

# 山田みやこの活動報告

平成30年12月2日(日)

## とちぎ地域生活サポート研究会講演会に参加

### 「障害×防災 入り口は防災 そしてまちづくりへ」

東日本大震災・熊本地震・西日本豪雨災害に学ぶ障害者防災について

講演 長崎圭子さん(認定NPO法人 ゆめ風基金)

阪神淡路大震災(1995)をきっかけとして設立したゆめ風基金。被災地の障害者長期に渡って支援する目的で設立された。

一般の避難所を障害者・高齢者対応する必要がある。実際のところその様にはなっていない。障害者はまず避難所には行けない。福祉避難所に行くには受付を經由して時間がかかる。福祉避難所は高齢者施設などに設置されるが人手が少ない。

そもそも避難所運営に慣れていないため上手く運営ができない。運営訓練の必要性が出てくる。避難所が中心となって地域全体の要援護者の支援をしていくことが望ましい。それには地域の人たちがいろいろな役割を持って避難所に集まることが必要である。震災関連死を防ぐ意味は大きい。

#### 在宅療育と災害対策

信州地域大学医学部新生児学・療育学講座

講演 亀井智泉さん

地震が起きたらまず『生きて!』

①医療機器や備品はベッド上の本人よりも低い位置に置く

②床は滑りにくい素材に

③割れやすい素材のモノは使わない

地震が治ったら安否確認

①本人は大丈夫か?

②医療機器に変わりなく使えるか?

③家の中全体と備蓄をチェック

④避難するか? 自主避難か?

とちぎ地域生活サポート研究会 公開講演会

## 障害×防災

入り口は防災 そして まちづくりへ

**講演**  
障害当事者が中心の被災障害者支援活動~そのために今できること ゆめ風基金 長崎圭子さん  
在宅療育と災害対策 ゆうテラス 亀井智泉さん

**展示**

知ろう! 障害×防災 被災障害者支援活動記録 栃木県の災害の記録 CIL とちぎ 3.11の記憶 災害時要援護者登録	試そう! 障害×防災 防災福祉具 (JINRIKI、保護帽など) 段ボールベッドに寝てみよう 段ボールキットで避難スペース どうする? トイレ問題	始めよう! 障害×防災 防災ポーチ・ワークショップ報告 ヘルプマークの配布 ヘルプカードの配布 障害者も参加する避難所開設体験 ほか、多数準備しています
--	---	---

2018年12月2日(日) 11:30-17:00 展示 (講演中は一部のみ)  
13:00-16:30 講演

会場 | 済生会宇都宮病院 みやのわホール (宇都宮市竹林町 911-1)  
みやのわホールへは済生会宇都宮病院 南館入口を左に曲がり、エレベーター・階段で2F  
お車の方は来院者用駐車場 (有料) をご利用ください

定員 200名 参加無料、要事前申込み (11/25まで 裏面をご覧ください)  
対象 | 障害のある方 家族・支援者等障害関係者 防災関係者 一般  
手話通訳あり (特別な配慮が必要な場合は11/16までに事務局にご相談ください)  
講演会サイト <https://www.npourizn.org/20181202sapoken/>

## 災害時要援護者台帳へ掲載

日頃から助けてくれるご近所さんを作っておく。  
住民助け合いマップに障がい児を入れてほしい。  
生きたいという意味を持つ医療的ケア児の気持ちを第一に。

言葉を発することのできない子どもの命を第一に。

「すべての基本となるはどこにどんな人がいて、どんな暮らしをして、どんな支援が必要なのか地域で共有すること。守るべきは個人情報よりも一人ひとりのいのちと暮らし」

このメッセージで終わりました。

今日からはじめる 防災宣言

のタネ

<p>災害のとき 困ること、不安なことを 書き出してみる</p> <p>👉 何か手を付けていかわからない・・・そんなときは、簡単にできることから始めましょう！</p> <p>今あるもので 防災ポーチを つくってみる</p>	<p>防災家族会議 どこに避難する？ 連絡手段は？</p> <p>緊急連絡先カード ヘルプカード を書いてみる</p>	<p>災害のとき 配慮してほしいことを 書き出してみる</p> <p>非常用持ち出し袋を 点検する 安心グッズや好物を追加！</p> <p>👉 災害はいつでも起こるかわかりません。家族や支援者も、まずは自分が助かることが大切です。</p>
<p>おうちの安全点検 「倒れる・落ちる・ ずれる・割れる」 を見つけておく</p>	<p>よくいる場所(居間など)に 安全スペースをつくる</p>	<p>ベッドやふとん周りの 落ちそうなものを片付ける</p>
<p style="color: blue; font-weight: bold;">防災宣言を書こう！</p> <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid green; border-radius: 50%; padding: 10px; background-color: #e0f0e0; margin-right: 10px;"> <p style="color: green; font-size: small;">繋がる 防災宣言 ヘルプカード を書いてみる</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; background-color: #e0f0e0;"> <p style="color: blue; font-weight: bold; font-size: small;">今日から一歩！ できることから はじめよう</p> </div> </div>		
<p>困ったときの 「助けて」の方法を 練習してみる</p>	<p>防災ピクニック 防災キャンプ の計画を立てる</p>	<p>👉 今夜はカンタン防災食！ お気に入りの防災食 (缶詰やレトルト) を見つける</p>
<p>防災旅行 の計画を立てる</p>	<p>遠くの親戚に 電話をしてみる</p>	<p>今日の成果を SNSで発信</p>
<p>👉 大災害にそなえて広域避難も考えましょう。お気に入りの土地を見つけておくも安心です。SNSなどで同じ不安を持つ人とつながっておくも保険になります。</p>		
<p>ご近所さんにご挨拶 いただきもの おすそわけ</p>	<p>学校や事業所との連絡帳に 災害の時の不安を 書いてみる</p>	<p>災害のとき 自分にできることを 書き出してみる</p>
<p>👉 ご近所さん、介助者や事業所と一緒に 対策を進められるといいですね</p>		<p>👉 困っていることを伝えるのも 大切な役割です</p>