

ちょうかくしょうがいしゃ  
ぼうさい

# 聴覚障害者のための防災ガイドブック



 寝屋川市  
NEYAGAWA CITY  
令和6年11月

## «もくじ次»

1	はじめに	1
2	災害時、耳が聞こえない方が困ること	2
3	日頃の備え	3
①	災害について考えてみましょう	
②	家の内外の安全を確認しましょう	
③	避難行動について考えましょう	
④	備蓄・持ち出し品を確認しましょう	
⑤	外出時の災害も想定しましょう	
⑥	正確な情報を得る方法を知りましょう	
⑦	自分の状況を周りの人に伝える方法を知りましょう	
⑧	コミュニケーションカードを準備しましょう	
4	地域におけるコミュニケーション	9
5	支援者ができること	10
6	避難情報	13
【附属資料】コミュニケーションカード（持ち運び用）		16

# 1 はじめに

さいがい　　お  
災害はいつ起こるかわかりません。

さいがい　　お　　とき　　ぎょうせいとう　　し　え　ん　　こうじょ　　し　ょ　き　　たい　お　う　　む　づ　か  
災害が起きた時、行政等による支援「公助」は初期の対応が難し

じ　ぶ　ん　　み　　じ　ぶ　ん　　ま　も　　じ　じ　よ　　ち　い　き　　た　す　　き　ょう　じ　よ　　じ　ゅ　う　よ　う  
く、自分の身は自分で守る「自助」、地域で助けあう「共助」が重要と

なります。

さいがい　　は　っ　せ　い　　とき　　ち　う　か　く　し　よ　う　が　い　　か　た  
このパンフレットは、災害が発生した時に、聴覚障害のある方が

じ　ぶ　ん　　み　　ま　も　　ひ　ご　ろ　　そ　な　　こ　こ　ろ　が　ま　　と　う  
自分で身を守ることができるよう、日頃からの備えや心構え等をま

とめたものです。

ち　う　か　く　し　よ　う　が　い　し　や　ご　ほ　ん　に　ん　　ご　か　ぞ　く　　し　え　ん　し　や　　か　た　　さい　が　い　　そ　な  
聴覚障害者御本人、御家族、支援者の方が災害に備えていただく

ご　か　つ　よ　う  
ために御活用ください。



## 2 災害時 耳が聞こえない方が困ること

### まわりの人に気づいてもらえない

- ・聴覚障害は外見からわかりません。
- ・声をかけても反応がないことがあります。
- ・自分から伝えることが苦手な人もいます。

### 聞こえない、聞こえにくい

- ・サイレンや防災行政無線の放送が聞こえません。
- ・補聴器を付けていても会話ができない場合や内容がよく聞きとれない場合もあります。
- ・避難所や避難場所においても、音声のお知らせに気づきません。
- ・人に助けを求めるのが困難です。

### それぞれコミュニケーション手段がちがう

- ・音声情報の獲得、音声言語によるコミュニケーションが困難です。
- ・生活や環境教育等で、コミュニケーション手段が異なります。  
(手話、指文字、読話、補聴器、筆談など)
- ・障害の程度や難聴の種類などによって、それぞれ状態が違います。

### ひごろ そな 3 日頃の備え

#### さいがい かんが ① 災害について考えてみましょう

し そうごうぼうさい いのち まも ぼうさい  
↓市総合防災ガイドブック「命を守るワガヤノ防災」

[https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization\\_list/kikikanri/bousaika/bousai/etc/1578378806800.html](https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization_list/kikikanri/bousaika/bousai/etc/1578378806800.html)



#### いえ ないがい あんぜん かくにん ② 家の内外の安全を確認しましょう

##### ハザードマップの確認

じたく しゅうへん さいがい きけん し とう  
自宅や周辺の災害の危険について、市ハザードマップ等で  
かくにん  
確認しましょう。

し じょうほう  
↓市ウェブサイト ハザードマップ情報

[https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization\\_list/kikikanri/bousaika/hinanbasyo/1376645989698.html](https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization_list/kikikanri/bousaika/hinanbasyo/1376645989698.html)



カメラをかざしてQRコード

を読み取つてください



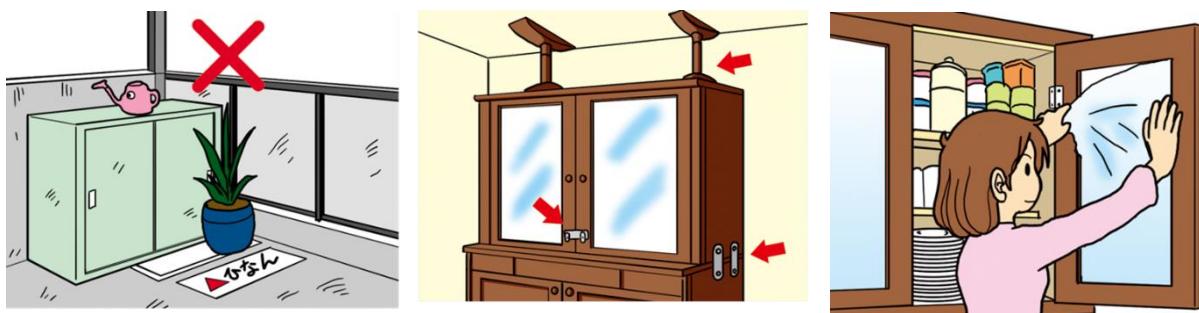
たいしんしんだん じゅうたく あんぜんてんけん  
**□ 耐震診断などの住宅の安全点検**  
かおく とうかいとう おお ひがい よそう  
家屋の倒壊等により大きな被害が予想されます。  
ひがい ふせ はや きけん しょ  
このような被害を防ぐためにも、早めに危険か所がないかを  
かくにん たいしんほきょう おこな  
確認し、耐震補強を行っておきましょう。

きけんぶつ かくにん  
**□ 危険物を確認**  
やねがわら はちう らっか  
屋根瓦、トタン、アンテナ、ベランダに、鉢植えなど落下や  
ひさん きけん かくにん  
飛散の危険があるものがないか確認しましょう。

かぐ てんとうぼうし  
**□ 家具の転倒防止**  
じしん とき かぐなど たお じがたかなぐなど  
地震の時、家具等が倒れてケガをしないよう、L字型金具等  
つか かべ かぐ こてい  
を使って壁などに家具を固定しましょう。

まど  
**□ 窓ガラスのフィルムはり**  
わとち  
ガラスが割れても飛び散らないようにするフィルムをはりま  
しよう。

あま どしゃ おちば つ かくにん  
**□ 雨どいが土砂や落葉などで詰まっていないか確認**



### ③ 避難行動について考えましょう

「避難」とは、「難」を「避」けることです。

普段から災害時にどのような避難行動をとるか決めておきましょう。

#### 【避難行動の例】

・市が指定した避難場所への立ち退き避難

・安全な親戚・知人宅への立ち退き避難

・安全なホテル・旅館への立ち退き避難

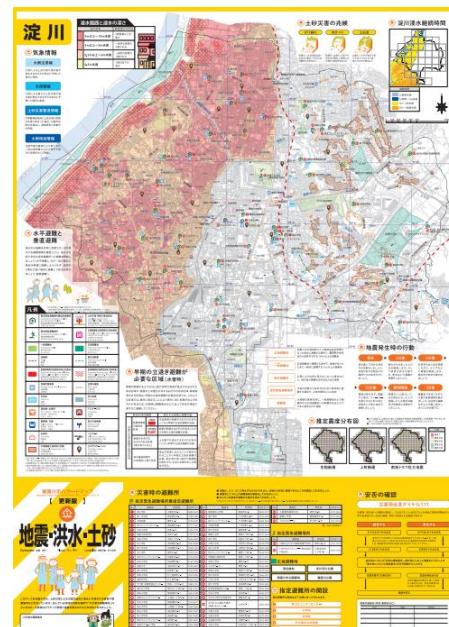
・ハザードマップで自宅の安全が確認できた場合の屋内安全確保

※ 家屋倒壊等氾濫想定区域、土砂災害の危険がある区域では立退き避難が原則です。

市ハザードマップにも市が指定した避難場所を掲載しています。

↓市ウェブサイト ハザードマップ情報

[https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization\\_list/kikikanri/bousaika/hinanbasyo/1376645989698.html](https://www.city.neyagawa.osaka.jp/organization_list/kikikanri/bousaika/hinanbasyo/1376645989698.html)



びちくもだひんかくにん

#### ④ 備蓄・持ち出し品を確認しましょう

いえそな

びちくもだひん

とだ

家で備えておくべき備蓄・持ち出し品をすぐに取り出せるところ

にまとめておきましょう。

きんきゅうじじょうほう

ししょうがいふくしかはいふ

#### 緊急時情報カード(市障害福祉課配布)

緊急連絡先 名前: _____ 性別: _____ 住所: _____ 電話番号: _____		緊急時情報カード 名前: _____ 誕生日: _____年_____月_____日 性別: _____ 住所: _____ 電話番号: _____	
---	--	---	--

ほん

#### コミュニケーションカード(本ガイドブック P16~)

ししょうがいふくしかはいふ

#### バンダナ(市障害福祉課配布)

ししょうがいふくしか

#### ヘルプマーク(市障害福祉課、

ひがしうがいふくし

ほけんじょはいふ

#### 東障害福祉センター、保健所配布)

ほちょうきじゅうでんきよびでんち

#### 補聴器／充電器・予備電池

ひつだんようぐかみ

#### 筆談用具(紙、ペン、ホワイトボードなど)

バンダナ

ぼうはん

#### 防犯ブザーやホイッスル

けいたいでんわじゅうでんき

#### スマートフォン／携帯電話・充電器

きちょうひんげんきんよきんつうちょうけんこうほけんじゅう

#### 貴重品(現金、預金通帳、健康保険証)

いりょうひんじょうびやく

#### 医療品・常備薬



ヘルプマーク

#### ヘルメット

かいちゅうでんとう

#### 懐中電灯

ひじょうようしょくひんいんりょうすいかんとう

#### 非常用食品(飲料水・乾パン等)



備蓄品

#### マスク

ぐんて

#### 軍手

いるいしたぎ

#### 衣類・下着

もうふ

#### 毛布

がいしゅつ じ さいがい そうてい

⑤ 外出時の災害も想定しましよう

がいしゅつ じ かぞく つた いばしょ  
外出時には家族に伝え、居場所がわかるようにしておきましょう。

さいがい お かぞく しゅうごうばしょ ひなんばしょ れんらくほうほう  
災害が起こったときの、家族の集合場所や避難場所、連絡方法な

じぜん き  
ど事前に決めておきましょう。

せいいかく じょうほう え ほうほう し

⑥ 正確な情報を得る方法を知りましょう

さいがい はっせい せいいかく じょうほう え ほうほう たし  
災害が発生したとき、正確な情報を得る方法を確かめておきまし  
ょう。

□ 市ウェブサイト

ぼうさいじょうほう  
↓ 防災情報が見れます

<https://www.city.neyagawa.osaka.jp/>



ねやがわ

□ もっと寝屋川(アプリケーション)

きしょうじょうほう ぼうさいじょうほう じゅしん  
↓ダウンロードすれば、気象情報や防災情報を受信できます。

[https://www.city.neyagawa.osaka.jp/shisei/koho\\_kocho/  
kouhou/appli/14443.html](https://www.city.neyagawa.osaka.jp/shisei/koho_kocho/kouhou/appli/14443.html)



## テレビ(データ放送)

テレビの「dボタン」で地域の防災情報が得られます。  
「dボタン」の操作方法を、日頃から確認しておきましょう。

## 緊急速報メール

緊急地震速報や、災害・避難情報を受信することができま  
す。(申込不要)  
※ スマートフォン／携帯電話の機種によっては、あらかじ  
めエリアメール設定が必要な場合があります。

## おおさか防災ねっと

↓登録すれば、防災情報を受信できます。

<https://www.osaka-bousai.net/27215/index.html>



## ⑦ 自分の状況を周りの人々に伝える方法を知りましょう

### 災害用伝言版(Web171)

パソコン、スマートフォン、携帯電話等によりインターネット上  
で、被災地の方が伝言を文字によって登録し、固定電話や携  
帯電話の番号をもとにして全国から伝言を確認できます。

## ⑧ コミュニケーションカード(P16~)を準備しましょう

災害時は、誰もが被災者になりうるため、すぐに手話通訳者や要約筆記者が支援に入れるとは限りません。

また、災害が発生した場合、全く知らない周囲の人に助けを求めるくてはならない状況も起こる可能性があります。

そのような時に備え、指差し等で簡単に会話ができるカードを持っておくといざという時に役立ちます。



## 4 地域におけるコミュニケーション

災害が起ったときは地域での助け合いが大切になります。

地域の人たちと顔なじみになり、自分の障害を理解してもらうなど、日頃から交流を深めておき、緊急時に援助をしてもらえるような関係を作つておくことが大切です。

地域で実施される防災訓練に参加し、訓練の機会を通して、近隣の人たちとのコミュニケーションを深めましょう。



## 5 支援者ができること

ちようかくしょうがいしゃ おんせい げん ごじょうほう え  
聴覚障害者は音声言語情報が得にくいため、文書の理解が苦手な方

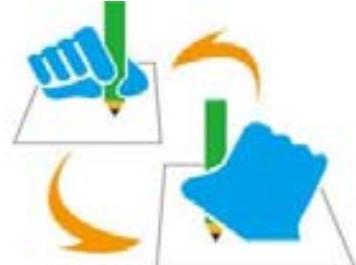
がいます。

しゅわ ひつだん こうわ さまざま ほうほう もち あいて きぼう  
そのため、手話、筆談、口話など様々な方法を用い、相手が希望する  
しゅだん たいせつ  
手段でコミュニケーションをとることが大切です。

### 《わかりやすい伝え方》

あいて しや はい あいす  
はじめに相手の視野に入り合図をします。

- みぶ ゆびさ つた  
・身振りや指差しで伝える。
- くち おお はな  
・口を大きくあけてゆっくり話す。
- かじょうが たんぶん つた  
・箇条書き・短文で伝える。
- て せなか か つた  
・手のひらや背中に書いて伝える。



### 揺れを感じたとき

⇒ 《わかりやすい伝え方》で身を守るよう伝える。

### 揺れがおさまったとき

⇒ 《わかりやすい伝え方》で安全な場所に避難するよう伝える。

### 避難所での対応

- しえんしゃ じゅうい  
⇒ 支援者は、周囲からわかるように腕章やベストを着用する。
- ちようかくしょうがいしゃ がいこん はんだん  
⇒ 聴覚障害者は、外見では判断できないためヘルプマーク等を着用する。
- は かみ じょうほうていきょう おこな  
⇒ 貼り紙やホワイトボードで情報提供を行う。

## 《防災・災害に関する手話単語》

おおあめ ごう う  
**大雨・豪雨**



指を広げた両手の指先を下に向けたまま上から下へ強く下ろす

こうずい はんらん  
**洪水・氾濫**



左手の親指側を右手の指先から乗り越えて左方へ移動する

ちゅうい ほう  
**注意報**



①丸めた両手を上下に置き、握りながら胸に引き寄せ

②両手の親指と人差指を伸ばし口元から左右斜め前へ出す

けいほう  
**警報B**



①5指を折り曲げた右手の指先で胸をたたき

②両手の親指と人差指を伸ばし口元から左右斜め前へ出す

## どしゃくず 土砂崩れ



右手5指を折り曲げ、斜めに伸ばした左腕を削るように下ろす

## じしん 地震



両手掌を上に向けて並べて置き  
同時に前後する

## ていでん 停電[する]



高い位置で5指を下に向けた両手を  
左右に引き離しながら握る

## ひなんじょ ひなんばしょ 避難所・避難場所



①両手を握って交互に素早く腕を  
振り

②右手5指を折り曲げ、指を下に  
向けて軽く下ろす

出典: 「(一財) 全日本ろうあ連盟発行『標準手話ハンドブック 防災・災害関連用語』」

<https://jfd.shop-pro.jp/>

ひなんじょうほう  
**6 避難情報**

ひなんばしょ ひなんじょ ちが  
**① 避難場所と避難所の違い**

ひなんばしょ <b>避難場所</b>	ひなんじょ <b>避難所</b>
さいがい はっせい はっせい <b>災害が発生し、または発生する</b> ばあい きけん おそれがある場合に <u>その危険か</u> いちじてき の ばしょ <u>ら一時的に逃れるための場所</u>	さいがい じたく もど <b>災害により自宅に戻れなくなった</b> ばあい ひさいしゃ せいかつ おく 場合などに <u>被災者が生活を送る</u> ばしょ <u>ための場所</u>

ひなんじょうほう しゅるい  
**② 避難情報の種類**

し など かくにん  
市ウェブサイトやテレビ等で確認できます。

※ 7ページ「★正確な情報を得る方法を知りましょう」参照

けいかい 警戒レベル	ひなんじょうほう 避難情報	
5	<p>きんきゅうあんぜんかくほ <b>緊急安全確保</b></p> <p>さいがいはっせい せっぱく &lt;災害発生または切迫&gt; いのち きけん ただ あんぜんかくほ <b>命の危険直ちに安全確保！</b></p> <p>けいかい あんせん ひなん 警戒レベル5は、すでに安全な避難ができ いのち きけん じょうきょう けいかい ず命が危険な状況です。警戒レベル5 はついでま の発令を待ってはいけません。</p>	
	<p>けいかい きけんばしょ ひなん <b>警戒レベル4までに危険場所から必ず避難</b></p>	
4	<p>ひなんしじ <b>避難指示</b></p> <p>さいがい たか &lt;災害のおそれ高い&gt; きけん ばしょ せんいんひなん <b>危険な場所から全員避難してください。</b></p>	
3	<p>こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b></p> <p>さいがい &lt;災害のおそれあり&gt; きけん ばしょ こうれいしゃとう ひなん <b>危険な場所から高齢者等は避難</b></p> <p>ひなん じかん こうれいしゃ しょうかい 避難に時間のかかる高齢者や障害のある ひと けいかい ひなん 人は警戒レベル3で避難してください。</p>	
2	<p>おおあめ こうすい ちゅういっぽう <b>大雨・洪水・高潮注意報</b></p> <p>きょううちょう はっぴょう (気象庁が発表)</p> <p>ひなん そな とう 避難に備え、ハザードマップ等により、 みすか ひなんこうどう かくにん <b>自らの避難行動を確認しましょう。</b></p>	
1	<p>そうきちゅういじょうほう きょううちょう はっぴょう <b>早期注意情報</b> (気象庁が発表)</p> <p>さいがい こころがま たか 災害への心構えを高めましょう。</p>	

ひなん ちゅういてん  
③避難するときの注意点

うご あんぜん ふくそう  
◎動きやすく安全な服装で !!

あたま ほ ご さいしょうげん は だ ぎ と う き が  
ヘルメットなどで 頭 を保護し、最小限の肌着等の着替えや

ぼうかんぐ あまぐ も くつ うんどうぐつ はだし  
防寒具・雨具を持ち、靴は運動靴をはきましょう。裸足や

ながぐつ きけん さ  
長靴は危険ですので、避けましょう。

はや こうどう  
◎早めの行動を !!

ひなんこうどう じかん ひと とく はや こうどう こころ  
避難行動に時間がかかる人は、特に早めの行動を 心 がけまし

よう。

あしもと ちゅうい  
◎足元に注意する !!

すいめんか そっこう きけん ばしょ なが  
水面下にマンホールや側溝があり危険な場所があります。長い

ぼう つえ かくにん ある  
棒などを杖がわりにして確認しながら歩きましょう

たんどくこうどう  
◎単独行動はしない !!

ひなん つか しゅうだん  
避難するときは、はぐれないようにロープなどを使って集団で

ひなん  
避難しましょう。



## 【附属資料】① コミュニケーションカード(持ち運び用)

周囲に協力を求めたい場合に、すぐに取り出して指差しで伝える「コミュニケーションカード」「コミュニケーション支援ボード」「指さし会話シート」を掲載していますので、このガイドブックを災害時に持ち運び、お使いください。

◎ 私は耳が  聞こえません  聞こえにくいです

私は  話せません  見えません

◎ 私を避難所に誘導してください

◎ 救急車を呼んでください

けが  病気\_\_\_\_\_をしています

◎ 筆談でお願いします

紙  ホワイトボード  に書いてください

◎ 災害の情報をおしえてください。

◎ この避難所に

手話通訳

要約筆記

盲ろう手びき ができる人はいますか？

◎ この避難所では、配給はありますか？

食べ物・飲み物

時間：午前・午後\_時\_分～

場所：

毛布・衣類など

時間：午前・午後\_時\_分～

場所：

◎ 私は \_\_\_\_\_ が必要です。

◎ この避難所では\_\_\_\_\_ は、どこにありますか。

## ② コミュニケーション支援ボード しえん



ゆび かいわ

### ③指さし会話シート

や	あ	わ	ら	や	ま	は	な	た	さ	か	あ
ゆ	い	を	り	"	み	ひ	に	ち	し	き	い
よ	う	ん	る	ゆ	む	ふ	ぬ	つ	す	く	う
つ	え	-	れ	。	め	へ	ね	て	せ	け	え
お	?	ろ	よ	も	ほ	の	と	そ	こ	お	

		9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

ご飯	の 飲み物	くすり 薬	ゆっくり
いつ	どこ	ひつだん 筆談	きこえない
手話通訳	ケガ	びょうき 病気	つれていく

【発行】

寝屋川市 危機管理部 防災課

寝屋川市 福祉部 障害福祉課

【監修】

寝屋川市身体障害者福祉会 聴力言語障害者部会