

伊勢原市災害時要援護者支援マニュアル

当事者編(要約版)

平成18年3月策定



作成 伊勢原市保健福祉部福祉総務課
電話 (0463)94-4711
FAX (0463)95-7612
E-mail f-soumu@isehara-city.jp

事前対策

1 共通事項

(1) 非常用持出品を準備する

日頃から避難するときに備えて、非常持出品をリュックサックなどにひとまとめにして用意しておきます。非常持出品は、出入口近くの取り出しやすい場所に備えておき、家族みんなが知っておくようにします。

また、緊急時に、すぐに取り出したり、持てるように、置き場所は、常に同じところにしておき、どうしても配置を替える場合は、家族などみんなを確認します。

非常用持出品の主な例

飲料水、食糧（乾パンなど）、携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池（予備）、衣類（下着など）、タオル、雨具、マッチ、ロウソク類、薬（薬袋に入れて）、救急用品セット、貴重品（現金など）、携帯用ブザーや笛、防災ずきんやヘルメット

(2) 地域の防災対策を知る

市町村が策定した防災計画などから、地域の防災対策がどうなっているかを知り、避難場所や避難経路を確認しておきます。その際、自宅から避難場所や広域避難場所までの経路をチェックし、支障となる物がないか確認したり、主な目標物の目印や危険な場所等を地図に落としてオリジナルの防災地図を用意しておくことで避難するときにあわてずに済みます。



(3) 家族で防災対策を考える

災害時には、協力して被害を防いだり、救助したり、一緒に避難するなど家族の協力が大変に重要です。家族の安否を確認することも大事なことです。このため、災害がいつ発生してもよいように、家族で防災について話し合い、災害について学習したり、事前対策を考えておきます。その際、緊急時の連絡方法や役割分担、避難方法、離ればなれになった場合の待ち合わせ場所等を決めておくことが大切です。同時に、非常用品や備蓄も確認し、準備します。

また、家族で地域の防災訓練に参加したり、季節ごとや違う時間帯などの災害発生を想定してその状況に応じた避難経路、避難方法、集合場所を家族みんなですべて確認してみる必要もあります。



(4) 地域の防災訓練に参加する

市町村又は地域ごとに毎年、防災訓練が実施されます。広域避難場所や防災拠点に集合して各種の訓練が行われます。また、自治会単位などでも防災訓練が行われ

ています。初期消火訓練などで実際に消火器の取扱いを経験しておくこと緊急時にあ
わてないですみますし、被害を最小限にする行動や安全な避難方法なども体験でき
ます。

自分の身を自分で守るためにも、地域防災訓練には積極的に参加しましょう。防
災訓練を通じて、自主防災組織や隣近所の人とのコミュニケーションも密になり、
その経験は災害時の強い味方になります。

しかしながら、防災訓練に参加しても障害があるために十分な訓練ができなかつ
たり、情報を得にくいことや理解しにくいこともあります。このようなときは、地
域の人や自主防災組織、防災関係機関などに話し、障害のある人や高齢者への配慮
や参加しやすい環境づくり、さらには、参加している全員が効果的に訓練できるよ
う、ともに考えたり、実施してもらうようにします。

2 障害別事項

身体障害がある人の対策

肢体不自由な人の対策

- ・安全な居住空間を確認しておきます（常に整理整頓を心がけ、あまり物を置か
ない。）。
- ・居住スペースは、できるだけ避難のしやすい1階を選びます。
- ・歩行補助具は倒壊した家具の下敷きにならないように、常に安全な一定の位置
に置き、暗闇になっても分かるようにしておきます。
- ・家族など、日頃、介助している人が外出しているときの災害発生に備え、隣近
所などに万が一の際の協力や介助を依頼しておきます。
- ・非常用持出品として紙おむつ、携帯用トイレ、ビニールシート（おむつ交換時
や着替えに必要）を用意します。

《車いす使用者》

- ・車いすが通れる幅を常に確保しておきます。
- ・車いすが使用不能になったときのために、それに代わる杖、おぶいひもなどを
用意しておきます。
- ・車いすのタイヤの空気圧は定期的に点検します。
- ・雨天や寒冷時に備え、車いすでも使用可能なカッパ等を用意します。



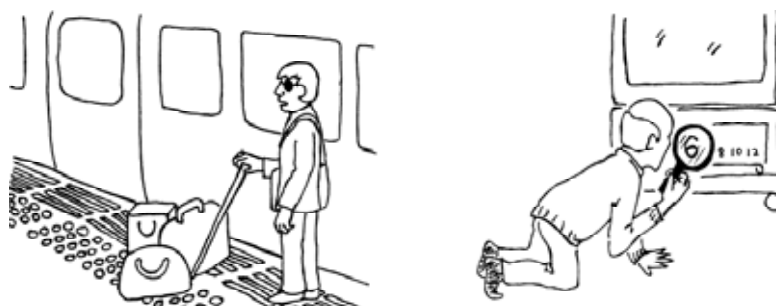
《電動車いす使用者》

- ・電動車いすのバッテリーは、使用后必ず充電し、常温で保管します。
- ・補液タイプのバッテリーは、定期的に液量をチェックします。
- ・車いすに内蔵されていない充電器は、倒壊した家具の下敷きにならないように
安全な場所に置きます。



視覚障害がある人の対策

- ・家の中の物の配置を常に一定にします。家族が配置を変更したときは、すぐに確認しておきます。特に、非常用持出袋などは必ず確認しておきます。
- ・災害時の避難通路（コース）の設定とその通路の安全を確認しておきます。
- ・居間、寝室などの家の中や玄関付近の整理整頓を心掛けます。
- ・メガネ、白杖（折りたたみ式）、点字板、音声時計や触知式時計を非常用持出袋に入れておきます。
- ・糖尿病、緑内障のある人は常備薬を常に持ち出しができるようにしておきます。
- ・メガネ、白杖、点字板等が地震で損害を受けたり、なくならないよう、いつも身近で安全な一定の場所に置きます。
- ・ガラスなどが飛散して床が危険になるので、各室にスリッパなどを用意します。
- ・緊急時の連絡先点字メモ、メモ用録音機等、自分が助けを求めたり、安全を確保するために必要な物を身に着けます。
- ・情報入手手段としてラジオがすぐに利用できるようにしておくか、カード式携帯ラジオを常に身に着けます。予備の電池を十分に備えておきます。
- ・家族が外出し、ひとりの場合、隣近所に万一の際の協力を依頼しておきます。



聴覚障害がある人の対策

- ・補聴器は常に手元に置きます。
- ・補聴器等及び専用電池は、予備を用意し、非常用持出袋に入れておきます。
- ・正確な情報を収集するために、緊急連絡先表、携帯電話やPHSなど文字情報が得られる携帯端末、筆談に必要なメモ、携帯用ホワイトボード、筆記用具などを常に身に着けます。
- ・防災関係機関からの緊急通報用に有効なため、ファックスを設置するとともにロール紙の予備を用意しておきます。
- ・ファックスを設置していない方はファックスを持っている人、ファックスのある店をあらかじめ確認しておきます。
- ・災害時に必要な緊急会話カード（依頼カード、連絡カード）を用意し、常に持参します。

緊急会話カードの記載例

私には聴覚障害があります。私の名前は
です。
私に代わって、 に電話をかけていた
だけませんか。

- ・家族が外出し、ひとりの場合、隣近所に万一の際の協力を依頼しておきます。
- ・夜間の睡眠中の情報伝達をどうするか家族や隣近所の人達と決めておきます。

携帯電話、PHS、ポケベル、インターネット・パソコン通信など文字情報で互いに情報のやりとりができる機器があり、携帯電話、PHS、ポケベルなどは、着信が振動でわかりますので、たいへん便利です。

音声言語機能又はそしゃく機能に障害がある人の対策

- ・携帯用会話補助装置を使用している人はバッテリーの予備を非常用持出袋に入れておきます。
- ・栄養チューブセットなど、食事のための器具（予備）を非常用持出袋に入れておきます（そしゃく機能障害者）。
- ・笛やブザー等、自分が助けを求めたり、安全を確保するために必要な物を身につけます。
- ・筆談に必要なメモや携帯用ホワイトボード、筆記用具を備えておきます（雨天時に使用可能で、何度も繰り返し使用できるものが望ましい。）。

内部障害や難病がある人の対策^{せん}

- ・日頃から服用している薬の処方箋^{せん}の明細や薬局からの投薬説明文をコピーして、非常用持出袋に入れておきます。
- ・特殊な治療食の備えについては、かかりつけの医療機関に相談しておきます。
- ・家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法等をよく説明し、理解してもらいます。

《心臓機能障害》

- ・ペースメーカーを装着している方は、機器が故障したときの対応、緊急時の連絡方法などを、かかりつけの医療機関や機器メーカーに相談しておきます。

《じん臓機能障害》

- ・通院による透析ができなくなったときに備え、県外の医療機関での透析など、日頃から関係団体や医療機関と災害時の対策を具体的に話し合っておきます。
- ・かかりつけ以外の医療機関で透析を受ける場合に備えて、自分のドライウェイトやダイアライザーのタイプなどの透析条件を緊急連絡カードに記入し、非常用持出袋に入れておきます。
- ・災害時には食事、水、薬の自己管理が重要です。食事と水分を上手にコントロールしておくことで、数日間は生活を続けられます（1日の生活において、カロリーは体重1kg当たり30キロカロリー、蛋白質は体重1kg当たり1.2グラム、塩分は3グラムに抑えるようにします。）。
- ・カリウム対策のため、カリメイトやケーキサレイトの予備を持っておきます。
- ・自己連続携帯式腹膜灌流法（CAPD）による透析療法をしている方は透析液加温器のバッテリーの予備を非常用持出品と同じ場所に常においておきます。
- ・また、透析液パックを非常用持出品と同じ場所に常においておきます。

《呼吸器機能障害》

- ・在宅酸素療法をされている方は、あらかじめ、かかりつけの医療機関に酸素の必要度（酸素を使用しなくても大丈夫な日数）などを確認しておくで安心です。
- ・濃縮酸素の濃縮器や液体酸素のボンベは、火気から離れた場所に保管します。
- ・酸素チューブの配管は、地震が起きたときに、体にかまらないように工夫して配管してもらいます。
- ・人工呼吸器を装着している方は、ライフライン（電気、ガス、水道などの生活に必要な設備）が寸断された場合に備えて、アンビューバック（蘇生器の一つで、自分で呼吸のできなくなった人に人工呼吸を行うためのゴム製の袋）、バ

- ・バッテリー、手動式吸引機などを用意しておきます。
- ・携帯用酸素ボトルを、非常用持出袋に入れておきます。
- ・吸入加湿処理により、呼吸に伴う負担の軽減を図るため、ネブライザーを使用する方はバッテリーの予備を非常用持出袋に入れておきます。

《ぼうこう又は直腸機能障害》

- ・ストマ装具（最低10日分）、洗腸セット（水、ぬれティッシュペーパー、輪ゴム、ビニール袋、はさみ）を非常用持出袋に入れておきます。
- ・ストマ装具のメーカー、販売店の連絡先を緊急連絡カードに記入して、非常用持出袋に入れておきます（家族にも同様の連絡先を知らせておきます。）。また、処理方法を家族にも教えておきます。



《盲導犬、聴導犬、介助犬の使用者》

- ・ドッグフードは必ず1袋（箱）多めに買い置きをします。
- ・フィラリア症予防薬は冷暗所などに保管しておきます。
- ・かかりつけ以外の動物病院や各盲導犬協会の連絡先を把握しておきます。

知的障害がある人の対策

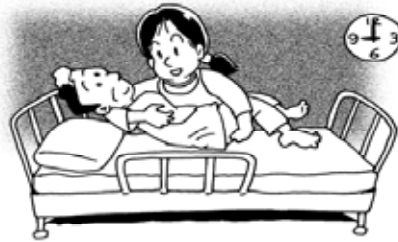
- ・日頃から服用している薬の処方箋^{せん}の明細や薬局からの投薬説明文をコピーして、非常用持出袋に入れておきます。
- ・服用する際、たとえばオブラートを使用するなどの独自の方法を用いる薬の場合、その旨を緊急連絡カードに記載しておきます。
- ・笛やブザーなど自分が助けを求めたり、安全を確保するために必要な物を身に着けます。
- ・身の回り品や食べ物に、特別なこだわりを持っている場合は、そのことを周囲の人たちに理解してもらいます。
- ・災害時に支援が必要なことを書いた緊急連絡カードや身元、連絡先などが確認できる名札等を、常に携帯するか、衣服等に縫いつけておきます。
- ・実際に行ってみることにより、避難場所を憶えておくよう心掛けます。

精神障害がある人の対策

- ・日頃から服用している薬の処方箋の明細や薬局からの投薬説明文をコピーして、非常用持出袋に入れておきます。
- ・家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法等をよく理解しておいてもらいます。

支援が必要な高齢者の対策

- ・安全な居住空間を確保しておきます（常に整理整頓を心がけ、あまり物を置かない。寝るときは、家具やガラス窓からできるだけ離れる。）。
- ・居住スペースは、できるだけ避難のしやすい1階を選びます。
- ・杖などは倒壊した家具の下敷きにならないように、常に安全な一定の位置に置き、暗闇になっても分かるようにしておきます。
- ・家族など、日頃、介助している人が外出しているときの災害発生に備え、隣近所などに万一の際の協力や介助を依頼しておきます。
- ・非常用持出品として、おぶいひもや毛布、車イス、紙おむつなどを用意します。



移動困難や身体的に虚弱などの理由により、自力での避難や必要な情報を的確に把握し、行動することが困難な高齢者が事前対策を考えるに当たっては、上記のほか、それぞれの状態に応じて、前記（障害別事項）の該当項目を参照し、適切な対策に努めます。

情報を得る



何より情報を収集し、正しい情報を把握することが大切です。



- (1) ラジオ、テレビ、インターネットなどから情報を収集します。
- (2) 防災行政無線など公的な機関から情報を得ます。
- (3) 隣近所や地域の自主防災組織の人には、日頃から情報を伝えてもらえるよう頼んでおき、早く情報を得られるようにします（いざというときに情報を伝えてもらう人を特定しておく、よりいいでしょう。）。
- (4) 流言飛語に惑わされることのないよう、正しい情報かを複数の媒体、複数の人で確認するようにします。
- (5) 余震を恐れずに、正しい情報を得るようにします。
- (6) 消防署等への災害状況の問い合わせは消防活動に支障を来すので、緊急の場合以外は、電話を控えるようにします。
- (7) 電話（携帯電話を含む。）の使用は自粛します。
- (8) 安否確認などの情報を得る場合は、「災害用伝言ダイヤル」を活用します。

地震発生時の対応

身体障害がある人の対応

肢体不自由な人の対応

ア 家での対応

- ・避難に備え、補助具などを持つか、身につけます。
- ・火災が発生したら、「119番通報」をし、身を低くし、煙に巻かれないように脱出します（初期消火が可能な場合も無理をせず、脱出を優先する。）。

イ 外出中の対応

- ・移動に困難が生じた時は、まわりの人に援助を依頼します。
- ・移動が危険な状況のときは、最寄りの防災機関等に保護を申し出るようにします。

視覚障害がある人の対応

ア 家での対応

- ・テレビ、ラジオや防災機関の広報、伝達の内容に注意します。
- ・火災の発生に気付いたら、まず、その場を離れ、周囲の人に大声で火災を知らせ、「119番通報」と初期消火をしてもらいます。
- ・火災発生の呼びかけに反応が無い時は、ガラス類の破片や物の落下音に注意しながら、壁などをつたい、身を低くし、煙に巻かれないように脱出します。

イ 外出中の対応

- ・周囲の人に大きな声をかけて、まわりの状況を教えてもらったり、安全な場所へ誘導してもらうようお願いします。

聴覚障害がある人の対応

ア 家での対応

- ・テレビやCSによる手話・字幕放送、防災機関からのファックスなどに注意します。
- ・緊急連絡カードなどに、「火災発生や避難勧告など、重要なことを教えてください」などと書き、隣近所の人などに見せて情報の提供をお願いします。
- ・火災が発生したら、初期消火を行うとともに、防災機関への緊急ファックスなどで「119番通報」をします。
- ・音をたてたり、メモや緊急会話カードなどで、隣近所の人に火災を知らせ、消火や「119番通報」などを依頼します。

イ 外出中の対応

- ・まわりの人に緊急会話カードを見せたり、筆談などで自分のことを伝え、状況や帰宅経路などを教えてもらいます。

音声言語機能に障害がある人の対応

ア 家での対応

- ・火災が発生したら、初期消火を行うとともに、緊急ファックスなどで「119番通報」をします。
- ・ゆっくり話すか、メモや緊急会話カードなどで、隣近所の人に火災を知らせ、消火や「119番通報」などを依頼します。

イ 外出中の対応

- ・まわりの人に援助を依頼するときは、ゆっくり伝えるか、筆談やメモで援助を依頼します。

内部障害や難病等がある人の対応

ア 家での対応

- ・かかりつけの医療機関に連絡して、状況を把握し、以後の対処の指示を受けたり、連絡してもらうようにします。
- ・非常用持出袋に入れるなど、日頃服用している薬や器具などを携帯できるように用意します。

イ 外出中の対応

- ・できるだけ早く医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けるようにします。自分でできないときは、まわりの人に医療機関などへの連絡を依頼します。

ウ 医療機関での治療中の対応

- ・人工透析中の場合は、機器とシャント部位がチューブでつながっているので、コンソール（透析機器）と体が離れないようにします。
- ・停電があり回復不能の時は、チューブの止血を確認してから切断して、あわてず医師や職員の指示に従い定められた場所に避難します。

《盲導犬、聴導犬、介助犬の使用者》

建物の倒壊や落下物により、道路の歩行が困難な場合、給付先の団体などに、一時、盲導犬、聴導犬、介助犬を預けます。

知的障害がある人の対応

- ・緊急連絡カード、笛又は携帯ブザーを持ち、事前に決められたことを守り、支援者の指示に従います。

精神障害がある人の対応

家での対応

- ・正しい情報を得て、冷静に指示に従います。
- ・かかりつけの医療機関に連絡して、状況を把握し、以後の対処の指示を受けたり、連絡してもらうようにします。
- ・非常用持出袋に日頃服用している薬と精神障害者保健福祉手帳を入れます。

外出中の対応

- ・できるだけ早く医療機関に連絡し、以後の対処について指示を受けるようにします。自分でできないときは、まわりの人に医療機関などへの連絡を依頼します。

支援が必要な高齢者の対応

家での対応

- ・避難に備え、杖などを用意したり、防災ずきんなどで身を守ります。
- ・火災が発生したら、「119番通報」をし、身を低くし、煙に巻かれないように脱出します。（初期消火が可能な場合も無理をせず、脱出を優先する。）
- ・非常用持出袋を必ず携行します。

外出中の対応

- ・移動に困難が生じたときは、まわりの人に援助を依頼します。
- ・移動が危険な状況のときは、最寄りの防災機関等に保護を申し出るようにします。

高齢者で、移動が困難や身体的に虚弱などの理由により、自力での避難や必要な情報を的確に把握し行動することが困難な方は、災害発生時には、上記のほか、それぞれの状態に応じて、前記の「地震発生時の対応」の該当項目を参照し、適切な対応に努めます。

避難

(1) 避難に当たって

- ・市町村、防災関係機関から避難勧告、避難指示が出たら、隣近所に呼びかけ、周囲の人と協力し合い避難します。



- ・建物の倒壊や崖崩れの恐れがあるので、危険と思われる場所を避け、自主防災組織とともに避難場所へ避難します。
- ・崖や川べりでは、地盤がゆるんでいて崩れやすくなっている場合があるので、近寄ると危険です。

(2) 家での対応

- ・ガスの元栓は締め、電気のブレーカーは閉じたまま、戸締まりをします。
- ・どこへ避難するか緊急連絡先に連絡したり、メモを出入口に貼るなど、行き先を明示しておきます。
- ・避難は徒歩が原則ですので、動きやすい服装、底の厚い靴で、持ち物は少なくし、両手が使えるようリュックサックなどに入れます。（非常用持出袋は忘れずに持ちます。）

(3) 外出中の対応

- ・帰宅するには危険と思われる場合は、最寄の交番や行政機関等に助けを求め、一時的に避難場所に避難して安全が確認できるまで様子を見ます。
- ・避難は徒歩が原則ですので、車の窓を閉め、キーをつけておきます（車でしか行動できない場合を除く。）。
- ・持ち物は少なくし、できる限り両手が使えるように工夫します。

参 考

災害用伝言ダイヤル「171」

災害が発生した場合、安否の問い合わせなどが集中し電話がかかりにくくなったり、かからない状態になります。これは被災地域での電話が通信設備（回線や交換機）の許容量を超えるため起こる現象です。このような現象は携帯電話でも発生します。

このため、被災地域内や被災地への安否などの情報を音声により伝言するのが「災害用伝言ダイヤル」です。被災地の人から録音したメッセージを他の地域の人から聞いたり、他の地域の人から被災地の人へ録音したメッセージを送ることで情報の受発信ができます。

N T Tの機械（伝言蓄積装置）が伝言を受け付けますので、一般の加入電話だけでなく、公衆電話、携帯電話、PHSからも伝言の録音や再生ができ、自宅が避難等で不在であったり、停電などにより自宅の電話が使用できないときでも利用できます。

ただし、録音されたメッセージを自動的に受信する人の電話に伝えるものではなく、受信する人が「災害伝言ダイヤル」を使い、再生することにより情報を取り出すものです（利用に当たっては、通話料がかかります）。

利用方法

「171」をダイヤルし、利用ガイダンス(案内)に従ってダイヤル操作して、伝言の録音や再生をします。

避難勧告、避難指示

市町村では、災害発生時における人的被害の発生を未然に防止するため、災害の発生が予測される地域の住民の方に、「避難勧告」及び「避難指示」を行います。

避難勧告及び避難指示は、防災無線や広報車、電子サイレン、ハンドマイクによる伝達を行うとともに、自治会長などの協力を得て伝達します。

自治会や防災組織などの協力を得て、組織的に避難誘導が行われますので、指示に従い避難しましょう。

避難勧告

災害の拡大により、危険が切迫し、地域住民を避難所へ避難させる必要が生じたときに発表します。避難勧告は、その地域の居住者を拘束するものではありませんが、速やかに避難するようにしてください。

避難指示

地域住民に対する災害の危険が目前に切迫しているときに発します。避難指示を受けたら、直ちに指定された場所に避難してください。

自主避難

避難勧告や避難指示のほか、災害が予想されるときに、地域住民が自分の判断によって自主的に避難所へ避難するものです。市町村等が指示するものではありませんが、避難所の開放などを行います。

地震の予知情報が出たら本格的な警戒体制

東海地震に関する情報が3段階で発表されます。
危ない状況の低い方から順に「東海地震観測情報」、「東海地震注意情報」、「東海地震予知情報」の3段階です。

「東海地震観測情報」（平常どおり）

軽微な異常データが観測されているけれども、それが東海地震とどう関係しているのかについて、すぐには分からないときに発表されます。住民の方は、テレビやラジオなどの報道を聞き逃さないようにして、平常どおりお過ごしください。

「東海地震注意情報」（必要な準備行動の開始）

更に異常なデータが観測され、前兆すべりが起こっている可能性が高まったときに発表されます。これにより防災のための準備行動を始める機関もあります。報道に注意して、政府からの呼びかけや県・市町村などが定める防災計画に従って行動してください。

前兆すべりとは？

東海地震は、プレート（地球表面を覆う厚さ数十～百キロメートル程度の岩石の層）の境界で起こる地震です。プレート境界は普段は強くくっついています。しかし、東海地震の前には少しずつすべり始め、最終的に大きくずれて東海地震になる、と最新の地震学では考えられています。この前兆的なすべり現象が前兆すべりです。

「東海地震予知情報」（本格的な警戒体制）

前兆すべりが起こっており、東海地震の発生のおそれがあるときに発表されます。ほぼ同時に内閣総理大臣から警戒宣言が発表されますので、この警戒宣言や、県・市町村などが定める防災計画に従って行動してください。

各情報を発表した後で、東海地震発生のおそれがなくなったと認められた場合や地震現象について東海地震の前兆現象と関係ないと判断した場合は、それぞれの情報の中で、その旨を明記して発表します。