



災害に備える 障がいに応じた備蓄と支援ガイド



災害への備えをしよう



普段使用している白杖等の点検・整備をしておきましょう

- 杖、歩行器は普段からそばに置いておきましょう
- 杖や歩行器に損傷などはないか確認しましょう

無理のない範囲で、地域の人たちに視覚障がい者だと知っておいてもらいましょう

- 地域の防災訓練には積極的に参加する

防災情報の収集ができるツールを準備・確認しましょう(ラジオ・テレビ・スマホなど)

- 正確な情報の入手方法を準備しておく(市町村のメール配信など)

災害用伝言ダイヤルの使い方を確認しましょう

身の回りの安全対策をしましょう

- 家具の転倒防止をする
- 重いものや割れ物は高いところに置かない
- 食器棚の扉に施錠器具をつける
- 窓ガラスが割れたときに備え、飛散防止対策(カーテンを引く、フィルムを貼る)をする

避難経路の確認をしましょう

- 避難する避難場所を確認しておきましょう(災害の種類によって避難場所が違う場合もあります)
- 生活している部屋から屋外へ逃げる経路を確認しておきましょう