

## 4 要援護者の状況に応じたポイント

### ① 介護が必要な高齢者のために

#### ●日ごろの備え

日ごろから支援が必要な高齢者がいることを自主防災組織や地域の人に伝えておきましょう。

避難に備えて、車いす、担架、おんぶ紐などの搬送用具を用意しておきましょう。

#### ●災害が発生したら

身の安全を確保し、周囲の人に自分の存在を知らせるようにしましょう。

避難する場合は、地域の人や周囲にいる人に避難所までの介助を依頼しましょう。

避難所では、十分な物資の準備ができないことも想定されるので、必要な医療品、医療器具、介護用品も必要な範囲で運んでもらうようにしましょう。

#### ●避難所では

避難所では普段の生活と同じようには生活できません。

手助けが必要なときは、無理せず避難所スタッフに相談しましょう。また自分から避難所スタッフに相談できない状況の場合は、周囲の人に依頼しましょう。

避難所ではトイレ等が使用しやすい居場所を確保できるか相談してみましょう。



### ② 認知症の人のために

#### ●日ごろの備え

日ごろから支援が必要な人がいることを自主防災組織や地域の人に伝えておきましょう。

認知症のことや常用薬の内容、環境の変化やストレスによる症状の悪化時の対応について、あらかじめかかりつけ医と相談しておきましょう。また、常用薬の内容やかかりつけの医療機関の連絡先等を災害時緊急連絡カードに記入してわかるようにしておきましょう。

#### ●災害が発生したら

避難する場合は、地域の人や周囲にいる人に避難所までの介助を依頼しましょう。

その際には、「逃げましょう。」といった単純な言葉で情報を伝えてもらうようにしましょう。

### ●避難所では

避難所は人の動きや出入りが多く、雑音や話し声が共鳴しやすいため、ストレスでとても落ち着かなくなります。ざわめき、雑音等のストレスから守る工夫をするとともに、地域の人などのなじみの人と同じエリアにしてもらうなど、可能な限り落ち着ける環境になるよう避難所スタッフに相談しましょう。

周囲の人には、さりげない見守りをお願いし、状況の変化があった場合には、本人なりに見当がつくように、その時の情報を話してもらいましょう。

避難所では、慣れない生活で症状が悪化しやすくなるので、飲食、排泄、睡眠を確保し、常用薬については必ず服薬し、症状が悪化した場合は救護所に相談しましょう。また、専門医の診断が必要な場合には、専門医を紹介してもらいましょう。

## ③ 目の不自由な人のために

### ●日ごろの備え

家具の配置を把握しておき、身の安全を確保できるようにしておきましょう。

外への安全な通路を確保しておきましょう。

白杖はいつも身近な場所に置くようにしましょう。

### ●災害が発生したら

身の安全を確保し、周囲の人に自分の存在を知らせるようにしましょう。

出火している場合は、火気に注意し、煙に気づいたら頭を低くし、煙を吸わないような姿勢をとりましょう。

周囲に人がいる場合は、周囲の状況を教えてもらい、避難所までの誘導を依頼しましょう。

### ●避難所では

文字の掲示での情報提供では情報の把握が困難であることを避難所スタッフに相談し、音声での案内を依頼しましょう。

避難所ではトイレ等が使用しやすい居場所を確保してもらい、併せて位置、形状を教えてくださいましょう。

## ④ 耳の不自由な人のために

### ●日ごろの備え

災害時には正確な情報を得ることが大切になるので、文字による情報収集ができるよう携帯情報端末（文字情報が得られる携帯電話など）を準備しておきましょう。携帯情報端末が使用できないことも想定されるため、災害時に情報を伝えてもらえる付き合いを、日ごろからしておきましょう。

連絡方法手段として、書き消しが簡単な筆記用具を準備しておきましょう。

自分自身のことを書いたメッセージカードを用意しておくとは便利です。(例:「私は耳が聞こえません。何が起きているか、書いて教えてください。」「私は耳が聞こえません。避難場所を書いて教えてください。」など)



#### ●災害が発生したら

正確な情報を得ることを心がけましょう。テレビの文字放送、見えるラジオ、携帯情報端末のほか地域の人からの情報等を利用しましょう。

ひとりの場合は、周囲の人から災害状況や周囲の様子、避難の必要性などを書いて教えてもらいましょう。

#### ●避難所では

音声での情報提供では情報の把握が困難であることを避難所スタッフに相談し、文字での案内を依頼しましょう。

手話通訳、要約筆記等の必要な支援を求めましょう。

### ⑤ 言語障害のある人のために

#### ●日ごろの備え

災害時には正確な情報を得ることが大切になるので、連絡方法手段として、書き消しが簡単な筆記用具を準備しておきましょう。

自分自身のことを書いたメッセージカードを用意しておくとは便利です。(例:「私は話すことができません。私の家族に無事を知らせてください。」「私は話すことができません。避難場所を教えてください。」など)

#### ●災害が発生したら

火災が発生した場合は、音をたてたり、合図をするなどして付近の人に火災の発生を知らせましょう。また「119番」通報をしてもらいましょう。

SOS 発信用の道具(安全笛、防犯ベル、非常ベルなど)を携帯し、自分の居場所を知らせるようにしましょう。

#### ●避難所では

言葉に不自由があることを避難所スタッフに相談し、必要な支援を求めましょう。



## ⑥ 肢体不自由の人のために

### ●日ごろの備え

避難に備えて、車いす、担架、おんぶ紐などの搬送用具を用意しておきましょう。また、家の中で、車いすや担架、歩行補助具等が通れるように十分な通路を確保しておきましょう。

自分の状況を地域に知っておいてもらえる関係を築いておきましょう。



### ●災害が発生したら

テーブルなどの下に隠れて安全を確保しましょう。座布団等で頭を保護するようにしましょう。

火災が発生した場合は、音をたてたり、合図をするなどして付近の人に火災の発生を知らせましょう。また「119番」通報をしてもらいましょう。

SOS 発信用の道具（安全笛、防犯ベル、非常ベルなど）を携帯し、自分の居場所を知らせるようにしましょう。

避難する際は、周囲の人に誘導を依頼しましょう。

### ●避難所では

避難所では可能な限り障害物がないように避難所スタッフに相談し、配慮してもらいましょう。また、必要な支援を求めましょう。

## ⑦ 内部障害の人・特別な治療が必要な人のために

### ●日ごろの備え

特別な治療が必要な人は、災害発生後すぐに通院できない場合に備え、対処の仕方や、自宅や避難所で気をつけることを日ごろからかかりつけ医や看護師に聞いておき、その内容について家族にも知っておいてもらうようにしましょう。

在宅酸素利用の人は非常用外部バッテリーなど、直腸膀胱障害の人はストマ使用に必要な装具や皮膚保護などの付属品など、障害の状況に応じて必要な医薬衛生材料品の準備や、人工透析を受けている人は災害時に治療が受けられる医療機関の連絡先や透析情報カードなどを身近に置いておきましょう。

### ●災害が発生したら

あわてて無理な行動をとることは、心肺への負担が大きくなるので、まずは身の安全を確保しましょう。

避難が必要になったら、非常持出品として用意しておいた常用薬、治療食、必要な医療用品を持ち、家族や地域の人に声をかけて避難しましょう。

屋外にいるときに災害が発生し、帰宅できない状態になり、人工透析やインスリン注射などの治療が必要になった場合は、最寄りの医療機関か消防、警察、区役所などに支援を求めましょう。そういった場合に備え、日ごろから「お薬手帳」、血糖測定用の「自己管理ノート」、「透析情報カード」等を携帯しておくようにしましょう。

#### ●避難所では

常用薬や必要な医療用品を持ち出せなかったり、人工透析やインスリン注射など、特別な治療が必要な人は、早めに医療救護所などの医師や看護師、保健師に相談しましょう。

インスリンの自己注射やストマ交換などの時は、避難所スタッフに声をかけて、スペースを確保してもらいましょう。



ペースメーカーを使用している人は、避難所では周囲の人に伝え、携帯電話などの電波から身を守れるように配慮してもらいましょう。

避難所では、通常食が提供されますので、エネルギーの確保や塩分・水分・カリウム・たんぱく質の制限などの管理が必要になります。出された食べ物の中から自分で選んで食べるようにしましょう。またどのように選べばよいかわからない場合は、医療救護所などの医師や看護師、保健師に相談しましょう。

## ⑧ 知的障害者のために

#### ●日ごろの備え

総合防災訓練や地域の訓練などを利用して、揺れや煙の体験をして不安を和らげておきましょう。訓練に参加することによって、ふだん付き合いのない人との集団行動や、見知らぬ人からの声かけに慣れておきましょう。

持ち物や両手で頭を保護することや、建物の中ではテーブルや机の下に入り、身を守ることをふだんから身に付けておくようにしましょう。

日ごろから地域の人に支援が必要になる人がいることを知っておいてもらい、誘導などを依頼しておきましょう。

#### ●災害が発生したら

事前に依頼しておいた地域の人に避難所まで誘導してもらいましょう。その際には、わかりやすい具体的な言葉で情報を伝えてもらうようにしましょう。

#### ●避難所では

避難所では、慣れない生活で落ち着かない状態になることがあるかもしれないので、その場合は救護所に相談しましょう。また専門医の診断が必要な場合には、専門医を紹介してもらいましょう。

なじみの人などと同じエリアで生活できるように避難所スタッフに相談しましょう。

避難所内でスペースを工夫して落ち着ける場所を作る相談もしてみましょう。

## ⑨ 精神障害者のために

### ●日ごろの備え

自宅、学校、職場、通所施設等にいる時の避難場所を確認しておきましょう。

自分の病気のことや常用薬の内容について、日ごろからかかりつけ医とよく相談しておきましょう。また、常用薬の内容やかかりつけの医療機関の連絡先等をメモしてわかるようにしておきましょう。常用薬について、本人が直接かかりつけ医に確認しにくい場合は、家族と相談し、確認するようにしましょう。

心理的な不安が強かったり、病状が悪化して避難所での生活が困難になると予想される人は、あらかじめかかりつけ医と相談しておきましょう。また、合併症等があり、災害時に悪化するおそれのある人は、悪化時の対応についても、かかりつけ医と相談しておきましょう。

日ごろから地域の人に支援が必要になる人がいることを知っておいてもらい、誘導などを依頼しておきましょう。

### ●災害が発生したら

避難が必要になったら、非常持出品や常用薬等を持ち、家族や地域の人に声をかけて、協力して避難しましょう。

### ●避難所では

避難所では、慣れない生活で、身体ばかりでなく、精神の状態も悪化しやすくなることが予想されるので、常用薬については必ず服薬するようにしましょう。

どの薬をいつ服薬すればよいかわからなくなった場合等は、家族や救護所に相談しましょう。

常用薬を持ち出せなかった場合や、通院している医療機関に受診できない場合は、早めに救護所に相談しましょう。また専門医の診断が必要な場合には、専門医を紹介してもらいましょう。

## ⑩ 難病患者・医療機器を使用中の人のために

### ●日ごろの備え

室内の家具類には、転倒防止用具を付けるほか、医療機器についても転倒しないように工夫しておきましょう。

災害発生時に備え、十分な通路を確保しておきましょう。

#### 【医療機器・医療機関について】

医療機器について、内部バッテリーがある場合は持続時間を把握しておきましょう。電源の確保方法について確認しておきましょう（例えば、自家発電や外部バッテリーの準備など）。

医療機器の取扱い事業者と災害時の連絡方法を確認しておきましょう。

災害時の対応や連絡方法について、かかりつけ医や訪問看護ステーション等と確認しておきましょう。常用薬の量・頻度、病状や処置方法、かかりつけ医の連絡先を明記したものを用意し、常時携帯し、定期的に内容を確認しておきましょう。

#### 【医薬品・特別な治療食などについて】

常用薬や衛生資材などの医薬品、特殊な治療食については、かかりつけ医と相談して1週間分程度は余分に確保しておきましょう。

#### 【避難のために】

非常持出品として、予備の衛生資材や医薬品、特殊な治療食も用意し、すぐにわかる場所に保管するようにしましょう。

避難に備えて、車いす、担架、おんぶ紐などの搬送用具を用意しておきましょう。

災害時には、地域の人との助け合いが大切になります。日ごろから地域の人に支援が必要になる人がいることを知っておいてもらい、誘導などを依頼しておきましょう。

### ●災害が発生したら

避難が必要になったら、非常持出品として用意しておいた常用薬、治療食、必要な医療用品を持ち、家族や地域の人に声をかけて、協力して避難しましょう。

屋外にいるときに災害が発生し、帰宅できない状態になり、治療やケアが必要になった場合は、最寄りの医療機関か消防、警察、区役所などに支援を求めましょう。

### ●避難所では

医療機関のみでしか対応ができない医療機器を使用している人や、特殊な治療薬や治療食、医療機器等を持ち出せなかった場合は、早めに医療救護所などの医師や看護師、保健師に相談しましょう。

## ⑪ 発達障害のある人のために

### ●日ごろの備え

自宅、学校、職場、通所施設等にいる時の避難場所を確認しておきましょう。

日ごろから地域の人に支援が必要になる人がいることを知っておいてもらい、誘導などを依頼しておきましょう。

### ●災害が発生したら

事前に依頼しておいた地域の人に避難所まで誘導してもらいましょう。その際には、わかりやすい具体的な言葉で情報を伝えてもらうようにしましょう。

### ●避難所では

避難所では、慣れない生活から精神的な動揺がみられることもあるため、可能な限り落ち着けるような空間を確保してもらえるように避難所スタッフに相談しましょう。

## ⑫ 乳幼児・妊産婦のために

### ●日ごろの備え

災害が発生した際には、急激な環境の変化で思わぬ事態が起きる場合があるため、なるべく家族の人と一緒にいられるよう、連絡体制を確認しておきましょう。また、何かあった場合に、すぐにかかりつけ医等へ連絡ができるように連絡方法を確認しておきましょう。日ごろから地域の人とかかわりを持ち、支援を受けられる体制を整えておきましょう。

非常持出品の準備をしておき、定期的に確認するようにしましょう。

### ●災害が発生したら

まずは、身の安全を確保しましょう。地震等で揺れがおさまった場合には、あわてず周囲の状況を確認して、必要に応じて避難するようにしましょう。避難する場合には、周囲の人に支援を依頼しましょう。

### ●避難所では

避難所では、環境の変化により思わぬ事態が起きる場合もあるため、なるべく家族の人と一緒にいられるよう依頼しましょう。

授乳やおむつ替えのためのスペースが必要な場合は、避難所スタッフに相談し、必要な空間を確保しましょう。

ミルクのためのお湯や清潔な環境などが必要になった場合や、必要な物資が不足した場合は、避難所スタッフに相談しましょう。



## 5 非常時の連絡先・防災に関するお問い合わせ先

### ① 非常時の連絡先

	電話番号	FAX番号
火事・救急	119	119
警察	110 045-211-1212(県警本部)	110
電話の故障	113 0120-444-113(携帯・PHS)	
ガス漏れ (東京ガス)	0570-002299 03-6735-8899(PHS・IP電話)	03-4332-2419
停電 (東京電力)	0120-99-5772(無料) 045-394-2176(有料)	0120-993-011 (耳や言葉の不自由な方専用)
断水 (川崎市上下水道局)	0120-014-734	044-200-0041

### ② 防災に関するお問い合わせ先(市外局番は「044」)

区	区役所(危機管理担当)		消防署	
	電話番号	FAX番号	電話番号	FAX番号
川崎区役所	201-3327	201-3209	臨港:299-0119 川崎:223-0119	臨港:299-0175 川崎:223-2819
幸区役所	556-6610	555-3130	511-0119	544-0119
中原区役所	744-3141	744-3346	411-0119	411-0238
高津区役所	861-3146	861-3103	811-0119	812-6544
宮前区役所	856-3114	856-3119	852-0119	862-2795
多摩区役所	935-3146	935-3391	933-0119	922-8161
麻生区役所	965-5115	965-5201	951-0119	951-0221
川崎市危機管理室	電話番号:044-200-2795		FAX番号:044-200-3972	
神奈川県安全防災局	電話番号:045-210-3425		FAX番号:045-210-8829	

発行:川崎市健康福祉局地域福祉課(平成26年3月)

〒210-8577 川崎市川崎区宮本町1番地

電話番号:044-200-2628 FAX番号:044-200-3637