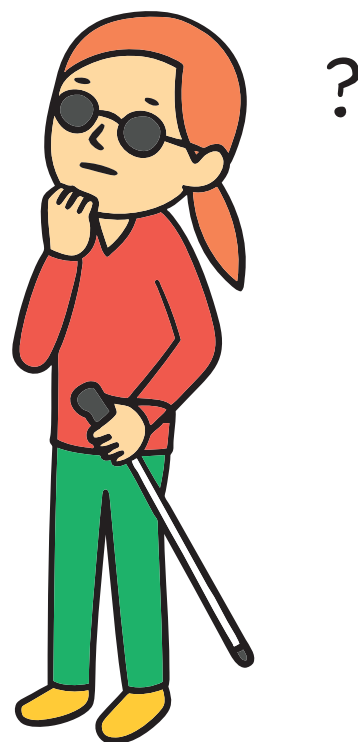
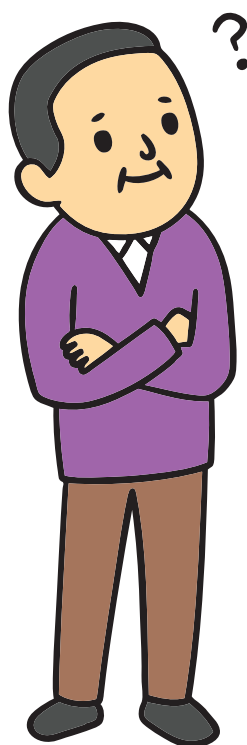
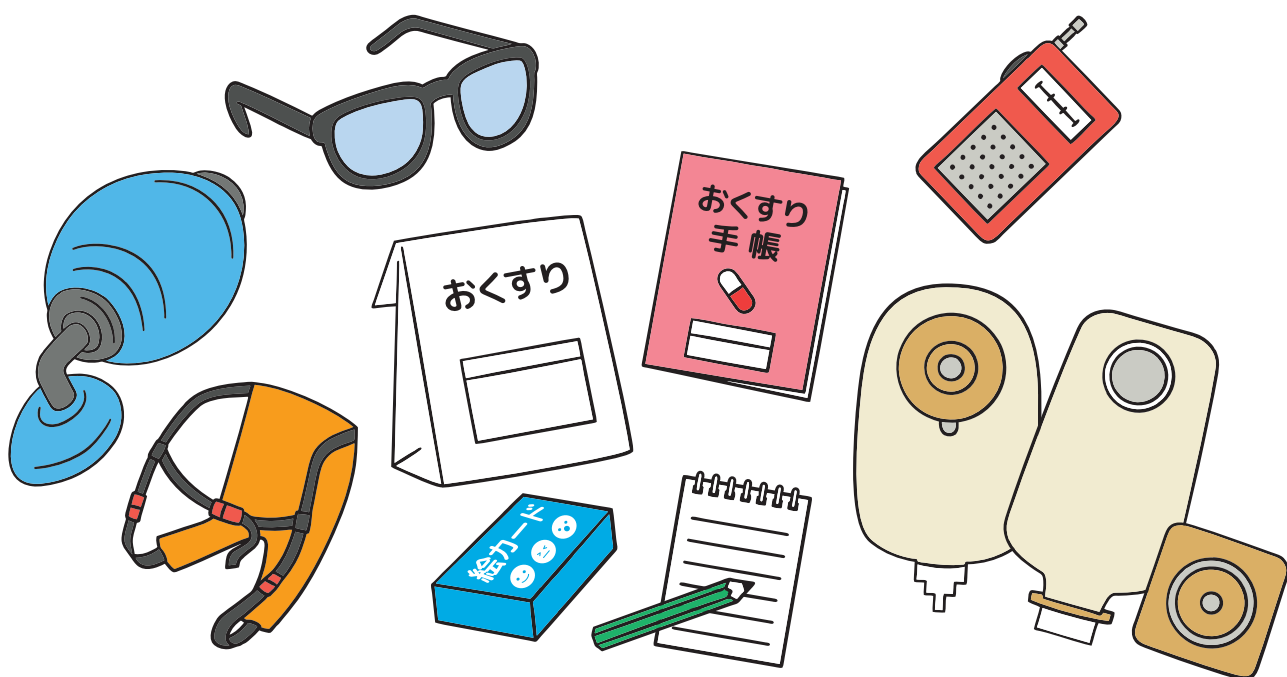


## 7 障がいに応じた対応

障がいに応じて準備しておくものや、災害が起きたときに必要となる行動はさまざまです。主な障がいごとに対応例を紹介します。

他の障がいも参考にして、自分にあった対応を考えてみましょう。



# 視覚障がいのある方

## ○非常用持出品や備蓄品

- めがねやルーペ ●白杖
- 音声読み上げ対応携帯電話(充電器)
- 時計(音声、触知式など)
- 緊急時の連絡先の点字メモ ●点字板
- メモ用録音機(替え電池)
- 携帯式ラジオ(カード式)
- 家族写真(家族を探してもらうため) など



## ○事前の対策

- 家の物や非常用持出袋などの配置は、いつも同じ場所にしましょう。
- ラジオや点字板などは近くに置いておきましょう。
- 白杖には、暗闇でもわかるように発光シールなどを貼り、地震で壊れないような場所に置きましょう。
- 飛び散ったガラスなどに備え、厚底靴や軍手などを用意しておきましょう。
- 盲導犬がいる方は、ドッグフードを多めに買い置きするなど、パートナーに必要な物も準備しておきましょう。(介助犬や聴導犬も同じです。)

## ○災害が起きたら

- 地震後の部屋は、倒れた物やガラスの破片が飛び散っていることがあるので、あわてて移動しないようにしましょう。
- ラジオ、テレビや防災無線などの内容に注意し、情報を集めましょう。
- 大声や笛、ブザーなどで助けを呼び、視覚障がいがあることを伝えましょう。
- 地震の場合、家族や近所の人に火気や水回りの点検をお願いしましょう。



# 聴覚障がい・言語障がいのある方

## ○非常用持出品や備蓄品

### 聴覚障がい

- 補聴器、人工内耳機器
- 災害用(意思表示)バンダナ
- 替え電池
- 筆談用具、メモ帳 など

### 音声・言語障がい

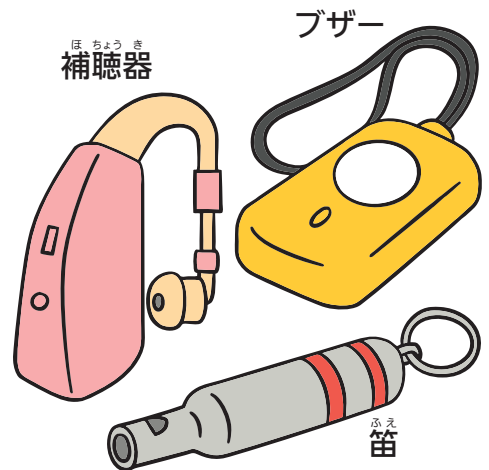
- 携帯用会話補助装置
- 電子喉頭器
- 音声拡張器
- 筆談用具、メモ帳
- 替え電池 など

### そしゃく障がい

- ガーゼエプロン(気管孔保護)
- 紙マスク
- 経腸栄養剤
- 筆記用具、メモ帳 など

## ○事前の対策

- 補聴器、携帯電話、文字情報が得られる携帯端末など、いつも手元に置いておきましょう。
- インターネットや文字放送、手話放送設備を検討してみましょう。
- 笛やブザーをいつも身につけましょう。
- 緊急時の情報収集について、市町に問い合わせてみましょう。
- 介助者が不在の場合、特に夜間の情報伝達をどうするかについて、家族や支援者とあらかじめ決めておきましょう。



## ○災害が起きたら

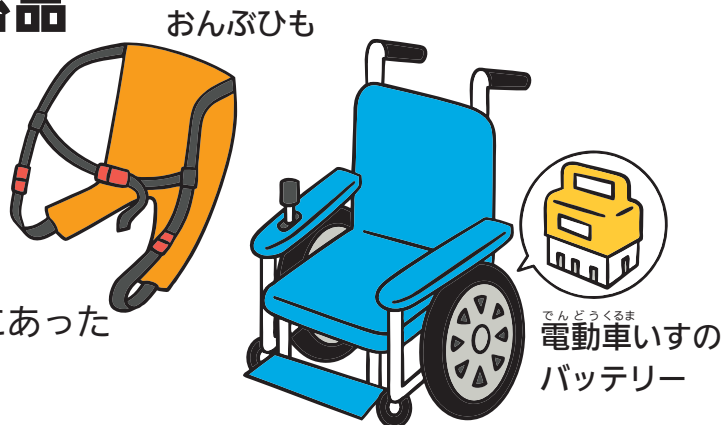
- テレビ、文字放送、携帯電話、近所の人などから、情報を集めるようにしましょう。
- 動けなくなった場合、笛や携帯用ブザーなどで居場所を知らせ、助けを求めましょう。
- 周りの人に、聴覚障がいがあることが分かるよう、災害用バンダナなどを着用しましょう。



# 肢体不自由のある方

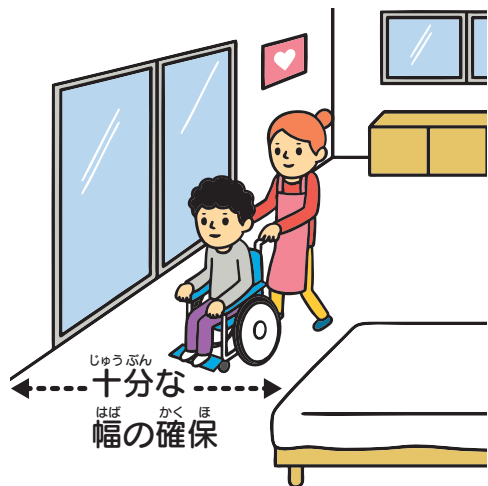
## ○非常用持出品や備蓄品

- 予備のバッテリーや充電
- おんぶひも、毛布や担架など  
(避難支援が受けやすいよう)
- 床ずれ対策ができるもの
- 紙おむつや携帯トイレなど自分にあった排泄処理用具 など



## ○事前の対策

- 家族や支援者と、具体的な避難方法について、話し合っておきましょう。
- 寝る場所や居住空間は、倒れてくる物がないようにし、避難しやすい1階を選ぶようにしましょう。
- 笛やブザーをいつも身につけましょう。
- 車いすが通れる幅を十分に確保しておきましょう。
- 歩行補助具や車いすは、安全な場所におき、暗闇でもわかるように発光シールなどを貼っておきましょう。
- 車いすの空気圧や電動バッテリー(充電や液量)は、いつもチェックしておきましょう。



## ○災害が起きたら

- 動ける場合は、這うなど安全な姿勢をとり、補助具や非常用持出袋を準備し、支援を頼みましょう。
- 動けない場合は、大声や笛、ブザーなどで大きな音を立てて助けを呼びましょう。
- 火事が起きたときは、家の外に出ることを優先させましょう。



## 内部障がいのある方、難病の方(共通事項)

### ○非常用持出品や備蓄品

- 中断できない薬や点滴などとその用具
- 治療食や特別食 など

### ○事前の対策

- 災害時の対応や、日ごろから飲んでる薬や特殊な治療食の備えなどについて、主治医に相談しておきましょう。
- 当面の間、医療行為が受けられなくなる可能性があるため、主治医と相談して、必要な医薬品や医療器材を備えておきましょう。
- かかりつけの医療機関と相談し、支援を受けられる医療機関のリストを作っておきましょう。
- 家族にも、医療機関からの指示や緊急時の対処法をよく説明し、理解してもらっておきましょう。
- 治療方法や介助の方法について、できるだけ詳しく、分かりやすく、「ヘルプカード」などに記入しておきましょう。



### ○災害が起きたら

- あわてて無理な行動をとると病状の悪化の恐れがあるため、テレビやラジオなどで状況を確認し、安全を確保しつつ、周囲に支援を求めようようにしましょう。
- 障がいがあるかどうか、外見から分かりにくいため、避難所では、周囲の人に早めに、身体状況や生活上の注意事項を伝えておきましょう。
- 医療的な措置が必要な場合は、速やかに医療機関へ移動しましょう。

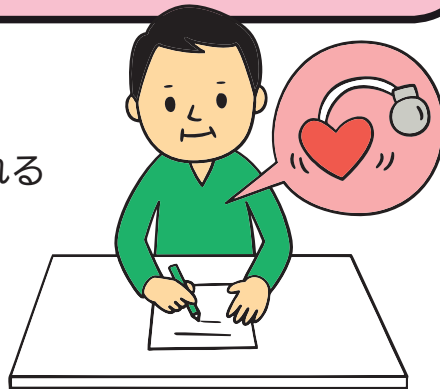




## 心臓に障がいのある方

### ○非常用持出品や備蓄品

- ペースメーカーについて対応してくれる医療機関や業者の連絡先メモ
- 発作時に必要な薬 など



### ○事前の対策

- かかりつけの医療機関や機器メーカーに、機器が故障したときの対応、緊急時の連絡方法などを、相談しておきましょう。
- 日ごろから主治医に薬の作用や作用時間の長さ、薬が飲めなかったときの影響について確かめておきましょう。

### ○災害が起きたら

- 一定以上の身体活動やストレスにより、心臓に負荷がかかると、呼吸困難や狭心症の発作などの症状が発症するため、できるだけ落ち着いて、無理な行動はせず、早めに支援を求めましょう。

## じん臓に障がいのある方

### ○非常用持出品や備蓄品

- 透析用の薬(リン、カリウム吸着剤など)や用具
- 機材の予備電源 ●腹膜透析用セット
- 血液検査に対応してくれる医療機関の連絡先 など



### ○事前の対策

- 透析ができない場合の対策を、主治医や家族などと話し合っておきましょう。
- あなたの透析条件を「ヘルプカード」などに記入しておきましょう。

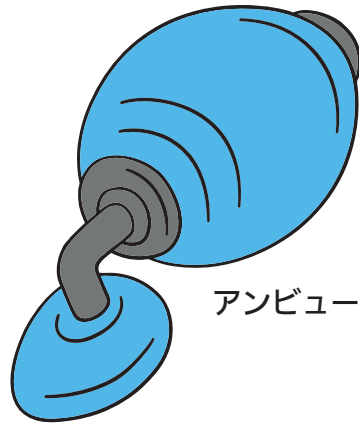
### ○災害が起きたら

- 避難所では、薬や透析が継続できるよう、係員などに移動手段や医療機関を確保してもらいましょう。

## 呼吸器に障がいのある方

### ○非常用持出品や備蓄品

- アンビューバッグ(手動式蘇生バッグ)
- ネブライザー ●手動式吸引機
- 酸素濃縮器
- 液体酸素ボンベ ●携帯用酸素ボトル
- 予備バッテリー など



アンビューバッグ

### ○事前の対策

- 救急対応について、家族や主治医、酸素供給業者などと話し合っておきましょう。
- 酸素チューブの配管は、からまないよう工夫してもらいましょう。
- 酸素濃縮器や液体酸素ボンベは、火気から離れた場所に保管して、倒れないようしっかり固定しておきましょう。



### ○災害が起きたら

- 極度の不安や恐怖からパニック状態になると、酸素消費量が増えてしまうので、できるだけ落ち着いて行動しましょう。
- 避難所の係員などに、早めに医療機関と連絡を取ってもらいましょう。

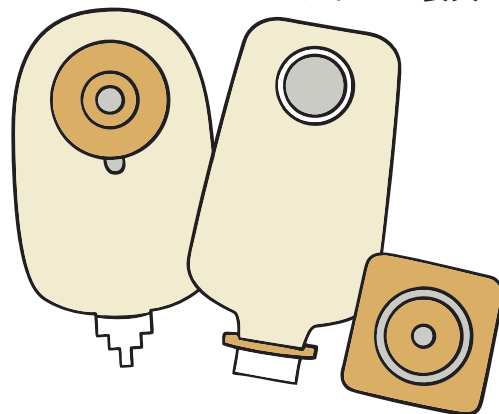


# ぼうこう・直腸ちよくちよう しょうの障しょうがいのある方かた

## ○非常用持出品ひじょうようもちだしひんや備蓄品びちくひん

- ストーマ装具一式そうぐ いっしき (1か月分程度げつぶんていど)
- ウェットティッシュ ● ティッシュペーパー
- 剥離剤はくりざい ● 消臭スプレーしょうしゅう
- ストーマ用はさみよう (装具穴あけ用そうぐあな)
- 廃棄用ビニール袋はいきよう
- 導尿に必要な器具どうりょう ひつよう きぐ (カテーテル)
- 洗い流さない洗剤あらなが 洗淨剤せんじょうざい など

ストーマ装具そうぐ



## ○事前じぜんの対策たいさく

- 洗腸せんちようの方は、自然排便かた しぜんはいべんに慣れておきましょう。
- ストーマ装具そうぐのメーカーやサイズ、販売店はんばいてんの連絡先れんらくさきなどを「ヘルプカード」や「オストメイトカード(ストーマカード)」に記入きにゅうしておきましょう。



## ○災害さいがいが起きたらお

- 避難所ひなんじょについたら「オストメイト(人工肛門・人工ぼうこう保有者じんこうこうもん じんこう ほゆうしゃ)」であることを係員かかりいんなどに伝え、支援しえんを求めましょう。
- 避難所ひなんじょでは、トイレの回数かいすうを気にして、食事しょくじや飲料水いんりょうすいを制限せいげんし、体調たいちようを崩さくずないように気を付けましょう。





# 知的障がいのある方

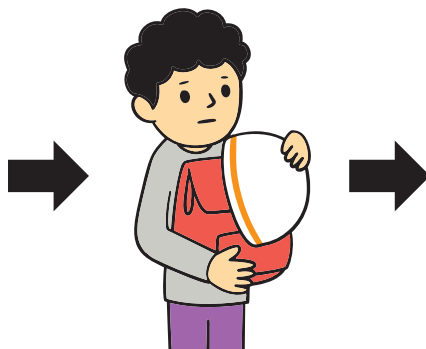
## ○災害が起きたら

- あわてて、急に外に飛び出したりしないようにしましょう。
- 周りの人に助けてもらいましょう。

### <地震の場合>



机の下などでゆれがおさまるのを待つ



非常用持出品を持つ



危なくないことを確認して、外に出て避難する

## ○非常用持出品や備蓄品

- 薬やお薬手帳 ●耳あてや耳栓
- 絵カード ●えんぴつやペン、メモ帳
- いつも使っているもの、あると安心できるもの  
(おもちゃ、本、音楽、時計など) など



## ○普段から気をつけておくこと

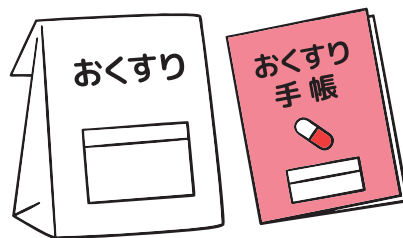
- 薬や、飲み方、他の人に手伝ってほしいことなどを、「ヘルプカード」に書き、いつも身につけたり、非常用持出袋に入れておくようにしましょう。
- 名前や電話番号、住所がわかる名札を身につけたり、服にぬいつけたりしておきましょう。



# 精神障がいのある方

## ○非常用持出品や備蓄品

- いつも飲んでる薬
- お薬手帳や処方箋
- 医療機関の連絡先 など



## ○事前の対策

- 災害が発生したときには、動揺やストレスで症状が悪化する場合や通院できない場合などがあるので、かかりつけ医や家族などと、対処方法などを相談しておきましょう。
- 支援を受けるときに対人関係で配慮が必要なことや、支援をしてほしいことを「ヘルプカード」に記入しておきましょう。
- 日ごろ通っている施設や職場、学校などと、災害時の避難場所や緊急連絡方法を話し合っておきましょう。



## ○災害が起きたら

- 正しい情報を得るようにし、できるだけ落ち着いて行動するようにしましょう。
- 混乱して自分で決められないときは、近くの人に支援を頼みましょう。
- 落ち込みやイライラ、不安、幻覚、妄想などが出たときは、近くの人に自分の心身の状況や生活上の注意事項を伝えて、医療機関などに連絡してもらいましょう。
- 薬は忘れずに服用しましょう。



## 発達障がいのある方

### ○非常用持出品や備蓄品

- 常備薬やお薬手帳 ●耳あてや耳栓
- 絵カード ●筆記用具、メモ帳
- いつも使っているもの、あると安心できるもの(おもちゃ、本、音楽、時計など)
- あなたが食べられる非常食やこだわりのある食品 など



### ○普段から気をつけておくこと

- 家族やいつも支援してくれる人などと、災害が起きたときのことを話し合っておきましょう。
- あなたのコミュニケーションの取り方、気を付けてほしいこと、薬の飲み方、手伝ってほしいことなどを書いたカードを用意しておきましょう。
- 名前や電話番号、住所がわかる名札を身に着けたり、服にぬいつけたりしておきましょう。
- 学校や職場、通っている施設などの行き帰りに災害があったらどうするか、対応を教えてください、家族や支援者と一緒に練習しておきましょう。



### ○災害が起きたら

- あわてて、急に外に飛び出したりしないようにしましょう。
- 他の人に助けを求めましょう。
- 家族などと前もって決めたことを守るようにし、分からなくなったら、周りの人に教えてもらいましょう。

