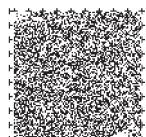


障がいのある人とサポートする人のための 防災の手引き



みんなで春をつくろう

春日市福祉事務所



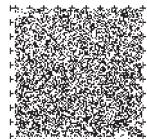
はじめに

災害はいつ起こるかわかりません。大きな地震や風水害などの災害発生時には、障がいのある人は、正確な情報収集や迅速な行動をとることが難しく、自力での避難が困難である場合が多いため、大きな被害を受ける恐れがあります。

そのような障がいのある人たちが災害から身を守るために、本人が日頃からの備えを十分に行うだけではなく、家族や地域住民などの周囲の人たちの支援が重要です。

この手引きは、障がいのある本人や周囲の支援する人（支援者）向けに、防災知識や災害時の障がいの種別ごとの支援のポイントなどを掲載しております。

わたしたちのまちでみんなが安心して暮らすことができるよう、障がいのある人が災害に備える「自助」と、家族や地域などによる「共助」のための取組みにこの手引きを活用していただきたいと思います。



目次

1章 災害への備え

1 情報を得る準備	1
2 避難する準備	4
3 家具の安全対策	6
4 状況を伝える準備	6

2章 障がいの種別ごとに気をつけること

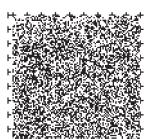
1 視覚障がいのある人	8
2 聴覚障がいのある人	10
3 肢体不自由のある人	12
4 内部障がいのある人	14
5 精神障がいのある人	18
6 知的障がいのある人	19

3章 障がいのある人へのサポート

1 視覚障がいのある人	20
2 聴覚障がいのある人	21
3 肢体不自由のある人	22
4 内部障がいのある人	23
5 精神障がいのある人	24
6 知的障がいのある人	25

巻末 ◎障がいのある人の基本情報	26
------------------	----

◎緊急連絡先リスト	27
-----------	----



1章 災害への備え

災害による被害を少なくするには、事前の準備が大切です。

まずは、自分が準備することを確認しましょう。

1 情報を得る準備

災害発生時には、避難情報などの災害情報をいち早く把握する必要があります。

そのため、平常時から、速やかに情報収集ができるようにしましょう。

災害情報の入手方法を確認する

①春日市ウェブサイト

注意報・警報や、避難所など、さまざまな防災情報を確認できます。

【利用方法】

春日市ウェブサイトトップページ (<https://www.city.kasuga.fukuoka.jp/>) から「防災・国民保護」のページに入れます。

②春日市防災 Twitter

災害情報をツイッターで皆さんにお伝えしています。

【利用方法】

パソコン、または携帯電話からツイッター春日市防災ホームページ (https://twitter.com/kasuga_bousai) にアクセスします。

必要に応じてフォローを行ってください。

※フォローを行うにはツイッターでのアカウント作成が必要になります。作成料は無料ですが、通信料がかかります。

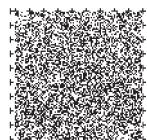
③春日市 LINE

春日市では、災害に関する情報をすぐに調べることができますように、LINE 内にさまざまな情報をまとめています。避難所・避難場所、各種ハザードマップ、避難行動判定フロー、気象情報・交通情報へのリンクなどが確認できます。

【登録方法】

QR コードを読み取り、登録します。

QR コード



④春日市総合情報メール

防犯・防災情報などの情報をメールで配信するサービスを実施しています。

災害発生に関する情報は、全登録者に配信されます。

【登録方法】

- ・パソコン、または携帯電話から ksg-c@ansin-anzen.jp に空メールを送信し、返信されてくるメール「春日市総合情報メールご登録」内の URL をクリックし、表示される登録フォームから登録します。
- ・または QR コードを読み取り、登録します。

QR コード



⑤防災メール・まもるくん

福岡県の防災情報等のメール配信システムです。災害時の情報等をメールでお知らせします。

【登録方法】

ウェブサイト (<https://www.bousaimobile.pref.fukuoka.lg.jp>) にアクセスし、登録します。

⑥ラジオ・テレビ

ラジオ、テレビは即時性に優れたメディアです。

○ラジオ

NHK福岡 AM 612kHz FM 84.8MHz など

○テレビ

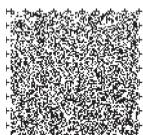
地上波テレビのほかに、ケーブルステーション福岡が地域に密着した災害情報を提供しています。

近所の人に万が一の際の協力をお願いする

まずは、家族みんなで防災について話し合い、災害発生時に速やかに対応ができるようにしましょう。そのうえで、近所の人などにも相談しておきましょう。

①自治会役員や民生委員・児童委員、近所の人に、情報伝達の方法や具体的な支援内容を伝えておきましょう。

- ・情報伝達の方法：電話、ファックス、メール、訪問など
- ・具体的な支援内容：避難のつきそい、避難の介助、避難情報の伝達など



②あらかじめ、「高齢者・要援護者等台帳」へ登録しておきましょう。

災害等の緊急時に支援が必要な高齢者や障がいのある人などについて、市に緊急連絡先を登録しておきます。自治会への情報提供の同意がある場合、地域福祉活動（地域での見守り、福祉活動へのお誘い等）の推進、災害時の支援などのために、自治会へ情報提供を行います。

なお、大規模災害の発生時は、安否確認などのため、同意がない人についても関係機関に情報提供する場合があります。

【登録方法】

- ・登録を希望する場合は、「高齢者・要援護者等台帳（登録）」を市へ提出してください。
- ・登録用紙は春日市障がい担当に準備しています。

支援可能な医療機関を確認する

かかりつけの医療機関に、緊急時の受け入れについて、あらかじめ相談しておきましょう。

休日や夜間の急な病気のときには、診察可能な病院を24時間体制で電話案内しています。また、看護師が緊急時の医療相談に応じています。

さらに、消防機関などへ必要な情報の提供を行い、円滑な連携体制のもとに、救急患者の医療を確保しています。

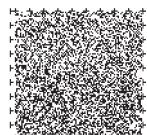
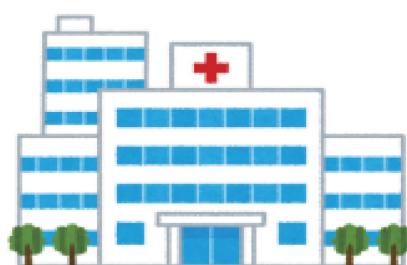
詳しくは、ウェブサイト（<http://www.fmc.fukuoka.med.or.jp>）にアクセスしてください。

【問い合わせ先】

福岡県救急医療情報センター

電話 #7119（#を押して7119）

または471-0099



2 避難する準備

非常持ち出し品を用意する

自分に必要なものを確認しましょう

生活用品		
✓	個数	品名
		懐中電灯
		携帯ラジオ
		予備電池
		携帯電話・充電器
		カイロ（冬場）
		ティッシュ

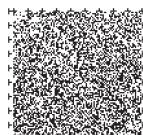
衣類等		
✓	個数	品名
		毛布
		タオル
		下着
		雨具
		防寒具（冬場）

医薬品等		
✓	個数	品名
		普段飲んでいる薬
		常備薬（風邪薬など）
		救急セット
		オムツ・生理用品
		お薬手帳
		マスク

貴重品		
✓	個数	品名
		現金（特に小銭）
		印鑑
		通帳
		障害者手帳
		運転免許証
		健康保険証・医療証

※常備備蓄品：食料及び飲料 3日分

※この他、障がいの種類により必要なものがそれぞれあるため、ご自身にあったものを確認して準備しましょう。（2章参考 P8～）



避難所を確認する

避難所までの経路を実際に確認してみましょう。できれば、複数の避難経路を確認してください。

①一時避難所（公民館）

比較的小規模な災害時に利用します。

②収容避難所（小・中学校）

地震などの大規模・広域な災害により、避難者が公民館の収容能力を上回ったときに利用します。

③公共施設など

特別な事情により、公民館などが使用できない場合に利用します。

④福祉避難所

通常の避難所における生活が困難な人（高齢者、障がいのある人など）を対象とする避難施設をいいます。

福祉避難所は、災害発生後に必要に応じて開設される避難所で、支援体制や安全の確認を踏まえたのちに開設されます。

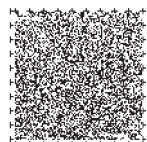
指定福祉避難所：春日市いきいきプラザ、春日市福祉ばれっと館、
クローバープラザ、春日市総合スポーツセンター

※施設の被害状況などにより上記指定福祉避難所が使用できない場合があります。

《福祉避難所への避難の流れ》

- 1 災害が発生した場合は、近くの避難所に避難してください。
- 2 避難所において、市職員が避難者の身体状態や必要な支援などの状況を考慮し、福祉避難所への移送対象者を決定します。
- 3 福祉避難所は、施設の安全確認、避難スペースの確保、スタッフの配置、物資の搬入など、運営体制が整い次第開設し、決定された移送対象者を受け入れます。そのため、直接福祉避難所へ行かないでください。

※在宅人工呼吸器等を常時使用している人の避難については、別に定めます。



防災訓練に参加する

春日市では、全35地区の自治会で自主防災組織が設立されていますので、積極的に地区の活動に参加し、防災力を高めましょう。

3 家具の安全対策

- ・寝室は避難しやすい出入り口に近い場所にし、なるべく大きな家具や荷物を置かないようにしましょう。
- ・通路や出入り口付近に家具や荷物を置かないようにしましょう。
- ・窓ガラスは飛散防止フィルムを貼りましょう。
- ・本棚やタンスは上部をL字型金具で固定するか、下に板などをはさみ、壁面にもたれさせましょう。
- ・テレビは低い位置に置き、金具や装着マットなどでテレビ台などに動かないよう固定しましょう。

4 状況を伝える準備

家族などへの連絡方法を確認する

①NTT災害用伝言ダイヤル171（声の伝言）

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利用できます。携帯電話に登録しておきましょう。

②災害用伝言版（文字の伝言）

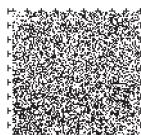
震度6弱以上の地震など、大きな災害が発生したときに利用できます。

詳しくは携帯電話会社等のウェブサイトをご覧ください。

- ・NTTweb171
- ・NTTドコモ・au・ソフトバンク等

※声の伝言、文字の伝言ともに、下記の日に体験利用ができます。

- ・毎月1日及び15日　　・1月1日～1月3日
- ・防災週間（8月30日～9月5日）
- ・防災ボランティア週間（1月15日～1月21日）

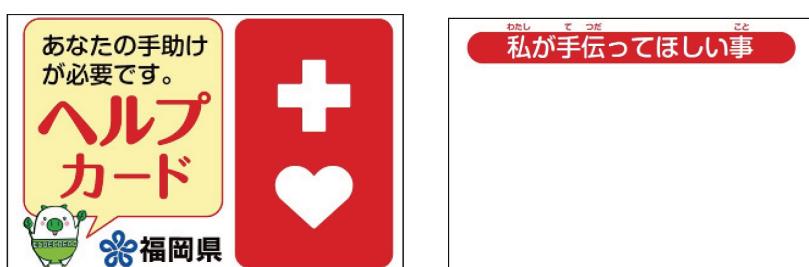


ヘルプカード・マークを活用する

福岡県では、「外見では不自由や障がいに気づかれにくい人」や「コミュニケーションがうまくできずに、なかなか伝えられない人」の緊急時などの支援のため、ヘルプカードとヘルプマークを発行しています。サポートしてもらう際に知ってほしいことがある人は、次のことを記入し、携帯しましょう。

ヘルプマークには、ストラップがついており、周りの人が見えやすいカバンの取っ手などにつけて使用します。

ヘルプカード



ヘルプマーク



【記入しておくこと】

- ・災害時に支援してもらいたいこと
- ・知ってもらいたい特徴
- ・介助のコツや特別に必要な配慮

【入手方法】

県障がい福祉課、各保健福祉事務所、市町村の障がい担当課の窓口にて配布しています。

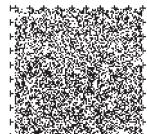
《市内配布場所》

春日市役所 福祉支援課障がい担当（原町3-1-5 ☎584-1111）

春日市いきいきプラザ（昇町1-120 ☎501-1134）

男女共同参画・消費生活センターじょなさん（光町1-73 ☎584-1201）

春日市社会福祉協議会（昇町3-101 ☎581-7225）



2章 障がいの種別ごとに気をつけること

障がいに応じて準備をしておくものや、災害発生時の行動はさまざまです。

各自の障がいに応じた備えをしましょう。

1 視覚障がいのある人

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4）
- 白杖
- めがねやルーペ
- 時計（音声、触知式のもの）
- ヘルプカードなど
- 点字版やメモ用録音機
- 助けを呼ぶための笛、ブザーなど
- 家族写真（避難所等で家族を探してもらうため）
- ※白杖は、支援者が暗闇でもわかるように、蛍光塗料や蛍光テープを貼っておく。



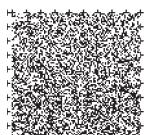
普段からの備え

①自宅でできること

- ・白杖やラジオ、携帯電話などは常に身近な場所に置く。
- ・家具は固定、ガラスには飛散防止のフィルムを貼っておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。
- ・避難時のケガを防ぐため、手袋や底が厚めの靴を用意しておく。

②避難に備えてしておくこと

- ・避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておく。
- ・災害時は、ブロック塀や木などが倒れ、道路が通れなくなることもあるので避難経路は複数考えておく。
- ・誰と、どうやって避難するかシミュレーションしておく。
- ・「高齢者・要援護者等台帳」に登録申請する。



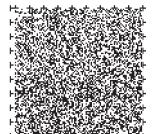
- ・支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成しておく。

③周囲の人と相談しておくこと

- ・同行援護者などを利用している場合は、災害時の支援をどうするか相談し、決めておく。
- ・支援者が不在の場合、どうすればよいか家族や周囲の人とも相談しておく。
- ・家族と話し合って、災害が起きた時の連絡手段や集合場所などを決めておく。
- ・学校、職場、施設など出先で災害にあったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておく。

災害が起きたら

- ・ラジオやテレビで状況の把握に努めましょう。
- ・避難が必要な場合、落下物や転倒物などで道路が使えないおそれがあります。慎重に移動し、周囲の人の支援を積極的に求めましょう。
- ・地震の場合、二次災害を防ぐため、火の元の点検などを周囲の人にお願いしましょう。
- ・避難場所ではトイレの位置などを確認し、なるべく移動が少ない場所で落ち着けるよう、配慮してもらいましょう。
- ・情報は文書で提示されることも多いため、情報不足になることが想定されます。周囲の人に視覚障がいがあることを伝え、わからないことは積極的に尋ねましょう。
- ・動けない場合は、大声や、笛、ブザーなどで助けを呼びましょう。



2 聴覚障がいのある人

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4）
- 補聴器や人工内耳などの電池
- スマートフォンなどの文字情報が得られる携帯端末・充電器
- 筆記用具（ホワイトボード、メモ用紙、鉛筆など）
- 助けを呼ぶための笛、ブザーなど
- ヘルプカードなど

※メッセージカードを用意しておくと便利です。

（例）「避難場所に案内して下さい。」

「何が起こっているか書いて教えて下さい。」



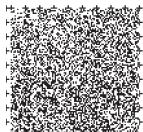
普段からの備え

①自宅でできること

- ・補聴器、スマートフォンなど、自分が情報を得るために必要なものは、常に身近な場所に置く。
- ・家具は固定、ガラスには飛散防止のフィルムを貼っておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。

②避難に備えてしておくこと

- ・避難を呼びかける指示、警報、サイレンがあった場合は、個別に知らせてもらうよう近所や周囲の人にお願いしておく。
- ・避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておく。
- ・災害時は、ブロック塀や木などが倒れ、道路が通れなくなることもあるので、避難経路は複数考えておく。
- ・誰と、どうやって避難するかシミュレーションしておく。
- ・「高齢者・要援護者等台帳」に登録申請する。



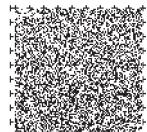
- ・避難所等では、情報から孤立したり支援情報がうまく届かないことがあるので、どんな配慮が必要か説明できるようにしておく。
- ・支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成しておく。

③周囲の人と相談しておくこと

- ・手話通訳者や要約筆記者などを利用している場合は、災害時の支援をどのようにするか相談し、決めておく。
- ・支援者が不在の場合、どうすれば良いか、家族や周囲の人とも相談しておく。
- ・補聴器や人工内耳が壊れてしまったとき、情報伝達や取得をどうすれば良いか周囲とあらかじめ相談して決めておく。
- ・家族と、災害が起きた時の連絡手段や集合場所などを決めておく。
- ・学校、職場、施設など、通っているところで災害があったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておく。

災害が起きたら

- ・テレビの文字放送、携帯電話やスマートフォンなどで、情報収集するよう努めましょう。
- ・動けなくなった場合は、笛や携帯用ブザーなどで居場所を知らせ、助けを求めるましょう。
- ・周囲の人に聴覚障がいがあることを伝え、安全な場所への誘導や、必要な配慮をしてもらいましょう。
- ・避難所の放送や説明が分からなかったら、担当者に聞いて、文字や絵で教えてもらいましょう。



3 肢体不自由のある人

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4）
- 車いす、杖、歩行器など
- 床ずれ対策ができるもの
- 紙おむつ、携帯用トイレなど自分に合った排泄処理用具
- 助けを呼ぶための笛やブザーなど
- ヘルプカードなど

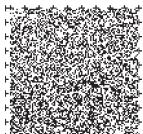
普段からの備え

①自宅でできること

- ・家具は固定し、ガラスには飛散防止のフィルムを貼っておく。
- ・特に寝る場所は、家具など倒れてくる物がないようにしておく。
- ・車いすを使用している場合は、通れる幅を十分に確保しておく。
- ・車いすや歩行補助器は、被害を受けにくい場所に置き、暗闇でもわかるように発光シールなどを貼っておく。
- ・車椅子の空気圧、バッテリーの充電などは、常にチェックしておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。

②避難に備えてしておくこと

- ・地域の人など、無理のない範囲で周囲の人に障がいがあることを知っておいてもらう。
- ・避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておく。
- ・災害時は、ブロック塀や木などが倒れ、道路が通れなくなることもあるので、避難経路は複数考えておく。
- ・誰と、どうやって避難するかシミュレーションしておく。
- ・「高齢者・要援護者等台帳」に登録申請する。
- ・支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成しておく。

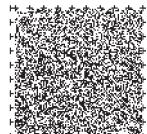


③周囲の人と相談しておくこと

- ・ヘルパーなどを利用している場合は、災害時の支援をどうするか相談し、決めておく。
- ・支援者が被災するなどして不在の時、どうすれば良いか、家族や周囲の人とも相談しておく。
- ・家族と話しあって、災害が起きた時の連絡手段や集合場所などを決めておく。
- ・学校、職場、施設など出先で災害があったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておく。

災害が起きたら

- ・動ける場合は、座る、はう、何かにつかまるなど、安全な姿勢をとりましょう。
- ・避難する時は、補助具や非常用持ち出し袋を準備し、周囲の人に支援を頼みましょう。
- ・動けない場合は、大声や、笛、ブザーなどで助けを呼びましょう。



4 内部障がいのある人

内部障がいとは、心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう、直腸、小腸、免疫機能、肝臓などの機能障害です。外見などでは分かりにくいため、周囲の理解が必要になります。被災して治療やケアが受けられなくなると命にかかわることもあるため、日頃からの準備が大切になります。

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4）
- 治療食、特別食
- 普段飲んだり使ったりしている薬、そのための用具など
- お薬手帳・薬の説明が書いてある紙
- 消毒液
- ヘルプカードなど



【じん臓に障がいのある人の場合】

- 透析用の薬や用具、機材の予備電源など

【心臓に障害のある人の場合】

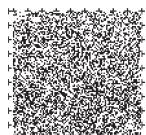
- ペースメーカーについて対応してくれる医療機関や業者の連絡先など

【呼吸器に障がいのある人の場合】

- | | |
|--------------|----------|
| □アンビューバッグ | □ネブライザー |
| □予備バッテリー | □手動式吸引器 |
| □酸素濃縮器 | □液体酸素ボンベ |
| □携帯用酸素ボトル など | |

【ぼうこう・直腸に障がいのある人の場合】

- | | |
|----------------------|-----------|
| □ストーマ用具 | |
| □ウェットティッシュ、ティッシュペーパー | |
| □剥離剤 | □消臭スプレー |
| □カット用ハサミ | □廃棄用ビニール袋 |
| □導尿に必要な器具（カテーテル） など | |



普段からの備え

①自宅でできること

- ・家具は固定し、ガラスには飛散防止のフィルムを貼っておく。
- ・特に寝る場所は、家具など倒れてくる物がないようにしておく。
- ・車椅子の空気圧、バッテリーの充電などは、常にチェックしておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。

②避難に備えてしておくこと

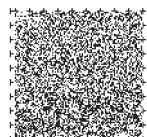
- ・地域の人など、無理のない範囲で周囲の人に障がいがあることを知っておいてもらう。
- ・避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておく。
- ・災害時は、ブロック塀や木などが倒れ、道路が通れなくなることもあるので、避難経路は複数考えておく。
- ・誰と、どうやって避難するかシミュレーションしておく。
- ・「高齢者・要援護者等台帳」に登録申請する。
- ・支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成しておく。
- ・自分の疾病に応じて、緊急時に対応してくれる医療機関・相談窓口などの情報を集めておく。

③周囲の人と相談しておくこと

- ・ヘルパーなどを利用している場合は、災害時の支援をどうするか相談し決めておく。
- ・支援者が被災するなどして不在の時はどうするか、家族や周囲の人と相談しておく。
- ・家族と話しあい、災害が起きた時の連絡手段や集合場所などを決めておく。
- ・学校、職場、施設など出先で災害にあったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておく。
- ・薬や治療食などの備え、災害時の対応について、主治医と相談しておく。

【じん臓に障がいのある人の場合】

- ・透析ができない場合の対策を、主治医と相談しておきましょう。
- ・自分の透析条件を「ヘルプカード」に記入しておきましょう。



【心臓に障がいのある人の場合】

- ・薬が飲めなかった時の対応について、主治医と相談しておきましょう。

【呼吸器に障がいのある人の場合】

- ・緊急時の対応について、家族や主治医、酸素供給業者などと相談しておきましょう。
- ・酸素チューブの配管は、非常時にからまないようにしておきましょう。
- ・酸素濃縮器や液体酸素ボンベは、火の気のない場所に保管しておきましょう。
災害時に引火して火災が発生する恐れがあります。
- ・停電に備え、非常用バッテリーや発電機を準備しましょう。

【ぼうこう・直腸に障がいのある人の場合】

- ・ストーマ用具のメーカーとサイズ、販売店の連絡先などを「ヘルプカード」に記入しておきましょう。

災害が起きたら

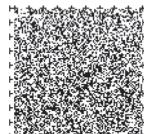
- ・あわてて無理な行動をすると、病状が悪化するおそれがあります。まずは状況を確認し、安全を確保しましょう。
- ・避難する時は、周囲の人に協力を求めましょう。
- ・避難所では、「ヘルプカード」を見せて、自分の身体の状況や配慮してほしいことを伝えましょう。
- ・体調が悪い時は我慢せず、周囲の人に伝えて医療機関に連絡しましょう。

【じん臓に障がいのある人の場合】

- ・薬や透析が継続できるように、避難所では移動手段や医療機関を確保してもらいましょう。

【心臓に障がいのある人の場合】

- ・ストレスなどで血管の収縮や血圧の上昇が起こることがあるため、できるだけ落ち着いて行動してください。
- ・避難所では、早めに医療機関に連絡を取るようにしましょう。



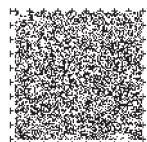
【呼吸器に障がいのある人の場合】

- ・不安や恐怖からパニック状態になると、酸素消費量が増えてしまうため、できるだけ落ち着いて行動してください。
- ・避難所では、早めに医療機関に連絡を取ってもらうようにしましょう。

【ぼうこう・直腸に障がいのある人の場合】

- ・洗腸している人は、自然排便に慣れておきましょう。災害時は断水や洗腸場所の確保が困難になることがあります。
- ・避難所では、オストメイトであることを伝え、支援を求めましょう。
- ・早めにストーマ用具の販売店や日本オストミー協会などに連絡を取ってもらうようにしましょう。

※在宅で人工呼吸器等の医療機器を常時使用している人は、『災害時等における在宅人工呼吸器等使用者避難マニュアル』も別途参照して、災害に備えてください。



5 精神障がいのある人

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4）
- お薬手帳・薬の説明が書いてある紙
- ヘルプカードなど

普段からの備え

①自宅でできること

- ・家具は固定し、ガラスには飛散防止のフィルムを貼っておく。
- ・特に寝る場所は、家具など倒れてくる物がないようにしておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。

②避難に備えてしておくこと

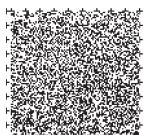
- ・学校、職場、施設など出先で災害にあったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておく。
- ・支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成しておく。

③周囲の人と相談しておくこと

- ・災害時は、動搖やストレスで症状が悪化することもあるため、主治医や家族と相談し、対応を決めておく。
- ・ヘルパーなどを利用している場合は、災害時の支援をどうするか相談し、決めておく。
- ・支援者が被災するなどして不在の時、どうすれば良いか、家族や周囲の人とも相談しておく。
- ・家族と話しあって、災害が起きた時の連絡手段や集合場所などを決めておく。

災害が起きたら

- ・正しい情報を得るようにし、できるだけ落ち着いて行動しましょう。
- ・混乱して自分で決められないときは、「ヘルプカード」を見せて、周囲の人に対する支援を頼みましょう。
- ・不安、幻覚、妄想などが出たときは、我慢せず、近くの人に自分の状況を伝え、医療機関に連絡しましょう。



6 知的障がいのある人

避難するときの持ち物

- 非常持ち出し品（P 4） お薬手帳・薬の説明が書いてある紙
- ヘルプカードなど（※特に名前、住所、電話番号を明記）
- いつも使正在中で、あると落ち着くことができるもの（おもちゃ、本、携帯音楽プレーヤー）など

普段からの備え

①避難に備えてしておくこと

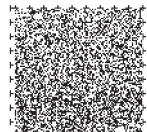
- ・家族だけではなく、地域の人など無理のない範囲で、周囲の人に障がいがあることを知っておいてもらう。
- ・日頃から、防災訓練や避難訓練に参加して、避難するときの道や避難する場所を覚えておく。ひとりだと難しいときは家族にも参加してもらう。
- ・名前、住所、電話番号がわかるように、書いたものを身につけたり、服やカバンに縫いつけたりしておく。
- ・避難に支援が必要な場合は、「高齢者・要援護者等台帳」に登録する。
- ・家族や助けてくれる人たちと相談しながら、「ヘルプカード」を作る。「ヘルプカード」には、いつも飲んでいる薬や、困った時にまわりの人に助けてほしいことを書き、いつも身につけておく。
- ・非常用持ち出し袋を用意し、常に一定の場所に置いておく。

②周囲の人と相談しておくこと

- ・家族や支援をしてくれる人たちと話しあって、災害が起きた時にどうするか、決めておく。
- ・学校、職場、施設等出先で災害にあったらどうするか決まりを教えてもらう。

災害が起きたら

- ・あわてて、急に走ったり、外に飛び出したりしないようにしましょう。
- ・家族や支援をしてくれる人たちと決めたことを守るようにしましょう。
- ・分からぬことがあったら、まわりの人たちに「ヘルプカード」を見せて、助けてもらいましょう。



3章 障がいのある人へのサポート

災害発生時や発生後においては、みんなで助け合うことが大切です。

ここでは、障がい種別ごとの支援内容などを記載しています。

1 視覚障がいのある人

▶支援のポイント

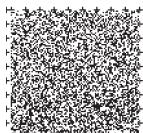
- ↳ 視覚障がいがある人は、周囲の状況を目で確認できないため、情報不足になりがちです。
- ↳ 言葉で情報を伝えるよう、心がけてください。
- ↳ 声をかけてから手を取るなど、身体に触れることで安心感を与えてください。

移動時の支援

- ・視覚障がいのある人は、困っていても周囲の様子が見えず、助けを求めにくい状況にあります。まずはこちらから声をかけるようにし、声をかける時は、本人のそばへ行ってください。
- ・災害時においては、障害物の状況及び回避の方法を具体的に伝え、不安を取り除きながら誘導してください。
- ・場所を説明する時は、「ここ」「あそこ」などのあいまいな言葉は使わず、「前」「後ろ」、「右」「左」など、具体的な言葉を使うようにしてください。
- ・誘導する時は、腕や肩につかまってもらい、誘導する人が半歩ほど前を歩いてください。曲がる方向や段差など、周囲の状況を説明しながら歩いてください。
- ・歩く速さは、本人に合わせてください。

避難先での支援

- ・不慣れな場所では、一人で移動することは困難です。周囲の環境やトイレの場所など、生活に必要な説明を行い、移動の際には誘導を行ってください。
- ・掲示物や配布物での情報は伝わりません。伝達事項は音声で伝えてください。重要な情報が伝わっているかどうかの確認をお願いします。
- ・物の位置や大きさなどは、実際に触ってもらうことが大切です。



2 聴覚障がいのある人

▷支援のポイント

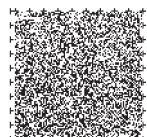
- ↳ 聴覚障がいがある人は、音声による情報のやりとりが困難です。
- ↳ 手話や文字、図を用いるなど、情報提供の仕方を工夫することが大切です。

情報の伝え方

- ・音声による災害情報などが聞こえず、避難が遅れることがあります。避難が必要な場合は個別に伝えてください。
- ・手話が分からぬ人もいます。筆談や身振り、絵や図を用いる、口の形を読みとるなど、一人ひとりの状況に合わせて、本人の希望する方法でコミュニケーションをとってください。どんな方法でコミュニケーションする場合も、まず相手の視野に入ることが基本です。
- ・筆談は、簡潔に分かりやすい表現を心がけましょう。

避難先での支援

- ・一斉放送など、音声での伝達はほとんど伝わりません。掲示物を目立つ場所に貼りだす、書いたものを見せるなど、目で見て分かる方法で伝えてください。



3 肢体不自由のある人

▷支援のポイント

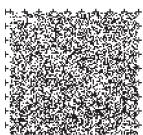
- ↳ 肢体に障がいのある人は、緊急時、普段より移動が困難になります。
- ↳ 危険を避けるためには、本人に確認しながら、希望に沿ったサポートをすることが大切です。

移動時の支援

- ・杖などを使っている人の場合は、ゆっくり歩くことができるよう、段差やデコボコの少ないところを選んで誘導してください。
- ・歩行が難しそうな人に対しては、本人に支援の方法を聞き、腕を持つなどの介助を行ってください。
- ・車椅子を使っている人の場合、急な発進や停止、方向転換は事故のもとになります。動くときには、「車椅子を押します」など、必ず一聲かけてください。階段を昇り降りする場合は、特にゆっくりと移動することが基本です。車椅子ごと持ち上げるときには、3～4人で運ぶと安全です。
- ・緊急時には車椅子が使えなかったり、身動きが取れなくなったりしていることがあります。担架を用意したり、背負ったり、複数の人で抱えたり、毛布やシーツに乗せて移動する方法もあります。

避難先での支援

- ・段差のない場所、なるべく出入り口に近い場所を確保できるように配慮してください。
- ・通路は車椅子などが通れる幅を確保し、物を置かないようにしましょう。
- ・避難所のトイレが使用できない場合も考えられます。本人の希望を聞いて、必要な支援を行ってください。
- ・言葉を発することが困難で、自分の意思を伝えにくい人もいます。ゆっくり確認してください。
- ・体温調節が困難な人もいます。優先的に毛布を配布するなどの配慮を行ってください。



4 内部障がいのある人

▷支援のポイント

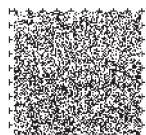
- ↳ 内部障がいがある人や難病の人は、外見からはわかりづらいため、一人ひとりの状況の把握が大切です。
- ↳ 本人や家族から、現在の健康状態や、配慮すべきことを聞き取って対応してください。

避難先での支援

- ・ヘルプカードなど、緊急時の医療情報や支援方法が書かれている物があれば確認してください。
- ・必要な医薬品や補装具などの確認をしてください。
- ・避難所では食事やトイレ、衛生的な環境の確保などについて、個別の対応が必要であることを前提に支援を行ってください。器具の消毒や交換、医療上の処置などが必要な場合は、プライバシーに配慮した空間が取れるようにしてください。

医療機関との連携

- ・かかりつけ医や、周辺の医療機関との連絡方法を確保してください。
- ・災害により、病状が悪化する場合があるため本人が体調不良を訴えた場合には、すぐに医療機関に連絡してください。



5 精神障がいのある人

▷支援のポイント

- ↳ 精神障がいのある人を支援する際には、不安をやわらげることが大切です。
- 落着いた態度で接してください。
- ↳ あらかじめクールダウンできる場所を確認してください。

情報の伝え方

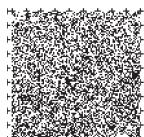
- ・大きな声や指示的な口調は、不安にさせる可能性もあるので控えてください。
- ・状況を具体的に、わかりやすく、簡潔に説明してください。状況を知ることで不安がやわらぐことがあります。
- ・話をする場合は、一度に多くの内容を盛り込みず、一つずつ伝えるようにしてください。

避難先での支援

- ・不安や動搖が激しい人がいても、落着いて見守ってください。
- ・妄想や幻覚の訴えがある場合は、強く否定せず、相づちを打つ程度にとどめてください。
- ・音や光などの感覚に敏感な人もいるため、本人の特性を配慮し、可能な限り静かで刺激が少ない場所への誘導を行ってください。

医療機関等との連携

- ・強い不安や症状の悪化が見られる場合は、主治医に連絡し指示を受けてください。連絡が取れない場合は、最寄りの医療機関へ相談してください。
- ・本人の同意を得て、避難所の責任者などに情報共有を図ってください。



6 知的障がいのある人

▷支援のポイント

- ↳ 知的障がいのある人は、複雑な会話や抽象的なことを理解するのが苦手です。
- ↳ 情報を伝えるときは、ゆっくりと、具体的に、短い文章か、イラストなどで説明するようにしてください。

情報の伝え方

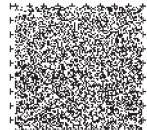
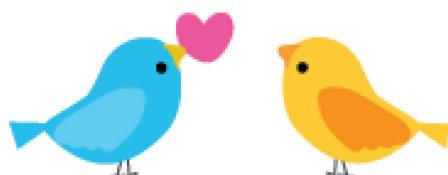
- ・声をかけるときは、落ち着いた穏やかな口調で接してください。
- ・言葉で通じない場合は、絵や写真を見せたり、ジェスチャーを用いたりしてください。ひらがなで書いたものを見せると、分かる人もいます。
- ・自分から要求を伝えられない人もいるので、実物を見せて選んでもらうことも有効です。

避難先での支援

- ・成人している人であれば、子ども扱いをせず、年齢に配慮した接し方を心がけてください。
- ・付き添いの人がいる場合でも、必ず本人の意思を確認してください。

移動時の支援

- ・誘導は、本人のペースに合わせ、ゆっくり、安全を確保して行ってください。



～災害発生時に支援を求めるやすくするため、確認して記入しておきましょう～

◎障がいのある人の基本情報

ふりがな 氏名		生年月日	大正・昭和 平成・令和 年 月 日
住 所		電話番号	携帯()-()-() 自宅()-()-()
障害者手帳の 種類		保険証の 記号・番号	
障がい・病気の 種類や名称			
いつも服薬して いる薬			
支援をお願い したいこと			
メモ			

◎緊急連絡先リスト

名 称		続柄・担当者	電 話	住 所
家族 ・ 親 戚 ・ 友 人				
専門病院 ()				
かかりつけ医 ()				
計画相談支援事業所 ()				
居宅介護支援事業所 ()				
訪問介護事業所(ヘルパー) ()				
自治会 ()				
民生委員 ()				
()				
()				
春日市 福祉支援課	障がい担当	092-584-1111 (FAX:092-584-1154)	春日市原町3丁目1番地5	
春日・大野城・那珂川消防組合		092-584-1190 (FAX:092-584-1240)	春日市春日2丁目2番地1	
筑紫保健福祉環境事務所 (保健所)		092-513-5583 (FAX:092-513-5598)	大野城市白木原3丁目5番25号	
災害伝言ダイヤル		171		
福岡県防災ホームページ	https://www.bousai.pref.fukuoka.jp/			



令和3年6月発行

発行 春日市福祉事務所

編集 福祉支援課障がい担当

〒816-8501 春日市原町3丁目1番地5

TEL : 092-584-1111（代表）

FAX : 092-584-1154

E-mail : fukushi@city.kasuga.fukuoka.jp

