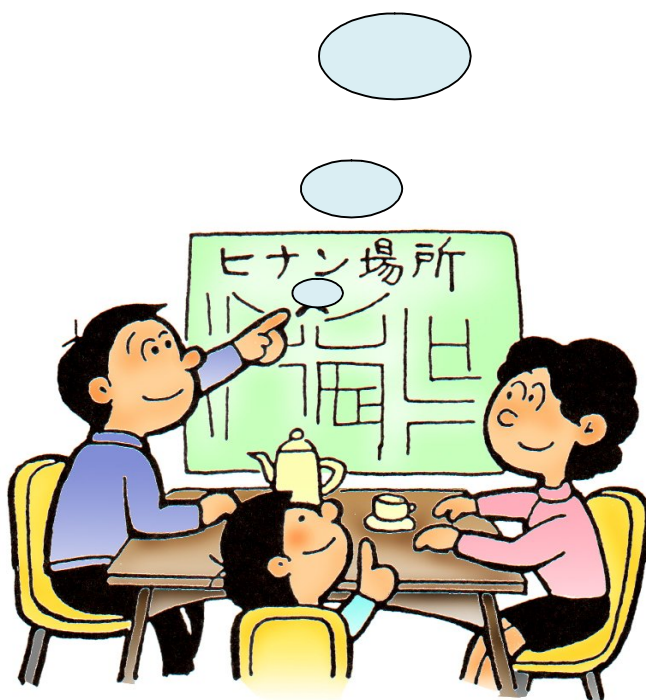


第3編 当事者および家族編

登米市災害時要援護者支援の手引き

災害時には、協力して被害を防いだり、救助したり、一緒に避難するなど家族の協力が大変に重要です。家族の安否を確認することも大事なことです。このため、災害がいつ発生してもよいように、家族で防災について話し合い、災害について学習し、事前対策を考えておきます。



第1章 事前対策

1 共通事項

①非常用持出品を準備する

日頃から避難するときに備えて、非常持出品をリュックサックなどにひとまとめにして用意しておきます。

非常持出品は、出入口近くの取り出しやすい場所に備えておき、家族みんなが知っておくようにします。

また、緊急時に、すぐに取り出して、持てるように、置き場所は、常に同じところにしておき、どうしても配置を替える場合は、家族などみんなで確認します。

なお、飲料水、食糧などは最低3日分程度を備え、定期的に取り替えるようにします。

非常用持出品の主な例

飲料水、食糧(乾パンなど)、携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池(予備)、衣類(下着など)、タオル、雨具、マッチ、口ウソク類、薬(薬袋に入れて)、救急用品セット、貴重品(現金など)、携帯用ブザーや笛、防災ずきんやヘルメット



②地域の防災対策を知る

市が策定した防災計画などから、地域の防災対策がどうなっているかを知り、避難場所や避難経路を確認しておきます。その際、自宅から避難場所や福祉避難場所までの経路をチェックし、支障となる物がないか確認し、主な目標物の目印や危険な場所などを地図に落としてオリジナルの防災地図を用意しておくことで避難するときにあわてずに済みます。

③家族で防災対策を考える

災害時には、協力して被害を防いだり、救助したり、一緒に避難するなど家族の協力が大変に重要ですし、家族の安否を確認することも大事なことです。このため、災害がいつ発生してもよいように、家族で防災について話し合い、災害について学習し、事前対策を考えておきます。



その際、緊急時の連絡方法や役割分担、避難方法、離ればなれになった場合の待ち合わせ場所などを決めておくことが大切です。

同時に、非常用品や備蓄も確認し準備します。



また、家族で地域の防災訓練に参加し



季節ごとや違う時間帯などの災害発生を想定してその状況に応じた避難経路、避難方法、集合場所を家族みんなで実際に確認してみる必要もあります。

④地域の防災訓練に参加する

市または地域ごとに毎年、防災訓練が実施されます。地区の避難場所や防災拠点に集合して各種の訓練が行われますが、行政区単位などでも防災訓練が行われます。初期消火訓練などで実際に消火器の取り扱いを経験しておくこと緊急時にあわてないですみます。また、被害を最小限にする行動や安全な避難方法なども体験できます。

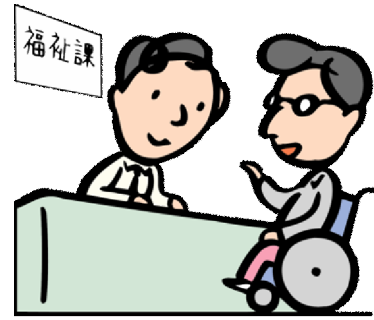
自分の身を自分で守るためにも、地域防災訓練には積極的に参加しましょう。防災訓練を通じて、地域の自主防災組織や隣近所の人とのコミュニケーションも密になり、その経験は災害時の強い味方になります。

しかしながら、防災訓練に参加しても障害があるために十分な訓練ができなかったり、情報を得にくいことや理解しにくかったりすることもあります。

このようなときは、地域の人や自主防災組織、防災関係機関などに話し、障害のある人や高齢者への配慮や参加しやすい環境づくり、さらには、参加している全員が効果的に訓練できるよう、ともに考え、実施してもらうようにします。



第2章 障害別事項



1 肢体不自由な人の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・安全な居住空間を確認しておきます（常に整理整頓を心がけ、あまり物を置かない）。 ・居住スペースは、できるだけ避難のしやすい1階を選びます。 ・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、暗やみになっても分かるようにしておきます。 ・家族など、日ごろ、介助している人が外出しているときの災害発生に備え、隣近所などに万一の際の協力や介助を依頼しておきます。 | <p>《車いす使用者》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・車いすが通れる幅を常に確保しておきます。 ・車いすが使用不能になったときのために、それに代わるつえ、おぶりひもなどを常に用意しておきます。 ・車いすのタイヤの空気圧は定期的に点検します。 ・雨天や寒冷時に備え、車いすでも使用可能なカッパなどを用意します。 <p>《電動車いす使用者》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電動車いすのバッテリーは、使用后必ず充電し、常温で保管 |

・非常用持出品として紙おむつ、携帯用トイレ、ビニールシート（おむつ交換時や着替えに必要）を用意します。



します。

・補液タイプのバッテリーは、定期的に液量をチェックします。

・車いすに内蔵されていない充電器は、倒壊した家具の下敷きにならないように安全な場所に置きます。

地震発生時の対応



家での対応

・避難に備え、補助具などを持つか、身に付けます。

・火災が発生したら、「119番通報」をし、身を低くし、煙に巻かれないように脱出します（初期消火が可能な場合も無理をせず、脱出を優先する）。

外出中の対応

・移動に困難が生じた時は、周りの人に援助を依頼します。

・移動が危険な状況のときは、最寄りの防災機関などに保護を申し出るようにします。

2 視覚障害がある人の対策

常に心がけておくこと

- ・家の中の物の配置を常に一定にします。家族が配置を変更したときは、すぐに確認しておきます。特に、非常用持出袋などは必ず確認しておきます。
- ・災害時の避難通路(コース)の設定とその通路の安全を確認しておきます。
- ・居間、寝室などの家の中や玄関付近の整理整とんを心掛けます。
- ・メガネ、白つえ(折りたたみ式)、点字板、音声時計や触知式時計を非常用持出袋に入れておきます。
- ・糖尿病、緑内障のある人は常備薬を常に持ち出しができるようにしておきます。
- ・メガネ、白つえ、点字板などが地震で損害を受けたり、なくならないよう、いつも身近で安全な一定の場所に置きます。
- ・ガラスなどが飛散して床が危険になるので、各室にスリッパなどを用意します。
- ・緊急時の連絡先点字メモ、メモ用録音機など、自分が助けを

求め、安全を確保するために必要な物を身に着けます。

・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、予備の電池を十分に備えておきます。

・家族が外出し、ひとりの場合、隣近所に万一の際の協力を依頼しておきます。

地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|--|---|
| <p>・テレビ、ラジオや防災機関の広報、伝達の内容に注意します。</p> <p>・火災の発生に気付いたら、まず、その場を離れ、周囲の人に大声で火災を知らせ、「119番通報」と初期消火をしてもらいます。</p> <p>・火災発生の呼びかけに反応が無い時は、ガラス類の</p> | <p>・周囲の人に大きな声をかけて、まわりの状況を教えてもらって、安全な場所へ誘導してもらうようお願いします。</p> |

破片や物の落下音に注意しながら、壁などをつたい、身を低くし、煙に巻かれなないように脱出します。



3 聴覚障害がある人の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・補聴器は常に手元に置きます。 ・補聴器および専用電池は、予備を用意し、非常用持出袋に入れておきます。 ・正確な情報を収集するために、緊急連絡先表、携帯電話やPHSなど文字情報が得られる携帯端末、筆談に必要なメモ、携帯用ホワイトボード、筆記用具などを常に身に着けます。 ・防災関係機関からの緊急通報用に有効なため、ファックスを設置するとともにロール紙の予備を用意しておきます。 ・ファックスを設置していない方はファックスを持っている人、ファックスのある店をあらかじめ確認しておきます。 ・災害時に必要な緊急会話カード(依頼カード、連絡カード)を用意し、常に持参します。 | <div style="border: 2px solid #00AEEF; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p>緊急会話カードの記載例 私には聴覚障害があります。 私の名前は〇〇〇〇です。 私に代って、△△△△に電話をかけていただけませんか。</p> </div> <p>※携帯電話、PHS、ポケベル、インターネット・パソコン通信など文字情報でお互いに情報のやりとりができる機器があり、携帯電話、PHS、ポケベルなどは、着信が振動でわかりますので、たいへん便利です。</p> |

- ・家族が外出し、1人の場合、隣近所に万一の際の協力を依頼しておきます。
- ・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す。

地震発生時の対応



家での対応

- ・テレビやCSによる手話・字幕放送、防災機関からのファックスなどに注意します。
- ・緊急連絡カードなどに、「火災発生や避難勧告など、重要なことを教えてください」などと書き、隣近所の人などに見せて情報の提供をお願いします。
- ・火災が発生したら、初期消火を行うとともに、防災機関への緊急ファックスなどで「119番通報」をします。
- ・音をたて、メモや緊急会話カードなどで、隣近所の人に火災を知らせ、消火や「119番通報」などを依頼します。

外出中の対応

- ・まわりの人に緊急会話カードを見せ、筆談などで自分のことを伝え、状況や帰宅経路などを教えてもらいます。




4 音声言語機能またはそしゃく機能に障害のある人の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・携帯用会話補助装置を使用している人はバッテリーの予備を非常用持出袋に入れておきます。 ・栄養チューブセットなど、食事のための器具（予備）を非常用持出袋に入れておきます（そしゃく機能障害者）。 ・笛やブザーなど、自分が助けを求め、安全を確保するために必要な物を身につけます。 ・筆談に必要なメモや携帯用ホワイトボード、筆記用具を備えておきます（雨天時に使用可能で、何度も繰り返し使用できるものが望ましい）。 | <p>緊急会話カードの記載例</p> <p>私には音声言語機能又はそしゃく機能に障害があります。私の名前は○ ○ ○ ○ です。</p> <p>私に代わって、◇ ◇ に電話をかけていただけませんか。</p> |

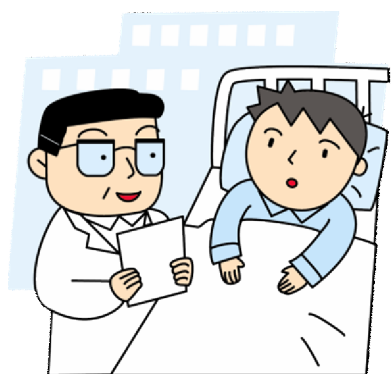
地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・火災が発生したら、初期消火を行うとともに、緊急ファックスなどで「119番通報」をします。 ・ゆっくり話しか、メモや緊急会話カードなどで、隣近所の人に火災を知らせ、消火や「119番通報」などを依頼します。 | <ul style="list-style-type: none"> ・まわりの人に援助を依頼するときは、ゆっくり伝えるか、筆談やメモで援助を依頼します。  |

5 内部障害や難病の人の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・日ごろから服用している薬の処方せん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す。 ・特殊な治療食の備えについては、かかりつけの医療機関に相談しておきます。 ・家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法などをよく説明し、理解しておいてもらいます。 <p>《心臓機能障害》</p>  <p>《呼吸器機能障害》</p>  |  <ul style="list-style-type: none"> ・ペースメーカーを装着している方は、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す。 ・在宅酸素療法をされている方は、あらかじめ、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）などを確認しておくことで安心です。 ・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します。 ・酸素チューブの配管は、地震が起きたときに、体にからまないように工夫して配管してもらいます。 ・人工呼吸器を装着している方は、ライフライン（電気、ガス、水道などの生活に必要な設備）が寸断された場合に備えて、アンビューバック（そ生器の一つで、自分で呼吸ので |



《盲導犬、聴導犬、介助犬の
使用者》

食事と水分を上手にコントロールするように気をつけて支援します。

（1日の生活においてカロリーは体重1kg当たり30キロカロリー、たんぱく質は体重の1kg当たり1.2グラム、塩分は3グラムに抑えるようにします）

- ・カリウム対策のため、イオン交換樹脂材（カリメイトやケーキサレート）の予備を持っておきましょう。
- ・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方は、透析液加温器のバッテリーの予備を非常用持出品と同じ場所に常に置いておきます。

また、透析液パックを非常用持出品と同じ場所に常に置いておきます。

- ・ドッグフードは必ず1袋（箱）多めに買い置きをします。

- ・かかりつけ以外の動物病院や各盲導犬協会の連絡先を把握しておきます。



地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけの医療機関に連絡して、状況を把握し、以後の対処の指示を受け、連絡してもらうようにします。 ・非常用持出袋に入れるなど、日ごろ服用している薬や器具などを携帯できるように用意します。 | <ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ早く医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けるようにします。自分でできないときは、まわりの人に医療機関などへの連絡を依頼します。 |

【 医療機関での治療中の対応 】

- ・人工透析中の場合は、機器とシャント部位がチューブでつながっているため、コンソール(透析機器)と体が離れないようにします。
- ・停電があり回復不能の時は、チューブの止血を確認してから切断して、あわてず医師や職員の指示に従い定められた場所に避難します。

《盲導犬、聴導犬、介助犬の使用者》

建物の倒壊や落下物により、道路の歩行が困難な場合、給付先の団体などに、一時、盲導犬、聴導犬、介助犬を預けます。

6 重度心身障害がある人の対策

- ・日ごろから服用している薬の処方せん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す。
- ・家族や、地域支援者の方に医療機関からの指示や緊急時の対処法などをよく理解しておいてもらいます。
- ・医療機器の操作方法などについて、説明書を機器の近くに取り付けておきます。
- ・かかりつけの医療機関が受け入れ出来ない時のために、日ごろから応急的に受け入れしてくれる医療機関をお願いしておきます。

地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・使用している医療機器などに異常がないか確認します。 ・近隣の人に援助をお願いします。 ・かかりつけの医療機関に連絡し早急に医療機関に搬送を支援者などの方をお願いします。 | <ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ早く医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けるようにします。自分でできないときは、まわりの人に医療機関などへの連絡を依頼します。 |

7 精神障害がある人の対策

- ・日ごろから服用している薬の処方せん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す。
- ・家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法などをよく理解しておいてもらいます。

地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・正しい情報を得て、冷静に指示に従います。 ・かかりつけの医療機関に連絡して、状況を把握し、以後の対処の指示を受け連絡してもらうようにします。 ・非常用持出袋に日ごろ服用している薬と精神障害者保健福祉手帳を入れます。 | <ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ早く医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けるようにします。自分できないときは、まわりの人に医療機関などへの連絡を依頼します。 |

8 知的障害・発達障害がある人の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・日ごろから服用している薬の処方せん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す。 ・服用する際、たとえばオブラートを使用するなどの独自の方法を用いる薬の場合、その旨を緊急連絡カードに記載しておきます。 ・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着けます。 ・身の回りの品物や食べ物に、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す。 ・災害時に支援が必要なことを書いた緊急連絡カードや身元連絡先などが | <div data-bbox="1013 448 1300 705" style="text-align: center;"> </div> <div data-bbox="1013 1366 1300 1624" style="text-align: center;"> </div> |

確認かくにんできる名札なふだなどを、常に携帯つねに けいたいする

か、衣服いふくなどに縫ぬいつけておきます。

・実際じつさいに行おこなってみることにより、避難ひなん

場所ばしょを憶おぼえておくよう心掛こころがけます。

地震発生時の対応



家での対応

・まずは安全あんぜんを確保かくほする。

・あわてずに外そとに飛び出とさないように
します。

・ゆれがおさまったら緊急連絡きんきゆうれんらく

カード、笛ふえまたは携帯ブザーけいたいぶざーを持ち、

事前じぜんに決められたこときを守り、支援者しえんしゃ

の指示しじに従したがいます。

外出中の対応

・移動いどうに困難こんなんが生じた時は、
時とき

まわりの人ひとに援助えんじょを依頼いらいしま
す。


・移動いどうが危険きけんな状況じょうきょうのと

きは、最寄もよりの防災機関ぼうさいきかんな

どに保護ほごを申し出もうるよう

にします。

9 支援が必要な高齢者の対策

| 常に心がけておくこと | 備 考 |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・安全な居住空間を確保しておきます(常に整理整頓を心がけ、あまり物を置かない。寝るときは、家具やガラス窓からできるだけ離れる)。 ・居住スペースは、できるだけ避難のしやすい1階を選びます。 ・杖など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、暗やみになっても分かるようにしておきます。 ・家族など、日ごろ、介助している人が外出しているときの災害発生に備え、隣近所などに万一の際の協力や介助を依頼しておきます。 ・非常用持出品として、おぶりひもや毛布、車イス、紙おむつなどを用意します。 | <p>※ 移動困難や身体的に虚弱などの理由により、自力での避難や必要な情報を的確把握し、行動することが困難な高齢者が事前対策を考えるに当たっては、上記のほか、それぞれの状態に応じて、前記(障害別事項)の該当項目を参照し、適切な対策に努めます</p>  |

地震発生時の対応



| 家での対応 | 外出中の対応 |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・避難に備え、杖などを用意し、防災ずきんなどで身を守ります。 ・火災が発生したら、「119番通報」をし、身を低くし、煙に巻かれないように脱出します（初期消火が可能な場合も無理をせず、脱出を優先する）。 ・非常用持出袋を必ず携行します。 | <ul style="list-style-type: none"> ・移動に困難が生じたときは、まわりの人に援助を依頼します。 ・移動が危険な状況のときは、最寄りの防災機関等に保護を申し出るようにします。 |

高齢者で、移動が困難や身体的に虚弱などの理由により、自力での避難や必要な情報を的確に把握し行動することが困難な方は災害発生時には、上記のほか、それぞれの状態に応じて、前記の「地震発生時の対応」の該当項目を参照し、適切な対応に努めます。

第3章 情報を得る



1 情報の収集と把握

- (1) ラジオ、テレビ、インターネットなどから情報を収集します。
- (2) 防災行政無線など公的な機関から情報を得ます。
- (3) 隣近所や地域の自主防災組織の人には、日ごろから情報を伝えてもらえるよう頼んでおき、早く情報を得られるようにします（いざというときに情報を伝えてもらう人を特定しておく、よりいいでしょう）。
- (4) 流言飛語にまどわされることのないよう、正しい情報かを複数の媒体、複数の人で確認するようにします。
- (5) 余震を恐れずに、正しい情報を得るようにします。
- (6) 消防署などへの災害状況の問い合わせは消防活動に支障をきたすので、緊急の場合以外は、電話を控えるようにします。
- (7) 電話（携帯電話を含む）の使用は控えます。
- (8) 安否確認などの情報を得る場合は、「災害用伝言ダイヤル」を活用します。



※ラジオ、テレビ
などから情報を収集します。



※消防署などへの災害状況の問い合わせは消防活動に支障をきたすので、緊急の場合以外は、電話を控えるようにします。



第4章 避難

職場の防災会議を
すすめよう。



1 避難に当たって

- ・市、防災関係機関から避難勧告、避難指示が出たら、隣近所に呼びかけ、周囲の人と協力し合い避難します。
- ・建物の倒壊や崖崩れの恐れがあるので、危険と思われる場所を避け、避難の支援者、地域自主防災組織とともに避難場所へ避難します。
- ・崖や川べりでは、地盤がゆるんでいて崩れやすくなっている場合があるので、近寄ると危険です。

2 家での対応

- ・ガスの元栓は締め、電気のブレーカーは閉じたまま、戸締まりをします。
- ・どこへ避難するか緊急連絡先に連絡し、メモを出入口に貼るなど、行き先を明示しておきます。
- ・避難は徒歩が原則ですので、動きやすい服装、底の厚い靴で、持ち物は少なくし、両手が使えるようリュックサックなどに入れます（非常用持出袋は忘れずに持ちます）。



3 外出中の対応

- ・帰宅するのに危険と思われる場合は、最寄の駐在所や行政機関などに助けを求め、一時的に近くの避難場所に避難して安全が確認できるまで様子をみます。
- ・避難は徒歩が原則ですので、車の窓を閉め、キーをつけておきます（車でしか行動できない場合を除く）。
- ・持ち物は少なくし、できる限り両手が使えるように工夫します。

