

## 1. 避難拠点で求められる配慮

要配慮者に求められる支援は、心身の状況等により様々です。  
以下の例を参考に、個別の対応をお願いします。

### 手足が不自由な方への配慮

車いすや杖などを使用し、移動が困難な方、麻痺などにより手足を十分に動かせない方などがいます。一般に区立小・中学校の施設は、こうした方々の生活を想定した構造となっておらず、バリアフリー化などは十分ではありません。

車いすからの乗り降りや移動の支援、必要な物資を手渡しで届ける、などの支援のほか、トイレに近い場所に居室を設けるなどの配慮が考えられます（ただし、学校内のトイレは車いすの方には狭く、利用しづらい場合があります）。



### 目の不自由な方への配慮

目の不自由な方には、①全盲の方、②文字は見えなくても明るさは判断できる方、③視力が弱くて文字がぼんやりとしか見えない方などがいます（メガネをなくしてしまった方は③に該当する可能性もあります）。

校内放送やハンドマイクなど、音声案内による情報支援や、移動の際の補助などが必要となります。

また、トイレなどへ向かう動線の確保や、炊き出し用資材などの危険物に接触しないような配慮が求められます。



### 耳の不自由な方、および日本語に慣れていない方への配慮

耳の不自由な方には、補聴器をつけていない方もいるため、外見での判別は困難です。

情報入手については、掲示板や貼紙、筆談など、目から入る情報を充実する必要があります。

なお、言葉による案内が難しい方として、日本語に慣れていない外国人の方に対しても、掲示板や貼紙は有効です。やさしい日本語やイラストを使用すると伝わりやすくなります。



### 内部障害の方への配慮

内部障害とは、内臓機能や免疫機能の障害です。人工透析が必要な方やストーマ（人工肛門・人工膀胱）を装着している方など、外見からは判別ができない方も多くいます。

医療機関との調整が必要な場合もありますので個別のニーズをご確認ください。



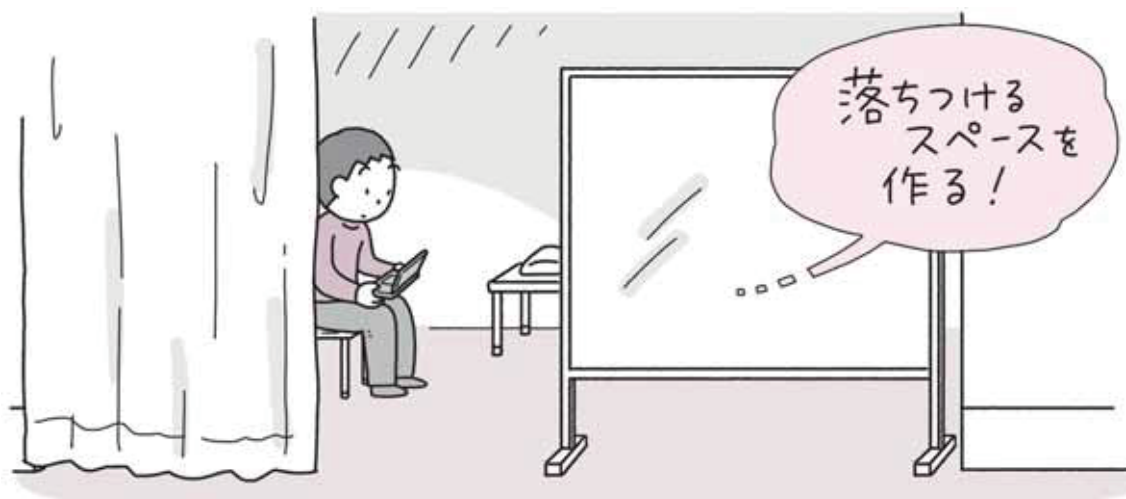
### 知的障害・発達障害の方への配慮

知的障害・発達障害の方は、コミュニケーションがうまくとれず、行列に並べない、急に走り出したり、大きな声をあげてしまうなど、集団生活が難しい場合があります（個人差があります）。

外見による判別ができないことなどから、周囲の理解が得られず、過去の災害では避難所生活ができなかったとの報告も多くあがっています。

以下の対応をとるなど、ご理解・ご支援をお願いします。

- ①一般の方とは避難する部屋を分けたり、横になれる場所やつい立等を利用した専用のスペースを確保するなど、刺激の少ない環境を提供することで、落ち着ける場合があります（音や光に過敏に反応してしまうことを防ぎます）。
- ②何もせずにじっとしていることが苦手な場合があります。「ここでこのゲームをしていてね」「絵本を読もう」と具体的なことを指示すると比較的落ち着いて過ごすことができます。
- ③聴覚情報が苦手で、言われただけでは理解できない場合がありますが、視覚情報は得意で、指さしやマーク等で理解できることがあります。行くべき場所や方向を指さしたり、具体的なものを提示したりして説明することでわかりやすくなります。



## 精神障害の方への配慮

精神障害の方は、病気のタイプも様々ですが、状況や環境の変化に弱く、突発的な事態に柔軟に対応することが苦手です。動揺している時は、時間をとり、落ち着くよう話してください。

- ①物ごとを考えていく道筋がまとまらないことがあり、行動がストップしたりします。集団生活のペースについていけないこともあり、周囲の人から見ると理にかなった行動がとれない場合があります。個別にルール等を説明して孤立しないようにしてください。
- ②他者との交流が苦手で、自分から口頭で援助を求めることが難しい方もいるので、周囲と違う行動をとっていたら声をかけてください。
- ③服薬の継続が欠かせません。服薬ができるように飲料水の確保をお願いします。



## 妊産婦への配慮

妊娠初期は流産の危険性があり、中期は早産の危険性、後期は分娩を目前にした時期でもあります。産婦（少なくとも産後1か月程度）は、出産後の回復過程で心身ともに無理はできない時期です。可能な限り、以下の点について、配慮をお願いします。

- ①周囲が配慮できるように、特に妊娠初期は、マタニティマークストラップ（本人持参の場合）等を目立つ位置につけてもらう等、周りからわかるようにしてもらいましょう。
- ②避難拠点の被災者支援の業務については、妊婦も無理のない範囲で参加して差し支えありませんが、周りの方は、妊婦としての配慮を忘れないようにしましょう。重い荷物の運搬や持続した立ち仕事、寒さや暑さが厳しい中での作業は、避けるようにします。産婦も同様ですが、母乳栄養のためにも乳児の世話を最優先できるように配慮をお願いします。
- ③妊婦に異常が発生した時（胎動の減少、強いお腹の張り、出血など）の連絡体制、妊娠後期は、出産に備えての体制について、本人を交え話し合っておきましょう。
- ④妊娠中は、頻尿、膀胱炎、便秘、エコノミークラス症候群になりやすい状況にあります。避難拠点の中で可能な限り、トイレに近い・畳敷きなど条件の良い場所を使用できるように、検討してください。



## 乳幼児への配慮

乳幼児は、感染症、低体温症、脱水症などになりやすく、避難者の中でも、特別な配慮を必要とします。避難拠点の環境で可能な限り、以下の点に配慮をお願いします。

- ①母乳栄養継続のために、授乳スペースを確保してください。独立した部屋として確保できない場合は、段ボールで仕切るなどプライバシーが保たれるような場所づくりの工夫をお願いします。
- ②人工栄養の場合は、備蓄庫に粉ミルク・哺乳瓶は備蓄されていますが、哺乳瓶の洗浄、消毒ができない場合は、衛生的な紙コップでも代用できます。
- ③寒い季節は、毛布、使い捨てカイロなどを使って、乳幼児の保温に配慮しましょう。
- ④暑い時期には、熱中症予防のための通風や水分の補給に努めましょう。
- ⑤乳幼児の泣き声や動き回るなどの行動により、家族は周りに気兼ねし、ストレスとなります。乳幼児を持つ人同士で交流したり、助けあったりできるような配慮をお願いします。



## コラム

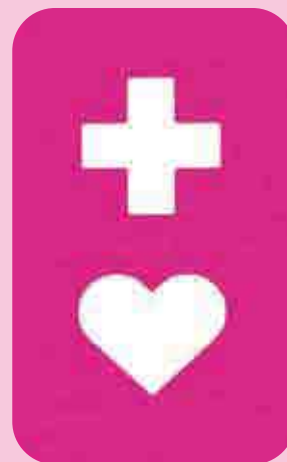
## ◆「ヘルプカード」を見つけた時は、支援にご協力を

練馬区では、緊急時や災害時、外出時等において、支援や見守り等を必要とする方などを対象に、平成26年度より「ヘルプカード」を配布しています。その中には、障害の特性や個々の状態に応じた必要な配慮や支援内容が記載されます。

ヘルプカードをお持ちの方を見つかったり提示された場合は、記載内容に沿った支援をお願いします。

また、東京都では、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくする目的で、「ヘルプマーク」を作成し、都営交通を中心に配布や標示を実施しています。区内では障害者施策推進課、総合福祉事務所および保健相談所でも配布しています。

「ヘルプカード」のマークと「ヘルプマーク」は同じマークです。



ヘルプマーク