

震災から身を守るために

＜視覚障害者並びにサポートする皆さまへ＞



愛媛県社会福祉事業団

愛媛県視聴覚福祉センター

障害者の皆さまへ

- ☆日頃から地域とのつながりを大切にしましょう。
- ☆家具や家電の転倒防止対策をしましょう。
- ☆非常用持ち出し品を備えておきましょう。
- ☆災害時は、慌てず身の安全を確保しましょう。
- ☆震災後は、周囲の状況が変わっていますので近隣に助けを求めましょう。

障害者をサポートする皆さまへ

- ☆視覚障害者は、目から情報が入らないので状況がわからず不安です。
- ☆地震の際、屋内なら机等の下へ、屋外なら頭をかばい身を伏せるよう声をかけてください。
- ☆揺れがおさまったら声をかけ、周囲の状況を伝えて一緒に避難をお願いします。
- ☆避難所では、文字で書かれた伝達情報が多いため、必要な情報を知らせてください。

【日頃の対策】

1 地域とのつながり

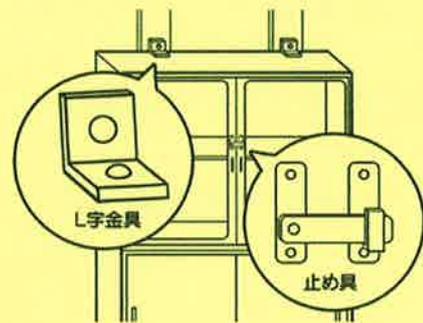
- ①地域の方の支援が受けられる関係を築きましょう。
- ②防災のための地域活動に積極的に参加し、自治会、民生委員、自主防災組織などにも支援が必要であることと、支援内容を理解してもらいましょう。
- ③地元の防災訓練に参加し、避難する場所や経路、方法を複数確認しておきましょう。
- ④交番や市役所、病院など災害時に支援の受けられそうな場所のメンタルマップを作成しておきましょう。
- ⑤日頃から地域の障害者団体や社会福祉協議会、障害者施設等を利用したり市町の要援護者名簿に登録することをお勧めします。



2 住まいの対策

①家具・家電製品の固定

大きな家具類や家電製品は市販の固定金具を使って固定し、観音開きの戸や引き出しは、ストッパーなどを取り付けましょう。(自治体によっては、補助制度があります。)



②ガラスの飛散防止対策

ガラス飛散防止フィルムを貼ったり、ガラスを透明なアクリル板に換えると安全です。

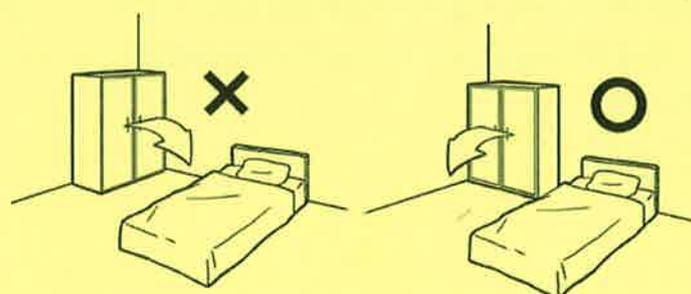
③収納の工夫や整理整頓

○タンスなどに収納する場合は、重い物は下部に、軽い物を上部に入れるなどの工夫をし、扉を止め金具で固定しましょう。

○災害時の避難通路を想定し、その通路の安全を確認しておきましょう。

家の出入り口を整理整頓し、避難の妨げになるようなものは置かないようにしましょう。特に、寝室では、頭のほうに倒れてこないよう家具類の配置を工夫し、不要な物は置かずに、安全な空間を作りましょう。

○タンスなどの上には、重い物や落ちてくると危険なものを置かないようにし、棚の上のものが落下しないよう固定しましょう。

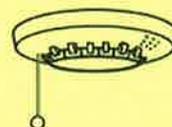


④火災報知器の設置

音声で知らせる火災報知器を設置しておきましょう。

(電器店、ホームセンター等で購入できます。)

(住宅用火災報知器は、日常生活用具給付対象です。)



3 視覚障害のある方用持出必需品

非常持ち出し品(チェックリスト)と一緒に一定の持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

①持病のための薬及びお薬手帳や処方箋

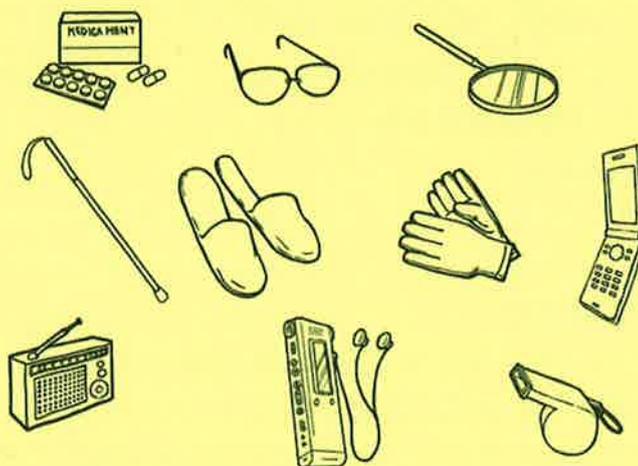
②メガネ、ルーペ、白杖、点字器、強カライト等視覚障害者専用用具

③スリッパ、軍手など床などに飛散したガラス対策用具

④携帯電話、笛やブザー、緊急時連絡カード、障害者手帳(写)、保険証(写)、メモ用録音機、ヘルメット(防災ずきん)等安全を確保するために必要な用具

⑤ラジオ等情報入手機器

⑥アルファ米(水やお湯だけでご飯ができる非常食)、パンの缶詰など簡単非常食



4 身体障害者補助犬(盲導犬)を使用している方

①ドッグフードは、必ず多めに買い置きをしましょう。

②フィラリア症予防薬は冷暗所などに保管しておきましょう。

③かかりつけの動物病院や給付団体の連絡先と併せて、かかりつけ以外の動物病院や各盲導犬協会の連絡先も把握しておきましょう。



【災害時の対応】

1 身の安全を守る

- ①地震がおきたらテーブルの下にもぐり、身近にある本や座布団などで(何もなければ手で)頭をかばい、身をふせ、落下物から身を守るようにしましょう。
- ②地震後の部屋は、落下物やガラスの破片が飛散し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。スリッパや厚手の靴下・靴を身につけ、家の中でも白杖などを使用して安全を確認しましょう。
- ③ラジオ、テレビなどの情報に注意し、危険な場合は、家族や隣近所の人と一緒に避難します。



2 安全な避難

- ①外に出たほうがよいかどうかの判断は、とにかく大声で視覚障害であることを告げ、周囲の人に状況を聞いて援助を求めましょう。
- ②地震の後には、電柱やブロック塀が倒れたりして道路上に障害物が増え、いつもと同じように歩行することが困難になります。家族や隣近所の人などに避難誘導を頼みましょう。
- ③誘導を受ける場合は、肘や肩などを持たせてもらい、ゆっくりと歩くようにしましょう。



3 津波から身を守る

- ①津波警報や注意報が出た場合には、すぐに高台に避難しましょう。
- ②津波は、スピードが速く、繰り返し襲ってくるので注意が必要です。
- ③テレビ、ラジオなどで正しい情報を確認しましょう。



【非常持ち出し品チェックリスト】

食料品3日分



携帯保温シート



非常食



ロープ



布製ガムテープ



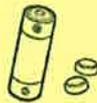
一人あたり1日
3ℓの水を3日分



ラジオ



懐中電灯



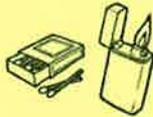
予備電池



携帯電話



ビニール袋



マッチ・
ライター



ティッシュペーパー・
トイレトペーパー



ナイフ・
缶切り



スプーン・箸・
カップ



ヘルメット・
頭巾



下着・くつした



救急薬品・
常備薬



現金



タオル



保険証・障
害者手帳写



雨具



毛布又は寝袋



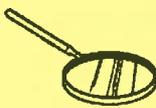
リュックサック



手袋



スリッパ



ルーペ



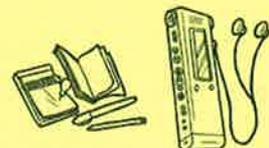
眼鏡



ふえ・ブザー



白杖



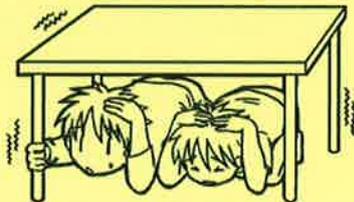
筆記用具・録音機

※家庭での食料や水の備蓄は7日分程度を目標とし、そのうち非常持ち出し用として3日分を準備

【視覚障害者をサポートする方へ】

1 安全確保

- ①地震がおきたら、近くの机の下などにもぐるように指示してください。
- ②揺れがおさまったら、家の中の状況を説明し、座布団などで頭を守らせて、転倒、落下物に注意しながら、安全な場所へ避難誘導してください。



2 避難誘導

- ①大規模な地震の後には、普段と町の様相が変わってしまい、そのため、視覚障害者は、自分で行動することが難しくなります。視覚障害者を見かけたら、声をかけ、周囲の状況を伝え、避難所への誘導を行ってください。
- ②避難所では、行政からの広報や生活に関する情報は、文字で書かれているものが多いため、その情報を知らせるようにしてください。

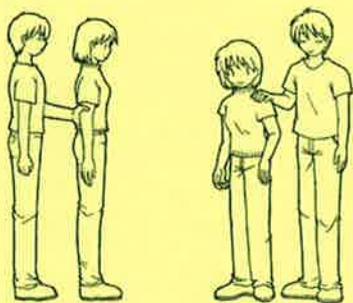


(財団法人消防科学総合センターHP より)

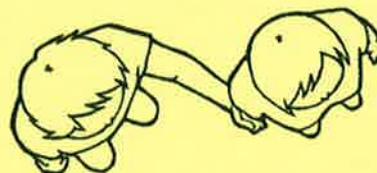
③誘導のしかた

- 白杖を持たない方の手で支援者の肘や肩を持ってもらいながら、半歩前をゆっくり歩きます。このとき、白杖や腕を引っ張ったり、後ろから押したりしないようにしてください。
- 路上に障害物がある場合、例えば、段のある所では、段の手前で立ち止まって、段が上がるのか下がるのかを伝えてください。段が終わったら立ち止まり、段の終わりを伝えてください。
- 位置や方向を説明するときは、その方向に向かせて前後左右、この先何歩、何メートルなど周りの状況を具体的に伝えてください。
- わかる際には、その場から先の状況についても説明してください。
- 盲導犬を伴っている人に対しては、方向を説明し、直接盲導犬を引いたりさわったりしないようにしてください。

【移動支援の基本形】



腕や肩を持ってもらう



支援者は半歩前・二人分の肩幅



口頭で伝えながらの支援

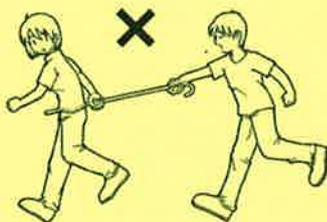


補助犬の使用者の支援

【禁止行為】



腕を引っ張る



白杖を引っ張る



後ろから押す



ハーネスを引っ張る



後ろから押す

【災害時情報連絡先】

1 行政関係

愛媛県防災メール等、登録しておくで携帯電話などに情報が配信されるサービスがあります。愛媛県または各市町にお問い合わせください。

愛媛県防災メール <http://www.pref.ehime.jp/bosai/bosaimail.html>

2 ライフライン関係

四国電力(大規模災害時停電情報:愛媛県)

フリーダイヤル 0120-459-272

携帯サイト <http://www.yonden.co.jp/m/>

3 災害時伝言ダイヤル(各社、近くの窓口で確認できます。)

①NTT西日本 ホームページ <http://www.ntt-west.co.jp/dengon/>

②NTTドコモ ホームページ

<http://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html>

③au ホームページ

http://www.au.kddi.com/notice/saigai_dengon/index.html

④SoftBank ホームページ

<http://mb.softbank.jp/mb/service/dengon/index.html>

4 防災ポータルサイト

四国の防災に関する各種情報へのリンク集

ホームページ <http://www.bousai459.jp/>

発行 2013年8月

愛媛県社会福祉事業団 愛媛県視聴覚福祉センター

〒790-0811

愛媛県松山市本町6丁目11番5号

電話 089-923-9093

FAX 089-923-9224

URL <http://www.sityoukaku.pref.ehime.jp/>