

# お年寄りなどに対する避難支援

ひとり暮らしのお年寄りや障がいのある方は、災害時にすばやく避難することが困難です。日頃から、地域で支援が必要な人を把握して災害時には行動をとともにしてください。

## 高齢者・寝たきりの方

- 緊急のときは、おぶって安全な場所まで避難する。
- 複数の支援者で対応する。
- 不安を取り除くように声をかける。



## 肢体が不自由な方

- 階段では2人以上が必要。
- 上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- 支援者が1人の場合は、おぶりひもなどを用意し、おぶって避難する。



## 耳が不自由な方

- 話すときは、口の開け方をハッキリとし、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。



## 目が不自由な方

- 災害時には、声をかけ情報を伝える。誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持ってもらい、半歩前をゆっくりと歩く。



## 知的障がいのある方

- あわてないように優しい声で指示を出すか、手を取って安全な行動を促す。



## 内部障がいのある方

- かかりつけの医療機関をはじめ、病院や救護所などの情報収集の手助けをする。



# 非常持出品・非常備蓄品等

## 非常持出品（例）

できるだけ身軽に避難できるようにするため、非常持出品は避難に必要な物品や貴重品に限りましょう。

非常持出品は、リュックサック等に入れて避難するときの通道、玄関、寝室等においておきましょう。

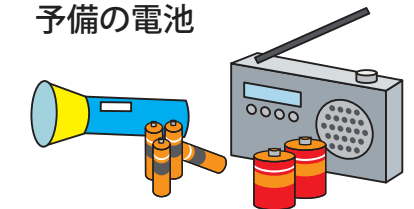
- メガネ、補聴器、入れ歯、普段飲んでいる薬



- 運動靴



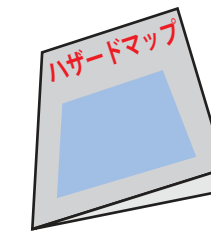
- 懐中電灯、携帯ラジオ、予備の電池



- 現金（小銭が重宝）、貴重品



- ハザードマップ



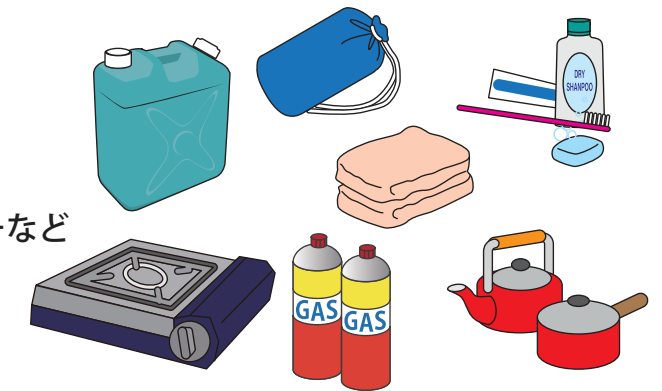
- 携帯電話



## 非常備蓄品（例）

災害発生直後、飲料水や食料等は、入手することが困難な状況が想定されます。数日間（最低3日間）を生活できるように各家庭で備えておきましょう。

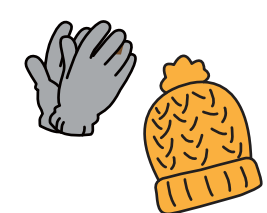
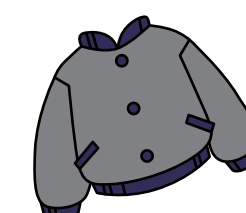
- 飲料水・食料 【参照ページ】 P16～17
- カセットコンロ、ガスボンベ、固形燃料
- 生活用水（風呂や洗濯機などに貯水）
- 毛布・寝袋・洗面用具、ドライシャンプーなど
- 調理器具（なべ、やかん、おたまなど）



## 寒さ対策に必要なもの（例）

地震・津波は、真冬におそってくる可能性もあります。寒さ対策に必要なものを備えておきましょう。

- カイロ
- サバイバルシート
- 防寒着
- 手袋・帽子



支援が必要な方も、日頃から、災害時の避難についてイメージしておきましょう。支援が必要な方は、役場まで申し出てください。