

3. 肢体不自由のある方

1 災害への備え

避難する準備

1. 非常持ち出し品の用意…次のものを準備しておくとう便利。

- おぶい紐
- 杖
- 車いす用かっぱ



ポイント

車いすが使えない時を考えて…。

2. 避難経路の確認

車いすで通れないところはないか確認。



ポイント

災害時には、普段使っている建物の自動ドアが動かないかもしれません。自分であけられるドアはどこにあるかもあらかじめ探しておきましょう。

安全の準備

車いすの点検を

- ・車いすのタイヤは定期的に点検を。
- ・電動車いすの場合は、バッテリーは使用后必ず充電し、室温で保管を。
- ・補液タイプのバッテリーは定期的に液量をチェック。
- ・電動車いすに内蔵されていない充電器は安全な場所に。



2 地震がおきたら

■揺れを感じたら

◇ 身の安全を確保

転倒しないように、座る、這うなど姿勢を低くします。近くにつかまるものがあれば、しっかりつかまります。

[車いすを使用している場合]

- (1)家具などから離れて、ブレーキをかけ、カバンなどで頭を守ります。
- (2)できるだけ倒れてくるものがない、広い場所に移動します。

■揺れがおさまったら

◇ 安全な避難

- (1)地震の後には道路上の障害物が増え、車いすでの通行も困難になります。
- (2)近所の方などに誘導を頼み、早めに避難しましょう。
- (3)移動が危険だと判断したら、消防(119)に保護を頼むようにします。

