

しょう しゃ
障がい者のための

さいがいたいおう
災害対応



いわみざわし
岩見沢市

ほうさいたいさくしつ
防災対策室

もく じ
目 次

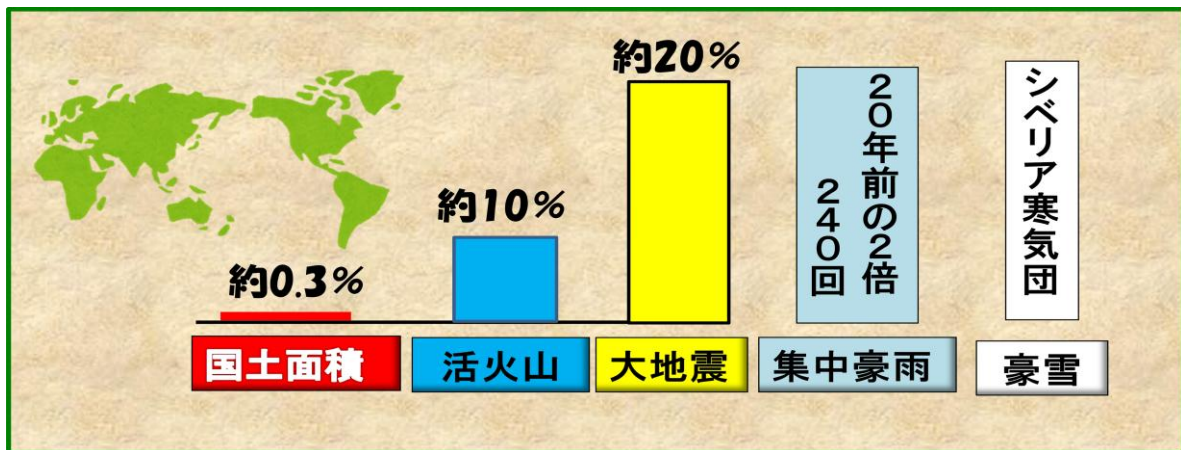
| | | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------------|------|-------|------|------|-----|-----|----|----|-----|----|----|---|
| だい しょう | さいがい | たい | こころがま | | | | | | | | | | |
| 第1章 | 災害に対する心構え | | | | | | | | | | | | |
| 1 | さいがい | れつとう | にっぽん | さいがい | かなら | お | 1 | | | | | | |
| 2 | いわ | みざわ | さいがい | とな | あ | せい | かつ | 1 | | | | | |
| 3 | ひがし | に | ほん | だい | しん | さい | しょう | しゃ | けん | じょう | しゃ | ばい | 1 |
| 4 | ふ | だん | そな | ひ | がい | さい | しょう | げん | 2 | | | | |
| 5 | じ | ぶん | たす | だれ | たす | 2 | | | | | | | |
| 6 | たい | せつ | じ | じょ | きょう | じょ | 2 | | | | | | |
| 7 | この | 冊子 | の | 活用 | 2 | | | | | | | | |
| だい しょう | いわ | みざわ | よ | そう | さい | がい | | | | | | | |
| 第2章 | 岩見沢に予想される災害 | | | | | | | | | | | | |
| 1 | しん | さい | じ | しん | 3 | | | | | | | | |
| 2 | すい | がい | こう | すい | 3 | | | | | | | | |
| 3 | せつ | がい | こう | せつ | 4 | | | | | | | | |
| 4 | ど | しゃ | さい | がい | 4 | | | | | | | | |
| 5 | か | み | なり | 5 | | | | | | | | | |
| 6 | たつ | まき | 5 | | | | | | | | | | |
| だい しょう | ひ | ごろ | そな | | | | | | | | | | |
| 第3章 | 日頃の備え | | | | | | | | | | | | |
| 1 | リーダー | の | ための | 危機 | 管理 | 6 | | | | | | | |
| 2 | せい | じょう | せい | どう | ちょう | せい | 6 | | | | | | |
| 3 | さい | がい | よう | でん | ごん | 7 | | | | | | | |
| 4 | さい | がい | じ | ふ | あん | かい | しょう | 8 | | | | | |
| 5 | ひ | じょう | もち | だし | ひん | じゅん | び | 9 | | | | | |
| 6 | この | ような | 備蓄 | 品 | があれば | さらに | 心 | 強い | 10 | | | | |
| 7 | さい | がい | じ | じょう | ほう | じゅ | しん | しゅ | だん | 11 | | | |

| | | | |
|--------|-----------|------------------------|------|
| だい しょう | ひ なん | | |
| 第4章 | 避難 | について | |
| 1 | 避難所 | とは | 12 |
| 2 | 避難 | の情報 | 13 |
| 3 | 避難行動 | (安全確保) | 14 |
| だい しょう | じ しん | そな | |
| 第5章 | 地震 | に備える | |
| 1 | 建物・家 | の中の安全対策 | 15 |
| 2 | 緊急 | 地震速報を知ろう | 16 |
| 3 | 地震 | だッ！3分間・3時間・3日間を生き抜け！ | 17 |
| だい しょう | こうすい | そな | |
| 第6章 | 洪水 | に備える | |
| 1 | 水害時 | に心がけたいこと | 18 |
| 2 | 洪水ハザードマップ | で自宅周辺の危険を確認 | 19 |
| だい しょう | しょう | おう | ひ ころ |
| 第7章 | 障がい | に | そな |
| 1 | 目 | の不自由な方がいる場合 | 20 |
| 2 | 耳 | の不自由な方、話すことが不自由な方がいる場合 | 23 |
| 3 | 肢体 | の不自由な方がいる場合 | 25 |

第1章 災害に対する心構え

1 災害列島日本！ 災害は必ず起きる

日本の面積は、世界のたった0.3%です。世界の大きな地震の20%が日本で発生し、集中豪雨は20年前の2倍の240回も発生し、冬は、シベリア寒気団が大雪をもたらします。



2 岩見沢、災害と隣り合わせに生活

昭和56年の洪水は岩見沢全域に大きな被害が発生し、平成20年の暴風雪は市内各地で車が立ち往生し、平成23年の豪雪は死者3名の事故も発生しました。平成24年9月には南利根別川が溢水し南町では床下浸水や道路冠水が発生しました。

私たちは、地震・豪雪・台風・集中豪雨・土砂災害・火災などと常に隣り合わせで生活しているのです。

3 東日本大震災、障がい者の被災率は健全者の2倍に

東日本大震災は、死者・行方不明者約2万人、住宅被害約46万戸、避難生活者約8万人という未曾有の被害をもたらし、障がい者の被災率は健全者の2倍に達しました。

4 普段の備えで被害を最小限に

私たちには、自然災害の発生をくいとめることはできません。しかし、普段から災害に備えることで、被害を最小限にくいとめることはできるのです。

5 自分を助け、誰かに助けをもらう

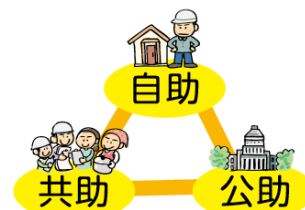
災害が発生した場合、市役所や消防・警察・病院なども被災し、活動も遅くなり、障がい者も健常者も被災者になります。普段、受けている支援や生活サポートは受けられない可能性があります。

そのためには、**自分や自分の家族の命を自分で守るための備えや行動である「自助」と自分の地域を自分たちで守るための備えや行動である「共助」が大切です。**
「自分を助け」「誰かに助けをもらう」出来る事からはじめましょう。



6 大切な「自助」と「共助」

災害から一人でも多くの生命や財産を守るためには、自助・共助・公助が、それぞれに役割を果たし、連携していくことが大切です。



①自助・・・自分や自分の家族の命を自分で守るための備えや行動

②共助・・・自分の地域を自分たちで守るための備えや行動

③公助・・・行政や関係機関による支援・救助や体制の整備

最も大切なものは、【自助】です。障がい者自身が「自分の身は自分で守る」心構えをもち、日頃から災害に備えることが不可欠です。

7 この冊子の活用

★自分の生命は自分で守る心構えを持つこと

★日頃から備えなければならないこと

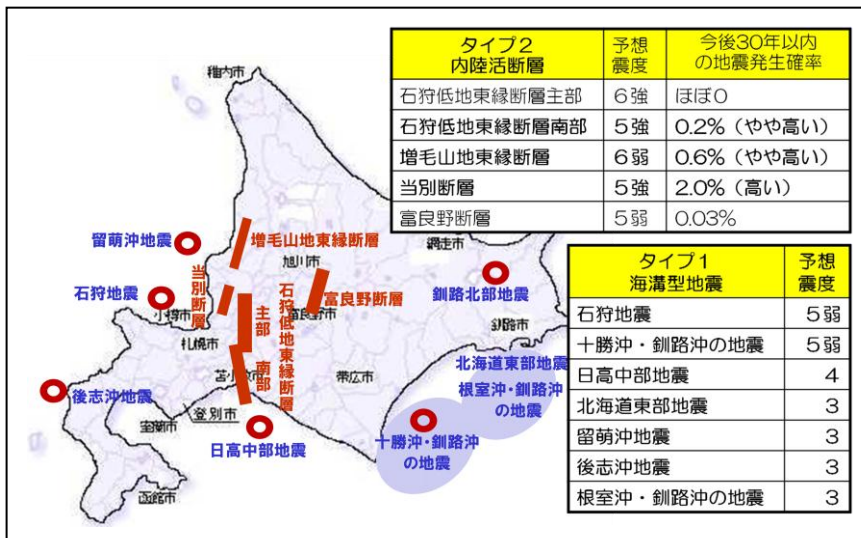
★災害が発生した時、どのように行動すればいいのか

など、防災の知識や心構えについて、可能な限り障がい者自身が、自分で安全を確保するための基本的な事項を示しています。

第2章 いわみざわ よそう さいがい
岩見沢に予想される災害

1 震災（地震）

岩見沢市には、地震の発生源である「石狩低地東縁断層帯」という活断層があります。もし、この断層が活動すると「震度6強」以上が予想されています。



そのほか、岩見沢の周りには、増毛・当別・富良野・札幌にそれぞれ活断層が存在しています。また、釧路沖・浦河沖・日高沖などを震源とした地震も頻発しています。

2 水害（洪水）

岩見沢市には、5本の大河川、8本の中小河川があります。昭和56年には、石狩川や幌向川など、河川から水が溢れ、大きな被害になりました。

また、平成24年には、南利根別川から水が溢れ、南町の一部分が、床下浸水しました。



平成24年南利根別川の溢水による道路冠水

《対応》⇒ 自宅周辺に予想される浸水

について、洪水ハザードマップで確認しましょう。「大気が不安定」「低い土地の浸水」「突風に注意」などの情報を聞いたら、不要不急な外出を避け、気象情報に注意しましょう。

※ 岩見沢市は「洪水ハザードマップ」を発刊しています。

3 雪害 (豪雪)

平成23年の大雪は、ふりつもった雪の高さが2m8cm、毎日、雪かきに追われました。また、事故も発生し、死者3名、ケガ人48名、こわれた住宅35棟にもなりました。



平成23年の
岩見沢の豪雪

《対応》⇒ 大雪は、生活に大きな影響を

およぼします。

除雪や買い物などの協力者を前もって

依頼しておきましょう。また、高いところの雪下ろしは一人では

絶対に行ってはいけません。

※ 岩見沢市は「冬の暮らしガイドブック」を発売しています。

4 土砂災害

岩見沢市には、土石流危険29箇所、急傾斜地崩落危険28箇所、地すべり危険1箇所が、主に、朝日町・美流渡・万字の地区にあります。



自宅周辺の土砂災害について、洪水ハザードマップで確認しましょう。

《対応》⇒ 土石流などは、強力なエネルギーで一気におそって

きます。大雨が長く降り続いた時には、記録的短時間大雨情報・

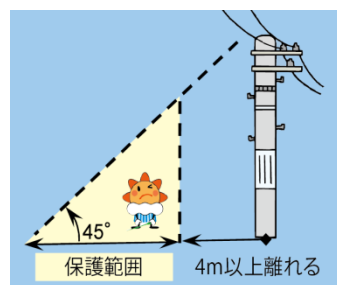
土砂災害警戒情報などの気象情報に注意し、早めの避難が身を

守る最善の方法です。

※ 岩見沢市は「洪水ハザードマップ」を発売しています。

5 雷

雷は、雷雲の位置次第で、海面、平野、山岳など、ところを選ばずに落ちます。近くに高いものがあると、これを伝わって落ちる傾向があります。岩見沢でも落雷による火災や、雷が原因と思われる停電も頻繁に発生しています。



《対応》⇒ 雷から身を守る安全な場所として、鉄筋コンクリート建築物、自動車、バス、列車の内部は比較的安全な空間です。木造建築物の内部も安全ですが、電気器具、天井・壁から1m以上離れば更に安全です。

6 竜巻

■ 竜巻が身近に迫ったときの特徴は

- 雷が鳴り始め、急に冷たい風が吹いて来た。
- 雲の底から地上に伸びる漏斗状の雲が見えた。
- 飛散物が筒状に舞い上がるのが見えた。
- ゴーという音がした。
- 気圧の変化で耳がツンとするなどの異常を感じた。

《対応》⇒

① 屋内での避難

- 一戸建ての場合は1階に移動し、窓のない部屋に避難する。地下室があれば更に安全です。
- 窓、雨戸、カーテンを閉めて窓際から離れる。
- 頑丈な机やテーブルの下に入り、身を小さくして頭と首を守る。

② 屋外での避難

- 近くの頑丈な建物に逃げ込む。
- 身を小さくして頭と首を守る。
- 物陰やくぼみなど飛散物の直撃を受けにくい場所に隠れる。

1 リーダーのための危機管理

(1) 一つ目は、災害（危機）は、予知することが極めて難しく突然にやってくる。このため、速やかな対応が必要であり、完璧な対応より拙速な対応が求められる。

(2) 二つ目は、災害（危機）は、通常、予想の規模をはるかに超える。自分たちだけでは対処できない。このため、他からの力を結集させることと、日頃のチームワークが重要。

(3) 三つ目は、災害（危機）は、平時の考え方では対処できない。考えを180度変えること、個人の利益より集団の利益を優先し、リーダーは強い意志と勇気が重要。

- いまわかっていることは、災害（危機）は必ず起こるということ。
- いまわかっていないことは、何時、何処に、どんな災害（危機）が起こるかということ。

2 正常性バイアス・同調性バイアス

正常性バイアス

同調性バイアス

バイアスとは、先入観・思い込みの事

危険情報に対し
楽観的に考え、無視し、過小
評価しようとする心理



危険状態へ心のスイッチが切り替わらずに、避難や安全行動が遅れる。

犠牲が拡大する

危険情報に対し
判断や行動を周りに合わせようとする心理



他と違う行動は間違っているのではと不安になり、周りと同じ行動は正しいと安心する。

犠牲が拡大する

3 災害用伝言サービス171

伝言を預け安否確認をしよう！

大災害が起きると一般電話はつながりにくくなります。家族と離ればなれの場合、どうやって連絡をとりあえばいいのか。そんな時のために「災害用伝言サービス」があります。

体験は、○毎月1日・15日の0時～24時

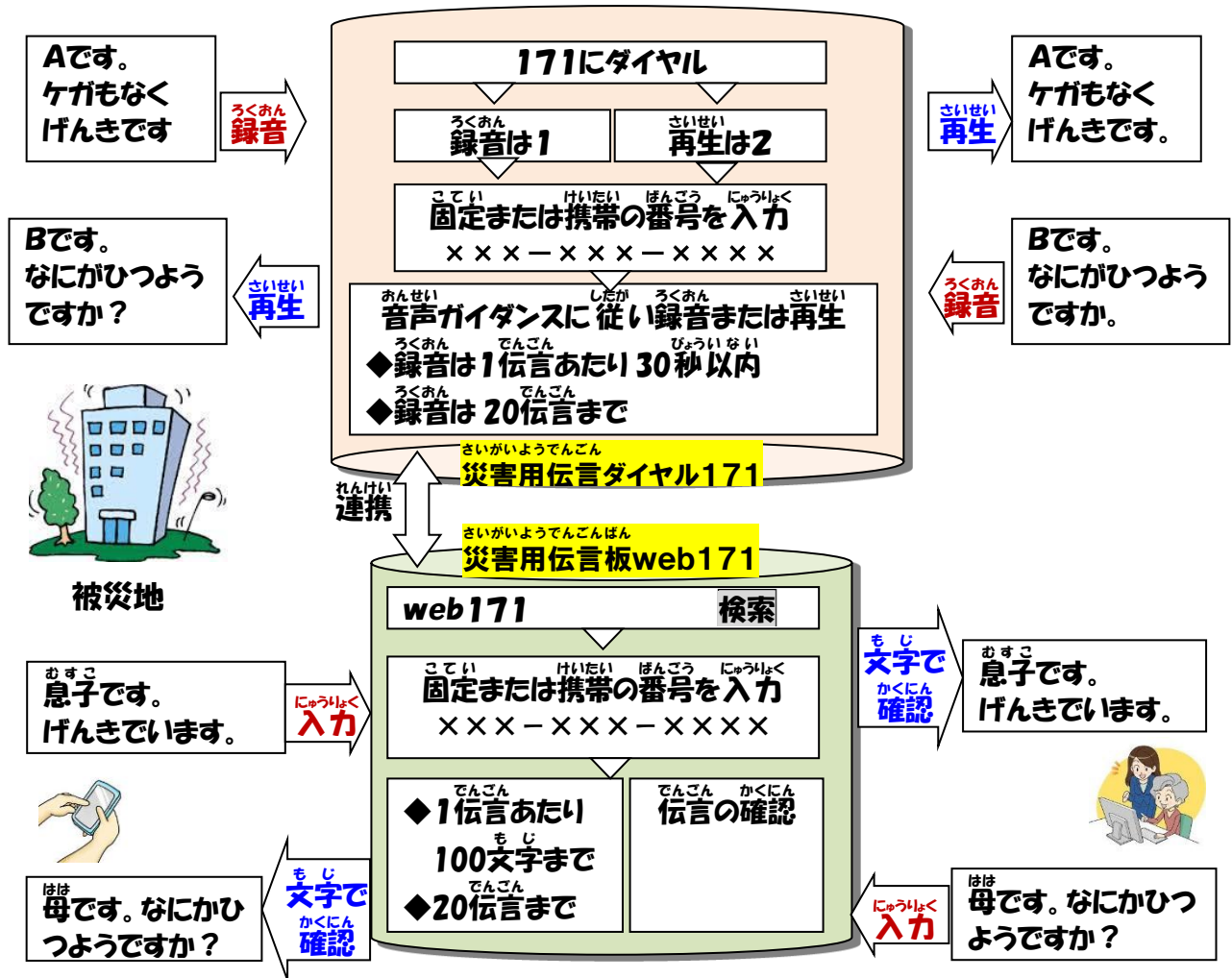
○正月三が日（1月1日の0時～3日の24時）

○防災とボランティア週間（1月15日の9時～21日の17時）

○防災週間（8月30日の9時～9月5日の17時）

にできます。ぜひ、使い方を体験しておきましょう。

災害用伝言サービス「171」イメージ図



4 災害時の不安の解消

障がい者の方々は、災害時に適切な行動が取れません。災害発生直後は、家族の安否・情報不足・食事の準備・避難行動の介助、また、避難生活や普段のサービスは受けられるのかなど、災害時の不安は尽きません。このような不安を解消しておくことが重要です。

(1) ご近所づきあい

町内会活動に参加し、近所の人たちとの交流を深めておきましょう。自分も無理でも家族の方は積極的に参加しましょう。いざという時に、安全に避難するためには、地域の協力は欠かせません。地域の人たちと顔なじみになり、自分の障がいを理解してもらい、遠慮なく援助をしてもらえる関係を作っておくことが大切です。



(2) 岩見沢市の避難行動要支援者の避難支援制度に登録する

岩見沢市では、災害時に町会や近所の人、町会の自主防災組織などが、避難を手伝ってくれる「避難行動要支援者の避難支援制度」を本格化させています。登録していない方は是非、登録して下さい。



(3) 災害について話し合う

避難所や避難方法や避難経路、連絡方法などを家族や介助者・近所の人たちと話し合っ、避難の不安をなくしておきましょう。



(4) 障害者施設などへ手助けを依頼しておく

障害者相談窓口や障害者施設と連携し情報や知識を得て手助けを依頼しておきましょう。また障害者団体やサークルなどに参加し、日頃から情報交換をしておきましょう。



5 非常持出品の準備

(1) 非常持出品を用意

避難するときに備えて、すぐに必要なもの、自分の障がいや病気に必要なものを、非常持出品として用意し、出入口に近く、わかりやすい所においておきましょう。



(2) 非常持出品の点検

非常持出品は、非常食、飲料水の賞味期限や薬の使用期限、電池などを年に1回（例えば、9月1日は防災の日）中身をチェックしましょう。

(3) 一般的な非常持出品の例

（下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう。）

非常持出品

| | |
|--|---|
| <p>貴重品</p> <p>緊急IDカード (47・48ページ)</p> <p>印章</p> <p>現金</p> <p>健康保険証</p> <p>身分証明書</p> <p>母子健康手帳</p> <p>銀行の口座番号・生命保険契約番号など</p> <p>●現物を持ち出せなかった場合に備えて、コピーを入れておく</p> | <p>情報収集用品</p> <p>携帯ラジオ</p> <p>予備の電池</p> <p>家族の写真 (はくれた時の確認用)</p> <p>小銭 (公衆電話用に10円玉・100円玉)</p> <p>家族との災害時の取り決めメモ</p> <p>携帯電話</p> <p>予備の電池</p> <p>非常用携帯電話充電器</p> <p>筆記用具</p> |
| <p>便利品など</p> <p>防災ずきんまたはヘルメット</p> <p>懐中電灯</p> <p>予備の電池</p> <p>笛やブザー (音を出して居場所を知らせるもの)</p> <p>万能ナイフ</p> <p>使い捨てカイロ</p> <p>マスク</p> <p>ビニール袋</p> <p>アルミ製保温シート</p> <p>毛布</p> <p>スリッパ</p> <p>軍手または革製手袋</p> <p>マッチライター</p> <p>給水袋</p> <p>雨具</p> <p>レインコート</p> | <p>食料など</p> <p>非常食</p> <p>飲料水</p> <p>清潔・健康のためのもの</p> <p>救急セット</p> <p>タオル</p> <p>常備薬</p> <p>お菓子類</p> <p>お薬手帳</p> <p>Tissue</p> <p>ティッシュペーパー</p> <p>トイレトペーパー</p> <p>着替え</p> <p>下着</p> |
| <p>その他</p> <p>紙おむつ (乳幼児用・高齢者用など)</p> <p>生理用品</p> <p>予備の眼鏡、杖など自分の生活に欠かせないもの</p> | |

6 このような備蓄品があればさらに心強い

大きな災害が発生した場合、市役所や消防なども被災し、救助や物資の供給に時間がかかります。電気・水道・ガスなどの施設の復旧にも時間がかかります。このような時のために、必要な飲料水や食料などを確保し、必要な備蓄品を自ら準備しておきましょう。

(下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう。)

予備の電池



発電機



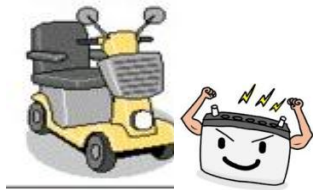
飲料水



非常食



電動椅子のバッテリー



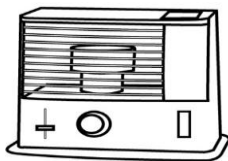
懐中電灯



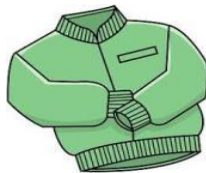
携帯ガスコンロ



反射式ストーブ



防寒衣類



携帯トイレ



救急箱



風呂水の貯置



服用中の薬



手回し充電機



7 災害時の情報受信手段

岩見沢市は、複数の手段で情報を伝えています。とくに、災害発生時は、電話が混み合いつながりにくくなります。複数の手段を活用して災害情報を入手しましょう。

(下の項目で情報を得ることができるものには☑を付けてみましょう。)

| 情報の伝達手段 | | 説明 | |
|-----------|------|----------------------------------|---|
| 緊急情報の伝達手段 | 公共放送 | <input type="checkbox"/> テレビ |  全国規模の気象・災害情報、被害情報、ニュースなど |
| | | <input type="checkbox"/> ラジオ |  全国規模の気象・災害情報、被害情報、ニュースなど |
| | | <input type="checkbox"/> FMはまなす |  岩見沢市に関する緊急情報、地域情報など |
| | | <input type="checkbox"/> 緊急告知ラジオ |  岩見沢市が発する避難勧告等、緊急地震速報 |
| | | <input type="checkbox"/> 防災行政無線 |  野外スピーカーから、緊急情報の放送（栗沢・北村） |
| | | <input type="checkbox"/> 放声協会 |  野外スピーカーから、緊急情報の放送（岩見沢市街地） |
| | | <input type="checkbox"/> 防災FAX |  町会長が緊急情報を受信し、町会内に伝達 |
| | | <input type="checkbox"/> 広報車 |  広報車で地域を巡回し緊急情報を伝達 |
| | | <input type="checkbox"/> メールサービス |  岩見沢市のメールサービス登録者に緊急情報を伝達 |
| | | <input type="checkbox"/> エリアメール |  岩見沢市がエリアメールを使用し緊急情報を伝達 |

第4章 避難について

1 避難所とは

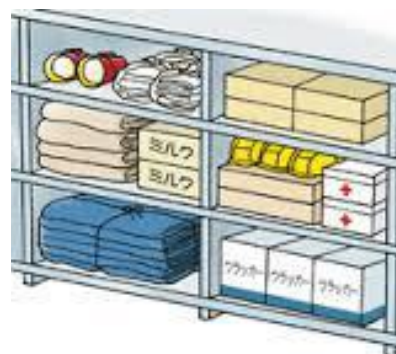
災害が発生し、自宅の倒壊・焼失・流失・ライフラインの途絶など、当面の生活の場として、また、災害の危険が迫ったとき緊急的に安全を確保する場として、避難所が開設され、避難者の支援がなされます。

(1) 避難所の機能には

当面の生活の場、助け合い・励まし合いの場、食料の配給、救済物資の配給、情報提供、軽易な医療、健康相談などがあります。

(2) 岩見沢市の備蓄品

- 非常食
- 毛布
- 給水袋
- 簡易トイレ便座
- 簡易救急品箱
- 災害用断熱マット
- ポータブルストーブ
- 防寒アルミシート
- 避難所用間仕切りテント




(3) 私の避難所は

です

- 避難所を知り、避難所までの避難経路を調べておきましょう。
- 避難経路上の危険な橋や階段などを確かめておきましょう。
- 交番、消防署、病院など役立つ場所を確かめておきましょう。

2 避難の情報

大雨によって河川が氾濫する危険性がある場合、地震による大規模火災などの危険が予測される場合は、市から次の避難情報が発表されます。皆さんは避難情報が発表されたときは、次のように行動して下さい。

| 種類 | 発表時の状況 | 皆さんに求める行動 |
|--------|--|---|
| 避難準備情報 | <p>● 人的被害の発生する可能性が高まった。</p>  | <p>● 高齢者や障がい者・乳幼児がいる方など、避難に時間を要する方は避難を開始する。</p> <p>※ 支援者は支援活動を開始する。</p> <p>● 通常の避難が出来る方は家族との連絡、非常持出品の確認など、避難の準備を開始する。</p> |
| 避難勧告 | <p>● 人的被害の発生する可能性が明らかに高まった。</p> | <p>● 通常の避難が出来る方は、避難を開始する。</p> <p>● 立ち退き避難を開始する。</p> |
| 避難指示 | <p>● 人的被害が発生した。</p> <p>● 人的被害の発生する可能性が非常に高まった。</p> <p>● 川沿いなど地域の特性から人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断されたとき。</p> | <p>● 避難中の方は直ちに避難を完了させる。</p> <p>● 避難をしていない方は直ちに避難を開始する。</p> <p>● 避難所へ避難する余裕がない場合は、自宅や隣接建物の2階に避難し命を守る行動をとる。</p> |

※ 避難の決心は「見逃し三振より空振り三振を選ぶ」

災害の危険が迫った場合、判断に迷うのが「避難すべきか」「避難すべきでないか」です。その時は「見逃し」より「空振り」を選ぶべきで、避難しても何も起こらなかった、空振りで幸いと考えるべきです。

3 避難行動（安全確保）

避難行動（安全確保）には、室内退避と立ち退き避難があります。

住民の避難行動に対するイメージは、「指定された小中学校などの避難所に移動することが最善」との固定化したイメージがあります。夜間や降雨時、道路が冠水している悪条件にもかかわらず、自宅から「立ち退き避難」をして被災した事例が多く見られます。



| | 避難行動 | 避難先 | 説明 |
|--------|--------------|--|-----------------------------------|
| 緊急的な行動 | 待避 | ●その場で安全確保 ・自宅 ・現在の居場所 | 自宅やその場の安全を確保できる場所に留まる。 |
| | 垂直移動 | ●その場で安全確保 ・自宅の2階 ・近隣建物の高層階 | 自宅の2階や近所の高い場所に避難する。 |
| | 水平移動(一時) | ●立ち退き安全確保 ・避難所 ・親類宅・知人宅 ・公園・広場・高台 | その場を立ち退き、近所の少しでも安全な場所に一時的に避難すること。 |
| 仮生活の行動 | 水平移動(長期) | ●立ち退き安全確保 ・避難所 ・親類宅・知人宅 | その場を立ち退き、居住地と異なる避難先で一定期間の避難生活を送る。 |

第5章 地震に備える

1 建物・家の中の安全対策

(1) 地震から命を守るために「安全空間」を作りましょう

- 倒れてくる物がない
- 落ちてくる物がない
- 動いてくる物がない



(2) 家・室内の安全チェック

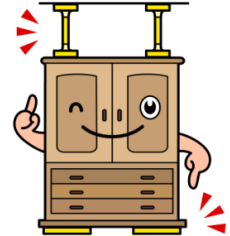
(下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう。)

☐ 耐震診断を受けましょう

阪神・淡路大震災では、昭和56年までに建てられた建物の多くが倒れ、昭和57年以降の新しい耐震基準で建てられた建物は、ほとんど被害にあわずに済みました。

☐ 家具が倒れないようにしましょう

阪神・淡路大震災では、家が倒れたり家具が倒れたり下敷きになったりして、死亡した窒息死が大半を占めました。



☐ 重たいものを高いところには置かない

重たいものをたんすの上など高い所に置くと、地震の揺れで、落ちてきて、下に居るあなたに当たり、大ケガの原因になります。



☐ ガラス飛散防止フィルムをはりましょう

地震の揺れで窓ガラスや食器棚のガラスが割れて飛びちり、手足をケガする原因になります。ケガをすると避難行動や避難所生活にも不自由が生じます。



□ 消火器を備えておきましょう

火事が発生した時は、初期消火が一番大切です。また、大声で「火事だあ〜」と叫び、周りの人にも伝えましょう。



□ 通路・非常口は通れるようにしておきましょう

地震が発生したらドアが変形して開かない場合があります。特に、マンションなどでは、建物のゆがみでドアが開かなくなり、閉じ込められるおそれがあります。揺れを感じたらドアや窓を開け出口を確保しましょう。また、非常口や通路にはものは置かないようにしましょう。



2 緊急地震速報を知ろう

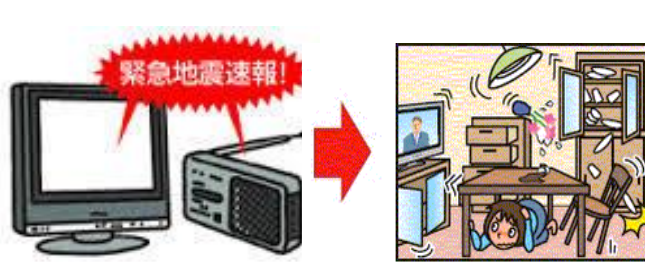
(1) 緊急地震速報とは、強い揺れ(震度4以上)が来る前に、揺れがくることを知らせます



■いつ：地震が来る前に・・・数十秒前

■どこに：地震が来る地域を・・・岩見沢市は、道央地区と表現

(2) 緊急地震速報を見たら・聞いたら



緊急地震速報を見たり・聞いたりしたら、強い揺れがくるまでわずか(数秒～数十秒)の時間しかありません。「周りの人

に大きな地震が来る」と叫び、倒れてくるもの、落ちてくるものから離れ、机などの下に隠れ、身を守ることを第一に、おちついて行動しましょう。

(3) 緊急地震速報を受信する手段

- 緊急告知FMラジオ
- 携帯電話
- ラジオ・テレビ
- 専用の端末

3 地震だッ！3分間・3時間・3日間を生き抜け！

【3分間】地震がきた！安全空間にまず逃げろ！



緊急地震速報を見聞きした時、カタカタと小さな揺れを感じたら、まず、安全空間に避難し、身を守る事が最も重要です。

机の下にもぐる行動は、倒れてくる物、落ちてくる物、動いてくる物から、身を守る最低限の行動です。揺れがおさまったら火の元を点検し、ブレーカーを切り、公園や空地などの、さらに安全な空間に避難しましょう。



【3時間】地域の力！お互いさまで助け合い

身内の安否が確認できたら、近所の高齢者や障がい者に声をかけるなど、地域の助け合いに参加しましょう。



また、災害時に手助けが必要な方は、ご近所に「何かあったら頼むネ」と、お願いしておきましょう。

【3日間】飲料水・食糧・常備薬 すぐにはこない救助の手

避難所は、自宅が倒壊や焼失して、自宅に住めなくなった住民のために、当面の生活の場として開設されます。食糧や物資の提供拠点としての機能も持っています。

しかし、炊き出しが行われ、物資が被災者に届き、救護所が開設され、寒さ対策がなされるまで、通常、数日間を要します。

その数日間の生活のためには、自らの備え

と心構えが必要です。発災直後の

避難所は、単なる体育館でしかあり

ません。



1 水害時に心がけたいこと

近年は、局地的豪雨の増加や台風の大型化など、気候変動が見られます。「**大気が不安定**」「**低い土地の浸水に注意**」「**急な突風に注意**」などの言葉をよく見聞きします。このような時は、不要不急な外出は控えましょう。

(1) 正確で最新の気象情報の入手

テレビやラジオの気象情報、市が発表する避難情報など、正確な情報入手しましょう。



(2) 早めの避難

雨の降り方、浸水の状況に注意し、危険を感じたら早めに避難しましょう。



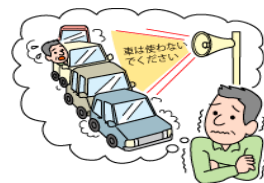
(3) 側溝や排水路への転落に注意

雨で増水した小川や側溝は、道路との境目が見えなくなり転落事故が発生しています。また、川の様子を見に行くことは絶対に止めましょう。



(4) 避難は徒歩で

自動車での避難は、緊急車両の通行の妨げになります。また、浸水で車が動けなくなる危険がありますので止めましょう。



(5) 集団で避難

避難は二人以上で行動し、できれば近所の人たちと集団で避難しましょう。



(6) 避難が遅れたときには

もしも、逃げ遅れたときには、自宅の2階または近所の丈夫な建物の2階に避難しましょう。



2 洪水ハザードマップで自宅周辺の危険を確認

(1) ハザードマップとは

大雨による被害の軽減、防災対策に使用する目的で、浸水範囲と深さ、土石流などの危険箇所、避難所などを表示した地図のことをいいます。



■大雨によって河川が氾濫した場合

- ・ 浸水の範囲と深さ
- ・ 過去に浸水した範囲と深さ



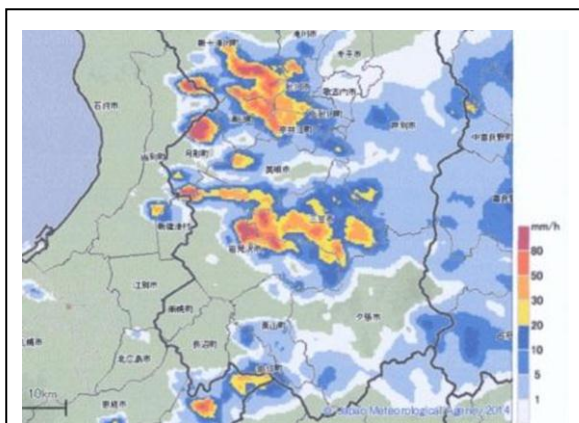
■大雨によって土石流が予想される箇所

- ・ 土石流危険箇所
- ・ 土石流の方向と範囲

■避難所や防災に必要な知識

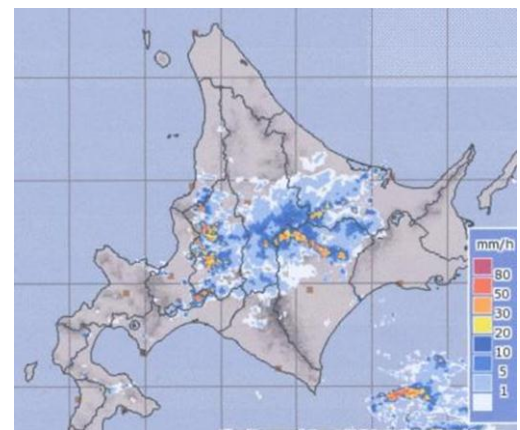
自分の住む地域にはどのような危険があるのかを知っておきましょう。

(2) テレビ・ボタン・インターネットで見られる雨雲の様子



平成 27 年 8 月 12 日の雨雲の様子
北海道の広範囲に大雨警報が発表され
岩見沢で 1 時間に 35 ミリの降雨

平成 27 年 8 月 13 日の雨雲の様子
北海道の広範囲に大雨警報が発表





1 目の不自由な方がいる場合

(1) 必要な備え

(下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう)

① 非常持出品の準備

- メガネ
- 白杖 (折りたたみ式)
- 点字板
- 音声時計
- メモ用録音機
- 携帯ラジオ
- 緊急連絡先点字メモ
- 常備薬

② 家の中の配置はいつも同じに

- 非常持出袋のある場所は必ず確認
- 家族が変更したときはすぐに確認

③ ガラスの破片でケガをしないように

- スリッパ・軍手を手元に

④ 助けを求めたり、安全を確保したりするために身につけておく

- ブザー・笛
- 緊急連絡先点字メモ
- メモ用録音機

⑤ 情報を集めるための準備

- ラジオ
- 携帯電話
- 岩見沢市メールサービス登録
- 緊急告知FMラジオ

⑥ 家族が外出して本人一人になる時の備え

- 隣近所に協力を依頼

⑦ 盲導犬の使用者

- ドッグフードは多めに買い置き
- フィラリア症の予防薬は、冷暗所に保管
- かかりつけ動物病院や盲導犬協会の連絡先などの把握

(2) 支援する人のために … 声による状況説明、伝達が必要

視覚障がい者の介助は4つの条件を満たしていることが大切です。

- 安全性（安心感）
- 能率性（効率的・効果的）
- みための自然さ
- 視覚障がい者、誘導者の両者にとってのやりやすさ



- 避難の時、だれかそばにいて介助してほしい。
- 避難所に行ってもトイレが大丈夫か不安（下痢・腹痛）
- 日頃から避難訓練をしてほしい。

① まず、「何かお手伝いしましょうか」と声をかける

視覚障がい者の体をいきなり触ったり、手をにぎったりするのは絶対に避けて下さい。必ずひと声かけて、断ってから行って下さい。突然、腕をつかんだり、体に触れたりするとびっくりして、恐怖感や驚きを感じるようになります。



② 誘導（移動の手伝い）する時

- 白杖をもっていない側、または、盲導犬の紐を持っていない側に立ち、肘の上をつかんでもらいます。
- 歩行速度は、本人にあわせます。
- 後ろから押す、手を引っ張る、肩や白杖をつかむことはしないで下さい。
- 「階段か段差か」「上りか下りか」など、状況がわかる様に説明しながら誘導して下さい。
- 時計の文字盤で方向を伝えるなど、何歩先、何メートル先など、方位や位置を具体的に伝えましょう。

③ 盲導犬と一緒に過ごす場合

- 盲導犬に触ったり、引っ張ったりしないで下さい。
- 盲導犬は仕事 中 です。声をかけたり、食べ物を与えたりしないで下さい。
- 盲導犬ユーザーと盲導犬と一緒に過ごせること、盲導犬の排泄場所について配慮して下さい。



④ 避難所で

- 現在いる場所や周囲の位置関係が把握しやすい場所で過ごせるように配慮して下さい。
例えば「入り口近くの右の隅」
- トイレに行きやすい場所も重要です。
例えば「壁伝いに移動できる場所」
- 初めて利用するトイレへの誘導を頼まれたら、トイレの入りぐちだけでなく個室まで案内し、水の流し方、便器の向き、トイレトーパーの位置など中の様子を説明して下さい。
- 掲示物は、必ず読み上げて下さい。
- 必要な食料や救済物資などが、手渡しで届くように配慮して下さい。





2 耳が不自由な方、話すことが不自由な方がいる場合

(1) 日頃の備え

(下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう。)

① 情報収集・安全を確保するため体につけておく

- 緊急連絡表 筆談に必要なメモ 筆記具 ブザー・笛

② 非常持出品の準備

- 補聴器の予備 携帯用会話補助装置
 専用予備電池 (補聴器・携帯用会話補助装置)

③ 情報を得るために常に手元に置いておく

- 補聴器 携帯電話 文字情報携帯端末

④ 聴覚障がい者を示すものの装着

- 緊急会話カードの作成 腕章 援助用バンダナ
 緊急会話カードの例「耳が不自由です。筆談・手話でお願いします」

⑤ 家族が外出して本人一人になる時のことを準備

- 隣近所に協力を依頼 睡眠中の情報伝達の方法

⑥ 関係者との連絡確保

- 手話通訳者 要約筆記者

(2) 支援する人のために

…視覚による情報伝達、大切なことは伝えようとする気持ちが大事

聴覚障がい者には、情報伝達援助が中心となります。補聴器などを付けていないと外見ではわからないため、聴覚障がい者だと見わけが付きません。

当事者からの声

■ FAXでの避難勧告等の情報提供を切望します。

■ 情報が入らない。豪雨の音も聞こえない。

① 手話以外にもさまざまな情報伝達手段があります

- ・身振り ・くちの動き ・絵や図
- ・筆談（紙、手のひらや空中にも書ける）

② 会話するとき

- ・会話するときには、まず合図して、相手の注意を引き付けてから会話して下さい。
- ・前に回ってはっきり口を開け普段の速さで話して下さい。
- ・「おにぎりか」「配られます」のように、文節ごとに区切って話して下さい。
- ・筆談は、「いつ」「どこで」など簡潔に書いて下さい。

③ 緊急時の情報は、必ず知らせて下さい

- ・サイレンなども聞こえません。メモにして伝えて下さい。
- ・正しく伝わっているのか確認して下さい。

④ 避難所で

- ・情報伝達の方法は、視覚による情報伝達、サポーターの確保
- ・お知らせ掲示板の設置
- ・お知らせは、手話やメモでの伝達をお願いします。



3 肢体が不自由な方がいる場合

(1) 日頃の備え

(下の項目で備えているものには☑を付けてみましょう。)

① 情報収集・安全を確保するため体につけおく

- ブザー・笛 携帯電話

② 非常持出品を準備しておきましょう

- 紙おむつ 携帯トイレ ウエットティッシュ
 バスタオル ビニールシート 円座クッション

③ 寝室は、安全空間を準備しましょう

- 物が倒れてこない 物が落ちてこない 物が動いてこない

④ 歩行補助具は、いつもチェックしましょう

- 物が倒れて下敷きにならない
 いつも同じ場所に
 暗やみでもわかるように蛍光テープの取り付け

⑤ 家族が外出して本人一人になる時のことを準備しておきましょう

- 隣近所に協力を依頼しておく

⑥ 車椅子使用者

- 車椅子が通れる幅を確保しておく
 タイヤの空気圧を定期的に点検しておく
 車椅子が使用できない時のために杖・幅広のヒモなどを準備する
 雨天・寒冷時に使用できるカッパを準備しておく
 電動車椅子のバッテリーは、使用後に必ず充電しておく
 電動車椅子の延長コードは椅子のポケットに用意しておく

(2) 支援する人のために … 介助の基本は「希望に沿う」こと

当事者が
らの声

ぼうさいくんれん くるまい す しょうしゃ きゅうしゆつくんれん
■ 防災訓練で、車椅子使用者の救出訓練をしてほしい。
こうそうじゅうたく ひなん
■ 高層住宅からどのように避難していいかわからない。

① 肢体不自由者の程度や症状は人によって異なります

- 使用する福祉用具、介助方法も、人によって異なります。
- 症状によっては、「してはいけない行為」もあるので、むやみに車椅子や歩行器具、体にさわらないようにして下さい。本人の希望に沿って下さい。
- 「肩を貸したらいいですか」など、介助方法を具体的に尋ね、相手が簡単に答えられるように心がけましょう。

② 必要な福祉用具、非常持出品の運搬を手伝って下さい

③ 歩行困難な方の緊急時の救助・脱出の方法

- 容易に車椅子に移乗できる場合は車椅子を使用して下さい。
- 車椅子に移乗する時間の余裕がない場合は、毛布・マットレスなどに乗せ引きずって脱出して下さい。

④ 杖歩行の方を誘導する場合

- 段差や凸凹の少ない場所を選んで歩いて下さい。
- 介助の基本は、杖を持っていない側に立ち、ズボンやベルトをしっかりと持ち、腰を支え、バランスを崩したときに備えて下さい。
- 一人で救助が難しいと思われるときは、応援を依頼して下さい。

へいせい ねん がつ
平成28年3月

さくせい いわみざわし ぼうさいたいさくしつ
作成 岩見沢市防災対策室