

# 知的障がいのある“あなたと家族・支援者”の 地震チェックリスト



SDGs 未来都市  
こまき

製作 小牧市障害者自立支援協議会 小牧市

令和7年4月1日

# ご存知ですか?災害発生時の避難場所

いつ起きるのか予測困難な災害!

災害時、まずは、落ち着いて身の安全を確保しましょう。

そして、何を準備すべきか、どう行動すればいいのかを知的障がいのあるあなたと家族や支援者と一緒に確認してください。

## 避難所一覧表(地震関連)

校区名	施設名	住所	電話
小 牧	小牧小学校	小牧三丁目17	77-4148
	小牧中学校	堀の内四丁目30	77-6321
	小牧高校	小牧一丁目321	77-1231
	市民会館	小牧二丁目107	77-8205
	大輪体育館	小牧一丁目114	73-1524
	中部公民館	小牧五丁目253	75-1861
	小牧山周辺 ●	堀の内一丁目1	—
村 中	村中小学校	村中1045	73-7677
	小牧西中学校	西之島2200	75-1451
	間々公園	間々本町354	—
	西部コミュニティセンター	西之島528-1	42-2030
小牧南	小牧南小学校	若草町82	72-2210
	南部コミュニティセンター	北外山1187	77-1375
三ツ瀨	三ツ瀨小学校	三ツ瀨480	73-3175
味 岡	味岡小学校	小松寺五丁目150	77-6271
	味岡中学校	小松寺四丁目1	77-8245
	岩崎中学校	岩崎2588	75-2081
	味岡市民センター	久保新町60	76-7000
篠 岡	篠岡小学校	篠岡二丁目25	79-8018
	篠岡中学校	篠岡二丁目28	79-8027
	東部市民センター	篠岡二丁目23	79-0011
北 里	北里小学校	下小針中島二丁目50	77-3194
	北里中学校	下小針中島二丁目170	73-3171
	小牧南高校	小木東二丁目183	73-1911
	南スポーツセンター ●(武道館)	郷中二丁目201	72-6200
	北里市民センター	下小針中島二丁目130	76-2822
米 野	米野小学校	中央五丁目339	77-3187
	応時中学校	応時一丁目130	72-5207
一 色	一色小学校	久保一色3500	77-3191
	小牧工科高校	久保一色3737-1	77-6275
	小牧特別支援学校	久保一色1129-2	73-7661
小 木	小木小学校	小木西二丁目1	72-9770
	さかき運動場	新小木一丁目73	72-8676
小牧原	小牧原小学校	小牧原新田1125	73-5531
	小牧市スポーツ公園 ●	間々原新田737	77-7712
本 庄	本庄小学校	本庄2597-40	79-3567
桃ヶ丘	桃ヶ丘小学校	桃ヶ丘二丁目3	79-3570
	桃陵中学校	桃ヶ丘二丁目1	79-8987
陶	陶小学校	上末3450-282	79-4824
	総合運動場 ●	上末3450-303	79-3336
	中部管区警察学校	下末1551	77-3121
	小牧勤労センター	上末2233-2	79-7711
光ヶ丘	光ヶ丘小学校	光ヶ丘三丁目50	79-4466
	光ヶ丘中学校	光ヶ丘三丁目52	79-7377
大 城	大城小学校	城山三丁目8	79-7666
	桃花台中央公園 ●	城山二丁目10-1	—

●:地震の広域避難場所(大地震などで延焼火災が発生した場合、大火から身を守るために避難する場所)です。

# 知的障がいのある“あなたと家族・支援者”のチェックリスト

～阪神・淡路大震災と東日本大震災の教訓を生かして～

阪神大震災・東日本大震災に被災された知的障がい者の経験をもとに、チェックリストを作成しましたので防災・減災に役立ててください。

チェックの仕方：「はい」は○、「いいえ」は×でチェックして、安全対策をすすめて下さい。

## 日頃の準備

<家族との暮らしの場のチェック>

- ( ) タンスの上などに落ちやすいものが置いてありませんか
- ( ) 机の下などに隠れることはできますか
- ( ) 「地震がきた。」ということがわかりますか
- ( ) 自宅の玄関や出入り口などから外へ逃げられるようになっていますか
- ( ) 自宅は耐震構造になっていますか
- ( ) 災害時に非常食を食べられなかった障がい者がたくさんいましたが、“あなた”は非常食を食べられますか
- ( ) “あなた”が食べられる非常食をそなえてありますか
- ( ) 十分な飲み水は確保してありますか  
※1人：1日3ℓ、7日分が目安
- ( ) 服薬の予備はありますか  
※被災時、薬がなくて困った障がい者がみえました。あなたの薬の情報があれば災害時に処方してもらえる場合もあります。
- ( ) 慣れた場所以外で排泄ができますか(例：洋式・和式・簡易トイレ等)
- ( ) 慣れた場所以外で寝られますか(例：体育館等の避難所)
- ( ) 地域の防災訓練に参加していますか
- ( ) いつ、どこへ、どのように避難するか決めてありますか



※避難所には以下のものがあります。(表紙の裏で確認してください)

①指定避難所とは……大規模な地震発生時に、長期避難が必要な避難者が生じたときには、主に公共施設の安全性などを確認した後、避難所として使用します。この避難所は、避難が必要となった方々が一定期間生活を送る場所として指定しています。

※指定避難所に避難してから福祉避難所に移動

②福祉避難所とは……一般の避難所で生活することが困難な災害時要援護者(高齢者や障がい者、妊産婦の方など)が利用する二次的な避難所です。

小牧市は、小牧市第1老人福祉センター(野口の郷)

小牧市第2老人福祉センター(小針の郷)

小牧市第3老人福祉センター(田島の郷)

親子通園施設あさひ学園

の4カ所

③広域避難所とは……地震の後に発生する市街地火災から避難するための場所です。

### <地域の環境チェック>

- ( ) 地域の指定避難所を知っていますか
- ( ) 地域の民生委員等の協力者と連絡をとっていますか
- ( ) 避難行動要支援者として「小牧市避難行動要支援者台帳」に登録をしていますか  
※避難行動要支援者とは、災害がおきて、避難する特に誰かの助けが必要だと思う方  
登録は、小牧市役所福祉総務課に申し込みします。
- ( ) 近所の人“あなた”のことを知っていますか
- ( ) 災害時、近所に助けてくれる人はいますか



### <日中、通所施設等を利用している方のチェック>

- ( ) 施設の建物は耐震構造になっているか知っていますか
- ( ) 施設の建物から外へ避難する道順を知っていますか
- ( ) 施設で“あなた”が参加する避難訓練は実施されていますか
- ( ) 施設の災害時マニュアルについて説明を受けたことがありますか
- ( ) 重要事項説明書に緊急時の対応は明記されていますか
- ( ) 施設にあなたの緊急連絡先を2ヶ所以上知らせていますか
- ( ) 施設の緊急連絡先を2ヶ所以上知っていますか
- ( ) 親以外に信頼できる職員や支援者はいますか
- ( ) 施設に服薬の予備はありますか
- ( ) 施設と医療機関との医療連携はできていますか
- ( ) 災害時に施設に駆けつけてくれるボランティア組織はありますか
- ( ) 夜間災害時のマニュアルはありますか (グループホーム利用者のみ)



## 災害が起きたら

- ( ) 安否確認：施設から家族への連絡マニュアルはありますか
- ( ) 安否確認：家族から施設への安否確認方法は考えていますか
- ( ) 避難場所で“あなた”は避難生活が送れますか



# 《災害時緊急情報カード》

この情報カードは、災害時に“あなた”が救護された時、救護した人が情報を見て適切に支援するためのものです。自宅の目につく場所に貼っておいたり、外出の時、“あなた”の身につけておく等各自の判断でご利用下さい。

記入日： 年 月 日

ふりがな				性別	男 ・ 女	
氏名				生年月日	明・大・昭・平・令 年 月 日生	
住所	〒 —					
ふりがな 緊急連絡先①氏名				電話	続柄	
				携帯		
ふりがな 緊急連絡先②氏名				電話	続柄	
				携帯		
保険証番号						
かかりつけの病院・医院	病院・連絡先	( ) —			血液型 A ・ B ・ O ・ AB	
	医師					
主治医の連絡先	病院・連絡先	( ) —				
	医師					
行きつけの薬局						
常備薬名 (あなたのお薬情報のコピー添付)						
現在治療中の病気	有 (病名： ) ・ 無					
その他	食物アレルギーなどの 有 ( ) ・ 無					
小牧市役所連絡先	72-2101 (代表)	障がい福祉課 (直通)	76-1127			
小牧市社協連絡先	77-0123 (代表)					
利用施設連絡先	施設名	担当者			電話	
		担当者				
障がい種別						
本人の特性						
避難誘導時に気をつけてほしいこと						
避難所で配慮してほしいこと						
災害時避難場所						

※情報内容に変更があった場合は、小牧市役所障がい福祉課に情報カードの用紙がありますので申し出下さい。

※かかりつけ病院・医院は、日頃高血圧、糖尿病などで診察を受けるところです。

※主治医は、中心となって、障がいの疾病を治療する医者です。

## 災害の情報を知る方法

### ○防災情報メール配信サービス

小牧市では、防災に関する情報を電子メールで携帯電話やパソコンに対して配信するサービスを行っています。いざという時に備えてぜひご登録ください。

#### 登録方法①

QRコードを読み取り、  
登録する。



#### 登録方法②

[t-komaki@sg-p.jp] へ空メール  
を送り、メールに従い登録する。

# ヘルプカード

ヘルプカードは、災害時などの困ったときに、助けてほしいことを相手に伝えるカードです。助けてほしいことをあらかじめカードに書き、財布などにしまい、助けてほしいときに相手にカードを見せます。

( お も て )



にがて  
<苦手なこと・できないこと>

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

しえん ほ  
<支援してほしいこと>

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

( う ら )

記入日： 年 月 日

ふりがな 女 けつえきかた かな  
氏名： 男 血液型： 型

せいねんがっぴ ねん がつ にち  
生年月日： 年 月 日

じゅうしょ  
住所： \_\_\_\_\_

きんきゅうれんらくさき ほんにん かんけい  
<緊急連絡先> 本人との関係

ふりがな  
氏名： \_\_\_\_\_

でんわ ばんごう  
電話番号： \_\_\_\_\_

れんらくさき  
連絡先①

なまえ つづきがら  
名前 続柄 ( )

でんわ ばんごう  
電話番号 \_\_\_\_\_

---

れんらくさき  
連絡先②

なまえ つづきがら  
名前 続柄 ( )

でんわ ばんごう  
電話番号 \_\_\_\_\_