

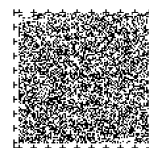
しょう 障がいのある方・支援者のための ぼうさい てび 防災の手引き



とっとりしろうごうぼうさい
鳥取市総合防災
あわ
マップも併せて
かくにん
確認しましょう。



れいわ ねん がつ
令和5年3月
とっとりし ふくしゅしょう ふくしか
鳥取市福祉部障がい福祉課



▲目の不自由な方のための
音声コード

はじめに

近年、全国的に大規模な風水害や地震などの自然災害が頻発しており、まさに「異常気象時代」ともいえる状況となっています。

風水害については、毎年のように各地に甚大な被害をもたらし、平成30年7月豪雨では、本市でも市内全域に「避難指示(緊急)」を発令し身を守る行動を呼びかけました。

また、地震については、近い将来、首都直下地震や南海トラフ巨大地震などの大規模地震の発生が懸念されています。

こうした災害から我々の生命および財産を守るためには、「自分の身は自分で守る」という「自助」、地域における助け合いによって「自分たちの地域は自分たちで守る」という「共助」、そして、それを補う行政機関による「公助」があり、それぞれが役割を果たすために、災害対応力を高め、連携を図っていくことが大切になります。

本手引きは、障がいのある方に災害に対する備えや、命を守る適切な避難行動のとり方について紹介するとともに、支援者の方に障がいのある方への支援方法などを紹介しています。

この手引きを各地域における自助や共助の取り組みに積極的に活用いただき、そして、地域の皆さんが、普段から障がいのある方と関わり、支えあっていくことができる地域づくりを進めることの手助けになれば幸いです。

近所で声を掛け合い、地域で協力し、皆で助け合って命を守る行動を！

じじょ
自助

自分の命は
自分で守る

避難は自分自身の判断と実行にかかっています。防災訓練にも積極的に参加しましょう。

救助、救援、復興、市民の支援に全力をあげます。

きょうじょ
共助

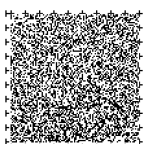


自分たちの地域は
自分たちで守る

こうじょ
公助



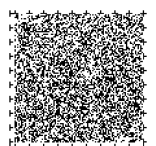
行政や防災関係機関が
行う応急対策活動



もくじ 目次

だい しょう ひ 第1章 日ごろの備え	1
1 す あんぜんたいさく 住まいの安全対策	2
2 さいがい そな よう い 災害に備えて用意しておくもの	3
3 ぼうさいじょうほうしゅうしゅう 防災情報の収集	5
4 ひなんこうどうようしえんしゃしえんせいど 避難行動要支援者支援制度について	6
●ヘルプマーク	6
だい しょう さいがいはっせいじ こうどう 第2章 災害発生時にどのように行動すればよいか	7
1 ふうすいがい 風水害	7
2 じしん 地震	9
3 ひなんばしょ こころえ 避難場所での心得	10
4 ふくしひなんじょ 福祉避難所について	11
だい しょう しょう どう おう じゅんぴ たいおう 第3章 障がい等に応じた準備と対応	13
1 み み かた 見えない・見えにくい方	13
2 きこえない・きこえにくい方	15
3 げんごきのう おんせいきのう しょう かた 言語機能・音声機能に障がいのある方	17
4 したい しょう かた 肢体に障がいのある方	21
5 ないぶしょう なんびょう かた きょうつうじこう 内部障がい・難病のある方（共通事項）	24
●しんぞう しょう かた ●心臓に障がいのある方	26
●ぞう しょう かた ●じん臓に障がいのある方	26
●こきゅうき しょう かた ●呼吸器に障がいのある方	27
●ちよくちょうしょう かた ●ぼうこう・直腸に障がいのある方	28
6 じゅうしょうしんしょう かた いりょうてき ひつよう かた 重症心身障がいのある方・医療的ケアの必要な方	29
7 ちてきしょう かた 知的障がいのある方	31
8 せいしんしょう かた 精神障がいのある方	33
9 はったつしょう かた 発達障がいのある方	35
だい しょう た 第4章 その他	37
○かくしょう しゃだんたい さいがいたいおう ○各障がい者団体の災害対応マニュアル（リンク）	37
○さいがいやうでんごん ○災害用伝言ダイヤル（171）	37
○さいがいにじょうほう ○災害時情報メモ	38・39

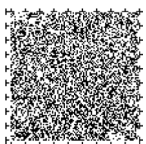
※第3章は、障がい別に障がいのある方及び支援者に向けての準備と対応についての記載と
なっています。障がい等に応じてお読みください。



豪雨・地震などによる自然災害はいつ起こるかわかりません。防災の基本は、「自分の身は自分で守る」ことです。命を守るためには、情報収集と早めの避難が大切です。日頃から、自分の生活空間を安全にするよう心がけましょう。避難を迫られる場合も考えられますが、一人一人の備えが災害から大切な命を守ります。

ひ そな 日ごろの備えのポイント

- ① **住まいの安全対策**
鳥取市総合防災マップ等で自宅が安全な場所が確認しましょう。自宅が安全なら「在宅避難」、危険な場合には避難場所に加え、安全な知人宅や親戚宅への避難も考えてみましょう。家族や支援者などと防災について話し合い、災害時の避難方法や複数の避難場所、家族の集合場所などを決めておきましょう。（2ページ参照）
- ② **災害に備えて準備しておくもの（非常用持出品、備蓄品）**（3、4ページ参照）
- ③ **防災情報の収集**（5ページ参照）
- ④ **避難行動要支援者支援制度について**
いざというときに備えて避難行動要支援者支援制度へ登録をしましょう。
また、登録されている方は支援者との連携を密にしておきましょう。（6ページ参照）
- ⑤ **地域の方との交流**
日ごろから、地域の方とあいさつを交わしたり、地域の活動に参加するなどし、近所の方、自治会などとの交流を持つように心がけましょう。
- ⑥ **地域の防災訓練等への参加**
地域の防災訓練に参加し、避難場所の確認や消火器の使い方を覚えるなど、災害が発生したときに必要な行動を実践しておきましょう。訓練の機会を利用して、地域の方とコミュニケーションを深め、自分(家族)の状況を理解してもらい、どのような支援が必要なのか話しておくことが、いざというときに役に立ちます。家族の方も可能な限り、一緒に参加しましょう。また、地域での防災マップづくりにも参加しましょう。
- ⑦ **避難支援者の確保**
災害時は地域の方が頼りです。災害発生時の安否確認や避難支援の協力をお願いしておきましょう。
- ⑧ **「ヘルプマーク」について**（6ページ参照）
希望される方は周囲の方に支援や配慮を求めるヘルプマークを取得して持ち歩きましょう。



1 す 住まいの安全対策

(かくにん 確認できた項目にチェックを入れましょう)

地震における家の倒壊や家具の転倒を防ぐため、家の安全を点検し、家具類の転倒・落下・移動の防止策をとりましょう。災害時の被害をできるだけ小さくするために、安全対策について確認しておきましょう。

① 普段の暮らしの環境整備

チェックリスト ※使用期限のあるものは、定期的に確認しましょう。

☐	家の耐震診断、耐震補強
☐	窓ガラスが割れたときの飛散防止（カーテンを引く、フィルムを貼る）
☐	家具の転倒防止、照明器具などの落下防止（ネジや金具で固定）
☐	食器棚の扉が地震で開かないような施錠器具の設置
☐	重い物や割れ物は高いところに置かない
☐	火元近くには消火器を設置
☐	屋外までの避難経路に物を置かない

② 普段使用している福祉用具の点検・整備

チェックリスト

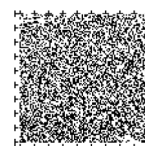
☐	車いすや杖、歩行器は普段からそばに置く
☐	杖や歩行器の損傷確認
☐	車いすのタイヤの空気圧、動作の確認
☐	バッテリーで動くもの（電動車いすなど）は常に充電しておく

③ 避難場所・避難経路の確認

【各地区の避難場所は鳥取市総合防災マップ参照】

チェックリスト

☐	生活している部屋から屋外への避難経路の確認
☐	避難場所までの経路と距離を実際に歩いて確認及び避難場所の設備も確認
☐	屋外までの経路の段差などの確認
☐	避難場所までの複数の経路の設定
☐	避難時に使用するヘルメット、履物、軍手の準備（ガラス等の破片による怪我防止のため）
☐	室内⇒屋外⇒避難場所の移動手段の検討（支援者にも伝えておく）
☐	家族と離れ離れになった場合の待ち合わせ場所を決める



2 さいがい 災害に備えて用意しておくもの

① 「さいがいじじょうほう 災害時情報メモ」をきにゅう 記入しておきましょう（38、39ページさんしょう 参照）

さいがい 災害が発生したときのために、「さいがいじじょうほう 災害時情報メモ」をきにゅう 記入しておきましょう。

また、じょうほう 情報が古くならないようにくしん 更新し、ひじょうようもちだしひん 非常用持出品袋等に入れておきましょう。

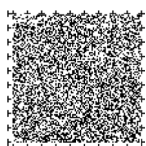
ひなんばしょ 避難場所「ひなんしゃ 避難者カード」をきさい 記載するときのさんこう 参考にしましょう。

② ひじょうようもちだしひん 非常用持出品（れい 例）

ひなん 避難しやすいよう「ぼうさい 防災リュック」などに入れて、もちだし 持ち出しやすい場所にぼくあん 保管しておきましょう。

チェックリスト ※しようきげん 使用期限のあるものは、ていきてき 定期的にかくにん 確認しましょう。

いつも持っ てい るもの	☐ の 飲むでいる薬 ☐ ふえ 笛・ぼうはん 防犯ブザー ☐ けいたい 携帯電話 ☐ ヘルプマーク
しよく 食料品	☐ いんりょうすい 飲料水 ☐ ほぞんしょく 保存食（レトルト食品、かんづめ 缶詰、ビスケット、チョコレートなど） ☐ えいようほ 栄養補助食品 ☐ スティックタイプ等のとうこな 粉ミルク ☐ かいじょけん 介助犬などのパートナーのためのしよくりょう 食料
い 衣類	☐ したぎ 下着 ☐ ぼうかんぎ 防寒着（セーター、ジャンパーなど） ☐ あまく 雨具 ☐ ぐんて 軍手 ☐ くつした 靴下 ☐ スリッパ ☐ ヘルメット・ぼうさいずきん 防災頭巾 ☐ よび 予備のめがね・コンタクトレンズ
えいせいようひん 衛生用品	☐ かんせんたいさくようひん 感染対策用品（ ☐ マスク ☐ たいおんけい 体温計 ☐ しゅししょうどくえき 手指消毒液 ☐ ペーパータオル） ☐ ティッシュ ☐ ウェットティッシュ ☐ タオル ☐ けいたいよう 携帯用トイレ ☐ おむつ・せいりようひん 生理用品 ☐ ふくろ ビニール袋
いやくひん 医薬品	☐ じょうびやく 常備薬（ふうじゃやく 風邪薬、いちょうやく 胃腸薬など） ☐ きゅうきゅう 救急セット ☐ たいおんけい 体温計 ☐ くすりてちょう 薬手帳 など
せいかつようひん 生活用品	☐ かいちゅうでんとう 懐中電灯 ☐ けいたい 携帯ラジオ ☐ よび 予備の電池 ☐ カイロ ☐ コップ ☐ しよくひんよう 食品用ラップ ☐ けいたいでんわ 携帯電話などの充電器 ☐ せんめんようぐ 洗面用具 ☐ はさみ ☐ かんぎり 缶切 ☐ かんいしよきるい 簡易食器類 ☐ ぽうにゅうびん 哺乳瓶 ☐ ひっきようぐ 筆記用具
きちょうひん 貴重品など	☐ げんきん 現金（キャッシュカード） ☐ よきんつうちょう 預金通帳 ☐ こうざばんごう 口座番号を控えておく ☐ いんかん 印鑑 ☐ うんてんめんきしよ 運転免許証 ☐ けんこうほけんしよ 健康保険証 ☐ くるま いえ よび 車・家の予備鍵 ☐ しょうがいしゃてちょう 障害者手帳（しんたいしょうがいしゃてちょう 身体障害者手帳、りょういくてちょう 療育手帳、せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう 精神障害者保健福祉手帳） ☐ マイナンバーカード ☐ さいがいじじょうほう 災害時情報メモ
ほかこじんてき その他個人的 ひつよう 必要なもの	

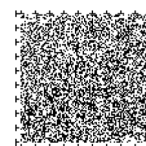


③ 備蓄品 (例)

さいがいはいっせいごかぞく さいていみつかかん なのかかんていど せいかつ じゅんび
災害発生後家族が最低3日間（できれば7日間程度）生活するため、準備しておくもの

チェックリスト ※期限の迫っているものは普段の生活で使用し、使用した分だけ更新をして、備蓄品が古いままにならないようにしましょう。

でんき 電気	☐ 懐中電灯 ☐ ロウソク・マッチ・ライター ☐ 予備の電池 ☐ 医療器具・車いすなどの予備のバッテリー ☐ 携帯のモバイルバッテリー ☐ ストープ（電気を使わない）などの暖房器具
みず 水	☐ ペットボトルの水（1人あたり1日3ℓ） ☐ 生活用水（1人あたり1日7ℓ） ☐ ポリタンク
しょくじひんとう 食料品等	☐ そのまま食べられるもの（缶詰、乾パン、クラッカーなど） ☐ 主食（レトルトご飯・乾麺・カップ麺など） ☐ その他（レトルト食品など） ☐ 調味料 ☐ 菓子類 ☐ ボンベ ☐ 紙皿・紙コップ ☐ 割り箸
生活用品	☐ 携帯用トイレ（_____回（家族のトイレ回数／1日）×3～7日間） ☐ トイレットペーパー ☐ パケツ ☐ 石けん・消毒液 ☐ ウェットティッシュ ☐ 使い捨てマスク・手袋 ☐ 新聞紙 ☐ 消臭剤 ☐ 紙おむつ、おしりふき ☐ 掃除道具 ☐ 水がいらないシャンプー
ほかこじんてき その他個人的 ひつよう に必要なもの	



3

ぼうさいじょうほう しゅうしゅう 防災情報の収集

ぼうさいじょうほう にゅうしゅ 防災情報入手するには

テレビやラジオ、インターネットなどから自主的に情報収集しましょう！！

テレビ

テレビ(NHK、NCN、いなばびよんびよネット等)の文字放送

ラジオ

FM鳥取(82.5MHz)では、災害時に緊急割り込み放送で災害情報を発信します。

とっとりしこうしき

鳥取市公式ホームページ

そうごうぼうさい

総合防災マップ

日頃の備えとして、危険箇所や避難場所を確認したり、非常持出品を準備しておくことも大切です。

とっとりしぼうさい

鳥取市防災アプリ

避難所の開設状況や防災行政無線の内容を確認できます。

ぼうさいぎょうせいむせん

防災行政無線

放送が聞き取れなかった場合は、本市公式ホームページや、防災行政無線確認ダイヤル(☎0857-21-6100)で放送内容を確認できます。

あんしんトリピーメール

メールアドレスを登録しておくと、防災気象情報や避難情報などが自動で配信されます。



きんきゅうそくほう

緊急速報メール

被災の可能性がある地域にいる人の携帯電話に緊急情報を配信します。

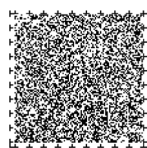
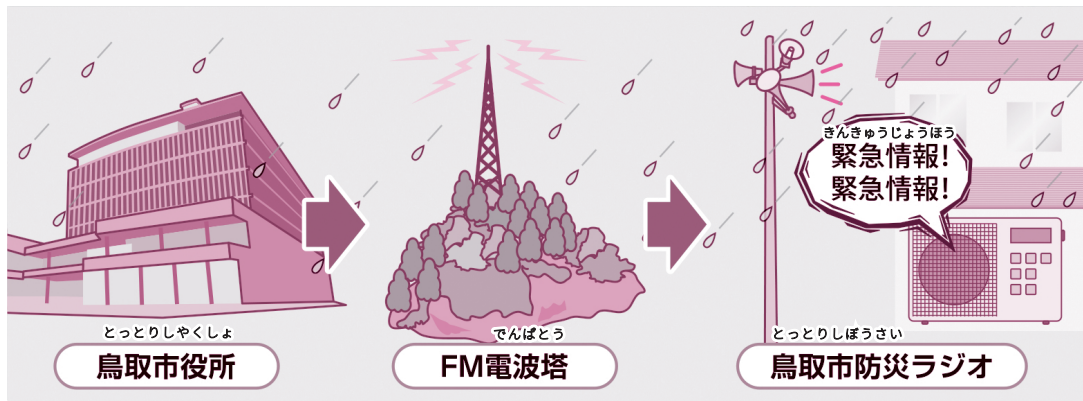
① ぼうさいぎょうせいむせん 防災行政無線

緊急情報を市内に設置したスピーカーを使って放送します。放送の音が聞こえたら、身の安全を守る行動をとり、テレビやラジオをつけて情報を収集してください。(鳥取市防災行政無線の内容は鳥取市公式ホームページにも掲載しています。)



② とっとりしぼうさい 鳥取市防災ラジオ

コミュニティFM局(FM鳥取)の電波を利用して、災害時に鳥取市が緊急情報を発信した際に自動で起動するラジオです。Jアラートや避難情報など緊急情報を発信した際、防災行政無線と同じ内容が最大音量で放送され、自動起動時はライトが点灯します。放送を聞き逃した場合でも、自動録音されているので聞き直すことができます。防災ラジオは市役所売店等で販売しています。



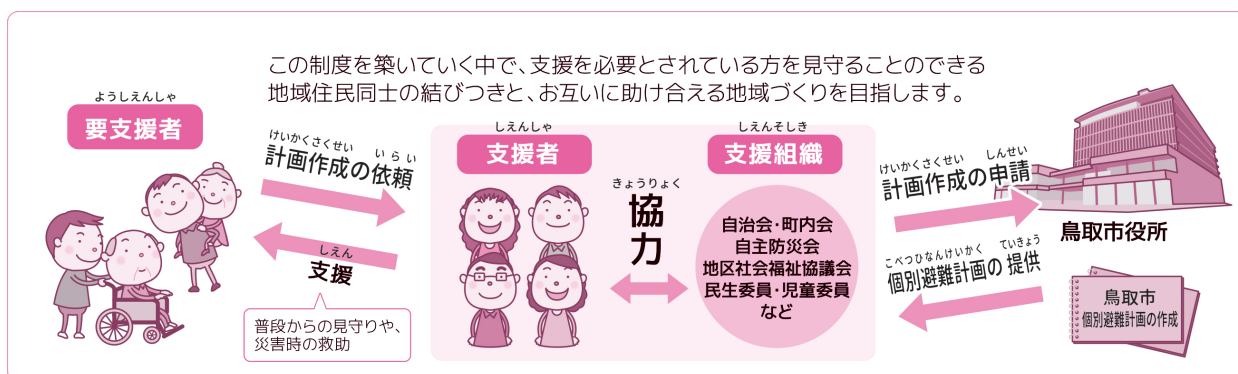
4

避難行動要支援者支援制度について

1 制度の目的

集中豪雨や地震などの災害が発生したとき、ひとり暮らしの高齢者や障がいのある方などのいわゆる“避難行動要支援者”（災害時に自力で避難が難しい方を想定しています。）は、避難に時間がかかったり、自力で安全な場所へ避難することが困難なことから、大きな被害を受けやすいといわれています。このような要支援者の安全を守るには、隣近所をはじめとした地域における住民相互の助け合いが大切になります。

この制度は、地域と行政が、要支援者の情報を把握・共有することにより、要支援者が災害時における情報伝達、安否確認、避難誘導等を地域の中で受けることができる体制の整備を図り、安全に、かつ、安心して暮らすことのできる地域づくりの推進に寄与することを目的とします。



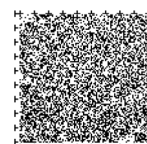
2 問い合わせ先

- 計画作成の相談・申請について……お住まいの自治会・町内会
(自治会・町内会に未加入の方は、民生委員・児童委員へ)
- 制度全般について……福祉部 地域福祉課 電話 (0857) 30-8202
(または各総合支所市民福祉課) F A X (0857) 20-3906

♥ 「ヘルプマーク」 ♥

「ヘルプマーク」は、周りの方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を受けやすくなるために導入された制度です。災害時にヘルプマークをつけていればより支援が受けやすくなります。（ストラップタイプとバッジタイプがあります。）

- 「ヘルプマーク」の配布
 - ・市内に住所等（勤務地、利用施設・事業所所在地等）がある方で、ご希望の方に無償で配布しています。
- 配布窓口
 - ・鳥取市役所障がい福祉課
 - ・各総合支所市民福祉課
 - ・鳥取県庁障がい福祉課



1

ふうすいがい
風水害

ふうすいがい たいふう しゅうちゅうこうう らくらい どしゃさいがい
風水害には、台風・集中豪雨・落雷・土砂災害などがあります。
きんねん たんじかん きよくちてき あめ ふ しゅうちゅうこうう ふ ふうすいがい ひかくてきさいがい たい よそく
近年は、短時間に局地的な雨が降る集中豪雨が増えています。風水害は、比較的災害に対する予測がで
きることから、最新の気象情報を常に入手して、早めに準備・行動しましょう。
しょう とう おう じゅんぴ たいおう かくにん
※障がい等に応じた準備と対応(13～36ページ)もあわせてご確認ください。

① じぜん たいさく
事前の対策

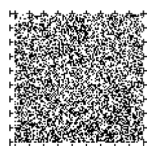
- とつりしろうこうぼうさい とう かくにん じたく しんすい どしゃさいがい きけんくいき じぜん
鳥取市総合防災マップ等を確認し自宅が浸水や土砂災害の危険区域かどうか事前にチェックしてお
きましょう。次ページの「避難行動判定フロー」を参考にしましょう。➡
- ひじょうようも だ ふくろ てんけん
非常用持ち出し袋を点検しておきましょう。

② たいふう おおあめ きけん ちか
台風や大雨の危険が近づいてきたとき

- きしょうじょうほう ちゅうい ぼうさい せんわ
気象情報に注意しましょう。テレビ、防災アプリ、ラジオ、電話(177)、インターネット、
トリピーメールなどを利用して、気象庁から発表される警報、注意報などの情報を確認しましょう。
- ひく と ち しんすい
低い土地は、浸水の恐れがあるので注意しましょう。
- ようすいろ けいけん ばしよ ちか
用水路などの危険な場所には近づかないようにしましょう。
- しょう かい せい せい せい せい せい せい せい せい
障がいのある方やその支援者は早めに安全な親戚や知人宅、避難場所に避難しましょう。
- し けい かい せい せい せい せい せい せい せい せい
市から警戒レベル3 高齢者等避難情報が発せられた場合は、ただちに必要な避難行動をとりましょう。
(防災行政無線やケーブルテレビ、防災ラジオ、防災アプリなどでお知らせします。)
- すいがい せい せい せい せい せい せい せい せい
水害のときは早めの避難を心がけるとともに風雨や飛来物に気をつけ、手をつないだり体を互に
ロープで結んだりして誰かと一緒に避難しましょう。
- くら せい せい せい せい せい せい せい せい
暗くなってからの避難は危険です。外が明るいうちに避難しましょう。

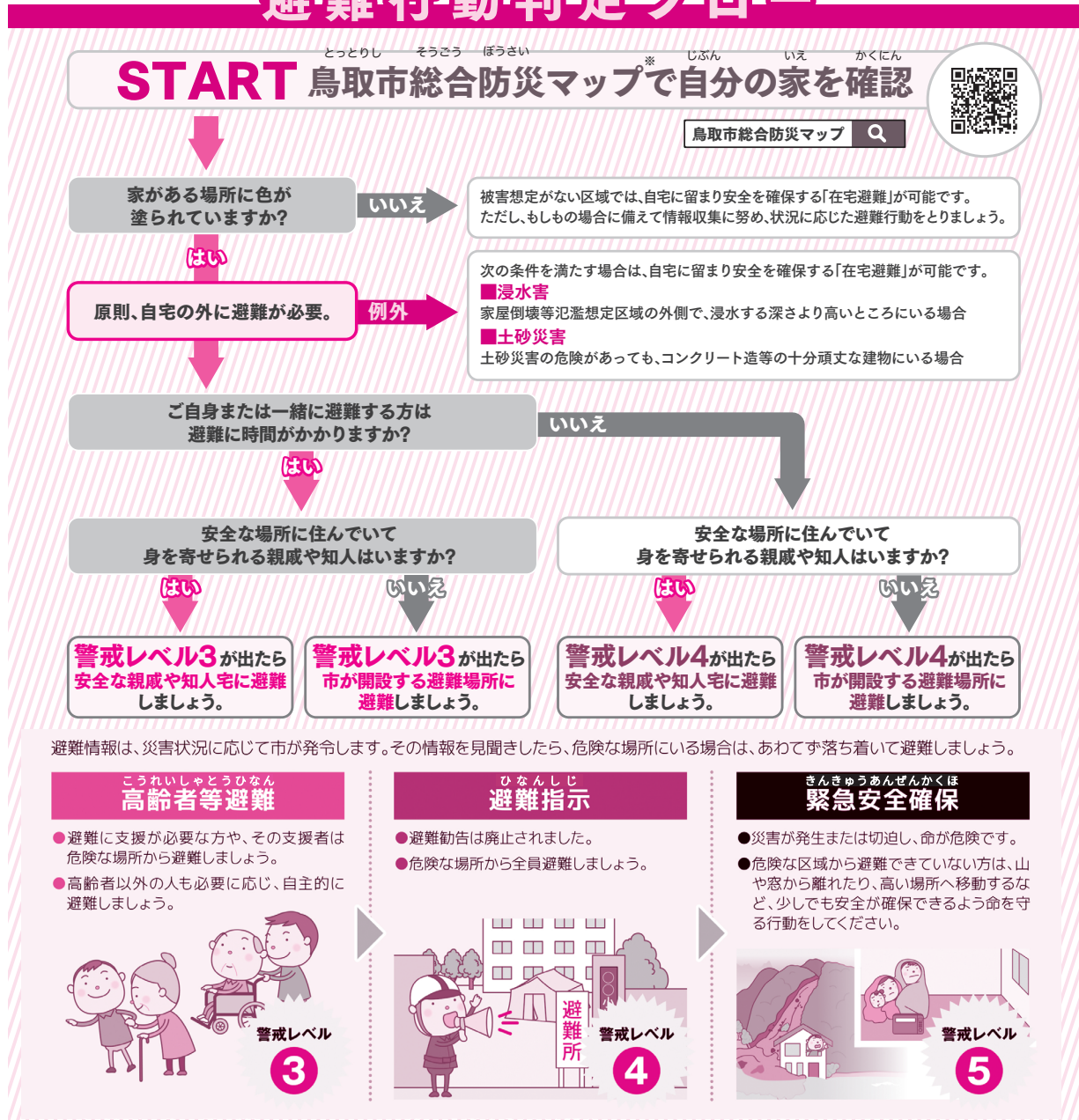
③ ひなん
避難するとき

- うご せい せい せい せい せい せい せい せい
動きやすい服装で …… ヘルメットや防災頭巾などで、風で飛ばされて
くるものから頭を保護し、雨具を着用して滑り
にくい靴を履きましょう。また、反射材も着用
しましょう。
- あしもと ちゅうい せい せい せい せい せい せい せい せい
足元に注意 …… 雨で増水した側溝や用水路は、境界が見えにくくなり転落事故が発生しやすくな
りますので、杖や傘等で確認しながら進み、近寄らないようにしましょう。
- すいしん ちゅうい せい せい せい せい せい せい せい せい
水深に注意 …… 水深50センチを上回る(膝上までの水)場所での歩行は危険です。
- かんすい ちゅうい せい せい せい せい せい せい せい せい
冠水に注意 …… すでに冠水している道路は、マンホールや側溝のふたが外れて転落する可能性が
あり危険です。
- すい ちゅうい せい せい せい せい せい せい せい せい
垂直避難 …… 水が押し寄せて避難場所まで行けない場合は、今いる建物の2階以上、
または近所の高い建物へ避難しましょう。



ふうすいがい ふうすいがい と ひなんこうどう ひなんこうどうはんてい かくにん
風水害のときにあなたが取るべき避難行動を避難行動判定フローで確認してみましょう！

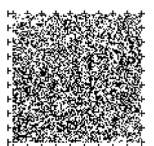
ひなんこうどうはんてい 避難行動判定フロー



2

災害発生時にどのように行動すればよいか

しょう かた しえんしゃ けいかい きげん ばしょ ひなん
※障がいのある方やその支援者は、警戒レベル3で危険な場所から避難しましょう。



2 地震

地震はいつ、どこで起こるかわかりません。火災などの二次被害も予想されます。地震が起きたら、落ちて身を守り、身の安全を確保しましょう。
※障がい等に応じた準備と対応(13～36ページ参照)をあわせてご確認ください。

①まずは、自分の身を守りましょう

<地震のとき> まずは身の安全を確保しましょう。

- 丈夫なテーブルや机の下にもぐり、頭を守りましょう。もし困難な場合は、布団にもぐったり、座布団やクッションなどで頭を守るようにしましょう。
- 座る、這うなど姿勢を低くし、何かにつかまり身体が放り出されないようにしましょう。
- 屋外にいるときは、建物や倒れるものから離れ、落下物に注意しましょう。
- 倒壊した家に閉じ込められたり、ひとりで脱出できないときは、笛やブザーなどで大きな音を立てて助けを呼びましょう。

<火災のとき> 近所の人に知らせ、助けを求めましょう。

- 初期消火は大事ですが、自分で火を消すことができないと思ったら、無理をせず早く逃げましょう。



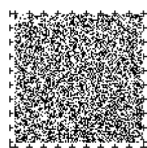
②現状を確認して行動しましょう

- あわてて外に飛び出すと危険です。周りの状況を見て必ず揺れがおさまってから落ち着いて行動しましょう。
- その場で火を消せるときは始末し、火の元から離れているときは無理をせず、ゆれがおさまってから火の元を確かめ、電源ブレーカーを落とし、ガスの元栓を締めましょう。
- 出入り口の扉や窓などを開け、逃げ場を確保しましょう。
- 避難できなかった場合は、一番安全と思われる場所で救助が来るのを待ちましょう。
- 市の防災情報など正しい情報を集めましょう。また、家族や支援者などに自分が無事であることなどを伝えましょう。
- 家族、親戚、近所の人、友人、自主防災組織などあらかじめ支援をお願いしておき、避難時には救助を依頼しましょう。
- 貴重品、薬、必要な装具など、非常時の持出品がそろっているかを確認しましょう。



③避難しましょう

- ひとりで行動することを避け、できるだけ集団で行動しましょう。
- 支援者に避難場所までの誘導を頼み、非常用持出品を持って避難しましょう。
- がれきや飛散したガラスなど足元の落下物に気をつけましょう。
- 外出中の家族には、避難先などを書いた連絡メモを残しましょう。
- 狭い路地や切れて垂れ下がっている電線など、危険を避けて避難しましょう。

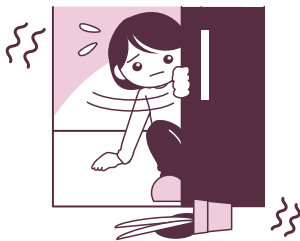


【地震のときの行動フロー】

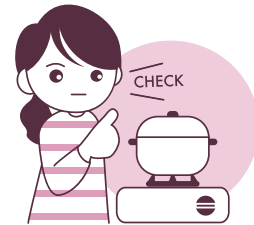


地震発生！まず身の安全

落ち着いて火の元を確認する



でくち かくほ
出口を確保する！



たし じょうほう たし こうどう
確かな情報・確かな行動

火災などで自宅では身の安全
が確保できない場合

自宅で身の安全が確保できる
場合

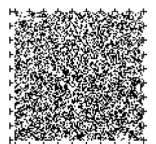
避難場所へ避難

自宅で待機

3

避難場所での心得

- 入所する際、受付で用意されている「避難者カード」等に記入し、配慮してほしい事項を伝えましょう。（安否や所在の確認のためにも記入しましょう。）
- 避難行動要支援者支援制度に登録（6ページ参照）している方は、そのことを伝えましょう。
- 受付の際、必要な設備や介助についてもわかる範囲で伝えましょう。
- 受付で、自分の障がい、体の状況や生活上の注意事項などを伝えましょう。
- マスクの着用、手洗い、咳エチケットを守りましょう。
- 食事や水分をとり、トイレは我慢しないようにしましょう。
- 内部障がいや難病の方などは外見からわからないこともあるので、自分の疾患を説明し、周囲の理解を求めましょう。（共同作業ができない、支給される食事が摂れないなど）



4

ふくしひなんじょ 福祉避難所について

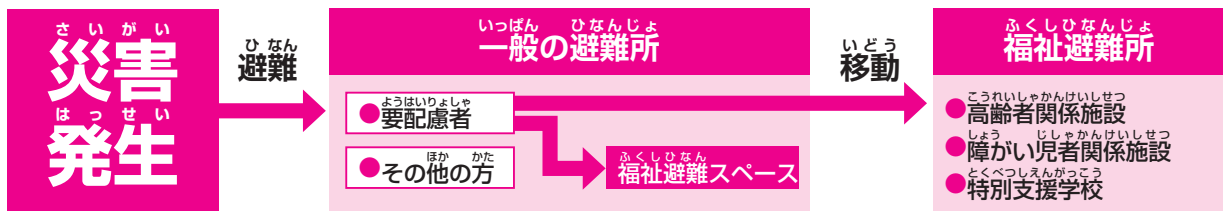
福祉避難所とは、災害時において、要配慮者(高齢者、障がいのある方、妊産婦、乳幼児、難病の方など)のうち、一般の避難所での生活が困難であり、特別な配慮を必要とする方のために、市があらかじめ協力協定を締結している社会福祉施設等に受け入れを要請し、開設する避難所です。

福祉避難所は、災害発生時に必要に応じて開設される「二次的避難所」であるため、一般の避難場所とは異なり、災害発生後すぐに開設される避難所ではありません。

【対象になる方】

食事や排泄、移動等の日常生活全般に介助が必要な在宅の方とその介助者

ふくしひなんじょ 福祉避難所への避難の流れ



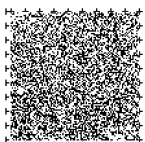
① 災害が発生した場合、危険な場所にいる障がいのある方やその支援者は、近くの避難場所(学校等)など安全な場所にすみやかに避難してください。

② 避難場所の職員が要配慮者の身体状態や必要な支援などを聞き取り、必要に応じ一般の避難場所内に個室や仕切られた空間などの「福祉避難スペース」を確保します。一般の避難場所での生活が困難と判断した場合は、市が福祉避難所協定施設に受け入れを依頼します。

③ 福祉避難所協定施設が受け入れを承諾すると福祉避難所が開設されます。

④ 対象者は福祉避難所に移動します。
指定避難所から福祉避難所への移送は、避難対象者のご家族や地域の支援者(自治会やボランティアなど)により行うことを原則としています。

※福祉避難所は、避難対象者だけでなく、ご家族の方も入所することができます。ただし、スペースの都合により、ご家族については、避難対象者の支援に必要な最低限の人数となります。



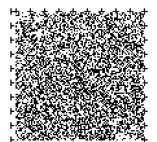
ふくしひなんじょきょうていしせついちらんひょう 福祉避難所協定施設一覧表

ふくしひなんじょ きょうていしせつ いちらんひょう
福祉避難所は、災害発生時に必要に応じて開設される「二次的避難所」であるため、一般の指定避難所
とは異なり、災害発生後すぐに開設される避難所ではありません。

No.	施設名	所在地	施設区分
1	しょうがいしゃふくし こうわりよう 障害者福祉センター厚和寮	こやまちょうにし ちょうめ 湖山町西 3丁目 127	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
2	しょうがいしゃふくし ゆうあいりよう 障害者福祉センター 友愛寮	こやまちょうにし ちょうめ 湖山町西 3丁目 113-1	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
3	ふしの ぶん 伏野つばさ園	ふしの 伏野 2259-43	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
4	ちいきしえんそうごう 地域支援総合センター	ふしの 伏野 2259-17	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
5	すずかけ	しかのちょういまいち 鹿野町今市 1550	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
6	しかの えん 鹿野かちみ園	しかのちょういまいち 鹿野町今市 1078	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
7	しかの だいに えん 鹿野第二かちみ園	しかのちょうてうらうち 鹿野町寺内 102	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
8	うぶみ ぶん うぶみ苑	こやまちょうにし ちょうめ 湖山町西 1丁目 516-3	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
9	まつ せいぼかくえん 松の聖母学園	はく と 白兔 12-1	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
10	とっとりししょうがいしゃふくし 鳥取市障害者福祉センター さわやか会館	とみやす ちょうめ 富安 2丁目 96	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
11	とっとりけんりつしょうがいしゃたいいく 鳥取県立障害者体育 センター	こやまちょうにし ちょうめ 湖山町西 3丁目 129 (しょうがいしゃふくし ない 障害者福祉センター内)	しょう じしゃかんけいしせつ 障がい児者関係施設
12	とっとりけんりつとっとりもうがっこう 鳥取県立鳥取盲学校	こくふちょうみやのした 国府町宮下 1265	とくべつしえんがっこう 特別支援学校
13	とっとりけんりつとっとりようごがっこうたいいくかん 鳥取県立鳥取養護学校体育館	え づ 江津 260	とくべつしえんがっこう 特別支援学校
14	とっとりけんりつはくとうようごがっこうたいいくかん 鳥取県立白兔養護学校体育館	ふしの 伏野 1550-1	とくべつしえんがっこう 特別支援学校
15	とっとりけんふくしじんざいけんしゅう 鳥取県福祉人材研修センター	ふしの 伏野 1729-5	ふくしじんざいけんしゅうしせつ 福祉人材研修施設

ふくしひなんじょきょうていしせつ ほか こうれいしゃかんけいしせつ
※福祉避難所協定施設は、他に高齢者関係施設もあります。

ふくしひなんじょ たいしゅう かた みぢか ひなんばしょ がっこうとう ひなん
※福祉避難所の対象になる方も、まずは身近な避難場所(学校等)に避難してください。



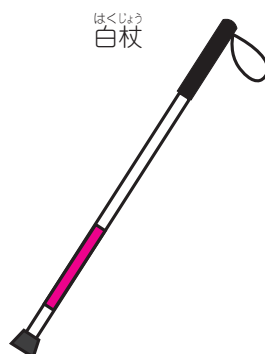
しょう しょう じゅんび さいがい お ひつよう こうどう おも しょう
障がいに応じて準備しておくものや、災害が起きたときに必要となる行動はさまざまです。主な障がいごとに対応例を紹介します。

ほか しょう さんこう じぶん たいおう かんが
他の障がいについても参考にして、自分にあった対応を考えてみましょう。

1 み 見え ない・見え にくい 方

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)

- めがねやルーペ
- 音声読み上げ対応携帯電話 (充電器)
- 時計 (音声、触読式など)
- 緊急時の連絡先の点字・墨字メモ
- メモ用録音機 (予備の電池)
- 家族写真 (家族を探してもらうため)
- 白杖
- 点字板など

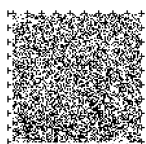


② 事前の対策 (1～10ページ参照)

- 非常用持出品や大事な物などは、いつも同じ場所に置いておきましょう。
- 白杖には、暗闇でもわかるように発光シールなどを貼り、持ち出しやすい場所に置いておきましょう。
- 飛び散ったガラスなどに備え、厚底靴や軍手などを用意しておきましょう。
- 盲導犬がいる方は、ドッグフードを多めに買い置きするなど、パートナーに必要な物も準備しておきましょう。
- 災害時に自動起動して音声放送する鳥取市防災ラジオや鳥取市防災アプリも上手に利用しましょう。
- 配慮してほしいことを、分かりやすく、「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)などに支援者などに記入しておいてもらいましょう。

③ 災害がおきたら (7～12ページ参照)

- 地震後の部屋は、倒れた物やガラスの破片が飛び散っていることがあります。危険なので、あわてて移動しないようにしましょう。
- 大声や笛、ブザーなどで助けを呼び、視覚障がいがあることを地域の方に伝えましょう。
- 地震の場合、家族や地域の方に火気や水回りの点検をお願いしましょう。
- 地震後は道路上に障がい物が増え、いつもと同じように歩行することが難しくなるので、家族や地域の方などに避難誘導をお願いしましょう。
- 水害時は、家族や地域の方と早めに避難しましょう。



見えない・見えにくい方を支援する方へ

～視覚による状況の把握が困難・単独では素早い避難行動が困難～

見えない・見えにくい方は、目からの情報が得にくく、危険を回避することが難しくなります。普段は問題なく生活していた場所も、災害で家や避難経路などの状況が一変すると安全に行動することが難しくなります。

① 介助・支援するとき ～言葉による情報説明が必要～

「何かお手伝いしましょうか」と声をかけ、どのように誘導すればよいか本人に確認しましょう。また、周囲の状況を目で確認できないため、言葉で状況などを説明しましょう。

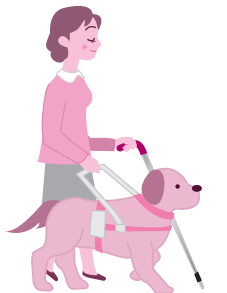


② 避難誘導について

- 白杖を持っていない側または盲導犬と反対の側に立ち、誘導する方の肘の上、または肩を後ろからつかんでもらい、本人のペースに合わせて歩いてください。
- 階段を誘導するときは、階段の前でいったん止まり、「階段の数」と「上りか下りか」を説明し、昇降後は「終わり」を伝えてください。
- ※ 避難する際は、周囲がどのような状況なのかを具体的に説明しながら誘導してください。
- ※ 後ろから押す、手を引っ張る、肩や白杖をつかむことはしないでください。
- ※ 盲導犬を伴っている方に対しては、歩く方向を説明し、盲導犬を直接引いたり、触ったりしないでください。

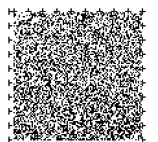
③ 避難場所での対応について

- 避難場所内を案内しましょう。（避難場所の設備、トイレの場所・内部の構造、部屋の広さなど）
- 障がいに応じた環境整備をしてください。
- ・ 壁づたいに移動できるような工夫をしましょう。
- ・ 周囲の状況が把握しやすい場所（入口の近く、トイレに行きやすい場所、壁際など）で過ごせるよう配慮し、また、周囲の状況が変化したら、その都度説明しましょう。
- ・ トイレの誘導で初めて利用する場合には、トイレの入口だけではなく個室まで案内し、トイレの中の様子（便器の向き、水の流し方など）を説明しましょう。
- 情報伝達方法を確立しましょう。
- ・ 市の広報や生活情報など文字による情報は、必ず何が書いてあるか読みあげてください。
- ・ 点字の読めない方もいます。音声によるコミュニケーションも重要です。
- ・ 情報はこれ・あちらなど抽象的な言葉は使わず、できるだけ具体的な表現にしましょう。
- 本人が置いた物を移動させると、物の所在がわからなくなります。移動する場合は、移動した場所を伝え、触ることで確認をしてもらってください。



3

障がい等に応じた準備と対応



2

きこえない・きこえにくい方^{かた}① 非常用持出品や備蓄品^{ひじょうようもちだしひん びちくひん} … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)^{きょうつう せな}

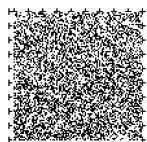
- 補聴器、人工内耳機器^{ほちょうき じんこうないじ き き}
- 予備の電池^{よ び でんち}
- 筆談用具、メモ帳 など^{ひつだんようぐ ちよう}

② 事前の対策^{じぜん たいさく} (1～10ページ参照)^{さんしやう}

- 補聴器、携帯電話、文字情報が得られる携帯端末などはいつも枕元に置くなどして、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- インターネットや文字放送、聴覚障がい者用情報受信装置が使えるようにしておきましょう。
- 災害時にライトが点灯する鳥取市防災ラジオや文字情報でお知らせする鳥取市防災アプリも上手に利用しましょう。
- 筆談のために必要な筆記用具とメモ用紙を持ち歩きましょう。
- 助けを呼ぶための安全笛(ホイッスル)や防犯ブザーなど、音の出るものをいつも身につけましょう。
- 希望するお手伝いの方法(手話通訳、要約筆記など)を分かりやすく、「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)などに記入しておきましょう。
- 飛び散ったガラスなどに備え、厚底靴や軍手などを用意しておきましょう。
- 聴導犬がいる方は、ドッグフードを多めに買い置きするなど、パートナーに必要な物も準備しておきましょう。

③ 災害がおきたら^{さいがい} (7～12ページ参照)^{さんしやう}

- インターネット、テレビ、文字放送、携帯電話、鳥取市防災アプリ、近所の人などから最新の情報を集めましょう。
- 動けなくなった場合、物を叩く、安全笛(ホイッスル)や防犯ブザーなどで自分が居ることを周囲に知らせ救助を待ちましょう。



きこえない・きこえにくい方を支援する方へ

～音による情報が確認できない・音からの危険を察知することが困難～

きこえない・きこえにくい方は、外見からはわかりにくい障がい、まったくきこえない方から補聴器を使用すると聞き取れる方までさまざまです。また、発音が不明瞭で聞き取りにくい場合もあります。災害時の情報が「音声」によって伝達されると、必要な情報の入手が困難です。

① 介助・支援するとき ～視覚による情報説明が必要～

会話するときは、まず相手の視野に入り合図をし、注意を引きつけてから話し始めましょう。まず、きこえない・きこえにくい方は、周囲の情報などが不足するため、支援者等が引率すると安心して避難できます。

手話言語以外にもさまざまなコミュニケーション手段があります。

- ・身振り ・口の動き（口話） ・携帯電話などの画面を見せよう。
 - ・筆談（紙だけでなく、手のひらや空中にも書ける） ・絵や図 など
- 組み合わせることもできますので、会話の初めに確認しましょう。

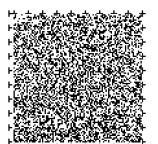
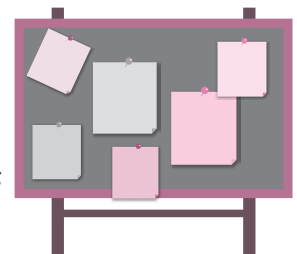


② 避難誘導について

- 合図をして相手の視野に入ってから話しましょう。
 - ・前に回って、口をゆっくり、はっきり動かしましょう。
 - ・「おにぎり」を「もらいに行こう」のように文節を区切って話しましょう。
 - ・筆談は、「いつ」「どこで」などのポイントを簡潔に、わかりやすい表現で書きましょう。
 - 災害・緊急時の情報は、必ず伝えましょう。
- サイレンや防災行政無線等の音による情報はわかりません。緊急情報はメモにして伝えて、正しく伝わっているかの確認をしましょう。

③ 避難場所での対応について

- 情報伝達の方法（視覚による情報伝達などのサポートをする人）の確保
- ・周囲とのコミュニケーションがとれず孤立しないよう、時々様子をうかがいましょう。
- お知らせ掲示板の設置（情報は文字で貼り出してもらうなどの支援）
- ・情報を出す時や更新するときは、ライトを点灯するなどの合図で告知しましょう。
- ・音声で連絡する内容は、わかりやすい言葉で掲示板に書いてもらうよう、避難場所の担当者をお願いしておきましょう。



3

げんごきのう おんせいきのう しょう 言語機能・音声機能に障がいのある方

① 非常用持出品や備蓄品

…（共通で備えておくものは、3、4ページ参照）

- 携帯用会話補助装置
- 電子喉頭器
- 音声拡張器
- 筆談用具、メモ帳
- 予備の電池 など

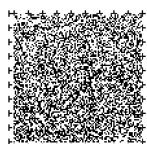
② 事前の対策（1～10ページ参照）

- 携帯電話、文字情報が得られる携帯端末などはいつも枕元に置くなどして、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- インターネットや文字放送、聴覚障がい者用情報受信装置が使えるようにしておきましょう。
- 筆談のために必要な筆記用具とメモ用紙を持ち歩きましょう。
- 助けを呼ぶための安全笛（ホイッスル）や防犯ブザーなど、音の出るものをいつも身につけましょう。
- 配慮してほしいことを分かりやすく、「災害時情報メモ」（38、39ページ参照）などに記入しておきましょう。
- 災害時にライトが点灯する鳥取市防災ラジオや文字情報でお知らせする鳥取市防災アプリも上手に利用しましょう。



③ 災害がおきたら（7～12ページ参照）

- インターネット、テレビ、文字放送、携帯電話、鳥取市防災アプリ、近所の人などから最新の情報を集めましょう。
- 動けなくなった場合、物を叩く、安全笛（ホイッスル）や防犯ブザーなどで自分が居ることを周囲に知らせ、救助を待ちましょう。



言語機能・音声機能に障がいのある方を支援する方へ

げんごしょう
言語障がいには

「言語機能の障がい」……失語症、言語発達障がいなど言葉の理解や適切な表現が困難です。
「音声機能の障がい」……きつおん症、構音障がい、発声機能の喪失など、言葉の理解に支障はありませんが発声が困難です。
発音が不明瞭で聞き取りにくい場合もあります。
聴覚障がいと言語障がい重複することもあります。

① 介助・支援するとき

コミュニケーション方法は「手話言語」「筆談」「口話」など様々で、組み合わせて使うこともありますので、会話のはじめに確認しましょう。

発語が円滑にできない方もあり、意思や気持ちを口頭で伝えられなかったり、口頭で伝えるには時間を要す方もいます。本人の受け答えの様子を見ながら、複数の方法を用いて情報を伝達しましょう。

② 避難誘導について

● 会話をするとき

・言語機能や音声機能に障がいのある人との会話では、一つ一つの言葉を聞き分けることが大切です。聞き取りにくい場合は繰り返し聞いたり、筆談に切り替えたりして、伝える内容を確認しましょう。わかったふりをされるとトラブルになることがあります。

・「おにぎり」を「もらいに行こう」のように文節ごとに区切って話しましょう。

・筆談は、「いつ」「どこで」などを簡潔に書いてください。

・言語障がいのある方の中にはきこえる方もいます。筆談で尋ねられたら声で答えましょう。

● 災害・緊急時の情報は、必ず知らせましょう。

サイレンや防災行政無線がきこえにくい方もいます。時に命に関わりますので、

緊急情報はメモにして伝えて、正しく伝わっているか確認しましょう。

③ 避難場所での対応について

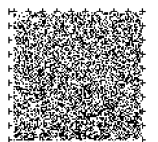
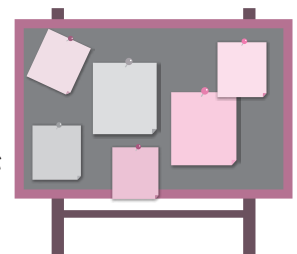
● 情報伝達の方法（視覚による情報伝達などのサポートをする人）の確保

・周囲とのコミュニケーションがとれず孤立しないよう、時々様子をうかがいましょう。

● お知らせ掲示板の設置（情報は文字で貼り出してもらうなどの支援）

・情報を出す時や更新するときは、ライトを点灯するなどの合図で告知しましょう。

・音声で連絡する内容は、わかりやすい言葉で掲示板に書いてもらうよう、避難場所の担当者にお願いしておきましょう。



もう しゃ しえん かた 盲ろう者を支援する方へ

～ひとりでの避難ができないため、孤立による不安と恐怖の軽減が必要～

視覚と聴覚の両方に障がいをおわせ持つ人を「盲ろう者」といいます。

盲ろう者は、次の4つに分けられます。

- (1) 【全盲・ろう】 全く見えず聞こえない
- (2) 【全盲・難聴】 全く見えず少し聞こえる
- (3) 【弱視・ろう】 少し見えて全く聞こえない
- (4) 【弱視・難聴】 少し見えて少し聞こえる

障がいの程度などによりコミュニケーション方法が異なります。手話言語、触手話、点字、指点字、音声などの方法がありますが、手のひらに指で字を書く「手のひら書き」も多く使われています。

災害発生時には、状況の把握が困難であるため、ひとりでの避難・脱出はできません。移動するためには必ずサポートが必要になります。さらに、発音が不明瞭で聞き取れない場合もありますのでコミュニケーションのとり方が重要となります。

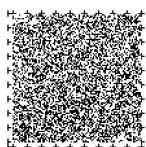
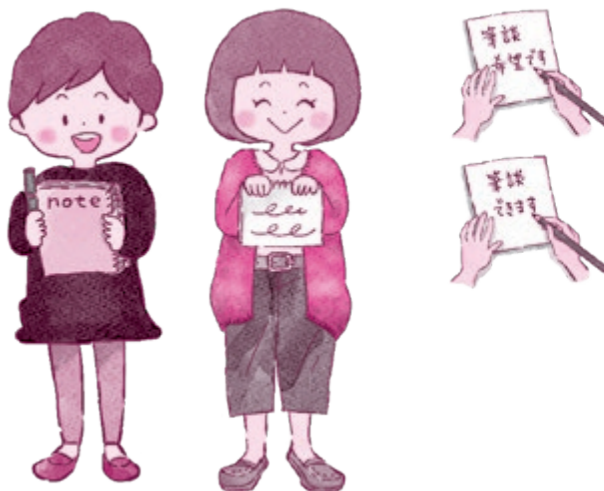
また、人に触れなければ隣にいる人の存在もわかりません。

大勢の人の中にあっても自分以外の人の存在を感じることができないため、災害時に、孤立感からの恐怖や不安は私たちの想像を超えるところです。恐怖感や不安感をやわらげるために配慮をお願いします。

① かいじょ しえん 介助・支援するとき ～状況把握が困難～

● その方にあったコミュニケーション方法を行いましょう。

生活環境や視覚障がいと聴覚障がいの程度、また、その障がいの発症時期により、コミュニケーション方法が一人ひとり異なります。手のひらに文字を書く「手書き文字」や、相手の手に触れて手話言語の形を読み取る「触手話」、盲ろう者の指を直接たいて点字を表す「指点字」などがあります。いろいろなコミュニケーション方法を試して、その方にあった方法を見つけましょう。



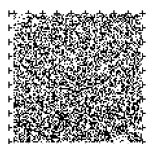
②避難誘導について

- 見えにくい・見えにくい方に声掛けをしても反応がない場合は、盲ろう者かもしれません。まず、正面から肩か腕を軽くたたいて注意を促してから、手のひらに文字を書いて、コミュニケーションを図ってみましょう。(手のひらに文字を書くときは、1文字ずつ大きく書きましょう。)
- 誘導する場合
 - ・白杖を持っていない側、または、補聴器装着側に立って、誘導する方の肘の上、または肩をつかんでもらいます。
 - ・誘導するときは、自分が半歩前に出て、肩や肘などにつかまってもらい、足元に注意しつつ、相手の歩くスピードに合わせて歩きましょう。
 - ・後ろから押す、手を引っ張る、肩や白杖をつかむことはしないでください。
 - ・足元だけでなく、盲ろう者の身長と同じか少し低い木の枝、看板などに十分注意しましょう。



③避難場所での対応について

- マンパワーを確保しましょう。
- ・移動時に支援する人(誘導方法を理解しておきましょう。)
- 環境整備の配慮をしましょう。
- ・壁づたいに移動できるような工夫をしましょう。
- ・周囲の状況が把握しやすい場所(入口の近く、トイレに行きやすい場所、壁際など)で過ごせるよう配慮し、また、周囲の状況が変化したら、その都度説明しましょう。
- ・トイレの誘導で初めて利用する場合には、トイレの入口だけではなく個室まで案内し、トイレの様子(便器の向き、水の流し方など)を説明しましょう。
- 周りの状況を説明することも大切です。
- ・盲ろう者は、会話の内容だけでなく、周囲の状況もわかりません。「人がたくさん集まっていて、にぎやか」といったその場の状況を伝えることも大切です。会話の内容に追加して、伝えましょう。
- 情報からの孤立を防ぎましょう。
- ・本人にあったコミュニケーション方法による情報の提供をしましょう。
- ・情報提供後は、伝わっているかどうか常に確認してもらいましょう。



4

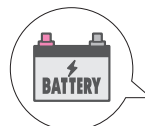
したい しょう 肢体に障がいのある方 かつ

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)

- 電動車いす用のバッテリーや充電器
- おんぶひも、毛布や担架など(避難支援が受けやすいよう)
- 床ずれ対策ができるもの
- 紙おむつや簡易トイレなど自分にあった排泄処理用具 など



おんぶひも



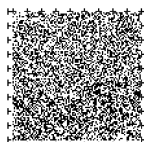
電動車いすの
バッテリー

② 事前の対策 (1～10ページ参照)

- 寝る場所や居住空間は、タンスや本棚など倒れてくる物がないようにし、避難しやすい1階を選ぶようにしましょう。
- 安全笛(ホイッスル)や防犯ブザーなど音の出るものをいつも身につけましょう。
- 車いすが十分通れる幅を常に確保しておきましょう。
- 歩行補助具や車いすは、安全な場所に置き、暗闇でもわかるように発光シールなどを貼っておきましょう。
- 車いすの空気圧や電動バッテリー(充電や液量)は、常にチェックしておきましょう。
- 身近な避難所の発電機の有無、機器動作のチェックをしておきましょう。
- 配慮してほしいことを、わかりやすく「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)などに記入しておきましょう。
- 介助犬がいる方は、ドッグフードを多めに買い置きするなど、パートナーに必要な物も準備しておきましょう。

③ 災害がおきたら (7～12ページ参照)

- 動ける場合は、這うなど安全な姿勢をとり、補助具や非常用持出袋を準備し、支援を頼みましょう。
- 動けない場合は、大声や笛、ブザーなどで大きな音を立て助けを呼びましょう。
- 火災が起きたときは、家の外に出ることを優先しましょう。



肢体に障がいのある方を支援する方へ

～下肢障がいなど障がいの程度によっては自力での歩行や素早い避難行動が困難～

肢体に障がいのある方は、先天性または病気、事故、加齢によって運動機能に制限があります。災害発生時、まず直面する問題が「避難」です。体を動かすことに支障があることが多いため自分の体を守ること、自力で避難・脱出することが困難な方もいます。

また、行動に制限があるため、車いすや杖などの福祉用具や日常的な介助を利用して生活をしている方も多く、避難生活においても食事や排泄、入浴、移動などにサポートが必要です。運動機能に制限があるといっても、その原因は神経系、脳、骨、筋肉などさまざまで、病状や障がいも手や足、体など一人一人状況が異なります。

① 介助・支援するとき ～相手の希望に沿うこと～

肢体に障がいのある方を介助・支援するときには、どのような方法で支援してほしいかなど本人に確認しましょう。希望を聞いて、できる限り希望に沿えるように対応することが重要です。

② 避難誘導について

●歩行困難な方を救助する場合

- ・車いすに移乗できる場合は車いすを使用してください。
- ・車いすに移乗する時間もない場合は、毛布・マットレスなどに乗せ移動しましょう。
- ・障がいの程度によっては、背負ったり抱えて移動することも有効です。

●杖歩行の方を誘導する場合

- ・屋外ではできる限り舗装されている路面に誘導し、転倒防止に努めてください。
- ・誘導は基本的に、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、バランスを崩したときに対応できるようにしましょう。

- ひとりでの誘導が難しいときは、速やかに応援を依頼しましょう。

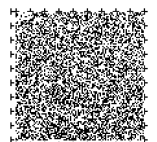
③ 避難場所での対応について

受付の際に、必要な設備や介助について希望を確認して、避難者カードに記入しましょう。

(避難場所のトイレが使用できない場合なども考えられますので、支障を生じることがないかなど、障がい者本人によく確認しましょう。)

●障がいに応じた環境整備や配慮をしましょう。

- ・車いすや歩行困難者が動ける環境を整備しましょう。
(通路確保・段差の解消・通路に物を置かないなど)
- ・車いす対応トイレがある場合はトイレの場所を案内し、本人の意向を確認の上、トイレに近い場所を確保するなど、移動が少なくてすむよう配慮しましょう。

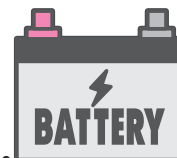


- ・肢体に障がいがある方には体温調節が困難な方もいますので、毛布等を用意しましょう。また、「寒くないですか？」などと声掛けをしましょう。



《車の介助の方法》

- マンパワーを確保しましょう。
- ・介助者または介助技術を指導できる人を配置しましょう。
- ・食事・排泄・入浴・移動などの積極的なサポートをしましょう。
- バッテリー利用者(電動車いすなど)のための電源を確保しましょう。
- 動作ごとに「車いすを押します。」など、必ず本人に声をかけてから介助しましょう。
- 階段などの段差では、3～4人で運ぶのが安全です。上がる時は車いすを前向きに、下りるときは車いすを後ろ向きにするのが安全で恐怖感を与えません。いずれもブレーキをかけた上で行いましょう。



車いすを利用されている方などの移動の手引き

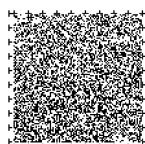
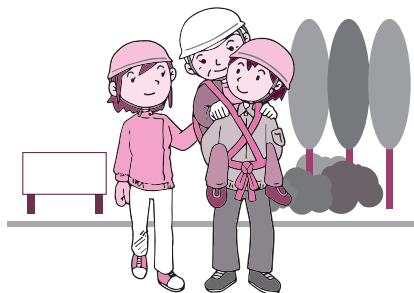
- ・10cm程度の段差は傾けて持ち上げられます。



- ・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、手動車いすは2～4人で持ち上げられます。電動車いす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。
- ・車いすが使えない坂道や高層階では、おんぶひもや担架を用意しておくで安心です。



5

ないぶしょう 内部障がい・なんびょう 難病のある方（きょうつうじこう 共通事項）

① ひじょうようもちだしひん 非常用持出品やびちくひん 備蓄品 …（きょうつう 共通で備えておくものは、3、4ページ（さんしやう）参照）

- ちゅうだん 中断できない薬やくすり てんてき 点滴などとそのようぐ 用具
- ちりやうしょく 治療食やとくべつしょく 特別食など

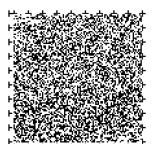
② じぜん 事前のたいさく 対策（1～10ページ（さんしやう）参照）

- さいがいの 災害時のたいお 対応やひ 日ごろからの 飲んでる くすり とくしゅ 特殊な ちりやうしょく 治療食の ぞな 備えなどについて、しゅじい 主治医と そうだん 相談しておきましょう。
- とうめん 当面の間、あいだ いりやうこうい 医療行為が う 受けられなくなる かのうせい 可能性があるので、しゅじい 主治医と そうだん 相談して、ひつよう 必要な いやくひん 医薬品や いりやうきざい 医療器材を ぞな 備えておきましょう。
- かりつけの いりやうきかん 医療機関と そうだん 相談し、しえん 支援を受けられる いりやうきかん 医療機関の リストをつく 作っておきましょう。
- かぞく 家族にも いりやうきかん 医療機関からの し 指示や きんきゅうじ 緊急時の たいしよほう 対処法を よく せつめい 説明し、りかい 理解してもらっておきましょう。
- ちりやうほうほう 治療方法や かいじょ 介助の方法について、できるだけ くわ 詳しく、わ 分かりやすく、「さいがいの 災害時情報メモ」などに きにゅう 記入しておきましょう。（38、39ページ（さんしやう）参照）
- さいがいの 災害時に ライトが てんとう 点灯する とっとりしほうさい 鳥取市防災ラジオや もじじょうほう 文字情報で とっとりしほうさい お知らせする とっとりしほうさい 鳥取市防災アプリも じょうず 上手に りよう 利用しましょう。



③ さいがいの 災害が おきたら（7～12ページ（さんしやう）参照）

- あわてて 無理な 行動をとると びやうじょう 病状が あっか 悪化するため、とっとりしほうさい テレビや 鳥取市防災アプリ、ラジオなどで じょうきやう 状況を かくにん 確認し、あんぜん 安全を かくほ 確保しつつ、しえんしゃ 支援者に しょう 障がいがあることを ちか 告げ、ひなんばしょ 近くの ひなんばしょ 避難場所や いりやうきかん 医療機関に ゆうどう 誘導してもらいましょう。
- しょう 障がいがあるかどうか がいけん 外見からは わ 分かりにくいので、ひなんばしょ 避難場所では ヘルプマーク（6ページ（さんしやう）参照）を みに 身に着けておくなど、しゅうい 周囲の ひと 人に しょうたい 身体の じょうきやう 状況や せいかつじょう 生活上の ちゅういじこう 注意事項を つた 伝えておきましょう。
- じんこうとうせき 人工透析や ちゅうしゃ インスリン注射など とくべつ 特別な ちりやう 治療が ひつよう 必要な方は、ひなんばしょ 避難場所の うけつけ 受付で ひなんしゃ 用意されている 避難者カードに きにゅう 記入しましょう。



内部障がい、難病のある方を支援する方へ(共通事項)

～自力歩行や素早い避難行動が困難、医療的ケアや常時使用の医療機器・医薬品が必須～

内部障がいとは、心臓、呼吸器、じん臓、ぼうこう、直腸、小腸、免疫機能、肝臓などの機能の障がいです。内部障がいのある方は、さまざまな臓器や免疫機能に障がいのある方で、常に生命維持のための医療的ケアや、継続した医療や健康管理、介護が必要です。被災により治療やケアが受けられなくなると命にかかわる場合もありますので、日ごろからの準備が大切です。また、障がいが見えにくいので、周囲の理解が必要となります。

難病とは、病気の原因が不明だったり、治療の方法が確立されていないため、長期の療養を必要とする疾患です。普段から医療を必要としている点では、内部障がいと同様ですが、病気によって症状もさまざまなので、その方の症状に合った対応をしましょう。

① 介助・支援するとき ～外見からはわからないため、周囲の配慮が必要～

外見などでは障がいがあるかどうかかわりにくく、また、自力歩行や素早い避難行動が困難な場合があります。病気の程度や障がいの状態によって、必要な支援が大きく異なるため、一人ひとりの状況の把握が必要です。

災害発生時に医療が受けられないと、命にかかわる方もいます。

② 避難誘導について

●どのような支援や配慮が必要か、本人や家族に確認しましょう。

●アンビューバック（手動式人工呼吸器）、酸素ボンベ等、非常時に使うものについては、介護者は使用方法を熟知しておきましょう。

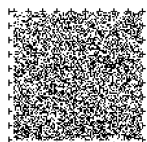
●必要に応じ医療機関に連絡して、その指示に従いましょう。

●携帯電話は、ペースメーカーに誤作動を生じさせる可能性があるため、使用する場合は本人に確認しましょう。

③ 避難場所での対応について ～いつも通りの治療やケアが継続できるか～

●薬、食事、器具など必要な物の確保に努めましょう。

●特別な治療が必要な方は、受付で避難者カードに記入しましょう。



【心臓に障がいのある方】

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4、24ページ参照)

- 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メモ
- 発作時に必要な薬 など

② 事前の対策 (1～10、24ページ参照)

- ペースメーカーを埋め込んでいる方は、かかりつけの医療機関や機器メーカーに、機器が故障したときの対応、緊急時の連絡方法などを、相談しておきましょう。
- 日ごろから主治医に薬の作用や作用時間の長さ、薬が飲めなかった時の影響について確かめておきましょう。

③ 災害がおきたら (7～12、24ページ参照)

- 一定以上の身体活動や心的ストレスにより、心臓に負荷がかかると、呼吸困難や狭心症の発作などが発症することがあるため、できるだけ落ち着いて、無理な行動はせず、早めに支援を求めましょう。
- 避難場所では心身の安静が保てるような場所を確保してもらい、避難場所担当者に必要な支援を求めましょう。

【じん臓に障がいのある方】

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4、24ページ参照)

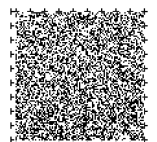
- 透析用の薬（リン、カリウム吸着材など）や用具
- 機材の予備電源 腹膜透析用セット 血液検査に対応してくれる医療機関の連絡先 など

② 事前の対策 (1～10、24ページ参照)

- 透析ができない場合の対策を、主治医や家族などと話し合っておきましょう。
- 透析条件を「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)などに記入しておきましょう。

③ 災害がおきたら (7～12、24ページ参照)

- 薬や透析が継続できるよう、配慮が必要なことを受付で避難者カードに記入しましょう。
- 災害時には、透析が受けられなかったり、支給された食料ではじん臓に負担をかける可能性があります。たんぱく質、塩分、カリウムは控え、水分摂取を適切に行いましょう。
- 食事管理(カリウム制限など)をしている場合は、受付の際は、そのことを避難者カードに記載しましょう。



【呼吸器に障がいのある方】

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4、24ページ参照)

- アンビューバッグ (蘇生バッグ=手動式人工呼吸器)
- ネブライザー (吸入器)
- 手動式吸引器
- 酸素濃縮器
- 液体酸素ポンペ
- 携帯用酸素ボトル
- 予備バッテリー など



アンビューバッグ

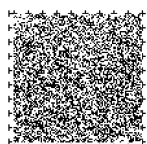
② 事前の対策 (1~10、24ページ参照)

- 救急対応について、家族や主治医、吸引器・人工呼吸器などの器機を取り扱う業者などと話し合っておきましょう。
- 酸素チューブの配管は、からまないよう工夫しておきましょう。
- 酸素濃縮器や液体酸素ポンペは、火気から離れた場所に保管して、倒れないようしっかり固定しておきましょう。



③ 災害がおきたら (7~12、24ページ参照)

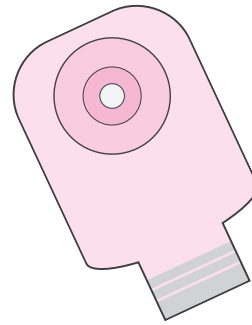
- 極度の不安や緊張からパニック状態になると、酸素消費量が増えてしまうので、できるだけ落ち着いて行動しましょう。
- 避難場所では、配慮が必要なことを受付で避難者カードに記入しましょう。



【ぼうこう・^{ちよくちょう しょう}直腸に障がいの^{かた}ある方】

① ^{ひじょうようもちだしひん}非常用持出品や^{びちくひん}備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4、24ページ^{さんしやう}参照)

- ^{そうぐいつしき}ストーマ装具一式 (1 か月分程度)
- ウェットティッシュ
- ティッシュペーパー
- ^{はくりざい}剥離剤
- ^{しょうしゅうじゅんかつざい}消臭潤滑剤
- ^{よう}ストーマ用はさみ (装具穴あけ用)
- ^{はいきよう}廃棄用ビニール袋
- ^{どうよう ひつよう きく}導尿に必要な器具 (カテーテル)
- ^{みず}水がいらない洗剤 など



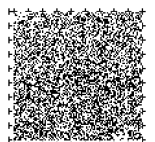
ストーマ装具

② ^{じぜん}事前の^{たいさく}対策 (1～10、24ページ^{さんしやう}参照)

- ^{ひなんせいかつじ}避難生活時の^{せんちやう}ストマケアや^{けんこうかんり}洗腸、健康管理 (特に^{とく}排便^{はいべん}コントロール) などについて、かかりつけ^い医や^{かんごし}看護師などに^{かくにん}確認しておきましょう。
- ^{せんちやう}洗腸の方は、^{かた}自然^{しぜんはいべん}排便に慣れておきましょう。
- ^{そうぐ}ストーマ装具のメーカーやサイズ、^{はんばいてん}販売店の^{れんらくさき}連絡先などを「オストメイトカード」などに^{きにゆう}記入しておきましょう。

③ ^{さいがい}災害がおきたら (7～12、24ページ^{さんしやう}参照)

- ^{ひなんばしよ}避難場所についたら^{うけつけ}受付で「オストメイト」(^{じんこうこうもん}人工肛門・^{じんこう}人工^{ほゆうしゃ}ぼうこう保有者)であることを^{ひなんしゃ}避難者カードに^{かなら}必ず^{きにゆう}記入しましょう。
- ^{ひなんばしよ}避難場所では、^{かいすう}トイレの回数^きを^{しよくじ}気にして^{いんりようすい}食事や^{せいげん}飲料水^{たいちやう}を制限しないで、^{くず}体調を崩さないよう^き気を^つ付けましょう。



6

重症心身障がいのある方・医療的ケアが必要な方

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)

- 薬やお薬手帳
- 栄養食、とろみ剤、点滴などとその用具
- ベビーフード、レトルトのおかゆなど
- ハンドミキサー、はさみなど

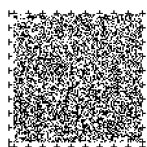
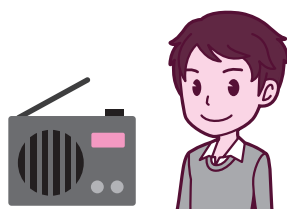
② 事前の対策 (1～10ページ参照)

- 災害時の対応、日ごろから飲んでいる薬や栄養食の備えなどについて、主治医に相談しておきましょう。
- 当面の間、医療行為が受けられなくなる可能性があるので、主治医と相談して、必要な医薬品や医療器材を備えておきましょう。
- 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。
- 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、理解してもらっておきましょう。
- 介助の方法について、できるだけ詳しく分かりやすく、「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)を記入し、活用しましょう。
- 災害時にライトが点灯する鳥取市防災ラジオや文字情報でお知らせする鳥取市防災アプリも上手に利用しましょう。



③ 災害がおきたら (7～12ページ参照)

- テレビやラジオ、鳥取市防災アプリなどで状況を確認し、避難するときは助けを頼みましょう。安全を確保しつつ、支援者に障がいがあることを告げ、近くの避難場所や医療機関に誘導してもらいましょう。
- 特別な治療が必要な方は、避難場所の受付で避難者カードに記入しましょう。



重症心身障がいのある方・医療的ケアが必要な方を支援する方へ

～自力での避難行動が困難～

重症心身障がいとは、重度の身体障がいと重度の知的障がい重複している障がいです。麻痺や拘縮があり、移動や食事、入浴、排せつ、寝返りなどを自分一人ですることが困難なため、自宅で福祉サービスを受けたり、医療や福祉サービスを提供する専門施設に入所したりしています。

災害発生時、まず直面する問題が「避難」です。体を動かすことに支障があるため自分の体を守ること、自力で避難・脱出することが困難です。

また、行動に制限があるため、多くの方が車いすや杖などの福祉用具や日常的に介助を利用して生活をしていることから、避難生活においても食事や排泄、入浴、移動などにサポートが必要です。

① 介助・支援するとき ～相手により添うことが必要～

● 介助者と一緒に、やさしくコミュニケーションをとりましょう。

重い障がいがあっても、内に力をもっています。その力が周りの人々に大きな勇気や希望を与えています。言葉で伝えることは困難ですが、声や身振り、目くばせなどで表現します。いつも介助している人であればわかる手段で気持ちを表現することができます。笑顔で気持ちを伝えます。

② 避難誘導について

● 移動するには、必ず介助者が必要で介助者に抱えてもらったり、車いすなどを使用します。本人の体が大きい場合や医療機器を持ち運ぶ必要がある場合、介助者の負担は大きくなります。少しの距離、段差であっても、移動には人手が必要です。「何かお手伝いすることはありますか」と介助者に声をかけましょう。

● 移動するときは広いスペースが必要です。車いすやストレッチャー（寝かせたまま移動できる車輪付きのベッド）などで移動します。駐車場や施設内の通路、エレベーターなどでは広いスペースが必要です。

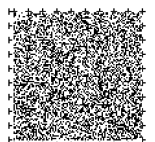
③ 避難場所での対応について

● 環境整備や配慮をしましょう。

● かむ力や飲み込む力が弱く通常の食事が食べられない方がいます。その場合は細かく刻んだり、とろみをつけたりして食べています。介助用の取り皿やスプーンに加えて、ハサミやミキサーが必要な場合があります。

● 特別な治療が必要な方は、避難場所の担当者に伝えましょう。

● 医療的なケアや介護を要する場合には、担当の相談員・かかりつけ医に事前に相談し、対応方法を確認しておきましょう。

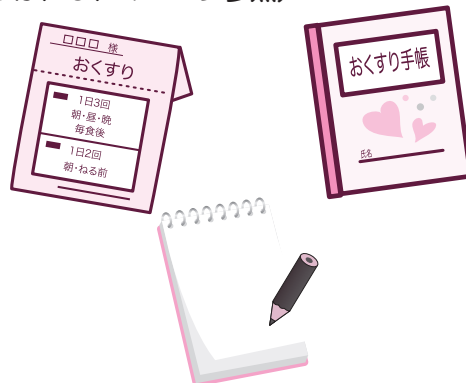


7

知的障がいのある方

① 非常用持出品や備蓄品 … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)

- 薬やお薬手帳
- 耳あてや耳栓
- 絵カード
- えんぴつやペン、メモ帳
- あると安心できるグッズ (おもちゃ、本、音楽、時計など)
- いつも使っている支援に役立つグッズ (イヤーマフなど)



② 事前の対策 (1～10ページ参照)

- 薬やその飲み方、手伝ってほしいことなどを、「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)に書き、普段から身につけたり、非常用持ち出し袋に入れておくようにしましょう。
- 名前や電話番号、住所がわかるものを携帯しましょう。



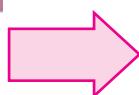
③ 災害がおきたら (7～12ページ参照)

- あわてて、急に外に飛び出したりしないようにしましょう。
- 周りの人に助けてもらいましょう。

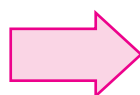
〈地震の場合〉



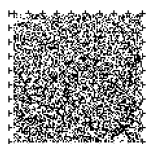
机の下などでゆれがおさまるのを待つ



非常持出品を持つ



安全なことを確認して、外に出て避難する



知的障がいのある方を支援する方へ

～自分で危険を判断し行動することが難しく、急な環境変化への適応が困難～

知的障がいとは、知的機能の障がいがある状態で、日常生活に支障が生じているため何らかの特別の援助を必要とする状態をいいます。難しい単語や複雑な話、抽象的なことは理解しにくく十分な会話ができないが、言葉が話せない方もいます。また、重度の障がいのため、常時介護を必要とする方もいます。急激な環境変化に順応しにくいいため、災害発生時にはパニックになる方もあります。また、困っていても、言葉でうまく伝えられない場合があります。個人差が大きいので、家族や支援者に配慮すべきことを聞くのが望ましいです。

① 介助・支援するとき ～本人のペースに合わせて、わかりやすく～

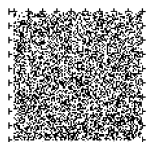
- 「大丈夫ですよ」と落ち着いた口調でやさしく話しかけましょう。
- ゆっくりと、短い簡単な言葉で話しかけましょう。「あれ」「これ」「それ」などの表現を避けてわかりやすい言葉で説明しましょう。
- 言葉で通じない場合は、絵や文字で視覚的に伝えたとわかる方もあります。

② 避難誘導について

- 知的障がいのある方の中には、環境の変化を理解できず気持ちが混乱したり、また、恐怖で動けなくなることもあるので、必ず「何か困っていますか」などの声掛け(名前がわかっている方であれば名前を呼ぶ)をした上で、わかりやすく説明し、安全な場所まで誘導しましょう。
- 「危ない」「怖い」など不安になる言葉をさけ、安心する声掛けをしながら避難誘導しましょう。
- 本人が言ったことを復唱すると、相手にも伝わったことがわかり、安心感に繋がります。
- 危険なことが分からない場合があります。優しく声をかけ危険であることを本人に知らせましょう。(例えば両手で「○(まる)」や「×(ばつ)」を作る、避難する方向を指差すなど)。
- ケガや痛みがあっても伝えられない人、痛みに鈍感な人がいるので表情をよく確認しましょう。

③ 避難場所での対応について

- 環境整備や配慮をしましょう。
 - ・顔見知りの人や仲間と一緒に生活できるエリアを設置しましょう。
 - ・パーテーション(間仕切り)の設置や個室の用意など、落ち着ける空間を確保しましょう。
- 絵に描いたり、メモなど視覚面を含めたコミュニケーションで伝わる方もいます。絵、図、文字(ふりがな併記)など、理解しやすい方法で情報を伝えましょう。
- 周りの方の理解と協力を促しましょう。
 - ・身の回り品や食べ物への特別なこだわりなどの障がい特性を理解しましょう。
 - ・ひとりでは災害状況の把握や避難場所での生活が困難なので、介助者や周囲のサポートをお願いしましょう。
- パニックを起こしたら、周りの危険な物を片付け、落ち着くまで静かに待ちましょう。



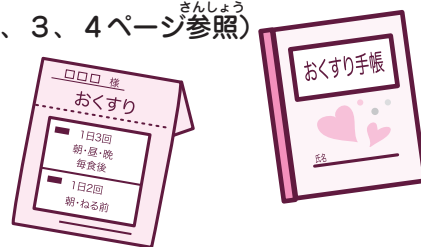
8

せいしんしょう 精神障がいのある方

① ひじょうようもちだしひん びちくひん 非常用持出品や備蓄品

… (共通で備えておくものは、3、4ページ参照)

- いつも飲んでいる薬
- お薬手帳や処方箋
- 医療機関の連絡先 など



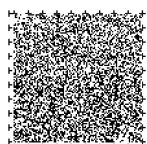
② じぜん たいさく 事前の対策 (1～10ページ参照)

- 災害が発生したときには、動揺やストレスで症状が悪化する場合や通院できない場合などがあるので、かかりつけ医や家族などと、対処方法などを相談しておきましょう。
- 支援を受けるときに対人関係で配慮が必要なことや、支援をしてほしいことを「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)に記入しておきましょう。
- 日ごろ通っている施設や職場、学校などと、災害時の避難場所や緊急連絡方法を話し合っておきましょう。



③ さいがい 災害がおきたら (7～12ページ参照)

- 正しい情報を得るようにし、落ち着いて行動するようにしましょう。
- 混乱して自分で決められないときは、近くの人に支援を頼みましょう。
- 落ち込みやイライラ、不安、幻覚、妄想などが出たときは、近くの人に自分の心の状況や生活上の注意事項を伝えて、医療機関などに連絡してもらうようにしましょう。
- 薬は忘れずに服用しましょう。



せいしんしょう かた し えん かた
精神障がいのある方を支援をする方へ

さいがいはっせいじ いんしんきどうよう はげ ばあい ふだんふくよう くり ひつよう
 ～災害発生時には精神の動揺が激しくなる場合がある・普段服用している薬が必要～

せいしんしょう かんた さまさま せいしんしつかん しょうじょうよう とうやく ちりょう せいかつ
 精神障がいのある方は、様々な精神疾患の症状を、投薬や治療によりコントロールしながら生活し

ひと ひと にがて つか せいかつ ししょう ばあい
 ています。人によっては人づきあいが苦手、疲れやすいなどの生活に支障がある場合があります。

きゅう かんきょう へんか てきおう とくちょう
 また、急な環境の変化に適応しにくいという特徴があります。

① ^{かいじょ}介助・^{しえん}支援するとき

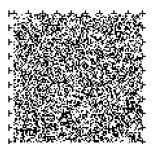
せいしんしょう かた よわ かた しんけい かびん かた にがて かた きゅう
精神障がいのある方は、ストレスに弱い方や神経が過敏な方、コミュニケーションが苦手な方、急な
かんきょう へんか てきおう かた さまざま ふあん やわ こころ しえん
環境の変化に適応しにくい方など様々です。不安を和らげることを心がけて支援しましょう。

② ひなんゆうどう 避難誘導について

- 自分から介助や支援を申し出ることを遠慮する人もいますので、やさしく声をかけましょう。
- 不安をやわらげる避難誘導を心掛けましょう。
- ・冷静な態度で、災害の状況や避難所の位置などをわかりやすい言葉で説明しましょう。
- ・本人を安心させ、冷静さを保つよう声をかけましょう。
- ・不安から大声を出したり落ち着かなくなっても、すぐ怒るのではなく優しく接しましょう。
- ・大きな声で指示したりすると、不安が強くなる場合があるので控えましょう。
- ・混乱して自分の状況や必要な支援を伝えられないこともあるので、「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)など必要なサポート内容や注意点を記載した物がないか確認しましょう。

③ ひなんばしょ たいおう 避難場所での対応について

- 環境整備や配慮をしましょう。
かんきょうせいび はいりょ
- 顔見知りの人や仲間と一緒に生活できるエリアを設置しましょう。
かおみしりひと なかま いっしょ せいかつ
- パーテーション(間仕切り)の設置や個室の用意など、落ち着ける空間を確保しましょう。
ましきり せっち こしつ ようい お かつ ぐうかん かくほ
- 周りの方の理解と協力を促しましょう。
まわ かと りかい きょうりよくうなが
- 葉の飲み忘れないよう、また、心理的に孤立しないように見守りましょう。
くすりの わす しんりてき こりつ みまも
- 急激な環境の変化により、精神的に不安定となったり、病状が悪化する場合があるため、無理強いせず本人の意思を尊重しましょう。
きゅうげき かんきょう へんか せいしんてき ふあんてい びょうじょう あつか ばあい むりじ
- 避難場所と一緒に生活をしている家族の方の心労や悩みを理解し、居場所を確保できるような配慮をしましょう。
ひなんばしょ いっしょ せいかつ かぞく かた しんろう なや りかい いばしょ かくほ はいりょ



9

はったつしょう 発達障がいのある方 かた

① 非常用持出品や備蓄品 ひじょうようもちだしひん びちくひん … (共通で備えておくものは、3、4ページ参照) きょうつう せな さんしょう

- 常備薬やお薬手帳 じょうびやく くすりてちょう
- 筆記用具、メモ帳 ひっきようぐ ちよう
- あると安心できるグッズ(おもちゃ、本、音楽、時計など) あんしん ほん おんがく とけい
- いつも使っている支援に役立つグッズ(絵カード、イヤーマフなど) つか しえん やくだ え
- 食べられる非常食やこだわりのある食品 など た ひじょうしょく しよくひん



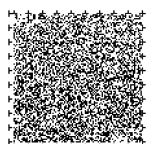
② 事前の対策 (1～10ページ参照) じぜん たいさく さんしょう

- 家族やいつも支援してくれる人などと、災害が起きたときのことを話し合っておきましょう。 かぞく しえん ひと さいがい お はな あ
- コミュニケーションの取り方、気を付けてほしいこと、薬の飲み方、手伝ってほしいことなどを書いた「災害時情報メモ」(38、39ページ参照)を用意しておきましょう。 てつだ か さいがいじじょうほう さんしょう ようい
- 名前や電話番号、住所がわかる名札を身に着けたり、服に縫いつけたりしておきましょう。 なまえ でんわばんごう じゅうしょ なふだ み つ ふく ぬ
- 学校や職場、通っている施設などの行き帰り中に災害があったらどうするか、対応を家族や支援者と一緒に考え練習しておきましょう。 がっこう しょくば かよ しせつ い かえ ちゅう さいがい たいおう かぞく しえんしゃ いっしょ かんが れんしゅう



③ 災害がおきたら (7～12ページ参照) さいがい さんしょう

- 急に外に飛び出したりしないようにしましょう。 きゅう せと と だ
- 周りの人に助けをお願いしましょう。 まわ ひと たす ねが
- 家族などと前もって決めたことを守るようにし、わからなくなったら周りの人に教えてもらいましょう。 かぞく まえ き まも まわ ひと おし



発達障がいのある方を支援する方へ

～急激な環境の変化により、精神的な動揺が見られる～

発達障がいは、自閉スペクトラム症(自閉症、アスペルガー症候群を含む広汎性発達障がいなど)、学習障がい(LD)、注意欠陥多動性障がい(ADHD)など、脳機能の発達に関する障がいです。他人との関係づくりやコミュニケーションをとることが苦手です。いつもと状況が違ったり、変化がおこると対応できなくなったり、パニックを起こしたりすることがあります。障がいの個人差が大きいため、家族や支援者に配慮すべきことを聞くのが望ましいです。

① 介助・支援するとき ～説明は「ゆっくり」「穏やかに」「短く」「具体的に」～

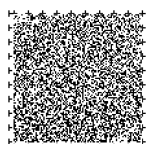
- コミュニケーションをとることが苦手な方もあります。災害時には状況の変化を正確に感じとることが難しい方もいます。
- 要点を絞って、ゆっくり具体的に話をしましょう。
- 図やメモ、写真などを添えて話すと理解しやすくなります。
- それぞれの特性に応じた対応をしましょう。

② 避難誘導について

- それぞれの特性に応じた避難誘導を心掛けましょう。
- ・ 説明や支持をするときは、具体的でわかりやすい言葉(単語)を使いましょう。
- ・ 言葉だけの説明が難しい時は、わかる手段(実物や絵、写真など)を使って伝えましょう。
- ・ 大きい声や強い口調に驚いて混乱を起こす方もいますので、穏やかに優しく話しかけましょう。
- 不安から急に混乱することがありますが、静かな場所に移動し気持ちを静めるようにしましょう。
- ケガや痛みがあっても伝えられない方、痛み鈍感な方がいますので、表情やしぐさをよく確認しましょう。
- 多動の方を誘導する場合には、しっかり手をつなぎましょう。

③ 避難場所での対応について

- 環境整備や配慮をしましょう。
- ・ 顔見知りの人や仲間と一緒に生活できるエリアを設置しましょう。
- ・ パーテーション(間仕切り)の設置や個室の用意など、落ち着ける空間を確保しましょう。
- 座布団や椅子などを置いて、本人の居場所を明示しましょう。
- 絵に描いたり、メモなど視覚面を含めたコミュニケーションで伝える方もいます。絵、図、文字(ふりがな併記)など、理解しやすい方法で情報を伝えましょう。
- 避難場所での過ごし方を絵や短い文に書いて、本人と一緒に確かめましょう。



かくしょう しゃだんたい さいがいたいおう 各障がい者団体の災害対応マニュアル（リンク）

さいがいに じ しょう とくせい おう たいおう ひつよう
災害時においても障がいの特性に応じた対応が必要です。

かくしょう しゃだんたい さいがいたいおう ざくせい さんこう
各障がい者団体が災害対応マニュアルを作成していますので、参考にしてください。

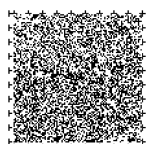
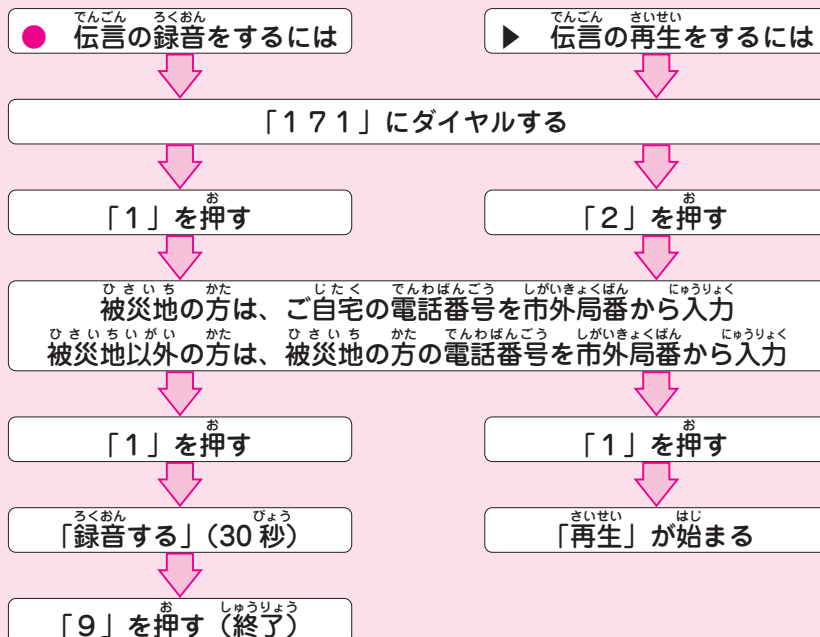
だん たい 団 体	ホームページのアドレス（URL）
いっばんざいだんほうじん 一般財団法人 ぜんにっぽん れんめい 全日本ろうあ連盟	https://www.jfd.or.jp/tohoku-eq2011/shelter-support
しゃかいふくしほうじん 社会福祉法人 にほん し かくしょうがいしゃだんたいれんごう 日本視覚障害者団体連合	http://nichimou.org/legal-system-documentation/#1205bousai
こうえきしゃだんほうじん 公益社団法人 にほん きょうかい 日本てんかん協会	https://www.jea-net.jp/useful
いっばんしゃだんほうじん 一般社団法人 にほん じへいしょうきょうかい 日本自閉症協会	<支援者用（しえんしゃよう）> https://www.autism.or.jp/wp-content/uploads/2022/11/siensayou2012.pdf <本人・家族用（ほんにん・かぞくよう）> https://www.autism.or.jp/wp-content/uploads/2022/11/honninyou2012.pdf
こうえきしゃだんほうじん 公益社団法人 にほん きょうかい 日本オストミー協会	https://www.joa-net.org/ オストメイトの災害対策 .html

さいがいようでんごん 災害用伝言ダイヤル（171）

さいがいようでんごん
「災害用伝言ダイヤル」と
さいがいはっせいじ ひさいち
は災害発生時に、被災地へ
の通話がつながりにくい
状況になった場合、
ひさいちない あんびなど しょうほう
被災地内の安否等の情報を
おんせい ろくおんさいせい こえ
音声で録音再生する“声の
でんごんばん
伝言板”です。

けいたいでんわ りょうかのう
携帯電話も利用可能

そうさほうほう 操作方法

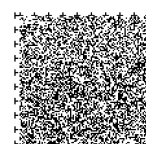


※この「災害時情報メモ」を記入しておいて、いざというときに活用しましょう。

さいがいじじょうほう 災害時情報メモ			
ふりがな	おとこ おんな 男・女		
なまえ 名前	せいねんがっぴ 生年月日 ねん 年 がつ 月 にち 日生		
じゅうしょ (住所) （ だんち 団地、 マンション、 アパート名 ）	〒		
じたくでんわばんごう 自宅電話番号	ファクシミリ FAX		
けいたいでんわばんごう 携帯電話番号	メールアドレス		
けつえきがた 血液型	へいじょうじけつあつ 平常時血圧	/ mmHg	へいじょうじ たいおん みやくはく 平常時の体温と脈拍 ℃・bpm
いりょうほけん 医療保険	けんぽ 国保 こくほ 共済 きょうさい その他（ ごう 号 ） ☐ 健保 ☐ 国保 ☐ 共済 ☐ その他（ ごう 号 ）		
しょうがいしゃてちょう 障害者手帳	しんたいしょうがいしゃてちょう ☐ 身体障害者手帳 （ しゅ 種 きゅう 級 / しょうがいぐん 障害区分 だい 第 ） ☐ 療育手帳（ りょういくてちょう 区分 だい 第 ） ☐ 精神障害者保健福祉手帳（ せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう 級 だい 第 ）		
かいごほけん 介護保険	ようかいごにんてい 要介護認定 だい 第 ようしえん 要支援 1・2 ごう 号 ようかいご 要介護 1・2・3・4・5		
かかりつけ 医療機関など	めい しょう 名 称 じょうざいち 所在地 でんわ ファクシミリ 電話・FAX		
きんきゅうじ 緊急時に 連絡をとりたい 介護事業所など	じきょうしょうめい 事業所名 たんとうしゃめい 担当者名 じょうざいち 所在地 でんわ ファクシミリ 電話・FAX		
とっきじこう [特記事項] ちりょうちゅう しっかん ちりょうないよう ・治療中の疾患、治療内容 しょうやく ようほう ふくやくじょう ちゅうい ・使用薬・用法・服薬上の注意 ほそうく いりょうてき ひつよう きぐ ・補装具・医療的ケアに必要な器具 ・アレルギーの有無・内容 など			

4

その他



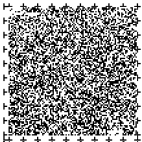
しえん 支援するときに、 し 知っておいてほしい私のこと またきぼうするおてつだいの方法	
---	--

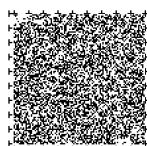
きんきゅうじ れんらく
緊急時に連絡するとき

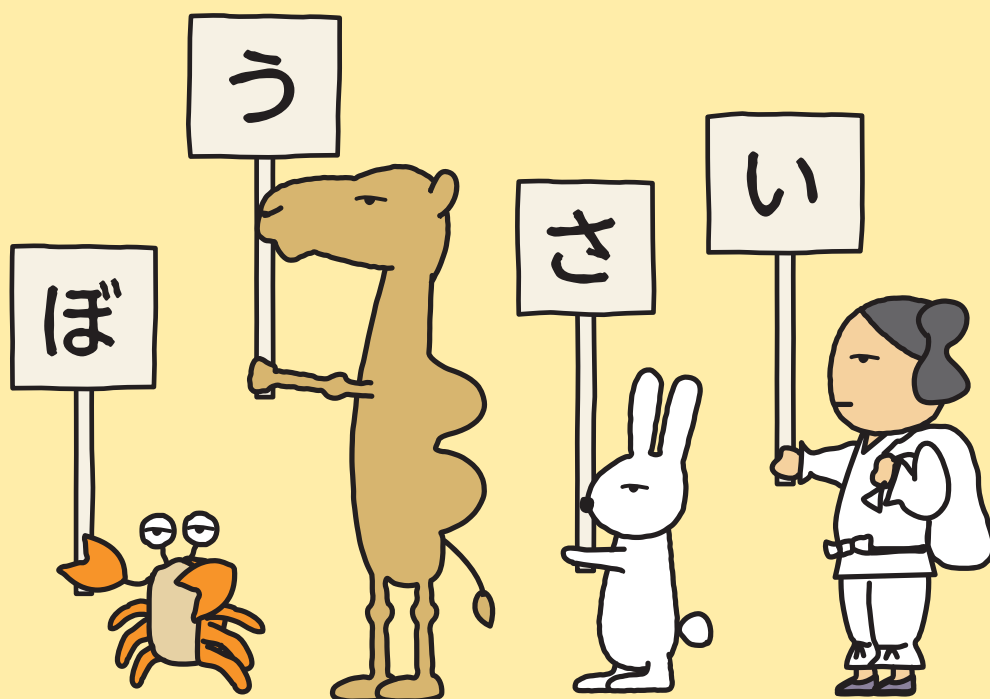
きんきゅうじ 緊急時に れんらく ひと 連絡する人①	な ま え 名 前
	ぞく が ら 続 柄
	じゅうしょ 住 所
	でんわばんごう 電話番号
	メールアドレス
きんきゅうじ 緊急時に れんらく ひと 連絡する人②	な ま え 名 前
	ぞく が ら 続 柄
	じゅうしょ 住 所
	でんわばんごう 電話番号
	メールアドレス
たんとうみんせい 担当民生 じどういん 児童委員	な ま え 名 前
	じゅうしょ 住 所
	でんわばんごう 電話番号

かぞく しゅうごう ばしょ 家族が集合する場所・ ひなん ばしょ 避難する場所		かぞく 家族の なまえ 名前	
--	--	-----------------------------------	--

き に ゆ う び 記 入 日	き に ゆ う し ゃ 記 入 者
ねん がつ にち 年 月 日	
ねん がつ にち 年 月 日	
ねん がつ にち 年 月 日	







れいわ 令和5(2023)年3月発行

編集・発行：鳥取市福祉部障がい福祉課

〒680-8571 鳥取県鳥取市幸町71番地

TEL: 0857-22-8111

(代表/コールセンター番号も同じ)

FAX: 0857-20-3907

E-mail: syougai-fukushi@city.tottori.lg.jp

