

# 障害をお持ちのかた 介護が必要なかた

# のための

## 防 災 行 動

## マニュアル



大地震など災害が発生した場合、障害をお持ちのかたや介護が必要なかた(要援護者)は迅速に避難することが難しく、その後の生活にも、さまざまな支障が出ることが予想されます。

このマニュアルは、要援護者や家族などの援護者が、日頃から備えておくことや災害が発生した時にとるべき行動などのポイントを具体的にまとめてありますのでご活用ください。

## 目 黒 区

# 目次

## I 日頃の備え

1	災害を想定した事前の準備	1
2	身の回りの安全点検	4
3	避難計画の作成	6
4	非常用持出用品と備蓄品の用意	7
5	防災手帳やヘルプカードの作成	8
6	地域との交流	11
7	防災訓練の参加	12

## II 地震が発生したら

1	家にいるとき	13
2	外出しているとき	14

## III 避難するときは

1	こんなときに避難します	15
2	避難所の種類	16
3	避難するときに注意すること	17

## 参考資料

●	非常持出用品チェックリスト	18
●	備蓄品チェックリスト	19
●	災害時の安否確認の方法（災害用伝言サービス）	20
●	避難所一覧	21
●	よくある質問	23
●	役に立つホームページ	25
●	関係機関連絡先	裏表紙

## 別冊

- 防災手帳
- ヘルプカード