

## 第8回災害リハビリテーション支援研修会

～ 大規模災害時、重度障害者が生き残る道～

今回は前回に引き続き1月25日におこなわれた、災害リハビリテーション支援研修会の「大規模災害時に備えて当事者の取り組み」Part2として、エイブル・パフォーマンス集団「ガラ(柄)」の遠藤善生さんから「災害に向けた準備」、兵庫頸髄損傷者連絡会の米田進一さんから「人工呼吸器使用者の避難マニュアルを作成」、全体を通しての質疑応答とアンケートにいただいた感想を紹介します。

今回も重度の障害を持つ私たちが大規模災害時に備える当事者の取り組みから、大規模災害に遭遇してしまった時に、どのように乗り越え生き抜いていくのかのヒントを頂ければと思います。

(文字おこし：石川真樹／編集：島本義信)

### 2. 大規模災害時に備えて当事者の取り組み Part2

#### ◆ 災害に向けた準備

エイブル・パフォーマンス集団「ガラ(柄)」 遠藤 善生



京都市南部にあるエイブル・パフォーマンス集団「ガラ(柄)」の代表をしています遠藤善生です。ガラは約5年前に立ち上げ、京都市と京都市南部の伏見区や宇治市などで、ヒューマンライブラリーとしてのアート活動や地域交流として堀川商店街の知っとく講座、地域と障がい者との関係の勉強会、学童クラブとの交流などを行っています。

ガラの会員は才能や個性を生かしたインクルーシブな街づくりというテーマで、有識者や福祉関係者、身体障がい者、知的障がい者、視覚障がい者など約25名で活動しています。

私たちが防災企画として少しずつですが活動します。その1つが京都府宇治市にある天ヶ瀬ダム課題です。この天ヶ瀬ダムには堤体にひび割れ・クラックあり安全性の問題があると指摘されていますが、国土交通省は大丈夫だと言ってなかなか対策が進んでいないままですが、水害の危険性が全国でも1・2位を争うぐらい危険なダムとの指摘もあり、もしこのダムが崩壊すると宇治市だけでなく、京都市の南部、主に伏見区は冠水してしまうのではないかとされており。

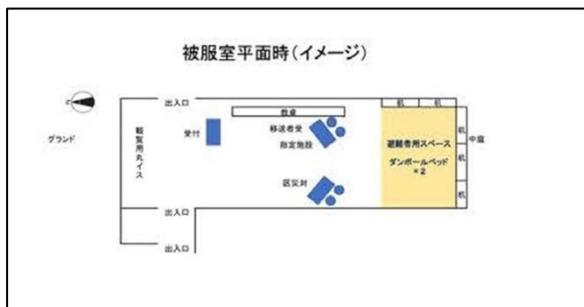
そこで冠水に備えて京都市の向島市営住宅というニュータウンの1室を借りて、垂直避難訓練の見学や地元の自治防災会議の方を招いて防災の話を聞くという活動もしています。

ここからは今日の本題の「災害にそなえた準備」という事で話をしていきます。

私が参加した京都市伏見区の総合防災訓練は去年の12月8日で会場は京都市立桃山中学校でおこなわれました。

伏見区防災会議が主催し約300名の参加がありました。訓練内容は伏見区災害対策本部の設置と運用の訓練、その他に伏見区災害ボランティアセンター、一時避難所や福祉避難所の開設と運営訓練、関係機関による消防車、はしご車、ペット避難スペースなどの展示、関係機関による人命救護、放水訓練、配給訓練などが行なわれました。

私が参加したのは福祉避難所の開設訓練で、行政では福祉避難所、福祉避難室、福祉避難スペースと紹介されている中、私が参加したのは福祉避難所の開設訓練で、初めにオリエンテーション、開設訓練、移送対象者選定訓練、移送対象者受け入れ訓練の4つのプログラムを1階にある特別教室を使って行なわれました。



- 福祉避難所開設訓練**
- 1, オリエンテーション
  - 2, 開設訓練
  - 3, 移送対象者選定訓練
  - 4, 移送対象者受け入れ訓練

プログラムの移送対象者選定訓練を、地域の福祉支援センターや社会福祉協議会の関係者が対応してくださっているんですけど、私たち

障がい者の事をご存じないのかなと感じる面は多々あります。

どうして私がこのような事この場で申し上げるかという、「障がいはどこですか?」「手帳はあるんですかとか?おもちですかとか?」そういう事を聞かれました。

そういう事は福祉関係者でしたら事前に情報は知っているはずだと思います。その方々が、選定訓練とはいえ私たちに確認するという事はどうなのかなと思っています。

私は車いすで、知的障がいのある方も1人参加されていたんですけど、それぞれ寒い中で訓練は全体で2時間ですけども、電気など通っている訓練でした。もし電気も何もない場合だといくらこうやって訓練をしているからといってできるのかなと、もちろん反省会の中で「もし電気が通ってなかったら助け合いが大切だね」と反省だけは述べられていましたけども、それだけで解決するのかなと疑問に思っています。

個人的な避難準備として服薬管理、当然これは日常生活の中でおこなわないといけないですけど、もし災害がおこったらボランティアの方、福祉関係者や訪問医療の方が来て下さることになっておりますけど、やはり重症の方、重度の方、緊急性のある方を優先しますので、ものすごい時間が過ぎると思います。もしかしたら翌日、2日後、夜遅くさらに翌日以降になる可能性が高いと思っていますので、常に日頃は3日分位の食料水など準備して下さいとおっしゃる方が多いんですけど私は1週間分位を常備しています。

その他、京都市市民防災センターでは地震、強風、煙の中を逃げるなどの体験をしました。

今後の課題として災害用の蓄電池の購入を考えていて、ライフラインが止まるのは確実にですので、太陽熱のあるバッテリーなど使えたらと思っています。

また、体温調節などなかなかできませんのでエアコンを使えるレベルの蓄電器が販売されたらなとひそかに期待しています。

私はまだ対象ではありませんが京都市も少しずつ個別避難計画を作成しております。これは皆さんもご存じの通りに重症な方 1 人住まいの方が優先されます。今、私も順番待ちをしていますけれども、より具体的により住民サイド、それから関係者サイドの声を聞きながら作っていただければなと思っております。



市民防災センターで地震体験をしました。(体験動画を見ながら) この時は震度 5 です。普通の地震は震度 7 が多いですけど、車いすで

は入れないという事で、なかなか乗せてくれないので、こちらはどんなものかなとヘルパーと体験してきました。

ゆれはじめは手を上げて余裕でしたが、だんだん首は縦に振れるし、電動車いすで部屋の中に入ったので、上手くブレーキはかかっていましたが、自走式の車いすだともっとおろおろして自分の車いすが動かないようにするだけで精一杯になっていたんではと今更ながら思っています。

私にとって震度 5 とはいえ貴重な体験になりました。この防災訓練や地震車で他の方や住民の方からの意見が出たのは、本音として「ヘルパーに助けてもらったらいんじゃないの」とか「私達は自分の避難生活でいっぱいだし、どのような事すればいいか具体的な事が分らない」それから「関わるのがめんどくさい。一回関わってしまったら次から次へと要望される事がうっとうしい」という意見もあちらこちらでしています。

このような意見があるのは重々承知なんですけど、私達が生きていく中でこのような防災訓練でのコミュニケーション、地域の中でのコミュニケーション、例えばイベントへの参加とか日常のなにげない挨拶とか、そのようなものは防災・防犯の中で生きていくためには必要な事でないかと感じております。



◆ 人工呼吸器使用者の避難マニュアルを作成

兵庫頸髄損傷者連絡会 米田 進一

### 米田 進一 (よねだしんいち)

頸髄損傷者セルフヘルプ活動  
兵庫頸髄損傷者連絡会 企画担当 2010年～

重度障害者自立支援活動  
NPO法人ぼしぶる 理事 2010年～

#### 【略歴】

- ・1971年 兵庫県明石市に生まれる
  - ・2005年 交通事故により、第2番、4番、5番  
頸髄を損傷
  - ・2006年 関西労災病院 退院
  - ・2007年 兵庫頸髄損傷者連絡会 入会
  - ・2010年 兵庫頸髄損傷者連絡会 企画担当就任
  - ・2010年 NPO法人 ぼしぶる 設立
  - ・2010年 NPO法人 ぼしぶる 理事就任
  - ・2024年 兵庫頸髄損傷者連絡会 会長就任
- 重度障害者の自立支援およびセルフヘルプ活動に  
従事 現在に至る



- ・24時間人工呼吸器使用
- ・アゴ操作式電動車椅子使用
- ・食べ歩きが大好き
- ・これからも社会参加を楽しんでいきたいと  
思っている

はじめに簡単な自己紹介を見ていただいています。現在、24 時間人工呼吸器を使用しながら過ごしています。そこで今日は災害時にも役立てられるようにと作成した避難マニュアルなどを含めて私の災害対策を紹介します。

昨年の6月に新しく呼吸器を新調しました。もともとの呼吸器は重さが 7 キロぐらいあったのですが、今回はちょっとコンパクトな形になり重さもだいぶ軽くなりました。

#### 現在使用している人工呼吸器

- ・クリーンエアASTRAL
- ・メーカー名 RESMED
- ・重さ約 3 kg



- ・バッテリー持続時間  
(湿度や季節の状況により異なる)  
内蔵バッテリーは30分  
※交換目安は持続が4時間を切る時
- ・予備バッテリー(外部バッテリー)  
持続8時間(常に持ち歩いている)
- ・アラームが鳴ってから10分以内にバッテリー交換や充電をするようにしている。

バッテリーの持続時間に関しては、内蔵バッテリーでは 8 時間、予備のバッテリーも 8 時間なので、一日中外出する日は時間によって予備バッテリーを 2 個持ちながら外出する様になっています。

アラームが鳴る 30 分前には出来るだけバッテリー交換をしていますが、極力余裕を持った状態で外出しています。

移動には車いすを利用して、介助型と電動車いすを使用しています。介助型には急な起立性低血圧などに対応出来る様に、リクライニング機能がついています。呼吸器を乗せる台は座面の下に呼吸器用の台を設置しています。

介助型車椅子はリクライニング機能付で座面の下に呼吸器台を設置しています。病院や場所などで使い分けしています



電動車いすはチンコントロール式で、顎で操作するものですが、こちらは背もたれ側に呼吸器を設置して、外出中にも呼吸器にモーターで充電出来るように改良しています。

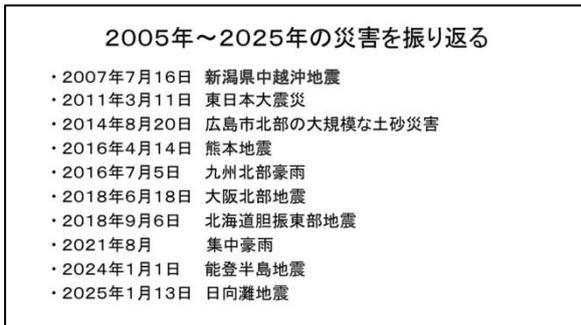
在宅で必要な福祉機器や用具は、電動車いす、介助用リフター、ベッド、エアマット、呼吸器、

吸引器、ストマの用具、自助具などを使っています。



私が自分自身の避難マニュアルが必要だと感じたのは、やはり災害はいつ起こるかかわからない、予測もできません。

私が頸損なってから今年の5月で約20年をむかえます。その20年間で記憶している災害を振り返ってみたら、2007年の中越地震、大きな被害があった2011年の東日本大震災や集中豪雨による土砂災害、2016年の熊本地震、同じ年の北部豪雨とか2018年には大阪北部地震など2〜3年おきに、これだけおおきな災害が日本各地で起こっているということです。



自分が住んでいる地域に影響はなかったのですが、仮に同じような災害がいつ起こるか分からないので、常日頃から備えやどこにどのように避難すればいいのか考えています。

災害時の避難場所は小学校が指定されていますが、避難の前に仮に停電があると自室のベッドから車いすに移乗するだけで10分かかる想定です。そこから自宅の外へ出るまで約15分、近くに消防本部があるのですが、自走で行っても17分位かかります。

そのため呼吸器のバッテリーを供給してもらえるように、地元の消防団の方に自分の情報

を提供して登録させていただきました。

避難所のスペースが狭い場合に「呼吸器の音が気になる」と言われても自分の命を守るためでもあるので、そういった所まで気にできないかなと思っています。

自宅から避難所の小学校まで、交差点や横断歩道を利用して約30分かかりました。近いルートでもこれ位かかるという感じでした。



また呼吸器は電気を使うので、一番の心配は災害による停電です。機械が途中で壊れたりする事もあり、避難したくてもすぐに移動できません。

自発呼吸がありませんので、電源確保を優先して、外出先でも電気がある所を探して外出をするように注意しています。

私は家族と同居していますが、家族といえるから安心という概念は捨てています。また、介助者がいる時間帯であっても、いつ何が起きても自分で対処できるように地域連携等のための声かけもしています。最悪の場合はアンビューバックという蘇生装具を使って呼吸の確保をしてもらうようにしています。

停電時に必要なことの優先順位を考えると、一番は呼吸器本体の電源確保、次に予備バッテリーの充電とアンビューバックや連絡先の準



メーカーと確認しながら共に作成しています。自宅での呼吸器の場所や接続部の写真を見ることで情報がヘルパーにもわかりやすく伝わるようにしています。災害に備えとして必要な装備についても何を持って行くのか、薬など自分が用意するもの、処置セットや衣類、食料などを表にまとめて作成しています。

常日頃から準備確認する必要がある。その時の状況によると思いますが「避難するかしない

か」大きな災害によってはすぐに避難できない状況もありますので、自分で判断して災害対策をする。これから一番心配なのは南海トラフ地震が 30 年以内におこるといわれているので、それにむけて家族や支援者に協力していただき、マニュアルの更新とともに情報共有をして災害に備えた生活をしていこうと考えています。

ご清聴ありがとうございました。



### < 質疑応答 >

**質疑:** 地震や水害のときにどのような被害が起きたのか、どのような状態で犠牲になったのかなどの事例をまとめたデータはありますか。

**応答:** 大規模災害時の障がい者がどうだったかと、本当にまとめられたものはないんです。例えばゆめ風基金は大規模災害があると、そこで被災地障がい者支援センターを立ち上げながら取り組んでいますので、最近であれば石川県の能登の大地震で、障がい者の事業所でどんな被害があり、どんな状況になっていたかというのを冊子で最近でたところなんです。大地震で私たちはどう生きたかということですね。事業所ごとにどんな状況だったか、数値化されていて、実際に事業所の生の声として、支援に入った人がどういう支援をどうしているか。今も支援沢山入っておられると思うんですよ。それらがまとめらてるものがあります。

**質疑:** 大規模災害が起きた時介助者とどのような行動とるか決められていると思いますが死を覚悟するような場面ではどのような行動とるかとりきめられていますか？

**応答:** いまの質問、難しいなと思いました。観点はちがうかもしれませんが、いま福祉サービス事業所であればどこも BCP<sup>\*1</sup>の策定が義務化されていますので、自立生活センターであって福祉サービスを提供する事業所としての BCP ですね。つまりいかにして福祉サービス事業所をストップさせない。

利用者である当事者の生活がヘルパーの支援が止まるとたちまち生活できないでしょうし、日々通っている所でお風呂とか介護を受けている、そういうこともいかにストップする時間を短くする。

ストップしないようにしていく。という BCP の取り組みから、我々は利用者である人達の安否確認から、昼の段階で発災なのか？夜の段階での発災なのか？そういった所での安否確認、その後の支援について自宅で過ごせる人はどう過ごすか、自宅で過ごせない半壊状態のときは、自分たちの事業所に来てもらいそこで何日過ごせるか？そういった事を色々見立てているので、利用者（自分）が関わる事業所とそういう話をしてみると必ず事業所考えているは

ず。という所で、そのあたりのすりあわせをしていくといいかなと思います。

※1 障害者事業所の BCP（事業継続計画）とは、自然災害や感染症の流行、事故などの緊急事態が発生した際に、事業の運営を継続・早期復旧させるための計画や対策をまとめたものです。具体的には、利用者や職員の安全確保、重要なサービスの維持、連絡体制の整備、資産や情報の管理などを含みます。

障害者事業所においては、障害のある利用者の特性や必要な支援内容を考慮し、緊急時における対応策や避難計画、連絡・調整の方法などを詳細に策定することが求められます。これにより、万が一の事態でも障害者の安全と福祉を守るとともに、事業の継続性を確保することを目的としています。厚生労働省は令和 6 年 4 月より、指定障害福祉サービス事業者に対して BCP 策定を義務化しました。

質問:今回 2 人の方が地域の防災訓練に参加されたというお話を聞かせいただいたんですけども、実際にそういうのに参加したいなって思ったのはどういう風に声かけて参加されたの

#### < 感想 >

・もう少しじっくりと内容を理解したいので、参加者向けにアーカイブが見られるとありがたいと思います。また、できれば配布資料などもあれば良いと思いました。

・個別避難計画の作成についての話があり、自分はまだきちんとしたものを作成できていないので、災難が発生した時に避難をどうするかについてちゃんと考えないといけないなと思いました。

・それぞれの立場から災害時に備え自助として自分に必要な物品や薬等確保しておく事の大

か教えていただきたい。

応答:私は 4 年程前に伏見区引っ越してきました。以前は京都府南部の精華町というところに住んでいました。そこの障がい者自立支援協議会に住民参加というのがあり、その事務局から障がい者当事者の災害時に受け入れる窓口訓練を社協がやったきっかけで、少しずつ精華町であったのが、伏見区でもはじまり区の支援センターからメールいただいて毎年参加させていただいています。

応答:いまおっしゃられていたように、自立支援協議会は必ずどの市町村もやっているはずで。その中で専門議会として活動されているところ、我々の所であれば当事者部会になりますが、どのような活動をするのかというのはそれぞれ違うので、ぜひ当事者部会が無い所は自分たちの地域の自立支援協議会にどう関わるか、当事者部会をどう作っていくかという形を作っていく、そこから声を発信していくことが大事かと思います。

我々の地域防災訓練も都島区の自立支援協議会の当事者部会から地域に呼びかけながらやっていく所があります。

切さがよく伝わった。個別避難計画が大阪、京都で進まない原因が何なのか調べて行く必要がある。危機管理への啓発か…。

・人工呼吸器使用者の避難マニュアルを作成兵庫頸髄損傷者連絡会 米田進一さんのお話が特に良かった。人工呼吸器使用の方が防災に備える際、重要視されているポイントがわかりやすかった。

・初めて参加して知らないことばかりでした。大変勉強になりました。障害と関わる多くの方に知ってほしい内容でした。