

# 災害への備え

要援護者の方が遠慮なく援助を申し出られるように普段から地域との交流(コミュニケーション)をお互い持つようにしましょう。

## 災害時要援護者について

高齢者・障がい者・傷病者・妊産婦・乳幼児・児童など、災害時に的確な行動をとりにくい方を「災害時要援護者」といいます。このような方々を災害から守るために、みなさんと協力しましょう。

### ▶ 高齢者・寝たきりの方のために



日頃の備え

- 室内はできるだけ広くして、家具、棚の上に重い物、角のある物を置かない。

災害時には...

- あわてて外へ飛び出さない。
- 本震がおさまっても余震に備えて、家の中の安全な場所に移動する。

介助のポイント

- 緊急の時はおぶって安全な場所まで避難する。
- 複数の介助者で対応する。
- 不安を取り除くように声をかける。

### ▶ 耳が不自由な方のために

避難勧告放送などが耳に入らないため、状況の把握が遅れがちになる場合がある。



日頃の備え

- 日常から筆記用具を携帯しておく。

災害時には...

- メモなどで、正確な情報を周囲の人に聞く。

介助のポイント

- 話をする時は口の開け方をハッキリとし、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。

### ▶ 目が不自由な方のために

よく知っている場所以外では、自力で災害に応じた行動が困難な場合がある。



日頃の備え

- 白杖は必ず手の届く所に置いておく。
- 家具等の配置の変更は本人に必ず伝える。

災害時には...

- 災害発生時には笛などを吹き、居場所を知らせる。
- 周りの人に安全な場所までの誘導を依頼する。

介助のポイント

- 災害時には声をかけ、情報を伝える。
- 誘導する場合は杖を持った方の手には触れず、肘の辺りを軽く持ってもらい半歩前をゆっくり歩く。
- 方向や目の前の位置などは、時計の文字盤の位置を想定して伝える。

### ▶ 肢体が不自由な方のために

からだを動かすことが困難なため、災害に対する的確な行動が制限される場合がある。



日頃の備え

- 室内の安全スペースの確保と、家具等の転倒防止策を十分にする。

災害時には...

- 無理な行動をとることを避けながらも、頭部を座布団や手で守る。
- 車イスは安全な場所に止め、介助者の協力を求める。

介助のポイント

- 階段では2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- 介助者が1人の場合、おぶり紐などを利用し、おぶって避難する。

## わが家の防災メモ

家族で書き込んでおきましょう

わが家の避難場所	家族の集合場所	災害時の緊急連絡先

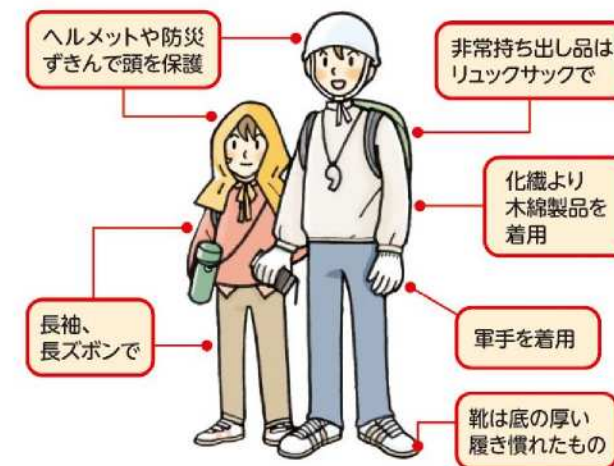
家族の名前	生年月日	血液型	病歴	連絡先
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		
	M・T・S・H 年 月 日	型 Rh (+/-)		

## 緊急時の連絡先

警察	緊急通報 <b>110</b>	消防・救急	緊急通報 <b>119</b>
----	--------------------	-------	--------------------

## 非常持ち出し品を準備する

### ○ 避難時の服装と非常持ち出し品



<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> 衣類・下着類
<input type="checkbox"/> ラジオ+予備電池	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> ビニール袋
<input type="checkbox"/> 貴重品 身分証明書	<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> 救急セット
<input type="checkbox"/> ろうそく、マッチ ライター	<input type="checkbox"/> 毛布・タオル類	<input type="checkbox"/> 防災マップ・地図等

※その他、家庭の状況に応じて常備薬・介護用品・紙おむつ・ミルクなどの用意が必要です。

## 災害用伝言サービス

### 災害用伝言ダイヤル

災害時には安否確認などの電話が殺到し、家族と連絡がとれない場合があります。

そんなときには「171」をダイヤルし、利用案内に従って伝言の録音・再生を行ってください。なお、利用開始や録音件数などの利用条件についてはNTTが決定し、テレビ・ラジオなどを通じてお知らせします。

録音 **171** → **1** → **01466** → [ ] [ ] [ ] [ ]

再生 **171** → **2** → **01466** → [ ] [ ] [ ] [ ]

案内放送が流れます 市外局番(えりも町) 被災地の方の自宅などの電話番号

### 携帯電話災害用伝言版

大規模な災害が発生した場合、携帯電話各社のトップに「災害用伝言版」が追加され、自らの安否状態を登録することが可能になり、登録された伝言は、インターネットや携帯電話などから確認できます。

携帯電話会社アドレス

NTTドコモ	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>
au	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>
ソフトバンク	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp/">http://dengon.softbank.ne.jp/</a>