

# 目次

はじめに .....	1
ガイドブックの見方 .....	2
災害が発生したら・・・ .....	3

## 1 災害発生前に行うこと

非常持出品・備蓄品チェックリスト .....	7
ヘルプカード・ヘルプマークとは? .....	12
自宅の耐震化と自宅内の安全点検 .....	13
障害種別ごとの日頃の備え .....	15
障害のある方すべてに共通すること .....	15
目の不自由な方 .....	15
耳の不自由な方 .....	15
肢体の不自由な方 .....	16
内部障害のある方 .....	16
知的障害や発達障害のある方 .....	16
精神障害のある方 .....	17
難病のある方 .....	17
支援者としてできる日頃の備え .....	18

## 2 災害が発生したときに行うこと

避難行動の流れ .....	19	内部障害、知的障害、発達障害、 精神障害、難病のある方 .....	26
地震が起きたとき .....	19	支援者としてできること .....	26
大雨や台風のと看 .....	21	目の不自由な方 .....	26
指定緊急避難場所、指定避難所、避難情報とは? .....	23	耳の不自由な方 .....	26
洪水(外水氾濫)・内水氾濫の想定浸水深とは? .....	24	肢体の不自由な方 .....	26
防災に関する情報(避難情報など)の入手方法の例 .....	24	内部障害や難病のある方 .....	26
避難するときの留意事項 .....	25	知的障害、発達障害、 精神障害のある方 .....	26
障害のある方すべてに共通すること .....	25		
目の不自由な方 .....	25		
耳の不自由な方 .....	25		
肢体の不自由な方 .....	25		

### 3 指定避難所で行うこと

指定避難所のイメージ	27
指定避難所生活で気を付けること	29
障害のある方が気を付けること	29
支援者として気を付けること	29
障害のある方すべてに対して…	29
目の不自由な方に対して…	29
耳の不自由な方に対して…	30
肢体の不自由な方に対して…	30
内部障害のある方に対して…	30
知的障害のある方に対して…	31
発達障害のある方に対して…	31
精神障害のある方に対して…	31
難病のある方に対して…	32

### 4 中川区避難マップ

中川区全体	33		
広見学区	35	西中島学区	59
露橋学区	37	正色学区	61
八熊学区	39	五反田学区	63
八幡学区	41	戸田学区	65
愛知学区	43	春田学区	67
常磐学区	45	豊治学区	69
篠原学区	47	長須賀学区	71
昭和橋学区	49	西前田学区	73
玉川学区	51	万場学区	75
野田学区	53	千音寺学区	77
荒子学区	55	赤星学区	79
中島学区	57	明正学区	81