



# 防災だより

～ 地域福祉等推進特別支援事業 ～

社会福祉法人  
八重瀬町社会福祉協議会

八重瀬町字東風平1318-1

電話：998-4000

FAX：998-8999

社協HP

<http://www.yaeseshakyo.com/index.html>

## 災害に強い八重瀬町を目指して！

# 緊急地震速報

地震による強い揺れを事前にお知らせするための、地震動の予報・警報です

### 緊急地震速報 利用の心得

● undanから、家屋の耐震化や家具の固定など、地震に備えましょう！ ●

まわりの人にも声をかけながら

地震の揺れを感じたら…  
(緊急地震速報がなくても)

## あわてず、まず身の安全を!!

緊急地震速報を見聞きしたら…  
(地震の揺れを感じなくても)

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れがくるまでの時間は数秒から数十秒しかありません

### 家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外へ飛び出さない
- むりに火を消そうとしない



### 自動車運転中は

- あわててスピードをおとさない
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながす
- 急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす



### 人が大勢いる施設では

- 係員の指示にしたがう
- あわてて出口に走り出さない



### 屋外(街)では

- スロツク塀の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



### 鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる



### エレベーターでは

- 最寄りの階に停止させ、すぐにおりる



周囲の状況により具体的な行動は異なります。日頃からいざというときの行動を考えておきましょう

# イザ という時 のために!

## しょう 障がいのある人への わたし 私たちにできるお手伝いってどんなこと? (したい ふじゆう 肢体の不自由の方について)



みなさんは障がいのある人のお手伝いをしたことがありますか。「何かしてあげたいけど、どうしたらいいのかわからない。」そう思ったことはありませんか?  
障がい者といっても目が不自由な人、耳が不自由な人、手足が不自由な人、知的障がい者などみな違います。少しでも相手の状況を知っておけば、その人の気持ちになってお手伝いができますね。

### くるま の 車イスに乗っている人の場合

◎お手伝いが必要なのか、まず聞くのが大切です。



車イスに乗っている人を介助するのに資格等はいりません。だれでも簡単に介助はできるのです。だからといって安易に行うのは危険が伴いますし、逆に迷惑になる可能性もでてきますから以下にあげた注意事項はよく覚えておきましょう。  
自分自身で一度は車イスに乗って実際の感覚を経験しておくのも役立つと思います。

### くるま お 車イスの折りたたみ方 & ひろげ方

たたみ方



1. 足のせを上げる



2. シートを持ち上げる



3. 完全に折りたたむ

かいじょ ほんにん かくにん  
どのように介助してほしいか、本人に確認を！

むり せけん あんぜん つと  
無理すると危険なので安全に努めましょう。



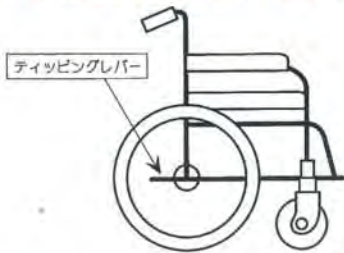
たいへん まわ ひと たす  
大変なときは周りの人たちに助けてもらいましょう。

うご ふくそう おこな  
できるだけ動きやすい服装で行いましょう。



# くるま こう そう 車イスの構造をのぞいてみよう！

くるま かいじょ しゃ しようしゃ そうほう つか たすろく くるろ  
車イスは介助者、使用者双方が使いやすいような多数の工夫がされています。



## ◎「ティッピングレバー」をいかにして

かいじょ くるま じゅうよう やくわり  
介助をするとき、車イスのティッピングレバーが重要な役割を  
果たします。ひと ぜんりん も あ やくわり  
果たします。1つは前輪を持ち上げるときの「テコ」の役割です。  
ふ ひかくてきかんたん あ ひと えき  
そこを踏みつけると比較的簡単に上がります。もう1つは駅など  
かいだん のぼ おお ぼあい くるま も あ にぎ  
の階段を昇り降りする場合、車イスを持ち上げるときに握ります。

### ●キャスター上げ



あ ぜんりん  
キャスター上げとは、前輪（キャ  
スター）を浮かして、後車輪だけ  
たも ほうほう  
でバランスを保つ方法です。



あし ふ  
ティッピングレバーを足で踏み、  
ハンドルをおさげます。



たも  
バランスを保ちます。このキャスター  
あ だんさ ま いどう さい  
上げは、段差やすき間の移動の際な  
ど、いろいろな場面で役立ちます。

## ひろげ方



1. 外側に少し開く



2. シートを押し広げる



3. しっかり押さえる

ちゅうい ひろ した ゆび  
※注意/広げるとき、シートの下に指をはさまないように。

ようえんごしや はいりよ  
 ◎要援護者への配慮  
 したい ふじゆう かた  
 (肢体の不自由な方のために)

とく ちよう 特 徴	しえん 支援のポイント
<p>◇歩行に障がいがある場合、移動が困難です。</p> <p>◇麻痺などで言葉が不自由な人は「助けて」と言うことや、困っていること、支援してほしいことを相手に伝えることが困難です。</p>	<p>◆どのような支援を求めているかを聞き取りましょう。移動に車イス、ストレッチャー等の移動道具が確保できない場合には、毛布や衣類で作った応急担架等で避難させましょう。</p> <p>◆一人で助けられない場合は、周囲の人に声をかけて複数の人で支援をしましょう。</p> <p>◆車イスに乗った人を誘導するときには、車イスの幅（約90cm）が必要になりますので、気をつけて避難路等を考えておきましょう。また、段差や坂道等でゆっくり安全に移動させましょう。</p> <p>◆言葉が不自由な人の話は、決してせかさず、ゆっくり聞いてあげましょう。</p> <p>◆筆談等の総合的なコミュニケーションによりどのような支援を求めているかを正確に把握しましょう。</p> <p>◆外から声をかけても、動けなくて出てこれない場合があります。場合によってはドアを壊して助け出すことが必要になります。</p>

※上記は、一般的な特徴を示したものであり、本人の障がいの程度や家族の状況等によって必要とされる支援も異なってきます。

次号は、「障がい者と災害」第2弾を予定しています。  
 また、災害などについて知りたいことや調べてほしいこと、防災だよりに掲載してほしいことなどあれば、八重瀬町社会福祉協議会までぜひご連絡ください。