



SDGs17のゴールを^{あらわ}表しています

えどがわくしょうがいしゃ 江戸川区障害者の

ぼうさい 防災マニュアル

ともに、生きる。

江戸川区
EDOGAWA

ブルーのラインは川を^{かわ}表し、^{あらわ}「と」の文字が^{もし}交差すること
で、「^{かんきょう}環境^いとともに生きる」を^{あらわ}表しています

もくじ

1	<small>さいがい はっせい まえ</small> <small>そな</small> <small>きょうつうじ こう</small> 災害発生前の備え（共通事項）	1
2	<small>たいふう</small> <small>たい</small> <small>そな</small> 台風に対する備え	3
3	<small>さいがい</small> <small>お</small> <small>じしん</small> 災害が起きたら（地震）	6
4	<small>しょうがい</small> <small>おう</small> <small>たいおう</small> 障害に応じた対応	
	<small>め</small> <small>ふじゆう</small> <small>かた</small> 目の不自由な方	7
	<small>みみ</small> <small>ふじゆう</small> <small>かた</small> 耳の不自由な方	8
	<small>したい</small> <small>ふじゆう</small> <small>かた</small> 肢体の不自由な方	9
	<small>ないぶしょうがい</small> <small>なんびょう</small> <small>いりょうてき</small> <small>かた</small> 内部障害・難病・医療的ケアのある方	10
	<small>ちてきしょうがい</small> <small>かた</small> 知的障害のある方	11
	<small>せいしんしょうがい</small> <small>かた</small> 精神障害のある方	12
	<small>はったつしょうがい</small> <small>かた</small> 発達障害のある方	13
5	<small>さいがい</small> <small>じひなん</small> <small>こべつひなんけいかく</small> <small>さくせい</small> <small>きにゅうれい</small> 災害時避難のための個別避難計画の作成・記入例	14
6	<small>さいがいじょうほう</small> <small>しゅうしゅうほうほう</small> 災害情報の収集方法	20
7	<small>あんぴかくにん</small> <small>ほうほう</small> 安否確認の方法	21
8	<small>きんきゅういりょうきゅうごしょ</small> 緊急医療救護所	22
9	<small>もよ</small> <small>きゅうすいきよてん</small> 最寄りの給水拠点	23
10	ヘルプカード	24
11	<small>みまも</small> 見守りキーホルダー	26
12	<small>けんりょうごけいはつ</small> <small>ぎゃくたいぼうし</small> <small>さべつかいしょう</small> 権利擁護啓発カード（虐待防止・差別解消）	27

1 さいがいはっせいまえ そな きょうつうじこう 災害発生前の備え（共通事項）

さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ
災害時に困らないようにするために、事前の準備が重要になります。日頃から災害に
そな さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ さいがいはっせいまえ
備えて、以下の項目を確認しておきましょう。

じたく じょうきょうかくにん 自宅の状況確認

しょうかき かくにん
消火器がどこにあるか確認する

きょしつ しんしつ かく たお かくにん
居室や寝室にある家具が倒れてこないか確認する

ひなんけいろ ろうか げんかん どう もの お
避難経路（廊下、玄関、ドア等）に物を置かない

まど ひさん は
窓ガラスが飛散しないようフィルムを貼る

いえ たいしんしんだん たいしんほきょう おこな
家の耐震診断や耐震補強を行う



ふだん も ある 普段から持ち歩くもの

じょうよう くすり
常用している薬

ヘルプカード（24ページを参照）

ふえ ぶザー

しょうがいしやてちょう
障害者手帳

くすりてちょう ほけんしょう しんさつけん
お薬手帳・保険証・診察券

ひじょうじ も だ ぶっし かぶん 非常時に持ち出すもの（物資は3日分）

さいがいはっせいまえ ひなん こべつひなんけいかくしよ さんしやう
災害時避難のための個別避難計画書（14ページを参照）

ひじょうしょく いんりやうすい かんづめどう
非常食（飲料水、クラッカー、缶詰等）

いんりやうすい ひとり にち めやす やうい
飲料水は、一人1日3リットルを目安に用意しましょう。

さいがいはっせいまえ きやうすいきよてんいちらん さんしやう
なお、災害時の給水拠点一覧は23ページを参照してください。

いるい したぎ くつした きが ぼうかんぎどう
衣類（下着、靴下、着替え、防寒着等）

けいたいよう
携帯用トイレ

ふくしやうぐ くるま つえどう
福祉用具（車いす、杖等）

バッテリーや充電器等

その他（携帯ラジオ、懐中電灯、カイロ等）

かぞく れんらくさき
家族の連絡先



1 さいがいはっせいまえ そな きょうつうじこう 災害発生前の備え（共通事項）

さいがいはっせいまえ そな ひごころ こころ 災害に備えて日頃から心がけておくこと

できる限り近所の方や身近な支援者と関係を保つことで、いざという時も協力してもらえるようにしましょう。

がっこう しょくば つうしょしせつ さいがいはっせいまえ お ばあい ひなん れんしゅう きんきゅうれんらくほうほう
学校や職場、通所施設などで災害が起きた場合の避難の練習や緊急連絡方法、
ひつよう はいりよ はな あ ひつよう はいりよ さんしやう
必要な配慮について話し合っておきましょう。（必要な配慮は27ページを参照）

しょうがい つた まわ ひと たす
障害があることを伝え、周りの人に助けてもらいましょう。

ひなんじよ ふくしひなんじよ かくにん 避難所・福祉避難所の確認

ちいき いちじひなんじよ しょうがっこう ちゅうがっこう ふくしひなんじよ かくにん
地域の一次避難所（小学校・中学校）や福祉避難所（ ）を確認しておきま
しょう。 【確認方法：区ホームページ 防災・安全 防災】

じぶん ちいき ひなんじよ じょうきやう かくにん はいりよ ひつよう
自分の地域の避難所が、どのような状況であるか確認し、どのような配慮が必要
なのか話し合っておきましょう。

いちじひなんじよ みち じっさいある ひなん じかん かくにん
一次避難所までの道を実際歩いて、避難にかかる時間を確認しましょう。

ふくしひなんじよ とく ひなんこうどう しえん ひつよう かた く まいとしい かた
福祉避難所とは、特に避難行動に支援が必要な方を区が毎年指定し、その方が
ちやくせつひなん ひなんじよ してい かた いちじひなんじよ ひなん
直接避難していただく避難所です。指定されていない方は、一次避難所が避難
ばしよ
場所です。

ふくしひなんじよ ひなん してい たいしやうしや れいわ ねん がつじてん
福祉避難所へ避難を指定している対象者 令和4年1月時点
かいごほけんようかいご かた
介護保険要介護5の方
しんたいしやうがいしや しやうがいしえんくぶん かた やく にん
身体障害者のうち障害支援区分4～6の方 約1,400人
しんたいしやうがいしやてちやう きやう じどう
身体障害者手帳1～3級の児童
かいじじやう きよじやう かた のぞ
4階以上に居住する方を除く

さいがいはっせいまえ しゅうしゅう 災害情報の収集

く ホームページ えどがわメールニュース



ほうさいぎやうせいむせん く ホームページ かくにんかのう
防災行政無線（区ホームページで確認可能）

F M えどがわ 84.3MHz

く こうしき @edogawa_city テレビ ラジオ

えどがわくすいがい
江戸川区水害ハザードマップ



2 台風に対する備え (広域避難を要する台風)

大規模水害が起こる可能性がとて高い場合

気象情報や区からの情報を収集し、災害が起きる前に安全な場所へ避難しましょう。

目安：大規模な台風 (台風の中心気圧 930hPa (ヘクトパスカル))

(台風が東京地方に上陸する進路の場合の目安です。また、台風の中心気圧が低いほど勢力の強い台風です。)

台風の風の強さ (m/s は、風の単位で秒速のことです)

33m/s **強い** < 44m/s **非常に強い** < 54m/s **猛烈な**

台風が来る前に広域避難を

気象情報や区からの情報を確認しましょう。

~ 災害発生までの流れ ~

3 日前

区から「共同検討開始」のアナウンスがあります。
いつでも避難できるように準備を始めてください。

2 日前

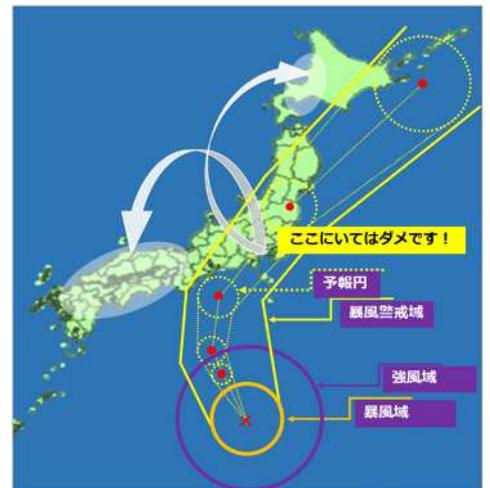
区から「自主的広域避難」のアナウンスがあります。
区外の安全な場所に避難してください。

1 日前

区から「広域避難指示」のアナウンスがあります。
ただちに大きな被害が及ばない区外へ避難してください。

9 時間前

区から「域内垂直避難 (緊急)」のアナウンスがあります。
広域避難を行う時間がないため、近くの避難できる場所へ避難してください。



共同検討開始

大型台風が東京地方に上陸することが予想される場合、3日前までに江東5区(墨田区、江東区、足立区、葛飾区、江戸川区)が共同で検討を開始し、広域避難を呼びかけるかどうかを決定します。

自主的広域避難

広域避難指示が発令される前に、自主的な広域避難の呼びかけをします。親類縁者宅等への避難やホテル等への避難など区外の安全な場所への避難を指します。

広域避難指示

氾濫発生を24時間前を目安に発令します。これが発令されると、ただちに区外へ避難する必要があります。

域内垂直避難(緊急)

氾濫発生を9時間前を目安に呼びかけます。この段階では、広域的な避難が間に合わないため、近くの浸水しない高い場所へ避難する必要があります。

(地域防災拠点、待避施設(小中学校等)や、近くの頑丈な建物の浸水しない高いところなど)

広域避難のための宿泊補助制度

大規模水害時自主的広域避難補助

江戸川区民一人あたり

1泊3,000円 最大3泊まで

是非ご活用ください。



2 台風に対する備え（広域避難に至らない台風）

大規模水害の危険性がある場合

気象情報や区からの情報を収集し、災害が起きる前に安全な場所へ避難しましょう。

目安：930hPa（ヘクトパスカル）< 台風の中心気圧 < 950hPa（ヘクトパスカル）

（台風が東京地方に上陸する進路の場合の目安です。）

台風が来る前に自主的広域避難もしくは浸水しない高い場所へ

気象情報や区からの情報を確認しましょう。

ご自宅が水害時に最大どのくらい浸水するか、確認しておきましょう。

周辺の高い建物や待避施設（小・中学校等）へ避難しましょう。（垂直避難）

～災害発生までの流れ～

1日前まで

いつでも避難できるように準備を始めてください。
（垂直避難をしても、浸水の程度によりライフラインが途絶える可能性があります。
是非、自主的広域避難も検討してください。）



1日前～災害発生まで

区から避難情報についてのアナウンスがあります。

ただちに浸水しない場所へ避難してください。（待避施設開設）

（自主的広域避難も検討してください。）

台風が過ぎた後でも、河川の水が溢れる可能性があります。

区からの避難情報を確認しましょう。



台風の規模により避難情報のアナウンスがない場合は、原則として

在宅避難となります。

3 さいがい お 災害が起きたら（地震） じしん

あわてずに冷静に行動し、自分の身の安全を確保しましょう。難しい場合は、周りの人に助けを求めましょう。

しよきたいおう 初期対応

火気の確認や始末をしましょう。



部屋の中で物が倒れてこない安全な場所に避難しましょう。

一人で脱出できない時は、笛やブザーなどで大きな音を出しましょう。

げんじょうはあく 現状把握

あわてて外に飛び出すのは危険です。周りの状況を確認して行動しましょう。

ラジオ、テレビなどで情報を収集しましょう。

非常時の持出品がそろっているか確認しましょう。

窓や戸を開けて出口を確保しましょう。



ひなん 避難

復旧後の火災を防止するため、ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めて避難しましょう。

一人で避難することは避け、できるだけ集団で避難しましょう。

ブロック塀や自動販売機から離れましょう。

外出中の家族には、避難先などを書いたメモを残しましょう。



4 障害に応じた対応 目の不自由な方

1～6ページに記載している共通事項のほかに、障害別に必要なことを記載しています。

普段から備えること

災害情報をすぐに入手するために、ラジオを身近な場所に置いておきましょう。

白杖には発光シールを貼りましょう。

笛、ブザーなどを身近に置いておきましょう。



避難する時の持ちもの

白杖 携帯用ラジオ

時計（音声、触知式など）

携帯式の点字盤 など



災害が起きたら

ラジオやスマートフォンなどで情報収集に努めましょう。

一人の場合は大声で助けを求め、笛などを鳴らして自分の位置を知らせるとともに

安全な場所へ誘導してもらいましょう。



介助・支援する方へ

段差や階段では、必ず声をかけましょう。

まわりの状況を説明する場合は、必ず具体的な表現で話しましょう。

（良い例：5歩先に、右に3歩 悪い例：あっち、こっち）

4 障害に応じた対応 耳の不自由な方

1～6ページに記載している共通事項のほかに、障害別に必要なことを記載しています。

普段から備えること

災害情報をすぐに入手するために、えどがわメールニュースの登録をしておきましょう。

どこでも筆談ができるよう、筆記用具やメモ用紙を携帯しましょう。

笛、ブザーなどを身近に置いておきましょう。

避難する時の持ちもの

補聴器と電池（予備分を含む）

複数の筆記用具とバインダー

メモ用紙（大きめのもの）

「耳マーク」など聴覚障害者とわかるもの



災害が起きたら

メールニュースや周りの人などから情報収集に努めましょう。

近くの人に耳が不自由であることを伝え、安全な場所へ誘導等、助けてほしいことをお願いしましょう。



介助・支援する方へ

面と向かって、口元を見せて話しましょう。

防災無線や放送などの情報は、身ぶり、手話、筆談等で伝えましょう。

（口元を読み取れるか、筆談が良いか、手話が必要か）相手が必要としているコミュニケーションを尋ね、できるだけその方法で情報を伝えましょう。

詳しくは、『手話を知ろう！』を参照してください。



4 障害に^{しょうがい}応じた^{おう}対応^{たいおう} 肢体の^{したい}不自由な^{ふじゆう}方^{かた}

1～6ページに記載している^{きさい}共通事項^{きょうつうじこう}のほかに、^{しょうがいべつ}障害別^{ひつよう}に必要な^{きさい}ことを記載しています。

普段^{ふだん}から^{そな}備える^{こと}

寝室^{しんしつ}や居住空間^{きょじゅうくうかん}は、できるだけ避難^{ひなん}しやすい1階^{かい}を選びましょう。

車^{くるま}いすが通れる幅^{とほ}を確保^{はば}しておきましょう。

車^{くるま}いすや歩行補助具^{ほこうほじょぐ}は、安全^{あんぜん}な場所^{ばしょ}に置いて発光シール^{はっこう}を貼^はりましょう。

電動車^{でんどうくるま}いすなどの予備^{よび}のバッテリー^{ようい}を用意^{ようい}しておきましょう。

避難^{ひなん}する^{とき}の^も持ちもの

予備^{よび}のバッテリー・充電器^{じゅうでんき} 杖^{つえ}

おぶいひも 予備^{よび}の補装具^{ほそうぐ}



災害^{さいがい}が^お起きたら

テレビやラジオなどで情報^{じょうほう}収集^{しゅうしゅう}に努^{つと}めましょう。

ひとり^{ひとり}の場合は大声^{ばあい}や笛^{おおごえ}などで助け^{ふえ}を呼び、安全^{あんぜん}な場所^{ばしょ}へ誘導^{ゆうどう}してもらいましょう。

介助^{かいじょ}・支援^{しえん}する^{かた}方^{かた}へ

車^{くるま}いすで坂^{さか}を下^おりる場合^{ばしょ}は、後^{うし}ろ向^むきに下^おりましょう。

杖^{つえ}を使う^{つか}方の移動^{かた}は、段差^{いだう}やでこぼこが少^{たんさ}ない場所^{すく}を選んで歩^{ばしょ}きましょう。



4 障害に^{しょうがい}応じた^{おう}対応^{たいおう}

内部^{ないぶ}障害^{しょうがい}・難病^{なんびょう}・医療的^{いりょうてき}ケアのある^{かた}方

1～6ページに記載^{きさい}している共通事項^{きょうつうじこう}のほかに、障害別^{しょうがいべつ}に必要な^{ひつよう}ことを記載^{きさい}しています。

普段^{ふだん}から備^{そな}えること

災害時^{さいがいじ}に支援^{しえん}を受けられる医療機関^{いりょうきかん}や医療機器^{いりょうきき}メーカーなどの連絡先^{れんらくさき}を用意^{ようい}しておきましょう。

薬^{くすり}や食事^{しょくじ}などの備え^{そな}や災害時^{さいがいじ}の対応^{たいおう}について、主治医^{しゅじい}に相談^{そうだん}しておきましょう。

避難^{ひなん}する時^{とき}の持ち^ももの

医療機関^{いりょうきかん}や医療機器^{いりょうきき}メーカーの連絡先^{れんらくさき}

薬^{くすり}や点滴^{てんてき}、機器^{きき}や用具^{ようぐ}など

災害^{さいがい}が起^おきたら

テレビやラジオなどで情報^{じょうほう}収集^{しゅうしゅう}に努^{つと}めましょう。

医療機関^{いりょうきかん}等^{とう}との連携^{れんけい}に努^{つと}めましょう。

停電^{ていでん}への対応^{たいおう}として電源^{でんげん}を確保^{かくほ}しましょう。



介助^{かいじょ}・支援^{しえん}する方^{かた}へ

(障害^{しょうがい}があるように見^みえないこともあります)何か困^なっている方^{かた}がいたら、
声^{こえ}をかけましょう。

携帯電話^{けいたいでんわ}などの電子機器^{でんしきき}は、ペースメーカー^{ペースメーカー}が誤作動^{ごさどう}する可能性^{かのうせい}があるので、使用^{しよう}
する場合は本人^{ばあい}に確認^{ほんにん}しましょう。

4 障害に応じた対応 知的障害のある方

1～6ページに記載している共通事項のほかに、障害別に必要なことを記載しています。

普段から備えること

名前や電話番号、住所がわかるものを荷物などに入れておきましょう。

家族や支援してくれる人と災害が起きた時のことを話しておきましょう。

避難する時の持ちもの

避難所で落ち着いて過ごすために持っていけるもの
(本、音楽、時計など)



災害が起きたら

あわてて急に外に飛び出したり、走り出したりしないようにしましょう。

介助・支援する方へ

ゆっくり・はっきり・やさしい口調で話しましょう。

絵、図、文字など、その方が理解できる方法で伝えましょう。

「危ない」「怖い」など不安になる言葉は避けましょう。

本人が言ったことを復唱すると、相手にも伝わったことがわかり、安心します。



4 障害に^{しょうがい}応じた^{おう}対応^{たいおう} 精神^{せいしん}障害^{しょうがい}のある^{かた}方

1～6ページに記載^{きざい}している共通事項^{きょうつうじこう}のほかに、障害別^{しょうがいべつ}に必要な^{ひつよう}ことを記載^{きざい}しています。

普段^{ふだん}から^{そな}備える^{そな}こと

強い^{つよ}ストレス^すを受けた^う時の^{とき}対処法^{たいしよほう}や常用^{じょうよう}している薬^{くすり}や頓服薬^{とんぷくやく}について、
主治医^{しゅじい}に相談^{そうだん}しておきましょう。

避難^{ひなん}する^{とき}時の^も持ちもの

避難所^{ひなんじょ}で落ち着^おいて過^つごすために持^もっていけるもの
(本^{ほん}、音楽^{おんがく}、時計^{とけい}など)

アイマスク



災害^{さいがい}が^お起きたら

あわてて急^{きゅう}に外^{そと}に飛び出^としたり、走り出^{はし}りしたりしないようにしましょう。

介助^{かいじょ}・支援^{しえん}する^{かた}方へ

大きな声^{おおこえ}を出^だすと不安^{ふあん}になりますので、やさしく声^{こえ}をかけましょう。

混乱^{こんらん}していると思われる^{おも}時は、ヘルプカード^{かくにん}を確認^{ひつよう}して必要な支援^{しえん}をしましょう。
(混乱^{こんらん}するとパニック^{かこきゅう}になり、さらに過呼吸^{ひと}になる人もいます。)

パーテーション^{せっち}を設置^あするなど落ち着^つける空間^{くうかん}を作り^{つく}ましょう。



4 障害に応じた対応 発達障害のある方

1～6ページに記載している共通事項のほかに、障害別に必要なことを記載しています。

普段から備えること

地域の方との交流を通じて、発達障害について理解を深めましょう。

(霧囲気等に慣れるために、非常時に持ち出すものを持って避難場所へ行くことを体験する、地域の防災訓練に参加する等)

避難する時の持ちもの

避難所で落ち着いて過ごすために持っていけるもの

(本、音楽、時計など)



災害が起きたら

あわてて急に外に飛び出したり、走り出したりしないようにしましょう。

介助・支援する方へ

大きな声を出すと不安になりますので、やさしく声をかけましょう。

混乱していると思われる時は、ヘルプカードを確認して必要な支援をしましょう。

曖昧な表現(そのへん、あのくらい等)が苦手なことが多いので、具体的な言葉を使って声をかけましょう。



5 さいがいじ ひなん こべつひなんけいかく さくせい 災害時避難のための個別避難計画の作成

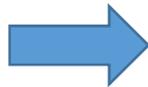
さいがいじ ひなん こべつひなんけいかく すいがいほっせい おそ しょう ばあい しんさいほっせいじ
災害時避難のための個別避難計画とは、水害発生のおそれが生じた場合や震災発生時に、
ひなんゆうどうとう じんそく あんぜん じっし ひなん だれ しえん
避難誘導等を迅速かつ安全に実施するために、あらかじめどのように避難するか誰が支援す
るかを定めておくものです。かぞくとう はな あ さくせい
家族等と話し合っ作成しましょう。(記入例は15ページ)

ほんにん きょじゅうじょうほう 本人の居住情報

そうていしんすいしん しら えどがわく とうきょうとぼうさい
想定浸水深を調べましょう 江戸川区ハザードマップ、東京都防災アプリ

えどがわく
江戸川区ハザードマップ
くぼうさいきき かんりが かくじむしょ くこうしき
区防災危機管理課、各事務所、区公式ホームページ

とうきょうとぼうさい
東京都防災アプリ



すいがい
水害リスクマップ



じゅうしょけんさく
住所検索

Android iOS

がいすいはんらん (あらかわ なかがわ えどがわ とねがわ) ・ ・ ・ かせん みず ていぼう
外水氾濫(荒川・中川・江戸川・利根川)・・・河川の水が堤防からあふれ出す。

ないすいはんらん ・ ・ ・ たりょう あめ しがいち ふ はいすい うりょう お つ みず つ
内水氾濫・・・多量の雨が市街地に降り、排水が雨量に追い付かず水に浸かる。

きんきゆうじ れんらくさき かいじょしゃ 緊急時の連絡先や介助者

きんきゆうじ れんらくさき めいき
緊急時の連絡先を2名決めておきましょう。

ひなんじょ かいじょ ひつよう ばあい おも かいじょしゃ いどうじ かいじょしゃ き
避難所で介助が必要な場合は、主な介助者と移動時の介助者を決めましょう。

さいがいべつ しんさい すいがい ひなん 災害別(震災・水害)の避難

しんさいじ がいすいはんらん ないすいはんらんべつ ひなんさき しえんないよう かくにん
震災時、外水氾濫、内水氾濫別に避難先や支援内容を確認しておきましょう。

ひなんさき かくにん 避難先の確認

ひなんさき けいる ちず
避難先までの経路を地図にしてみました。

ふくしひなんじょ (さんしやう ひなん べつと えどがわくさいがいじひなんこうどう
福祉避難所(2ページ参照)に避難する方は、別途「江戸川区災害時避難行動
ようしえんしゃ どういめいぼとうろくもうしこみしょ けんこべつひなんけいかくしよ さくせい
要支援者 同意名簿登録申込書 兼個別避難計画書」を作成しており、

15ページの様式は上記計画書を参考にしています。

ざいたくじんこうこきゅうきしようしゃ べつと さいがいじこべつしえんけいかく さくせい
在宅人工呼吸器使用者は、別途「災害時個別支援計画」を作成しています。

(記入例) 災害時避難のための個別避難計画書

斜字：ご記入いただく箇所

作成日：20XX年 〇月〇〇日

本人の居住情報	名 前	(フリガナ) エドガワ タロウ 江戸川 太郎	男 女	生年月日	昭和〇〇年4月1日 (〇〇 歳)
	住 所 (居住所在地)	〒132-0052 江戸川区 中央1-4-1 (戸建て・マンション・アパート) どちらかに〇をつけてください			
	連絡先 (自宅電話)	03-0000-xxxx	江戸川区ハザードマップ、東京防災アプリから、ご自宅の位置をご確認のうえ浸水階をご記入ください		
	連絡先 (携帯電話)	090- -			
	生活の中心は 3 階建ての 1 階 で普段生活している (階数を数字でご記入ください)				
想定浸水深	外水	荒川：2階浸水(3.6 m) 中川：1階浸水(1.4 m) 高潮：2階浸水(3.4 m) 江戸川：x階浸水(m) 利根川：x階浸水(m)：一切浸水しない			在宅避難 可 <input checked="" type="radio"/> 不可
	内水	1階浸水(0.8 m)・浸水しない(0.5m未満含む)			在宅避難 可 <input checked="" type="radio"/> 不可
身体状況		右下肢機能障害(常時車椅子を使用して、自力歩行はできない。 車椅子があれば、自身で移動可能)			
障害者手帳の有無		身体障害者手帳 1級 愛の手帳 度 精神障害者保健福祉手帳 級			
緊急時の連絡先	名 前	(フリガナ) エドガワ ハナコ 江戸川 花子 (〇〇 歳)	本人との続柄	妻	
	住 所	〒134-0052 江戸川区中央1-4-1			同居 別居
	連絡先	自宅電話番号	03-0000-xxxx		
	連絡先	携帯電話番号	080-xx-0x0x		
	名 前	(フリガナ) トウキョウ イチロウ 東京 市郎 (〇〇 歳)	本人との続柄	従弟	
	住 所	〒000-0000 東京都〇市xx町1-2-3			同居 別居
	連絡先	自宅電話番号	042-000-xxxx		
	連絡先	携帯電話番号	070-xxxx-xx		

緊急時の連絡先に記載された方へ本計画の連絡先になっていることを伝えて、連絡方法など話し合っておきましょう。

計画相談員・ ケアマネジャー等	氏名・フリガナ コイワ ハナコ 小岩 花子		事業所名 〇〇〇支援事業所
			電 話 090-xxxx-xx
民生・児童委員	地域の民生・児童委員を知っている場合は、ご記入ください		
<p>あなたの世帯の状況を教えてください。</p> <p>1 ひとり暮らし 2 夫婦のみ 3 夫婦と子ども 4 親と同居 5 入院中または施設等に入所中 6 その他()</p>			
日中は1人ですか	はい・いいえ (土日は家族と一緒に・ウィークデーは学校や仕事等に出ている)		
<p>避難の際、移動などに手助けしていただける方がいますか。</p> <p>1 避難所での介助 必要・必要ない 【介助が必要なこと】 (トイレなど、体を移動する時には介助が必要)</p> <p>2 避難する時の介助 必要・必要ない</p> <p>3 避難の時に手助けする人が いる・いない 【手助けが必要なこと】 (一次避難所までは自力で行くことが可能だが、広域避難場所へは支援がないと行けない) 「3 いる」場合は、以下の移動時の介助者欄に記載してください。 例：同居家族、別居の家族、知人、近所の方、福祉サービス事業者、その他 避難所への移動について 避難所への移動は、原則として家族等の介助者が行ってください。 また、移動時の介助については日頃から移動時の介助者等と相談しておいてください。</p>			
避難所での 主な介助者	氏名(団体名)・フリガナ エドガワ ハナコ 江戸川 花子		住所 江戸川区 中央1-4-1
	関係 家族(続柄 妻) その他()		連絡先 03-0000-xxxx
移動時の介助者	氏名(団体名)・フリガナ チカイノ マモル 近井野 守		住所 江戸川区 中央1--0
	関係 家族(続柄) その他(2軒隣りの方)		連絡先 03-0000-xx
移動時の介助者	氏名(団体名)・フリガナ ナカヨシ ヨシオ 仲良 善男		住所 江戸川区 中央1--
	関係 家族(続柄) その他(近隣ボランティア)		連絡先 080-xx-0x0x

避難所での主な介助者・移動時の介助者の連絡先に記載された方へ本計画の連絡先になっていることを伝えて、移動方法など確認しておきましょう。

震災時の避難場所	一次避難所	〇〇小学校		
	移動手段	車イス ・ 徒歩 ・ その他 ()		
	介助の場面	必要ない (自宅から避難先まで、介助者に移動を支援してもらう)		
	介助者	移動時の介助者 その他 ()		
	移動手段	自己所有の車イス ・ ストレッチャー その他 ()		
	以上の避難支援に関し、配慮する事項 (必要に応じてご記入ください) (記入例) 避難所にエレベーターが設置されていないため、2階以上の移動が難しい。			
(自主的広域避難情報発信時)の避難場所 外水氾濫のおそれ	広域避難先がある場合	区外広域避難先	東京 市郎の自宅 (〇市 xx町1-2-3) 移動方法は、家族等の介助者と事前の確認が必要です。	
		介助の場面	必要ない (広域避難場所までは車での移動が必要)	
		介助者	家族 移動時の介助者	
		避難手段	(家族所有の)車両 その他 ()	
		広域避難先がない場合は、一次避難所を記入してください。		
	広域避難先がない場合	区内避難先	広域避難先がない場合は、一次避難所を記入してください。	
		介助の場面	必要ない その他 ()	
		介助者	移動時の介助者 その他 ()	
		避難手段	自己所有の車イス ・ ストレッチャー その他 ()	
		以上の避難支援に関し、配慮する事項 (必要に応じてご記入ください) (記入例) 避難所にエレベーターが設置されていない場合は、2階以上の移動が難しい。		

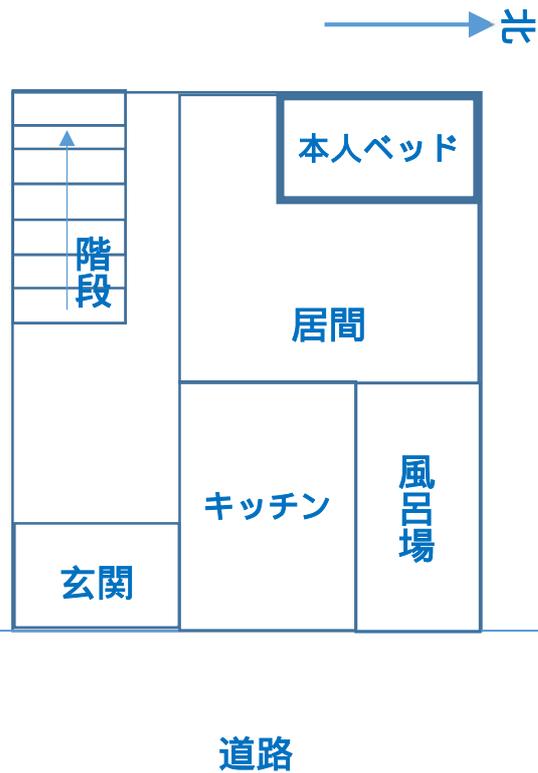
内水氾濫のおそれ	避難方法	自宅で垂直避難 近隣の高い建物へ避難 状況により、区施設を開放する可能性があります。	
	支援内容	必要ない 自宅内の移動介助 (介助者で対応 ・ エレベーター使用) 近隣の高い建物へ移動介助	
	介助者	家族 移動時の介助者	
	避難手段	自己所有の 車イス ・ ストレッチャー その他 ()	
	以上の避難支援に関し、配慮する事項 (必要に応じてご記入ください) (記入例) 自宅にエレベーターが設置されていないため、家族の介助で垂直避難する。		
日常受けている 福祉サービスの内容		居宅介護による食事・排泄の介助 生活介護事業所へ通所 (事業所) 必要に応じてご記入ください	
かかりつけの病院・医師		医療機関 (担当医師名)	連絡先
		〇〇医院 (担当医 : 先生) ××病院 (担当医 :	03-〇〇 - ×××× 03-〇〇 - ××××
医療ケアの必要性		例：痰の吸引が必要 かかりつけの医師等と相談のうえ、必要に応じてご記入ください	
意思疎通方法		例：難聴のため会話が聞き取りにくいいため、筆談が望ましい 必要に応じてご記入ください	
日常生活に必要な支援		例：誤嚥しやすいため、食事の際の見守りが必要 必要に応じてご記入ください	
緊急時の準備	避難先へ持参するもの (最低3日分を想定)	衣類 飲料水 非常食 (食形態に応じて用意) 服用薬 手帳等 (身体、愛、精神、お薬) 家族の連絡先 保険証・医療証 常用の医療機器等 (具体的に :) その他 ()	
	その他必要なこと (アレルギーの有無など)	必要に応じてご記入ください	
	ヘルプカード	作成している 作成していない 作成していない方は、24ページを参考に作成してください。	

自宅の所在図・間取り

【所在地】



【間取り】



【避難先までの経路】

所在図や間取り図、避難先までの経路は、手書きでも構いません。
見本では、インターネット地図を活用したものです。

避難所まで実際に行って、経路が安全であるか、注意することが無いか確認しておきましょう。
計画の内容に変更が無いか定期的に確認しておきましょう。

6 さいがいじょうほう しゅうしゅうほうほう 災害情報の収集方法

さいがいじ しんらい じょうほう もと こうどう いのち まも く など はっしん
災害時は信頼できる情報に基づいて行動し、命を守ってください。区などが発信する
じょうほう しゅうしゅう
情報を収集するようにしましょう。

いえ ないがい きけん かしょ もくし かくにん
家の内外に危険な箇所がないか、目視でよく確認する。

テレビ、ラジオ、インターネットなど様々な手段を用いて、しんらい じょうほうげん
信頼できる情報源から
じょうほう にゅうしゅ
情報を入力する。



ぼうさいぎょうせいむせん 防災行政無線

くない しょ せっち ほうそう おこな
区内290か所に設置しているスピーカーから放送を行います。

ほうそうないよう ぼうさいほうそうかくにん つうわりょう く かくにん
放送内容は、防災放送確認ダイヤル（通話料がかかります）や区ホームページで確認
できます。

ぼうさいほうそうかくにん
防災放送確認ダイヤル 03 - 3652 - 1284

F M えどがわ 84.3MHz (メガヘルツ)

おおじしん さいがいじ く じょうほう ゆうせん ほうそう
大地震などの災害時、FMえどがわでは区の情報を優先して放送するほか、
きんきゅう ばあい く やくしょ ちよくせつほうそう おこな
緊急の場合は区役所から直接放送を行います。

えどがわメールニュース



とうろく じょうほう はいしん
登録されたメールアドレスに情報を配信します。

とうろく むりょう つうしんりょう
登録は無料です（通信料がかかります）。

にじげん かき から そうしん
二次元コードからアクセスするか、下記アドレスへ空メールを送信してください。

t-edogawamail@sg-m.jp

えどがわくこうしき 江戸川区公式ツイッター @edogawa_city

アカウントをお持ちの方は、さいがい そな
災害に備えてフォローしてください。

でんわ 電話リレーサービス



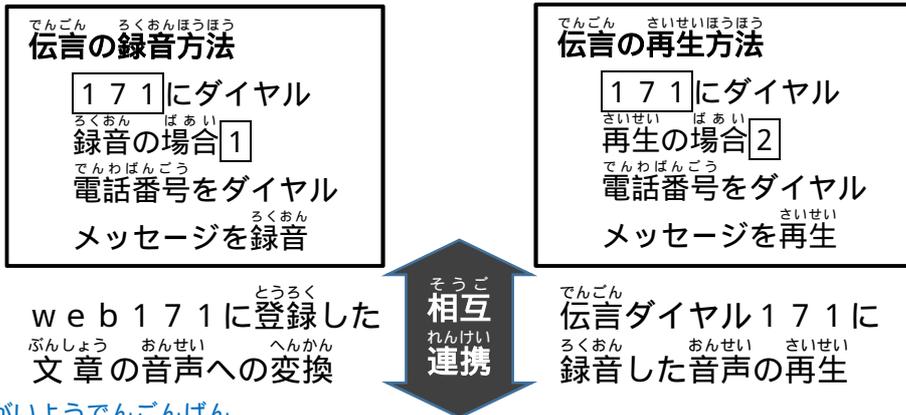
ちようかく はつご こんなん ひと き ひと かいわ つうやく しゅわ
聴覚や発語に困難がある人と聞こえる人との会話を、通訳オペレーターが手話
または文字と音声を通訳することにより、24時間365日、でんわ そうほうこう
電話で双方向につなぐ
サービスです。

7 安否確認の方法

災害時は携帯電話が繋がらなくなりますので、以下の手段を活用して安否確認をしましょう。

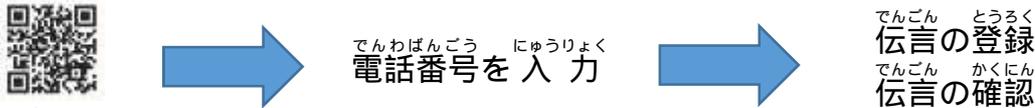
災害用伝言ダイヤル（171）

一般電話、公衆電話、携帯電話などから利用できます。



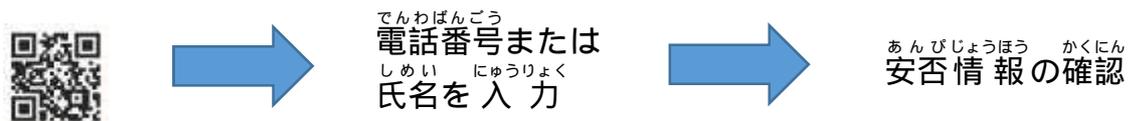
災害用伝言板（web 171）

安否確認を目的としたweb上の伝言板です。



安否情報まとめて検索「J-anpi」

災害用伝言ダイヤル・伝言板、報道機関、自治体などが提供する安否情報を一括で検索できます。



Googleパーソンファインダー

氏名による安否情報の登録と検索ができ、「J-anpi」とも連携しています。

こちらのみ常時体験可能



電話リレーサービス

聴覚や発語に困難がある人と聞こえる人との会話を、通訳オペレーターが手話または文字と音声を通訳することにより、24時間365日、電話で双方向につなぐサービスです。

8 緊急医療救護所

災害時は、以下の緊急医療救護所で負傷者の対応を行いますので、けがをした場合は緊急医療救護所へ行きましょう。

緊急医療救護所一覧

地域	救護所名	住所
小松川・平井	東京心臓不整脈病院前	平井3-25-17
	一盛病院前	小松川3-10-1
区役所	小松川病院前	中央1-1-15
	同愛会病院前	松島1-42-21
	松江病院前	松江2-6-15
	京葉病院前	松江2-43-12
葛西北	葛西中央病院前	船堀7-10-3
	森山記念病院前	北葛西4-3-1
葛西南	葛西昌医会病院前	東葛西6-30-3
	森山脳神経センター病院前	西葛西7-12-7
	東京臨海病院前	臨海町1-4-2
小岩	江戸川病院前	東小岩2-24-18
	岩井整形外科内科病院前	南小岩8-17-2
東部	東京さくら病院前	東篠崎1-11-1
	江戸川共済病院前	南篠崎町1-2-16
鹿骨	東京東病院前	鹿骨3-20-3
	江戸川メディケア病院前	東松本2-14-12

大規模災害時は、診療所等は休診

大規模災害発生直後は区内の医療機関が総力を挙げて負傷者の救護活動を行います。そのため区内の診療所やクリニックは休診となり、以上の病院の近接地に「緊急医療救護所」が開設されます。

トリアージ（重症度判定）を行います

「緊急医療救護所」では、緊急に処置が必要な負傷者が、迅速かつ適切な治療を受けられるようトリアージ（重症度判定）を行い、病院などへ搬送します。

9 最寄りの給水拠点

震災などで断水した場合、東京都水道局が「災害時給水ステーション」を開設し水の配布を行います。

災害時給水ステーション（給水拠点）一覧

地域	給水拠点	住所
小松川・平井	大島小松川公園	小松川1-7
区役所	一之江抹香亭	一之江5-14
葛西北	葛西給水所	北葛西3-9
	宇喜田中央公園	北葛西4-15
葛西南	都立葛西南高校	南葛西1-11-1
小岩	小岩公園	北小岩6-43
東部	西瑞江給水所	東瑞江1-26-2
鹿骨	篠崎公園	上篠崎1-25
葛飾区新小岩	新小岩公園	葛飾区西新小岩 1-1-3

断水したら災害時給水ステーションへ

震災などにより断水した場合、東京都水道局が「災害時給水ステーション」を開設します。「災害時給水ステーション」へ行く際には、空のペットボトルや給水袋を持参してください。

災害前に場所を確認しましょう

災害時でも健康的に生活を送るためには、一人あたり1日3リットルの飲料水が必要です。各家庭で必要量を備蓄するとともに、いざという時のために「災害時給水ステーション」の場所も確認しておきましょう。

10 ヘルプカード

困ったときに周りの方に助けをお願いするため、伝えたい情報（名前、連絡先等）を記入して携帯しましょう。

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



このカードを見た方は手助けをお願いします

江戸川区

① 切取線

目が不自由です。 足が不自由です。
 耳が不自由です。 手が不自由です。
 コミュニケーションが苦手です。
 移動のときに誘導してください。
 手話か筆談などで伝えてください。
 パニックになることがあります。
 人工透析をしています。
 発作があります。

配慮してほしいことなど

② 山折線

④ 山折線

フリガナ
氏名

① 切取線

連絡先

障害・病気等の内容

③ 谷折線

知ってほしいこと
(薬、アレルギー、かかりつけ医など)

① 切取線

① 切取線

+ 「ヘルプカード」とは +

障害のある方などが、困ったときに、周りの方に助けをお願いするためのものです。

手助けが必要なときに
カードをひらいて見てください!

① 切取線

1. この用紙を印刷して、切取線で切り取ります。
2. ②の線を山折りにして、貼りつけます。
3. ③の線を谷折りします。
4. ④の線を山折りにします。

5. 完成

24

ヘルプカードの使い方

【ヘルプカードには、援助する人に伝えたい情報を記入してください。】

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード

このカードを見た方は
手助けをお願いします



江戸川区

フリガナ
氏名

連絡先

障害・病気等の内容

知ってほしいこと
(薬、アレルギー、かかりつけ医など)

「フリガナ」「氏名」「連絡先」は障害のある方(ご本人)について記入してください。

不自由なことや手助けしてほしい内容などで想定されるものを記載しています。該当するものに「✓」を入れてください。

障害名や病名、特徴などの情報をわかりやすく記入してください。その他、障害者手帳をお持ちの方は、手帳の種類についても記入してください。

- 目が不自由です。 口足が不自由です。
- 耳が不自由です。 口手が不自由です。
- コミュニケーションが苦手です。
- 移動のときに誘導してください。
- 手話が単談などで伝えてください。
- パニックになることがあります。
- 人工透析をしています。
- 発作があります。

・配慮してほしいこと
例えば・・・
コミュニケーション・食事
移動・排泄・入浴 服薬
障害・病気について
・またそれ以外にも自由に
記入してください。
例えば・・・
→その他のページに該当し
なかったことや書ききれな
かったこと
→配慮してほしいこと
→本人の特性
→援助を求めるメッセージ
→緊急連絡先 など

配慮してほしいことなど

.....

.....

.....

.....

・薬の服用が必要な方は、薬の内容(名前や量、服薬時間、服薬方法など)
・食物等のアレルギーのある方は、アレルギーの内容(何によるアレルギーかなど)
・かかりつけ医の情報(病院名・病院の住所・担当医・電話番号など)

【ヘルプカード】とは

障害のある方などが困ったときに、周りの方に助けをお願いするためのものです。

手助けが必要なときに
カードをひらいて見てください!

【ヘルプカードの携帯について】

- ・3つ折りにして携帯します。(3つ折りにすると免許証と同じサイズです)
 - ・携帯方法は、いざという時に提示しやすい、または周囲の人が気が付きやすいところに携帯します。
- 例えば・・・
- 定期入れや財布に入れる
 - 手帳にはさむ
 - カバンに入れる、もしくはつける
 - 首から下げる など

※注意事項※
個人情報を入力するので、カードの取り扱い・紛失に十分注意してください。

11 みまも 見守りキーホルダー

事前に連絡先等を登録しておくことで、緊急時にも役立ちますので、身につけるようにしてください。

事業内容

事前に名前や緊急連絡先などを登録しておくことと外出先で倒れた時など、救急隊や警察が「なごみの家」に身元を照会できるものです。令和4年1月から対象者を拡大しました。

対象者

江戸川区民の方であればだれでも可

登録内容

- ・氏名、住所、電話番号
- ・緊急連絡先
- ・かかりつけ医療機関
- ・主な持病、内服薬等

登録先



地域	施設名	住所	電話番号
小松川・平井	なごみの家小松川平井	平 井1-9-6	5858-9753
区役所	なごみの家松江北	中 央2-13-12	3652-4753
	なごみの家一之江	一 之 江4-1-18	5661-6753
葛西	なごみの家長島桑川	東 葛 西6-34-1	3680-2753
	なごみの家葛西南部 (東京福祉専門学校内)	清 新 町2-7-20	5659-0753
小岩	なごみの家北小岩	北 小 岩6-17-9	3672-7753
	なごみの家小岩	東 小 岩5-19-8	3658-4753
東部	なごみの家瑞江	江 戸 川2-8-1	5636-7753
鹿骨	なごみの家鹿骨 (鹿骨区民館内)	鹿 骨1-54-2	3670-4753

12 権利擁護啓発カード（虐待防止・差別解消）

しょうがいしゃ けんりようご しょうがいしゃ けんりようご
 障害者の権利擁護について、理解を深めましょう。

<p>障害者虐待防止法とは</p> <p>虐待を禁止し、 予防と早期発見に 取り組むための法律です</p>	<p>障害者虐待に関する問合せ先</p> <p>江戸川区障害者虐待通報 ダイヤル (24時間対応)</p> <p>TEL:03-5662-1014 FAX:03-3656-5874</p> <p>緊急時には警察(110番)へ</p>	<p>思いあたる ことは ありませんか?</p> 	虐待(ぎゃくたい)防止(びんし)法(ぽう)
<p>障害者差別解消法とは</p> <p>差別をなくすことで 障害のある人もない人も 共に生きる社会をつくることを 目指す法律です</p> <p><small>※江戸川区における障害を理由とする差別の解消の推進に関する 職員対応要領に基づき各区各相談窓口で対応しています。 R04</small></p>	<p>障害者差別解消に関する問合せ先</p> <p>江戸川区基幹相談支援センター</p> <p>TEL:03-5662-0089 FAX:03-3656-5874</p> <p>東京都障害者権利擁護センター TEL:03-5320-4223 FAX:03-5388-1413</p> <p>心当たりのある方は、ご相談ください。</p>	<p>安心して暮らせる社会へ</p> 	差別(さべつ)解消(かいしょう)法(ぽう)

**これは虐待
 です!**

<p>身体的虐待(しんたいてきぎゃくたい)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・殴られる・蹴られる ・無理やり食べ物や飲み物を口に入れられる 	<p>性的虐待(せいてきぎゃくたい)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・無理やりキスをされる ・わいせつな映像を見せられる 	<p>放棄、放置(ほうき、ほうち)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事を十分に与えてもらえない ・排泄の介助をしてもらえない
<p>心理的虐待(しんりてきぎゃくたい)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・怒鳴られる・無視をされる ・仲間外れにされる 	<p>経済的虐待(けいざいてきぎゃくたい)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必要な金銭を渡してもらえない ・年金や賞金を使われてしまう 	

障害を理由とした差別は禁止されています

**手助けや配慮が必要なことを相談
 してみましょう**

行政機関や事業者が、障害のある人に対して、正当な理由なく、
 障害を理由として差別することを禁止しています

- ・受付の対応を拒否される
- ・保護者や介護者が一緒にいないとお店に入れてもらえない

行政機関や事業者は、障害者が必要な配慮を申し出た場合に、負担が重すぎない
 範囲で、対話に基づいて、その人に必要で合理的な対応をすることが求められています

- ・意思を伝え合うために絵や
 写真のカードやタブレット
 端末などを使う
- ・段差がある場合に、
 乗り越える手伝いをする

障害者虐待に関する相談

虐待の早期発見・早期対応を行い、本人やその家族などの養護者を支援します。
 障害のある方への虐待や疑いがある場合は、ご連絡・ご相談ください。

障害を理由とする差別の解消

障害のある方から何らかの配慮を求める意思の表明があった場合には、負担が
 なりすぎない範囲で、必要な配慮を行うことが求められます。

令和4(2022)年3月発行

編集：江戸川区地域自立支援協議会

発行：江戸川区福祉部障害者福祉課

〒132-8501 江戸川区中央1-4-1

TEL：03-5662-0044

FAX：03-3656-5874