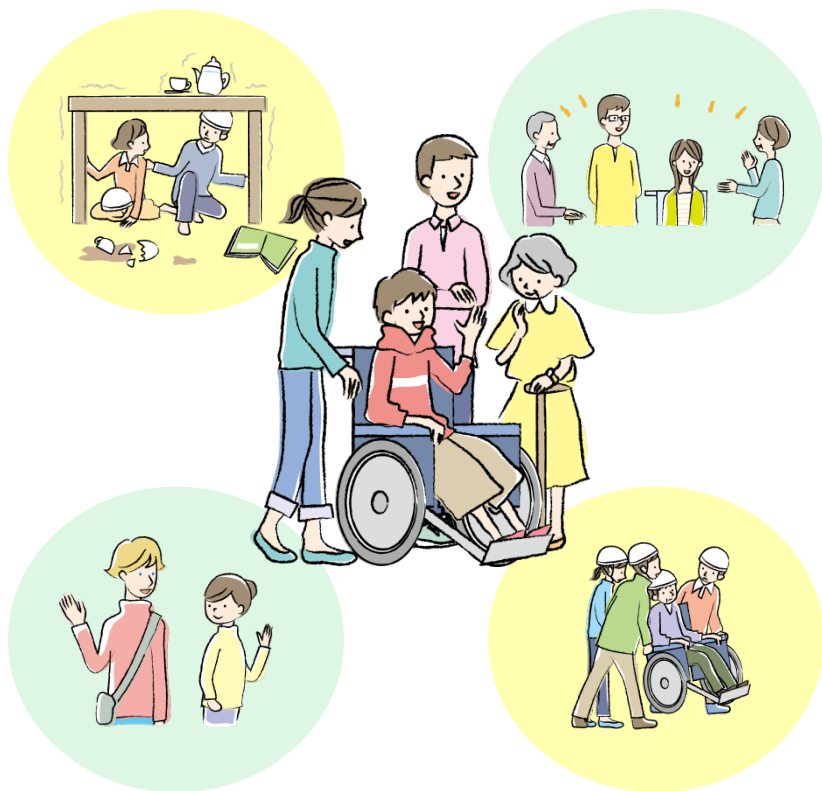


地域ぐるみで災害対策

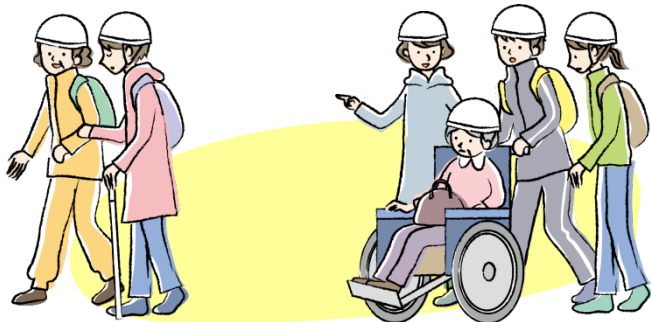
・ 災害時要援護者支援ガイド ・



 はじめに	3
 自分と家族の身を守るために（自助）	5
● 日ごろの準備	5
<<防災コラム①家の安全対策>>	8
● 災害発生時の対応	9
● 避難せず自宅で生活するとき	9
● 倒壊などにより自宅で生活できないとき	10
<<防災コラム②避難する場所の確認>>	11
 地域ぐるみで助け合い（共助）	12
● 日ごろの準備	12
● 災害発生時の対応	13
● 避難せず自宅で生活するとき	13
● 倒壊などにより自宅で生活できないとき	14
● 避難所の運営に協力するとき	15
<<防災コラム③災害時要援護者の把握方法>>	16

👤 災害時要援護者の状況ごとに必要な配慮…………… 17

- 手足の不自由な人…………… 17
- 耳の不自由な人…………… 17
- 目の不自由な人…………… 19
- 内臓機能に障害のある人…………… 20
- 知的障害のある人…………… 21
- 発達障害（自閉症など）のある人…………… 22
- 精神障害のある人…………… 23
- 認知症の人…………… 24
- 支援の必要な高齢者…………… 24
- 乳幼児・妊産婦…………… 25
- 外国人…………… 25
- 《防災コラム④支援ツールの活用》…………… 26





はじめに

～ 私たちの命は私たちで守る ～

日本は世界の中でも地震が多い国の一つです。平成になってからも、^{はんしん}阪神・^{あわじだいしんさい}淡路大震災、^{にいがたけんちゅうえつじしん}新潟県中越地震、^{ひがしにほんだいしんさい}東日本大震災など日本各地で大きな被害をもたらす地震が起きています。

ここ横浜も、かつて^{かんとうだいしんさい}関東大震災に見舞われ、多くの方が犠牲になりました。関東大震災から100年以上が経過し、再び大きな地震がおきる可能性が高まっています。

また、地震以外でも台風や^{しゅうちゅうごう}集中豪雨などの風水害により、土砂崩れや浸水の被害が発生することも想定されます。

こうした、地震などの災害の際には、「私たちの命は私たちで守る」ことが重要です。

そのためには、^{じじよ}自助、^{きょうじよ}共助の取組、すなわち、一人ひとりの^{じぜんじゅんび}事前準備と^{じゅうみんそうご}住民相互の助け合いの取組が不可欠です。

私たちの中には、高齢者や障害のある人、乳幼児^{にゅうようじ}や妊産婦^{にんさんぶ}など災害が起きたとき、何らかの支援が必要な人たち（「災害時要援護者^{さいがいじようえんごしゃ}」）といえます。）がいます。

また、災害時には、けがを負い、誰もが災害時要援護者になる恐れがあります。

災害時要援護者が災害から身を守るためには、本人、家族などによる十分な事前準備が必要です。

また、周りの人たちが災害時要援護者のことを理解し安否確認^{あんびかくにん}、避難支援^{ひなんしえん}などの手助けをすることや、避難場所で必要な配慮をすることが大切です。

この冊子は、災害時要援護者のための心構えと事前準備、支援者の理解の促進のための配慮事項などをまとめたものです。

この冊子を活用し、災害時要援護者を地域ぐるみで守っていこうという地域の自主的な活動につなげていただければ幸いです。





自分と家族の身を守るために（自助）



日ごろの準備

● 家具やガラスなどの安全対策をとりましょう

地震で倒れそうな家具は、てんとうぼうしきぐ転倒防止器具などで固定しましょう。
ガラスに、ひさんぼうし飛散防止フィルムを貼り付けましょう。（→8ページ「コラム①」参照）

● 避難方法を確認しましょう

地震による、とうかい倒壊などにより自宅で生活できないときに避難する身近な市立の小・中学校等を、ちいきぼうさいきよてん地域防災拠点とといいます。区役所などで配布している防災マップなどで、自分の住んでいる地域の地域防災拠点がどこか確認しておきましょう。

● 家族間の連絡方法・集合場所を決めましょう

災害は、家族全員が揃っているときに起こるとは限りません。あらかじめ、家族の間で連絡方法や集合場所を決めておきましょう。

● 地域の防災訓練などに参加しましょう

自治会町内会などの、じしゅぼうさいそしき自主防災組織や、地域防災拠点が実施する防災訓練などに、積極的に参加しましょう。

自分と家族の身を守るためには、災害に対する正しい知識を身につけ、いざというときに落ち着いて的確な行動をとることが重要です。

- 氏名、住所、緊急時の連絡先などを記入した非常用カードを準備しておきましょう
- 非常用持ち出し品を用意しましょう

日ごろから、最低3日分の食料品・水とトイレパックを用意しましょう。

日ごろ服用している薬があれば、お薬手帳や薬の名前、服薬量が分かるメモ（処方箋）を保管しておきましょう。

障害などに応じて必要となる生活用品を準備しましょう。

「障害者の健康ノート（主治医の連絡先、日ごろの身体状況、薬や装具の内容等を記入しておきます。）」を常備しておくに役に立ちます。

【災害時要援護者が身近に準備しておく主な生活用品（例）】

手足の不自由な人	車椅子、杖、歩行器 など
目の不自由な人	白杖、点字器 など
耳の不自由な人	情報を入手しやすくするための携帯電話や補聴器の電池、筆談用のメモ用紙、筆記用具、笛、ブザーなど
音声・言語機能に障害のある人	筆談用のメモ用紙、筆記用具、笛など
内臓機能に障害のある人	人工呼吸器を装着している人は非常用外部バッテリーなど、直腸膀胱機能障害の人は、ストーマ使用に必要な装具や皮膚保護材などの付属品など、永久気管孔のある人は気管孔エプロンの予備など、その人の状況に応じて必要なもの

● 情報伝達手段、情報入手手段を確保しましょう

日ごろから地域の防災訓練に参加するとともに、お付き合いのある身近な人に情報伝達をお願いしておきます。

横浜市では、地震震度情報、気象警報・注意報等を始めとする防災情報をEメールで配信するサービスを行っています。このサービスを携帯電話等で活用することにより、防災情報をいち早く入手することができます。

【登録方法】

下記のアドレスにメールを送信すると案内メールが届きます。

案内メールの手順に従い登録してください。

entry-yokohama@bousai-mail.jp

※件名・本文は空欄のままです。

右の二次元コードからアドレスを読み取れます。



耳の不自由な人には、事前登録制で避難勧告や指示等の災害時緊急情報ファクシミリ通信網を利用して自宅のファックスへ配信する仕組みがあります。

対象：原則として2級から3級の聴覚障害者で
自宅にファックスがある方

窓口：各区役所福祉保健センター高齢・障害支援課

NTTで作成・無償配布している「電話お願い手帳」を使うと「用件を電話で連絡したい」「緊急事態なので助けてほしい」など、周りの人に協力をお願いしたいことが、分かりやすく伝えられます。

防災コラム①

家の中を点検し必要な安全対策をしましょう

- ☑非常用持出品袋^{ひじょうようもちだしひんぶくろ} は、玄関など、避難口になるところに用意しましょう
- ☑地震で倒れそうな家具は^{てんとうぼうしきぐ} 転倒防止器具などで固定しましょう
- ☑ガラスに^{ひさんぼうしやう} 飛散防止用 フィルムを貼り付けましょう
- ☑火災などの二次災害を防止するため、暖房器具は^{じどうしょうかそうち} 自動消火装置などがついた物を選びましょう
- ☑^{かんしん} 感震 ブレーカー（※）を設置しましょう
（※強い揺れを感知して、自動的に電気を止める器具）
- ☑重いものは、高いところに置かないようにしましょう
- ☑寝室や廊下、ドア付近の家具は配置も見直し、倒れるものは置かないようにしましょう
- ☑戸棚の扉は、開いてこないように、^{とがね} 留め金を付けるなどしましょう
- ☑安全に避難するために、身近にスリッパや軍手を用意しておきましょう





災害発生時の対応

● 情報を集めましょう

テレビやラジオなどで、地震などの規模を確認しましょう。近所の人にも周りの状況を確認し、手伝ってほしいことがあるときは頼みましょう。

● (必要な場合) 避難をしましょう。

大きな地震で避難が必要になった場合は、まずいつとき避難場所（近所の空き地や公園など）に避難します。

自宅以外の場所で地震が起こった場合、駅などでは、周りの人と一緒に駅員の指示により避難します。

屋外のときは、周りの人と一緒に近くの空き地や公園等へ避難します。



避難せず自宅で生活するとき

● 家が無事なら自宅に帰り、自宅で避難生活を送ります

地域防災拠点に避難しないことを地域防災拠点に伝え、水、食料、援助物資の供給などの情報の入手手段を確認しましょう。

生活上の支障があれば、近隣の人などに支援をお願いしてみましょう。



倒壊などにより自宅で生活できないとき

● 地域防災拠点で避難生活を送ることができます

地域防災拠点は、地域の住民などで作られている運営委員会により運営されています。

避難したときは、受付で避難者カードの記入を行うと同時に、どんな生活上の支障がありそうか、わかる範囲で伝えましょう。

● 自分でできることは自分で行うことを基本としましょう

運営しているスタッフも被災者の一人です。自分でできることは自分で行うことを基本としましょう。また、手伝えることがあれば、積極的に避難所の運営に協力しましょう。

被災の状況や避難所の状況によっては、十分な配慮ができないことがあります。状況の理解に努めましょう。

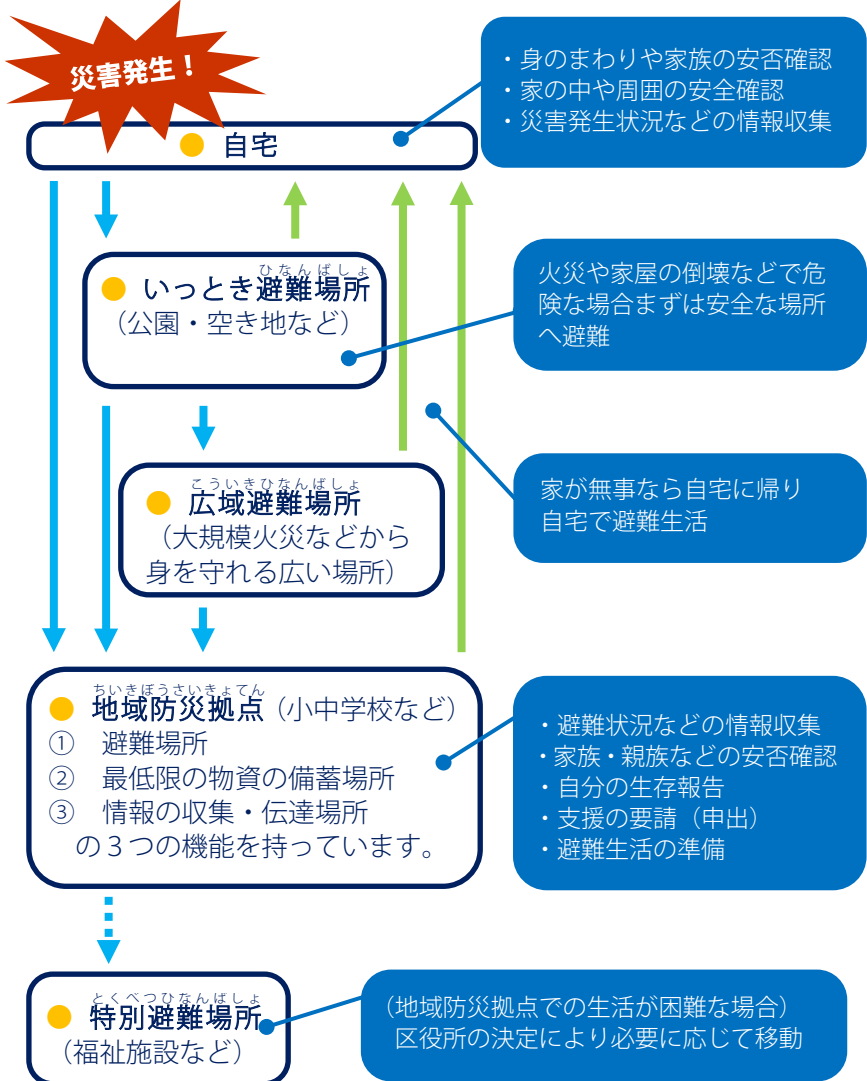
● 地域防災拠点での生活が困難なとき

地域防災拠点での生活が困難な場合は、二次的避難場所である特別避難場所^{とくべつひなんばしょ}へ避難することもあります（特別避難場所の開設・受入は区役所が決定します。）。



防災コラム②

避難する場所を確認しましょう





地域ぐるみで助け合い（共助）



日ごろの準備

- 日ごろから、住民同士のコミュニケーションを図ることを心がけましょう

地域には、高齢者や障害者などの災害時要援護者をはじめ、様々な事情のある人がいることを理解しましょう。

隣近所の人や地域の人と、声をかけあえる関係をつくりましょう。

- 地域で支援が必要な人を日ごろから把握しておきましょう

情報の管理方法などについて、事前に決めておきましょう。地域で支援が必要な人の名簿について、区役所から提供を受けることもできます。（→16 ページ「コラム③」参照）

- 避難訓練に地域の災害時要援護者も参加してもらいましょう

定期的に防災訓練などに、地域の災害時要援護者も参加してもらいましょう。

誰が声をかけるか、避難の手助けをするかなど、あらかじめその人の支援者を決めておくのもよい方法です。

また、避難経路^{ひなんけいろ}に、道の幅がせまいところがないか、地震などの際に危険なところがないかなど、確認しておきましょう（横浜市のホームページの「わいわい防災マップ」もご覧ください。）。



災害発生時の対応

- 隣近所、特に災害時要援護者に声をかけて、一緒に避難しましょう

自分の身の安全を確保できたら、近所の人と声を掛け合って避難しましょう。

家族だけでは困難な時には、手助けを頼みましょう。単独での行動はせずに、身近な人たちと集団で行動します。

目や耳の不自由な人には周りの状況を教え、必要に応じて一緒に避難しましょう。

寝たきりの人など、自分で移動することが難しい人は、おぶいひも、シーツや毛布を利用して移動させることも考えられます。



避難せず自宅で生活するとき

- 近所に災害時要援護者がいるときは、けがなどで自宅に取り残されていないか安否を確認しましょう

避難していない災害時要援護者の情報をなるべく集め、地域防災拠点へ伝えましょう。





倒壊などにより自宅で生活できないとき

- 避難場所などには限られたスペースしかありません

ケガをしている人や体の不自由な人たちなどには、段差の少ない場所やトイレに近い場所などをゆずりあいましょう。また、集団で過ごすことが苦手な人のためのスペースなども必要なことを理解しましょう。

- もうどうけん 盲導犬、ちょうどうけん 聴導犬、かいじょけん 介助犬 などの ほじょけん 補助犬 を連れている人に対しては、周囲の人が配慮するよう心がけましょう

補助犬は、しんたいしょうがいしゃほじょけんほう 身体障害者補助犬法 に基づき認定された犬で、特別な訓練を受けています。障害のある人のパートナーであり、ペットではありません。

- 食料や、生活物資などは、災害時要援護者に優先して配布されるよう配慮しましょう





避難所の運営に協力するとき

- けがなどがなければ、協力を運営委員会に申し出ましょう
荷物を運んだり、お知らせを掲示したり、専門的な知識がなくても協力できることはたくさんあります。
- 災害時要援護者にどのような支援が必要か把握しましょう
避難をしてきたとき、どのような生活上の支障がありそうか、どのような支援を必要とするのかを、相手からよく聞いておくようにしましょう。
内臓機能に障害がある人、耳の不自由な人などは外見からはわかりにくいいため、よく確認をしましょう。
- 災害時要援護者を支援してくれる人を募集しましょう
支援の必要な人への対応について、担当のスタッフを決めて対応するようにしましょう。
また、スタッフ間で情報を共有するように努めましょう。
- 情報伝達は複数の手段を使いましょう
目の不自由な人に配慮し、お知らせはかくせいき拡声器などを用いた放送で知らせましょう。
耳の不自由な人に配慮し、放送によるお知らせは必ずけいじ掲示するなどしましょう。

防災コラム ③

地域における災害時要援護者の把握方法

災害時要援護者支援の取組は、対象者を把握することから始まります。災害時要援護者名簿の作成は、現在地域により様々な方法で行われていますが、主に3種類の方式があります。

てあ 手上げ方式	地域で災害時要援護者名簿への登録について周知し、 <u>自ら登録を希望する人</u> を募ることにより名簿を作成する方式
どうい 同意方式	区役所から自主防災組織等に、「名簿提供について <u>同意した</u> 対象者の名簿」を提供する方式
じょうほうきょうゆう 情報共有方式	区役所から自主防災組織等に、「名簿提供に対し <u>拒否の意思表示をしなかった</u> 対象者の名簿」を提供する方式

この他にも、複数の方式を併用している地域や独自の方法で災害時要援護者を把握している地域があります。

区役所から自主防災組織に提供される名簿は、^{さいがいたいさく}災害対策基本法^{きほんほう}に基づき、災害時要援護者のうち、福祉システムで把握ができる、特に避難行動が困難だと考えられる方々を対象に作成しています。

区役所から名簿提供を受ける場合


- ・区役所と協定を締結することが必要です。
- ・名簿の保管方法などを決めて、適切に管理します。
- ・個人情報を取り扱う人は、個人情報の保護と活用に関する研修を受けます。






災害時要援護者の状況ごとに必要な配慮

手足の不自由な人

 トイレなどと段差のないスペースが避難場所となるよう配慮しましょう

なるべく出入り口に近い場所を確保しましょう。


 体育館内の通路などは、車椅子が通れる幅(最低 90cm 以上)は確保しましょう

通路にものを置かないよう、避難をしている人をお願いしましょう。

耳の不自由な人

● 外見からわかりにくい場合があります

外見からは聞こえないことがわかりにくいため、挨拶したのに返事をしないなどと誤解されることがあります。

 避難者で手話ができる人がいれば、協力をしてもらいましょう

ただし、耳が不自由であっても、全ての人が手話を使えるわけではありません。どのような支援が必要か、よく確認をしましょう。

👉 人それぞれ障害になった時期、障害の程度などによって、コミュニケーションの手段が異なることを理解しましょう

中には相手の口の動きで言葉を読み取る人もいらっしゃいます。話をするときは、相手に自分の口が見えるように、口の動きがはっきりわかるように、ゆっくりと話しましょう。

補聴器^{ほちようき}をつけている人もいますが、補聴器で音を大きくしても、明瞭^{めいりょう}に聞こえているとは限らず、相手の口の形を読み取るなど、視覚による情報で話の内容を補っている人もいます。

話をするときは、筆談でやりとりをすることもできます。声に出して話すことができても相手の話は聞こえない人もいますので、確実に伝わるよう書いて確かめましょう。

● 視覚を中心に情報を得ています

音や声による情報が得にくく、文字や図などの視覚により情報を入手しています。

👉 放送などの音声情報だけではなく、必ず同時に文字情報での情報提供を行いましょう

掲示板などを設けるなどしましょう。掲示物を指さすなどして重要な情報を伝えることも考えられます。



目の不自由な人

● 一人で移動することが困難な場合があります

慣れていない場所では一人で移動することは困難です。

👉なるべく出入り口に近いところ、壁際の場所を確保しましょう。

近くにいる人に、移動する時の誘導の協力をお願いします。

移動介助をするときは、その人との背の高さの関係で肘肩または手首を軽く握ってもらい、誘導する側が半歩先に立って歩きましょう。階段や段差の手前では「上^{のぼ}りです」「下^{くだ}りです」と声をかけましょう。

● 音声を中心に情報を得ています

目からの情報が得にくいため、音声や手で触ることなどにより情報を入手しています。文書を読むことや書類に文字を記入することが難しい人もいます。

👉掲示板などの文字情報だけでなく、必ず同時に音声情報での情報提供を行きましょう。

掲示板のところに一緒に行って、掲示物を読み上げることも考えられます。指示語（あれ、これなど）は使わないようにしましょう。




内臓機能に障害のある人

● 外見から障害があることがわかりにくい場合があります

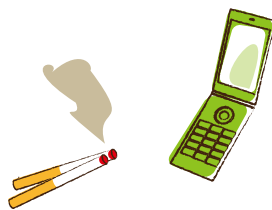
外見からはわかりにくいため、電車やバスの優先席に座っても周囲の理解が得られないなど、心理的なストレスを受けやすい状況にあります。

体力がなく、疲れやすい状況にあり、重い荷物を持つ、長時間立っているなどの身体的負担を伴う行動が制限される人もいます。

こきゅうききのうしょうがい 呼吸器機能障害 のある人には、タバコの煙 けむり などが苦しい人もいます。

 外見からはわかりにくいため、どんな配慮が必要か、十分聞き取り、状況を把握しましょう。

避難所などで間近に生活をしているときには、携帯電話などの使用は避難所の外に出してから行う、屋内は完全禁煙とし、屋外に喫煙所を設けるなどの配慮をお願いします。



ぼうこう・ちよくちようきのうしようがい じんこうこうもん じんこうぼうこう
膀胱・直腸機能障害で人工肛門や人工膀胱を使用している人(オストメイト)は、排泄物はいせつぶつを処理できるオストメイト用のトイレが必要です。

👉 器具の消毒、交換、医療上の手当て、ストーマ用装具等の交換などができるよう、プライバシーに配慮した空間がとれるようにしましょう。

知的障害のある人

● 複雑な話や抽象的な概念は理解しにくい場合があります

人にたずねること、自分の気持ちを伝えること、漢字の読み書きや計算が苦手な人もいます。

ひとつの行動にしゅうちやく執着したり、同じ質問を繰り返したりする人もいます。

👉 短い文章で「ゆっくり」「具体的に」「繰り返し」説明をお願いします。

ちゅうしょうてき
抽象的 な表現は用いず、できるだけ具体的に説明してください。ただし、決して子ども扱いせず、本人をそんちよう尊重するように話をしましょう。

強い口調におどろ驚いてパニックをおこす人もいます。おだ穏やかな口調を心がけてください。

発達障害（自閉症など）のある人

- 外見からわかりにくい障害の一つで、年齢相応の社会性が身についていないように感じることがあります

遠回しの言い方や曖昧^{あいまい}な表現は理解しにくいです。相手の言ったことを繰り返すときは、相手が言っていることが理解できていない場合があります。

👉 いつ・どこで・何を・いつまでにするかをはっきり伝えるようにしましょう。

「ちょっと待っていてください」→「○分間（○時まで）待っていてください」など、具体的に、簡潔^{かんけつ}に伝えるようにしましょう。

- 相手の表情・態度やその場の雰囲気を読み取ること、順序立てて論理的に話すことが苦手な人もいます。関心あることばかり一方的に話す人もいます

環境の急激な変化でパニックをおこしやすくなる人もいます。また、大勢の人がいる場所が苦手な人もいます。

👉 体育館以外の教室などが確保できれば、専用スペースを設け、落ち着ける環境をつくりましょう。

👉 その人の行動をよく知っている人がいる場合は、落ち着ける状況を聞き取り、対応しましょう。

精神障害のある人

- ストレスに弱く、疲れやすく、対人関係やコミュニケーションが苦手な人もいます

災害からもたらされる様々なストレス状況に大きな負担を感じている場合があります。服薬中断により、一時的に症状が悪化する人もいます。

👉 慣れない環境で不安定になり、集団生活になじめない場合があるので、本人や家族が孤立しないよう配慮することを心がけましょう。

👉 体育館以外の教室などが確保できれば、専用スペースを設け、落ち着ける環境をつくりましょう。

👉 その人の行動をよく知っている人がいる場合は、落ち着ける状況を聞き取り、対応しましょう。

認知症の人

- 急激な環境の変化で、落ち着かない場合があります

👉 その人の行動をよく知っている人がいる場合は、落ち着ける状況を聞き取り、対応しましょう。

顔見知りの人に話し相手になってくれるよう協力をお願いしましょう。

支援の必要な高齢者

- 必要な支援は人により大きく異なります。また、急激な環境の変化で、状態が悪化する場合があります

👉 どのような支援を必要としているのか、確認しましょう。

食事のときに喉をつまらせるおそれがあります。食事の時には誰かが様子を見るようにしましょう。

細かく刻んである食事や温かい飲食物などについて配慮しましょう。

高齢者は^{はいによ}排尿の^{ひんど}頻度が増えます。トイレに近い場所を確保するなどの配慮をしましょう。オムツを使用している高齢者には、^{ついたて}衝立をたてるなどプライバシーに配慮しましょう。

乳幼児・妊産婦

- ミルクのための温かいお湯や清潔な環境、オムツ替えのための空間などが必要です

👉 急激な環境の変化で、思わぬ事態がおきる場合があります。なるべく家族の人と一緒にいるようお願いしましょう。

👉 体育館以外の教室などが確保できれば、専用スペースを設け、プライバシーに配慮した空間がとれるようにしましょう。

外国人

- 日本語の理解が十分でない場合があります

👉 絵記号や簡易な日本語で情報を伝えましょう。

避難者で外国語のつうやく通訳・ほんやく翻訳ができる人がいれば、協力をしてもらいましょう。日本人との生活習慣の違いにも配慮しましょう。



防災コラム④

支援のためのツールを活用してみましょう

バンダナ

災害時、配慮が必要であることがわかりにくい障害のある人も、必要な支援を受けることができるよう、「支援が必要」な人は「黄色」、「支援ができる」人は「緑色」のものを身につけようという取組を進めています。支えあいのサインとしてバンダナやハンカチなど活用してみてもはいかがでしょうか。



コミュニケーションボード

文字や言葉で意思を伝えることが難しい人とのコミュニケーションツールです。

周囲の方々と必要な情報をやりとりするための絵記号等を掲載しています。

地域防災拠点の**ぼうさいびちくこ**防災備蓄庫等に収納されています。

「セーフティーネットプロジェクト横浜」では、コミュニケーションボードに掲載されているイラストの中から、必要なイラストを選んで名刺サイズのカードやオリジナルのコミュニケーションボードを作成することができるシステムを公開しています。



 セーフティーネットプロジェクト横浜  検索 



平成 28 年 3 月発行