

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

《目 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 としき ぎょうせいとう し え ん こうじょ し ょ き たいおう むずか
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 ょ ち い き たす きょうじょ 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 としき ちょうかくしょうがい 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。

ちょうかくしょうがいしゃごほんにん ご か ぞ く し え ん し ゃ 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。

3 日頃の備え

① 災害について考えてみましょう

↓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



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

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確認しましょう。

↓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



☐ 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。

このように被害を防ぐためにも、早めに危険か所がないかを
 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
屋根瓦、トタン、アンテナ、ベランダに、鉢植えなど落下や
は　ち　う　　ら　っ　か
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 く など た お

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 く こ て い

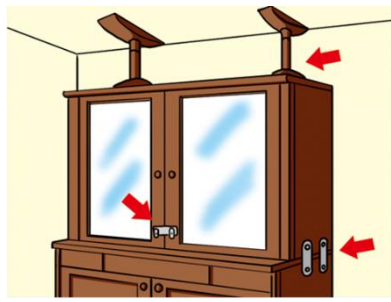
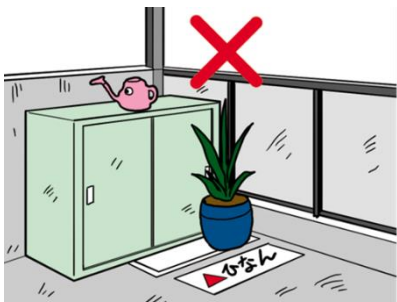
を使って壁などに家具を固定しましょう。

☐ 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
しょう。

あま どしや 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 ひなんこうどう かんが 避難行動について考えましょう

ひなん なん さ
「避難」とは、「難」を「避」けることです。

ふだん さいがいじ ひなんこうどう き
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。

ひなんこうどう れい 【避難行動の例】

し してい ひなんばしょ た の ひなん
・市が指定した避難場所への立ち退き避難

あんぜん しんせき ちじんたく た の ひなん
・安全な親戚・知人宅への立ち退き避難

あんぜん りょかん た の ひなん
・安全なホテル・旅館への立ち退き避難

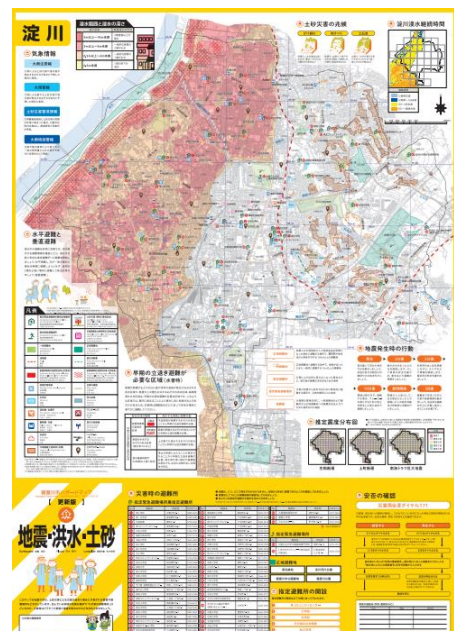
じたく あんぜん かくにん ばあい おくないあんぜんかくほ
・ハザードマップで自宅の安全が確認できた場合の屋内安全確保

か おくとうかいとうはんらんそうていくいき どしやさいがい きけん くいぎ たちの
※ 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
ひなん げんそく
き避難が原則です。

し し してい ひなんばしょ けいさい
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。

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>



④ 備蓄・持ち出し品を確認しましょう

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。

☐ 緊急時情報カード(市障害福祉課配布)

緊急連絡先		続柄:	
氏名:	住所:	氏名:	住所:
電話番号:	電話番号:	氏名:	住所:
☆障害者手帳など(該当するものに○をつける)		血液型:	
身体	療育	精神	難病
介護			

☐ コミュニケーションカード(本ガイドブック P16～)

☐ バンダナ(市障害福祉課配布)



バンダナ

☐ ヘルプマーク(市障害福祉課、

東障害福祉センター、保健所配布)

☐ 補聴器／充電器・予備電池

☐ 筆談用具(紙、ペン、ホワイトボードなど)

☐ 防犯ブザーやホイッスル

☐ スマートフォン／携帯電話・充電器

☐ 貴重品(現金、預金通帳、健康保険証)

☐ 医療品・常備薬

☐ ヘルメット

☐ 懐中電灯

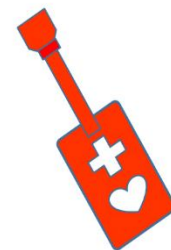
☐ 非常用食品(飲料水・乾パン等)

☐ マスク

☐ 軍手

☐ 衣類・下着

☐ 毛布



ヘルプマーク



備蓄品

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ょう

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 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 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認しておきま
し
よう。

し
☐ 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

※ スマートフォン／携帯電話の機種によっては、あらかじ

☐ 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

ひ さ い ち か た で ん ご ん も じ と う ろ く こ て い で ん わ け い
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

たいでんわ ばんごう ぜんこく でんごん かくにん
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

さいがい じ だれ ひ さいしや しゅわつうやくしゃ
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
ようやくひっしや し えん はい かぎ
要約筆記者が支援に入れるとは限りません。

さいがい はっせい ば あい まった し しゅうい ひと たす もと
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
じょうきよう お か の う せい
なくてはならない状況も起こる可能性があります。

とき そな ゆびさ とう かんたん かいわ も
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
とき やくだ
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

さいがい お ち い き たす あ たいせつ
災害が起こったときは地域での助け合いが大切になります。

ち い き ひと かお じ ぶん しょうがい り かい
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、
ひ ごろ こうりゅう ふか きんぎゅう じ えんじょ かんけい
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
つく たいせつ
を作っておくことが大切です。

ち い き じっし ぼうさいくんれん さん か くんれん き かい とお きんりん ひと
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
ふか
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

聴覚障害者は音声言語情報が得にくいいため、文書の理解が苦手な方がいます。

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》

はじめに相手の視野に入り合図をします。

- ・身振りや指差して伝える。
- ・口を大きくあけてゆっくり話す。
- ・箇条書き・短文で伝える。
- ・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

- ⇒ 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。
- ⇒ 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。
- ⇒ 貼り紙やホワイトボードで情報提供を行う。

《防災・災害に関連する手話単語》

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



① 5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



どしゃくす
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 避難場所	ひなんじょ 避難所
さいがい はっせい はっせい 災害が発生し、または発生する 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 <u>ばしょ</u> <u>ら一時的に逃れるための場所</u>	さいがい じたく もど 災害により自宅に戻れなくなった 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> <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
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
せいかく じょうほう え ほうほう し さんしやう

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

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」「指差し会話シート」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 ☐ 書いてください

◎ 災害の情報をおしえてください。

◎ この避難所ひなんしょに

☐ 手話通訳しゅわつうやく

☐ 要約筆記ようやくひっき

☐ 盲ろう手びきもう て ができる人ひとはいますか？

◎ この避難所ひなんしょでは、配給はいきゅうはありますか？

☐ 食べ物・飲み物た もの の もの

時間： 午前・午後__時__分～
じ かん ご ぜん ご ご じ ぶん

場所：
ば し ょ

☐ 毛布・衣類などもうふ いるい

時間： 午前・午後__時__分～
じ かん ご ぜん ご ご じ ぶん

場所：
ば し ょ

◎ 私は わたし _____ ひつよう が必要です。

◎ この避難所ひなんしょでは _____ 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}

コミュニケーション支援ボード
 Communication support board

わたしの伝えたいこと^{つた}

What I want to communicate

<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">トイレ</div>  <div style="font-size: small;">Restroom</div>	 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">いたい</div> <div style="font-size: small;">Pain</div>
<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">のみたい</div>  <div style="font-size: small;">I am thirsty</div>	 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">たべたい</div> <div style="font-size: small;">I am hungry</div>
<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">はい</div>  <div style="font-size: small;">Yes</div>	 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">いいえ</div> <div style="font-size: small;">No</div>
<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">ほしい</div>  <div style="font-size: small;">I want it</div>	 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">やめて</div> <div style="font-size: small;">Please stop</div>
<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">わからない</div>  <div style="font-size: small;">I don't understand</div>	 <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl;">でんわ してください</div> <div style="font-size: small;">Please call</div>

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	ー	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
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

ごはん ご飯	の 飲み物 もの	くすり 薬	ゆっくり
いつ	どこ	ひつだん 筆談	きこえない
しゅわつうやく 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