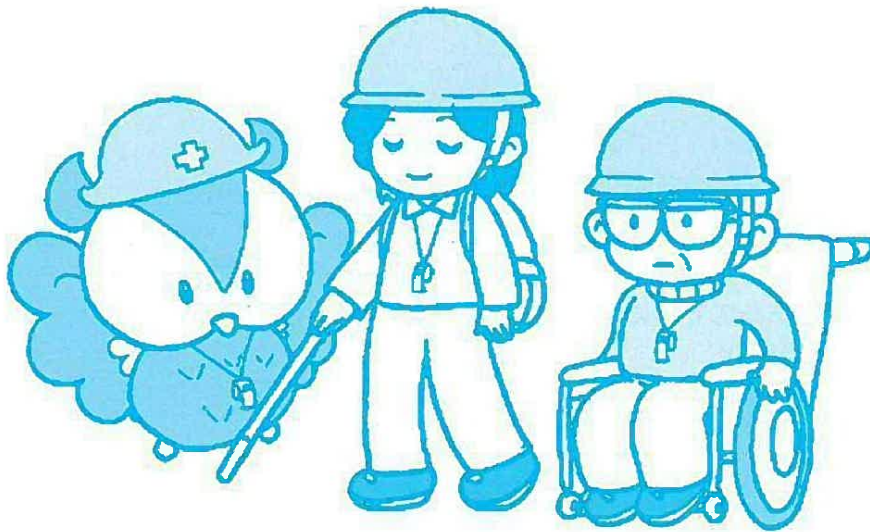
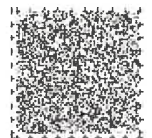


としまくしょうがいしゃぼうさい てび 豊島区障害者防災の手引き



「としまなまる」©豊島区

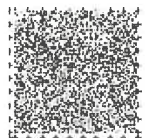
としまく
豊島区





もくじ 目次

ほんしょ つか 本書の使いかた	1
I ふだん そな 普段から備えておくこと	2
II しょうがい そな 障害によって備えておくこと		
1 しかくしょうがい かた 視覚障害のある方	5
2 ちょうかくしょうがい かた 聴覚障害のある方	6
3 したいふじゆう かた 肢体不自由のある方	7
4 ちてきしょうがい かた 知的障害のある方	8
5 せいしんしょうがい かた 精神障害のある方	9
6 なんびょうかんじゃ ないぶしょうがい かた 難病患者・内部障害のある方	10
III さいがいじ しょうがい かた て あ 災害時に障害のある方と出会ったら		
1 しかくしょうがい かた ほうほう 視覚障害のある方のサポート方法	11
2 ちょうかくしょうがい かた ほうほう 聴覚障害のある方のサポート方法	12
3 したいふじゆう かた ほうほう 肢体不自由のある方のサポート方法	13
4 ちてきしょうがい かた ほうほう 知的障害のある方のサポート方法	14
5 せいしんしょうがい かた ほうほう 精神障害のある方のサポート方法	15
6 なんびょうかんじゃ ないぶしょうがい かた ほうほう 難病患者・内部障害のある方のサポート方法	16
IV きゅうえん いちらんひょう 救援センター一覧表		
1 きゅうえん 救援センター	17
2 ふくしきゅうえん 福祉救援センター	18
3 きゅうえん うんえい 救援センターでの運営について	19
V としまく とく 豊島区の取り組みについて	21
VI ほか その他	23
VII じぶん じょうほう 自分の情報をまとめよう	25



ほんしょ つか かた 本書の使い方

この「豊島区障害者防災の手引き」は、災害が起こったときの様子を想像し、自分で書き込みながら作るワークブックです。

I 普段から備えておくこと (P.2)

普段から持ち歩くもの、非常時に持ち出すものを確認し、準備したのものには確認欄にチェックをつけていきましょう。すべてそろったら、リュックサックに入れて、すぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。

例 食料品・乾パン・ビスケット・かんづめなどの非常食

おお 大きな地震が発生したら (P.3)

地震発生時の心得10か条とあわせて読みましょう。避難する場合の救済センターや待ち合わせ場所、家族や支援者の連絡先を確認しましょう。

II 障害によって備えておくこと (P.5~10)

自分の障害のページを確認しましょう。普段から備えておくもの、事前に準備するものとは別に、自分にとって必要なものを書き出してみましょう。

災害が発生した様子を想像して、書き込みながら進めましょう。

【例】 災害が起こったときは、(家族や近所の人)に聞いて、または(豊島区安全・安心メール)を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。私の避難所は(清和小学校)。避難所へ行く途中では、(電信柱)が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるため、迂回ルートも検討する。

じぶん じょうほう VII 自分の情報をまとめよう (P.25~28)

I から VII までの内容を振り返りながら、まとめましょう。

まとめが終わったら、記入例を見ながら支援カードを完成させましょう。




カードが完成したら、切り取って、障害者手帳やヘルプマークと共に持ち歩きましょう。



I 普段から備えておくこと

災害による被害を少なくするためには、事前の準備がとても大切です。以下に用意しておく便利なものをまとめました。災害が起こる前に準備を進めましょう。

<普段から持ち歩くもの>


- 常用している薬 
- ホイッスル（笛） 
- ヘルプカード P.21 参照 
- 地域の地図（携帯用）

<非常時に持ち出すもの>

貴重品類

- 現金（電話用の10円玉を含む）
- 預金通帳
- 印鑑
- カード（銀行・クレジットカード等）
- 身分証明書（保険証、免許証、障害者手帳など）
- お薬手帳


避難用具

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備の乾電池 
- ヘルメット、防災ずきん、軍手


生活用品

- 厚手の手袋
- 毛布
- 缶切り
- ライター、マッチ
- ナイフ
- 携帯用トイレ
- 筆記用具


救急用具

- 救急箱 
- 生理用品

非常食品

- 乾パン
- 缶詰
- 栄養補助食品
- アメ・チョコレート
- 飲料水 

衣料品

- 下着・靴下
- 長袖・長ズボン
- 防寒用ジャケット
- 雨具 
- カイロ



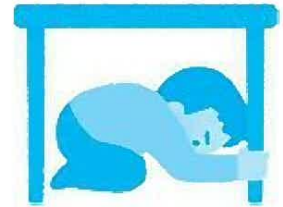
おお じ しん はっせい 大きな地震が発生したら

◎まず、身の安全を図りましょう

室内で揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、テーブルの下や安全な空間に身を寄せましょう。つかまれるものがあれば、しっかりつかまりましょう。車いすを使用している場合は、ブレーキをかけ、揺れがおさまるのを待ちましょう。外にいる場合は自動販売機や塀から離れましょう。

ポイント！

揺れがおさまったら、落下物に注意しながら、周囲の様子を確認しましょう。



◎火気の確認や始末をしましょう

大きな揺れがおさまったら、家族や近所の人と共に、火気の確認や始末をしましょう。

◎一人で避難するのはやめましょう

大地震の後は、普段と大きく様相が違います。サポートしてくれる人に誘導の方法を伝え、一緒に避難しましょう。できるだけ、一人で行動しないようにしましょう。普段使っている道も、災害の影響で通れなくなっていることがあります。近くに人がいないときは、ホイッスル（笛）を使って人を呼ぶ方法もあります。

◎避難用の鞆等で準備しましょう

大地震の後は、すぐに荷物をまとめられないことがあります。あらかじめ、荷物をまとめておきましょう。

救援センターには、コミュニケーションボード等の物品も準備されていますが、自分でも準備しておきましょう。



じしん とき 地震その時 10のポイント

地震 その時10のポイント



地震直後の行動

落ちついて 火の元確認 初期消火

火を撲つている時は、揺れがおおきくなってから、あわてずに火の元を確認し、初期消火を試みる。揺れがおおきくなると、火の元を確認し、初期消火を試みる。

地震時の行動

地震だ！ まず身の安全

揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
 ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。
 【高層階（概ね10階以上）での注意点】
 ・高層階では、揺れが数分続くことがある。
 ・大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。

あわてた行動 けがのもと

室内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
 ・瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。

窓や戸を開け 出口を確認

揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確認する。

門や扉には 近寄らない

扉外で揺れを喰したら、ブロック崩し心には近寄らない。

地震後の行動

火災や津波 確かな避難

地域に大規模な火災の危険がせまらば、母の危険を感じたら、一斉集合場所や避難所に避難する。
 ・沿岸部では、大きな揺れを感じたら、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に速早く避難する。

正しい情報 確かな行動

ラジオやテレビ、防災書、行政などから正しい情報を得る。

確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。

協力し合って 救出・救援

当惑家や行動不便な方の下駄を借り、必要に応じて協力し、救出・救援する。

避難の前に 安全確認電気・ガス

避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めて避難する。

東京消防庁 「地震 その時10のポイント」より抜粋
 URL : https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou_topic/jisin/point10.htm

<住宅の防災対策>忘れていませんか？

- ご自宅の耐震性は大丈夫ですか。
- 家具が倒れたりしないように固定してありますか。
- ガラスが割れないように、シートなどをはり付けてありますか。
- 高い場所に重いもの、われものは置いていませんか。



※大地震の脅威から身を守るためには、地震が来ても「倒れない・燃えない家」
 「家具等が転倒・落下しない安全な部屋」が何よりも重要です。
 そして、万が一、火が出た時には隣近所で初期消火することが大切です。



Ⅱ 障害しょうがいによって備そなえておくこと

この章では、障害種別しょうがいしゅべつに災害対策さいがいたいさくをまとめてあります。
各項目かくこうもくを参考さんこうに、災害さいがいに備そなえましょう。

1. 視覚障害のある方

事前に準備するもの

書き込みながら進めましょう。

書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

私に必要なものは…

(P.2 に追加して準備する) .

- 白杖 (蛍光テープ付き)
- 予備の白杖 (非常時用のカバンに入れておく)
- 点字盤
- 盲導犬のエサや水

自分に必要なものを5つ程度考えてみましょう。

災害が起こったときは…

火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認するために、誰に聞きますか。

また、どんなサービスを使うことができますか。

避難所はどこですか。避難所への経路は確認していますか。

避難所へ行く途中で、危険な道はどこですか。避難経路が建物の崩壊などにより通れない場合の迂回ルートはどこですか。

<確認しておきましょう>

心身障害者福祉センター (目白 5-18-8) の災害時用備蓄保管庫内に

- ・視覚障害者用白杖
- ・視覚障害者向け防災ベスト

が保管されています。



2. 聴覚障害のある方

事前に準備するもの

書き込みながら進めましょう。

書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

私に必要なものは…

(P.2 に追加して準備する)

- メッセージカード
- 災害バンダナ (P.22 参照)
- 電話お願い手帳 (P.23 参照)
- 字が書けるもの (携帯用ホワイトボード等)
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

災害が起こったときは…

() (人名) に聞いて、または () (サービス)

を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。

私の避難所は ()。避難所へ行く途中では、()

が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるため、迂回ルートも検討する。

<確認しておきましょう>

災害バンダナはお持ちですか？

豊島区で作成したものを、豊島区役所障害福祉課で配布しています。聴覚障害者用「耳が聴こえません」と支援者用「手話ができます」が一緒になっています。手話通訳のできる支援者にも渡しておきましょう。

災害情報を得る、伝えるために

- 電話お願い手帳
- 119 番 FAX
- 緊急ネット通報

の登録、使い方の確認をしましょう。

(登録方法などは P. 23、24 参照)

- 豊島区安全・安心メール
- (登録方法などは P. 21 参照)



3. 肢体不自由のある方

事前に準備するもの

書き込みながら進めましょう。

書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

私に必要なものは…

(P.2 に追加して準備する) .

- おぶいひも
- 杖
- 車いす用かっぱ
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

災害が起こったときは…

(_____) (人名) に聞いて、または (_____) (サービス) を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。
私の避難所は (_____)。避難所へ行く途中では、(_____) が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるため、迂回ルートも検討する。

<確認しておきましょう>

車いすの点検はしていますか？

車いすの点検をしっかりとすることにより、災害時のトラブルを減少させることができます。特に、車いすのタイヤの定期的な点検、電動車いすの場合は、バッテリーの残量に注意しましょう。

避難経路の確認はしていますか？

車いすで避難をする場合は、災害の影響で通れなくなっているところもでてきます。迂回経路も考えておきましょう。

また、車いすが使用できない場合も、想定しておきましょう。

移動が危険だと判断したら、警察(110番)に保護を頼むようにしましょう。



4. 知的障害のある方

事前に準備するもの

私に必要なものは…

書き込みながら進めましょう。
書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

(P.2 に追加して準備する) .

- 薬の処方箋の明細
- 医療機関のリスト
-
-
-
-
-
-

災害が起こったときは…

() (人名) に聞いて、または () (サービス)

を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。

私の避難所は ()。避難所へ行く途中では、

() が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるので、

迂回ルートも検討する。

<確認しておきましょう>

• 災害が起きた時にどこに避難するか、事前に家族と話し合っておきましょう。
また連絡方法も決めておきましょう。

• ヘルプカードや災害時支援カードを持ち歩きましょう
ヘルプカードや災害時支援カードに必要なサポート内容、注意点など詳細を
書いておきましょう。



5. 精神障害のある方

事前に準備するもの

私に必要なものは…

(P.2 に追加して準備する)

- 薬の処方箋の明細
- 医療機関のリスト
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

書き込みながら進めましょう。

書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

災害が起こったときは…

() (人名) に聞いて、または () (サービス)

を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。

私の避難所は()。避難所へ行く途中では、()

が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるので、迂回ルートも検討する。

<確認しておきましょう>

薬の確保はしていますか

普段使用している薬を必ず持って避難しましょう。また、医師の指示通りに薬を飲むのを忘れないようにしましょう。災害がおきたときの対処法を事前にかかりつけのお医者さんに相談しておくとう安心です。

安全な避難のために準備しましょう

大地震の後は、普段と大きく様相が違ってきます。不安な気持ちになるかもしれませんが、あわてずに、落ち着いて行動しましょう。

避難をしている際に、ストレス・不安が強くなる場合があります。医師の指示どおりに薬を服用することを忘れないようにしましょう。



6. 難病患者・内部障害のある方

事前に準備するもの

書き込みながら進めましょう。

書き込んだ内容は巻末のカードにまとめましょう。

私に必要なものは…

(P.2 に追加して準備する) .

- 薬の処方箋の明細
- 医療機関のリスト
- ヘルプマーク
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

災害が起こったときは…

() (人名) に聞いて、または () (サービス) を使って、火災の有無、自宅や周辺の様子、災害情報を確認する。
私の避難所は () 。避難所へ行く途中では、 () が倒壊・壊れやすくなっている可能性があるため、迂回ルートも検討する。

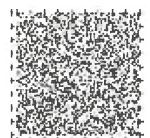
<確認しておきましょう>

・薬の準備

災害時にはかかりつけの医療機関で治療を受けられない可能性があります。普段使用している薬は、主治医と相談して、常に一週間分程度余分に持つようにしましょう。

・医療器材の確保

人工呼吸器、酸素供給器等を利用している方は、必要な医療材料を確認し、予備の器材や電源の準備をしておきましょう。
また、医療器材は必ず安全な場所にまとめて保管しましょう。



Ⅲ 災害時に障害のある方と出会ったら

この章では障害のある方のサポート方法を障害種別にまとめてあります。
困っている方を見つけたら、以下を参考にサポートしましょう。

1. 視覚障害のある方のサポート方法

視覚障害のある方は、普段の生活をしている場所でも、災害で街の様相が変わってしまうと、行動が大変困難になります。そのため、周りの方の支援がとても大事になってきます。

①揺れがおさまったら

○周囲の状況を説明しましょう

視覚障害の方は、周囲の状況をうまく把握できないため、不安になっています。周囲の状況を説明し、避難が必要であれば誘導しましょう。

②誘導のしかた

○希望の介助方法を聞きましょう

まずは、声をかけて本人の希望を聞きましょう。いきなり身体に触ってしまうと、驚いてしまいます。介助する人は、杖を持っていない側に立ちましょう。

○移動しましょう

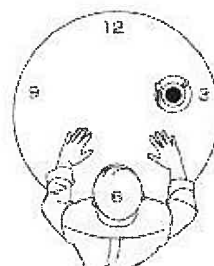
介助者は二人分の幅をとって、半歩前を歩きましょう。

○状況を説明しましょう

視覚障害の方には移動中も、周囲の状況を説明しましょう。また、表現は必ず具体的な表現にしましょう。

(例) × あっち、こっち

- 3時の方向に
- 5歩先に



○段差・階段では必ず声をかけましょう

必ず一度止まったうえ、上りの階段、下りの階段と説明しましょう。

○止まるとき、歩き始める時は必ず声をかけましょう



2. 聴覚障害のある方のサポート方法

災害時における情報の伝達は、多くが音声によって伝達されます。そのため、聴覚障害のある方は災害時に情報の入手が困難になってしまいます。

専門的な知識のいる手話ができなくても、筆談、身振り手振りなど、だれでもできる方法で情報を伝達することが可能です。困っている方がいたら、サポートしましょう。

①揺れがおさまったら

○安全を確保しましょう

周りに危険なものがない、安全な場所に誘導しましょう。緊急に避難する必要がある場合は、落ち着いて分かりやすい身振り手振りで伝えましょう。

②情報の伝達のしかた

○話始めには必ず、分かりやすい合図をしましょう

聴覚障害の方が、分かるような合図をしましょう。(例：肩をたたくなど)

○筆談

情報を紙に書いて伝達します。災害時には、紙やペンがない場合も想定されます。その場合には、手のひらや、相手の背中に書いて伝えましょう。

○口の動きで伝える

話し手の口の動きをみて言葉を読み取れる方もいます。その場合には、顔をまっすぐに向け、口をきちんと開けて普通に話をしましょう。一文字ごとに区切るより、句読点で句切って伝える方がわかりやすいです。

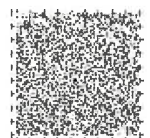
(例) × だ・い・じ・ょ・う・ぶ・で・す・か・？

○ だいじょうぶ ですか ？

○その他

身振り、絵、図など様々な方法があります。その場の状況に応じて対応しましょう。一番大切なのは伝えようとする気持ちです。

また、豊島区で配布している災害バンドナ (P22 参照) について、知っておきましょう。



3. 肢体不自由のある方のサポート方法

肢体不自由のある方は、災害時において移動に支障が出る場合があります。そのため特に移動を中心とした支援が必要となります。また、車椅子、歩行器具、杖など、利用している器具により、対応が異なります。

誘導方法

注意：車いすによって仕様が異なる場合があるので、利用者に確認しながら誘導しましょう。

○車いすでの誘導

安全な移動 まず、安全に移動できるよう、必要に応じてベルトなどで車いすに体を固定します。

注意：必ず駐車ブレーキが入っているか確認をしましょう。思わぬ事故につながる恐れがあります。

声掛け 動かす前には必ず一声かけましょう。急な発進、停止は乗っている人を不安がらせてしまいます。

段差 段差を越えるときは、
①「持ち上げます」と声をかけます。
②ティッピングバー（下図参照）を踏み、車いすの前輪を上げます。
③キャスター（前輪）をゆっくり段差の上ののせます。
④後輪を上げ、前進します。

段差を降りるときは、
後ろ向きに後輪から降ります。

階段 3人から4人で車いすを持ち上げゆっくり移動します。
（どうしても車いすごと持ち上げられない場合は、無理をしないで車いすを置いて避難しましょう。人命が第一です）

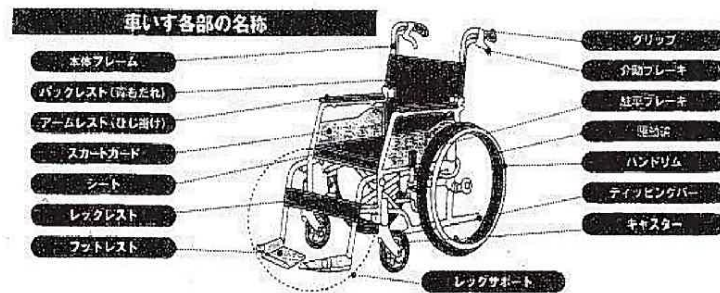
○車いすを利用しない方の移動

幅広いひもでおぶって移動します。

○杖を使っている人の移動

段差やでこぼこの少ない場所を選んで歩くようにしましょう。

参考



4. 知的障害のある方のサポート方法

知的障害のある方は、災害時に自分のことをうまく伝えることができず、パニックになってしまったりします。落ち着いて対応する必要があります。決して大きな声を出したり、叱ったりしないでください。落ち着いて対応していけば、しだいに落ち着いてきます。

①声かけについて

○ゆっくり・はっきり・明瞭に話しかけましょう。

必要以上に大きな声で話しかけるのはやめましょう。

○短い文で、ひとつひとつ丁寧に伝えましょう

○肯定的な表現を使いましょう

× 危なく・ない 怖く・ない

○ 安全 安心

○本人の理解を第1に

一問一答のように、一つ一つのことを確認しながら話しましょう。分からなくても反射的に「はい」と返事をしている場合もありますので、注意が必要です。また、オウム返し（聞いた言葉をそのまま繰り返している。）をしている場合もあります。オウム返しにこだわり過ぎずに、基本的には否定せず、落ち着いた口調で優しく接しましょう。また、言葉ではなく、文字や絵、身振りなどでコミュニケーションをとる方法も有効です。

②本人に確認すること

○近くに支援者がいないかを確認しましょう

名前や連絡先を聞きましょう。本人がうまく言えない場合は、持ち物の中から連絡先が分かるものを捜し、保護者に連絡しましょう。

③緊急性が高い場合は

○安全に誘導しましょう

必ずだれかが付き添い、一人にしないようにしましょう。手を引いて誘導する場合には、恐怖心を与えないように、ゆっくり手を引いて誘導しましょう。



5. 精神障害のある方のサポート方法

精神障害のある方は、普段の生活からも多くのストレスを受けています。災害時には、特に強い不安や緊張を感じる可能性があります。サポートする人は、不安をやわらげるようにすることが大切です。

①揺れを感じたら

○安全を確保しましょう

テーブルの下に入ることなど身の安全を確保するよう指示しましょう。ただし、怒鳴るような大きな声で指示をすると、叱られているように感じ、不安を助長させる可能性があります。あせらず、落ち着いた声で指示しましょう。また、どうしても理解することが困難な状況の場合には、やさしく手を引いて誘導しましょう。

②揺れがおさまったら

○安全な避難

状況を具体的に説明しましょう。今何が起きているか把握することができると、安心します。落ち着いた声で優しく説明しましょう。また、口頭での指示が伝わりにくい方の場合には、文字や絵をかいて説明すると有効な場合があります。

○普段飲んでいる薬は必ず飲むよう勧めましょう

○声掛けについて

ゆっくり・はっきり短い文節で明瞭に話しましょう。また、伝えたことが理解されたか、確認しながら話しましょう。

○接し方のコツ

必ず相手を受け入れる姿勢で接しましょう。災害時の不安から、普段とは異なった行動が出ることもあります。安心させようと接しても、本人の受け取り方次第では、逆効果になる場合もあります。サポートする人も冷静でいましょう、不安な気持ちが伝わってしまうかもしれません。大事なことは、不安をやわらげることです。



6. 難病患者や内部障害のある方のサポート方法

一見障害をもっていないように見えても、実際は大変な症状を抱えている場合があります。まずは、本人に状況を確認し、必要に応じて医療機関に連絡をし、その指示に従うことが大切です。何か困っている方がいたら、声をかけましょう。

①揺れがおさまったら

○本人の要望を確認しましょう

状態によっては健康そうに見えることがありますが、体調に波があり体力的な制限があるので、様々なことについてその人の状態とペースにうまく対応しましょう。

周りに危険なものがない、安全な場所に避難しましょう。

また、緊急に避難する必要がある場合は、分かりやすい身振り手振りで伝えましょう。

②本人の状態の確認

○相手の要望をしっかりと聞きましょう

病気の種類によって、必要なサポート内容が異なってきます。しっかりと要望を聞き、的確に対応しましょう。一見元気そうな方でも、実は重い病気を患っている可能性もあります。落ち着いて相手の話をしっかりと聞きましょう。

③その他

○医療機関へ連絡を取る

依頼があれば、消防署と連絡をとって、早急に受け入れ先や病院の確保や移動手段の確保をしましょう。

○携帯電話の使用確認をとりましょう

ペースメーカーを使用している場合には、携帯電話の電波によって誤作動を生じる恐れがあります。必ず使用確認をとりましょう。



IV 救 援 セ ン タ ー 一 覧 表

1. 救 援 セ ン タ ー

災害により住宅が住めない状態となった場合、一定の期間、避難生活する場所です。情報連絡や給水・給食、医療救護など支援の拠点ともなります。

また、「一時集合場所」の機能を併せ持っています。

としまくきゅうえん いちらん 豊島区救 援 セ ン タ ー 一 覧

令和2年3月現在

番号	救 援 セ ン タ ー	所在地	番号	救 援 セ ン タ ー	所在地
①	清和小学校	巣鴨 3-14-1	⑱	椎名町小学校	南長崎 4-30-5
2	西巣鴨小学校	西巣鴨 1-27-1	20	南長崎スポーツ公園	南長崎 4-13-5
3	朝日小学校	巣鴨 5-33-1	㉑	千早小学校	千早 3-33-5
4	巣鴨北中学校	西巣鴨 3-17-1	22	豊島体育館	要町 3-47-8
5	豊成小学校	上池袋 1-18-24	23	さくら小学校	長崎 6-16-1
⑥	朋有小学校	東池袋 4-40-1	24	明豊中学校	長崎 5-31-29
7	池袋第一小学校	上池袋 4-28-1	25	西部区民事務所	千早 2-39-16
⑧	西池袋中学校	西池袋 4-7-1	26	要小学校	要町 2-3-20
9	みらい館大明	池袋 3-30-8	㉗	高松小学校	高松 2-57-22
10	池袋小学校	池袋 4-23-8	28	千川中学校	高松 1-9-21
11	池袋第三小学校	西池袋 3-14-3	29	仰高小学校	駒込 5-1-19
⑫	南池袋小学校	南池袋 3-18-12	⑳	駒込小学校	駒込 3-13-1
⑬	高南小学校	高田 2-12-7	31	駒込中学校	駒込 4-5-1
14	千登世橋中学校	目白 1-1-1	㉒	旧文成小学校	池袋本町 4-36-1
15	目白小学校	目白 2-11-6	33	池袋本町小学校 池袋中学校	池袋本町 1-43-1
⑬	長崎小学校	長崎 2-6-3	㉔	巣鴨小学校	南大塚 1-24-10
17	富士見台小学校	南長崎 1-10-5	35	西巣鴨中学校	南大塚 3-18-1
18	旧真和中学校	目白 5-24-12			

※番号横に○のある施設は地域本部も兼ねた救 援 セ ン タ ー
下線のある施設は手話ボランティア参集場所（予定）

※地震に伴う大規模な延焼火災から都民の命を守るため、東京都が指定している「避難場所」があります。

「避難場所」は豊島区ホームページ上でも公開されています。



2. 福祉救 援センター（通所型）

特別な設備等がなければ生活が困難な避難行動要支援者等のうち、障害者のための救 援センターです。

例えば、心障センター、生活実習所、福祉作業所等が指定されています。

としまくふくしきゅうえん いちらん 豊島区福祉救 援センター 一 覧

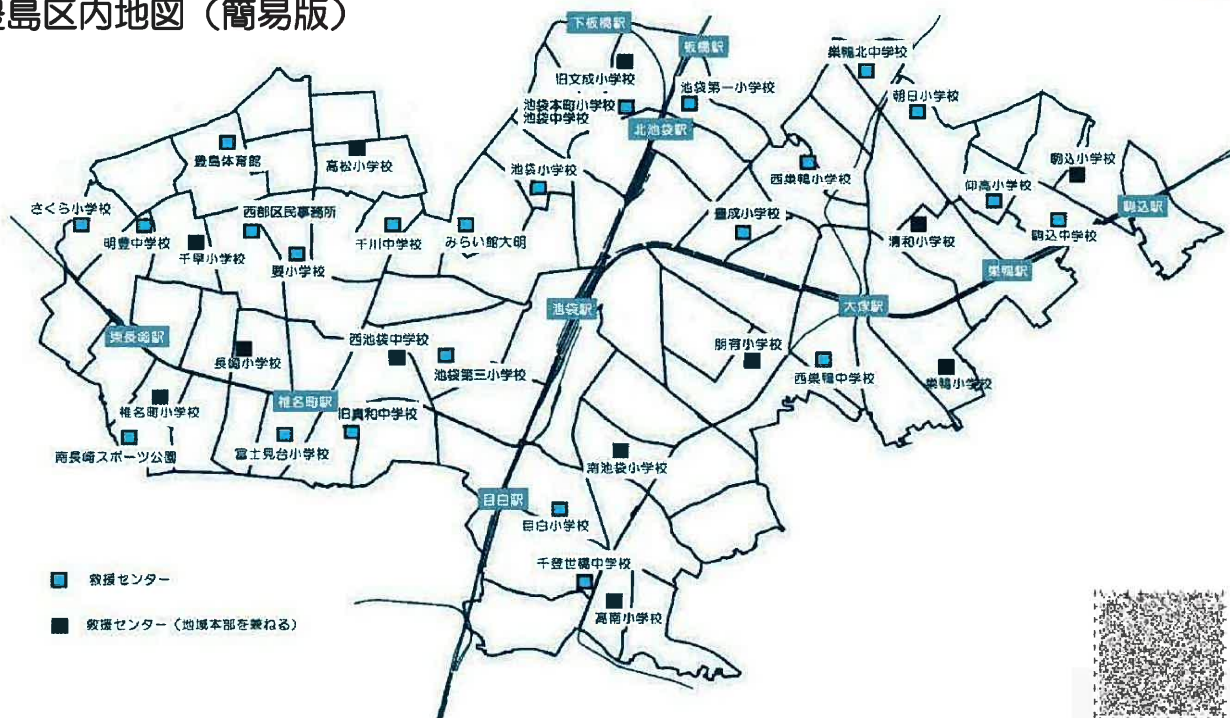
番号	福祉救 援センター	所在地
1	区立心身障害者福祉センター	目白5-18-8
2	目白生活実習所	
3	目白福祉作業所	
4	駒込生活実習所	駒込4-7-1
5	駒込福祉作業所	
6	都立大塚ろう学校	巣鴨4-20-8
7	いけぶくろ茜の里	池袋4-15-10
8	雑司谷デイサポートセンター	南池袋3-7-8

※上記令和2年3月段階の状況です。今後変更等ある場合がございますので、ご了承ください。

※詳細な地図につきましては、豊島区防災地図でご確認ください。

区ホームページでは、防災地図やハザードマップの掲載、配布場所の案内を行っています。

としまくないちす かんいばん 豊島区内地図（簡易版）



3. 救^{きゅうえん}援^{うんえい}センターの運営について

このページでは、救援センターにおいて障害のある方に出会った場合の支援方法等についてまとめています。チェックリストを確認し、ご配慮をお願いいたします。

○障害のある方への支援・救援センターの運営について（例）

安否の確認（被災地域の要援護者を確認）

放送やハンドマイク、プラカードを使用し、避難所及び周辺地区で確認

ニーズの把握（障害特性に応じた支援内容）

障害の程度や情報の取得方法を確認し、必要な支援を把握

関係者との連携（避難所等における活動）

行政、障害者協会、意思疎通支援者、保健師等が連携する

避難所の説明（トイレや風呂、配給場所など）

必要な支援に応じて、頭やホワイトボード等を活用し、場所や使用方法、状況の変化などを伝える

情報の共有（食料・救援物資の配給など）

放送やハンドマイク、プラカード、ホワイトボード等を使用し、最新情報を確実に伝える

機材・物品（共用品・消耗品の手配など）

ラジオ、テレビ（解説放送・字幕・手話放送）、電池等を手配する

厚生労働省 「視聴覚障害者等への避難所等における情報・コミュニケーション支援について」より抜粋

URL： <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000123603.html>



○救援センター等で生活する障害児者への配慮事項等について（例）

□入口・通路は広く確保する

車椅子の出入りには幅90cmが必要。方向を変える際にはさらに幅が必要です。つまづきや転倒を防ぐため、入口に靴を置かないようにしましょう。

□必要な支援を聞く・伝える

受付の際に必要な配慮を聞く・伝えることが大切です。支援が必要な際に出す合図などを決めておくことも有効です。

□案内や説明は様々な方法で

アナウンスは口頭だけでなく、書いて掲示しましょう。文字を読むことが苦手な方もいますので、必要に応じて絵で説明するようにしましょう。

□施設の説明を行いましょ

いつもと違うトイレは練習が必要になります。絵や文章、または口頭にて説明を行いましょ。また、トイレに行くのに案内や通路の確保も行いましょ。

□救援物資等の配給に配慮しましょ

常時の介護や見守りが必要な重度障害児者とご家族は、配給の列に並ぶことができない場合もあります。必要に応じて個別に物資を届けることが必要です。

□プライバシーの確保につとめましょ

障害の状況によっては、避難所の更衣のためのスペースに行けず、生活スペースで着替えやオムツ交換等をしなくてはならない場合があります。間仕切りで見えないようにする等、プライバシーが保たれるような工夫をしましょ。

□適度な運動を行いましょ

エコノミークラス症候群予防のために、適度な運動を心掛けましょ。障害によっては、集団での行動が苦手な方もいます。小集団での体操を行うなどの配慮をしましょ。

※移動の支援方法については P13 参照

厚生労働省 「～災害等緊急時の避難所における～障害のある人の支援」

URL : <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000123603.html>

厚生労働省 「避難所等で生活する障害児者への配慮事項等について」

URL : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/newpage_00002.html より抜粋



V としまくとく 豊島区の取り組みについて

① 豊島区安全・安心メール

豊島区では「防犯情報」「防災情報」「地震情報」「気象情報」の4つのカテゴリー別に、安全安心の暮らしに役立つ情報をメールでお届けする、メール配信サービスを行っています。

登録方法 <https://service.sugumail.com/toshima/>にアクセスしてください。

ご注意ください

- ・自動配信のため、早朝・夜中でも配信されることがあります。
 - ・登録料は無料ですが、受信料は利用者負担となります。
- ※防災行政無線放送の電話確認サービスもございます。
電話 0120-021131（無料）
詳しくは以下までお問い合わせください。



QRコード

豊島区防災危機管理課
電話 03-3981-1467 FAX 03-3981-1737

② ヘルプカード

ヘルプカードとは、援助を必要とする方が携帯し、いざというときに必要な支援や配慮を周囲の人にお願いするためのカードです。カードには緊急時の連絡先、障害・病気の名称、かかりつけ医、アレルギー等の情報を記入できます。

お願い！

ヘルプカードを持つ方を見かけましたら、ご協力、ご配慮お願いいたします。



ヘルプカード

配布場所：豊島区障害福祉課、東部・西部障害支援センター、池袋保健所、長崎健康相談所、東部・西部区民事務所、区立図書館、区内障害者通所施設、各都営交通機関



③ 災害バンダナ

豊島区では、災害時に身に着けることで、聴覚障害者であることや、手話でサポートが可能であることを周囲に伝えられるバンダナを作成しました。

豊島区にお住いの聴覚障害の方に、障害福祉課で配布しています。

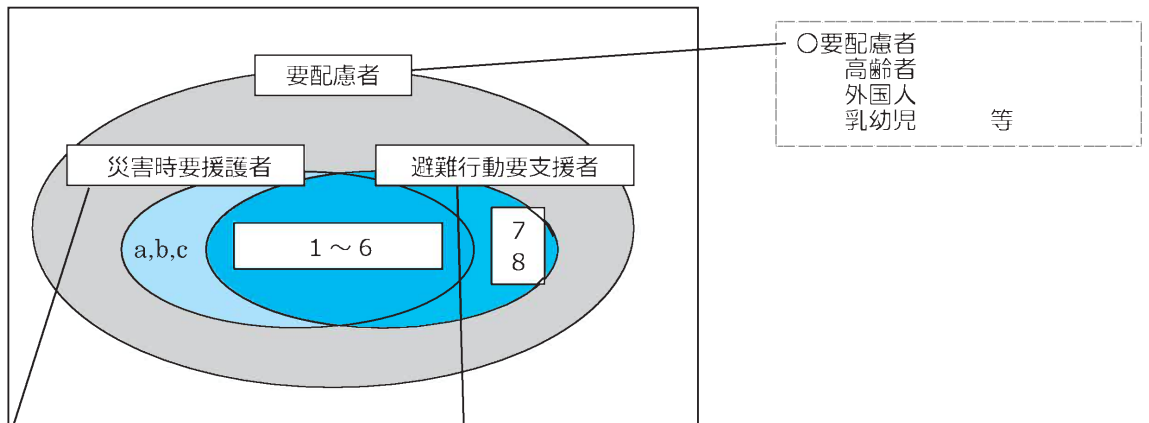
使用方法



災害バンダナ

④ 災害時要援護者対策

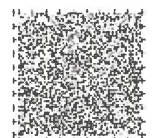
豊島区では、災害時の安否確認や避難誘導などに役立てるため、「災害時要援護者」、「避難行動要支援者」の名簿を作成し、地域防災組織（町会など）、消防、警察、民生委員などと共有しています。



○要配慮者
高齢者
外国人
乳幼児
等

○災害時要援護者
a 愛の手帳所持者(1~4級)
b 身体障害者手帳(1~4級)
c 要介護度(3~5)

○避難行動要支援者
1 愛の手帳所持者(1~3級)
2 身体障害者手帳の総合等級1、2級かつ下肢機能障害4級以上
3 体幹機能障害3級以上
4 移動機能障害3級以上
5 視覚障害1、2級の方
6 聴覚障害2、3級の方
7 人工呼吸器を利用している方で、別途区に名簿登載の申し込みをした方
8 1、2級の精神障害者保健手帳所持者で別途、区に名簿登載の申込をした方



ほか VI その他

① 電話お願い手帳

電話お願い手帳は、耳や言葉の不自由な方が、ご協力をお願いするとき使用するコミュニケーションツールです。

NTT 東日本の各支店等をはじめ、地方自治体窓口や福祉団体などを通じて無料でお配りしています。

表紙



電話を依頼するページ

〈電話お願い手帳 Web 版／アプリ版の提供もあります。〉

WEB 版

http://www.ntt-west.co.jp/kouken/torikumi/denwaonegai_web/

フィーチャーフォン版

http://www.ntt-west.co.jp/kouken/torikumi/denwaonegai_web/mobile/

QR コード



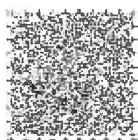
QR コード



② 緊急ネット通報

東京消防庁では、音声（肉声）による119番通報が困難な聴覚障害者等が緊急通報を行う補助手段として、携帯電話及びスマートフォンからウェブ機能を利用して東京消防庁に緊急通報（火災や救急などの通報）を行い、消防車や救急車の要請ができるシステムを導入しています。

なお、近くの方に助けを求められることができるときは、通報を依頼してください。



登録方法

- (ア) 登録用アドレス entry_13000@entry03.web119.info に空メール※を送信してください。(※文字を記入しないでメールを送信すること。)
- (イ) メールアドレス認証用URLから、メールアドレス認証を行い、送信します。
- (ウ) 申請手続き用URLから必要情報を入力し、申請します。

通報の仕方

通報用URLを選択することで、通報画面が起動します。東京消防庁が応答すると、チャット画面に切り替わりますので、状況を知らせてください。

お問い合わせ先

bouanka4@tfd.metro.tokyo.jp (東京消防庁)

③ 119 番 FAX

119番ファックス通報は、ファックスから「119」をダイヤルし、送信することで緊急通報を行うものです。事前登録等の必要はなく、電話での119番通報が困難なときなどに利用できます。

見本

注意事項

- あわてずにファックス通報ができるように、普段から119番ファックス通報用紙等に必要事項（住所、氏名など）をあらかじめ記入しておき、準備しておくことが大切です。
- ファックス機へ用紙を入れる際には、読み取る面を確認してから用紙をセットしてください。緊急時はあわててしまい、裏、表が反対に送信され、未記載の面が送信されるケースがあります。119番ファックス通報用紙は両面印刷となっています。あらかじめ、住所、氏名等を両面に記載しておきましょう。
- 近くに電話（119番通報）ができる方がいる場合は、その方に通報依頼をすることも有効な手段のひとつです。

④ Lアラート

Lアラートとは、災害発生時に地方公共団体・ライフライン事業者等が放送局やアプリなどを通じて情報を伝達する共通基盤です。詳細は総務省HP等でご確認ください。



Ⅶ じぶん じょうほう 自分の情報をまとめよう

1 ふりがな：自分の名前のふりがなをふりましょう

2 名前：自分の名前を書き込みましょう

3 生年月日：自分の生年月日を書き込みましょう

4 住所：自分の住所を書き込みましょう。

5 緊急連絡先：災害時に、家族や支援者が近くにいない場合があります。

連絡を取りたい人の電話番号を調べておきましょう。

【名前】 【電話番号】

【伝えてほしいこと】

6 障害の状況：自分の状況を書きましょう。例「耳がほとんど聞こえていません」

【】

7 服薬状況：いつも飲んでいる薬や頻度を書きましょう。例「〇〇を一日3回服薬」

【】

8 救済センター：指定されている救済センター（避難所）を書きましょう。

(17, 18 ページ)

別の待ち合わせ場所を決めている場合はそちらも書きましょう。

【救済センター／待ち合わせ場所】

9 コミュニケーションの取り方：苦手なことや、希望の対応を書きましょう。

例 「ゆっくり話してください。」「筆談をお願いします。」

【】

これまでのまとめをふりかえり、
災害時支援カードを見て、
書き込みながらまとめましょう。



10 **自分にできること**：自分に対応できることを伝えましょう。

例 「話している口の形で話していることが理解できます。」

【 】

11 **支援してもらいたい内容**：支援者に、どのような手助けが必要か知らせましょう。

例 「避難所まで連れて行ってください。」「家族に電話をしてください。」

【 】

12 **すぐに必要なもの**：日常生活に欠かせないものがあれば、書きましょう。

場所が分かっている場合は、書いておきましょう。

例 「かばんに薬が入っています。」

【 】

13 **生活の中で必要になるもの**：災害発生後、自宅や避難所で過ごすときに必要

になるものがあれば、書いておきましょう。

例 「災害用リュックが玄関にあります。」

【 】

14 **災害時に必要な情報**：災害の状況や注意報、道路の状況など、必要に

なる情報を書きましょう。

例 「防災無線の内容を教えてください。」「家の様子を教えてください。」

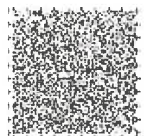
【 】

15 **支援して下さる方へ**：支援を申し出た方に、お願いしたいことや伝える

ことがあれば、書いておきましょう。 例 「手話通訳者を呼んでください」

【 】

次のページの記入例を見て、カードに記入してみましょう。



<p>記入例 (表)</p>	<p>9 コミュニケーションの取り方</p> <p>私が苦手なことは</p> <p>耳が聞こえにくいです</p> <p>お願いしたいことは</p> <p>マスクは外して話して下さい</p>	<p>8 救済センター (避難所)</p> <p>清和小学校</p> <p>家族や支援者との待ち合わせ場所</p> <p>家族と南池袋公園で待ち合わせしています。</p>	<p>9 コミュニケーションの取り方</p> <p>災害時支援カード</p> <p>災害をはじめとする有難の際、支援を必要としています。</p> <p>ご協力をお願いいたします。</p> <p>豊島区</p>	<p>7 服薬の状況</p> <p>かばんの中に入っている</p> <p>2種類の薬を一日3回服用しています。</p>	<p>6 障害の書状の状況</p> <p>聴覚・視覚・肢体不自由・知的・精神・難病・その他</p> <p>聴覚・視覚・肢体不自由</p> <p>聴覚・視覚・肢体不自由・知的・精神・難病・その他</p> <p>聴覚障害があるため、耳がぼぼ聴こえません。筆談をお願いします。</p>	<p>5 緊急連絡先</p> <p>名前</p> <p>(父) 田中 豊島</p> <p>〒171-863-30</p> <p>9921-1863-30</p> <p>救援センター</p> <p>〒171-863-30</p> <p>南池袋2-45-1</p>
----------------	--	---	--	---	---	--



<p>12 すぐに必要なものば…</p> <p>かばんの中に薬が入っています。 ポケットに入っている携帯電話を出してください。</p>	<p>13 生活の中で必要なものは…</p> <p>家の玄関に災害時用のリュックを準備しています。</p>	<p>14 災害時に必要な情報は…</p> <p>防災無線の内容を教えてください。 避難所の情報を教えてください。</p>	<p>15 支援してくださる方へ</p> <p>手話のできる人を呼んでください。</p>
<p>11 支援してもらいたいことは…</p> <p>家族に電話を掛けてください。 避難所の場所まで一緒に行ってください。</p>	<p>10 私にできることは…</p> <p>話している口を見て、内容が理解できます。</p>	<p>災害時支援カード</p> <p>災害をはじめとする有事の際、支援を必要としています。 協力をお願いします。</p> <p>豊島区</p>	<p>支援者の皆様へ</p> <p>裏側には、本人の名前、住所、連絡先等が記載されています。 支援して下さる際に、ご活用ください。</p>



豊島区「障害者の安全」対策委員会 委員名簿

委員長	長谷川 則之	豊島区聴覚障害者協会会長
副委員長	常松 洋介	豊島区保健福祉部長
委員	森田 晴久	豊島区目白協和会会長
委員	三輪 緑	豊島区民生委員・児童委員協議会 障がい福祉部会長
委員	京谷 宣明	豊島区身体障害者福祉協会会長
委員	磯崎 たか子	豊島区手をつなぐ親の会会長
委員	天摩 賢一	豊島区精神障がい者事業所連合会
委員	小宮山 芳人	豊島区身体障害者福祉協会副会長
委員	上原 直哉	豊島区立目白生活実習所・福祉作業所施設長
委員	須川 泰弘	東京消防庁豊島消防署警防課地域防災担当係長
委員	對馬 光範	東京消防庁池袋消防署警防課地域防災担当係長
委員	川島 外志美	豊島区民社会福祉協議会地域福祉推進課長
委員	渡邊 明日香	豊島区政策経営部行政経営課セーフコミュニティ推進室長
委員	五十嵐 友	豊島区総務部防災危機管理課危機管理担当課長
委員	澤田 浩禎	豊島区総務部防災危機管理課治安対策担当課長
委員	松田 芳隆	豊島区都市整備部道路整備課長
委員	増子 嘉英	豊島区都市整備部土木管理課長
委員	高橋 隆史	豊島区保健福祉部福祉総務課長
委員	栗原 せい子	豊島区保健福祉部障害福祉課長
委員	菊池 秀成	豊島区保健福祉部障害福祉サービス担当課長

発行日：令和2年3月

発行：豊島区

企画・編集：豊島区「障害者の安全」対策委員会

〒171-8422 豊島区南池袋2-45-1

電話 03-3981-1766

FAX 03-3981-4303

