

障害者のための 防災 Q&A

目次



1. 備蓄について……1ページ
2. 薬について……2ページ
3. 情報について……3ページ
4. 非常用バッテリーについて…4ページ
5. トイレ／避難所について…5ページ



焼津市自立支援ネットワーク協議会では、防災プロジェクトを立ち上げ、災害時に備え、障害を持つ当事者や家族が、自分たちでできること、対応できることなどを検討してきました。

障害の特性に応じて準備していること、工夫している点など、自助対応を中心とした「障害者のための防災 Q&A」を作成しました。

備蓄について



「自助・共助のてびき」に載っている備蓄品以外にも、非常時に必要となるものが考えられます。特別かつ必要な備蓄品は、自宅の場合運びやすい玄関に準備したり、知人宅や車などに分割して保管するなど工夫しましょう。

障害の特性などに合わせて通常の備蓄とは別に用意しているものがありますか？

アレルギーがある方...
アレルギー対応の食料を用意しましょう。



医療的ケアが必要な方...

ケアに必要な医療用品、予備の酸素ボンベ、呼吸器用のバッテリー等医療的ケアに必要なものを用意しましょう。



清拭が必要な方...
ウエットシート、除菌シート等を用意しておきましょう。

嚥下障害のある方...
食事形態に配慮が必要なため本人にあわせた食品（缶入りのおかゆ、エバースマイル、介護用非常食等）の備蓄をしておきましょう。

食事のこだわりがある方...
非常食にこだわらず、本人の食べやすい保存のきくお菓子等を用意しましょう。

視覚的情報が必要な方...
ホワイトボードや筆記用具、絵カードなど個々にあわせたツールを用意しましょう。

音に敏感な方...
小さなテントや耳栓、イヤーマフを用意しましょう。

身体障害がある方...
装具の予備を用意しましょう。

環境の変化に弱い方...
携帯用 DVD プレーヤー、本人が好きな物等本人が落ち着けるアイテムを用意しておきましょう。

薬について



服薬がある方は、非常時に備えて確認しておきましょう。

薬はどのように用意していますか？



医師に「備蓄用に下さい」と直接頼んで処方してもらった余分に残るように受診日を早めに設定している等、方法は様々です。1週間分の薬を用意しておきましょう。

防災用品と一緒に入れたり、持ち出しやすい所に置いたりするのが良いでしょう。薬の性質上、湿気を避けて缶に保管する等の工夫が必要な場合もあるかもしれません。確認をしておきましょう。備蓄用を特別に用意するのではなく、週単位にセットしてある薬を備蓄として活用する方法もあります。また、学校に通っている場合には学校にも備蓄を置いておきましょう。

薬の置き場所はどうしていますか？



薬がなくなった場合はどうすればいいですか？



薬を持ち出せなかった場合や薬を飲み切ってしまった時に備え、かかりつけ医以外でも処方してもらえるよう、お薬手帳のコピーを用意しておきましょう。薬を処方してもらう時にお薬手帳にはるシールを余分にもらっておくのも良いでしょう。

サポートファイルやヘルプカードを活用する方法があります。サポートファイルにお薬手帳のコピーをはっておくことで、本人の障害や対応の仕方、服薬状況等様々な情報を伝えることができます。

自分で上手く伝えられない場合はどうしたらいいですか？

情報について



災害時、正確な情報を入手することは大切です。
どのような情報収集方法があるか確認しておきましょう。

災害や避難情報などは、どのように情報収集できますか？

自宅が安全な場所であるかを、ハザードマップ(地震、津波、洪水、土砂災害の被害想定)で確認しておきましょう。

焼津市のLINEアカウントややいづ防災メール、県防災アプリなどを利用しましょう。

テレビ、ラジオ、防災メール、インターネットで情報収集しましょう。

聴覚障害の方は、手話通訳のあるテレビからも情報収集ができます。

焼津市身体障害者協会では、各支部に分け、災害時の連絡を密にするようにしています。

訪問看護事業所では、電話・メールなどがつながらない場合に備えて、利用者名簿を作成し、紙面による保管をしています。

育成会(家族会)では、「171」で安否確認の呼びかけをしています。本人・家族と安否確認の連絡がとれるようメールアドレスの登録を行っています。また、LINEやメールでダイレクトに連絡できるようにしています。

非常用バッテリーについて



医療機器等の利用で、非常用バッテリーなど常時必要な方はどのような準備が必要か確認しましょう。

医療機器や電動車いすの非常用バッテリーの為に準備できることはありますか？

在宅で生命に関わる医療機器(人工呼吸器等)を使用している場合は、発電機の準備があるとよいでしょう。

電動車いすのバッテリーは常に容量に注意しバッテリー切れにならないようにしましょう。

太陽光発電の蓄電をしましょう。

日頃から常にバッテリー(吸引器用)の充電をしましょう。

災害の程度によりますが、病院が稼働していれば受け入れ可能なこともあるので医師と相談しておきましょう。

発電機の種類にもよりますが、電池式やボンベ式のものは何日持つか確認しておきましょう。

スマホ用バッテリーを持つようにしましょう。

医療機器メーカーに相談すると予備分をレンタルできることもあるので確認しましょう。

具体的に準備しているものはありますか？

- ・Honda 発電機(カセットボンベ)を用意しています。2本で吸引器2時間使用できます。
- ・Honda 発電機(プロパンガス)を準備しています。プロパン1本で呼吸器3日間利用できます。
- ・電気がいらない足踏み式吸引器を準備しています。
- ・モバイルバッテリー(車での充電、乾電池での充電)を準備しています。
- ・車中泊用バッテリーを準備しています。扇風機などへの使用で3時間程利用できます。
- ・ベッド上げ下ろし用充電式バッテリーを準備しています。



トイレについて

災害時、水が止まるなど、いつも通りにトイレが使用できなくなる可能性があります。災害時のトイレについて



災害時のトイレについて備えていることはありますか？

確認しましょう。

自宅や非常用持ち出し袋に、おむつ・おしりふき・ペットシートなどを多めに備蓄しましょう。

自宅用持ち出し袋に、携帯トイレを用意しましょう。トイレ用テントを用意しておく心安いです。

導尿に必要なもの(採尿パック、導尿カテーテル)を用意しましょう。

避難所について

避難方法や避難所生活について確認しましょう。

障害の特性により、避難所に行けないことも想定されます。避難所以外の避難方法を検討していますか？

体調悪化や気持ちが不安定になるなど考えられるため、自宅避難や親類宅の避難を考えています。

自宅避難の場合、水没しない限り、自宅2階で過ごせるよう準備しています。

敷地内テントや車中避難を考えています。その場合、アウトドア用品を活用し車中泊の準備をしましょう。

避難所生活において支援の必要な方はどのようなことを準備しておくといいでしょうか？



ヘルプマーク、ヘルプカードを身につけておきましょう。

いざとなった時に、地域の方に手助けしてもらう必要があるため、地域の活動等にできる限り参加して、地域の方と良好な関係を築いておきましょう。