



# 発達障害児・者が安心して過ごせる避難所

## 避難所における合理的配慮

具体的には…

### 指定避難所に最低でも1か所以上 福祉避難スペースを確保する

避難所では、可能な限り個別の空間を作る。  
障害児・者やその家族に特化した福祉避難所や  
指定避難所における福祉避難スペースの確保。  
また、パニックになってしまった場合に落ち着  
ける場所の確保。

### 物資の配給の工夫

例えば事前に整理券を配布し、長時間並ばな  
くても物資をもらえるようなシステムを作る。  
または、障害者手帳、避難行動要支援者名簿登  
録者、ヘルプカード所持者には配布するなど。

### 情報収集システムの工夫

視覚的な支援。掲示板などの導入。  
(掲示の仕方など、情報が整理されたもの)

### 避難行動要支援者名簿の活用や

ヘルプカード・ヘルプマークの普及  
支援が必要かどうか迅速に把握できるシステ  
ムを作る。

### 子ども預かり支援

学校や事業所が再開するまで、障害のある子ど  
もを預かる支援の体制を作る。



ヘルプマーク

## 「ヘルプカード」「ヘルプマーク」とは

内部障害や発達障害、難病の方など、外見からはわからなくても援助や配慮を  
必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるための  
ものです。

カードを持っている方が困っていたら「何かお困りですか？」と声をかける等、  
思いやりのある行動をお願いします。

また、カードの裏面には支援してほしい内容が記載されていることがありま  
す。裏面を見せられた時や緊急時には確認をお願いします。



ヘルプカード

## 興奮してしまった時、パニックになった時に落ち着く場所

「カームダウンエリア」とも言います。発達障害の方にとって、慣れない環境、また、  
人が大勢いる環境は他の人以上に苦痛である場合が多いので、静かに落ち着ける場所があ  
ることで安心に繋がります。

(例えば一人用テント、段ボールで仕切った空間、照明を暗くした空間などでも落ち着ける場合があります。)



### 車中泊への対応

発達障害の特性で、どうしても避難所には行けない人もいます。  
車中泊を想定した避難体制の整備も必要です。

- ・物資が確保できるシステム
- ・情報を収集できるシステム
- ・トイレやお風呂の整備



### 発達障害に関する相談は

