

2011.3.11

東日本大震災を受けて

自閉症の人たちのための 防災・支援ハンドブック

— 支援する方へ —

— 確かな支援へ —

3.11の東日本大震災は、大地震（M9.0）、大津波、原発事故の3つが重なる未曾有の大災害でした。想像を絶する状況の中で、自閉症の人々は「日常がなくなった」のです。避難先を転々とし、住み慣れた故郷を離れて遠い他の地域に移り住まなければならなかった自閉症の人々は、さまざまな経験をし、混乱に追い込まれました。このような状況の中で、自閉症の人々が抱える諸問題が改めて象徴的に浮き彫りにされたのです。

この防災・支援ハンドブックは、厚生労働省の平成23年度障害者総合福祉推進事業の一環として行った調査の結果に基づいて、新たに出版するものです。しかし、原発事故による放射能汚染に対する防災・支援に関する情報は乏しく、今後の大きな課題として残されております。「災害」は日常的な社会システムが機能しなくなる状況です。いざという時に、そして日頃からの自閉症の人々への支援に、この冊子がお役に立つことができれば幸いです。

社団法人日本自閉症協会 会長 山崎晃資

社団法人 日本自閉症協会

目次

3.11を教訓として 一備えておくべきもの一	1
自閉症への理解を	2
災害に備えて	
地震防災教育	4
津波防災教育	5
学校での防災教育	5
放射線物質被害対策	6
要援護者名簿への登録と福祉避難所の設置	7
災害時、救助にあたる方へ	8
避難所では	
本人・家族へ支援していただきたいこと	9
具体的な生活の配慮を	10
避難所のスタッフとして	11
避難所に行けない人もいます	12
就労している自閉症の人に配慮を	13
災害時のネットワークづくり	14
災害時の連絡 ～安否確認と情報の発信～	15
災害の現場からQ & A	16
心のケア	
PTSDについて	20
自閉症の人への支援	21
家族への支援	22
本人・家族への支援（福島県の場合）	23
大震災を経験して	24
復興と支援の継続に向けて	25
被災地の方々のアンケート調査から	27
あとがき	31
チェックシートを活用しましょう	

本協会が厚生労働省平成23年度障害者総合福祉推進事業を受け、現地調査、アンケート調査を実施して、現地関係者の情報に基づき作成されています。

監修 山崎晃資（社団法人日本自閉症協会会長）

3.11を教訓として — 備えておくべきもの —

2011年3月11日の東日本大震災では、長期にわたる避難が余儀なくされました。自閉症の人とその家族は、「日常の喪失」と「障害の無理解」に苦しみました。その避難体験から災害に対する「特別な備え」が、自閉症の人にとって大切であることを再認識したのです。

「特別な備え」とは何でしょうか。避難の際には、①避難場所、②避難生活を支えるもの、③障害の理解の3つが重要になります。

まず、第一に「場所の備え」です。福祉避難所はそれぞれの地域に複数必要でした。既存の施設と契約をし、自閉症の人のための避難場所として確保しておくことが必要です。その対象として、支援学級や支援学校が受け入れてくれることを期待しています。

次に、日常を支える「ものの備え」が必要でした。自閉症の人には、どうしてもなくてはならないものがあります。それにより安心を得られたり一人で過ごせたり、身の安全が守られたりします。例えば、ぬいぐるみやパズルや薬といったようなものがあるといいのです。「こだわりの緊急持出袋」とでもいえるものを備えておくことが有効です。

最後に、最も必要なものは「人の備え」です。あるお母さんの言葉があります。「避難先の体育館では、いつも頭を下げていました。こんな状況の時にさえ頭を下げていなくてはならないのかと悲しくなりました。でも、この子を訪ねて多くの人が来てくれました。たくさんの声をかけて頂きました。私達は、この子に救われたのです。」

人の存在は困難にも支えにもなります。分かってくれる人の存在ほど心強いものはありません。

想定をこえる災害を経て、新たに必要な「備え」と「対処」がこの防災・支援ハンドブックに盛り込まれました。しかし、マニュアルを超える事態がまたいつか起こるかもしれません。それでもきっと、人々は支え合って乗り越えていくことでしょう。そして、より固い絆の中心には自閉症の人がいるに違いありません。

熊本葉一

岩手県自閉症協会会長
NPO法人いわて発達障害サポートセンターええ町づくり隊 代表

自閉症への理解を

自閉症の人には、知的障害のある人もない人もいます。自閉症の特性から生活上の生きにくさをもっていますが、すぐれた記憶力、視覚情報に強い、まじめで一度身に付けた能力は落とすことがないという強さももっています。適切な支援があれば安定した生活を送ることができますが、災害時には次のように突発的な状況の変化が読み取れないため、以下のような支援が必要です。

■ 危険が分からない⇒避難を促すことが必要



想像力が弱いので

- 災害の怖さや避難の必要性が、なかなか理解できない
- そのためこれからの危険性が予測できない
- 「助けて」と言えない人がいる

■ いつもと違う状況で不安になる

⇒スケジュールや予定を示すことで安定する

変化に対する不安や抵抗、こだわりが強いので、

- スケジュールの変更や場所が違うと落ち着きがなくなる



■ 困っていることが伝えられない

⇒一斉に伝えるだけでなく個別の声かけが必要

災害時の安否確認などでは特に注意



コミュニケーションの困難さがあるので

- 話し言葉がない人もいる
- 声をかけても反応しなかったり、「オウム返し」だったりする

■ 痛みに平気だったりする⇒ケガや病気に注意

注意するときはやさしく

感覚の過敏・感覚の鈍さがあるので

- 大きな声におびえる
- 子どもの泣き声で耳をふさぐ
- 体に急に触られることを嫌う



■ 避難所生活になじめない

⇒避難所などでは、パーティションで自分の空間を作る

お気に入りのものを用意する

対人関係の困難さがあるので

- 人と上手に関わることができにくい
- 集団行動がとりにくい



一見、障害があるように見えなくても、災害時には支援が必要な人たちがいます

——知的障害のない高機能自閉症、アスペルガー症候群の人たちも自閉症の特徴をもっています。言葉が分かっているように見えてもコミュニケーションや対人関係、生活上の困難さがあります。

災害時には適切な支援をお願いします。



こんなことに
気をつけて

- ・ 一斉に伝えるだけでなく、本人に個別に声かけを
- ・ 指示や予定は明確に
- ・ 否定的な言動でなく、肯定的に（走っちゃだめ→歩こうね）
- ・ 大声で叱ったりするのは逆効果
- ・ 興奮したときはその場から離して気持ちを鎮める

災害に備えて

日頃の生活が防災の基礎になります。自閉症の人にとって取り組みやすい防災教育、訓練と日常の活動の充実を図ることが必要です。



地震防災教育

自閉症の人たちに地震の怖さや避難の方法を知ってもらうためには、避難訓練や起震車体験などを通して、イメージーションを向上することが大切です。地域との人々や関係機関と一緒に防災訓練をしておくことが必要です。

災害イメージーションを高め、繰り返しの体感訓練を

東日本大震災の原因となったマグニチュード(M)9の東北地方太平洋沖地震を踏まえ、東京大学地震研究所はM7クラスの首都直下地震の発生確率を、従来の30年以内70%から4年以内70%に修正しました。地震学的に活動度の高い時期を迎えているわが国では、東海・東南海・南海地震などのM8クラスの地震を含め、大きな地震が頻発する可能性が高い状況にあります。

保育園の防災訓練では、室内の家具等の配置を改善し固定した上で安全性の高い空間を床にテープを貼って示し、先生や放送の指示があったら、即、頭を防備しつつそこに逃げ込むように教え訓練しています。できたらほめ、繰り返すと、小さな子どもでもわずか数秒間でその行動がとれるようになります。次は、揺れがおさまった後のプログラムに移行します。

自閉症の方たちの防災対策では支援者の災害イメージーションがとても重要です。災害発生時から災害下での生活までを見通し、障害特性を考慮した具体的な支援を考へておくことが大切です。日常とは違う生活になることも伝え、簡易トイレの使い方なども事前に訓練しておきます。

自閉症の方たち自身の災害イメージーションの向上には、起震車や防災館などで地震を体感する訓練もよいでしょう。私は、e-ラーニングによる防災教育の研究もしていますが、これもパソコンに興味のある自閉症の方たちには有効といえるかもしれません。

(東京大学生産技術研究所教授 目黒公郎)

※e-ラーニングとは：情報技術を用いた学習（出版委員会注）

津波防災教育

自閉症の人たちにとって、津波の怖さと避難の方法を知っておくためには、写真等の映像で理解を図り、防災訓練で率先避難を徹底することです。

「まず逃げる。状況を見て判断。率先避難者となって、人を助ける」

岩手県釜石市では、東日本大震災の犠牲者が千人を超えるなか、学校管理下になかった5名を除き約3千人の小中学生全員が無事避難できました。地域の財産であり、未来への希望である子どもたちが、津波防災教育を活かしあの津波から生き残ってくれたのです。同市では以前から津波防災教育に熱心に取り組んでおり、危機管理アドバイザーである私が子どもたちにしたのは、「姿勢の防災教育」でした。津波は100回くれば全部違う。固定的な考えは通用しない。主体的に自然と向き合う姿勢が何より大事だということです。年間10時間前後を防災教育にあて、子どもたちに、次のことを教え続けました。「想定にとらわれないこと」「その状況下において最善をつくすこと」「一人ひとりが率先避難者となること」。

今、私は、自宅の位置、震源地、避難のタイミング、避難場所等の条件を入力すると津波発生時の状況を再現できる「動く津波ハザードマップ」を作成しています。今回、小中学生たちは、お年寄り、体の不自由な方にも避難の声掛けをして逃げました。くり返し訓練を行うことによって、自閉症の皆さんも率先避難者になることを願っています。

(群馬大学大学院教授 片田敏孝)

学校での防災教育

自閉症の人にもわかる防災教育、訓練が望まれます。

防災担当教員全校に「てんでんこ避難教える」

文部科学省方針

東日本大震災を受け、文部科学省は、「防災教育」を全面的に見直し、宮城、岩手、福島の3県だけで児童・生徒635人が津波の犠牲になったことを教訓に、指示がなくても「どうすれば生き残れるか」を自ら判断し、主体的に避難行動ができることをめざす。国として初の取り組みで、平成23年12月から研修を開始、最終的には、各校に防災の専門知識を持つ教員を一人配置する。

大津波に見舞われたにも関わらず、小中学生約3,000人のほとんどが無事だった岩手県釜石市では、「てんでんこ避難—津波の避難勧告がでたら、率先して逃げる」ことが学校でも徹底されていた。研修を行う独立行政法人教員研修センターでは、「この研修によって、今後の災害で、より多くの児童生徒の命を救うことに結びつけてほしい」としている。

(読売新聞平成23年11月15日付朝刊より抜粋)

放射性物質被害対策

外部・内部被爆を避けるための対応と検査の実施を確実に！

原発事故による放射性物質被害対策について

東日本大震災に伴う福島第一原発事故により大量の放射性物質が広がり、福島県では、多くの人たちが避難を余儀なくされました。外部被爆、内部被爆による身体への影響も心配されています。

「外部被爆」は大気などからの放射線を体の外から浴びること、「内部被爆」は放射線を含む空気を吸ったり、水や食品の飲食によりおきます。食品から体に入ったヨウ素は甲状腺にたまりやすく、チェルノブイリ原発事故の後には、放射線ヨウ素を含む牛乳を飲んだ子どもで甲状腺がんが増えました。そのため、建物や土、樹木などについた放射線を取り除くことが重要です。また、食品からの内部被爆を避けるために、厚生労働省では、水は10ベクレル、乳児食は50ベクレルなどの新たな基準案をまとめ、平成24年4月からの摘要を予定。また、福島県では、18歳以下の子ども約36万人には、定期的な甲状腺の検査を生継続けることとしています。

(注：ベクレル＝放射性物質が放射線を出す能力の強さを表す単位。シーベルト＝放射線による人体への影響を表す単位、1ミリシーベルトは1,000マイクロシーベルト)

事故を想定した放射線被害対策、避難訓練を地域とともに！

被災地から：災害や事故に対する認識の甘さを痛感

私共の児童デイサービス事業所は、福島県富岡町にあります。原発から10kmです。それまでは月1回、スタッフと利用児で火災や地震を想定した避難訓練を行っていました。発生から初期消火、第一避難場所までの誘導、というマニュアルにそったものでした。しかし、あの時私達が何によって動いたのかというとマニュアルではなく、自分自身の判断でした。小学校へA君を迎えに行き途中で地震にあったスタッフは、対向車の人に「津波が来る！」と言われルート変更して事業所に戻りました。続く余震に療育不可能となり自宅へ送りましたが不在。町の体育館へ行き、大勢の避難者の中から小学校の担当の先生を見つけ、引き継ぎをお願いしました。

原発がすぐ近くにありながらその事故は全く想定していませんでした。携帯電話もつながらず情報もない中、現場の判断で行動してくれたスタッフに感謝です…が、その一方で災害に対する認識の甘さを痛感しました。

(福島県福祉事業協会 のびっころんど田村 管理者 持舘純子)

要援護者名簿への登録と福祉避難所の設置

東日本大震災を経験して、要援護者名簿の活用や自閉症の人も安心して過ごせる福祉避難所の設置が必要です。

要援護者の支援の対策が急務—要援護者名簿を有効活用するため

災害時に自力で避難することが困難な高齢者や障害者を把握するための「災害時要援護者名簿」について、今回の東日本大震災では、当協会が行ったアンケート調査でも必ずしも有効ではなかったとの回答が寄せられています。個人情報の関係で対象者名簿の整備が難航したり、地域とのつながりが薄れ、支援者の確保が困難になっていること、支援対象者ごとの個別支援プランの作成が未整備であること、体制が整備していても、今回のような広域的な激甚災害で機能自体が停止してしまったなどからです。

「災害時要援護者の避難支援ガイドライン」策定に関わった東京都板橋区の鍵屋一福祉部長は「被災を減らすための事前の工夫や、避難所生活、生活再建まで含めたトータルな仕組み作りが急務であり、地域の特性を考慮して避難支援を考える必要性」を指摘、さまざまな個人や機関との連携を日常的に作り上げることが重要と提言しています。

(各資料より委員がまとめたものを、鍵屋一福祉部長に監修していただきました)

被災地から：自閉症の人の避難の場所の確保を

仙台市の場合、各区ごとに一つ障害者生活支援センターがあります。災害時には、福祉避難所として、開かれることが決まっています。精神、身体、知的の三障害が対象です。災害時要援護者を受け入れるための二次的避難所です。要援護者名簿は、市の障害企画課に登録するものと、地域で任意で作成するものがありますが、実質的に関係ありません。仙台市内に障害者手帳を持っている人は1万5千人です。間に合いません。他に福祉指定が42カ所決まっています。全てが、老人ホームと老人福祉センターです。要援護者とは、「自力で避難することが困難な方々」と手引きに書いてあります。障害企画課は、「自閉症者も要援護者です」と言っています。が、地域の一般の人々は、「動いて仕方がない人々」が自力で避難することが困難な人々とは思いません。つまり、「行政の用意しているものなど当てにならない」と思っていて、丁度です。災害時には、どう行動するか、日常の場所（支援学校、学級、放課後ケア、通所施設etc）の支援者と場所の確保についての約束をしておくことの方が大事です。その約束を行政にわかって置いてもらう方が確実です。把握してもらえれば、食料も水も支援も来ます。

(宮城県自閉症協会 目黒久美子)

災害時、救助にあたる方へ

公共機関の皆様、地域の方たちへ次のことをお願いします

- 安否確認
- 誘導
- 連絡
- 保護

(本人が持っている連絡カード、身分証明書、サポートブックなどを見つけてください)



特に気をつけていただきたいこと

■ ケガや病気が疑われる場合

ケガや痛みを伝えられない人もいます。
また痛みが鈍感な人もいます。
ケガをしていないかどうか、よくみてください。

- 骨折や腹膜炎をおこしても普通に動いている人もいますので注意
- 自閉症の人には、てんかん発作や持病のある人もいますので注意



■ パニック状態になった場合

急に大きな混乱を見せる時がありますが、それは不安の現れです。

- 大丈夫だよと声をかけ、安全な場所に移動させる
- 興味をきりかえられるようなものを勧める一飲み物、食べ物、ゲームなど
- 自閉症の分かる専門スタッフに対応を頼む



被災地から：被災の現実 ー学校ではー

原発事故に伴い、本校児童生徒、保護者、教員は着の身着のまま県内外各地に避難。確実な情報を得られないまま避難所を転々とする。避難住民でござたがえす県内各地の避難所。慣れない避難所に入れず、数日車中泊の生徒。落ち着く場所がほしい。支援物資が届かない。福祉避難所がどこにあるのか、どこに連絡すればよいのか分からない。携帯等の通信手段が使えない、ガソリンもなく移動できない。避難所に行ってもスクリーニングをしないと入れてもらえない。住民からうるさいと怒鳴られる。行政の対応が遅い。行政の福祉機関の連携の希薄さなど、後回しにされる現実を突き付けられた。

(福島県立富岡養護学校校長 大関彰久)

避難所では

本人・家族へ支援していただきたいこと

- 福祉避難所の設置と周知を
- 被災障害者相談センターの設置を
- 自閉症支援専門スタッフの配置を

支援の仕組み弱い現実、個人での備えを

東日本大震災では、自閉症の人たちを支える仕組みの弱さを目の当たりにした。昨年末にあった国の防災基本計画の修正時も、要援護者の中に自閉症が十分に位置づけられたとは言えない。携わったある委員は私に「自閉症などを議論する時間が足りなかった」と話した。

この現状は変えるべきだ。しかし当面は個人で備えるしかないのも現状だ。震災時は買い占めが起き、自閉症の方や家族はまずここで出遅れる。ある家族がコンビニに着いた時には、食べ物はノリやゴマ塩に至るまでなかったという。避難所生活では少しでも落ち着いてもらうためプライベートの確保が必要だし、寒さ対策も必要だ。ある体育館内では、その両方に対応するため寄付されたテントが使われた。水や食料などの物資、コンパクトで軽量のテント、そうした物資を一つのザックにまとめてすぐ持ち出せる形にしておく。不十分な仕組みの改善を求めつつ、せめて自前の備えだけでも万全にしておきたい。(朝日新聞 赤井陽介)

被災地から：被災の現実 一避難所では一

原発で避難を余儀なくされた。5回も（1日のうち2回のこともあった）避難移動させられた。正しい情報と適切な避難指示が欲しかった。
*情報もなく、何のための避難か、どこまで避難したらよいのか見通しがつかなかった。

辛かったこと—初期の避難所では、味の無いおにぎり一個で、辛かった。

・長引く避難生活の中で、生活習慣がくずれていってしまった。

嬉しかった支援—地域ごとの避難なので、友人、知人がいて、子どもと一緒に遊べてよかった。

・温かい食事、ボランティアの支援、体操、ドリルなどでの教育的支援

・物質的な支援とともに、多くの「心」の支援が伝わってきた。

(福島県・小学生保護者)

具体的な生活の配慮を

わがままではなく、障害の特性であることを理解してください

■ 座布団や椅子などで居場所を設定 パーティション（間仕切り）の設置

大勢のなかでは混乱する人がいます
居場所をわかりやすく指示



■ 簡易式トイレや、洋式便座を用意

こだわりがあって、洋式トイレしか使えない人もいます

■ 食べ物への配慮

感覚過敏のため、特定の食べ物しか食べられない人がいます

■ 物資は、個別に配給を

順番を守るということが、なかなか分かりません
子どもを一人にしておけないので、
家族は取りに行けないこともあります



■ 入浴の付き添いを

同性の方、ボランティアをお願いします

■ 情報の連絡も本人・家族に直接情報が届く方法を

■ 本人の発散と親の心身の休養のために散歩や遊びに 連れ出してくれるボランティアを

被災地から：避難所での子どもたちの生活は

避難所の中では情報が入らないことがあるので、避難所名簿にきちんと氏名等を載せてもらうこと、教師は情報収集に努めることなどが大切であると感じた。安定した生活をできるだけ送るために、以下の配慮が必要と考える。

- * 冬季は寒さ対策とともに感染症対策が必要である。手洗いや歯磨き、洗面、掃除の時間を生活のスケジュールの中に設定する。
- * 普段使っている本や写真、画用紙等文房具、遊び道具があると情緒の安定につながる。
- * 子どもの状態に応じて、食事の工夫、使えるトイレの工夫をすることが必要である。（しかし、特別扱いはなくあくまで避難者全員に対する平等な対応の中で考える。）
- * 日中は体を動かすようにした方がいい。遊びとともに子どもにも掃除や片付け、ごみ出しなど役割分担することが、積極的な生活になっていく。
- * 避難所となる学校には、特別支援教育コーディネーターがいるので、相談し避難所生活のコーディネートをしてもらうとよい。

（仙台市立高砂小学校教諭 遠藤真利子）

避難所のスタッフとして

自閉症の人が直面する困難さを理解して適切な支援を図り混乱や不安を少しでも和らげることが今回の震災では取り組まれています。

■ 本人や家族のニーズに少しでも合わせた支援を

東日本大震災発生と同時に、指定避難所である本校には地域内外の1800人もの人であふれた。学校長の許可をいただき特別支援学級の保護者の希望を聞きながら、体育館内に設置された避難所本部脇の控え室に特別支援学級だけの避難場所を設置した。普段と同様の顔ぶれで生活を送ることが子ども達の情緒の安定につながると考えた。教師は生活のルール作り（生活の流れにおける分担、生活空間の割り当て等）を行った。保護者同士で話し合いを進めることは状況的に困難で、教師がインシアティブをとることが必要であった。また、ライフラインが確立次第、できるだけ早く普通の生活に戻ってもらうため、保護者には交替で自宅の片付けに行ってもらった。1週間程度で各家庭に戻ることができた。担任教師が4名いたことや学生ボランティアが学級にいたことで役割分担や交替が可能となり保護者や子ども達のニーズに少しでも合わせた支援を進めることができたと考える。

（仙台市立高砂小学校教諭 遠藤真利子）



今回の震災でも避難所内外で本人や家族を孤立させないようにさまざまな気配りや支援が進められています。

■ 孤立させない気配りと人とのつながりを大切に

避難所は一般の方々にとっても厳しい環境です。まして、自閉症の人や家族にとっての負担感、不安感は相当なものでしょう。災害に備えて要援護者登録やサポートブック、福祉避難所の整備など準備しておくことも必要かもしれませんが、しかし重要なのは、「知っている人や協力してくれる人がいる」という関係性です。避難所生活を支えていくものは人との助け合いの作業になりますので、家族を孤立させないように支援者は気を配る必要があります。支援者自身もまた人とのつながりに助けられることも多いのです。また、震災時は避難所に支援が集中する傾向にあります。在宅で避難生活をしている自閉症の方々や家族への支援が手薄となる場合があります。訪問等で必要な物資やライフラインの状況、家族がどういった状況にあるのか、支援者は避難所以外にも気を配る必要があると感じました。

※支援者自身も被災しながら実際に支援に対応している場合があります。

精神的負担は相当なものです。外部の支援をうまく使いながら、適度に休息し支援に当たってください。

（岩手県宮古圏域障がい福祉推進ネット 相談支援専門員 高屋敷大助）

避難所に行けない人もいます

東日本大震災では車中泊の人も少なくありませんでした。避難所の環境の工夫や配慮、周囲の理解などで避難所で安心して生活できるような整備が課題です。自閉症の人の特性に配慮した福祉避難所が必要です。

自閉症の人が避難所に行けないのは…

■いつもと違った場所、騒がしい音など様々な刺激が苦手

■まわりの状況や他人の気持ち、特に「暗黙の了解」が理解しにくい

例えば、被災時に、避難所で、「共同生活なので譲り合いながら、お互いの迷惑にならないように、みんな我慢している」などが分かりにくい。

■本人も苦しいので、トラブルが生じる

例えば、走り回る、急に走りだす、大声を出す、眠れず騒ぐなど

このように本人にも家族にも負担がかかり、家族も遠慮して、避難所へ行くことができず、壊れた家、車の中で過ごさざるをえない人もいます。避難所の環境の工夫や配慮により、本人の混乱と不安を少なくして避難所でも過ごせるようにすることが必要です。

「車中泊・テント泊」アウトドアの知恵

避難所で生活することが出来ず、やむを得ず自家用車やアウトドア用のテントで生活をする場合もあります。アウトドア用品の中には、テント、ランタン、簡易トイレ、シュラフなど避難生活の時に役に立つ物がありますので、シーズン以外でも使えるように手入れしておくこと、いざというときに重宝します。その際に、忘れがちなこととして気をつけておくことは、次の通りです。

- 1) 車やテントは周囲の安全を確認して設置する
- 2) 情報や配給物の確保のため、避難所に定期的に顔を出す
- 3) 安全や心の健康のため、隣近所と常に声を掛け合う
- 4) 車やテントに閉じこもらず、出来る限り外で身体を動かす



また、車中泊で起こりやすい「エコノミークラス症候群」を予防するためには、

- 1) 足踏みなどをして身体をこまめに動かして、長い時間同じ姿勢を取らない
- 2) 服をゆるめるなどして、身体を締め付けない
- 3) 水分をいつもより多めに取る

以上のことなどを実行してください。(くまもと発育クリニック 院長 岡田稔久)

☆携帯用充電器、乾電池、食料品、お気に入りグッズなどの準備も忘れずに

就労している自閉症の人に配慮を

就労している自閉症の人が災害にあった時のために、安否確認、連絡方法、避難など日頃から備え、災害後の対応についても考えておきましょう。

一般就労の場合：職場と取り決めを

- 災害直後の安否確認をどうするか……震災直後、電話は通じない。東日本大震災後、最初の通話は息子(31歳)からの携帯電話で3時間後でした。
- 帰宅させるか、会社(スーパーマーケット)に待機させるか……JRの不通、帰宅困難者による混雑状況から、車で会社に息子を迎えに行ったが、交通渋滞のため、普段なら車で2時間のところを約5時間がかかった。震災後、会社との話し合いで、災害時は帰宅せずに上司宅に泊めていただくことに。
- 避難訓練と日頃の備え(非常食・水など)……震災当日、避難誘導は会社の災害マニュアルに従って行われ、息子は混乱なく行動できたとのこと。
- JR通勤途中での災害への備え……災害時にJRが不通の場合は「避難所」を利用することや、食べ物・飲み物・身分証明書(障害者手帳のコピーなど)を常時携帯することを家庭で折に触れて話し合って確認することに。避難所では自閉症者への対応をお願いしたい。
- 特に影響が大きかった計画停電……来るべき計画停電が来ない。息子はみるみるうちに唇は青ざめ、冷や汗が出て具合が悪くなった。この停電の説明を丁寧にすると、こういうこともあるんだということを学んだようで、このような不調は1回だけでした。(埼玉県・31歳男性の母)

作業所の場合：災害マニュアルと支援者の判断が重要

震災当日は、全員の利用者さんをご家族に引き渡すことができましたが、帰宅後にご家族と一緒に避難所や公園等に避難した方もいらっしゃいました。利用者の方達が避難所や公園等で過ごすことは非常に困難です。そのため、通所施設である「南材ホーム」が、緊急時の避難所になるような仕組みづくりが必要だと痛感しました。

震災直後よりライフラインが止まり開所が困難な状態でしたので、やむ無く臨時休所にしました。しかし、通信手段は途絶えてしまったため、ラジオ等に依頼し発信することができましたが、全員に伝わった訳ではありませんでした。災害時の通信手段や連絡方法について検討する必要性を感じました。

臨時休所中には、携帯電話やメール等の思い付くあらゆる手段を使い、利用者さん及びご家族の状況確認をはじめ、「C I L たすけっと」からの救援物資の提供等の情報を伝え、「できることをするしかない」との想いで過ごしました。日頃からの各機関や事業所等のネットワークの必要性を再認識した次第です。

未曾有の大震災を体験して考えたことは、「災害マニュアル」の必要性や「避難訓練」の重要性もありますが、その時の支援者の判断がいかに重要かということです。また、支援者が「生命の尊さ」とともに、「使命感」を持ち続けることが最も求められる事だと実感いたしました。

(社会福祉法人みずきの郷のぞみ苑分場南材ホーム 支援課長 千葉はるみ)

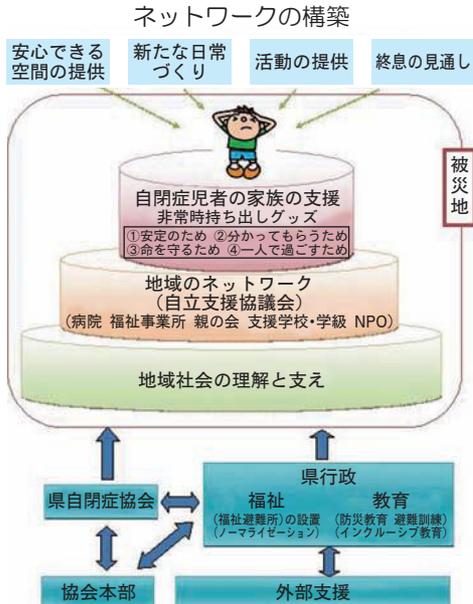
災害時のネットワークづくり

災害時の会員ネットワークにより緊急連絡で安否確認を図り、また、被災地からの情報発信で行政や相談支援機関に会員の声を伝えていくことで、関係機関の相談支援体制が確立され、より支援を充実させていくことが必要です。

被災地のネットワーク

新潟県自閉症協会では、新潟県中越地震の教訓を生かし、2007年の中越沖地震で役員・事務局と被災地域役員の緊急連絡により、安否確認ができました。自宅以外の連絡先、会員緊急連絡簿の作成、災害伝言ダイヤルの利用法の周知等も必要です。

右の図は、岩手県自閉症協会のネットワークで、東日本大震災において機能が図られました。日頃からネットワークの構築と機能の確認が重要です。



(資料提供：岩手県自閉症協会 熊本葉一さん)

被災地から：災害時には、「相談窓口の早期開設と周知」を

東日本大震災による原発の事故で、福島県には、震災前に生活していたところから、生活圏域外への避難を余儀なくされた方がいます。生活圏域内での避難であれば、相談するところがあり、福祉サービス事業所も利用できていたのに、避難先は、知り合いもない、相談支援事業所も知らない、福祉サービスの事業所も知らない、行政に相談しても行政の職員も知らない土地に来てしまっているという状況・・・そんな中で、途方に暮れていた方も多かったと思います。何を頼ればいいのか…と。

そこで、被災を受けた障がい者のための相談窓口を開所し、県内の相談支援事業所の協力を得て、避難先の行政と連携をはかり、それぞれのニーズに合った支援体制をとることが、できるようになりました。今後、災害時には、「相談窓口の早期開設と周知」が最も重要なことと思われます。

(JDF 被災地障がい者支援センター ふくしま相談支援員 宇田春美)

災害時の連絡 ～安否確認と情報の発信～

災害時の安否確認の方法をいくつか日頃から準備しておくことが大切です。

災害時に重要通信の確保の備えがされています

- 110・119・118番緊急通話
- 災害時優先電話
- 災害用伝言サービス
- 特設公衆電話の設置、携帯電話などの貸し出し
- 公衆電話の無料化

NTT災害用伝言ダイヤル「171」の場合

「171」をダイヤルし、利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生を行ってください。

- ・ 伝言の録音方法を確認しましょう。
- ・ 伝言の再生方法を確認しましょう。

体験期間：毎月1日と15日、「正月三が日」「防災週間」および「防災とボランティア週間」

NTT災害用伝言板サービスの場合

災害発生時などに、携帯電話を利用して安否情報を登録、家族や友人の安否情報を携帯電話やパソコンから確認できます。

- ・ 伝言の登録方法を確認しましょう。
- ・ 伝言の確認方法を確認しましょう。

体験期間：毎月1日と15日、「正月三が日」「防災週間」および「防災とボランティア週間」

その他、災害用ブロードバンド伝言板（web171）も使用できます。

さまざまな連絡方法の活用

- ・ 学校・避難所・町内会への問い合わせ
- ・ ラジオなどの情報網を利用——阪神・淡路大震災のとき、拠点となった（社福）愛心園では、ラジオを大いに活用し、多くの自閉症・知的障害の人の安全が確認されました。
- ・ 車が通れない場合が多いので、自転車、バイクが便利
- ・ 町内会や避難所の掲示板の利用など

災害の現場からQ&A

Q1

何がほしいのかわからなくて困りました。



尋ねても同じことを言い返したり、何が欲しいのか、どうして欲しいのか、言葉で言ってくれないので分からなくて困っています。

何か良い工夫は無いでしょうか。

(消防署員、駅員)

A 実物（食べ物、飲み物など）や下車駅や自宅が分かるための路線図や地図（図）を見せて聞いて下さい。言葉が不十分だったり、発音が不明瞭で聞き取れない人でも、字を書いて意志を伝えられる場合があります。

何を要求しているか知るために「トイレ」「食べているところ」や「携帯などで電話をしているところ」などの写真・絵のカードの用意や支援カードの活用がされると助かります。

Q2

どうすればこちらの指示をうまく伝えられますか？

例えば座ってほしい、動かないでほしいときなど、どう説明すればよいでしょうか。

(ボランティア)

A 「座って」という声かけで座らなかったときは「椅子」や「座布団」を



みせて身振り手振りで示して「ここに座ってね」といってください。

絵カードなどを使って伝えたほうが分かりやすい人もいます。動作ごとに言葉を区切って

「立って」→「おいで」→「座って」のように声をかけてください。

Q3

同じことを何度も聞いてきて、答えても、質問がとまりません。
(ボランティア)

- A** 話している言葉とは関係なく、不安のあらわれかもしれません。何回でも聞いてあげてください。状況から推測されること（例えばテレビが見られない）を聞いてみることも一つです。また、自分の欲しい答えを自分の決めた言葉で言ってもらいたいだけのこともあるので、同じ質問を返してあげると、答えを言ってくれたり、納得して質問を止めることがあります。

Q4



急に耳をふさいで騒ぎだしました。どうすれば落ち着きますか。

(警察官)

- A** 子どもや赤ちゃんの泣き声、体育館などの反響音が苦手なのかもしれません。さしあたり静かなところに移動してもらい、しばらく様子を見てください。
刺激を遮断することも有効です（耳栓をつける、ヘッドホンをつけて好きな音楽を聴く、毛布をかぶる）。

Q5

避難先で処方薬がなくなりそうです。

家族も居なく、本人も薬を持ち合わせてない場合も含め、どうしたらよいでしょう。
(親)

- A** まず医療スタッフを探しましょう。
また、最寄の病院に問い合わせてください。「サポートブック」や学校の「緊急連絡カード」に処方薬、病院名、調剤薬局名の記載があれば、処方してくれます。また【おくすり手帳】、「処方箋のコピー」があれば見せてください。



何よりも、お薬がなくなる前に早めに相談してください。

Q6

余震が続いたり、避難所での生活が長引き不安が強くて家族から離れられません。

また、災害後もストレスのためか荒れ始めました。どうすれば良いでしょうか。
(母親)

- A** カウンセラーや主治医に相談してみてもうでしょうか。また、野外で体をうごかせる遊びや運動もいいかもしれません。可能であれば散歩などを毎日の日課として行えば、気分転換にもなることがあります。ボランティアの方に連れ出してもらって本人も発散し、お母さんも休めるといいですね。



Q7

「ガッコ(学校)イク」と騒ぎます。

見通しが立たないと不安で、問題行動が頻繁に出る子どもに、現状の状況をどのように説明すれば良いでしょうか。(自治体職員)

- A** 自閉症の人たちはいつもの生活が一番安定していられるので、そこへ戻りたいのです。学校や通園施設の再開予定日が分かれば、カレンダー等を見せて説明してください。また、学校の被害状況を本人に見せて、納得してもらうのも一つの方法です。ただ本人が納得するまで時間がかかるので、待ってあげてください。



Q8

サイレンや警報が理解できず、避難することができない状態にはどのようにすればよいでしょうか。（親）

- A** 自閉症の人にとってシグナルはわかりにくいので、避難訓練などで人に合った避難の指示の把握が必要です。今回の震災でも、「逃げろ」で動かない人も、いつもの活動や具体的な場所への移動を促すことで避難できた事例があります。（被災地へのアンケート調査から）

Q9

食料等が配布されません。また、情報も入ってきません。子どもの不安に対してどのような対処がありますか。（親）

- A** 今回の震災では、ライフラインや情報が断たれ不安な日々が続きました。親が不安になると子どもに影響するので努めて普段通りにゆっくり日常の必要最低限のことをやっていたためか、段々落ち着いて過すごすことができました。（被災地へのアンケート調査から）

Q10

日頃からの地域との連携やネットワークを強めるには、震災を経験して今後どのようなことが課題になりますか。（親）

- A** 今回の震災では、次のようないくつかの意見がありました。「災害時における地域の避難マニュアルや行政の柔軟かつ、弱者への十分な配慮が欲しかった。」「自閉症の人が避難できる場所が欲しかった。」「地域の福祉コーディネーターの訪問があり相談できるとよかった。」「埼玉県への避難では自閉症協会の方々の相談が心強かった。」これらの課題に今後、取り組む必要があります。（被災地へのアンケート調査から）



心のケア PTSDについて

災害時の情緒的反応のひとつである外傷後ストレス障害（PTSD）に注意し、心理的健康の回復を図っていく必要があります。

宮城県における支援の実際に基づく「心のケア」を取り上げます。



心的外傷を生じさせる出来事とは、その人が成長発達の経過の中で獲得した不安に対する対処能力を打ちのめすような出来事である。すなわち、その人間の心の中には、心がその出来事の意味を理解し、処理する閾値を遥かに越えた刺激が氾濫してしまうとともに、自分の心の平衡を守る心的機能の破綻を起こすのである。その結果、実際の外的出来事がもたらすものばかりではなく、自分の内的な源泉から発生してくる強烈で圧倒的な不安に対しても傷つきやすい状態になる。

PTSDは心的外傷を背景にして、以下の3つの主要症状を呈する場合に診断される病名である。第一には、外傷的な出来事の再体験、例えば、フラッシュバックや悪夢に苦しむ。第二には、類似した出来事に対する強い心理的苦痛と回避行動を示す。第三には、持続的な覚醒亢進症状、例えば睡眠障害、ちょっとした刺激にも反応を示す、集中困難、過度の警戒心、過剰な驚愕反応などを示す。

PTSDに対する治療法には、TF-CBTなどいくつかの技法があるが、PTSDに対するケアの基本は、まずは落ち着ける場や安心できる対人関係を提供することである。その上で、睡眠障害や感情の不安定さなどの症状を軽減するための薬物療法を行うこともできる。日常生活を少しずつ元に戻すことや、他者との関係作りによる本人のサポートネットワーク作りを押し進めることも回復に向けた重要な課題となる。

（宮城県子ども総合センター 所長 本間博彰）

心のケア 自閉症の人への支援

災害による環境の変化が大きいことから、自閉症の人たちへの災害直後の対応や長期に渡る対応が必要な場合があります。



災害直後は生活環境が大きく変化することや、周囲の人たちの行動が普段とは異なることから、災害直後の見通しの立たない、あるいは慌ただしい生活状況は自閉症児・者に混乱を与える。避難所の生活では、大人数の人々の発する音は耳障りな雑音になることが多く、聴覚過敏な自閉症者では耐えがたい環境になる。大勢の人と一緒にする生活は視覚的にも刺激過多となり、パニックの原因になることもある。

災害直後の対応としては、彼らに加わる刺激を減らす工夫が必要になる。可能であれば、カームダウンスペースを設け、落ち着かないときにはその空間で過ごせるようにする。あるいは段ボールなどで一人になれる空間を設けることも役立つ。混乱やパニックがひどいときには、精神安定剤や睡眠剤が有効な場合もある。

避難生活が長引く場合には、慣れていない居住空間での生活を分かりやすくすることが不可欠になろう。構造化の工夫が必要で、視覚的に分かるように文字或いは絵を用いて、行動しやすい空間にすることも必要になろう。保育所や学校でも同様で、分かりやすい生活空間にする工夫が必要になる。

災害時はケアや指導を担当する専門職が落ち着きを欠いた状態で自閉症の人と関わることが多い。普段と異なった態度や指示をすることが多くなり、これが引き金となって彼らの問題行動を引き出すこともあるので、担当者や専門職は自分自身の精神的な状態にも気を配りたい。
(宮城県子ども総合センター 所長 本間博彰)

心のケア 家族への支援

家族への支援も災害直後の対応と長期に渡る対応が必要となる場合もあります。



家族として取り組むべき自閉症児・者の災害対策を平時に準備しておくことが大切である。自閉症の療育カルテという支援マニュアルがあるが、災害や何らかの事故があったときに援助を受けやすくするための情報を記載したカードやサポートブックのようなものを携帯させておくことが事前の準備となる。氏名、住所、連絡先そして本人のコミュニケーションの取り方など、はじめて関わる支援者にとって役立つ情報を記載したものを所持させておくことが役立つ。

災害直後は、多くの住民が混乱とパニックの状態にあることから、自閉症児・者の家族は周囲に気兼ねをし、孤立することが多くなる。また支援から取り残される傾向にある。よって、このような危機的状態においては家族同士の連携や助け合いが不可欠となるので、平時から他の家族と連帯する仕組みを作っておく必要がある。また、支援する側の課題として、ハンディキャップを抱えた人たちの支援を災害対策の項目として位置づけるとともに、そのようなコーディネーターを養成しておく工夫が望まれる。

災害時に明らかになる問題は、それ以前の時期に十分に組み込まなかった問題でもある。自閉症児・者を抱えた家族にも東日本大震災は多くの教訓を残した。近い将来、いつ、どこで大災害が起きても不思議はない。家族と共にしっかりと備えをすることが家族に対する最も現実的な支援となる。(宮城県子ども総合センター 所長 本間博彰)

心のケア 本人・家族への支援 (福島県の場合)

地震、津波に加え原発問題のある福島県における支援の実際に基づく「心のケア」を取り上げます。



自閉症の人への心のケアをする時には常に自閉症から考えることが必要です。福島県でも震災後の「心のケア」をする際に「傾聴的・受容的なカウンセリング」や地震や津波に関する「絵を描く」「作文を書く」「皆で話し合う」といった支援がされることがありました。このような方法が効果をあげることもあります。逆に不安が高まることもあり、リスクについても意識することが必要です。

「心のケア」で優先順位が高いのは自閉症の人の不安を和らげることです。もともと自閉症の人は不安になりやすいのです。震災後のように生活全般が大きく変わった時には、さらに不安になっています。自閉症の人が安心できる環境は予測可能であること（見通しがあること）、理解可能であること、安心できる環境です。慣れ親しんだ「物」（ゲームやDVD、本など）や苦手な刺激の少ない静かな環境が必要です。一般の人は、このような自閉症の人特有のニーズを知りませんから、「心のケア」の支援者としてまず行うことは自閉症の特性について周囲の人に理解してもらうことです。

放射能不安についてどう対処するかは難しい問題です。専門家の間でも放射能の危険性に対する認識が大きく異なっており放射能の「本当のリスク」は誰もわかりません。福島県で起きていることは未だかつてなかったことです。「正しい恐がり方」も「間違っただ恐がり方」も誰も決めることはできません。自閉症の人の中には非常に放射能を恐れる人もいます。そのような恐がり方を間違いだと言いつけず、不安に共感する必要があります。ただし際限なく放射能についての話を聞いていると不安がさらに高まることも多いので、本人の好みの話題やゲームなどに促し、自閉症の人の気持ちを放射能から別の何か肯定的な物に移していくように心がけましょう。

(福島大学大学院人間発達文化学類 教授 内山登紀夫)

大震災を経験して

災害に対処することが難しい自閉症に人たちの防災力を高めよう

■ その人に合わせた避難の方法を

震災時、私は勤務先の自閉症者支援施設にいました。大きな揺れの都度、利用者さんは中庭に避難しましたが、避難訓練に慣れているせいか行動はスムーズでした。深夜になり自閉症の息子の様子を見に家に戻ると、妻が「地震の時に校内で体を硬直させ、後ろから体を押してもらいやっと外に出られた」と避難移動の難しさにため息をついていました。どの程度の距離を誰と避難移動するかはその状況によって異なります。

以前施設でボヤ騒ぎがあった時、全員避難する中で2名の利用者さんだけはすぐに移動しませんでした。やむを得ずコーラの好きなAさんに「コーラ飲みましょう」と声を掛けると、すぐ移動しました。また「火事なので避難しましょう」と伝えても「火事は起きません」と微動だにしないBさんに対しては「避難訓練です」と伝え方を変えたら「はい」と言いすぐ移動しました。どの方法だと移動できるのかを支援者は個々に応じて把握しておく必要があります。

(障害者支援施設虹の家サービス管理責任者・岩手県自閉症協会副会長 小川博敬)

■ 障がい者が避難できる場所を

震災、原発事故での避難の際、避難所に行かなかった障がいを持つ方がいた。その理由は「避難所では生活できない」「人混みで落ち着いている事ができない」という諦めからだった。私の住む郡山市でも福祉避難所はなかったが、市に障がい者向けの避難所を指定してもらった。そこでは会議室などを活用して、個別対応が必要なご家庭も受け入れることができた。また介助が必要な方については、私たちの事業所スタッフが介助にあたった。

今回の経験から、やはり福祉避難所は必要だと感じた。その際には施設がバリアフリーであることはもちろんだが、ベッド等の備品の整備、個別対応が必要な方に提供できる部屋又は設備、介助者の確保などが欠かせない。

まずは、避難所を「障がい者が避難できる場所」にすることが必要ではないか。そして態勢ができれば、それを多くの方に周知し、「避難することを諦めなくていい」ようにしていく事が大事ではないか。それも早急に…。

(特定非営利活動法人あいえるの会自立生活センターオフィスIL所長 岡部 聡)

復興と支援の継続に向けて

日々の活動を通して、地域での人の絆をより強めていくことを願って

■被災地障がい者支援センターふくしま・活動の報告

被災地障がい者支援センターふくしまは、東日本大震災直後3月19日に活動を開始する。センターの活動は支援物資を被災した地域の障がい者事業所に配布したり、きょうされんの方達と一緒に避難所回りをする。福島県でも特に被害の大きかった南相馬市の障がい者関係の事業所支援と在宅障がい者の調査活動を行っていく。昨年の夏あたりから福島県内各地に仮設住宅が建設されたので、ボランティアさん達と一緒に仮設住宅を回って障がい者の所在の確認を行っていく。障がい者にとって原発による放射線被害は大きいので障がい者の県外避難を容易にするための拠点を神奈川県相模原市に設けていく。また県内の被災障がい者の交流を図り、ゆったりとくつろぐことの出来る被災地障がい者交流サロンしんせいを11月にオープンして、今日に至っている。センターの地道な活動が認められて今年の1月から福島県からの補助事業を受けることが出来た。(JDF被災地障がい者支援センターふくしま代表 白石清春)

■震災：～「安心感」を日常に～

被災した誰もが安心した日常を送りたいと願っています。自閉症の人々やその家族も同じ思いであり、安心感を提供していくことが復興へ向けての取り組みと言えるでしょう。具体的には、地域内での顔の見える関係性づくり、地域全体での理解協力、啓発活動として研修会や懇談会の開催、本人や家族を孤立させないような柔軟で活発な連携体制が求められます。この良循環を日常の中に作り上げることが自閉症の人々や家族に安心感をもたらし、結果として復興へつながると感じています。これは普段から必要と言われてきた取り組みであり何も特別なことではありません。この特別ではない、日々の当たり前を私たち支援者は継続していく必要があると思います。

ある自閉症の子どもを持つ父親のコメントを載せておきます。「災害時に自閉症への理解をといっても難しい、平時にできないことが災害時にできるわけがない、普段からどう社会に働きかけているかが大切だ」この言葉はとても説得力を持っています。

(岩手県宮古圏域障がい者福祉推進ネット相談支援専門員 高屋敷大助)

復興と支援の継続に向けて

～災害を乗り越えて～

東日本大震災からの復興といまだ不安の続く原発事故に伴う被害に対して、支援の継続が求められます。阪神・淡路大震災、新潟県中越大地震の経験や教訓を生かしていくため、防災ハンドブックからポイントを取り上げました。

災害時に確かな対応ができるためのポイント

—「防災のポイントは日常の活動が全てを決める」—

■ 障害者施設も地域の拠点

日々の施設のあり方や、積み上げてきたものが重要です。近所付き合いや、「報告・連絡・相談」など、いざという時にも力を発揮します。

■ 情報発信の基地としての機能—日頃からのネットワークづくりを

施設間、施設と行政、医療機関、保護者等とのネットワークが普段から整備され、また、拠点として食料や飲料水、燃料の備蓄、人的資源・経済的資源・社会的資源の準備が必要です。

■ 司令塔としてのポイント

一刻も早い司令塔・臨戦的な組織体制の構築—まず、情報の一本化、安否確認、支援態勢の調整を並行して身近なところから立ち上げていくこと、出来るだけ広く、早く周知させることが決め手です。

(社福・愛心園 福田和臣さんの記述内容の抜粋)

災害後に自閉症の人に必要な支援のポイント

—「本人の環境を一日も早く日常に戻すこと」—

■ 復興対策と同時進行で

一日でも一時間でも早く非日常性を解消し、日常に戻すことが自閉症の人たちには一番だという気がします。

■ 専門の相談員によるカウンセリングを

日常にもどるまでにすごくストレスがかかり、対応として専門の相談員による本人・家族へのカウンセリングが必要です。

(新潟県自閉症協会 坂内正文さんの記述内容の抜粋)

■ 成年後見でセーフティネットを

保護者が被災してしまう場合も十分想定され、成年後見制度、特に法人後見の準備をすすめておくことが安心につながります。

(社福・愛心園 福田和臣さんの記述内容の抜粋)

災害への対応では、日頃からの多面的な備えが何より必要で、災害後には、ネットワークを活用して、日常生活に戻すことにより、落ち着いて安定した生活ができるような支援が必要です。

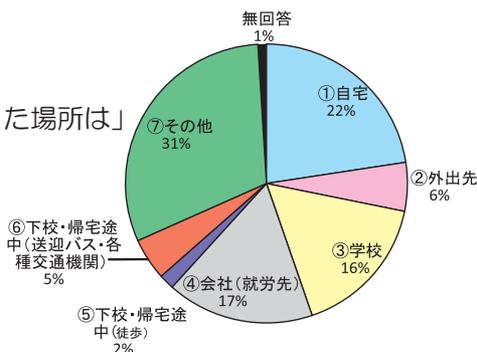
被災地の方々のアンケート調査から

調査について

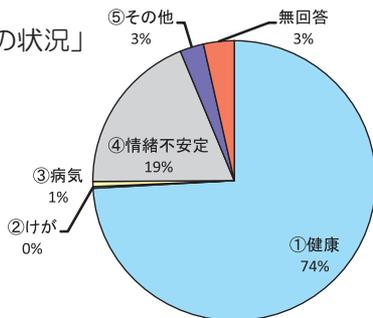
今回の東日本震災の自閉症をはじめとする、発達障害のある方々の調査結果の一部について掲載いたします。災害時の行動の変化を明らかにし、より適切な支援の方法や体制を構築するための基礎とすることを目的に、アンケート調査が実施されました。被災地の自閉症協会のご協力により、調査対象を岩手県、宮城県、福島県、茨城県の会員の方々にお願いし、調査時点を平成23年12月6日として実施しました。調査事項は、被害や避難の状況、災害前と災害後の本人の状態、要望事項等です。調査結果から今後の備えや災害時対応に役立たせていく必要があります。

(1) 被害の状況

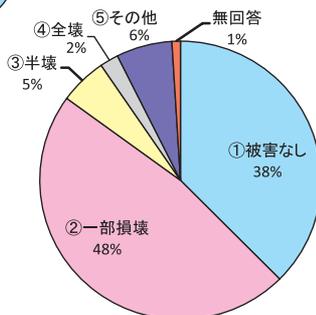
Q：「3月11日に災害にあった場所は」



Q：「本人の状況」

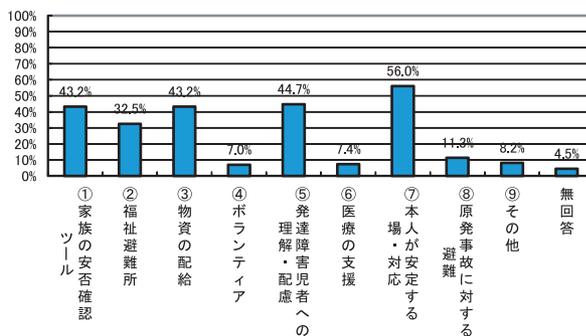


Q：「家屋などの状況」

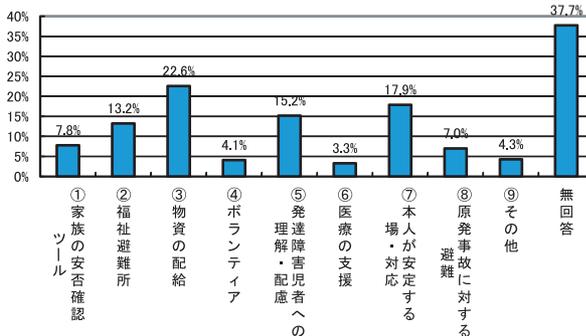


(2) 支援の状況

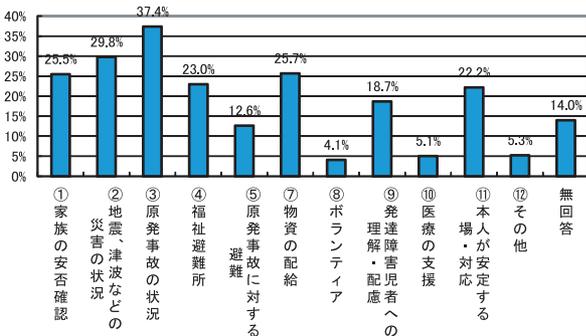
Q:「どのような支援が特に必要でしたか」(複数回答あり)



Q:「欲しくても得られなかった支援」(複数回答あり)

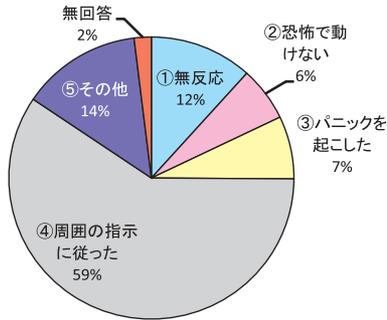


Q:「欲しくても得られなかった情報」(複数回答あり)

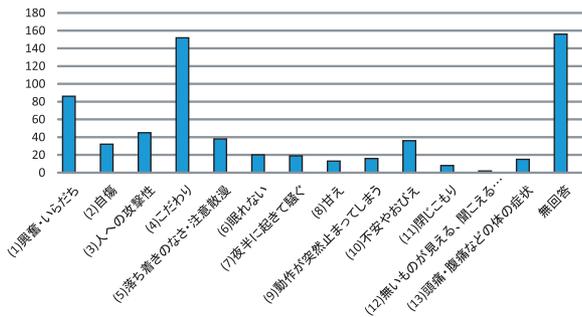


(3) 本人の様子

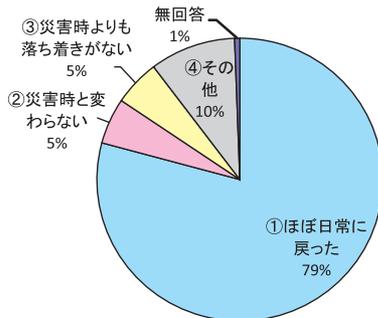
Q：「災害時のご本人の反応・行動はどうか」（複数回答あり）



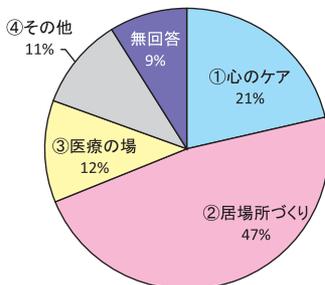
Q：「一番困っている項目はどれですか」（単位：件数）



Q：「ご本人の現在の様子について」

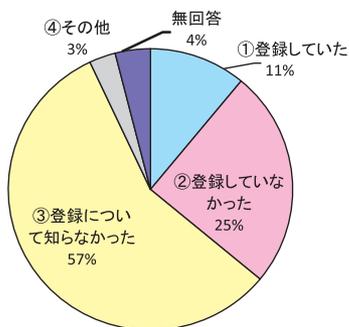


Q：「ご本人にどのような支援が必要でしょうか」（複数回答）

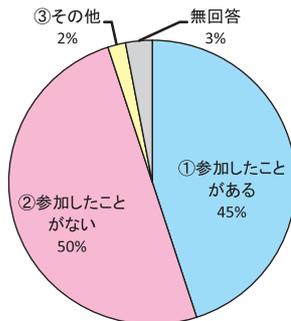


(4) 事前の備え

Q：「要援護者名簿に登録していましたか」



Q：「防災訓練に参加したことがありますか」



あとがき

平成20年7月に刊行した防災ハンドブックは自閉症の人たちをとりまく全ての方々に役立てていただきたいという趣旨で作られました。その2年半後の平成23年3月11日に未曾有の東日本大震災で地震、津波、そして原発事故による放射線被害が多くの人々の命と生活を奪っていきました。被災された自閉症の人たちは、現在も避難が続いている方も、また、就労先や学校に通いながら元の日常生活に戻そうと懸命に立ち向かっている方もいます。今回、厚生労働省の障害者総合福祉推進事業の一環として、現地調査、アンケート調査等を踏まえ、新たに内容を構成して、この大震災を受けて、災害への備えや対応について作成しました。ご協力いただきました多くの方々に深く感謝申し上げます。

(社団法人 日本自閉症協会出版委員会委員長 三苫由紀雄)

平成23年度障害者総合福祉推進事業検討委員会

代表者：山崎 晃資（日本自閉症協会会長）
 委員：近藤 直司（山梨県都留児童相談所）
 本間 博彰（宮城県子ども総合センター）
 五十嵐康郎（社会福祉法人萌葱の里）
 太田 昌孝（心の発達研究所）
 熊本 葉一（岩手県自閉症協会）
 目黒久美子（宮城県自閉症協会）
 酒主 照之（福島県自閉症協会）
 高山 孝信（茨城県自閉症協会）
 三苫由紀雄（東洋大学非常勤講師・出版委員会委員長）
 オブザーバー：小林真理子（厚生労働省）
 協力委員：森下 尊広（全国自閉症者施設協議会）
 阿部 叔子（日本自閉症協会出版委員会）
 白井 和子（日本自閉症協会出版委員会）

事務局：山浦 正市（日本自閉症協会事務局長）
 編集協力：市村 千紗（日本自閉症協会出版委員会）
 平山 淳子（日本自閉症協会出版委員会）
 神成 京美（日本自閉症協会出版委員会）
 松尾由紀子（日本自閉症協会出版委員会）
 編集：大岡千恵子
 イラスト：和泉 恵実

自閉症の人たちのための防災・支援ハンドブック ー支援をする方へー

平成24年3月 第1版第1刷

発行人 社団法人 日本自閉症協会 会長 山崎晃資
 〒104-0044 東京都中央区明石町6-22 築地622
 電話 03-3545-3380 Fax 03-3545-3381
 E-mail asj@autism.or.jp URL <http://www.autism.or.jp>

印刷所 傑創新社

厚生労働省平成23年度障害者総合福祉推進事業「災害時における自閉症をはじめとする発達障害のある方の行動把握と効果的な情報提供のあり方等に関する調査について」により作成しました。
 平成20年度独立行政法人福祉医療機構「長寿・子育て・障害者基金」助成事業により作成したハンドブックをもとにしました。

災害発生！——その時何をするか

あの人は無事かな

- 要援護者名簿と照らしあわせましたか
- 家の中にひとりで取り残されている人はいませんか

ひとりている自閉症の人との連絡は？

- 電車やバスに残されていませんか
- 健康状態の確認を
- 連絡先の確認を
- 家や学校、所属先に安否を連絡

ケガなど被害の状況を確認しよう

- ケガをしていませんか
- ガラスでの切り傷や、打撲はありませんか
- 「おくすり手帳」を確認しましたか

どこに誘導したらいいでしょう？

- 先ずは最寄りの避難所へ
- 専門スタッフ（腕章などの目印）に相談
- 福祉避難所が分かれば、そこへ誘導

避難先で支援すること

- 被災障害者相談センターの設置
- 自閉症支援専門スタッフの配置
- 避難状況の確認（在宅や車中泊など）
- 食事や毛布などの配給リストに漏れはありませんか
- 車中泊エコノミー症候群など、健康上の注意
- トイレは？（洋式、簡易式トイレ、洋式便座の用意）
- パーティション（間仕切り）の用意
- 入浴の付き添い
- 個別の対応をしていますか
- 本人、親へのメンタル面での支援、心のケアは

チェックシートを活用しましょう

—— 自閉症の特徴に配慮した対応を

行政関係（警察、消防、児童相談所、福祉事務所など）、福祉関係者、企業、学校、福祉施設もチェックシートをぜひ作成してみてください。

災害に備えて

- 要援護者名簿の作成をしていますか
- 避難経路の案内は周知されていますか
- 避難所も周知していますか
- 福祉避難所を設定していますか
- 災害備品は十分準備していますか
- 自閉症の理解・支援の研修の実施をしていますか
（警察、消防、自衛隊、電車・バス乗務員、民生委員などに対して）
- 自閉症支援の専門家はいますか
- 自閉症の人にも分かる防災教育をしていますか
- 障害者も一緒に防災訓練をしていますか
 - ◇ 「起震車」体験は？
 - ◇ 災害に備えての宿泊体験は？
- タウンウォッチングをしたり、防災マップを作成していますか
- 事前に家庭と打ち合わせをし、本人に確認していますか
 - ◇ 連絡手段や集合場所は？
 - ◇ 安否確認の方法は？
 - ◇ 通勤、通学途中で被災した場合の行動は？
 - ◇ 帰宅地図を家族と共に作成、本人に常時持たせていますか
 - ◇ 災害直後、本人を帰宅させないか、あるいは家族や支援者に確認した上で帰宅させるタイミングをはかることになっていますか
 - ◇ 災害時には本人には必ず声かけをし、本人に説明・確認することになっていますか
 - ◇ 会社などには飲料水や非常食などを常備していますか
- 万一のときに親に代わる人を設定し、確認してありますか
（成年後見制度の活用など）

