

# 取り組もう！インクルーシブ防災

～災害時、誰ひとり取り残さない地域をめざして、つながる～

## 避難所での必要な配慮

—障がいのある人編—



近年、災害が各地で多発しているなか、障がいのある人が指定避難所を利用できず、結局自宅にとどまった、また、何とか避難所に行っても、他の避難者の人たちとうまく関わらず、孤立してしまう という話をよく耳にします。

障がいのあるなしにかかわらず、いざという時の「避難所」を、『みんなが安心していっしょに居られる場所』にしていくために、どんな配慮が必要でしょうか。

これを機会に、「みんなの避難所」について話し合っ、あなたの地区で実践して下さい。

### インクルーシブ防災～

障がい者や高齢者などを含めた「だれも取り残さない防災」の考え方。

多様性を認め合い、本人の意思を尊重し、みんなで安全を確保します。



宮崎市自立支援協議会「暮らし支援部会」

## ◆障がいの特性を理解しましょう！◆

障がいにはさまざまな種類があり、同じ障がいでも症状や程度はちがいます。外見だけではわからない障がいもあります。

障がいがあっても、周囲の理解やサポートがあれば多くのことができます。



### 視覚障がい

全く見えない人、見えにくい人がいます。見えにくい人の中には、見える範囲が狭い、光がまぶしい、暗い所で見えにくい人などがいます。



### 聴覚障がい

全く聞こえない人と聞こえにくい人がいます。言語障がいを伴う人と伴わない人もいます。話し方や外見からはわかりにくいことがあります

### 肢体不自由



病気やケガ等で体の動きに関する機能が損なわれ、日常生活動作が困難な状態にある人を言います。発話が難しく会話ができにくい人もいます。

### 精神障がい



統合失調症、うつ病、依存症などの精神疾患により、日常生活や社会活動のしづらさを抱えている人がいます。外見からはわかりにくいので、周囲から理解されにくいところがあります。



### 知的障がい

何らかの原因により、脳に障がいが生じ、知的機能の発達が遅れ、社会生活への適応のしにくさがある人です。社会で働いている人も多くいます。



### 発達障がい

自閉症、アスペルガー症候群、学習障がい、注意欠如・多動性障がい(ADHD)など、脳機能の障がいで、理解や行動の面で生活しづらいことがあります。

### 重症心身障がい



重度の肢体不自由と知的障がいを重複していて、自力では移動やトイレ、食事、着替えなども困難で、医療的ケアが必要な人も多くいます。

### 内部障がい



主に、心臓機能、呼吸機能、腎臓機能、膀胱・直腸機能、小腸機能、HIVによる免疫機能の障がいがあります。外見からはわかりにくい傾向があります。

\*このほかにも難病、高次脳機能障がい、盲ろうなどの方もいます。



**障がいのあるなしにかかわらず、  
ひとひとりの個性を尊重し、  
互いに支え合える地域をつくみましょう！**

# ◆災害時、こんなことが困ります！◆



災害が起きた時、障がいのある方には、その障がいの特性によってさまざまな困りごとが発生します。個々の障がいを理解し、その人にあった配慮や手助けをお願いします。

## 移動・行動

- 自力では動けない **肢重**
- 素早い行動ができない **肢重内視**
- 段差があると進めない **肢重視**
- 一人で行動する時は、誰かのサポートが必要 **知視肢重**



まずは正面から声をかけて、何か手伝うことがあるか、どうしたらよいかを聞いて下さい。

## 情報

- サイレンや音声による声掛け、説明などがわからない **聴**
- 掲示物や文書など、視覚による情報が読み取れない **視知発**
- 難しい言葉や複雑な話は理解できない **知発聴**

それぞれの人で情報取得の方法が違います。身振りなどを交えて、ゆっくり話しかけて下さい。

## 人との関わり方

- 自分の言いたいこと、してほしいことをうまく言えない **知発聴**
- 知らない人とのコミュニケーションがうまく取れない **知発精**
- 相手の言っていることが理解できない **知発**
- 相手の表情やその場の雰囲気を読み取るのが苦手 **知発精**
- 何かを自分で判断することが難しい **知発**

本人の気持ちを尊重しながら、周囲の状況や言いたいことを伝えましょう。待つことも大事です。

## 環境

- 周囲の状況がわからない **視知発**
- 環境が変わると落ち着かない、パニックになる **知発精**
- 大きな音や光に敏感になる **知発精**
- 大勢の人の中が苦手 **知発精**
- ストレスに弱く、精神的につかれやすい **精内肢**
- 体温調節が難しい **精内肢**

介護者等に聞いて、落ち着くような環境をつくりましょう。本人のペースを理解しながら見守って下さい。

## その他

- 外見からは障がいがわからないので、人から誤解されやすい **聴精内発**
- 体力がなく、疲れやすい **内重肢**
- 医療行為や医療機器が必要 **内重**
- 体調が急に変わることがある **内重**
- たばこの煙や携帯電話の電波が影響することがある **内重**

見た目や態度で判断せず、様子を見ながら、困りごとがないか声をかけて下さい。

\*主に影響のある障がいを示していますが、状況は人によって異なります

- 視覚障がい **視**
- 聴覚障がい **聴**
- 肢体不自由 **肢**
- 精神障がい **精**
- 知的障がい **知**
- 発達障がい **発**
- 重症心身障がい **重**
- 内部障がい **内**

## ◆避難所では、こんな配慮が必要です！◆



災害時、避難所には大勢の人がつめかけます。  
 配慮を必要としている人が孤立しないように、みんなで支え合いましょう。  
 避難した人がお互いに思いやりをもって接していけば、避難所もきっと  
 過ごしやすい場所になるはずです。  
 皆様のご協力をお願いいたします。



※市民組織が自主的に運営する避難所を想定しています。

### 受付・相談窓口・・・個々のニーズを把握しましょう！

- ★一般受付とは別に、「配慮が必要な人用受付」を設置しましょう。
- ★「配慮が必要な人用受付」には『聞き取りシート（注①）』を備え付けて、必要な配慮や手助けを聞き取りましょう。
- ★車中避難で来ている人からもニーズを聞き取りましょう。
- ★受付には、避難所内のわかりやすい配置図を設置しましょう。視覚障がいの方には、口頭で説明するより、一緒に行って確認しましょう。
- ★「困りごとの相談窓口」を設置しましょう。その際、できれば医療・福祉関係者や看護師有資格者などの協力が得られるように、協力を呼び掛けて下さい。



注①「聞き取りシート」：配慮が必要な人の状況、ニーズを聞き取って、必要な手助けを行うためのシート。また状況によっては、その情報を当該避難所の宮崎市職員を通して、関係部署につなぐことができる。

### 情報の伝達・・・情報を聞き取れない人、理解できない人がいます！

- ★情報は音声だけでなく、掲示物やチラシなど文字でも伝えましょう。
- ★難しい漢字や表現は避け、わかりやすい言葉を使い、普通の声の大きさとゆっくり、はっきり話しましょう。
- ★状況を把握しづらい場合があるので、現在の状況をきちんと説明をしましょう。
- ★聴覚障がいの方との会話は、手話や筆談、口話（唇の動きを読み取る）などの方法があります。筆談のための紙やペン、筆談ボードなどを用意しましょう。



### コミュニケーションボード

「高齢者にゆっくりげやましく」  
 読みかててください



★『コミュニケーションボード（注②）』を活用しましょう。

注②「コミュニケーションボード」：言葉を発しにくい人、表現がうまくできない人、言葉がわからない外国人などが、文字や絵を指でさして、自分の気持ちや状況、したいことなどを伝えることができるツール。

**場所・スペースの確保**・・・避難所開設の時点で、必要な場所を確保しておきましょう！

★視覚障がいの方のために、壁沿いに移動ができるように通路を確保しましょう。壁沿いでない通路は、目印としてロープ等を床に貼ると確認しながら移動できます。

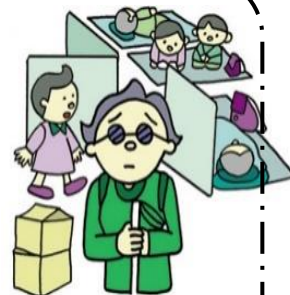
★通路は、車いすが移動できるような幅を確保しましょう。

★通路には、移動の妨げになるようなものを置かないように注意しましょう。

★移動が素早くできない人のために、トイレに近い場所や動きやすい場所を確保しましょう。

★大勢の人と過ごすことが苦手な人のために、落ち着ける個別のスペースを確保しましょう。

★医療行為等の必要な人のために、衛生的な場所の確保が必要です。



**機能・設備**・・・多様な人の受入れと過ごしやすい場所づくりに努めましょう

★トイレ、物資配布場所、案内所などの表示は、大きくわかりやすくしましょう。

★段差の解消や手すりの設置など、平常時からの対応と、緊急時にその場で対応するための準備が必要です。

★誰にでも使いやすいのは洋式トイレです。車いすでも入れる幅が必要です。そこに行くまでに段差がある場合、その段差を解消するか、介助をお願いします。（視覚障がいの方にトイレの説明をする際は、洋式か和式か、便器の向き、トイレトーパーや水洗レバーの位置などを教えて下さい）

★床に寝られない人のために、簡易ベッドや段ボールベッドを用意しましょう。

★着替えやおむつ替えのための間仕切り（目隠し）を用意しましょう。

★医療対応機器や電動車いすの充電など、電源が必要な場合があります。電源の確保をお願いします。



**その他の必要な配慮**

★食事や配給品などの列に並べない場合があります。必要に応じて、できるだけ個別に対応をしてもらえると助かります。

★知らない人の中で不安になることがあります。声をかけて、安心させて下さい。その際、唐突に声をかけたり、急に体に触れたりするとびっくりしてしまいます。前にまわって、相手の名前を呼んで、優しく声をかけて下さい。

★盲導犬や介助犬が同行している場合の配慮もお願いします。

★避難所内のルールを破ったりした場合、大声で叱ったり、否定的な言動ではなく、肯定的に話して下さい。（走っちゃダメ！→しずかに歩こうね！）

★健康状態やニーズを把握するため、声掛けや見回りによる見守りをお願いします。



## ◆平常時からの備えも大事です！◆

いざという時に初めて動くのではなく、日ごろからの備えやつながりが重要です。



### 要配慮者の把握

宮崎市では、障がい者や高齢者で災害時の避難に不安がある人に対して、「避難行動要支援者名簿」の作成を行っています。

※個人情報の取扱いについての協定を締結した団体のみ、名簿情報は閲覧できます。この名簿等を活用し、平常時から災害時に支援の必要な人を把握しておきましょう。また地域の中には、通所や入所の福祉施設や福祉サービス事業所もたくさんあります。地域の一員として把握をお願いします。

### 避難訓練

地区の避難訓練の際、障がいのある人も参加できるよう声掛けをして、一緒に問題点を考えてみるのが大切です。



実際の避難所を使ってみて、使い勝手を確認しましょう。その際、健常者も車いすや目隠し歩行などでハンディを体験してみると、どんな配慮が必要かよくわかります。

### 普段のつきあい

日頃からお互いに顔見知りになり、いざという時は声をかけ合える関係をつくっておきましょう。非常時にだけ声をかけられても、戸惑ってしまうこともあります。

普段からあいさつをしたり、地域の行事に誘ったりしてみてください。

## 一障がいのある人にかかわるマークを知ろう！

建物や車などで  や  のマークをよく見かけることがあります。このほかにも、下記のような障がいのある人にかかわるマークがあります。これらのマークを見かけたら、配慮をお願いします。

#### ■身体障害者標識■



肢体不自由であることで運転免許に条件を付されている人の車に表示するマークです

#### ■聴覚障害者標識■



聴覚障がいであることで運転免許に条件を付されている人の車に表示するマークです

#### ■耳マーク■



聞こえが不自由であることを表すマーク。コミュニケーション方法を配慮して下さい

#### ■ヘルプマーク■



内部障がいや難病、義足、妊婦等、外見からわからなくても援助や配慮が必要な人のためのマークです

#### ■オストメイト■



人工肛門、人工膀胱を使っている人のための設備があることを表すマークです

#### ■ハート・プラスマーク■



内部障がいのある人を表すマークです

「宮崎市自立支援協議会」では、障がいのある方への理解や災害時に必要な配慮についての勉強会等のお手伝いをします。下記までご相談ください

**【宮崎市自立支援協議会 事務局】**

☎ 21-1772 (宮崎市障がい福祉課生活支援係)