

さいがいじ

災害時のたすかるシート



作成日 さくせいび 〇年 ねん 〇月 がつ 〇日 にち

なまえ
名前

にしのみや たろう
西宮 太郎

せいねんがっぴ せいねんがっぴ 〇〇〇〇 ねん 年 〇〇月 がつ 〇〇日 にち

じゅうしょ じゅうしょ
(住所) 西宮市×××××

でんわばんごう でんわばんごう
(電話番号) 0798 (〇〇) - 〇〇〇〇

しょうがいめい しょうがいめい しかんめい しかんめい
(障害名・疾患名) 〇〇〇〇

ひつよう ひつよう いりよう いりよう
(必要な医療ケア) 〇〇〇〇

たひつよう たひつよう じょうほう じょうほう
(その他必要な情報)

例：アレルギーがあります。(小麦、ペニシリンなど)

てんかん発作があります。(頓服あります、p 4 参照)

人に手がでてしまうことがあります。(対処法：慌てず、穏やかな声で落ち着かせて下さい。)

ひなん そうてい さいがい
避難が想定される災害



こんな時 → ここへ行こう (安全な避難場所)

① 地震 → しょうがっこう
〇〇小学校

② 津波 → 〇〇ビル

③ 台風・大雨 → しょうがっこう
〇〇小学校

④ 火災 → こうえん
〇〇公園

きんきゅうれんらくさき
緊急連絡先



- | | | | | |
|---|----|-------|-----|------|
| ① | 名前 | 〇〇病院 | TEL | Mail |
| ② | 名前 | 父 〇〇 | TEL | Mail |
| ③ | 名前 | 〇〇事業所 | TEL | Mail |

その他家族との取り決め等

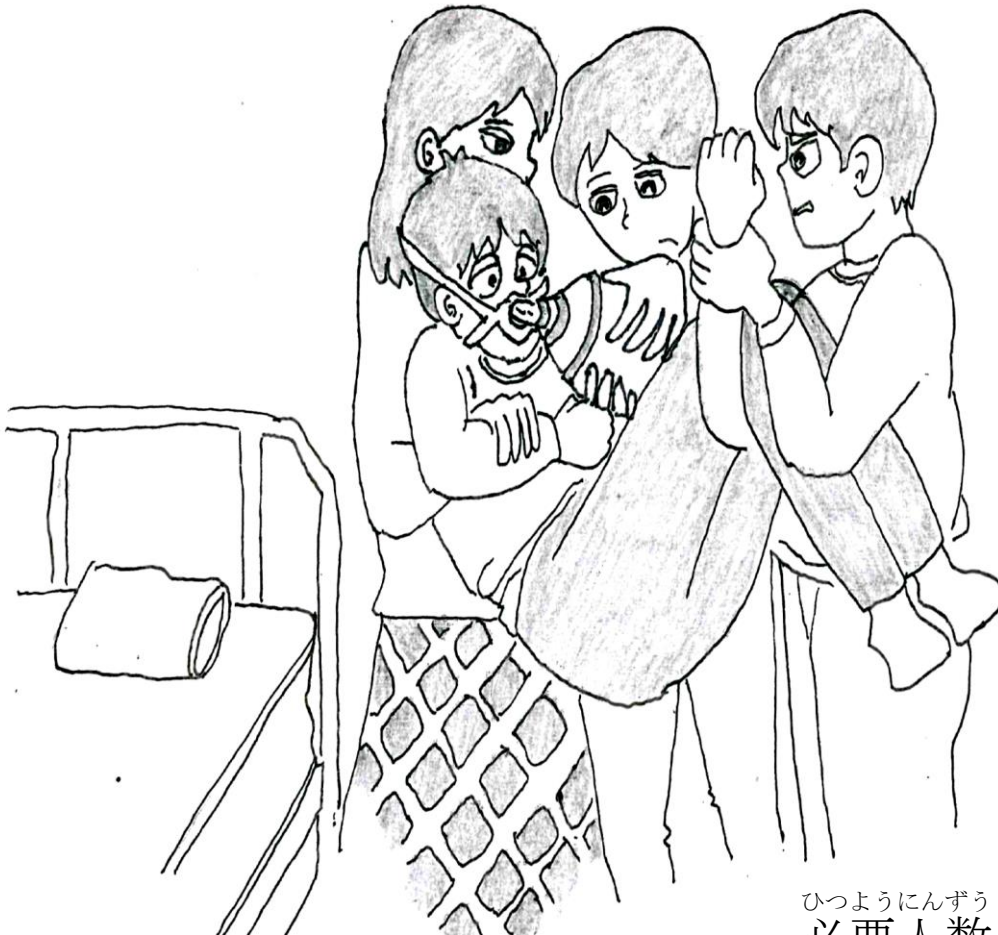
14時、16時、18時に避難所(体育館)の入り口に10分間立ちます。

ひなん ほうほう しょう ばあい そうてい
避難する方法 (エレベーターが使用できない場合を想定)



え しゃしん
<絵・写真>

(例：車椅子が使用できない場合、医療的ケアの必要な人)

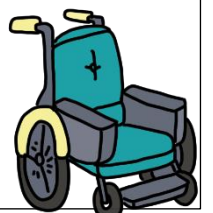


ひつようになんずう けい にん
必要人数 計3人

かいじょじ りゅういんなど はいりよ てん こえ かけのしかた)
介助時の留意点等 (配慮すべき点・声かけのしかた)

- 例 1 :
- ・内部バッテリーの時間
 - ・外部バッテリーのあり・なし
(ありの場合はバッテリーの時間)
 - ・呼吸器の電源を外した時間をメモして呼吸器に貼ってください。

- 例 2 :
- ・誘導しやすい方法
 - ・安心できるグッズは〇〇
 - ・落ち着ける言葉や表現の仕方





ひなんじ さいていげん も だ
①避難時は最低限これを持ち出してください

※どこにあるのか分かるようにイラスト等もあればわかりやすい



中身：

家のどこにあるか分かるように書いてください。

- ・お薬手帳、お薬、アンビュー等



じたくたいき ばあい ねが ひつよう
②自宅待機の場合にお願いしたいこと・必要な
こと等

例：・避難所の情報を教えてください。

(給水・炊き出し・物品提供) の時間や日程など

- ・水や物品を運ぶのを手伝ってください。



このシートを誰と作りましたか？：

(例)

さいがいに

災害時のたすかるシート



作成日 20XX年 〇月 〇日

名前

西宮 一郎 (11, <small>くん</small>)

生年月日 20XX年 〇月 〇日

(住所) 西宮市 〇〇-△△△△

(電話番号) 090-0000-△△△△(母)

(障害名・疾患名) 自閉スペクトラム症

(必要な医療ケア) なし

(その他必要な情報)

- 「レベル」がわかります。(卵・牛乳)
- 目の見え方などがわかります。
- 難聴があります。

音に過敏があります。イヤーマフを付けて下さい。

医療面(レベル・服装、靴、かん、など)
・特別な配慮(身体に関わること)

避難が想定される災害

こんな時 → ここへ行く (安全な避難場所)

① 地震 → 〇〇小学校

② 津波 → 〇〇ビル

③ 台風・大雨 → 〇〇小学校

④ 火災 → 〇〇公園

緊急連絡先

医療面がある場合は、病院を。
通院先や通学先など、本人を知っているところ。

- 母: 西宮〇子 090-0000-0000
- ① 名前 父: 西宮△太 TEL 090-0000-xxxx Mail
- ② 名前 〇〇小学校 TEL 0798-00-xxx Mail
- ③ 名前 A事業所 TEL 0798-00-△△△△ Mail
- その他家族での取り決め等

連絡がとれない場合は、14時、16時、18時に避難所の入口に10分間立ち待。

※災害用伝言板の利用はできません。

・西宮市HPを参考。「西宮市避難所」を検索
すると載っています。
・各校の集合場所としてを必ず確認！！



避難する方法 (エレベーターが使用できない場合を想定)

<絵・写真>



- ・大きな声が苦しい。
- ・落ち着いた声で、端的に誘導して下さい。(〇〇(場所)があります。など)
- ・もしも、不安がっている時は、〇〇(安心できる物)を持たせて下さい。
- ・写真カードを見せて、今から行く場所を知らせて下さい。
- ・玄関を出て、左の階段をおりて下さい。

- 1、移動可能な道具や注視方法がある場合は、リストや写真を
- 2、混雑したり、エレベーターにのらないような配慮を対応した方法を記入する。
- 3、その1世、家族で話し合って、必要なことを記入する。

必要人数 計2人

避難時の留意点等 (配慮が必要な点・洋かたのしかた)

★特に留意する点を記入する。
(例) 「〇〇は、しゃべって下さい。」



①避難時は最低限これを持ち出してください

※どこにあるのか分かるように、リスト等もあればわかりやすい



・和室の押し入れにある、赤い/ピンク色を持ち出して下さい。

★「どこに」「なにが」を分かりますように。

※何が必要なのかは、事前に家族で話し合い、リストアップしておきましょう。
(例) 医療面が必要な物 (薬など)

- ・いもの指定をいがるもの
- ・モバイルバッテリー



②自宅待機の場合にお願いしたいこと・必要なこと等

・避難物の情報 (給水・炊き出し...)

災害後に、自宅を過す場合を想定して...



このシートを誰と作りましたか？