

災害時に備えて

発達障害のある方は、「いつもと違う」ことが苦手です。災害時に安心して過ごすためには、日頃からの準備が必要です。



自宅や学校などでの定期的な避難訓練を通して、災害前に起こることを経験しておく。



落ち着けるものを用意しておく（衣類、タオル、ぬいぐるみなど）。



予備の内服薬を1週間程度確保しておく。



平常時、医療機関や市町村施設等に災害時可能な対応を相談しておく。



ガソリンは一定量入っている状態にしておく。



平常時に家族で非常食を実際に食べてみて、食べられるものを確保しておく。



普段からトランプやカードゲーム、ボードゲームなどの電子機器不要の遊びをする。



お気に入りの音楽や動画をダウンロードしておく。



イヤーマフや耳栓を用意しておく。使用経験も必要。



お薬手帳の活用、処方内容を記録しておく。



災害時に備えて日頃から準備できること



山梨県総合県民支援局 子育て・次世代サポート課（甲府市丸の内1-6-1）

TEL：055-223-1425

こころの発達総合支援センター（甲府市住吉2-1-17）

TEL：055-288-1695



子育て・次世代サポート課



こころの発達総合支援センター



災害時に発達障害のある方が避難所で安心して過ごすために



災害時、発達障害のある方を あたたかく支援してください

発達障害を知り、寄り添うために

発達障害とは・・・

誰にでも得意不得意はあり、凸凹のうち他の人より優れていれば才能とされますが、中には発達の妨げや困りにつながるような場合には、発達障害とされています。特別な配慮や支援が必要な場合には以下のように診断されることがあります。(医学的には、知的発達症(知的障害)および発達障害をあわせて『神経発達症』といいます。)

自閉スペクトラム症 (ASD)

- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、こだわり
- 興味のかたよりの傾向
- 感覚の敏感さや鈍感さ

広汎性発達障害(PDD)やアスペルガー症候群と言われることもあります。

知的な遅れを伴うこともある

注意欠如多動症 (ADHD)

- 不注意(集中できない)
- 多動・多弁(じっとしてられない)
- 衝動的に行動する(考えるより先に動く)

限局性学習症 (SLD)

- 読む、書く、計算する等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

- コミュニケーション群(言語症・語音症)
- 運動症群(発達性協調運動症)
- チック症群(トゥレット症・チック症)などがあります。

※診断基準DSM-5-TRで表記



災害時には 適切な支援をお願いします

災害時に発達障害のある方に対し、適切な支援があれば避難所などにおいても安定した生活を送ることができます。特性に応じた配慮を行い、適切なかわりや環境を整えることが必要です。



具体的な対応はこちら▶

避難所での対応

発達障害のある方が、困っていることは、目で見てすぐにはわかることは多くありません。耳を傾け、受けとめようとする気持ちが大切です。みなさんの理解と支援を必要としています。

こんな場合は・・・

このように対応

●変化が苦手

いつもと違うことや見通しの立たないことが極端に苦手で、急な予定の変更などで不安になったり、動揺したりすることがあります。



●具体的に伝える

- してほしいことを具体的におだやかな声で指示します。
- ささいなことでも予定の変更等を見通しが立てられるように具体的に伝えます。



●コミュニケーションが苦手

話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。



●目に見える形で伝える

- 具体的な言葉を文字や絵など、目に見える形で伝えます。
- 個別に声をかけます。
- 簡潔に具体的に話しかけます。



●強い不安を示す

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



●具体的な日課活動を示す

- 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。
- 筆記用具と紙、パズル、図鑑、ゲーム等の提供チラシ配りや、掃除などの簡単な作業を割り当てます。



●感覚が過敏な場合

一般的に気にならないような音やにおい、光、手の汚れなどについて極端に敏感になることがあります。



●居場所の配慮を

- 部屋の角や別室、テントの使用など、個別空間を確保します。



●感覚が鈍感な場合

大きな怪我をしていても痛みを訴えないなどの鈍感さがある場合もあります。

●健康チェックに工夫を

- 身体の状態に変化がないか、清潔が保たれているのかなどを観察します。



●危険な行為が分からない

危ない場所に行ったり、触ってはいけないものを触ってしまうことがあります。



●見える形で危険を伝える

- 行ってはいけないところや触ってはいけない物ははっきりと分かるように「×」などの印をあらかじめつけます。

