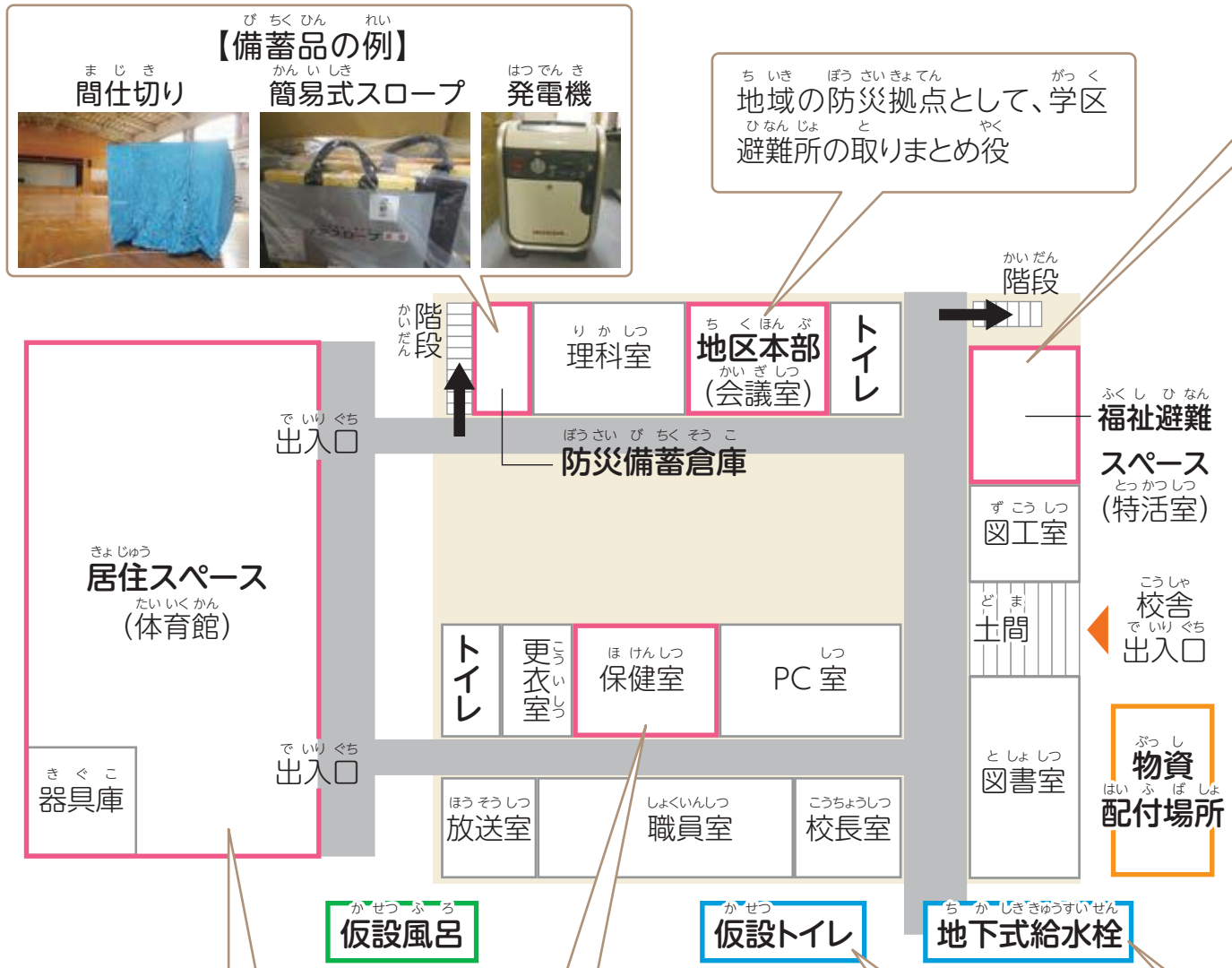


3 指定避難所で行うこと

このパートでは、災害が発生し、自宅で生活ができない場合の指定避難所生活について考えます。

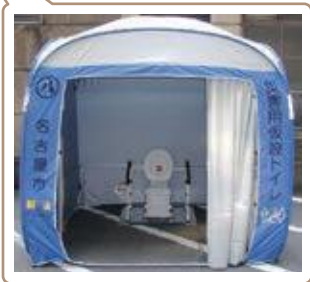
指定避難所のイメージ(学校の例)

ここでは、以下のイメージ図をもとに、指定避難所がどのようなところか確認し、指定避難所での生活の心構えをしておきましょう。



写真提供:大船渡市

災害時は、応急救護所になることがあります。震度5強以上の地震発生時には、医師会の協力により、医療救護所が市立中学校に設置されます。



写真提供:名古屋市上下水道局

避難所のトイレが使用できないときに、地域の方々を組み立てて使用します。



写真提供:認定NPO法人
レスキューストックヤード

福祉避難スペースについて

ふくし ひなん
 たいいくかん きょじゅう ひなんせいかつ ししょう よう
 体育館などの居住スペースでは避難生活に支障がある要
 はいりよしゃ しょうがい かた こうれいしゃ
 配慮者(障害のある方や高齢者など)のための部屋で、この
 ようなスペースをあらかじめ設けている避難所があります。
 ようはいりよしゃ りよう ととの ば
 要配慮者が利用しやすいよう、バリアフリーが整っている場
 あい
 合もあります。

福祉避難所について

ふくし ひなん じょ
 ふくし ひなん ひなんせいかつ こんなん ようはいりよしゃ ひなん に じてき ひなんじょ
 福祉避難スペースでの避難生活が困難な要配慮者が避難する二次的な避難所です。バリアフ
 か しょうがいしゃ し えん し せつ してい
 リー化されている障害者支援施設などが指定されています。

対象者

かい ご ほ けん し せつ びょういん にゅうしょ にゅういん ひつよう しんたいとう じょうきよう しょくじ い どう
 介護保険施設や病院などへの入所・入院を必要としない身体等の状況で、食事や移動
 にちじょうせい かつ とくべつ はいりよ ひつよう かた
 など日常生活に特別な配慮が必要な方
 たいしょうしゃ かいじょ ひと ひとり たいしょうしゃ ふくし ひなんじょ ひなん
 ※対象者を介助する人(1人)は、対象者ととも福祉避難所に避難することもできます。

福祉避難所への避難イメージ

してい ひなんじょ ひなん
 指定避難所へ避難し、
 きょじゅう ふくし ひ
 居住スペースや福祉避
 なん せい かつ
 難スペースで生活

してい ひなんじょ せい かつ こんなん ぼ あい
 (指定避難所での生活が困難な場合、
 ち く ほん ぶ れんらく う く ほん
 地区本部からの連絡を受けて、区本
 ぶ く やくしょ し せつ かい せつ ようせい
 部(区役所)が施設に開設を要請

ふくし ひなんじょ
 福祉避難所へ
 ひなん
 避難

注意 ちゅうい ふくし ひなんじょ ちやくせつ ひなん
 福祉避難所に直接避難するわけではありません。

指定避難所以外の場所での避難について

- か こ さいがい じ たく ひなん ひと じ どう しゃ なか せい かつ ひと こうえん せい かつ
 過去の災害では、自宅に避難している人や自動車の中で生活する人、公園などでテント生活を
 おく ひ さいしゃ
 送っている被災者がいました。
- してい ひなんじょ ひなん しゃ どうろく きゅうえんぶつ し し きゅう う
 指定避難所で避難者登録をすることで、救援物資の支給が受けられます。



写真提供:名古屋市上下水道局

さいがい じ ち い き かた が た みずか
 災害時に地域の方々が自ら
 そう さ いんりようすい かく ほ
 操作し、飲料水を確保するた
 せつ び
 めの設備です。



指定避難所生活で気を付けること

ここでは、指定避難所で生活する上での留意事項をまとめました。



障害のある方が気を付けること

- 指定避難所は、避難者による「自主運営」になります。指定避難所の運営でできることには、積極的に関わっていきましょう。
- 必要な薬や装具がある人は、指定避難所の代表者へ伝えましょう。
- 医療行為を受ける必要のある人は、いつまでに受けなければならないのか、指定避難所の代表者に伝えましょう。



支援者として気を付けること

障害のある方すべてに対して…

- 避難に時間のかかる要配慮者（障害のある方や高齢者など）が、後から避難してくることもあり、要配慮者の避難スペースが不便な所になってしまう場合があります。みなさん被災者ですが、まわりで支援しなければならない方々も一緒に避難生活をおくることを理解し、トイレの近くを優先するなどお互いに必要な配慮をしましょう。
- 「ヘルプカード」を持っている人には、カードに書いてある支援や配慮を心がけましょう。
- 支援者であることがわかるもの（ビブスなど）を身に付け、要配慮者が必要な支援を頼めるようにしましょう。

目の不自由な方に対して…

特徴 目からの情報が制約され、特に移動が困難になることが多いです。

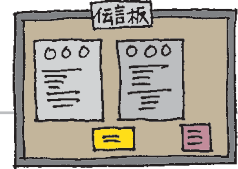
- 声をかけるときは、初めに名乗りましょう。
- 説明するときには、「あそこ」「そっち」ではなく、具体的な方向や距離を示しましょう。
- 指定避難所などでの情報提供は、音声などでも行いましょう。
- 壁づたいに移動することが多くなるため、壁側に物を置かないよう配慮しましょう。
- 避難スペースは、出入口に近い壁際に確保するなど、対象者の意向を踏まえ、移動が少なくなるように配慮しましょう。
- 誘導する際は、腕や肩などにつかまってもらい、半歩ほど前に出て、状況を説明しながら、対象者の速さに合わせましょう。特に段差や階段の前では立ち止まり、「上りです」「下りです」などのように声をかけましょう。



耳の不自由な方に対して…

特徴 主に文字や図などの視覚によって情報を入力します。

- 手話、筆談、身振りなど対象者の意向を踏まえた伝達方法でコミュニケーションを取りましょう。
- 指定避難所などでの情報提供は、放送だけでなく掲示板や伝言板など文字情報でも行うようにしましょう。



肢体の不自由な方に対して…

特徴 手や足、体の胸の部分に障害があり、移動だけでなく、立つ・座る・話すなどの基本動作や姿勢の保持が困難な方もいます。車いすや杖などを使っている方もいます。

- 対象者にどのような支援が必要かを聞き、車いす介助をはじめ支援する際は事前に一声かけてから行いましょう。
- 指定避難所では、車いすが通れる幅(最低90センチ以上)を確保し、通路に物を置かないようにしましょう。また、板などを利用して段差の解消に心がけましょう。
- 避難スペースはトイレに近い場所を確保するなど、対象者の意向を踏まえ、移動が少なくなるような配慮を心がけましょう。
- ベッドや洋式トイレがあれば、優先的に使用できるように配慮しましょう。



内部障害のある方に対して…

特徴 心臓や腎臓など外見からはわかりにくい身体の内部に障害があります。医薬品や医療器具などを必要とする方が多いです。

- 対象者にどのような支援が必要かを聞きましょう。特に医療面については、主治医などと連携を密にし、医療機関への移送手段などを確認しましょう。
- 食事制限が必要な方や医療器具が必要な方など指定避難所の備品で対応できない場合は、指定避難所の代表者と相談しましょう。
- 人工呼吸器(電源)が必要な方、器具の交換スペースが必要な方、呼吸器の障害で煙が苦手な方などに対しては、その方に応じた避難スペースへの配慮に心がけましょう。

知的障害のある方に対して…

特徴

知的能力と環境への見通しの弱さが概ね共通していますが、障害の状況はひとりひとり大きく異なります。

- 説明する時には、「ゆっくり」「具体的に」「簡潔に」するよう心がけましょう。
また、1回で理解できない場合は、繰り返し説明したり、絵や身振りなども交えたりするなどの配慮を心がけましょう。
- 冷静な態度で接し、絶えず優しい言葉をかけるようにしましょう。
- 不安から、大声や奇声をあげても叱ったりせず、まず落ち着いてもらうようやさしく話しかけましょう。
- 場合によっては、個室を確保するなどの配慮をしましょう。

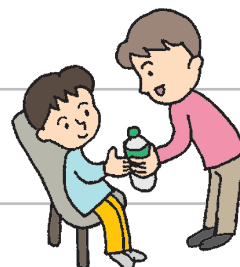


発達障害のある方に対して…

特徴

見た目では障害があるように見えない方、コミュニケーションや対人関係を作ることが苦手な方もおり、周囲の理解と支援が必要になることがあります。

- 指定避難所において情報を伝えるときは、静かな場所で個別に声かけをする、依頼や予定は明確に伝える、否定的な言動ではなく肯定的に伝えてください(例:走らないで⇒歩きましょう)。絵や身振りなども交えたりするなどの配慮を心がけましょう。
- 緊張や興奮している時は、その場から移動して静かな場所に案内するなどの配慮をしましょう。
- 障害の特性から、並んで待つことが難しい方もいます。物資などを配るときには、個別に届けるなどの配慮をしましょう。



精神障害のある方に対して…

特徴

見通しが持てないことから不安になる方や、環境の変化に弱い方など症状には個人差があります。継続的な服薬など医療的なケアが必要な方もいます。

- 指定避難所では、本人が信頼できる方(家族や知人など)が付き添い、必要に応じて別室を確保するなど、精神的な安定を図るための配慮をしましょう。

- ストレスに弱く、緊張したり、疲れやすい方もいます。静かなところや人通りの少ないところなど、可能な範囲で本人が望む場所に案内しましょう。
- 警戒心が強い方や、自分に関係ないことでも自分に関係づけて考えたりする方もいます。丁寧に説明しましょう。

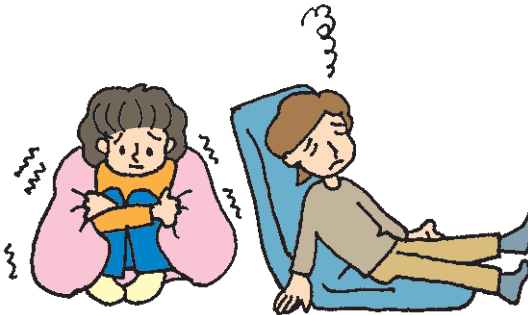


難病のある方に対して…

特徴

体調が変化しやすく、医薬品などの支給や個別に応じた食事など、疾患に応じた支援が必要です。

- 病気によっては、筋力低下、しびれ、痛み、ふらつき、転びやすいなどの症状の方もいます。どのような支援が必要か具体的に聞きましょう。
- 体温調整機能が低下している方や立ち上がりが困難な方に対しては、毛布や椅子などの備品を優先的に配るよう心がけましょう。



【ここまでの主な参考文献(五十音順)】

- あなたの街の洪水・内水ハザードマップ(名古屋市)
- あなたの街の地震ハザードマップ(名古屋市)
- あなたの街の津波ハザードマップ(名古屋市)
- 安心バイブル 非常持ち出し袋あるあるパック活用ガイドブック(認定NPO法人レスキューストックヤード)
- こんなときどうする?障害のある人を理解し、配慮のある接し方をするためのガイドブック(名古屋市)
- 指定避難所運営マニュアル(愛知県)
- 指定避難所運営マニュアル(名古屋市)
- 住宅・建築物耐震化支援制度のご案内(名古屋市)
- ナゴヤ避難ガイド(名古屋市)