

だい しょう
第2章

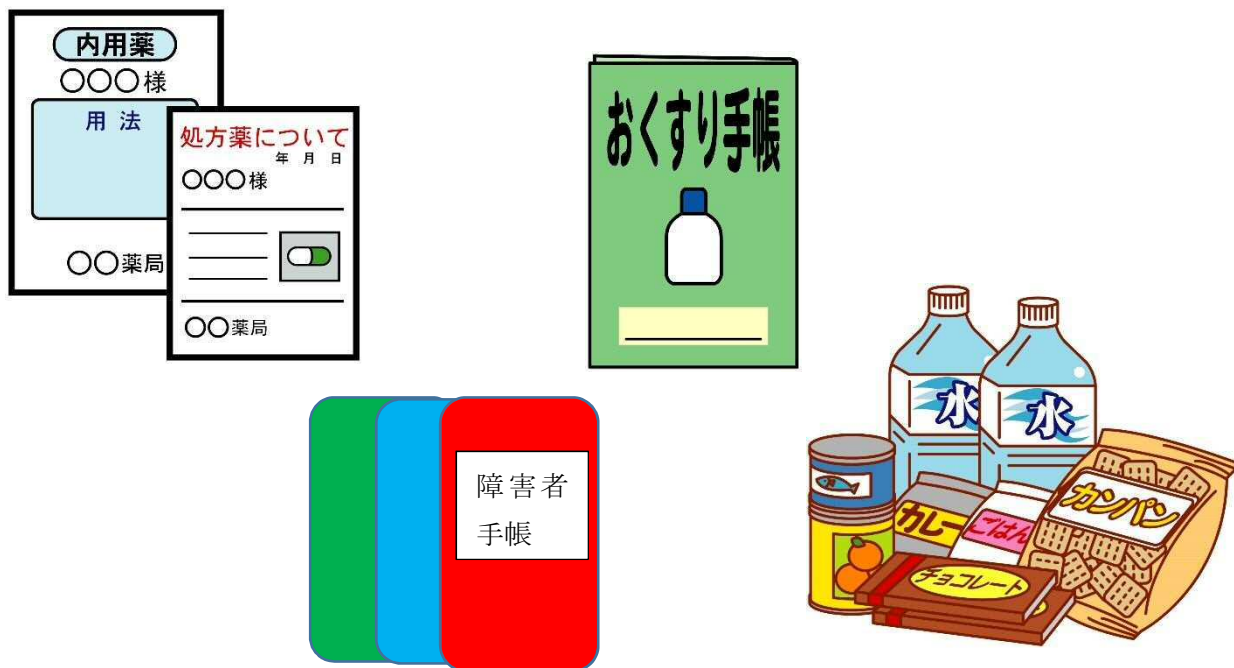
ひごろ そなえ かくしょうがいべつ
日頃の備え（各障害別）

しょうがいじしゃ ひごろ そな しょうがいきょうつう
障害児者の日頃の備え（すべての障害共通）

ひなんばしょ けいろ ひなんほうほう かくにん じっさい ある たいけん
○避難場所や経路など避難方法を確認しましょう。実際に歩くなど体験して
おくことが大切です。

かおく おくがい しょうきょう ぼうふうなど いえ とど せんたく
○家屋や屋外の状況（暴風雨等）によっては家に留まるという選択もあります。

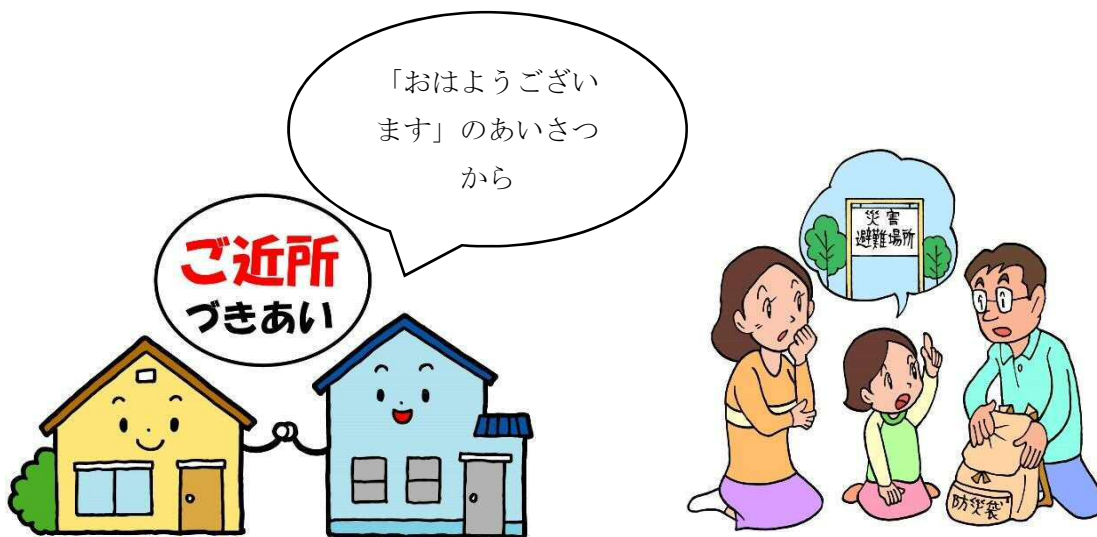
さいてい かぶん しょくりょうひん みず ぶくようちゅう くすり くすりてちょう くすり なまえ ぶくやく
○最低3日分の食料品と水、服用中の薬、お薬手帳（薬の名前や服薬
りょうがわかるメモ）、障害者手帳、障害に応じて必要となる生活用品を持
ち出せるように準備しておきましょう。



かぞくかん れんらくほうほう さいがいようでんごん とう しゅうごうばしょ き
○家族間の連絡方法（災害用伝言ダイヤル171等）や集合場所を決めておき
ましょう。

ちやうないかいとうちいき ぼうさいくんれん せっきよくてき さんか さいがいにじ ばあい
○町内会等地域の防災訓練などに積極的に参加し、災害時に場合によっては
てだす ひつよう じょうきよう りかい こえ かんけい つと
手助けが必要な状況を理解してもらい声をかけあえる関係をつくるように努
めましょう。

ひごろ きんりん かたがた どうこえ か かんけい お
○日頃、近隣の方々とあいさつ等声を掛けあえる関係づくりや災害が起きた
らどうするか話し合う機会を設けましょう。

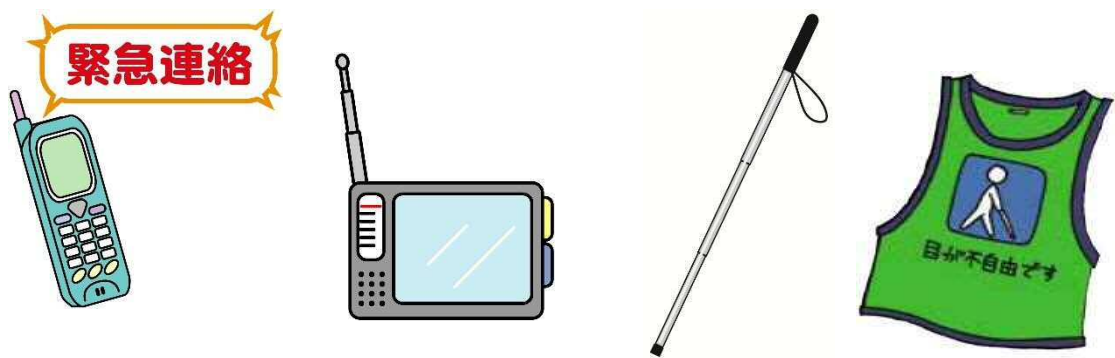


じしん たお かく しはん てんとうぼうしきく こてい ひさん
○地震で倒れそうな家具は市販の転倒防止器具で固定し、ガラスには飛散
ぼうし は つ だんぼうきく じどうしょうかそうちつき
防止フィルムを張り付けましょう。暖房器具は自動消火装置付のものを
えら 選びましょう。

しかくしょうがいじしゃ ひごろ そな
【視覚障害児者の日頃の備え】

はくじょう てんじき けいたいでんわ けいたい どう みじか お
○白杖、点字器、携帯電話、携帯ラジオ等を身近に置いておきましょう。

しゅうい し しかくしょうがいじしゃ しかくしょうがいじしゃ
○周囲に知ってもらうための、視覚障害児者ビブス（視覚障害者であるこ
ひょうじ かんいせい どう じゅんび
とを表示する簡易性ユニホーム）等を準備しておきましょう。



ちょうかくしょうがいじしゃ ひごろ そな
【聴覚障害児者の日頃の備え】

じょうほうしゅうしゅうよう けいたいでんわ ほちょうき でんち ひつたんよう ようし ひっきよう
○情報収集用の携帯電話、補聴器の電池、筆談用のメモ用紙、筆記用
ぐん ぶえ みじか お
具、笛、ブザーなどを身近に置いておきましょう。

○エリアメール、緊急速報メール、インターネットの活用や近隣の方から
じしん ひなんほうほう じょうほう え
地震や避難方法の情報を得ましょう。

えぬていーていー さくせい むしょうはいふ でんわ ねが てちょう
○NTTで作成・無償配布している、電話お願い手帳
つか ようけん でんわ れんらく きんきゅうじたい
を使うと「用件を電話で連絡したい」「緊急事態なの
たす ほ まわ ひと きょうりよく ねが
で助けて欲しい」など、周りの人に協力をお願いし
たいことが、わ 分かりやすくつたえられるので、じゅんび
おくと便利です。

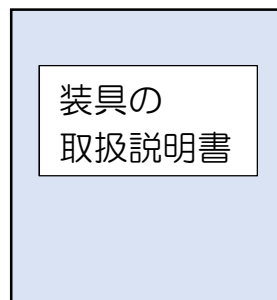


したいしょうがいじしゃ ひごろ そな
【肢体障害児者の日頃の備え】

くるま つえ ほこうき みじか お
○車いす、杖、歩行器などは身近に置いておきましょう。

はんそうしえん そな もうふ はんそうようぐ ようい
○搬送支援に備えて、シーツ、毛布などの搬送用具を用意しておきましょう。

ひごろ しょう そうぐ せつめいしょ じゅんぴ
○日頃、使用している装具の説明書を準備しておきましょう。



ないぶしょうがいじしゃ ひごろ そな
【内部障害児者の日頃の備え】

じんこうこきゅうき そうちゃく かた ひじょうようがいぶ ちよくちようぼうこう
○人工呼吸器を装着している方は非常用外部バッテリーなど、直腸膀胱
きのうしょうがい かた しょう ひつよう そうぐ ひふほごさい ふそくひん
機能障害の方は、ストマ使用に必要な装具や皮膚保護材などの付属品、
おんせい げんごきのうしょうがい かた きかんこう よび ひと しょうきょう
音声・言語機能障害の方は気管孔エプロンの予備など、その人の状況
におう ひつよう みじか お
に合った必要なものを身近に置いておきましょう。

ざいたくりょうようちゆう さいがいじ ひじょうでんげん ひつよう ひと ひじょうようがいぶ とう
○在宅療養中で災害時の非常電源が必要な人は、非常用外部バッテリー等
じゅんぴ いりょうきかん さいがいじ たいおう かくにん
を準備し、かかりつけの医療機関などと災害時の対応を確認しておきましょう。

しょうびやく とくしゅ ちりょうしょく たくわ しゅじい そうだん
○常備薬や特殊な治療食の蓄えなどは、主治医に相談しておきましょう。
(その名称等もメモしておきましょう。)

おんせい げんごきのうしょうがい かた ひつだんよう ようし ひっきようぐ ふえ
○音声、言語機能障害の方は筆談用のメモ用紙、筆記用具、笛、ブザーなど
けいたい
を携帯しましょう。

ちてきしょうがいじしゃ ひごろ そな
【知的障害児者の日頃の備え】

○緊急連絡先やかかりつけ医療機関、服用している薬などを記入したもの（ヘルプカード、SOSカードなど）を本人と家族が持つようにしましょう。

○災害が発生した時や、通院ができなくなった場合の医療的な対処方法について、主治医から聞いておき、適切な行動がとれるようにしておきましょう。



はったつしょうがいじしゃ ひごろ そな
【発達障害児者の日頃の備え】

○平常時から基本的な防災用語や動作を教え、練習しておきましょう。〔もぐる（机に）、ひなん（一緒に）、まもる（頭を）、ていでん（実際に暗くする）等〕

○災害が発生した時や、通院ができなくなった場合の医療的な対処方法について、主治医から聞いておき、適切な行動がとれるようにしておきましょう。

○コミュニケーションをとるために必要なもの（絵カード、写真、メモ、筆記用具など）や本人が好きなもの（安心できるもの）も準備しましょう。

○「じしん」「ゆれる」「あたま」「まもる」など伝え、起震車で地震の揺れを体験するのもよいでしょう。



せいしんしょうがいじしゃ ひごろ そな
【精神障害児者の日頃の備え】

いりょうてき う ばあい たいしよほうほう しゅじい
○医療的なケアが受けられなくなった場合の対処方法について、主治医から
きき てきせつ こうどう ひじょうじ くすり
聞いておき、適切な行動がとれるようにしておきましょう。（非常時の薬
じゅんび
の準備など）

しえんきかん かた じしん びょうじょう はな あ のこ
○あらかじめ支援機関の方と自身の病状について話し合い、メモに残すこ
とで、さいがいじ はじ あ しえんしゃ びょうき しょうがい わ つた
とで、災害時に初めて会う支援者にも病気と障害を分かりやすく伝える
ことができます。（ヘルプカード、えすおーえす SOSカードの活用など）

くすりてちょう けいたい しょたいめん いりょうかんけいしゃ ふくやくじょうきょう てきせつ つた
○お薬手帳などを携帯し、初対面の医療関係者にも服薬状況を適切に伝
えられるようにしましょう。

