

## 13 災害対応について

災害はいつ、どのような規模で、どんな形で起こるかは誰にもわかりません。

日頃から災害が起こったときに備え、被害を少なくするために、市では、防災関係機関や地域の皆さんと協力して「函館市地域防災計画」に基づき、災害時の支援体制の整備に努めています。

### ◇ 事前対策

災害発生時には、どのような状況下に置かれることになるか予測がつきません。こうした場合、「自分でできること、できないこと、望む援助や対応、そして必要とする支援など」を周囲の人たちに的確に伝えるための準備が重要となります。

#### <緊急カード>

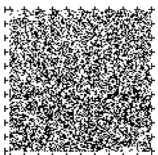
災害発生時に、自分の情報や必要とする支援を周囲の人に伝えるための緊急カード（別紙）を作成しておきましょう。

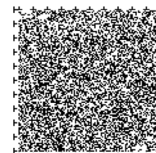
#### <防災ネットワーク>

- ① 隣近所とのネットワーク作り  
災害発生時において、災害情報を教えてもらったり、避難時に声を掛け合うなど隣近所とのネットワーク作りは、緊急時に助け合い、励まし合える点で重要になります。
- ② 障がい者ネットワークに参加する  
障がい者の団体や協会のような組織には様々な情報が集まりますので、災害発生時の支援グループとして強い味方になります。
- ③ ボランティアグループとの連携  
関連するボランティアグループとの連携を深め、緊急時の連絡方法などを打ち合わせておくことが必要です。
- ④ 関係機関との連携  
防災関係機関や社会福祉施設、医療機関等の災害時の対応について事前に確認することが必要です。また、かかりつけの医療機関での診療が難しい場合が想定されることから、服用している薬の処方箋などの控えを持っていることも大切です。

#### <家の中の安全対策>

- ① 家具・電化製品の固定  
震災時には家具や電化製品の落下等で大けがにつながる場合があります。  
安全な空間づくりのために家具や電化製品を固定しましょう。
- ② ガラスの飛散防止対策  
窓ガラスなどにフィルムを貼ることや、割れたガラスを踏まないようスリッパを用意しましょう。





(別紙) 緊急カード 切り取って携帯するなどご活用ください。

<b>緊 急 カ ー ド</b>			
氏名：	住所：	電話：	
勤務先（学校）	電話：	生年月日	年 月 日
性別：	血液型： 型 RH	健康保険証No.	
家族氏名：	続柄：	住所：	電話：
家族氏名：	続柄：	住所：	電話：
親 戚 等：	続柄：	住所：	電話：
その他必要な事項（支援内容、かかりつけの病院、病歴など）			

----- 切り取り線 -----

③ 整理整頓

落下物によるけがを防ぐため、棚の上に重いものを乗せない。また、避難の妨げにならないよう日頃から整理整頓し、出入口を確保しましょう。

④ 非常用品、非常持ち出し品は決めた所に

非常用品、非常持ち出し品は、安全ですぐ取り出せるところをあらかじめ決めておき、そこに置いておきましょう。

<メール等での災害情報の取得>

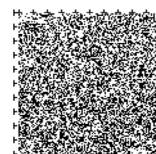
災害が発生またはその恐れがある場合、気象情報、災害情報、避難情報が出されることがあり、防災行政無線、広報車だけではなく、メール配信やツイッターでもお知らせすることがあります。

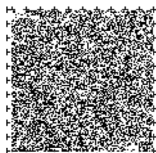
① 函館市ANS INメール（事前登録制）

電子メールによる配信を希望される方は、bousai.hakodate-city@raidens3.ktaiwork.jp へ件名・本文を入れずにメールを送信してください。折り返し登録案内メールが送信されますので、案内に沿ってメールアドレスを登録してください。

② 北海道防災情報システム（事前登録制）

登録は、携帯電話等から下記のアドレスへアクセスし、登録して下さい。  
<http://mail.bousai-hokkaido.jp/>





この部分の裏面は、緊急カードとなっております。

----- 切り取り線 -----

③ 緊急速報メール（NTTdocomo, au, SoftBank, 楽天）

上記4社の携帯電話では、気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報，国・地方公共団体が配信する災害・避難情報を受信することができます。ご利用するために、あらかじめ携帯電話での受信設定が必要な機種があります。詳細は上記の会社のホームページや営業所等でご確認ください。

④ 防災X（旧ツイッター）（市公式）

X（旧ツイッター）による配信を希望される方は、アカウント名「@bousai\_hakodate」で検索しフォローしてください。また、下記のURLからも閲覧することができます。

[https://twitter.com/bousai\\_hakodate](https://twitter.com/bousai_hakodate)

⑤ 函館市公式LINE

LINEアプリを使用している方は、右記のQRコードから函館市公式アカウントを登録することによって、防災情報を受信することができます。



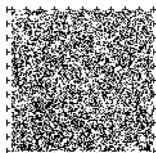
◇ 災害時の対応

災害時にどんな行動をとればいいのか・・・，地震や大雨などへの対応について，障がいのある方が確認しておくべき事項についてまとめました。

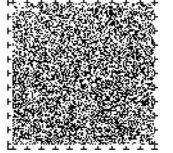
- ① ラジオ，テレビなどから情報を入手することが困難な場合，隣近所から必要な情報を教えてもらう。
- ② 障害者手帳，緊急カードなどで，自分に障がいがあることを伝え，安全な避難場所までの誘導など必要な援助を依頼する。
- ③ 万一，家の中に閉じこめられたり動けなくなった場合は，笛を吹いたり，物をたたいて居場所を知らせる。
- ④ 避難所では皆が被災者なので，助け合い，譲り合って生活する。

問い合わせ先

災害対策課 (☎ 21 - 3648 FAX 27 - 6489)



## ◆ 外部障がいのある方の対策のポイント



- ① 安全な居住空間を確認しておきましょう。（整頓を心がけ、あまり物を置かない。寝るときは、家具やガラス窓からできるだけ離れる）
- ② 居住スペースは、できるだけ避難のしやすい1階を選びましょう。
- ③ 杖などの歩行補助具は倒壊した家具の下敷きにならないように、常に安全な一定の位置に置き、暗闇になっても分かるようにしておきましょう。
- ④ 家族など、日頃、介助している人が外出しているときの災害発生に備え、隣近所などに万一の際の協力や介助を依頼しておきましょう。
- ⑤ 非常用持出品としておびいひもや毛布、車いす、紙おむつ、携帯用トイレ、ビニールシート（おむつ交換時や着替えに必要）を用意しましょう。
- ⑥ 車を使用できない場合も想定して、平常時から避難方法や避難経路を検討しておくことが重要です。

### <車いすを利用している方>

- ① 車いすが通れる幅を常に確保しておきましょう。
- ② 車いすが使用不能になったときのために、それに代わる杖、おびいひもなどを用意しておきましょう。
- ③ 車いすのタイヤの空気圧は定期的に点検しましょう。
- ④ 雨天や寒冷時に備え、車いすでも使用可能なカップ等を用意しましょう。

### ※ 電動車いすを使用している方

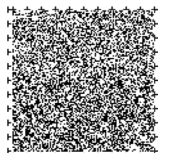
- ① 電動車いすのバッテリーは、使用后必ず充電し、常温で保管しましょう。
- ② 補液タイプのバッテリーは、定期的に液量をチェックしましょう。
- ③ 車いすに内蔵されていない充電器は、倒壊した家具の下敷きにならないように安全な場所に置きましょう。

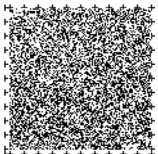
### <視覚に障がいのある方>

- ① 非常持出袋のある場所はどこか確認しておきましょう。
- ② 手探りをするときには割れたガラスなどでケガをしないように、手袋を枕元に用意しておきましょう。
- ③ 持出品の中に、白杖（折りたたみ式が有効）、点字器を加えておきましょう。
- ④ すぐに災害情報を得るために、ラジオを身近なところに置きましょう。
- ⑤ 情報を入手したり、自分から状況を連絡できるように、携帯電話などを活用しましょう。

### <聴覚に障がいのある方>

- ① 持出品の中に、補聴器用の電池、筆談のためのメモ用紙、筆記用具、停電のときに手話で会話ができる携帯用照明、笛や警報ブザーなどを加えておきましょう。
- ② 就寝時に災害が発生したときのために、枕元に補聴器を置きましょう。
- ③ 情報を入手したり自分から状況を連絡できるように、文字情報が受信、送信できる携帯電話やファックスなどを活用しましょう。





## ◆ 内部障がいのある方の対策のポイント

- ① 避難するときの持ち物として普段飲んだり使ったりしている薬、そのための用具、おくすり手帳、障害者手帳、健康保険証などを忘れずに用意しておきましょう。
- ② 普段どんな薬を使っているのか、薬剤名や効用、副作用、中断した時に起こる症状の把握をしておきましょう。
- ③ 疾病の治療のため、治療食や特別食を利用されている方は、一般的な非常食と分けて備蓄をしましょう。
- ④ 支援する際に配慮してほしいことを記したヘルプマーク（表紙裏参照）を携帯しましょう。
- ⑤ 持出品が多くなる場合が予測されるため、家族など、日頃、介助している人や隣近所などに万が一の際の協力や介助を依頼しておきましょう。
- ⑥ 車を使用できない場合も想定して、平常時から避難方法や避難経路を検討しておくことが重要です。

### <在宅人工呼吸療法を行っている方>

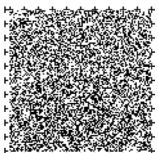
- ① 人工呼吸器は電力によって作動するので、在宅では停電への対策や人工呼吸器の故障への対策が必要になります。そのため、外部バッテリー、予備電源、アンビューバック等を準備してその使用法に習熟するとともに、緊急時に避難する病院、施設等をあらかじめ定めて、搬送の方法まで確認しておきましょう。

### <吸引器を使用している方>

- ① バッテリーが内蔵されている場合には4～5時間は使用できるといわれていますが、使用中の機種がどんなものか確認しておきましょう。
- ② 外部バッテリーまたは車のバッテリーが利用可能な機種の場合は、接続コードを利用して接続します。事前に試験運転をしておきましょう。  
また、電源を必要としない足踏み式や手動式の吸引器、および大型注射器も準備しておきましょう。

### <在宅酸素療法を行っている方>

- ① 医師から指示されている酸素流量を記録し、わかるようにしておきましょう。
- ② 酸素ポンペを1本予備に用意しておき、酸素ポンペキャリーも予備を必ず準備しておきましょう。
- ③ チューブやカニューレなどの医療材料は、数日分は備蓄しておきましょう。（備蓄品の収納場所をよく検討しておきましょう）
- ④ 災害時の対応について、取扱い業者とあらかじめ協議して対策を決めておきましょう。
- ⑤ 日頃から火気厳禁であることに留意し、災害時にも火気には細心の注意を払う必要がありますので、周囲にも理解を求めておきましょう。
- ⑥ 介護者は在宅酸素療法に関する研修を受け、緊急時には酸素ポンペの切り替えができるようになりますように。
- ⑦ 酸素濃縮器を使用できない時は、酸素ポンペへの切り替えをします。携帯用酸素ポンペは使用時間に限りがあるので、できるだけ早期に業者に連絡をしてポンペを確保しましょう。
- ⑧ 酸素ポンペの確保が困難な場合には、医療機関で酸素吸入を受けましょう。



※ 災害時に極度の不安や恐怖からパニック状態になると、呼吸数が増加し、酸素消費量が増えてしまうことに留意しましょう。

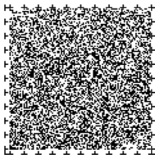
<在宅人工透析療法を行っている方>

- ① 透析療法の内容を記載した記録を常時携帯しましょう。
- ② 透析液と医療材料，衛生材料を1週間分は備蓄しておきましょう。
- ③ 自宅での腹膜透析で，電源が必要な場合は，予備電源を確保しておくとともに，手動に切り替える方法も確認しておきましょう。

<人工肛門・人工膀胱を造設している方>

- ① ストーマ装具・ストーマ用品は常に余裕をもって保管しましょう。
- ② 非常持出袋には，避難所でのストーマ装具交換に必要な，2週間から4週間分のストーマ装具・ストーマ用品，ゴミ袋等を入れておきましょう。また，必要に応じて，ウェットティッシュ，ティッシュペーパー，剝離剤，消臭スプレー，カット用ハサミ，導尿に必要な器具（カテーテル）などを準備しておきましょう。
- ③ 災害時には水が使えないことが多くあり，水を使用しない皮膚洗浄剤を利用した装具交換が出来るように準備しましょう。また，浣腸をしている人は，自然排便でも排泄ができるように，非常持出袋にはストーマ装具・ストーマ用品を余分に準備しておきましょう。
- ④ オストメイト対応トイレの設置状況などのトイレの環境，装具交換のためのスペース等，避難所の環境を事前に確認し，整っていない時には他の避難所への変更など避難所の施設管理者等に相談しましょう。



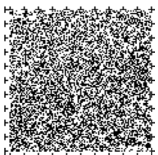


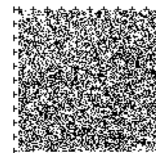
## ◆ 知的障がいのある方の対策のポイント

- ① 家族や職場、支援者の人などと、連絡方法や避難場所を決めて、確認しておきましょう。
- ② ヘルプマークや緊急カード（61ページ参照）に自分の情報（名前、生年月日、住所、緊急連絡先、飲んでいる薬、手伝ってほしいこと、苦手なことなど）を書いておきましょう。話をするのが苦手な人は、「安全なところまで連れて行ってください。」「私が無事であることを家族へ連絡してください。」と書いておきましょう。困ったときは周りにいる人にそれを見せて困っていることを伝えるなどして助けてもらいましょう。
- ③ 落ち着いて行動しましょう。人を押したり、走ったり、慌てて移動しないようにしましょう。
- ④ 身動きができないときは、緊急用ホイッスルやブザーを鳴らす、物を叩くなど音を出して、周りに知らせましょう。
- ⑤ 自宅で生活することができない場合は、避難所で生活することになります。
  - ・放送や掲示板の内容など、状況がわからないときは、避難所のスタッフや周りにいる人にヘルプマークなどを見せて、教えてもらいましょう。
  - ・近所の人たちと一緒に生活をするため、決められたルールを守りましょう。
  - ・体調が悪かったり、落ち着かないときは、我慢せずに避難所のスタッフに相談しましょう。

### ※ 知的障がいのある方をサポートするときのポイント

困っている事柄を周りに上手に伝えられなかったり、恐怖で動けなくなったり、パニックに陥り、乱暴な行動をしてしまったりすることがあります。大声や異常に思える行動の原因は、災害時の不安や恐怖です。過敏になっていることがあるので、大きな声を出したり、叱ったりしないでください。不必要な刺激がかからなければ、次第に落ち着きます。強い不安や発作（パニック等）が続くような場合は、本人が携帯しているヘルプマーク、緊急カード等を参照して、保護者や医療機関に連絡し指示を受けてください。





## ◆ 精神障がいのある方の対策のポイント

- ① 災害発生に伴って精神的動揺が激しくなる場合があります。心理的な不安が強くなったり、病状が悪化するおそれのある人は、悪化時の対応についてかかりつけ医と相談しておきましょう。
- ② 状況や環境の変化に対応しづらく、被災直後の状況に考えがまとまらなくなったり、行動がストップしたりと、危険を回避しづらいときがあります。日頃から災害時にどんな行動をとればいいのか地域活動や防災訓練に参加するなどして災害時の行動について理解を深めておきましょう。
- ③ 他者との交流が苦手で、情報交換や相互協力など必要なコミュニケーションを取ることが難しいことがあります。ヘルプマークや緊急カード（61ページ参照）に自分の情報（名前、生年月日、住所、緊急連絡先、飲んでいる薬、手伝ってほしいこと、苦手なことなど）を書いて周りにいる人にそれを見せて困っていることを伝えて助けてもらいましょう。
- ④ 自分の病気のことや薬の内容については、普段からかかりつけ医とよく相談しておき、どんな薬を使っているのか、薬剤名や効用、副作用、中断した時に起こる症状の把握をしておきましょう。避難所では、いつもと違う環境に対応するために、精神的な疲労が増えて病状も悪化しやすくなります。体調が悪いときには、我慢をせずに家族や避難所のスタッフに相談しましょう。また、避難所の生活の中で自分や家族にできる役割を見出し、できるだけ協力していきましょう。

### ※ 精神障がいのある方をサポートするときのポイント

精神障がいのある方は、様々な精神疾患の症状をコントロールしながら生活しています。中にはストレスに弱い人や神経が過敏な人、人との関係が苦手などの症状を持った人もいます。災害時には、特に強い不安や緊張を感じる可能性があり、サポートする人が不安をやわらげる配慮をする必要があります。「大丈夫ですよ」と優しく声をかけ、状況を具体的にわかりやすく、ゆっくりと簡潔に説明しましょう。状況を知ることによって不安が和らぎます。また、災害時の不安から大声や異常な行動が出て本人を否定したり、叱ることのないようにしましょう。妄想や幻覚のような話の場合でも強く否定したりせずに、相づちをうちながら、受容的かつ冷静な態度で対応することが大切です。

