



# - も く じ -

地震 編

P1

大雪 編

P3

風水害・土砂災害 編

P4

非常用持ち出し品(備蓄品)のチェック

P8

地域でのコミュニケーション

P9

早く、正確な情報を集める

P10

聴覚障害者の意思表示

P11

地域のみなさんへ

P12

## まえばししこうしき 前橋市公式YouTube

前橋市公式YouTubeでは、自立支援協議会手話施策検討部会が作成した、災害関連の動画をアップしています。

前橋市公式YouTube  
「手話で話そう」→



## まえばしし 前橋市ホームページ

「みんなで学ぼう！聞こえない人のための防災ガイド」を前橋市ホームページで紹介しています。

前橋市ホームページ→



## 用語の説明

### ハザードマップ

自然災害が発生したときに被害が想定される地域や、避難所などを表した地図。自宅の危険性が確認できます。  
(ハザードマップの配布場所：防災危機管理課、各支所、市民サービスセンター)

### 浸水深(しんすいしん)

洪水などによって地面等が水におおわれることを浸水といい、その深さ(地面から水面までの高さ)を浸水深といいます。

### 浸水継続時間(しんすいけいぞくじかん)

浸水した深さが50cmに達してから、50cmを下回るまでの時間。浸水している間は、電気・ガス・水道などが止まるおそれがあり、生活するのが困難になります。

### 指定避難所(していひなんじょ)

災害の危険があるとき、住民を一時的に滞在させるために自治体が指定した施設。大雨のときに開設されないところがあるので、自分の地域の指定避難所を確認しておきましょう。

### 自主避難所(じしゅひなんじょ)

台風や大雨の影響で、洪水や土砂災害の発生が予想されるときに避難者を受け入れる施設。原則、食料や寝具等の用意はありません。

### 土砂災害警戒区域(どしゃさいがいけいかいいき)

土砂災害のおそれのあるエリアを「土砂災害警戒区域」と呼び、その中でも特に危険なエリアを「土砂災害特別警戒区域」といいます。



ひごろ そな かくにん

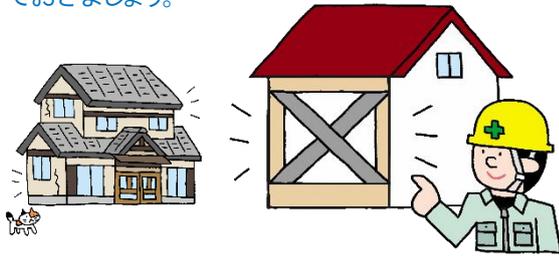
# 日頃の備えを確認してみよう！

# セルフチェックをしてみよう



## 家屋の耐震対策は大丈夫ですか？

家屋の倒壊などにより大きな被害が予想されます。このような被害を防ぐため、早めに危険箇所がないか確認し、耐震補強を行っておきましょう。



## 家具の転倒防止の対策はしていますか？

家具を安全に配置し、固定しましょう。

- ▶ L字型金具等を使って壁などに家具を固定しましょう。
- ▶ 上下二段重ねの家具類は、上下を平型家具などで固定します。



## 窓ガラスの飛散対策はしていますか？

ガラスが飛び散らないようにするフィルムを窓ガラスなどに貼ると有効です。



## ブロック塀の点検はしていますか？

倒壊した塀は道路を塞ぎ、避難や救助、消火活動を妨げる場合があります。ブロック塀の安全性を点検して、災害に備えましょう。



## やくだ お役立ち じょう ほう 情報

ふえ ぼうはん かいちゆうでんとう まくらもと お  
笛や防犯ブザー、懐中電灯を枕元に置く



ふえ ぼうはん かいちゆうでんとう  
笛または防犯ブザー、懐中電灯

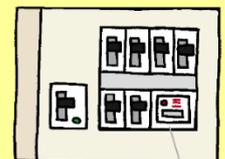


ふえ ぼうはん かいちゆうでんとう  
笛や防犯ブザーは、地震などの災害時に自分の居場所を知らせるために役立ちます。夜間の停電時では、手話や筆談が見えません。手の届くところに懐中電灯を！

じしん さい かいさいよぼう かんしん  
地震の際の火災予防には、感震ブレーカー

じしん かいさい おお でんき まいん かいさい い  
地震による火災の多くが電気に起因する火災と言われています。大地震時の電気火災を防ぐには、揺れを感知して自動的に電気を止める「感震ブレーカー」の設置が有効です。

かんしん  
感震ブレーカー



感震センサー

# 地震が起きたときの対応

大きな地震が起きたときは、慌ててしまいます。  
地震が起きたときの行動を覚えておきましょう。



## 地震発生

### 地震発生直後

●机の下などに入り  
身を守りましょう。



●落ち着いて自分の  
命を守りましょう。



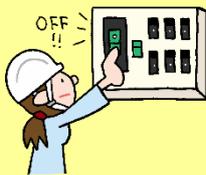
あわてない!

### 発生から数分

●テレビ、スマートフ  
オンなどから情報を  
集めましょう。



●ガス栓を閉め、  
電気のブレーカーを  
切りましょう。



### ～数日（3日ぐらい）

●生活に必要な物は、  
自分で備えたものを  
使いましょう。



●引き続き情報を集めましょう。

●揺れに注意して、助け合いましょう。

### 揺れが収まったら

●火元の確認、初期消火



●余震に注意

●家族の安全確認

●ドアや窓を開けて、  
逃げ道を作りましょう。



●持ち出し品を用意し、靴  
を履きましょう。



### 発生から～数時間

●引き続き余震に注意

●近隣の安全確認

●近所の人と協力

して消火や救出活動  
をしましょう。



●家屋倒壊などの

おそれがあれば

避難しましょう。



### こんな場所で大地震にあったら

●路上 カバンなどで頭を保護し、看板などの落下物、  
自販機やブロック塀の横転に気を付けましょう。

●エレベーター 全ての階のボタンを押し、停止した階で  
降ります。閉じ込められたら、インターホンで連絡します。

●電車やバス 座っている場合は、姿勢を低くしてカバン  
などで頭を保護し、立っている場合は、つり革や手すりなど  
につかまりましょう。

●車を運転中 ハザードランプを点灯させ、左側に停車  
し、揺れが収まるまで車内にいます。車を置いて避難する  
場合、キーは付けたままで、ドアロックはしません。



# おおゆき へん 大雪 編

## ゆき ふ まえ 雪が降る前にすませること



ながぐつ 長靴、スコップな  
じよせつ ひつよう 除雪に必要な  
もの準備をしま  
しょう。



でんき 電気がなくても暖を  
とれる準備をしてお  
きましょう。



スタッドレスタイヤ、  
チェーンの用意をし  
ておきましょう。



テレビ、インター  
ネット、メールな  
どから降雪情報  
を確認するよう  
にしましょう。



か もの ゆき ふ 買い物は、雪が降  
る前にすませておき  
ましょう。

●降雪時の運転は、スリップや積雪による立ち往生などのリスクがあります。車の運転は、なるべく控えましょう。



## じよせつ さい き 除雪の際に気をつけること

めんどう いのちづな 面倒でも命綱とヘルメットを。用具は、  
こまめに手入れ・点検をしましょう。



たか 高いところに上る場合  
は、はしごの固定を忘  
れずに。

さぎょう 作業は、2名以上  
で行いましょう。

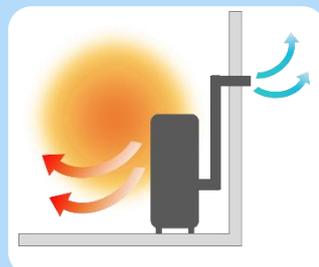
※転落して動けなくなった時のために、携帯電話  
や笛を身につけておきましょう。



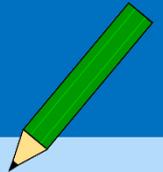
ずじょう らくせつ 頭上からの落雪  
に注意しましょう。



LP ガス設備が  
破損していないか  
確認をしましょう。



きょうせいきゆうはいきがた 強制給排気型 ス  
トープの給排気筒  
を点検しましょう。



ひごろ そな かくにん

日頃の備えを確認してみよう！

セルフチェックをしてみよう



ハザードマップ※1で危険箇所を確認してみよう！

自宅や周辺地域の災害の危険性を確認しておきましょう。実際に避難することを想定して、災害ごとの避難先経路の確認も忘れず行いましょう。



※1解説は表紙裏「用語の説明」を参照  
前橋市ホームページ→

オーダーメイド避難計画「マイ・タイムライン」を作成してみよう！

「マイ・タイムライン」とは、台風等の接近などにより、災害発生のおそれがある場合に家族構成や生活環境に合わせ、いつ何をするのかをあらかじめ時系列で整理した住民一人一人の「オーダーメイド」の避難計画です。

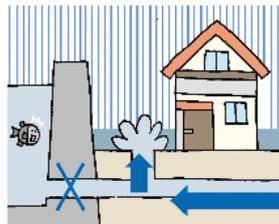


「マイ・タイムラインをつかってみよう」  
前橋市ホームページ →

内水ハザードマップで危険箇所を確認してみよう！

内水ハザードマップは、前橋市の下水道整備状況等を基に、想定条件の降雨による内水反乱の状況を、シミュレーションにより求めたものです。

※内水とは、下水道の排水能力を超えた雨が降ったときに発生します。



側溝や排水溝の清掃、雨どいの詰まりを確認しましょう！

側溝や排水溝は掃除し、水の流れをスムーズにしておきます。また、雨どいが土砂や落ち葉などで詰まっていないか確認しておきましょう。



※インターネットで前橋市の地図情報が閲覧できる「さーちずまえばし(前橋市地図情報システム)」では、ハザードマップや内水ハザードマップを見ることができます。



みぎうえにじげん  
右上の二次元コードか、インターネットで「さーちずまえばし」と検索してください。「安全・安心」からマップを見ることができます。



家の近くの危険箇所、避難の際気を付けるところをメモしよう！



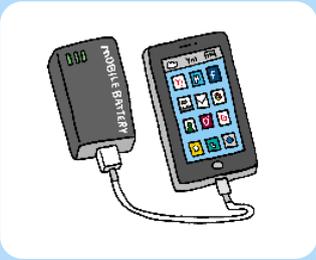
あめかぜ つよ まえ  
雨風が強くなる前にすませること



あまど  
雨戸、シャッター  
を閉めましょう。



らっか ひさん  
落下 や 飛散 の  
きけん  
危険のあるものを  
かたづ  
片付けておしま  
よう。



けいたいでんわ じゅうでん  
携帯電話の充電

さいがいじ じょうほうしゅうしゅう  
災害時の情報収集、  
れんらくしゅだん てもと  
連絡手段、手元を照ら  
すライトなど、さまざま  
りよう かんが  
利用が考えられます。



やねがわら  
屋根瓦、アンテナ  
あんぜんかくにん おこな  
の安全確認を行  
いましょう。



テレビ、インターネ  
ット、メールなどが  
あめかわ ようす  
ら雨や川の様子を  
かくにん  
確認しましょう。



ど  
土のうなどによる  
すいぼうたいさく  
水防対策

ど  
土のうは「土のうステ  
ーション」でもらえます。

ど  
土のうステーションを活用してく  
ださい。

こうらじき がつ がつ かいせつ  
※(降雨時期6月～10月のみ開設)

しんすいとう ひがいけいげん  
浸水等の被害軽減のために、土のうを  
かつよう  
活用してください。「土のうステーション」は、  
しやくしよほんちようしゃ しみん  
市役所本庁舎、市民サービスセンター、  
かくししよ ほけん せつち  
各支所、保健センターなどに設置されてま  
す。詳しくは、まえばしし  
ページで確認を。

まえばしし  
前橋市ホームページ→



ひなんじよ さいがい かいせつ  
※避難所は、災害によって、開設されない  
ばしよ  
場所があります。あらかじめ確認しておきま  
しょう！

No.	施設・場所名	対象とする異常な現象の種類			
		洪水	土砂	地震	火災
1	岩神小学校			●	●
2	牧島公園			●	●
3	牧島小学校			●	●
4	第三中学校			●	●
5	岩宮小学校	●		●	●
6	日吉町1号公園			●	●

まえばしし  
前橋市ホームページ→



か もの じぜん  
買い物は、事前に  
すませておしま  
よう。

じたくいがい ばしよ  
自宅以外の 場所 に  
ひなん ばあい も だ  
避難する場合、持ち出し  
ひん じゆんび  
品を準備しましょう。



さいがい てき ひなんさき じたくいがい  
災害に適したあなたの避難先(自宅以外)

ハザードマップに記載されている避難所や安全な親戚・  
ちじんたく とう ひなん ばしよ かんが  
知人宅・ホテル等、避難する場所をたくさん考えておこう。

① 自宅のリスクと避難場所 (風水害・土砂災害)



ハザードマップやかわみるぐんまを見ながら、フローチャートを試みよう。まずは、ハザードマップやかわみるぐんま  
で自宅の場所を探してみよう。

POINT 1



マップで自宅のリスクを確認

※「かわみるぐんま」で自宅の場所を  
タップすると、家屋倒壊等氾濫想定区域や  
土砂災害警戒区域、浸水深などが確認で  
きます。「かわみるぐんま」→



マップで自宅に色がついている

はい

いいえ

「家屋倒壊等氾濫想定区域」  
内である

「土砂災害特別警戒区域」  
「土砂災害警戒区域」内である

その他の  
区域

自宅でも避難可能  
次のページ②へ→

自宅以外の安全な場所に避難  
次のページ②へ→

POINT 2 へ

POINT 2



浸水の危険を確認

※「家屋倒壊等氾濫想定区域」とは、想定  
される最大規模の雨が降ったときに、家が  
倒れたり、流されたりする危険性が高い  
地域のことをいいます。



自宅の浸水深	居住階数	避難可能
5.0m以上	3階以上に住んでいる	自宅でも避難可能 次のページ②へ→
3.0m~5.0m	1~2階に住んでいる	自宅でも避難可能 次のページ②へ→
0.5m~3.0m	2階以上に住んでいる	自宅でも避難可能 次のページ②へ→
0m~0.5m	1階に住んでいる	自宅でも避難可能 次のページ②へ→

自宅以外の  
安全な  
場所に避難  
次のページ②へ  
→



※避難のポイント

① 避難するときは、動きやすい服装で。

荷物はリュック(持ち出し品は濡れ  
ないようにビニール袋に包んで)、運動靴、長袖長  
ズボン、ヘルメット(帽子)、杖や棒(閉じた傘)など



② 安全を確認しながら、移動を始めます。

夜中に大雨が予想される  
場合は、暗くなる前に  
避難しましょう。



## ②避難するタイミングを確認しよう



前のページ「自宅のリスクと避難場所」で、自宅での避難が可能か、自宅以外の場所に避難が必要かを確認したら、避難のタイミングを確認してみよう。

(前のページで)「自宅でも避難が可能」ですか？

いいえ

はい



自宅でも避難可能

自宅以外の安全な場所に避難

自宅の浸水している時間は？

時間

前のページの「かわみるぐんま」の二次元コードを読み込み、自宅をタップして浸水継続時間を記入してみましょう。

安全な場所に住んでいて

避難させてくれる親戚や知人はいる？

自宅が浸水しても水が引くまで我慢できる？  
水・食料などの備えは十分用意できている？

いいえ

はい

いいえ

はい

自宅でも避難可能

あなたの避難開始

警戒レベル3

(高齢者等避難)

安全な親戚や知人宅に避難

あなたの避難開始

警戒レベル3

(高齢者等避難)

開設している避難所をインターネットやメールで確認して避難

自宅でも避難が可能な場合、

無理に避難しないように！

## 警戒レベルと避難情報

警戒レベル1

天気予報を確認しましょう。

警戒レベル2

避難方法などを調べる。

警戒レベル3

(高齢者等避難)

高齢者や障害者は避難する。

警戒レベル4

(避難指示)

危険な場所から全員避難する。

警戒レベル5

(緊急安全確保)

すでに災害が発生している状況

ひじょうようも だ ひん びちくひん  
非常用持ち出し品(備蓄品)のチェック



ひじょうようも だ じゅんび  
非常用持ち出しバッグの準備をしましょう！

食料(3日分)

かんづめ  
缶詰、ビスケット、アメ、チョコレート、  
えいようほじょしょくひん  
栄養補助食品 など



飲料水



応急薬品・常備薬

ほうたい しょうどくえき じょうびやく  
ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬 など

予備電池・スマホバッテリー



預金通帳・銀行印



衣類(気温に応じた洋服)

したぎ うえぎ くつした  
下着、上着、靴下、レインウェア など



タオル



歯ブラシ・歯磨き粉

使い捨てカイロ



毛布・アルミシート



避難時に着用するもの

へるめつ ぐんて うんどうぐつ  
ヘルメット、軍手、運動靴



感染症対策物品

しゅししょうどくよう  
マスク、手指消毒用アルコール、  
たいおんけい せつけん  
体温計、石鹸・ハンドソープ、  
ウェットティッシュ など



●上記以外に各家庭で必要な物

生理用品



赤ちゃん用品

ほにゅうびん  
ミルク、哺乳瓶、おむつ、  
おしりふき、母子手帳 など



高齢者に役立つもの

い ば い ば せんじょうざい ろうがんきょう  
入れ歯、入れ歯洗浄剤、老眼鏡、  
つえ、大人用紙パンツ など



●あると便利なもの

ライター(マッチ)、スリッパ、

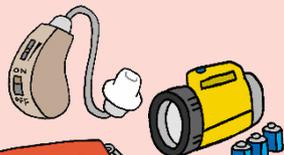
ビニール袋、ヘルプマーク、

災害用バンダナ など



わたしの必需品

補聴器+電池



懐中電灯・ヘッドライト

笛・防犯ブザー



メモ・筆記用具

日頃から使用しているもの

スマートフォン



マイナンバー



保険証類・お薬手帳



障害者手帳



免許証

現金



(10円があると公衆電話の利用に便利)

さいがいじ いえ なか せいかつ ひつよう しゅうかんぶん  
**災害時、家の中で生活するために必要なもの(1週間分)**



飲料水(飲料水は1日3ℓ)

米

缶詰・レトルト食品

麺類(カップ麺など)

菓子類

カセットコンロ



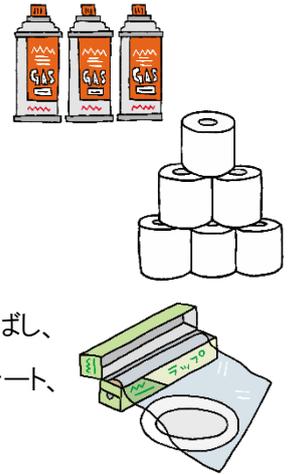
予備のガスボンベ

トイレトペーパー

ティッシュペーパー

●あると便利なもの

紙皿・紙コップ、ラップ、割りばし、  
 簡易トイレ、バケツ、ブルーシート、  
 寝袋、新聞紙、ガムテープ



やくだ お役立ち じょう ほう  
**情報**

**ローリングストック**

日常生活で消費しながら備蓄することを「ローリングストック」といいます。  
 食料品や日用品を多めに買い置き、古いものから消費して、買い足すという  
 方法です。いつも食べているお菓子や食べ物が立派な備蓄品になります。



ちいき  
**地域でのコミュニケーション**

災害が起こったときは、地域での助け合いが大切になります。普段から地域での付き合いを大切にし、いざというときに助け合える関係づくりに努めましょう。



ぼうさいくんれんとう さんか  
**防災訓練等への参加 ※2**

※2 防災訓練等に参加する場合は、手話通訳者や要約筆記者の派遣を依頼することができます。



地域で実施される防災訓練に参加しましょう。訓練の機会を通して、近隣の人たちとのコミュニケーションを深め、自分の障害について理解してもらいましょう。どのような手助けが必要なのかをわかってもらえると、いざというときに役立ちます。

手話通訳者等の派遣(市社会福祉協議会ホームページ) ↑

となりきんじよ こうりゆう  
**隣近所との交流**

前橋市聴覚障害者福祉協会・手話サークルの案内(前橋市ホームページ)→



前橋市聴覚障害者福祉協会による講師派遣(市社会福祉協議会ホームページ)→



地域の人と顔なじみになり、自分の障害を理解してもらうなど、日ごろから交流を深めておきましょう。緊急時に遠慮なく援助し合えるような関係を作っておくことが大切です。

また、地域の自主防災組織のリーダーや近隣の人などに、災害が発生したときには手助けしてもらえるよう、あらかじめ協力を依頼しておきましょう。さらに、障害者団体やサークル(手話サークルなど)に入り、情報交換を図るのも良いでしょう。

はや せいかく じょうほう あつ  
**早く、正確な情報を集める**

まえ ばしし はっしん さいがいじょうほう こうしき  
**前橋市から発信される災害情報(公式)**

※SNSは、誰でも簡単に発信できるので、**デマ情報**が流れたりします。公的機関やメディアの運営するアカウントを活用しましょう。



まえ ばしし  
**前橋市ホームページ**

だいき ぼさいがい はっせい とし  
 大規模災害が発生した時は、トップページに災害情報が公開されます。  
**※事前登録不要**



あんぜん  
**まちの安全ひろメール**

きしょうじょうほう ひなんじょうほう ぼうさいじょうほう  
 気象情報や避難情報、防災情報などを配信するメールサービスです。  
**※事前登録必要**



まえ ばしし こうしき  
**前橋市公式LINE**

あんぜん おな ぼうさいないよう  
 まちの安全ひろメールと同じ防災内容をお知らせします。  
**※アカウント必要**



あんぜん  
**前橋市まちの安全エックス**

あんぜん おな ぼうさいないよう  
 まちの安全ひろメールと同じ防災内容をポストします。(旧Twitter)  
**※アカウント必要**



ぼうさいそくほう  
**Yahoo! 防災速報**

すま ちいま とろく ぼうさいじょうほう  
 お住いの地域を登録すると防災情報(自治体からの緊急情報)が通知されます。  
**※地域登録必要**



きんきゅうそくほう  
**緊急速報メール(エアメール)**

きんきゅうじしんそくほう さいがい ひなんじょうほう  
 緊急地震速報や災害・避難情報を携帯電話で受信することができます。  
**※事前登録・アカウント不要**  
 (機種によってはエアメール設定が必要)



た さいがいじょうほう  
**◎その他の災害情報**

● **テレビ(データ放送)**

テレビのリモコン「dボタン」で、地域の災害情報が得られます。  
 データ放送前橋市ホームページ



● **群馬県防災ポータルサイト**

県内35市町村の警戒情報などを一覧で確認することができます。



群馬県防災ポータルサイト

● **かわみるぐんま (6ページ参照)**

● **気象庁(気象警報・注意報)**

● **群馬県県土整備部防災情報**

● **NHKのサイト(天気・防災手話CG)**



NHKのサイト



**さーちずまえばし**

ハザードマップや前橋市の様々な地図情報が確認できます。  
**※事前登録不要**



**※災害時の安否確認に活用できます!**

● **災害伝言板(携帯電話・パソコン用)**

パソコン、スマートフォン、携帯電話によりインターネット上で、被災地の方が伝言を文字によって登録し、固定電話、携帯電話番号をもとにして全国から伝言を確認できます。



# 聴覚障害者の意思表示

## ヘルプカードへの記入と携帯

緊急連絡先や必要な支援内容などが記載された「ヘルプカード」は、障害のある方などが災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲に自己の障害への理解や支援を求めるためのものです。



群馬県ホームページ



## 避難所コミュニケーションカード

災害時は、すぐに手話通訳者や要約筆記者が支援に入れるとは限りません。指差し等で簡単に必要な会話ができるカードなどを持っておくと、いざというときに役立ちます。携帯用カードは、障害福祉課で配布しています。



前橋市ホームページ



※避難所コミュニケーションカードの内容(↓こちらを使用しても構いません)



わたし みみ  
**私は耳が**

き  
聞こえません

き  
聞こえにくいです

わたし  
**私は**

はな  
話せません

もう しゃ  
盲ろう者です

ひなんじょ  
**この避難所に**

しゅわつうやく  
手話通訳

ようやくひっき  
要約筆記

もう しゃかいじょ  
盲ろう者介助

ひと  
**できる人はいますか？**

ひつたん ねが  
筆談でお願いします

さいがいじょうほう おし  
災害情報を教えてください

ひなんじょ はいきゅう  
**この避難所では、配給がありますか？**

た もの の もの  
食べ物・飲み物

もうふ いるい  
毛布・衣類など

わたし **私は**  ひつよう **が必要です。**

ひなんじょ **この避難所では**  **は、どこにありますか。**

メモ

## ちいき 地域のみなさんへ

さいがいはっせいじ おと じょうほう え さいがいはっせいじ おと じょうほう え  
災害発生時、音からの情報が得られないことで、命に関わる問題  
が起きてしまう場合があります。聴覚障害について、正しく理解をし、  
さいがいはっせいじ はいりよ て だす かんが  
災害時の配慮や手助けについて、考えてみましょう。

## き 聞こえないってどういうこと？

き 聞こえない・聞こえにくい人たちのことを「耳の不自由な人」とか「聴覚障害者」という言い方をします。おな ちようかくしやうがいしや  
同じ聴覚障害者  
でもしょうがい じやうたい そだ かんきやう じやうきやう こと つぎ よ  
でも障害の状態や育った環境で状況は異なり、次のように呼ばれています。

### ろう しゃ 者

う 生まれつき、または乳幼児期に聞こえなくなった人たち。いっばんてき がつこう かよ  
一般的にはろう学校に通  
い、おも しゅわ もち ひと  
い、主に手話を用いてコミュニケーションをとる人たちです。

### なんちやうしや 難聴者

おも いっばんこう かよ ほちやうき ていどき と ひと  
主に一般校に通い、補聴器をつければある程度聞き取りができる人もいます。

### ちゆうとしちやうしや 中途失聴者

おんせいげんご にほんご かくとくご びやうき じこうき き ひと  
音声言語(日本語)を獲得後、病気や事故等で聞こえなくなった人たち。き 聞こえなく  
てもはな ひと おお  
ても話すことができる人が多いです。

### もう 盲ろう者

「ろうベース」...みみ ふじゆう ひと め ふじゆう ばあい  
「ろうベース」...め ふじゆう ひと みみ ふじゆう ばあい  
「ろうベース」...目の不自由な人が目も不自由になった場合  
「ろうベース」...目の不自由な人が耳も不自由になった場合

## と かた コミュニケーションの取り方

ちようかくしやうがいしや き じやうきやう おう ほうほう さまざま おも ほうほう しゅわ  
聴覚障害者といっても、それぞれ聞こえの状況に応じて、コミュニケーション方法も様々です。主な方法として、手話や  
ひつだん こうわ ひと ほうほう つか ふくすう ほうほう つか わ たいおう  
筆談、口話などがありますが、一つの方法だけを使っているわけではなく、複数の方法を使い分けて対応します。

### 手 話

め み はな もじ て つか はな ひやうじやう  
目で見て話すことばで、文字どおり手を使って話します。手だけではなく、表情や  
からだ うご つか  
体の動きも使います。



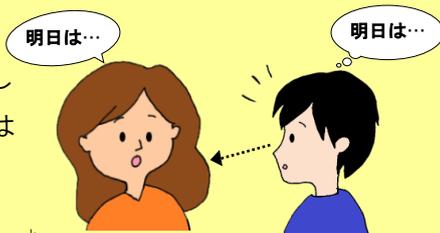
### 筆 談

かみ て もじ か つた ほうほう けいたいでんわ  
紙や手のひらに文字を書いて伝える方法で、携帯電話やスマートフォン、パソコン  
りよう かんじ い みじか ぶん つた  
などを利用することもあります。漢字を入れた短い文だと伝わりやすいです。



### 口 話

くち うご ことば よ と こえ だし  
口の動きから言葉を読み取り、伝えたいことを声に出し  
はな  
て話すコミュニケーション方法です。ただし、口話だけでは  
せいかく つた  
正確に伝えられません。



### そ の他

みぶ ぶきき と  
ジェスチャー(身振り)や指差しでもコミュニケーションを取ることができます。  
もじ ゆびさす じやうほう つか ゆびさし  
文字やイラストを指差すことで情報を伝える、指差しボード(コミュニケーションボード)は、  
ちようかくしやうがいしや かぎ こうれいしや がいこくじん やくた  
聴覚障害者に限らず、高齢者や外国人とのコミュニケーションにも役立ちます。



## コミュニケーションを取るときに配慮すること

- 1 話しかけるときは、後ろからではなく、前に回って話しかけましょう。顔の表情や口元が分かるように、マスクは外してください。
- 2 コミュニケーション方法は、手話・筆談・ゆっくり話すなど、人によって様々です。手話で話したり、たとえ手話ができなくてもジェスチャー(身振り)や指差し、ゆっくりはっきりと話しかけたり、紙に書いたりなど、コミュニケーション方法を確認してみましょう。
- 3 話の内容が正しく伝わっているか確認しながら伝えましょう。相手が「分かった」と言っている場合でも、正しく伝えられていない場合があります。お互いに確認しながら、コミュニケーションを取るのがポイントです。

## 聴覚障害者とのコミュニケーション Q&A

Q

聴覚障害者は、見た目でわかりますか？

A

見た目ではわかりません。聴覚障害は、目に見えない障害とされています。話しかけても反応が無かったり、音への反応が遅い人がいたら、聞こえているか確認してみましょう。

すみません！



Q

補聴器をつけている人は、声が聞こえていますか？

A

補聴器を付けていても、言葉が聞き取れているとは限りません。音声でのコミュニケーションが難しい場合は、他の方法で対応しましょう。



Q

聴覚障害者とのコミュニケーションは、筆談だけで伝わりますか？

A

ろう者(特に高齢者)の中には、筆談の苦手な方がいます。筆談だけでは、上手くコミュニケーションが取れない場合があります。



※ 避難所では、誰が支援者が分からないと困ります。指定避難所には、災害用バンダナがあります。ない場合は、ガムテープに油性マジックで「手話できます」、「看護師」などと大きく書いて、胸と背中(せなか)に貼りましょう。

Q

ひつだん  
筆談するときのポイントはありますか？

A

しつもん こた  
〈質問は答えやすいように〉

× どこか痛くないですか？ ○ 痛い？どこ？

ようけん かんけつ  
〈要件は簡潔に〉

× 申し訳ないですが、あと20分お待ちください。 ○ 20分待ちです。

かんじ つか  
〈漢字を使う〉

× ごご1じにしよくじがきます。 ○ 午後1時に食事がきます。

Q

ひなん ひなんじよ こま なん  
避難するときや避難所で困ることは、何ですか？

A

さいがいはっせい じ じょうきよう わ てきせつ こうどう と  
〈災害発生時、状況が分からず適切な行動が取れない〉

しかくじょうほう じゅうい なに お わ からないことがあります。迷っているようだった  
ら、避難する方向を指差し、走るジェスチャーなどで移動することを伝えましょう。

くら ばしよ と  
〈暗い場所でコミュニケーションが取りにくい〉

くら しいところでは、手話や筆談などのコミュニケーションが取りにくいです。避難所では、明るい  
うちに聴覚障害者の把握をしておきましょう。

ひなんじよ よ わ  
〈避難所での呼びかけが分からない〉

ひつよう はいきゆう じょうほう う と よ 呼びかけは文字情報も一緒に行う  
など、視覚的配慮を忘れないでください。

ひなんじよ たんとしや しゅうい ひと ほうそう  
避難所の担当者や周囲の人は、放送があったらサポートできるようにしましょう。

ひなんじよ そうだんさき わ  
〈避難所での相談先が分からない〉

ひなんじよ はな あ ひと そうだんさき ふあん  
避難所で、話し合える人や相談先がないと不安になってしまいます。  
知っている手話で話しかけて、ろう者と気軽に交流してみましょう。

また、避難所で設置される運営委員会に、手話が分かる人と一緒に  
参加してもらい、当事者の困っていることを直接聞くのも良いでしょう。



※ コミュニケーションが難しい方でもスムーズに意思疎通できるよう、指定避難所にコミュニケーションボードを配備してあります。周囲の人たちと必要な情報のやりとりができる指差し用ボードです。