

避難所における 障害者支援ガイド



茨木市障害者地域自立支援協議会
障害者避難所プロジェクトチーム

はじめに

本ガイドは、避難所の運営に携わる方が、障害者の特性や避難所での困りごとを理解し、必要に応じて手助けが行えるよう、支援や対応方法をまとめたものです。

避難所生活は健康な人でも決して楽ではなく、ましてや障害者は精神的にも体力的にも大きな負担となります。

このガイドによって、避難所での生活が少しでも快適になり、障害者が迷わず避難できる選択肢が持てるよう、ご協力をお願いします。

目次

共通する項目・・・	1 ～ 3 ページ
肢体不自由の方について・・・	4 ページ
聴覚障害のある方について・・・	5 ページ
視覚障害のある方について・・・	6 ページ
盲ろうの方について・・・	7 ページ
知的障害のある方について・・・	8 ページ
発達障害のある方について・・・	9 ～ 10 ページ
精神障害のある方について・・・	11 ページ
難病・内部障害のある方について・・・	12 ～ 13 ページ
電源の確保について・・・	13 ページ

共通する項目

支援のポイント！

①避難所での支援

- 本人や家族が、周りの人へ迷惑をかけてしまうと我慢することがあるため、障害者等への声かけや可能な範囲でのお手伝いをお願いします。
- 支援する際は必ず声をかけてからの支援をお願いします。
- 障害があるからといって、ことさら特別扱いした言葉は使わないようにしましょう。
- 成人の方には、年齢相応の声掛けをしていただくようお願いします。

②メンタルケア

- 本人や家族が不安を感じることがないような落ち着いた対応を心掛け、必要に応じて状況説明等を行いましょう。

③情報共有

- 状況に応じて市職員と連携をとりましょう。
 - ★状態の悪化など、異常や異変に気付いた場合
 - ★介助者の方がないなど、指定避難所での避難生活が困難であると思われた場合
 - ★医薬品等の不足している物資を調達する場合
 - ★食事等個別に対応が必要な場合

④環境整備

- 避難所での適したスペースの確保と障害の種類等それぞれに合った福祉避難コーナーを設け、スペースづくりをお願いします。

⑤障害者に関するマーク

障害者のための国際シンボルマーク



障害者が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。マークの使用については国際リハビリテーション協会の「使用指針」により定められています。

駐車場などでこのマークを見かけた場合には、障害者の利用への配慮について、ご理解、ご協力をお願いします。

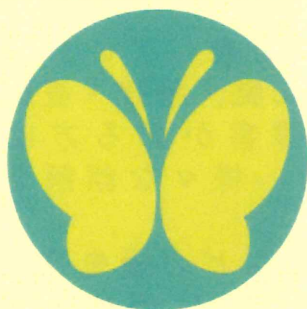
盲人のための国際シンボルマーク



世界盲人連合で1984年に制定された盲人のための世界共通マークです。視覚障害者の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器などに付けられています。信号機や国際点字郵便物・書籍などで身近に見かけるマークです。

このマークを見かけた場合には、視覚障害者の利用への配慮について、ご理解、ご協力をお願いします。

聴覚障害者標識



聴覚障害であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークで、マークの表示については、義務となっています。

危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークをつけた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。

身体障害者標識



肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークで、マークの表示については、努力義務となっています。

危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。

ほじょ犬マーク



身体障害者補助犬法の啓発のためのマークです。

身体障害者補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことを言います。「身体障害者補助犬法」において、公共の施設や交通機関はもちろん、デパートやスーパー、ホテル、レストランなどの民間施設は、身体障害のある人が身体障害者補助犬を同伴するのを受け入れる義務があります。補助犬を同伴することのみをもってサービスの提供を拒むことは障害者差別に当たります。

補助犬はペットではありません。社会のマナーもきちんと訓練されているし、衛生面でもきちんと管理されています。

補助犬を同伴していても使用者への援助が必要な場合があります。使用者が困っている様子を見かけたら、積極的にお声かけをお願いします。

耳マーク

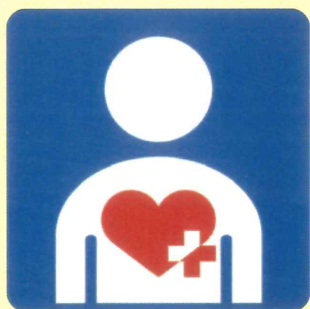


聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマークでもあります。

聴覚障害者は見た目には分からないために、誤解されたり不利益をこうむったり、社会生活上で不安が少なくありません。

このマークを提示された場合は、相手が「聞こえない・聞こえにくい」ことを理解し、コミュニケーションの方法等への配慮について、ご協力をお願いします。

ハート・プラスマーク

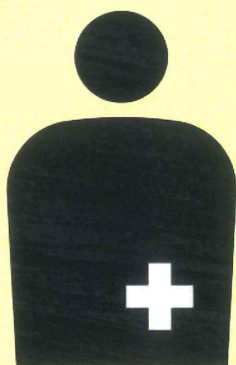


「身体内部に障害がある人」を表しています。身体内部（心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能）に障害がある方は外見からは分かりにくいいため、様々な誤解を受けることがあります。

内部障害の方の中には、電車などの優先席に座りたい、障害者用駐車スペースに停めたい、といったことを希望していることがあります。

このマークを着用されている方を見かけた場合には、内部障害への配慮についてご理解ご協力をお願いします。

オストメイト



オストメイトとは、がんなどで人工肛門・人工膀胱を造設している排泄機能に障害のある障害者のことをいいます。

このマーク（JIS Z8210）はオストメイトであることと、オストメイトの為の設備（オストメイト対応のトイレ）があることを表しています。

このマークを見かけた場合には、オストメイトとして身体内部に障害がある障害者であること、及びそのトイレがオストメイトに配慮されたトイレであることに、ご理解ご協力をお願いします。

ヘルプマーク



義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることが出来るマークです（JIS規格）。

ヘルプマークを身につけた方を見かけた場合は、電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

肢体不自由の方について

大切なポイント！

- ★ 本人に確認しながら、希望にそった支援をしましょう。



緊急時は普段より移動全般が困難です。
その人に合った支援をするために必ず本人に
確認しながら支援を進めることが大切です。

避難所での支援



- 移動、日常生活動作（移動・食事・更衣・排せつ・入浴など）
に支援が必要な場合があります。
- 車いすや杖などの福祉機器や用具を使用している場合があります。



適した福祉避難コーナーについて

- 一階で移動が少なくて済む出入り口付近が望ましい。
- バリアフリーで車いすが通れるよう 120cm 幅の通路を確保する。
- 車いす対応のトイレの場所の確認をお願いします。



120cm

聴覚障害のある方について

大切なポイント！

★ 視覚情報を提示しましょう。（書く・貼る）

コミュニケーションの方法

代表的なもの

- 筆談 互いに文字を書いて意思を伝え合う。
- 手話 手や指の動き、表情で表す言語。
- 口話・読話 相手の口の動きを読み取る方法。
口元や表情がはっきり見えるよう相手に顔を向けてマスクを外し、はっきりと口を動かして話す。

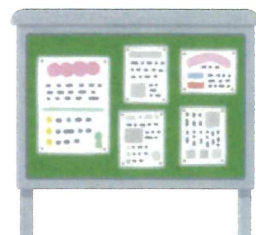


声の掛け方

- 上記から、その場でとることのできる方法を本人に選んでもらい、声を掛ける際は具体的に確認をする。
- ○か×で答えることのできる内容の方が望ましい。

避難時や避難先での支援について

- 掲示板等見て分かるもので知らせる。
- 通知等にはFAX番号やメールアドレスを載せる。
- 放送内容については、内容を端的に書いたものを見せる。
- FAXを利用できる場所等を教える。
- 代理電話は、その場で対応することが望ましい。
- 筆談については、その場で対応する。



関係機関との連携

- ケアマネジャーや計画相談等の関わりのある支援者の連絡先を本人や家族に聞く。
- 手話通訳が必要な方については、障害福祉課に連絡する。

視覚障害のある方について

支援のポイント！

- ★ 見え方は人によって違います（全盲、弱視など）ので、どんなサポートが必要かを本人に確認しましょう。

声の掛け方

- 背面からやいきなり声をかけるのではなく、正面側から傍により「〇〇に住んでいる（自身の立場を伝える）、〇〇ですけどお話しても良いですか」と最初に声をかけましょう。
- あっち、こっち等の抽象的な言葉でなく、具体的に「1m 左」など「どのくらい」が分かるように伝えましょう。

避難時や避難先での支援について



- 回覧や掲示による情報は、まったく目の見えない人や見えにくい人、見えにくさのある人には情報が伝わらないので、まずは口頭や音声でアナウンスするなどの配慮をしましょう。また、正確に伝わっているかの確認をすることも大切です。
- 手引き、杖歩行、車いす移動など移動手段を確認した上で、初めての場所や慣れない場所での移動は特に不安になりますので、例えば洗面所やトイレまで移動しやすい場所に避難場所を設置するなど配慮が必要です。
- 手引きでの移動を支援する場合は半歩前に立ち、腕や肩につかまってもらい、段差や曲がり角に注意し、歩くスピードの確認と周りの状況を伝えるなど声をかけながら移動しましょう。
- 盲導犬利用者は、避難所の環境把握が困難な場合、盲導犬に指示がうまく出せないことがあるため、様子を見て一緒に歩きましょう。

関係機関との連携

- 日常生活で支援を受けているサービス事業所や相談支援事業所などがあれば確認しましょう。

盲ろうの方について

大切なポイント！

★ その方に合わせたコミュニケーションの方法を選びましょう。

特性

視覚と聴覚の両方に障害がある

- 全盲ろう … まったく見えず、まったく聞こえない状態。
- 盲難聴 … まったく見えず、少し聞こえる状態。
- 弱視ろう … 少し見えて、まったく聞こえない状態。
- 弱視難聴 … 少し見えて、少し聞こえる状態。



コミュニケーションの方法

- 手書き文字 手のひらに指先などで文字を書いて伝える。
- 触手話 盲ろう者が相手の行う手話に触れて、手話の形で読み取る。
- 弱視手話 盲ろう者の見え方に合わせた手話表現をする。
- 指点字 点字タイプライターのキーの代わりに、盲ろう者の指を直接たたいて点字を表す。
- 文字筆記 視力が残っている方に対して紙やパソコンに文字を筆記して伝える。文字の大きさ、間隔、線の太さなど見え方の合わせた配慮が必要になる。
- 音声 聴力が残っている方に対して耳元や補聴器のマイクなどに向かって話す。声の大きさ、抑揚、速さ、音の高さなど、聞こえ方に合わせた配慮が必要になる。

知的障害のある方について

支援のポイント！

- ★ 複雑な会話や抽象的なことを理解するのが苦手です。
- ★ 視覚情報を使ったやり取りが安心できてわかってもらいやすいです。

支援について

- 発達障害を重複している方もおられます。
- 落ち着いた口調で優しく声をかけましょう。
- なるべく短く、具体的に話しましょう。
- 「危ない」「ダメ」など否定的な言葉は避け、「～しましょう」と肯定的に声をかけましょう。
- 説明ではなかなか理解が難しい場合、絵や実物を見せるなどの視覚情報を提示しましょう。
- 見通しがたてられるように、時間ごとに区切った1日のスケジュールがわかるようなものがあるといいかもしれません。
- 自分の考えや思いを人に伝えることが苦手な方もいます。適宜、声をかけましょう。



歯を磨く



トイレに行く



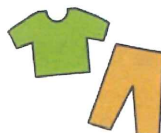
靴を履く



手を洗う



お風呂に入る



服を着替える

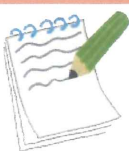


発達障害のある方について

大切なポイント！

- ★ コミュニケーションや対人関係を作ることが苦手です。コミュニケーションの方法が独特な方や特定の物へのこだわりが強い方が多く、脳の働き方の特性からくるものです。
- ★ 視覚情報を提示しましょう。

声の掛け方



- コミュニケーションが苦手な人もいます。言葉での意思疎通が難しい場合は、絵や実物を見せたり、筆談を使ったりするのも有効です。
- 言葉にできなくて困っている様子の時は、何に困っているのか簡潔に質問しましょう。
- 先の予定が分からないことが、強いストレスになる人もいます。今後の見通しを分かりやすく伝えましょう。

避難時や避難先での支援について



- 災害への不安や、急激な環境の変化に対応できず、不安や動揺が激しくなる方がいます。時には急に走り出す、大声を出すなどパニックに陥ってしまう場合もあります。できるだけ落ち着いてすごせるように配慮をしましょう。無理に押さえつけたり、大声で叱ったりしないようにしましょう。
- 感覚が他の人より敏感で、特定の音や騒がしい場所が苦手な人もいます。刺激の少ない場所に移動する、ヘッドフォンなどで苦手な音を遮断するなどの方法が有効です。
- 痛みに鈍感で、ケガをしていても気付かない人もいらっしゃいます。ただし、急に体を触られることを嫌う人もいるので注意しましょう。
- 「並んで待つ」ことが難しい人もいます。必要な物資を個別に届けるなどの配慮をしましょう。

関係機関との連携



- 強い不安や症状の悪化が見られる場合は、ご本人の支援機関について確認をしましょう。ご本人の承諾を得た上で関係機関に連絡や、公的機関に相談をしましょう。

それぞれの特徴について(知的障害を伴う方もいます)

自閉症スペクトラム

コミュニケーションの場面で、言葉や視線、表情、身振りなどを用いて相互的にやりとりをしたり、自分の気持ちを伝えたり、相手の気持ちを読み取ったりすることが苦手です。特定のことに強い関心を持っていたり、こだわりが強かったりします。感覚の過敏さも持ちあわせていることがあります。

注意欠陥・多動症(ADHD)

年齢に比べて、落ち着きがない、待てない(多動性—衝動性)、注意が持続しにくい、作業にミスが多い(不注意)といった特性がある。

多動性—衝動性と不注意の両方が認められる場合も、いずれか一方が認められる場合もあります。

学習障害(LD)

全般的な知能には問題はないが、読む・書く・計算するなどの特定の学習のみに困難が認められる状態のこと。

吃音

なめらかに話すことができない状態。音を繰り返したり、音が伸びたり、なかなか話せないと言った、様々な症状があります。

チック症

思わず起こってしまう素早い身体の動きや発声。一時的なものが多いが、日常的に支障をきたす場合もあります。

福祉避難コーナーについて

- 避難生活が続くと、発達障害の方々等には特別な配慮が必要な場合があります。

すぐに緊急入院や緊急入所ができない、またはそれに至らない程度の人のために、避難所の中に、配慮ができるスペースや部屋を確保しましょう。

(例：しきりで細かく空間を作ると、落ちつく方もいます)

精神障害のある方について

支援のポイント!



- ★ 不安をやわらげることが大切です。
落ち着いた態度で優しく声を掛けましょう。

声の掛け方

- 大きな声や指示的な口調は、相手の不安を大きくすることがあります。穏やかに声を掛けましょう。
- 話をする場合は、たくさんの内容を伝えずに、具体的にわかりやすく説明をしましょう。また、現在の状況を気にされている場合は簡潔に伝えましょう。状況を把握することで安心に繋がるがあります。

避難時や避難先での支援について

- 災害への不安や、急激な環境の変化に対応できず、不安や動揺が激しくなる方がいます。落ち着いて見守り、「大丈夫ですか？」など優しく声を掛け、ゆっくり話を聞きましょう。
- 精神障害がある方の症状に、幻覚や妄想（現実とは違う感覚や考え）があります。そのような訴えがある際には、強く否定したり、肯定することは避けてしんどい思いを聞くことにとどめましょう。

関係機関との連携

- 強い不安や症状の悪化が見られる場合は、ご本人の支援機関について確認をしましょう。ご本人の承諾を得た上で関係機関に連絡したり、公的機関に相談をしましょう。



難病・内部障害のある方について

大切なポイント！

- ★ 難病・内部障害がある人は、外見からはわかりづらいため、一人ひとりの状況の把握が大切です。
- ★ 本人や家族から、現在の健康状態や、配慮すべきことを聴き取って対応しましょう。

特性

- 内部障害
「心臓」「呼吸器」「腎臓」「ぼうこう・直腸」「小腸」「肝臓」「免疫不全」の7つの機能障害を言います。
- 難病
治療が難しく慢性の経過をたどる疾病があり、このような疾病を難病と呼んでいます。筋萎縮性側索硬化症（ALS）、潰瘍性大腸炎など。
令和3年10/13現在、厚生労働省が指定している難病数は338あります。

医療機関との連携

- かかりつけ医や周辺の医療機関との連携方法を確保しましょう。
災害により、病状が悪化する場合があるため本人が体調不良を訴えた場合には、すぐに医療機関に連絡してください。

避難先での支援

- ヘルプマークなど、緊急時の医療情報や支援方法が書かれている物があれば確認してください。
- 必要な医薬品や補装具などの確認をしてください。
- 避難所では食事やトイレ、衛生的な環境の確保などについて、個別の対応が必要であることを前提に支援してください。
- ＊ 必要に応じて医療機関への移送が望ましいですが、すぐに難しい場合は市職員と相談のうえ福祉避難所への移送を検討してください。

人工呼吸器

呼吸の力が弱くなる疾病になると、自力で呼吸するのが難しくなります。人工呼吸器を使って呼吸の補助を行います。マスクを付ける方法と、気管を切開してチューブを挿入する方法があります。電源バッテリーの残量や器具の不具合がないか確認が必要です。

酸素療法

肺の機能が著しく低下することで、血液中の酸素が不足した状態になることがあります。自宅で医療用酸素ボンベを使って酸素の取り込みを促すものです。酸素ボンベの残量の確認が必要です。

人工透析

腎臓の働きが悪くなると、血液中の老廃物や不要な水分を自分で除去することができなくなります。その場合、定期的に機械を使って血液をきれいにする必要があります。血液透析と腹膜透析の方法があります。

オストメイト

様々な病気や事故などにより、お腹に排泄のための『ストーマ（人工肛門・人工膀胱）』を造設した人を『オストメイト』といいます。オストメイトはストーマ用装具を装着することによって、手術前と同じように社会生活を送ることが出来ます。

電源の確保について



医療的なケアが常時必要な方で、人工呼吸器などの電源、体温調整が難しく保温、保冷するための電源が必要な方がいらっしゃいます。

電源がないと「命にかかわる」状況になります。

避難所において電源コンセントの利用を優先していただけるようお願いします。

停電時はバッテリーや簡易発電器、自動車などからの電源確保が必要になります。発電できる時間は限られているため、大きな病院など非常用発電設備がある施設に移送してもらうことをご検討ください。



発行：茨木市障害者地域自立支援協議会
障害者避難所プロジェクトチーム

協力：茨木障害フォーラム

発行日：2022年3月