

# 「誰一人取り残さない」防災を

災害時に「一人の逃げ遅れも出さない」「犠牲者を絶対に出さない」地域づくりを進めています

## すべての命を守るために

- ! 高齢者や障がい者など、自力での避難が困難な人たちが災害の犠牲になっています
- ! 日ごろからの地域のつながりが、もしものときの助け合いにつながります

### 災害時要支援者登録制度

「災害時要支援者登録制度」は、災害発生時に自力での避難が困難なため、手助けを必要とする人たちに対する支援を、地域住民を中心と/or>て行えるようにするための制度です。

- 登録された個人情報を自治会内で組織した「自治会支援班」へ提供します。
- その情報をもとに、戸別訪問・聞き取り調査をおこない、避難支援者などを記した個別避難計画・兼台帳を作成します。
- 要配慮者の避難誘導や安否確認などを行う避難支援者は、基本的に近隣住民から選任されます。



### 住民支え合いマップ

「住民支え合いマップ」は、支援が必要な住民と見守り支援をする住民を地図上に書き込み、地域でのつながりを把握するものです。日ごろの地域での支え合い活動、助け合いの仕組みづくりに活用することを目的としています。

なお、登録時に提供された個人情報については、自治会・上田市社会福祉協議会・上田市の三者で協定を結び、目的外の使用を禁止するなど取り決めています。



住民支え合いマップイメージ

具体的な登録方法についてはお住まいの自治会  
または右記までお問い合わせください

上田市福祉課：0268-71-8081

ポイント

### 誰かの手を借りなければ逃げられない人たちがいます

近年の災害でも災害弱者の犠牲は後を絶ちません。東日本大震災では障がい者の死亡率が全住民の死亡率の約2倍、平成30年の西日本豪雨では倉敷市真備町での犠牲者の9割が高齢者や障がい者でした。たとえ命が助かっても、避難所で適切なケアが行き届かないなどで、平成28年の熊本地震では直接死の約4倍以上の218人が災害関連死で亡くなっています。悲劇を繰り返さないためにも、普段から地域で暮らす人たちに目をむけてみることから始めてみませんか？

## 要配慮者への協力

- ! 要配慮者の視点に立ち、思いやりの心で支援することを心がける

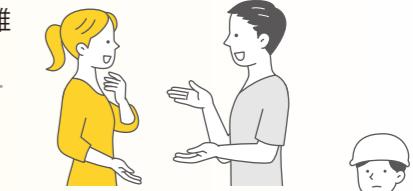
### 危険を察知しにくい人

- ・手の空いている側へまわり、腕を貸し、ゆっくり歩く
- ・盲導犬には、ふれない



### 危険なことを理解・判断しにくい人

- ・口を大きく動かして、話す
- ・筆談をする
- ・身振り手振りで、情報を伝える



### 高齢者

- ・腕を貸す、背負うなどをして避難
- ・複数人で協力する

### 外国人

- ・日本語でいいので、声をかける
- ・身振り手振りで、情報を伝える
- ・孤立させない



### 車いす利用者

- ・坂道を上げるときは前向き、降りるときは後ろ向き
- ・階段では、可能な限り3人以上で協力する

### 妊婦・乳幼児

- ・体調に気を配る
- ・状況に応じ、必要な支援をする

## 応急手当

### 出血

- ① 清潔な布等を当て  
傷口の上から強く圧迫する。  
その際は感染防止のため、ビニール手袋やビニール袋を使用する。
- ② 傷口を心臓より高くする。

### 骨折

- ① 患部を固定する。
- ② 身近なものを代用して  
副木を当て、骨折部分の上下関節を固定する。
- ③ なるべく早く医療機関を受診する。

### やけど

- ① 患部を早急に冷やす。  
衣服を着用していたら、そのまま冷やす。
- ② 水泡は破らず患部を清潔な布等で覆う。

### 心肺蘇生法

#### 意識・呼吸の確認

- ① 声をかけ、意識があるかを確認する。  
傷病者の顔に近づきすぎないようにする
- ② 助けを呼び、119番通報とAEDの搬送をお願いする。
- ③ 胸とお腹の動きがなければ呼吸なしと判断して、胸骨圧迫をする。



#### 胸骨圧迫

- ① 胸の中央に両手を重ね、胸が5cm沈み込む程度の強さで圧迫する。
- ② 1分間に100~120回のペースで圧迫する。
- ③ 中断しないよう、絶え間なく行う。  
胸骨圧迫を開始する前に、傷病者の口と鼻をマスクやタオル等で覆う。



#### AEDが到着したら、音声の指示に従って使用

※人工呼吸は実施しない。ただし、傷病者が子どもで、救助者が人工呼吸の技術と意思がある場合のみ行う。