

# もしものヒント

## 時期によって変化する避難場所

災害が発生してから日常生活を取り戻すまでには、主に3つの時期があります。障がいのある子どもの場合、時期によって避難場所が変わることもあります。

普段から施設を利用している、何かあった時も安心ね!



災害直後、命を守る時期  
(発生～3日後)

情報や支援物資が届く学校、公共施設に避難する。

落ち着きを取り戻す時期  
(災害から数日後  
～数週間、ライフライン復旧)

福祉避難所など、さらに生活しやすい場所にも移動することもある。

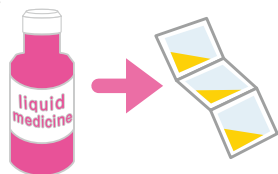
日常生活を立て直す時期  
(災害から約1ヶ月後)

仮設住宅に転居することもある。通園・通所施設に通ったり、短期入所制度を利用することで、家族も休息できる。

## いつものお備え + プラス

### 水薬を、粉薬に変える

冷蔵庫で保管する液体の抗いれん薬などは、災害時の管理が難しくなります。粉薬に変更できるか、かかりつけ医と相談しましょう。



### ガソリンは、いつも多めに

災害時は緊急車両が優先されるため、一般車の給油が制限されることも。日頃から、ガソリンを多めに入れておきましょう。



いつものお備えで、  
もしものに備える。



の

# 使い方 ガイドブック

## 1 考える

毎月1回、家族みんなで、災害時はどうするのかを考えましょう。また必要なモノを確認したり、避難ルートも調べましょう。

## 2 書く

家族で考えたことや、災害時に周りの人に障がいのある子どもを理解してもらうために、必要なことを書きましょう。

## 3 貼る

冷蔵庫やリビングなど、みんながよく見る場所に貼りましょう。

## 4 持ち出す

災害時には持ち出し、ヘルプカードとして利用しましょう。