

災害時の発達障害児・者支援エッセンス

発達障害のある人に対応するみなさんへ

中村 耕三 編



国立障害者リハビリテーションセンター
(WHO指定研究協力センター)

2015年 9月

国立障害者リハビリテーションセンターは、1995年に「障害の予防とリハビリテーションに関するWHO指定研究協力センター」となった。

以下に委任事項を記す。

1. 西太平洋地域の障害をもつ人々の質の高い保健、リハビリテーションサービス、スポーツへのアクセス向上のための知識や資源の開発についてWHOに協力する。
2. WHOに協力して、西太平洋地域の障害とリハビリテーションに関する能力開発活動を行い、優れた実践・経験を共有するための活動を行う。
3. 障害をもつ人々のニーズと権利についての意識を高め、理解を進める活動をWHOと共にを行う。

国立障害者リハビリテーションセンター
障害の予防とリハビリテーションに関するWHO指定研究協力センター

- * 本リハビリテーションマニュアルは障害の予防とリハビリテーションに関するWHO指定研究協力センターである国立障害者リハビリテーションセンターが作成したものであり、WHO（世界保健機関）の出版物ではありません。記載されている内容は、国立障害者リハビリテーションセンターの責任のもとに作成され、必ずしもWHOの方針を説明しているものではありません。

リハビリテーションマニュアル 32

「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」

発達障害のある人に対応するみなさんへ

発行 平成27年9月30日

編者 中村 耕三

発行者 ©国立障害者リハビリテーションセンター

総長 中村 耕三

埼玉県所沢市並木4-1 〒359-8555

Tel. 04 (2995) 3100 (代)

Fax. 04 (2995) 3102

E-mail whoclbc@rehab.go.jp

序

災害発生時には、避難行動や安否確認が大切であり、その後も多くの人が避難所等での生活を余儀なくされることが少なくありません。

発達障害のある人にとって、新しい環境への適応は大きな困難さを伴います。避難所での大勢の知らない人の中で、いつもの食事やゲームなどもなく、静かにしていなければならぬという状況は、発達障害のある人とその家族の方々にとって、身体的にも心理的にも大きい負担となります。

2011年3月11日の東日本大震災で被災された発達障害のある人とその家族の方々は、多くの点で困難な状況におかれまして。国立障害者リハビリテーションセンターの発達障害情報・支援センターでは、被災された発達障害の方々（および家族）を対象に、被災地の関係者のご協力を得て、調査を行い、冊子「災害時の発達障害児・者支援エッセンス、発達障害のある人に対応するみなさんへ」をまとめました。この冊子は、発達障害のある人とその家族の方々への普段の備えについて、また、防災や被災地での支援にあたる方々にご理解とご協力をいただきたいことを紹介したものです。

今、世界各地で地震、風水害など自然災害が起こっています。国立障害者リハビリテーションセンターは、この冊子を元に、WHOマニュアル「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」を刊行することと致しました。

このマニュアルが、被災地での発達障害のある人への支援に係わる人々、また、防災への備え、計画を考える多くの人々によって活用され、発達障害の理解と支援、これからの防災につながることを期待しています。

中村 耕三

編者

中村 耕三
国立障害者リハビリテーションセンター

執筆者

東江 浩美
金 樹英
鈴木 繭子
北村 弥生
国立障害者リハビリテーションセンター

細川 淳嗣
広島県立大学

協力者

深津 玲子
倉持 房子
国立障害者リハビリテーションセンター

市川 宏伸
国立障害者リハビリテーションセンター顧問

イラストレーター

森 潤二

目 次

序

編者／執筆者

はじめに	1
第1章 東日本大震災と発達障害児・者	2
第2章 アンケート調査をとおして被災状況を把握する	5
1 発達障害児・者と家族の3月11日	5
2 震災直後の生活上の困難	8
3 避難所は利用できたか	9
4 避難生活に必要な物資	11
5 いつもの日常生活を取り戻す	13
6 震災後から1年を経て	15
7 2年後の被災地から	16
第3章 専門家からの視点－災害時の様々な支援	17
1 心のケア、ストレスへの対処	17
2 災害時の情報発信	19
3 地域の防災計画に発達障害児・者の視点を入れる：日本の場合	21
第4章 現場で役に立つ情報	25
被災地で発達障害児・者に対応されるみなさんへ	25
参考 役立つ資料やサイトの紹介	31
おわりに	32
とじこみ資料 災害時の発達障害児・者支援について	

はじめに

平成23（2011）年3月11日に発生した東日本大震災では、自閉症をはじめとする発達障害のある方も被災され、生活環境の変化への適応が難しいため、より困難で厳しい環境におかれていました。今もなお多くの方々が仮設住宅での生活や避難生活を送っています。

東日本大震災以降も、2012年4月11日のインドネシア、スマトラ島北部西方沖、2013年4月20日の中国四川地震など大きな地震が全世界で起こっており、いつ再び巨大地震や津波に襲われても不思議ではありません。日ごろから、こうした自然災害への対応についてのエッセンスをまとめ、備えを心に留めておくことが大切です。災害弱者とされる障害のある方々への支援や配慮についても同様で、適切な情報の提供が肝要であります。

このたび、国立障害者リハビリテーションセンターでは、発達障害児・者やそのご家族、支援者に向けて、リハビリテーションマニュアル「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」を刊行します。これは、当センターに設置されている発達障害情報・支援センターが、東日本大震災での経験や過去の震災体験などをもとに、被災地で発達障害児・者に対応することが必要な方々に理解しておいていただきたいこと、ご協力いただきたいことを紹介するために作成した冊子をもとにしています。

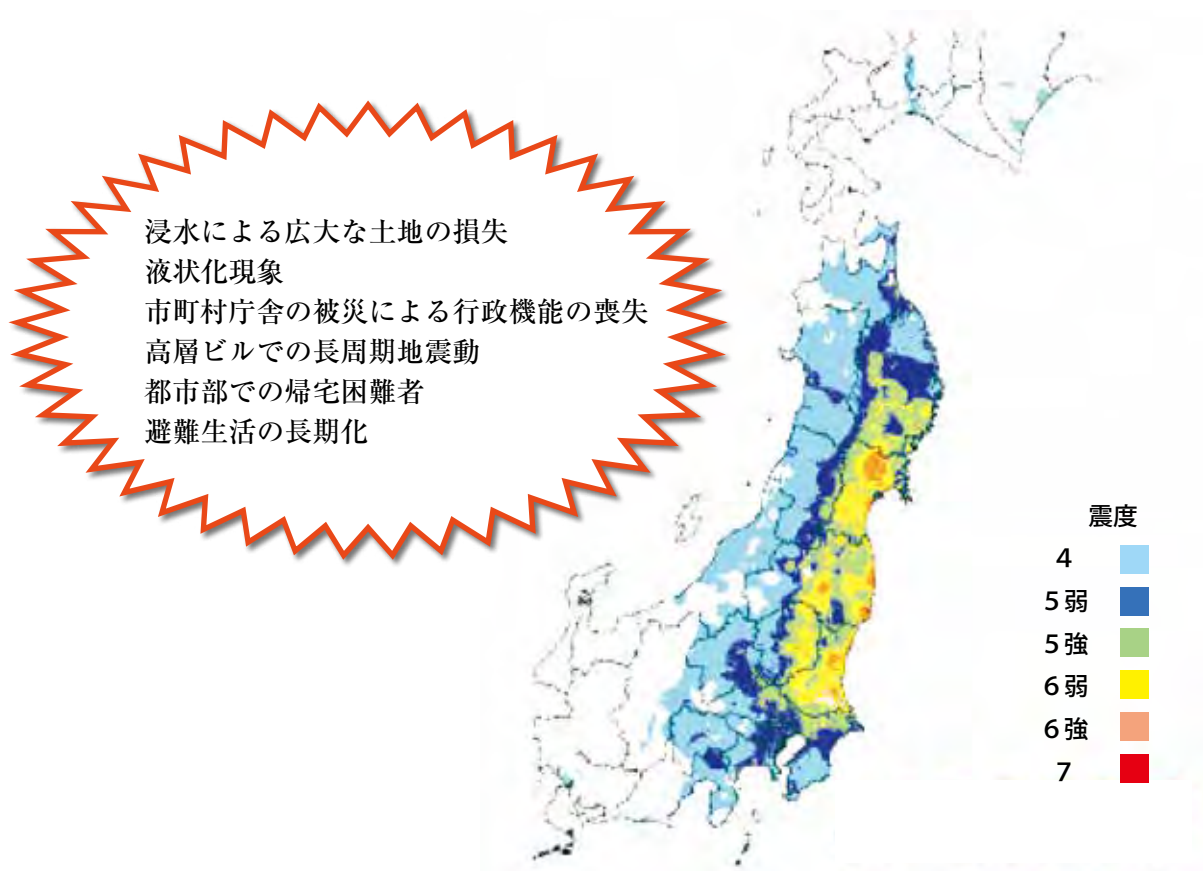
このマニュアルが、発達障害のある方々やご家族の支援に関わろうとする多くの人々に役立ち、各地の実践の場で活用されることを期待しています。

第1章 東日本大震災と発達障害児・者

平成23（2011）年3月11日金曜日14時46分、三陸沖を震源地とするマグニチュード9.0の巨大地震が発生しました。宮城県北部では最大震度7を記録し、震度6弱以上の地域は東北地方を中心に8県に及びました。太平洋沿岸部には巨大津波が襲い、各地で甚大な被害が発生しました。その後の原子力発電所の事故も重なり、きわめて深刻な複合的な災害をもたらされました。いまだに多くの方が避難生活を余儀なくされています。

被災者の避難の長期化が見込まれる中で、政府（復興庁）は「被災者の健康・生活支援に関する総合施策」を策定しました（平成26（2014）年8月）。この総合施策は、支援体制の充実、住居に係るコミュニティ形成への工夫、被災者の「心」の復興、こどもに対する支援、情報基盤の共有など、現場における多岐にわたる課題に対応するものとなっています。

東日本大震災は、わが国がかつて経験したことのない大災害であったため、多大な犠牲を伴い、これまで想定していなかった数々の問題も発生しました。



震度分布図（平成23年度防災白書、内閣府）

*日本で大きな被害をもたらした地震（過去20年）

・阪神・淡路大震災

平成7（1995）年1月17日火曜日5時46分の早朝に発生した直下型地震
避難所で生活するようになった障害者や高齢者の多くが体調を崩し生活に
支障をきたしたことが、「福祉避難所」の制度化につながりました。

・新潟県中越地震

平成16（2004）年10月23日土曜日17時56分に発生
余震が続き、車中泊によるエコノミークラス症候群や避難生活の長期化に
よる廃用症候群という二次的障害が多数報告されました。

つらい経験から学んだ多くのことは、のちの防災や減災に向けた取り組みに活かされて
きました。

*世界で起きた大きな地震（東日本大震災以降）

東日本大震災発災後、世界で起きた大きな被害をもたらした地震

- ・2011年10月23日 トルコ東部地震 マグニチュード7.2
- ・2012年4月11日 インドネシア、スマトラ島北部西方沖 マグニチュード8.7
- ・2013年4月20日 中国四川地震 マグニチュード5.4

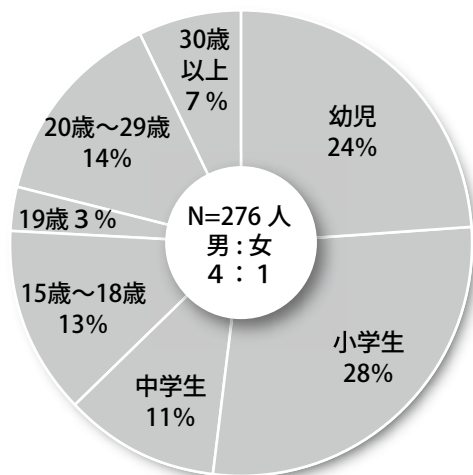
発達障害児・者のニーズを踏まえた障害福祉サービス等の利用支援に関する調査

目 的	東日本大震災の被災地における発達障害児・者のニーズをきめ細かく把握し、それを踏まえた障害福祉サービスを提供する
調査地域	岩手県、宮城県（仙台市を除く）、福島県
調査期間	平成24（2012）年2月～3月
回 答 者	発達障害児・者（もしくは家族が代理で回答）
形 式	記入式アンケート

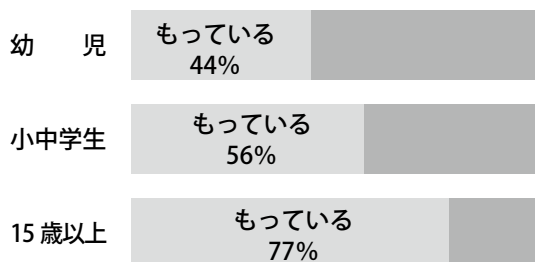
発達障害情報・支援センターでは、被災地での発達障害児・者の状況を理解し、ニーズを把握することを目的に調査を実施しました。結果は発達障害情報・支援センターのホームページ（<http://www.rehab.go.jp/ddis/災害時の発達障害児・者支援について>）に掲載しています。

Q. 回答者の内訳は？

A. 276人の回答がありました。



障害者手帳について



家族と同居している方が全体の93%

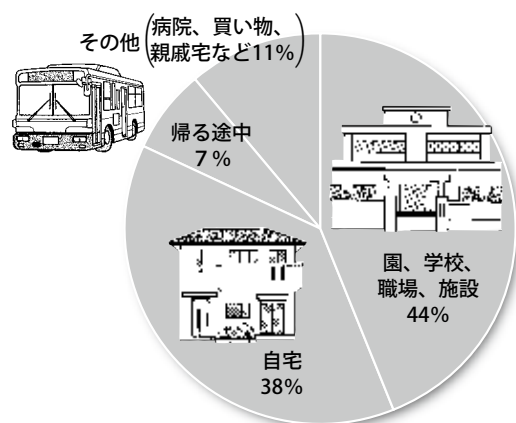
第2章 アンケートをとおして被災状況を把握する

第2章では、発達障害児・者と家族は震災以降をどのように過ごしたのか、どのような困難があり、どのような工夫や支援が有効だったのかについて、アンケートからわかったことをまとめました。

1 発達障害児・者と家族の3月11日

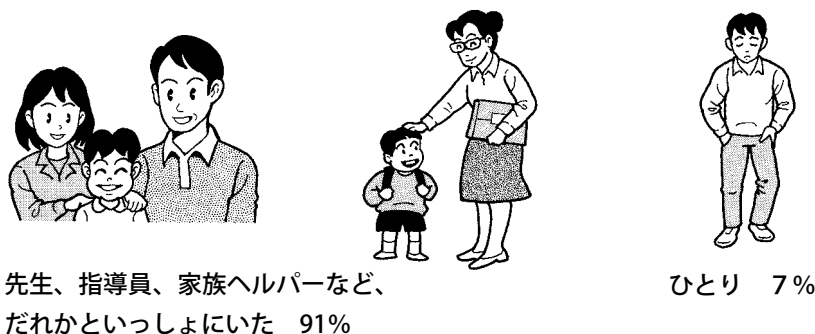
Q. 地震が発生したとき、どこにいましたか？

A.



Q. 誰といましたか？

A.



地震発生時の状況を調査した資料として、文部科学省が平成24（2012）年5月に実施した「東日本大震災における学校等の対応等に関する調査研究報告」があります。

地震発生時、学校では…

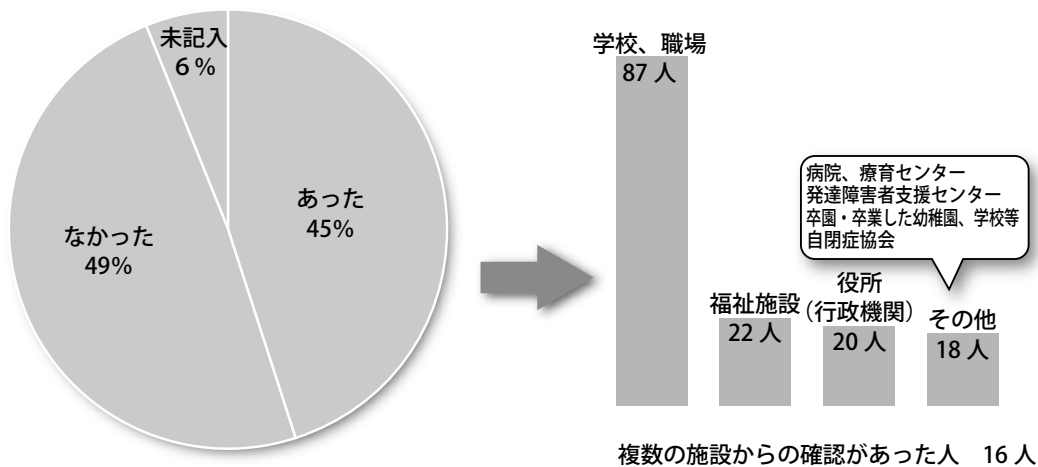
ほとんどの生徒が机の下にもぐるなど、指示された行動を取りました。日ごろの避難訓練の成果と考えられます。一方、恐怖と不安でパニック状態だった生徒は、通常の学校（小学校）で11.5%、特別支援学校で14.3%いました。

学校での安否確認は…

- ・電話が通じないときの方法を考えていなかった
- ・訪問や近隣住民からの情報で確認できた場合もあった
- ・学校が避難所になり、対応に追われる中での安否確認だった

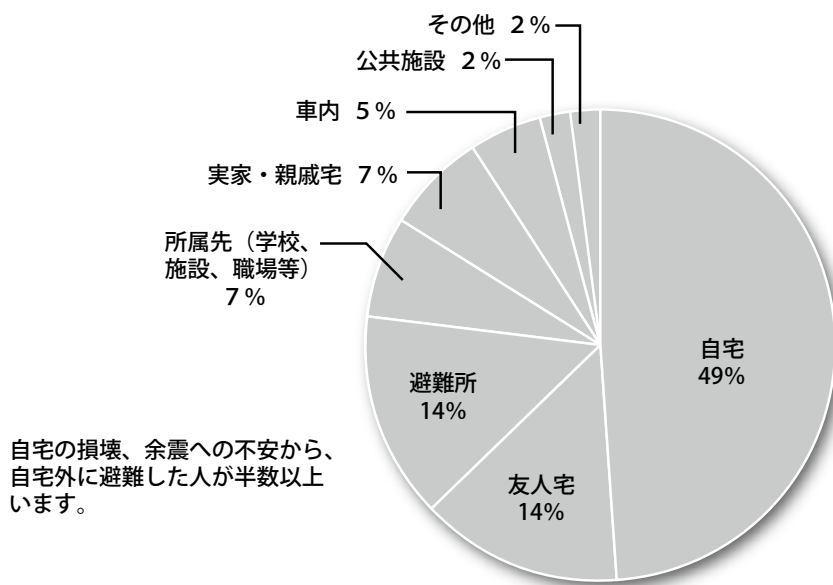
Q. 公の機関から安否確認がありましたか？

A.



Q. 3月11日の夜をどこで過ごしましたか？

A.



Q. 要援護者名簿に登録していましたか？

A. 名簿の存在を「知らなかった」が9割、「登録していた」はわずか4人でした。

災害時要援護者とは？ 災害時にひとりでは避難や生活ができない人をいいます。



外国人



障害者・難病等



妊産婦

災害時要援護者対策

国は「災害時要援護者の避難支援ガイドライン」（平成18（2006）年3月）により、要援護者名簿の作成、要援護者の避難支援に関わる計画の策定等を市町村に促してきました。

しかし、東日本大震災では…

- ・情報伝達が不十分
- ・災害時要援護者名簿の有効活用ができなかった
- ・避難所、応急仮設住宅等がバリアフリー化されていなかった
- ・共同生活が困難な者に対応できない避難所が多かった

という実態がありました。

（平成24（2012）年版防災白書、内閣府）



上記ガイドラインを見直し、政府（内閣府）は新たに「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針」を平成25（2013）年8月に発表しました。

- ・市町村は全体計画を作成し、連携体制を整備する
- ・地域の災害時要配慮者を事前に把握しておく
- ・避難行動要支援者* 名簿を作成し、同意を得て支援者に提供する
- ・多様な手段を活用して通信手段を確保する

※避難行動要支援者…要配慮者のうち、自ら避難することが著しく困難である者

自助と共助を併せた協働が重要

地域でできること

- ・要配慮者や避難行動要支援者を視野に入れて、防災計画を立てましょう。
- ・防災訓練で実際に機能するか点検しましょう。
- ・地域の施設整備も含めたネットワークづくりに継続的に取り組んでいきましょう。

安否確認には…

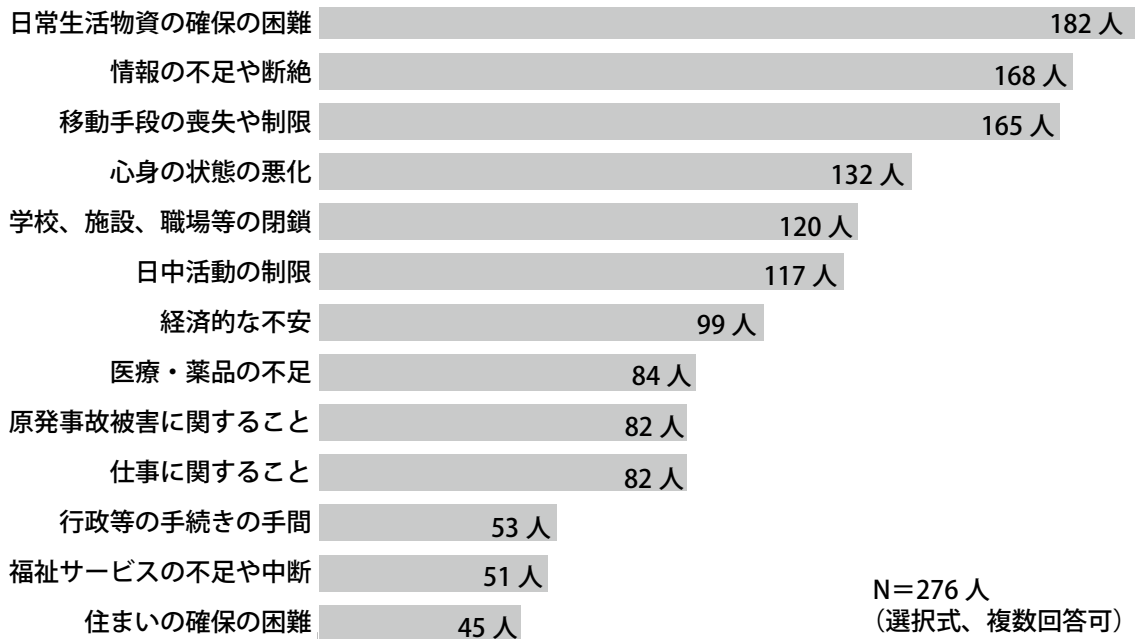
- ・避難行動要支援者名簿が活用できます。
- ・学校や福祉サービス提供者との協力も有効です。

2 震災直後の生活上の困難

3月11日当時、被災地は雪混じりの厳しい寒さの中、電気やガスの供給が止まりました。電気、水道、ガスのライフラインや通信手段の欠如は、震災直後の生活に大きな影響を与え、発達障害のある人にも一層の困難な状況をもたらしました。

Q. 震災直後に困ったことは何ですか？

A.



停電になると…

- ・DVDをどうしても見たくて、かんしゃく、パニックを起こして手がつけられませんでした (13歳)
- ・ろうそくの炎で髪の毛やまゆ毛をこがしました。火に興味があり困りました (8歳)

断水になると…

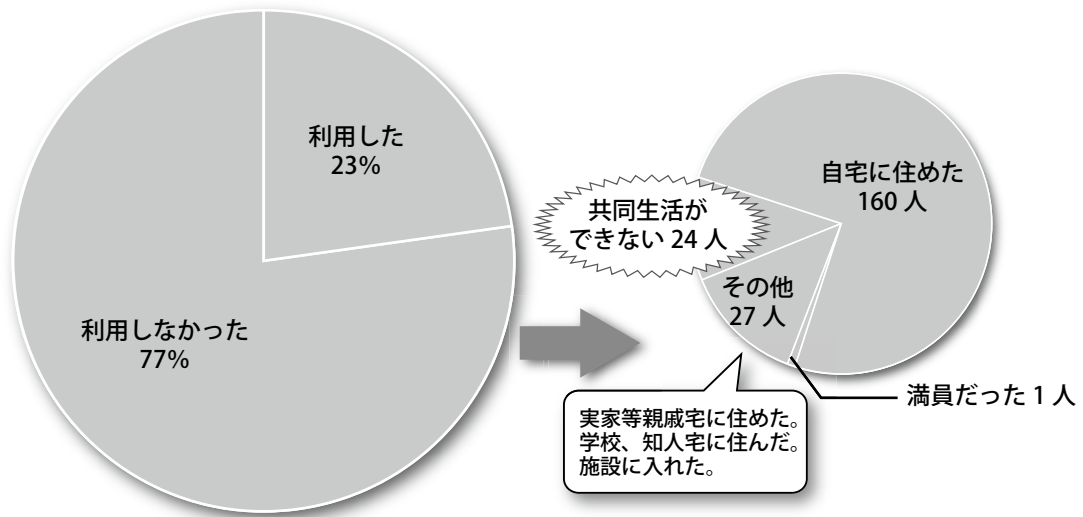
- ・トイレに全く入れず毎日失禁するようになりました。現在も失禁は続いています (10歳)

注) ()内は発達障害のある人の年齢

3 避難所は利用できたか

Q. 避難所を利用しましたか？

A.

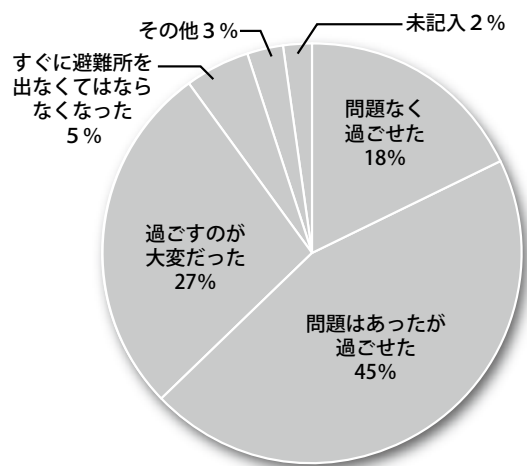


- ・我慢できない、静かにできない、ひとりごとを話す、飛び跳ねてしまうなど、どうしても他の人に迷惑をかけてしまいます (12歳、他)
- ・音に敏感でたくさんの方が集まる場所が特に苦手、体育館は音が響いて特に難しいです。運動するところと勘違いしているようです (16歳)

Q. 避難所での生活はいかがでしたか？

A.

- ・夜中に目を覚まし声を出すので2週間は車に泊まりました (7歳)
- ・安定剤を服用させてもパニックは治まらず、多動は強くなるばかりでした (10歳)
- ・この大変な時に「おなかすいた」「トイレ」と平気で言っていたので周囲に気がつかれました (44歳)



- ・大勢がひしめき合う一般避難所の環境は発達障害の人には過ごすのが難しい
- ・周囲の人に気兼ねして家族の心理的負担も大きい

Q. どのような避難所なら安心して過ごせるでしょうか？

A.

間仕切りのあるスペースや個室があるとよい

- ・フェンスやついたてのようなもので視界をさえぎるようにしていただけると、だいぶ落ちつくと思います（10歳）
- ・寝るときだけ他の部屋にさせていただきありがたかったです

話を聞いてくれる人がいると安心

- ・市の保健師さんがいたので相談できたことがたまたま幸運でした（56歳）

室内で安定できる工夫ができるとよい

- ・避難所ではニュースしか映していないので携帯電話のワンセグで子ども番組を見せました。充電できる環境だったので助かりました（9歳）

福祉避難所

寝たきりの高齢者、障害のある人、妊産婦など、一般の避難所で共同生活が困難な人が安心して避難生活ができるように、市町村で指定を進めているものです。耐震やバリアフリーの構造を備え、介助員を置くことなどが条件で、老人ホームや身体障害者療護施設が多く指定されています。

しかし今回の調査で福祉避難所を利用した人はわずか3名でした。

福祉避難所の数が不足し、支援に必要な人材や資機材（ベッド、車いす等）も十分ではありませんでした。さらに、障害者や妊産婦や乳幼児に配慮した福祉避難所はわずかでした。



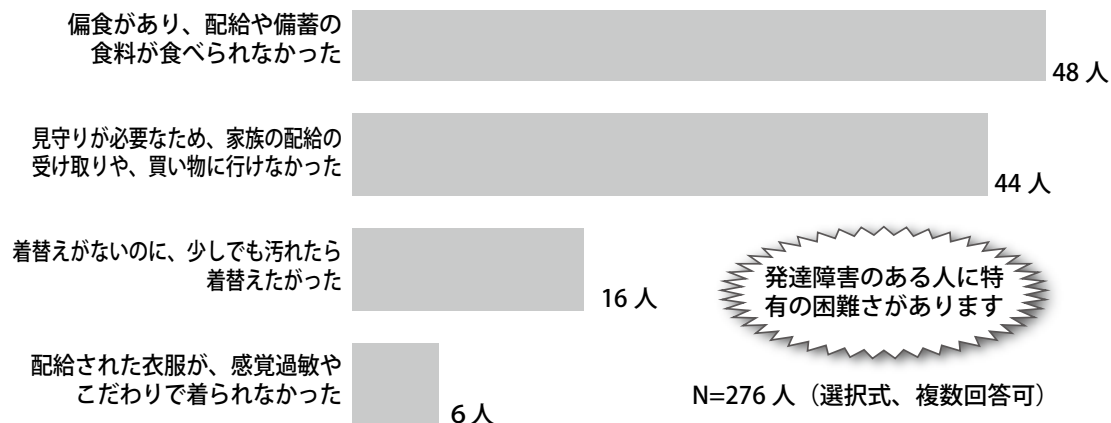
- ・多様な被災者に配慮した避難所の整備
- ・福祉避難所の指定を進め、周知をはかること
- ・支援ができる要員の確保
- ・地域住民、ボランティア団体、民間団体等との連携体制づくり

上記を受け、政府（内閣府）は「避難所における良好な生活環境の確保に向けた取組指針」を平成25（2013）年8月にとりまとめ発表しました。ここでは、市町村等において、発災時に、避難所における良好な生活環境の確保に努めることが求められています。そのために市町村等は、地域の特性や実情を踏まえつつ、要介護高齢者、障害児者、妊産婦、乳幼児、アレルギー等の慢性疾患を有する者、外国人人など要配慮者や在宅避難者への支援も視野に入れて、対応を進める必要があります。

4 避難生活に必要な物資

Q. 物資の確保について困ったことは何ですか？

A.



食料

- ・非常食はどんなに空腹であっても食べられませんでした（10歳）
- ・食料や飲料はパッケージが変わっただけでも拒否しました（11歳）
- ・飲料はコップについて、パンは半分や四等分にして中身を見せることで、目で見てわかりやすい状態にして食べさせた（11歳）
- ・食料や飲料は1ヶ月に1度まとめ買いをしていたので3月11日はたくさんあって助かりました（14歳）



衣服・おむつ

- ・子どもは自分の服がよいので、津波で汚れた服も洗って着ていました（12歳）
- ・排泄できなくなったのに、汚れた物を洗えず、川で洗濯せざるを得なかった（13歳）
- ・「もうする歳じゃないでしょ」とおむつを1～2枚しかもらえなくて、すごく困りました（5歳）
- ・若者サポートステーション^(注)で衣服の配給がありました（24歳）

(注) 働くことに悩みを抱えている若者に対し、就労に向けた支援を行っているところ。



薬品の確保について

- ・公共交通の不通やガソリン不足で通院に支障をきたした。障害者用の枠があればよい（25歳）
- ・近くの薬局で薬をもらえたが、いつもと違う形状で結局飲めなかった（10歳）
- ・何の薬を服用しているか書きとめた物をいつも身につけておかなければいけないなど思いました（11歳）
- ・毎日服用する薬は半月分くらい余分にもっているように心がけています（15歳）

物資の配給方法について

- ・障がい児を連れてのあの行列に並ぶのはとても無理（10歳）
- ・在宅避難ではすべてが不足した状態が続いたので困りました（5歳）
- ・家庭には配給の情報が入ってこなくて、後で知ることが多かった（15歳）
- ・公民館から毎日のように食料が届き助かりました（17歳）

自ら準備しておくこと

- ・薬や処方箋、特に飲み忘れの許されない薬は多めに
- ・食べられる非常食やふりかけなど
- ・避難生活での空いた時間を過ごすためのもの（お絵かき道具、本、携帯音楽プレイヤー、ゲーム、電池など）
- ・サポートブックや「助けてカード」などの準備
- ・複数の場所へ分散して保管

避難所で準備してほしいこと

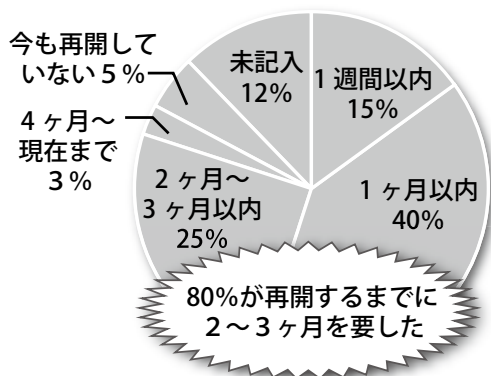
- ・画一的でない備蓄食料の工夫
- ・大きめの紙おむつの備蓄
- ・在宅生活を送る方への支援

前出の「避難所における良好な生活環境の確保に向けた取組指針」（平成25（2013）年8月）でも、平常時より、避難所における備蓄内容を要配慮者にもあった内容にすることや、在宅避難者の見守り機能の充実や支援物資提供をはかるように記載されています。

5 いつもの日常生活を取り戻す

Q. 学校や施設、職場はいつ再開しましたか？

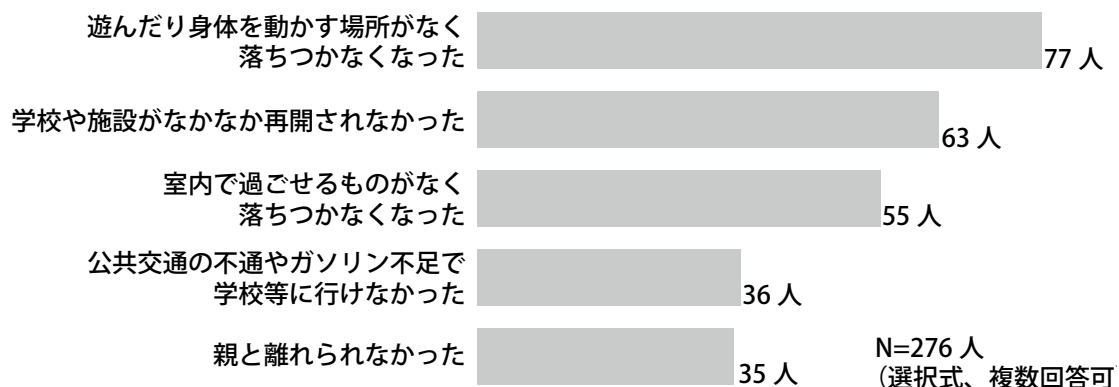
A.



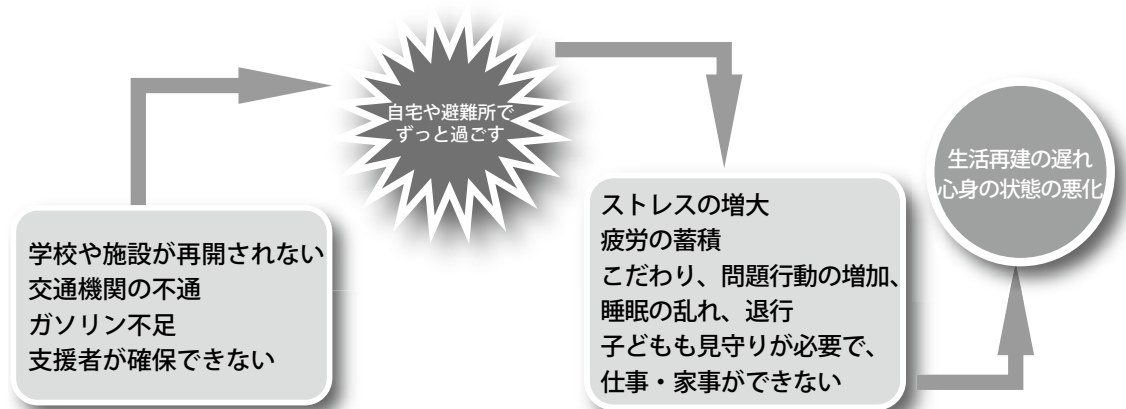
- ・午前中だけでもよいので預かってほしかった（6歳）
- ・子どもは放射能を理解できないので、外遊びができないことを説明してもらえなくてかわいそうでした（6歳）
- ・学校が始まるまでは1人にすることはできないので、親は仕事に就けませんでした（16歳）

Q. 日中の活動や過ごし方について困ったことは？

A.



日中活動が制限されると……



さらに放射能への心配から室内での生活が増え、よりストレスが加わりました。

事業継続計画（BCP、Business Continuity Plan）

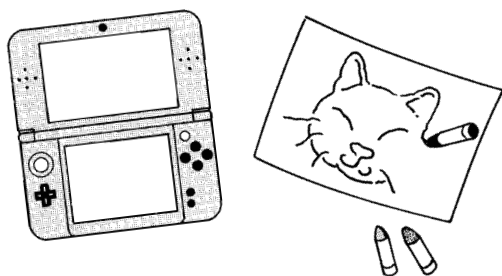
学校や福祉事業所は、災害をうけても可能な限り短い期間で再開することが求められており、平時から事業継続計画（BCP、Business Continuity Plan）を立てておくことが必要です。

- ・日中一時支援が4月1日から再開してくれて助かりました（10歳）
- ・病院のリハビリが学校より早く始まったので利用しました（11歳）

Q. 日中活動が制限されているときに役立つ工夫や支援は何ですか？

A.

室内でできる活動



活動できる場所

- ・子どもが遊べる場所が必要だった。広いところで体を動かす場所が少しの時間でもいいのでほしかった（5歳）

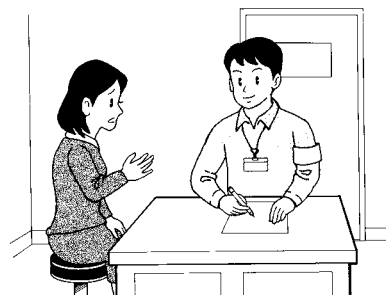
子どもと遊んだり見守ってくれる人

- ・ボランティアや警察官・自衛隊の方々に休憩中に子どもたちと遊んでもらえて助かりました（8歳）



家族の相談相手

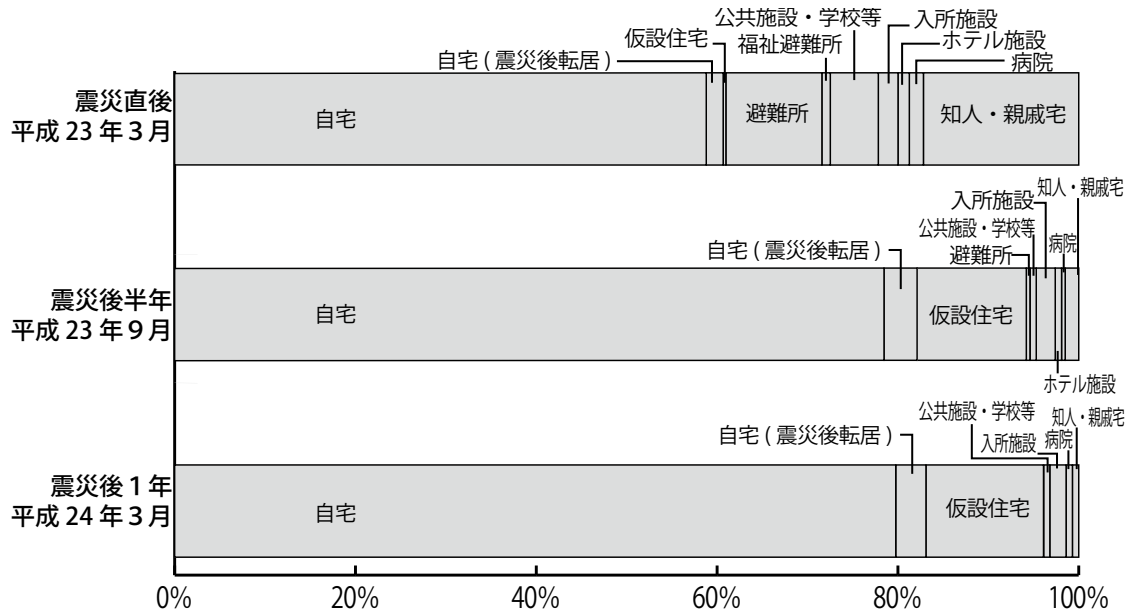
- ・地域の支援アドバイザーの方が、様々な悩みを聞いてくれました（5歳）
- ・保健師などの声かけが安心しました（18歳）



6 震災から1年を経て

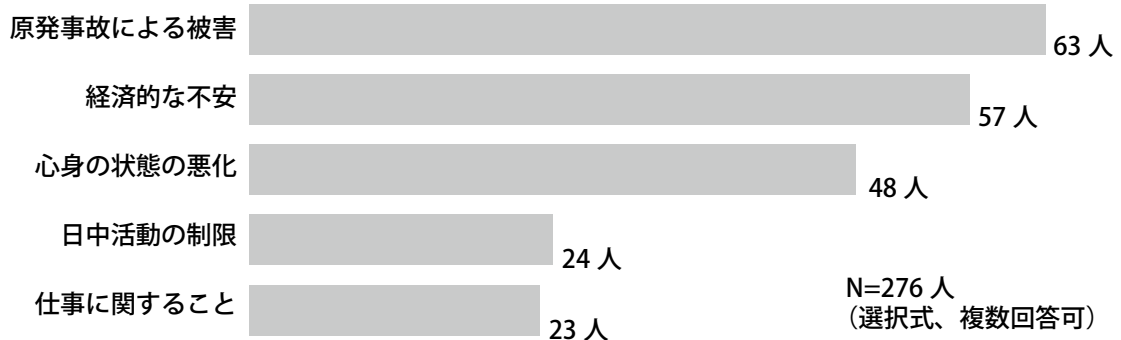
Q. 震災直後から現在（平成24（2012）年2月）までの住まいはどこですか？

A. 震災直後は4割の方が避難所や親戚宅など自宅外で生活していました。半年後には8割以上が自宅に住んでいますが、約12%の方が仮設住宅に入居し1年後も変わっていません。「家は全壊でしたが、多動や奇声があったために仮設住宅への応募を断念しました（5歳）」という方もいました。



Q. 現在、困っていることは何ですか？

A. 原発事故に関する不安が最も多く、戸外で活動するのを避けている方もいました。また経済的な不安は継続し、長期にわたる疲労が蓄積し心身の状態の悪化を生んでいることがわかります。



7 2年後の被災地から

東日本大震災から2年が経とうとしている平成25（2013）年1月、宮城県発達障害者支援センター「えくぼ」と宮城県障害福祉課の方々にお話を伺いました。

Q. 震災直後の様子をお聞かせください

A. 「避難所は人であふれかえりプライバシーがなく、一般の人も入れる状況ではありませんでした」「親戚宅に避難したことで、子どもの障害がはじめて親戚にわかり、関係に疲れてしまった方がいました」「固定電話の登録者が多かったがほとんどつながらず、安否確認には携帯電話が有用でした」「地元の相談事業所の方が徒歩で出向いて安否を確認してくれました」

Q. 成果をあげている震災後の取り組みは何ですか

A. ペアレント・トレーニングに取り組みました。これは近隣の支援者の研修も兼ねています。平成23（2011）年度に沿岸部の1か所で開催し、平成24（2012）年度は4つの障害保健福祉圏域で行いました。トレーニング後には親御さんのうつ度が改善したり、研修に参加していた支援者が地元で独自にペアレント・トレーニングを開催するようになるなど活動が広がっていることを実感しています。

Q. 成人の当事者の方の様子はいかがですか

A. ご自身の困っている状態を認識したり、誰かに訴えたりが苦手かもしれません。出先で一人で避難することになりパニックになってしまった方がいたことを、あとになって知りました。これから相談が出てくるかもしれません。震災により家業が廃業となり手伝いができなくなった青年が引きこもりになるなど、今まで地域や家族のなかでうまく過ごしていた方に新たな居場所を作る必要が出てきています。

Q. 震災への備えで大事なことは何ですか

A. 震災直後はいろいろなニーズが散見されましたが、落ちついてくると「福祉サービスの充実」ということがテーマになり、もともとの福祉サービスのあり方が問われてきます。

震災時には、相談事業所のスタッフ、保健師さん、学校の先生から情報が得られました。日ごろから顔を知っている関係を作っていくことが大切で、それが非常時に助け合える心強い仲間になります。

震災という経験を越え、一歩前に

第3章 専門家からの視点 - 災害時の様々な支援

1 心のケア、ストレスへの対処

1) はじめに

災害によるストレスには、大切な人を失ったり危険に曝されるといったトラウマによるものと、生活や環境の変化によってもたらされるものがあります。ストレスによっていろいろな症状があらわれますが、発達障害児・者では、こういった症状が重症化、遷延化する傾向があり、それが家族と一緒に生活をする人たちのストレス源となりがちです。支援者が本人やその家族に了解を得ながら周囲の人たちの理解を促してくれると、家族の精神的な負担も軽くなります。発達障害の特性を理解して助け合うことは、避難生活を送る全員のストレスを軽減することにつながります。

2) ストレスによってあらわれる症状

初期：食料や住居の供給が不安定、家族の安否が分からず、社会的に不安定な時期

大きなストレスにさらされた時の基本症状は、不安と抑うつです。子どもでは、退行現象（夜尿、まとわりつき、甘え、反抗）、睡眠障害（夜驚、悪夢）や落ち着かない、過敏、イライラする、怒りっぽくなる、おびえる（一人になることを極端に嫌がる）、頭痛・腹痛、過呼吸などがストレス下でよくみられる変化です。

- ▼ 発達障害がある場合には、上記に加えて、いったんは消失していた発達障害による症状が再出現したり、より強くなったりします。
 - ◆ 多動・衝動性が強くなり、落ち着きのなさや苛立ちが目立ち、周囲とトラブルになったりするかもしれません。
 - ◆ 不注意症状が悪化し、ぼーっとしがちになり、必要な情報や物資を手に入れ損なったり紛失したりします。
 - ◆ こだわりがひどくなり、特定の食事や衣服しか受け付けなかったり、トイレや風呂に時間がかかったり、ルールが守れなかったり、など周囲から見るとわがままなようにみえます。
 - ◆ 感覚過敏性が亢進し、思い通りにならないことも増え、パニックを起こしやすくなったり、独り言や常同行動が長く続くようになって、迷惑がられたりします。

中長期的：食料や住居が供給され、家族の安否が判明し、社会的に安定した時期

発達障害児・者では、不安状態が遷延したり、勉強・仕事や生活習慣などが今までのようにできなくなったりすることが多いようです。一般に、下記のような症状が持続する場合、PTSDやうつ病などの精神疾患である可能性があります。

- ▼ 外傷後ストレス反応（PTSD） ①再体験（恐怖体験を思い出したり夢をみたりしてしまう、今まさに体験しているかのようになる：フラッシュバック）②回避（恐怖体験に関連することを避けたり記憶を失う、感情がわかなくなる、など）③覚醒レベルの上昇（睡眠障害、イライラ、落ち着きがなくなる、情緒不安定、集中困難など）といった症状が続く場合には心的外傷後ストレス障害（PTSD）の可能性があります。専門的な治療が必要となります。発達障害児・者の中には、もともと過去の嫌な出来事を再体験するという症状をもつ場合があり、PTSDであることを見過ごす可能性があります。

- ▼ うつ状態 うつ感情、興味や意欲の減少、無力感、苛立ちや怒り、集中力の低下、睡眠や食欲の変化などが続く場合はうつ状態と考えられ、専門機関での診断や治療が必要となります。

3) 対処方法

初期

被災直後は、まず、本人に安全や安心を感じさせることが1番です。本人の安心の基盤は保護者や周囲の大人の安定です。安全や衣食住など、生活の基本要素が安定することが心のケアよりも先決です。

本人に保護者がついていてあげられるような配慮が必要です（配給に並ぶことの免除など）。保護者などが精神的・物理的余裕をもてるように周囲の理解や支援が大切です。また、保護者がすぐに相談できる場所があると安心です。

本人が災害以前の習慣、活動を続けられるようにすること（被災前までの日課や環境の復旧、お気に入りのグッズやテレビ番組・場所など）が安心につながります。子どもや発達障害児・者は甘えながら不安やつらさを克服しようとします。

これからの見通しや予想される心身の変化について適切な情報を伝え、指示は明確に伝えるようにします。可能な限り呈示できるものは呈示して、将来への見通しをもつことができるようにすることが安心や生活の安定につながります。

中長期的

まずは生活を安定させ安全な環境を確保することが大切です。しかし、いつまでも症状が続いたり、だんだんひどくなる場合には専門家に相談しましょう。症状が現れたのは被災が原因とわかれば、何年経っていても治療ができます。心の回復のスピードは人によってさまざまであることを念頭に、長い目で見守ってあげることが必要です。

4) 禁忌・してはいけないこと

- 災害の映像ニュースやラジオ放送を視聴すること
- 周囲が本人を大声で叱ったり取り押さえるのは逆効果
- 無理に感情や体験を話させること（テレビのインタビューや取材など）
- まだ基本的な生活も安定していないのに心の問題を掘り下げること

参考資料：アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク、アメリカ国立PTSDセンター：災害時のこころのケア サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き、医学書院、2011

2 災害時の情報発信

東日本大震災は、インターネットおよびソーシャルネットワークサービス（SNS）が発達した時代に起きた大規模災害です。例えば、支援センターや障害者団体などのホームページ（HP）や専門家など個人のページから災害時における対応についての情報の発信がみられました。一方、上記のような比較的公的あるいは専門的な情報発信の他にSNSを使って個人が支援を求めたり、有益と思われる情報を個人が発信したりという情報の流通もあり、稀ではありましたがこのような情報が支援に結びついた例がみられました。

ここでは、今回の大震災時における情報発信について、いくつかの検証に基づいて、その課題や今後への備えについて、提言します。

ホームページによる情報発信

センター等のHPで災害時の対応の情報発信をすることは有効ですが、発災後に掲載した場合、情報の掲載が周知されにくいという課題があります。そのため、平時からHPに災害時における一般的な対応についての記事を掲載しておき利用者に周知しブックマークへの登録を促すことが、災害時に活用されるために重要です。

また、HPに情報を掲載する際に考慮すべき点としてpdfファイル形式ではなく、HTML形式で掲載することが重要です。HTML形式を使うことで、パソコンだけでなくスマートフォン等の様々な端末でも閲覧しやすい表示がされます。一方、pdf形式は印刷原稿としては有用ですが、画面の小さな端末に表示させ閲覧すると、画面に文書全体を表示させることが難しいため、閲覧に不向きです。避難所などプリンタが使用できないことも想定するとHTML形式での発信が適切と考えられます。また、HTML形式は読み上げソフトにより文書全体を読み上げることができ、文字の読解が困難な方への情報伝達においても有利です。

ソーシャルネットワークサービスによる情報発信

震災発生直後のSNSの一つであるtwitter（ツイッター）における情報流通の分析から、HPの存在を周知する手段としてSNSは有効に機能し得ることがわかってきました※。

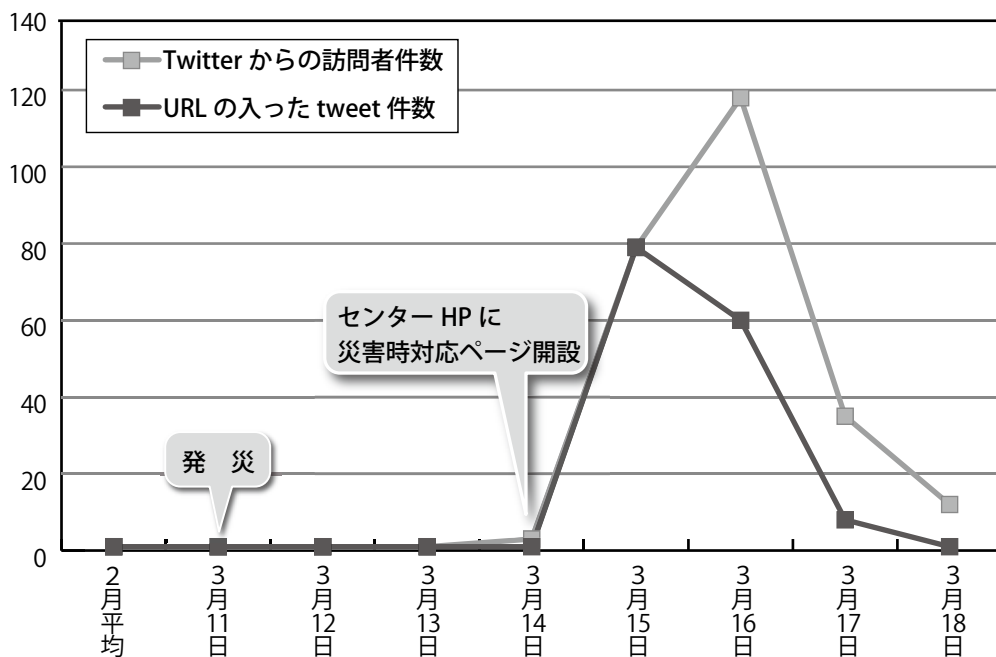
グラフは、発災直後の発達障害情報・支援センター HPへのtwitterを經由しての訪問件数とセンターのHPのURLの入ったtweet（ツイート）数の関係です。

Twitterは、文字数制限があり長文の情報を掲載することは難しいため、それ自体を使って必要な情報の全てを発信することはできません。

一方、情報を見た利用者が有用と感じたtweetをそのまま発信することは容易です。HPのURLをtweetの中に入れて発信する（リンクする）ことで、HPへの誘導をすることができます。グラフではtweet件数と訪問件数が同じように推移しており、HPへの誘導手段の一つとしてtwitterは有用であったと推測できます。

なお、今回分析したtwitterだけでなく他のSNSにも同様の仕組みがあります。

しかし、東日本大震災では、全体のtweet数から比べると関連した情報発信はごく少数であり、今後はこのような情報をいかにして多く流通させることができるのかが課題です。



情報センターのURLが入ったtweetとtwitterからHPへの訪問者の推移

まとめ（今後への提言）

災害時に有効な情報発信が行われるためには、平時からセンターや団体がHPやSNSを利用して情報を発信することが必要であるとともに、防災計画策定の際にインターネットを使った情報発信の仕方についての検討を行う必要があります。それに加え、防災訓練の際には、災害時における情報発信や伝達訓練が行われることが望まれます。

※ 東日本大震災ビッグデータワークショップでソーシャルネットワーク（twitter）のtweetデータをTwitter Japan株式会社より提供を受け、発達障害に関する情報発信についての検討を行い、その概要を報告会（平成24（2012）年10月28日）で報告しました。発表時の動画およびスライドは、下記URLで見ることができます。

「大災害時における特別な支援ニーズを持った被災者に対する情報提供に関するプロジェクト」

<https://sites.google.com/site/prj311/event/presentation-session/presentation-session4#TOC-1>（平成25（2013）年2月20日現在）

3 地域の防災計画に発達障害児・者の視点を入れる：日本の場合

1) 防災に関する国と地方自治体の役割

日本では、1959年の伊勢湾台風後に初めて、災害に関する法律である災害対策基本法が制定され、国、都道府県（以下、県）、市町村がそれぞれ防災計画を作成・実施し、互いに抵触しないように役割分担が決められました（図1）。つまり、国は防災基本計画および必要な法律を作成し、県は災害が広域に渡る場合の総合調整と市町村事務の一部処理を行い、市町村は地域住民に関わる実務を担当します。気象情報や国からの通知を市町村に伝達するのも県の役割です。

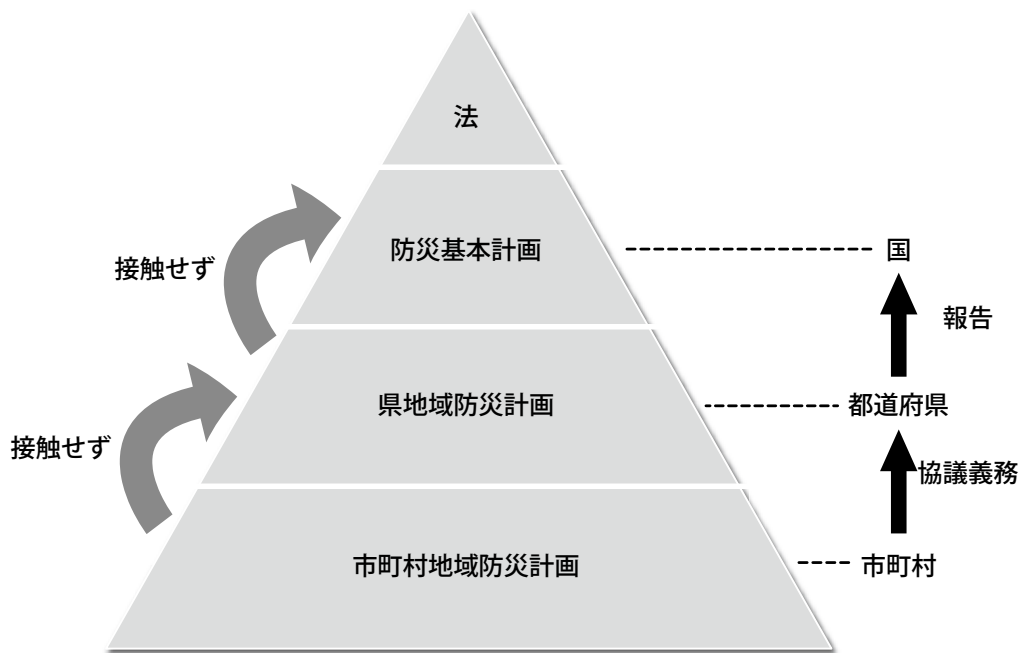


図1 防災計画に関する国、都道府県、市町村の役割分担

災害時の障害者に対する支援については、災害弱者、災害時要援護者、災害時要配慮者および災害時避難行動要支援者と変遷しています。地方自治体により災害時要援護者等の用語の定義が異なることもあります。国レベルでは、内閣府は「災害時要援護者の避難支援ガイドライン」、「災害時要援護者の避難支援に関する検討会（報告）」、「災害時要援護者の避難対策事例集」、「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針」、「避難所における良好な生活環境の確保に向けた取組指針」を、厚生労働省は「福祉避難所設置・運営に関するガイドライン」を、国土交通省は「災害時・緊急時に対応した避難経路等のバリアフリー化と情報提供のあり方に関する調査研究報告書」を、文部科学省は「東日本大震災の被害を踏まえた学校施設の整備について」の取りまとめについて、検討報告書を発表しています。東日本大震災後には、発達障害の当事者組織の代表も国の検討会に委員として参加して『平時からの災害時要配慮連絡会議の開催等の具体的な準備を求めること』も追加されました。

県は「地域防災計画」の中に災害時要援護者支援のあり方を記載し、9割以上の県が

ホームページに「災害時要援護者支援マニュアル」や「市町村マニュアル作成手引き」などを掲載しています。しかし、発達障害に関する記載が充実している例は少数です。また、「避難所運営マニュアル」「福祉避難所運営マニュアル」「個人情報取扱規程」を作成している自治体もあります。東日本大震災後には、県および市町村でも、「災害時要援護者マニュアル」等の改訂作業が進められています。

2) 親の会と行政の連携

埼玉県自閉症協会は、2003年から、発達障害に関する災害時の対策に関する要望書を埼玉県に提出してきました。会員へのアンケートに続いて、地域の民生委員・児童委員へ発達障害の理解を促す講演を継続した結果、「災害時要援護者支援マニュアル」(2005年)には発達障害についての記載が1ページあり、埼玉県自閉症協会が作成したサポートブックが紹介されています。また、2011年には、防災計画改訂のワーキンググループに埼玉県自閉症協会の代表が参加しました。しかし、埼玉県内の市町村の「災害時要援護者支援マニュアル」に発達障害の記載が充実しているとは限りません。防災計画を策定する危機管理課や防災課は障害を担当している課とは別の場合が多いので、居住する市町村や県の担当課に記載してほしい内容を紹介することは有効です。埼玉県自閉症協会は、さらに、「発達障害のある人たちへの緊急時対応マニュアル&対応ハンドブック」(2014年)を作成し、県内の消防隊員・救急隊員に向けて8,000部を寄贈するとともに、配布されたマニュアルに基づいて、当事者と消防隊員による訓練を行いました。

3) 個別避難計画につなげるために

市町村では、災害時要援護者名簿を作成し(図2)、名簿は登録者の居住する地域の民生委員や町内会長等に渡されて、個別避難計画の作成を行うことが勧められています。また、地域で全体避難計画と個別避難計画を立てることが期待されています(図3)。発達障害児・者の特性は多様で、家族でも災害時の対処方法がわからないことや特定できないこともよくあります。そのような場合には、本人、家族、支援者、専門家で、具体的な想定についての計画を立て、練習することが有効です。発達障害児・者や知的障害児・者が「練習」の成果を忠実に実行することは実証されているからです^[1]。

学校・職場にいる時、在宅時、通学途中、旅行中のそれぞれについて、地震、火事、洪水、停電、津波等の多様な災害についての個別避難計画事例は、まだ全国的にできていません。名簿作成をきっかけに、家族や慣れた支援者が周囲にいない場合に、発達障害児・者が1人でできることを増やし、他人に聞いたり頼んだりすることを練習し、支援を依頼できる隣人との関係をつくる準備をする意識を当事者と隣人が持ち、自助と共助を進めることが求められています。日本自閉症協会では、「自閉症の人のための防災・支援ハンドブック」(支援者編と本人・家族編)を作成し、日本語版の他に英語版と電子図書版を公開しています(<http://www.rehab.go.jp/ri/fukushi/ykitamura/kitamurayayoi.html>)。

情報共有についての同意

〇〇市長殿
 〇〇市に、災害時要援護者登録制度の整備に関わり、積極的に登録することを希望し
 ます。また、私が品行不端な行為を犯し、自治体職員、市民委員、社会福祉
 士等に、有害な影響を及ぼした、消防署、警察署に捜索されることを承諾します。

住所 氏名	性別 委員	TEL FAX
災害時要援護者（高齢者が親等） 大層から高齢者（障害者）をのり、		
住所	TEL FAX	インターネット（電子 メール、携帯メー ル等）も含めた信 頼性手段
氏名	（男・女） 年令 月日	
緊急時の家族等の連絡先		
氏名	続柄	住所
氏名	続柄	住所
家族構成・同居状況等		
居住する建物（木造、耐火コンクリート、 の構造）		
普段いる地域 （避難先）		
木造、鉄骨 造、耐火造、 防火造、 防火期間等		
特記事項は ありません。本人では歩行が困難、人工透析を受けている、聴覚障害もあり、手紙 連絡が必要 家族近親者システム（あり・なし）		
特記事項のない状態、認 知症の有無、必要な支 援内容等、特記の必要 がなければ、プライバシーに 配慮し、病名等を 記入する必要はない。		
送付先住所		
住所	続柄	住所
住所	続柄	住所

図2 災害時要援護者名簿登録申込用紙の例（内閣府「災害時要援護者支援ガイドライン」より）

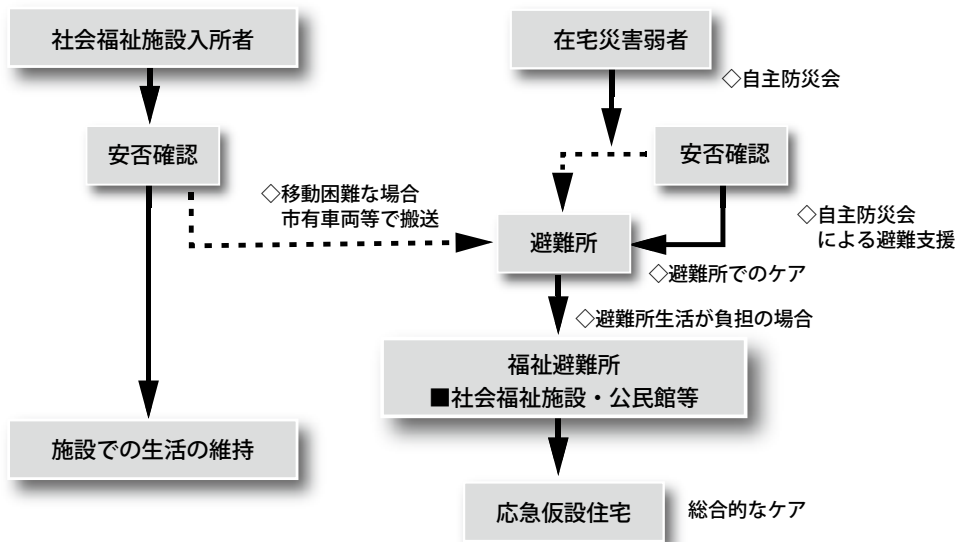


図3 地域防災計画に示されている災害時要援護者対応の流れの例

[1] 北村弥生, 久保義和, 河村宏. 重度自閉症者施設における火災避難訓練計画の作成と効果. 国リハ紀要26 : 1-8, 2006. <http://www.rehab.go.jp/kiyou/japanese/26th/26-02.pdf> (English abstract)

4) 発達障害者支援センターでは

「発達障害者支援センター」は、発達障害児・者への支援を総合的に行うことを目的とした専門的機関で、都道府県ならびに政令指定都市に設置されています。平成26（2014）年現在、全国に86か所を数えます。全国の発達障害者支援センター（以下、センター）ではどのような活動を行ったのでしょうか。

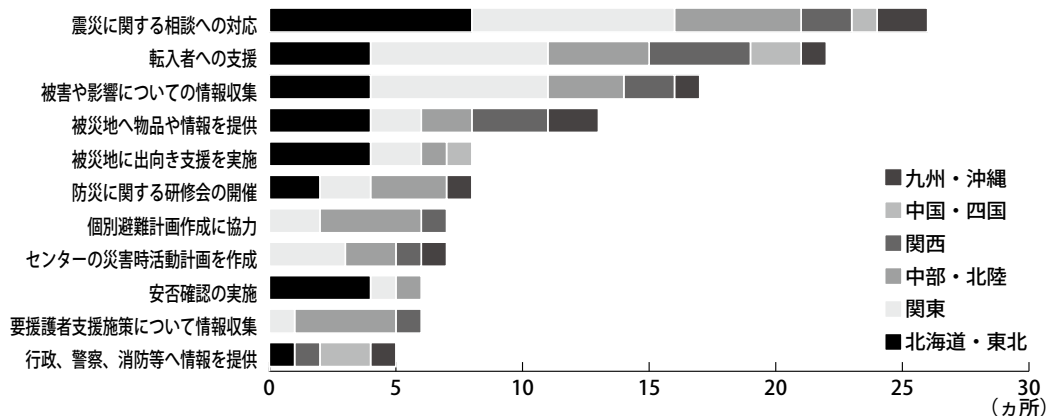


図4 震災直後から23年度にかけて行った活動

東北や関東を中心に、全国で転入者も含めた発達障害児・者への相談に対応しており、約4分の3のセンターがなんらかの活動を行いました。また、研修会を実施したり、個人や行政に対して防災対策に関する情報提供を行ったセンターもみられました。

5) 発達障害情報・支援センター

発達障害情報・支援センターは、発達障害に関する最新かつ信頼できる情報を収集・分析し、全国に普及啓発を行うことを目的として平成20（2008）年に開設されました。現在、国立障害者リハビリテーションセンターにあり、ウェブサイト（<http://www.rehab.go.jp/ddis/>）での情報発信や、発達障害に関する調査・研究、全国の発達障害者支援センターへの情報支援などに取り組んでいます。

発達障害情報・支援センターにおける震災後の取り組み

1. 「被災地で、発達障害児・者に対応されるみなさんへ」のウェブサイトへの掲載とリーフレットの配布（平成23（2011）年3月～4月）
2. 「発達障害児・者のニーズを踏まえた障害福祉サービス等の利用支援に関する調査」の実施（平成24（2012）年2月～3月）
3. 発達障害者支援センターへの調査の実施（平成24（2012）年11月）
4. 「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」の発行（平成25（2013）年3月）

発達障害情報・支援センター ウェブサイトの紹介

発達障害情報・支援センターウェブサイト（<http://www.rehab.go.jp/ddis/>）は、発達障害に関する信頼できる情報を提供しています。



第4章 現場で役に立つ情報

発達障害情報・支援センターでは、震災直後の平成23年3月に、被災地で発達障害のある人に対応する方々に向けて「被災地で、発達障害児・者に対応されるみなさんへ」という記事を、3回にわたって掲載しました（P25～30）。

また、4月にはこの3つの記事をまとめて1つのシートにしたものを避難所に配布しました。同様の内容のものを巻末にとじこみました。支援のポイントを一覧することができますので、壁などに掲示して活用できます。

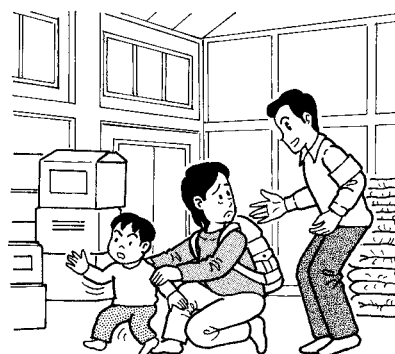
被災地で発達障害児・者に対応されるみなさんへ

その1
3月15日

すぐにでもできること

避難所での支援に携わる方や家庭と一緒に過ごす家族に理解してほしいこと、協力してほしいこと

被災地で、発達障害児・者に対応することが必要な方々（今回は、避難所での支援に携わる方、家庭と一緒に過ごすご家族）に理解しておいていただきたいこと、ご協力いただきたいことをまとめました。



避難所での対応

発達障害のある子どもやその家族からは、下記にまとめたようなお願いをされることがあります。発達障害のある人は、見た目では障害があるようには見えないことがあります。みなさんの理解と支援を必要としています。

■発達障害のある人への対応には、コツが必要です。だから、ご家族など本人の状態をよくわかっている人が近くにいる場合は、必ずかかわり方を確認してほしい。

対応例

- ・「必要な物品（薬、食品、筆記用具、玩具など）はありますか？」
- ・「特に配慮すること（落ちつける場所、話しかけ方など）はありますか？」

■発達障害のある人は、日常生活の変化が想像以上に苦手な場合が多いので、不安になって奇妙な行動をしたり、働きかけに強い抵抗を示すこともあります。だから、行動してほしいことの具体的な指示、時間を過ごせるものの提供、スケジュールや場所の変更等を具体的に伝えてほしい。

対応例	<ul style="list-style-type: none"> ・「このシート（場所）に座ってください。」 （×：「そっちへ行っては駄目」） ・筆記具と紙、パズル、図鑑、ゲーム等の提供。 （×：何もしないで待たせる） ・「〇〇（予定）はありません。□□をします。」 （×：黙って強引に手を引く） ・「〇〇は□□（場所）にあります。」 （×：「ここにはない」とだけ言う）
-----	---

■発達障害のある人は、感覚の刺激に想像以上に過敏であったり鈍感である場合が多いので、命にかかわるような指示でも聞きとれなかったり、大勢の人がいる環境にいることが苦痛で避難所の中にいられない、治療が必要なのに平気な顔をしていることもあります。

だから、説明の仕方や居場所の配慮、健康状態のチェックには一工夫をしてほしい。

対応例	<ul style="list-style-type: none"> ・文字や絵、実物を使って目に見える形での説明や、簡潔・穏やかな声での話しかけ。 ・部屋の角や別室、テントの使用など、個別空間の保証をしてあげる。 ・怪我などしていないか、本人の言葉だけでなく、身体状況を一通りよく見る。
-----	---

自宅での対応

災害時の生活は普段とはずいぶん異なる状況になります。この間、災害の対応が落ち着いた後の生活を踏まえた対応が必要になります。

■学校や職場などの休み、停電、テレビ番組の変更など、当面は見通しが立たないことが多くなります。そのような場合でも、安定した生活リズムで過ごせるように、当面の新しい日課の提案や、時間を過ごせるものを用意する等の工夫が必要です。

■被災状況のテレビ報道等を確認することも必要ですが、特に子どもの場合には、他人に起こったことでも自分のことのように感じてしまって、想像以上の恐怖体験となってしまう可能性があることも海外の調査で指摘されています。子どもの目に触れる時間帯には、別のことで時間を過ごせるような工夫をすることも必要です。

（平成23（2011）年3月15日掲載）

知識のある人を活用しよう

避難所での生活を想定し、周囲の人の援助で生活をスムーズにする工夫

発達障害のある人やそのご家族の被災地での生活には、発達障害を知らない人には理解しにくいさまざまな困難があります。そんなとき、発達障害児・者への対応について少しでも理解している人がいると、周囲の人も含めてみんなが助かります。



避難所での対応

発達障害について知識があり、「どんなふうに情報を伝えたらいいのか」「どんなふうに対応したらいいのか」「発達障害について詳しくない人に、どんなふうに説明したらいいのか」アドバイスや判断ができる人が必要です。このような人がいるかどうか、まずは避難所の中で確認しましょう。

■地盤のゆるいところなど危険なところに行ってしまったたり、病人の医療機器を触ってしまう子どもがいた場合

対応例	<ul style="list-style-type: none"> ・ほかに注意や関心が向く興味のある遊びや手伝いに誘う、行ってはいけないところや触ってはいけない物がはっきりとわかるように「×」などの印をあらかじめ付ける、などの工夫を実際に提案してくれる人がいると、大きな騒ぎになりません。
-----	---

■水や食料、毛布などの配給時にずっと待ってられないで、騒いでしまう子どもがいた場合

対応例	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の代わりに子どもの相手をしたり、発達障害の特性を家族と一緒に周囲の人たちに説明していただくと、家族はたいへん助かります。
-----	---

自宅での対応

被災後、学校や施設が休みになって、発達障害児・者がずっと出かけられずに家庭にいない場合もあります。なかには、家族だけでは対応が困難になっていることがあります。このようなときには、子どもへの対応のサポートが必要かどうか、家庭を訪問して確認するなどの必要もあります。基本的にはそれぞれの地域の行政の人がこの役割を担いますが、発達障害者支援の知識をもった人が同行することも、時として役に立ちます。

■余震が続いたり、家族の不安な様子を見て、こだわり行動や不眠が続くという子どもがいた場合や、配給や買い物、役所や銀行などの手続きに行けずに困っている場合

対応例	・家族の代わりに発達障害のある子どもの相手をしたり、メンタルヘルスの相談などの利用について情報提供を行って、家族の負担を軽減してあげることができます。
-----	---

■災害前は自分一人でできていたことも、家族に甘えることが増えて自分でしなくなるということもあります。

対応例	・子どもが自分一人でやるように励ますのか、一時期のことだから甘えることを良しとするのかといった相談を個々に聞いてあげることで、家族を安心させることができます。
-----	---

心得ておくべきこと

発達障害のある人の特性は一人ひとり異なります。普段の支援方法と大きく異なると、関わったことがかえって混乱を招くことがあります。本人や家族、本人の様子をよく知る人にできるだけ確認しましょう。

実際に関わって、気になった点や気づいた点については、避難所や訪問の際の担当者に必ず情報を伝え、申し送りをしましょう。一貫したサポートを受けられることで、発達障害のある人やその家族も安心できますし、災害時のような支援が必要でなくなった後の生活の安定にもつながります。

(平成23(2011)年3月18日掲載)

困っていることに気づくには

発達障害のある人の困っていることへの気づき

避難所の生活や災害時の特別な状態での家庭生活が長期化するにつれて、徐々に心身とも疲れやストレスが蓄積してきます。そのこと自体は発達障害のある人もない人も同じですが、周囲から見てわかりにくい発達障害の場合に特に必要となる視点をまとめました。

発達障害の人やその家族が困っている様子に気づくためには、若干の知識とコツを身につけておく必要があります。以下の視点や例を参考に、まずは困っていることに気づいてあげてください。



健康状態の把握

発達障害のある人の場合は、体調や怪我について我慢しているのではなく、本人自身が気づいていない場合があります。気づかずにそのまま放置すると、体調や怪我の状態が悪化してしまう場合がありますので、丁寧な観察と聞き取りが必要です。

気づくための観察例	<ul style="list-style-type: none"> ・息切れ、咳などが頻繁でないか。 ・やけどや切り傷、打撲などがないか。 ・着衣が濡れたままでも着替えていないということがないか。
-----------	--

気づくための質問例	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもより寒くないですか？ 歩くときにふらふらしませんか？ ・頭のコブ、腕や足に怪我がありませんか？ ・洋服の着替えがありますか？
-----------	--

ストレス状態の確認

発達障害のない人には平気なことでも、発達障害のある人には日常生活に困難さを感じるくらい苦痛に感じていることがあります。発達障害のない人よりもストレスの蓄積が起きやすいので、支援を優先的に考える必要がある場合があります。

気づくための観察例	<ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いによる食べ残しが多くないか。 ・物資の配給のアナウンスがあっても、反応が遅かったり、どこに行っていないかわからず困っているようなことがないか。 ・耳ふさぎや目閉じなど、刺激が多くて苦しそうな表情をしていないか。
-----------	--

気づくための質問例	<ul style="list-style-type: none"> ・食べられない食材がありましたか？ ・配給に並ぶ場所がわかりましたか？ ・他の場所（避難所内外）へ移動したいという希望はありますか？
-----------	--

家族の状態の確認

災害の影響で子どもから家族が離れられなくなる場合や、避難所の中で理解者が得られない場合などに、発達障害のある人の家族のストレスは高まります。本人の支援を一番長い時間担当するのは家族であり、家族のサポートを迅速に行うことは効率的といえます。

必要になる場面	<ul style="list-style-type: none"> ・多動や衝動的な行動、奇声やパニック、こだわり行動などがあって、家族が本人との対応に追われている場合 ・子どもの行動のことで、周囲の避難所にいる人に理解や協力を得られずに孤立している場合
---------	--

家族への具体的な声かけ	<ul style="list-style-type: none"> ・一日の中で、どのような時間が一番大変ですか？ ・どの場所で大変さを感じますか？
-------------	---

周囲に対応に協力してくれる人がいるかどうかの確認

発達障害のある人は、ひとりひとりの健康状態、ストレスの蓄積につながる状況などが個々様々で、対応方法が見つげにくいことがあります。個別的な配慮が必要になる場合は、周囲に本人をよく知っている人がいるか、その人は対応に協力してもらえそうか確認しておく必要があります。

必要になる場面	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレの場所や食事の時間など、頻繁に会場責任者のところに質問に来る人がいた場合 ・周囲と全くかかわらない人がいる、発達障害のある人が繰り返し叱られているなど、集団の大多数の動きとは違う状態を示している場合
---------	--

具体的な声かけ	<ul style="list-style-type: none"> ・（発達障害のある人に）困ったときに、相談できそうな方は近くにいますか？ 普段はどんな人に相談していますか？ ・（その他、周囲の人に）普段の様子をご存じの方はいますか？ 対応に協力していただける方はいますか？
---------	---

（平成23（2011）年3月28日掲載）

参考 役立つ資料やサイトの紹介

被災者支援に関連する資料やサイト（日本語）を紹介します。

発達障害児・者関連

- 災害時の発達障害児・者支援について、発達障害情報・支援センター
<http://www.rehab.go.jp/ddis/>
- 震災後の子どもたちを支える教師のためのハンドブック ～発達障害のある子どもへの対応を中心に～、独立行政法人国立特別支援教育総合研究所（平成23（2011）年4月）
<http://www.nise.go.jp/cms/6,3758,53.html>
- 自閉症の人たちのための防災・支援ハンドブック、社団法人日本自閉症協会（平成24（2012）年3月）
<http://www.autism.or.jp/bousai/index.htm>
本人・家族用と支援者用があります。

防災・減災対策

- 内閣府 防災対策制度<http://www.bousai.go.jp/taisaku/index.html>
- 防災計画
日本語版<http://www.bousai.go.jp/taisaku/keikaku/index.html>]
英語版http://www.bousai.go.jp/taisaku/keikaku/english/disaster_management_plan.html
- 避難行動要支援者対策
避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針（平成25（2013）年8月）
<http://www.bousai.go.jp/taisaku/hisaisyagyousei/youengosya/h25/hinansien.html>
- 避難所の生活環境対策
避難所における良好な生活環境の確保に向けた取組指針（平成25（2013）年8月）
<http://www.bousai.go.jp/taisaku/hinanjo/index.html>
- 福祉避難所設置・運営に関するガイドライン、日本赤十字社（平成20（2008）年6月）
<http://www.jrc.or.jp/saigai/shiryo/index.html>
- 男女共同参画の視点からの防災・復興の取組指針（平成25（2013）年5月）
<http://www.gender.go.jp/policy/saigai/shishin/index.html>
（英語パンフレットあり）
- 学校防災マニュアル（地震・津波災害）作成の手引き、文部科学省（平成24（2012）年3月）
http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/1323513.htm
なお、URLは平成26（2014）年12月現在です。

おわりに

東日本大震災発生から3日後、厚生労働省より発達障害情報・支援センターに被災地に向けて発達障害児・者への対応について具体的に示す記事を作成、掲載してほしいとの依頼がありました。ただちに「被災地で、発達障害児・者に対応されるみなさんへ」を執筆し、翌日ウェブサイトに掲載しました。

震災から1年後に、被災者の多かった岩手県、宮城県、福島県の発達障害のある人やご家族、計276名に対して調査を実施し、結果を報告しました。さらに、平成25（2013）年3月に、調査結果に基づき、災害時に支援を必要とする発達障害のある方やご家族だけでなく、支援者、さらに一般の方々に向けた手引き書「災害時の発達障害児・者支援エッセンス - 発達障害のある人に対応するみなさんへ」を発行いたしました。

このマニュアルは、上記の冊子をもとに、その後の防災制度の変化を加え、編集したものです。災害の発生に備えての心構えや身の回りの準備の参考となり、すべての人たちが安心して暮らしていける社会の実現に少しでも貢献できると期待します。

災害時の発達障害児・者支援について

■「被災地で、発達障害児・者に対応されるみなさんへ（その1）～（その3）」をまとめました。

被災地における、発達障害のある人やご家族の生活には、発達障害を知らない人には理解しにくいさまざまな困難があります。
 そんなとき、発達障害児・者への対応について少しでも理解して対応できると、本人も周囲のみんなも助かります。

対応のコツ

★発達障害のある人は、見た目では障害があるようには見えないことがあります。
 対応には**コツ**が必要です。
コツの探し方：家族など本人の状態をよくわかっている人にかかり方を確認しましょう。

こんな場合は…

■**変化が苦手**な場合が多いので、不安から奇妙な行動をしたり、働きかけに強い抵抗を示すことがあります。

このように対応…

- してほしいことを具体的に、おだやかな声で指示します。
 例：○：「このシート（場所）に座ってください。」
 例：×：「そっちへ行ってはダメ」
- スケジュールや場所の変更等を具体的に伝えます。
 例1：○：「○○（予定）はありません。□□をします。」
 ×：強引に手を引く
 例2：○：「○○は□□（場所）にあります。」
 ×：「ここにはない」とだけ言う

■感覚刺激

過敏：周囲が想像する以上に過敏なため、大勢の人がいる環境が苦痛で避難所の中にいられないことがあります。
鈍感：治療が必要なのに平気な顔をしていることもあります。

- 居場所を配慮します。
 例：部屋の角や別室、テントの使用など、個別空間の保証

- 健康状態を工夫してチェックします。
 例：ケガの有無など、本人の報告や訴えだけでなく、身体状況をひと通りよく見る。

■話しことばを**聞き取るのが苦手**だったり、困っていることを**伝えられない**ことがあります。

- 説明の仕方を工夫します。
 例：文字や絵、実物を使って目に見える形で説明する
 一斉放送だけでなく、個別に声かける
 簡潔に具体的に話しかける
 例：○：お母さんはどこですか？
 例：×：何か困っていませんか？

■**見通しの立たないことに強い不安**を示します。学校や職場などの休み、停電、テレビ番組の変更などで不安になります。

- 安定したリズムで日常が送れるように、当面の日課の提案や、空いた時間を過ごす活動の提示が必要です。
 例：○：筆記具と紙、パズル、図鑑、ゲーム等の提供
 例：○：チラシ配りや清掃などの簡単な作業の割り当て
 例：×：何もしないで待たせる

■**危険な行為がわからない**ため、地盤のゆるいところなど危ない場所に行ったり、医療機器を触ってしまうことがあります。

- ほかに興味のある遊びや手伝いに誘う。
- 行ってはいけないところや触ってはいけない物がはっきりとわかるように「×」などの印をあらかじめ付ける。

ご家族のかたへ

★子どもは、他人に起こったことでも自分のことのように感じる場合があります。さらに発達障害がある場合には、想定以上の恐怖体験になってしまうこともあります。子どもには災害のテレビ映像などを見せずに、別のことで時間を過ごせるような工夫をすることが必要です。

健康状態や心身の疲れを確認しましょう

からだ

★発達障害のある人は、体調不良やケガがあるにもかかわらず、本人自身も気づいていない場合があります。周囲が気づかずにそのまま放置すると、状態が悪化してしまう場合がありますので、ていねいな観察と聞き取りが必要です。

気づくための観察例

- ・息切れ、咳などが頻繁でないか。
- ・やけどや切り傷、打撲などがでないか。
- ・着衣が濡れていても着替えないでいるか。

気づくための質問例

- ・いつもより寒くないですか？
- ・歩くときにふらふらしませんか？
- ・頭のごぶ、腕や足にケガがありますか？
- ・服の着替えがありますか？

ストレス

★なにげないことでも、発達障害のある人には日常生活に困難をきたすぐらい苦痛に感じる場合があります。そのためストレスの蓄積がより起きやすく、支援を優先的に考えなければならない場合があります。

気づくための観察例

- ・好き嫌いによる食べ残しが多くないか。
- ・配給のアナウンスがあっても、反応が遅かったり、どこに行ってもいいかわからず困っていることがないか。
- ・耳ふさぎや目閉じなど、刺激が多いことで苦しそうな表情をしていないか。

気づくための質問例

- ・食べられない食材はありましたか？
- ・配給に並ぶ場所はわかりましたか？
- ・ほかの場所（避難所内外）へ移動したいという希望はありますか？

家族の状態を確認しましょう

家族へのサポート

★災害の影響で子どもと家族が離れられなくなる場合や、避難所の中で理解者が得られない場合などに、家族のストレスは高まります。本人の支援を一番長い時間担当する、家族のサポートを迅速に行うことは効率的といえます。

■配給や買い物、役所や銀行などの手続きに行けずに困っている場合

■水や食料、毛布などの配給時に、ずっと待たせられずに騒いでしまう子どもがいた場合

家族の代わりに子どもの相手をしたり、発達障害の特性を家族の了解のもとで周囲の人たちに説明していただくと、家族はたいへん助かります。

対応に協力してくれる人が周囲にいるか確認しましょう

協力者の確認

★発達障害のある人は、ひとりひとりの健康状態や、ストレスの蓄積につながる状況などがさまざま、対応方法が見つけにくい場合があります。個別的な配慮が必要になる場合は、周囲に本人をよく知っている人がいるか、その人は対応に協力してもらえそうかを確認しておく必要があります。

★災害を経験した子どもは、災害前には自分ひとりでできていたこともしなくなったり、興奮しすぎてしまう場合があります。発達障害がある場合でも、基本的には子どもの甘えを受け入れてあげるのがよいでしょう。叱ったりせず、おだやかな言葉かけをしながら、少しずつ子どもが安心できるようにすることが大切です。