

災害に備えて

障がいのある方・支援する方の
防災マニュアル



吉見町

はじめに

平成23年3月に発生した東日本大震災では、吉見町でも震度5強を観測し、屋根瓦の損壊、ブロック塀の倒壊など、多数の被害をもたらしました。

また、令和元年10月の台風第19号では、町内において床上浸水などの被害が発生し、避難指示が発令される中、多くの町民の方が避難所等に緊急避難を行いました。

このように災害はいつ、どこで発生するのかわかりません。そのため、日頃から災害に備えておくことがとても大切となります。

災害対応は「自助」(自分の身は自分で守る)が基本となります。しかしながら、障がいのある方にとっては、災害発生時に身の安全を確保し、避難行動を行うことが困難であることを、周りにいる方々が理解し、支援の手を差し伸べる「共助」(地域の中での助け合い)の力が必要となります。

そのため町では、障がいのある方と障がい者を支援する方、両方の視点から、災害時に取るべき行動などをまとめた「障がいのある方・支援する方の防災マニュアル」を策定いたしました。

本マニュアルを活用することで、自助・共助が働く、災害に強いまちづくりにつなげましょう。

令和2年3月

吉見町 総務課・福祉町民課



目 次

1. 災害への備え

(1)災害を知る (地震・洪水・土砂災害)	3
(2)避難所・避難ルート	4
(3)非常持出品	5
(4)避難行動要支援者制度	5
(5)災害情報の確認手段 (防災行政無線・安全安心メール等)	6
(6)ヘルプマーク・ヘルプカード	7
(7)災害用伝言ダイヤル・災害用伝言版	8

2. 障がいに応じた対応

(1)肢体障がい	10
(2)視覚障がい	11
(3)聴覚・言語障がい	12
(4)内部障がい	13
(5)知的障がい	14
(6)精神障がい	15
(7)その他	16
巻末:ヘルプカード	18

1. 災害への備え

障がいのある方・支援する方 共通

(1) 災害を知る (地震・洪水・土砂災害)

災害対策の基本として、「自分たちの住む地域は、どのような災害の危険性があるのか」をあらかじめ知っておくことがとても重要となります。

吉見町では、地震・洪水・土砂災害の災害別に応じたハザードマップを作成しておりますので、その内容を事前に確認しておき、災害の種類に応じた備えが必要です。



① 地震対策

< 予防対策 >

- ・地震ハザードマップで自分が住む地域の「危険度」「揺れやすさ」「液状化」の状況について確認しておく。
- ・家具の転倒防止対策を行っておく。
(固定金具、つっぱり棒など)
- ・ガラスに飛散防止フィルムを張っておく。
- ・ガスコンロやストーブなどのまわりに燃えやすいものは置かない。



< 地震が発生したら >

- ・使用中のガスコンロやストーブなどの火を速やかに消す。
- ・丈夫なテーブルや机の下に隠れ、座布団などで頭部を保護する。
- ・揺れがおさまるまでは、あわてて外へは出ない。
- ・外へ避難する時には電気のブレーカーを落とす。



② 台風・洪水対策

< 予防対策 >

- ・洪水ハザードマップで自分が住む地域のどこが浸水想定区域となるのか、どれくらいの浸水深となるのかを確認しておく。
- ・あらかじめ、浸水想定区域外で避難先として身を寄せることが可能な居場所を確保しておく。(親せき・知人宅など。町内外を問わず。)
- ・自宅周りの風で飛ばされそうな物は片付けておく。

- ・台風は事前予測ができるので、正確な情報を収集し、早めの避難を心がけ、大雨・強風・渋滞となる前に避難の行動に移す。

<洪水の危険性が高まったら>

- ・浸水想定区域内の居住者は、車の渋滞なども考慮しながら、とにかく早めの浸水想定区域外への避難を心がける。
- ・浸水の危機が迫った場合には、無理な移動を避け、垂直避難ができる場所に緊急避難する。



※「垂直避難」=丈夫な建物の2階・3階以上へ避難し、命を守る行動を取ること。

③土砂災害対策

<予防対策>

- ・土砂災害ハザードマップで自分が住む地域のどこが土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域なのかを確認しておく。

※「土砂災害警戒区域」=がけ崩れなどの恐れがある区域(イエローゾーン)

※「土砂災害特別警戒区域」=がけ崩れなどにより、住民・建物に大きな危害の恐れがある区域(レッドゾーン)

- ・がけ地に隣接して自宅がある場合には、擁壁などにより斜面を補強しておく。

<土砂災害の危険性が高まったら>

- ・土砂災害(特別)警戒区域の指定の有無にかかわらず、地震・台風・集中豪雨の時には急斜面のがけ地には近づかない。



(2)避難所・避難ルート

町では、町民の方の避難先として以下のとおり「指定緊急避難場所」「指定避難所」「補助避難所」「福祉避難所」を定めております。

災害の種類ごとに避難所等の指定が大きく変わりますので、ハザードマップ等で「どこに避難所があるのか」、「最初はどこに避難すれば良いのか」、「避難するにはどの道を行けば安全そうか」など、あらかじめ確認しておきましょう。

①「指定緊急避難場所」

- ・地震の発生直後、洪水の発生直前に、その危険から逃れるため緊急的に避難する場所

②「指定避難所」

- ・避難してきた人々を災害の危険性がなくなるまで滞在させ、食料、物資の配給などを行う施設。

③「補助避難所」

- ・指定避難所だけでは避難者を収容できない場合に開設する避難所



④「福祉避難所」

- ・指定避難所で生活することが困難な方(その家族の方も含む)を収容するための避難所

(3)非常持出品

避難先で必要となる非常持出品を、いざという時に直ぐにリュックサック等に入れて持ち出せるよう用意しておく必要があります。

また、自分の障がいや病気に関係する医薬品や医療用具なども準備しておきましょう。

<主な持出品>

- ・食料・飲料水3日分(缶詰、乾パンなど)
- ・貴重品(現金、印鑑、通帳、保険証など)
- ・医療品(常用している薬、お薬手帳など)
- ・衣類(着替え、雨具など)
- ・生活用品(携帯電話、懐中電灯、ラジオ、おむつ、タオル、筆記用具など)
- ・その他(ヘルプマーク、ヘルプカード、障がいに応じた必需品など)



(4)避難行動要支援者制度

自力で行動することが困難な障がいのある方が安全に避難するためには、地域の方々の支援が必要となります。

そのため、町では、下記に該当する方などを対象とした「避難行動要支援者名簿」を基に、登録された一人ひとりに個別の計画を策定し、災害時に支援を要する方を地域全体(自主防災組織、区長、民生・児童委員、消防署、消防団、警察など)で見守る仕組みづくりを進めています。

町では75行政区全てに自主防災組織が設立されており、いざという時には「避難行動要支援者名簿」を使った支援活動が行われることとなります。地域で助け合う「共助」の力は災害時において必要不可欠となりますので、避難時に困っている方を見かけましたら、積極的な声かけや支援をお願いします。



また、「共助」が働く地域づくりを進めるためには、障がいのある・なしに関わらず、普段から地域の中での交流を心がけ、お互いに顔の見える関係性を築いておくことがとても大切になります。

<避難行動要支援者の対象範囲> (以下の手帳を取得している方)

- ・身体障害者手帳:1級・2級(肢体・視覚・聴覚障がい)
- ・療育手帳:㊦・A
- ・精神障害者保健福祉手帳:1級・2級(単身世帯)

※該当しない場合でも、要支援者として登録することは可能です。

登録を希望される方は、福祉町民課・総務課へご相談ください。



(5)災害情報の確認手段 (防災行政無線、安全・安心メール等)

災害発生時には、正しい情報を把握することがとても大切です。

テレビ・ラジオから得られる情報のほか、町から町民の皆さんへ災害情報を発信する手段は以下のとおりとなりますので確認しておきましょう。

<町からの情報発信手段>

- ・防災行政無線(町内各地に設置した屋外スピーカーから放送します)
- ・安全・安心メール(事前の登録が必要となります)
- ・町ホームページ(インターネットにつながる環境が必要です)
- ・町公式ツイッター・フェイスブック・LINE(インターネットにつながる環境が必要)
- ・緊急速報メール(登録不要。そのエリアに居る方へメール配信します)
- ・テレ玉データ放送(テレビのリモコンの「dボタン」から町の情報を確認できます)
- ・広報車(消防団などが車両で巡回し避難を呼びかけます)

①防災行政無線

防災行政無線は、その時にお知らせすべき災害情報を同時に広範囲に伝えることが出来ますが、台風など、その気象条件によっては放送内容が聞こえない場合もあります。放送内容が聞き取れなかった時には以下の方法で情報を入手してください。



ア)電話応答装置…防災行政無線で放送した内容を、自動音声により電話で確認することができます。

電話番号(0493)81-6789



イ)町ホームページ…トップページの防災行政無線のバナーからホームページ用の放送記録を確認することができます

ウ)安全・安心メール…町からの防災情報等がメール配信されます。詳しくは、次の「②安全・安心メール」を確認ください。

②安全・安心メール

事前登録されたメールアドレスに、防災行政無線の放送内容や警察から提供される犯罪情報等をメールでお知らせします。登録の方法は以下の2通りです。

ア)メール配信登録用アドレス「yoshimi@b.bme.jp」を宛名に入力し、空メールを送信してください。空メール送信後に「登録完了メール」を受信できれば登録は完了です。

イ)次のQRコードを読み取り登録することもできます。



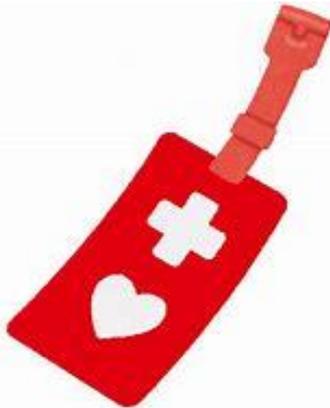
(6)ヘルプマーク・ヘルプカード

ヘルプマークは、障がいのある方が支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせることができるマークで、身に付けることで周りからの援助を得やすくなるように作成されたマークです。

一方、ヘルプカードは、緊急連絡先やかかりつけ病院、支援してほしいことなどを記入したカードで、障がいのある方が周囲の方に手助けして欲しい具体的な内容を伝えることができます。

この、ヘルプマークとヘルプカードを使い分けることは、災害時のみならず、日常生活の中でも役立ちますので、普段から携帯しておきましょう。

また、支援する方には、ヘルプマークを携帯しており、困っている雰囲気の方を見かけましたら、「何かお手伝いすることはありますか?」と積極的な声かけをお願いします。



※ヘルプマークは福祉町民課の窓口で配付しています。



※ヘルプカードは町ホームページからのダウンロードのほか、本マニュアルの巻末18ページに掲載しています。

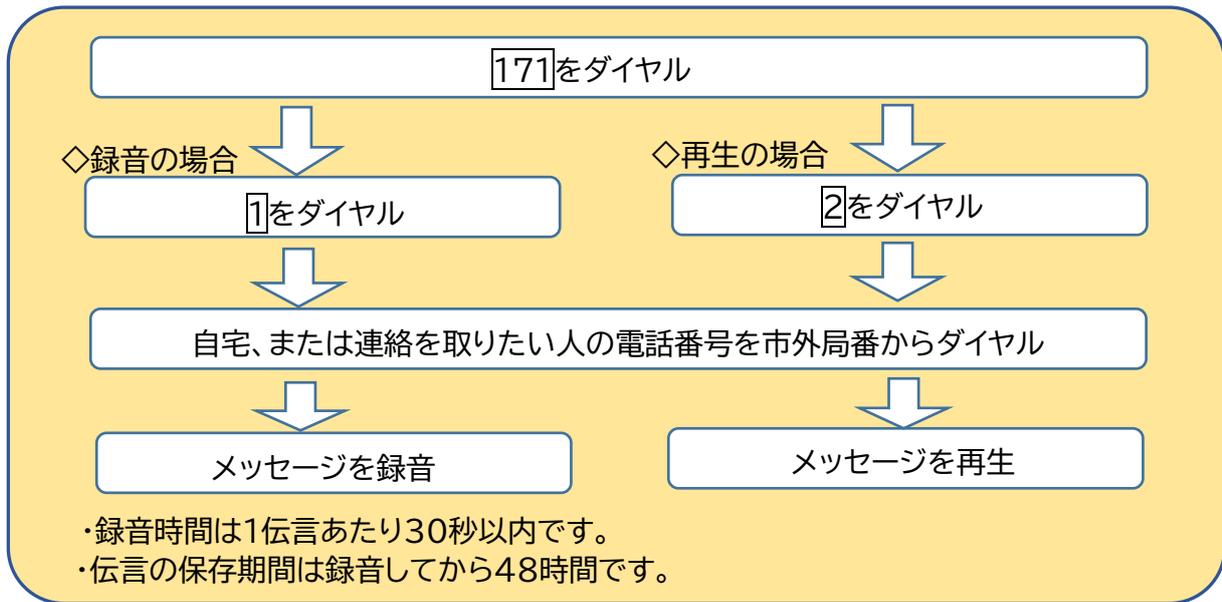
(7)災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板

災害発生時は電話回線が集中するため、電話がつながりにくくなります。そのため、NTTでは、災害が発生すると「災害用伝言ダイヤル」の提供を開始しますので、家族、親戚、知人などの安否確認には、この災害用伝言ダイヤルを利用しましょう。



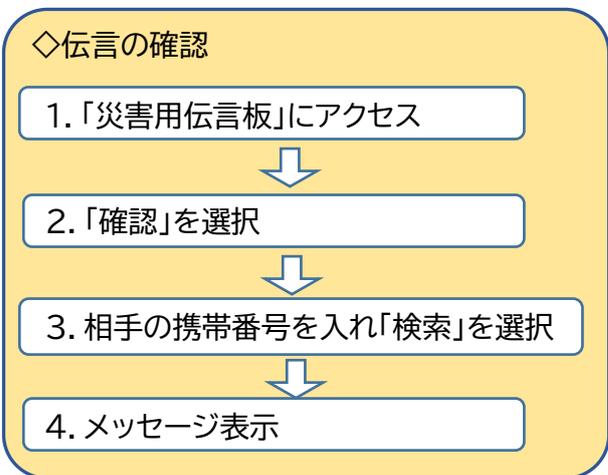
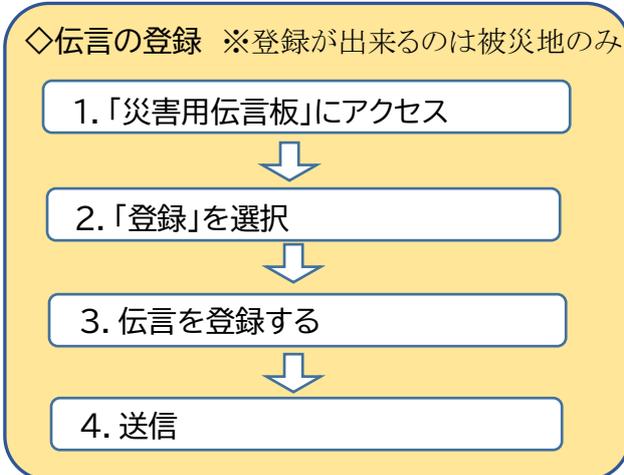
●伝言ダイヤル利用方法

※日本語ガイダンスが流れます。ガイダンスに従って進めてください。



また、震度6以上の地震など大規模な災害が発生した時には、携帯電話各社は「災害用伝言板」を開設します。携帯電話等を使って文字メッセージにより安否を確認できますので、活用方法を確認しておきましょう。

●伝言板利用方法



2. 障がいに応じた対応

(1) 肢体障がい

障がいのある方

<予防対策>

- ・車いすや補装具など、日頃のメンテナンスを適切に行いましょう。電動車いすの場合は、バッテリーの充電に注意が必要です。
- ・自力での避難が難しい方は、災害時における避難等の手助けについて、あらかじめ周囲の方へお願いしておきましょう。
- ・逃げ遅れた時に助けを求められるよう、ホイッスル等を備えておきましょう。



<いざという時に>

- ・災害時は、いつもは車いす等で通れる道も通行が不可能となることがあるので、無理に一人で行動しないで、まわりの方へ救助を依頼しましょう。

支援する方

- ・肢体が不自由な方の障がいの程度や症状は人それぞれ異なりますので、移動等の誘導を行う際には、相手が望む方法を確認したうえで、無理なく本人の希望に寄り添って支援してください。
- ・階段などで、車いすの方を運ぶ場合には、昇るときには前向きに、降りるときには後ろ向きで、3~4人ほどに声をかけ複数人で慎重に対応しましょう。
- ・杖を使っている方を介助する場合には、救助者は杖を持っていない側(マヒ側)に立ち、ズボンやベルトをしっかり持って腰の部分を支えながら誘導してください。



(2)視覚障がい

障がいのある方

<予防対策>

- ・室内を整理整頓しておき、避難通路には物を置かないとともに、家具を固定し通路をふさがないようにしましょう。
- ・白杖(はくじょう)、点字盤、携帯ラジオ、ホイッスル、ヘルプカードなど、直ぐに持ち出せるよう、身近な置き場を決めておきましょう。
- ・盲導犬を利用している方は、ドッグフードや水の備蓄もしておきましょう。
- ・日ごろからの近所付き合いを大切に、災害時の避難等について、あらかじめ周囲の方へお願いしておきましょう。

<いざという時に>

- ・災害により室内や住み慣れた地域の状況が一変し、割れたガラスや倒壊物が散乱して危険となる可能性が高いため、無理に1人で行動しないで、まわりの方へ救助を依頼しましょう。
- ・ラジオなどで災害情報を収集し、防災無線放送が聞き取りにくかった場合には、電話応答装置(0493-81-6789)で避難情報等を確認しましょう。



支援する方

- ・本人は周囲の状況が判らないため、支援する側から「大丈夫ですか?」「何かお手伝いすることはありますか?」などと声をかけてください。また、障がいの程度によって、援助する内容も変わりますので、相手が望む方法に添って支援してください。
- ・誘導する際には、白杖の反対側に立って肩や腕を貸し、本人のペースに合わせて半歩前を歩きましょう。また、段差や坂道、障害物など周囲の状況を説明しながら、「前、後ろ」「右、左」「何メートル先」などと具体的な言葉で誘導してください。
- ・盲導犬は避難所施設内への同伴が認められており、白色又は黄色のハーネス(胴輪)が目印となります。盲導犬をみだりに触ったり、食べ物を与えないようにしましょう。



(3)聴覚・言語障がい

障がいのある方

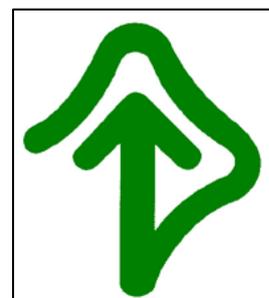
<予防対策>

- ・防災行政無線の放送内容を確認できるよう、事前に安全・安心メールに登録をしておきましょう。また、情報収集手段として町公式ツイッター・フェイスブック・LINEも事前に登録しておいてください。
- ・いつでも筆談ができるよう、筆記用具や用紙を準備しておきましょう。また、補聴器の予備用電池も必要です。
- ・第三者に助けを求めていることを伝える手段としてホイッスル等を用意しておきましょう。
- ・ひとりでの避難に不安がある方は、災害時における避難等の手助けについて、あらかじめ周囲の方へお願いしておきましょう。



<いざという時に>

- ・安全・安心メール、町ホームページ、町公式ツイッター・フェイスブック・LINE、テレ玉データ放送などで災害情報を収集し、ひとりでの避難が難しい場合には、まわりの方へ救助を依頼しましょう。
- ・まわりの方には、外見からは耳が不自由であること、話すことが不自由であることがわかりにくいいため、ヘルプマークや耳マーク(聴覚障害者国内シンボルマーク)を用いて、支援を必要としていることに気づいてもらい、ヘルプカードや筆談により求めたい支援内容を伝えましょう。



支援する方

- ・避難情報が伝わっていなかったり、助けを求めることが出来なかったりしますので、まわりにいる方のほうから、積極的な支援を心がけましょう。
- ・まったく聞こえない方、聞こえにくい方、まったく話せない方、話を伝えるににくい方、耳と口の両方の障がいの方など、障がいの程度によって、コミュニケーション手段や支援内容も変わりますので、相手が望む方法に添って支援してください。



※主なコミュニケーション手段

⇒手話、筆談、口の動き(読話)、身振り手振り、携帯電話画面の利用など



(4)内部障がい

障がいのある方

<予防対策>

- ・非常持出品の用意にあたり、常用薬、医療装具、特殊食などの備えについて、かかりつけの医療機関と相談しておきましょう。
- ・人工透析、糖尿病、心疾患など継続した治療を必要とされる方は、災害発生後に通院できない場合に備えて、あらかじめ主治医と相談しておきましょう。
- ・ヘルプカードにかかりつけ病院や配慮してほしいことを記入しておき、常備しておきましょう。
- ・ひとりでの避難に不安がある方は、災害時における避難等の手助けについて、あらかじめ周囲の方へお願いしておきましょう。



<いざという時に>

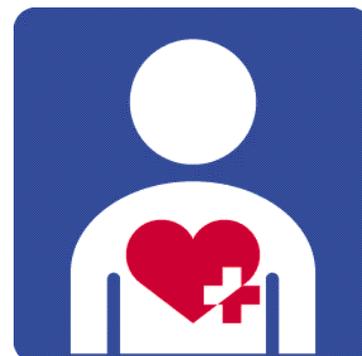
- ・避難の際には、体調が急激に悪化しないよう無理な行動を避け、落ち着いて行動しましょう。
- ・まわりの方には、障がいのあることがわかりにくいいため、ヘルプマークやハート・プラスマーク、ヘルプカードなどを用いて支援を求めましょう。
- ・避難先での滞在が長くなると見込まれる場合には、かかりつけの医療機関と連絡を取り、相談を行ってください。

支援する方

- ・心臓、呼吸器、腎臓、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓、免疫機能などの機能障害を総称して内部障がいと呼びます。外見からは障がいがわかりにくい場合も多く、どのような配慮が必要となるか相手が望む方法に添って支援してください。
- ・人工透析やインシュリン注射など、一定の期間での治療を要する方から医療的な要請があった場合には、医療機関(本人のかかりつけ病院、若しくは最寄りの病院等)に連絡して、その指示に従ってください。

※ハート・プラスマークは、内部障がいがある方を表し、福祉町民課の窓口でカードを配付しています。

ハート・プラスマーク→



(5)知的障がい

障がいのある方

<予防対策>

- ・普段から家族の方と、発災時における連絡方法や避難場所について確認をしておきましょう。
- ・ヘルプカードに緊急連絡先や配慮してほしいことを記入しておき、常備しておきましょう。
- ・ひとりで自宅に居ることがある方は、災害時における避難等の手助けについて、あらかじめ周囲の方へお願いしておきましょう。
- ・ひとりで居るときに災害が発生した場合に備え、テーブルや机の下で頭を守りながら隠れるなど、身を守る行動の訓練を行っておきましょう。



<いざという時に>

- ・地震の場合、あわてて家の外に出ては危険です。揺れがおさまるまでクッションなどで頭を守りながらテーブルや机の下に隠れましょう。
- ・家の外に出る時に家族がいない場合には、ひとりで行動しないで、ヘルプマークやヘルプカードなどを使ってまわりの方の助けを求めましょう。
- ・普段使用している薬がある場合には、避難する時に忘れずに持っていきましょう。



支援する方

- ・災害を体験したことでパニックを起こしたり、恐怖により動けなくなる場合がありますので、まずは本人の不安や緊張をときほぐし、気持ちを落ち着かせることが大切です。
- ・声かけする時は、ゆっくり、やさしく、わかりやすい言葉で伝えましょう。
- ・コミュニケーションが苦手な方、特別な強いこだわりがある方、怪我や痛みに鈍感な方など、相手の様々な特性に応じ、柔軟に対応することが大切です、怒鳴ったり、叱りつけることは禁物です。



(6)精神障がい

障がいのある方

<予防対策>

- ・常用している薬はすぐに持ち出しができるよう管理しておきましょう。
- ・ひとりでの避難に不安がある方は、災害時における避難等の手助けや自身の病気のことについて、地域の中で相談できる人を見つけておきましょう。
- ・相手に手助けをお願いすることに不安がある方は、ヘルプカードに配慮してほしいことを記入しておき、常備しておきましょう。



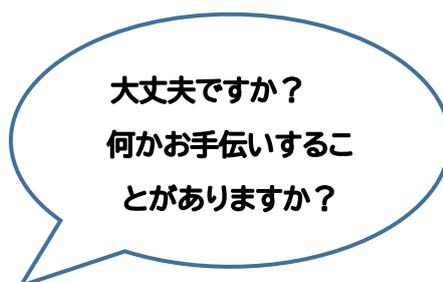
<いざという時に>

- ・災害時には強い不安や緊張を特に感じやすくなりますので、まずは気持ちを落ち着かせようと心がけることが大切です。
- ・避難する時には、常用薬やお薬手帳を忘れずに持ち出しましょう。
- ・迷いが生じ、自分で行動することが難しくなったときは、ヘルプカードなどを使ってまわりの方の助けを求めましょう。



支援する方

- ・外見からはわかりにくい面があります。また、病気のことを知られたくない方もいることへの配慮が必要となります。
- ・薬を飲むことで症状をコントロールすることが可能です。
- ・災害時には精神的な動揺が激しくなっている場合がありますので、やさしく、わかりやすい口調で語りかけ、本人の希望に寄り添う形で支援を行いましょう。



(7)その他

支援する方

このほかにも、下記①～④の様に、まわりの方の支援が求められます。

①発達障がい

- ・自閉症、アスペルガー症候群、学習障害、注意欠陥多動性障害などの種類があり、その症状も異なりますが、まわりの方が発達障がいに対しての理解を深めることが大切です。
- ・避難所での集団生活には馴染めない面があることを理解し、大きな声や強い口調は避け、ゆっくり、丁寧に、繰り返しコミュニケーションをとることを心がけましょう。

②難病患者

- ・難病とは、原因が不明で、治療方法が確立されておらず、後遺症を残す恐れが少なくない病気のことを指し、日頃から介護を要するケースが多く、特別な配慮が必要となります。
- ・病気によりさまざまな症状がありますが、普段から医療を必要としている点では「(4)内部障がい」と同様の支援が求められます。

③盲ろう者

- ・視覚と聴覚の両方に障がいがある方で、以下の4つに区分されます。
 - ア)全く見えず聞こえない(全盲ろう)
 - イ)全く見えず少し聞こえる(全盲難聴)
 - ウ)少し見えて全く聞こえない(弱視ろう)
 - エ)少し見えて少し聞こえる(弱視難聴)
- ・特に全盲ろうの方には、全面的な介助が必要となります。

④てんかん

- ・てんかんは、脳内の細胞に発生する異常な神経活動によって、けいれん発作をもたらす神経疾患です。
- ・発作が起きた場合には、数秒から数分で終わりますので、体を揺すったりせずに、衣類やベルトなどをゆるめ、自然に回復するのを待ちましょう。



吉見町PR大使「よしみん」

「障がいのある方・支援する方の防災マニュアル」

発行日：令和2年3月

発行：吉見町 総務課 行政係

福祉町民課 福祉係

〒355-0192

埼玉県比企郡吉見町大字下細谷411

TEL 0493-54-1511(代表)

FAX 0493-54-4200

↓ ①キリトリ線

<p>あなたの支援が必要です。</p> <p>ヘルプカード</p>  <p> 吉見町</p>	<p>障がい名・病名 ()</p> <p>かかりつけ病院</p> <p>所在地</p> <p>連絡先</p> <p>担当医師名</p> <p>服薬 (有・無)</p>
<p>フリガナ 名前</p> <p>フリガナ 住所</p> <p>血液型 (型) 性別 (男・女)</p> <p>生年月日 T・S・H-R 年 月 日</p>	<p>配慮してほしいこと</p> <p><input type="checkbox"/> () が不自由です</p> <p><input type="checkbox"/> 人工透析をしています</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"/> ストマ用器具 (尿路・消化器) を使用しています <u>使用業者</u></p> <p><input type="checkbox"/> パニックになることがあります</p> <p>理由 ()</p>
<p>第1連絡先 <緊急連絡先></p> <p>フリガナ 名前 (続柄)</p> <p>電話・FAX</p> <p>第2連絡先</p> <p>フリガナ 名前 (続柄)</p> <p>電話・FAX</p>	<p><input type="checkbox"/> アレルギーがあります</p> <p>内容 () <input type="checkbox"/></p> <p>() 発作があります</p> <p><input type="checkbox"/> コミュニケーションが苦手です</p> <p><input type="checkbox"/> 簡単な言葉で説明してください</p> <p><input type="checkbox"/> 筆談で伝えてください</p> <p><input type="checkbox"/> 手話通訳が必要です</p> <p><input type="checkbox"/> 移動の際、介助してください</p> <p>内容 ()</p>
 <p>【発行】</p> <p>吉見町役場</p> <p>電話 0493-54-1511</p> <p>FAX 0493-54-4970</p>	<p>その他、配慮してほしいこと</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>



③やまおり



④たにおり



⑤やまおり



②やまおり



①キリトリ線

ヘルプカードの作り方

- ①のキリトリ線（実線）を切る。
- ②から⑤の順に折ってください。