

歴史に誇りを未来に夢を  
みんなでつなぐ田尻町

# ふれ愛プラス

## 「大切にしたい 人と人とのふれあい」

様々な保健・福祉サービスを総合的に提供し、皆さまが健康で安心して暮らせるよう、  
応援するところ それがふれ愛センター

## 災害に強い ふれ愛センターへ

地域福祉の拠点として、また、災害発生時には避難所の機能を持つ施設として、日々住民の皆さまに安心してご利用いただけるよう改修工事をしました。



### 3階 多目的室

会議・研修・運動など町の各種事業で活用されるほか、災害時には避難場所としての運用を想定しています。

### 非常用発電機

3階に設置することで、浸水や高潮等による被害を受けずに稼働することができ、災害による停電発生時においても安定して電力の確保ができます。

### 目次

- 表紙 災害に強いふれ愛センターへ
- 2-3 ページ ふれ愛センター避難所としての機能
- 4 ページ 救急医療情報キット・災害時避難行動要支援(地域たすけあい)登録



# 救急医療情報キット

救命作業を迅速に行うために救急医療情報キットを備えてください。

## 救急医療情報キットとは・・・

高齢者や障害者などの安全・安心を確保することを目的に「かかりつけ医」「薬剤情報提供書(写)」「持病」などの医療情報や、「診察券(写)」「健康保険証(写)」などの情報を専用の箱に入れ、自宅に保管しておくことで、万が一の救急時に備えるものです。

以前から使用している方は、中身の情報を更新しましょう。

**問** 高齢障害支援課: Tel.466-8813 Fax.466-8841

ふれ愛センター1階 高齢障害支援課で配布しています。ぜひ、ご活用ください。

## 災害時避難行動 要支援登録 (地域たすけあい)

災害時に自力で避難することが困難な高齢者や障害者の方(避難行動要支援者)などに対して、災害情報の伝達や避難等の手助けが地域の中で素早く、安全に行われる体制づくりを進めています。避難行動の支援を希望される方は、避難行動要支援者名簿の登録をお願いします。

### 災害時避難行動要支援者「地域たすけあい」に登録すると・・・

あなたの名前や住所など、名簿に登録されている情報の一部を災害時の避難支援のため警察署や消防署、社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、自主防災組織などの避難支援等関係者にお知らせします。

災害時に素早く安全に避難の支援ができるよう、支援団体があなたとともに、支援者や避難場所について一人ひとりにあつた個別計画を作成します。

実際に災害が発生した時は、個別計画に基づいた避難の支援をします。

### 対象となる方

- 介護保険における要介護認定3~5を受けている方
- 身体障害者手帳1または2級を所持している方(内部疾患を除く)
- 療育手帳A(知的障害者)を所持している方。
- 精神障害者保健福祉手帳1または2級を所持する単身世帯の方



**問 申** 子育て・地域福祉課: Tel.466-5013 Fax.466-8841

## 避難所のこと知っていますか？

一時避難場所・・・地震などの大きな災害が起こったときに、緊急に身を守るために一時的に避難する場所  
 避難所・・・災害のために、自宅で過ごすことが困難になったときに、一定の期間、避難生活をする場所

**ふれ愛センターは、一時避難場所・避難所の両方に指定されています。**

なお、一時避難場所は、下記の適用災害発生時に開設します。

施設・避難所	住所	適用災害							
		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	大規模火災	内水氾濫	
田尻町総合保健福祉センター(ふれ愛センター)	嘉祥寺883番地1	●	●	●	●				●

## 自主避難スペース

避難情報の発令には至っていないが台風の接近が予測される場合や、大雨の影響による浸水害の発生が懸念される場合等に、ふれ愛センターを自主避難スペースとして開放します。雨や風が不安な方はご利用ください。

※自主避難スペースを開設する場合は、田尻町LINE公式アカウント、ホームページ、防災行政無線などでお知らせします。



3階休憩コーナー

3階教養娯楽室

## 自主避難時に持ってきてほしい物チェックリスト

※一時避難場所・避難所開設時とは異なります。

- 水・食料  飲料水  携行食・非常食  粉ミルク・哺乳瓶
- 医療・衛生  いつも服用している薬  救急医療品  生理用品  歯ブラシ・口腔ケア用品
- 道具類  携帯電話・充電器  電池  携帯カイロ
- 生活用品  ウェットティッシュ・ティッシュ  タオル



### 自主避難スペース利用にあたってのお願い

- 避難者は、避難者名簿に必要事項をご記入ください。
- 毛布を1枚配布します。食料品や日用品、その他の避難に必要な物品については、あらかじめ各自で準備(1日分)のうえ、避難してください。
- 自主避難スペース内は禁煙です。また、酒類の持ち込みはご遠慮ください。
- 避難スペースにある物品(座布団・マット・椅子等)は、譲り合ってください。
- ごみは各自でお持ち帰りください。
- 自主避難スペースは一時的に開設するもので、災害発生の際や危険性が無くなった場合は閉鎖します。

## 人とのつながりで防災力を高めよう

日頃らご近所とのつながりや地域活動への積極的な参加により顔見知りを増やすことで、災害時のスムーズな助け合いにつながります。ふれ愛センターでは、各種サークルや健康づくり事業などが開催されています。ふれ愛センターに来て地域の絆を深めてみませんか？



## 避難所で健康に過ごすために気をつけたいこと

### 水分補給

便秘や熱中症等を予防します。こまめに補給しましょう。

### 手洗いはまたは手指消毒

感染症や食中毒予防のために、食前やトイレ後に行いましょう。

### うがい

避難所で後回しになる口の清潔。歯磨きが無理ならうがいだけでも良いでしょう。

### 睡眠・休息

避難後は環境の変化や不安などで眠れなくなることも多いです。無理をしないでまわりの人に話したり、長引く時は保健師やスタッフに相談しましょう。

### 体を動かす

「エコノミー症候群」を防ぎます。食事や水分を取らずに、窮屈な状態で長時間座って足を動かさないと、血流が悪く血液が固まりやすくなります(血栓)。血栓が血管の中を流れて肺に運ばれて呼吸困難などの症状がでてくることもあり、予防が大切です。

### 「エコノミー症候群」予防のための足の運動



## 平成30年9月 台風21号を忘れないで...



全国で様々な災害が起こっています。東日本大震災、熊本地震、令和6年能登半島地震など多大な被害が出ており、住民は避難所での生活を余儀なくされています。田尻町においても、平成30年9月の台風21号では多くの被害があり、一時避難場所であるふれ愛センターには延べ56名が避難しました。

### 避難された方々は

- ・一人暮らしの高齢者
- ・旅行中の外国人
- ・目の不自由な人
- ・足が悪く階段が上がれない人
- ・ペットを連れて来た人 など

様々な方が避難に来ました。

### ふれ愛センターは2日間停電

停電になると...

- ・自動ドアが開かない
- ・トイレの水が流れない
- ・自動販売機で飲料水を買えない
- ・エレベーターが動かない
- ・空調が点かない

自家発電機により最低限の電力は確保できましたが、様々な設備が停止します。

### 避難スペースでは多くの方が寝泊まりし、こんな出来事がありました。

- ・数に限りがある毛布や座布団を避難者同士で譲り合って使用する。
  - ・物資を入れていた段ボールやビニール袋を使ってゴミ袋を作る。
  - ・台風が過ぎ帰宅する際、足の不自由な知らない高齢者を車で送る。 など
- 人と人との繋がりが希薄になったと言われてはいますが、避難者同士が避難所の運営を行ったり、知らない人同士が助け合って過ごすなど、いざとなれば住民同士の絆が生まれ自然と助け合うことができました。

