

障がい者・高齢者のための防災マニュアル (改訂版)



平成30年3月

宮崎県福祉保健部障がい福祉課

目次

第1章 マニュアルの活用方法 (P1)

第2章 日頃の備え

- 1 住まいの安全対策 (P2～P3)
- 2 二次災害の防止 (P3)
- 3 ヘルプカードの作成・携帯 (P3)
- 4 非常用持出品の準備及び災害に備えた備蓄 (P4～P5)
- 5 障がいに応じた準備 (P6～P9)
- 6 障がいのある方の日頃の備え (P10～P17)
- 7 家族や支援者との話し合い (P18)
- 8 地域でできる災害への備え (P19～P20)

(参考) 福祉避難所について (P21)

第3章 災害が発生したら

- 1 地震 (P22～P23)
- 2 津波 (P24)
- 3 風水害・火山活動 (P25)
- 4 災害時の支援について (P25)
- 5 安全な避難等について (P26～P30)

(参考) みんなで入ろう！「防災・防犯情報メールサービス」 (P31)

第4章 避難所運営について

- 1 避難所での福祉的視点での判断基準 (P32～P33)
- 2 避難所運営のために必要な部屋・場所 (P34～P37)
- 3 災害時のトイレ対策 (P38)
- 4 トイレの衛生対策 (P39～P40)
- 5 一次避難所のレイアウト (P41～P43)

第5章 障がい等に応じた対応

- 1 各種障がい等の特徴 (P44～P48)
- 2 避難所での主な配慮事項 (P49～P52)
- 3 支援者（ボランティアを含む）等が行うべき配慮 (P53～P61)

(参考) こころのケアについて (P62～P63)

第6章 各市町村の災害発生前の備え

- 1 趣旨 (P64～P66)
- 2 各市町村が整備する項目 (P64～P66)

(参考) 障がい者に関するマーク (P67～P69)

障がい別の索引（参考）

視覚障がい

障がいに応じた準備（P6, 11）

安全な避難等について（P26）

聴覚障がい

障がいに応じた準備（P6, 12）

安全な避難等について（P27）

肢体不自由

障がいに応じた準備（P7, 13）

安全な避難等について（P28）

内部障がい

障がいに応じた準備（P7, 14）

安全な避難等について（P28）

知的障がい・自閉症・発達障がい

障がいに応じた準備（P9, 16）

安全な避難等について（P29）

精神障がい

障がいに応じた準備（P9, 17）

安全な避難等について（P30）

難病

障がいに応じた準備（P9）

安全な避難等について（P30）

高齢者

安全な避難等について（P30）

支援者・ボランティア（避難所運営関係者を含む）

安全な避難等について（P26）

第4章 避難所運営について（P32～）

第5章 障がい等に応じた対応（P44～）

はじめに

本県では、これまで台風や土砂災害による大きな被害を被ってきました。

また、東南海・南海地震、日向灘地震発生の可能性が高まっていることに加え、新燃岳など霧島火山群も活発な活動を続けており、常に災害への備えが求められており、県では、平成23年度に各障がい者団体等の意見を踏まえて、災害に備えた事前の準備と、実際に災害が起こった場合に障がい者本人とその支援者がとるべき行動についてマニュアルとして作成をしました。

しかし、平成28年に発生した熊本地震において、避難所の確保・運営及び障がいのある方が避難所で生活できないといった課題があり、本県で、東南海・南海地震、日向灘地震発生の可能性が高まっていることに加え、新燃岳など霧島火山群も活発な活動を続けていることから、マニュアルに避難所運営に関する項目を追加しました。

また、平成28年4月に「障害者差別解消法」が施行され、県におきましても、障がいの有無に関わらず誰もが暮らしやすい宮崎県づくりを目指すため、「障がいのある人もない人も共に暮らしやすい宮崎県づくり条例」を障害者差別解消法に併せて平成28年4月1日に施行したところであり、避難所運営にあたり、支援者又はボランティアの方にも活用してもらえよう改訂を行いました。

なお、ご本人、ご家族そして支援者と一緒に各項目を確認するなどして利用いただければ幸いです。

また、このマニュアルは、平成20年3月に県が策定しました「災害時要援護者避難支援計画モデルプラン」を補完するものですので、各市町村におかれましては、このマニュアルを参考に、それぞれの市町村の実情に応じた、障がい者・高齢者向けの防災マニュアルを作成するなど、ご本人やご家族等の援助者、さらには一般住民への必要な知識の普及啓発や防災組織づくり等に努めていただきたいと思います。

第1章 マニュアルの活用方法

- この防災マニュアルは、災害発生前、災害発生時、避難場所のそれぞれの場面において、活用できるよう
 - ・障がいがない方にも共通すること
 - ・災害時に障がいのある方・高齢の方が自らできること
 - ・災害時に障がいのある方・高齢の方への支援のできることを記載しております。
- 支援体制づくりは、自治会（自主防災組織）が中心となって、行政や日頃から障がいのある方・高齢の方と接している方（民生委員・児童委員、ケアマネージャー、ボランティアなど）と協力しながら進めていく必要があります。
- 障がいのある方・高齢の方への支援体制づくりの実施に当たっては、この防災マニュアルを参考に、支援の方法を理解し、地域において話し合いを重ねていきましょう。
- 障がいのある方もない方も「自分の身は自分で守る」という考えのもと、身の回りの安全対策や災害が発生した場合の避難方法など、日頃から災害に備えた準備をしておくことが不可欠です。

第2章 日頃の備え

1 住まいの安全対策

住まいの安全対策の第一は壊れない、頑丈なものにすることです。

また、家の中の安全対策も必要です。

住まいの安全対策は、障がいのある人もない人も再度確認しましょう。

- 昭和56年以前に建てられた建物については、不安であれば耐震診断を行い、危険と診断された場合は、耐震補強を行いましょう。

また、門柱やブロック塀なども同様に補強しましょう。

- 倒れた物でケガをしないよう、タンス、食器棚などの大きな家具類や電化製品は市販の固定金具などを使って固定しましょう。
- 戸棚の開き戸などが開いても中のものが飛び出さないようにストッパーなどをつけましょう。
- タンスなどの上には、重い物や落ちてくると危険なものを置かないようにしましょう。
- 寝室は、家具が倒れてこないよう配置を工夫し、安全な空間を作りましょう。
- 割れたガラスでケガをしないよう、スリッパを身近に用意するとともに、ガラス飛散防止シートを貼ったり、透明なアクリル板に変えたりしましょう。
- 災害時の避難通路を想定し、その通路の安全を確認するとともに、家の出入口を整理整頓し、避難の妨げになるようなものは置かないようにしましょう。

- 夜間に災害が起こった場合など停電し家の中の状況がわかりづらくなるため、枕元に懐中電灯と履物（室外兼用）等を用意しましょう。

2 二次災害の防止

- 地震発生後、火災などの二次災害を防ぐためにストーブやガス器具などは自動消火装置がついているものを使用したり、カーテンを不燃性のものにするなどの工夫をしましょう。
- 消火器は、防災訓練などでその操作方法を習得し、身近な取り出しやすいところに置いておきましょう。
- 消火器のホースや容器に変形や腐食はないか、有効期限は過ぎてないかなどを点検しておきましょう。
- 火災が発生した時の消火用水や水洗トイレなどの生活用水として使用するために、ポリタンクなどに水をためておく習慣をつけましょう。

3 ヘルプカードの作成・携帯

災害が発生した場合には、「自分ができること、できないこと、望む援助や対応、必要とする支援等」を周囲の人たちに的確に伝えるための準備をしておくことが重要です。

- 「ヘルプカード」（[ページ](#)を参照）等を作成しておき、日頃から携帯するとともに、非常用持出袋にも入れておきましょう。

※「ヘルプカード」とは、緊急連絡先や必要とする支援の内容などを記載することのできる携帯用のカードです。

また、県が作成したヘルプカードは、市町村障がい福祉担当課等で配布しています。

4 非常用持出品の準備及び災害に備えた備蓄

避難するときに備えて、すぐに必要なもの、役立つもの、自分の障がいや病気に関係するものを非常用持出品として用意しておきましょう。

また、大きな災害の場合は、救助に時間がかかることが考えられますので、飲料水や食料品などを必ず備蓄しておきましょう。

- 非常用持出品は、リュックサック（両手が使えるように背中に背負えるものが便利）などに入れてひとまとめにし、いつでも取り出せるように、出入口近くの分かりやすい場所に置きましょう。
- 1年に何回かは、中身のチェックをしましょう。
- 災害時に身元が確認しやすいよう、普段から運転免許証、障害者手帳、保険証、母子手帳などの身分証を携帯しましょう。

●非常用持出品の主な例

- 防災頭巾・ヘルメット 食料 飲料水
- 常用の医薬品
- 懐中電灯 乾電池 携帯ラジオ 救急セット
- 携帯電話（バッテリーや充電器もあわせて）
- SOS発信用の装置（笛・携帯ブザー・防犯ベル）
- 生活用品（衣類、タオル、ティッシュペーパー、紙おむつなど）
- ライター ロウソク 軍手 現金（小銭）
- 筆記用具
- 「ヘルプカード」 健康保険証、障害者手帳などのコピー
- その他、補装具などそれぞれの障がいに応じて必要なもの

●災害に備えた備蓄

- 飲料水は、1人1日3リットルが目安です。最低3日分、可能であれば1週間分程度を常時用意しておくようにしましょう。
- チョコレート、乾パン、缶入りご飯、レトルト食品、フリーズドライ食品など、各自が簡単に食べやすい食材などを最低3日分、可能であれば1週間分備え、定期的に取り替えるようにしましょう。
- 服薬治療中の場合3日分程度の薬や医療機器などを備えておくことが必要です。かかりつけ医と相談の上、なるべく手持ちがなくなる前に薬をもらうようにしておきましょう。

5 障がいに応じた準備

●視覚障がい

- 白杖 持病の薬 めがねやルーペ
- 強力ライト（なければ懐中電灯）・・・弱視障がい者の方
- 点字板やメモ用録音機
- 時計（音声、触知式などのもの）
- 笛、ブザーなど（助けを呼ぶため） ラジオ
- 携帯電話（バッテリーや充電器もあわせて）
- 障害者手帳やお薬手帳
- 家族写真（避難所等で、家族を探してもらうため）

※ 聴覚にも障がいがある「盲ろう者」については、聴覚障がいについても参考にしてください。

●聴覚障がい

- 補聴器や人工内耳などの電池
- スマートフォンなど文字情報が得られる携帯端末
- バッテリーや充電器（予備も）
- 筆談用具（ホワイトボード、メモ用紙、筆記用具など）
- 笛、ブザーなど（助けを呼ぶため）
- 懐中電灯（暗い場所でも手話や文字が見えるように）
- 支援を受ける際に配慮してほしいことを記載した「ヘルプカード」など
- 障害者手帳やお薬手帳

※ 視覚にも障がいがある「盲ろう者」については、視覚障がいについても参考にしてください。

●肢体不自由

- 車椅子、杖、歩行器など
- 携帯電話（バッテリーや充電器もあわせて）
- 床ずれ対策ができるもの 障害者手帳やお薬手帳
- 紙おむつ・携帯トイレなど自分に合った排泄処理用具
- 笛、ブザーなど（助けを呼ぶため）
- 電動車椅子のバッテリーや充電器（予備も）

●内部障がい

- 普段飲んだり使っている薬、そのための用具など
- お薬手帳や薬の説明書
- 障害者手帳、健康保険証、特定疾病療養受給者証など
- 治療食、特別食
- ノート・筆記用具、携帯電話など記録のための補助ツール
- 支援を受ける際に配慮してほしいことを記載した「ヘルプカード」など

(腎臓に障がいのある方)

- 透析用の薬や用具、機材の予備電源など

(心臓に障がいのある方)

- 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方)

- 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 液体酸素ポンプ
- 携帯用酸素ボトル など

(ぼうこう・直腸に障がいのある方)

- 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

●知的障がい・自閉症・発達障がい

- いつも飲んでいる薬
- 障害者手帳やお薬手帳・薬の説明が書いてある紙
- いつも使っていて、あると落ち着くことができるものなど

第2章 日頃の備え

- 耳栓^{みみせん}やアイマスク^{しゅうい おと ひと き}（周囲の音や人が気になる場合^{ばあい}）
- コミュニケーション^{ほじょ}を補助する道具^{どうぐ}（絵・写真^{え しゃしん}などのカード、筆記用具^{ひっきようぐ}など）
- 支援^{しえん}を受ける際^うに配慮^{さい}してほしいことを記載^{はいりよ}した「ヘルプカード」など

●精神障がい

- いつも飲んでいる薬
- 障害者手帳、健康保険証やお薬手帳・薬の説明書など
- 支援を受ける際に配慮してほしいことを記載した「ヘルプカード」など

●難病

- いつも飲んでいる薬
- 障害者手帳、健康保険証、特定医療費（指定難病）受給者証やお薬手帳・薬の説明書など
- 支援を受ける際に配慮してほしいことを記載した「ヘルプカード」など

6 障がいのある方の日頃の備え

- 無理のない範囲で、周囲の方に障がいがあることを知っておいてもらいましょう。
- 避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておきましょう。
- 通れなくなる道路もあるため、避難経路は複数考え、どう避難するかもシミュレーションしておきましょう。
- 自治体が作成する「避難行動要支援者名簿」に登録しておきましょう。
- 支援を受ける際に配慮してほしいことを記載した「ヘルプカード」を作成しておきましょう。
- 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きましょう。

周囲の方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きましょう。
- 支援者が被災するなどして不在の時はどうするか、家族や周囲の人とも相談しておきましょう。
- 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きましょう。
- 学校、職場、施設など外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きましょう。
- 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きましょう。

6-1 視覚障がい者

- 家の中の物の配置を常に一定にします。もし家族が変更したときはすぐに確認し、特に非常用持出袋のある場所は必ず確認しておきましょう。
- メガネ、白杖、点字盤等が地震で損害を受けて無くならないよう、いつも身近で安全な一定の場所に置きましょう。
- ガラスなどが飛散して床が危険になるので、スリッパ、軍手などを用意しておきましょう。
- 笛やブザー、緊急時の連絡先点字メモ、メモ用録音機等、自分が助けを求めた際に、安全を確保するために必要な物を身につけるようにしておきましょう。
- 情報入手手段としてラジオがすぐに利用できるようにしておきましょう。
- 家族が外出して本人がひとりの場合に備えて、隣近所に万一の際の協力を依頼しておきましょう。

※盲導犬使用者（聴導犬や介助犬にも適用）

- ドッグフードは、必ず多めに買い置きをしましょう。
- フィラリア症予防薬は冷暗所などに保管しておきましょう。
- かかりつけの動物病院や給付団体の連絡先と併せて、かかりつけ以外の動物病院や各盲導犬協会の連絡先も把握しておきましょう。

6-2 聴覚障がい者

- 補聴器は常に手元に置くとともに、正確な情報を収集するために、緊急連絡先表や筆談に必要なメモ、筆記用具などを身につけましょう。
- 笛やブザー、携帯電話（充電のチェック）等、自分が助けを求める際に、安全を確保するために必要なものを身につけましょう。
- 自身が聴覚障がいであることを示す腕章を用意し着用すると、周りの人の理解に役立ちます。
- 鼻腔による呼吸が難しい音声機能障がいのある方は、ガスの異常発生を知覚できるガス感知器を自宅に設置しておきましょう。
- 県立聴覚障害者センター・手話通訳者・要約筆記者にすぐ質問・連絡ができるようにしておきましょう。
- 災害時に利用できる「緊急会話カード」（「耳が不自由です。筆談・手話でお願い。」などを記載したもの）を作成しておくことも、周囲の人に支援を求める場合に大変役立ちます。
- 家族が外出して本人がひとりの場合に備えて、隣近所に万一の際の協力を依頼するとともに、夜間の睡眠中の情報伝達をどうするか家族や隣近所の人たちと決めておきましょう。

6-3 肢体不自由

- 家族や避難を支援してくれる人たちと具体的な支援方法について話し合っておきましょう。
- 家具は固定し、ガラスには飛散防止のフィルムを貼り、特に、寝室は家具など倒れてくる物がないような安全な居住空間を確保し、できるだけ避難しやすい場所を選びましょう。
- 車椅子や歩行補助具は、倒壊した家具の下敷きにならないように、常に安全な一定の位置に置き、発光シールを貼るなど暗闇になってもわかるようにしておきましょう。
- 笛やブザー、携帯電話（充電のチェック）等、自分が助けを求めたり、安全を確保するために必要なものを身につけておき、家族にも知らせておきましょう。
- 支援者(家族など)が被災するなどして不在の時の災害発生に備えとして、隣近所の人に万一の際の協力や介助を依頼しておきましょう。
- 日頃から点検は他人に任せないで自分で確認する習慣をつけましょう。

※車椅子使用者

- 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きましょう。
- 車椅子が使用できなくなった時のために、それに代わる手押しバギー車などを用意しておきましょう。
- 雨天や寒冷時に備え、車椅子でも使用可能なカッパ等を用意しておきましょう。

6-4 内部障がい者

- 緊急時の対応や日ごろから服用している薬や特殊な治療食の備え等について、かかりつけの医療機関に相談しておきましょう。
- 日ごろから服用している薬の処方箋の明細や薬局からの投薬説明文をコピーして、非常用持出袋に入れておきましょう。
- 家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法をよく説明し、理解しておいてもらいます。また「ヘルプカード」には、治療方法や介助の方法を、できるだけ、詳しく分かりやすく記入しておきましょう。
- 医療機器など、非常時持出品として必要な物は、各自であらかじめ用意しておきましょう。

<じん臓機能障がい>

- 自己連続携帯式腹膜灌流法(CAPD)による透析療法をしている人は、透析液加湿器のバッテリーの予備や透析液パックを、非常用持出品と同じ場所に置いておきましょう。

<ぼうこう又は直腸機能障がい(オストメイト)>

- 外出時ストーマ装具は7～10日分を日頃から肌身離さず携帯しましょう。
- 通常の非常持ち出し(家族人数分用意)以外に、オストメイトの災害時ストーマ装具非常持ち出し内容(1ヶ月分のストーマ装具・用具)を保管しておきましょう。
- 洗腸している方は、お湯の確保が難しいので自然排便法を習得しておきましょう。
- 洗浄水の確保が出来ない場合に備え、洗浄水がなくても装具交換ができる方法を習得しておきましょう。

- 緊急時支給される装具（ワンピース型）にも慣れておきましょう。
- 緊急支給品情報は、TV・ラジオなどで放送されますので注意しておきましょう。

<心臓機能障がい>

- ペースメーカーを装着または在宅酸素を使用している場合は、機器が故障したときの対応、緊急時の連絡方法などを、かかりつけの医療機関や機器メーカーに相談しておきましょう。

<呼吸器機能障がい>

- 在宅酸素療法をされている場合は、かかりつけの医療機関に酸素の必要度(酸素を使用しなくても大丈夫な日数)などを確認しておきましょう。
- 濃縮酸素の濃縮器や液体酸素のボンベは、火気から離れた場所に保管するとともに、液体酸素のボンベは、倒れないように家族などに頼み、しっかり固定しておきましょう。
- 酸素チューブの配管は、地震が発生した場合でも体にからまないように工夫してもらいましょう。
- 人工呼吸器を装着している場合は、電気、水道、ガスなどが止まった場合に備えて、アンビューバック、バッテリー、手動式吸引機などを用意しておきましょう。
- 携帯用酸素ボトルを非常用持出袋に入れておきましょう。

6-5 知的障がい者・自閉症者・発達障がい者

- 大きな災害が起きると、病院に通えなくなることがあります。いつも薬を飲んでいる人は、医者に薬の種類を聞いて、ヘルプカードに書いておきましょう。
- 薬を飲んでいる人で、独自の飲み方（たとえばオブラートを服用するなど）の場合は、そのことをヘルプカードに書いておきましょう。
- 身の周りの品や食べ物に特別なこだわりを持っている場合は、そのことを周囲の人たちに理解してもらいましょう。
- 笛やブザーなど、自分が助けを求めたり、安全を確保するために必要な物を身につけましょう。
- 「たすけて！」と声を出す練習や笛を吹く練習をしましょう。
- 災害時に、手助けが必要なことを書いたヘルプカードを身につけたり、身元連絡先等が分かる名札等を衣服に縫いつけておきましょう。
- 家族や周囲の人たちは、日ごろから地震について分かりやすい言葉で具体的に繰り返し説明したり、避難場所に実際に行ってみて場所を覚えたり、場所に慣れておくように心がけましょう。
- 日ごろの訓練が大切です。1回でも多く訓練に参加しましょう。

6-6 精神障がい者

- 家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法等をよく理解しておいてもらいましょう。
- 対人関係で配慮が必要なことや特筆すべき事項等を「ヘルプカード」に記載しておきましょう。
- 日頃通っている学校や施設等に、災害時の避難場所や緊急連絡方法を伝えておきましょう。
- 大きな災害が起こると、当分の間は医療行為が受けられなくなる可能性があるため、常時薬を飲んでいる人は、お薬手帳を準備しておくか、自分の病名や普段飲んでいる薬の種類などを記載したリストを作成しておきましょう。
- かかりつけの医療機関と相談し、いざという時に支援を得られる医療機関のリストを作っておきましょう。

7 家族や支援者との話し合い（避難経路の確認、安否確認など）

いざという時に落ち着いて行動できるよう、避難方法や連絡方法について、家族や支援者と十分話し合っておくことが必要です。

- 地域の防災対策がどうなっているのか、自分が避難する指定緊急避難場所や指定避難所がどこにあるのか確認しましょう。
- 風水害に備え、浸水予想区域図や洪水ハザードマップで危険区域の確認をしておきましょう。
- 自宅からどのような経路を通っていくのが一番安全なのかなど、実際に歩いてみて確かめておきましょう。その際、危険な場所や主な目標物などを地図に落として、避難経路図を作成しましょう。
- 福祉避難所として指定されている場所をあらかじめ確認しておきましょう。
- 災害時の安否確認手段について、家族と話し合っておきましょう。また、NTTが提供する災害用伝言ダイヤル「171」や携帯電話会社が提供する「災害用伝言板」は、実際に体験できる日が設けられていますので、使い方を練習しておきましょう。

8 地域でできる災害への備え

8-1 障がいのある人もない人も共通すること

大規模の災害が発生した場合、交通網の寸断や通信手段の混乱などから、迅速な救援活動ができないことが想定されます。

そのようなときに備えて、日頃から「自分たちのまちは自分たちで守る」という意識で地域住民が相互に助け合う体制を整備しておきましょう。

- ・自治会（自主防災組織）の活動への積極的な参加

町内会や自治会などが中心となり、あらかじめ災害時に実施する活動を具体化した防災計画を作成し、初期消火、被災者の救出・救護、避難誘導など役割分担を明確にしておきましょう。

- ・住民総参加による地域防災訓練の実施

災害時に初期消火や応急手当などの適切な活動をすべての住民が行えるように、地域で協力して障がいのある方・高齢者の参加した防災訓練を実施しましょう。

- ・住民の意識啓発

自治会や自主防災組織が取り組んでいる防災活動や障がいのある方・高齢の方のことを地域の方に理解してもらい、住民の意識を啓発しましょう。

8-2 障がいのある方・高齢の方

障がいのある方・高齢の方が安全な場所に避難するためには、周囲の協力は欠かせません。そのため、地域の人たちと顔なじみになったり自分の障がいを理解してもらうなど、日頃から交流を深めておき、緊急時にも遠慮なく援助をしてもらえるような関係をつくっておくことが大切です。

・隣近所の方々との交流

普段から自治会や老人クラブ等の活動に参加するなど、地域の方々との交流を深めておくことが大切です。また、障がい者等の関係団体、サークルなどに加わり、情報交換を図りましょう。

なお、自主防災組織のリーダーや近隣の人など特定の人に、災害が発生した時には手助けしてくれるよう、あらかじめ協力を依頼しておきましょう。

・防災訓練への参加

訓練の機会を通して、自主防災組織や近隣の人たちとのコミュニケーションも密になりますし、自分の支援内容などについて理解してもらい、どんな支援が必要かを話しておく、いざという時に役立ちます。

なるべく、家族や支援者と共に地域で実施される防災訓練に積極的に参加しましょう。

また、家庭での防災訓練も実施しておきましょう。

(参考) 福祉避難所について

1. 福祉避難所とは

災害時には、避難者を一時的に学校の体育館や公民館などに設置した避難所において、保護する必要がありますが、避難者の中でも高齢者や障がい者等の特別な配慮を要する方（災害時要援護者）にとっては、このような避難所での生活は、健康面、精神面に大きな影響を与えることとなります。

災害救助法に基づく救助においては、災害時要援護者に対して特別な配慮をする避難所を「福祉避難所」として位置づけています。

(想定される特別な配慮)

- ・ 相談等に当たる介助員等の配置（概ね10人の対象者に1人）
- ・ 高齢者、障害者等に配慮したポータブルトイレ等の器物の整備
- ・ その他日常生活上の支援を行うために必要な消耗器材の整備

2. 福祉避難所として指定される施設

施設がバリアフリー化されている等、災害時要援護者の利用に適しており、生活相談職員等の確保が比較的容易である老人福祉センター、防災拠点型地域交流スペース等を付設する社会福祉施設、特別支援学校等が想定されます。

3. 福祉避難所の対象者

福祉避難所の対象者は、高齢者、障がい者のほか、妊産婦、乳幼児、病弱者等、避難所生活において何らかの特別な配慮を必要とする方です。

(参考)

自治体によっては、福祉避難所の同義語として、二次避難所という呼称を用いている場合もあります。

一般の避難所 → 一次避難所
福祉避難所 → 二次避難所

市町村の福祉避難所の指定状況につきましては、県庁ホームページ (<http://www.pref.miyazaki.lg.jp/soshiki/fukushi/fukushihoken.html>) からご確認ください。

4. 問い合わせ先

宮崎県福祉保健部 福祉保健課 地域福祉保健担当
電話：(直通) 0985-26-7045
e-mail：fukushihoken@pref.miyazaki.lg.jp

第3章 災害が発生したら

1 地震

- 脱出口を確保するため、出入口のドアをすぐに開け、開けたままにしておきましょう。
- 建物の倒壊により閉じこめられたり、ケガをして動くことができない場合は、外の人に聞こえるように大声を出したり、笛を吹いたり、物をたたくなどして、自分の居場所を知らせ、助けを求めましょう。
- 外出先で、通行や歩行が困難になり、ケガをした場合は、近くの人に障がいがある旨を伝え、必要な援助を求めましょう。このようなときに「ヘルプカード」が役に立ちます。
- 避難勧告や避難指示が出たり、火災の危険がある場合、非常用持出袋を持ち、隣近所の人などに指定一次避難場まで誘導をお願いし、早めに避難しましょう。
- どこへ避難するかメモを出入口に貼るなど、行き先を明示し、動きやすい服装、底の厚い靴で避難しましょう。

1-1 家にいるときに地震が起こったら

- 上から物が落ちたり、本棚などの家具が倒れたりする危険があります。安全な場所で、揺れが止まるまで待ちましょう。
- 料理をしているときやストーブを使っているときは、揺れが止まってから火を消してください。揺れているときに火を消そうとすると、やけどをする危険があります。
- 家から逃げるときはブレーカーのスイッチを「切 (off) 」にして電気が流れないようにしてください。大きな地震が起こったときは、停電することがあります。ブレーカーのスイッチを「切 (off) 」にしていないと、停電が復旧したときに電気器具などに電気が流れることで燃えやすいものに引火し、火事になることがあります。

1-2 外にいるときに地震が起こったら

- ビルの近くにいると、窓ガラスや看板などが落ちてくること
があるため危険です。かばんなどで頭を守りながら、安全な場
所に行きましょう。
- 狭い道では、ブロックでできた塀や自動販売機など、倒れや
すい物の近くは危険です。また、崖や斜面は地震で崩れる危険
があるため、近くにいる場合はすぐに逃げましょう。
- 運転しているときに大きな地震があったら、車をゆっくり道
の左側に止めて、エンジンを切ります。車から降りて逃げる場
合は、ドアに鍵をかけないで、車に鍵をつけたままにしておき
ましょう。救急車などが通るときに邪魔になる場合、すぐに車
を動かすためです。

1-3 地震発生時の情報入手等について

- 大きな地震が起こったら、電車やバスなどが止まること
があります。このようなときは、急いで帰ろうとしないで、会社や
学校など安全な場所でしばらく待ってください。大勢の人が一
度に帰ろうとすると、道や駅などにとっても多くの人が集まって
危険です。テレビやラジオなどで正しい情報を集めて、安全か
どうか調べてから帰りましょう。会社や学校などに水や食べ物
を置いておくと役に立ちます。
- 大きな地震が起こると、一度に大勢の人が電話をかけるた
め、つながりにくくなります。そのため大きな災害が起こると、
「災害用伝言ダイヤル」が使えるようになります。「171」
に電話をすることで、伝言を録音したり、聞くことができます。
- 携帯電話の会社も「災害用伝言板」という安否確認が登録で
きるサービスを行っています。地震などの災害が起こったとき
は、電話よりメールのほうがつながりやすいと言われていま
す。ツイッター（Twitter）などのSNSが役に立つ場合もあ
ります。地震が起こる前に、使い方を調べておきましょう。

2 津波

津波は、海の底で大きな地震があると発生する可能性があり、高さが10m以上になることもあります。

また、津波は何度も発生し、後から発生する波のほうが高いこともあります。川を逆流して海から遠い場所まで到来することもあるため、海や川の近くには行かないでください。

なお、津波には、とても強い力があります。50cmの高さでも人が流されることがあり、水の流れるスピードはとても速いです。津波が見えてから避難しても間に合いません。津波の警報や注意報が出た場合や、津波が来る可能性がある場合は、すぐ避難しましょう。

- 海岸の近くにいるとき地震があったら、津波が発生する可能性があるので、すぐに避難してください。避難するときは、できるだけ海岸から遠く、高い場所に避難しましょう。高い場所がない場合は、高くて丈夫な建物を見つけ、できるだけ上の階に避難しましょう。
- 津波は1度では終わらず、何度も発生する可能性があります。津波が発生しないように見えても、海や川に近づいてはいけません。津波の警報や注意報が出ているときは、安全な場所で待機してください。
- 避難するときは、できるだけ早く安全な場所に避難しなければなりません。そのために、避難場所や避難経路を決めておき、普段から避難場所や避難経路を歩いて確認しておきましょう。
- 津波が来たとき、家族と一緒にいないこともあります。学校や家、会社などからそれぞれ避難場所や避難経路を、家族で話しあって決めておきましょう。

3 風水害、火山活動

風水害や火山活動では早めの避難が原則です。

障がいのある方・高齢者は、避難準備・高齢者等避難開始が発令された時点で避難行動を開始しましょう。

- 台風以外でも普段と異なる雨の降り方などの場合は、自主的に避難するよう心がけましょう。

「ハザードマップ」(参考)

「ハザードマップ」は、雨が多く降ったときに水があふれそうな場所や、土砂災害が起きるかもしれない場所などを示した地図です。県や市などのウェブサイトでも見ることができます。「ハザードマップ」で自分が住んでいる場所などについて調べておきましょう。

4 災害時の支援について

災害発生に備え障がいのある方は、事前に自治体の作成する「避難行動要支援者名簿」等に登録をしておきましょう。

登録をしていれば、自治体や地域住民などから災害時の支援を得やすくなります。

特に視覚障がいの方は、災害が発生した際、情報を耳から入手することは可能であるものの避難に困難を抱えているため、自治体又は地域住民の方の協力を得て、避難所への誘導を支援してもらいましょう。

また、聴覚障がいの方は、災害が発生した際、情報を目から入手することは可能であるもののサイレンや防災無線等の耳からの情報入手に困難を抱えているため、自治体又は地域住民の方は、サイレン等の警報を文字等で伝えましょう。

5 安全な避難等について

各障がい等	安全な避難方法
<p>視覚障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地震後の部屋は、落下物やガラスの破片が飛散していることがあるので、あわてて移動しないようにしましょう。スリッパや厚手の靴下、靴を身につけ、家の中でも白杖などを使用して安全を確認しましょう。 ・外に出た方がよいかどうかの判断はとにかく大声で視覚障がいであることを告げ、周囲の人に状況を聞いて援助を求めましょう。 ・地震の後には、電柱やブロック塀が倒れ、道路上に障害物が増えることにより、いつもと同じように歩行することが困難になります。家族や隣近所の人などに避難誘導を頼みましょう。 ・誘導を受ける場合は、肘や肩などをつかまらせてもらい、ゆっくりと歩くようにしましょう。 ・避難所では、避難所職員や周りの人に避難所の中を誘導してもらい、どこに何があるかを確認しましょう。

<p>聴覚障がい</p>	<ul style="list-style-type: none">・的確な情報を得ることが大切です。テレビ、文字放送付きラジオ、インターネット、メール、携帯電話、また、隣近所の人からの情報などを得るようにしましょう。・外出している場合は、まわりの人に自分のことを筆談などで伝え、正しい情報を教えてもらうようにしましょう。・県立聴覚障害者センター・手話通訳者・要約筆記者などに連絡して情報を教えてもらうのも有効です。FAX番号、携帯電話番号、Eメールアドレスなどを控えておくと役立ちます。 <p style="text-align: center;">〈県立聴覚障害者センター〉 電話 0985-38-8733 FAX 番号 0985-29-2279 Eメール msen-na@movie.ocn.ne.jp</p> <ul style="list-style-type: none">・建物内に閉じこめられるなど動けなくなった場合は、笛や携帯用ブザー、あるいは物をたたいて自分の居場所を知らせ、助けを求めましょう。・揺れがおさまったら、近くにいる人に、聴覚、言語機能障がいであることを伝え、必要な援助を依頼し、避難誘導をしてもらいましょう。・行政の広報などで避難の呼びかけがあったときは、必ず伝えてもらうよう隣近所の人に頼っておき、一緒に避難しましょう。
--------------	--

<p>肢体不自由</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 地震が起きて歩行可能だが、移動に困難がある場合は座る、這う、何かにつかまるなど、安全な姿勢をとりましょう。 • 車椅子に乗っているときに地震が起きたら、家具などから素早く離れて、安全な場所でブレーキをかけましょう。 • 避難する時は、補助具や非常持ち出し袋を準備し、周囲の人に支援を頼みましょう。
<p>内部障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> • あわてて無理な行動をとることは、心肺への負担が大きく、病状の悪化や急性心不全を引き起こすおそれがあります。揺れがおさまったら、周囲の状況を確認し安全な場所に移動し援助を待つようにしましょう。 • 避難勧告などが出された場合は、できるだけ早く医療機関に連絡し、対処方法の指示を受けるようにしましょう。 • 災害時には、当分の間、医療行為が受けられなくなる可能性があるため、必要な医薬品や医療機材などを常に備えておくとともに、かかりつけの医療機関と相談し、支援を受けられる医療機関のリストを作っておきましょう。 • あらかじめかかりつけの医療機関から応急の医療的な対処のしかたや、医療機関に行けなくなった場合にどうしたらよいかを聞いておきましょう。 • 在宅酸素療法をしている人は、酸素吸入をいったん止めて、火災の危険性がないことを確認しましょう。火災が発生している場合は、酸素吸入を止めて安全な場所へ移動しましょう。 • 内部に障がいのある人は、外見からはわかりにくいいため、避難所では、周囲の人に早めに自分の身体の状態や生活上の注意事項などを伝えておきましょう。

<p>知的障がい 自閉症 発達障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地震が起きたら、身近にある本や座布団などで（何もなければ両手で）頭を守りましょう。 ・揺れがおさまるまで、近くのテーブルや机の下に隠れ机の脚にしっかりつかまりましょう。 ・閉じ込められたり、動けなくなったりしたら、笛や声あるいは物をたたいて自分がそこにいることをみんなに知らせ、助けを呼びます。 ・火事が起きたら、大声で知らせましょう。 ・地震の後は、落ちてきた物やガラスの破片が飛び散ってますので、靴を履きましょう。 ・避難するときには、家族やとなり近所の人たちと一緒にいきましょう。 ・道に倒れている物は危険ですので、触らないようにしましょう。 ・避難所ではたくさんの人たちが一緒に生活します。困ったことがあったら、避難所の人に相談しましょう。 ・避難所では食べ物や水が配られます。列に並んで順番にもらいましょう。 <p>配られた食べ物がどうしても食べられなかったら係りの人に相談しましょう。</p>
--------------------------------	---

<p>精神障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・混乱して自分で決められないときは、隣近所の人たちに誘導を頼み、避難しましょう。 ・避難所でのストレスなどで、調子をくずすことがあるので、常時服用している薬は、忘れずに飲みましょう。 ・落ち込みやイライラ、不安、幻覚、妄想などが出たり、眠れないときは、早めに相談して、必要な手当てを受けられるようにしましょう。
<p>難病</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・避難勧告などが出された場合は、できるだけ早く医療機関に連絡し、対処方法の指示を受けられるようにしましょう。 ・災害時には、当分の間、医療行為が受けられなくなる可能性があるため、必要な医薬品や医療機材などを常に備えておくとともに、かかりつけの医療機関と相談し、支援を受けられる医療機関のリストを作っておきましょう。 ・あらかじめかかりつけの医療機関から応急の医療的な対処のしかたや、医療機関に行けなくなった場合にどうしたらよいかを聞いておきましょう。
<p>高齢者</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて、座る、這うなど重心を低くしてテーブルなどの下へ身を伏せ、落下物から身を守りましょう。 ・車いすやベッドから降りられない人、布団から出られない人などは、少しでも安全な場所で、助けを待ちましょう。 ・落ち着いて、緊急通報装置やブザーなどで助けを求めましょう。 ・家族は、避難のための出入口を確保し、幅広いひも等や常備薬などの必需品を入れた非常用持出袋を持って避難しましょう。自分たちで困難なときは、隣近所の手助けを依頼しましょう。

(参考) みんなで入ろう! 「防災・防犯情報メールサービス」

県民の皆様の安全で安心な暮らしを確保するため、気象情報や災害時の避難勧告・指示等の避難情報や防犯情報等をメールでお知らせするサービスを行っています。

どのような情報が提供されるの?

- ◆ 防災・防犯情報 (配信を希望する地域を選択できます。)
 - 防災情報・・・避難勧告・指示などの情報。
土砂災害警戒情報や竜巻注意情報。
 - 防犯情報・・・不審者や声かけ事案の情報など。
 - 火災情報・・・火災の発生状況。
- ◆ 自然災害情報 (配信を希望する情報を自由に設定できます。)
 - 地震情報・・・各震度毎
 - 津波情報・・・注意報、警報
 - 注意報・警報・・・気象情報 (大雨、洪水、高潮、霜、低温等)
 - 台風情報・・・暴風域の予想等
 - 火山情報・・・噴火警報、予報、解説情報
- ◆ 家畜疾病情報
 - 家畜伝染病・・・海外や国内の発生情報

どんなところが情報を提供しているの?

情報の種類に応じて、県や県警察本部、各市町村や各消防本部(局)、気象庁が提供します。

どうすればサービスをうけられるの?

県庁ホームページ (<http://www.pref.miyazaki.lg.jp>) から登録できます。

※メールの受け取り等に必要なパケット通信料は利用者の方の負担となります。

問い合わせ先

宮崎県総務部 危機管理課 防災企画担当

電話：(直通) 0985-26-7066

e-mail: kikikanri@pref.miyazaki.lg.jp

第4章 避難所運営について

避難所の運営に当たっては、参考ではあるが、下記に留意して避難所の運営を行ってください。

1 避難所での保健福祉的視点での判断基準（参考）

ステージ	区分		対象者の具体例
I	医療機関や福祉施設で常に専門的なケアが必要	医療機関へ医療依存度が高く医療機関への保護が必要	<ul style="list-style-type: none"> 人工呼吸器を装着している 気管切開等があり吸引等の医療行為が常時必要な方
		福祉施設へ福祉施設での介護が常に必要	<ul style="list-style-type: none"> 重度の障害者のうち医療ケアが必要でない方 寝たきりで介護が常時必要な方
II	他の被災者と区別して、専門的な対応が必要（福祉避難所や、環境・体制を整えることで生活可能だが、対応できない場合は専門家の支援やライフラインが整った環境での生活を検討する。）	福祉的な対応が必要 福祉的なニーズが高く介護援助等の継続が必要	<ul style="list-style-type: none"> 日常動作や生活面での一部介助や見守りが必要な要介護高齢者（軽中程度の要介護高齢者など）
			<ul style="list-style-type: none"> 精神障がい・発達障がい・自閉症等で個別の対応が必要な方
			<ul style="list-style-type: none"> 日常動作や生活面で一部介助や見守りが必要な視力障がい、聴力障がい、身体障がい（軽中等度の障がいなど）の方
			<ul style="list-style-type: none"> 医療的なケアの継続が必要な方（在宅酸素、人工透析、インシュリン注射など）
			<ul style="list-style-type: none"> 感染症で集団生活場面からの隔離が必要な方（インフルエンザ、ノロウイルスなど）
		<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児、妊産婦など感染症の防御が特に必要な方 	
		<ul style="list-style-type: none"> 親族の死亡、PTSDなどで精神的に不安定で個別支援が必要な方（状況に応じて医師の判断により被災地を離れる必要性がある） 	

Ⅲ	定期的な専門家の見守りや支援があれば、避難所や在宅生活が可能	医療的なニーズ	<ul style="list-style-type: none"> ・慢性的な疾患があるが、内服薬の確保ができれば生活が可能の方 ・精神的に不安定さや不眠などの症状はあるが、見守りや傾聴などの支援が必要な方
		福祉的なニーズ	<ul style="list-style-type: none"> ・見守りレベルの介護が必要でヘルパーや家族等の支援の確保ができれば、避難所や在宅生活が可能の方 ・高齢者のみ世帯など、ライフラインの途絶により、在宅生活継続のために生活物資の確保に支援が必要な方
			保健的なニーズ
		Ⅳ	現状では生活は自立して、避難所や在宅での生活が可能の方

(参考)

大規模災害における保健師活動マニュアル（日本公衆衛生協会・全国保健師長会 2013）

※医療的ケアが必要な方が避難所で生活する場合は、

- ・人工呼吸器等を使用しているため、電源の近くに配置すること。
- ・本人や家族に意向を聞き、優先的に医療機関へ相談すること。

2 避難所運営のために必要な部屋・場所

【愛知県避難所運営マニュアル資料集引用】

必要な部屋・場所		用途や設置のポイント	必要な設備
医療・介護	救護室	<ul style="list-style-type: none"> 応急の医療活動を行う 保健室や医務室があれば利用 	<ul style="list-style-type: none"> 簡易ベッド 応急救護用の用具
	介護室(ベッドルーム)	<ul style="list-style-type: none"> 介護が必要な人などが利用 運営側の目の届きやすい場所にある部屋を確保(なければ、間仕切りやテントを利用) 室内に車いすで相互通行できる通路を確保 簡易トイレ(洋式)を設置し、まわりを仕切る 移動可能な間仕切りはおむつ換え時に利用 	<ul style="list-style-type: none"> 簡易ベッド いす 簡易トイレ(洋式) 車いす おむつ ふた付ごみ箱(・間仕切り)(・テント)
	要配慮者用トイレ	<ul style="list-style-type: none"> トイレ使用時に配慮が必要な人が優先的に利用 配慮が必要な方の優先的使用を表示 段差なく移動できる場所に、洋式トイレを設置(段差がある場合はスロープなどを設置して工夫する) 介助者同伴や性同一性障がいの方などが気兼ねなく利用できるよう「男女共用」も設置 	<ul style="list-style-type: none"> 仮設トイレ(洋式) 簡易トイレ(洋式) テント 間仕切り 照明(投光機) トイレットペーパー 消毒用アルコール ふた付ごみ箱 手すり
		<ul style="list-style-type: none"> 自力での歩行が困難な方 目の見えない方(見えにくい方) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 出入り口の幅は80cm以上 ・ 車いすで使える広さの確保 ・ 手すりがあるとよい ・ 壁伝いに移動できる場所や点字ブロックで誘導できる場所に設置 ・ 補助犬と利用できる広さの確保 ・ 音声案内があるとよい

医療・介護	要配慮者用トイレ	オストメイト	<ul style="list-style-type: none"> ・ストーマ部位用の流し場 ・補装具・付属品を置く棚 ・下腹部を映す鏡などを設置 	
		発達障がいなどの方	<ul style="list-style-type: none"> ・感覚の鈍さなどからトイレをがまんし、順番を守ることができない場合があるトラブル防止策の検討が必要 ・嗅覚が過敏で、においのきついトイレを使用できない場合は、簡易トイレ(ポータブルトイレ)の活用を検討 	
	身体障害者補助犬同伴者用の場所	身体障害者補助犬(盲導犬、介助犬、聴導犬)同伴者が、補助犬とともに過ごすための部屋や場所動物アレルギーのある方などに配慮し、できれば個室を用意する	<ul style="list-style-type: none"> ・毛布や敷物 ・ペット用シート 	
生活環境	災害用トイレ(仮設トイレ、簡易トイレなど)	施設のトイレが使えない場合などに設置 <ul style="list-style-type: none"> ・男女別に設置 ・夜も安全に使うことができるよう照明をつける ・できれば足腰が弱い人も使えるよう洋式トイレを設置 	<ul style="list-style-type: none"> ・災害用トイレ ・照明(投光機) ・トイレットペーパー ・消毒用アルコール ・ふた付ごみ箱 	
	更衣室	着替えなどで利用(テントや間仕切りでの設置も可) <ul style="list-style-type: none"> ・男女別に設置 	(・テント) (・間仕切り)	
	手洗い場	避難所内の衛生環境の維持、防疫対策のため設置 <ul style="list-style-type: none"> ・手指消毒用アルコールを設置 ・生活用水が確保後は、蛇口のあるタンクを設置し、流水とせっけんで手洗いできるようにする ・使用後の水は、できれば浄化槽や下水管に流す ・感染症予防のためタオルの共用は禁止 	<ul style="list-style-type: none"> ・消毒用アルコール ・蛇口のあるタンク ・流し台 ・せっけん 	

生活環境	風呂、洗濯場	生活用水、仮設風呂や洗濯機に設置 ・使用後の水は、できれば浄化槽や下水管に流す ・プライバシーに配慮した洗濯物干し場も決めておく	(・仮設風呂) (・洗濯機) (・物干し用の道具)
	ごみ置き場	避難所を出たごみを一時的に保管する場所 ・生活場所から離れた場所 (臭いに注意) ・直射日光が当たりにくく、屋根のある場所 ・清掃車が出入りしやすい場所	・ごみ袋
	ペットの受け入れ場所	飼い主とともに避難したペットのための場所 ・アレルギーや感染症予防のため、避難所利用者の生活場所とは別の場所に受け入れる →施設に余裕があれば、ペットと飼い主がともに生活できる部屋を別に設けてもよい ・敷地内で屋根のある場所を確保(テントも可) ・ペットは必要に応じてケージに入れ、犬、猫など種類ごとに区分して飼育できるとよい。	・テント ・ペット用ケージ ・ペット用シート
食料・物資	荷下ろし・荷捌き場所	運搬された物資などを荷下ろし・荷捌きする場所 ・トラックなどによる物資の運搬がしやすい場所 ・風雨を防げるような屋根がある場所	・台車
	保管場所	食料や物資を保管する場所。 ・高温・多湿となる場所は避ける ・風雨を防げるよう壁や屋根がある場所 ・物資の運搬や配給がしやすい場所 ・施錠可能な場所	・台車

育児・保育ほか	授乳室	女性用の更衣室を兼ねる場合は、移動できる間仕切りを設置	<ul style="list-style-type: none"> ・いす ・間仕切り
	おむつ交換場所	乳幼児のおむつ交換のための場所 男女共用（大人のおむつ交換は、介護室で実施）	<ul style="list-style-type: none"> ・机（おむつ交換台） ・おしりふき
	子ども部屋	育児や保育（遊び場、勉強部屋）、被災後の子どものこころのケア対策のために利用 <ul style="list-style-type: none"> ・生活場所とは少し離れた場所に設置 ・テレビを設置 	<ul style="list-style-type: none"> ・机 ・いす ・テレビ
	談話室	人々が集まり交流するための場所 <ul style="list-style-type: none"> ・生活場所とは少し離れた場所に設置 ・テレビや、給湯設備があるとよい 	<ul style="list-style-type: none"> ・机 ・いす ・テレビ ・湯沸し用ポット
運営用	避難所運営本部	避難所運営委員会の会議などで利用する運営側(当直者など)の休憩・仮眠室としても利用 <ul style="list-style-type: none"> ・生活場所とは別室に設置 	<ul style="list-style-type: none"> ・机 ・いす
	総合受付	避難所利用者の受付や相談窓口などを設置する <ul style="list-style-type: none"> ・避難所となる施設の入口や生活場所の近くに設置（生活場所とは扉などで仕切れる場所がよい） 	<ul style="list-style-type: none"> ・机 ・いす ・筆記用具
	相談室 (兼静養室)	相談対応や、パニックを起こした人が一時的に落ち着くために利用。(パニック対策には本人や家族の同意を得て、個室利用や福祉避難所への移送も検討) <ul style="list-style-type: none"> ・個室に机、いすを設置（テントも可） 	<ul style="list-style-type: none"> ・机 ・いす （・テント）
	外部からの救援者用の場所	自衛隊や他の自治体からの派遣職員、ボランティアなど外部からの救援者が利用 <ul style="list-style-type: none"> ・外から出入りしやすい屋外の一部を確保(車両用) ・必要に応じて、拠点となる部屋の確保 	

3 災害時のトイレ対策（トイレの設置）

【愛知県避難所運営マニュアル資料集引用】

(1) トイレの数：下記の例を参考にトイレの数の確保に努める。

区分	設置数の例
災害時の実例 (阪神・淡路大震災)	約75 人に1個 (上記の数を設置したところ、苦情がほとんどなくなる)
一般的なトイレの 設置基準 (事務所の例)	男性用大便所：60人以内ごとに1個以上 男性用小便器：30人以内ごとに1個以上 女性用便所：20人以内に1個以上

(2) 男女別に分ける

- ・男女別に区分けし、男性、女性のマークをつけて表示する。
- ・女性用にはサニタリーボックス(ふた付きごみ箱)を設置する。
- ・できれば使用時間を考慮し、女性用のトイレの数を多めに設置する。

(3) 要配慮者用トイレの設置

トイレの使用で配慮が必要な人専用のトイレを設置する。
また、設置の際にヘルプマークやオストメイトのマーク等を活用し、要配慮者が優先的に使用することを明確に表示する。
(p. 障がい者のマーク 参考)

(4) その他

- ・安全面を考慮し、人目につきやすい場所に設置する。
- ・夜間でも使用できるようトイレの内外に照明を設置する。
- ・屋外なら、トイレを待つ人のための屋根や椅子を設置する。
- ・「使用中」の札を下げる。

4 トイレの衛生対策【愛知県避難所運営マニュアル資料集引用】

(1) トイレトペーパーや生理用品、おむつの捨て方

し尿処理量を減らし、流す水を節約するため、使用済みのトイレトペーパーや生理用品、おむつは、専用のふた付きごみ箱(足踏み開閉式がのぞましい)に入れる。

ごみ箱からのにおいに注意し、ごみは定期的に処分する。

(2) トイレ後の手洗い

避難所内で感染症を広げないように、トイレ使用後の手洗いを徹底する。

生活用水として使用できる水がある場合は、蛇口つきタンクを活用し、簡易手洗い場を設置する。

水がない場合は、ウェットティッシュや消毒用アルコールを使用する。

(3) トイレ用の履物

トイレの汚染を避難所利用者の生活場所に持ち込まないように、「トイレ用スリッパ」などを使用し、トイレの内外で履物を分ける。

(4) トイレの清掃

トイレの清掃は、避難所利用者自身が交替で毎日実施する。

(5) し尿の保管、管理

簡易トイレや仮設トイレなどでし尿が満杯になった場合は、市町村によるし尿の回収が始まるまでの間、避難所利用者の生活場所から離れた場所で、できるだけ密閉した状態で保管する。

第4章 避難所運営について

【 参考 】 災害用ポータブルトイレの備蓄

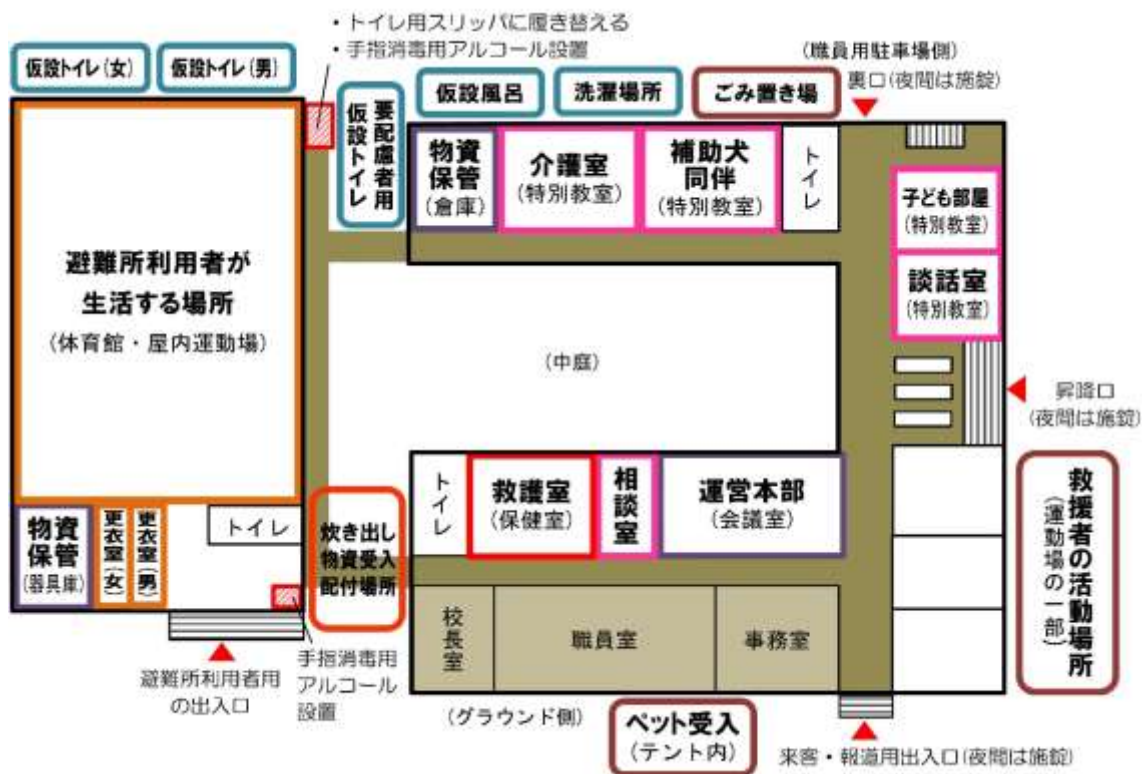
県では、以下の3か所に災害用仮設トイレ（車イス対応型札幌式トイレ、オストメイト専用トイレ）を各1基ずつ備蓄しています。

施設	住所	電話番号
県障がい福祉課	宮崎市橘通東2丁目10番1号	0985-22-3145
南部福祉こどもセンター	都城市年見町14の1の1	0986-23-4520
北部福祉こどもセンター	延岡市大貫町1丁目2845	0982-35-1700

5 一次避難所のレイアウト (参考例)

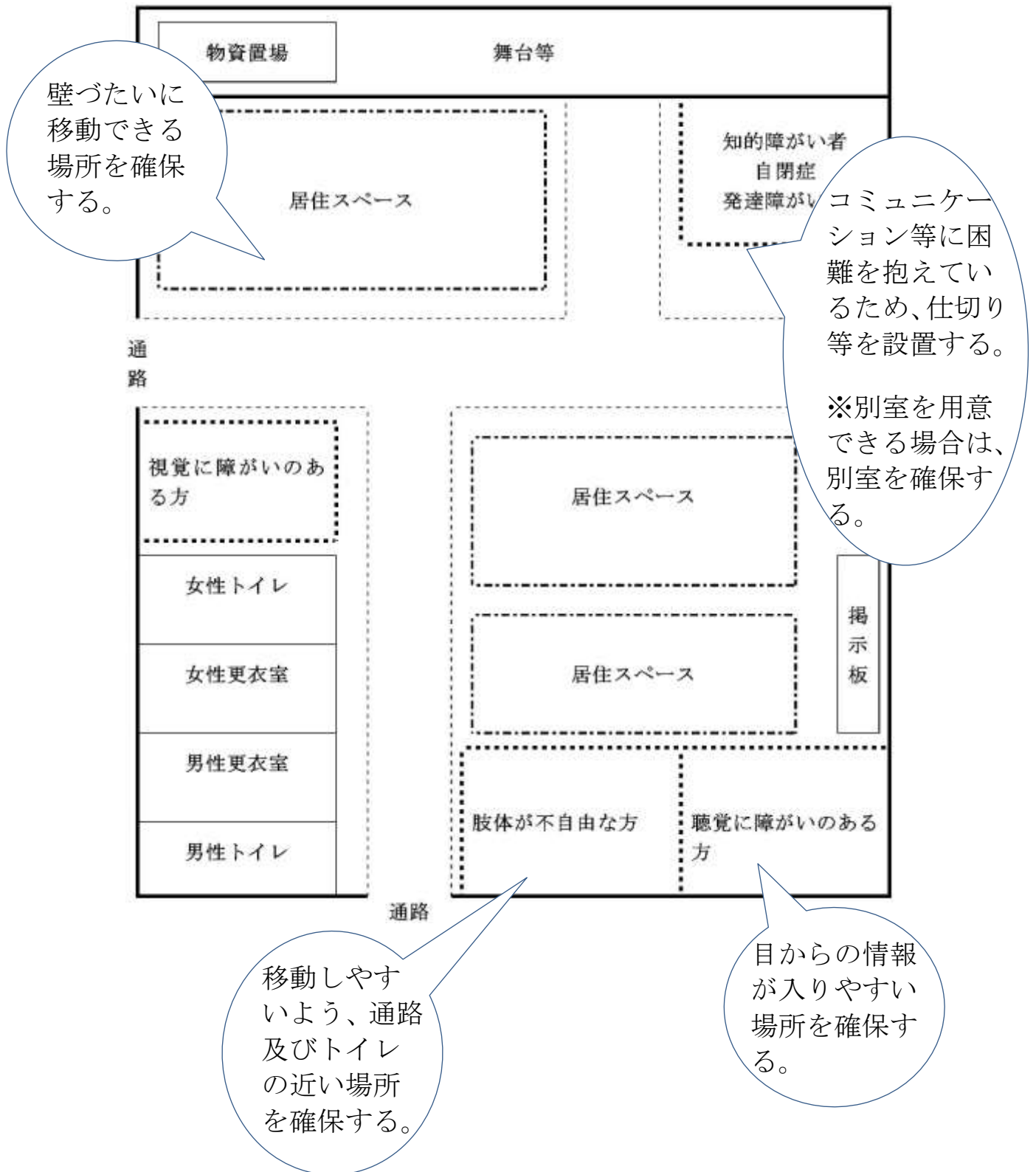
5-1 一次避難所全体図 (学校などの場合)

【愛知県避難所運営マニュアル資料集引用】



※ 周りとのコミュニケーションや自らの意思伝達等に困難がある方を優先して利用させると良い。

5-2 避難利用者が生活する場所（体育館・屋内運動場）



5-3 一次避難所運営での留意事項

- ・視覚障がいのある方は壁づたいに移動をするため、トイレ付近などの導線を確認する。
- ・通路は車いすの方が通行可能な幅（80cm以上）を確認する。
- ・聴覚障がいのある方は掲示板は見えやすい場所に配置する。
- ・トイレは、車いすの方も利用できるものを設置する。
- ・内部障がいの方は、居住スペースを使用してもらうが、必要に応じて、場所の移動を行う。
- ・知的障がい・自閉症・発達障がいの方は、周りとのコミュニケーションや自らの意思伝達等に困難があるため、仕切りなどを設置すること。

※5-1及び5-2については、参考例であるが、「5-3 一次避難所運営での留意事項」及び「第5章 障がい等に応じた対応」を考慮し、各市町村避難所を運営すること。

第5章 障がい等に応じた対応

1 各障がい等の特徴

各障がい等	特徴
視覚障がい	<ul style="list-style-type: none"> ・視力の障がいのみにとどまらず視野（見える範囲）、色覚（色彩の分かる）などの障がいも含まれます。 ・全く見えない方と見えづらい方がいます。見えづらい方の例として、細部がよく分からない、光がまぶしい、暗いところが見えにくい、見える範囲が狭い、特定の色がわかりにくいがあげられます。 ・目からの情報が得にくいため、音声や手で触れることで多くの情報を入手しているため、緊急事態の察知が難しい場合があります。 ・普段は問題なく生活していた場所以外では、自力での行動が困難です。 ・普段は問題なく生活していた場所でも、災害発生時は倒壊や破損により家や避難経路などが一変して安全に行動することが難しくなり、その場から動けなくなる場合があります。 ・白杖を上にならしているのは、SOSのサインなので、「何かお手伝いしましょうか。」と声かけをし、手助けをしましょう。 ・視覚に障がいのある方に声をかける時は、正面から声をかけ、肩や手など体の一部に触れるようにしましょう。（視覚に障がいのある方は、誰に声をかけているのか分からないからです。）

<p>聴覚障がい</p>	<ul style="list-style-type: none">・ 全く聞こえない方と聞こえにくい方がおり、補聴器を使用して効果のある方と効果のない方がいます。さらに、言語障がいを伴う方とほとんど伴わない方がいます。・ 外見からは聞こえないことが分かりにくいいため、話しかけても返事をしないなど誤解されることがあります。また、音や声による情報が得にくく、手話や文字、図などの視覚により情報を入手しています。・ 生まれた時から聞こえなく、教育環境が十分でない聴覚障がい者の中には文章の理解を苦手とする方もいます。・ 周囲の音から判断することが難しいので、緊急事態を理解することが困難になることがあります。さらにテレビやラジオからの情報を得ることが難しく、災害発生時に適切な行動をとることが困難になり、状況がつかめないまま家の中に閉じこもってしまうこともあります。・ 言語障がいの方は、自分の状況を伝えることが難しいため、災害時に助けを求めることが困難になることがあります。
--------------	---

<p>肢体不自由</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 上肢や下肢に機能障がいのある方、座ったり立ったりする姿勢保持が困難な方、脳性マヒの方などがいます。この中には、細かい作業が困難な方、立ったり歩行したりすることが困難な方、身体にマヒのある方、自分の意思と関係なく身体が動く不随意運動を伴う方などがいます。 また、音に敏感なので大きな音が近くですると、体が反応してしまうことがあります。 ・ 下肢に障がいのある方では、段差などがあると一人では進めない方がいます。歩行が不安定で転倒しやすい方もいます。脊髄や頸椎を損傷された方では、感覚もなくなり、周囲の温度に応じた体温調節が困難です。脳性マヒの方の中には、発語の障がいに加え、顔や手足などが自分の思いとは関係なく動いてしまうため、自分の意思を伝えるににくい方もいます。 ・ 自分の身体の安全を守ることや、自力で避難することが困難な場合があります。
<p>内部障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 内臓機能の障がいであり、心臓機能、呼吸器機能、腎臓機能、ぼうこう・直腸機能、小腸機能などの障がいです。 ・ 心臓機能障がいでは、ペースメーカー等を使用している方もいます。呼吸器機能障がいでは、酸素ボンベを携帯したり、人工呼吸器を使用している方もいます。腎臓機能障がいでは、定期的な人工透析に通院されている方もいます。ぼうこう・直腸機能障がいでは、腹壁に新たな排泄口(ストマ)を造設してストマ用装具を装着している方(オストメイト)もいます。小腸機能障がいでは、定期的に栄養輸液等の補給を受けている方もいます。 ・ 外見からは、障がいがあることが分かりません。自力歩行や素早い避難行動が困難な場合があります。災害が発生すると通院が困難になる場合があります、それによって命にかかわることもあります。

<p>知的障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 知的機能の障がいが生じたため、日常生活や社会生活などの適応が困難な状態にある方です。重度の障がいのため、常時支援を必要とする方もいます。 ・ 複雑な話や抽象的な概念は理解しにくく、人に尋ねたり自分の意見を言うのが苦手な方もいます。ひとつの行動に執着したり、同じ質問を繰り返す方もいます。 ・ 一人では理解や判断することが難しく、また急激な環境変化に順応しにくいので、災害発生時には精神的な動揺が見られる場合があります。
<p>自閉症 発達障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 話せなかったり、オーム返しだったり、呼びかけられても振り返らないなど、コミュニケーションや対人関係を図ることが困難で、特定の物や行動に強くこだわるなどの行動がみられます。 ・ 周囲の状況を判断して行動することが困難なため自ら避難することや、他者の誘いに応じて行動することが難しいことがあります。 ・ 避難所など、人が多く慣れない場所での生活は極度に緊張するため、奇声や自傷、飛び跳ねなどの激しい行動（パニック）を起こすことがあります。
<p>精神障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 統合失調症、そううつ病、うつ病、てんかん、アルコール依存症等のさまざまな精神疾患により、日常生活や社会生活のしづらさを抱えている方です。適切な治療・服薬と周囲の配慮があれば症状をコントロールできます。 ・ 災害発生時には、精神的動揺が激しくなる場合があります。多くは、自分で判断し、行動することができます。

<p>難病</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・外見からは、難病患者であることが分からないことがあります。自力歩行や素早い避難行動が困難な場合があります。 ・医薬品を携帯したり、人工呼吸器の使用などの医療的援助が必要な場合があります。 <p>※難病の方々は疾患特有で複数の障がいを抱えている方がいます。 それぞれの障がい分野の項目も参照し、行動及び支援をしてください。</p>
<p>高齢の方</p>	<p>(ひとり暮らし)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・社会的な役割が減るにしたがって家の中に閉じこもり、地域とのつながりが希薄になって孤立しがちです。 ・体力が衰え、行動機能が低下して、緊急事態の察知が遅れる場合がありますが、自力で行動できます。 <p>(寝たきり)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・老衰、心身の障がい、傷病等の理由により、常時床についており、食事、排泄、入浴、衣服の着脱など日常生活動作に他人の介助が必要です。 ・自力で行動することができず、自分の状況を伝えることが困難です。 <p>(認知症)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・正常に発達した知能が何らかの原因により低下し、記憶が抜け落ちたり、徘徊、幻覚などの症状が現れたりして、日常生活を営むことが困難です。

2 避難所での主な配慮事項

【愛知県避難所運営マニュアル資料集引用】

各障がい等	避難所での主な配慮事項				
	配置・設備	食料・物資	情報伝達	人的支援	その他
視覚障がい	壁際（位置が把握しやすく、壁づたいに移動可能）で、段差のない場所	白杖、点字機、携帯ラジオ、携帯型の音声時計、音声出力装置、文字の拡大装置、ルーペなど	音声、点字、音声出力装置、音声変換可能なメールなど	ガイドヘルパー、視覚障がい者団体など	<ul style="list-style-type: none"> ・視覚障がい者団体への連絡 ・必要に応じて医療機関などに連絡
聴覚障がい	情報掲示板や本部付近など、目から情報が入りやすい場所	補聴器・補聴器用の電池、筆談用のメモ用紙・筆談用具、携帯電話、FAX、テレビ（文字放送・字幕放送）、救助用の笛やブザー、暗い場所でも対応出来るようライトなど	情報掲示板、手話、筆談、要約筆記、メール、文字放送など	手話通訳者、要約筆記者、聴覚障がい者団体など	<ul style="list-style-type: none"> ・聴覚障がい者団体への連絡 ・本人の希望に応じて「支援が必要」である旨を表示（シールやビブスの着用など）

<p>肢体不自由</p>	<p>段差がなく車椅子などで行き来しやすい場所</p> <p>車椅子の充電等が必要な場合は、電源が確保できる場所</p>	<p>杖、歩行器、車椅子などの補助器具、介護ベッド、洋式のトイレなど</p>	<p>車椅子から見やすい位置に情報を掲示</p>	<p>ホームヘルパー、介護福祉士など</p>	<p>・車椅子で使用できる洋式トイレの優先使用</p>
<p>内部障がい</p>	<p>衛生的な場所</p>	<p>日頃服用している薬、使用している装具など</p> <p>オストメイト ストーマ用装具など</p> <p>咽頭摘出者 気管孔エプロン、人工喉頭、携帯用会話補助装置など</p> <p>呼吸器機能障がい</p> <p>酸素ボンベなど</p> <p>腎臓機能障がい</p> <p>食事への配慮（タンパク質、塩分、カリウムを控える）</p>		<p>医療機関関係者、保健師、関係支援団体など</p>	<p>・感染症対策</p> <p>・医療機関や医療機器メーカーへの連絡（器具や薬の確保）</p> <p>→必要に応じ医療機関に移送</p> <p>オストメイト</p> <p>装具の洗浄場所を設置したトイレの優先使用</p>

<p>知的障がい</p>	<p>パニックになったら落ち着ける場所（静養室など）へ移動</p>	<p>携帯電話、自宅住所や連絡先の書かれた身分証など</p>	<p>絵や図など使い、具体的ゆっくりやさしくなるべく肯定的な表現で伝える。</p>	<p>知的障害者施設や特別支援学校関係者、保健師など</p>	<p>本人が通う施設や特別支援学校へ連絡 トイレ利用時に介助者をつけるなど配慮が必要な場合もある。</p>
<p>発達障がい 自閉症</p>	<p>居場所を示し、間仕切りなどを設置する。 また、パニックになったら落ち着ける場所（静養室など）へ移動</p>	<p>感覚過敏で特定のものしか食べられない人、食べ物の温度にこだわりのある人、重度の嚥下障害でペースト食が必要な人もいる。配給の列に並べないことがある。個別対応が必要</p>		<p>保健師など</p>	<p>けがや病気に注意（痛みがわからない） 必要に応じて医療機関などに連絡（薬の確保など） トイレ混雑時の利用方法（割り込みの許可など）を検討</p>

<p>精神障がい</p>	<p>パニックになったら落ち着ける場所（静養室など）へ移動</p>	<p>日頃服用している薬など</p>	<p>本人の状態に合わせてゆっくり伝える。</p>	<p>保健師、精神保健福祉相談員など</p>	<p>必要に応じて医療機関などに連絡(薬の確保など)</p>
<p>難病</p>	<p>衛生的で段差などない場所、防寒・避暑対策をする。</p>	<p>日ごろ服用している薬、使用している支援機器など(本人や家族に確認)</p>	<p>本人の状態に合わせてゆっくり伝える、筆談など。</p>	<p>医療機関関係者、保健師、関係支援団体など</p>	<p>感染症対策医療機関や医療機器メーカーへの連絡(器具や薬の確保) →必要に応じて医療機関に移送</p>
<p>高齢者</p>	<p>簡易ベッドやトイレを備えた介護室など</p>	<p>介護用品(紙おむつなど)、衛生用品、毛布、やわらかく暖かい食事など</p>	<p>本人の状態に合わせてゆっくり伝える、筆談など</p>	<p>ホームヘルパー、介護福祉士など</p>	<p>感染症対策医療機関や福祉避難所への連絡 →必要に応じて移送</p>

3 支援者（ボランティアを含む）等が行うべき配慮

避難所では、まず、障がいのある方・高齢者を把握して、個々のニーズを聞き取ってください。

内部障がいのある人や、聴覚障がい、音声・言語機能に障がいのある人などは、外見からはわからない場合がありますので、避難所などで情報から取り残されないよう、掲示板などで呼びかけて本人から支援が必要であることを自主的に申し出てもらいましょう。

また、緊急的な避難が落ち着いたら、福祉避難所への移動の準備を行っておきましょう。参考（P21—福祉避難所について）

各障がい等	配慮
視覚障がい	<ul style="list-style-type: none"> • 誘導する時は、腕や肩につかまってもらい、誘導する方が半歩ほど前を歩き、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。 なお、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。 • 路上に障害物がある場合、例えば、段のある所では、段の手前で立ち止まって、段が上がるのか下がるのかを伝える。段が終わったら立ち止まり、段の終わりを伝えてください。位置や方向を説明するときは、その方向に向かせて前後左右、この先何歩、何メートルなど周りの状況を具体的に伝える。別れる際には、その場から先の状況についても説明してください。 • 盲導犬を伴っている方に対しては、方向を説明し、直接盲導犬を引いたり触ったりしないようにしてください。 • 避難所の状況をできるだけ正確に分かるよう（特に出入口やトイレの位置など）、案内してください。 • 壁伝いに移動することが多くなるため、生活場所を壁側にしたり、壁側に物を置かないよう配慮してください。 • 盲導犬など身体障害者補助犬が、使用者と離ればなれにならないための配慮や排泄場所などの配慮が必要です。 また、使用者の許可なく、補助犬に食べ物を与えたり、触ったりしてはいけません。 • 仮設トイレを屋外に設置する場合、壁伝いに行くことができる場所に設置するか、順路にロープを張るなどして移動が楽に行えるようにしてください。 • 避難所では、行政からの広報や生活に関する情報は、文字で書かれているものが多いため、構内放送・拡声器などにより音声情報を繰り返し流し、拡大文字や点字によりその情報を知らせるようにしてください。

聴覚障がい	<ul style="list-style-type: none">・一人暮らしの聴覚障がいの方を把握しておき、万一の場合の対応を近隣者が相談しておくようにしてください。・家の中で地震がおこったら、すぐに、手話、メモや手振り身振りや「緊急会話カード」などで、机の下にもぐることをなどを指示してください。・正確に情報を教えることが必要です。聴覚障がいの方は背後の様子をとらえにくいので、相手の視野に入るか、軽く触れて合図をしてください。正面から口をやや大きく動かし、ゆっくりと話せば理解できる方もいます。・聴覚障がいの方のコミュニケーションは、それぞれ異なるため、手話、筆談、身振り、絵、図などを用いて、その人にあった方法で伝える必要があります。・説明が複雑で伝えきれない時は、本人に県立聴覚障害者センター、手話通訳者、要約筆記者の存在を聞き、その人に連絡を取ってください。・夜間で停電になると「聞こえない・見えない」状態になります。明るい懐中電灯などの活用で内容を伝えるようにしてください。・音声言語機能障がいの方に援助を求められたら、相手の言葉をていねいに聞き取るようにします。聞き取りが困難な場合は、相手にことわってから筆談（メモ書き）にしてください。・電話などの代理を求められたら、進んで協力してください。・個々の障がいの方の情報・コミュニケーションの手段〔手話・文字・身振り・口話〕や障がいの方が必要としているサポートの内容を確認してください。・炊き出し、トイレ、電気、水など生命に関わる重要な情報は、大きく、分かりやすい内容で掲示してください。・避難所には、情報機器や補聴器に使える電池や携帯電話の充電器を備えてください。
-------	--

<p>聴覚障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所では、手話通訳、要約筆記、介護サポートなどに携わる方は腕章・ベストなどを着用し、周囲から分かるようにしてください。また、障がいが見えから見えず音声放送が聞こえない聴覚障がいの方・高齢の方などにも腕章・ベストなどの着用が必要です。 ・避難所の聴覚障がいの方の身元確認、情報・コミュニケーションのサポート等については、県立聴覚障害者センター、地域の手話通訳士、手話、要約サークルの支援を受けて実施してください。 ・字幕放送や手話放送が受信可能なテレビの配置やFAX、インターネットに接続したパソコン等の設置について配慮を行ってください。
<p>肢体不自由</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な理由で、スムーズな移動がしにくい方がいます。本人の身体特性に配慮したサポート（介助）に心がけましょう。 ・杖などを使っている方の場合は、ゆっくり歩くことができるよう、段差や凸凹が少ないところを選んで誘導してください。 ・歩行が難しそうなお方に対しては、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。 ・避難所に障がい者用トイレがない場合は、トイレの使用に支障がないか本人に確認してください。 ・車いすや両松葉杖が通るためには、最低80cmの幅が、車いすが回転するためには直径150cmが必要です。避難所に車いすや松葉杖利用者がある場合は、車いすなどが通れる通路を確保してください。 ・出入口や段差などには、コンパネ等の資材でスロープを作り、段差等を解消してください。

<p>肢体不自由</p>	<ul style="list-style-type: none">・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、毛布やシートに乗せて移動する方法もあります。・体温調節が困難な方もいます。優先的に毛布を配布するなどの配慮を行ってください。 <p>(車いすでの誘導のしかた)</p> <ul style="list-style-type: none">・車椅子を使っている方の場合、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、必ず一声かけてください。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人で運ぶのが安全です。・段差を越えるときは、押す人の足元にあるステップバーを踏み、車いすの前輪を上げ、段差に乗せてから後輪を持ち上げて、静かに段差に乗せてから押し進めてください。上るときは車いすを前向きに、下るときは車いすを後ろ向きにするのが安全です。・手元式ブレーキがある場合は、緩やかな坂は車いすを前向きにして下るが、急な坂は車いすを後ろ向きにし、軽くブレーキをかけながらゆっくり下るようにしてください。
--------------	---

<p>内部障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族は、医療機関への連絡先や、指示の伝達、それに基づいた行動の援助、協力ができるようにしてください。 ・ 障がいのある方から依頼があれば、医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けてください。 ・ 医療機材や持出品で多くの荷物が必要ですので、複数人の支援者が必要な場合がありますので、事前に話し合いをしてください。 ・ 医療行為が受けられなくなると生命に関わる方がいるため、医療行為が必要な場合には、早急に受け入れ病院の確認や移送手段の確保をしてください。 ・ 自分で器具の消毒をしたり、器具の交換をする方もいるので、手当をすることのできる清潔なスペースを設けてください。 ・ 食事の栄養制限をしなければならない方もいるので本人に確認してください。
<p>知的障がい 自閉症 発達障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地震がおこったら、机の下などへもぐるよう、手を引いて誘導し、机の脚にしっかりつかまらせてください。 ・ 努めて冷静な態度で接し、分かりやすい言葉や絵カードなどで避難場所を伝え、本人を安心させてください。 ・ 言葉の内容が理解できる人には「ここにいるとけがをするから一緒に行こう」など、具体的な言葉をかけて共に行動し誘導してください。 ・ 言葉の内容がよく理解できない人には、必ず誰かが付き添い、手を引くか、軽く肩に手をかけて、恐怖心を与えないようにやさしく誘導してください。 ・ 揺れが少しおさまったら、避難所に誘導してください。 ・ 外出中、障がい者を見かけたら声をかけ、躊躇しないで共に行動し避難誘導してください。 ・ 災害時の不安から大声や異常な行動が出ても、大騒ぎした

<p>知的障がい 自閉症 発達障がい</p>	<p>り本人を叱ったりしないようにします。ただし、危険な場所に近づくような場合は、強く促してでも、危険から遠ざけながら一緒に行動してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケガや痛みを伝えられない方もいます。また痛みに鈍感な方もいます。ケガをしていないかどうか、よくみてください。 ・知的障がいのある方の中には、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方がいます。「避難所に行く则皆さんに迷惑をかけるから」と避難所に行くことをためらう家族の方もいらっしゃいます。このような家族の気持ちを理解して、避難所で一緒に生活できるよう、おもいやりをもって支援しましょう。 <p>※1 知的障がいのある方には、言葉だけでなく写真カードや絵カードなどの視覚的な支援が必要です。</p> <p>※2 自閉症者の方には、社団法人日本自閉症協会（Autism Society Japan）が『自閉症の人たちのための防災ハンドブック—支援をする方へ—』及び『自閉症の人たちのための防災ハンドブック—自閉症のあなたと家族の方へ—』、『助けてカード』を協会ホームページで公開しています。ご活用下さい。</p> <p>社団法人日本自閉症協会 URL：http://www.autism.or.jp/</p>
--------------------------------	--

<p>精神障がい</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 地震がおこると、机の下などにもぐるよう、手を引いて誘導してください。 • 努めて冷静な態度で接し、分かりやすい言葉で避難場所を伝え、本人を安心させてください。 • 必ず誰かが付き添い、手を引くか、軽く肩に手をかけて、恐怖心を与えないようにやさしく誘導してください。 • 災害時の不安から大声や異常な行動が出ても、大騒ぎしたり本人を叱ったりしないようにしてください。ただし、危険な場所に近づくような場合は強く促してでも、危険から遠ざけてください。 • 急激な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つたり、状況に合わせた行動ができない方がいるので、地域の方や友人等周辺にいる方が、相談に応じるようにしてください。 • 精神障がいのある方の中には、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方がいます。「避難所に行くと言ったのに迷惑をかけるから」と避難所に行くことをためらう家族の方もいらっしゃいます。このような家族の気持ちを理解して、避難所で一緒に生活できるよう、おもいやりをもって支援しましょう。
<p>難病</p>	<p>難病患者の場合、病気によって症状は様々ですので、「3支援者（ボランティアを含む）等が行うべき配慮」で紹介した対応に従ってください。</p> <p>なお、難病患の方の場合、その対応について専門的な知識が必要となりますので、災害時の医師との連絡について、医師や保健所、宮崎県難病相談・支援センター、宮崎県難病医療連絡協議会などの関係機関と十分相談しておく必要があります。</p>

<p>高齢の方</p>	<ul style="list-style-type: none">・高齢の方が閉じこめられたままになったり、逃げ遅れたりすることのないよう、必ず声をかけて安否確認を行う体制をつくりましょう。・介護・支援が必要な高齢の方を抱える家族から援助の求めがあったときは、すぐに関係先と避難について協力をしてください。また、高齢の方が病気などの異常を発見した場合は、医療機関などへの緊急連絡の協力をしてください。・高齢の方は排尿の回数が増えるので、避難所ではトイレに近い場所を確保します。・避難所での生活が長くなると、高齢の方は運動不足に陥りがちです。運動不足が続くと心身の機能が低下し、介護が必要な状態になることがありますので、高齢の方に避難所での役割を与える、運動を促すなどを心懸けてください。 <p>※介護・支援が必要な高齢の方については、介護の程度によって状態は様々ですので、「3 支援者（ボランティアを含む）等が行うべき配慮」で紹介した対応に従ってください。</p>
-------------	--

(参考) こころのケアについて

1 こころのケア対策

災害は予期されない突然の出来事であるとともに、家屋の損壊、身体的負傷、家族の犠牲や生活環境の変化など様々な要因によって住民に多大な心理的負担を与える。

また、災害時の恐怖や悲惨な光景を目撃することで心理的外傷を被るなど、住民の精神的な健康が悪化するおそれがある。精神的健康の悪化には更に社会機能の低下や対人関係の問題など二次的な問題を発生させるため、被災者の状況に応じた保健活動を実施することが重要であり、必要に応じ専門機関へつなげることも重要な役割となる。

2 支援者

(1) 被災者支援活動援助者の健康への影響

被災者支援活動に従事する職員は、災害直後から過酷な状況のなか、様々な支援活動に従事しなければならないという職業的役割があり、「二次被災者」といえる。

特殊な環境のもとで支援活動はオーバーワークになりがちで、身体的にも精神的にも疲弊をきたすことは自然なことである。

また、自らが災害の被災者であればこのようなりスクはさらに高まる。被災者支援活動によって起こる心身の変調や異変の兆候を見過ごしたり、知らないうちに悪化させることもあるので、このような問題を起こさないために、セルフケアを積極的に実施していく必要がある。

なお、ボランティア活動のため被災地支援をする者の健康管理についても、ボランティア窓口を担当する社会福祉協議会等と連携をとり、ボランティアの健康被害の予防を図る必要がある。

(2) 基本的な留意事項

① 休息

ア 休暇確保のため勤務体制を早期に確立する。

イ 勤務に当たっては、職員の健康管理状態及びライフライン、交通機関の復旧などから勤務体制を配慮する。

ウ 長期化する場合は休息（食事）・休日を確保できることが必要となる。

エ 可能な限り被災後の早い時期から勤務地を離れ、休暇をとり、充分

な睡眠と休息がとれるようにする。

オ できるだけ一週間以上の連続勤務にならないよう規則的な勤務シフトの早期確立を図る。

②持病の管理及び被災者支援活動後の健康状態を把握する

ア 自己判断で無理せず、持病など自分自身の健康管理を怠らず、健康診断や相談を受ける機会をもち健康チェックを行う。

イ 自覚症状や不安などは遠慮や気兼ねをせず申告し、心身の疲労度や健康状況について継続的な健康診断や健康相談の活用を図る。

ウ 支援者自身もメンタルヘルスチェックを行い、該当する予兆がある場合には一旦現場を離れ休息をするように努める。

③栄養をしっかりとる。

ア 栄養のバランスや食事の取り方の工夫と配慮をする意識を持つ。

イ アルコールの摂取は控えめにし、感染症の予防や、こころの安定のためビタミン B 群、C 群や水分の摂取に留意する。

④気分転換を図る。

被災者支援活動や被災体験から切り替えた時間をいかに過ごすことができるかが気分転換のポイント

軽い運動やゆっくり落ち着いて過ごせる時間をつくる工夫をする。

⑤燃え尽きを防ぐ。

特殊な環境下での継続的な業務では、職業倫理観や責任感から「燃え尽き」を起こしやすい状況に陥りがちなので、「相棒をつくる」「自分の限界を知る」「ペースを守る」に心がけて業務に従事する。

⑥その他

被災者支援活動による疲労が蓄積すると、集中力や判断力が鈍り、不注意による事故やけがが起こりやすくなるため、車の運転など通常何気ない行動にも、普段以上に気をつける。

第6章 各市町村の災害発生前の備え

1 趣旨

平成18年3月に国の「災害時要援護者の避難支援ガイドライン」が示され、市町村にその取組が周知されたこと及び平成25年に災害対策基本法の改正に伴い、市町村長に避難行動要支援者名簿の作成を義務づけるなど、災害時の市町村での要配慮者対策の強化が示されています。

2 市町村が整備する項目

- 要配慮者避難支援プラン等の作成
- 避難行動要支援者名簿の作成

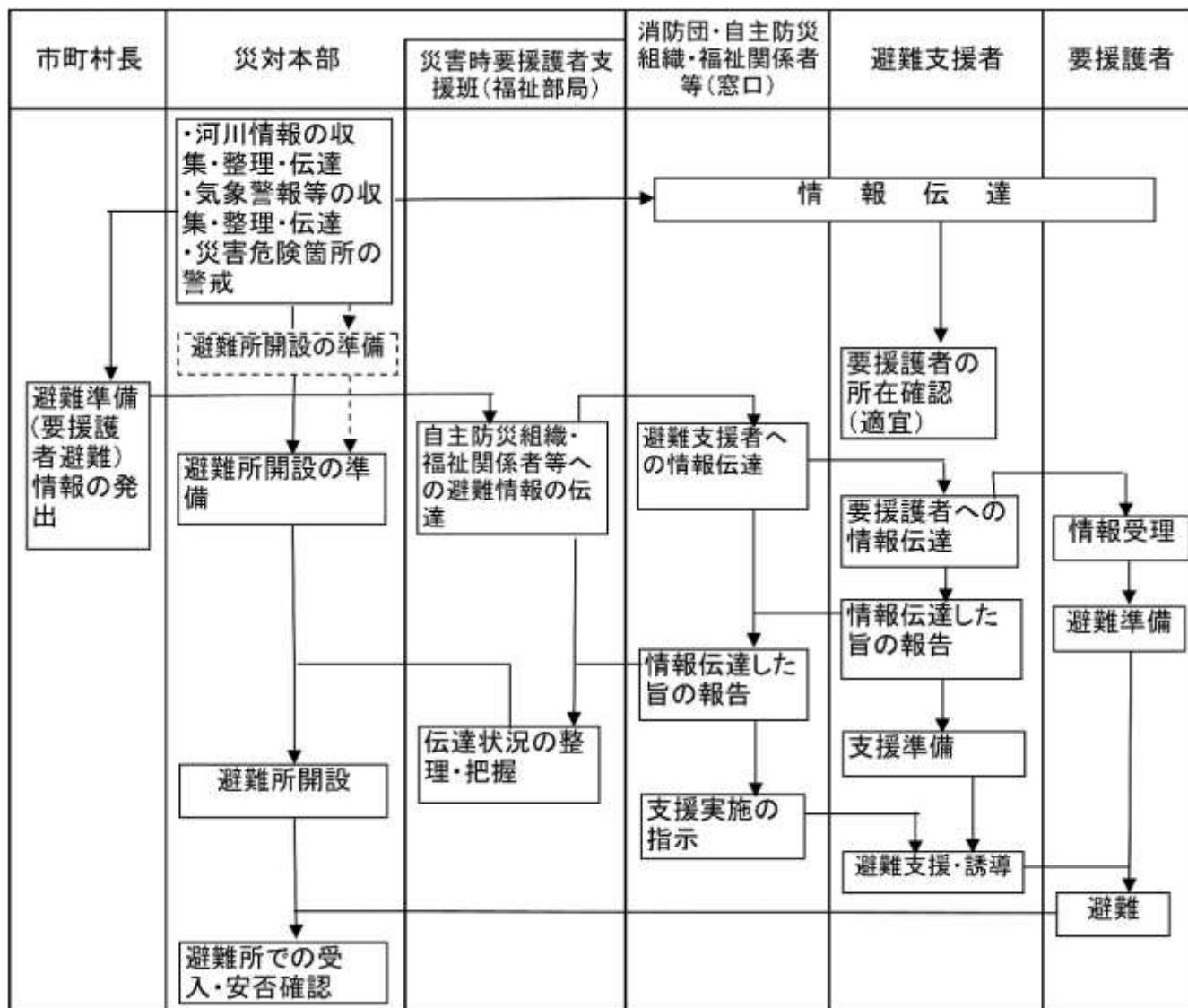
(参考) 災害時要援護者の避難支援ガイドライン

避難支援プラン策定の手順 (例)

第6章 各市町村の災害発生前の備え

1 環境整備・機運醸成	①避難行動要支援者班の設置 ②避難準備・高齢者等避難開始情報の設定 ③関係機関・団体間の連携強化 ④要配慮者との信頼関係の構築	市町村長 (市町村の防災部局及び福祉部局) 市町村長（地方防災会議） 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 消防団、自主防災組織、福祉関係者	ア 防災部局と福祉部局の合意形成
			イ 班の業務内容の整理
			ウ 班構成の決定
			エ 班内の役割分担の決定
2 情報伝達体制の整備	①消防団・自主防災組織等への情報伝達体制 ②福祉関係者等への情報伝達体制 ③要配慮者の特性を踏まえた情報伝達	避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班	ア 地域防災計画の修正
			イ 住民に対する周知
			ウ 消防団、自主防災組織、福祉関係者への周知
			ア 消防団、自主防災組織、福祉関係者間の情報共有
			ア 要配慮者への戸別訪問等による信頼関係の構築
			ア 各団体への情報伝達責任者の決定
			イ 情報伝達手段・方法の決定
			ウ 情報連絡網（ルート）の決定
			エ 消防団、自主防災組織内での伝達方法・ルートの把握
			オ エの問題点に対する指導・助言（複数ルート化等）
			カ 福祉関係者に対する防災研修計画の策定
			キ カに基づく研修の実施
3 避難行動要支援者情報の	①情報収集 ②情報共有	避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班	ア 障がい特性に応じた活用機器の検討
			ア 収集すべき情報項目の決定
			イ 情報収集方法の決定
			ウ 情報収集主体、役割分担の決定
			エ 情報収集主体に対する周知・研修
			オ 情報収集主体が集めた情報と福祉部局が有する情報との統合
			カ 突合の結果、漏れている情報について再収集
			ア 避難行動要支援者が同意した共有範囲の整理
			イ 共有者に対する説明・周知
			ウ 情報管理体制の決定
			(ウ、ハザードマップ等（GISの活用含む）へのプロット)
			エ 情報内容の更新
4 避難支援プランの策定	①制度の決定 ②関係者への周知 ③情報管理 ④プラン内容の検証	避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班 避難行動要支援者支援班	ア 対象となる者の基準の決定
			イ 避難支援を実施する地域単位の決定
			ア 避難支援者の決定・説明・周知
			イ 対象となる要配慮者への説明・周知
			ア 個人情報保護に配慮した管理方法の決定
			ア プランに基づく訓練の実施、助言・指導
			イ 訓練結果に基づくプランの見直し
			ウ 情報内容の更新

避難支援プラン実施の流れ（例）



(参考) 障がい者に関するマーク

【障がい者のための国際シンボルマーク】



障害者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。マークの使用については国際リハビリテーション協会の「使用指針」により定められています。駐車場などでこのマークを見かけた場合には、障害者の利用への配慮について、御理解、御協力をお願いいたします。

【盲人のための国際シンボルマーク】



世界盲人会連合で1984年に制定された盲人のための世界共通のマークです。視覚障害者の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器などに付けられています。信号機や国際点字郵便物・書籍などで身近に見かけるマークです。

【身体障害者標識】



肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークで、マークの表示については、努力義務となっています。危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。

【聴覚障害者標識】



聴覚障害であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークで、マークの表示については、義務となっています。危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。

【耳マーク】



聞こえが不自由なことを表す、国内で使用されているマークです。聴覚障害者は見た目には分からないために、誤解されたり、不利益をこうむったり、社会生活上で不安が少なくありません。

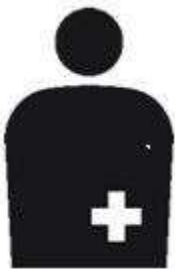
このマークを提示された場合は、相手が「聞こえない」ことを理解し、コミュニケーションの方法への配慮について御協力をお願いいたします。

【ハート・プラスマーク】



「身体内部に障害がある人」を表しています。身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障害がある方は外見からは分かりにくいため、様々な誤解を受けることがあります。内部障害の方の中には、電車などの優先席に座りたい、近辺での携帯電話使用を控えてほしい、障害者用駐車スペースに停めたい、といったことを希望していることがあります。

【オストメイトマーク】



人工肛門・人工膀胱を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表しています。オストメイト対応のトイレの入口・案内誘導プレートに表示されています。

【「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク】



白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障害のある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンボルマークです。白杖によるSOSのシグナルを見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをしてください。

【ヘルプマーク】



義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成されたマークで、平成24年に東京都が導入し、平成29年7月に日本工業規格（JIS）に登録され、全国的な広がりが見込まれているマークです。

(参考) ヘルプカード

表面	裏面
<p>あなたの支援が必要です。</p> <p>ヘルプカード</p> <p> 宮崎県</p> 	<p>私の名前 _____</p> <p>連絡先の電話 _____</p> <p>連絡先名 _____</p> <p>呼んでほしい人の名前 _____</p> <p>呼んでほしい人の電話 _____</p> <p>私は、 _____</p> <p>_____</p> <p>_____ してください。</p> <p>かかりつけ病院 _____</p> <p>飲んでいる薬 _____</p>
<p>(自由記載)</p>	