

2011

障がいのある方を支援する

保護者・支援者のための

地震防災ガイド

(川崎版)

付: 自閉症の人たちのための防災ハンドブック

(社団法人 日本自閉症協会)

神奈川県立高津養護学校

地域ネットワーク推進会議

目次

	頁
1. 災害から自分の身を守るには	1
2. 川崎市災害時要援護者避難支援制度	8
3. 地域における障がいがあるとの交流と支援体制づくり	10
4. 災害発生時の安全の確保	12
5. 安否の確認と避難場所への誘導	13
6. 避難場所では	14
7. 二次避難場所への移動の援助	15
8. 障害のある子どもへの災害時対応	16
9. 災害がおきたときをお願いしたいこと	23





1. 災害から自分の身を守るには(川崎市 HP より)

1) まず身の安全を

命を失ってしまったら、家族、知人、地域の人たちを助けることもできなくなります。地震の揺れは長くても1分間程度ですから、慌てて行動せず、まずは身の安全を確保してください。

●揺れを感じたら、机やテーブルの下に身を隠します。

●キッチンでは、調理中の鍋の中身や食器棚からの食器の飛散、電化製品の落下など意外と危険がいっぱいです。身近な物で落下物から身を守りながら、家具の少ない部屋の安全な場所に移動します。

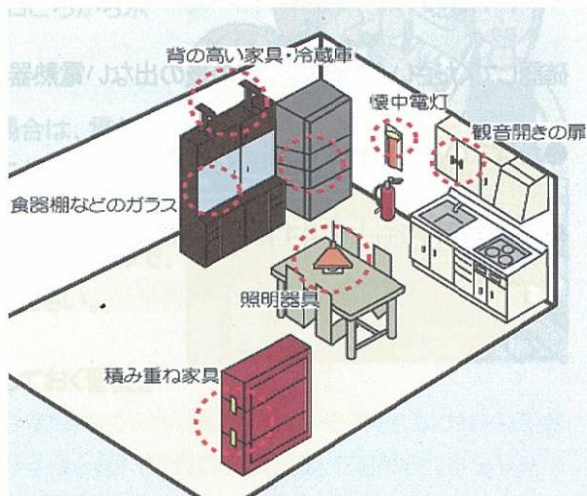
●大きな照明器具がある場合は、頭上に落下してくる危険がありますので、真下からはなれるようにします。

●床や廊下には、食器やガラスの破片が散乱しています。必ず足裏をカバーできるものを履いて注意して歩いてください。



2) 地震に強い部屋作り

日ごろから家具類の配置や転倒防止装置によって、家の中に安全な空間を確保しておきます。落ちると危険な物は棚や家具の上など高い所には置かないようにします。特に睡眠中は地震に対して無防備になります。寝室の対策に重点をおきましょう。



3) 火の始末

地震が起きたら、「まず、火を消す」ことはとても重要なことですが、それは揺れの小さなうちだけです。揺れが大きくなると何もできずに無理に消そうとすると大やけどをすることにもなりかねません。火を消すタイミングに注意してください。

●火を消すチャンスは3度あるといわれています。

①火元の近くにいる場合は、「グラツ」ときたその数秒間

②大きな揺れの時は、消火行動はできないので、揺れが収まってから

③万が一、出火しても1?2分程度ではあまり燃え広がってはいないので、手近にある消火用具で消火



●ガス栓を確実に締めてください。

●揺れを感知して自動消火する器具も数多くありますが、確実に火が消えているかを再確認してください(アイロンなどの炎の出ない電熱器具も忘れずに)

●たばこの火も忘れずに消してください。

●小さな揺れでも火を消す習慣を身につけておきましょう。

4) 出口の確保

地震によって玄関など通常の入口が変形をしまい、そこから外に出られない場合があります。落ち着いて出口を確保してください。

●ドアの変形に備えて、バールなどのこじ開ける道具を用意しておきましょう。

●ドアがだめな場合は、窓などの脱出できる場所を予め確認しておいてください。

●2階以上の建物では、縄はしごなどの脱出するための手段を用意しておく、マンションなどの高い建物では、避難はしごの位置を確認しておくようにしましょう。



5) 水の確保

飲料水の確保も大切ですが、消火する水やトイレなど生活用水も必要となってきます。日ごろから水の確保をしておきましょう。

●マンションなどの高層共同住宅の場合は、電気が止まると受水槽に水を汲み上げることができなくなり、水の確保が困難となります。ただし、受水槽に貯留されている水がある間は水が供給されるので、できるだけ水の確保を行うようにしてください。

●普段からお風呂などに貯め置きをしておく習慣を身につけておきましょう。



6) 外出しているとき 街の中では

ビルからのガラスの破片、看板や壁片など家中とは違い予期せぬものが落ちてきたり、塀が倒れてきたりします。頭部を守りながら、すばやく安全な場所を見つけて避難してください。

●ブロック塀や門柱、自動販売機などには近寄らないようにしてください。

●手持ちのカバンやハンドバックなどで頭部を守り、落下物に備えます(カバンやハンドバックなどは、頭部から拳くらいの隙間をあけて構えてください)。



●垂れ下がった電線には絶対に近寄らないようにしてください。

7) 備蓄品・非常持出品を用意しておこう

災害時に、家が倒壊して避難をするような場合はもちろん、家が無事でも電気、ガス、水道が止まってしまうと、食事、夜間の照明、テレビ・ラジオからの情報の取得などでさまざまな不自由を強いられることにもなります。日ごろから万が一に備えて家族の中で災害時の対応について話し合っておいて、非常持出品を確認しておくようにしておきましょう。

●大規模な災害が発生すると、公の機関がすぐに支援することができません。各家庭で最低3日分の食料を確保しておきましょう。

●家の中にはカップラーメン、乾麺、パックの御飯インスタントラーメンなど意外と食べ物があります。わが家には何日分の食料があるかを確認してみましょう。



●阪神・淡路大震災時には、家庭の中にある次のようなものが役立ちました。

1	懐中電灯	11	使い捨てカイロ
2	食料品	12	カセットコンロ
3	ラップ	13	下着
4	ビニール	14	薬
5	小型ラジオ	15	紙コップ
6	トイレトペーパー	16	飲料水
7	電池	17	アルミ箔
8	ウェットティッシュ	18	紙皿
9	手袋・軍手	19	生理用品
10	小銭	20	帽子

コープこうべ製作「こうべからのメッセージ」より

●季節や家庭の状況により必要な物が違ってきます。家庭の構成を考えて、必要に応じた物を用意するようにしましょう。

※子どもの好きな本やゲーム、おもちゃなどがあるとよいです。

●リュックサックなどに入れて、持ち出しやすい場所に置くようにしてください。

●家族各々が持ち運べる大きさに小分けしたり、最優先で持ち出す物(非常持出品)と二次的に持ち出しても用が足りる物(備蓄品 避難所生活が長引く場合に必要な物など)に分けておいたりしましょう。

8) 緊急連絡カード

家族それぞれで記入のうえ、切り取って定期入れやかばんなどに入れていつも持ち歩きましょう。

緊急連絡カード

家族それぞれで記入のうえ、切り取って定期入れやかばんなどに入れていつも持ち歩きましょう。

緊急連絡カード		避難所となる学校	
氏名	男・女	広域避難場所	
住所	電話	家族が離ればなれになったときの共通連絡先	
生年月日	血液型 RH +	連絡方法	
持病	アレルギー	連絡先	氏名 電話
健康保険証番号	生命保険証番号	住所	
運転免許証番号	パスポート番号	避難先	氏名 本人との関係 電話(会社・学校)
銀行口座番号			

緊急連絡カード		避難所となる学校	
氏名	男・女	広域避難場所	
住所	電話	家族が離ればなれになったときの共通連絡先	
生年月日	血液型 RH +	連絡方法	
持病	アレルギー	連絡先	氏名 電話
健康保険証番号	生命保険証番号	住所	
運転免許証番号	パスポート番号	避難先	氏名 本人との関係 電話(会社・学校)
銀行口座番号			

れんらくカード		ひなんするがっこう	
なまえ	男・女	こういきひなんばしょ	
じゆうしょ	でんわ	かぞひがばなればなれになったとき	
たんじょうび	けん かつ にち けつはまがた RH +	れんらくあきまう	
びょうき	アレルギー	なまえ	でんわ
けんこうほけんしょうばんごう		じゆうしょ	
ぱすぽーとばんごう		なまえ	かぞひのひん
		じゆうしょ	でんわ(かぞひのしやがっこう)

れんらくカード		ひなんするがっこう	
なまえ	男・女	こういきひなんばしょ	
じゆうしょ	でんわ	かぞひがばなればなれになったとき	
たんじょうび	けん かつ にち けつはまがた RH +	れんらくあきまう	
びょうき	アレルギー	なまえ	でんわ
けんこうほけんしょうばんごう		じゆうしょ	
ぱすぽーとばんごう		なまえ	かぞひのひん
		じゆうしょ	でんわ(かぞひのしやがっこう)

折り

切り取り

9) 避難について知っておこう！「避難所」

川崎市内の避難所 (<http://k-map.kikikanri.city.kawasaki.jp/>)

「大地震＝避難」と思っている人が多いようですが、必ずしもそうではありません。自宅で生活が営める場合は、むしろ避難所に行くよりは身体的、精神的にも楽な場合があります。しかし、次のような場合は、速やかに避難してください。

●建物の倒壊、火災の延焼拡大、危険物の流出・漏えいなどによって身の危険を感じたとき。

●町内会・自主防災組織のリーダー等から避難の呼びかけがあったとき。

●市(区役所)の職員、消防職員、警察職員から避難の指示・勧告があったとき。市内の全ての市立小学校、中学校、高等学校及び看護短期大学などを避難所と指定し、どこの町がどこへ避難するかを決めています。

●指定された避難所へ危険で行かれない場合は、安全に行くことのできる最寄りの避難所、公園、空地、広域避難場所などにとりあえず避難してください。

●避難所に避難しなければ、支援を受けられないわけではありません。

●在宅して避難生活をしている人は、市の広報をよく聞いて、指定された避難所等で支援を受けてください。



2. 川崎市災害時要援護者避難支援制度

概要

災害時に、高齢者や障害のある方などが、安全に避難できるよう支援する制度です。

詳細

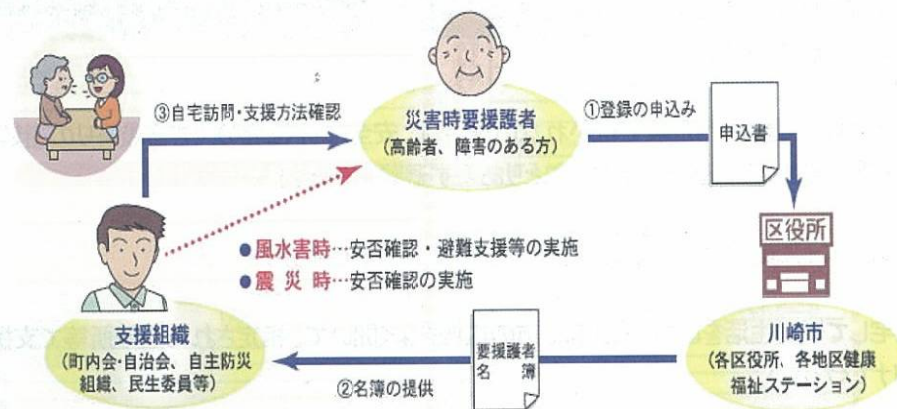
災害時に自力で避難することが困難で、在宅で生活している高齢者や障害のある方など災害時要援護者の方々のうち、地域への情報提供に同意される方々から、名簿登録の申込みをしていただき、地域の支援組織に名簿を提供し、地域において共助による避難支援体制づくりを進める「災害時要援護者避難支援制度」を実施しています。

次の「災害時要援護者避難支援制度のご案内」を御覧いただき、登録を希望される場合は、「災害時要援護者避難支援制度登録申込書」を提出してください。

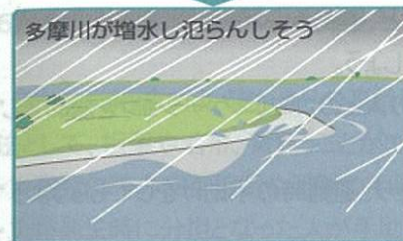
申込書は、川崎市インターネットホームページのほか、区役所窓口でも配布しています。<http://www.city.kawasaki.jp/e-news/info1119/index.html>

お問合せ及び登録申込みは、お住まいの区の区役所・地区健康福祉ステーションの各担当へお願いします。(川崎区役所保健福祉サービス課 044-201-3215)

<制度の流れ>



<災害時の流れ>



3. 地域における障がいがあるとの交流と支援体制づくり

災害発生後、障がいがある方の安否の確認や安全に避難誘導するためには、日頃から地域の人たちと障がいのある方たちが交流し、協力する体制を作ることが必要です。

1) 地域の人との積極的なコミュニケーション

- ・日頃から隣近所や地域の人たちと挨拶を交わすなど、自分から積極的に声をかけ、どのようなことを必要としているのか理解してもらいましょう。
- ・地域における活動などにも積極的に参加し、地域の人とのコミュニケーションを深めましょう。
- ・災害が発生した時にまわりの状況を教えてもらったり、避難時の手助けをしてもらうよう日頃から地域の人に頼みましょう。
- ・消防、病院、行政、手助けをお願いする人などの連絡先(電話番号、FAX 番号など)を確認しましょう。

2) 防災訓練への参加

- ・防災訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておきましょう。
- ・地域住民と一緒に参加することにより、災害時にどのような手助けを必要としているのか理解してもらいましょう。

3) 障がいがある方との積極的なコミュニケーション

- ・日頃から積極的に挨拶をするなど交流を持ちましょう。
- ・町内会の日頃の活動や行事などを通じ、お互いにコミュニケーションを深めましょう。
- ・積極的にボランティア活動に参加するなどして、日頃から近隣に住む高齢者や障害のある人と接する機会を多く持ちましょう。

4) 地域における障がいがある方の把握

・地域のどこに障がいがある方となる人が住んでいるのかを把握することは難しいですが、隣近所の範囲ではどのような人が住んでいるのかを知っている場合があります。プライベートや本人の意志に配慮しながら、町内会や自主防災組織でどのような手助けができるかを日頃から話し合しましょう。

5) 自主防災組織などによる支援

- ・自主防災組織では、寝たきりの高齢者や病人、体の不自由な人の避難を手助けする方法として、担架や毛布、背負うことができる幅の広いひもなどを用意しましょう。
- ・災害発生時の安否確認や避難の手助けなどの役割分担を決めておきましょう。
- ・災害発生時に分担となった人が手助けに行けない場合を考えて、複数の人が手助けできる体制を作っておきましょう。
- ・このような防災対策に町内会や自主防災組織などが取り組んでいることを、地域の人や障がいがある方に知らせておきましょう。

6) 防災訓練への参加

- ・一緒に防災訓練に参加することにより、避難経路や避難場所が確認でき、また避難時に障がいがある方が必要とする手助けを知ることができるので、お互いに声をかけ合って積極的に参加しましょう。
- ・災害発生時、地域住民の側も落ち着いて対応できるよう、防災訓練は繰り返し実施することが大切です。地域で定期的に行うように心がけましょう。
- ・車いすなどを使った防災訓練を行うなど、訓練の内容を工夫しましょう。

4. 災害発生時の安全の確保

災害発生時には、まず自分の身を守り、安全を確保することが必要です。また、まわりの人に助けを求める場合は、自分がどのような手助けを必要としているのかをわかってもらうことが大切です。

1) 室内にいる時に地震が発生した場合

- ・たんすや戸棚など転倒しそうなものから離れましょう。
- ・落下物から身を守るために、座布団など近くにあるもので頭を保護しましょう。
- ・丈夫な机の下などに隠れ、落下物から身を守りましょう。
- ・慌てて外に飛び出て落下物でケガをしないようにしましょう。
- ・揺れがおさまってから、火の始末や出入口の確認をしましょう。

2) 外出している時に地震が発生した場合

- ・落下物から身を守るために、持ち物や両手で頭を保護しましょう。
- ・ブロック塀や自動販売機などの倒れやすいものから離れましょう。

3) 火災が発生した場合

- ・「119番」に通報しましょう。
- ・消火器や消火用水を使用して、初期消火に努めましょう。

4) 障害のある人のために

- ・一人で外出している時に地震が発生したら、自分の身を守る行動やまわりの状況を判断できない場合があるので、周囲の人は慌てた行動でケガをしないよう声をかけて落ち着かせ、安全なところへ誘導しましょう。
- ・家族などの緊急連絡先がわかる場合には、連絡をしてあげましょう。

人と話す心掛

5. 安否の確認と避難場所への誘導

災害発生直後は、周囲の安全に注意をはらいながら、障がいのある方の安否を確認することが必要です。また、避難の指示が出た場合、避難経路の安全を確認しながら、障がいのある方を避難場所へ誘導することが必要です。

1) 障がいのある方の安否の確認

- ・避難していない人の安否を確認し、避難場所へ誘導しましょう。
- ・避難が不要な場合にも、障がいのある方が孤立しないように声をかけましょう。
- ・本人からの申し出があった場合、家族や緊急連絡先などへの連絡に協力しましょう。

2) 避難場所への誘導

- ・まわりの状況や避難の指示などを伝え、避難場所へ誘導しましょう。
- ・知的障害のある人は混乱して落ち着いた行動ができなくなったり、精神障害のある人は、精神が不安定になって判断ができなくなる場合があるので、声をかけて落ち着かせながら誘導しましょう。
- ・外国人や観光客に避難場所を伝え、誘導しましょう。

3) 寝たきりの高齢者のために

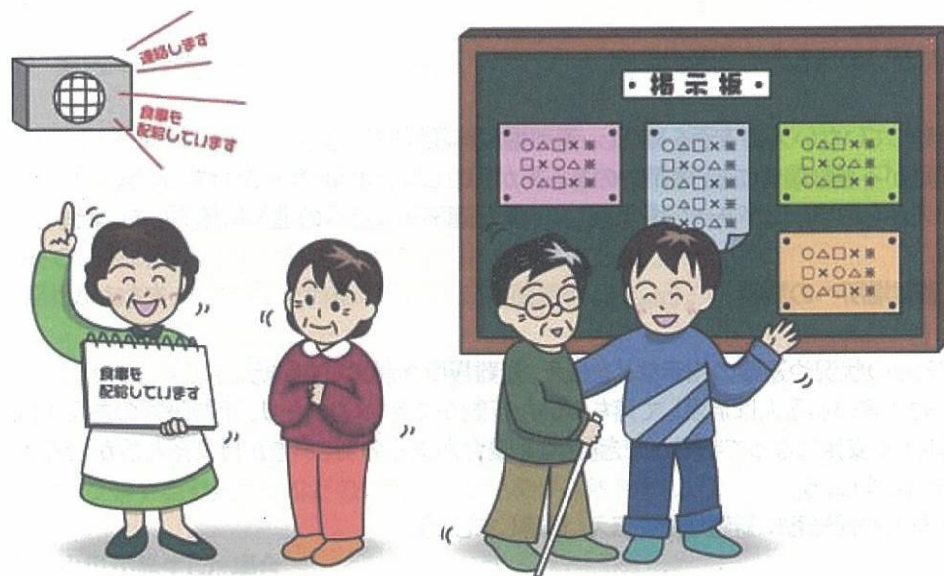
- ・一人での援助が困難な場合は、隣近所や自主防災組織などで協力し、担架や毛布などを使って避難を手伝いましょう。冬道の場合には、ソリなども活用しましょう。

障がいのある方は避難場所での生活でさまざまな手助けを必要としています。できるだけ早く支援体制をつくり、お互いに助け合うことが必要です。



6. 避難場所では

・食料や救援物資などの受け取りが困難な人は、まわりの人に手伝ってもらおうよう頼みましょう。



1) 正しい情報の伝達

・災害に関する情報や連絡事項を伝える時は、放送や口頭連絡による方法と掲示板による方法を併用しましょう。

川崎市では、次の各放送局と放送協定を締結しています。

■ラジオ■ 株式会社アール・エフ・ラジオ日本 AM1422KHz
横浜エフエム放送株式会社 FM84.7MHz
NHK横浜放送局 FM81.9MHz
かわさき市民放送(FM K-City) FM79.1MHz

■テレビ■ NHK(横浜放送局) VHF 1.3ch BS 7.11
株式会社テレビ神奈川 UHF 42ch

■ケーブルテレビ■ イッツコミュニケーションズ 株式会社小田急情報サービス
YOU テレビ株式会社

2) 障がいのある方への声かけ

・障がいのある方は必要としている手助けがさまざまなので、積極的に話しかけたり、手伝いを申し出ましょう。
・日常と違う状況のため精神的に不安にならないように話し相手になるなど、積極的に話しかけましょう。

7. 二次避難場所への移動の援助

・災害発生から3日後には、障がいのある方のための二次避難場所が設置され、そちらに移動することが想定されるので、その際の移動がスムーズに行われるよう積極的に手伝いしましょう。

障がいのある方は慣れない環境で精神的に不安定になり、避難場所での集団生活になじめない場合があるので、本人や家族に対して配慮するよう心がけましょう。



8. 障害のある子どもへの災害時対応の手引き(日本小児科学会HPより)

災害に遭った障害のある子どもへの支援をされている方々に少しでも参考にしていたいただければと考えて作成したものです。内容の多くは、阪神・淡路大震災のときの障害児の実態調査の結果を基にしています。すべての状況に対応しているわけではありませんが、多少でもお役に立てれば幸いです。

1) 身体面の問題への対応

① 頻発症状(嘔吐、発熱、けいれん)

認められやすいのは、発熱と嘔吐です。こうした症状が出やすいことを保護者に説明しておき、症状が出たら早めに医療機関を受診するよう伝えます。てんかん発作がある子どもでは、発作が起こりやすくなることがあります。長い期間抑えられていた発作が災害をきっかけに再発したり、普段よりも多くの発作が起こるようになった場合には、早めに医療機関を受診するよう促しましょう。また、かかりつけの医師にすぐには受診できない場合もあるかもしれませんが、できるだけ障害のある子どものことがわかる医師の受診が望まれます。また、初期に医療機関を受診できても、その後、さまざまな理由で受診が困難になることもあります。親もあわてていることが多いので、受診時には十分に説明を聞き、けいれん止めの座薬(多くの場合はダイアップ座薬)などを含めて、十分な処方してもらえようように支援しましょう。

② 食欲低下

不安が背景にあることが多いので、安心感を与えながら、食べられる物を少量ずつ、頻回に与えます。水分不足にならないように注意します。また、実際の食欲低下ではなく、偏食が激しい自閉症児やきざみ食でない食べられない肢体不自由児が、避難生活の食品を食べられないことで食事量が減少していることがありますので注意が必要です。そのようなときには、子どもが食べられる食品や形態を工夫できないか、検討してみます。

③ 体重減少・増加

食欲低下、あるいは、摂食量低下により体重減少が起こりやすくなります。こうした体重減少は、程度がひどくない限り、生活状況の改善により回復していきますので、様子を見ているだけでよいでしょう。体重が普段の10%以上減少するようでしたら、医療機関に相談します。

一方、ストレスによる過食や避難生活での自由な摂食・間食状況のため、避難生活が長引くと、体重増加傾向が見られるようになってきます。知的障害児や自閉症児でその傾

向が多いようです。食事・間食を子どもだけで自由に食べられるような環境にならないようにする、子どもが身体を動かすような工夫をする、ボランティアに子どもの運動の相手を依頼する、などの対応を考えます。

④ 排泄の失敗・夜尿

なれない避難生活や劣悪なトイレ環境などによる排泄習慣の乱れや、不安を背景とした頻尿により、排泄の失敗や夜尿が見られることがあります。叱責をせず、様子を見てトイレに連れて行く、本人が安心できるトイレを探しておく、夜間起こしてトイレに連れて行く、などの対応を考えるとよいでしょう。本人の不安を受け入れて、受容的に対応していれば、多くは生活状況の回復とともに改善していきます。

⑤ 運動技能低下による外傷の増加

避難生活では身体を動かす機会が少なくなるため、子どもの運動技能が低下し、日常のちょっとした動作や運動で、転びやすくなったり、あるいは、足首をくじいたりなどをしやすくなります。そうした危険があることを家族や学校の先生に説明し、運動の前にはストレッチや準備運動をすることを勧めます。

⑥ 風邪などのありふれた病気の重症化(風邪から肺炎になりやすいなど)

ストレスによる身体の抵抗力の低下により、普段なら4、5日で治ってしまう風邪や胃腸炎などが長引きやすく、また、肺炎など、重症になりやすくなる場合があります。風邪と思っても、症状が軽いうちに医療機関を受診する、普段より症状が長引いていると感じたらすぐに医療機関を受診する、などの配慮を家族に説明します。

⑦ その他

阪神・淡路大震災の時には、震災後、聴力障害が進んだ難聴児がいました。具体的な原因は不明ですが、聴力障害に限らず、本来の障害が増強することがないか、ときどき留意するようにするとよいでしょう。

⑧ 時期についての注意

外傷の増加、体調不良、病気の重症化、障害の増強などが、災害から1ヶ月以上過ぎてから出現してくることも珍しくありません。災害から2ヶ月以内は、普段よりも健康状態に注意するように家族に説明します。

2) 心理・行動面の問題への対応

① 生活リズムの乱れ

避難生活は、大人的生活リズムさえ乱すものです。ましてや、障害のある子どもで生活リズムが混乱することは、決しておかしいことはありません。まず、そのことを家族や周囲の人に説明します。可能な範囲で、ボランティアや手が空いている人が交替で、日中、子どもの相手をし、避難生活における日課のようなものを考えてあげます。毎日、決まった時間に、散歩をするなどでもよいでしょう。

② 依頼行動の増加

阪神・淡路大震災の後、支援活動の中で、子ども達が世話をよく見てもらったために、かえって、何でも人に頼むようになってしまったことが指摘されています。ボランティアや周囲の人が、過度に世話をしてしまわないような配慮が必要とされます。その子どもが自分でできることを家族から聞き、そうした行動に関しては、励ましと賞賛で、子どもが一人でやるように促していくとよいでしょう。しかし、不安が高まり依存的になることもあります。そのような場合は、少し甘やかせる感じの対応もよいです。頼みごとを一緒に解決するのもいいです。長く続くことはないので、甘えさせても大丈夫です。

③ 落ち着きがない(多動、興奮、集中力低下)

災害との遭遇、地震の場合は繰り返される余震、日常と違う生活状況など、こうしたことにより、子ども達は大きな不安状態にあるのが普通です。知的障害児や自閉症児では、状況の理解困難のため、そうした不安が強くなりやすいことがあります。

ことばの理解がある子どもでは、まず、子どもの不安な気持ちをことばで言ってあげます(「落ち着かないんだよね」、「イライラするんだよね」など)。

次いで、「今はもう大丈夫なんだよ」、「お父さんが(先生が)ちゃんと見てるから大丈夫だよ」など、今はもう心配しなくてよい、今は安心してよいという安心感の保障をします。そして、「でも、イライラするから散歩してこよう」など、その場から物理的に少し離れて身体を動かすことに子どもを誘います。

ことばが理解できない子どもでは、落ち着かなくなりそうな気配があるとき、あるいは、普段落ち着いているときに、穏やかに話しかけながら、身体を優しくなでてあげる、手をつなぐなどして、今は大丈夫、安心できる状況であることを、子どもに身体で感じられるようにしてあげるとよいでしょう。

④ パニック

突然、大声を出したり興奮してしまうパニックは、自閉症児によく認められるものです。自閉症児は、普段と違う状況に対して敏感で不安が強くなる特性があります。災害、避難生活は、まさしく非日常ですから、自閉症児がパニックを起こすことは、極端にいえば当然

のこととさえ言えるでしょう。避難生活で子どもがパニックを起こすと、保護者は、周囲へ気を遣い、その心労はかなりなものになります。この行動自体は当然の反応であることを親が理解するだけでなく、周囲の人へも理解してもらえよう、保護者の了解を取って、周囲の人へ説明してあげるのもよいでしょう。

対応は、『落ち着きがない』問題への対応と同じことを行います。その他、「災害があっても今はお家と違う所にいるけれども、これは、特別なんだよ」など、避難生活がいつもと違うことの原因や、毎日の生活の予定などを、子どもが理解できる範囲で子どもに繰り返し説明してあげるのもよいでしょう。なお、パニックそのものに対しては、それを無理に抑えようとする対応は、逆効果になることが多いので、本人の気持ちをなだめるようなことばかけを行いながら、ともかく、その場から危なくない違う場に離し、あとは落ち着くまで放置しておくのがよいでしょう。一人の空間と時間も必要です。

⑤ 活動性低下、無気力

大きなストレスにぶつかったときの基本的な症状は、不安とうつ状態です。障害児は、自分では何がどうなったか分からないまま、混沌とした状況に投げ出され、無気力状態になることがあります。無理に動かそうとせず、まず、穏やかな話しかけや室内でできる本人が好きな活動へ誘うなどして、少しずつ、活動性をあげる、日常性に近い行動を取り入れる、ように心がけていきます。

⑥ 夜寝ない・夜騒ぐ

慣れない避難生活や不安のため、不眠になることは珍しくありません。また、自閉症児では、もともと、睡眠リズムが崩れやすい傾向がありますので、夜寝ないで奇声を上げる、徘徊するなどの行動が見られることもあります。もし、ボランティアなどの手があるようでしたら、外に連れ出し、20分程度でも散歩したり、好きにさせて見てあげるとよいでしょう。あるいは、避難所の中に、他の人にあまり迷惑をかけずに子どもがいられる場所を確保し、そこに連れて行って好きにさせておくのもよいかもしれません。子どもが好きな事柄で、音があまりしないような活動や遊びを用意しておき、それをさせるのも一つの方法です。

⑦ 奇声・独り言

自閉症児がストレス状況にあるとき、奇声がよく認められます。無理に抑えようと、たいがい逆効果になってしまいます。独り言は、何もすることがなく手持ちぶさたの時にやすくなります。奇声・独り言自体は、子どもの不安や手持ちぶさたの現れであり、うるさいということを除けば実害はないものです。少なくとも、日中は可能な限り何も言わないでおき、夜だけ軽く注意する程度にし、周囲の人の理解を得るようにします。自閉症児の問題行動

は、場に依存する傾向がありますので、日中、声を出してもあまり迷惑がかからない場所で大声を出させ、声を出してよい場所と出さない場所を区別させるようにするのもいいかもしれません。

⑧ こだわり増強

こだわりは、不安や緊張感が強いときに強くなります。こだわりについては、理屈で納得させることは困難ですが、『落ち着きがない』問題への対応と同じ対応が有効なこともあります。特に、こだわり行動の初期に、子どもがどうしても気になってしまう気持ちを受け入れるようなことばかけをすることは有効なことが少なくありません。

⑨ 徘徊

不安や手持ちぶさたの現れです。日中、よく身体を動かさせる、ことばかけやスキンシップで子どもの安心感を保障するなどの対応を行います。子供をホットおかないようにしましょう。

⑩ 行動停止

自閉症児が混乱したときに、時に認められます。何かの動作をしている途中で、じっと固まって動かなくなってしまうことをいいます。少し様子を見て、動かないようでしたら、ことばかけと肩たたきや軽く身体を押してあげるなどの働きかけで次の行動を促します。

⑪ 自傷・他傷

混乱した生活状況の中で、注意・叱責が多い場合、ときに自傷や他傷などの攻撃的な行動が見られることがあります。もし、不適切な係わり状況があるようでしたら、保護者や周囲の人を責めることはしないで、今の子どもにとってはその対応は合っていないのかもしれないからという理由を付けて、適切な対応を助言するようにします。自傷・他傷行為そのものに対しては、その場から他の場所へ連れて行き少し離れて見守る、年少児でしたら毛布等でくるんでギュッと抱きしめる、などの対応もよいでしょう。

⑫ 薬物対応

心理・行動面の問題のいずれも、周囲からの対応ではなかなか治まらず、避難所生活に支障をきたすような場合には、薬物の使用も考えることとなります。精神科の医師への相談を行います。

⑬ 周囲の理解を求める

みんなが耐えている避難所生活の中で、障害のある子どもの特性を理解してもらうことは、

実際には困難なことが多いでしょう。それでも、その子どもの周囲にいる人達には、保護者の了解の下、可能な範囲でその子どもの特性を説明し、理解を求める働きかけは大切です。そうした対応で、一人でもその子どもと家族の理解者ができれば、それだけ家族の人の心理的負担を軽くすることができるからです。

3) 学校の重要性

障害のある子どもに限らず、子ども達にとって学校の持つ重要性はいくら強調してもし過ぎることはありません。

① 学校再開まで

学校が再開できる物理的条件が整うまでは、教師による家庭訪問での子どもへの対応、避難所周辺での出張授業などを、可能な範囲で行うようにします。

② 学校再開以降

学校が再開された後は、次のようなことに留意します。

(1) 通学への配慮

安全な通学ルートを検討して選定します。また、登下校時は、教員や保護者が交替で要所に立つなどして、登下校時の不祥事に備えます。

(2) 運動・体育授業中の外傷の増加

身体面の問題でも述べたように、日常生活が再開されてしばらくの間、ちょっとした怪我をしやすい状態があります。運動前の準備体操を充分にやるとともに、再開後1か月くらいは、思いっきり遊ぶのはいいですが、あまり激しい運動などは行わないようにするとよいでしょう。

(3) 授業中の落ち着きのなさ

学校が始まったことのうれしさ、非日常が続いていることの落ち着きのなさや一種の高揚感などにより、教室は、しばらくは騒々しく落ち着かない雰囲気になることが少なくありません。一時的なことであることがほとんどですので、授業内容や要求水準を変更し、短時間で内容の切り替えを行う、身体を動かす課題を増やすなどして対応していくとよいでしょう。地震についての話し合いをするのも一つです。

(4) 指示待ち行動増加・次の行動に移れない

避難生活での放置・受動的な活動状況の影響もあり、学校再開後も、すぐには自発的な行動が出ない場合が見られることがあります。前に一人でできていたことでも、ある程度手を出してあげ、少しずつ本人にやらせるようにしてならしていくのがよいでしょう。

(5) 給食を食べない

避難生活における自由で好き勝手な食事体験から、給食を食べなくなる場合があります。

無理強いせず、励ましながら少しずつ食べるように促すという対応でよいでしょう。

(6)行事の後の体調不良増加

阪神・淡路大震災のとき、震災から数ヶ月経った頃に宿泊学習を行ったところ、熱発した子どもが普段の3倍になり、行事後の欠席も多かったということが報告されています。ある程度落ち着いたように見えても、抵抗力が普段の程度までは回復していない子どもが多いことが推測されます。行事を行うときには、平年よりもプログラムやスケジュールは負担が少ないものにする、対処医薬品を大目に持参するなどの配慮がされるとよいでしょう。

4) 保護者への支援

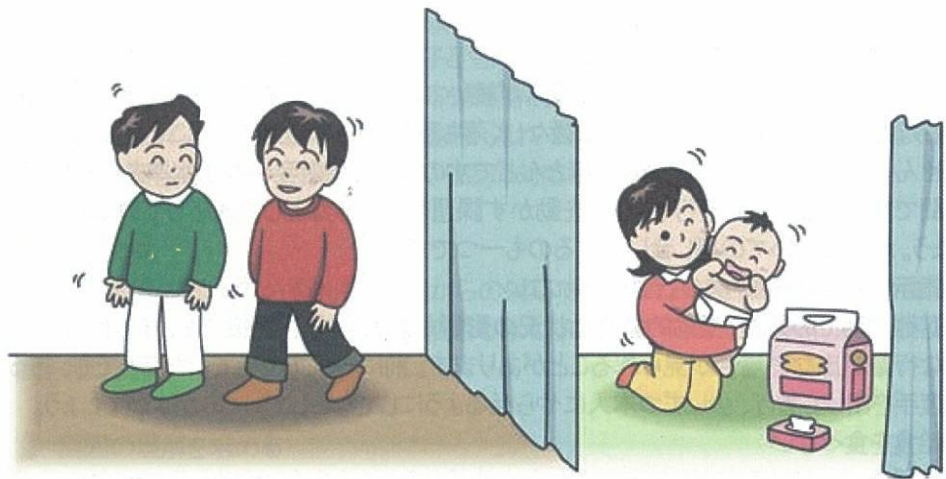
障害のある子どもを抱えての避難生活は、自分達の生活の大変さの他に、子どもが起こすさまざまな問題行動で周囲へ迷惑をかけているという心理的負担感もあり、保護者のストレスはかなりのものがあります。そうした保護者の心情を理解し、物理的、精神的支援を考えるとよいでしょう。

①物理的支援

障害児がいると、その世話や目が離せないということもあり、保護者が食料をもらいに行ったり、自宅の片づけに行くことができにくいということがあります。一定時間、障害児を見てあげる、家族の代わりに支援物質を取りに行く、などの支援を考えてあげるとよいでしょう。

②精神的支援

保護者の思いをとにかく聞いてあげ、その大変さへの共感性を示すことです。定期的に、できれば同じ人が話を聞くために訪問するようになるとよいでしょう。



災害がおきたときに お願いしたいこと

横浜市社会福祉協議会



災害が起きた時…

障害のある人たちは
避難場所で過ごせるか
とても不安です



言葉を理解したり 使うことが苦手な人もいますが…

絵や記号、写真等を使えば
意味を理解できる人や
コミュニケーションを
とれる人もいます



キョロキョロしたり、 困っているような人がいたら…

- 声をかけてください
- 具体的にゆっくりと
伝わっているか確かめながら
訊ねてみてください



抽象的な言葉は 理解できないことがあります



具体的に伝えてください



並ぶことや待つことが 苦手な人がいたら…

並んで待つことが難しい人もいます



- 列の後ろへ案内して
「ここに並んでください」と伝えるなど
具体的な行動を示してください



気になる行動をしている人がいたら…

刺激に対する過敏さ



強い不安

- ・人混み
- ・まぶしい光
- ・大きな声や音
- ・その他

- ・大きな声
- ・手を打ち続ける
- ・自分を叩く…など



- しばらくは静かに見守ってください
- 静かな場所に移動して
落ち着くまで見守ってください



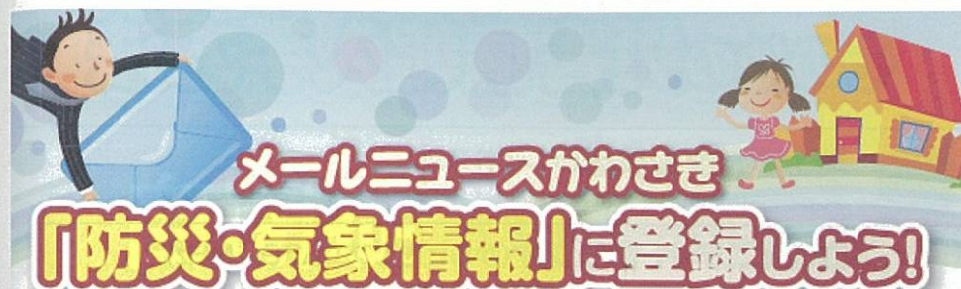
大声で叱ったり 身体に触って静止するのは逆効果です

- × 大声で叱る
- × 突然
- × 身体に触る



通路を確保してください

通路が狭かったり
段差があると
身動きがとれないことも
あります



川崎市では、**新型インフルエンザ情報**をはじめとする市に関する**緊急情報**や**地震情報**、**気象警報・注意報**、**天気予報**、**光化学スモッグ情報**等をメールで配信しています。
災害時にもすぐ大切なのは、正確な情報を早く知り、適切に判断して行動することです。
ぜひ、この機会に登録し、災害に備えましょう。

登録方法

1



次のメールアドレスに携帯電話又はパソコンから空メール(※)をお送りください。または、QRコードの読み取り機能がある携帯電話で右記のQRコードを読み取ってください。



QRコード

携帯電話の場合
mailnews-m@k-mail.city.kawasaki.jp
パソコンの場合
mailnews@k-mail.city.kawasaki.jp

※空メールとは?
「からめーる」と読みます。タイトル、本文に何も書かずに送るメールのことです。

2

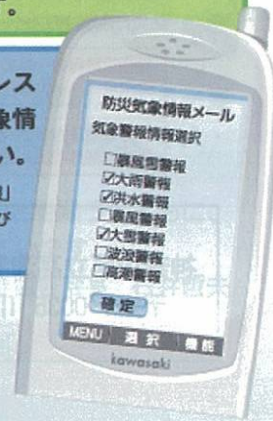


登録用のホームページアドレス(URL)を記載したメールが返信されます。

3

<http://www.kawasaki-city.jp/mailnews/>

登録用のホームページアドレス(URL)にアクセスし「防災気象情報」を選択して登録してください。「防災気象情報」のほか、「防犯・交通安全情報」や「消防活動情報」などの配信メニューも選べいただけます。



御利用上の注意

- ① 情報配信料は無料ですが、通話料(パケット料金)は本サービス登録者の負担となります。
- ② ドメイン指定受信等の迷惑メール対策を設定している場合、当サービスが利用できない場合があります。あらかじめ @k-mail.city.kawasaki.jp 及び @k-mail.kikikanri.city.kawasaki.jp が受信できるよう設定の確認をお願いします。
- ③ URLリンク付メールの受信拒否を設定している場合は、解除してください。

他の災害情報入手方法

地上デジタル放送(テレビ神奈川)

テレビ神奈川(tvk)の地上デジタル放送(3ch)のデータ放送で災害情報や気象情報などを見ることができます。

コミュニティFMラジオ(かわさきエフエム79.1MHz)

特時に市からの緊急割込み放送が行われるほか、災害情報や市民の安否情報、ライフライン情報などが放送されます。

川崎市ホームページ

災害情報ポータルサイト/川崎市防災気象情報

「川崎市ホームページ」のトップ画面に緊急情報を割込み表示します。

<http://www.city.kawasaki.jp/>

「ポータルサイト」では、災害に関する緊急情報や被害情報、提供しています。

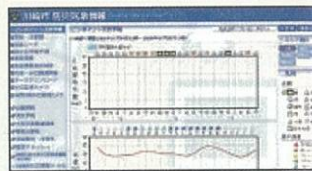
<http://portal.kikikanri.city.kawasaki.jp/>
「ポータルサイト」> クイックリンク「川崎市防災情報ポータルサイト」

<http://portal.kikikanri.city.kawasaki.jp/m/>
「ポータルサイト」> 「防災情報」> 「川崎市防災情報ポータルサイト」

「気象情報」では、川崎市に関する気象情報や雨量、提供しています。

<http://kishou.kikikanri.city.kawasaki.jp/>
「ポータルサイト」> クイックリンク「川崎市防災気象情報」

<http://kishou.kikikanri.city.kawasaki.jp/m/>
「ポータルサイト」> 「防災情報」> 「川崎市防災情報ポータルサイト」



防災行政無線

市内の避難所、広域避難場所、急傾斜地などに設置されているスピーカーから、災害時には緊急情報を流します。

防災テレホンサービス

防災行政無線のスピーカーから流した内容を電話で確認することができます。

※神奈川県内の一般の加入電話、
※家電話、一部のIP電話

0120-910-174

無料

※携帯電話、PHS、一部のIP電話、
※神奈川県外の加入電話

044-245-8870

通常の通話料金
のみがかかります

<編集・発行>

川県立高津養護学校 たかつ地域ネットワーク推進会議事務局

自閉症の人たちのための

防災ハンドブック

— 支援をする方へ —

理解から支援へ

地震など、災害の多い我が国は、そのたびに高齢者や障害児者や乳幼児など保護が必要な人たちや、その家族・支援者(施設職員など)を含めて被災状況は深刻です。なかでも、自閉症の人は、とっさに人と気持ちを交わすことが難しく、災害時、突発的な状況の急変を読み取れません。

このように自分の身の処し方が分からない状況におかれるので、その被害は心身ともに非常に大きいと考えられます。

災害が多発している昨今、日本自閉症協会では早急に対策をたてる必要を痛感し、専門家の協力を得て、防災ハンドブック「支援者向け」、「本人・家族向け」の2冊を出版することになりました。

いざというとき、この冊子が災害時の支援に役立つことを願うとともに、日頃の自閉症の人の支援にも力を発揮することを信じています。

目次

まえがき — 理解から支援へ

だれにでも安心な街づくりを 1

自閉症への理解を 2

災害時、救助にあたる方へ

安否確認に気をつけて 4

「要援護者名簿」と地域の助け合いで 5

気をつけていただきたいこと(ケガや病気、パニック) 6

災害によるPTSD(外傷後ストレス障害)に注意 7

避難所では

本人・家族へ支援していただきたいこと 8

避難所に専門スタッフとして入って 9

具体的な生活の配慮を 10

福祉避難所が必要 11

就労している自閉症の人に配慮を — 就労先の方へ 11

避難所に行けない人たちもいます 12

やむを得ず車中泊 12

災害時の会員ネットワーク作りの提案 13

災害の現場からQ&A 14

復興に向けて — 本人の環境を一日も早く日常に戻すこと 20

自閉症の人と家族への心の支援を 21

防災教育・防災訓練を — 関係機関と力を合わせて 22

阪神・淡路大震災を経験して — 日常の活動が全てを決める 23

あとがき 24

チェックシートを活用しましょう

監修 石井哲夫(社団法人日本自閉症協会 会長)

だれにでも安心な街づくりを —自閉症の人と共に—

「障害者は街づくりの先導者」

阪神・淡路大震災や新潟県中越大地震のような直下型地震の被害者の皆さんは、被災の瞬間になにが起きたか分からず、適切に対処することが極端に困難だったと伝えています。防災の基本は、一人ひとりが災害を理解して適切な判断をすることです。

しかしながら、地域には、一人では災害に対処する力のない「要援護者」がたくさんいます。なかでも、置かれた状況を理解できず、コミュニケーションもうまくとれない自閉症の人たちは、一番大変です。

障害がある人々の情報アクセスを支援する立場で、防災の問題を研究してきた私の経験から、次のことが最も重要だと考えます。

一つは、伝えたいことがうまく伝わらず、必要な情報がうまく届かない自閉症の人々の困難を、地域のだれもが理解できるように配慮した「災害マニュアル作り」です。もう一つは、本人も参加する地域での「防災訓練」です。

これは、自閉症の人自身の防災力を高めるとともに、地域の防災計画や訓練で見逃しがちな不備を、実践的に点検する機会を与え、地域のすべての人の安全を確保するための防災力向上に大きく寄与します。

そのような意味で、災害に対処することの一番難しい自閉症の人たちの防災力を高めることが、その街の安全を高めることにつながり、自閉症の人でも街づくりの先導者になれるのです。

自閉症の人が安心して暮らせる街は、だれにでも安心な街です。

河村 宏

デージーコンソーシアム会長
NPO 支援技術開発機構 副理事長
前国立身体障害者リハビリテーションセンター研究所 障害福祉研究部長

自閉症への理解を

自閉症の人には、知的障害のある人もない人もいます。以下のような自閉症の特徴から、災害時には、特に適切な支援を必要とします。

■ 危険が分からない — 想像力が弱い



- 先の見通しや、待つことが難しい
- 場の雰囲気を読むことも苦手
- 災害の怖さや避難の必要性が、なかなか理解できない

■ いつもと違う状況で不安になる

— こだわりと興味の狭さ・変化に対する不安や抵抗

- スケジュールの変更や場所が違くと落ち着きがなくなる
- 避難所などでの生活になじめない



■ 困っていることが伝えられない

— コミュニケーションの困難さ



- 話し言葉がない人もいる
- 声をかけても反応しなかったり、「オウム返し」だったりする
- 一斉に伝えるだけでなく、個別の声かけが必要
- 災害時の安否確認などでは特に注意

■ 痛みに平気だったりするので、ケガに注意

— 感覚の過敏・感覚の鈍さ

- 大きな声におびえる
- 子どもの泣き声で耳をふさぐ
- 体に急に触られることを嫌う



こんなことに
気がつけて

- ・ 一斉に伝えるだけでなく、本人に個別に声かけを
- ・ 指示や予定は明確に
- ・ 否定的な言葉でなく肯定的に（走っちゃだめ→歩こうね）
- ・ 大声で叱ったりするのは逆効果
- ・ 興奮したときはその場から離して気持ちを鎮める

■ 避難所生活になじめない — 対人関係の困難さ



- 人と上手に関わることができにくい
- 集団行動がとりにくい

一見、障害があるようには見えなくても 災害時には支援が必要な人たちがいます

— 知的障害がないといわれている高機能自閉症、アスペルガー症候群の人たちも自閉症の特徴をもっています。言葉が分かっているように見えてもコミュニケーションや対人関係、生活上の困難さがあります。災害時には適切な支援をお願いします。



自閉症の人には、毎日が災害のようなものです

例えば通学途中で電車が止まったり、雑踏で家族とはぐれたりすることも自閉症の人にとっては災害なのです。

災害時、一番被害にあい、取り残されるのは自閉症の人たちです。そのためには、日頃からの適切な支援と安全ネットワークが必要です。

災害時、救助にあたる方へ

公共機関の皆様へ

「制服」や「腕章」は、
安心につながります

警察、消防、自衛隊、
電車・バス、郵便局の方たち

地域の方たちへ

頼りにしています

日頃から身近な存在のご近所や
民生委員の方たち

次のことをお願いします

■ 安否確認



- 家の中にひとり取り残されていないか声かけを
- 声をかけても反応しない人もいるので、反応がなくても、いま一度確認を

■ 誘導

- 駅や電車・バスの中でどうしていいかわからず、不安になっている自閉症の人をみたら、駅員さんや警察などに連絡を
- 危険のないところに誘導して、ケガの状況などを確認



■ 連絡

- 連絡先は、本人が持っている「連絡カード」「身分証明書」「サポートブック」(P18参照)などで確認を(衣服や持ち物に名前が書いてある人もいます)

■ 保護



- 迎えが来るまで保護、または避難所への誘導を
- 誘導にあたっては、地図などを使って具体的な指示を

「要援護者名簿」と地域の助け合いで

■ 要援護者名簿で安否確認を

柏崎市西山町(旧西山町)では、「個人情報と生命、どちらが大事ですか?」のキャッチフレーズで、要援護者を民生委員、町会長が100%把握していました。また、日頃のつきあいでお互いを良く知っているという利点もあって、2007年新潟県中越沖地震で被災したその日のうちに全員の安否確認ができました(要援護者名簿に登録したことが、うまくいった例です——出版部注)。(柏崎市西山町事務所に取材)

■ 見守ってくれてありがとう——ご近所の付き合いが一番

2004年新潟県中越大地震発生直後に、まず手を差し伸べてくれたのは近所の方でした。中学生と自閉症の小学生のきょうだいを家に残して、お母さんはスーパーに買い物に行っていました。とるものもとりあえず帰宅したところ、普段から付合っている近所の方が子どもたちを助け出し、避難所の公園で毛布をかけてくれていたのです。普段からの向う三軒両隣の付き合いが一番だとつくづく思いました。(新潟自閉症協会 坂内正文)

■ こんなサポートがあったら——地下鉄事故で

2007年都営地下鉄大江戸線の停電事故の際、知的障害の青年(37歳)をさりげなくサポートされた方がいました。その方は、動かない電車の中でとまどっていた青年を、JRの駅まで一緒に歩き、電車に乗せてくれたそうです。お母さんのお礼の電話に、その方は「たまたま、そばにいただけ」と言われたとのこと。緊急時こそ、このような方が一人でも多くいてくださると安心です。(朝日新聞の投書欄から)

チェックシート

- 要援護者名簿はありますか
- 家の中にひとり取り残されていませんか
- 電車やバスで不安そうな人がいたら誘導を
- ケガはないか、健康状態の確認を
- 連絡先の確認を
- 家や学校、所属先に安否の連絡を

特に気をつけていただきたいこと

【ケガや病気が疑われる場合】

ケガや痛みを伝えられない人もいます。また痛みにも鈍感な人もいます。ケガをしていないかどうか、よくみてください

- 骨折や腹膜炎を起こしていても普通に動いている人もいるので注意を
- 自閉症の人には、てんかん発作がある人もいますので、発作と思われたら、あわてず、安全を確保
- 病気の治療をしている人（服薬や透析中の人）もいるので注意を

本人が薬や「おくすり手帳」を持ってないか確認を



- 「頭が痛いですが」など本人の体の部位を指しながら聞くと、分かる人もいます
- カットバンを渡すと痛いところに貼る人がいます

【パニック状態になった場合】

急に大きな混乱（パニック）をみせる時がありますが、それは不安の現れです

本人は説明できないため原因がすぐに分からないかもしれません

- 緊急の場合は、「大丈夫だよ」と声をかけ、安全な場所に移動させる
- 安全な場所では、無理に抑えつけず、落ちつくまで見守る
- 興味を切り替えられるようなものをすすめてみるのも一つの方法（例えば飲み物、食べ物、ゲームなど）
- 自閉症の分かる専門スタッフに対応を頼む（例えば特別支援学校・学級、自閉症施設、発達障害者支援センターなどの職員等）

チェックシート

- ケガをしていませんか
- ガラスでの切り傷や、打撲はありませんか
- 「おくすり手帳」を確認しましたか

災害によるPTSD（外傷後ストレス障害）に注意

■ 災害時の情緒的反応のひとつに「外傷後ストレス障害（PTSD）」があります

非常に強い恐怖・驚愕・絶望を伴う体験をした後に起こる特徴的な症状であり、体験後数週間から数年にわたって持続したり、数ヵ月以上たつてから症状が現れることもあります。子どもに見られるPTSDの症状は次の3つです。

- ① 恐怖体験を思い出して混乱する（フラッシュバック）
- ② 反応が低下する——災害の恐怖体験を避けるため、人との接触を嫌い、まわりの人に反応しなくなる
- ③ 覚醒レベルが上昇する——恐怖が沸き起こり落ち着かなくなりイライラし、情緒不安定になる



■ 子どものPTSDへの対応

● 乳幼児への対応

- ① 言葉かけ、抱きしめるなど身体的な接触を行い安心感を与える
- ② 温かい飲み物を与え、安心して眠れるように配慮
- ③ 自由に遊べる場を用意し情緒的解放を図る
- ④ 子どもの体験を十分に聞いてやる
- ⑤ 恐怖の体験を思い出してパニックになったら「今は大丈夫」と時間をかけて分かりやすく説明

● 小学生への対応

- ① 勇気づける
- ② 手伝えることは手伝わせ、自分が役立っていることを自覚させる
- ③ 気がかりなことを話しあい、災害時と今は異なることを自覚させる
- ④ 友だち・仲間とよく遊ぶ
- ⑤ ペット・玩具を失った悲しみについては十分に聞いてやり、誰でも悲しいのだということを伝える
- ⑥ 災害についての質問には真剣に答える

『教職員のための防災事典』第7章災害と子供のメンタルヘルス(山崎晃資)より抜粋

「自閉症の人と家族への心の支援を」(P21)も参照

避難所では

本人・家族へ支援していただきたいこと

- 福祉避難所の設置と周知を
- 被災障害者相談センターの設置を
- 自閉症支援専門スタッフの配置を

【自閉症の人が避難所に行けないのは…】

- いつもと違った場所、騒がしい音など様々な刺激が苦手
- まわりの状況や他人の気持ち、特に「暗黙の了解」が理解しにくい
 - 例えば、被災時に、避難所で、
 - 「共同生活なので譲り合いながら、お互いの迷惑にならないように、みんな我慢している」
 - 「具合が悪くて寝ている人がいるから静かにしなくてはいけない」などが分かりにくい

そのため、本人にも家族にも負担がかかり、家族も遠慮して、避難所へ行くことができず、壊れた家・車の中で過ごさざるを得ない人もいます

トラブルの例

- 走り回る
- 急に走り出す
- 大声を出す
- その場にそぐわない発言で相手を怒らせる
- 環境が変わり、夜、眠れず騒ぐ



具体的な支援の方法は「Q&A」(P14~P19)とP7・P21を参照

避難所に専門スタッフとして入って

2007年新潟県中越沖地震の時、ヘルパー2名と地震の翌日の夜に柏崎市入り。設置された「被災障害者相談センター」の相談員として活動しました。その際感じたことを以下に整理してみます。

- 安否確認にあたっては、障害別要援護者リストの中に発達障害者のリストは無く、自閉症の人の有無は分かりませんし、何らかの障害者手帳を所持していなければ、存在自体、リストにのりません。
 - 今後、必要な対策：
 - ① 要援護者名簿に発達障害者リストを加える
 - ② 「サポートブック」など、本人の特徴が分かるものを常時携帯する
- 避難所を十数ヵ所廻ったが、自閉症児はたった1人。避難所を敬遠せざるを得なかったと実感。
- 避難所では、音・温度・照明・空間の調整は難しい。また、遊戯・睡眠の時間設定の困難等から、自閉症者の避難所の雑居利用は極めて困難。避難できない場合でも、コミュニティセンターが町内レベルで要援護者を具体的に把握している所もあり、日頃の地域との関係の大切さを実感。
- 自閉症の家族は、とくに緊張の連続で、疲れが後日出てくるようだ。小さなことでも遠慮せず、初めから相談センター等に支援を求めてほしい。
- 短期入所・日中一時利用が可能でも、復興支援渋滞で送迎が難しく、利用できない人もいた。行動援護ヘルパーを以前から利用していた人は、仮設入浴や外出など利用できていた。

(社福・新潟太陽福祉会 坂井 賢)

チェックシート

- あなたの地域には福祉避難所がありますか
- その場所を本人や支援者に知らせていますか
- 被災障害者相談センターの設置を計画していますか
- 自閉症支援専門スタッフ(腕章などの目印)を配置する計画がありますか

具体的な生活の配慮を

わがままではなく、障害の特性であることを理解してください

■ 座布団や椅子などで居場所を設定 パーティション(間仕切り)の設置

大勢のなかでは混乱する人がいます
居場所をわかりやすく指示



■ 簡易式トイレや、洋式便座を用意

こだわりがあって、洋式トイレしか
使えない人もいます

■ 食べ物への配慮

感覚過敏のため、特定の食べ物しか
食べられない人がいます



■ 物資は、個別に配給を

順番を守るといことが、なかなか
分かりません
子どもを一人にしておけないので、
家族は取りに行けないこともあります

■ 入浴の付き添いを

同性の方、ボランティアを
お願いします



■ 情報の連絡も直接本人・家族に

本人や家族に直接情報が届く方法を考えておく

チェックシート

- パーティション(間仕切り)の用意
- トイレ(洋式、簡易式トイレ、洋式便座)
- 入浴の付き添い
- 避難所にも常時、専門スタッフを
- 個別の対応をしていますか

福祉避難所が必要

平成12年9月11日、東海地域で豪雨による大水害が起きました。広報車の避難の呼びかけも雨音が聞き消すほどの豪雨で、名古屋市他、多くの地域で水害による避難者がでました。

愛知県自閉症協会の会員で被災しても避難所に行った人は少なく、本人への負担も大きく、気遣いが大変な避難所よりも、車か家で過したようです。東海地震の可能性も高い地域ですが、人口5万人弱の私の町(東浦町)には、福祉避難所はないらしいと、知的障害者育成会の人たちと一緒に問い合わせたところ、私はその存在を知りませんでした。勤労福祉会館がすでに福祉避難所として選定されていることが分かり、安堵しました。現在は、防災マップにも明記されていて、誰にでもすぐに分かり安心できます。

この施設は室数も多く、ホールもあり、要介護者の特性に合わせて必要な災害時支援を受けることができそうです。また、何よりも顔なじみの人たちと過ごせることで、本人たちは安心できることでしょう。避難所があっても、そこに居ることが難しい自閉症の人たちにとっては、福祉避難所が非常に重要であり、すべての自治体に必要なものです。



(愛知県自閉症協会 大森隆太)

就労している自閉症の人に配慮を

- 事前に家庭と連絡手段や集合場所を打ち合わせし、本人に確認
- 安否確認手段の方法も家族と事前に打ち合わせし、本人に確認
- 帰宅ルートを描いた帰宅地図を家族と共に作成、本人に常時持たせる
- ペットボトル(飲料水)、チョコレートやキャラメルなどを会社に常備
- 災害直後、本人を帰宅させないか、あるいは家族や支援者に確認した上で帰宅のタイミングを考慮

(内閣府資料を参考に出版部で作成)

避難所に行けない人たちもいます

—この人たちにこそ、福祉避難所が必要です

自閉症の人たちは、生活環境の変化に弱く、避難所での生活が難しかったり、家族も遠慮して、壊れた自宅に残らざるを得なく、自家用車に車中泊をしている場合があります。配給の受け取りに行きたくても、子どもを置いて行けない、連れて行けない家族もいます。その人たちにも配慮を



やむを得ず車中泊

土曜日の夕方5時56分、私は車の運転中に被災しました。辛うじて帰宅。家族の無事を確認。町内会の指示で車に家族と毛布を積み、近所の方と公共の駐車場での避難となりました。養護学校小学部6年生、重度の自閉症のわが子は何が起こったのかも理解できずに、興奮し、奇声を発し、窮屈な車内で姿勢も変えられず、朝方になり疲れて眠りました。被害の大きな地域では、自閉症の家族は、避難所にも入れず車中泊や被害の少ない親戚の家に避難していました。

(新潟自閉症協会 坂内正文 2004年中越大地震の体験から)

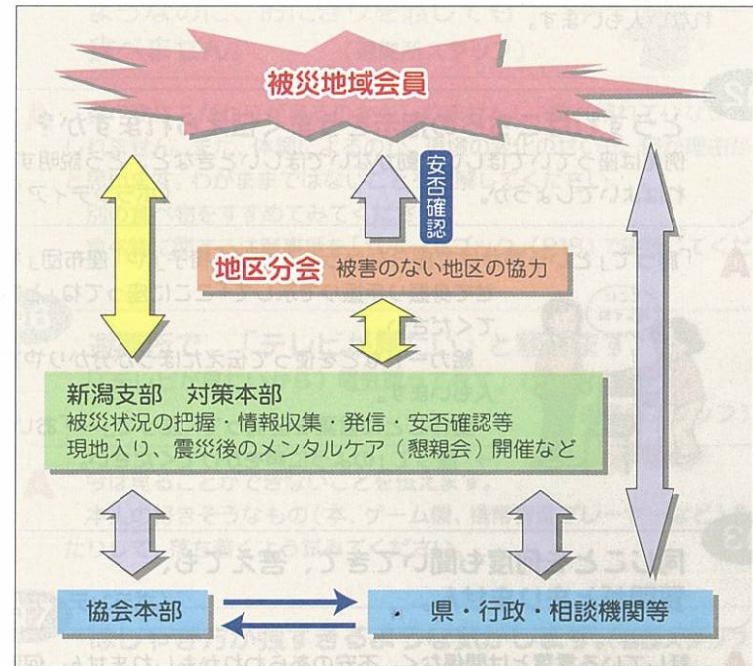
チェックシート

- 避難状況の確認（在宅や車中泊など）
- 食事や毛布などの配給リストに漏れはありませんか
- 車中泊エコノミー症候群など、健康上の注意を

新潟自閉症協会災害時の会員ネットワーク作りの提案

2004年新潟県中越大地震の時の教訓を生かし、2007年中越沖地震では、新潟県は広域なので、支部役員・事務局と被災地域役員の緊急連絡により、被害の少ない地区分会会員の協力も得て、携帯電話、メールなどで安否確認が短時間で出来ました。また、安否確認が困難な場合は、所属先(学校・事業所)への問い合わせが有効な場合があります。被災地からの情報発信役を県支部が担い、共有した会員の声を一括して、行政や相談支援機関に伝えたので、関係機関の相談支援体制が確立されました。

また、自宅以外の連絡先(携帯電話、メール、所属先)など、会員緊急連絡簿の作成、災害伝言ダイヤル171(p19参照)の利用法を会員に周知させることも重要です。



2007年中越沖地震当時作成

(新潟自閉症協会 坂内正文)

災害の現場からQ&A

Q1

何がほしいのか分からなくて困りました。



「水要りますか?」「ミズイリマスカ?」、
「ご飯は?」「ゴハンハ?」
このようにオウム返しされては、要るのか要らないのか、あるいは何か他にほしい物があるのか分かりません・・・
(消防署員)

A 実物(食べ物、飲み物)を見せて聞いてください。
自分から要求(例えば「おなかですいた」「のどが渴いた」など)を伝えられない人もいます。

Q2

どうすればこちらの指示をうまく伝えられますか?

例えば座っていてほしい、動かないでほしいときなど、どう説明すればよいでしょうか。
(ボランティア)

A 「座って」という声かけて座らなかったときは「椅子」や「座布団」を見せて身振り手振りで示して「ここに座ってね」と言ってください。
絵カードなどを使って伝えたほうが分かりやすい人もいます。
動作ごとに言葉を区切って「立って」→「おいで」→「座って」のように声をかけてください。



Q3

同じことを何度も聞いてきて、答えても、質問がとまりません。
(ボランティア)

A 話している言葉とは関係なく、不安のあらわれかもしれません。何回でも聞いてあげてください。状況から推測されること(例えばテレビが見られない)を聞いてみることも一つです。また、自分の欲しい答えを自分の決めた言葉で言ってもらいたいだけのこともあるので、同じ質問を返してあげると、答えを言ってくれたり、納得して質問を止めることがあります。

Q4



急に耳をふさいで騒ぎだしました。
どうすれば落ち着きますか。(警察官)

A 子どもや赤ちゃんの泣き声や、体育館などの反響音が苦手なのかもしれません。
さしあたり静かなところに移動させ、しばらく様子を見てください。
刺激を遮断することも有効です(耳栓をつける、ヘッドホンをつけて好きな音楽を聴く、毛布をかぶるなど)。

Q5

【災害時】おなかですいている
ようなのに、おにぎりを渡しても
食べません。
(避難所スタッフ)



A 食べ物にこだわりがあるのかもしれませんが、食べ慣れていないのかもしれない。また、体調によるのか、環境の変化のせい、何か理由があると思います。わがままではないことを理解してください。
別の食べ物をすすめてみてください。
食べ物に関する注意事項を「サポートブック」(P18)で確認してください。

Q6

避難所で、「テレビが見たい」と騒ぎます。
「(テレビが見たいから)電気買ってきて」と言われても・・・
(避難所スタッフ)

A 今は見るできないことを伝えます。
本人の好きそうなもの(本、ゲーム機、携帯音楽プレーヤーなど)を渡したりして、落ち着くよう試みてください。

Q7

はしゃぎ方が強すぎるような気がします。(看護スタッフ)

A 疲れている時や、初めての場所なので興奮しているのかもしれませんが、また、体調の変化を示す前兆の場合がありますので、よく観察して対応してください。
発熱の前や、てんかん発作の前兆ということも考えられます。

Q8 包帯をすぐにとってしまうので困っています。
(看護スタッフ)

A 傷にもよりますが、化膿しないように十分消毒して様子を見てください。包帯やカットバンなどをすぐにとってしまう人の場合、適宜、消毒してください。

Q9 避難先で処方薬がなくなりそうです。
(親)

A まず医療スタッフを探しましょう。
また、最寄りの病院に問い合わせてください。「サポートブック」や学校の「緊急連絡カード」に処方薬、病院名、調剤薬局名の記載があれば、処方してくれます。また「おくすり手帳」、「処方箋のコピー」があれば見せてください。
何よりも、お薬がなくなる前に早めに相談してください。



Q10 今回の地震では、非常ベルを鳴らしても分からない人もいました。どのように対応すればよいでしょうか。
(施設職員)

A 自閉症の人にとってシグナルは分かりにくいものの一つです。個別に声かけをしてください。
また、学校、施設などでは繰り返し避難訓練が必要です。ただし、最初は混乱する人もいますので、あらかじめ説明したり、どうすればよいかを明確にしておくなどの手続きを決めてから実行することです。

Q11 電車が止まって動かなくなりました。困っているようですが、どのように声かけをすればよいでしょうか。
(駅員)

A いつもと違う状況が起こって、どうしてよいか分からず、とまどっているのだと思います。このような場合には、「大丈夫だよ」と声をかけ、安心させてから、名前を聞いて、保護者・支援者に連絡してください。

Q12 「ガッコ、ガッコ イク(学校、学校行く)」と騒ぎます。
(自治体職員)

A 自閉症の人たちはいつもの生活が一番安定していられるので、そこへ戻りたいのです。学校や通園施設の再開予定日が分かれば、カレンダーなどを見せて説明してください。また、学校の被害状況を本人に見せて、納得してもらうのも一つの方法です。
ただ本人が納得するまで時間がかかるので、待ってあげてください。



Q13 避難所での生活が長びいて、本人も家族もイライラしてきました。どうしたらいいでしょうか。
(母親)

A カウンセラーや主治医に相談してみてもどうでしょうか。
また、野外で体を動かせる遊びや運動もいいかもしれません。
可能であれば散歩などを毎日の日課として行えば、気分転換にもなることがあります。ボランティアの方に連れ出してもらって本人も発散し、お母さんも休めるといいですね。

Q14 在校時、就業中などに災害がおこったときの対応はどうなっていますか。親が関係者が迎えにいくまで保護してほしいのですが、どのような方法がありますか。
(親)

A 学校：「引渡しカード」「緊急時連絡カード」等を作成しているところもあります。保護者の方は確認をしておいてください。
通所施設：引渡しの方法を、本人、家族、施設側と、普段から対策を立てておくことが必須です。
就労の場合：『就労している自閉症の人に配慮を』(P11)を参照してください。

Q15

本人のことが分かるようなものがあればよいのですが・・・
(自治体職員)

A 「サポートブック」などを活用してください。
本人のコミュニケーションのとり方、『配慮点』等を書き込んだ「サポートブック」を持っているかも知れません。自閉症の人は一人ひとり症状も対応も違うので、それぞれの人に合った支援をすることができます。

記載例

氏名(呼び名)・生年月日・住所・連絡先・血液型
本人の行動特徴(パニック等)
コミュニケーションのとり方
持病・服薬(処方箋)・アレルギー・かかりつけ医療機関
食べ物(からだがかかりにくいもの、好き嫌い)
トイレの配慮点
睡眠状況
本人に対して、絶対してはいけないこと
安心グッズ など



埼玉県自閉症協会では、ハガキサイズで、ファイルに入れて携帯できるサポートブックを作成しています。
埼玉県自閉症協会のホームページ
<http://saitama-asj.hp.infoseek.co.jp/>

Q16

どうしてほしいのか、言葉で言ってくれないので分からなくて困っています。なにか工夫はないでしょうか。
(駅員)

A ・言葉が不十分だったり、発音が不明瞭で聞き取れない人でも、字を書いて意思を伝えられる場合があります。
・コミュニケーションのための支援カードの活用
実物(下車駅や自宅が分かるための路線図や、地図)を見せたり、何を要求しているか知るために「トイレ」「食べているところ」や「携帯などで電話をしているところ」などの写真・絵のカードを用意しておいていただくと助かります。

Q17

有効な安否確認の方法には、どんな方法がありますか。
(民生委員)

A 区域の自閉症の人の、災害時の安否確認の方法を、日頃から準備しておいていただきたいと思います。
安否確認については、次のような方法があります。

NTT災害用伝言ダイヤル171の利用

体験期間 毎月1日(1月1日は除く)、毎年1月15日から21日、
8月30日から9月5日

災害用伝言板サービス

災害発生時などに、携帯電話を利用して安否情報を登録、家族や友人の安否情報を携帯電話やパソコンから確認できます。

- ・学校・避難所・町内会への問い合わせ
- ・ラジオなどの情報網を利用——阪神・淡路大震災のとき、拠点となった(社福)愛心園では、ラジオを大いに活用し、多くの自閉症・知的障害の人の安全が確保されました。(P23参照)
- ・車が通れない場合が多いので、自転車、バイクが便利
- ・町内会や避難所の掲示板の利用など

Q18

避難場所の標識を教えてください。
(親)

A 下図のような「広域避難場所」のサインと標識を普段から確認しておくことでよいでしょう。自閉症の本人への防災教育として、災害時のユニバーサルデザインの学習を。



(ア) 「広域避難場所」のサイン (B) 避難標識、長野市の例 (C) 避難標識、高岡市の例 (D) 非常口
(JIS案内用図記号) ※非常口のマーク(エ)は世界共通のマークです。

以上は、あくまでも一般的と思われる対応の仕方です。
自閉症の人はその特性・特徴が一人ひとり違うので、専門スタッフの支援を求めようようにしましょう。

復興に向けて

本人の環境を一日も早く日常に戻すこと

■ 復興対策と同時進行で

自閉症の人たちや家族の困難は、被災後も大きいものです。私の経験では、自閉症の人たちは「毎日同じ時間になったら通所しなければならぬ」ということが気にかけて大変でした。

一日でも一時間でも早く非日常性を解消し、日常に戻すことが自閉症の人たちには一番だという気がします。復興対策をやりながら日常に戻つたらい。

例えば「危険がない限り、そこで作業ができたらい」。とにかく日常に戻すことが大切です。

(社福・愛心園 福田和臣)



■ 専門の相談員によるカウンセリングを

自閉症の子どもは、日常に戻るまでに大変な思いをしました。「今日は月曜日なのに何で学校がないんだ」「今日は学校に行く日だよ」など「学校、学校」と言い続けるため、日常に戻るまでにすごくストレスがかかりました。その対応として専門の相談員による本人・家族へのカウンセリングが必要です。

(新潟自閉症協会 坂内正文)

■ 成年後見でセーフティネットを

災害、ことに地震では、だれが被害者になるかわかりません。親は、自分は大丈夫と思いがちですが、子どもは無事で、保護者が被災してしまう場合も十分想定されます。そのためにも、成年後見制度、特に法人後見の準備をすすめておくことが安心につながります。(社福・愛心園 福田和臣)

チェックシート

- あなたの地域に、専門の相談員がいますか
- 成年後見制度をすすめていますか

自閉症の人と家族への心の支援を

生きていく意欲を失わず、家族と本人の心理的健康の回復を信じて関わること

■ 自閉症の人に対して

「この災害にあつて驚いたでしょう」——安心するように伝える

自閉症の人は、安心できる人とそうでない人を見分けます。まず支援者は自分が安心できる人だと知らせてください。それには終始穏やかに優しくしてください。「この災害にあつて驚いたでしょう」という気持ちを理解していることを伝えることにより、自閉症の人は落ち着いてきます。

高機能自閉症やアスペルガー症候群の人に対しても同様にしてください。また、言葉を相手に通じるように選んで、コミュニケーションを持ち、本人の言いたいことを聞くように努めてください。

褒めること→見通しを持たせること→生きていく意欲をもたせること

この大変な災害を切り抜けたことを「よく我慢したね」「君はあの災害で逃げられたのだよ」「家の人たちと一緒に逃げられて偉かったね」などと褒めてください。

そして、これから先に起きることを説明します。支援者は、繰り返し状況を説明し、本人の気持ちを言葉にすることで、援助したい気持ちを伝えてください。障害があつても安心して生きていく意欲を失わせないように関わっていくことが大切です。

■ 家族への心の支援 —— まず家族を落ち着かせること

家族への心の支援は、家族の絆が強められるような方向での配慮が必要です。

まずそのためには、家族が落ち着くことが基本であることを伝えます。避難所生活で親のストレスは人一倍たまっていきます。親の気持ちが鎮まり、生活が安定するように支援することです。新潟県中越大地震のとき、阪神地域の被災者がかけつけて経験を語り落ち着かせたように、親同士のピアカウンセリングも効果があります。

(社団法人日本自閉症協会会長 石井哲夫)

防災教育・訓練を — 関係機関と力をあわせて

■ 防災マップを作ろう、避難所体験をしよう — 三重県の防災教育

1944年の南海地震の津波で589人の死者・行方不明者を出し、これからも東海地震等の発生が心配される三重県では防災教育に力を注ぎ、啓発用ビデオ、地震防災ガイドブック等を作成、特別支援学校(養護学校)を含む県内全ての学校に配布。発達段階に応じて、自分たちで調べたり体験したりなどの学習を積極的に行っています。

- 地域の人と一緒に防災訓練 — 生徒をはじめ、保護者、自治会にも呼びかけ、炊き出し、消火活動、煙体験など
- 避難所体験 — 保護者と子ども、教職員が炊き出し、体育館での宿泊訓練
- タウンウォッチングと防災マップづくり — 登下校や遊んでいるときの地震を想定し、避難場所や家族と落ちあう場所を保護者や地域の人と一緒に街を歩いてあらかじめ確認、危険な場所などを調べ防災マップ作成

三重県防災危機管理部、三重県教育委員会のHP
<http://www.pref.mie.jp/kyoiku/hp/bosai/>より



■ 水害予測のために関係機関とのネットワークの構築を — けやきの郷(埼玉県)の水害経験から

けやきの郷が水害にあい(1999年)、入所施設にどっと水が入ってきたとき、自閉症の一人は危険が分からず、リビングで座って水をピチャピチャしているだけでした。避難に導くことの重要性を痛感。現在では、インターネットで水位情報を定期的に確認、水害が予想される時は行政に連絡し、近隣の公民館を避難先として利用。このようなネットワークを構築することが重要です。(社福・けやきの郷 佐々木敏宏)

チェックシート

- あなたの学校・施設では、自閉症に特化した防災教育・訓練を行っていますか
- タウンウォッチングをしたり、防災マップを作成していますか

阪神・淡路大震災を経験して — 日常の活動が全てを決める

天災は平等ということはありません
弱いところに「より厳しく」ふりかかります
いざという時・災害時の底力をつけるには
「日常の活動」の充実を!

■ 障害者施設も地域の拠点

阪神・淡路大震災を経験して一番言いたいこと。それは、防災のポイントは「日常の活動が全てを決める」ということです。例えば、法定施設はハード面で災害に強く、ソフト面でも、どんなに障害が重い人にも対応できます。しかし、日々の施設のあり方や、積み上げてきたものが重要です。近所付き合いや、「報告・連絡・相談」がしっかり出来ていると、いざという時にも力を発揮します。

■ 情報発信の基地としての機能 — 日頃からのネットワークづくりを

災害時には、情報収集が重要ですが、施設には、施設間、施設と行政、医療機関、保護者等とのネットワークが普段から整備されています。初動態勢の中で最も重要な安否確認と被災状況の把握が思いの外早くできたのも、それぞれが所属している施設、学校、作業所との連携が日頃からなされていたからです。

また、拠点としての存在のためには、地域の避難所になることも考えて、日常から最低3日分の食料や飲料水、燃料の備蓄、人的資源・経済的資源・社会的資源の準備が必要です。

■ 司令塔としてのポイント

- 一刻も早い司令塔・臨戦的な組織体制の構築 — まず、情報の一本化、安否確認、支援態勢の調整を並行して身近なところから立ち上げていくことと、出来るだけ広く、早く周知させることが決め手です。先手必勝、時間が勝負です。
- その存在をマスコミ等知ってもらう — 「知的障害・発達障害者に関しては、愛心園に連絡を」との情報を、新聞、ラジオ、テレビなどで報道してもらったことで、当事者、家族、学校、行政、警察などからの情報の一元化がはかれました。(社福・愛心園 福田和臣)

ことがき

閉症の人たちをとりまく全ての方々に役立てていただきたいと冊子を作りました。

閉症の人たちははじめに一生懸命生きていますが、想像力に乏しとっさの時の行動がうまくとれず、「毎日が災害」ともいえず、何時どこで起きるか分からない天災はもとより、毎日の生活ちょっとしたトラブルにも役立てていただけると幸いです。協力いただいた皆様に感謝申し上げます。

：社団法人日本自閉症協会 防災ハンドブック企画委員会

編集長：白井和子（日本自閉症協会出版部）

委員：北村弥生（国立身体障害者リハビリテーションセンター研究所）、佐々木敏宏（社福・けやきの郷）、沼倉実（社福・嬉泉）、福田和臣（社福・愛心園）、岡田稔久（熊本県自閉症協会）、大森隆太（愛知県自閉症協会）、坂内正文（新潟自閉症協会）、明石洋子（川崎市自閉症協会）、阿部叔子（日本自閉症協会出版部）、藤原幸子（同）

委員：姜春子、平山淳子、市村千沙、国岡妙子、神成京美、古屋道夫（以上 日本自閉症協会出版部）

集：大岡千恵子

イラスト：和泉恵実

症の人たちのための防災ハンドブック—支援をする方へ—

2010年7月10日 第1版第1刷

社団法人 日本自閉症協会 会長 石井哲夫

〒104-0044 東京都中央区明石町6-22 築地622

TEL: 03-2545-2222 FAX: 03-2545-2281

チェックシートを活用しましょう

—自閉症の特徴に配慮した対応を

行政関係（警察、消防、児童相談所、福祉事務所など）、福祉関係者、企業、学校、福祉施設もチェックシートをぜひ作成してみてください。

災害に備えて

- 要援護者名簿の作成をしていますか
- 避難経路の案内は周知されていますか
- 避難所も周知していますか
- 福祉避難所を設定していますか
- 災害備品は十分準備していますか
- 自閉症の理解・支援の研修の実施をしていますか
—警察、消防、自衛隊、電車・バス乗務員、民生委員などに対して
- 自閉症支援の専門家はいますか
- 自閉症の人にも分かる防災教育をしていますか
- 障害者も一緒に防災訓練をしていますか
 - ◇ 「地震体験車」体験は？
 - ◇ 災害に備えての宿泊体験は？
- タウンウォッチングをしたり、防災マップを作成していますか
- 事前に家庭と打ち合わせをし、本人に確認していますか
 - ◇ 連絡手段や集合場所は？
 - ◇ 安否確認の方法は？
 - ◇ 通勤、通学途中で被災した場合の行動は？
 - ◇ 帰宅地図を家族と共に作成、本人に常時持たせていますか
 - ◇ 災害直後、本人を帰宅させないか、あるいは家族や支援者に確認した上で帰宅させるタイミングをはかることになっていますか
 - ◇ 災害時には本人には必ず声かけをし、本人に説明・確認することになっていますか
 - ◇ 会社などにはペットボトル（飲料水）、チョコレートやキャラメルなどを常備していますか
- 万一のときに親に代わる人を設定し、確認してありますか

チェックシートを活用しましょう

——自閉症の特徴に配慮した対応を

災害発生！——その時何をするか

あの人は無事かな

- 要援護者名簿と照らしあわせましたか
- 家の中にひとり取り残されている人はいませんか

ひとりである自閉症の人は大丈夫だろうか

- 電車やバスに残されていませんか
- 健康状態の確認は？
- 連絡先の確認は？
- 家や学校、所属先に安否を連絡

ケガなど被害の状況を確認しよう

- ケガをしていませんか
- ガラスでの切り傷や、打撲はありませんか
- 「おくすり手帳」を確認しましたか

どこに誘導したらいいでしょう？

- 先ずは最寄りの避難所へ
- 専門スタッフ（腕章などの目印）に相談
- 福祉避難所が分かれば、そこへ誘導

避難先で支援すること

- 被災障害者相談センターの設置
- 自閉症支援専門スタッフの配置
- 避難状況の確認（在宅や車中泊など）
- 食事や毛布などの配給リストに漏れはありませんか
- 車中泊エコノミー症候群など、健康上の注意
- トイレは？（洋式、簡易式トイレ、洋式便座の用意）
- パーティション（間仕切り）の用意
- 入浴の付き添い
- 個別の対応をしていますか
- 本人、親へのメンタル面での支援、心のケアは

チェックシートを活用しましょう

——自閉症の特徴に配慮した対応を

災害発生！——その時何をするか

あの人は無事かな

- 要援護者名簿と照らしあわせましたか
- 家の中にひとりで取り残されている人はいませんか

ひとりである自閉症の人は大丈夫だろうか

- 電車やバスに残されていませんか
- 健康状態の確認は？
- 連絡先の確認は？
- 家や学校、所属先に安否を連絡

ケガなど被害の状況を確認しよう

- ケガをしていませんか
- ガラスでの切り傷や、打撲はありませんか
- 「おくすり手帳」を確認しましたか

どこに誘導したらいいでしょう？

- 先ずは最寄りの避難所へ
- 専門スタッフ（腕章などの目印）に相談
- 福祉避難所が分かれば、そこへ誘導

避難先で支援すること

- 被災障害者相談センターの設置
- 自閉症支援専門スタッフの配置
- 避難状況の確認（在宅や車中泊など）
- 食事や毛布などの配給リストに漏れはありませんか
- 車中泊エコノミー症候群など、健康上の注意
- トイレは？（洋式、簡易式トイレ、洋式便座の用意）
- パーティション（間仕切り）の用意
- 入浴の付き添い
- 個別の対応をしていますか
- 本人、親へのメンタル面での支援、心のケアは

チェックシートを活用しましょう

——自閉症の特徴に配慮した対応を

災害発生！——その時何をするか

あの人は無事かな

- 要援護者名簿と照らしあわせましたか
- 家の中にひとりで取り残されている人はいませんか

ひとりである自閉症の人は大丈夫だろうか

- 電車やバスに残されていませんか
- 健康状態の確認は？
- 連絡先の確認は？
- 家や学校、所属先に安否を連絡

ケガなど被害の状況を確認めよう

- ケガをしていませんか
- ガラスでの切り傷や、打撲はありませんか
- 「おくすり手帳」を確認しましたか

どこに誘導したらいいでしょう？

- まずは最寄りの避難所へ
- 専門スタッフ（腕章などの目印）に相談
- 福祉避難所が分かれば、そこへ誘導

避難先で支援すること

- 被災障害者相談センターの設置
- 自閉症支援専門スタッフの配置
- 避難状況の確認（在宅や車中泊など）
- 食事や毛布などの配給リストに漏れはありませんか
- 車中泊エコノミー症候群など、健康上の注意
- トイレは？（洋式、簡易式トイレ、洋式便座の用意）
- パーティション（間仕切り）の用意
- 入浴の付き添い
- 個別の対応をしていますか
- 本人、親へのメンタル面での支援、心のケアは

● 避難先で困ったときには ⇒ P14～P19を参照

