

ともに助け合う ①

# 災害時の要配慮者が困る あんなこと、こんなこと



テレビや防災無線などの  
情報が伝わりにくい



助けを求める行動が  
自分でできない



周りの様子が理解できず、  
何が起きているかわからない



家などから  
自分で出られない



避難所や在宅での  
避難生活に対応できない

## その他にも

- 障害があることが外見から分かりづらく、孤立する。
- 避難所でプライバシーが守られない。
- 人とのやりとりが苦手なため、環境になじめない。
- 医療や介護支援がなければ生活できない。

## 災害時の要配慮者とは

災害から身を守るため、安全な場所に逃げるなど災害時の行動をとる場合に配慮が必要な人のことです。具体的には、**介護が必要な高齢者、障害児・者、乳幼児**などです。平常時に何らかの支援が必要な人は災害が発生した場合、避難や避難生活がいつそう困難になることが予想されるため、周囲の人による支えが欠かせません。

## \* 苦しいときこそ温かい心で見守りを \*

### 母子で生き抜くために まず身を守る行動を

俳優/国連UNHCR協会  
国連難民サポーター/NPO法人self代表  
松田陽子さん



東日本大震災で被災した母親の体験談をもとに「防災ママブック」を発行。母親目線の役立つ情報が詰まっています。



地震時の身の守り方を練習

大規模災害が起きたとき、帰宅困難などで父親がそばにいないても、母親は子どもの命を守り生き抜かなければなりません。そのためにもまず大切なのが、身を守る行動。地震が起きたら「頭を守る、しゃがむ、何かにつかまる」と、普段からゲーム感覚で親子で一緒に練習してほしいです。避難所によっては乳幼児向けの救援物資が手に入りやすいので、非常持ち出し品には必ずおむつやベビーフード、普段食べ慣れているお菓子を用意しておけば、子どもの心も落ち着きやすくなります。災害が起きたときは誰もが不安です。そんなときこそ子ども連れの母親や高齢者を見かけたら、温かい心でひと声かけ、手をさしのべてください。



### 支援の第一歩は 心のバリアフリーから

特定非営利活動法人 ゆめ風基金  
理事 八幡隆司さん



東日本大震災時に「被災地障害者センター」を設置。被災した障害者を現在も継続して支援しています。

被災地では「避難所の設備や物資が整っていない」と、自宅に帰ってしまう障害者を見かけました。障害者の支援方法を理解しすぐに動かないと、対応はどんどん遅れます。「誰か」ではなく「自分が」心をかけることが大切です。障害者は「他人に迷惑をかけたくない」という気持ちから、災害時に「1日だけ頼めても、1週間は他人に頼めない」と、トイレ介助を断る人もおられました。普段から防災訓練などで交流し、顔見知りになれば、障害者の人も安心して支援を頼むことができます。まずは、コミュニケーションを取りあうこと。災害時だけでなく、日常の交流や活動を通して、温かい関係を築いていきましょう。



障害者を交えての災害図上訓練 (名古屋)



中学生が障害者の避難を手伝う訓練

災害時の要配慮者はさまざまなハンディを抱えており、災害時の状態や時期によって支援内容が異なるため、きめ細かな対応が求められます。

具体的な配慮のポイントは次のページ (いざ!の行動8-9ページ) へ。