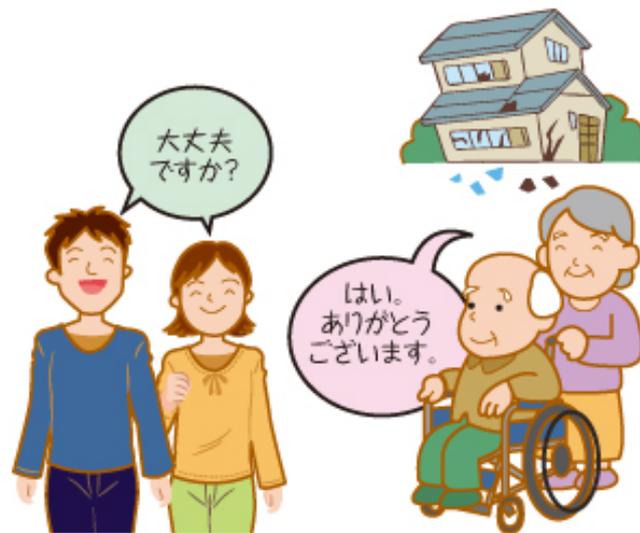


地域支え合いハンドブック

～ 災害時要援護者と地域支援者の方々に ～



平成23年10月

緑園六丁目自治会

まえがき

この冊子は、災害発生時に地域で互いに支え合うためのハンドブックです。

災害時に一人で、またご家族だけでは避難できない方は、いらっしゃいませんか？

近い将来、東海、東南海地震、三浦半島断層帯地震など、横浜市にも影響を及ぼす地震の発生が見込まれています。緑園6丁目では、災害時に避難が困難な方（災害時要援護者）を、地域の支援者が安否確認や避難場所への誘導を行う「災害時における地域支え合いの取組み」を進めます。

大規模災害（地震の場合、震度5強以上）の発生時には、短時間のうちに「公助」を受けられる可能性が薄いことを覚悟し、それまでは「自助」、「共助」としての防災、減災活動が必要となります。

大規模災害が発生したとき、高齢者や身障者など災害時の要援護者を中心に、地域ぐるみで迅速かつ的確に救助、避難支援することが急務となります。

しかし、大災害時に『みんなで守ろう！』『お互いに助け合おう！』という気持ちがないと、本当の防災活動は困難です。

緑園6丁目にお住いの皆さんが、もしもの災害発生に備えて、お互いに支え合うために、お互いに心掛けておくべきことを、ご参考までにまとめたものです。

- *公助：警察，消防，市町村，都道府県などの行政機関，電気・ガス・水道など人の生活の基盤となるサービスを提供する公益企業が行う災害支援活動
- *共助：地域の共同体、地域の人々の助け合い。初期消火、初期救出活動など
- *自助：自分で、自分自身や家族・財産を守ること

目次

I. 災害時要援護者

- (1) 災害時要援護者とは
- (2) 要援護者とその家族のための「日ごろの備え」
 - ① 地震や災害に備えて
 - ② 緊急時医療情報キットの活用
 - ③ 今できること（要援護者のご家族に限りません。）
- (3) 災害発生時の対応

II. 地域支援者

- (1) 地域支援者とその活動
- (2) 地域の支援活動について
 - ① 支援に必要な情報の確認
 - ② 平常時の活動
 - ③ 災害発生時の活動
 - ④ 要援護者の特徴 視覚・聴覚などの障がい、高齢など

III. 災害時の避難場所について

- | | |
|---------------------|----------------|
| (1) いっとき避難場所 | : 須郷台公園 |
| (2) 地域防災拠点（震災時避難場所） | : 緑園東小学校 |
| (3) 広域避難場所 | : 戸塚カントリークラブ一帯 |
| (4) 特別避難場所 | : 各福祉施設 |
| (5) 地域医療救護拠点 | : 岡津中学校 |

- ### IV. 参考
- ・災害時における地域支援者の注意事項
 - ・非常時持出品チェックリスト
 - 一次持出品
 - 二次持出品
 - ・緑園6丁目の人口構成

参考資料：災害時要援護者支援ハンドブック（泉区発行 平成23年1月発行）
非常時持出品については、各地行政資料を参考に
人口構成は、横浜市統計ポータルサイトより

I. 災害時要援護者

(1) 災害時要援護者とは

災害が発生したとき、自分ひとりの力で避難することが難しく、避難後の生活に何らかの支障が生じやすい方のことです。

基本的には、次のような方々です。

- ① 乳幼児・小学生（2年生以下）
- ② 65歳以上で一人暮らしの方・認知症の方
- ③ 寝たきりで自力歩行が困難な方
- ④ 心身等に障がいのある方などの理由で支援を必要とする方
- ⑤ 難病患者などの在宅療養者（人工呼吸器、酸素供給装置などを使用している方）
- ⑥ ケガをしている方・病弱な方
- ⑦ 身に迫った危険の理解や判断ができなかったり、時間がかかる人
- ⑧ その他、不安で援助が必要な方

要援護者は被災者となり易く、避難に手助けが必要と考えられます。災害時要援護者の支援及び被災を最小限とするためには、本人やご家族の方はもちろん、地域住民全員が災害に対する知識や心構えを習得しておくことが大切です。

(2) 要援護者とその家族のための「日ごろの備え」

① 地震や災害に備えて

要援護者は、地域支援者の助けを待つだけではいけません。一般的な防災備蓄品のほか、ご自身の病気に関するものは、必ず用意しておきましょう。緊急時の医療体制について、病院や主治医と相談しておきましょう。

② 緊急時医療情報キットの活用

災害時や緊急時等、もしもの時に活用できるように、災害時緊急時医療情報キット（以下「医療情報キット」）を災害時要援護者として登録された方に配付します。

この医療情報キットに自分の病気のこと、常用薬やかかりつけ医等の医療情報、家族・知人等連絡先などを記入した用紙を入れ、自宅の冷蔵庫に保管してください。

そして、その印としてのマークを冷蔵庫に貼っておきましょう。

③ 今できること（要援護者とご家族に限りません。）

●発生してからでは、間に合いません

災害が発生すると、自分の周りの生活状況は一変します。日ごろから自分自身や家族を守る意識を高め、十分な準備が必要です。

●暮らしの中の備え

室内でケガをしないために、家具類の転倒防止、照明器具の落下防止、ガラスに透明フィルムを貼り飛散防止。また就寝時のいざという時に備え、自力脱出ができないときを考え、下表の**寝室用準備品チェックリスト**を参考に備えをしておきましょう。

品名	適用	チェック
運動靴 または サンダル	ガラスの破片や物が散乱した中を避難するため、できるだけ底の厚いもの	
緊急用呼出笛 (ホイッスル)	万一、寝室等で下敷きになり、自力脱出ができないときに、自分の存在を知らせるのに役立ちます。	
懐中電灯	真っ暗闇の中での避難に役立ちます。手の届くところに置いておきたいものです。携帯電話の照明、目覚し時計の文字盤用ライトも活用できます。	
軍手 (綿)	釘やガラス片、突起物等でケガをしないために。	
ヘルメット または 防災ずきん	脱出避難用として。	
水 (ペットボトル)	自力脱出不能時の備え。救出されるまでの間、ひと口の水が気分を落ち着かせます。	

○必ず、靴を履いて外へ出ること！ ガラスの破片など危険です。

●最低3日分の生活の糧を

救助が整うまでの最低3日間は、自力で生活できるように準備を心がけましょう。食料・水の備蓄のほか、簡易トイレなども用意しておきましょう。

●非常持出品の用意

「いざ避難！」というときに備え、非常持出品を用意し、ひとまとめにして、取り出しやすいところに保管しておきましょう。

非常持出品の中には、かかりつけ医療機関や主治医の連絡先、日頃服用している薬を明記したメモや災害時に身元が判るように、運転免許証、障害者手帳、母子健康手帳などの身分証を携帯しましょう。

参考資料編の『**非常持出品チェックリスト**』を参考にしてください。

○持ち出し品の重さ、大きさに注意！ 重すぎて背負えない場合があります。

○家族で点検しておきましょう！

●家族やご近所、身近な方々との話し合い

地域防災拠点や自治会の防災訓練、各種イベントに積極的に参加して、ご自身のことを知ってもらいましょう。避難経路や連絡方法等を日頃から家族と話し合い、家族全員の安否確認の方法や連絡先を決めておきましょう。

●災害用伝言ダイヤル

災害の発生時には、電話やインターネット等がつながり難く、日頃から家族で話し合っ
て、確認方法を決めておきましょう。

- ① 災害用伝言ダイヤル『171』：NTT
- ② 携帯電話の災害用伝言板（各携帯電話会社）

●うわさやデマに惑わされず、ラジオからの情報を入手しましょう。

(3) 災害発生時の対応

- ① 自分及び家族の安全が確認された場合
黄色の布を家の外から見える場所に掲げてください。
- ② 支援が必要とする場合
支援者の安否確認を待ち、支援者が来訪したことが分かった場合、声を上げるなり
ホイッスルを吹くなどして、助けを呼びましょう。

II. 地域支援者

(1) 地域支援者とその活動

支援者には、要援護者への日頃の声かけや、いざというときの安否確認、避難の手助け
をしていただきます。あくまでも一般市民として善意で、できる範囲での支援を行うので
あって、責任を伴うものではありません。

発災に当っては、「まず、自分の身の安全が第一、次に家族、そして何らかの支援がで
きる状態であれば、要援護者の安否確認、避難の補助をする。」ことが原則です。

地域支援者の主な活動範囲は、下記のようなものです。

- 災害時の安否確認
- 災害時に正確な情報を伝えること
- 避難先を知らせること
- いっとき避難所や地域防災拠点（避難場所）への誘導
- 生活・医療情報を伝達すること
- お持ちの技術・資機材の提供での支援

しかし、要援護者との関係で知り得た個人や世帯に関する「情報」は、プライバシー（個
人の秘密）に属するものが多く含まれており、守秘義務を負います。「いつの間にか他の
人に知られてしまった」というような、信頼を損ねるようなことがあってはなりません。

地域支援者の活動は要援護者個人やその世帯との信頼関係が基盤となっています。

(2) 地域の支援活動について

① 支援に必要な情報の確認

大地震などによる災害が発生したときは、様々な場所で火災などが発生したり、家屋等が倒壊することで道路が寸断され、消防や警察、市・区役所の救助活動が遅れることが想定されます。

要援護者にとって頼りになるのが家族であり、地域の支援者です。そのためには、日頃から「地域支援者」が「要援護者」に対して、どのような支援が必要なのか、などについて確認しておくこと（支援に必要な情報）が大切です。

支援者が一人とすると、支援者が被災したり、不在だったりした場合、対応に漏れが出ます。支援者はあくまで複数にしておく必要があります。その役割は安否確認、避難誘導、技術や資機材の提供で、救出は自治会防災組織と共同して行うことになります。

② 平常時の活動

- 自治会が中心となって、要援護者とその担当となる支援者との話し合いの機会を設け、要援護者の状況の事前把握などにより、要援護者個々の支援プランを作成しておきます。
- 災害時の集合場所（いっとき避難場所）や情報伝達の方法を決めておきます。
- 支援者は日頃から担当する要援護者の自宅などを確認し、自治会役員、民生委員・児童委員、班長などに必要の都度、状況を報告しておきます。
- 自治会などが開催する地域の各種イベントに要援護者と支援者が一緒に参画し、お互いの関係を築いておきます。

③ 災害発生時の活動

- 原則として、区内で震度5強以上の地震が発生した場合に支援活動を行います。
- まず自分、家族、周囲の安全を確認し、地震の揺れが収まり、外に出ても安全な状況であれば、支援態勢を整えて活動を開始します。
(ブロック塀・切れた電線・割れたガラスなどに十分注意しましょう。)
- 支援者の印として、緑園6丁目の腕章をつける。
- 支援活動は二次災害を防止するため、原則2人1組で活動します。活動するときは、近隣の方々の協力を得ながら行います。
- 要援護者宅で、屋外から安全を表す黄色の布が確認できない場合、屋外から安否確認の呼びかけをする。
- 屋外から安否確認の呼びかけに応答が無い場合、家屋の倒壊などの問題がなく、玄関に入ることが可能であれば扉を開けて呼びかけます。
- 黄色い布の掲示がなく、安否が確認できない場合、玄関表面にビニールテープを貼付する。
- 救助が必要な場合は、近所の方や自治会に応援要請や協力を依頼します。

また、家屋倒壊の危険があると考えられるときは、無理をせず建物内には入らず、消防や警察へ連絡します。電話がつかないときは、地域防災拠点に設置してあるデジタル移動無線で区役所（区対策本部）へ連絡してもらいます。

○ 安否確認の終了後は、確認した旨を担当班長へ報告します。応援者や救助器具が必要な場合は、その旨を班長に通報します。各班長は自班の状況を把握し、本部役員に報告します。

○ 緊急時医療情報キット

要援護者の安否確認の際、緊急時等には、医療情報キットのマークを確認し、必要に応じて冷蔵庫の中の医療情報キットを活用する。

④ 要援護者の特徴

要援護者は、災害時に適切な行動が取りにくい特徴がありますので、その特徴を認識しておく必要があります。

○ 視覚障がい者：視覚による異変・危険の察知が不可能な場合又は瞬時に察知することが困難な場合が多く、単独では、すばやい避難行動が取れない。

○ 聴覚障がい者：音声による避難・誘導の指示が認識できない。自分の身体状況等を伝える際の音声による会話が困難である。

○ 肢体不自由者：自力歩行やすばやい避難行動が困難な場合が多い。

○ 知的障がい者：異変・危険の認識が不十分な場合や災害発生に伴い精神的動揺が大きくなる場合がある。

○ 内部障がい者（難病患者）：自力歩行やすばやい避難行動が困難な場合が多い。常時使用する医療機器や薬、ケア用品を携帯する必要がある。

○ 精神障がい者：災害発生に伴って精神的動揺が大きくなる場合があるが、多くは自分で危険を判断し、行動することができる。常時使用する薬を携帯する必要がある。

○ 高齢者：体力が衰えて行動機能が低下しているが、個人差が大きいため十分な配慮が必要となる。

○ 認知症高齢者：自分で危険を判断し、行動することが難しい。

○ 妊産婦：行動機能が低下しているが、自力で判断し行動することはできる。

○ 乳幼児：危険を判断し、行動する能力はない。

Ⅲ. 災害時の避難場所について

(1) いっとき避難所

下記のような場合に一時的に避難する場所で、緑園6丁目では須郷台公園です。

a. 住んでいる家屋が倒壊またはその危険があるとき

(判断が難しい時は早めの避難を)

b. 火災が発生したとき、または近所で火災が発生して延焼の危険があるとき

※自宅が被害にあわず、延焼の恐れがない時は、生活の基盤である自宅待機。

(2) 地域防災拠点（震災時避難場所）

自宅で生活が困難な被災者の避難生活の場所。緑園6丁目は緑園東小学校です。

(3) 広域避難場所

地震に伴う大きな火災が発生し、熱や煙から身を守るために一時的に避難する場所です。緑園近くのものとしては、戸塚カントリークラブ一帯です。

(4) 特別避難場所

地域防災拠点での生活が困難な在宅要援護者のための避難所。区役所（区対策本部）が受け入れ態勢を確認し、そこへ移送することになります。ケアプラザや各種福祉施設などが指定されています。

(5) 地域医療救護拠点

大規模地震等による災害時に限り、臨時に開設されます。初期対応として必要な期間（原則としては発災から3日間）、被災負傷者などの応急医療を行う救護所です。軽・中傷者に対する応急手当を担当します。緑園6丁目の場合は岡津中学校が指定されています。



災害時における地域支援者の注意事項

災害時に活動するうえで、大切な心構えがいくつかあります。地域支援者として適切な活動が出来るように心がけましょう。困ったこと、分からないことは「自治会長などの役員」に確認しましょう。

最低限の
注意を忘れない

ただでさえ混乱している要援護者の心を乱すような態度は望ましくありません。

挨拶や言葉使い、約束を守ることなど基本的なことを大切に。

自分の健康チェックも忘れずに。

自分のことは自分で守る

安全が第一です。危険と思われる時は無理をしないで下さい。

「自分のことは自分で守る」が基本。活動によっては、危険が伴うものがあるかも知れません。自分の手に負えない場合は、やめるなり、応援を頼みましょう（自己責任）。

気負いすぎはトラブルのもと

「役に立ちたい」「自分がやらなくて誰がやる」と気負いすぎると要援護者に「大きなお世話」と思われることも。

張り切る気持ちが「はしゃいだ対応」にならないように注意しましょう。

手に負えそうもないことをやってしまい、後で大きなトラブルになりかねないことも忘れずに。

携帯品も各自で用意

動きやすい服装は勿論、携帯品は各自で用意しましょう。

（携帯品の例）身分証、地図、メモ帳、手袋、ティッシュ、タオル、マスク、雨具、ゴミ袋、懐中電灯、小銭、携帯電話など

対等な関係

要援護者と支援者は、「してもらう人」「してあげる人」という関係ではなく、災害時の助け合いの関係から『ともに協力し合う』関係にあることも忘れないでください。

要援護者に対し、対等な関係を意識し、「一緒にやりましょう」という姿勢を持つことが大切です。

守秘義務の厳守

救援活動で「見たこと」「聞いたこと」「知り得たこと」など、プライバシーに関することを、他の人に漏洩してはいけません。

非常持出品 チェックリスト

各家庭で、いざという時に備える「非常持出し品」。災害時、被災地に救援物資が届くまでの3日間程度を自足して、凌ぐための備えを「一次」と「二次」の2つに分け準備しましょう。

「一次持出品」は避難時に、すぐ持ち出すべき、必要最低限の備えで、最初の1日間を凌ぐためのもの。基本品目、必需品・貴重品、女性用品、高齢者用品、赤ちゃん用品を表にしました。

このリストを参考に、あなたのご家庭に必要なセットを検討し、備えを進めてください。

両手が自由になるリュックサックなどに、保管場所は、家族みんなが分る場所にして置きましょう。

一次持出品

①基本品目…あらゆる家庭に共通して必要

No	品名	数量	備考・メモ	チェック
		大人2人分		
1	非常持ち出し袋	1個	家の中の取り出しやすいところに置く。 各家庭で最低1つは。	
2	缶入りパン	2個	最低限の食料として	
3	ペットボトル入り飲料水 500ml	6本	1人1日3L。持ち運び時の重量の点から、 1人1日1.5Lとした。	
4	懐中電灯	2小	使いやすいシンプルなもの。電池式は乾電池も。	
5	ローソク	2本	長時間の使用に適している	
6	ライター	2個	マッチより、使い買ってよい。	
7	携帯ラジオ	1台	情報収集に不可欠。予備電池も。	
8	万能はさみ	1セット	はさみ、ナイフ、缶切り、栓抜きなど。 サバイバルナイフでも	
9	軍手・手袋	2対	熱に強い綿。皮手袋など	
10	ロープ7m～	1本	人の重量を支える強度。救助用など。	
11	救急袋	1袋	12～20を纏めて収納	
12	毛抜き1本	1本	とげぬき、ピンセット等として使える。	
13	消毒薬	1本		
14	脱脂綿	適当量	12～20を纏めて収納	
15	滅菌ガーゼ	2枚		
16	ばんそうこう	10枚～		
17	包帯	2巻		
18	三角巾	2枚		
19	マスク	2枚	防寒用としても重要	
20	常備薬・持病薬など	適当量	合わせて、処方箋のコピーも	
21	レジャーシート 2畳	1枚	避難先のスペース確保。1人1畳分	
22	サバイバルブランケット	2枚	計量防寒ブランケット	
23	簡易トイレ	2枚～	トイレにいけないことは、かなり深刻	
24	タオル	4枚～	汚れ拭き取り、怪我手当、下着代用など	
25	ポリ袋	10枚～	大小合わせて。雨具代用にも。	
26	トイレトーパー	1ロール	多用途	
27	ウェットティッシュ	2個～	水がない時、有用	
28	現金(10円、100円玉)	約50枚	公衆電話	
29	ガムテープ(布製)	1個	伝言メモを貼るなど	
30	油性マジック(太)	1本	伝言を書く	
31	筆記用具	1セット	メモ帳とペン類	

- 袋の重量の目安は、男性15Kg、女性10Kgが一般的と言われています。個々の事情に合わせた調整が必要です。いざという時、『重くて持ち出せない』ということにならないように。上記31品目(大人二人分)で、約8Kgになります。

②必需品・貴重品

○個々の事情によって必要性は異なります。

	品目	チェック		品目	チェック
1	現金		7	運転免許証	
2	家や車の予備鍵		8	パスポート・外国人登録証など	
3	予備メガネ・コンタクトレンズなど		9	印鑑	
4	携帯電話		10	証書類	
5	預金通帳 (コピーや番号控の工夫も)		11	住民票	
6	健康保険証(身分証明にも)		12		

③女性用品

○個々の事情によって必要性は異なります。

1	生理用品 (傷手当のガーゼの代用にも)		4	ブラシ	
2	ホイッスル付きライト		5	化粧品	
3	鏡		6	おりものシート(下着代用にも)	

④高齢者用品

○個々の事情によって必要性は異なります。

1	高齢者手帳		4	持病薬	
2	おむつ		5	予備メガネ	
3	着替え		6	看護用品	

⑤赤ちゃん用品

○個々の事情によって必要性は異なります。

1	粉ミルク		7	ガーゼ	
2	哺乳瓶		8	紙おむつ	
3	離乳食		9	母子手帳	
4	スプーン		10	玩具	
5	洗淨綿		11	着替え	
6	バスタオル		12	ベビーカー(荷物運搬用にも)	

- ②～⑤は「非常持ち出し袋」に入れ、素早く持ち出せるところに置きましょう。
- 「一次持出品」とともに、避難時に「身に付けるもの」、「履物」も備えましょう。
(5 ページの寝室用準備品チェックリストを参照)

二次持出品

避難した後、少し余裕が出てから、安全を確認して自宅へ戻り、避難所へ持ち出したり、または自宅で避難生活を送る上で必要なものです。救援物資が届くまでの3日間程度自足できる分量を備えましょう。

- 数量は、各家庭の家族構成に基づき検討しましょう。
- 持ち出しやすい容器にまとめて、常備しましょう。

重要度の設定 ◎必需品 ○備えておきたい △あると便利

番号	分類	品名	数量	重要度	備考
1	飲料	飲料水		◎	2Lのペットボトル6本入りの箱で備える
2		非常用給水袋	2		水を蓄える。運ぶ
3	食料	アルファ米		◎	各自の嗜好とも照らして3日分程度をしのぐ食料品を備える。
4		乾パン			
5		パン缶			
6		インスタントラーメン			
7		缶詰類			
8		レトルト食品			
9		切り餅			
10		スープ			
11		味噌汁			
12		ビスケット			
13		キャンディ			
14		チョコレート			
15		塩			
16	衣類	上着		○	季節、個々の状況により必要なもの、数量を判断
17		下着			
18		靴下			
19	生活用品	タオル		○	
20		バスタオル			
21		毛布			

番号	分類	品名	数量	重要度	備考
22	生活用品	雨具			
23		予備電池		◎	
24		卓上コンロ			
25		ガスボンベ			
26		固形燃料			
27		鍋			{ 食器の上に敷いて用いる。 食器を洗わずに済む。水の 節約。怪我の応急処置にも。
28		ラップ			
29		アルミホイル			
30		やかん		○	
31		皿(紙、ステンレスなど)			
32		コップ (紙、ステンレスなど)			
33		割りばし			
34		スプーン			
35		フォーク			
36		歯ブラシ		△	
37		石鹸			
38		ドライシャンプー			
39		携帯電話の充電器			電池式、手回し式など各種ある。
40		新聞紙			
41		使い捨てカイロ			
42		安全ピン			
43		爪切り			
44		その他	チェックリスト		△
1	幼児用品	菓子類		○	あめ、など、日常好きなもの
2		大好きなもの			絵本、ぬいぐるみ、ゲーム
3		筆記用具			小さなスケッチブックも
4		身分の分るもの			名前、住所、家族、写真など
5		水			500mlペットボトル
6		下着類			タオルも
7		持ち出し袋	1		上の1~6を入れる。

緑園 6 丁目の人口構成

(平成23年3月末現在)

緑園 6 丁目の人口は、2,351名で、平成16年の2431名をピークに減少してきています。世帯数は899世帯で、平成21年の901世帯をピークに、ほぼ横ばいとなっています。

年齢では、下表・図のとおりです。

年齢	男	女	合計
0～9	75	63	138
10～19	134	119	253
20～29	140	157	297
30～39	100	134	234
40～49	133	169	302
50～59	167	223	390
60～69	216	191	407
70～79	104	110	214
80～89	45	49	94
90～99	6	16	22
合計	1120	1231	2351

年齢別では、0～9歳の人口は138名、全体の10.76%を占めています。全国平均の13.2%を大きく下回っています。

一方、65歳以上の人口は497名で全体の21.14%で前年同期の20.22%より増加してきており、60～64歳の人口が240名と全体の10%を占めていることもあり、これからも増えていく方向にあります。

全国平均は23.1%ですので、全国平均は下回っています。

ちなみに、65歳以上の構成比が21%を超えると、超高齢社会と言われています(国連)。

