

ご近所のご協力で

避難行動

要支援者

を守りましょう

災害犠牲者
ゼロをめざせ!

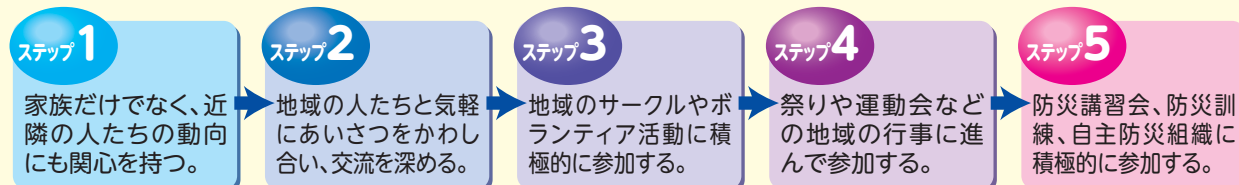


はじめに～地域ぐるみで防災活動を！

地震や台風、豪雨などの自然災害や火災などによって、毎年のように尊い人命が失われています。特に、「要配慮者」や「避難行動要支援者」と呼ばれる人たちは、体を動かすのが困難であるなどの理由で、災害時の対応が遅れることが多いため、大きな被害を受ける危険性が高くなります。

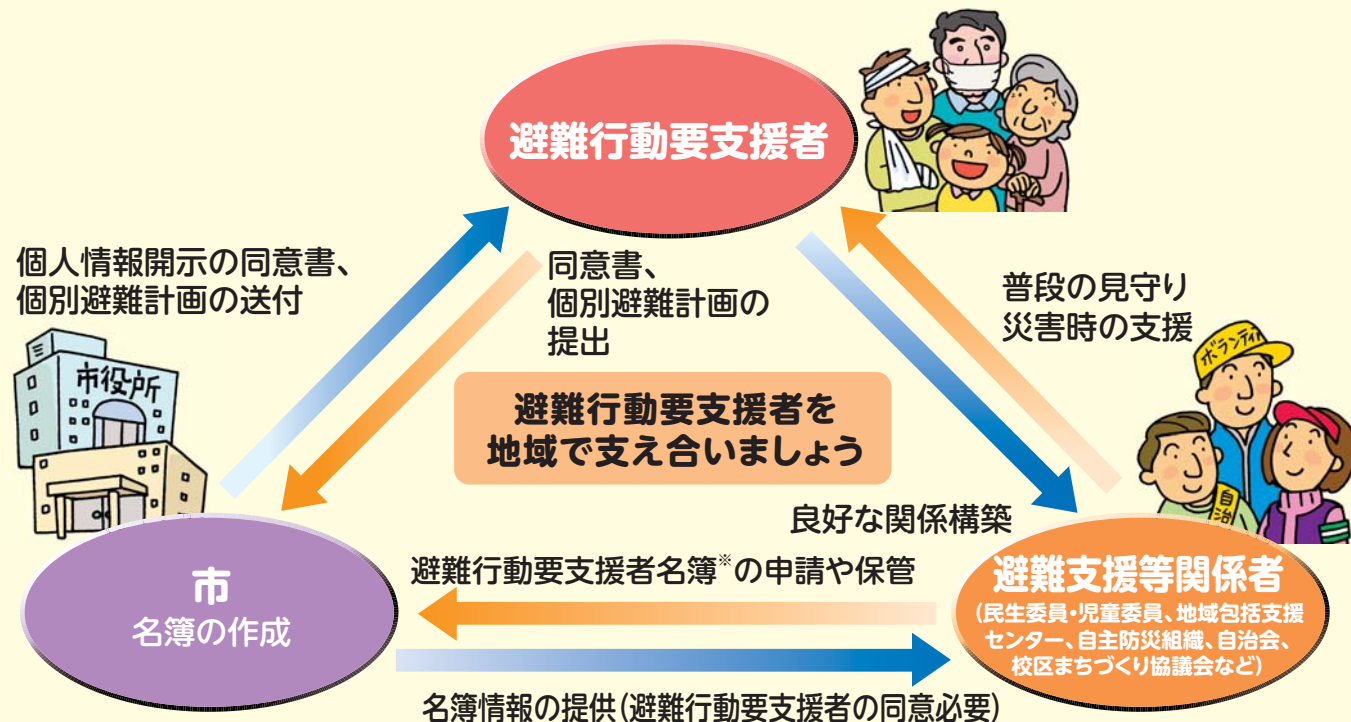
そのような支援が必要な人たちが災害から身を守っていくためには、事前に十分な準備が必要です。本冊子は、要配慮者や避難行動要支援者を理解してもらい、また、当事者である要配慮者や避難行動要支援者自身も日ごろから災害に備えることで、家族や自治会、自主防災組織などの支援がスムーズに進むことを念頭に構成しています。地域の防災活動にお役立てください。

災害に強いまちをつくるための5つのステップ



避難行動要支援者支援制度の仕組みとは？

ひとり暮らしの高齢者や障がいのある人たちなど、災害発生時に支援を必要とする人に対して、自治会・自主防災組織・民生委員・隣近所の人たちなど、地域が連携して助け合う仕組みです。



※避難行動要支援者名簿…災害発生時に、一人で避難することが困難で何らかの助けを必要とする人たちの名簿のこと。

もくじ

パート① みんなで知ろう 支援者編……P1	パート④ 災害時の対応……P13
パート② みんなで知ろう 避難行動要支援者編……P8	パート⑤ 災害時への備えをお忘れなく……P20
パート③ 平常時の対応……P10	

パート① みんなで知ろう 支援者編

要配慮者とは？

必要な情報を迅速かつ的確に把握し、地震や風水害といった自然災害、火災から自らを守るうえで、何らかのハンディキャップを抱え周囲の支援が必要になる人たちのことをいいます。一般的に、体力的な衰えのある高齢者をはじめ、病気や何らかの障がいがある人、そのほか妊産婦、危険を判断し的確に行動できない乳幼児、日本語が理解できない外国人などが挙げられます。

◆要配慮者の特性



避難行動要支援者とは？

災害時に一人で避難することが困難なため、避難行動に支援を必要とする人たちのことをいいます。那覇市では在宅の方で、次の①から⑥で自力避難が困難な方を避難行動要支援者とし、名簿に登録しています。ただし、施設入所者や長期入院患者は除きます。

①	高齢者(65歳以上)のみの世帯	50,292人
②	要介護認定1から5	7,153人
③	身体障害者手帳1・2級(総合等級)	4,695人
④	療育手帳A1・A2	768人
⑤	精神障害者保健福祉手帳1級	851人
⑥	特定医療費(指定難病)受給者証所持者のうち一部の方 小児慢性特定疾病医療受給者証所持者のうち一部の方	135人
合計(実人数)		55,669人

※①から⑥の要件が重複している方がいます

(令和5年11月時点)

知って おこよう!

避難行動要支援者が 困ることと その支援ポイント

避難行動要支援者の特性は個人差も大きく、災害が発生すると、それぞれの避難行動要支援者の状態によって困ることはさまざまです。まわりにいる支援者のみなさんは、その人の状態に合わせたサポートをする必要があります。適切な支援をするためにも、その人が困りそうなことと、支援のポイントを把握し、避難支援を行いましょう。

以下に一般的な「困ること」と「支援ポイント」を挙げますが、これ以外にも身近にいる避難行動要支援者が、必要とすることを確認しておきましょう。

心身障がい者

困ること

●移動などが困難

- ◎歩行に障がいがある場合は、移動が困難です。
- ◎火災が起きても、瞬時の消火や避難が困難です。
- ◎マヒなどで言葉が不自由な人は、困っていること、支援してほしいことをうまく相手に伝えることが困難です。

●危険の察知が困難

- ◎危険の察知や状況判断が困難で、逃げ遅れる場合があります。
- ◎日常と異なる状況では、パニックになってしまふおそれがあります。

支援ポイント

●移動の手助けをする

- ◆外から声をかけても、動けなくて出てこれない場合があります。場合によっては、ドアを壊して助け出す必要があります。
- ◆車いすに乗った人を誘導するときは、車いすが通れる幅(約90cm)が必要になりますので、避難路等を考えておきましょう。また、段差や坂道などではゆっくり安全に移動させましょう。

●相手の希望を確認する

- ◆言葉が不自由な人の話は、ゆっくり聞くよう心がけましょう。
- ◆どのような手助けが必要か書いたものを身につけていれば、それに従いましょう。
- ◆筆談等のコミュニケーションによりどのような支援を求めているかを正確に把握しましょう。

●落ち着かせる、働きかけをする

- ◆冷静な態度で接し、本人を安心させ、落ち着かせるようにしましょう。必ず誰かが付き添い、ひとりにはしないようにしましょう。
- ◆体に触れたりすることで、よけいに混乱したり、大声をあげたり、予期しない行動をとる場合がありますが、しつこくしないようにしましょう。
- ◆災害時には、手を引くなどして安全な場所へ誘導しましょう。



耳が不自由な人

困ること

●普段困ること

- ◎まわりで話していることがわからないので、コミュニケーションをとりにくいことがあります。

●言葉だけでは伝わらない

- ◎音声での情報が伝わりません。
- ◎耳が不自由だからといって、必ずしも手話ができるわけではありません。
- ◎駅など大勢の人がいる場所で被災したら、声だけの避難指示や誘導には対応できません。
- ◎火災が起きても、119番通報で情報を伝えることができません。

支援ポイント

●直接働きかけをする

- ◆耳が聞こえなくて困っている人、助けを求めている人を見たら、肩を軽くたたくなどの合図をして、助けましょう。
- ◆ひとり暮らしの人には、外から声をかけたり、ノックをしたりしても聞こえませんが、場合によってはドアを壊して助け出す必要があります。



●手話が使えない場合

- ◆手話が使えなくても、携帯電話や手書きのメモを見せたり、手ぶりや、手のひらに指で字を書くなどして情報を伝えましょう。また、正面から顔をあわせ、口をゆっくり大きくあけてしゃべり、唇の動きを見もらうなどしてコミュニケーションをとりましょう。



目が不自由な人

困ること

●普段困ること

- ◎災害時に備えて近所づきあいをしようと思っても、目が不自由なため自分から声をかけることができません。

●移動が困難

- ◎普段は白杖を使ってひとりで動くことができていた人も、災害時には街の様子が変わってしまうので、ひとりで動くことができません。
- ◎災害時には、自発的には避難できません。

●状況がわからない

- ◎支援者がそばにいないことがわからないので、自分から助けてほしいと声をかけることができません。
- ◎被災状況がわからないため、危険の度合いが判断できず、とても不安であり、危険です。
- ◎火災が起きると、とても不安であり危険です。
- ◎外出時に被災すると、様子がわからず危険です。

支援ポイント

●支援者から声かけをする

- ◆声をかけないと本人にはわからないので、支援者の人は普段から声をかけるようにしましょう。
- ◆目が不自由で困っている人、助けを求めている人を見たら、できるだけ声をかけて助けましょう。
- ◆火災が起きたときは不安が大きいので、どこが火事で、危険かなどをいち早く教えましょう。

●誘導のポイント

- ◆誘導するときは、ひじにつかまってもらい、歩行速度に気をつけながら支援者が先に立って誘導しましょう。
- ◆誘導時に階段等がある場合は、一段一段伝えて注意を促し、段差に気をつけて安全に誘導しましょう。

●文字情報に注意

- ◆張り紙などの文字情報等から取り残されてしまいますので、できるだけ声に出して、情報を伝えましょう。



高齢者

困ること

●当人の状態などによってさまざま

- ◎認知症などで危険の察知や状況判断ができない人がいます。
- ◎自らの力で動けない人がいます。
- ◎体力に自信がなくて避難できないことがあります。

支援ポイント

●安心して希望を聞く

- ◆まず声をかけて不安を取りのぞき、どのような手助けが必要か聞きましょう。

●さまざまな状況に対応が必要

- ◆ひとりでは助けられない場合がありますので、できれば複数の人で支援しましょう。
- ◆まず落ち着いてもらい、その人の体力に応じて、ゆっくり誘導しましょう。持ち出し品などは持つよう心がけましょう。



要配慮者が困ることとその支援ポイント

乳幼児のいる家庭

困ること

●一時的に行動が制限される

- ◎子どもを抱えての単独での避難は、本人も不安で危険をとまいます。
- ◎乳幼児を抱えての避難は大変危険です。また、持ち出し品もたくさん持てません。

支援ポイント

●相手の希望を確認する

- ◆どのような手助けが必要か、まず聞いてみましょう。
- ◆乳幼児を連れた人や妊産婦を見かけたら付き添うよう心がけましょう。



外国人

困ること

●生活習慣の違いから困ることがある

- ◎言葉で伝えきれないため、ちょっとしたことで不便を感じる場合があります。

●言葉だけでは伝わらない

- ◎言葉でのコミュニケーションが難しいため、状況を把握したり助けを呼んだりすることが困難。そのため、逃げ遅れる危険性が高くなります。

支援ポイント

●外国語が話せない場合

- ◆簡単な絵を使うことやジェスチャーにより、コミュニケーションがとりやすくなります。
- ◆簡単な日本語なら通じることもあります。
- ◆緊急時には、手を引くなどして安全な場所へ誘導しましょう。



地域で協力して防災対策を!

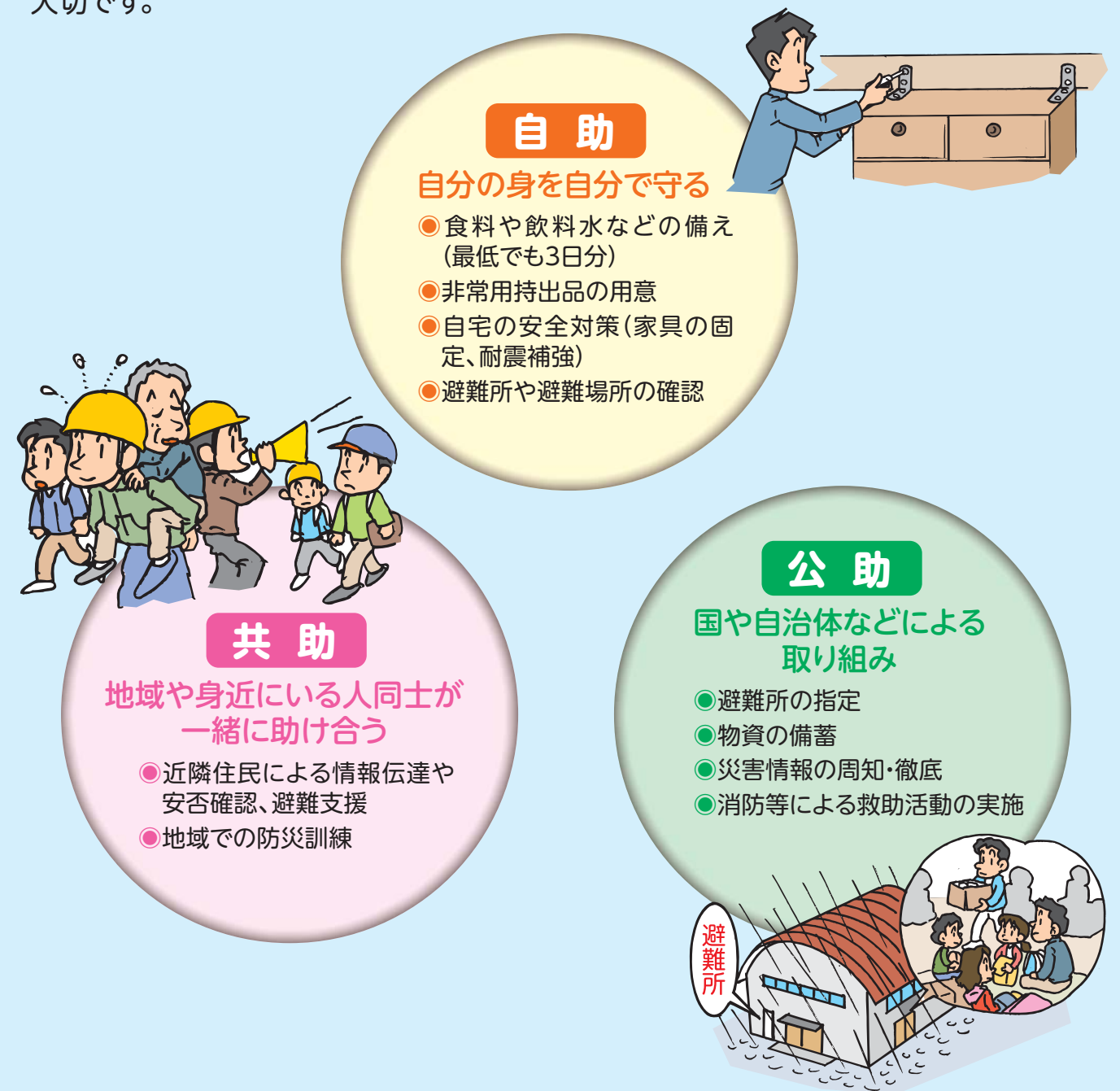
平成23年の東日本大震災では、被災地全体の死者数のうち、65歳以上の高齢者の死者数は約6割となっており、また、障がいのある方の死亡率は被災住民全体の死亡率の約2倍に上りました。

近隣や地域での助け合い(共助)が大切です

大規模な災害が発生した直後は、行政ができることにも限界があります。

阪神・淡路大震災では、救助者のうち約9割が自力または家族や地域の人に救助されました。

このことからわかるように、災害時に被害を少なくするためには、「自助」「共助」が大切です。



災害発生時の避難行動要支援者に対する支援の流れ

災害発生!
または
災害発生のおそれ!

避難行動要支援者の安否確認の実施
支援者による安否確認

安否確認

警戒レベル3高齢者等避難(高齢者等は避難)、
警戒レベル4避難指示(全員避難)の発令

警戒レベル3
高齢者等避難

通常広報手段による伝達

防災行政無線・広報車・口頭伝達・テレビ・ラジオ・防災メール・サイレン・ホームページ

寝たきりの高齢者や目・耳の不自由な人等に対し、避難の呼びかけをする

避難等の伝達

避難誘導

避難行動要支援者でも支援者による助けが必要のない人は自力で避難

支援者による避難支援
(自力による避難行動が困難な場合)

避難所※、避難場所※

(自宅が安全な場合は在宅避難、親戚・知人宅等への避難も検討)

避難所での対応

悪化 通常の避難所での生活が困難

健康状態
(保健師・看護師による健康管理)

良好

**医療機関への移送
福祉避難所への移動**

帰宅

自宅へ帰宅

(自宅が被災した場合、仮設住宅等に入居)

※避難所……体育館など、自宅生活が困難な場合に一定期間の避難生活をするための場所
※避難場所……公園や運動場など、緊急的に避難する場所
※この支援図は、あくまで参考です。避難行動要支援者の特性により、支援の流れは異なります。

ワンポイント
アドバイス!!

まわりにいる人に期待されていることは何か?

地域みなさんは…

高齢者や障がいのある人たちは災害に対してとても大きな不安を持っています。また、災害が起きたときには、逃げ遅れるおそれがあります。そういう人たちに日ごろから声をかけたり、家具の固定などを頼まれたら手伝いましょう。また、避難するときには声をかけ、可能ならば避難の手助けをしましょう。



期待されていること

- 日ごろのあいさつ、声かけ
- 家具の固定の手伝い など

介護・福祉サービス事業者や作業所等のみなさんは…

避難行動要支援者から、防災の準備の手伝いをお願いすることがあります。家のチェックや非常持出品の準備、防災カードづくりなどの相談にのるよう心がけましょう。特に、避難方法に関しては避難行動要支援者と一緒に考えましょう。また、災害が起きたときには、できる限りサービスや施設の利用者の避難支援に努め、安否を確認しましょう。



期待されていること

- 避難方法の相談にのる
- 非常持出品の準備や相談
- 防災カードづくりのお手伝い
- 災害が起こったら避難支援 など

避難行動要支援者を支援するときの心得

相手を尊重する

援助だからといって、何でも押し付けをせず、相手の立場を尊重しましょう。



コミュニケーションをとる

相手の希望にそうができるように、密なコミュニケーションをとることを心がけましょう。



笑顔で接する

笑顔は安心につながり、不安な気持ちを取り除きます。



プライバシーを守る

相手の立場を尊重し、避難行動要支援者の秘密は絶対に守りましょう。



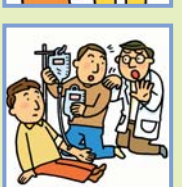
できない支援や無理な約束をしない

無理な約束などをしないようにしましょう。事故などにつながります。



医療行為をしない

骨折の手当てや止血、避難行動要支援者からの指示に従って援助する服薬を除き、薬を飲ませるなどの医療行為はしないように。医師などの専門家に相談しましょう。



平常時に できること

災害が発生したときに、自らの安全を確保し、すばやく行動するためには、日ごろから災害への備えが必要です。避難行動要支援者のみなさんも、できる範囲で防災への取り組みを心がけましょう。

家具やガラス類の安全対策

- 家具の転倒や照明器具などの落下によるけがを防ぐために、固定金具やロープなどで家具や照明器具などを固定しましょう。
- 食器棚や本棚などの上からの落下物によるけがを防ぐために、重たいものやガラス・陶器類など落下すると危ないものは高いところに置かないようにしましょう。
- 戸棚の開き戸などが開いて、食器類など中のものが飛び出さないよう、留め金具などをつけましょう。
- 寝室には背の高い家具を置かないようにしましょう。
- 窓ガラスや戸棚のガラス部分には、透明フィルムなどを両面にはりましょう。



食料品や飲料水などの備え

- 災害発生により食料や飲料水が不足することがあります。日ごろから3日～7日分の食料品や飲料水を蓄え、定期的に取り替えて賞味期限切れがないよう、心がけましょう。
- 食料品・飲料水として、保存のきく缶詰、ペットボトル入りのミネラルウォーターなどを準備しておきましょう。



身分証などの携帯

- 災害時に身元が確認しやすいように運転免許証、障害者手帳、母子健康手帳などの身分証や緊急連絡カード（緊急連絡先やかかりつけの医療機関などを記入したもの）を常日ごろから所持しましょう。



非常持出品の用意 ※P20参照

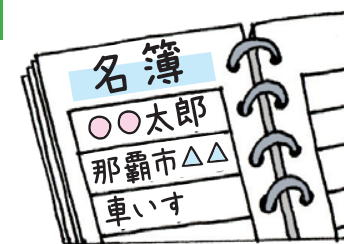
- 災害発生時に、すぐに持ち出すことができるようにまとめておきましょう。また、避難行動要支援者本人や支援者がわかりやすい場所に置きましょう。
- 非常持出品の中に、日ごろ服用している薬を用意しておきましょう。また、かかりつけの医療機関の連絡先や日ごろ服用している薬を書いたメモや個別避難計画などを準備しておきましょう。



個人情報の外部提供への同意

那覇市では、避難行動要支援者名簿を作成しています。

- 避難支援等関係者への平常時からの名簿提供には、要支援者ご本人の同意が必要です。
- 名簿は災害時の避難支援だけでなく、平常時の見守り活動に活用することができ、日ごろから地域の方と関係を作っておくことが災害への備えにつながります。
- 名簿は、避難支援等関係者からの申請により提供します。
- 名簿の提供を受けた団体には守秘義務が課せられます。



個別避難計画の作成・共有 ※P12参照

- 災害時に誰と、どこに、どうやって避難するのかをまとめた、避難行動要支援者一人ひとりの避難計画書です。
- 避難行動要支援者本人やその家族などで「個別避難計画」を作成しましょう。
- 支援者と個別避難計画を共有しましょう。



家族や隣近所の人たちとの話し合い

- 市で決められている避難所や、避難経路、連絡方法などを家族や支援者などと日ごろから話し合い、具体的な待ち合わせ場所や共通の連絡先も決めておきましょう。



それぞれの状況に応じて備えること

◆寝たきりの高齢者のいる家庭

- 非常持出品の中に、紙おむつなどの介護用品を用意しましょう。



◆乳幼児のいる家庭

- 非常持出品の中に、紙おむつ、粉ミルク、ミネラルウォーターなどを用意しましょう。



◆目・耳の不自由な人

（目の不自由な人の場合）

- 非常持出品の中に、白杖を用意しておきましょう。
- 災害が起きたときに、情報を得るため、ラジオを身近なところに置いておきましょう。

（耳の不自由な人の場合）

- 非常持出品の中に、補聴器用の予備の電池、筆談のためのメモ用紙、筆記用具、笛やブザーなどを用意しておきましょう。

（目・耳の不自由な人に共通）

- 情報を入手したり、自らの状況を連絡できるよう、携帯電話などを活用しましょう。



◆肢体が不自由な人

- つえなどを使っている人は常に身近に置いておきましょう。
- 転倒した家具などのせいで、車いすでの室内の移動ができなくならないよう、家具を固定するなどして、安全なスペースを確保しておきましょう。



※上記の安全対策がとれない人や家庭は、隣近所の人などに支援を頼んでみましょう。

避難行動要支援者と支援者の交流・支援づくり

災害時に、避難行動要支援者の安否確認や避難誘導をするためには、日ごろから地域の人たちと避難行動要支援者が交流し、協力して支援体制をつくる必要があります。お互いの交流を深めるために必要なことを知っておきましょう。

避難行動要支援者は

地域の人と積極的なコミュニケーションをとりましょう

- 日ごろから隣近所や地域の人とあいさつを交わすなど、自ら積極的に声をかけ、災害に備えて何を必要としているのか理解してもらいましょう。
- 地域活動などにも積極的に参加し、地域の人との交流を深めましょう。
- 災害が起きたときに、周囲の状況を教えてもらったり、避難時にひとりで逃げるのに不安がある人は日ごろから地域の人に支援してもらえよう、話しておきましょう。
- 消防署や病院、支援者などの連絡先を確認しておきましょう。



個人情報提供に同意しましょう

- 自宅で生活している要配慮者のうち、介護保険で要介護認定を受けている人や身体障害者手帳の交付を受けている人など該当要件を満たしている人の名簿を市が作成しています。
- 地域の避難支援等関係者への名簿提供にあたっては、対象者本人の同意が必要となるため、避難時に支援が必要な人は同意しましょう。
- 民生委員・児童委員が状況把握や同意確認のため訪問します。災害が起きたときに、助け合いをスムーズにするためです。ご協力をお願いします。



個別避難計画を作成しましょう

- 避難行動要支援者本人やその家族などで個別避難計画を作成しましょう。
- 支援者と個別避難計画を共有しましょう。

防災訓練へ参加しましょう

- 防災訓練にも積極的に参加し、避難経路や危険個所、避難所を確認しておきましょう。
- 災害時にどのような支援が必要となるのかを、訓練を通して自ら確認し、地域の人にも理解してもらいましょう。



支援者は

日ごろから顔見知りになっておきましょう

- お互いに顔見知りであれば、いざというときにも効果的な支援が期待できます。あいさつや声かけなどを通して、避難行動要支援者と日ごろから関係をつくっておきましょう。
- 自治会などが開催する地域の行事など、気軽に参加できる機会を利用し、避難行動要支援者に声をかけてみましょう。
- お茶会やサロンなど避難行動要支援者が気軽に参加できる会を工夫してみましょう。



どのような助け合い?



支 援の必要性を話し合いましょう

- プライバシーや本人の意思などに配慮しながら、自治会や自主防災組織で避難行動要支援者に対して、隣近所の範囲でどのような助け合いができるかを話し合っておきましょう。

防 災訓練へ参加しましょう

- 避難行動要支援者と一緒に避難経路や避難所が確認でき、また避難時の避難行動要支援者のニーズを知ることができます。お互いに声をかけ合って参加しましょう。
- 災害が起きたときに、支援者側も冷静な対応ができるよう、定期的に防災訓練を実施することが大切です。
- 目や耳の不自由な人などがいますので、訓練の内容を工夫しましょう。車いすやリヤカーなどを使い、危険個所を避けて避難所までたどり着けるか確認しておきましょう。



自 主防災組織などによる支援

- 寝たきりの高齢者や体の不自由な人などの避難を支援する方法として、担架や背負うことができる幅広のひもなどを用意しましょう。
- 災害が起きたときの安否確認や避難支援などの役割分担を決めておきましょう。
- 災害が起きたときに担当者が支援に行けない場合を想定して、複数の人が手助けできる体制をつくっておきましょう。
- 自治会や自主防災組織などが、災害時の避難行動要支援者の防災対策に取り組んでいることを、地域の人や高齢者や障がいのある人に知らせておきましょう。



見 守り活動を行いましょう

- 関係づくりが整ってくると、地域が日々、避難行動要支援者を気にかける（見守る）ことにつながります。これは孤立死などの防止にも役立ちます。
- 避難行動要支援者宅の「部屋の点消灯」「カーテンの開閉」「洗濯物干し・取り入れ」「郵便ポスト」などの生活サインを確認する見守り活動もあります。

個別避難計画を作成しよう

「個別避難計画」とは、地震や風水害などの自然災害が発生したとき、適切な避難行動を迅速に行えるよう、災害時に、誰と、どこに、どうやって避難するかをまとめた、避難行動要支援者一人ひとりの避難計画のことです。

災害に備え、避難行動要支援者本人やその家族などで、個別避難計画を作成しましょう。また、避難支援を円滑に行えるよう、家族などの支援者と個別避難計画を共有しましょう。

個別避難計画策定において、整理・把握しておくことが望ましいもの（例）

- 氏名、生年月日、性別、住所
- 住所地の地形的特性（浸水区域内にある など）
- 体の状態（移動が困難、介助が必要、障がい など）
- 世帯状況（一人暮らし、家族等と同居 など）
- 緊急連絡先（電話番号、親族の連絡先 など）
- 避難時の持出品（常用している薬、お薬手帳、杖、メガネ など）
- 特記事項（かかりつけ医、介護保険サービス機関、障がい福祉サービス機関 など）
- 避難経路、避難予定場所
- 支援予定者（複数名、隣組、マンションのフロア単位 など）



避難行動要支援者名簿を活用しよう

避難支援等関係者への事前の名簿の提供

那覇市では、避難行動要支援者名簿を作成しています。避難行動要支援者名簿は、地域の避難支援等関係者からの申請に基づき提供し、災害時の安否確認や避難支援、日ごろの見守り活動などに活用されます。名簿は、避難行動要支援者本人の同意が得られた場合に避難支援等関係者へ提供されます。

避難行動要支援者名簿を活用し、地域で避難支援体制づくりを行いましょ

避難行動要支援者本人の同意があれば、同意した方の名簿を那覇市で作成し、平常時から自治会や自主防災組織などの避難支援等関係者へ名簿の提供を行うことが可能になります。

災害時に、避難行動要支援者や避難支援等関係者の生命を守るためには、地域において、安否確認や情報伝達等の避難支援を迅速に行うことが必要となります。

そのためには、名簿を活用し、事前の準備を進め、地域で犠牲者を出さない取り組みを行うことが大切です。

災害発生時には、まず自分の身の安全を確保することが大切です。また、周囲の人に支援を求める際は、自分がどのような手助けを必要としているのかをわかってもらうことが大切です。

地震が発生！ そのときどうする？

突然、地震が発生した場合、避難行動要支援者は、ひとりでは身の安全を確保することが困難です。災害時、地域の人々は積極的に声をかけ、手助けしましょう。また、避難行動要支援者も、できる範囲で自分の身の安全を確保していきましょう。災害時に、お互いができることを知っておき、迅速な避難行動がとれるようにしましょう。

避難行動要支援者は

◆室内の場合

- たんすや戸棚など転倒しそうなものから離れましょう。
- 落下物から身を守るために、座布団などで頭を保護しましょう。
- 机やテーブルの下などに隠れ、落下物から身を守りましょう。
- 慌てて外に飛び出して、落下物でけがをしないようにしましょう。
- 揺れがおさまってから、火の始末や出入口を確認しましょう。



◆外出時の場合

- 落下物から身を守るために、持ち物などで頭を保護しましょう。
- ブロック塀や自動販売機などの倒れやすいものから離れましょう。



◆火災発生の場合

- 「火事だー!」と大声を出し、家族や地域の人に協力を求めましょう。声が出なければ、やかんや鍋など音の出るものをたたいて異変を知らせましょう。
- 119番通報しましょう。
- 無理をせず、早めに避難しましょう。



◆目の不自由な人の場合

- 自宅にいるときに地震が発生したら、揺れがおさまれば、ストーブやコンロなどの火気を家族や近所の人に確認してもらいましょう。
- 落下物やガラス類の破片でけがをしないよう、周囲の状況を教えてもらいましょう。
- 外出時に地震が発生したら、まわりの人に声をかけ、周囲の状況を教えてもらいましょう。また、安全な場所への誘導も頼みましょう。



◆耳の不自由な人の場合

- 自宅にいるときに地震が発生したら、揺れがおさまれば、家族や近所の人などに周囲の様子などを教えてもらいましょう。
- 外出時に地震が発生したら、まわりの人に筆談などで周囲の情報を教えてもらいましょう。また、安全な場所への誘導も頼みましょう。



◆肢体が不自由な人の場合

- 自宅にいるときに地震が発生したら、揺れがおさまり次第、ストーブやコンロなどの火気を家族や近所の人に確認してもらいましょう。
- 車いすを利用している人は、地震の揺れがおさまるまでは車いすのブレーキをかけ、落下物から身を守るために身近にあるもので頭を保護しましょう。また、車いすで避難できる経路が確保されているかどうか確認しましょう。



支援者は

◆自宅にいるときに地震が発生した場合

- 大きなテーブルの下に避難行動要支援者を保護したり、座布団をかぶせたりするなどして家具の転倒や落下物から避難行動要支援者を守りましょう。



◆目の不自由な人に対しては…

- 揺れがおさまり次第、ストーブやコンロなどの火気を確認し、周囲の状況を伝えましょう。
- 外出時に地震が発生したら、まわりの状況を伝え、安全な場所へ誘導しましょう。
(17 ページ参照)



◆耳の不自由な人に対しては…

- 外出時に地震が発生したら、被害の状況などを筆談などで伝え、安全な場所へ誘導しましょう。



ご存知ですか？ 万が一の備え『緊急医療情報キット』

「緊急医療情報キット」とは、持病、薬剤情報などの情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、緊急時に救急隊員等が必要に応じキット内の情報を確認します。

ご希望の方は、那覇市社会福祉協議会までお問い合わせください。

※キット一式は無料です

那覇市社会福祉協議会 地域福祉課

TEL: (098) 857-7766

FAX: (098) 857-6052



パート④ 災害時の対応

風水害が発生！ そのときどうする？

洪水や土砂災害など風水害が発生してからでは、避難行動要支援者は逃げ切れない危険性があります。市では、人命の危険が高まってきた段階で、「警戒レベル3」（高齢者等は避難）を発令しますので、地域の人たちと相談し、早めに避難するよう心がけましょう。

集中豪雨時等における対応イメージ 「警戒レベル3」（高齢者等は避難）伝達の流れ



安全に避難するために

◆水害・高潮災害

- 水深50cmを上回る（ひざ上までの水）場所での避難は危険。
- 水の流れが速い場合は、水深20cm程度でも歩くことができないことがある。
- 用水路などへの転落のおそれがある場所では水深10cm程度でも危ない。
- 水が押し寄せて歩くのが危険になった場合は、自宅や隣接建物の2階など安全な場所へ急いで避難する。



◆土砂災害

- 防災マップなどで確認し、ほかの土砂災害危険区域内（土砂災害警戒区域・急傾斜地崩壊危険箇所等）を通らない。
- 逃げる時間がない場合は、比較的高い鉄筋コンクリート造等の堅固な建物の2階以上で、斜面から離れた部屋など安全な場所に避難する。



安否の確認と 情報伝達、 避難誘導

避難行動要支援者は、情報の入手や理解が困難なおそれがあるので、支援者は災害発生直後に、周囲の安全に注意をはらいながら、避難行動要支援者の安否を確認し、必要な情報を伝達することが大切です。また、避難が必要な場合も、避難行動要支援者が必要とする支援に注意して行いましょう。

安否の確認

- 安否を確認し、避難所へ誘導しましょう。
- 避難が不要な場合でも、避難行動要支援者が孤立しないように声をかけましょう。



- 本人からの申し出があった場合、家族や緊急連絡先などへの連絡に協力しましょう。



情報伝達

- 簡潔でわかりやすい言葉を使いましょう。



- 耳の不自由な人や高齢者、外国人に対しては、大きな声で、ゆっくり、はっきり話しましょう。



- 重要な情報は、一軒ずつ住宅を回るなどして確実に伝えていきましょう。



- 口頭で伝えるだけでなく、文書も配布しましょう。



- 文字による伝達は、大きくわかりやすい字で、外国人や子どもなどにも伝わるよう、ひらがなを多く使うなど配慮しましょう。



- 数字に関する情報は、誤解などを生む危険性があるので、特に注意しましょう。



避難所への 誘導

避難誘導の際には、事前に複数の避難経路を把握したうえで、安全なルートなのかを確認しながら、避難行動要支援者を避難所へ誘導しましょう。また、避難行動要支援者の避難誘導については、避難行動要支援者それぞれの特性を理解したうえで支援しましょう。

◆誘導の基本

- 周囲の状況や避難の指示などを伝えて、避難所へ誘導しましょう。

◆寝たきりの高齢者の場合

- ひとりでの援助が難しい場合は、隣近所や自主防災組織などで協力し、担架や毛布などを使って避難を手伝いましょう。



◆目の不自由な人の場合

- 誘導する人のひじの少し上をつかんでもらいます。その際、誘導する人は、白杖の邪魔にならないように気をつけましょう。



- 支援者が白杖を持って誘導することは目の不自由な人が歩きにくくなるので避けます。

- 誘導する人は目の不自由な人より半歩前を歩き、絶えず進行方向の状況を知らせます。



- 階段などの段差がある場合は、階段の直前でいったん止まり、段差があることと、上りか下りかを伝えます。誘導する人が一段先を歩くようにします。上りきったり、おりきったりしたときも、そのことを伝えます。

- 危険な場所がある場合は、その状況を具体的に伝え、一番安全な方法で誘導しましょう。



- 盲導犬と一緒に場合は、盲導犬に触れたり、引っ張ったりしないように。盲導犬の反対側を歩いて、方向などを説明しながら誘導しましょう。

◆車いすの介助のポイント

- 上り坂のときは進行方向に前向き、下り坂のときは進行方向に後ろ向きになって進みます。ひとりでの介助が無理なときは数人で力を合わせます。



- 段差を上がるときは、ステッピングバーを踏み、ハンドグリップを押し下げ、前輪を段の上にのせてから、後輪を段の上に上げます。



- 段差を下りるときは、後ろ向きになって、まず後輪を下ろし、次に前輪を浮かせながら後ろに引き、前輪をゆっくり下ろします。



避難所での配慮

避難行動要支援者は避難所での生活でさまざまな手助けを必要としています。ハンディの内容や程度によって必要となる支援が異なりますので、よく理解したうえで対応し、できるだけ早く支援体制をつくるなど、お互いに助け合うことが必要です。

◆正しい情報の伝達

- 災害に関する情報や連絡事項を伝えるときは、放送や口頭による連絡方法だけではなく、掲示板による方法を併用しましょう。



◆避難行動要支援者への声かけ

- 日常と異なる状況にいるため、精神的に不安になりがちです。話し相手になるなど、積極的に話しかけましょう。



◆福祉避難所などへの移動支援

- 避難行動要支援者は、福祉避難所などの設置後、そちらに移動することが想定されるので、移動がスムーズにできるように手伝いましょう。



◆救援物資などの受け取り

- 食料や救援物資などの受け取りを手伝いましょう。



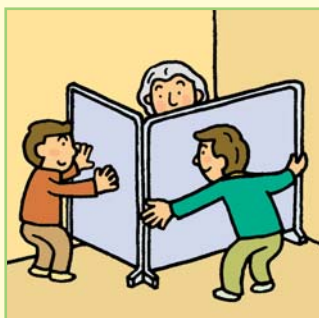
避難行動要支援者別の配慮

◆高齢者や内部障がいのある人の場合

- 避難所での生活で体調を崩しやすいので、室内での保温や寝具、食事などに配慮しましょう。



- おむつ交換や補装具交換が必要なときは、ついたてやカーテンを設けるなどの配慮をしましょう。



◆目の不自由な人の場合

- 避難所では、自分の位置が把握しやすいように壁際のスペースを確保するなど、配慮しましょう。



- 掲示物による情報を得ることができないので、まわりの人が読み上げ、情報を伝えましょう。
- 盲導犬を連れてくる人もいますので、避難所での生活ではまわりの人が配慮するよう心がけましょう。



◆耳の不自由な人の場合

- 放送や口頭連絡などでは、情報を得ることができません。まわりの人が筆談などして情報を伝えましょう。



- 手話通訳者を確保するなどして、情報を伝えましょう。



◆肢体の不自由な人の場合

- 簡単なスロープを取り付けるなど、段差を解消しましょう。



- トイレに手すりを取り付けたり、洋式トイレを設置するなどの工夫をしましょう。



要配慮者別の配慮

◆妊産婦や乳幼児の場合

- 安静が必要な妊婦や、おむつ交換、授乳などが必要な乳幼児が過ごすことができるよう、別室やついたてなどを用意し、スペースを確保しましょう。



◆外国人・日本人旅行者の場合

- 日本語が理解できない場合は、通訳のできる人を確保し、災害に関する情報などを伝えましょう。
- 海外旅行用の会話集などがある場合はそれらを活用し、正しい情報を伝えましょう。
- 日本人旅行者の場合は、被害の状況や交通情報など、安全に帰宅するために必要な情報を伝えましょう。



パート⑤ 災害時への備えをお忘れなく

避難時に必要な最小限のものを非常持出袋などに入れ、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。
また、事前の準備は大丈夫なのかを常に確認しておきましょう。

非常持出品

◆食料

●乾パン、缶詰、チョコレートなど火を通さずに食べられるもの、インスタント食品、高齢者などがある場合は軟らかい非常食。乳幼児がいる場合には粉ミルクなど



◆救急セット

●きず薬・胃腸薬・目薬などの常備薬、脱脂綿、包帯、ばんそうこうなど



◆貴重品

●多少の現金、預貯金通帳、健康保険証や障害者手帳のコピーなど



◆飲料水

●1人1日3リットルが目安。3日以上（理想は7日分）



◆衣類品

●上着・下着・靴下、タオル、軍手、レインコートなど



◆その他

●懐中電灯、携帯ラジオ、乾電池、マッチ、ろうそく、雨具、防災ずきん、ナイフ、缶切り、ビニール袋、カイロ、笛・ブザー。高齢者などがある場合は予備のメガネ・コンタクトレンズ、入れ歯（入れ歯洗浄剤も）、大人用紙おむつなど



※非常持出品は避難の際に両手が使えるよう、リュックサックなどに入れておきましょう。

事前チェックリスト

1 避難所や待ち合わせ場所

- ☐ 避難所を知っている
- ☐ 避難所までの複数の安全な経路を知っている
- ☐ 避難所にたどりつけないときに、利用できる公園などを知っている
- ☐ 車いすや白杖を使う避難行動要支援者と支援者で、避難所までの道を実際に一緒に歩いてみたことがある
- ☐ 家族との待ち合わせ場所を決めている

2 連絡先・連絡方法など

- ☐ 家族や親せきの連絡先を知っている
- ☐ 学校や病院、支援者などの連絡先を知っている

3 その他の準備

- ☐ ひとり暮らしなので、災害のときに助けてくれるよう、近所の人に頼んでいる
- ☐ デイサービスや高齢者福祉施設等の福祉サービス事業者などの避難態勢を知っている
- ☐ ホームヘルパーの人との連絡方法を決めている
- ☐ 非常持出品を用意している
- ☐ 避難行動要支援者がひとりになる場合、隣近所の人などに出かけることを伝えている



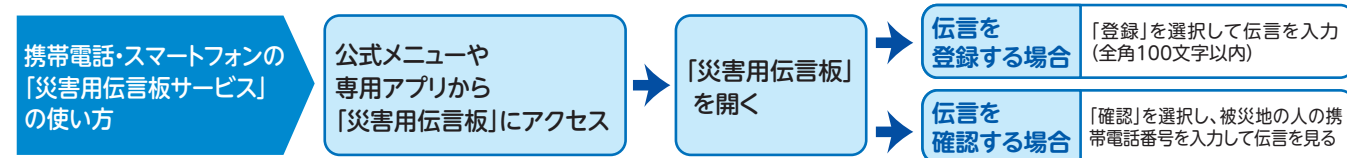
災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

災害時は一般の電話がつながりにくくなります。被災地との電話による連絡は控え、災害用伝言ダイヤル171を活用しましょう。

●伝言の録音方法 171 → 1 → 被災地の人の電話番号(市外局番から) → 伝言を入れる(30秒以内)

●伝言の再生方法 171 → 2 → 被災地の人の電話番号(市外局番から) → 伝言を聞く

※被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の人の電話番号を市外局番からダイヤルします。
※携帯電話やPHS、050IP電話を含めたIP電話の電話番号でも登録が可能になりました。
※音声ガイダンスに従って操作してください。



※使い方の詳細は、携帯電話会社の取扱説明書やホームページなどで確認してください。

緊急連絡先

◆家族・知人の連絡先

氏名	住所	電話(FAX)	携帯電話

私は 耳・言葉 が不自由です。 おそれいりますが、ご協力をお願いします。

- ☐ 私の代わりに電話をかけてください
- ☐ けが人がいます。助けてください

● 私の名前

● 相手の電話番号

● 私の電話番号

☐ いま何が起こっているのか教えてください

☐ ガス・ストーブ・ブレーカーを切ってください

メモ

☐ 私の無事を家族に連絡してください

☐ 筆談をお願いします

☐ ゆっくり話してください

☐ 避難所へ連れて行ってください

お問い合わせ先

避難行動要支援者、福祉避難所に関すること

那覇市 福祉部 福祉政策課

TEL 098-862-9002 FAX 098-862-0383

防災に関すること

那覇市 総務部 防災危機管理課

TEL 098-861-1102 FAX 098-862-0614



ユニバーサルデザイン（UD）の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

禁無断転載©東京法規出版
BS011420-W21

編集・発行 令和5年11月

那覇市 福祉部 福祉政策課

〒900-8585 那覇市泉崎1丁目1番1号

電話番号：098-862-9002 FAX：098-862-0383