

## 第I部

# 障害のある方・ご高齢の方へ

---

## 自分で守る、地域とつながる

---

### 目次

・ あっ 大地震 ! 別紙の書き方	……………	p. 2~3
・ 自宅で3日間を乗り切る	……………	p. 4~7
・ 災害時要援護者制度	……………	p. 8~9
・ 避難の判断	……………	p. 10~11
・ 避難所を確認する	……………	p. 12~13
・ 避難所と福祉避難所	……………	p. 14~15
・ 災害ボランティアセンター	……………	p. 16