

公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団

2013 年度前期 在宅医療助成 報告書

地域在住要介護高齢者と家族の災害対策についての研究
-医療と介護の継続的なサービス提供における課題の明確化と情報支援-

東京都健康長寿医療センター研究所 研究員 涌井智子

提出年月日 2014 年 10 月 7 日

【研究の背景】

2011年の東日本大震災は、特に高齢者が災害に脆弱であることを、高齢社会の新しい課題として、改めて考えさせられる契機となった。高齢社会白書（2012）によれば、災害による死亡者の7割近くが60歳以上で、震災関連死（震災による負傷の悪化等により亡くなったもの）に到っては9割が高齢者であった。地域で、高齢者が安心して生活を続けるためには、高齢者の災害対策とそのため支援体制の強化は避けては通れない急務の課題である。

米国では、2005年に起きたハリケーンによる高齢者の被害の多さを教訓に、地域の高齢者や障害者等の災害に脆弱な住民を対象にした調査が行われ、災害準備の大切さや災害時の病院、診療所、福祉施設の連携の重要性が報告されている。また、地域在住高齢者への災害対策の重要性を積極的に啓蒙するなど、災害対策のための情報支援も行われている。我が国では、2004年の新潟・福島、及び福井豪雨を受けて、高齢者や障害者等への配慮の必要な対象についての記載が災害対策基本法に盛り込まれてから10年がたつが、高齢者の災害対策のための十分な支援に至っていない現状がある。

特に、在宅で医療や介護を受ける高齢者の場合は、家族や介護、医療サービスの支援のもとに生活を行っており、災害発生時の避難方法の確保や災害準備は大きな課題である。申請者が、2011年に福井県の要介護高齢者の家族を対象に行った調査では、認知症の場合や歩行に問題がある場合、経済的に困窮している場合など、特に脆弱な立場にある高齢者とその家族ほど避難計画を持っていないこと、災害時には自治体や地域住民からの支援を期待している一方で、具体的な対策が整備されていないことが明らかとなっている。災害発生時に、誰が、どのように、これらの脆弱な対象を支援するのかについて、家族、自治体や地域の病院、診療所、福祉施設等、関係機関の役割を明確にし、日頃から災害準備を行うことが不可欠である。

要介護高齢者の災害時の支援体制のもう一つの大きな課題として、災害発生後の医療、介護サービスの継続的な提供の問題が挙げられる。東日本大震災後、申請者が行ったデイサービススタッフに対するヒアリングにおいては、災害時の安否確認の難しさ、継続的なサービス提供に関する課題、家族や施設、関係機関との連携の難しさが報告されている。また要介護高齢者の家族からは、災害発生後の医療や介護サービスを継続的に受領できるか、認知症高齢者が避難後も安心した生活環境が得られるのかなどといった、認知症者に対する支援体制への不安が報告された。これらの課題解決のためには、災害時の医療、介護サービスの継続的な提供における課題を明らかにし、この課題について、関係機関が連携して災害対策及び支援を行うことが不可欠であると考えられる。

そこで、本研究では地域在住の要介護高齢者と家族の災害時の支援体制を強化すること、また要介護高齢者、家族、関係機関の災害対策につながるよう、本研究知見についての情報を発信することを目的に、以下の研究を行った。まずは、在宅で医療を受けている要介護高齢者と家族へのインタビューを通して、災害対策における支援ニーズを明らかにした。次に、介護保険事業所スタッフへのインタビュー調査から、地域在住要介護高齢者の災害時の各

機関の役割を明確にし、災害後の継続的な医療、介護サービスの提供における課題を整理した。最後に、要介護高齢者と家族に向けた、情報支援ツールとなる冊子、ホームページを作成し情報支援に努めた。

【研究チーム】

東京都健康長寿医療センター研究所	研究助手	児玉寛子
東京都健康長寿医療センター研究所	研究部長	石崎達郎
東京大学	名誉教授	甲斐一郎

【方法】

要介護高齢者と家族の災害時の支援ニーズを明らかにするために、地域在住の要支援、要介護高齢者とその家族（34名、友人を含む）を対象に質的インタビュー調査を実施した。対象者の抽出は機縁法とした。調査内容は、要介護高齢者自身の災害対策の状況や、地域の訪問診療所、訪問看護やデイサービス等の福祉施設等関係機関との連携の状況、さらに連携にあたっての支援ニーズについてたずねた。

続いて、都内で介護保険事業を行う営利法人の介護支援専門員（ケアマネジャー）9名、サービス提供責任者8名、計17名に対してフォーカスグループインタビューを行った。また通所系サービスとして、首都圏4箇所のデイサービス管理者へのインタビュー調査を行った。対象者には、東日本大震災時の対応状況、利用者の災害準備、事業所内での災害対策への取り組みや課題についてたずねた。特に、東日本大震災当時のケアマネジャーやサービス提供責任者の当時の対応内容や、課題を整理する中で、地域在住要介護高齢者とその家族の災害準備における課題を整理し、介護保険事業所スタッフの役割の明確化を目的とした。

加えて、先行研究、アメリカ疾病予防管理センター（Centers for Disease Control and Prevention: CDC）やアメリカ公衆衛生学会（American Public Health Association: APHA）が提供している高齢者とその家族のための災害対策支援のための資料収集を行い、我が国の、地域在住要介護高齢者の災害対策に必要な支援内容について検討、精査を行い、情報支援ツールとなる冊子の作成、およびホームページに掲載する支援内容を検討した。

なお、本研究の実施にあたっては、東京都健康長寿医療センター研究部門倫理委員会の承認を受けて実施している。（受付番号 75）

【結果と考察】

要介護高齢者とその家族の災害時の支援ニーズについては、要介護高齢者26名、家族8名（友人を含む）を対象に、インタビュー調査、フォーカスグループインタビュー調査を行った。特に、自宅での備蓄品や緊急避難用の持ち出し品等、物品の備えについては、概ね準備されている状況が語られた一方で、定期的な備蓄品等の確認、疾患特有の薬の準備といったそれぞれの介護ニーズに即した準備が十分になされていない現状が報告された。また、避難場所

についての知識は有していても、特に歩行に補助が必要な要介護高齢者の場合、誰がどのように避難を手伝う必要があるか、避難時の杖や歩行器、車いすの必要性、徒歩での避難の実現可能性などが十分に検討されていない状況もみられた。また、他者との連携においては、地域の避難訓練等への参加は少なく、地域住民と日頃から災害準備について話し合いを持つといった機会なども持ち合わせていなかった。地域との連携においては、高齢者や家族、地域住民が、互いにどのようにかかわりあうのか、またそのかかわるきっかけに課題があると考えられた。避難については、同居家族と避難場所の確認がなされていても、別居家族や親せきとは、災害に関する話し合いがもたれておらず、同居家族だけでなくより広いサポート源の重要性を伝えていく必要性が示唆された。

介護保険事業所スタッフへの調査では、東日本大震災時にケアマネジャーやサービス提供責任者によって、担当している要介護高齢者の安否確認が行われていたことが報告された。安否確認では、独居の高齢者や高齢夫婦のみ世帯など災害に対してより脆弱とされる利用者を優先していたが、具体的な安否確認の方法や優先順位の決定については各自の判断に任されていた。災害発生後は、利用者に対しては要援護者登録制度や災害対応用備蓄物資などに関する情報提供、実際の準備の手伝いなど行っていた。また事業所においては、災害時要援護者のリストアップ、スタッフの安否確認のための緊急時連絡システムの導入など、東日本大震災時の教訓を生かした対応がとられていたことが報告された。これらから、災害発生時には利用者の安否確認が重要な役割となるが、非常時において安全迅速に安否確認を行うための災害時要援護者のリストアップ、利用者個々の生活状況に応じた情報提供や備蓄品の準備など、災害を想定した準備段階での役割の重要性が示唆された。一方、要介護高齢者に災害準備を勧奨する上では個人情報把握の範囲や経済状態の考慮、震災体験の風化などが課題として挙げられた。また、現時点においても災害支援の取り組みは各スタッフの自主性に委ねられている傾向が見られた。介護保険事業所スタッフが災害時における役割をどこまで担うのかという点に関しては、財政的・体制的な点からも今後、十分な議論が必要と考えられる。

これらの調査結果に加え、既存の研究、アメリカ疾病予防管理センター（Centers for Disease Control and Prevention: CDC）やアメリカ公衆衛生学会（American Public Health Association: APHA）が提供している高齢者とその家族のための災害対策支援のための資料の収集を行い、我が国の、地域在住要介護高齢者の災害対策に必要な支援内容について検討を行い、要介護高齢者と家族の災害準備につながる支援情報の精査を行った。

これらの研究結果を元に、冊子「見守りや手助けが必要な方とそのご家族のための『まずは自ら災害準備』」（添付資料）と、ホームページ（<http://preparedness.umin.ne.jp/>）を作成し、情報支援を行った。

【まとめ】

本研究は、地域在住の要介護高齢者と家族の災害時の支援体制を強化すること、また要介

護高齢者、家族、関係機関の災害対策につながるよう、研究知見の情報を発信することを目的に研究を行った。

本研究から見えてきたことは、要援護対象となっている高齢者本人及び家族への災害対策に関する具体的支援がなされていないと同時に、その根拠となる調査研究等を基にした知見の蓄積、情報提供が十分になされていないという現状である。地域で生活する要介護高齢者は、日常、家族や介護保険サービス等の支援を受けて生活を行っている。しかし、災害発生時には、日頃、頼りとなっている家族やサービス等の支援が十分に受けられない可能性もあり、そのような場合にどのような対応が必要になるかについて、高齢者、家族、介護保険サービス事業者、地域、自治体が包括的にこの課題を検討しておく必要がある。本研究では、特に要介護高齢者本人と家族の災害準備を進めるための情報支援に焦点をあてて研究を行ったが、これは本課題における最初の一步に過ぎない。支援が必要な要介護高齢者の災害対策は、わが国のような超高齢社会においては、急務の課題であり、今後も継続して、要介護高齢者本人、家族、地域、介護保険事業所、自治体が、この課題にどのようにかかわり、役割を担っていくのかということについて、研究の蓄積とともに、議論が進み、具体的な支援施策の提言につながることを期待される。

【謝辞】

本研究は、公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団の助成を受けて行われました。基礎資料収集のための学術的側面と知見を還元するための実践的側面の両者を併せ持つ本研究に助成をいただいたことを心より感謝いたします。また、本研究の実施に協力して下さった調査対象者の皆様、ご協力くださった関係者の皆様に心より御礼を申し上げます。

【参考資料】

総務省消防庁. 防災：災害時要援護者対策.

http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList5_6.html (Retrieved: 2014/5/20).

内閣府. (2012). 平成 24 年版高齢社会白書. http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2012/zenbun/24pdf_index.html (Retrieved: 2014/3/1).

内閣府. 避難行動要支援者対策.

<http://www.bousai.go.jp/taisaku/hisaisyagyousei/youengosya/> (Retrieved: 2014/5/20).

内閣府. (2006). 災害時要援護者の避難支援ガイドライン.

<http://www.bousai.go.jp/taisaku/youengo/060328/pdf/hinanguide.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Public Health Association. Preparedness tips for people with cognitive disabilities. <http://www.getreadyforflu.org/facts/Cognitive.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Public Health Association. Preparedness tips for people with vision disabilities. <http://www.getreadyforflu.org/facts/Vision.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Public Health Association. Preparedness tips for people with mobility disabilities. <http://www.getreadyforflu.org/facts/Mobility.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Public Health Association. Preparedness tips for people living with disabilities. <http://www.getreadyforflu.org/facts/GeneralDisability.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Public Health Association. Preparedness tips for people with hearing disabilities. <http://www.getreadyforflu.org/facts/Hearing.pdf> (Retrieved: 2014/5/20).

American Red Cross. Disaster Preparedness for seniors by seniors. http://www.redcross.org/images/MEDIA_CustomProductCatalog/m4640086_Disaster_Preparedness_for_Srs-English.revised_7-09.pdf (Retrieved: 2014/5/20).

American Red Cross & Federal Emergency Management Agency. Preparing for Disaster for people with Disabilities and Other Special Needs. http://www.redcross.org/images/MEDIA_CustomProductCatalog/m4240199_A4497.pdf (Retrieved: 2014/5/20).

California Association of Health Facilities. CAHF Disaster Preparedness Program. <http://cahfdisasterprep.com/Home.aspx> (Retrieved: 2014/5/20).

Centers for Disease Control and Prevention. Disaster Planning Tips for Older Adults and their Families. http://www.cdc.gov/aging/pdf/disaster_planning_tips.pdf (Retrieved: 2014/5/20).

Denton County, Texas. Prepare Denton County: A Guide for Individuals and Families. <http://dentoncounty.com/~media/Corporate/DentonCounty/Heart/pdfs/Prepare-Denton-County-Booklet.ashx> (Retrieved: 2014/5/20).

Denton County, Texas. Prepare Denton County: A Guide for People with Disabilities & Other Special Needs. <http://dentoncounty.com/~media/Corporate/DentonCounty/Heart/pdfs/Guide-for-Individuals-with-Disabilities.ashx> (Retrieved: 2014/5/20).

Federal Emergency Management Agency. Prepare for Emergencies Now: Information for People with Disabilities. http://www.ready.gov/sites/default/files/FEMA_Disabilities_R-6_web_june2012.pdf (Retrieved: 2014/5/20).

U.S. Department of Health and Human Services, Administration on Aging: National Family Caregiver Support Program. Emergency Readiness for Older Adults and Caregivers. http://www.aoa.gov/AoA_Programs/HCLTC/Caregiver/docs/Just_in_Case030706_links.pdf (Retrieved: 2014/5/20).

Florida Health Care Association. Emergency preparedness Tools. http://www.fhca.org/facility_operations/emergency_preparedness_tools/ (Retrieved: 2014/5/20).

見守りや手助けが必要な方とそのご家族のための

まずは 自ら災害準備



「自ら災害準備」なぜ重要？

◆災害準備は、最初の一步

災害に対して、**自ら準備**をおこなっておくことは、地震、津波、台風、竜巻など様々なタイプの災害から身を守り、生き延びるための最初のステップとなります。

自ら災害準備をしておくことで、災害発生時に、落ち着いた行動ができ、災害からの迅速な避難につながり、助けが来るまで安全に待機できるなど、身を守る可能性につながります。

◆手助けや見守りが必要な方の場合には、ご家族や周りの人たちの協力が不可欠

●ご家族の協力は不可欠です

情報提供や、災害準備、定期的に準備状況をチェックするなど、同居・別居にかかわらず、ご家族の協力が不可欠です。

●ご家族以外の協力も大切です

家族が、仕事や買い物などの理由で外出している間に災害が起きることもあります。その場合は、ご近所の助けが支えになります。

デイサービスやデイケアサービス利用中に、災害が発生する可能性もあります。その場合は、介護スタッフの方と、連絡方法や連絡先などについて、情報を共有しておくことが大切です。

◆高齢者や要介護の方の自宅での災害準備は、十分になされていない現状

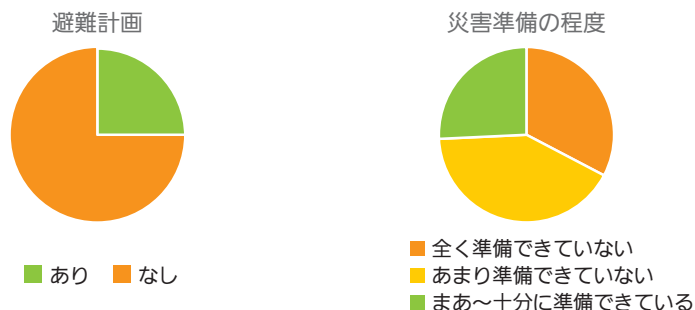
地域高齢者の災害準備の状況について調査を行った結果、ご家庭で避難計画をたてていない人は4分の3にのぼるなど、多くの人たちの災害準備が進んでいないことがわかりました。

その理由として、

「**情報がないので、どうしたらいいかわからない**」

「**要介護の場合、どのような支援が必要か私(家族)にもわからない**」

など、情報の少なさが指摘されています。



研究プロジェクトの紹介

このような背景を受けて、地域にお住まいで、手助けや見守りが必要な方、そのご家族の災害準備を進めるためのプロジェクトを行っています。日本や米国の既存資料(研究データや、防災の手引き、マニュアルなど)を整理し、高齢の方、手助けが必要な方、ご家族、介護保険事業所のスタッフ等からお話を聞き、手助けが必要な方とその家族のための災害準備ポイントをまとめています。

この冊子が、皆様の災害準備のお役に立てば幸いです。

東京都健康長寿医療センター研究所
福祉と生活ケア研究チーム

要介護高齢者の災害対策情報支援プロジェクト

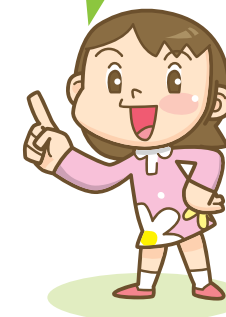
*このプロジェクトは、2013年度公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団の助成を受けて行われています。

災害準備とは？

◆災害準備とは以下を指します

1. お住まいの**地域のリスク**を知る
2. ご家庭に必要な**計画**をたてる
3. 地域のリスクに合わせて、72時間、自宅で待機が可能なように、食料品・飲料水・応急医薬品などを**準備**する
4. 災害対策について**家族で話し合う**
5. 地域の避難所の情報や避難計画について情報を得る

定期的
に
チェック
する
ことが
大切です



◆手助けが必要な方の場合、一般的な災害物資の準備に加え、以下のことが有効であったといわれています

- ▶ 介護の必要度や、障がいの程度によって、医薬品、医療機器、福祉用具などを準備する
- ▶ 家庭で避難計画をたてる
- ▶ 緊急時支援制度(要援護者登録制度など)へ登録する
- ▶ 避難訓練をする
- ▶ 家族や友人、ご近所の方と日頃から話しておく

参考 Levac 2012, American Red Cross, Rooney & White 2007

では、準備に入りましょう。

地域の災害関連情報を集める

◆お住まいの**地域**の**リスク**を知っておくことが大切

お住まいの地域によって、起こりうる災害の内容が異なります。また、災害の種類によって、必要な準備の内容も変わってきます。どのような災害を想定しておいたらよいのか、**地域の情報**を集めましょう。

- ▶自治体が作成している「防災の手引き」を参考にします
- ▶お住まいの地域で過去に起こった災害などを参考にします

洪水？地震？津波？台風？竜巻？火事？川の氾濫？がけ崩れ？

◆お住まいの**地域**の**資源**には何がありますか？

- ▶情報入手の手段には何がありますか？
 - ▶防災無線、メールやツイッター、ローカルラジオやテレビ、自治体のホームページ？
- ▶高齢者や手助けが必要な方向けの支援がありますか？
- ▶避難所はどこですか？
- ▶自治会や町内会などが、実施している避難訓練等がありますか？



家族で話し合いの時間を持つ

◆**家族みんな**で、**定期的**に災害準備について考える**時間**を持ちましょう

- ▶家族全員で情報を共有します
- ▶「我が家の場合」には、どのような準備をしておく必要があるかを話し合います
- ▶避難時の家族の待ち合わせ場所を確認します
- ▶備蓄品を定期的に確認しておきます

離れて住む家族にも伝えておくといいね



「賞味期限が切れている！」
「硬すぎて食べられない！」
なんてことはないですか？



- ▶要介護の方のお身体の状況は変わるため、準備の内容や避難計画が、対応できる内容であるかを確認します
- ▶緊急時持ち出し品が、重すぎたりしませんか？
- ▶車いすが必要になったりしていませんか？
- ▶いざという時の避難の手伝いを、**ご近所**に、お願いしておきます

- ▶避難が長期化することもありますので、頼っていただける親戚や友人に前もって相談しておくことも大切です

市外や県外の親戚や友人に相談しておくといいね



何を準備?: 自宅編

◆ 自宅で待機? 避難?

夜間や強風、悪天候のときなどは、移動中の危険が伴います。
自宅にいたることが安全な場合には、助けが来るまで自宅で待機できるように準備をしておくことが必要です。

◆ まずは自宅をチェック

- ▶ ご自宅の中の安全な場所を確認します
- ▶ 耐震補強はすんでいますか?
- ▶ 物が高く積まれていて、地震の際に荷物が落ちてきそうな場所はないですか?

耐震改修のための補助制度を実施している自治体もあります。自治体に問い合わせてみましょう



高齢者のご自宅では比較的よくあります



- ▶ 避難の際に邪魔になる荷物が廊下に積まれていたりしませんか?
- ▶ 外に出られる出口を複数確保します
- ▶ 避難出口の前には物を置かないようにしましょう
- ▶ 外に避難できず、自宅に待機する場合でも、情報が得られるように(ラジオなど)準備しておきます

何を準備?: 備蓄品

◆ ガス、水道、電気が使えなくても生活できるように準備します



		チェックした日		
		/	/	/
飲料水	1人1日3～4リットル			
食料品	レトルト食品・フリーズドライ食品他			
	缶詰			
応急医薬品	ガーゼ・包帯・絆創膏・三角巾			
	常備薬(傷薬・目薬・消毒薬・風邪薬・胃腸薬)			
	お薬手帳			
	処方された薬			
	体温計			
衣類	下着類(長ズボン・長袖シャツ)			
	タオル			
	手袋			
	スリッパ			
	ジャケットやスウェット、コートなど(防寒用)			
	縁のある帽子			
	スカーフ			
	マスク			
	使い捨てカイロ			

Point!

1. お水や食料品など、賞味期限を確認しましょう
2. 薬の予備があるか確認しましょう
3. スリッパは、自宅で窓ガラスが割れた場合などに役立ちます
4. 冬の寒い時期には、防寒対策にも気を配りましょう

		チェックした日		
		/	/	/
災害 関連品	救助を呼ぶための笛			
	懐中電灯			
	携帯ラジオ・テレビ(予備の電池)			
	簡易食器セット(ラップやアルミホイル)			
	紐・ロープ			
	ナイフ			
	シーツや毛布			
	筆記用具・メモ用紙			
	古新聞			
	ビニール袋(大・小)			
	ヘルメット・防災頭巾など			
	マッチ・ろうそく・ライター			
	助けを求める旗			
	衛生 用品	歯ブラシ・液体ハミガキ		
ウェットティッシュ、手指消毒用液・ジェル				
生理用品				
紙おむつ・尿パット				
簡易トイレ				
燃料	ちり紙(トイレトペーパー)			
	卓上カセットコンロ			
	固形燃料/予備のガスのボンベ			

Point!

1. マッチやライターは、防水容器に入れましょう
2. ビニール袋(大)は、水道が使えない場合の汚物処理などに使えます

何を準備?: 自分の場合

◆あなたやご家族の普段の生活に合わせて考えましょう

	必要なものに○	チェックした日		
		/	/	/
眼鏡(予備も含む)・コンタクトレンズ				
補聴器(バッテリー)				
医療者の指示書のコピー				
使っている装置の形とシリアルナンバーのコピー				
血圧計				
医療機器の説明書				
車いす(電動の場合は充電器)				
その他バッテリーが必要な医療/補助機器				
杖				
コミュニケーション用ボード/メモ帳/筆記具				
点字時計・しゃべる時計				
緊急時の行動の指示書				
その他:				

ペットを飼っている方はお水やペットフードなどを必要に応じて準備しましょう

他に必要なものを記入します

どこに保管されているか確認しましょう

緊急通報装置などの電池を確認しておきます

何を準備？：緊急時持出し品

歩きやすい靴 も必要だね	必要な ものに○	チェックした日		
		/	/	/
飲料水(500ml：1～2本が目安)				
食品(栄養補助食品/あめ/チョコレートなど)				
現金・小銭				
印鑑や権利証券				
身分証(免許書や保険証)のコピー				
銀行口座やクレジットカードのコピー				
緊急時連絡先リスト				
健康保険証・介護保険証・障がい者手帳の コピー				
医療歴・既往症・アレルギーの記録				
診察情報(受診科・かかりつけ医)				
持病薬(3日～2週間分)				
衛生用品(ティッシュ、ウェットティッシュ等)				
ヘルメット・防災頭巾				
懐中電灯				
手ぬぐい・タオル				
携帯ラジオ(予備電池)				
携帯電話・充電器				
防寒用衣類・カイロ				
呼び笛・非常用サイレン				
その他：				

Point!

- 避難時にさっと持ち出せるように、持ち出しやすいところ(枕元や玄関など)においておきます
- 両手が使えるようにリュックなどのかばんに入れておくとう便利です
- 一度担いでみて、重くないか確認しましょう。ご家族の方は、要介護の方を支えつつ、持ち出し品を運べる重さか確認しましょう

何を準備？：避難が必要な場合

◆避難場所を確認し、どのように避難するか計画をたてます

お住まいの地域の「防災の手引き」や市区町村の担当課などに確認して、避難場所を確認します。

お住まいの地域の避難場所
※記入してみましょう

▶実際に、避難所まで歩いていってみましょう

日頃、杖、歩行器、車いすを使っている方は、実際に、杖や歩行器、車いすを使って、避難所まで行ってみましょう。

どのくらいの時間がかかりますか？

分

Point!

- エレベーターがとまってしまった場合や、強風、夜間の場合の避難なども想定しておきましょう
- 介護保険サービス利用中や、家族が買い物や仕事で外出中など、家族がそばにいない時に災害が起こることもあります。近隣の方や、介護スタッフの方と、日ごろから相談しておきましょう

◆自分や家族で行うプチ訓練

台風や竜巻などの予報が出た場合には、備蓄品や準備内容を確認する機会にします

- ▶懐中電灯やラジオの予備電池を確認する
- ▶飲んでいる薬を早めに補充しておく
- ▶携帯電話、電動車いすや、補聴器のバッテリーを前もって充電する
- ▶車のガソリンを補充する など

要援護者登録制度

◆災害時に支援が必要な方に対して、情報提供や支援体制を整えるための制度です

「災害時要援護者の避難支援ガイドライン」に基づいて、各自治体における要援護者(災害時に支援が必要な人)の避難支援についての整備を進めています。

- ▶ 制度の細かい内容は、市区町村によって異なります。まずは、お住まいの地域の制度内容を確認しましょう
- ▶ 自治体によって、要支援者といったり、要配慮者といったりする場合もあります

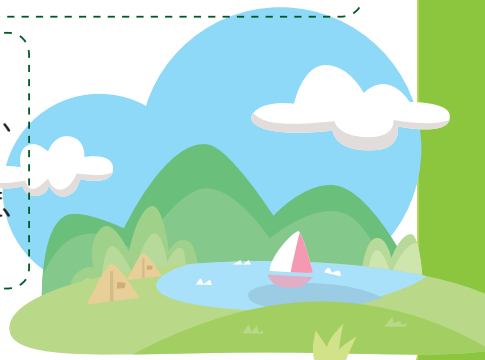
対象となる人

<例えば>

- ①介護保険の要介護の方：重度の介護を要する状態で、自宅で生活する方
- ②心身に障がいをお持ちの方：身体障がいおよび知的障がい
- ③その他：一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯など

伝える情報

氏名、生年月日、性別、住所(居所)、連絡先(電話番号)、心身に関する情報(要介護の程度、障がいの種類・等級)など



災害準備ノートを作っておく

◆連絡先や、既往症・アレルギーの有無などを記載します

下記を参考に、1人1枚作成します。ご家族の皆さんも作成しましょう。

必ずしも、このようなものでなくて構いません。定期的に見直し、水などにぬれないようにジッパー付保存バックやプラスチックケースに入れておきます。

災害準備ノートの記入例 記入日：2014年 9月 1日

ふりがな 本人氏名	ちようじゅ たろう 長寿太郎	1905年 1月 1日生 電話：012-345-0000
じゅうしょ 住所	000000	男・女
★お手伝いをしてくださる方に伝えたいこと(認知症や障がい、配慮してほしいこと)		
(例)認知症のため、ゆっくり話して落ち着かせてください。 手などを支えれば、歩行が可能です。 (例)失語症のため、ゆっくり話してください。書いて伝えてください。		
お身体のこと	血液型：A 型(Rh +)	
既往症	なし / あり → 糖尿病	
処方薬	なし / あり → インスリン	
アレルギー	なし / あり → なし	
緊急時の連絡先		
氏名	本人との関係	連絡先(電話やメール)
1 長寿 花子	妻	888-888-0000(同居)
2 長寿 太郎	息子	888-888-0000(区外)
3 鈴木 もも	妹	888-888-0000(00県)
4 山田 一郎	友人	888-888-0000(00)
かかりつけ医	病院名 はなまる病院 主治医 花丸 よしこ先生	電話 888-888-0000
その他の通院先	〇〇病院(皮膚科)	
ケアマネ ジャー	事業所 〇〇サービス 担当 山田 たろう	電話 888-888-0000
その他		

避難の際に気をつけたいこと、気をつけてほしいことを書きます。



お薬の名前や服用回数などを詳細に書いておきます



いつも一緒にいるご家族だけでなく、離れて住むご家族や親族も入れましょう



災害準備ノート

記入日： 年 月 日

ふりがな 本人氏名	年 月 日生		
	電話：		
じゅうしょ 住所	男 ・ 女		
★お手伝いをしてくださる方に伝えたいこと(認知症や障がい、配慮してほしいこと)			
お身体のこと	血液型： 型(Rh)		
既往症： なし / あり →			
処方薬： なし / あり →			
アレルギー： なし / あり →			
緊急時の連絡先			
	氏 名	本人との関係	連絡先(電話やメール)
1			
2			
3			
4			
かかりつけ医	病院名 主治医	電話	
その他の通院先			
ケアマネ ジャー	事業所 担当	電話	
その他			

災害準備ノート

記入日： 年 月 日

ふりがな 本人氏名	年 月 日生		
	電話：		
じゅうしょ 住所	男 ・ 女		
★お手伝いをしてくださる方に伝えたいこと(認知症や障がい、配慮してほしいこと)			
お身体のこと	血液型： 型(Rh)		
既往症： なし / あり →			
処方薬： なし / あり →			
アレルギー： なし / あり →			
緊急時の連絡先			
	氏 名	本人との関係	連絡先(電話やメール)
1			
2			
3			
4			
かかりつけ医	病院名 主治医	電話	
その他の通院先			
ケアマネ ジャー	事業所 担当	電話	
その他			