

災害時要支援者とは

高齢者や障がい者、傷病者、乳幼児、外国人など、災害発生時に何らかの支援が必要な人を災害時要支援者といいます。この災害時要支援者を災害から守るために地域で協力し合いながら、その人の状態・状況に応じた配慮や支援が積極的に行えるようにしましょう。

災害時要支援者の安全な避難誘導

■高齢者や寝たきりの方

- ・あらかじめ災害時の支援者を決めておき、できるだけ複数人で対応できるようにしましょう。
- ・車いすや担架を使うほか、緊急時にはおぶって避難しましょう。



■病気やけがをしている方

- ・状況に応じて、声をかける、肩を貸す、手をそえるなどの協力をしましょう。



■目の不自由な方

- ・「お手伝いしましょうか」とまず、声をかけましょう。
- ・誘導するときは、腕を貸してゆっくりと歩きましょう。



■耳の不自由な方

- ・正面から口を大きく動かして話しかけるようにしましょう。
- ・口頭で伝わりにくいときは、身振り手振りや筆談で正確な情報を伝えましょう。



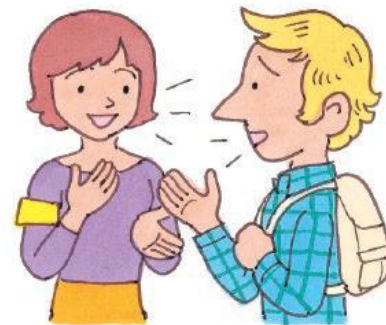
■車いすを利用している方

- ・階段では2人以上で援助し、上りは前向き、下りは後ろ向きで移動しましょう。
- ・支援者が1人の場合はおぶって避難しましょう。



■日本語が十分でない外国人の方

- ・孤立させないように、日本語でもいいので声をかけるようにしましょう。
- ・言葉が通じない場合は、身ぶり手ぶりで伝え、道順などは手で方向を示してあげましょう。



心臓が止まってしまうような重大な事故は、いつ、どこで、何が原因でおこるか分かりません。心臓と呼吸が止まってから時間の経過とともに救命の可能性は急激に低下しますが、救急隊を待つ間に居合わせた人が心肺蘇生などを行うと救命の可能性が2倍程度に保たれることがわかっています。日本では、119番通報があつてから救急車が現場に駆けつけるまでに平均して8分ほどかかります。事故などにあった人が心肺停止になったとき、その人を助けるためには、そばに居合わせた人が応急手当を行うことが重要となります。

心肺蘇生法

- 事故などにより傷病者が心肺停止状態になった場合、現場に居合わせた人は救急車が来るまでに、速やかに心肺蘇生などを行う必要があります。



1 意識確認

- 意識がなければ、助けを呼び、119番通報とAEDを要請する。

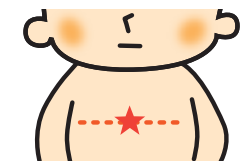
2 呼吸確認

- 胸と腹部の動きを見ます。動いていなければ、心停止と判断します。



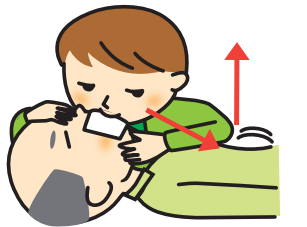
3 胸骨圧迫

- 胸の真ん中に手を置く。
- 肘を伸ばし、胸が少なくとも5cmしずむように圧迫する。
- リズムは1分間に少なくとも100回。



4 人工呼吸（※省略可能）

- 気道を確保したまま患者の鼻をつまみ、患者の口をおおい、1秒かけて息を吹き込む。
- 2回行う。
- 自信がない、抵抗がある場合は省略してよい。



5 心肺蘇生法

- 胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を、到着した救急隊と交代するまで繰り返す。
- 人工呼吸を省略した場合は胸骨圧迫のみ繰り返す。

