

障がいのある方の防災対策チェックシート①

普段から確認しておきたいこと！

■お住いの立地などの条件を把握する！

- 自然災害による津波・洪水・崖崩れ・大規模な火災等の危険があるか確認している。
- 自治体などが発行するハザードマップなどを確認する。

※災害(予測)の程度によっては、避難場所や避難所等に行く必要があります。

■ご自宅の耐震性を確認する！

- ご自宅の耐震性能について調査し、地震に対する安全性を確認している
- 【参考】これから確認する方へ「誰でもできるわが家の耐震診断」(財)日本建築防災協会

[詳しくはこちら](#)

※災害(予測)の程度によっては、避難場所や避難所等に行く必要があります

■屋内の危険箇所を確認する！(家具転倒による怪我軽減や避難経路確保のために)

- 居間や寝室などに大型の家具は置いていない。
- 大型の家具がある場合、転倒防止器具を取り付けている。
- 食器戸棚の扉開放防止器具を設置している。
- 冷蔵庫・電子レンジ・テレビ等の家電の転倒防止対策をしている。
- 出入口や通路に物を置いていない。
- ガラスには飛散防止フィルムを貼っている。
- 火災報知機・けむり探知機を設置しており、定期的に点検をしている。
- 消火具が準備しており、定期的に点検をしている。

■災害時における支援体制について確認する！

- 避難に支援が必要な場合は、自治体が作成する「避難行動要支援者名簿」(★①)に登録している。
- ※登録においては、避難支援者等関係者への情報提供に同意する必要があります。
- 近隣住人とコミュニケーションを取り家族構成などを伝えている。
 - 無理のない範囲で、周囲に病気や障害があることを伝えている。
 - 支援を受ける際に配慮してほしいことを書いた「ヘルプカード」を作成している。
 - 災害時にも薬の確保や診療ができるよう、医師に相談している。

■避難場所・避難所を確認する！

- 避難場所と避難場所までの避難路を確認している。
「地震」「津波」「洪水」「崖崩れ」「大規模な火災」等の危険から逃れるための場所
 - 避難所と避難所までの避難路を確認している。
家の倒壊・焼失等によって自宅での生活が困難になったときに、しばらく生活する施設。
- ※市町村より「一時避難場所」「広域避難場所」等の異なる呼び方をしている場合もあります。
- バリアフリーなどの問題で避難所が使いそうにない場合は、あらかじめ自治体に連絡して相談している。
 - 近隣の福祉避難所指定施設(★②)を確認している。
 - マンションの高層階にお住いの方は、階段の昇り降りができるか確認をしている。
 - 感染症対策が必要な事態は、密を避けるため親戚・知人宅など事前に避難する場所を決めている。

障がいのある方の防災対策チェックシート②

自宅を安心できる在宅避難場所にするために！

■家具類の転倒防止補助具の設置

上記記載の「■屋内の危険箇所の確認する！」ご参照

■停電に対する備え

- ランタン(予備電池含む)
- 携帯電話用の充電器(予備電池含む)
- カセットガスコンロ(カセットガス)調理用
- 暑さ対策の冷風扇(電池)・うちわなど熱中症を予防するための準備
- 寒さ対策のカイロなどの暖をとるための準備
- 蓄電池(扇風機・テレビ・パソコンなど)
- 電動の医療機器を使用されている方は、停電時の対策を医師や機器メーカーに対応策を相談しておく。

■断水に対する備え

- 簡易トイレ 1人1日5回×3日分以上(推奨は7日分 35回以上)
- ドライシャンプー
- 体拭き用ウェットタオル
- ウェットティッシュ
- 口腔ケア
- 入歯洗浄剤
- アルコール消毒剤

■食糧・飲料・その他防災用品の備え

- 調理が不要で、そのまま召し上がれるレトルト保存食品の準備。
- 普段食べ慣れた食品の中で、調理が少なく食べられるものをストックしている。
- 栄養バランスを考えた食品。
- 1人最低3日分の食糧(1日3食×3日=9食)と飲料水(1日3L×3日=9L) 推奨は7日分(21食)
- 避難所や親戚宅への避難先で使用する避難セット。
- 常備薬・メガネなどをセットに入れておく

★① 避難行動要支援者名簿とは、

災害対策基本法に基づき、大地震などの災害が起こったときに、自力で避難することが難しく、支援を必要とする方々(避難行動要支援者)を、あらかじめ登録しておく名簿です。各家庭で災害 に対して備えておくとともに、日ごろから地域の方々との交流をはかり、必要な支援について理 解してもらうことが重要です。

★② 福祉避難所とは、

福祉避難所は、災害対策基本法による避難所の指定基準の一つとして、以下のように規定されています。「主として高齢者、障害者、乳幼児その他の特に配慮を要する者(以下この号において「要配慮者」という。)を滞在させることが想定されるものにあつては、要配慮者の円滑な利用の確保、要配慮者が相談し、又は助言その他の支援を受けることができる体制の整備その他の要配慮者の良好な生活環境の確保に資する事項について内閣府令で定める基準に適合するものであること。」(災害対策基本法施行令第20条の6第5号)。内閣府令で定める基準は、次の通り(災害対策基本法施行規則第1条の9)。高齢者、障害者、乳幼児その他の特に配慮を要する者(以下この条において「要配慮者」という。)の円滑な利用を確保するための措置が講じられていること。災害が発生した場合において要配慮者が相談し、又は助言その他の支援を受けることができる体制が整備されること。災害が発生した場合において主として要配慮者を滞在させるために必要な居室が可能な限り確保されること。