

表7 尺度間の相関関係 保護者データ

	一次避難所不安	情報不満	物資不満	理解支援不満	自己受容・自己成長	他者交流	価値観変化	子ども発見	震災時ストレス	PTG
一次避難所不安	1.000									
情報不満	0.311	1.000								
物資不満	0.378	0.161	1.000							
理解支援不満	0.455	0.505	0.310	1.000						
自己受容・自己成長	0.099	0.286	-0.028	0.219	1.000					
他者交流	-0.024	0.092	-0.048	0.082	0.529	1.000				
価値観変化	0.109	0.171	-0.087	0.076	0.477	0.559	1.000			
子ども発見	0.179	0.393	0.118	0.275	0.547	0.479	0.481	1.000		
震災時ストレス	0.659	0.647	0.659	0.847	0.166	0.011	0.066	0.314	1.000	
PTG	0.032	0.320	-0.123	0.142	0.712	0.732	0.671	0.711	0.113	1.000

表8 Post Traumatic Growth の因子分析

(主因子法 プロマックス回転)

	因 子				共通性
	1	2	3	4	
③ 自分のことが前よりも好きになった。	0.795	-0.040	-0.097	0.163	0.629
④ 自分という人間は意外に強いと思うことが増えた	0.771	0.048	-0.190	0.199	0.629
② 自分の経験を何かに生かせるのではないかと思うことが増えた。	0.766	-0.161	0.036	0.055	0.536
① 自分について「弱いところ」もあるが「いいところ」もあると思うようになった。	0.696	-0.255	0.184	0.111	0.527
⑤3・11 の前よりも今のほうが自分は他者と積極的に関わっている。	0.644	0.205	-0.058	0.011	0.544
⑥他者と一緒に生きているということを前よりも強く感じるようになった。	0.475	0.349	0.268	-0.159	0.716
⑫地域の中で、人々がお互いに声を掛け合う状況が増えた。	-0.201	0.993	-0.050	0.035	0.808
⑬地域での交流が増えたと思う。	-0.075	0.869	-0.049	0.046	0.677
⑭知らない人同士で助け合うことに対して前よりも抵抗が少なくなった気がする。	0.110	0.808	-0.182	0.249	0.764
⑦他者との絆を強く感じるようになった。	0.279	0.556	0.264	-0.369	0.720
⑮これまでよりも、困っている人がいると自然に助け合うようになったと思う。	-0.142	0.514	0.288	0.167	0.532
⑩生きているということに、感謝の気持ちを持つようになった。	-0.130	-0.038	0.933	0.137	0.845
⑪生かされていることの大切さを強く感じるようになった。	-0.060	-0.040	0.852	0.211	0.815
⑨自分は、前とは異なる価値観をもつようになった気がする。	0.298	-0.057	0.661	-0.180	0.567
⑫人生において何が大事であるかを考えることが増えた。	-0.130	0.097	0.563	0.445	0.708
⑭自分の子どもを見ていて、これはすごいなと感動することが増えた気がする。	0.189	0.041	-0.057	0.769	0.693
⑬自分の子どもについて新しい発見があった。	0.256	0.047	0.122	0.691	0.787

⑮障がいやいろいろな問題を抱える子どもの子育て経験が自分を支えていると思った。	0.053	0.040	0.221	0.497	0.432
累積寄与率(%)	41.73	52.06	60.41	66.28	

表 9

Post traumatic growth(4つのPTG) 保護者データ

	平均	SD	α 係数 (項目数)
自己受容と自己成長への気づき	3.122	0.822	0.869 (6)
他者交流の重要性への気づき	3.333	0.880	0.879 (5)
人生への感謝や価値観の変化	3.735	0.954	0.866 (3)
子どもへの感動と発見	3.675	0.895	0.831 (3)
PTG	67.590	14.187	0.937

表 10

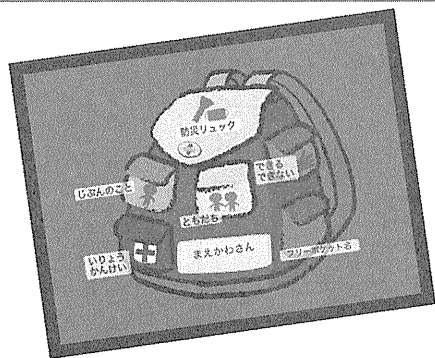
子どもの人数によるPTG

	子どもの数			F 値
	1人	2人	3人以上	
自己受容・自己成長	3.238 (0.670)	2.488 (0.979)	3.296 (0.588)	6.057 **
他者交流	3.409 (0.741)	2.743 (1.214)	3.667 (0.812)	4.113 *
価値観変化	3.965 (0.787)	3.071 (1.334)	3.778 (0.745)	5.140 **
子ども発見	3.837 (0.770)	3.202 (1.059)	3.926 (0.894)	3.298 *
PTG	70.489 (11.874)	56.286 (19.932)	73.333 (9.657)	6.667 **

注:()内の値は標準偏差

(資料1)

自分をまもるアプリ



厚生労働省科研費

前川あさ美 (東京女子大学)

小笠原たけし・坪沼まり・川口吾妻 (女子美術大学)

目的

- ◆ 発達障がい（あるいは自閉性スペクトラム障がい）をもった子どもと家族を対象とした防災用のアプリを開発しました。
- ◆ これは、「自分をまもるカード」（前川2011）をもとに、iPAD上のソフトに書き込みができるようにしたものです。
- ◆ 「自分をまもるカード」には
 - カード1 「防災リュックの準備」
 - カード2 「自分の防災リュックの準備」
 - カード3 「自己紹介（名前や連絡先）」
 - カード4 「自分のことをしてもらおう」
 - カード5 「自分のことを知っている人」
 - カード6 「医療関係の大切な情報」
 - カード7 「緊急時の‘今日の日’」
(スケジュール表)
 - カード8 「緊急時の‘していいこと’」
 - カード9 「緊急時の‘してはいけないこと’」のカードがありますが、このうち、カード1～6までがアプリには含まれています。
- ◆ 障がいをもっていようがいまいが、大人であろうが、子どもであろうが、私たちには、自分で自分をまもる力があります。このアプリが、
 - ⊖関心を持つ ⊖書き込む ⊕気づく ④行動する
 - ⑤共有する ⑥振り返るを通して、自分をまもる力を高める一助になればと思っています。

関心をもつ

防災と震災直後に必要なことについて、主体的に関心をもつ。

- ◆ この防災アプリでは、発達障がいの子どもたちを特に対象として、防災に関心をもってもらったり、防災や震災時に必要な知識を身につけたりできるような工夫がなされています。
- ◆ 防災や震災時に必要な情報の種類や物資の特性が、タッチをすることで具体的にでてきます。種類や特性はひとりひとり異なるため、それぞれがカードのタイトルを見ながら子ども（自分）はどうかということを考える機会になったり、家族や教員らと一緒に、何が防災に必要なかを考えたりすることができます。

書き込む

子どもだけでも、自分で書き込むことができますが、家族や教員たちと一緒に書き込むことで、防災について話題にだし、話し合う機会をもうけることができます。

- ◆ すでに用意されているアイコンを開いていくことで、防災や震災時に必要な事項を書き込むことができます。
- ◆ 紙バージョンの「自分をまもるカード」では、一度書いたものを修正する場合、消したり、紙をコピーして準備したりなどと手間がかかりますが、このソフトを用いると、書き込みが簡単で、かつ、過去に書いたものをそのまま残すこともできます。

気づく

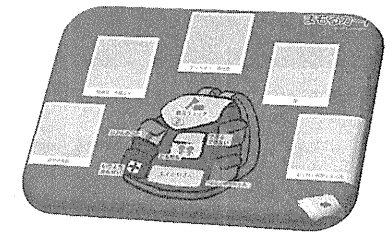
書き込みながら、防災に必要なことはもとより、自分の事に気づいたり、確認したりすることが出来ます。

- ◆ 「じぶんのこと」や「できる・できない」のポケットをタッチすると、自分について書き込むカードがでてきます。
- ◆ 「できる・できない」のポケットの中にはいつている「特にわかっておいてほしいこと」のカードには、具体的な項目がすでに書かれていて、知らない人が多い避難所などで、少しでも子ども（自分）の特徴を理解してもらう上で大切なことがチェックできるようになっています。
- ◆ どうしても「苦手なところ」に目がむきがちですが、「得意なこと」も書き込めるようになっています。震災時において、こうした「得意なこと」が本人はもとより、家族、一緒に避難した人たちを助けることがあります。

行動する

書き込みながら、防災に必要なことはもとより、自分の事に気づいたり、確認したりすることが出来ます。

- ◆ 自宅にある自分自身のリュックに、アプリをみながら、入っているといいものを自分で、あるいは家族と一緒に準備し、実際に入れていくことができます。
- ◆ 防災リュックに必要なものがカテゴリーでカードごとに整理されているので、ひとりひとりにあわせた防災リュックを準備することができます。



共有する

書き込みながら、防災に必要なことはもとより、
自分の事に気づいたり、確認したりすることが出来ます。

- ◆ 人は「知らないもの」に不安を感じやすく、不安になると、その対象をできたら回避したいという心の動きを持っています。そのため、少しでも「知らない」という感覚を減らすため、多様な個性をみせる発達障がいの子どもについての個別の情報が書き込めるようになっていきます。これらが「知らない」を減らし、その結果「不安」も減らして、「拒否」や「回避」という行動をも減らしていけるようになればと考えます。
- ◆ ただ、防災や震災時に活用できる個人情報が悪用されないように、十分注意する必要があります。（現在はパスワード設定はもうけていません）

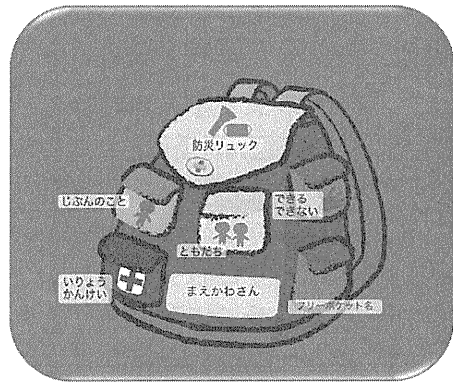
振り返る

書き込みながら、防災に必要なことはもとより、
自分の事に気づいたり、確認したりすることが出来ます。

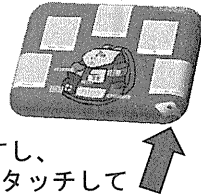
- ◆ 紙バージョンの「自分をまもるカード」では、一度書いたものを修正する場合、消したり、紙をコピーして準備したりなどと手間がかかりますが、このソフトを用いると、書き込みが簡単で、かつ、過去に書いたものをそのまま残すことができます。
- ◆ このソフトでは、書き込みの日時が自動的に記入されます。また、履歴にも日時が記入されているため、自分という連続した命を時間的に振り返ることができます。
- ◆ 成長期にある子どもたちは、変化をし、その変化の履歴に「その子らしさ」が見えてきます。このソフトの履歴から、子ども（自分）について、「今」だけでなく、「これまで」を含めて自分を客観的にながめたり、理解を深めたりすることができます。

操作の基本①

- ◆ ポケットの部分をタッチすると、いくつかのカードがでてきます。カードの枚数は自分で増やすこともできます。

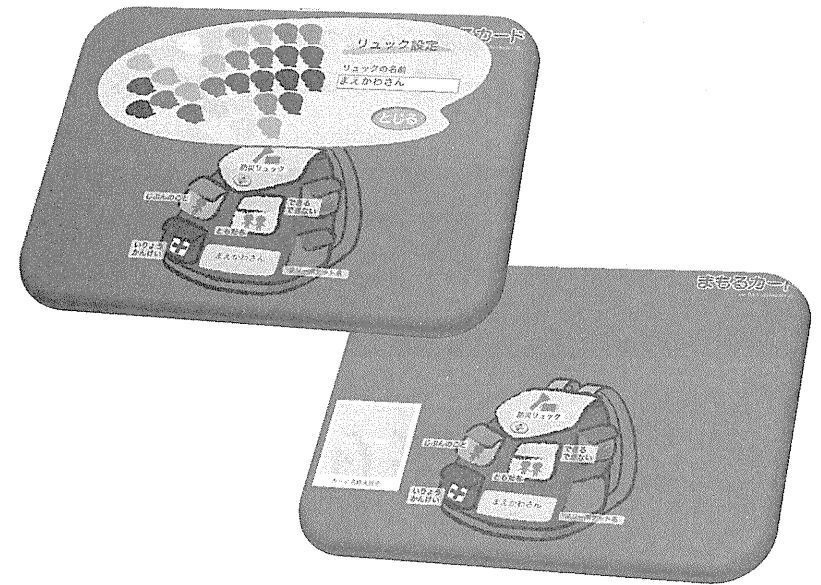


- ◆ 各カードをタッチすると、具体的に記入できるようになっています。左上の小さな四角は、アイコン用で、自分で好きな写真やイラストをいれることができます。右の大きな四角の中に記入するには「きにゆう・へんこう」をタッチします。小見出しの□のあとに記入し、記入が終わったら、「ほぞん」の「する ○」を二回タッチすると保存されます。
- ◆ カードが出てきた画面でスクロールしても、そのポケットの中に入っているすべてのカードをみることができます。最後のカードの「新規」をタッチすると自分用の新しいカードを増やすこともできますし、5枚のカードが出ている状態で、右下のカードの山をタッチしてカードを増やすこともできます。
- ◆ 「もどる」をタッチして、それぞれのポケットや「防災リュック」の部分をタッチするとすべてのカードがしまわれます。



操作の基本②

- ◆ 防災リュックの色や背景の色は自分の好きな色に変えられます。色を変えたい場合、その部分を長押しすれば、パレットが出てきて、色を選べるのです。
- ◆ リュックには5つのポケットがついていますが、5つめのポケットは、自分の好きな名前をつけられます。たとえば、重要な情報や家族との約束事、忘れないでおきたいことなどをファイルしておくこともできます。
- ◆ カードへの記入はローマ字入力でも、ひらがな入力も可能です。修正する場合には、長押しをするとカーソルがでてきます。



防災リュック

をタッチすると…

- ◆ 「防災リュック」をタッチすると、中に入れるといいものが以下のように5つのカードでできます。また、自分でカードを増やすこともできます。ただ、たくさん入れすぎると重くて運びにくくなるので注意しましょう。頭の中で「3日間」と考えて、入れていきましょう。

□自分の命を守るためのもの

例：マスク、ウェットティッシュ、体を温めるホットカイロ、自分の好きなペットボトル1本、好きなお菓子ちょっと、普段使ってる薬など

□気持ちが安心できるためのもの

例：使ったことのあるイヤーマフやイヤホン、普段使っているのと同じ手ざわりのタオル、好きなおもちゃの写真や図鑑など

□一人で時間を過ごすためのもの

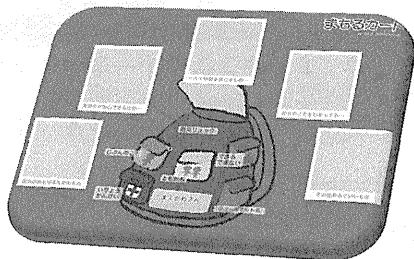
例：よくやるパズル、トランプやウノ、その他電源なくても楽しめるもの、読み終わった本や辞書、紙と色鉛筆、カメラなど

□自分のことをわかってもらうもの

例：サポートカード（自分を守るカードなど）、人とコミュニケーションするための絵や写真のカード、メッセージカード（例えば、「いまは一人でいたいです」と書いた紙）など

□その他あるといいもの

例：懐中電灯、ラジオ、電池の予備、ろうそくとライター、帽子、下着など

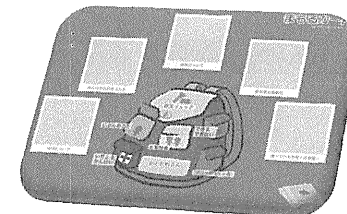


- ◆ 「もどる」をタッチして「防災リュック」をタッチするとすべてのカードがしまわれます。

じぶんのこと

をタッチすると…

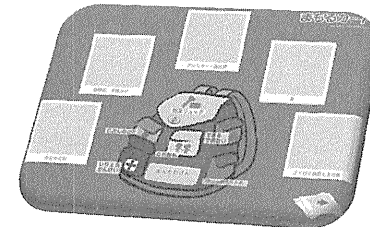
- ◆ 「自分のこと」をタッチすると、「自分について」「みんなからの呼ばれ方」「家族について」「緊急時の連絡先」「通っている園・学校など」のカードがでできます。



いりようかんけい（医療関係）

をタッチすると…

- ◆ 「いりようかんけい」をタッチすると、「自分の名前」「保険証番号・手帳」「アレルギー・その他既往歴」「薬」「よく行く病院と主治医」のカードがでできます。



ともだち

をタッチすると…

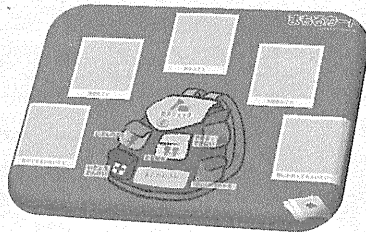
- ◆ 「自分のこと」をタッチすると、「自分について」「みんなからの呼ばれ方」「家族について」「緊急時の連絡先」「通っている園・学校など」のカードがでてきます。



できる・できない

をタッチすると…

- ◆ 「できる・できない」をタッチすると、「助けてもらいたいこと」「得意なこと」「苦手なこと」「大好きなこと」「特にわかっておいてほしいこと」のカードがでてきます。「特にわかっておいてほしいこと」のあとには、いかのような項目がチェックできるようになっています。



厚生労働科学研究

障害者の防災対策とまちづくりに関する研究

何が起るか？
こんなふうになるの
か？
どうしたらいいのか？

災害と発達障がい

地震をはじめとする大規模災害
の後に、そしてその前にできるこ
と

前川あさ美(東京女子大学)
2014年2月11日版



目次

はじめに ～発達障がいとは？～
～多様性のDからの出発～

災害時には「こんなこと」が起こる！

こんなとき、どうすればいいか？！ ①

こんなとき、どうすればいいか？！ ②

こんなとき、どうすればいいか？！ ③

こんなとき、どうすればいいか？！ ④

こんなとき、どうすればいいか？！ ⑤

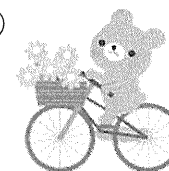
災害時には「こんな様子」がみられる！

「こんな様子」は生きる力の一部！

災害時にそなえて、「ふだん」から！ ①

災害時にそなえて、「ふだん」から！ ②

メモ

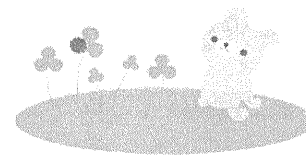


はじめに ～ 発達障がいとは？～

- ▶ 生まれた時から、対人関係やコミュニケーションなどに苦手さ、不自由さ、不器用さを持っている人たちである。
- ▶ ささまざまなタイプがある。他人と一緒にいることをとても嫌がる人もいれば、他人にしつこく付きまとう人もいる。言葉を話せない人もいれば、とても難しい言葉話す人もいる。得意な分野については詳しく知っていても、関心のないことは全く覚えられなかったり、暑さや寒さの感覚が人と違っていたり、感情を表現したり受け止めたりするのが困難だったりする。多くの人と同じように文字が見えていなかったりすることもある。
- ▶ そのため、成績が悪かったり、忘れ物が多かったり、約束を破ったり、他者が困るようなことをしてしまうことがあるが、これは親の育て方が悪いわけでも、親が何もしつけていないわけでもない。また、本人が努力をしていないわけでも、自覚がないからでもない。
- ▶ 知的に遅れている人と、そうではない人がいる。後者の場合には特に本人が抱えている大変さを周りが理解することが難しい。そのまま放置されると、本人は自分に自信がなくなり、周りの好意的ではない反応から他者への信頼感を失い、周りに適応することがさらに困難になる「悪循環(負のスパイラル)」に入ってしまう。
- ▶ 彼らの中には診断を受けている人もいれば受けていない人もいる。専門家に相談しても「疑われるけど・・・」と はっきりと判断してもらえていない人もいる。

はじめに ～ 多様性のDからの出発～

- ▶ こうした彼らを理解し支援するには、発達障がいの「障害(Disorder)」のDは「多様性(Diversity)」のDでもある、と私たちが気づくことが必要である。
- ▶ この冊子は、発達障がいならびに、その疑いがあるとされる子どもや、そうした子どもを抱える家族が知っておくと良いと思うことをまとめている。
- ▶ また、そばにいる人が、発達障がいなのかな？と思ったり、自分にもそんなところがあるなと思ったりしたときに、意識しておくとも良いことも含まれている。

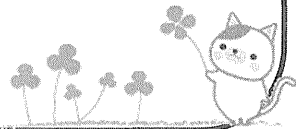


この冊子の誕生に際し、岩手県宮古市の岡崎さんをはじめ岩手県や宮城県の発達障がい児・者を支援する人たち、東京にいる発達障がいの子どもの育ちに日々奮闘中の私の友人たちの多くの声の後押ししてくれた。印刷は、北村弥生氏が率いる研究班が協力してくれた。仲間がいること、ひとりではないこと、これらに支えられ続けた前川が編集責任を負っている。問い合わせなどは前川(東京女子大学)までお願いしたい。

災害時には「こんなこと」が起こる！



- ◆ 知らない人と一緒に急いで逃げることになる。
- ◆ 「避難所」という場所などで、たくさんの知らない人がいるところで過ごすことになる。
- ◆ 電気や水が何日も使えなくなる。
- ◆ いつも食べていたものを食べること、いつも観ていたテレビ番組を観ること、いつも遊んでいたゲームをすることができなくなる。
- ◆ 深刻なニュースやショッキングな場面を流すテレビがずっとつけっぱなしになる。
- ◆ ものをもらうときやトイレにいくときなど、長い列に長い時間、並ぶことになる。
- ◆ 高齢者や赤ちゃん、具合が悪い人がいるので、静かにしなければならない。
- ◆ 一度にたくさんの話し声が聞こえたり、マイクを使った大きな声が聞こえるなかで過ごすこともある。
- ◆ 配られたものを食べずに残したり、話しかけられて答えられなかったりすると、怒られてしまうことがある。
- ◆ 明かりがついたままで寝ることになる。
- ◆ トイレが和式しかないこともある。
- ◆ 知らない間に怪我をしたり、怪我をしても気がつかないまままでいたりして、怪我の治りが遅くなったり、発熱などして具合が悪くなったりすることがある。
- ◆ 急に予定が変わることがある。



こんなとき、どうすればいいか？！①



- ◆ 知らない人と一緒に急いで逃げることになる。
→ 急に手を握られること、体を触られることはとても苦手です。できれば、そばにいて、顔をみながら、「一緒に逃げます」「安全なところに行くから、ついてきてください」などと言葉で繰り返します。緊急以外は、体にはできるだけ触れずに「とるべき行動（「とってはいけない行動」よりも）」を端的に、具体的に伝え、まねをさせるようにします。
- ◆ 「避難所」という場所などで、たくさんの知らない人がいるところで過ごすことになる。
→ ざわざわした音や、いろいろな人の匂い、体温などが不快感や不安感を与えることがあります。できるだけコーナーの場所を居場所として選び、パーティションで仕切ったり、イヤーマフで音を調整したり、マスクで匂いを和らげたりします。また、好きなこと、熱中できるものを与えたり、気分転換にボランティアに外へ連れ出してもらったりしましょう。いつもと違う場所なので、トイレや水飲み場など必要な場所を絵カードなどでわかりやすく表示しておくとう安心します。
- ◆ 電気や水が何日も使えなくなる。
→ 当たり前のことが当たり前でなくなることに、人一倍動揺してしまいます。聞き分けがないと決めつけず、「停電で電気がつきません」「地震で水が出ません」と伝え、使える時期が予測できれば、「いついつ電気がつきます」「〇日になれば水が出ます」と知らせます。高学年の子どもには、電気や水がない代わりに、何かができるかを説明します。たとえば、ろうそくの火やウェットティッシュの使用について伝えます。



こんなとき、どうすればいいか?! ②

- ◆ いつも食べていたものを食べる、いつも観ていたテレビ番組を観ること、いつも遊んでいたゲームをすることができなくなる。
→ 「いつもと違う」ということがとても苦手な不安になる彼らであることを理解しておきましょう。そのうえで、繰り返し、冷静に(これが大事)、「今はいつもどおりができないこと」を説明し、可能な限り、「その代りにできること」を具体的に伝えます。ただ、「できない」だけでは不安が高まるだけです。また、「できないこと」と「できること」を、紙に書いて見えるところに貼るようにしましょう。
- ◆ 深刻なニュースやショッキングな場面を流すテレビが一日中つけっぱなしになる。
→ 複数のテレビがあれば、一台は子どもが観れる番組にしてもらしましょう。また、映像はなしで、音だけを流してもらうように配慮します。子どもが不安になるような内容は「聞いていないだろう」「分からないだろう」ではなく、「気になることがあるば、お父さん(お母さん)に聞いていいよ」と伝えましょう。
- ◆ ものをもらうときやトイレに行くときなど、長い列で長い時間、並ぶことになる。
→ 何もすることがなく、ただ並んで待つというのは苦手です。彼らの性格がダメなのではなく、彼らの脳が対応できないのです。待っている間に、何かすること(一人でできるゲームや、本、手遊びなど)を考えておいたり、あるいは、誰かに代わりに並んでもらったりします。一人で留守番をさせなければならない時もあるので、できれば、普段から子どもの特徴を簡潔に説明する方法を考えておきましょう。

こんなとき、どうすればいいか?! ③

- ◆ 高齢者や赤ちゃん、具合が悪い人がいるので、静かにしなければならない。
→ 「ここでは静かにします」と伝え、紙に書いて見えるところにも貼っておくようにします。避難場所が広いところだと、子どもは「大声をだしていい」「大暴れをしても許される」と勘違いする場合があります。「今は、いつもと違います」と伝え、「声の大きさものさし」等を活用して適切な声の大きさを示したり、話していい時間といけない時間を明示したりしましょう。いつも以上におしゃべりになるのは不安であるからかもしれません。怒ったり、無理に黙らせたりするよりも、どうしたら少しでも安心できるか考えて行動しましょう。情報をわかりやすく伝え共有したり、お気に入りのものをそばにおいたり、緊張をほぐすために、人がたくさんいるところから一時的に離れる時間をつくってみるのもいいと思います。
- ◆ 一度にたくさんのお話声が聞こえたり、マイクを使った大きな声が聞こえる中で過ごすこともある。
→ 音に敏感な子どもが多いです。そのため、様々な大小の音や声がある場に長時間いることは他の人以上にストレスとなります。大きな音や響く声を嫌がるだけでなく、ささやき声や低い声が不快でしかたない人もいます。「我慢」などという意思の問題だけではすまないこともあるため、イヤーマフを使ったり、毛布やフード付きの服などで頭をくるんでみたりすることをすすめてみましょう。ヘッドホンで好きな音楽を聞かせることもひとつの方法です。また、時々人がいない場所に連れ出し、気分転換をさせるようにします。

こんなとき、どうすればいいか?! ④

- ◆ 配られたものを食べずに残したり、話しかけられて答えられなかったりすると、怒られてしまうことがある。

→ 偏食の子が多いと言われていますが、これは「わがまま」ではなく、味覚や触覚の過敏さからくる不快感への警戒心や、逆に快感情を引き起こしたものへのこだわりが食行動に表れているためなのです。ただ、災害の直後には不思議と偏食が消えることがあります。しかし、あくまでも一時的であって、時間とともに偏食が戻ってきます。普段食べているもの、お気に入りのもの(たとえばふりかけなど)をあらかじめ防災グッズのなかに準備しておきましょう。こだわりが戻ってきたのは、安心が戻ってきた証拠であり、周囲の人には、こだわりは、この子にとって自分を守り、自分を元気にするための大事なあり方の一つであると説明します。

- ◆ 明かりがついたままで寝ることになる。

→ いつもは、「電気を消して寝なさい」と言われていても、避難所の中では電気をつけっぱなしにする場合があります。真っ暗でないと寝られない場合には、アイマスクをつけたり、パーテーションなどで少しでも明かりをさえぎったりしましょう。逆に真っ暗で眠れない場合には、懐中電灯の先に布などをまいて光を絞ったり、下向きにして床においたりして使います。体を毛布などでつつんであげると、安心でき、不安や興奮した気持ちを静めることができる場合があります。

服を着たままだ寝ないといけないこともあります。「今は、服を着たままでいいのです」ときちんと言葉にして伝え、「すぐに動けるように」とか「パジャマがないため」などと説明しておきます。事態が落ち着いても着替えしたがらない人がいますが、説明をしておけば、徐々にもとの生活習慣に戻れます。

こんなとき、どうすればいいか?! ⑤

- ◆ トイレが和式しかないこともある。 →
はじめての場合にはとても不安になり、トイレを我慢してしまう子がいます。できるだけ普段から練習しておくといいでしょう。また、和式のトイレの上にかぶせて洋式風のできる台座のようなものを活用しましょう(事前に避難所に準備しておく方がよい)。これも、はじめて使うよりも、普段から練習しておきます。匂いがダメな子もいますが、その場合にはマスクをするように話します。水が流れないこともあり、バケツの水で流すという方法があることやおしりふきや手洗いをウェットティッシュですませることも練習しておくといいでしょう。トイレに行くことを我慢すると体に悪いことを伝え、ひとりで行けるようになっている場合にも、必要なら付き添うようにします。

- ◆ 知らない間に怪我をしたり、怪我をしても気がつかないままですいたりして、怪我の治りが遅くなったり、発熱などして具合が悪くなったりすることがある。

→ 自分の体の感覚がとても敏感な子がいる一方、逆に鈍感である子もいます。そのため、怪我に気付かず、そのまま放置されて重傷化することがあるので注意しましょう。避難したら、親が体をチェックするようにします。血が出ていないか、腫れているところがないか、熱はないか、顔色はどうかをみて、問題がある場合には、すみやかに治療を受けるようにながめます。

- ◆ 急に予定が変わることがある。
→ 「突然の変更」はとても苦手です。できるだけ早い段階で、変更の内容を伝え、できたら紙に書いて、見えるところに貼ります。一日のスケジュールも書いておくと安心になります。

災害時には「こんな様子」がみられる！

- ◆いつもよりも落ち着いてみえたり、食べられない物が食べられたりすることもある。こうした「良い子」の状態は一時的で、ライフラインの復旧とともに元の状態に戻ることが多い。
- ◆今までみられなかった自傷行為や問題行動が新たに現れることがある。
- ◆とくに卒業したはずの、おもらしや指しゃぶり、赤ちゃん言葉が始まることがある。
- ◆いつもよりも興奮してお調子者になることがある。
- ◆夜、なかなか眠れなくなったり、夢にうなされたりすることがある。
- ◆何度も嫌なことを思い出したり、逆に、大変だったことをすっかり忘れてしまったりすることがある。
- ◆こだわりが前よりもひどくなり、何度も手を洗いたがったり、何度も確認したがつたり、同じ質問や同じやりとりを繰り返したりすることがある。
- ◆大人たちの間の深刻な会話や、深刻な表情に、落ち着かなくなったり、イライラしたりすることがある。

「こんな様子」は生きる力の一部！

- ◆こうした様子は、子どもなりの「不安」の表現方法だと思ってください。
- ◆人間が「不安」になることはおかしなことではありません。「不安」を感じ、それを外に向かって表現できるのは、自分を守り、生き延びようとするうえで、とても大切なことです。「不安」の表現は、生き延びるために必要な心の力によるものなのです。
- ◆この力を、否定したり、非難したりするのはおかしいことです。私たちは、その力と手を組んで、非常事態においても、ともに生き延びることができます。
- ◆傷ついた心は、時に、心的外傷後ストレス障害(PTSD)や、解離性障害、うつ病といった精神障害に発展することもあります。そのような場合には、専門家の協力も得て、心の力を取り戻していきましょう。
- ◆生き延びるために必要な心の力がうまく発揮できるように、「安全」「安心」「安定」の回復が求められます。危険から距離をとり、気持ちを受け止めてもらえる人とつながり、予測可能でわかりやすい生活環境を取り戻すといったことが、心の力を目覚めさせ、
試験を
長を
もたらしてくれます。

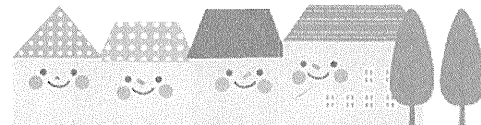
災害時にそなえて、「ふだん」から！①

- ◆ 家族で、大災害とはどんなものかを話しあっておこう。
- ◆ 大きな災害があったときに、どこに避難するかを決めて、歩いてそこに行く練習をしよう。家の近くの避難所だけでなく、福祉避難所といわれる場所についても調べておこう。
- ◆ 一度避難したら、うろうろ動かない方がいい。家族とばらばらの時に、自分がどこにいるかを連絡する方法を話しあっておこう。災害時には携帯はつながらないことが多いので、NTTの171の使い方を練習しておこう。また、大切な電話番号は「自分を守るカード」など紙に書いておき、誰かに連絡を頼めるようにする。
- ◆ マスク、アイマスク、イヤーマフをする練習をしておこう。
- ◆ 夜、ろうそくの火で過ごす経験をしてみよう。
- ◆ 和式のトイレを使う経験をしておこう。
- ◆ ウェットティッシュを使う練習をしておこう。
- ◆ ときどき、寝袋やテントで寝る経験をしてみよう。



災害時にそなえて、「ふだん」から！②

- ◆ 電池を使わない遊び(トランプやウノ、ハンカチ遊びや手遊び歌など)をいくつか覚えておこう。
- ◆ できれば、子どもの特性や特徴(苦手なことと得意なこと、できること、できないことなど)を近所の人やクラスメイト、学校・幼稚園などの先生に伝えておこう。
- ◆ 「自分を守るカード」(前川 2011 <http://homepage3.nifty.com/mayekawa/asami/>)など、サポートカードを親や先生たちと一緒に書いておこう。
- ◆ 防災リュックの中身を点検し、背負う練習をしておこう。





メモ

◆ 近くの避難所・避難場所

◆ 福祉避難所

◆ 大切な電話番号

◆



印刷：厚生労働科学研究

障害者の防災対策とまちづくりに関する研究



厚生労働科学研究費補助金（障害者対策総合研究事業）
「障害者の防災対策とまちづくりに関する研究」
分担研究報告書

知的・発達障害者に対する災害時の情報支援に関する研究

研究分担者 深津玲子 国立障害者リハビリテーションセンター
研究協力者 東江浩美 国立障害者リハビリテーションセンター
鈴木繭子 国立障害者リハビリテーションセンター

研究要旨

災害準備期、急性期、復旧・復興期における情報提供のあり方を明らかにすることを目的に、全国の都道府県ならびに政令指定都市に設置されている発達障害者支援センターへの調査ならびに埼玉県内の市区町村への調査という 2 つの調査を実施した。主な内容は平成 25 年度に実施した防災・減災への取り組みについて、「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」（発達障害情報・支援センター、平成 25 年 3 月）の認知度、活用方法等について、地域の「防災マニュアル」、「要援護者支援マニュアル」、「避難所運営マニュアル」での発達障害に関する記載の有無や内容についてとした。

発達障害者支援センターへの調査には 48 件（56%）の回答があり、平成 25 年度には 9 か所（19%）のセンターが防災に関する何らかの活動を実施していた。「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」の認知度は高かったが活用度は低かった。都道府県や政令指定都市の「防災マニュアル」や「要援護者支援マニュアル」のうち、発達障害に関する記述があると答えたのは 3 割程度であった。

一方、埼玉県内の市区町村に対する調査には 35 件（49%）の回答があり、平成 25 年度には 23 か所（66%）が防災に関する取り組みを実施していた。「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」を以前に読んでいたのは 4 割だった。「防災マニュアル」や「要援護者支援マニュアル」における発達障害に関する記述はきわめて乏しかった。

「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」は、発達障害者支援センターには周知されていたが、市区町村までは浸透していなかった。また「防災マニュアル」等に関しては、都道府県や政令指定都市では発達障害に関する記述が不十分ではあるが盛り込まれているが、市区町村での記載はきわめて乏しかった。今後、市区町村の「防災マニュアル」や「避難所マニュアル」等にも発達障害児者の視点が盛り込まれ、発達障害児者のニーズに合致した避難所の環境設定や防災訓練の方法となることが望まれる。発達障害情報・支援センターや、市区町村を支援する立場の発達障害者支援センターが、市区町村に対して、災害時の発達障害児者支援に関する情報提供や支援をどのように行うかについて、「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」のさらなる利用も視野に入れ、検討が必要である。

A. 研究目的

本研究は、発達障害児者に対する防災・減災への取り組みについて把握し、その際に必要な情報支援のあり方について考察するものである。

初年度には全国の発達障害者支援センター（以下、支援センター）を対象に、災害復興期における情報支援のニーズ調査を行った。結果、平成 23 年度には全国の 74% の支援センターが災害支援もしくは防災に関する活動を実施しており、相談件数は東北や関東を中心に増加していた。平成 24 年度には 44% の支援センターが防災に関する何らかの活動を実施し、あわせて支援センター管内の発達障害児者を含む要援護者支援対策に対して、一部ではあるが参画し始めていることがわかった。

研究 2 年目である今年度は、初年度の結果を受け 2 つの調査を実施した。目的は以下の通りである。

- ・「発達障害者支援センターに対する災害復興期における情報支援のニーズ調査—その 2—」（以下、支援センター調査）：全国の支援センターにおける平成 25 年度の防災に向けた取り組みに加え、資料の活用度、ならびに自治体のマニュアルへの発達障害の記載状況を把握する。
- ・「市区町村における発達障害児・者に対する防災への取り組みに関するアンケート調査」（以下、市区町村調査）：地域の最前線で防災対策に取り組んでいる市区町村における、発達障害に関する防災への取り組み等を、埼玉県を一例として把握する。

B. 研究方法

B-1. 支援センター調査

支援センターは全国の都道府県ならびに政令指定都市に 86 か所（平成 25 年 11 月現在）設置されている。支援センターと発達障害情報・支援センターでは、情報を共有し意見交換するためのツールとして、ウェブサイト上に「発達障害者支援センター専用サイト（以下、専用サイト）」を設け活用している。今回、この専用サイトに登録のあった 84 か所（全都道府県）を対象にアンケート調査を行った。回答時期は平成 25 年 11 月 28 日～26 年 1 月 10 日。内容は①平成 25 年度の防災に関する取り組み、②「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」（平成 25 年 3 月、発達障害情報・支援センター）など災害時支援に関する資料への意見、③地域の防災マニュアル等の現状について。多岐選択式および自由回答方式で回答を得るもので、質問 1～14 で構成されている（資料 1 参照）。専用サイトに掲載し、各支援センターは専用サイト上で回答を記入した。

B-2. 市区町村調査

発達障害情報・支援センターが位置する埼玉県をモデルに、全市区町村 72 か所（12 月 10 日現在）へ調査を実施した。回答時期は平成 25 年 12 月 18 日～26 年 1 月 10 日。内容は①平成 25 年度に実施した、発達障害に関する防災への取り組み、②「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」の認知度、③自治体の防災マニュアル等の現状について。多岐選択式および自由回答方式で回答を得るもので、質問 1～9 で構成されている（資料 2 参照）。調査用紙は各市区町村の発達障害担当課に郵送し、回答を記入ののち、無記名で返送してもらった。「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」の冊子も同封した。

（倫理面への配慮）国立障害者リハビリテーションセンターの倫理審査委員会において、対象が個人ではなく機関であるため倫理審査の必要なしという結論が出ており、倫理上の問題は無いと考える。

C. 研究結果と考察

C-1. 支援センター調査の結果および考察

アンケート回収数は 48 件であった（回収率 56%）。発達障害者支援センター全国連絡協議会のブロック分けに従い内訳を表 1 に記した。

表 1 回答のあった発達障害者支援センター
—ブロック別内訳—

ブロック	回答数
北海道・東北	9
関東	7
中部・北陸	13
関西	8
中国・四国	5
九州・沖縄	6
計	48

1)平成 25 年度の災害支援や防災に関する活動

平成 25 年度に支援センターとして取り組んだ災害支援および防災に関する活動は何かという問いには、「特に実施していない」との回答が 39 か所（81%）と最も多く、9 か所（19%）が防災に関する何らかの活動をしていた。活動内容は「センターの災害時活動計画を作成した」が 4 件、「センター管内の災害時要援護者支援施策について情報収集した」が 3 件、「発達障害児・者に対して、個人避難計画の作成に協力した、もしくは災害時の対応や防災に関する情報を提供した」、「センター管内の災害時要援護者支援施策へ参画や協力した」がそれぞれ 1 件だった（複数回答可）。そのほか、「県の支援者マニュアルに発達障害の項を設けた」、「発達障害啓発週間パネル展にて『災害時の発達障害児者支援のエッセンス』等の防災関係の冊子を展示した」、「保護者会で防災についての研修を実施した」という記述があった。

昨年の調査では、平成 23 年度には 74%（78 か所中）、平成 24 年度には 44%（80 か所中）の支援センターが災害支援や防災に関する何らかの活動を実施していたが、平成 25 年度は 19%（48 か所中）と減少したこととなる。ブロック別には、北海道・東北 1 件、関東 2 件、中部・北陸 2 件、関西 2、九州・沖縄 2 と地域による差はなかった。

2) 「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」の認知度および活用方法

発達障害情報・支援センターでは平成 24 年度に「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」を作成した。これは、岩手県、宮城県、福島県での災害時の発達障害児・者や家族の状況やニーズに関する調査をもとに、災害時の支援における重要な要素（エッセンス）をまとめた冊子である。全国の支援センターには平成 25 年 3 月に配布し、発達障害情報・支援センターウェブサイトにも掲載しているものである。

今回、この資料に関して認知度や活用方法について尋ねたところ、「冊子版を読んだ」