

持っていると言えますね。ええっと、ここまでが私の簡単な紹介になります。ちょっと短いシミュレーションをしたいと思いますね。

(会場のすべての電気が消灯し、10秒後に点灯)

福田：電気つけてください。すべての電気を、お願いします。

福田：どんなふうに感じましたか？暗かったですか？それとも、私と同じように何にも気づきませんでしたか？このような状態は2年前に日本で地震が起きた時に起こったことの一つです。手話を見る人にとっては、手話が見えなかったと思います。地震が起こった場合はとても大きな音がしていて、十分に聞き取れない状況にもあります。私みたいに触手話を使う人にとっては、揺れているわけで、全く情報を得ることができませんでした。

2011年3月に何が起こったがお話ししたいと思います。それは、午後2時46分のことでした。日本の東北地方を巨大な自身が襲いました。それに伴い、大津波が襲い2万人以上の人が亡くなりました。まだ行方不明の人も多くいます。海岸沿いの街や都市は崩壊し、その中には首都東京から230キロしか離れていないところにある、原子力発電所も含まれています。発電所の名前はフクシマというのですが、フクシマサトシではないですね、ところがこれによって、「すべては管理下にある」と発表されてはいるもの、私達は放射能の恐怖と隣り合わせにいます。です。

フクシマサトシはわれわれにポジティブな影響を与えてくれていますが、ところが、このフクシマ原子力発電所の方はネガティブな影響を与えております。さておき、日本の代表団、日本の仲間を代表して、この世界会議を延期せざるを得なかったにもかかわらず、みなさまの働きと支援に対して感謝の意を表したいと思います。2年前に計画されたことだったので。

(マイク問題発生。解決。)

地震が起きた時、私は東京にいて、自宅近くのエレベーターの中にいました。地震が起きたとき、私はめまいなのか、エレベーターが壊れてるのかな、と思いました。揺れているだけでした。幸いなことに、私はエレベーターから出ることができて、地面が上に下に、右に左にあらゆる方向に向かってはずんでいるのを感じました。とても怖かったです。

電車バスなどの交通機関、電話、そして電気もとまりました。偶然いあわせた同僚と、ヘルパーが私をおんぶする形でマンションの5階にある私の部屋へ運んでくれました。私の車いすは重すぎて1階に置きざりにせざるを得ませんでした。エレベーターがこわれて、というか、停電のために動かなかったからです。東北地方のもっとも被害を受けた地域では、家々は完全に流されてしまい、めちゃくちゃに壊れてしまって、限られた物品だけを

持って避難所に避難しなければなりませんでした。プライバシーなどはありません。

アン：ただいま、ループのマイクを調整中です。もう少し、口に近いところになければならないからです。

福田：ループシステムに関しては申し訳ないです。今、挟む場所を調整しました。それでは、続けさせていただきたいと思います。そういうわけで、家々は完全に流されてしまって、めちゃくちゃに壊れてしまいました。避難所に限られた物資とプライバシーもなく、長い間いなければならなかったわけですが、避難所といっても一般的な小中学校や、高校の体育館みたいところでして、床はとても固いのです。長い期間寝るような場所ではありません。障害者の中には、固い床に長いこと寝っぱなしになって褥瘡になってしまう人もいました。また、トイレの問題もありました。

盲ろう者に関して言えば、私たちにとって情報というのはとても大きなバリアになりました。あの時期はとても寒くて、震えるぐらい寒くて、雪も降っていました。全国盲ろう者協会では、盲ろう者の死亡者に関する適切な統計を持ち合わせていませんが、障害者全般でいうと、障害の無い人に比べて、障害のある人の死亡者数は2倍以上にのぼると推定されています。でも、それは障害のある人に関する統計であって、障害のある人を介護する家族、障害者施設の職員にソーシャルワーカー、それらの障害者のまわりにいる人がカウントされていないわけです。彼ら（支援者）も大変な被害を受けました。

さて、次の話題に移らせて頂きたいと思います。このような災害に対して私たちは、どのようにレジリエンシー（立ち直る力）をつければよいのでしょうか。まず、第一に優先するのはあなたのいのちです。いのちといっても、ただの生活といういのちではありません。私たちは精一杯生きなければいけないのです。あなたはあなたの人生を精一杯生きていますか？私ですか？はい、私は精一杯生きています。私にとって、生きるとは、毎日何かしらやる事があって、誰かとふれあって、誰かに必要とされて、誰かを心配して、また心配されて、この宇宙に自分の存在を感じる事、そして、ほんのちょっとで構わないから、嬉しいと思える時間、またすばらしい日がやってくることを夢見ることができる、そういう時間を過ごすこと、だと思います。

もし、あなたの毎日が悲惨で、悲しみや悲嘆に満ちていて、夢も希望もなかったとしたら・・・私はどんな状況でも生き延びる価値はないと思ってしまうかもしれません。夢っていいんですけども、夜寝てる時に見る夢はただの夢ですね。起きているときに描く夢は希望となります。だから、私は、楽しい人生を送ること、それが一番の防災の要素であると強調したいと思います。自分の人生を楽しいものにする事をあきらめたりしないでください。

いつなごとき、災害や予想外のことは起こるのです。私は、10年前はまさか視力も聴力

も全くなくなるなんて想像もしていませんでした。でも、おこった。まあ、でも私の毎日  
は楽しくて、ほら、joyful, joyful, all my glory joyful っていいですよ。そうですね、楽しい  
ってことが重要なんだと私は思います。それで、私にとって、毎日毎日が想定外です。私  
の病気は進行性ですし、次に何が起こるかわからないですよ？

本題に戻りましょう。盲ろう者として、災害時に考えなければならないこと。私たち、  
盲ろう者は他の人とつながって初めて生き延びることができます。それは障害のあるなし  
に関わらず、誰にでもいえることかもしれませんが、特に私たち盲ろう者には大切です。  
情報を入手すること、コミュニケーションをとること、避難を含めて安心して移動できる  
こと、それをサポートしてくれる人を必ず確保するようにしてください。でも、特別な訓  
練を受けた通訳介助者といつも一緒というわけではありませんね。そういう場合はどうし  
ますか？地域のリソースを使ってください。いくつかできると思われることを紹介します。

1. スケジュール帳を持ち歩く。普通のノートでも構いません。でも、カレンダーがつい  
ているとよいです。私たち、盲ろう者にとって、今、自分のまわりで、何が起こっ  
ているのか自分自身で、状況を把握することは非常に困難です。だから、想定外の事態  
が起きた、その時一緒にいる人に、もしくは偶然居合わせたひとに、書いてもらいま  
す。今どこにいるのか、今誰といるのか、何が提供される予定なのか、次に行く場所  
はどこなのか、どこでお風呂に入ることができるのか、どこで給水があるのか。書い  
てもらってください。そうすることでコミュニケーションをスムーズにすることがで  
きます。なぜなら、私たちは四六時中、同じ支援者というわけではないですよ。こ  
のノートに書かれていることを次に一緒にいる支援者に見せることで、正しい情報を  
伝えることができます。それから、なにかしら、あなたが盲ろう者であることを示す  
もの、出来ればあなたのコミュニケーション方法を簡単に説明したものを持ち歩くよ  
うにしてください。私の場合、カードぐらいの大きさのバッチをカバンにさげていま  
す。「盲ろう者」と日本語で書かれています。そして、「耳は全く聞こえません。目は  
全く聞こえません。肩をトントンしてお知らせください」と書かれています。裏面  
には、私のコミュニケーション方法が書かれています。「手書き文字：手のひらにかく」  
「触手話：手話を触る」ですね。
2. あなたの地域で役に立つリソースを見つけてください。フォーマルでもインフォーマ  
ルでも構いません。日本では災害時要援護者対策という制度があります。登録してく  
ださい。何かの緊急時や災害時に近所に住む一般の人が支援者となって、真っ先に安  
否確認に来ます。
3. 自分の住む市町村の災害対策計画作成に参加してください。そうしなければ、おそら  
く、というか、確実に、私たちのニーズは考慮されることはなく、災害計画の中  
から取り残されてしまいます。そうすることは、わたしたちが盲ろう者としての治験を提  
供することで、災害計画に有用な人材となるのです。私たちはニーズを抱えた人たち  
としてとらえられるだけでなく、ひとりひとりが地域の人材なのです。

そろそろ、時間が無くなってきましたので、私のプレゼンテーションは終わりにしたいと思います。2つか3つぐらいなら質問を受けられますよね、アン？

司会：2，3ですね。えー、2人が手をあげています。では、まず右側のオーストラリアの方からお願いします。誰かオーストラリアの方へマイクを持って行ってもらえますか？では、オーストラリアの質問から始めたいと思います。

オーストラリア：私はオーストラリアから来ています。昨年まで、メルボルンから130キロ離れたところに住んでいましたが、地震の多い場所でした。私は自宅で椅子に座って、のんびりしていたのですが、床にころげおりました。一瞬、大きな虫か何か(?)が通り過ぎたのだと思ったのですが、実際は小さい地震だったのです。なので、南のちいさな門の方へと向かいました。あなたがたが体験したことは悪夢のようだったとおもいます。とてもとても怖かったです。何が起こってるのかわからなくて、私の盲導犬も何が起こってるのかわかりませんでした。なので、私はとにかく状況を把握したかったです。それから、あなた方が学んだことは本当に素晴らしいことだと思います。ありがとうございました。

司会：ありがとうございました。もう一人いましたね、はい。

フィリピン：まずはじめの質問ですが、フィリピンからです。私の質問は防災に関することで、日本政府が障害者、とくに盲ろう者になにか防災に関するリソースか何かを準備しているのでしょうか。ありがとうございます。

福田：質問にお答えします。はい、私たちは、避難訓練は行っています。

実際に、先週、東京盲ろう者友の会にておこなったばかりです。正直申しますと、とても困難です。私が思うに一番難しいところは、何か起きた時にどうやって通訳介助者が何が起きてるか伝えたらいいかということですね。地震が起きている、どうやって揺れている中で地震だということを伝えられるでしょうか。なので、私は情報を伝えるのはまず重要ではないと思いました。なぜなら、揺れているということは私たちは感じるすることができます。そして、それがめまいなのかどうか区別することができると思います。私は地震が起きているときにめまいがすることがありますが、違いはわかります。それよりも、通訳介助者いは、私の頭をまずは守ってほしいと思います。というのも何が本棚から落ちてくるかわからないからです。私が避難訓練の中で興味深いと思った発見は・・・私たちはあつまって、そして、避難所へ集団で移動しました。しかし、私たち盲ろう者は集団をつくるということが難しいのです。時間がかかります。それよりも、私が思ったのは、これは私の私見ですが、まず通訳介助者ももしくは国によって名称はいろいろですがあなたのサポーターがまずは、訓練を受けるべきだと思いました。自分を守る方法、そして、盲ろう者

を守る、保護する方法です。でも、避難経路を学んだことはとてもよかったです。なので、私の答えとしては、**yes** ですが、避難訓練に関しては改善しなければならないと思います。よろしいでしょうか。

司会：細かい答えをありがとうございます。もう一人こちら側に質問したい人がいるようです。おそらく、個人的な質問でしょうか？マイクをお渡しします。

A: 私は東北地方に住んでいます(国名不明)。2, 3年前、私は部屋で倒れてしまいました。私は3階にいて、家で食事をしているときでした。私はアパートが揺れているのを感じました。明らかに近所の誰かは叫んでいて、何かが起こっていました。それがなんだかわからなくて、私は固まっていました。翌朝になって、私の介助者がやってきて、それは地震で、私が住んでいる町は地震が多いということがわかりました。それが、私にとっては、初めての経験でした。以上です。

司会：ありがとうございます。残念というか、災害時において、人生を楽しむというのが、困難なときには一番重要な要素であるのですね。申し訳ありませんが、今回、この発表を設けられたこと、大変うれしく思います。そして、たくさん、たくさん質問があるようですがもうしわけありません。分科会に移る前にいくつかお伝えしなければならないことがあります。福田暁子さんとぜひつながっておかなければならないですね。彼女がこの会議で話したことは、引き続きメールを通して今後も話し合っていきましょう。みなさんの質問を全部受けたかったのですが、難しいです。あなたのご協力に対して、よいプレゼンテーションに対して小さなプレゼントを差し上げたいと思います。来てくれてありがとうございました。ちょっとしたフィリピンのお土産です。ええ、面白いものですね。触ってもよい感じがするものです。そして、世界に広がる連盟からの挨拶としたいと思います。

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

## 障害(児)者を対象とした災害時前訓練教材の開発

研究代表者 北村弥生 国立障害者リハビリテーションセンター

研究分担者 前川あさ美 東京女子大学

### 研究要旨

障害（児）者が、「助けられる者」としてではなく、主体的に避難訓練・避難行動に取り組むための確信と決意を持つための教材および訓練を開発する。

発達障害を抱える子ども本人が、あるいは家族とともに主体的に取り組める防災ツールとしての「守るカード」のiPad用のアプリケーションソフトの開発を開始した。これは、自己理解や他者とのコミュニケーションにも有効なツールとなると考えられた。

また、経験を語り継ぎ、蓄積することを実行するために、被災地の保護者及び支援者と協力して「発達障害と災害」（16ページ）を作成した。

日本自閉症協会に研究代表者が協力して作成した「自閉症のひとのための防災ハンドブック」を素材にしたマルチメディアダイジェスト版（日英）は公開の準備中である。

さらに、発達障害の大学生を対象に想定した「発達障害のある人の防災実践BOOK」（36ページ）、地域住民のためのリーフレット3種類（A4サイズ1枚、両面3つ折り）を作成した。

作成した教材は、個々の対象者の生活圏内での実践と連携させた教育プログラムを実施し効果を検証する他、インターネットを介して公開し、活用を促す計画である。

（資料1） 「まもるカード」アプリケーションソフト iPad 用

（資料2） リーフレット「災害と発達しょうがい」（pp. 16、印刷はA5版）

（資料5） 当事者と地域住民のための災害時要援護者支援リーフレット（A4用紙1枚、三つ折り）

- ・ 障害のある人と周囲の人の災害時の備え
- ・ ～災害など緊急時の避難所における～ 障害のある人の支援
- ・ 障害のある人の支援 ～在宅の場合～

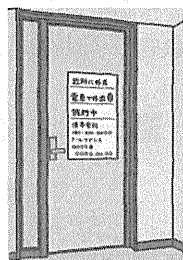
（資料6） Disaster Prevention and Support Handbook for People with Autism(pp. 46、印刷はA5版)

（資料7）発達障害のある人の防災実践BOOK(pp. 32、印刷はA4版)

なく、助けを呼びに行ってもらうこともできます。

- ・ 困っていることを書いて、隣人に避難所や災害本部に持って行ってもらうことで、支援を得られる仕組みができるとういと考えます。
- ・ 外出中に自宅で災害が発生した場合には、玄関の裏やポストの中に外出中である表示があると、支援者は安否確認が早く出来ます。

3日分の備蓄はあるので  
家にはいますが車椅子で  
出かけられません。  
家の片付けや買い物の  
手伝い、4日目からの食べ物  
と水をお願いします。  
所沢市〇〇、美原太郎  
Tel:03-xxxx-xxxxxx  
携帯:080-xxx-0000



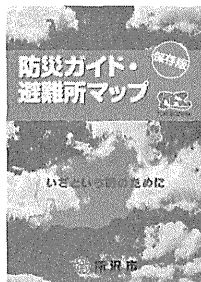
<支援して欲しい内容を書く>

<玄関ドアの内側に表示>

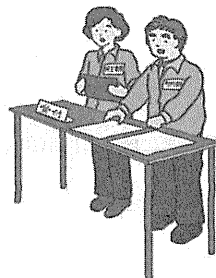
- ・ 助け合える関係が、緊急時に役立ちます。近くに自宅のカギを預けられる人がいると安心です。
- ・ ただし、お互いに、自分と家族が優先で、無理をしません。

## 9. 避難所での生活の準備（平時に）

- ・ 避難所の場所を確認します。市役所の「防災ガイド」が読めなければ、ヘルパーや通訳者に読んでもらったり、ボランティアに音声化を依頼します。
- ・ 避難所に行ってみます。ヘルパーや通訳者に動向や説明を頼みます。
- ・ 地域の民生委員さんや町内会長さんに、避難時の支援者の心当たりを相談します。民生委員さん、町内会長さんの連絡先は、市役所に聞くとわかります。
- ・ 町内会に入っていないなくても避難所は利用できますが、避難訓練の案内が来ないことがあります。避難訓練や地域のイベントに参加して、避難所の環境を確認します。地域の人にもニーズを知ってもらいます。



<防災マニュアル>



<避難所受付>

- ・ 災害時には、避難所の受付で、どんな配慮を受けたいか申し出ます。事前に整理して、カードに書いておくと安心です。災害時に、突然、要求しても対応してもらえないので、訓練の時に相談します。
- ・ 希望通りの配慮が受けられないこともあります。できそうなことを事前に相談します。
- ・ 避難所に宿泊しなくなった時には、行き先を簡単で良いので伝えます。「家に戻る」「市外の知人の家に行く」などわかると、避難所に無駄な支援を手配せずに、その後支援の助けになります。
- ・ 避難所での生活を予測して、必要な準備をします。自分が手伝えることも考えます。

### 【参考資料】

1. 東京都帰宅困難者ハンドブック  
[http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/kitaku\\_portal/tmg/pdf/kitakuhandbook.pdf](http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/kitaku_portal/tmg/pdf/kitakuhandbook.pdf)
2. 東京都心身障害者福祉センター（2012.12）  
<http://www.fukushihoken.metro.actokyo.jp/shinsho/saigai/saigaimanual/menofujiyu.html>
3. 東京都震災復興マニュアル  
<http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/tmg/restoration.html>
4. セイフティネットプロジェクト横浜  
<http://www.yokohamashakyo.jp/siencenter/safetynet/safetynet.html>

### 【製作】

厚生労働科学研究「障害者の防災とまちづくりに関する研究」  
（研究代表者：北村弥生 国立障害者リハビリテーションセンター研究所 kitamura-yayoi@rehab.go.jp）

～所沢市版～  
障害のある人と周囲の人の

# 災害時の備え

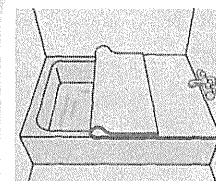
## 1. 断水と帰宅困難を想定します

人口 34 万人の所沢市で想定されている大きな災害は立川断層地震です。所沢市地域防災計画による被害予想は、全壊 1,272 棟、死者 119 名、焼失危険予測 2,725 棟、1 日後避難者 37,000 名、断水人口 108,000 名（冬 18 時発生の場合）、所沢市への帰宅困難者は 74,000 名（夏 12 時発生の場合）です。

一番、発生確率が高いのは断水、停電、ガス停止、二番目は帰宅困難ではないかと考え、これらに対する家庭での対策例を紹介します。備蓄は 3 日から 10 日分が必要といわれています。

## 2. 断水に備えて

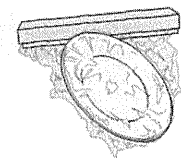
- ・ 風呂の水はためておいて、炊き直すときに入れ替えます。トイレの排水や掃除に使えます。
- ・ 飲み水は 1 日 3L の備蓄が勧められています。
- ・ 水道水の保存の目安は 3～5 日です。
- ・ 食器を洗えないので、ラップをかけて使います。



<風呂の水を汲みおく>



<飲み水備蓄>



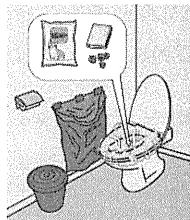
<ラップをかけて使用>

### 3. 簡易トイレ（便袋）の準備を

- ・ 水洗トイレは断水しても、水を入れてバーを押せば流れます。ただし、電気スイッチ式やマンションで排水に電気を使っている場合は、停電すると流れません。
- ・ 排泄物を減らして流れやすくするために、紙は流さずに、別の袋に捨てます。
- ・ 便器に中が見難いビニール袋を二重に入れて、新聞紙、猫砂あるいは凝固剤で大便を取り出します。市販の簡易トイレもあります。
- ・ 災害時には、大便は燃えるゴミとして捨てられる場合があります。ゴミ回収車でビニール袋が破れると衛生上問題ですから、破れないように、中身がわかるように区別します。回収されるまでの臭い対策のためにポリバケツなどで保管します。

※使用済みの紙は  
ビニール袋へ

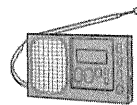
※弁袋に入れた大便は  
フタ付きバケツに、  
芳香剤も役立つ



※便器にセットした  
ビニールに  
猫砂・凝固剤・新聞紙  
のどれかを入れる

### 4. 停電・ガス停止に対する備蓄

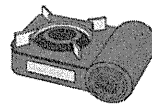
- ・ 電池式ラジオ、電池式携帯電話充電機、補聴器電池
- ・ 懐中電灯、ランタン、ヘッドランプ、太陽光ランプ
- ・ 石油ストーブ、ホカロン
- ・ お風呂がわかせないでウエットティッシュ
- ・ カセットコンロで料理
- ・ 煮炊きが最小限ですむ食材を備蓄
- ・ 電気を必要とする医療機器のために自家発電装置と燃料やそれがあある場所の確認
- ・ 冷蔵庫の生ものは腐る前に料理して食べる



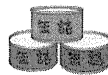
ラジオ



ウエットティッシュ



カセットコンロ



缶詰



カイロ



懐中電灯

### 5. 買い物・配給・移動の注意

- ・ 薬の備蓄と処方箋
- ・ 買い物に手助けが必要な場合は、ご近所に助けを求めます。たとえば、自動販売機や塀が倒れたり、道に亀裂が入ったり、いつもと違う移動方法になると、車椅子の人、荷物が持てない人、目が見えない人、待つて並ぶのが苦手な人、見守りが必要な人がいる家庭では、買い物や物資の入手が難しくなります。
- ・ 列に並ぶ時には、案内の掲示（聴覚障害、発達障害）、列の場所と移動状況を誘導して知らせることも有効です（視覚障害、知的障害）。訓練の時に希望を地域の人に知らせます。



&lt;列に並ぶ時&gt;



&lt;薬の備蓄と処方箋&gt;

### 6. 身を守る

- ・ 家具は固定し、地震・竜巻の時に、家の中で安全な場所を確認し、移動できるようにします。
- ・ 地震の時は頭を守り、室内でも靴やスリッパをはき割れたガラスに注意します。

- ・ エレベーターは使わずに移動します。エレベーターの中にいたら、近い階でおります。



&lt;室内&gt;

頭を保護し足元に注意



&lt;エレベーター&gt;

近い階で降りること

### 7. 外出中に被災したら

- ・ 家族との連絡方法を複数練習しておきます。171、メール、ツイッターなどです。

#### 【外出する時】

- ・ 1～3日分の薬と、処方箋を持ち歩きます。
- ・ 笛、コミュニケーションカードを持ち歩きます。
- ・ 長時間、電車に乗る前にはトイレをすませる習慣にします。
- ・ 一晩くらいはすませる安全な場所の確保を考えます。
- ・ 外出中に大地震、火事、雷、津波が来たら、どこにどう逃げるか考える習慣にします。

#### 【介助者と外出する時】

- ・ 災害時に何を依頼したいか、できるかを確認しておきます。

#### 【家族が帰れない時】

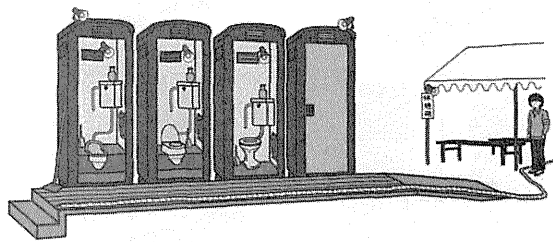
- ・ 家に残された人（子ども）が、困った時に相談にいけない近所の人を事前に決め、準備しておきます。

### 8. 近所づきあい

- ・ 家が倒壊したり、火事の時に、一番、早く助けてもらえるのは隣人です。直接に助けてもらえばかりで



- ・ 車椅子ではトイレの個室にスペースがいります。出入り口の補助もいる場合があります。また、入り口の段差にはスロープが要ります。
- ・ 視覚障害の人には、どのトイレが開いているかの案内が要ります。



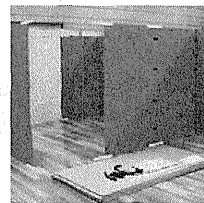
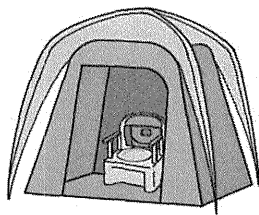
マンホールトイレ、仮設トイレにも洋式はあります。  
仮設トイレの容量は360リットル程度。

## 6. 介助・手話通訳・家事代行

- ・ 被害が大きい場合には、被災地在住の支援者は支援する余裕がなくなります。他県の行政や組織を介して経験豊かな支援者の派遣を得られるように事前の協定や、被災時の依頼準備をします。
- ・ 被災時には、通常の業務を超えた環境の変化や心理的な動揺への対応も求められ、支援者には技量と保障が必要です
- ・ 地域で通常活動しているボランティアは、災害時にできること、保障や謝礼、指令系統をあらかじめ確認します。
- ・ 経験豊かな支援者の派遣が得られるまでの間、避難所で住民同士が助け合うには、事前の準備が必要です。
- ・ 環境が変わると移動が難しい車椅子、視覚障害、障害児や乳幼児のいる家庭には、専門的な支援だけでなく、配給物の運搬、買い物を含めた家事・保育の代行が役立ちます。

## 7. 間仕切り・個室

- ・ 体育館での生活は誰にとっても苦痛ですが、音、光、環境の変化に特に敏感な人には間仕切りや個室が有効です。テントでも代用できます。
- ・ 高齢者のオムツ交換、排泄障害の人の排泄、女性の着替えや授乳にも間仕切りや個室は有効です。



災害用間仕切りAJU (1枚4,000円)

## 8. 食事

- ・ 避難所生活では体調を崩すことも多く、おかゆが役立ちます。
- ・ 流動食、アレルギー食、食物や食事方法へのこだわりがある場合は、各自で備蓄をするとともに、受付で申し出たり、事前に対策を相談します。

### 【参考資料】

1. 東京都帰宅困難者ハンドブック  
[http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/kitaku\\_portal/tmg/pdf/kitakuhandbook.pdf](http://www.bousai.metro.tokyo.jp/japanese/kitaku_portal/tmg/pdf/kitakuhandbook.pdf)
2. セイフティネットプロジェクト横浜  
<http://www.yokohamashakyo.jp/siencenter/safetynet/safetynet.html>
3. 東京都心身障害者福祉センター (2012.12)  
<http://www.fukushihoken.metro.actokyo.jp/shinsho/saigai/saigaimanual/menofujiyuu.html>

### 【製作】

厚生労働科学研究「障害者の防災とまちづくりに関する研究」  
(研究代表者：北村弥生 国立障害者リハビリテーションセンター研究所 [kitamura-yayoi@rehab.go.jp](mailto:kitamura-yayoi@rehab.go.jp))

～災害等緊急時の避難所における～

# 障害のある人の支援

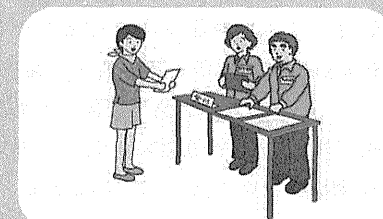
大震災時に被災地では3から10日程度は外部からの支援が入り難いと言われていました。そこで、避難所設営での配慮と近隣の方に知っていただきたい支援方法を紹介します。

## 1. 入り口・通路を確保する

- ・ 車椅子での侵入には幅90cmが必要。方向を変えるにはさらに幅が必要。
- ・ 視覚障害者は入り口に靴があるとつまずきます。

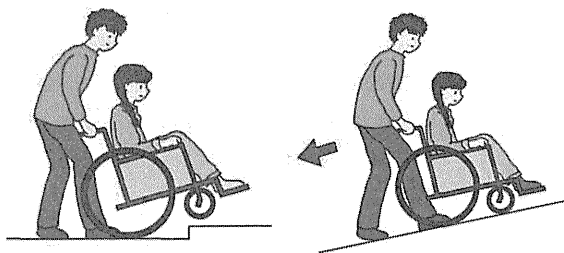
## 2. 何が必要か聞く・伝える

- ・ 受付で必要な配慮を申し出てもらい、災害本部に連絡します。受付名簿に配慮の選択肢があると便利です。また、訓練の時に、どうしてほしいか、何ができるかを相談しておきます。
- ・ 一般的な支援方法がありますが、個人差や好みがあります。何をしてほしいか、何ができるかを、お互いに率直に言えること、できないときにはどうしたらいいか一緒に考えることが大事です。
- ・ 支援を必要としている人は黄色、支援できる人は緑のバンダナをつける統一をしている地域もあります。支援が欲しいときだけ色紙を振るルールのものも有効です。

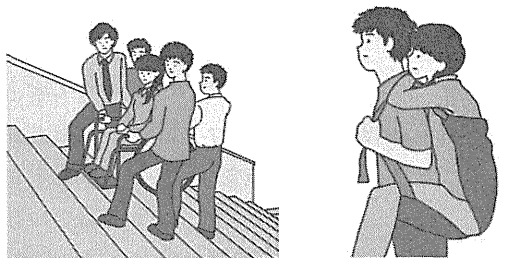
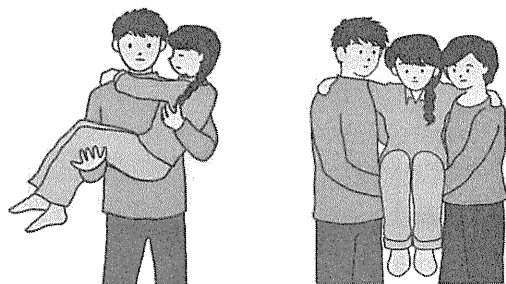


### 3. 移動の手引き

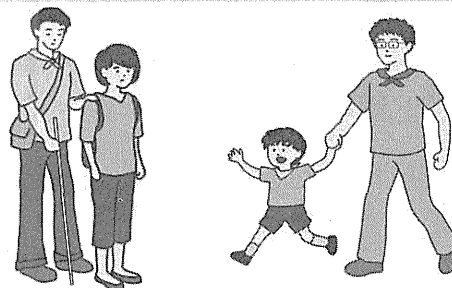
- ・ 車椅子については、階段にスロープをつけます。10cm程度の段差は傾けて持ち上げられます。
- ・ 下り坂は後ろ向きに降りると落下しません。



- ・ エレベーターが使えないときは、手動車椅子は2～4人で持ち上げられます。電動車椅子は押すと壊れることがあり、100kg以上になるので持ち上げるのは危険です。
- ・ 車椅子が使えない坂道や高層階では、おぶいひもや担架を用意しておくとう安心です。

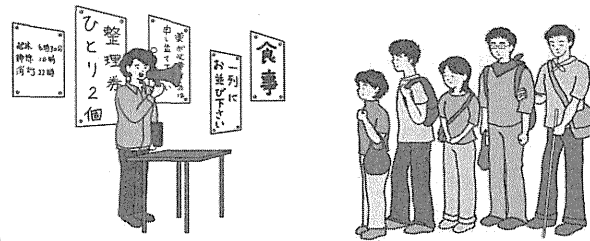


- ・ 人工呼吸器等を使っていると、機器を接続したまま移動するために、さらに人数が必要になります。何人で、どうやって移動するのがよいのかは、事前に考えておきます。その場で考えるのは難しいです。
- ・ 視覚障害者には、一歩先を歩き、肘か肩に手を置いてもらいます。手や白杖（はくじょう）を引っ張るのは危険です。白杖は前方に障害物がないかどうかを確認するために使いますので、音をたてたり、左右に大きく振ることもあり、使い方は人によって違います。ガイドが女性の場合は身長差があったり、肘をもつと胸に触れてしまうことがあるので、肩に手を置くことも多いです。
- ・ 多動の場合には、しっかりと手をつないで歩きます。

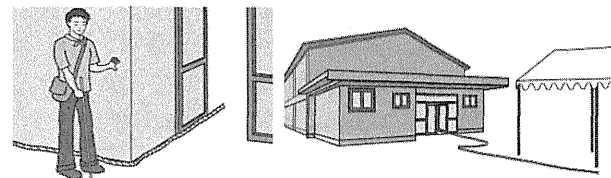


### 4. 案内・説明

- ・ アナウンスは画用紙等を書いて掲示します。聴覚障害だけでなく、1回で聞き取れなかったり、その場になかったり、記憶し難い人にも有効です。



- ・ 逆に、文字を読むのが苦手な音声や絵の説明がよい人もいます。視覚障害の人、外国人、子ども、知的障害や発達障害の人等です。
- ・ 視覚障害の人への場所の案内は同行するか、壁伝い壁やロープ等の目印を用意します。前の人の肩やひじに手をかけておくと、列が動いたことがわかります。

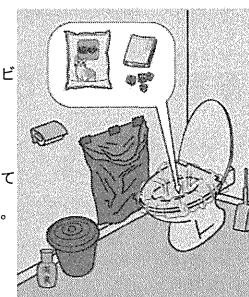


### 5. トイレ

- ・ トイレに行くのに、視覚障害の人は案内が、車椅子の人は通路の確保が必要です。
- ・ いつもと違うトイレの使い方は練習が必要です。絵や文章での説明（聴覚障害者、知的障害者、外国人）、または、口頭での説明（視覚障害者、知的障害者）が有効です。

※使用済みの紙はビニール袋へ

※便袋はしばってフタ付きバケツに。芳香剤も必須。



※便器にセットしたビニールに猫砂・凝固剤・新聞紙のどれかを入れる。猫砂は固まった汚物だけ、割り箸で取り出します。

- ・ 車椅子の人や高齢者は和式トイレが使い難いので、洋式便座カバーや介助が助かります。仮設トイレにも洋式はあります。