に出てくれない	施設の携帯電話の番号も事前に伝えておく
	想定外の事態発生	入所者のクラスター発生	早期に医療専門家の指導を受ける
職員のクラスター発生		復帰計画を作成し職員に出口を見せる	
給食職員のクラスター発生		非常食の提供を想定しておく	

## ➤ 電話などが、「できないこと」を理解する(想定力が重要)

区分	行動	阻害要因	対策
防災	安全確保	事前に身構えられない 建物が倒壊する等のリスク	緊急地震速報を活用した行動 事前のリスク対策(ひな形を参照)
	避難	津波などから短時間で避難可能？ 避難先を知っている？	避難訓練の実施 移動、訪問中の避難を行動基準に明記
	応急処置	救急箱がある？ 処置方法は？	救急救護の訓練の実施
初動対応	状況確認	電話が通じない(停電、混線) 照明器具が停電時に取出せる？	停電で使えない機器を確認し対策実施
	情報連絡	電話が通じない(停電、混線) 自宅の電話も通じない	自宅、携帯、メール、SNSなど多くの連絡方法を検討
	安否確認	電話が通じない(停電、混線) 管理者が安否確認を開始できない	複数の人が安否確認を発動できる 安否確認の結果を共有できる
業務継続	帰宅困難	職員、(利用者)が帰宅できない	水と食料、寝具等の備蓄。トイレの対応
	業務継続	少ない職員で業務を継続できない 職員が集まらない	事前に参集できる人員を想定する 参集基準を作成し徹底する
	安否確認	利用者の避難。避難先の把握	各サービス、地域で連携してケア