



# 要配慮者の方へ(1人で逃げるのが不安な方へ)



## 避難行動要支援者とは？

災害が起きた時に、自分で適切な行動をすることが困難であり、何らかの手助け（支援）が必要な、次のいずれかに該当する方が対象です。

- ① 高齢者：要支援・要介護の認定を受けている方、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯の方
- ② 身体・知的・精神障がい者（児）：身体障害者手帳1・2級、療育手帳A及び精神障害者福祉手帳1級の交付を受けている方
- ③ 妊産婦・乳幼児：母子健康手帳の交付を受けている方など
- ④ その他：①～③以外で支援を必要とする方

## 上記対象者で避難に不安な人は... くらしの安心ダイヤル事業を利用しよう！

くらしの安心ダイヤル事業とは、登録いただいた情報を各関係団体（地域支援者）と情報共有・連携することにより、地域の中で日常からの見守り・声掛け活動や災害時の支援体制づくりを行う制度です。本制度への登録を希望する人は、本人・家族の同意の上、「登録申請書」に必要事項をご記入し、市役所までご提出いただけます。登録いただいた名簿は、個人情報保護に留意し、市役所・関係団体で保管（共有）し、災害時要支援者名簿として使用します。当事業に関するご相談は、阪南市健康福祉部市民福祉課、阪南市社会福祉協議会までお問い合わせください。

## さらに、確実な避難を行うために、 個別避難計画を作成しよう！

個別避難計画とは、避難をする時に支援(手助け)が必要と思われる「要配慮者」を災害から守る可能性を高めるために、1人1人に避難方法などを事前に考えてもらうために作成していただくものです。災害の規模によっては、消防や警察など公的機関だけでは十分な支援ができないことがあります。

個別避難計画を作成することで、日ごろから下記の対応を考えておきましょう。

- ◎ どこに避難するか
- ◎ 何を持っていくのか
- ◎ どうやって避難するか(誰に手伝ってもらおうか)

また、くらしの安心ダイヤル事業を利用して日ごろから阪南市と連携をとることも大切です。

## 要配慮者のための非常持出品リスト

妊婦・赤ちゃんがいる場合	<input type="checkbox"/> 紙おむつ	<input type="checkbox"/> おしりふき	<input type="checkbox"/> 離乳食
	<input type="checkbox"/> ブランケット	<input type="checkbox"/> おもちゃ	
	<input type="checkbox"/> おやつ	<input type="checkbox"/> 粉ミルク・液体ミルク	
	<input type="checkbox"/> マタニティマーク	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳	
	<input type="checkbox"/> マグ・ストロー・スプーン		
	<input type="checkbox"/> 出産準備品		
高齢者がいる場合	<input type="checkbox"/> 入れ歯・入れ歯の洗浄剤		
	<input type="checkbox"/> 眼鏡・老眼鏡		
	<input type="checkbox"/> 補聴器・予備バッテリー		
	<input type="checkbox"/> 大人用おむつ		
	<input type="checkbox"/> 処方箋		
	<input type="checkbox"/> 杖		

## 非常持出品・家庭内備蓄品リスト

安全に避難するため、また、避難した後の生活のためにも、普段から非常持出品や家庭内備蓄品を準備しておきましょう。

非常持出品		チェック欄
ラジオ (AM・FM両方聞ける物が便利)		
懐中電灯 (できればひとりに1個)		
予備の乾電池		
救急薬品	バンソウコウ・包帯・傷薬・鎮痛剤・胃腸薬 常備薬も忘れずに	
	飲料水	
非常食品	アルファ化米・乾パン 缶詰など(火を通さなくて食べられるもの) 紙コップ・紙皿 ナイフ・缶切	
貴重品	現金 (10円硬貨もあれば便利) 通帳・印鑑 健康保険証のコピー 免許証・身分証明書	
衣類・防寒着	下着・靴下 上着 レインコート タオル	
その他	ライター・マッチ ティッシュ・ウエットティッシュ カイロ ラップ ヘルメット 軍手 マスク・体温計	

家庭内備蓄品		チェック欄
食品	米	
	副食品のおかず	
	菓子類 調味料	
水	飲料水は1人1日3リットルを目安にペットボトルなどに用意しておく	
燃料	卓上コンロ (予備のガスボンベは多めに用意) やアウトドア用の携帯コンロ・固形燃料	
その他	生活用水 (風呂や洗濯機に汲み置き)	
	毛布・衣類・防寒着	
	洗面具・衛生用品	
	ビニールシート・新聞紙	
	簡易トイレ マスク・体温計	

※国は1週間程度の備蓄を推奨しています。(最低3日間を目標にしましょう。)

※要配慮者があるご家庭は、P37を参考にそれぞれ必要なものを準備しておきましょう。



## 災害時の感染症対策

### 非常持出品

避難所生活の感染症対策として、できる限り備えておきましょう。

- マスク
- 除菌アルコールシート
- 手指消毒液
- 体温計

### 避難所での過ごし方に注意しましょう

- ・避難の際はマスクを着用する。
- ・避難所に入る前に、検温、体調のチェックをする。
- ・こまめな手洗い、咳エチケットを徹底する。
- ・他の避難者との距離を十分にとる。

共通編

風水害編

地震災害編

日ごろからの備え

共通編

風水害編

地震災害編

日ごろからの備え