

避難所で孤立してしまいがちです
支援と配慮をお願いします

め ぶ じ ゆ う
目が不自由です

かいじょ ほうほう さまざま ほんにん かぞく こえ き しえん はいりよ ねが
介助の方法は様々です。本人・家族の声を聞いて支援と配慮をお願いします。

きんきゅう じひとり うご ことば いっしょ ひなんじょ い
緊急時1人では動きません。声をかけて一緒に避難所へ行ってください。



まわ じょうきょう
周りの状況がよくわかりませんので詳しく教えてください。



しょくじょう みず はいふぶつ じょうほう かくほ いっしょ てつだ
食料、水、配布物や情報の確保を一緒に手伝ってください。

ひなんじょ
避難所では

- 避難所では、できるだけわかりやすい壁側の場所（例：入り口近くの壁側）を確保してください。
- 視覚障害者は慣れない場所での移動が大変困難であり、混雑する状況では動きがとれません。移動が必要な時は快く手引きしてください。
- 避難所内でのトイレ等、必要な位置を教えてください。
- 配給物の受け取りなどは、一緒をお願いします。
- 文字情報（掲示板、印刷物など）は、必ず読み上げてください。

わたし
私について ～知りたいこと、配慮してほしいこと～

（その他必要なことを
空欄に記入してください。）

避難所で孤立してしまいがちです 支援と配慮をお願いします

みみ ぶ じ ゆう
耳が不自由です
かいじょ ほうほう さまざま ほんにん かぞく こえ き しえん はいりよ ねが
介助の方法は様々です。本人・家族の声を聞いて支援と配慮をお願いします。

しゅうい
周囲とのコミュニケーションがうまくいかず、
ひなんじょ こりつ
避難所で孤立してしまいがちです。

ひとり ばあい こえ いっしょ ひなんじょ い
1人の場合、声をかけて一緒に避難所へ行ってください。

きこえないため、情報や自分の言いたいことが伝わらず
きんきゅうのじょうほうから取り残されやすいので詳しく教えてください。

しょくりょう みず はいぶつ じょうほう かくほ いっしょ てづか
食料、水、配布物や情報の確保を一緒に手伝ってください。

避難所では

- コミュニケーションは手話・筆談・ゆっくり話すなど人によって様々です。発音
ができてても聞こえない人、補聴器をしていてもすべてが聞こえるわけではないな
ど、その人に応じたコミュニケーション方法を確認してください。
- うしろから呼びかけられても、ほとんどの人が気づきません。正面にまわって、
軽く肩をたたいてコミュニケーションを取ってください。
- 暗闇では、手話や筆談ができないので、手の届く所に懐中電灯などを確保してく
ださい。
- 避難所で放送があれば筆談で伝えるなど、サポートをお願いします。また配給物
の受け取りなどは、一緒をお願いします。
- 電話を頼まれたら代わりに電話をしてください。

わたし
私について ~知ってほしいこと、配慮してほしいこと~

(その他必要なことを
くうらんに記入してください。)

避難所で孤立してしまいがちです
支援と配慮をお願いします

体が不自由で、
車いすなどを使って生活しています
介助の方法は様々です。本人・家族の声を聞いて支援と配慮をお願いします。

1人の場合、車いす等に乗せて一緒に避難所へ行ってください。



話をして必要となることを聞いてください。



食料、水、配布物や情報の確保を一緒に手伝ってください。

避難所では

- 階段などを移動する時には、複数の援助者が必要になります。
- 混雑した所では動けないため、声かけや配給物の受け取りは代わってお願いします。
- トイレ介助が必要か、オムツ交換の場が必要か確認して、避難所担当の市職員、区長、民生委員などに伝えて、対応してもらってください。

私について ~知ってほしいこと、配慮してほしいこと~

(その他必要なことを
空欄に記入してください。)

避難所で孤立してしまいがちです 支援と配慮をお願いします

せいしんか
精神科にかかっています
かいじょ ほうほう さまざま ほんにん かぞく こえ き せいしん はいりよ ねが
介助の方法は様々です。本人・家族の声を聞いて支援と配慮をお願いします。

せいしんしょうがい み め わ しょうがい
精神障害は、見た目では分かりづらい障害です。
ひといちばい ふ あんかん つよ てきせつ はんだん で き
人一倍不安感が強く、適切な判断が出来ないことがあります。
しんせつ たいおう ぐたいてき じよげん ねが
親切な対応、具体的な助言をお願いします。

ひとり ばあい こえ かけ 一緒に 避難所へ 行ってください。



話を して 必要となることを 聞いてください。



食料、水、配布物や情報の確保を一緒に手伝ってください。

わたし 私について ~知ってほしいこと、配慮してほしいこと~

(当てはまるものに☑をしておきましょう。その他必要なことを空欄に記入してください。)

- 毎日薬をのむ必要がある
- ストレスを感じやすく、疲れやすい
- 眠りにくい
- 不安が強い
- 一度に複数の情報をつかむのが苦手、一つずつ説明してほしい
- 大勢の人がいるザワザワした場所が苦手、怖い
-
-
-
-

避難所で孤立してしまいがちです 支援と配慮をお願いします

人工呼吸器を装着しています

酸素療法をしています

日常的に医療の助けが必要です

介助の方法は様々です。本人・家族の声を聞いて支援と配慮をお願いします。

① 1人の場合、次の連絡先（家族、医療機関等）へ連絡してください。

氏名／機関名： 電話：	住所： FAX：
氏名／機関名： 電話：	住所： FAX：
氏名／機関名： 電話：	住所： FAX：

② 避難の時の搬送手段について（その他必要なことを空欄に記入してください。）

.....

.....

.....

③ 一般の避難所に避難した場合は、市職員か、区長、民生委員などに伝えて対応してもらってください。

私について ~知ってほしいこと、配慮してほしいこと~（その他必要なことを空欄に記入してください。）

.....

.....

