

## Ⅷ ふくしと防災<sup>ぼうさい</sup>

### 1. はじめに

このハンドブックで、私たちの住む町で生活している、障害がある人の日頃の様子を少し知ることができました。また、障害がある・ないに関係なく、得意なこと・苦手なこと、できること・できないことは、人それぞれであることも学びました。

いざ、災害(火事や台風、地震など)が起きたとき、高齢者や妊婦・障害がある人などは、様々な困難に直面してしまうため手助けや心遣いが必要になります。

また、「情報が受け取れない、伝えられない」「とっさに動けない」「移動が難しく一人では避難できない」など、困ると同時に大変こわい思いもします。

大規模な災害が起きたら、命の危険も大きくなります。私たち自身も、助けが必要になることもあります。だからこそ日頃のつながりが大切になってきます。

自分や家族の安全が守られ、心の余裕ができたなら、周りを見て考えてみましょう。

「困っている人はいないかな?」そして「自分に何ができるか?」と。

### 2. 災害が起こったらどうしたらいい?

まず行わなければならないことは「自分の命は自分で守る」ことです。

次に、みなさんに考えていただきたいことは、例えば地震が起きたとき、家の中や学校・道などがどのようにになっているのか?をイメージしてみてください。

「まわりに(家族以外にも)手助けが必要となる人はいないか?」「地震が起こる前に準備しておくことは何か?」など、家族で話し合っておくことが大切になってきます。

★自宅で一番安全な場所はどこ?

★家族との連絡はどのようにする?

★近所に手助けが必要な方はいないか?

★自分が避難する場所はどこ?

★避難する場所に行く道は知っている?安全かな?



★家族で話し合ってみましょう!また、話し合った内容を書いておきましょう。

じしんはっせいじ ちいき  
地震発生時の地域の様子



図) 武豊町防災ガイドブック引用

地震や津波、台風のような大きな自然災害は、その地域に住んでいる障害がある人、ない人すべての人々におそいかかってきます。その時、まず避難すること・逃げる事が重要になってきます。

### 3. 災害が起きた時、高齢者や障害のある方が困ること

**肢体不自由**  
車いすを使っている人は、道に物が散らかっていたり、倒れてきた家具で通路がふさがれていたりして、逃げる事が難しくなります。

**視覚障害**  
周りの様子が全く分かりません。「割れたガラスが床一面に広がっているかもしれない」「タンスが倒れて出入り口をふさいでいるかもしれない」など、不安で一步も動けなくなることもあります。

**聴覚障害**  
緊急サイレンの音、緊急地震速報、ラジオ放送が聞こえません。自分の命を守るための情報(避難情報)を得ることがとても難しくなります。

**知的障害・発達障害**  
災害が起きたことを理解できなかつたり、自分の身に危機が迫っていることに気づかない時があります。どうしていいかわからなくなり立ち尽くしてしまうこともあります。

**精神障害**  
身の危険を感じることができても、不安が大きくなりすぎてどうしていいかわからなくなり、一人では逃げ出せなかつたり、助けを求めることができなかつたりします。

**高齢者**  
体が思うように動けなかつたり、考える力が衰えることなどから、一人で逃げる事ができなかつたり、避難が遅れてしまうことがあります。

## 4. 避難所の生活について

避難所は、主に各町の学校や公民館、体育館などが指定されています。

避難所にはいくつか種類があり、中でも「福祉避難所」は、要配慮者（高齢者、障害者、乳幼児、その他災害時、特に手助けなどが必要になる人）のために開設する避難所です。

しかし、すぐに開設されるわけではありません。災害発生直後は多くの人たちが一気に詰めかけ、その中には、重病人、けが人、足腰の弱い高齢者、障害者、子ども連れ、外国人など、いろいろな人たちが避難してきます。

また、元気に自立した生活ができているかのように見える人でも、避難生活が長くなってくると、大きく体調を崩し始める人が増えてきます。

避難所を暮らしやすい場にするためには、避難して来た人たち全員で協力しながら、必要な環境づくりをしていくことが大切です。例えば、「声かけ」「物資を配る手伝い」「小さい子どもの遊び相手」「乾燥予防の霧吹き」など、できることはたくさんあります。

★避難所で、あなたはどんなことができると思いますか？

書き出してみましょう！

-----

-----

-----



## 5. みなさんへのメッセージ

大きな災害が起きた時、各市町村では被害にあった人やボランティア活動を支援するために災害ボランティアセンターを設置します。

実際に災害ボランティアセンターでボランティア活動をした方からのメッセージです。

令和元年に起きた、台風19号の被害は全国に広がりたくさんの人々が水害によりつらい思いをしました。命をなくしてしまった人もいます。

想像を超える災害が起きた時、被災した人は生きる勇気さえなくしてしまうほどショックを受けてしまいます。また片付けるのも一人では困難で疲れて動けなくなる人もいます。

私は長野市にボランティアに行き、あるお宅の障子を10枚くらい洗ってきたのですが、そこのおばあちゃんが「私は一枚洗うのに一日かかっているのに本当に疲れていたの。こんなにきれいに全部洗ってくれて、ありがとうね」と喜んでくれました。「これで、冬が来る前に障子が貼れるよ」と笑顔を見せてくれました。他の家はかなり片付いていたけど、このおばあちゃんは、「私も助けて!」と言いづらく今まで遠慮していたのかもしれない。

私にもできたボランティア活動。とても幸せな気持ちになりました。



(武豊町在住 女性)