

障がいのある方とサポートする方のための

# 防災ハンドブック



綾瀬市

「障害があっても障害がなくても  
共に生きる綾瀬を創る協議会」

この防災ハンドブックは、災害への備えや障がいの種類別に気をつけること  
等、当事者の方と支援する方に必要となる事項をできるだけわかりやすくまと  
めましたので、日頃からの備えを行う際に、参考にしていただけると幸いです。

作成にあたっては、「障害があっても障害がなくても共に生きる綾瀬を創る  
協議会」における「災害対策部会」が主体となり、綾瀬市障がい福祉課と共同  
で作成したものです。

当協議会は、障害者総合支援法に基づいて、当事者、事業者、行政等が連携  
し、地域の障がい福祉に関する体制の整備等について協議を行う場として  
設置された協議会です。

## 目次

1章	私の防災対策	1
2章	“災害への備え”と“災害が起きたら” (障がいの種類にかかわらず共通すること)	
1	災害への備え	8
2	地震対策	14
3	風水害対策	15
3章	障がいの種類別に気をつけること	
1	視覚障がいのある方	18
2	聴覚障がいのある方	20
3	肢体不自由のある方	22
4	内部障がいのある方	24
5	精神障がいのある方	25
6	知的障がいのある方	26

4章 地域の方へ（災害時に障がいのある方と出会ったら）

1	視覚障がいのある方をサポートするとき	28
2	聴覚障がいのある方をサポートするとき	31
3	肢体不自由のある方をサポートするとき	33
4	内部障がいのある方をサポートするとき	35
5	精神障がいのある方をサポートするとき	37
6	知的障がいのある方をサポートするとき	40

5章 避難所

1	避難所はどのようなところか	42
2	避難所利用の流れ	43

6章 災害時避難行動要支援者への支援

	避難行動要支援者登録制度	44
--	--------------	----

付録1	避難行動要支援者（申請兼）登録票	46
付録2	ふれあい手帳	47
付録3	避難所一覧	48

# 1 しょう 章

## わたし ぼうさいたいさく 私の防災対策

さいがい ひがい すく 災害による被害を少なくするには、じぜん じゅんび たいせつ 事前の準備が大切です。  
 まず じぶん じゅんび かくにん 自分自身が準備することを確認しましょう。

**【情報を得る準備】** さいがい じ じょうほう ていきょう ひと 災害時に情報を提供してくれる人を かくにん 確認しましょう

- あやせ安全・安心メール〔→ p.9〕にとうろく 登録しましたか？ はい ・ いいえ
- さいがい じ じょうほう し ひと かくにん 災害時の情報を知らせてくれる人を確認しておきましょう。  
 たと ひごころ しえんしゃ きんじょ ひと じちかい じちかい そしき じしゅぼうさい 例えは、日頃からの支援者や近所の人、自治会や自治会で組織する自主防災 組織、みんせいいいん ちくしゃきょう かなど 組織、民生委員、地区社協の方等です。

しめい 氏名	そしきめい かんけいせい 組織名や関係性	れんらくさき 連絡先	きんきゅう じれんらく 緊急時連絡 ほうほう 方法 〇印を
		☎電話	電話・メール・訪問・FAX・[その他]
		☎電話	電話・メール・訪問・FAX・[その他]
		☎電話	電話・メール・訪問・FAX・[その他]
		☎電話	電話・メール・訪問・FAX・[その他]

**【情報伝える準備】** かぞく れんらくほうほう き 家族との連絡方法を決めましょう

- NTT さいがいようでんごん 災害用伝言ダイヤル 171 れんしゅう 練習はしましたか？ はい・いいえ
- けいたいでんわ さいがいようでんごんばん 携帯電話 災害用伝言板
- その他〔 〕

●ふれあい手帳は、障がい者<sup>てちょう</sup>や高齢者<sup>しょう</sup>を対象<sup>しゃ</sup>に配布<sup>こうれいしゃ</sup>しています。必要<sup>たいしょう</sup>な方は、  
福祉総務課<sup>はいふ</sup>で配布<sup>ひつよう</sup>していますので入手<sup>かた</sup>してください。

お持ち<sup>も</sup>の方は、手帳<sup>かた</sup>に必要事項<sup>てちょう</sup>を書き入れ<sup>ひつようじこう</sup>、携帯<sup>か</sup>しましょう。携帯<sup>けいたい</sup>しておくと、  
避難所<sup>ひなんじょ</sup>等でサポート<sup>など</sup>してくれる方に必要<sup>かた</sup>な情報<sup>ひつよう</sup>を伝える<sup>じょうほう</sup>際に役立ち<sup>つた</sup>ます。

◇ 薬<sup>くすり</sup>を常用<sup>じょうよう</sup>している人は必<sup>ひと</sup>ず次<sup>かなら</sup>のこ<sup>つぎ</sup>を書きま<sup>か</sup>しょう。

- かかりつけの医療機関名<sup>いりょうきかんめい</sup>
- 常時服用<sup>じょうじふくよう</sup>している薬<sup>くすり</sup>の種類<sup>しゅるい</sup>・量<sup>りょう</sup>・服薬方法<sup>ふくやくほうほう</sup>
- 医療的ケア<sup>いりょうてき</sup>を必要<sup>ひつよう</sup>とする場合<sup>ばあい</sup>や合併症<sup>がっぺいしょう</sup>がある人<sup>ひと</sup>の場合は、合併症名<sup>がっぺいしょうめい</sup>  
や服用薬<sup>ふくようやく</sup>、治療<sup>ちりょう</sup>・ケア、配慮<sup>はいりよ</sup>する点<sup>てん</sup>等<sup>など</sup>
- 食事に配慮<sup>しょくじ</sup>が必要<sup>はいりよ</sup>な場合<sup>ひつよう</sup>は、カロリー<sup>ばあい</sup>、塩分<sup>えんぶん</sup>、水分<sup>すいぶん</sup>等<sup>など</sup>

◇ サポート<sup>さい</sup>してもら<sup>し</sup>う際に知<sup>ひと</sup>ってお<sup>かなら</sup>いてほ<sup>つぎ</sup>しいこ<sup>か</sup>がある人<sup>ひと</sup>は必<sup>かなら</sup>ず次<sup>つぎ</sup>のこ<sup>か</sup>をメモ欄<sup>らん</sup>に書<sup>か</sup>きま<sup>か</sup>しょう。

- 災害時<sup>さいがいじ</sup>に支援<sup>しえん</sup>してもら<sup>し</sup>いたいこ<sup>か</sup>
- 知<sup>し</sup>ってもら<sup>し</sup>いたい特徴<sup>とくちょう</sup>
- 介助<sup>かいじょ</sup>に特別<sup>とくべつ</sup>な配慮<sup>はいりよ</sup>やコツ<sup>ばあい</sup>がある場合<sup>ひと</sup>には、はじめて<sup>ひと</sup>の人<sup>ひと</sup>にもわかるよ<sup>か</sup>  
う具体的<sup>ぐたいてき</sup>に



ひじょうもちだしひん  
非常持出品

●避難するときに持っていくもの。避難するときにすぐ取り出せる場所に用意し、中身は重くなりすぎないように注意しましょう。

- 食料品（カンパン・かんづめ等の非常食）
- 水
- 携帯ラジオ（予備の電池も）
- 常備薬（市販薬）
- タオル・ティッシュ
- ヘルメット
- 貴重品（現金（小銭）・健康保険証のコピー等）
- 笛
- 懐中電灯
- ふれあい手帳
- 上着・下着
- 携帯トイレ



ひじょうびちくひん  
非常備蓄品

●災害から復旧するまでの数日間を支えるためのもの。大災害が発生すると水道が使用できなくなったり、救援活動がすぐにできない可能性があります。

1週間分の備蓄をし、そのような中でも、家で生活できるようにしましょう。

- 食料（かんづめ・レトルト食品・スープ・チョコレート等）
- 水（一人1日あたり3リットルくらい必要です）
- 簡易トイレ



ポイント

非常備蓄品の食料は、冷蔵庫の中のものも含めて1週間分を用意しましょう。

また、市販のレトルト食品等を普段の生活の中で食べたから補充する方法も有効です。



じゅんび べんり  
**こんなものも準備しておくと便利！！**

p.3で紹介しているものは必要最低限のものです。

これらのものも準備しておくと役立ちます。

非常持出品は重くなりすぎないように注意し、自分や家族の状況に合わせて、必要なものを準備しましょう。

ひじょうもちだしひん  
**非常持出品**

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品           | <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電池   |
| <input type="checkbox"/> ろうそく・ライター（マッチ） | <input type="checkbox"/> ナイフ        |
| <input type="checkbox"/> 缶切り・栓抜き        | <input type="checkbox"/> ビニール袋      |
| <input type="checkbox"/> 軍手             | <input type="checkbox"/> 予備のめがねや補聴器 |
| <input type="checkbox"/> 粉ミルク           |                                     |

ひじょうびちくひん  
**非常備蓄品**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 燃料（卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベ等） |  |
| <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ・トイレトペーパー       |  |
| <input type="checkbox"/> 寝袋・毛布・ブランケット             | <input type="checkbox"/> 洗面用具（歯ブラシ・石けん等） |
| <input type="checkbox"/> 簡易食器（割り箸、紙皿）             | <input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル      |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ                  | <input type="checkbox"/> ライター（マッチ）       |
| <input type="checkbox"/> マスク                      | <input type="checkbox"/> 新聞紙             |
| <input type="checkbox"/> 裁縫セット                    | <input type="checkbox"/> 工具類（ロープ・ボール等）   |
| <input type="checkbox"/> 自転車                      | <input type="checkbox"/> 鍋・やかん等          |



**ポイント**

災害時は不安やストレスも溜まりやすいです。本  
 や人形等、持っているところやす  
 心が安らぐものを準備  
 しておく安心です。

## ＜障がいの種類別に用意するもの＞

障がいの種類によって用意するものが異なります。

p.5～p.6 を参考に必要なものにチェックを入れましょう。

### ◆ 視覚障がいのある方 ◆

- 白杖
- 点字盤
- 携帯電話



ポイント

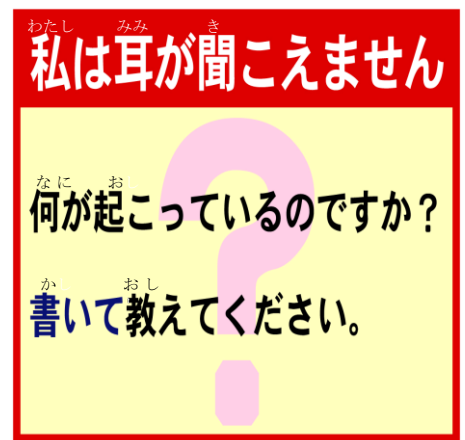
サポートする人が暗闇でもわかるように、白杖には蛍光塗料や蛍光、蛍光テープを貼っておく。

### ◆ 聴覚障がいのある方 ◆

- 筆記用具
- 補聴器の電池
- 携帯用会話補助装置を使用の場合はバッテリー予備
- 笛、ブザー等
- 「電話お願い手帳」(NTTグループ)
- ホワイトボード等(字が書けるもの)
- メッセージカードを用意しておく(と便利)

＜メッセージカードの記入例＞

- ・「避難場所に案内してください。」
- ・「何が起きているかを書いて教えてください。」
- ・「次のところに私は無事だと伝えてください。」



### ◆ 肢体不自由のある方 ◆

- おんぶ紐
- 杖
- 車いす用かっぱ



ポイント

車いすが使えないときの移動手段として、おんぶ紐が有効です。



## ◆ 内部障がいのある方 ◆

- 医療器材（非常用外部バッテリーや発電機を含む。ストマ用具）
- 医薬品（長期間保存が可能なもの）
- 特殊な治療食の備え
- ふれあい手帳
- かかりつけ医以外の医療機関リスト



ポイント

災害が起こると、医療行為が受けられなくなる可能性があります。

いざというときの医療機関への連絡方法や医療的対処方法、医療機関にいけない場合のことをあらかじめかかりつけのお医者さんと相談しておきましょう。

普段利用している医療機関で医療行為が受けられない状況も想定し、かかりつけ医以外の医療機関リストを用意しておくことで安心です。

## ◆ 精神障がいのある方 ◆

- ふれあい手帳
- かかりつけ医のリスト



ポイント

災害が起きたとき、治療や薬のことはどうしたらいいか、かかりつけのお医者さんに相談して、いい方法を教えてもらっておきましょう。

## ◆ 知的障がいのある方 ◆

- ふれあい手帳



ポイント

言葉によるコミュニケーションが困難な人は手帳をめくりながら相手とやりとりができるよう、必要と思われるイラストと文字をあらかじめ書いておきましょう。

ひなん じゅんび  
【避難する準備】

ひなんじょ かくにん  
避難所を確認しましょう

- 名称 \_\_\_\_\_ しょうがっこう ちゅうがっこう  
小学校・中学校



ポイント

ひなんじょいちらん かくにん  
p.48 の避難所一覧で確認しましょう。

あんぜん じゅんび  
【安全の準備】

いえ あんぜんたいさく  
家の安全対策をしましょう

- かく こてい お  
家具の固定は終わりましたか？ はい ・ いいえ
- ガラスフィルムは貼りましたか？ はい ・ いいえ
- たか ばしょ おも  
高い場所に重いもの、われものは置いていませんか？ はい ・ いいえ

# 2 章 “災害への備え” と “災害が起きたら”

(障がいの種類にかかわらず共通すること)

## 1. 災害への備え

### はじめに

災害には、火災、地震、風水害（洪水・土砂災害・竜巻）、その他の自然災害（火山災害・落雷等）がありますが、このハンドブックでは、これらのすべての災害を扱うことは難しいため、2章では地震災害・風水害を、3章以降は地震災害を中心に掲載しています。


「情報を得る準備」や「避難する準備」、そして「状況を伝える準備」は、その他の災害にも応用できるものです。

ぜひこの機会に、準備・確認をしておきましょう。

### 備えの全体像


**【情報を得る準備】**

1. 災害情報入手方法の確認  
⇒ p. 9
2. 近所をお願いする  
⇒ p. 10




**【避難する準備】**

1. 非常持出品の用意  
⇒ p. 11
2. 避難所の確認  
⇒ p. 11
3. 防災訓練に参加  
⇒ p. 11



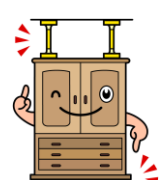
**【状況を伝える準備】**

1. 連絡方法の確認  
⇒ p. 13
2. ふれあい手帳の作成  
⇒ p. 2



**【安全の準備】**

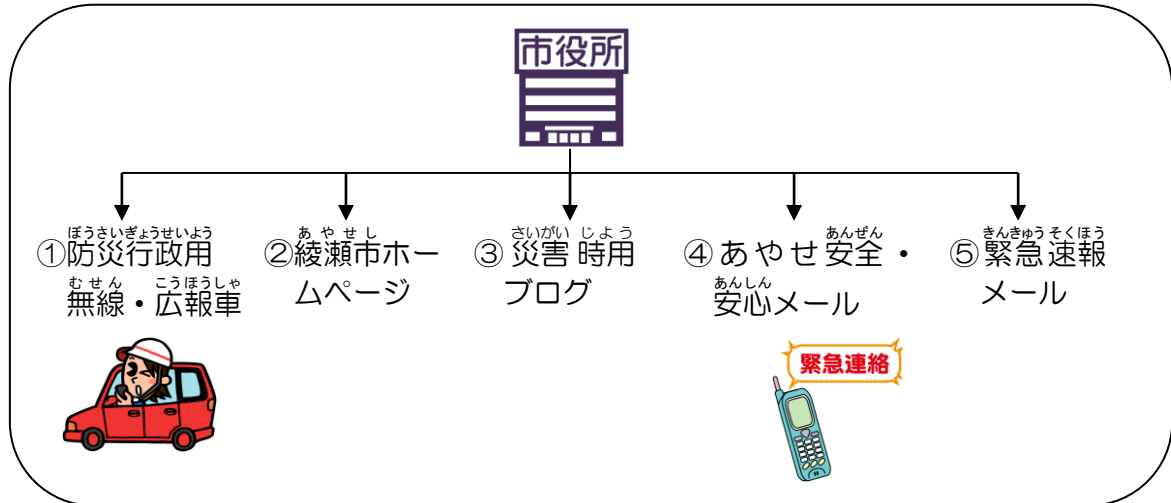
1. 家具の安全対策  
⇒ p. 12



# じょうほう え じゅんび 情報を得る準備

## 1 さいがいじょうほう にゆうしゅほうほう かくにん 災害情報の入手方法を確認しておきましょう

さいがいはっせい し し みん じょうほうでんたつほうほう つぎ  
災害発生時の市から市民への情報伝達方法は次のとおりです。



ぼうさいぎょうせいようむせん こうほうしゃ  
① 防災行政用無線・広報車

あやせし  
② 綾瀬市ホームページ

<http://www.city.ayase.kanagawa.jp/>

さいがいじょう  
③ 災害時用ブログ

<http://blogs.yahoo.co.jp/bosaiayase/>

あんぜん あんしん とうろく つぎ じょうほう はいしん  
④ あやせ安全・安心メールに登録すると次の情報が配信されます。

とくべつけいほう  
・ 特別警報

すうじゅうねん いちど ひじょう きけん じょうきょう ばあい  
数十年に一度しかないような非常に危険な状況の場合

じしんじょうほう  
・ 地震情報

しない しんど いじょう じしん はっせい ばあい  
市内で震度4以上の地震が発生した場合

きしょうじょうほう  
・ 気象情報

おおあめ こうすいけいほう どしゅさいがいけいかいじょうほうなど はっぴょう ばあい  
大雨・洪水警報や土砂災害警戒情報等が発表された場合

さいがい じ きんきゅう し  
・ 災害時の緊急なお知らせ

さいがい じょうきょう ひなんかんこく し じなど  
災害の状況、避難勧告・指示等

## 登録方法

- 1 登録用アドレスayase@mpx.wagmap.jpに空メールを送信してください。
- 2 登録案内メールが届きます。表示されたURLに接続してください。
- 3 利用規約を読んで同意をいただきましたら「同意する」を選択してください。
- 4 パスワードの設定・希望する情報の種類・地区を選択してください。
- 5 登録する内容が表示されますので、確認し登録ボタンを押してください。
- 6 登録完了メールが届きましたら登録完了です。

※詳細は市ホームページ「安全・安心メール」を参照ください。

⇒ 登録方法がわからない場合は、

綾瀬市役所危機管理課にご相談ください。

電話 0467-70-5641 (直通)

FAX 0467-70-5701

## ⑤ 緊急速報メール

緊急速報メールとは、気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報、国や地方公共団体が配信する災害・避難情報を、携帯電話等に一齐にお知らせするサービスです。緊急地震速報の利用には、受信の設定が必要です。各携帯電話会社のホームページ等で確認してください。

## 2 近所の人に万が一の際の協力をお願いしておきましょう

### ◇ 地域で頼りになるのは・

- 例えば、日頃からの支援者や近所の人、自治会や自治会で組織する自主防災組織、民生委員、地区社協の方等です。



### ◇ お願いすること

- 情報伝達の方法（特に夜間）  
〔電話・ファックス・メール・訪問・その他〕
- 具体的な支援内容  
〔例. 避難のつきそい、避難の介助、避難情報の伝達等〕



ポイント

複数の人をお願いする

# ひなん じゅんび 避難する準備

## 1 ひじょうもちだしひん ようい 非常持出品を用意しましょう

### ◇ 2 ページのリストを<sup>かくにん</sup>確認

いつも持っているもの



笛をふけば  
体力を消耗せずに  
助けを呼ぶことが  
できます。



避難時に持ち出すもの



準備するものには

- ① 必ず用意するもの (p.3)
- ② 用意しておく役立つもの (p.4)
- ③ 障がいごとに準備するもの (p.5~p.6) があります。

## 2 ひなんじょ 避難所 (42,43,48,49 ページ) と経路<sup>けいろ</sup>を確認<sup>かくにん</sup>しましょう

避難場所までの道を実際に歩いてみましょう。

- ・狭い道は通れなくなることがあるので、なるべく広い道を選ぶ。
- ・交番や市役所等、目印になる場所を確かめておく。
- ・できれば複数の避難経路を確認しておく。



## 3 ぼうさい 防災のための地域の自主的な活動に参加をしましょう

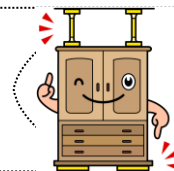


日頃から防災訓練等に積極的な参加を。  
地域の方と知り合う機会です。

あんぜん じゅんび  
安全の準備

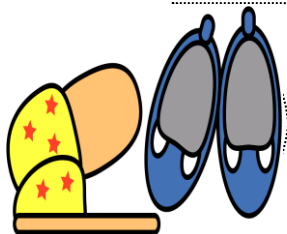
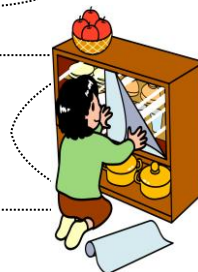
1 かぐ あんぜんたいさく  
家具の安全対策をしましょう

かぐ てんとう しょうめいきぐ らっか ふせ  
家具の転倒や照明器具の落下を防ぐために、  
てんとうぼうしようく ぼうなど こてい  
転倒防止用具(つっぱり棒等)で固定を。



おも  
重いものやガラス・陶器等は  
たか ばしょ お  
高い場所に置かない。

まど とだな  
窓ガラスや戸棚のガラスが割れて飛散するの  
ふせ  
を防ぐため、とうめい など は  
透明フィルム等を貼る。



くつ あつて みちか  
靴や厚手のスリッパを身近な  
ところに。と ち  
飛び散ったガラスの  
うえ ある  
上を歩くと、あし まち  
足を守ります。





# じょうきょう つた じゅんび 状況を伝える準備

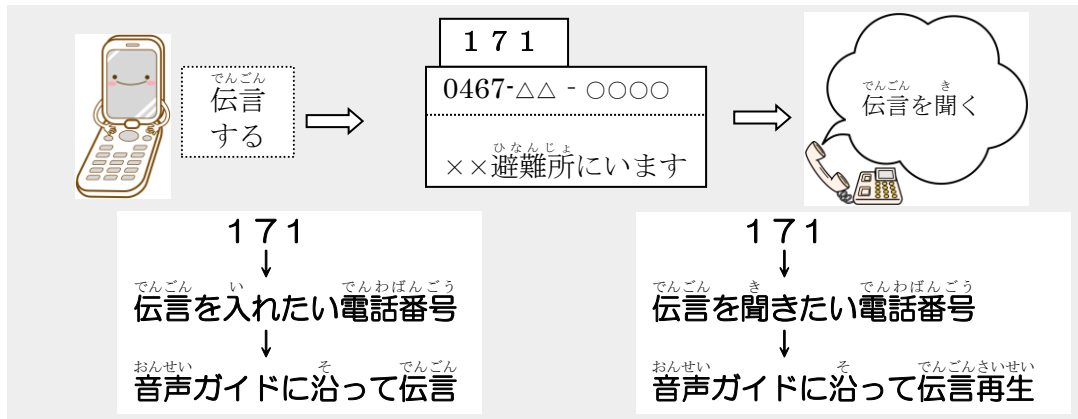
## 1 かぞくかん れんらくほうほう しゅうごうほうほう かくにん 家族間の連絡方法・集合方法を確認しておきましょう

さいがいじ でんわ  
災害時には電話はかかりにくくなります。

かぞく あんび し ほうほう つぎ  
家族の安否を知る方法には次のものがあります。

### ◇ NTT災害用伝言ダイヤル 171 “声の伝言” です

だいきほ さいがいはっせいじ ひさいち む つうわ じょうきょう  
大規模な災害発生時に被災地に向けての通話がつながりにくい状況となった際に  
りようかのう  
利用可能になります。携帯電話の電話帳に登録しておくとい良いでしょう。



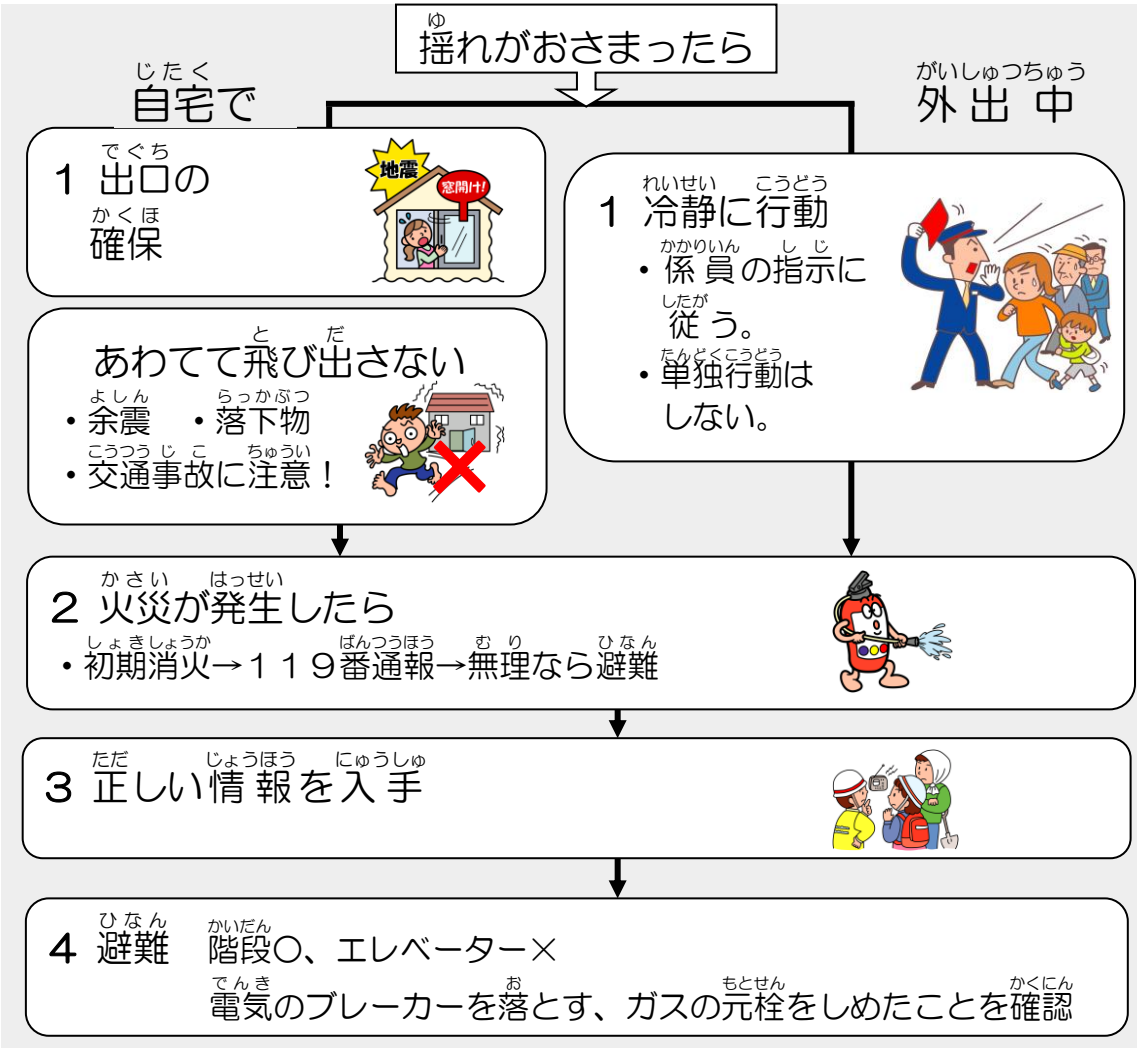
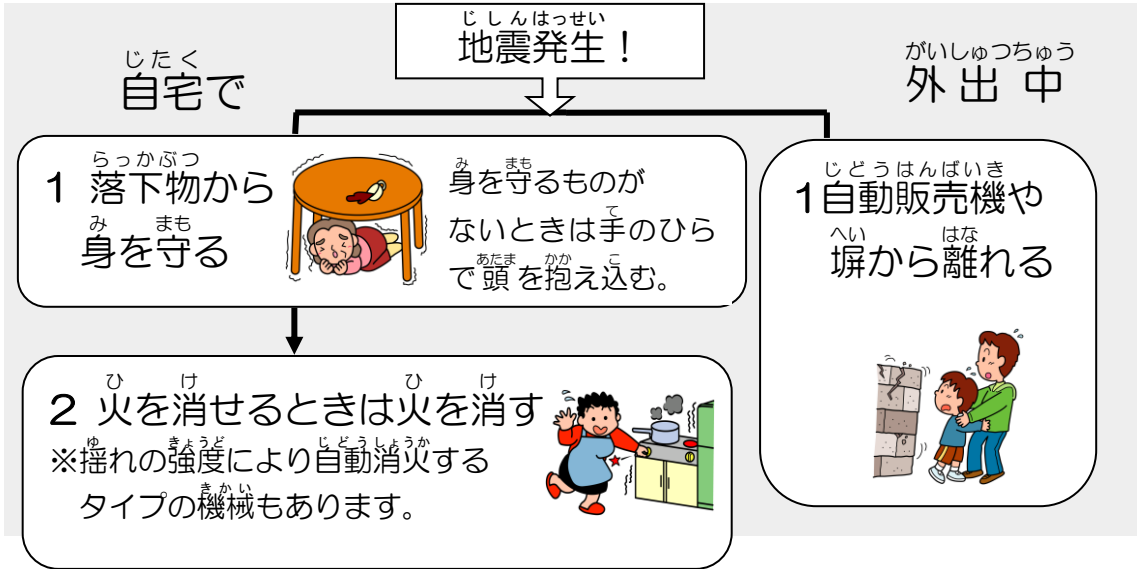
### ◇ けいたいでんわ さいがいようでんごんばん もじ でんごん 携帯電話 災害用伝言板 “文字の伝言” です

だいきほ さいがいはっせいじ りようかのう  
大規模な災害発生時に利用可能になります。  
くわ けいたいでんわがいしゃ らん  
詳しくは携帯電話会社のホームページをご覧ください。



## 2. 地震対策 じしんたいさく

つぎ なが  
次の流れにしたがって落ちついて行動しましょう。



※大きな揺れの場合は、身を守ることを最優先にし、決して無理をしないでください。

### 3. 風水害対策

#### 日頃の備え

- 屋根やアンテナが強風で飛ばされないよう、補強する。
- 排水溝が落ち葉やごみで詰まらないよう、側溝や雨水ます等をこまめに掃除する。
- 排水溝の上には、車乗り入れブロック等を置かないようにする。

#### 風水害時の対応

- テレビやラジオ、インターネット、防災行政用無線等で気象情報や避難情報を確認する。
- 鉢植え等の飛びやすいものは、固定するか室内へ移動する。
- 雨戸を閉め、雨戸がない場合は板やガムテープで窓ガラスを補強し、カーテンを閉める。
- 土のうや水のう、プランターを利用して、浸水を防ぐ。
- トイレや風呂場の排水口は、水のう等でふさぐ。



#### ポイント

河川の様子は市のHPから確認できます。  
普段はおだやかな川も、大雨が降ると急激に水位が上昇します。危険なので、直接見に行かないようにしましょう。

#### 土砂災害

- 大雨等により、崖に水が浸水することで崖の抵抗力が弱くなることから、土砂災害の大きな要因のひとつとして考えられます。
- ① 斜面から水が湧き出す
  - ② 小石がパラパラ落ちてくる
  - ③ 斜面に割れ目ができる
- 等の現象を発見したときは、早めに避難しましょう。

きしょうちゅういほう けいほう じょうほう どしやさいがいけいけいじょうほう  
 気象注意報・警報・情報・土砂災害警戒情報

	種類	発表の時期
注意報	風雪、強風、大雨、大雪、濃霧、雷、乾燥、なだれ、着氷(雪)、霜、低温、融雪、高潮、波浪、洪水	災害が起こるおそれがある場合
警報	暴風、暴風雪、大雨、大雪、高潮、波浪、洪水	重大な災害が起こるおそれがある場合
情報	台風、低気圧、大雨、大雪、少雨、長雨、低温、日照不足等	注意報・警報を補完する必要がある場合等
土砂災害警戒情報	大雨警報(土砂災害)が発表されている状況で、土砂災害発生の危険度が非常に高まったとき。	

ひなんじょうほう けいけい  
 避難情報の警戒レベル

警戒レベル	とるべき行動	避難情報等 (市が発令)	防災気象情報 (気象庁等が発表)
レベル5	命を守るための最善の行動	緊急安全確保	氾濫発生情報、大雨特別警報等
レベル4	地区内の全員が避難	避難指示	氾濫危険情報、土砂災害警戒情報等
レベル3	高齢者等の避難するのに時間を要する人は避難(避難支援者は支援行動を開始)他の住民は準備	高齢者等避難	氾濫警戒情報、洪水警報等
レベル2	避難行動の確認		洪水注意報、大雨注意報等
レベル1	災害への心構えを高める		早期注意情報

※警戒レベルとは、発令された情報の意味を直感的に理解できるように、5段階のレベルに分けて表したものです。なお、市では様々な情報をもとに避難情報を発令する判断を行うため、必ずしも気象庁が発表する防災気象情報と同じレベルの避難情報を同時に発令するわけではありません。



ポイント

避難するのに時間を要する人は、レベル3で避難行動を開始しましょう。

避難指示等の避難情報には強制力はありません。また、避難情報は判断基準に基づき、今後の気象予測や、河川巡視等からの報告を含めて、総合的に判断して発令されますが、事前予告である以上、「空振り」に終わる可能性があることをご了承ください。

避難したけれども被害がなかった場合、「避難して損した」ではなく、「被害がなくて幸運だった」と前向きに受け止めましょう。

## 避難について

避難とは、災害の危険がある所から安全な場所へ逃げることです。「避難＝避難所へ行くこと」とは限りません。安全な場所であれば、自宅や親族・知人の家、宿泊施設などに避難することも考えられます。また、2階より高い階に避難する「垂直避難」や、事前に安全な場所への車両避難も有効です。

自分のいる場所が安全かどうかは、防災ハザードマップを使って確認しましょう。

別の場所に避難するときは、子どもや高齢者などの避難行動要支援者の保護を念頭に置き、近所の一人暮らしの高齢者世帯にも声をかけるなど近隣で協力することも必要です。

## 避難場所を確認しておきましょう

風水害のときには、風水害時避難所が、自主・事前避難のために災害発生前に開設されます。

河川の氾濫や土砂災害の危険がある場所も避ける必要があります。

綾瀬市防災ハザードマップ

<https://www.city.ayase.kanagawa.jp/hp/page000035600/hpg000035539.htm>

を確認して、安全な避難経路と避難場所を確認しておきましょう。

名称 \_\_\_\_\_

# 3章 障がいの種類別に 気をつけること

## 1. 視覚障がいのある方

### 1 災害への備え

#### 安全の準備

- 大きい地震の後は室内にガラスが飛び散っている可能性があります。身近なところに底の厚い靴を用意しておく安全です。
- 障害物等は取り除いて、避難経路を確保しておきましょう。
- 避難経路を実際に歩いてみて、様子や周囲の建物等の情報を確認しておきましょう。
- 家族との待ち合わせ場所はわかりやすいように、例えば「避難所の入口 右側の門柱」等と決めておきましょう。

#### 状況を伝える準備

1. 連絡方法の確認：いざというときに備えて、携帯電話に171を登録。
2. ふれあい手帳の作成：自分のデータ、緊急時連絡先、健康状態、かかりつけの病院、相談機関、できることできないこと、サポートしてほしいこと、注意点等を手帳に書き込んでおきましょう。

### 2 地震が起きたら

- ◇ 家族や近所の人に火気の確認をお願いする  
※ 最近では、揺れの強度により自動消火するタイプの機器もあります。
- ◇ 周囲の状況を知る  
大規模な地震の後は、普段と様相が変わってしまいます。  
揺れがおさまったら、近くの人に助けを求め、周囲の状況を説明してもらいましょう。いざというときには笛で知らせることも有効です。
- ◇ 安全な避難  
サポートしてくれる人に誘導の方法を伝え、一緒に避難しましょう。

### 3 避難所の生活

---

- 避難所全体の環境を把握するため、出入口、生活の場、トイレ等の案内等必要な援助を求めましょう。
- 広い避難所等では、手すりや壁伝いに移動できるよう、できるだけトイレ等に近い、狭い場所の窓際等に生活の場を設けてもらいましょう。
- 避難所内の案内等は、紙以外の方法でも提供してもらいましょう。

## 2. 聴覚障がいのある方

### 1 災害への備え

#### 情報を得る準備

1. あやせ安全・安心メールに登録を。文字で伝達されます。
2. 日頃からの支援者や近所の人、自治会や自治会で組織する自主防災組織、民生委員、地区社協の方等に連絡を頼んでおくことも重要。
3. FAX を持っている人やお店を確認しておきましょう。

#### 状況を伝える準備

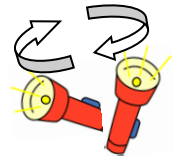
#### 連絡方法の確認

携帯電話災害用伝言板があります。事前に練習をしておくとう安心です。

### 2 地震が起きたら

#### ◇ 正しい情報を入手

- ・ 揺れがおさまったら、近くの人に聴覚に障がいがあることを伝え、できるだけ多くの情報を入手するように努めます。
- ・ テレビ、携帯電話の情報や近隣からの情報等を確認しましょう。
- ・ ふれあい手帳や NTT 電話お願い手帳を利用すると便利です。
- ・ 夜間は笛を吹いたり、懐中電灯をぐるぐる回したりして援助を求めましょう。



#### ◇ 火災が発生したら

周りの人に火事を知らせ、一緒に初期消火を行います。  
「緊急ファックス」で 119 番通報をします。



#### ※「緊急通報システム NET 119」というサービスもあります

携帯電話及びスマートフォンのインターネット機能を利用して、携帯電話等の画面から消防に緊急通報ができるサービスです（登録制）。

登録方法については、消防総務課（電話 76-2113・FAX77-9200）、または障がい福祉課（電話 70-5623・FAX70-5702）にお問い合わせ

ください。

◇ 安全な避難

揺れがおさまったら、情報の伝達等必要な援助を依頼し、一緒に避難します。

### 3 避難所の生活

---

- 耳が不自由なことを避難所に伝えましょう。
- 手話、要約筆記等必要な援助を求めましょう。



## 3. 肢体不自由のある方

### 1 災害への備え

#### 避難する準備

##### 避難経路の確認

- ・ 車いすで通れないところはないか実際に確認しておきましょう。
- ・ 車いす等が、転倒した家具の下敷きにならないように家具の転倒防止対策を行い、避難経路の確保をしましょう。
- ・ いざというときに避難の援助等をしてもらえるよう、お付き合いのある身近な人をお願いしておきましょう。



#### ポイント

災害時には、普段使っている建物の自動ドアが動かないかもしれません。自分であけられるドアはどこにあるかもあらかじめ探しておきましょう。

#### 安全の準備

車いすの点検を心がけましょう。

- ・ 車いすのタイヤは、定期的に点検をしましょう。
- ・ 電動車いすの場合は、バッテリーは使用后必ず充電し、室温で保管をしましょう。
- ・ バッテリーは、定期的にチェックしましょう。
- ・ 電動車いすに内蔵されていない充電器は、安全な場所に置きましょう。



### 2 地震が起きたら

#### ■揺れを感じたら

##### ◇ 身の安全を確保

転倒しないように、座る、這う等、姿勢を低くします。近くにつかまるものがあれば、しっかりつかまります。

#### [車いすを使用している場合]

- (1)家具等から離れて、ブレーキをかけ、カバン等で頭を守ります。
- (2)できるだけ倒れてくるものがない、広い場所に移動します。

#### ■揺れがおさまったら

##### ◇ 安全な避難

- (1)地震の後には道路上の障害物が増え、車いすでの通行も困難になります。
- (2)近所の方等に誘導を頼み、早めに避難しましょう。
- (3)身の危険を感じ、自力での避難が困難と判断したら、消防（119）に連絡しましょう。

### 3 避難所の生活

- トイレを確認し、使用できない場合には、避難所に相談しましょう。対応できない場合は、避難所の変更も相談しましょう。
- 車いすが通れる通路が確保されているか、段差が解消されているかなどを確認し、不都合がある場合には、避難所に相談しましょう。

## 4.内部障がいのある方

### 1 災害への備え

#### 情報を得る準備

薬や装具等をどのようにして確保するか、普段から検討・情報交換しておきましょう。仲間は全国にいます。

#### 状況を伝える準備

1. ふれあい手帳の作成：自分のデータ、緊急時連絡先、健康状態、かかりつけの病院、相談機関、できることできないこと、サポートしてほしいこと、注意点等を記載したカードを作成しておきましょう。
2. 緊急時の対処方法等を家族にもよく理解しておいてもらいましょう。

### 2 地震が起きたら

#### ■揺れを感じたら

##### ◇ 身の安全を確保

あわてて無理な行動をとろうとすると体に負担をかけ、体調悪化をひきおこすこともあります。まずは、頭を守り、身の安全を確保しましょう。

#### ■揺れがおさまったら

##### ◇ 避難勧告等が出た場合は、できるだけ早く医療機関に連絡

##### ◇ 薬や必要な装具を忘れずに避難

##### ◇ まわりの人に自分から手助けを依頼

外から見ただけでは障がいがあることがわかりにくいので、自分から手助けを依頼し、誘導や医療機関への連絡をしてもらいましょう。

ふれあい手帳を見せてお願いするとよいでしょう。

### 3 避難所の生活

- 避難所では、救護所において病気や必要な医療的ケア等を伝えましょう。
- 避難所で相談し、安静、保温、清潔、換気等の環境を整えてもらいましょう。

## 5.精神障がいのある方

### 1 災害への備え

#### 状況を伝える準備

1. ふれあい手帳の作成：自分のデータ、緊急時連絡先、健康状態、かかりつけの病院、相談機関、できることできないこと、サポートしてほしいこと、注意点等を記載したカードを作成しておきましょう。
2. 医療機関からの指示や緊急時の対処方法等を家族にもよく理解しておいてもらいましょう。
3. 障がいのある人の家族と隣近所の方は、プライバシーに配慮しながら、災害時にはどのような支援が必要であるかを話し合っておきましょう。

### 2 地震が起きたら

◇ 薬を忘れずに持って避難



◇ どうしたらよいかわからないときは

近くの人に安全な場所へ一緒に行ってもらおうよう頼みましょう。

◇ 不安やストレスを感じたら

災害時には不安や緊張を感じやすくなります。

医師の指示どおりに薬を服用することを忘れないようにします。

不安やストレスを感じたら医師に相談しましょう。

### 3 避難所の生活

- 毎日服用している薬は必ず服用してください。
- 落ち込みやイライラ、不安等が出たときや、眠れないときには、救護所や精神科の先生に相談しましょう。
- 薬の飲み方を忘れてしまった場合は、救護所に相談しましょう。
- 心理的に孤立しないように、知人や仲間と一緒に生活できるように避難所で相談してみましょう。

# ちてきしょう 6.知的障がいのある方 かた

## 1 さいがいの ぞな 災害への備え

### ひなん じゅんぴ 避難する準備

#### 1. ひなんばしょ かくにん 避難場所の確認

(1) さいがいの お はな あ 災害が起きたときのことを話し合っておきましょう。

がっこう しょくば さいがいの  
• 学校や職場のいきかえりに災害があったらどうするか。

き おし れんしゅう  
• 決まりを教えてもらって練習しておきましょう。

(2) かぞく れんらくほうほう き れんしゅう 家族との連絡方法を決めて練習をしておきましょう。

(3) にっちゅう しせつ がっこう かよ ひと さいがいの ひなんばしょ きんきゅうれんらくほうほう  
日中、施設や学校に通っている人は、災害時の避難場所や緊急連絡方法  
をつた 伝えておきましょう。

(4) いざというときに ひなん えんじょなど 避難の援助等をしてもらえるよう、おつきあいの ある  
ひと ねが 人をお願いしておきましょう。



### じょうきょう つた じゅんぴ 状況を伝える準備

1. ふれあい手帳の作成： てちょう さくせい じぶん きんきゅうじ れんらくさき けんこうじょうたい  
自分のデータ、緊急時連絡先、健康状態、かかり  
つけの びょういん そうだんきかん 病院、相談機関、できることできないこと、サポートしてほしいこと、  
ちゅういてんなど きさい さくせい  
注意点等を記載したカードを作成しておきましょう。

2. いりょうきかん しじ きんきゅうじ たいしよほうほう かぞく りかい  
医療機関からの指示や緊急時の対処方法を家族にもよく理解しておいてもらいましょう。

3. がいしゅつ かぞく ひと つた  
外出することについて、家族の人に伝えておきましょう。また、  
ふれあい手帳 ちちょう も  
を持っていきましょう。



## 2 地震が起きたら

- 机の下等にもぐったり、座布団やクッションをかぶったりして、頭を守りましょう。
- すぐには家から出ないようにしましょう。
- なるべく一人にならないようにしましょう。
- 家族が不安な状態になると、本人はより不安定な状態になりますので、落ち着いて周囲の状況を確認しましょう。

## 3 避難所の生活

- 慣れない場所やたくさんの方がいるところや声の反響する場所では、精神的に不安になり、パニックになることもあります。人の移動が少ないような窓際や窓のある場所等を確保しましょう。
- 必要な場合には、救護所に相談し、専門医の受診が必要な場合は専門医につないでもらいましょう。
- 顔見しりや仲間と同じ場所で過ごせるように、避難所に相談しましょう。
- 一次避難所で対応できない場合は、二次避難所等の落ち着ける場所へ移動できるよう相談しましょう。

# 4章

## 地域の方へ（災害時に障がいのある方と出会ったら）

障がいがあるからといって、誰もが援助を必要としているわけではありません。災害時に支援が必要な障がい者は、

- 1 避難したくても、目が見えない、車いすでの移動が困難、どこに避難したらいいのか判断できない等、自らの力で移動することができない
- 2 避難所で生活する上で、障がいがあるがゆえに支援がないと避難所での生活ができない

このような方が、地域の皆様の手助けを必要とします。


そのため、障がいがあって自らの力で移動が困難な方や、避難所での生活で支援を必要としている方を見かけたら、誘導時の手助けや避難所生活の支援のご協力をお願いいたします。

### 1. 視覚障がいのある方をサポートするとき

#### 視覚に障がいがあるということ

大規模な災害の後には、まちの姿が普段とは変わってしまいます。そのため、視覚に障がいのある方は、普段は問題なく生活している場所でも自分で行動することが難しくなり、また、危険を回避することが困難となるため、周りの人の協力がとても大切です。

視覚に障がいのある方を見かけたら、声をかけ、周囲の状況を伝え、避難所への誘導をお願いします。

 ポイントは「わかりやすい説明」です

#### 誘導時の手助け

#### 揺れがおさまったら

◇ 周囲の状況を説明してください。

視覚に障がいのある方は、周囲の状況がわからずに不安になっています。そのため、状況の説明をし、どのような手助けが必要かを訪ねてください。声をかけてもらえると安心できます。

## 誘導のしかた

どのような方法で  
お連れするのがいいですか？

### ◇ あせらず、ゆっくり、声をかけながら誘導します。

- ① 誘導の際、どのような方法で行えばよいかを聞きます。
  - ・いきなり身体に触られると驚きますので、まずは本人の希望を聞きます。
  - ・腕をつかんでほしい方、肩につかまる等、人によって違いがあります。
  - ・杖を持っている場合は、杖を持っていない側に立ちます。

例)



注意（次の行為は危険です）



- 手を引っ張る
- 背中を押す
- 後ろから抱きかかえる

### ② 歩くときは…

- ・介助者は半歩前を
- ・二人分の幅をとって
- ・声をかけながらゆっくりと



ポイント

「あっち・そっち」等の言葉や指差しでの説明では伝わらないため、方向や距離等は具体的に説明するようにしましょう。

### ③ 状況を説明するとき

- ・切れた電線、倒れたブロック塀の位置や状況、避け方等は具体的に伝えます。

### ④ 段差や階段では

- ・「下り階段です」、「上がり階段です」、「段差があります」と声をかけます。具体的に伝えてください。

### ⑤ 止まるとき、歩き始めるときは、ひと声かけてください。

- ・「さあ行きましょう」、「止まります」等、声かけをお願いします。



## 避難所生活の支援

### 避難所では

1. トイレへの移動や食物の配給の受け取り等、人によるサポートを確保してください。
2. トイレの近くに、生活の場所を確保してください。
3. 避難所において盲導犬も一緒に生活できるよう配慮をお願いします。
4. そのために
  - (1) 部屋の壁側の場所で盲導犬の使用者と一緒に就寝できるようにする。
  - (2) トイレに盲導犬のションベルトで使用した袋を捨てられるように容器を置く。
5. 情報提供は文字情報だけでなく、視覚障がい者にもわかるよう音声による情報提供等も必ずお願いします。
6. 避難所になる施設には、視覚障がい者用誘導用ブロックの設置、点字及び大活字による案内表示や部屋名表示等、環境整備も必要です。
7. 避難が続くとき、本人希望により福祉避難所への移動も検討してください。

## 2.聴覚障がいのある方をサポートするとき

### 聴覚に障がいがあるということ

聴覚に障がいがあるということは、音による情報のやりとりが難しいということです。災害時は情報の多くが「音声」によって伝達されるため、聴覚に障がいのある方は、必要な情報の入手が困難になります。情報を伝達する方法には、手話だけでなく、身振り・筆談・その他いろいろな方法があります。複数の方法を用いたコミュニケーションをとってみましょう。

📍 ポイントは「情報の伝達」です

### 誘導時の手助け

#### 揺れを感じたら

- ◇ **安全確保**  
メモや身振り手振り等で身を守るよう指示します。

#### 揺れがおさまったら

- ◇ **安全な避難**  
火事等急いでいるときには、わかりやすい身振りで伝えます。

#### 情報伝達のしかた

- ◇ **話し始めは、合図を**  
どんな方法で会話をするときも、まず相手の視野に入り、合図をします。
- ◇ **筆談**  
筆記は紙だけではありません。  
手のひら、空中（空書といいます）、背中に指で書いて伝えることもできます。



## ◇ 口の動きで伝える

顔を真っすぐに向け、口をきちんと開けて普通に話しましょう。文章の流れから言葉を判断しますので、一文字毎に区切るのではなく、句読点で区切って伝えましょう。

- 例) × ひ・な・ん・し・ま・し・ょ・う  
○ ひなん しましょう

## ◇ その他の方法

身振り、絵、図等があります。本人の希望する方法で行いましょう。

## 夜間の緊急連絡

### ◇ 懐中電灯などで合図を

本人が睡眠中等で気付かない場合は、懐中電灯等で合図しましょう。あらかじめ話し合っておくことが大切です。

## 電話の代理を依頼されたら

電話の相手の返事等は筆記して渡すようにします。

## 避難所生活の支援

### 避難所では

- 1 大きな声で話せば大丈夫か、手話、筆談のどちらが良いのか聞いてください。
- 2 避難所の担当や周りの人にも伝えて、食料や水の配給等、何かの放送があったらすぐに周りから筆談等で伝える等、サポートできるようにしてください。
- 3 聴覚障がい者本人に聴覚障がい者であることがわかる目印（スカーフ、リボン等）を付けてもらう方法もあります。その場合は、必ず本人の了解を得てください。
- 4 聴覚障がい者は、唇の動きだけでは正確に伝わりません。筆談や携帯のメール画面等を使ってみてください。特に、停電等による暗闇では手話や筆談ができないので、手の届くところに懐中電灯等ライトを確保してください。


### 3. 肢体不自由のある方をサポートするとき

#### 肢体不自由があるということ

手や足、からだに障がいがあるために、行動に制限があったり、生活に不便を感じる事が多々あります。たとえば、車いすや杖等を使用している人では少しの段差でも障がいになったり、手や腕に力が入らない人では扉の開閉にも困難を感じたりします。

したがって、災害時には移動を中心としたサポートが必要です。

また、移動だけではなく、生活のさまざまな場面で介助が必要な場合もあります。本人にどのような支援が必要かを聞きながら行いましょう。

 ポイントは「動作(特に移動)の介助」です

#### 誘導時の手助け

#### 介助の基本は“希望に沿うこと”

むやみに車いすや歩行器具、身体にさわらないようにし、車いすを使うか、他の歩行器具を使うか、本人に確認します。

#### 車いすでの誘導

- ◇ 同じ目線の高さで話しかける
- ◇ 必要に応じてベルトでからだを固定  
車いすにのって身体のバランスが保てない人や、腕や手に力が入らず、つかまることが困難な人はベルトで固定します。
- ◇ 動作の前には、一声かけて  
急な発進や停止、方向転換は乗っている人を不安がらせ、転倒等事故のもとにもなります。「前に進みます」「止まります」の一言を忘れないように。車いすに乗るとき、車いすから降りるときは、必ずブレーキをかけます。

## ◇ 段差の昇り降りーゆっくり移動



段差を越えるときは…

- ①「持ち上げます」と声をかけ、
- ②押す人の足元にあるバーを踏み、車いすの前輪を上げ、
- ③段差に乗ってから後輪を上げ、進めます。

段差から降りるときは…

後ろ向きに後輪から降ります。

## ◇ 階段

3人から4人で車いすを持ち上げてゆっくり移動します。

### 車いすが使用できない人の移動

一人の場合は、幅広いひもでおぶったり、シーツや毛布の両端を結んで、くるむように乗せたまま、頭側を引っ張って移動します。

### 杖を使っている人の誘導

段差やでこぼこの少ない場所を選んで歩くようにしましょう。

## 避難所生活の支援


### 避難所では

- 1 移動手段を車いすにしている人たちも多く移動に制約が生じることがあります。
- 2 電気が止まった場合、エレベーターが止まったり、電動車いすの充電に問題が生じたり、人工呼吸器に問題が生じたりするため、生活に大きな制約を受けます。そのため、停電の影響が大きく、不安感も大きいです。
- 3 日常生活に介助をいれている人は、介助者の交通手段がたたれることで、介助者が確保できなくなるおそれもあるため、別の介助者の確保が必要になります。
- 4 移動を介助するときは、段差やでこぼこ、傾斜には注意してください。
- 5 脳卒中等で半身マヒの人の歩行を手助けする場合は、マヒしている人の後ろに立ち、ベルトをつかんだり腰に手を回して支えてください。

## 4.内部障がいのある方をサポートするとき

### 内部障がいがあるということ

内部障がいには、心臓機能障がい、じん臓機能障がい、ぼうこう・直腸機能障がい、呼吸器機能障がい、小腸機能障がい、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい、肝臓機能障がいの7種類があります。内部障がいのある方の共通の悩みは、外見からはわかりにくく、人にわかってもらえないことです。なにげない動作に思えても本人には負担になっていることもあります。まずは、本人に状況を確認し、必要に応じて医療機関に連絡をし、その指示に従うことが重要です。

 ポイントは「状態の確認」です

### 誘導時の手助け

#### 本人の希望に沿って

##### ◇ 携帯電話の使用確認をする

携帯電話の電波は、ペースメーカーに誤作動を生じさせるおそれがあります。マナーモードでも携帯電話からは電波がでています。必ず使用確認をしてください。

##### ◇ どのような配慮を必要としているかを知る

#### 医療機関へ連絡をとる

依頼があれば、消防署（119）と連絡をとって、早急に受け入れ病院や移送手段を確保しましょう。

## 避難所生活の支援

### 避難所では


- 1 内部障がい者は、外見からはわからないため、知らない人から誤解を受けるようなこともあります。避難所の職員の方たちに、早めに身体の状況や生活上の注意事項等を伝えておきましょう。
- 2 酸素が必要な人、定期的に人工透析が必要な人、人工肛門を使っている人、ペースメーカーを埋めている人等は、外見からはわかりませんが、災害時に医療行為が受けられなくなると、生命に関わる人がいます。また体力がないので、避難所等での共同作業をみんなと同じようにできないこともあります。
- 3 避難所では、自分で器具の消毒をしたり器具の交換をする人もいますので、手当てをすることができる清潔な治療スペースを設けてください。また、身体の状態によって、水、タンパク質、塩分、油分等の制限をしなければならない人もいますので、食事を提供するときには本人によく確認しましょう。

## 5.精神障がいのある方をサポートするとき

### 精神障がいがあるということ

精神障がいのある方は、さまざまな精神疾患の症状をコントロールしながら生活をしています。中にはストレスに弱い人や神経が過敏な人、人との関係が苦手等の症状を持った人もいます。

災害時には、特に強い不安や緊張を感じる可能性があります。ですから、サポートする人が次にあげるような配慮をする必要があります。

 ポイントは「不安を和らげる」です

### 誘導時の手助け

#### 揺れを感じたら

##### ◇ 安全確保

テーブルの下等に入ることや、家具等から離れることをはっきりとした口調で指示します。理解が困難なときにはやさしく手を引いて誘導しましょう。



大きな声や怒鳴るような指示は、しかられているように感じ、不安にさせる可能性があります。

#### 揺れがおさまったら

##### ◇ 安全な避難

何が起きているのか、これからどこへ、どのように移動するのかを具体的にわかりやすい言葉で、ゆっくりと簡潔に説明しましょう。

##### ◇ 家族をサポートする

精神障がいのある本人に直接サポートするだけでなく、日頃から本人に接している家族を支援することが効果的な場合もあります。

家族がどのような手助けが必要かをあらかじめ聞いておくことも有効です。



## 薬の管理

◇ 薬の飲み忘れのないように

◇ パニックのときは医療機関に

災害時の不安からパニック状態が生じた場合には、速やかに医療機関やかかりつけ医に相談しましょう。ふれあい手帳等を携帯しているときは、その内容を確認してください。



## 接し方のポイント

◇ 本人を否定したり、叱ったりしないで

災害時の不安から大声や異常な行動が出てても、本人を叱ることのないようにしましょう。妄想や幻覚のような話の場合でも強く否定したりせずに、相づちをうちながら聞きましょう。受容的な態度を忘れないようにしましょう。

◇ 冷静な態度で

サポートする方は、つとめて冷静な態度で行動することも大切です。周囲の心の動揺は思った以上に伝わるものです。

◇ 不安感をやわらげることを心がけて

「大丈夫ですよ」と優しく声をかけ、状況を具体的にわかりやすく、ゆっくりと簡潔に説明しましょう。状況を知ることによって不安がやわらぎます。

## 避難所生活の支援

### 避難所では

- 1 精神障がい者の中には環境の変化に適応できず、感情が高ぶりイライラして落ち着かなかったり、状況に合わせた行動ができない人がいます。地域でともに暮らす方や友人は親身になって心のケアや相談に応じてください。そのことが精神的支えになるのです。また、症状が急に変化したときには、専門の相談所等に相談するよう助言してください。
- 2 精神障がい者の中には心理的に孤立してしまう人もあります。知人や仲間と一緒に生活できるように避難所係員に配慮を求めてください。慣れない避難所生活は身体ばかりでなく、精神の症状も悪化しやすくなります。

また、災害直後よりも、被災してしばらく経過した方が疲れや精神的な不安が強くなってくるものです。薬を正しく服用しているか注意をしながら、身体や心の調子に何らかの症状が出たときには、早めに医療救護所やかかりつけの医師に相談するようにしましょう。

- 3 精神障がい者とともに生活している家族や保護者の方たちの苦労を理解して、避難所等で一緒に生活できるよう、協力できることには手を貸し、思いやりを持って支援しましょう。

## 6.知的障がいのある方をサポートするとき

### 知的障がいがあるということ

困っている事柄を周りに上手に伝えられなかったり、恐怖で動けなくなったり、パニックに陥り乱暴な行動をしてしまったりすることがあります。大声や異常に思える行動の原因は、災害時の「不安・恐怖」です。

過敏になっていることがあるので、大きな声を出したり、叱ったりしないでください。不必要な刺激がかからなければ、しだいに落ち着きます。

強い不安や発作（パニック等）が続くような場合は、本人が携帯しているふれあい手帳等を参照して、保護者や医療機関に連絡し、指示を受けてください。

📍ポイントは「本人の安心（感情のサポート）」です

### 誘導時の手助け

#### まずは…本人に確認

- 声をかける前に近くに保護者がいるかどうかを確認しましょう。
- 名前や連絡先を聞きましょう。
- 本人が言えない場合は、書いたものを持っていないかを聞いたり、探しましょう。
- 連絡がとれるようであれば、保護者等に連絡しましょう。
- 安心するように言葉をかけながら、一緒に避難所へ向かいましょう。

#### 声かけのポイント

##### ◇「ゆっくり・はっきり・明瞭に」を心がけて

- ・ 必要以上には大きな声で話しかけないでください。
- ・ 声が大きいと怒鳴られているように感じる場合があります。
- ・ 緊急性や危険性を声の大きさで伝えようとしないでください。

##### ◇ 短い文で、ひとつのことを

- ・ 話をする場合は、一度に多くの内容を盛り込まないでください。
- ・ 簡単な言葉を用いて短く切ってください。
- ・ 意味のつながりで区切って話すと伝わりやすくなります。  
＜例＞名前を／教えて／ください。

### ◇ できるだけ肯定的な表現

- ・ 「危ない」「怖い」といった否定的な語感のある言葉も、できるだけ使わないでください。
- ・ 「危なく・ない」「怖く・ない」といった表現も、わかりにくく、混乱を招くことがあります。  
    <例>危なくないところ → 安全なところ 等  
          怖くないところ → 安心できる場所、静かなところ 等

### ◇ 理解しているかどうかを本人の様子等から確認

- ・ 理解していなくても、反射的に「はい」と言っている場合もあります。
- ・ 一問一答のように、確認しながら話してください。

## 緊急性が高いとき (恐怖で動けなくなっているとき等)

### ◇ 軽く手を引くか、肩に手をかけて、ゆっくり誘導

- ・ 恐怖心を与えないように、「急」のつく動作に気をつけてください。
- ・ 必ず誰かが付き添い、一人にしないようにしてください。

★知的障がいのある人も、その人なりの様々な行動で、不安や恐怖に対処しています。

★一見、奇異に思えるような行動でも、危険に直結しない場合は、本人の行動を無理にとめないでください。

## 避難所生活の支援

### 避難所では

- 1 避難所では、たくさんの人たちが一緒に生活をします。知的障がい者の中には、環境の変化を理解できずに気持ちが混乱したり、状況に合わせた行動ができない人がいます。気持ちを落ち着かせるようにしてください。また、何か困ったことがあったら、避難所の人に相談しましょう。
- 2 中には、治療や投薬が欠かせない人もいますので、障がいの状況に応じた支援を行きましょう。
- 3 知的障がい者とともに生活している家族や保護者の方たちの苦労を理解して、避難所等で一緒に生活できるよう、協力できることには手を貸し、思いやりを持って支援しましょう。

# 5章

## 避難所

### 1. 避難所はどのようなところか

障がい者が利用できる「避難所」には、一次避難所、二次避難所、福祉避難所があります。介護等が必要な場合には、介護者が配置される避難所もあります。

#### 一次避難所

↓

近隣の小中学校の体育館等が指定されています。避難してくる人は障がい者だけではなく、近隣の被災住民も利用します。  
障がいにより介助等が必要な方は、避難所で相談してください。必要に応じて二次避難所、福祉避難所を紹介します。

#### 二次避難所

↓

市内の公共施設等が指定されています。一次避難場所で生活することが難しい障がい者等が優先または専用に利用できます。  
施設の受け入れ体制が整い、二次避難所が開設された後は、自宅から直接誘導することもあります。

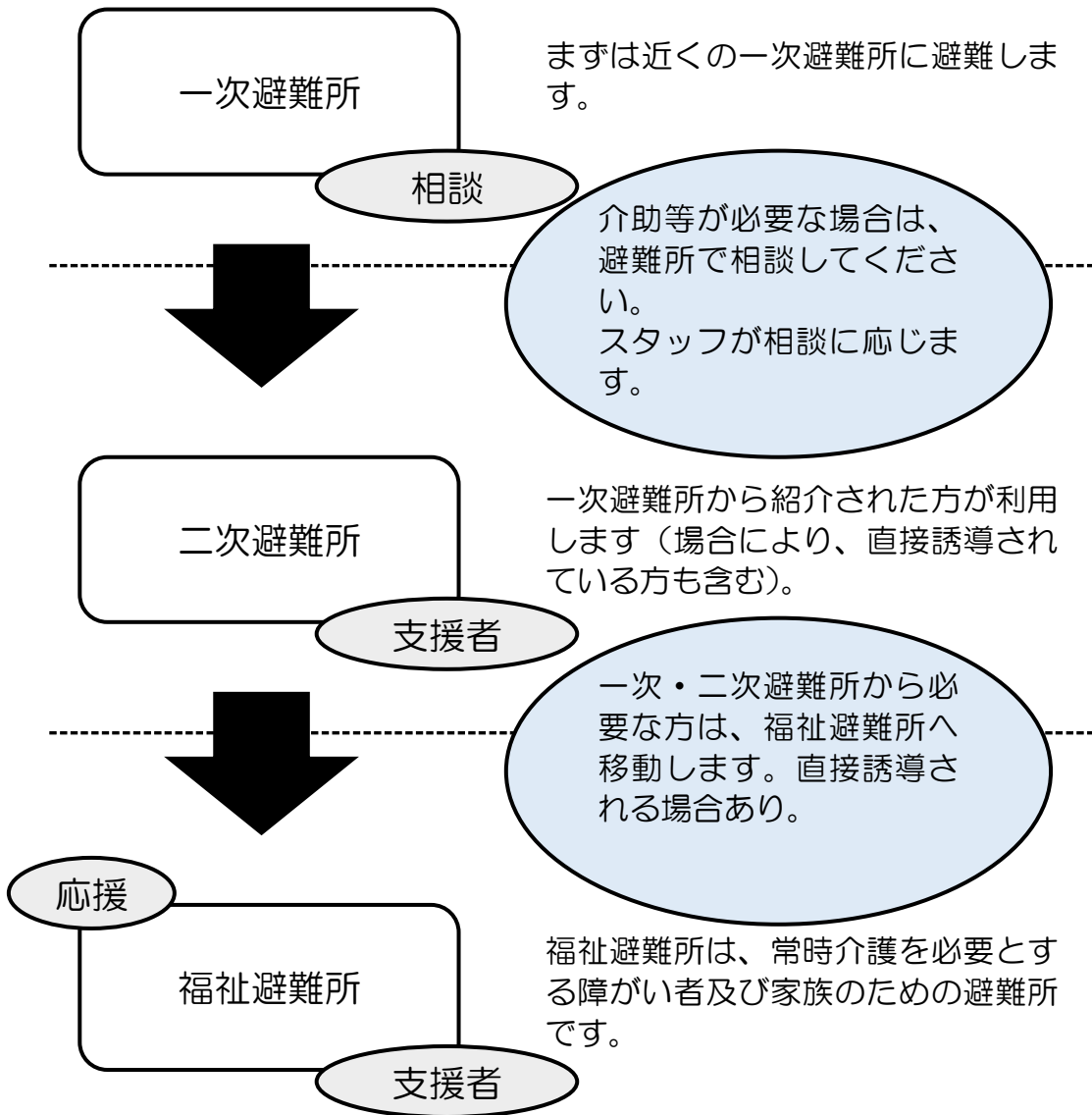
#### 福祉避難所

福祉避難所は、綾瀬市と協定を結んでいる市内の民間施設等です。二次避難所での生活が困難で、常に介助等を必要とされる障がい者等の要援護者のために用意された「避難所」です。

施設の受け入れ体制が整い、福祉避難所が開設された後は、自宅から直接誘導することもあります。

## 2. 避難所利用の流れ

大地震発生時には、まず落ち着いて自分の身を守る行動をとりましょう。その後、家屋の倒壊等により、自分の家等での生活が困難な状況になった場合には、次のとおり、避難所に避難しましょう。



# 6章 災害時避難行動要支援者への支援

## 避難行動要支援者登録制度

大規模な自然災害が起きたとき、自治会、民生委員、地区社協等の支援者が、要支援者の支援活動がスムーズにできるように、要支援者を登録する制度です。支援者は普段から要支援者とのふれあい（見守り）を行います。災害が起きたときには、避難所への誘導や、避難所を通じて災害対策本部に報告をする等の支援を行うよう努めます。

### 登録の流れ

～申請～

**申請書を提出します。**

※ 市に避難行動要支援者登録制度の申請書を提出します。

～登録及び情報の提供～

**台帳に登録し、地域の団体に情報を提供します。**

※ 市では避難行動要支援者登録台帳を作成し、適正な保管を確保した上で、要支援者の支援にあたる自治会、民生委員、地区社協等に提供します。

～訪問～

**ふれあい手帳を受け取ります。**

※ 持病、かかりつけの病院や薬、通っている施設、緊急連絡先、避難場所、避難所等自分の情報が記入できます。

**支援者が自宅を訪問します。**

※ 地区ごとに支援にあたる団体が、居宅を訪問し、災害が起きたときの支援者を決めたり、避難所を特定したりします。

～災害時～

**災害時には、支援者が登録台帳やふれあい手帳を確認し、要支援者の支援を行います。**

## 登録対象者

避難行動要支援者登録の対象者となるのは、次のような方です。

- 視覚障がいのある人 (1級・2級)
- 聴覚障がいのある人 (2級)
- 音声言語障がいのある人 (1級・2級)
- 肢体不自由の人 (1級・2級)
- 内部障がいのある人 (1級・2級)
- 知的障がいのある人 (A1・A2・B1)
- 精神障がいのある人 (1級・2級・3級)



問い合わせ先は、福祉総務課（電話：70-5613）



# 付録1 避難行動要支援者（申請兼）登録票

## 避難行動要支援者（申請兼）登録票

次のとおり、地域福祉の見守り及び災害時の支援等を必要とするので登録します。  
 なお、本申請は、本人の意思によるもので、地域の避難行動要支援者を支援する団体に情報を提供することを承諾いたします。

年 月 日

（宛先）綾瀬市長

登録地区分	自治会	区	登録者番号				
区分	ア 65歳以上の一人暮らし高齢者 イ 昼間独居の65歳以上の高齢者・障がい者 ウ 重度障がい者で日常生活上支援を要する者 エ 要介護認定を受け、日常生活上支援を要する者 オ その他支援を必要とする者						
氏名	_____ ⑩ （ _____ 年 月 日生 _____ 歳 男・女 ）						
住所	綾瀬市						
本人との連絡方法	・電話（本人・隣人等）						
	・携帯電話（本人・隣人等）						
	・F A X（本人・隣人等）						
緊急連絡者	・近親者等（子、兄弟、親戚など）への連絡先を記入してください。						
	1	名前		続柄		電話	
		住所				携帯	
	2	名前		続柄		電話	
住所					携帯		
特記事項	・支援に必要となる心身の状態等を記入してください。						
地区担当 民生委員	氏名				電話番号		

# 付録2 ふれあい手帳

<p><b>ふれあい手帳</b></p>  <p>綾瀬市</p>	<p><b>自分の情報</b> 写真</p> <p>ふりがな</p> <p>氏名 _____ 男・女</p> <p>住所 綾瀬市</p> <p>電話 0467- _____ - _____</p> <p>携帯 _____</p> <p>生年月日 明治・大正 _____ 年 月 日 昭和・平成 _____</p> <p>血液型 A・B・AB・O</p>	<p><b>《緊急時連絡先》</b></p> <p>連絡先1 氏名 _____ 続柄 _____ 電話 _____ 携帯 _____</p> <p>連絡先2 氏名 _____ 続柄 _____ 電話 _____ 携帯 _____</p> <p>連絡先3 氏名 _____ 続柄 _____ 電話 _____ 携帯 _____</p> <p>綾瀬市役所 0467-77-1111 綾瀬市消防本部 0467-76-0119 大和警察署 046-261-0110</p>	<p><b>サポートをお願いします!</b></p> <p>障がい名等 _____</p> <p><b>支援や配慮してほしいこと</b></p> <p><input type="checkbox"/> ( ) が不自由です</p> <p><input type="checkbox"/> 私のかわりに電話をしてください</p> <p><input type="checkbox"/> 筆談で伝えてください</p> <p><input type="checkbox"/> 書いてある情報を音読してください</p> <p><input type="checkbox"/> 移動の介助をお願いします</p> <p>内容 ( )</p> <p><input type="checkbox"/> 簡単な言葉で説明してください</p> <p><input type="checkbox"/> コミュニケーションが苦手です</p> <p><input type="checkbox"/> 体に触られるのが苦手です</p> <p><input type="checkbox"/> パニックになることがあります</p> <p><input type="checkbox"/> ( ) 発作があります</p>																																																																																																																			
<p><input type="checkbox"/> 心臓に疾患があります</p> <p><input type="checkbox"/> ペースメーカーを使用しています</p> <p><input type="checkbox"/> 人工透析をしています</p> <p><input type="checkbox"/> アレルギーがあります</p> <p>内容 ( )</p> <p><input type="checkbox"/> その他、配慮してほしいことがあります。</p>	<p><b>《かかりつけの病院等》</b></p> <p>病名等 _____</p> <p>病院名 _____</p> <p>電 話 _____</p> <p>担当医 _____</p> <p>薬局名 _____</p> <p><b>《飲んではいけないクスリ他》</b></p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><b>《いつも飲んでいるクスリ》</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>クスリの名前</th> <th>朝</th> <th>昼</th> <th>晩</th> <th>他</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> <p>置いてある場所： _____</p>	クスリの名前	朝	昼	晩	他																																																			<p><b>《通っている施設等》</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>施設1</th> <th>名 称</th> <th>電 話</th> <th>通っている曜日等</th> <th>通っている時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>施設2</th> <th>名 称</th> <th>電 話</th> <th>通っている曜日等</th> <th>通っている時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	施設1	名 称	電 話	通っている曜日等	通っている時間																										施設2	名 称	電 話	通っている曜日等	通っている時間																									
クスリの名前	朝	昼	晩	他																																																																																																																		
施設1	名 称	電 話	通っている曜日等	通っている時間																																																																																																																		
施設2	名 称	電 話	通っている曜日等	通っている時間																																																																																																																		
<p><b>《避難場所》</b></p> <p>日ごろから、避難場所は確認し、避難方法を家族や支援してくれる人と相談しておいてください。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>自治会名</th> <th>自治会</th> <th>区</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	自治会名	自治会	区																															<p>メモ：支援してほしいことなどメモしておきましょう。</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><b>支援していただくみなさまへ</b></p> <p>この手帳を所持している方は、緊急時に支援を必要としています。</p> <p>支援をいただく際には、手帳の内容を確認していただき、支援をお願いいたします。</p> 																																																																																			
自治会名	自治会	区																																																																																																																				

## 付録3 避難所一覧

避難所は、公共施設のうちから、災害の規模や範囲、被災状況を考慮して開設します。

避難勧告や避難指示が発令されたときは、原則として速やかに地域で決定された一次避難所に避難してください。なお身体状況により直接二次避難所や福祉避難所に避難する場合があります。

### 1. 一次避難所

No.	名 称	所 在 地	電話番号
1	綾瀬小学校	深谷中5-1-1	78-0004
2	綾瀬中学校	深谷南2-3-1	78-0024
3	綾北中学校	深谷上4-4-1	78-8566
4	北の台小学校	大上9-14-1	77-5807
5	北の台中学校	蓼川1-2-1	77-8430
6	天台小学校	寺尾台1-3-1	78-5688
7	寺尾小学校	寺尾南1-3-1	77-8401
8	綾北小学校	寺尾本町3-10-1	78-0452
9	早園小学校	小園420	78-8525
10	城山中学校	早川2230	77-6134
11	綾西小学校	綾西1-2-1	78-2376
12	春日台中学校	吉岡393-1	76-8661
13	落合小学校	落合北3-10-1	77-6133
14	綾南小学校	上土棚中1-12-19	78-2840
15	土棚小学校	上土棚南6-1-1	77-2002
16	県立綾瀬高校	寺尾南1-4-1	76-1400
17	県立綾瀬西高校	早川1485-1	77-5121

◎16県立綾瀬高校及び17県立綾瀬西高校は、避難者が増えた場合に開設します。

◎水害時、浸水するおそれのある14綾南小学校は利用しないこととし、代替施設として南部ふれあい会館、落合自治会館及び上土棚自治会館を指定します。

## 2.二次避難所

No.	名 称	所 在 地	電話番号
1	中央公民館	深谷中1-3-1	77-8181
2	中村地区センター	深谷中5-16-43	78-2760
3	大上保育園	大上6-14-5	77-0323
4	北の台地区センター	蓼川2-1-12	77-6132
5	綾北福祉会館	寺尾中1-3-22	78-1735
6	寺尾児童館	寺尾北2-2-1	77-9993
7	寺尾いずみ会館	寺尾台3-6-25	79-1305
8	小園児童館	小園401-1	77-9994
9	早園地区センター	早川2934	78-1160
10	ながぐつ児童館	綾西2-11-14	77-9992
11	吉岡地区センター	吉岡2316	78-2029
12	綾南地区センター	上土棚中1-10-11	77-5808
13	綾南保育園	上土棚南1-4-17	76-0030
14	南部ふれあい会館	上土棚南1-5-10	77-3020

◎水害時、浸水するおそれのある9早園地区センター及び12綾南地区センターは利用しないこととします。また、14南部ふれあい会館は、綾南小学校の代替施設として一次避難所に指定されます。

## 3.福祉避難所

No.	名 称	所 在 地	電話番号
1	メイプル	吉岡2361-7	76-8001
2	泉正園	上土棚南1-11-20	70-1888
3	道志会	早川城山2-11-3	76-3399
4	さがみ野ホーム	深谷中7-1-9	76-2600
5	綾瀬ホーム	吉岡2337	77-6611
6	貴志園	吉岡2381-1	78-4178
7	つぼみ保育園	深谷中5-20-48	78-0641
8	吉岡保育園	吉岡1980	78-4324
9	深谷保育園	深谷上3-1-29	76-8471
10	おとぎ保育園	早川3067-5	76-3841
11	もみの木園	深谷上4-5-1	76-6770
12	杜の郷	寺尾南1-5-31	76-3800
13	さくらチャイルドセンター	寺尾西1-13-1	78-8111
14	綾瀬いずみ保育園	上土棚北4-11-41	55-9696
15	ピッピことり保育園	吉岡1526	78-5025
16	綾瀬ゆめっこ保育園	大上4-2-25	76-0077

◎二次避難所での生活が困難で、常に介助等を必要とされる障がい者等の要援護者のために用意された「避難所」です。市からの要請を受けて開設するため、開設に時間がかかる場合があります。直接福祉避難所に避難せず、まずは一次避難所に避難しましょう。

#### 4.風水害時避難所

No.	名 称	所 在 地
1	落合自治会館	落合南6-1-46
2	中村自治会館	深谷中5-23-35
3	蓼川自治会館	蓼川2-11-33
4	大上自治会館	大上5-9-41
5	寺尾南自治会館	寺尾南2-3-16
6	寺尾綾北自治会館	寺尾本町2-7-3
7	寺尾天台自治会館	寺尾台1-12-15
8	小園自治会館	小園398-1
9	吉岡自治会館	吉岡2316-10
10	綾西自治会館	綾西2-11-14
11	上土棚自治会館	上土棚北4-7-47
12	高齢者福社会館	深谷中1-3-1
13	寺尾児童館	寺尾北2-2-1
14	南部ふれあい会館	上土棚南1-5-10
15	城山中学校武道場	早川2230

障害があっても障害がなくても共に生きる綾瀬を創る協議会  
災害対策部会部会員名簿

（敬称略、順不同）

組 織 名 等	氏 名	備 考
綾瀬市身体障害者福祉協会	西川 和朗	
綾瀬市手をつなぐ育成会	大部 さつき	
綾瀬市精神障害者家族会 あがむの会	工藤 松子	
綾瀬市肢体不自由児者父母の会	川島 和子	
社会福祉法人聖音会 綾瀬ホーム	志賀 信道	
社会福祉法人聖音会 さがみ野ホーム	宮崎 洋司	
社会福祉法人唐池学園 コペルタ貴志園	福野 哲也	
綾瀬市社会福祉協議会	石橋 正道	部会長
綾瀬市地域活動支援センター ファミール	中山 利次	
綾瀬市障害者自立支援センター ばらの里	水貝 匡希	
厚木保健福祉事務所 大和センター	大平 友子	
綾瀬市役所 危機管理課	森町 翼	
綾瀬市役所 福祉総務課	荒井 徳良	
綾瀬市役所 障がい福祉課	山田 亮平	事務局
綾瀬市障がい児者相談支援センター	小倉 奈津美	事務局

（平成31年3月末現在）

綾瀬市  
「障害があっても障害がなくても  
共に生きる綾瀬を創る協議会」

事務局

○綾瀬市福祉部障がい福祉課

電 話 0467-70-5623 (直通)

FAX 0467-70-5702

○障がい児者相談支援センター

電 話 0467-77-1118 (直通)

FAX 0467-77-1134

令和元年7月発行

令和2年11月改訂

令和3年 8月改訂

