

R7.5.21

じょうえつししょうがいしゃじりつしえんきょうぎかい とうじしゃぶかい
上越市障害者自立支援協議会 当事者部会

さいがい はっせい ばあい こま しんぱい かん
災害が発生した場合に困ることや心配に感じていること
～とりまとめ～

こうもく じしん つなみ
項目1～4 … 地震や津波（2～5 ページ）

こうもく すいがい
項目5～8 … 水害（6～9 ページ）

こうもく せつがい
項目9～12 … 雪害（10～13 ページ）

こうもく ひなんじょ ひなんせいかつ
項目13 … 避難所での避難生活（14 ページ）

こうもく こま そうだん たよ ひと
項目14 … 困りごとを相談して頼れる人（15 ページ）

項目1 自宅にいるときに地震や津波が発生した場合、困ることや心配に感じていることがあれば教えてください

※「自宅」には、アパートやグループホーム等を含みます

- ① 自宅^{じたく}で最低限^{さいていげん}必要な^{ひつよう}備蓄^{びちく}をしておきたいが、費用^{ひよう}の問題^{もんだい}もあるので、自分^{じぶん}の生活スタイル^{せいかつ}に沿った^そリスト^{つく}を作りたい。
- ② 普段^{ふだん}、両親^{りょうしん}と一緒に^{いっしょ}住んでいるが、震度^{しんど}4以上の地震^{いじょう}が発生^{じしん}すると両親^{はっせい}は職場^{りょうしん}に向かわなければならぬため、
一人^{ひとり}で正しい判断^{ただ}ができるか不安^{はんたん}。
- ③ 海^{うみ}や川^{かわ}などにそれほど近^{ちか}くないところに住んでいるが、自宅^{じたく}の裏^{うら}の木々^{きぎ}が倒れてたり、土砂崩れ^{たお}が起こる可能性^{どしゃくず}があるので心配^お。
- ④ どこへどうやって逃げる^にのか分らない^わ。
- ⑤ グループホーム^ににるので、勝手^{かって}に動けない^{うご}。
- ⑥ ケガ^よをしていたらどうしたら良いのか。
- ⑦ 避難所^{ひなんじょ}への移動^{いどう}の際^{さい}のサポート^{ふあん}が不安。
- ⑧ 自宅^{じたく}にいる時は車いす^{とき}を使わないため避難^{くるま}にどのくらい時間^{つか}がかかるか不明^{ひなん}で不安^{じかん}。
- ⑨ 中山間地^{ちゅうざんかんち}に住んでおり、ハザードマップ^すでも津波浸水^{つなみ}は想定^{しんばい}されていないことから、津波^{つなみ}について心配^{しんばい}していることはない。
- ⑩ 地震^{じしん}については防災ラジオ^{ぼうさい}やポケットラジオ^{さいがいもちだ}、災害持出し品^{ひん}の準備^{じゅんび}などしているので、それらの点^{てん}で特別^{とくべつ}に心配^{しんばい}することはない。
しかし、障害特性^{しょうがいとくせい}上、突発的^{とつぱつてき}なことに対して機転^{たい}が効かず、地震^{きてん}のあとどうしてよいか分からず途方^きに暮れたりウロウロしたりして、
自分自身^{じぶん}や周り^{じしん}を困惑^{まわ}させる可能性^{こんわく}が高いと思う^{かのうせい}。
- ⑪ 自宅^{じたく}が被災^{ひさい}して、居住不能^{きょじゅうふのう}になった場合^{ばあい}、
仮設住宅^{かせ}等の抽選^{つじゅうたくとう}は、障害者^{ちゆうせん}も健常者^{しょうがいしゃ}も一律平等^{けんじょうしゃ}に行われるのか、障害者^{いちらつびようどう}への配慮^{おこな}があるのか知りたい。

項目2 ^{こうもく} ^{しよくば} ^{つうしよさき} ^{じしん} ^{つなみ} ^{はっせい} ^{ばあい}
職場や通所先にいるときに地震や津波が発生した場合、
^{こま} ^{しんぱい} ^{かん} ^{おし}
困ること心配に感じていることがあれば教えてください

- ① ^{さぎよう} ^{つづ} ^{ほう} ^よ ^と ^よ
 作業を続けた方が良いのか、止めたほうが良いのか。
- ② ^{こわ}
 びっくりしちゃう。怖くなっちゃう。
- ③ ^{ぎよう} ^{じゅうじ} ^{じしん} ^{つなみ} ^{はっせい} ^{さい} ^{きやくさま} ^{あんぜん} ^{かくほ} ^{しんぱい}
 サービス業に従事しているので、地震や津波が発生した際、お客様の安全を確保することができるかどうか心配。
 また併せて、^{あわ} ^{じぶん} ^{じしん} ^{あんぜん} ^{かくほ} ^{しんぱい}
 自分自身も安全を確保することができるかどうか心配。
- ④ ^{しょうがいとくせいじよう} ^{とつぱつてき} ^{たい} ^{きてん} ^き ^{じしん} ^わ ^{とほう} ^く
 障害特性上、突発的なことに対して機転が効かず、地震のあとどうしてよいか分からずに途方に暮れたりウロウロしたりして、
^{じぶん} ^{じしん} ^{まわ} ^{こんわく} ^{かのうせい} ^{たか} ^{おも}
 自分自身や周りを困惑させる可能性が高いと思う。
- ⑤ ^{しよくば} ^{じしん} ^{ぶつびん} ^{とうかい} ^{そうてい} ^{たいさく} ^{おこな} ^{たお} ^{かのうせい}
 職場は地震で物品が倒壊することを想定した対策が行われておらず、倒れてきたものでケガをする可能性がある。
 また^{ひようこう} ^{ひく} ^{つなみ} ^{しんすい} ^{そうてい} ^{じっさい} ^{ひなん} ^{はあく} ^{ふあん} ^{かん}
 標高が低く津波浸水が想定されるが、実際にどこに避難すればいいのかわからないので、そのあたりも不安を感じる。
- ⑥ ^{じたく} ^{しごと} ^{じょうき} ^{おな} ^{ひなんじょ} ^{いどう} ^{さい} ^{ふあん}
 自宅での仕事なので、上記と同じ。（避難所への移動の際のサポートが不安。）
- ⑦ ^{しよくば} ^{ひなんくんれん} ^{さんか} ^{とつさ} ^{はんだん} ^{ふあん}
 職場での避難訓練に参加したことがないので、咄嗟に判断できるか不安。
- ⑧ ^{しごとちゅう} ^{いえ} ^{いぬ} ^{るすばん} ^{いえ} ^{かえ} ^{ふあん}
 仕事中、家で犬が留守番しているので、家に帰れるのか不安。
- ⑨ ^{しよくば} ^{たても} ^{おお} ^{びちくひん} ^{そろ} ^{おお} ^{ふあん}
 職場は建物も大きく備蓄品なども揃っているため大きな不安はない。
- ⑩ ^{かぞくかん} ^{ひなん} ^{かん} ^き ^{ごと} ^{おお} ^{ふあん}
 家族間で避難に関する決め事をしているので大きな不安はない。

項目3 買い物や旅行で外出先にいるときに地震や津波が発生した場合、
困ること心配に感じていることがあれば教えてください。

- ①一人で外出しているときに地震が起きたらと思うと心配。
- ②どうやって家に帰るか。
- ③土地勘のない場所で避難しなければいけないほどの地震が起きた時、どこに避難したらいいのかわからなくて心配。
- ④買い物や旅行など、出先がどのような地形で地震や津波の被害を受けやすいか否か、
また被害を受けやすいとしたらどこに避難すればよいのか、皆目見当がつかないことが不安である。
また出先で避難することになった場合、家族や職場に連絡をとることができにくい場合が想定されるが、
電話や電源の確保をどうすればよいかが心配である。
- ⑤この場合の方がサポートを受けられそうな気がする。
- ⑥避難にエレベーターが使えないことが予想されるので、上手く避難できるか不安。
- ⑦事前に目的地の災害に応じた避難方法を簡単に調べる方法を知りたい。防災アプリをチェックしておくだけで大抵は大丈夫かどうか等。

項目4 移動中に地震や津波が発生した場合、困ること心配に感じていることがあれば教えてください

- ①想定した事がなく発生した場合は全てが不安。
- ②ケースにもよるが、非常に心配。
- ③目的地まで行けなくなっちゃう。
- ④どこにどうやって逃げるのか分からない。
- ⑤電車や新幹線に乗っているときに地震が起きて、車内から出られなくなることや体調や気分が悪くなった時に落ち着いて行動できるか心配。
- ⑥原則徒歩もしくは自動車での移動しかないが、自動車での移動中はラジオを聴くようにしており、大きな地震があった場合にはラジオのチューニングを合わせるようにしている。
- その意味では、情報収集に対しての不安はない。
- 徒歩での移動中に大きな地震が起こった場合には、速やかに自宅に戻りたいと思う。その点でも不安はあまり感じない。

項目5 自宅にいるときに水害が発生した場合、困ること心配に感じていることがあれば教えてください

※「自宅」には、アパートやグループホーム等を含みます

- ①ホームの中が全部濡れちゃう。色々なものが使えなくなっちゃう。
- ②自分のものが濡れていないか心配。
- ③外へ逃げられるのか心配。
- ④地震や津波の場合と同じです。
(避難所への移動の際のサポートが不安。)
- ⑤在住している東中島の若鷹団地は、町外に通ずる二本の道路が、両方とも低地にあるため、簡単に浸水してしまう。
自宅は、その中でも比較的高台なため、水没の可能性は低めだと思われるが、孤立の危険性が心配される。
所有する2台の自家用車に関しても含めて、実情に合わせた避難方法を考えたい。
- ⑥以前、町内会で、避難のタイムラインを作成する案内が来たが、まずは、これを作ることから進めていけば良いのだろうか。
自分のタイムラインを専門家にチェックしてもらう機会はあるのだろうか。
- ⑦家の近くに屋根より高い木が多くあるので、大雨をきっかけに倒れてこないか心配。
- ⑧自宅が川や用水路から離れた場所にあるため、想定していないため発生した場合は全てが不安。
- ⑨自宅まわりの水害については、特段の不安を感じない。

こうもく **項目6** しょくば つうしょさき **職場や通所先にいるときに地震や津波が発生した場合、** こま しんぱい かん **困ることや心配に感じていることがあれば教えてください**

①どこへ避難すべきかわからない。

②職場には徒歩で行っているため、高台に逃げるにもすぐに逃げられないのではないかと心配。

③職場の近くに高台の場所がない。

④職場の駐車場横に割合大きな用水路があるが、水害が起こった場合にはその用水路の水があふれると思われる。

これについては個人ではどうしようもないので、用水路を管理している団体に対策を任せるほかないと思う。

職場の建物全体が浸水する可能性もあるが、建物周りの側溝の草取りや清掃をこまめに行って、水はけを良くしておきたいと考えている。

⑤職場は建物も大きく備蓄品なども揃っているため大きな不安はない。

こうもく 項目7 か もの りょこう がいしゅつさき すいがい はっせい ばあい
買い物や旅行で外出先にいるときに水害が発生した場合、
 こま しんぱい かん おし
困ることや心配に感じていることがあれば教えてください。

① そうてい こと はっせい ばあい すべ ふあん
 ① 想定した事がなく発生した場合は全てが不安。

② どうやって ホームまで へるか。
 ② どうやってホームまで帰るか。

③ おおあめ かわ はらんなど いえ かえ ふあん
 ③ 大雨による川の氾濫等で、家に帰れなくなることが不安。

④ でさき すいがい お ばあい ひなん ひつよう おも でさき ばあい ひなん ばしよ おも
 ④ 出先で水害が起こった場合にはどこかに避難する必要があると思われるが、出先の場合にはその避難場所がすぐには思いつかない、
 もしくは調べられないことが予想される。

じっさい でさき すいがい そうぐう ばあい みうご と おも すいがい よそう ばあい がいしゅつ
 実際に出先で水害に遭遇した場合には身動きが取れなくなると思うので、水害が予想される場合には外出しないようにしたい。

⑤ でさき さいがい じ かりにきんべん ひなんじよ ひなん じもと かえ おも さい てつづ かんが
 ⑤ 出先での災害時、仮に近辺の避難所に避難できたとして、地元へ帰りたと思った際は、どんな手続きが考えられるか。

こんらんじょうきよう おも たと ききよう い し ひょうめい とし
 混乱状況によると思うので、例えば、帰郷の意思表示のタイミングはどんな時だろうか。

⑥ なんにち つづくすいがい ぶっし はんにゅう しよくようとう かくほ
 ⑥ 何日も続く水害で、物資の搬入がなく、食料等が確保できるのか。

(アレルギーが多いため、食べられないものが支給されても困る。)

項目8 こうもく 移動中いどうちゅうに水害すいがいが発生はっせいした場合、困ばあいることや心配こまに感じていることがあればしんぱい 教かんえてください。おし

① 想定そうていした事ことがなく発生はっせいした場合は全ばあいてが不安すべ。

② 車くるまを運転うんてんしているときに水害すいがいが発生はっせいしたら、どうしたらよいのかわからず、パニックになってしまうのではないか。

③ 車くるまでの移動中いどうちゅうに浸水しんすいした際に、外さいに出そとられるか不安で。

④ どうやってホームまで帰かえるか。

⑤ 総すべてて地震じしんや津波つなみと同じです。おな

(避難所ひなんじょへの移動いどうの際さいのサポートさぽーとが不安ふあん。)

⑥ 移動中いどうちゅうの水害すいがいには、特とくに不安ふあんを感じない。水害すいがいが予想よそうされる場合ばあいには、移動いどうをできるだけ控ひかえるようにしたい。

項目9 自宅にいるときに大雪で雪害が発生した場合、困ることや心配に感じていることがあれば教えてください。

※「自宅」には、アパートやグループホーム等を含みます。

① 自宅で雪害に遭った場合、できることがほとんど避難できるかもわからないので不安。

② 自宅で雪害に遭うことが実際にあり、そのときに困ったことを以下に書きます。

・積雪が多くなると除雪や屋根の雪おろしが追いつかず、玄関前や屋根に雪が積もったままになり、自宅が倒壊する可能性が出てくる。

・自宅が大きく二階建てのため、屋根の雪おろしに非常に時間がかかる。

・除雪や屋根の雪おろしを行うと非常に疲れ、疲れが溜まると精神的にも不調になりやすい。

・精神的な不調が続くと、家事や仕事に支障をきたす可能性が高くなる。

③ いつになったら仕事に行けるのか心配。

④ 雪下ろしをお願いしたくても業者が確保できるかが心配。

⑤ 数年前の大雪の時に、除雪しても間に合わず、雪のやり場がなくなってしまった。

⑥ 道路の終点に家があるので、除雪車がなかなか来ず、大雪の際に家から出られなくなってしまう。

こうもく
項目10 しょくば つうしょさき おおゆき せつがい はっせい ばあ い
職場や通所先にいるときに大雪で雪害が発生した場合、
こま しんぱい かん おし
困ることや心配に感じていることがあれば教えてください。

① どうやって帰るか。

② しょくば ちゅうしゃじょう せんもん ぎょうしゃ じょせつ いら い じゅうき とど ぶ ぶん じんりき じょせつ ひつよう
職場の駐車場は専門の業者に除雪を依頼してあるが、重機の届かない部分を人力で除雪する必要があり、
おおゆき て ま じ かん つか た せいしんてき ふちょう かのうせい たか おも
大雪になるとその手間と時間がかかる。やはり疲れが溜まると精神的にも不調になる可能性が高くなると思われる。

③ おおゆき しょくば じ た く かえ かのうせい
そもそも大雪になると、職場から自宅に帰れなくなる可能性もあり、
しょくば と こ じょせつ ひつよう で かんが
職場に泊まり込んで除雪をする必要も出てくるかもしれないと考えると、
ひつようさいていげん しょくりょう き が え そな ひつよう
必要最低限の食料や着替えなどを備えておく必要があるのかもしれない。

④ しょくば た ても の おお び ち く ひん そろ おお ふ あん
職場は建物も大きく備蓄品なども揃っているため大きな不安はない。

こうもく
項目11 か もの りょこう がいしゅつさき おおゆき せつがい はっせい ばあい
買い物や旅行で外出先にいるときに大雪で雪害が発生した場合、
こま しんぱい かん おし
困ることや心配に感じていることがあれば教えてください。

① そうてい こと はっせい ばあい すべ ふあん
想定した事がなく発生した場合は全てが不安。

② どうやって かえ
帰るか。

③ みち かくほ いえ ぶ じ かえ
道が確保されるのか、家に無事に帰れるのか

④ でさき ふあん かん おおゆき よそう さい こうどうはんい ちい じたく しょくば おうふく と わ き ひつよう おも
出先での不安は感じない。大雪が予想される際には、行動範囲をできるだけ小さくし、自宅と職場との往復に留めるくらいの割り切りが必要だと思う。

項目12 こうもく 移動中いどうちゅうに大雪おおゆきで雪害せつがいが発生はっせいした場合ばあい、困こまることや心配しんぱいに感じかんていることがあればおし教えてください。

① かくじつ 確実に いどう 移動は こんなん 困難になるので はっせい 発生した場合 すべ は全てが ふあん 不安。

② どうやって かえ 帰るか。

③ じかようしゃ 自家用車には じよせつどうぐ 除雪道具や ひつようさいていげん 必要最低限の もうふ 毛布や しょくりょう 食料を つ 積むようにしているが、いどうちゅう 移動中に おおゆき 大雪で うご 動けなくなったら ふあん どうしようという不安がある。

いっぽう その一方、ほんとう 本当にそうになったら じどうしゃ 自動車を す 捨てて きんりん 近隣に ひなん 避難するとか、おおゆき 大雪の よほう 予報が出たら じかようしゃ 自家用車で いどう の移動を けつだん しないという ひつよう 決断も おも 必要と思う。

④ おおゆき 大雪になると まわ 周りの おと 音が ゆき 雪に きゆうしゅう 吸収され、き なにも き 聞こえなくなることがある。

ほどう それと、ゆうどう 歩道の ゆき 誘導 した ブロックが もくてきち 雪の下になって い しまうので、こんなん 目的地へ行くことが困難となる。

項目13 避難所に避難した場合、その避難生活で困ることや心配に感じていることがあれば教えてください。

- ① 避難所に入るまでにどのぐらい段差があるのかやトイレが車いすのままでも使えるのか等が不安。
- ② なれない場所で、知らない人だらけの空間。
- ③ 普段と異なる環境での生活となるので、不眠にならないかが心配である。
 普段は眠剤を飲むことはほとんどないが、避難所での生活では眠剤が必要になるかもしれない、眠剤を入手することができるかどうか不安ではある。
 反面、いくら眠剤を飲んでも眠れないときには眠れないこともわかっている、
 腹をくくって「眠いときに少しでも寝ればいい」と考え方を变えることも必要かと思う。
- ④ 板の間で寝られるか心配。
- ⑤ 食事があるのか、どのような食事が心配。
- ⑥ アレルギー体質なため、食料や物資等でアレルギー発生しないか不安。
- ⑦ 食事の栄養バランスが崩れることは、やむを得ないことだと思うので、心配しても仕方ないと思っている。
 また男性なので、トイレはそれほど気を遣わなくとも構わないと思っているので、それほど不安は感じない。
- ⑧ お風呂に入れないと困る。
- ⑨ 避難所での情報が取得できるかが心配。
- ⑩ 長期避難になった場合、避難所自治が必要になると思われるが、全員が大変な時に、
 障害者はどこまで、配慮（役割の軽減等）してもらったり、逆にこちら側からどの程度主張しても許されるのだろうか。

こうもく
項目14

かくしゅさいがい はっせい ばあ い りょうしん か ぞく ふくしじぎょうしょ ひと い が い
各種災害が発生した場合、両親（家族）や福祉事業所の人以外に、
こま そうだん たよ かこ
困りごとを相談して頼れる人はいますか。「いる」、「いない」を○で囲んでください。
こま そうだん たよ ばあ い
また、困りごとを相談して頼れる人が「いる」場合、
こま そうだん たよ ひと きにゆう
困りごとを相談して頼れる人がどなたか記入してください。

○いる	3名 ^{めい}	うちわけ	・民生委員 ^{みんせい い い ん} ・近所 ^{きんじよ} の人 ^{ひと}	1名 ^{めい}
			・民生委員 ^{みんせい い い ん}	1名 ^{めい}
			・近所 ^{きんじよ} の人 ^{ひと}	1名 ^{めい}
○いない	2名 ^{めい}			
○回答 ^{かいとう} なし	1名 ^{めい}			