

2016 熊本地震 支援の手引

(2016. 5. 21 版) Ver. 3



発行：2016 熊本地震大阪緊急対策連絡会

〒558-0011 大阪市住吉区茱田 5-1-2 2

TEL：06-6697-9005 FAX：06-6697-9059

E-mail：GSP22335@nifty.com

内容

1、2016熊本地震の実態	5
【熊本地震2016とは】(ウィキペディア)	5
●現状での被害	7
●避難者の状況	7
●避難所届かぬ物資なぜ 行政混乱、人手も不足 熊本地震	7
●屋外避難	8
●災害関連死	9
●車中泊	9
●川内原発等の実態は	9
○発達障害者に支援や配慮を 避難生活なじめずパニックも	12
2：障害関係団体の取り組み	14
【JDF災害総合支援本部】	14
【被災障害者センターくまもと】	15
【てんかん協会】	16
【経営協】	17
【セルフ協】	17
【知的障害福祉協会】	20
【21世紀・老人福祉の向上をめざす 施設連絡会】	20
【JSTSS：日本トラウマティック・ストレス学会】	20
【全障研】	21
【障全協】	22
【きょうされん】	22
【全国手話通訳問題研究会】	22
【全腎協】	23
【大阪障害者支援緊急対策連絡会】	23
日本障害フォーラム<JDF>熊本地震被災地への人員派遣 要綱(2016.5.12版)	25
3、支援活動にあたって	27
①支援に対しての心構えと現地での活動上の留意点	27
【子どもや思春期の人に対応するときには】	28
【高齢者に対応するときには】	29
【障害をもつ人に対応するときには】	29
【急性期の苦痛の兆候を示している人たち】	29
【PFAの留意点】	29
<サイコロジカル・ファーストエイドによる対応の基本>	31
◆基本的な姿勢	31
◆避けるべき態度、対応	31
<サイコロジカル・ファーストエイドによる8つの支援>	31
◇支援員としての準備	32
○服装等	33
○持参すべき準備物	33
②支援員として気をつけたいこと	33
◇あなた自身について	34
◇健康状態について	34

◇家族について	35
◇仕事について	35
◇個人や家族の生活、仕事に関する計画をたてる	36
○ 支援活動の間	36
◇過剰なストレス反応	36
◇組織による P F A 提供者のケア	37
◇ P F A 提供者のセルフケア	37
○ 活動が終了した後	38
◇組織ができる P F A 提供者のケア	38
◇ P F A 提供者のセルフケア	38
○ 相談・支援にあたっての情報発信	39
【資料 1】震災時アセスメントに関して：立命館大学 山本耕平氏より	40
【資料 2】障害者支援の実際	43
◆支援者向け 災害トラウマの急性期対応の 5 原則	43
◇被災されたお子さんをお持ちの家族の方へ	44
◇災害時の障害児への対応のための手引き（要留意！） 日本児童青年精神医学会（作成）	45
◇発達障害児をもつ保護者の方へ	50
◇自閉症者への支援（自閉症協会：自閉症の人たちのための防災ハンドブックより）	51
□災害現場からの Q & A	52
◇自閉症の人と家族への心の支援を	54
◇精神障害者に対する心のケア	55
◇被災されたご家族の皆様へ	56
4、その他関連情報	58
◇熊本地震の情報まとめ：青木弁護士	58
◇震災被害に遭われた方々へ	59
◇平成 28 年熊本地震に伴う被災地救援等のために使用する車両の取り扱いについて（更新）	61
◇熊本県で被災された妊婦さん。産後のお母さんと赤ちゃんのために	62
◇熊本弁護士会ニュース	63
◆厚労省 事務連絡（平成 27 年 1 月 15 日）災害により被災した要援護障害者等への対応について	64
※厚労省等からの各種事務連絡等は、全国老人福祉施設協議会 H P ・行政資料 > 厚生労働省資料 > その他の資料の欄を参照ください。	66
◇「地震酔い」の改善	エラー! ブックマークが定義されていません。
◇エコノミークラス症候群の予防	エラー! ブックマークが定義されていません。
◇ノロウイルス対策	エラー! ブックマークが定義されていません。
◇罹災証明書の申請と活用	エラー! ブックマークが定義されていません。
◇【緊急拡散依頼】熊本の被災者の方々へ「九州全ての旅館ホテルに今なら無料 3 食付で避難可能です！」	エラー! ブックマークが定義されていません。
◇平成 28 年熊本地震について (No3) 被災地でのボランティア活動を希望されている方々へ（大阪府社協）	エラー! ブックマークが定義されていません。
※全社協等のボランティア情報は、以下のホームページを参照ください。エラー! ブックマークが定義されていません。	
◆平成 28 年熊本地震の発生に伴う社会福祉施設等に対する介護職員等の派遣依頼につ	

いて（厚労省：事務連絡平成 28 年 4 月 22 日）エラー！ブックマークが定義されていません。

◆4 月受付分の給付費請求審査の対応について（熊本市）エラー！ブックマークが定義されていません。

◆平成 28 年熊本地震による被災者の医療（全国保険医団体連合会）エラー！ブックマークが定義されていません。

◆一部負担金の支払いの免除について：全国健康保険協会（協会けんぽ）平成 28 年 04 月 26 日..... エラー！ブックマークが定義されていません。

◆「難病の患者さま、慢性の疾病を抱えるお子さまのご家族の皆さまへ」エラー！ブックマークが定義されていません。

○障全協 厚労省への緊急申し入れ..... エラー！ブックマークが定義されていません。

■JDF 緊急要望書 2016 年 5 月 2 日エラー！ブックマークが定義されていません。

■ 日本災害復興学会法制度研究会と、関西学院大学災害復興制度研究所の、共同提言..... エラー！ブックマークが定義されていません。

■熊本県弁護士会 電話による相談・情報提供を土日も実施しますエラー！ブックマークが定義されていません。

■平成 28 年熊本地震に関し義援金差押禁止措置等を求める緊急会長声明エラー！ブックマークが定義されていません。

◇被災者向け公務員住宅の無償提供のお知らせ（その他自治体提供情報あり）エラー！ブックマークが定義されていません。

◇熊本県：（被災された皆様へ）各種支援策等をまとめたリーフレットエラー！ブックマークが定義されていません。

1、2016熊本地震の実態

【熊本地震2016とは】（ウィキペディア）

4月14日21時26分頃に熊本県熊本地方で発生した地震（前震）は、震源の深さが11kmで気象庁マグニチュード（Mj）が6.5[6]、モーメントマグニチュード（Mw）が6.2と推定されている。熊本県益城町で震度7を観測した。

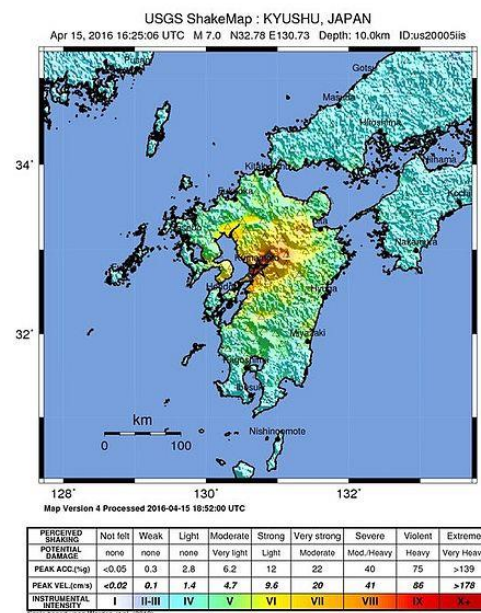
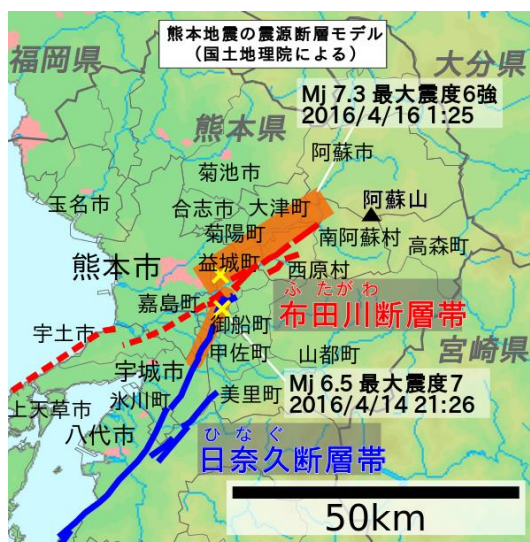
気象庁が1949年（昭和24年）に震度7の震度階級を設定して以降、日本国内における震度7の観測は、2011年（平成23年）3月11日の東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）に続いて4回目であり、九州地方では初の観測であった。

気象庁はこの14日の地震について、この地方で一般的な「右横ずれ断層」だと説明している。また、この地震は布田川・日奈久断層帯や近くの小規模活断層の活動が原因である可能性が指摘されている。政府の地震調査委員会は、日奈久断層帯（81km）の高野-白旗区間（16km）が動いたという見解を発表した。

気象庁はこの地震を「平成28年（2016年）熊本地震」（英語: The 2016 Kumamoto Earthquake）と命名し、4月15日に発表した。4月16日1時25分頃に熊本県熊本地方で発生した地震（本震）は、震源の深さが12kmで気象庁マグニチュード（Mj）が7.3、モーメントマグニチュード（Mw）が7.0と推定されている。なお、Mj 7.3は1995年（平成7年）に発生した兵庫県南部地震（阪神大震災）と同規模の大地震である。最大震度は6強。政府の地震調査委員会は翌17日、この地震では布田川断層帯の布田川区間が動いたという見解を発表した。この付近では前震の震源域とされる日奈久断層帯と布田川断層帯が交差しており、これらの断層帯が連動して動いた可能性が指摘されている。

東京大学地震研究所教授の額満一起は、「活発な断層帯が隣り合う特別な条件下で発生した」と指摘している。一方で、「14日夜の地震は日奈久断層帯、16日未明の地震は布田川断層帯が引き起こしたもので、双方の仕組みは異なり、それぞれ独立した活動と見るべき」とする意見もある。

この地震は、南北方向に張力軸を持つ、右横ずれ断層型（正断層成分を含む）の内地型



殻内地震であり、北東-南西方向に伸びる震源断層を持つと推定される。政府の地震調査委員会は発生翌日の 17 日、布田川断層帯（約 64km 以上）の北東端に当たる布田川区間（約 19km）がこの地震の震源断層で、同区間を含む約 27km が動いたという見解を発表した。同区間で将来的に発生する地震はマグニチュード 7.0 程度と推定されていたが、今回の地震で動いた断層の範囲は調査委の想定よりも東西に数 km ずつ長く、東側は阿蘇山のカルデラまで達していた。また、この付近では前震の震源域とされる日奈久断層帯と布田川断層帯が交差しており、これらの断層帯が連動して動いたことで、前震と本震を中心とした熊本県熊本地方における一連の地震活動が引き起こされた可能性が指摘されている。

【4 月 14 日 21 時 26 分頃に発生した地震によって震度 4 以上の揺れを観測した地域】

震度	都道府県	市区町村
7	熊本県	益城町
6 弱	熊本県	玉名市 西原村 宇城市 熊本市東区 ・ 西区 ・ 南区
5 強	熊本県	菊池市 宇土市 大津町 菊陽町 御船町 美里町 山都町 氷川町 合志市 熊本市 中央区 ・ 北区
5 弱	熊本県	高森町 阿蘇市 南阿蘇村 八代市 長洲町 大津町 甲佐町 和水町 上天草市 天草市
	宮崎県	椎葉村
	山口県	下関市
4	福岡県	福岡市博多区 那珂川町 大野城市 宗像市 新宮町 古賀市 粕屋町 みやこ町 大牟田市 久留米市 柳川市 八女市 筑後市 大川市 小郡市 大木町 広川町 筑前町 朝倉市 みやま市
	佐賀県	唐津市 佐賀市 上峰町 江北町 白石町 鳥栖市 みやき町 小城市 嬉野市 吉野ヶ里町 神埼市
	長崎県	諫早市 島原市 雲仙市 南島原市

	熊本県	産山村 荒尾市 山鹿市 玉東町 南関町 人吉市 あさぎり町 多良木町 山江村 水俣市 芦北町 津奈木町 苓北町
	大分県	臼杵市 津久見市 佐伯市 豊後大野市 日田市 竹田市 九重町
	宮崎県	延岡市 西都市 川南町 高千穂町 日之影町 小林市
	鹿児島県	阿久根市 長島町 薩摩川内市 さつま町 湧水町 霧島市 伊佐市

●現状での被害

死傷者等（2016年4月28日現在） 死者：49人・行方不明者：1人・負傷者：1496人
災害関連死：19人

前震・本震・余震、合わせての死傷者は1100人を超えている。負傷者は熊本県内だけでなく、佐賀県、大分県、福岡県、宮崎県でも出ている。

●避難者の状況

19日12時現在、熊本県の避難者は計約11万6900人、大分県の避難者は812人となった。衛生管理が悪い避難所もあり、また損傷でガスや水道が使えない一部の病院もあるといわれる。5月8日までに熊本市は、公民館や公共センター施設など、空調や生活施設などが整備された拠点避難所を市内に延べ21か所開設し、延べ3600人を収容する予定。避難所の環境改善と市立学校の授業再開に目処をつけるため、同日までに学校施設にある避難所を含め58ヶ所を閉鎖し集約している。

●避難所届かぬ物資なぜ 行政混乱、人手も不足 熊本地震

2016年04月19日03時05分（更新 04月19日09時07分）

熊本地震の被災地から、食料や水など支援物資の不足を訴える声が相次いでいる。全国各地から支援物資は向かっているが、受ける側の自治体が分配機能を十分果たせていない。大動脈である九州自動車道が寸断され、陸路で支援物資が集まるほど渋滞を悪化させる悪循環にも陥っている。地震発生から5日目の18日になり、やっと物流に民間業者を入れ、空路輸送も始まった。東日本大震災の教訓は生かされたのか。新たな取り組みはうまく機能するのか。

熊本県庁1階のホール。ペットボトルの水や食料、生理用品などの支援物資が山積みになっている。簡易トイレも数多い。

だが、それが各市町村や避難所になかなか届かない。県の担当者は「物資の仕分けなどを担当する職員が足りず、作業が追いつかない」。別の県の担当者によると、「熊本県庁の混乱、人手不足が著しく、（被災地からの）物資の要望も止まっている」と明かす。

支援物資の配布には食料や衛生用品といった仕分けが重要だが、行政は「素人」。2011年の東日本大震災でも支援物資の滞留が指摘され、仕分けを民間物流業者に任せることでようやく避難所に物資が届くようになった。今回の物資不足は、5年前の反省が生かされたと言い難い事態だ。

県と市町村の連携にも難がある。今の分配は市町村の要請を受けて県が送る「プル型」。県が避難者数から必要量を見積もり、要請がなくても送る「プッシュ型」に比べ、プル型

はどうしてもニーズと支援に時間差が生じるが、県は今も「プル型」を続けている。

「物資不足」の訴えを受け、主に福岡県の物流拠点から民間業者が市町村に直接、支援物資を送る枠組みが18日、ようやく出来上がった。政府からの支援物資は佐賀県鳥栖市にいったん集め、警察車両が先導することも決めた。九州地方知事会も18日、熊本県内の被災市町村ごとに、各県が担当を決めて支援する仕組みを整えた。

被災者の生活環境は刻一刻と悪化している。支援物資のスムーズな分配には被災者の命がかかっている。

■寸断、渋滞…陸送は限界 自衛隊ヘリ、救助優先

支援物資が届かないもう一つの原因は、交通インフラの遮断による渋滞だ。九州道は植木インターチェンジ（IC）－八代IC間が不通になっており、九州道や福岡方面と熊本をつなぐ国道3号は大渋滞となっている。

なぜ輸送ヘリによる空輸ができないのか。18日、米軍の新型輸送機オスプレイ2機が初めて支援物資を空輸したが自衛隊は輸送だけで80機以上、救難や哨戒などの用途を含めると約530機のヘリを所有している。

防衛省は「熊本地震では延べ291機を投入している」とするが、人命救助を優先させており、「輸送にどれだけ当てているかは把握できていない」（統合幕僚監部）。中谷元・防衛相は18日の参院決算委員会で、「自衛隊が持っているヘリなどの運用をもってしてもまだ十分に行き届いていない」と答弁した。

九州には、ヘリ部隊がある佐賀県の陸自目達原駐屯地をはじめ、ヘリが離着陸できる基地は多くある。軍事ジャーナリストの神浦元彰氏は「東日本大震災の時は8割の自衛隊機を投入した。自衛隊機を『使えない』のではなく、政治が『使わない』だけではないか」と現在の運用を批判した。

河野太郎防災担当相は18日、物資輸送について、記者団に「自衛隊の航空部隊を最大限、活用していきたい」と明言した。

＝2016/04/19 付 西日本新聞朝刊＝

●屋外避難

被災者、余震恐れ「野営」、熊本地震の発生から18日で、5日目を迎えた。被災地を歩いてみると、避難所での生活ではなくテント泊や車中泊など「野営」を選ぶ被災者に会う。14日の地震から2日後に「本震」が発生したことや続発する余震への恐れ、避難所で他人と暮らす負担を避けることなどが背景とみられるが、行政が避難者数を把握できないデメリットや衛生面を心配する声もある。

大きな揺れが再び熊本を襲った16日未明。熊本市東区の女性（76）は家族4人で家を飛び出した。「また揺れたらひとたまりもない。怖い」。自宅前で電柱を避け、車の中で朝日が昇るのを待った。

中央区の江南中に避難していた会社員男性（30）も、妻、1歳になったばかりの長女と車中泊を続ける。「子どもが夜泣きもするので、避難所では周囲に気をを使うから」と話す。「体育館の天井が落ちないか」という不安もある。

都市部の避難所のグラウンドや公園、自宅前だけでなく、山間部の地域でも校庭、野球場でも寝泊まりする人が大勢いた。冬に発生した阪神大震災や東日本大震災に比べ季節柄、屋外で過ごせることも要因にあるとみられる。



一方で、こうした「野営」の避難を衛生面から心配する声もある。17日に西原村で医療支援を行った滋賀県の災害派遣医療チーム（DMAT）の高尾信行医師（草津総合病院）は「点在する野外の避難場所を行政が把握できていない」として、「避難者の数が分からず支援が十分に行き届かない恐れがある」と危惧する。

トイレがない場所では、避難者が地面を掘りトイレ代わりとしているケースもあったといい、「衛生面からも早急に、環境の整った避難所を確保した方がいい」と話す。

●災害関連死

阿蘇市には避難所が26箇所あり、農村環境改善センターの避難所には16日から避難者が急増し約1300人となった。同避難所で17日、77歳の女性が死亡し、ストレス等による災害関連死とみられる。東日本大震災の災害関連死者数は3400人を超えた。

●車中泊

地震後に車中泊で避難生活を送る被災者もあり、理由として避難所では他人に気を使うこと、車だとすぐに逃げられること、余震で避難施設が損壊することがある。益城町のグランメッセ熊本の本駐車場では18日現在、数千人が車中泊している。しかし、避難所の外で車中泊していた50～60代の女性3人がエコノミークラス症候群（静脈血栓塞栓症）で意識不明の重体となり救急搬送され、他6人が同症候群と診断された。19日、車中泊をしていた50代の女性1人がエコノミークラス症候群で死亡し、19日までに同症候群とみられるのは18人となった。

対策としては水分補給と適度な運動、塩分摂取は控えることなどが指摘されている[83]。新潟大学医学部の榛沢和彦は「車中泊が最も危険。3連泊以上続くと血栓がでやすくなる」と指摘している。

○こまめに運動、水分補給を＝エコノミー症候群予防で専門家―熊本地震

熊本県を中心に相次ぐ地震では、車中泊の女性がエコノミークラス症候群で死亡するなど、災害関連死が起き始めている。新潟大の榛沢和彦医師（血管外科）は同症候群について、「予防には4～5時間おきに運動したり、水分を取ったりすることが重要だ」と話す。

東日本大震災の直後、福島県内の避難所約80カ所で約2000人を対象に調査した福島県立医科大学の高瀬信弥医師（心臓血管外科）によると、同症候群の発症率は通常2%程度だが、避難所では10%程度まで高まった。特に車中泊が3～4泊以上になると、足に血栓（血の塊）がでやすくなる。

運動や水分補給以外でも、「弾性ストッキング」と呼ばれる締め付けの強いストッキングを着用したり、ふくらはぎをマッサージしたりすることで、予防につながるという。

病気を避けるためには、「まずは避難所の中で孤立させないこと。『独りじゃない』『みんなががんばろう』という雰囲気大切」と高瀬医師は話す。十分な睡眠が取れる環境や、トイレやごみ処理など衛生面の整備も重要だという。

熊本地震での避難が長期化する中、18日には車中泊していた熊本市内の女性（51）が、同症候群により死亡。他にも心肺停止状態となるなど、重症者が出ている。

厚生労働省は19日、ホームページにエコノミークラス症候群の予防についてのQ&Aを掲載した。アドレスは<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121802.html>。

●川内原発等の実態は

川内原発は、「(2016-04-08)、1・2号機（薩摩川内市）の再稼働差し止めを住民が求めた仮処分の即時抗告審で、請求を棄却した福岡高裁宮崎支部の決定に対し、住民側は8日、最高裁への抗告をしないと発表した。」その再稼働に対しても様々な課題が指摘されてきた。

しかも現在再稼働後、今回の大地震に際しても、引き続き稼働を続けている。

<稼働続ける川内原発>

全国で唯一稼働している九州電力川内原発1、2号機（鹿児島県薩摩川内市）について政府は16日、運転継続を容認する方針を示した。敷地内での揺れが、原子力規制委員会が認めた設定値を下回っているからだとしている。地震が相次ぐなか、規制委の判断に委ねる対応を続けている。

原子力防災担当相を兼ねる丸川珠代環境相は16日の地震非常災害対策本部会議で、「規制委は川内原発を停止させる必要はないと判断している」と報告した。一連の地震で敷地内で計測された揺れは最大12・6ガル（ガルは揺れの勢いを示す加速度の単位）。規制委は新規制基準に基づく審査で、耐震設計のもとになる揺れの想定（基準地震動）を620ガルとした。菅義偉官房長官も会議後、「（揺れの大きさが）十分低いことから、現状において停止する必要はない」と強調した。

九州電力は18日夜、熊本県阿蘇地方を震源とするマグニチュード5.8、最大震度5強の地震が発生したことを受け、川内原発1、2号機（鹿児島県）に異常は確認されていないと明らかにした。川内原発は運転を続けた。

九電は停止中の玄海原発（佐賀県）でも異常はないと説明した。また、四国電力は停止中の伊方原発（愛媛県）で異常はないとしている。



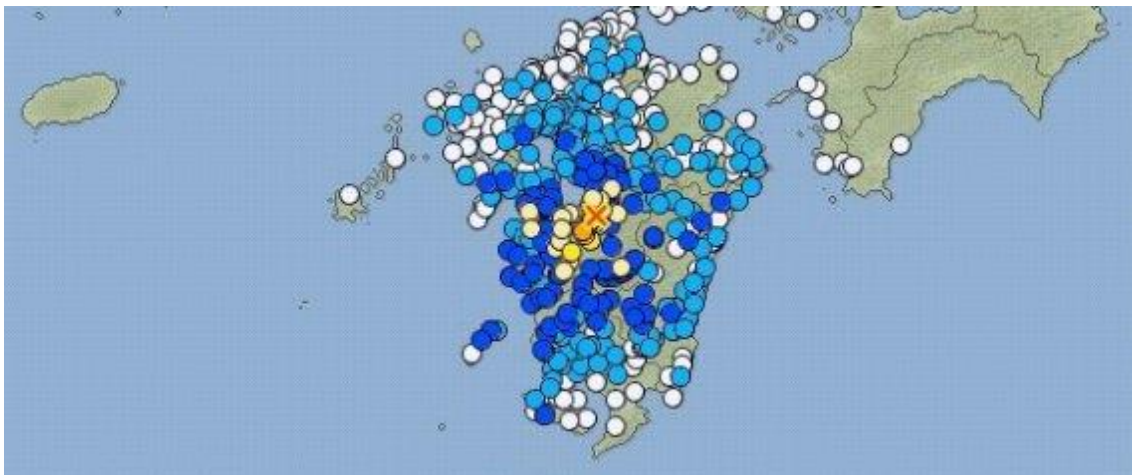
<熊本地震>川内原発の運転停止求める

熊本、大分両県で相次ぐ地震を受け、鹿児島県の反原発団体などは18日、国内の原発で唯一稼働している九州電力川内原発1、2号機（鹿児島県薩摩川内市）の運転停止を九電鹿児島支社に申し入れた。九電の担当者は「点検で異常がないと確認して運転している」と説明した。

申し入れたのは「ストップ川内原発！3・11鹿児島実行委員会」などの約50人。鹿児島県寄りの地域でも地震が活発化していると指摘し「連続的な地震発生危険性がある」と懸念を伝えた。



◇八代市で震度 5 強 南側で地震活動が活発化の恐れも【熊本地震】



4 月 19 日午後 5 時 52 分ごろ、熊本県で強い揺れの地震があった。気象庁によると、八代市で震度 5 強を記録。震度 5 弱が氷川町、芦北町。震度 4 が上天草市など。

震源地は熊本県熊本地方で、震源の深さは約 10km。地震の大きさを示すマグニチュードは 5.5。津波の心配はないという。

毎日新聞によると、規模の大きな地震が相次いでいる熊本県と大分県では、14 日以降で震度 1 以上の地震が 600 回を超えた。気象庁では、今後 1 週間程度は引き続き激しい揺れを伴う地震に警戒するとともに、地盤が緩んでいるとして土砂災害にも警戒を呼びかけている。

活断層のメカニズムに詳しい東北大学の遠田晋次教授は、「マグニチュード 7.3 の大地震の余震域の南の端で起きた地震だとみられる。周辺には日奈久断層帯が伸びていて、この地震をきっかけに南側の領域で地震活動が活発化する恐れもあるので、十分注意してほしい。また、これまでの地震で被害を受けている建物には近づかないでほしい」と話している。

◇朝日新聞デジタル

○発達障害者に支援や配慮を 避難生活なじめずパニックも

2016 年 4 月 21 日 09 時 56 分

熊本県などでの一連の地震で、多くの住民が避難生活を強いられている。自閉症など発達障害がある人の中には、環境の変化に対応するのが難しいため、パニックをおこしたり、共同生活になじめなかったりすることがあるので配慮が必要だ。

国立障害者リハビリテーションセンター研究所の発達障害情報・支援センターが東日本大震災（2011 年）の翌年、岩手、宮城（仙台市を除く）、福島で、発達障害がある人（もしくは、家族が代理で回答）にアンケートしたところ、276 人が回答。避難所を利用した人は 23%で、そのうち避難所で問題なく過ごせた人は 18%にとどまった。

偏食で配給食が食べられない▽見守りが必要で配給の受け取りに行けない▽夜中に目を覚まして声を出してしまう——など、障害特有の行動で、本人だけでなく、家族の負担も大きかった。周囲に遠慮し、避難所生活をあきらめて車中生活を送った家族もいた。

同センターは調査を元に、「災害時の発達障害児・者支援エッセンス」を冊子にまとめた。見た目で障害があるように見えないことがあるため、周囲の理解と支援が必要だという。「周囲が本人を大声で叱ったり、取り押さえたりする」といった避けるべき事柄や、指示の伝え方、居場所の配慮など、避難所や自宅での対応例がまとめられている。

支援エッセンスなどの情報が載った「災害時の発達障害児・者支援について」のページへは、同センターのトップページ (<http://www.rehab.go.jp/ddis/>別ウインドウで開きます) から入る。

日本自閉症協会も、「防災・支援ハンドブック」と自閉症の人が困った時に支援を求める「助けてカード」を、ホームページ (<http://www.autism.or.jp/bousai/index.htm> 別ウインドウで開きます) からダウンロードできるようにしている。

同協会によると、今回の震災で、自閉症の人がいる家族の中には、車中泊している人が出てきているという。孤立し、必要な情報が届かない危険性がある。支援に関する問い合わせは「発達障害者支援センターか、地元自治体などに」と話す。窓口の対応で問題が解決しない場合は、同協会事務局（03・3545・3380 かメール asj@autism.or.jp）へ。厚生労働省と情報共有するという。（帯金真弓）

■発達障害児・者への支援のポイント（日本自閉症協会「助けてカード」から）

- ・その人に対して声かけを（一斉に伝えても伝わらない）
- ・指示や予定は明確に

- ・否定的でなく、肯定的に（走っちゃだめ→歩こうね）
- ・大声で叱ったりするのは逆効果
- ・（発達障害の人が）興奮したときは、その場から離して気持ちをしずめる

○熊本地震で休校など 370 校 文科省が地震調査委を開催（教育新聞 2016 年 4 月 15 日）

4 月 14 日午後 9 時 26 分、熊本県熊本地方を震源とするマグニチュード 6.4（推定）の地震で、休校・短縮授業となった公立学校が 370 校に及んだ。

文科省 15 日午後 3 時発の被害情報第 2 報によれば（同日午後 2 時時点までに把握したもの）、この地震で軽傷を負った同県内の教職員は、国立大学で 2 人、公立高校で 1 人、私立大学で 1 人の合わせて 4 人。

休校・短縮授業となったのは、公立では幼稚園 22 園、小学校 225 校、中学校 97 校、高校 18 校、特別支援学校 7 校、専門学校 1 校の計 370 校。私立では中学校 7 校、高校 13 校の計 20 校。

避難所となっているのは公立で小学校 95 校、中学校 42 校、高校 2 校の計 139 校。

天井やガラスの破損など物的被害があった学校は、国立では福岡県に 1 校、長崎県 1 校、熊本県に 1 校。公立では、熊本県に 142 校、宮崎県に 3 校。私立では熊本県に 3 校。文化財では、佐賀県で 1 件、熊本県で 8 件あった。熊本城の石垣が崩れ、天守閣などの瓦が多数落下した。

第 2 報が発表された後、午後 4 時から、地震調査研究推進本部地震調査委員会臨時会が開催された。

その冒頭で大臣はまず、「熊本地震で犠牲になった方に、お悔やみを申し上げます。いまだに余震が続いており、避難をしている方々にお見舞いを申し上げます」と語った。

続いて「今朝、閣議が開かれた。二次被害の防止、救命救急の取り組みをするよう、総理から指示があった。文科省としては、この調査委を立ち上げ、地震発生のメカニズム解明などにしっかりと取り組んでいきたい。防災対策にも資するようお願いしたい。現地は混乱している。学校の被害も含めて、全体像を踏まえながら、文化財の修復にも取り組まないといけない」と話した。

同省では地震発生当日の午後 9 時 45 分に、「文部科学省災害情報連絡室」（室長・施設企画課長）などを設置。引き続き、教委などと連絡を密にして、被害状況などの収集に努めるとしている。

2：障害関係団体の取り組み

【JDF 災害総合支援本部】

<http://www.dinf.ne.jp/doc/JDF/index.html>

○JDF 災害総合支援本部の設置について

全国 13 の障害者団体・関係団体からなる日本障害フォーラム（JDF）は、2011 年 3 月に「JDF 東日本大震災被災障害者総合支援本部」を設置し、活動が続けてきましたが、このたびの 2016 年熊本地震を受け、新たに「JDF 災害総合支援本部」を設置し、取り組みを進めることとしました。

当面は熊本地震に関わる緊急支援、ならびに東日本大震災の復興支援に関わる取り組みを中心に進めていきます。2016 年 4 月 19 日

1. 代表者、組織体制

□本部長 JDF 代表

□副本部長 JDF 副代表

□本部員 JDF 代表者会議構成員

2. 拠点

総合支援本部 東京（JDF 事務局）に置く。

必要に応じて被災地に支援拠点（支援センター等）を置く。

3. 運営、担当体制

意思決定は、本部長の下に本部員の合議で行う。

必要に応じた担当体制を敷く。

4. 活動：次の活動を行っていきます。

1.各構成団体の対策本部や活動を結ぶネットワークの構築（情報の集約と発信を含む）

2.対政府、内外の関係機関、報道、寄付金等の窓口機能

3.被災地における支援活動

4.その他の必要な活動

5. 財源について

活動支援金、民間助成金、その他の収入（DVD 等普及の収入を含む）によって行う。

※JDF 構成団体と関連団体の活動

○聴覚障害者災害救援中央本部 【全日本ろうあ連盟】

<https://www.jfd.or.jp/saigai>

聴覚障害者災害中央本部と名称をあらため、熊本地震に関する聴覚障害者関連の情報を提供しています。

○社会福祉法人 日本盲人福祉委員会

<http://homepage2.nifty.com/welblind/>

○全国手をつなぐ育成会連合会

<http://zen-iku.jp/>

熊本地震 被災地でのお願い

<http://zen-iku.jp/info/release/3169.html>

○全日本難聴者・中途失聴者団体連合会

<http://www.zennancho.or.jp/>

全日本難聴者・中途失聴者団体連合会 対策本部

http://blog.goo.ne.jp/zennan_saigai

熊本地震の現地状況や難聴者等の支援情報をブログでお知らせしています。

○全国社会福祉協議会

<http://www.shakyo.or.jp/index.htm>

被災地支援・災害ボランティア情報 熊本地震特設サイト

<http://shienp.net/>

全社協における対応状況、被災地でのボランティア活動についての情報です。

○全国盲ろう者協会

<http://www.jdba.or.jp/>

避難所等に避難されている盲ろう者の方へのご配慮のお願い

<http://www.jdba.or.jp/news2/index.php/view/36>

熊本地震における盲ろう者及び関係者の状況や最新情報についてお伝えしています。

○ゆめ風基金 平成 28 年熊本地震関連情報

<http://yumekaze21.blog39.fc2.com/blog-category-37.html>

ブログで熊本地震の救済活動情報をお伝えしています。

○きょうされん熊本地震災害対策本部 【きょうされん】

<http://www.kyosaren.com/>

きょうされんでは、熊本地震災害対策本部を立ち上げました。

○難民を助ける会

<http://www.aarjapan.gr.jp/>

○日本財団 平成 28 年熊本地震への支援

<http://www.nippon-foundation.or.jp/what/projects/kumamoto/>

○NHK福祉ポータルハートネット

<http://nhk.jp/heart-net>

自宅にとどまっている人のための相談窓口や、施設や地域ごとの安否情報など、被災した障害者・高齢者のためのさまざまな情報を掲載。

【被災障害者センターくまもと】

○【報道】被災障害者を支援 家族会や学者ら組織設立

被災障害者を支援 家族会や学者ら組織設立 2016 年 04 月 23 日

<https://kumanichi.com/news/local/main/20160423014.xhtml>

県内の障害者団体や研究者らが 20 日、熊本地震で被災した障害者を支援するための組織「被災地障害者センターくまもと」を設立した。被災した障害者の困り事などを聞き取

り、避難所生活などをサポートする。

身体、視覚、精神、知的など各障害者団体や家族会、学者らで構成。会長にくまもと障害者労働センターの倉田哲也代表、事務局長に熊本学園大教授の東俊裕弁護士が就いた。

東事務局長によると、車椅子の場合、避難所ではトイレに行くことや食料配布に並ぶことが難しく、介助の人手が足りず放置される例があるという。ほかにも障害ごとにさまざまな困難な状況があるため、障害者自らが動き、必要な支援を届けることが狙い。

今後、被災状況を聞き取った上で、必要な支援を把握。専門知識のある支援者やボランティア協力を募り、資金提供も呼び掛ける。被災した家の片付けなどの生活再建もサポートする。東事務局長は「災害支援の網からこぼれ落ちている障害者が少なくない。当事者自らがやらないと、今困っている人を救えない」と話している。

同センターに近く本部を開設する予定。TEL 096 (234) 7728。(中村美弥子)

【被災地障害者センターくまもと・JDF熊本支援センター】

このたびの熊本地震により被災を受けた障害者の救援を目的に、熊本県身体障害者福祉団体連合会をはじめとする県下の障害者団体・福祉団体により『被災地障害者センターくまもと・JDF熊本支援センター』を開設しました。

当センターくまもとは、阪神淡路大震災における障害者支援の中で生まれた『NPO法人ゆめ風基金』などの支援を受けて立ち上げるとともに、様々な全国レベルの障害者団体で構成される『日本障害フォーラム(JDF)』の現地本部として様々な救援活動を展開する所存です。

具体的には、地元団体をベースに、全国から派遣される障害者支援に携わっている専門的支援者により、安否確認、被災によるニーズの確認、相談受け付け、必要な個別の支援など、支援範囲や種類を限定せず、必要なことには最大限対応しようと思っています。

つきましては、当センターを周知していただくとともに、被災障害者に関する情報があればご提供いただければ幸いです。

共同代表 松永 朗(熊本障害フォーラム代表)

共同代表 倉田哲也(くまもと障害者労働センター)

○連絡先

〒861-8037 熊本市東区長嶺西2丁目6-11

電話 096-234-7728(9時~18時受付)

FAX 096-234-7729(24時間受付)

MAIL hisaitikumamoto@gmail.com

【ボランティア活動内容】

・現在のところは、被災地・避難所を回って、センターの存在を周知する活動(SOSチラシの配布等)およびニーズ確認などが中心の活動。

・SOSの内容によって、それぞれの障害者の方への支援(入居先探し、り災証明書等の取得の支援など)の活動。

※上記活動の内容は、日々変化しております。状況に応じた活動をお願いすることになりますことをご了承ください。

【宿泊場所等について】

・宿泊先は事務所と同じ場所に、一軒家の住宅を借りております。

・電気、ガス、水道等のライフラインは復旧しております。

・男女別ではありませんが、宿泊部屋は男女別にしております。

・寝具(布団等)はありませんが、床に敷くマットがありますが、寝袋はご持参ください。

【てんかん協会】

てんかんのある方へ

★服薬は、決して中断しないでください。

★保険証や自立支援医療受給者証、特定疾患研究事業、小児慢性特定疾病医療費などの医療証や受給者証がなくても、公費負担制度が利用できます。

★お薬のこと、その他てんかんに関して困ったことがあれば、どんなことでも結構です。下記までご相談ください。

○日本てんかん協会・熊本県支部（魚住／10 時～17 時）

Tel & Fax：096-273-7144

○日本てんかん協会・本部事務局（東京）

Tel：03-3202-5661（9 時 15 分～17 時 30 分）

Fax：03-3202-7235（24 時間受信中）

○てんかんホットライン

（国立病院機構静岡てんかん・神経医療センター内）

Tel: 054-246-4618

e-mail：support@shizuokamind.org

epilepsy.hotline@gmail.com

公益社団法人 日本てんかん協会(波の会)

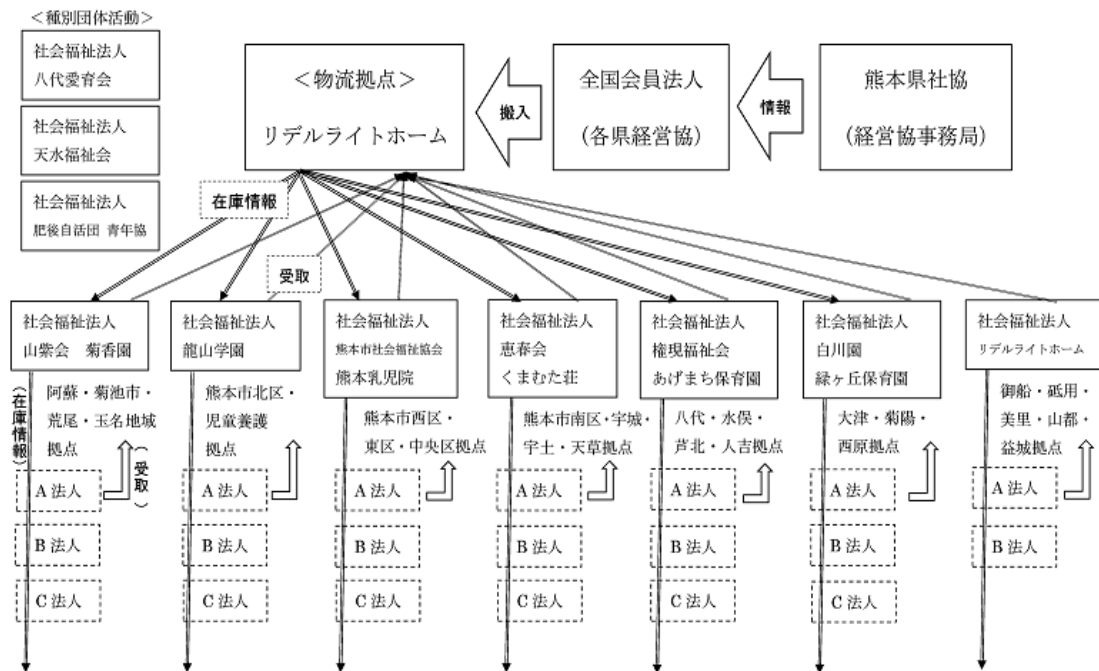
【経営協】

○熊本県社会福祉法人経営者協議代表（○熊本県社会福祉法人経営者協議代表（4 月 20 日）開催

熊本県社会福祉法人経営者協議で緊急が開催されました。

熊本県経営協では、全国からの支援物資を内域社会福祉法人・施設に適切かつ安定して供給するため、災害支援物資の体制を確認。（図 1 参照）この体制は、熊本県下を 7 つ区域に分けそれぞれ受入窓口経営協会員法人が受け持つことにより、物流拠点であるリデルライトホームの相互連携を高め、より迅速かつ的確に利用者や避難してきている地域住民等支援物資の供給を図ることとしている。

全国社会福祉法人経営者協議会（熊本県経営協）災害支援物資供給フォロー図



【セルフ協】

全国セルフ災害対策本部「平成 28 年熊本地震」の支援の基本方針を決定
～基本方針『平成 28 年熊本地震』に係る全国セルフ災害対策本部の対応について』を基
に

支援活動を進めます。支援活動の一環として義援金の募集を行います～

「平成 28 年熊本地震」における全国セルフ災害対策本部（※）の支援の基本方針が決定しました（2 ページ参照）。

（※）全国社会就労センター協議会（全国セルフ協）と日本セルフセンター（日本セルフ）が共同して災害支援を行うための枠組み

4 月 18 日（月）15 時から開催された全国セルフ協拡大正副会長会議を「全国セルフ災害対策本部」の会合として位置付け、同会議の中で支援の基本方針（『平成 28 年熊本地震』に係る全国セルフ災害対策本部の対応について）の協議をしました。協議の結果、「①情報収集および提供」「②物資の提供」「③義援金の支給」の 3 つの支援を柱とした方針を決定しました。

「③義援金の支給」では、全国の社会就労センター関係者の皆様に義援金へのご協力をお願いいたします（詳細は 3 ページ参照、募集期間は 5 月末日まで）。あわせて、平成 27 年度に設けた「災害支援基金」を活用し、熊本県と九州ブロックのセルフ協組織に対して 100 万円の先行支給を実施します。

「②物資の提供」については、地震発生以降、全国セルフ協、日本セルフ、熊本県セルフ協で進めてきた情報収集から、施設・事業所によって不足物資が異なること、被災により物資が不足している施設・事業所の絶対数は東日本大震災時に比べて少ないことから、（東日本大震災時のように）全国の社会就労センター関係者に幅広く物資提供をお願いするのではなく、被災地への物資運搬を担当する九州ブロックセルフ協において収集・調達し、物資提供を実施します（すでに九州ブロックセルフ協からは、九州各県のセルフ協組織に

水や食料等の支援物資提供の依頼が行われています)。

上述の①②の支援を展開するうえでの「①情報収集および提供」については、全国セルフ協が中心となって行います。

当面、全国の社会就労センター関係者の皆様をお願いすることは義援金へのご協力となりますが、今後の情報収集の結果によっては物資の提供等その他の支援へのご協力をお願いすることがございます。随時セルフ通信速報で情報提供いたしますので、支援活動へのご協力をお願いいたします。

平成 28 年 4 月 18 日

「平成 28 年熊本地震」に係る全国セルフ災害対策本部の対応について

平成 28 年 4 月 14 日（木）以降に熊本県を中心に発生している地震において被災した障害者等の支援のために、全国社会就労センター協議会（全国セルフ協）、日本セルフセンター（日本セルフ）は、合同で「全国セルフ災害対策本部」を設置し、全国社会福祉協議会並びに厚生労働省、障害関係団体等との協力のもと、以下の支援を行います。

1. 【情報収集および提供】

○ 全国セルフ協および日本セルフセンターの会員施設・事業所を中心に、被災地の障害者支援施設・事業所の被災状況や支援ニーズに係る情報の収集を引き続き進めるとともに、情報の一元化を図る。

○ 収集した情報は全国の社会就労センター関係者と共有し、物資提供や義援金支援等の支援活動につなげる（被災地障害者の受入れや応援職員の派遣等についても、必要に応じて実施を検討する）。

2. 【物資の提供】

○ 被害の甚大な熊本県のセルフ関係者に、物資を提供することに緊急に着手することとする。被災施設・事業所のニーズは全国セルフ協事務局が中心となって収集・整理することとし、支援物資の調達・運搬は九州ブロックセルフ協が実施することとする。

※ 全国のセルフ協関係者への物資支援の依頼（募集）は当面は行わず、被災施設・事業所の個別にニーズに応ずることに努める。

※ 熊本県以外の県についても、被害状況およびニーズに応じて支援を実施する。

○ 物資集積の拠点は、福岡県大牟田市の大牟田恵愛園（九州ブロックセルフ協 叶会長の施設）に置く。

3. 【義援金の支給】

○ 被災施設・事業所の支援を目的とし、義援金募集を 4 月 19 日（火）より開始する。募集は 5 月末日までの期間で行う。

○ 熊本県セルフ協、九州ブロックセルフ協に対して、各 100 万円を先行して支給する。

※ 配分方法（全国セルフ協・日本セルフ会員施設に振り分けるか、県組織のみ会員や未加入施設を含むか、等）については、当該県及びブロックの協議員・セルフ協会長に委ねることとする。

※ 支援物資の購入費用に充てることもできるものとする。

これらの支援を実施する全国セルフ災害対策本部の体制は以下の通りとする。

・本 部 長：阿由葉 寛 全国セルフ協会長

・副本部長：川俣 宗則 日本セルフ 会長

・実行委員長：叶 義文 九州ブロックセルフ協会長（全国セルフ協副会長・日本セルフ副会長）

・本 部 員：高江 智和理 全国セルフ協副会長・日本セルフ副会長

市川 義直 全国セルフ 副会長

東馬場 良文 全国セルプ副会長

寺口 能弘 日本セルプ 副会長

※ 事務局は全国セルプ協事務局（全社協高年・障害福祉部内）に設置する。

○平成 28 年熊本地震で被災したセルプ施設・事業所支援のための義援金について（協力依頼）

セルプ協事業の推進には日頃より格段のご支援をいただき、誠にありがとうございます。

さて、本会は 4 月 18 日（月）に全国社会就労センター協議会（セルプ協）「拡大正副会長会議」（臨時の「全国セルプ災害対策本部会合」としても開催）を開催し、地震被害に対する今後の対応策を協議しました。その結果、被災したセルプ施設・事業所の支援を目的として、セルプ関係者を対象とした義援金を募集することとなりました。

つきましては、以下の通り義援金の募集をいたしますので、積極的なご協力を賜りますようお願いいたします。なお、今回集められた義援金の使途につきましては、今後、「全国セルプ災害対策本部」において協議・決定いたしますことを申し添えます。

関係者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

～平成 28 年熊本地震で被災したセルプ施設・事業所支援のための義援金を募集します～

平成 28 年 4 月 14 日以降に発生している熊本地震は、熊本県を中心に甚大な被害をもたらし、社会就労センター（セルプ）にも被害が生じています。全国セルプ災害対策本部（セルプ協、日本セルプセンター）は、被災したセルプ施設・事業所の支援を目的として、セルプ関係者を対象とした義援金を募集することとしました。皆様のご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。

1. 送金口座：① 三井住友銀行 東京公務部（普通）3023501

〔口座名義〕社会福祉法人 全国社会福祉協議会

全国社会就労センター協議会 義捐金口

② ゆうちょ銀行 振替口座 00120-8-628368

〔口座名義〕義捐金口 社会福祉法人全国社会福祉協議会

※ 振込手数料は大変恐縮ですがご負担いただきますようお願いいたします。

2. 募集期間：平成 28 年 4 月 19 日（火）～5 月 31 日（火）

3. 使 途：今後、「全国セルプ災害対策本部」において協議・決定いたしますが、一部は被災施設・事業所への支援物資の購入費用に充当いたします。

【問合先】全国社会就労センター協議会（「セルプ協」）事務局

社会福祉法人 全国社会福祉協議会 高年・障害福祉部内

〒100-8980 東京都千代田区霞が関 3-3-2 新霞が関ビル

TEL：03-3581-6502／FAX：03-3581-2428／E-mail：selp@shakyo.or.jp

【知的障害福祉協会】

平成 28 年熊本地震への対応等について〈第 1 報〉

平成 28 年 4 月 14 日夜及び 16 日未明に発生しました熊本県を震源とする大地震によって熊本県及び大分県において甚大な被害が出ております。

震災により亡くなられた方々のご冥福をお祈りいたしますとともに、被災された方々及びご家族等関係者の方々に対しまして、心よりお見舞い申し上げます。

本会では被災された事業所等の利用者をはじめとする関係者の方々が一刻も早く安心できる生活に戻るよう、義援金の募集を行っております。

義援金は、一人ひとりのお気持ちですが、一人あたり 500 円以上を目安とさせていただきます。

義援金の募集につきましては、各都道府県の地方会事務局を窓口募集をいたしております。各施設・事業所で義援金を募っていただき、各地方会都道府県へご送金くださいますようお願い申し上げます。

ご送金いただきました義援金は、日本知的障害者福祉協会より被災された地方会事務局にお渡しし、関係施設の被災状況に応じて配分していただくこととしております。

※当面公益事業会計から 300 万円の送付

※被災状況等を公開

<http://www.aigo.or.jp/2016info2.html>

【21 世紀・老人福祉の向上をめざす 施設連絡会】

○熊本地震 支援活動へのご協力のお願い

1. 被災地支援活動カンパにご協力ください

振込口座 郵便振替 00950-5-108908 (名義) 21 老福連 *

通信欄に「カンパ」と記載してください

2. 支援物資をお送りください

*いったん終了します

3. 支援物資搬入のためのボランティアを派遣してください

福岡市の「いきいき八田」に集合して、現地とを往復します

*いったん終了します

◆熊本地震支援活動カンパ等のお願い (PDF 文書) ⇒下記アドレスより

<http://www.roufukuren.jp/teigen/kumamotoirai.1.pdf>

◆熊本地震支援物資の中継点への発送いったん終了 (PDF 文書) ⇒下記アドレスより

<http://www.roufukuren.jp/teigen/kumamotobussi.2.pdf>

【JSTSS : 日本トラウマティック・ストレス学会】

【会長声明】

熊本県、大分県をはじめとする今回の地震の被災地のみなさまにお見舞い申し上げます。

2016 年 4 月 18 日

日本トラウマティック・ストレス学会

会長 岩井圭司

このたび、熊本県熊本地域を震源とする最大震度 7 の大地震が起こり、観測史上まれに見る余震の多さと激しさもあって、同地域において甚大な被害が発生しました。

今回の地震で被災された皆様にお見舞い申し上げます。

多数の死者・負傷者が出ていることは誠に残念であり、お亡くなりになられた方々のご冥福を心よりお祈りいたします。

被災地のみなさまの不安とご苦労ははかりしれません。

当学会としましても、東日本大震災、阪神・淡路大震災等での経験を活かし、被災者の皆様へのケアやサポートを行っていく所存です。

会員各位におかれましても、トラウマ支援のエキスパートとしてのご活躍を期待します。

会員の中には、「いまずぐ被災地の役に立ちたい」というお気持ちを抑えがたく感じている方も多いでしょうが、どうか長期間を見据えた息の長い対応をお願いします。

専門家としては、今後備えて“遊軍として待機”することも重要な被災地支援です。

また、専門家であっても一般の人々と同じ地点にたった支援（義援金を送る等）をすることが当然可能です。

現地のニーズを踏まえ被災者の方々を尊重した支援活動を行うために、災害後早期の被災

・兵庫県こころのケアセンター

・災害時こころの情報支援センター（国立精神・神経医療研究センター）

厚生労働省の「被災地で実施される調査・研究について」へのリンクも掲げておきます。

当学会では、災害後の心理的支援に関する情報を、このウェブを中心として発信していく予定です。

【全障研】

4月19日、JDF（日本障害フォーラム）は、「JDF 災害総合支援本部」の設置を決定しました。

東日本大震災救援本部の経験を大切にしながら、

- 本部長＝荒川智全国委員長

本部長代理＝品川文雄発達保障研究センター理事長

本部長＝中村尚子副委員長、蘭部英夫事務局長、圓尾博之事務局次長

- 3) JDF などの支援活動に協力してとりくむ

- 4) 支援募金をよびかける

口座名義=全国障害者問題研究会

郵便口座=00100-2-34600

他の金融機関からの振込=〇一九（ゼロイチキュウ）店 当座 0034600

* 通信欄に「支援募金」と明記下さい。コンビニのATMからも振込できます。

【障全協】

[illegible]

〈支援募金への協力を！〉

上記の通り、まずは障全協として全国に呼びかけるのは、支援募金への協力です。以下の口座を活用ください。寄せられた募金については、現地熊本その他被害にあった自治体で運動をすすめる加盟組織の方々と相談するとともに、障全協役員の承認のもとに、意味ある活用となるようにします。

銀行振込口座・・・みずほ銀行 目黒支店 普通預金 1166306 障全協 白沢
仁

郵便振込口座・・・口座番号 00110-7-7483 障全協

※郵便口座を使われる場合は、「熊本地震支援募金」と必ず明記して下さい！

★★

【きょうされん】

○「きょうされん熊本地震災害対策本部」設置

2016年4月14日午後9時26分ごろ発生した熊本地方を震源とする大地震に際して、被災地のみなさんに心よりお見舞い申し上げます。

きょうされんは、「熊本地震災害対策本部」を本日4月15日午後1時に設置しました（本部長は西村直理事長）。

事務局は、きょうされん事務局内に置きます。

「熊本地震」募金協力をお願い

4月14日～16日にかけて、熊本・大分を中心とする九州地方に大きな被害を与えた「熊本地震」について、きょうされんとして、募金をはじめることとしました。

みなさまのご支援・ご協力よろしく願いいたします。

【郵便振替】

口座名義 きょうされん自然災害支援基金口

口座番号 00100-7-86225

【ゆうちょ銀行】

○一九（ゼロイチキュー）店（019） 当座0086225

※この口座は、すべての自然災害に対する募金を受け付ける口座となっております。

お振り込みいただく際に、使途をご希望の場合は、「熊本地震」や「東日本大震災」などと明記ください。

記載のない場合は、当面「熊本地震」に活用させていただきます。

【全国手話通訳問題研究会】

○聴覚障害者災害救援対策本部会議

①九州ブロック救援本部を福岡県に設置する

②手話通訳派遣については、全通研九州ブロックを窓口とし、全通研本部事務所と共同し、手話通訳派遣の体制を整える

③当面の救援活動資金として、支援金として全国的な募金を訴える

④当面必要な活動資金については、災害対策本部会計より熊本県本部等に本部より支給する

このような確認を行い、具体的な支援が可能になるよう九州ブロックの協力を得ながら、現地の状況、ニーズ把握及び救援組織体制確立のために全日本ろうあ連盟、全通研より委員を現地に派遣することを決定しました。派遣については、会議後現地との調整の結果、4/22～4/24 となり全通研からは東日本大震災時の派遣業務担当者でもあった浅井所長の派遣を決定しました。

【全腎協】

◆全腎協では、4月19日、役員らによる災害対策本部の会議を開き、次の3点について協議・検討しました。（災害対策本部長・災害対策委員会委員長）

1 義援金の取り組み

熊本・大分地震の義援金は、従来とおり「災害見舞金」を全腎協として行う予定だが、県組織等からの問合せが多いことから理事会で検討する。

2 懸念される長期化する避難生活にむけた要望活動

今後、避難生活の長期化が懸念されることから、熊本県及び熊本市に対し、支援物資や避難所・住環境の確保・整備、透析施設への通院支援体制など、早期対応を求める要望を行う。

3 生活・活動再建に向けた取り組み

時期をみて、現地へ役員等を派遣し、患者や患者会に対する必要な支援等について情報収集を行う。

◆ J P A (難病団体協議会)

☆疾病団体からの情報提供から

- ・ P K U (フェニールケトン尿症) 親の会より…

熊本県在住会員 7 名は、15 日午後現在、人命・身体および家屋に大きな被害を受けた会員はいない模様。

- ・ 全国筋無力症友の会事務局より…

現在のところ被災地近くの会員に被害は無しとのこと。

- ・ N P O 法人 H A E J (遺伝性血管性浮腫ジャパン) 事務局長より

会員で九州地方は私のみであり、福岡在住で大きな揺れはあり余震も続いているものの無事。熊本方面にも H A E の患者はいるが詳細は不明とのこと。

H A E (遺伝性血管性浮腫) 診療に必要な薬剤はベリナート製剤のみで、発作時にこれがないと命取りになる危険性があり、製薬会社に十分な薬剤供給と情報収集をお願いした。

【大阪障害者支援緊急対策連絡会】

東日本大震災の際に、設置された緊急対策連絡会 (障連協・きょうされん・全障研・教育関係・福保労等関係団体八者懇及び大阪障害者センター事業懇話会が共同で設置) を設置し、J D F の災害総合支援本部と連携して、具体的な情報発信、現地支援・募金活動等を行う。

【本部体制表】

熊本地震 大阪緊急対策連絡会 支援本部 機構・役割分担					
	DPI	JDF	JD	情報センター	
	ゆめ風基金	災害総合支援本部			
		(03-5273-0601)	障全協	きょうされん	全障研
	KDF「被災障害者支援センターくまもと」 096(234)7728			支援拠点(調整中)	
		ODF			
	障害関係八者懇		事業懇話会		
		対策連絡会			
		(募金口座一本化)	専門家協力 支援パンフ等		
		支援本部			
	会計責任者	本部長	事務局長		
	塩見	井上(資金決済)	雨田		
行政調整	情報収集	情報発信	要員・物資集約	支援調整	
○行政機関等との連絡調整 ○行政等への申し入れ	○被災地情報等の収集(全障研・きょうされん・障全協・全協・福保労・DPI) ○個別団体・厚労省関係からの発信資料(JD・全社協・セルフ協・福祉協会)	○震災支援ニュースの発行 ○「支援の手引」の情報収集及び改定 ○手引き補強資料の依頼 ○被災者広報の作成	○要員登録の整理 ○物資登録の整理	○要員派遣の調整 ○物資移送の調整 ○要員教育の徹底 ○要員報告の管理	

【事務局の仕事】

○情報収集

①当日分のメールから、資料の振り分けを行い、シェアード「熊本地震」ファイルに落とし込む。

②未処理資料から、日付順に、○被災地情報のファイルに、テキストデーターを張り付け、改行などの修正を行い、ファイル保管を行う。

・最終処理の終わったデーターの当日分を印刷し、保管ファイルにとじる。

③団体の動き等については、○団体の動きまとめファイルに、団体分けをして、テキストデーターを張り付け、改行などの修正を行い、ファイル保管を行う。

④HP検索、あるいは問い合わせ等を行い、被災地の支援拠点情報等の収集を行う。

※セルフ協・JD(きょうされん)・JDF・全社協・日本災害救援ボランティアネットワーク・難民を助ける会等の情報を中心に

※当面、熊本情報を中心に、収集を行う。

・支援体制一覧表※1を早急に整備する。

※現在熊本県は、DPIはすでに支援センターを開設、福島は、現在きょうされんを中心に調整中、またDPIとも調整の予定。

○情報発信

①本部長と相談し、「大阪熊本地震支援ニュース」※2を作成する。

②支援の手引のバージョンアップ、被災地広報の作成を行う。

※近々に、山本氏と調整のうえ、立命院生で修正・加筆をいただく。

○要員・物資登録及び支援調整

- ①各法人等に、登録の依頼を点検する。
- ②登録用紙を回収し、派遣登録名簿※3 を整理する。
- ③登録名簿から、派遣調整を行う。
- ※支援の手引等で、派遣要員への注意点を徹底する。
- ※派遣要員が早期に固まれば、事前学習会等計画する。
- ④派遣要員から、派遣後の報告用紙※4 を回収し、引き継ぎなどの状況を確認する。

※大阪での支援募金受付窓口（東日本大震災時に開設された、共同口座を利用します。）

◇ゆうちょ銀行

◇口座名

障連協 障害者（児）を守る全大阪連絡協議会

◇店番 ○九九

◇当座 0305963

日本障害フォーラム<JDF>熊本地震被災地への人員派遣 要綱（2016.5.12 版）

1. 目的等

□日本障害フォーラム（以下、JDF）は、「JDF 災害総合支援本部・熊本支援センター」を設置し、この下で、当面 5 月から、JDF 構成団体（およびその傘下等の関係団体）より人員派遣（車両を含む）を募り、現地障害者団体が開設した「被災地障害者センターくまもと」と緊密に連携しながら、被災障害者のニーズ把握調査等を行うとともに、これに基づく救援等を行うことを目的とする。

2. 活動内容

□被災地での主な支援活動内容は、以下のとおりとする。

- ①障害者の被災状況やニーズ把握の調査、
- ②障害者の救援、支援事業所等の支援、
- ③その他（連絡調整や、打合せ参加等）

3. 派遣の形態

□派遣の形態は、次の 2 方式とする。

- ①車両付きの派遣（活動に使用する車両と一緒に人員を派遣）
- ②人員のみの派遣（1 名からでも可）

□派遣期間は、現地滞在 7 日間を 1 クールとする。（日曜 14 時集合、土曜正午解散が基本）

□到着時の集合場所・時間について

場所： 熊本県身体障害者福祉センター2 階 第 3 会議室（支援センター宿舎）

〒861-8039 熊本市東区長嶺南 2-3-2 ： 下記 6 参照

時間： 日曜日 14：00 集合。

4. 派遣手続き

□人員（車両）の派遣については、「日本障害フォーラム支援申込書」に記入して、JDF 総合支援本部事務局に提出する（FAX: 03-5292-7630 E-mail: jdf_info@dinf.ne.jp 住所等は文末参照）。

派遣は、派遣決定を JDF 総合支援本部より受けた段階で確定する。

□現地支援センターの受入準備のため、派遣申込は派遣開始希望日から少なくとも数日の余裕をもって行うものとする。また状況により派遣開始日の調整をお願いする場合がある。

5. 派遣に伴う経費負担等

□現地活動中の交通費、ガソリン、高速道路料金、備品・消耗品等にかかる費用については、

JDF が負担する（現物支給を含む）。また食費についても一定額の補助を行う。これらの費用を立替えた場合は、現地支援センターの小口現金で精算するか、または団体ごとに集計し一括して JDF 総合支援本部に請求し、支援本部事務局より後日精算する。なお、現地までの往復にかかる旅費・食費等については所属団体または個人の負担とする。

6. 支援センターの所在地・連絡先

【被災地障害者センターくまもと・JDF 熊本支援センター】

〒861-8037 熊本県熊本市東区長嶺西 2-6-11

TEL 096-234-7728 FAX 096-234-7729

E-mail hisaitikumamoto@gmail.com

※JDF 派遣チーム直通電話番号 080-9427-3574（5月14日から開通予定）

※宿舎所在地 熊本県身体障害者福祉センター 2階 第2、第3会議室

〒861-8039 熊本市東区長嶺南 2-3-2

TEL 096-383-6533 FAX 096-383-6535

○障害者福祉センター2 階の会議室を宿泊場所兼打合せ場所としてお借りしている。（寝袋が必要）同センターにシャワーがあり、指定時間内に利用できる。（タオル持参）

7. 活動時に必要な持ち物

□水筒（ペットボトル）、寝袋（毛布他）、マスク、軍手、帽子（持っている方はヘルメット）、雨がっぱ、傘、悪路でも歩きやすい靴、室内履、タオル、携帯電話、充電器、常備薬、その他必要と思われるものをあらかじめ各自で準備する。

□活動に使用できるノートパソコンをお持ちの方は、持参いただくと便利である。

□現地での食糧は、スーパー、コンビニ、飲食店が営業しており、各自で調達する。（活動中の食費補助あり）

□熱中症対策にも留意する。

8. 車両関連

□持ち込む車両については、車両保険の加入状況、保険内容における運転者の範囲や制約条件が適うことが必須である。

□路面状態の悪い箇所、瓦礫や残材の散在する箇所で、救援物資の運搬や人員の送迎等を依頼することが想定される。

□被災地でのガソリン給油は可能なので、「ガソリン携行缶」等の準備は不要である。

□ナビあるいは道路地図を車両に準備する。

9. 損害保険等

□JDF として一括して、傷害保険等の契約を行う。

日本障害フォーラム（JDF）〒162-0052 東京都新宿区戸山 1-22-1

TEL: 03-5292-7628 FAX: 03-5292-7630 e-mail : jdf_info@dinf.ne.jp

3、支援活動にあたって

①支援に対しての心構えと現地での活動上の留意点

今回の支援は、阪神淡路大震災の教訓及び「サイコロジカル・ファーストエイド 実施の手引き 第2版」(Psychological First Aid ; PFA) は、災害、大事故などの直後に提供できる、心理的支援のマニュアルです。災害精神保健に関する、さまざまな領域の専門家の知識と経験、および、たくさんの被災者・被害者の声を集めて、アメリカ国立 PTSD センターと、アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワークが開発しました。私たちは、PFAに出会い、日本の人たちにもぜひ知っていただきたいと考え、日本語版を作成しました。PFAは、特別な治療法のマニュアルではありません。少しの知識があれば誰にでもできる、こころのケガの回復を助けるための基本的な対応法を、効率よく学ぶためのガイドです。それぞれのご専門、お立場、ご経験、あるいは現場のニーズに応じて、必要な部分だけを取り出して学んだり、使ったりすることができます。精神保健の専門家の方はもちろん、災害や事故の現場で働く可能性のある一般の方々にも、学んでいただける内容です。」を基本として、現地支援及び支援者への配慮を十分行いながらすすめていくこととします。

【支援の基本的目的】

- ・被災者に負担をかけない共感的な態度によって、人と人の関係を結びます。
- ・当面の安全を確かなものにし、被災者が物心両面において安心できるようにします。
- ・情緒的に圧倒され、取り乱している被災者を落ち着かせ、見通しがもてるようにします。
- ・いまどうしてほしいのか、何が気がかりなのか、被災者が支援者に明確に伝えられるように手助けします。また、必要に応じて周辺情報を集めます。
- ・被災者がいま必要としていることや、気がかりなことを解決できるように、現実的な支援と情報を提供します。
- ・被災者を、家族、友人、近隣、地域支援などのソーシャルサポート・ネットワークに、可能な限り早く結びつけます。
- ・適切な対処行動を支持し、その努力と効果を認めることで、被災者のもっている力を引き出し、育てます。そのために、大人、子ども、家族全体がそれぞれ、回復過程で積極的な役割を果たせるよう支援します。
- ・災害の心理的衝撃に効果的に対処するために役に立つ情報を提供します。
- ・支援者ができることとできないことを明らかにし、(必要なときには)被災者を他の支援チーム、地域の支援システム、精神保健福祉サービス、公的機関などに紹介します。

【サイコロジカル・ファーストエイド提供の方針】

- ・いきなり介入するのではなく、まずは様子を見守ってください。次に、どのような手助けができるかを見極めるために、簡潔で、思いやりのある質問をします。
- ・関係づくりに最も有効な方法は、多くの場合、現実的な支援(食糧、水、毛布)です。
- ・場の状況や対象となる人の様子をよく見て、その介入が負担になったり破壊的になったりしないだろうという判断ができてから、接触を開始してください。
- ・被災者が拒否することにも、逆に殺到する場合があることにも、準備をしておいてください。
- ・穏やかに話してください。忍耐強く、共感的で、思慮深くあってください。
- ・シンプルでわかりやすい言葉を使い、ゆっくり話してください。略語や専門用語を使わないでください。
- ・被災者が話し始めたら、聞いてください。話を聞くときには、かれらが何を伝えたいのか、あなたがどう役に立てるのかに焦点をあててください。
- ・被災者が身を守るためにとった行動のうち、よいところを認めてください。
- ・被災者のニーズに直接役立つ情報を提供し、求めがあれば何度でも、対処方法を分かり

やすく示してください。

- ・正確で、かつ被災者の年齢にふさわしい情報を提供してください。
- ・通訳を介してコミュニケーションをとるときには、通訳者ではなく本人を見て話しかけてください。
- ・PFAの目的は、苦痛を減らし、現在のニーズに対する援助をし、適応的な機能を促進することです。トラウマ体験や失ったものの詳細を聞き出すことが目的ではないことを、常に念頭において活動してください。

【避けるべき態度】

- ・被災者が体験したことや、いま体験していることを、思いこみで決めつけないでください。
- ・災害にあった人すべてがトラウマを受けるとは考えないでください。
- ・病理化しないでください。災害に遭った人々が経験したことを考慮すれば、ほとんどの急性反応は了解可能で、予想範囲内のものです。反応を「症状」と呼ばないでください。また、「診断」「病気」「病理」「障害」などの観点から話をしないでください。
- ・被災者を弱者とみなし、恩着せがましい態度をとらないでください。あるいはかれらの孤立無援や弱さ、失敗、障害に焦点をあてないでください。それよりも、災害の最中に困っている人を助けるのに役立った行動や、現在他の人に貢献している行動に焦点をあててください。
- ・すべての被災者が話をしたがっている、あるいは話をする必要があると考えないでください。しばしば、サポートティブで穏やかな態度でただそばにいたことが、人々に安心感を与え、自分で対処できるという感覚を高めます。

【はじめに】

- ・何があったか尋ねて、詳細を語らせないでください。
- ・憶測しないでください。あるいは不正確な情報を提供しないでください。被災者の質問に答えられないときには、事実から学ぶ姿勢で最善を尽くしてください。

【子どもや思春期の人に対応するときには】

- ・幼い子どもに対応するときには、椅子に座るか、子どもの視線の高さにあわせてしゃがみましょう。
- ・学童期の子どもに対しては、感情、心配なこと、疑問を言葉にできるように手助けしてください。普段気持ちをあらわすのに使っているシンプルな言葉（頭にきた、さびしい、こわい、心配など）を用いましょう。「恐怖」「脅え」などの極端な言葉は、かえって苦痛を増すので、使わないでください。
- ・子どもの話を注意深く聞き、あなたのことをちゃんと理解しているよ、と伝えましょう。
- ・子どものふるまいや言葉が、発達的には退行しているように見えることがあることを知っておいてください。
- ・言葉づかいを子どもの発達レベルにあわせましょう。幼い子どもには通常、「死」のような抽象的な概念は伝わりにくいものです。可能な限り、シンプルで直接的な表現を用いてください。
- ・思春期の人に対しては、大人同士として話しかけましょう。そうすることによって、かれらの気持ちや心配や疑問にあなたが敬意を払っているというメッセージを送ることができます。
- ・子どもに十分な情緒的支えを提供できるよう、親の機能を補強し、支えてください。

【高齢者に対応するときには】

- ・高齢者はもろさをもっていますが、同時に強さももっています。かれらは人生のなかで逆境を乗り切ってきた人たちであり、多くの人が効果的な対処能力を身につけています。

- ・聴力に問題が見受けられる人に対しては、低いはっきりした声で話しかけましょう。
- ・見た目や年齢のみに基づいた決めつけをしないでください。混乱した高齢者は、記憶、思考、判断などに、不可逆の問題を抱えているように見えることがあります。環境の激変によって災害に関する失見当識がおこり、それが一時的な混乱を引き起こすことがあります。環境の激変は、視力や聴力の衰え、栄養不良や脱水状態、睡眠障害、持病あるいは服薬に起因する問題、社会的孤立、孤立無援や対応できないという感覚などを引き起こします。
- ・精神的な疾患を抱えている高齢者は、不慣れな環境に対して、さらに混乱したり、困惑したりしやすいでしょう。そのような人を特定したら、精神保健相談、あるいは適切な機関への紹介が受けられるよう援助してください。

【障害をもつ人に対応するときには】

- ・援助を求められたときには、できるだけ静かな、刺激の少ない場所で対応するようにしてください。
- ・直接のコミュニケーションが困難でないかぎり、介護者ではなく本人に向かって話しかけましょう。
- ・コミュニケーション能力（聴力、記憶、発話）の障害が見受けられる場合には、簡単な言葉で、ゆっくりと話しかけましょう。
- ・「障害をもっています」と主張する人の言葉を信じてください——たとえそれが見た目に明らかなものでなく、あなたにとって聞きなれないものであったとしても。
- ・どう手助けしたらいいかわからないときには、「何かお手伝いできることはありますか」と聞いてください。そして、その人が言うことを信じてください。
- ・可能なら、自分のことは自分でできるようにしてあげてください。
- ・目の不自由な人が慣れない場所を移動するときには、「腕をお貸しましょうか」と申し出てください。
- ・その人の必要に応じて（耳が不自由など）、情報を書きとめることを申し出たり、お知らせを文書で受け取れるよう手配したりしてください。
- ・その人の介護必需品（薬品類、酸素ボンベ、呼吸器装置、車椅子など）を確保してください。

【急性期の苦痛の兆候を示している人たち】

- ・状況判断ができず、まごついている人
- ・落ち着きを失って、困惑している人
- ・気が動転したり、興奮したりしている人
- ・パニックになっている人
- ・極端にひきこもっている人、無気力になっている人
- ・極端にイライラしている人、怒っている人
- ・極端に不安そうな人

【PFAの留意点】

◇集団への適応

グループ面接を行う際には、以下のことに留意してください。

- ・その集団の人たちのニーズや困っていることにあわせて、話しあう内容を選んでください。
- ・問題を解決することと、差し迫った問題に対処する計画をたてることに、話題を焦点づけてください。
- ・困っていることに関する話しあいが、不平不満のはけ口にならないようにしてください。

・引き続き支援が必要な人がいれば、グループ面接のあとで個人面接を提案してください。

◇落ち着いた態度を保つ

人は、他の人の態度から物事を判断します。穏やかな態度とはっきりした考えを示すことによって、被災者はあなたを信頼に足ると考えやすくなります。あなたがしっかりと落ちついた態度を維持していれば、たとえその人が落ち着かず、安全でもなく、事態に対処する力や希望をもっていないと感じていたとしても、あなたの態度に習うかもしれません。希望を示すこともまたPFA提供者のつとめです。被災者は、起こったことや目前に差し迫っている心配に対処することで精一杯なために、必ずしも希望を感じることができないのです。

◇文化と多様性に対して繊細にふるまう

PFA提供者は文化、民族、宗教、人種、言語の多様性に配慮しなくてはなりません。PFAを被災地に出向いて行う場合でも、普段の持ち場で行なう場合でも、あなたは自分の価値観、先入観について意識しておかなくてはなりません。また、自分の価値観があなたの支援する地域のそれとどのように相違しているかについても、知っておかなくてはなりません。異文化について勉強することで、意識を高めることができます。被災者が災害の衝撃に対処できるよう支援するにあたって重要なのは、かれらが自分たちの習慣や伝統、儀式、家族のあり方、性役割、社会とのつながりを維持したり、再建したりするのを助けることです。その地域のことをよく知っている文化的指導者の力を借りて、喜怒哀楽などの表現の仕方、行政機関に対する姿勢、カウンセリングへの適応性など、その地域に関する情報を収集してください。

◇リスクの高い人々に配慮する

リスクが高いのは次のような人々です。

- ・子ども。特に次のような子ども
- ・親（保護者）と離ればなれになっている子ども
- ・親（保護者）、家族、友達を亡くした子ども
- ・親（保護者）が重傷を負った、あるいは行方不明になっている子ども
- ・里親や児童養護施設によって養育されている子ども
- ・けがをしている人
- ・何度も移住、強制退去をさせられた経験をもつ人
- ・病弱な子ども、大人
- ・重い精神疾患を抱えている人
- ・身体障害あるいは身体的な病気を抱えている人
- ・危険なことをやりたがる思春期の人
- ・薬物乱用の問題を抱えた思春期の人、大人
- ・妊娠している女性
- ・乳幼児をつれている母親
- ・災害救援者
- ・大切なものを失った人（家、ペット、家族の思い出の品など）
- ・グロテスクな光景、あるいは極度の危機的状況にいきなりさらされた人

<サイコロジカル・ファーストエイドによる対応の基本>

◆基本的な姿勢

- ・ 公認されたシステムの枠内で実施し、指定された役割の範囲を踏み越えない。
- ・ 秘密保持、プライバシーへの配慮。
- ・ いきなり支援を押しつけるのではなく、まずは様子を見守る。

- ・ 穏やかな声でゆっくり話す。慌てず、丁寧に、忍耐強く対応する。
- ・ シンプルでわかりやすい言葉を使い、略語や専門用語は使わない。
- ・ 被災者が話しはじめたら聞く。話を聞くときには、その人が何を伝えたいのか、あなたがどう役立てるのかに焦点をあてる。
- ・ 被災者が身を守るためにとった行動や、困っている人を助けるのに役立った行動など、よいところを認める。
- ・ 被災者の多くは自分からはケアを求めたがらないことを知っておく。
- ・ その人なりの対処法をいっしょに探しながら、「求められている」ことをする。
- ・ 被災者への接触の目的は、苦痛を減らし、現在のニーズに対する援助をし、適応的な機能を促進すること。外傷体験や喪失に関する詳細を聞き出すことが目的ではないことを、常に念頭におく。
- ・ 支援者自身の情緒的、身体的反応に注意を払い、セルフケアを行う。

◆避けるべき態度、対応

- ・ 被災者を弱者とみなし、「～してあげる」といった恩着せがましい話し方をしない。
- ・ 被災者が体験していることを決めつけたり、憶測したりしない。
- ・ すべての人がトラウマを受けている、自分の体験を話したがつている（話す必要がある）と考えない。
- ・ 被災者の反応を「症状」と呼ばない、診断の観点で話さない。
- ・ 体験の詳細を聞き出そうとしない。
- ・ 不正確な情報を提供しない。

＜サイコロジカル・ファーストエイドによる8つの支援＞

1. 被災者に近づき、活動を始める
目的：被災者の求めに応じる。あるいは、被災者の負担にならない共感的な態度でこちらから接近する。・現場の状況と個人の様子を観察し、介入が侵襲的になりそうにないという判断をしてから接触を開始する。
2. 安全と安心感
目的：当面の安全を確かなものにし、被災者が心身を休められるようにする。
 - 物理的な危険や、さらなるトラウマとなる刺激から被災者を守る。
 - 災害救援活動や支援事業に関する情報を提供する。
 - 行方不明者のいる家族、遺族を支える。
 - ・ 安易な励ましや否定は控える。穏やかな態度でそばにすることが、安心感と落ち着きを与える。
 - ・ 支えになりたいという意志を伝え、求められていることをする
 - ・ 悲しみの表し方は一人ひとり違うことを知っておく
3. 安定化
目的：圧倒されている被災者の混乱を鎮め、見通しがもてるようにする。
 - どのような混乱なのか見極め、場合によっては無理になだめようとせず、穏やかにそばに控えている。
 - 周囲の現実との接触を取り戻せるように手助けする。
 - 見通しを伝える。
4. 情報を集める
目的：被災者がいま必要としていること、困っていることを把握する。そのうえで、その人にあった支援を組み立てる。
 - リスクとニーズを把握するために、体験内容の概要を尋ねる。

- 。 ト라우マ体験について、詳細な描写を求めることは避ける。
- 5. 現実的な問題の解決を助ける
目的：いま必要としていること、困っていることに取り組むために、被災者を現実的に支援する
 - 。 手も足も出ないと感じている大きな問題を、扱うことのできる小さな部分に切り分ける。
 - 。 優先順位を決め、無意味な行動を意味のある作業の方向へ導く。
- 6. 周囲の人々との関わりを促進する
目的：家族・友人など身近にいて支えてくれる人や、地域の支援組織との関わりを促進し、のちの継続的な支援に被災者を結びつける。
 - 。 家族や友人に連絡を取り、支えてもらうことを勧める。
 - 。 家族や友人を支えることを勧める。
 - 。 被災者同士、支援者、専門家、地域のサービス機関などとの関係づくりを促す。
- 7. 対処に役立つ情報
目的：苦痛をやわらげ、適応的な機能を高めるために、ストレス反応と対処の方法について知ってもらう
 - 。 ストレス、トラウマ、喪失に対する一般的な反応について、情報提供する。
- 8. 紹介と引き継ぎ
目的：被災者がいま必要としている、あるいは将来必要となるサービスを紹介し、引き継ぎを行なう
 - 。 支援者ができることとできないことを明らかにする。
 - 。 引き継ぎを行なうときには、被災者が「見捨てられた」と感じないように十分配慮する。

◇支援員としての準備

※支援の意義や目的をよく理解しておきましょう。

※現地でどのような活動するかをよく理解していきましょう。

※現地への進入ルートや進入方法をよく確認しておきましょう。

※現地活動に必要な情報を十分入手し、入る前に連絡調整を行っていきましょう。

※緊急時の連絡や指示を受ける体制を確認しておきましょう。

※具体的な報告や支援後の資料は、現地で十分作成しておきましょう。

※準備すべき物資・服装は以下の通りです。

※なお、現地からの支援要望は、以下のようなことが伝えられています。

今、現地に送って欲しい人的資源は、最も欲しい人は、医師と保健師、看護師です。

つぎに求めているのは、仮設住宅を建設する技術を持っている人と水道工らしいです。

その他のボランティアが現地に入るならば、次の物を用意してきて欲しいとのことです。

①携帯トイレ（現地のトイレは、ほとんど使えません）

②水と食糧（自分が使う分を欠かさず持ってきてくださいとのことです）

③寝袋と毛布（寝るところを保障することはできない為、外での宿泊が必要となる可能性がある）

④車では来ないでほしいとのことです。車で来るならば、必要な分の燃料を持ってきて欲しいとのことです。

○服装等

- ・ 防寒対策を取りながら動きやすいものを選ぶ
- ・ 雪、雨等で濡れることもあるので雨具（カッパ、上下）を用意する
- ・ 下着類含めて服装は、速乾性の高い素材（例；ポリエステル100%）のものを出来るだけ用意する
- ・ 靴は防水加工のしているもので、くるぶしまで保護できるハイカットの靴で底の厚いもの（釘等の踏み抜き防止のため）を出来るだけ用意する（安全靴でも可）
- ・ 長靴を持参すること。一定の深さまで入れるもの。その際、靴と同様に底の厚いものを選ぶ
- ・ 着替え枚数は派遣日数＋α。（下着類）但し、着替えが出来ない場合もある。

○持参すべき準備物

- ・ 食材は持参。内容は、簡単に出来るもの。（ラーメン等）お湯を入れるだけで出来るもの（アウトドアグッズ店などで購入）缶詰め。お湯を沸かす固形燃料なども必要。お湯を運ぶ容器、携行用食器類
- ・ 水
- ・ 寝袋、毛布
- ・ 携帯トイレ
- ・ 安全ヘルメット
- ・ 腕章（震災救援）…事務局で保管
- ・ ガソリン携行缶点事務局で保管

○事務局からの準備物

- ・ 現地連絡リスト
- ・ 被害情報
- ・ 避難所情報
- ・ 交通情報等

②支援員として気をつけたいこと

○ 支援活動の前

災害支援活動への参加を決めるにあたって、あなたがこの種の活動にどの程度落ち着いて取り組めそうだと感じているか、また現在の健康状態や、家族、仕事環境はどうであるかなどについて、考えておく必要があります。具体的には、次のような点を考慮してください。

◇あなた自身について

サイコロジカル・ファーストエイドを行う際に経験する可能性のある次のような状況において、あなたはどの程度落ち着いて活動できるでしょうか。

- ・ 極度の苦痛を経験し、悲鳴をあげる、ヒステリックに泣きわめく、怒る、ひきこもるなどの極端な反応を示している人たちに働きかけること



- ・通常とは異なった状況で、人々に働きかけること
- ・混乱した、予測不可能な状況で活動すること
- ・一見、心理的支援とは思えないような仕事を引き受けること（水を配る、食事を手伝う、掃除をするなど）
- ・指揮や管理の体制が最低限、もしくはほとんど整っていないような状況で活動すること
- ・文化や人種、発達レベル、宗教的背景などが異なる多様な人たちに働きかけ、支援すること
- ・負傷や汚染のリスクを完全に把握できない状況で活動すること
- ・心理的支援に拒否的な人たちに働きかけること
- ・しばしば援助の考え方や手法が異なる様々な分野の専門家と活動を共にすること

◇健康状態について

あなたには現在、身体的・精神的状態をはじめとする、何か被災地での長期活動に影響を与えるような問題はありませんか。以下の事柄について考慮してください。

- ・最近受けた手術や治療
- ・最近の情緒的または心理的な課題や問題
- ・半年から1年以内の生活上の大きな変化や喪失体験
- ・過去の喪失体験やネガティブな人生経験
- ・活動の妨げとなる食事制限
- ・長期の活動および身体的な疲労に耐える能力
- ・服薬している場合、活動期間が延びたときの薬の入手方法

◇支援者におこる心の反応

(2) 災害支援者に生じる心身の反応

心の変化	心の変化（強度）	体の変化
● 気分の高ぶり ● イライラ ● 怒り ● 憤り ● 不安 ● 無念さ ● 無力感 ● 自分を責める ● 憂うつになる	● 現実感がなくなる ● 時間の感覚がなくなる ● 繰り返し思い出してしまう ● 感情が麻痺する ● 仕事が手につかなくなる ● 他人と関わりたくなる	● 不眠、悪夢 ● 動悸 ● 立ちくらみ ● 発汗 ● 呼吸困難 ● 消化器症状 ● 音に過剰に驚く
業務への影響	行動への影響	遺体関連業務有の反応
● 業務に過度に没頭する ● 思考力の低下 ● 集中力の低下 ● 作業能率の低下	● 酒が増える ● タバコが増える ● 危険を顧みなくなる	● 気持ち悪さ ● 嫌悪感 ● 遺体・遺留品に感情移入する ● におい刺激への反応 ● 吐気、嘔吐、食欲低下 ● 遺体を連想させる食物が食べられない

(4) 支援者のストレス対策（セルフケア）

1. 職務の目標設定

- 支援業務への専念
- 業務の重要性、誇りを忘れない
- 業務を見失わない
- 日報・日記・手帳などで記録をつけて頭の中を整理

2. 生活ペースの維持

- 十分な睡眠をとる
- 十分な食事・水分をとる
- カフェイン（コーヒーなど）のとり過ぎは気分が悪影響を与えうる
- 酒・タバコのとり過ぎに注意

3. 自分の心身の反応に気づくこと

- 心身の反応が出ている場合は、休憩・気分転換を心がける
- 休憩にあたっての注意
 - ◇ 「自分だけ休んでいられない」と罪悪感が生じることは自然なこと
 - ◇ しかし、支援者自身が調子を崩すと、その影響がかえって周囲に及ぶうる
 - ◇ 同僚とともに休憩を取るのも一法

4. 気分転換の工夫

- 深呼吸 目を閉じる 瞑想 ストレッチ
- 散歩 体操 運動 楽を聴く
- 食事 入浴など

5. 一人でためこまないこと

- 家族・友人などに積極的に連絡する
 - ◇ 支援活動に没頭せず、生活感・現実感を取り戻すことも必要
 - ◇ 自分の体験、気持ちを話したい場合、我慢する必要はない
 - ◇ でも、話したくない場合は、無理して話す必要はない
- 職員同士でお互いのことを気遣うこと
 - ◇ なるべくこまめに声を掛け合うこと
 - ◇ お互いの頑張りをお互いにねぎらうことは重要
 - ◇ 自分自身で心身の変化に気づかない場合は、お互いの気づき合いが大切
 - ◇ 他職員の負担が強くなっている場合には、本人・指揮担当者に伝える必要性
 - ◇ 自分の体験、気持ちを話したい場合、我慢する必要はない
 - ◇ でも話したくない場合は、無理して話す必要はない

◇家族について

あなたの家族は、あなたが支援活動のために被災地に行っても、それに対処することができますか。以下の点について考えてみてください。

- ・数日から数週の間、あなたが不在になることに対する準備はありますか？
- ・あなたが負傷や汚染のリスクを完全に把握出来ない環境で活動することについて、覚悟がありますか？
- ・あなたの協力者（家族や友人）は、あなたがいない間、またあなたが長時間活動する間、あなたの家庭内での役割のいくらかを引き受けてくれそうですか？
- ・災害関連の仕事に集中することを難しくするような、家族や人間関係にまつわる未解決の問題はありませんか？
- ・災害支援から帰ってきたときに、しっかりとサポートしてもらえる環境はありますか？

◇仕事について

あなたがPFAのために時間を割くことで、仕事にはどのような影響が出るでしょうか。以下の点について考えてみてください。

- ・勤め先は、あなたがサイコロジカル・ファーストエイドに関心を持っていること、支援

活動に参加することを支持してくれますか？

- ・勤め先は、あなたが持ち場を離れることを許してくれますか？
- ・勤め先は、あなたが被災地で支援活動に従事するために、有給休暇を使うことや「無給休暇」をとることを要求しますか？
- ・あなたの仕事上の立場は、連絡を受けてから24時間から48時間以内に被災地での任務に対応できるほど、融通がききますか？
- ・同僚は、あなたが不在になることを受け入れ、戻ってくる際にもサポートしてくれますか？

◇個人や家族の生活、仕事に関する計画をたてる

災害支援活動への参加を決めたら、以下の役割や責任について準備する時間をとりましょう。

- ・家族や家庭における役割
- ・ペットの世話
- ・仕事上の責任
- ・地域や自治体での役割分担
- ・その他の役割や責任、気にかかること

○ 支援活動の間

PFAを提供するにあたって、通常のスレス反応と、過剰なスレス反応の違いを見極めること重要なことです。組織は支援者に過剰なスレスがかかるリスクを軽減する方法について、知っておく必要があります。そして何よりも、支援者自身が活動中に最適なセルフケアを行うことが大切です。

◇通常のスレス反応

PFA提供者は、様々なスレス反応を体験します。そうした反応は、被災者に関わることによって一般的に起こるものです。たとえば次のようなものが挙げられます。

- ・活動性の向上、あるいは減少
- ・睡眠の問題
- ・薬物などを使用する
- ・感情の麻痺
- ・いらだち、怒り、欲求不満
- ・ショック、恐怖、戦慄、無力感など様々な代理受傷
- ・混乱、注意の欠如、意思決定の困難
- ・身体反応（頭痛、腹痛、刺激への過敏さ）
- ・抑うつや不安の症状
- ・人づきあいの減少

◇過剰なスレス反応

PFA提供者は、専門家のサポートや、スーパーバイズの必要性を感じるような、より深刻な反応を体験することがあります。こうした反応には次のようなものが挙げられます。

- ・共感スレス——無力感、混乱、孤立感
- ・共感疲労——意欲の喪失、疎外感、あきらめ
- ・直接的、間接的に体験するトラウマが頭から離れなくなったり、生々しいイメージが何度も繰り返されたりする
- ・専門領域、あるいは個人的な状況を過剰にコントロールしようとしたり、「救済者コンプレックス」を行動化したりする
- ・ひきこもりと孤立
- ・薬物やアルコールなどに依存したり、仕事に没頭したりすることで、感情を抑えこむ。

あるいは睡眠が極端に変化する（睡眠をとらない、朝起きられない）

- ・DV など、対人関係上の深刻な問題
- ・絶望感からくる抑うつ（自殺の危険を高める危険性がある）
- ・あえてリスクのある行為をする

◇組織によるPFA提供者のケア

過剰なストレスのリスクは、PFA提供者を統括する組織が、適切に支援者サポートを導入したり、規定を定めたりすることによって減らすことができます。このような取り組みとしては、次のようなものが挙げられます。

- ・支援者の活動時間が12時間を超えないようにシフトを調整し休憩をとらせるようにする
- ・もっとも悲惨な現場から、より被害の軽いところへと支援者をローテーションする
- ・休暇を義務づける
- ・管理者、スーパーバイザー、サポート提供者を含む、全ての層の支援者のことをよく認識しておく
- ・同僚とパートナーを組み、互いに相談することを奨励する
- ・次のような、特にリスクの高い支援者について把握しておく
 - 自身もその災害の被災者である人
 - 重大な被害を受けた人々や地域で継続的に活動している人
 - すでに何らかの問題を抱えている人
 - 短期間にいくつもの災害に対応してきた人など、複合的なストレスを抱えている人
- ・スーパーバイズ、ケースカンファレンス、スタッフ評価の場をもうける
- ・ストレス・マネジメントのトレーニングを行う

◇PFA提供者のセルフケア

○セルフケアのために、次のようなことができます。

- ・自分が持っている資源を活かす
 - ・子どもやペットの世話のプランをつくるなど、家族の安全のためにできることを考える
 - ・適度な運動、栄養、休養をとる
 - ・次のような、ストレス・マネジメントに役立つことを日常的に行う
 - 定期的にスーパーバイズを利用し、ひとりで問題を抱え込まない。困難な体験をよく把握しておく。○問題解決のための戦略をもつ
 - 活動日には、短時間でできるリラクセス法を実践する
 - ボディ・システムをつかって、心を乱すような感情反応を同僚とわかちあう
 - ニーズとできることの限界を、常に認識しておく
 - 空腹・怒り・孤独感・疲れ（HALT: Hungry, Angry, Lonely or Tired）を感じたときには、それを認識し、適切なセルフケアを行う
 - 建設的な活動を増やす
 - 信仰、哲学、スピリチュアルなものに触れる
 - 家族や友人と時間を過ごす
 - ストレスを軽減する方法を学ぶ
 - 文章を書いたり、絵を描いたりする
 - カフェインやタバコ、薬物の使用を控える
- PFA提供者は、できるだけ次のような努力をしましょう
- ・自己管理と活動ペースの調整
 - ・自分の境界線を維持する。そのためにできること——人に任せる、ノーと言う、一日にあまりに多くの被災者に関わることを避ける

- ・仲間や家族、友人とまめに連絡を取る
- ・ペアやチームで活動する
- ・リラクセーション、ストレス・マネージメント、身体的ケア、気分転換を行う
- ・定期的に、ピア・コンサルテーションやスーパーバイズを活用する
- ・柔軟で、根気よく、寛大であるよう努める
- ・すべてを変えることはできないことを受け入れる

○PFA提供者は、次のようなことを避けましょう

- ・長期間ひとりきりで活動すること
- ・ほとんど休憩を取らずに「ぶっ通し」で働くこと
- ・自分はふさわしくない、あるいは能力がないという思いを強めるような、ネガティブなことを考えること
- ・食物や医薬品の過剰摂取に頼ること
- ・よくある、セルフケアを阻害する態度：
 - 「休憩をとるなんて、自分勝手だろう」
 - 「みんな一日中働いている。私もそうしなければ」
 - 「被災者のニーズは支援者のニーズより大事だ」
 - 「私は働き詰めに働くことで、もっともっと貢献できる」
 - 「これやあれやそれをできるのは私だけだ」

○ 活動が終了した後

自分の本拠地に戻ったら、再適応のために時間が必要であることを知っておきましょう。しばらくは、日常に戻ることを最優先にする必要があるかもしれません。

◇組織ができるPFA提供者のケア

- ・個人的なトラウマや喪失を経験した支援者に対し、休養を勧める
- ・支援者が体験を整理することに役立つような、活動終了面接の場を設ける（このときに、家族に支援活動について伝える方法に関する情報を伝えておくといよい）
- ・必要なときにはカウンセリングを受けることを勧め、そのための情報を提供する
- ・ストレス・マネージメント教育を提供する
- ・メーリングリストをつくる、連絡用の名簿を配布する、電話相談日を設定するなど、支援者同士のコミュニケーションをとりやすくする
- ・活動をポジティブにとらえられるような情報を提供する

◇PFA提供者のセルフケア

PFA提供者は、次のことをしましょう

- ・身近な人々と支えあう
- ・他の支援者仲間と連絡を取り、援助活動について話し合う
- ・同僚同士のサポートを向上させる
- ・休暇をとったり、時間を掛けて少しずつ日常生活に戻るために、計画を立てる。
- ・世界観の変化に対する心構えをもっておく（それは日々の生活の中では、他の人々と共有できないものかもしれません）
- ・過剰なストレスが2～3週間以上続く場合には、援助活動に対する反応を扱うための正式な支援を受ける
- ・レジャー活動を増やし、ストレス・マネージメントを行い、運動をするよう心がける
- ・健康を維持し、十分な栄養をとるように気をつける
- ・身近な人との親密な関係を取り戻すよう努める
- ・睡眠のリズムを整える

- ・内省のための時間をとる
- ・周囲の人に甘えてみる
- ・楽しめること、笑えることを見つける
- ・時々、責任や「専門家」であることから逃れてみる
- ・自分にとってスピリチュアルな、あるいは哲学的に意味のある経験を増やす
- ・同じ考えが繰り返し頭に浮かんだり同じ夢を何度も見たりすること、それらは時間が経つにつれ少なくなっていくことを予期しておく
- ・気がかりなことを整理するために、日記をつける
- ・家庭に戻ることに苛立ちや困難を感じる場合は、誰かに子育てを手伝ってもらおう

◇次のようなことは避けましょう

- ・アルコールの過剰摂取、薬物の使用や処方薬の過量服用
- ・少なくとも一ヶ月以内に大きな人生の選択をすること
- ・自分の支援活動への貢献を、ネガティブに評価すること
- ・再び元の環境に適応できるか気に病むこと
- ・よりよいセルフケアを妨げること：
- ・あまりに忙しくし続ける
- ・セルフケアよりも、他人を助けることを優先する
- ・周囲の人と支援活動について話すことを避ける

※「サイコロジカル・ファーストエイド 実施の手引き 第2版」等を、時間をとって読んで身につけることが重要です。

※無理をせず、撤退の判断も時には必要であることを自覚しておきましょう！

○相談・支援にあたっての情報発信

◇北海道特別支援教育学会根釧支部 HP 「大規模災害後の支援に役立つリンク集」

<http://sites.google.com/site/sse946/>

【日本トラウマティック・ストレス学会】：<http://www.jstss.org/info/info04.html>

※基本事項が端的に整理されています。この詳細が次の「兵庫県こころのケアセンター」のガイドブックです。

<http://www.japan-medicine.com/jiho/zasshi/35433/index.html>

※『心的トラウマの理解とケア 第2版』

→被災地で活動されている医療従事者の方々のご利用いただき少しでもお役に立てればと考え、本書の一部を無料公開しましたのでご利用ください。（ご執筆された先生方のご協力により公開しております）

【兵庫県こころのケアセンター】

サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き

<http://www.j-hits.org/psychological/index.html>

※被災地での支援活動を行う人々のためのガイドブックの翻訳。

【医療従事者有志によるブログ】

津波後の子どものメンタルヘルス対策

http://kojiwada.blogspot.com/2011/03/blog-post_3367.html

※親向けに対応方法が簡潔にまとめられています。（翻訳）

【文部科学省】

子どもの心のケアのための（PTSDの理解とその予防）保護者向けリーフレットについて

http://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/kokoro/index.htm

※保護者向けの PTSD の解説リーフレット。

【資料 1】震災時アセスメントに関して：立命館大学 山本耕平氏より

1. 災害とは

災害は、被災地域の対処能力をはるかに超えた、生態学的・心理社会的に重大な崩壊である。（心的トラウマの理解とケア 第2版）

2. 災害の影響（心的トラウマの理解とケア 第2版）

(1) 社会的影響：有事としての“災害”

- ・災害時には、通常の世界システムでは処理できない状況が出現
- ・被災地の社会システムそのものが崩壊
- ・今回の震災災害の特徴

➤ 避難者の車中泊が多い

避難所にもたくさんの避難者がいるが、避難所に入りきらなかったり、夜の余震への不安や避難所で得られないプライバシーの確保などさまざまな理由で車中泊をしている人が数多いことです。

➤ SNS 拡散が新たな影響を与え始めているのです。

「温泉が開放されているらしい」

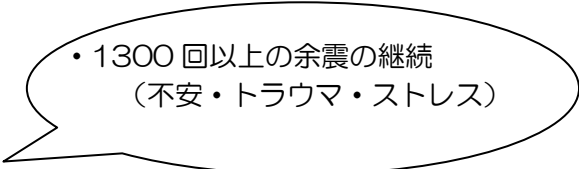
施設内にある温泉を子供や高齢者に使えるようにしたところ、一般開放していると誰かが発信。それが拡散されて、あちこちから人が押し寄せてきた。

「物資が足りません、誰かすぐに送ってあげて」

メディアでも援助物資がスムーズに分配できないことが問題視される頃、そんなメッセージがツイッターで流れ、全国から援助物資が直接、大量に送られてきた避難所も少なくない

余震が頻繁に生じている。

熊本地震の典型的な有事性 1



・1300 回以上の余震の継続
（不安・トラウマ・ストレス）

(2) 生活への影響

- ・社会機能・都市機能の無効化により日常生活ストレスが甚大
- ・災害弱者でなく、災害に関与したあらゆる人に影響

被災者のニーズ・行動とあるべき対策の時系列的経過

時間経過	被災者ニーズ	被災者行動	あるべき対策	
秒～分	生命の安全の確保	避難行動	警報の伝達	緊急対策
時	心理的安心の確保	安全確認 帰宅 家族との連絡・安否確認		
日	生活の復旧	被害の後片付け 貴重品の確保	埋設管施設の復旧（ガス・上下水道） 避難所の設置（住）の確保 生活物資（衣食）の確保 物流の確保	応急対策
週	生活の再建	損害保険請求 減免措置請求	罹災証明交付 資金援助	
月	人生の再建 心理的安定の確保	住居の再建 「心の傷」への治療 希求体験の想起と共有化	仮設住宅の提供 こころのケア	再建対策
年	喪の作業 災害文化の育成	体験の教訓化 体験の風化と忘却	記念事業，防災教材	

（林春男：災害をのりこえる，第4回京都大学防災研究所公開講座，1993）

現在は、この段階である。外部からの支援として、まず行うべきは

- ① 支援金を集めよう
- ② 地域の崩壊家屋の後片付け
- ③ 地域生活の再興支援

災害と外傷性ストレス（トラウマ）

I 災害時のこころのケア ～災害時の心理状態等の変化と留意点～

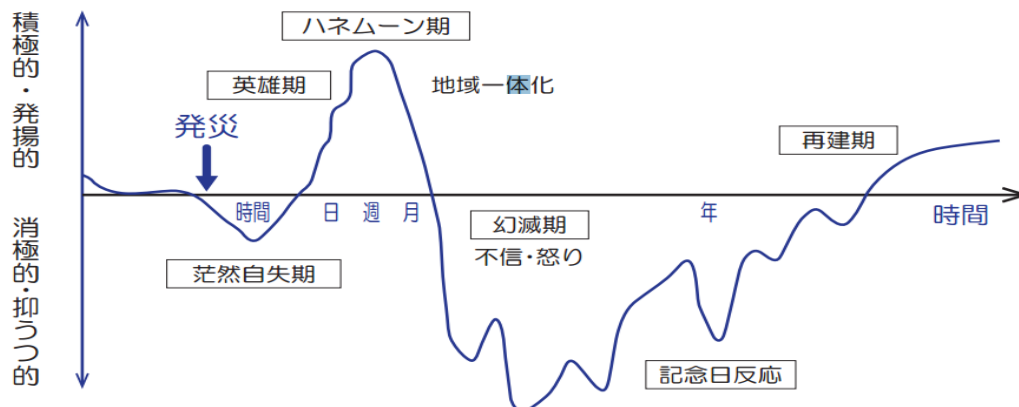
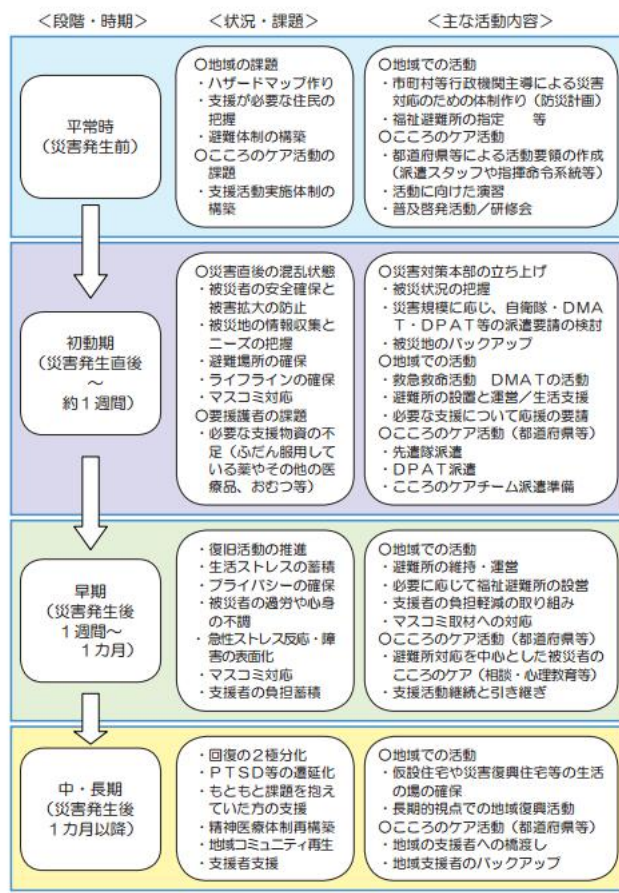


図1 被災者の一般的な心理変化（Zunih & Myer, 2000 から）



4 災害時のこころのケア 2015 「災害時の支援活動の流れ」

- 発災後の1ヶ月から6ヶ月
- ライフラインは確保され、避難生活が少し落ち着くものの、なかなか進まない復興対策等に対して落胆などの感情が起きやすくなります。同時に将来の生活に関する不安やこれまでの緊張や過労が蓄積され、心身の不調として現れる時期です。高齢者の中には環境の変化に伴って認知障害が進行したり、子どもの場合は赤ちゃん返りなどの退行現象が見られることがあります。周囲の人が積極的に話しかけ接触する機会を多くしなくてはなりません。その時期は、支援者の燃え尽き症候群なども起こる時期です。支援者は自分の健康管理には十分注意し、チームで声を掛け合い、支え合いながら活動しましょう。

● 支援者のあなたがつかれていませんか？

危機介入に当たった援助者が陥りやすいストレス症候群をC I S (Critical Incident Stress) と呼びます。災害時の対応では、支援者は極度の緊張状態に置かれたり、自分自身の不安を抑圧して被災者を支援し続けたりすることも多くあります。また、支援者自身が被災している場合もあります。このような時は、体験が主観的になりがちですので、自分に何が生じているのか混乱します。その結果、さまざまな反応が、身体、思考、行動、感情に現れやすくなるのです

C I Sは、自分に求められている職務内容に対して、自分の力量が見合わなくなったときになります。支援場面で「やろうとしていたこと」と「したこと」にズレが生じたときに様々なストレス反応が生じるためです。したがって、もともとストレスに弱い人やストレスマネージメントを日常的に行っていない人、及び、責任感が極めて強い人にC I S反応は生じやすいようです。1) ストレスに弱い場合

- ストレス耐性が低い人は、災害や事故、事件等の支援中に遭遇する悲惨な場面からのショックを受けやすいため、症状が出やすくなります被災している人を見て苦しくなったり、何かしてあげなくてはいけないと焦ったり、不満をぶつけられたときに必要以上に、落ち込んだりしがちです。

- 一方、ストレスに強い人は、困難場面も前向きにとらえる力や対処方法を持っているので、同じ場面に遭遇してもショックを自分で和らげることができます。

① 日常的にストレスマネジメントを行っていない場合

➤ ストレスは、以下の方法で和らげることができます。日常的にこのような方法を実施していない場合、未解消のストレスが溜まっている状態になるため、心に余裕がありません。また、溜まったストレスを抑圧し続けると身体反応が出やすくなったり、思考の混乱が生じやすくなったり、感情が動きにくくなったり、逆に衝動的な行動をとりやすくなったりもします。一方、日常的にストレスマネジメントが出来ている人の場合は、受け皿に余裕があるため、一つ一つの出来事に冷静に対応してゆくことができます。

➤ ストレスの対応方法

- (1) ストレスの量を減らす（ストレスとなる刺激の排除、身体的な緊張の緩和など）
- (2) ストレスの質を変える（気分転換で 楽しいことをするなど）
- (3) ストレスの元になっている問題を解決する（自分で解決、助けを求めるなど）

➤ 3) 責任感が強すぎる場合

責任感が強すぎる人の場合は、自分の行動が適切であったのかについて他者の評価が気になります。彼らは、上司から過度な期待をされても精神的、身体的な限界を超えてその期待に応えようとしがちです。支援がうまくいっているときは、身体に無理な負担をかけても何とかやってゆけますが、自分では良かれと思って行った支援に対して、被災者や被害者の家族などから批判や非難をされたり、自分ひとりががんばりすぎて部下がついて来られなくなって孤立したり、期待された職務が遂行できなくなってゆくとC I Sの症状が出やすくなります。

【資料2】障害者支援の実際

◆支援者向け 災害トラウマの急性期対応の5原則

長尾圭造（長尾こころのクリニック）

1. 問題の焦点化：話の拡散をしない

相手が話す問題よりも大事なことがあると考えたとしても、まずは、今、その人の最大関心事を丁寧に、しっかりと受け止めること。話を拡散させないことが大事です。

2. 急性期のストレス軽減を念頭に：話題を個人的な問題に関連づけない

相手が訴える問題に関して、その人の個人的な問題と関連づけて説明するとわかりやすいかもしれませんが、急性期には、その人が訴える内容のみを、今、しっかり聞くという姿勢が大切です。たとえば、頭痛を訴える人に、「もともと頭痛持ちでは？」とか、眠れないと訴える人に、「そういえば不眠症でしたね」などというのは慎みましょう。

3. 理屈よりも感情を察して対応する：「今、ここ」の感情に耳を傾ける

混乱した状況では、誰でも理不尽なことや筋道の通らないことを訴えることもあるでしょう。怒りを爆発させ、周囲を当惑させることもするかもしれません。そういう場合にも、「あなたの言っていることが正しいかどうかまだわかりませんよ」とか、「それは理屈に合わないですよ」、などと返しては、苛立っている相手の気持ちを落ち着かせるどころか、逆なでしてしまいます。いったんは感情を察して、「いや、そうですよね、本当にその気持ちはよくわかりますよ」などと受け止めることが大切です。

4. 即、対応できることを見つける：小さなことでも不安軽減効果がある

相手の要求のなかですぐに対応できそうなものを見つけて早い対応をすることは、不安軽減に効果的です。対応の結果が同じでも、今、すぐ対応してもらえると、高い満足感が得られ、人への信頼、将来への希望につながります。

5. 復活への希望と再生の気持ちを

今よりも良い未来がきつと来る、と信じること。そしてその時には、亡くなった人も喜んでくれると信じること。今よりも、今までよりも、良い未来があると、いつでも、いつまでも、ともに信じる気持ちを持って接してください。

参考文献：Post-traumatic Stress Disorder(PTSD). 長尾圭造. 児童青年精神医学とその近接領域. 50 巻 50 周年記念特集号, 193-198, 2009

◇被災されたお子さんをお持ちの家族の方へ

現在は、いまだに緊迫した状況が続いていることと思います。大人でも心理的なストレスや環境の変化から、こころやからだの不調が現れることがあります。特にこどもの場合は、身体症状や日ごろはみられない行動の形で現れることが多くなります。

《子どもに現れやすいストレス反応》

このような身体やこころの変化は、決して驚くような反応ではありません。

正常な反応であり、ほとんどの変化は時間とともに回復していきます。

※行動の反応

- 赤ちゃんがえり（お漏らし・指しゃぶり・これまで話せたことばが話せないなど）。
- 甘えが強くなる、
- わがまを言う。ぐずぐず言う。
- 今までできていたことも出来なくなる（食べさせてほしがる、トイレへ一人で行けない）
- 親が見えないと泣きわめく。
- そわそわして落ち着きがなくなる。
- 反抗的だったり、乱暴になる。
- 話をしなくなる。話しかけられることを嫌がる
- 遊びや勉強に集中できなくなる
- 集団活動に適応できなくなる。

※こころの反応

- イライラする。機嫌が悪い。
- 急に素直になる
- 一人になること、見知らぬ場所、暗い所や狭い所をこわがる
- 少しの刺激（小さい物音、呼びかけなど）にもびっくりする。
- 突然興奮したり、パニック状態になる。
- 現実でないことを言い出す。
- 落ち込む。表情が乏しくなる
- ぼーっとしている

※からだの反応

- 食欲がなくなる、あるいは食べ過ぎる
- 寝つきが悪くなる、何度も目を覚ます
- いやな夢を見る。夜泣きをする
- 暗くして寝ることを嫌がる。
- 何度もトイレに行く、おねしょをする
- 吐き気や腹痛、下痢、めまい、頭痛、息苦しさなどの症状を訴える
- 喘息やアトピーなどのアレルギー症状が強まる

○ 風邪を引きやすくなる

《日常生活では、次のことを心がけましょう》

こういった対応は、少なくとも2、3カ月間から半年間、また必要に応じて、それ以降も繰り返し続けて下さい。なお、ふつうの時でもこのような態度は子育てに必要な望ましい態度です。

症状が長引いたり、気になる症状があるようでしたら、まず、ご家族が相談窓口や巡回の人に声をかけましょう。医療機関、保健所・保健センターなどに相談しましょう。

○ できるだけお子さんを一人にせず、家族が一緒にいる時間を増やしましょう

○ できるだけ食事や睡眠などの生活リズムを崩さないようにしましょう

○ 子どもが話すことは、ばかばかしいと思っても否定せずに聞いてあげましょう。ただし、話したくない時には無理に聞きださないようにしましょう。

○ 行動に変化があっても、むやみに叱ったり、突き放したりせず受けとめてあげましょう。

○ 気をつかうがんばり屋のお子さんは、負担が大きくなりすぎないよう気をつけてあげてください。

○ 抱っこをしてあげたり、痛いところがあったらさするなどスキンシップを増やしましょう。

○ 恐かったことや、悲しかったことをゆっくり聞いてあげて、次のような言葉がけをしてください。これらの言葉は、何度繰り返してもかまいません。

【親からの声かけ】

※○○ができなくても恥ずかしくないんだよ

※お父さんやお母さんが守ってあげるからね

※心配なことがあったら何でも言ってね

※あなたはちっとも悪くないよ

◇災害時の障害児への対応のための手引き（要留意！）

日本児童青年精神医学会（作成）

1. 身体面の問題への対応

1) 頻発症状（嘔吐、発熱、けいれん）

認められやすいのは、発熱と嘔吐です。こうした症状が出やすいことを保護者に説明しておき、症状が出たら早めに医療機関を受診するよう伝えます。その他、てんかんがある子どもでは、けいれん発作が起こりやすくなることがあります。けいれんが1回でも起こったら、医療機関を受診してください。また、あらかじめ、けいれん発作時の座薬等をもっておくようにするのもよいと思います。

2) 食欲低下

不安が背景にあることが多いので、安心感を与えながら、食べられる物を少量ずつ、頻回に与えます。水分不足にならないように注意します。また、実際の食欲低下ではなく、偏食が激しい自閉症児やきざみ食でないと食べられない肢体不自由児が、避難生活の食品を食べられないことで食事量が減少していることがありますので注意が必要です。そのようなときには、子どもが食べられる食品や形態を工夫できないか、検討してみます。

3) 体重減少・増加

食欲低下、あるいは、摂食量低下により体重減少が起こりやすくなります。こうした体重減少は、程度がひどくない限り、生活状況の改善により回復していきますので、様子を見ているだけでよいでしょう。体重が普段の10%以上減少するようでしたら、医療機関に相談します。

一方、ストレスによる過食や避難生活での自由な摂食・間食状況のため、避難生活が長引

くと、体重増加傾向が見られるようになってきます。知的障害児や自閉症児でその傾向が多いようです。食事・間食を子どもだけで自由に食べられるような環境にならないようにする、子どもが身体を動かすような工夫をする、ボランティアに子どもの運動の相手を依頼する、などの対応を考えます。

4) 排泄の失敗・夜尿

なれない避難生活や劣悪なトイレ環境などによる排泄習慣の乱れや、不安を背景とした頻尿により、排泄の失敗や夜尿が見られることがあります。叱責をせず、様子を見てトイレに連れて行く、本人が安心できるトイレを探しておく、夜間起こしてトイレに連れて行く、などの対応を考えるとよいでしょう。本人の不安を受け入れて、受容的に対応していれば、多くは、生活状況の回復とともに改善していきます。

5) 運動技能低下による外傷の増加

避難生活では身体を動かす機会が少なくなるため、子どもの運動技能が低下し、日常のちょっとした動作や運動で、転びやすくなったり、あるいは、足首をくじいたりなどをしやすくなります。そうした危険があることを家族や学校の先生に説明し、運動の前にはストレッチや準備運動をすることを勧めます。

6) 風邪などのありふれた病気の重症化（風邪から肺炎になりやすいなど）

ストレスによる身体の抵抗力の低下により、普段なら4、5日で治ってしまう風邪や胃腸炎などが長引きやすく、また、肺炎など、重症になりやすくなることがあります。風邪と思っても、症状が軽いうちに医療機関を受診する、普段より症状が長引いていると感じたらすぐに医療機関を受診する、などの配慮を家族に説明します。

7) その他

阪神・淡路大震災の時には、震災後、聴力障害が進んだ難聴児がいました。具体的な原因は不明ですが、聴力障害に限らず、本来の障害が増強することがないか、ときどき留意するようにするとよいでしょう。

8) 時期についての注意

外傷の増加、体調不良、病気の重症化、障害の増強などは、災害から1ヶ月以上過ぎてから出現してくることも珍しくありません。災害から2ヶ月以内は、普段よりも健康状態に注意するように家族に説明します。

2. 心理・行動面の問題への対応

1) 生活リズムの乱れ

避難生活は、大人の生活リズムさえ乱すものです。ましてや、障害のある子どもで生活リズムが混乱することは、決しておかしいことはありません。まず、そのことを家族や周囲の人に説明します。可能な範囲で、ボランティアや手が空いている人が交替で、日中、子どもの相手をし、避難生活における日課のようなものを考えてあげます。毎日、決まった時間に、散歩をするなどでもよいでしょう。

2) 依頼行動の増加

阪神・淡路大震災の後、支援活動の中で、子ども達が世話をよく見てもらったために、かえって、何でも人に頼むようになってしまったことが指摘されています。ボランティアや周囲の人が、過度に世話をしてしまわないような配慮が必要とされます。その子どもが自分でできることを家族から聞き、そうした行動に関しては、励ましと賞賛で、子どもが一人でやるように促していくとよいでしょう。しかし、不安が高まり依存的になることもあります。そのような場合は、少し甘やかせる感じの対応もよいです。頼みごとと一緒に解決するのもいいです。長く続くことはないのだから甘えさせても大丈夫です。

3) 落ち着きがない（多動、興奮、集中力低下）

災害との遭遇、地震の場合は繰り返される余震、日常と違う生活状況など、こうしたこ

とにより、子ども達は大きな不安状態にあるのが普通です。知的障害児や自閉症児では、状況の理解困難のため、そうした不安が強くなりやすいことがあります。

ことばの理解がある子どもでは、まず、子どもの不安な気持ちをことばで言ってあげます（「落ち着かないんだよね」、「イライラするんだよね」など）。次いで、「今はもう大丈夫なんだよ」、「お父さんが（先生が）ちゃんと見てるから大丈夫だよ」など、今はもう心配しなくてよい、今は安心してよいという安心感の保障をします。そして、「でも、イライラするから散歩してこよう」など、その場から物理的に少し離れて身体を動かすことに子どもを誘います。

ことばが理解できない子どもでは、落ち着かなくなりそうな気配があるとき、あるいは、普段落ち着いているときに、穏やかに話しかけながら、身体を優しくなでてあげる、手をつなぐなどして、今は大丈夫、安心できる状況であることを、子どもに身体で感じられるようにしてあげるとよいでしょう。

4) パニック

突然、大声を出したり興奮してしまうパニックは、自閉症児によく認められるものです。自閉症児は、普段と違う状況に対して敏感で不安が強くなる特性があります。災害、避難生活は、まさしく非日常ですから、自閉症児がパニックを起こすことは、極端に言えば当然のこととさえ言えるでしょう。

避難生活で子どもがパニックを起こすと、保護者は、周囲へ気を遣い、その心労はかなりなものになります。この行動自体は当然の反応であることを親が理解するだけでなく、周囲の人へも理解してもらえよう、保護者の了解を取って、周囲の人へ説明してあげるのもよいでしょう。

対応は、『落ち着きがない』問題への対応と同じことを行います。その他、「災害があっても今はお家と違う所にいるけれども、これは、特別なんだよ」など、避難生活がいつもと違うことの理由や、毎日の生活の予定などを、子どもが理解できる範囲で子どもに繰り返し説明してあげるのもよいでしょう。

なお、パニックそのものに対しては、それを無理に抑えようとする対応は、逆効果になることが多いので、本人の気持ちをなだめるようなことばかけを行いながら、とにかく、その場から危なくない違う場に離し、あとは落ち着くまで放置しておくのがよいでしょう。一人の空間と時間も必要です。

5) 活動性低下、無気力

大きなストレスにぶつかったときの基本的な症状は、不安とうつ状態です。障害児は、自分では何がどうなったか分からないまま、混沌とした状況に投げ出され、無気力状態になることがあります。

無理に動かそうとせず、まず、穏やかな話しかけや室内でできる本人が好きな活動へ誘うなどして、少しずつ、活動性をあげる、日常性に近い行動を取り入れる、ように心がけていきます。

6) 夜寝ない・夜騒ぐ

慣れない避難生活や不安のため、不眠になることは珍しくありません。また、自閉症児では、もともと、睡眠リズムが崩れやすい傾向がありますので、夜寝ないで奇声を上げる、徘徊するなどの行動が見られることもあります。もし、ボランティアなどの手があるようでしたら、外に連れ出し、20分程度でも散歩したり、好きにさせて見ていてあげるのもよいでしょう。あるいは、避難所の中に、他の人にあまり迷惑をかけずに子どもがいられる場所を確保し、そこに連れて行って好きにさせておくのもよいかもしれません。子どもが好きな事柄で、音があまりしないような活動や遊びを用意しておき、それをさせるのも一つの方法です。

7) 奇声・独り言

自閉症児がストレス状況にあるとき、奇声がよく認められます。無理に抑えると、たいがい逆効果になってしまいます。独り言は、何もすることがなく手持ちぶさたの時にやすくなります。奇声・独り言自体は、子どもの不安や手持ちぶさたの現れであり、うるさいということを除けば実害はないものです。少なくとも、日中は可能な限り何も言わないでおき、夜だけ軽く注意する程度にし、周囲の人の理解を得るようにします。自閉症児の問題行動は、場に依存する傾向がありますので、日中、声を出してもあまり迷惑がかからない場所 で大声を出させ、声を出してよい場所と出さない場所を区別させるようにするのもいいかもしれません。

8) こだわり増強

こだわりは、不安や緊張感が強いときに強くなります。こだわりについては、理屈で納得させることは困難ですが、『落ち着きがない』問題への対応と同じ対応が有効なこともあります。特に、こだわり行動の初期に、子どもがどうしても気になってしまう気持ちを受け入れるようなことばかけをすることは有効なことが少なくありません。

9) 徘徊

不安や手持ちぶさたの現れです。日中、よく身体を動かさせる、ことばかけ やスキンシップで子どもの安心感を保障するなどの対応を行います。子どもを放って おかないようにしましょう。

10) 行動停止

自閉症児が混乱したときに、時に認められます。何かの動作をしている途中で、じっと固まって動かなくなってしまうことをいいます。少し様子を見て、動かないようでしたら、ことばかけと肩たたきや軽く身体を押してあげるなどの働きかけで次の行動を促します。

11) 自傷・他傷

混乱した生活状況の中で、注意・叱責が多い場合、ときに自傷や他傷などの攻撃的な行動が見られることがあります。もし、不適切な 係わり状況があるようでしたら、保護者や周囲の人を責めることはしないで、今の子どもにとってはその対応は合っていないのかもしれないからという理由を付けて、適切な対応を助言するようにします。自傷・他傷行為そのものに対しては、その場から他の場所へ連れて行き少し離れて見守る、年少児でしたら毛布等でくるんでギュッと抱きしめる、などの対応もよいでしょう。

12) 薬物対応

心理・行動面の問題のいずれも、周囲からの対応ではなかなか治まらず、避難所生活に支障をきたすような場合には、薬物の使用も考えることになります。精神科 の医師への相談を行います。

13) 周囲の理解を求める

みんなが耐えている避難所生活の中で、障害のある子どもの特性を理解してもらうことは、実際には困難なことが多いでしょう。それでも、その子どもの周囲にいる人達には、保護者の了解の下、可能な範囲でその子どもの特性を説明し、理解を求める働きかけは大切です。そうした対応で、一人でもその子どもと家族の理解者ができれば、それだけ家族の人の心理的負担を軽くすることができるからです。

3. 学校の重要性

障害児に限らず、子ども達にとって学校の持つ重要性はいくら強 調してもし過ぎることはありません。

1) 学校再開まで

学校が再開できる物理的条件が整うまでは、教師による家庭訪問での子どもへの対応、避難所周辺での出張授業などを、可能な範囲で行うようにします。

2) 学校再開以降

学校が再開された後は、次のようなことに留意します。

(1) 通学への配慮

安全な通学ルートを検討して選定します。また、登下校時は、教員や保護者が交替で要所に立つなどして、登下校時の不祥事に備えます。

(2) 運動・体育授業中の外傷の増加

身体面の問題でも述べたように、日常生活が再開されてしばらくの間、ちょっとした怪我をしやすい状態があります。運動前の準備体操を充分にやるとともに、再開後1ヶ月くらいは、思いっきり遊ぶのはいいですが、あまり激しい運動などは行わないようにするとよいでしょう。

(3) 授業中の落ち着きのなさ

学校が始まったことのうれしさ、非日常が続いていることの落ち着きのなさや一種の高揚感などにより、教室は、しばらくは騒々しく落ち着かない雰囲気になることが少なくありません。一時的なことであることがほとんどですので、授業内容や要求水準を変更し、短時間で内容の切り替えを行う、身体を動かす課題を増やすなどして対応していくとよいでしょう。地震についての話し合いをするのも一つです。

(4) 指示待ち行動増加・次の行動に移れない

避難生活での放置・受動的な活動状況の影響もあり、学校再開後でも、すぐには自発的な行動が出ない場合が見られることがあります。前に一人でできていたことでも、ある程度手を出してあげ、少しずつ本人にやらせるようにしてならしていくのがよいでしょう。

(5) 給食を食べない

避難生活における自由で好き勝手な食事体験から、給食を食べなくなることがあります。無理強いせず、励ましながら少しずつ食べるように促すという対応でよいでしょう。

(6) 行事の後の体調不良増加

阪神・淡路大震災のとき、震災から数ヶ月経った頃に宿泊学習を行ったところ、熱発した子どもが普段の3倍になり、行事後の欠席も多かったということが報告されています。ある程度落ち着いたように見えても、抵抗力が普段の程度までは回復していない子どもが多いことが推測されます。行事を行うときには、平年よりもプログラムやスケジュールは負担が少ないものにする対処医薬品を大目に持参するなどの配慮がされるとよいでしょう。

4. 保護者への支援

障害のある子どもを抱えての避難生活は、自分達の生活の大変さの他に、子どもが起こすさまざまな問題行動で周囲へ迷惑をかけているという心理的負担感もあり、保護者のストレスはかなりのものがあります。そうした保護者の心情を理解し、物理的、精神的支援を考えるとよいでしょう。

1) 物理的支援

障害児がいると、その世話や目が離せないということもあり、保護者が食料をもらいに行ったり、自宅の片づけに行くことができにくいということがあります。一定時間、障害児を見てあげる、家族の代わりに支援物質を取りに行く、などの支援を考えてあげるとよいでしょう。

2) 精神的支援

保護者の思いをとにかく聞いてあげ、その大変さへの共感性を示すことです。定期的に、できれば同じ人が話を聞くために訪問するようにするとよいでしょう。

*この手引きは筑波大学大学院人間総合科学研究科 宮本信也先生より提供いただいたものを当学会が加筆修正したものです。

◇発達障害児をもつ保護者の方へ

- ・ 災害時に考えられること

知的障害など発達の問題をお持ちのお子さんの特徴として、環境適応が苦手で、環境変化に弱いことがいわれています。災害は私たちにとって大きく環境を変えます。変わるはずのないものが変わり、起きるはずの無いことが起きることが災害です。その意味では、極論すると、発達障害のある子ども達は日常的に災害のような事態を経験しているようにも思えます。

災害下において、発達障害のある子ども達は発達障害でない大人よりもずっと冷静であるということを経験し、保護者の皆さんは信じて下さい。災害下でも、その環境変化そのものは発達障害のある子ども達にとって、それほど負担ではないと思って（思い込んで）、子どもさん達に接してください。もちろん、お子さん達は「いつもと違う雰囲気」や「いつもと違う処」であることを感じて、理解もしています。

地震・津波で現実になったことは大変なことです。物理的環境としては衣食住の環境変化がおこります。人的環境としては家族との離散、家族以外の人との共同生活（家庭の喪失）がおこります。形は変わっても衣食住が提供されていれば、物理的環境変化には対応できます。一人で保育園や幼稚園、学校に行くことが出来ているお子さんであれば、人的環境変化にも次第に対応できると思います。

- ・ お子さんに生じること

実際に問題になるのは食事・水分の絶対的な不足ですが、これは発達障害児特有の問題ではありません。発達障害の特性からはむしろ、お子さん達の方が、とても我慢強いと言えるかもしれません。頭に浮かぶのは、環境への不適応による問題行動だと思います。特に避難所のような集団生活では、興奮や多動性、生活リズムの崩れにより、睡眠や食事の状況もお母さん達は心配になるものと思います。

災害時でも、平時と同じように環境を認識したり、受け止めたりする上で必要な手がかりを用意できれば良いと思います。お子さんご本人にとって、とても大切なサインを見逃さず、大切にしてください。

ご心情を察するに、あまりありません。しかし、保護者の皆様様の情緒的安定が子どもさんの不安を回避するために、最も有効な手段です。普段以上に穏やかな態度と笑顔を忘れずにいてください。また、生活環境としての分かり易い枠組みが必要です。避難所の生活の環境は、お子さんにとって分かり易いものと思います。生活する場ですので、本音と建て前の落差が少なく、結果的に発達障害児にとっては、負担が少なくなっている環境と言えるかもしれません。

- ・ お子さんへの具体的な接し方

具体的な方法として、以下の5つが考えられます。

- ① お子さんの特性・情報を周囲になるべく伝えて、聞いて貰う。
- ② お子さんに向かって笑顔を見せる。
- ③ お子さんのこと、行動、サインをこれまで以上に信用する。
- ④ お子さんをお願いする。
- ⑤ お子さんを頼りにする。

以下、詳しく説明いたします。

①発達障害のあること、あるいはお子さんの行動面の特徴について、生活を共有される皆さんへ伝えましょう。伝えることは、おこりうる問題行動とその収束方法をセットで伝えます。お子さんの特徴のうち、長所や出来ることも併せてしっかり伝えましょう。発達障害の診断名をあえて伝える必要はありません。何より大事なことは、お子さんの姿を知っ

て貰うことです。

②お子さんにお見せする顔の基本は、いつもの笑顔です。ですが、取り乱すこともあるかもしれません。取り乱したからといって、クヨクヨしません。演技をしようとして意識して表情をつくるのは、この際OKです。

③子どもの適応能力を信じましょう。お子さんは、普段から生きにくさを感じながら、頑張って暮らしていると思います。ですから、非常事態でも普段と変わらない対応力を潜在的に持っており、できるはずです。

④危機的な状況は、人々の活動を求めるものです。発達障害児はじっとするのは苦手です。得意な活動はたくさんありますので、お手伝いをお願いしてもよいでしょう。お願いできる活動として、洗濯、物の移動、ゴミの収集、男の子では土を掘ったり等の力仕事のお手伝いです。他にも色々あるかもしれません。これらは、夜間の睡眠導入にもつながると思います。お手伝いができたら、これまで以上に誉めてあげましょう。

⑤子ども達が「極端な」環境変化には強い、ことを信じて、子ども達の行動や態度を頼もしいものと思って下さい。何があっても動じない顔つきを、心の支えにして下さい。これまで、大切に育ててきたお子さんを、今こそ頼ってみてください。

誰もが考えなかった災害時に、発達障害の子ども達がこれまで平時の世界で学んできたことが役に立つと思います。何とかしないといけない困った子ではなく、有時に強くたち向かう子どもとして、精神的にも肉体的にも頼れる存在であるということを保護者の皆さんに伝えることが最大の支援だと考えます。

文責：精神保健研究所 知的障害研究部 稲垣真澄

山口県立大学 看護栄養学部 林 隆（知的障害研究部客員研究員）

お子さんのために役立つサイトは下記にもあります。御覧下さい。

発達障害情報センター： <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

◇自閉症者への支援（自閉症協会：自閉症の人たちのための防災ハンドブックより）

□自閉症への理解を

自閉症の人には、知的障害のある人もない人もいます。以下のような自閉症の特徴から、災害時には、特に適切な支援を必要とします。

■ 痛みに平気だったりするので、ケガに注意

—感覚の過敏・感覚の鈍さ

■ 大きな声におびえる

■ 子どもの泣き声で耳をふさぐ

■ 体に急に触られることを嫌う

■ いつもと違う状況で不安になる

—こだわりと興味の狭さ・変化に対する不安や抵抗

■ スケジュールの変更や場所が違っていると落ち着きがなくなる

■ 避難所などでの生活になじめない

■ 危険が分からない —想像力が弱い

■ 先の見通しや、待つことが難しい

■ 場の雰囲気を読むことも苦手

■ 災害の怖さや避難の必要性が、なかなか理解できない

■ 困っていることが伝えられない—コミュニケーションの困難さ

■ 話し言葉がない人もいる

■ 声をかけても反応しなかったり、「オウム返し」だったりする

■ 一斉に伝えるだけでなく、個別の声かけが必要

- 災害時の安否確認などでは特に注意
- 避難所生活になじめない 対人関係の困難さ
- 人と上手に関わることができない
- 集団行動がとりにくい

□災害現場からのQ&A

A 実物（食べ物、飲み物）を見せて聞いてください。

自分から要求（例えば「おなかがすいた」「のどが渴いた」など）を伝えられない人もいます。

Q1 何がほしいのか分からなくて困りました。

「水要りますか?」「ミズイリマスカ?」、「ご飯は?」「ゴハンハ?」

このようにオウム返しされては、要るのか要らないのか、あるいは何か他にほしい物があるのか分かりません・・・

（消防署員）

A 話している言葉とは関係なく、不安のあらわれかもしれません。何回でも聞いてあげてください。状況から推測されること（例えばテレビが見られない）を聞いてみることも一つです。また、自分の欲しい答えを自分の決めた言葉で言ってもらいたいだけのこともあるので、同じ質問を返してあげると、答えを言ってくれたり、納得して質問を止めることがあります。

Q2 どうすればこちらの指示をうまく伝えられますか？

例えば座っていてほしい、動かないでほしいときなど、どう説明すればよいでしょうか。

（ボランティア）

A 「座って」という声かけで座らなかったときは「椅子」や「座布団」を見せて身振り手振りで示して「ここに座ってね」と言ってください。

Q3 同じことを何度も聞いてきて、答えても、質問がとまりません。 （ボランティア）

A 絵カードなどを使って伝えたほうが分かりやすい人もいます。

動作ごとに言葉を区切って「立って」→「おいで」→「座って」のように声をかけてください。

Q4 急に耳をふさいで騒ぎだしました。どうすれば落ち着きますか。 （警察官）

子どもや赤ちゃんの泣き声や、体育館などの反響音が苦手なのかもしれません。

さしあたり静かなところに移動させ、しばらく様子を見てください。

刺激を遮断することも有効です（耳栓をつける、ヘッドホンをつけて好きな音楽を聴く、毛布をかぶるなど）。

Q5 【災害時】おなかがすいているようなのに、おにぎりを渡しても食べません。（避難所スタッフ）

A 食べ物にこだわりがあるのかもしれませんし、食べ慣れていないのかもしれません。また、体調によるのか、環境の変化のせいかな、何か理由があると思います。わがままではないことを理解してください。別の食べ物をすすめてみてください。

食べ物に関する注意事項を「サポートブック」（P18）で確認してください。

Q6 避難所で、「テレビが見たい」と騒ぎます。「（テレビが見たいから）電気買ってきて」と

言われても・・・(避難所スタッフ)

A 今は見るすることができないことを伝えます。

本人の好きそうなもの(本、ゲーム機、携帯音楽プレーヤーなど)を渡したりして、落ち着くよう試みてください。

Q7 はしやぎ方が強すぎるような気がします。(看護スタッフ)

A 疲れている時や、初めての場所なので興奮しているのかもしれませんが。

また、体調の変化を示す前兆の場合がありますので、よく観察して対応してください。

発熱の前や、てんかん発作の前兆ということも考えられます。

Q8 包帯をすぐにとってしまうので困っています。(看護スタッフ)

A 傷にもよりますが、化膿しないように十分消毒して様子を見てください。

包帯やカットバンなどをすぐにとってしまう人の場合、適宜、消毒してください。

Q9 避難先で処方薬がなくなりそうです。

まず医療スタッフを探しましょう。

また、最寄りの病院に問い合わせてください。

「サポートブック」や学校の「緊急連絡カード」に処方薬、病院名、調剤薬局名の記載があれば、処方してくれます。また[おくすり手帳]、「処方箋のコピー」があれば見せてください。

何よりも、お薬がなくなる前に早めに相談してください。

Q10 今回の地震では、非常ベルを鳴らしても分からない人もいました。どのように対応すればよいでしょうか。(施設職員)

A 自閉症の人にとってシグナルは分かりにくいものの一つです。個別に声かけをしてください。

また、学校、施設などでは繰り返し避難訓練が必要です。ただし、最初は混乱する人もいますので、あらかじめ説明したり、どうすればよいかを明確にしておくなどの手続きを決めてから実行することです。

Q11 電車が止まって動かなくなりました。困っているようなのですが、どのように声かけをすればよいでしょうか。(駅員)

いつもと違う状況が起こって、どうしてよいか分からず、とまどっているのだと思います。このような場合には、「大丈夫だよ」と声をかけ、安心させてから、名前を聞いて、保護者・支援者に連絡してください。

Q12 「ガッコ、ガッコ イク(学校、学校行く)」と騒ぎます。(自治体職員)

A 自閉症の人たちはいつもの生活が一番安定していただけるので、そこへ戻りたいのです。学校や通園施設の再開予定日が分かれば、カレンダーなどを見せて説明してください。また、学校の被害状況を本人に見せて、納得してもらうのも一つの方法です。ただ本人が納得するまで時間がかかるので、待ってあげてください。

Q13 避難所での生活が長びいて、本人も家族もイライラしてきました。どうしたらいいでしょうか。(母親)

A カウンセラーや主治医に相談してみてもはどうでしょうか。

また、野外で体を動かせる遊びや運動もいいかもしれません。

可能であれば散歩などを毎日の日課として行えれば、気分転換にもなることがあります。ボランティアの方に連れ出してもらって本人も発散し、お母さんも休めるといいですね。

Q14 在校時、就業中などに災害がおこったときの対応はどうなっていますか。親か関係者が迎えにいくまで保護してほしいのですが、どのような方法がありますか。

(親)

A 学校：「引渡しカード」「緊急時連絡カード」等を作成しているところもあります。保護者の方は確認をしておいてください。

通所施設：引渡しの方法を、本人、家族、施設側と、普段から対策を立てておくことが必須です。

就労の場合：『就労している自閉症の人に配慮を』（P11）を参照してください。

Q15 本人のことが分かるようなものがあればよいので

(自治体職員)

A 「サポートブック」などを活用してください。

本人のコミュニケーションのとり方、『配慮点』等を書き込んだ「サポートブック」を持っているかも知れません。自閉症の人は一人ひとり症状も対応も違うので、それぞれの人に合った支援をすることができます。

Q16 どうしてほしいのか、言葉で言ってくれないので分からなくて困っています。なにか工夫はないでしょうか。

(駅員)

A ・言葉が不十分だったり、発音が不明瞭で聞き取れない人でも、字を書いて意思を伝えられる場合があります。

・コミュニケーションのための支援カードの活用

実物（下車駅や自宅が分かるための路線図や、地図）を見せたり、何を要求しているか知るために「トイレ」「食べているところ」や「携帯などで電話をしているところ」などの写真・絵のカードを用意しておいていただくと助かります。

◇自閉症の人と家族への心の支援を

生きていく意欲を失わず、家族と本人の心理的健康の回復を信じて関わること

■自閉症の人に対して

「この災害にあって驚いたでしょう」—安心するように伝える

自閉症の人は、安心できる人とそうでない人を見分けます。まず支援者は自分が安心できる人だと知らせてください。それには終始穏やかに優しくしてください。「この災害にあって驚いたでしょう」という気持ちを理解していることを伝えることにより、自閉症の人は落ち着いてきます。

高機能自閉症やアスペルガー症候群の人に対しても同様にしてください。

また、言葉を相手に通じるように選んで、コミュニケーションを持ち、本人の言いたいことを聞くように努めてください。

褒めること→見通しを持たせること→生きていく意欲をもたせることこの大変な災害を切り抜けたことを「よく我慢したね」「君はあの災害で逃げられたのだよ」「家の人たちと一緒に逃げられて偉かったね」などと褒めてください。

そして、これから先に起きることを説明します。支援者は、繰り返し状況を説明し、本人の気持ちを言葉にすることで、援助したい気持ちを伝えてください。障害があっても安心して生きていく意欲を失わせないように関わっていくことが大切です。

□ 家族への心の支援 —まず家族を落ち着かせること

家族への心の支援は、家族の絆が強められるような方向での配慮が必要です。

まずそのためには、家族が落ち着くことが基本であることを伝えます。

避難所生活で親のストレスは人一倍たまっていきます。親の気持ちが鎮まり、生活が安定するように支援することです。新潟県中越大震災のとき、阪神地域の被災者がかけつけて経験を語り落ち着かせたように、親同士のピアカウンセリングも効果があります。

(社団法人日本自閉症協会会長 石井哲夫)

◇精神障害者に対する心のケア

兵庫県立大学看護学研究科

一般に、精神科治療を要する人々は、ストレスに対して脆弱であるといわれています。したがって、災害からもたらされる様々なストレス状況は非常に大きな負担となります。

避難所では、内服している薬が入手できなくなり、服薬を中断せざるを得なくなることや症状が悪化すること等が生じます。また、障害の特徴として、「集団生活のルールが守れない」、「集団生活のペースについていけない」といった行動特性をもつ人もあり、このような場合は対人関係上のトラブルに巻き込まれる可能性があります。

看護者は、本人や家族と生活上のニーズやセルフケアの状況について話し合い、孤立しないように援助します。また、必要に応じて避難所生活のまとめ役の人に状況を説明する等の介入を行い、集団のなかで生活が送れるよう調整を行います。ただし、精神科治療を受けているという情報が、周囲の人々の不安を高め、かえって孤立する状況になる可能性があるため、個人情報取り扱いには十分に配慮する必要があります。下のような精神症状が認められる場合や疑われる場合は、できるだけ早期に心のケアの専門機関、または精神科医療機関につなげていくとよいでしょう。また、通院が中断した人には、服薬を継続できるようにすることも大切です。

○代表的な精神症状

- ☐ 現実には起こっていないことを訴える（妄想）
- ☐ 現実にはないものが見えたり、聞こえたりする（幻覚）
- ☐ 言動にまとまりがない（思考障害）
- ☐ 考えがまとまらず、同じことを何度も繰り返し訴える（思考障害）
- ☐ 極端に人と関わろうとしない等、行動が乏しい（抑うつ）
- ☐ 憂うつな気分が続く（抑うつ）
- ☐ 何をしてもおっくうで、手につかない（抑うつ）
- ☐ 喜怒哀楽が少なく、感情が平坦となる（抑うつ）
- ☐ 原因がなく、漠然とした不安がある（抑うつ）
- ☐ 無表情（抑うつ）
- ☐ 不眠・食欲不振（抑うつ）
- ☐ 身体的な所見は認められないが、頭痛等の身体症状を訴える（抑うつ）
- ☐ 自殺願望がある（抑うつ）
- ☐ 落ち着かず、絶えず動き回っている（不安）
- ☐ 焦燥感が著しい（不安）
- ☐ 他者に対して攻撃的である（不安）
- ☐ 動悸、発汗等の自律神経症状がある（不安）
- ☐ 特定の事に執着し、確認行動を繰り返す（強迫）
- ☐ 高揚した気分が持続し、多弁・多動を呈している（躁状態）
- ☐ 他人に対して、過度に干渉する（躁状態）

注) 上記の症状は、精神症状の一部です。他にも多様な症状があります。

◇被災されたご家族の皆様へ

被災されたお子さんをお持ちの家族の方へ



現在は、いまだに緊迫した状況が続いていることと思います。大人でも心理的なストレスや環境の変化から、こころやからだの不調が現れることがあります。特にこどもの場合は、身体の症状や日ごろはみられない行動の形で現れることが多くなります。

《子どもに現れやすいストレス反応》

行動の反応

- 赤ちゃんがえり（お漏らし・指しゃぶり・これまで話せたことばが話せないなど）。
- 甘えが強くなる。
- わがままを言う。ぐずぐず言う。
- 今までできていたことも出来なくなる。（食べさせてほしいがる。トイレへ一人で行けない）
- 親が見えないと泣きわめく。
- そわそわして落ち着きがなくなる。
- 反抗的だったり、乱暴になる。
- 話をしなくなる。話しかけられることを嫌がる
- 遊びや勉強に集中できなくなる
- 集団活動に適応できなくなる。

こころの反応

- イライラする。機嫌が悪い。
- 急に素直になる
- 一人になること、見知らぬ場所、暗い所や狭い所をこわがる
- 少しの刺激（小さい物音、呼びかけなど）にもびっくりする。
- 突然興奮したり、パニック状態になる。
- 現実になことを言い出す。
- 落ち込む。表情が乏しくなる
- ぼーっとしている

からだの反応

- 食欲がなくなる。あるいは食べ過ぎる
- 寝つきが悪くなる。何度も目を覚ます
- いやな夢を見る。夜泣きをする
- 暗くして寝ることを嫌がる。
- 何度もトイレに行く、おねしょをする
- 吐き気や腹痛、下痢、めまい、頭痛、息苦しさなどの症状を訴える
- 喘息やアトピーなどのアレルギー症状が強まる
- 風邪を引きやすくなる

このような身体やこころの変化は、決して驚くような反応ではありません。正常な反応であり、ほとんどの変化は時間とともに回復していきます。

《日常生活では、次のことを心がけましょう》

- できるだけお子さんを一人にせず、家族が一緒にいる時間を増やしましょう
- できるだけ食事や睡眠などの生活リズムを崩さないようにしましょう
- 子どもが話すことは、ばかばかしいと思っても否定せずに聞いてあげましょう。ただし、話したくない時には無理に聞きださないようにしましょう。
- 行動に変化があっても、むやみに叱ったり、突き放したりせず、受けとめてあげましょう。
- 気をつかうがんばり屋のお子さんは、負担が大きくなりすぎないように気をつけてあげてください。
- 抱っこをしてあげたり、痛いところがあったらさするなどスキンシップを増やしましょう。
- 恐かったことや、悲しかったことをゆっくり聞いてあげて、次のような言葉がけをしてください。これらの言葉は、何度繰り返してもかまいません。

〇〇ができなくても
恥ずかしくないんだ

心配なことがあったら
何でも言ってね

あなたはちっとも
悪くないよ

お父さんやお母さんが
守ってあげるからね

こういった対応は、少なくとも2、3カ月間から半年間、また必要に応じて、それ以降も繰り返し続けて下さい。なお、ふつうの時でもこのような態度は子育てに必要な望ましい態度です。

症状が長引いたり、気になる症状があるようでしたら、まず、ご家族が相談窓口や巡回の人に声をかけましょう。医療機関、保健所・保健センターなどに相談しましょう。

あなたの街の連絡先

4、その他関連情報

◇熊本地震の情報まとめ：青木弁護士

◎42ヶ所の施設で無料の充電サービスが提供

<http://mobilelaby.com/blog-entry-free-battery-charging-spot...>

◎公衆電話マップ(熊本市内無料 4月16日 9時43分現在)

https://www.ntt-west.co.jp/.../m.../guidemap/118079470_470557900

◎熊本市の給水ポイント 4月16日(第7報) 19:30 現在

http://www.city.kumamoto.jp/kinkyu/pub/default.aspx?c_id=3

※熊本市内水道局に直接行けば、ほぼ待たずに一人6Lのお水がもらえるそうです(駐車場有)

◎災害に伴う道路情報 http://cyber.pref.kumamoto.jp/.../Content/asp/topics/topics_1...

◎熊本県避難所マップ

<http://crisis.yahoo.co.jp/shelter/list/43/>

◎Google 災害情報 避難所 ルートマップ

<https://www.google.org/publicalerts?hl=ja>

◎ペット同伴避難受入れ施設～熊本市「竜之介動物病院」

<https://www.facebook.com/akihiko.tokuda>

◎炊き出し&支援物資集積地点

<https://www.google.com/maps/d/viewer...>

益城町役場・ グランメッセ熊本・ 熊本県民総合運動公園陸上競技場

弓削小学校・ 長嶺小学校・ 月出小学校・ 西原小学校

龍田小学校・ 託麻西小学校・ 託麻北小学校・ 帯山小学校横

◎人工透析をされてる方へ透析可能な医院です(16日 7:00 現在)

<http://saigai-touseki.net/result/>

◎熊本市内で緊急時の無料 WIFI が利用可能

<http://news.mynavi.jp/articles/2014/05/27/00000japan/> ...

「設定」→「WiFi」開き、SSID→ 00000JAPAN に接続

◎NHK ニュース、スマホで同時提供中です

<http://www3.nhk.or.jp/news/live/index.html>

◎ライフライン情報

<http://kumanichi.com/saigai/>

<https://www.facebook.com/KUMANICHIs/>

◎災害対応型給油所一覧

<http://www.zensekiren.or.jp/08syohisya/0807/01/01#kumamoto>

◎通れた道マップ

http://www.toyota.co.jp/jpn/auto/passable_route/map/

◎災害伝言ダイヤル

<https://www.city.kyotango.lg.jp/kcfd/yobou/sonae/sonae.html>

◎画像の入浴施設が無料開放してる下さってるそうです。

=====

◎こちらは支援向け情報◎

・【熊本地震速報】災害・寄付・ボランティア情報まとめ

<http://volunteer-platform.org/emg/jishin20160414/>

- ・ 益城町役場

<http://www.town.mashiki.lg.jp/default.aspx?site=1>

- ・ 【熊本城】 一口城主制度

(熊本城復元整備事業の財源に充てられます)

<http://www.manyou-kumamoto.jp/event/castle.cfm?id=480>

- ・ ネットで寄付・提供ができるサイトの情報

https://peraichi.com/landing_pages/view/prayforkumamoto...

- ・ 避難所用間仕切りシステムへの寄付金

http://www.shigerubanarchitects.com/.../2016_kumam.../index.html

◇震災被害に遭われた方々へ

高橋 司 (たかはし つかさ) 勝部・高橋法律事務所

熊本県・大分県などで今回の震災被害に遭われた方々に衷心よりお見舞いを申し上げます。余震が続いており、身の安全、そして住居の確保などが当面の課題ですが、その後には生活の再建が問題になってくるでしょう。弁護士は、これまでも、様々な災害の場面で、被災者の支援をしてきました。私自身も、東日本大震災の直後、近畿の弁護士を率い、宮城県での避難所を巡って法律相談を実施しました。東日本大震災の際の法律相談の実例や、災害復興に関わっている弁護士たちの議論を参考に、再建に資すると思われるいくつかの情報提供をしたいと思います。

【被災者生活再建支援法による支援金】

震災で、①住宅が「全壊」した世帯、②住宅が半壊、又は住宅の敷地に被害が生じ、その住宅をやむを得ず解体した世帯、③災害による危険な状態が継続し、住宅に居住不能な状態が長期間継続している世帯、④住宅が半壊し、大規模な補修を行わなければ居住することが困難な世帯（大規模半壊世帯）には、2種類の支援金が支給されます。住宅の被害の程度に応じた基礎支援金（①～③100万円、④50万円）と、再建方法に応じた加算支援金（建築・購入200万円、補修100万円、公営住宅以外の賃借50万円）です（世帯人数が1名の場合は額が4分の3になります）。申請窓口は市町村役場で、基礎支援金は震災から13か月、加算支援金は37か月以内の申請が必要です。なお、②③にあたらな「半壊」の場合は、この法律による支援金の支給は得られませんが、災害救助法による応急修理がされる場合があります。

【住宅の被害認定と罹災証明書の発行】

基本支援金の申請手続には、市町村が認定し発行する罹災証明書が必要です。地震により被災した住宅の程度によって市町村が、「全壊」「大規模半壊」「半壊」「半壊に至らない（一部損壊）」の4つの区分の認定をします。認定のための調査は、「損壊基準判定」（延べ床面積に占める損壊割合）と「損害基準判定」（主要な構成要素の経済的被害の割合）の2つを用いて行われます。調査は研修を受けた調査員（市町村の職員等）が行いますが、今回のような大規模な震災では時間もかかりますし、認定のバラツキが生じることもあります。罹災証明書の発行に時間がかかる場合には、先に支援金の申請を行って後に罹災証明書を追加することも考えられます。認定結果に不服があっても裁判などはできませんが、市町村役場に不服を申し立てると、再度の調査が行われます。もっとも再調査には時間がかかることもしばしばです。ご自分で罹災の状況がわかる写真をとったり、建築士などの専門家に調査依頼をしたりしておくことが有益な場合もあります。

【火災保険（地震特約）】

火災保険には一般的には地震による被害について保険会社の免責が盛り込まれています。したがって、地震による被害に対しては、地震特約があった場合にのみ保険金が支払

われることになります。地震による建物の被害の認定は、罹災証明書による認定とは一応別に、保険会社が独自に「全損」「半損」「一部損」の査定をします。契約保険金額に対し全損で 100%、半損で 50%、一部損で 5%が支払われます（時価との関係での上限もあります）。地震保険の請求をスムーズにするためには、建物については主要構造部（柱や外壁など）の写真を、家財道具については電化製品や家具などの壊れた写真を個々に撮っておくとよいようです。加入している火災保険会社がわからない場合は日本損害保険協会（0570-001830 又は 03-6838-1003。平日の日中）に電話をすれば照会に応じているとのこと。保険証券がなくなっても請求に問題はありません。

【弔慰金】

震災による死亡者・行方不明者の遺族（配偶者、子、父母、孫、祖父母、同居又は生計を同一にする兄弟姉妹）に対しては、災害弔慰金法に基づいて、250万円（一家の主柱の場合は500万円）の弔慰金が支給されます。重度の障害を負った被災者には125万円（一家の主柱の場合に250万円）の障害見舞金が支給されますが、これは労災や交通事故の場合の後遺障害1級に近い、非常に重い障害を負った場合に限られます。

【生命保険金】

死亡や傷害の場合の通常の保険金はもちろん支払われます。他方、事故や災害が原因で死亡した場合に補償が上乗せされる「災害割増特約」については、大規模な災害の場合には支払われないとの免責の特約があることがあります。ただし、阪神大震災や東日本大震災においては、いずれの保険会社も、この免責を主張せず、上乗せ分も支払ったようです。

【金融機関からの預貯金の払い戻し】

麻生財務大臣の指示が報道されていましたが、九州財務局も各金融機関に要請をしています。被災者については、通帳や印鑑などがなくても、一定の金額の引き出しに応じるという扱いがなされます。本人確認は必要ですが、柔軟に対応がされているようです。取り扱いは金融機関や支店で異なりますので、問い合わせをされるのがよいと思います。証券各社も、証券がない場合であってもできる限り柔軟に換金に対応するとしています。

【金融機関などへの支払】

住宅ローンや借入金の返済などの金融機関への支払が今回の震災によってできなくなった、今後も支払ができる見込みがないという場合、自己破産などをお考えになるかもしれません。しかし、九州財務局は、先ほど述べた要請の中で、各金融機関に対し、被災者に対しては支払の猶予などをするよう求めています。また、全銀協などは、ちょうどこの4月1日から、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」の制度を始めています。借入を完済できる見込みがなくなった場合、その債務を支払わなくてよいようにするためには、本来は破産手続をとる必要があります。そうするとほぼすべての財産を失ってしまいます。しかし、この「ガイドライン」は、破産手続を使わず、財産の一部を手元に残したうえで、債務をなくすことができる制度です。しかも、個人信用情報にも登録されません。ローンが残った自宅が全壊したというような場合、二重ローンを負うことなく、新たにローンを組んで自宅を購入することも可能になります。始まったばかりの制度であり、未知数の面はありますが、被災者の再建に大きな役割を果たす可能性があります。ほかにも、東日本大震災の際には、色々な制度により、会社や個人について債務からの救済が図られました。焦る気持ちもあるでしょうが、急いで破産の結論を出したり、まとめて返済をしたりするよりも、少し落ち着き、できれば弁護士などに相談して、対応を考えることをお勧めします。特に、生活再建支援金などを返済資金にあてること（返済用の口座に入金しておくとしに引き落としになるでしょう）については、慎重に検討されるほうがよいと思います。

【法テラスの利用について】

今回の震災により生じた法的な紛争の解決のために、日本法律支援センター（いわゆる法テラス）の利用をお考えになる方も多いと思います。東日本大震災に関してこの制度の特例が作られましたが、それはあくまでも東日本大震災についての例外でした。現在国会で審議中の「総合法律支援法の一部を改正する法律案」は、これを大災害全般に広げるものであり、既に衆議院を通過し、参議院で審議中です。早急な成立と施行が望まれます。

私たちは少し離れた大阪の弁護士ですが、必要があれば法律相談などのために現地に赴き地元の弁護士会を助け、阪神大震災や東日本大震災の際の経験を生かして、被災者の再建のお手伝いをしたいと思っています。また、被災者の再建を助ける立法措置などのために声をあげたいとも考えています。

◇平成 28 年熊本地震に伴う被災地救援等のために使用する車両の取り扱いについて(更新)

最終更新日：2016 年 4 月 22 日

熊本県：http://www.pref.kumamoto.jp/kiji_15425.html?type=top

◇平成 28 年熊本地震に伴う「災害派遣等従事車両証明書」の発行について

(平成 28 年 4 月 22 日更新)

平成 28 年熊本地震に伴う災害に際し、熊本県内の被災地支援等を目的とする車両（対象車両は下記参照）に対して「災害派遣等従事車両証明書」を交付します。

高速道路等有料道路の料金所を出る際に、本証明書を料金所に御提出いただくことによって、有料道路の通行料金について無料措置が講じられます。詳細は下記のとおりです。

1 期間

平成 28 年 4 月 17 日～6 月 30 日

(対象車両 (4) については平成 28 年 4 月 21 日より対象)

2 対象車両

(1) 自治体等からの要請により、被災者の避難所又は被災した県市町村の災害対策本部（物資集積所を含む）への救援物資等を輸送するための車両

(2) 自治体等からの要請により、被災地の復旧・復興にあたるための物資、人員等を輸送するための車両

(3) 自治体が災害救援のために使用する車両

(4) 災害ボランティア活動であって、被災した自治体等が要請・受入承諾したものに使用する車両

3 有料道路料金の無料措置が講じられる路線

以下の道路管理会社が管理する道路

- ・西日本高速道路株式会社・阪神高速道路株式会社・本州四国連絡高速道路株式会社
- ・中日本高速道路株式会社・東日本高速道路株式会社・首都高速道路株式会社
- ・福岡北九州高速道路公社・福岡県道路公社

4 証明書発行手続き

【ボランティアの場合】

(1) 熊本県内の被災地域において、社会福祉協議会等のボランティア受け入れを行っている団体へ、「災害派遣等従事車両証明書に係る災害ボランティア証明書」(別紙 1) を直接持参または、ファックス、メール等で提出ください。

※ボランティアの受付については以下をご参照ください。

熊本県社会福祉協議会ホームページ（ホームページ上部の「緊急情報」をクリック）

<http://www.fukushi-kumamoto.or.jp/>

(2) 受理結果が記された別紙 1 を添付して、「災害派遣等従事車両証明の申請書」(別紙 2) を最寄りの各都道府県庁または各市町村へ提出し、「災害派遣等従事車両証明書」(以下「証

明書」)を必要枚数受け取ってください。

【ボランティア以外の場合】

(1) 自治体等から要請を受けた内容が分かるものを添付し「災害派遣等従事車両証明の申請書」(別紙2)を最寄りの各都道府県庁または各市町村へ提出し、「災害派遣等従事車両証明書」(以下「証明書」)を必要枚数受け取ってください。

5 使用方法

- ・証明書は、精算する料金所ごとに、車両1台ごとに1枚必要となります。
- ・出入口とも一般の料金所を利用し、入口では通行券を受け取り、出口では料金所で証明書と通行券を提出してください(ETCレーン及びスマートICの利用はできません)。

○申請書のダウンロードはこちらから

ワード 別紙1:「災害派遣等従事車両証明書に係る災害ボランティア証明書」 新しいウィンドウで(ワード:40キロバイト)

ワード 別紙2:「災害派遣等従事車両証明の申請書」 新しいウィンドウで(ワード:34キロバイト)

◇熊本県で被災された妊婦さん。産後のお母さんと赤ちゃんのために

福岡県助産師会では、不安で困っている妊婦さん、
お産場所がなく困っている方、産後間もなく車の中や
避難所での生活をされている方を受け入れます。

しぶや助産院 093-282-3476

菜の花助産院 0948-23-0317 お電話下さい。

○助産所 受入数 電話番号

しぶや助産院 4床 093-282-3476・春日助産院 1床 0946-23-8231

町のさんばさん 2床 093-618-4764・ガルヴァ助産院 2床 090-2512-4015

みずまき助産院 2床 093-201-7731・お産の家よつ葉 1床 093-883-7827

吉崎助産院 1床 0942-62-3030・菜の花助産院 1床 0948-23-0317

☆妊婦さん お産 (状況によって不可能な場合あり)

お産後間もない方

産前産後サポートセンター・要相談 0942-65-6510

熊本県弁護士会ニュース＜災害Q&A＞

※本書面の情報は平成28年4月21日時点のもので、その後の法改正等により制度が変わっている可能性があります。

1 支援制度関係

発行 熊本県弁護士会 〒860-0078 熊本市中央区京町1-13-11
電話による相談・情報提供 (096-312-3250) ※4/25～平日10:00～16:00

○り災証明書とは何か。これがあるとどうなるのか。

→ り災証明書とは、市町村が、申し出により家屋の被害状況の調査を行い、その確認した事実に基づき発行する証明書で、各種支援等の基準となるものです。被害状況としては、全壊・大規模半壊・半壊・一部損壊等に分かれます。
市町村で発行体制が異なるので確認が必要です。店舗・事業所のり災証明制度が設けられている場合もあるので、問い合わせを。
→ 片付け前に被災状況を写真に撮っておきましょう。片付け後だと認定が低くなる傾向にあります。り災証明の認定に不服がある場合は申出により再調査が実施される場合もあります。

○災害弔慰金（災害弔慰金の支給等に関する法律）

→ 災害により、生計を維持していた方が亡くなった場合、最大500万円、その他の方が亡くなった場合、最大250万円を、ご遺族に支給する制度です。
支給の対象は、配偶者、子、父母、孫、祖父母です。いずれもない場合には、死亡時に亡くなった方と同居又は生計を同じくしていた兄弟姉妹も支給の対象者になります。問合せ先は市町村です。

○当面の生活費をどうにかしたい。

→ 生活福祉資金の貸付（緊急小口貸付）：社会福祉協議会が10万円まで貸し付けます。詳しくは、市町村の社会福祉協議会まで問合せを。
→ 住宅確保給付金：生活困窮者自立支援制度に基づき、家賃の支払について支援を受けることができる場合があります。各地の市町村か社会福祉協議会にお問い合わせ下さい。

○災害障害見舞金（災害弔慰金の支給等に関する法律）

→ 災害により、生計を維持していた方が重い障害を受けた場合には最大で250万円、それ以外の方が重い障害を受けた場合には最大で125万円を支給する制度です。
重い障害とは、両眼が失明したもの、神経系統の機能又は精神に著しい障害を残し常に介護を要するもの、胸部臓器の機能に著しい障害を残し常に介護を要するもの、両腕をひざ関節以上で失ったもの、両腕の用を全廃したもの、両脚をひざ関節以上で失ったもの、両脚の用を全廃したもの等の場合を言います。
窓口は市町村です。

○被災者生活再建支援制度（被災者生活再建支援法）

→ 災害による住宅が全壊するなど、生活基盤に著しい被害を受けた世帯に対して支援金を支給する制度です。
二つの支援金が支給されます（震災当時、世帯人数が1人の場合は、各該当欄の金額が4分の3になります。）。

住宅の被害程度		住宅の再建方法			
	全壊等	大規模半壊	建設・購入	補修	賃借
①住宅の被害程度に応じて支給する支援金（基礎支援金）	100万円	50万円	200万円	100万円	50万円
②住宅の再建方法に応じて支給する支援金（加算支援金）					

※賃借には、公営住宅を借りた場合を含みません。
例えば、住宅を全壊で失った方には、基礎支援金として100万円が支給され、その方が、新たに家を建てる場合には、加算支援金として200万円が支給されることになります。また、一旦住宅を賃借した後、自ら居住する住宅を建設する場合の加算支援金は、まず賃借により50万円が支給され、その後建設により、合計して200万円になるまで支給されます。
住宅が全壊等又は大規模半壊した世帯が対象になります。「全壊等」とは、住宅が半壊し、又は住宅の敷地に被害が生じた場合で、当該住宅の倒壊防止、居住するために必要な補修費等が著しく高額となる場合を含みます。いずれにしても、片付ける前に家屋の外観・内部を写真に撮影する等して残しておくようにしてください。
申請先は市町村です。申請期間は、基礎支援金が災害発生日から13ヶ月以内、加算支援金が災害発生日から37ヶ月以内です。

2 支払関係

○住宅ローン、事業性ローン等を支払う余裕がない。

→ 「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」により、住宅ローン等の免除・減額を受けられることがあります。
同制度には、利用できた場合、
・弁護士（登録支援専門家）による手続支援を無料で受けられる
・財産（後記支援金等を含む）の一部を手元に残してローンの支払免除・減額を受けられることができる
・破産等の手続と異なり、債務整理をしたことは個人情報として登録されないため、新たにローンを組むときに不利な影響なし
・原則、連帯保証人も支払いをしなくてよくなる
等のメリットがあります。
そのため、安易に地震保険金等でローンの一括、繰上返済などをしないよう注意が必要です。繰り返しになりますが、支援金・弔慰金等を手元に残してローンの免除・減額を受けられる場合もあるので、これらをローンの返済にあてる前に、弁護士又は金融機関にご相談ください（金融機関に相談する前に弁護士に相談することをお勧めします。）。

→ その他、住宅金融支援機構及び旧公庫を債権者とする被災者の方の住宅ローンについては、被災の状況等によって、1年～3年の払込みの据置き、金利引下げ等が受けられる可能性があります。代理をしている各金融機関窓口までお問合せ下さい。

○税金の支払はどうなるか。

→ 納付の期限が延長されたり、減免措置等が受けられる可能性があります。
・国税（所得税・消費税・法人税等）については、各地の税務署
・県税（個人事業税、不動産取得税、自動車税、自動車取得税等）については、お住まいの地域を担当する広域本部
・市町村税（市町村民税・固定資産税等）については、各市町村にそれぞれ連絡、ご確認下さい。

○年金や健康保険料の支払はどうなるか。

→ 健康保険、国民年金保険、厚生年金保険及び船員保険の保険料並びに児童手当にかかる拠出金については、減免の可能性があります。市町村や年金事務所に問い合わせてください。
口座振替は止まらない可能性があるため、その点も市町村等に連絡をしてください。専用コールセンターの準備が進んでいます。

○公共料金はどうか。

→ 電気・ガス・水道、下水道、固定電話・携帯電話・PHS等について、料金支払期限の延伸や免除等が受けられる場合があります。それぞれの契約先に確認する必要があります。

3 保険・共済の問題

○地震による免責条項があるから、生命保険金は出ないか？

→ 今回の平成28年熊本地震に関しても、生命保険各社は地震特約を適用しないことに決めました。保険金が支払われる可能性がありますので、お入りになっている保険会社に連絡をしてみてください。

○火災保険だけで地震保険に入っていないから、保険金はもらえないか。

→ 保険金は支払われませんが、保険（共済）によっては、火災保険に入っているだけで見舞金などが出る場合があります。加入保険（共済）に確認してみることをおすすめします。

○地震で自動車が壊れてしまった。

→ 車両保険は、原則として、地震・噴火・（地震、噴火が原因の）津波による災害による損害は補償対象外とされています。
地震・噴火・津波危険（車両損害）担保特約があれば、地震による損害も補償されるので、契約した保険会社又は保険代理店に確認してみましょう。

○地震保険の内容を確認したい、相談したい。

→ 地震保険について不明点などがあれば、日本損害保険協会の相談窓口：そんぽADRセンターにお問い合わせください。
0570-022808 平日午前9時15分～午後5時
（IP電話からは092-235-1761へ）

○どこの保険に入っていたかわからない。

→ 生命保険
生命保険協会「災害地域生保契約照会センター」で確認できます。
0120-001731 平日午前9時～午後5時
→ 損害保険
損害保険協会「自然災害損保契約照会センター」で確認できます。
0570-001830 平日午前9時15分～午後5時
（IP電話からは03-6836-1003へ）

○その他

→ 継続契約の手続期間や保険料の払込期間について猶予などの特別措置もあるので、契約した保険会社又は保険代理店に確認してみましょう。

4 紛失物関係

○銀行の通帳などがなくなってしまって、お金がおろせない。再発行してくれるのか。

→ 本人確認ができれば、ほとんどの銀行で引き下ろしが可能です。無くした通帳、証書、カードなどについても、多くの銀行等で無料で再発行してくれます。各銀行の窓口にお問い合わせください。身分証明書があれば持参し、それもないときはそのことも併せて相談してみてください。
銀行印がなくなった場合は、印鑑変更の手続きをとってください。

○クレジットカードがなくなってしまった。

→ 各クレジットカード会社になくした旨の連絡をし、新たなカードの発行を求めて下さい。

○権利証がなくなってしまった。土地の権利がなくなるのか。売買などはできるのか。

→ 権利証がなくなっても、不動産の権利が失われるわけではありません。権利証は再発行される書類ではありませんが、権利証がなくとも、売買や相続などは可能です。
他方、権利証だけでは売買等はできず、印鑑証明書などが必要となりますので、権利証だけで悪用される可能性もあり高くないではありません。
権利証と、実印、印鑑証明書などを一緒になくしたという方は、お近くの法務局にご相談ください。不当な登記を防止する手続があります。また、実印を変更する手続をとってください。

○実印や印鑑登録カードがなくなってしまった。

→ 実印がなくなった場合は、別の印鑑を準備して、登録印鑑を変更してください。実印は手元に残っているという場合は、既に登録されている印鑑登録証の廃止手続をとり、新規に実印を登録して下さい。手続は市町村の窓口を確認してください。

○身分証明書がなくなってしまった。住民票はとれるか、免許証は再びもらえるか。

→ 住民票は、市町村で本人確認がとれれば交付を受けることができます。まずは市町村の窓口へ。
運転免許証は、再発行手続をして下さい。今後の警察からの情報に注意してください。

○亡くなった方の口座がどこにあるかわからない

→ 東日本大震災のときは、全国銀行協会において、被災して亡くなった方が、どの銀行に口座を持っていたか分からない場合に、照会できる制度（被災者預金口座照会センター）を立ち上げました。今回の震災でも同様の措置があるかもしれません。

○病院に行きたいが健康保険証がなくなってしまった（家に置いてきてしまった。）

→ 健康保険証が手元になくても、氏名、生年月日、連絡先、加入医療保険者が分かる情報を伝えることで保険を適用して受診することができます。

5 収入の関係

○会社が被災したため、失業し、収入がなくなった。

→ 雇用保険の失業等給付制度による支援があります。
労働者の方が失業して、給料を得ることができなくなった場合等に、生活及び雇用の安定並びに就職の促進のために、求職者給付、就職促進給付、教育訓練給付、雇用継続給付を一定の要件を満たした方に支給する制度です。
また、熊本県内に所在する事業所に雇用されている方で、事業所が災害を受けたことで休止・廃止したため、一時的に離職を余儀なくされた方については、事業再開後に再雇用されることが予定されている方も、失業等給付を受給することがある場合があります。
お近くの公共職業安定所（ハローワーク）が窓口です。

○会社が閉鎖されたが、もらっていない給料がある。

→ 震災のために、会社が事業活動を停止し、従業員の方が賃金未払のまま退職を余儀なくされたという場合には、国から未払い賃金の立替払い（未払い額の8割が基準）を受けられる場合があります。
お近くの労働基準監督署にお問い合わせください。

○避難先で生活保護を受けることはできるのか。

→ 避難所や実家・友人宅に避難をしている場合でも、生活保護を受けられる可能性があります。
また、申請手続について、弁護士が同行することもできます。

6 その他色々

○会社を経営していたが、地震でやっていけなくなった。

→ 日本政策金融公庫、商工組合中央金庫の災害復旧貸付制度、熊本県信用保証協会のセーフティネット保証制度を利用した融資など、いろいろな融資制度を利用できる可能性があります。
金融機関や商工会議所、信用保証協会などに相談してみましょう。それぞれ相談窓口を設けているので、各HPをご覧ください。

○免許証の有効期間が迫っている。

→ 特定非常災害の指定があれば延長されるほか、現行法上も、災害等やむをえない事情がある場合には救済されます。
熊本県警も「ご相談には柔軟に対応する」としています。

○車検の有効期間が迫っている。

→ 熊本県全域と大分県の一部地域に使用の本拠を有する車両のうち車検の有効期間が4月15日から5月14日までの車両については、5月15日まで有効期間が延長されます。

○住宅を修理して帰りたい。

→ 一部の修理により居住が可能となる場合には、災害救助法の応急修理を利用することで、住宅を修理することができます。
但し、
・所定の修理見積書を利用しなければならない
・原則として災害発生の日から1ヶ月に修理が完了することが必要
等の条件があり、また、応急修理制度を利用することで他の支援を受けられなくなる場合（仮設住宅に入れなくなる等）もあります。制度利用にあたっては、契約前に必ず市町村窓口にご確認・ご相談ください。なお、既に契約済みの方も、弾力的な運用がなされた事例がありますので、応急修理の適用を受けることができます。市町村に確認してみてください。
また、応急修理と被災者生活再建支援金を重ねて受給できるかどうか市町村に確認してください。

◆厚労省 事務連絡（平成27年1月15日）災害により被災した要援護障害者等への対応について

標記について、災害により被災した世帯の要援護障害者については、適切に御対応いただいているところですが、下記内容について改めて御了解いただくとともに、災害の発生により貴管内の市区町村が災害救助法（昭和22年法律第118号）の適用を受けた場合等にあつては、同内容について管内市区町村に対して周知を行う等、特段の配慮をお願いします。

1. 状況・実態の把握と対応について

災害により被災した市区町村においては、避難所での避難生活が必要となった要援護障害者、避難所に避難していない要援護障害者に対して、その状況や実態の把握に努めていただくとともに、避難対策及び障害福祉サービス等の円滑な提供について、柔軟な対応をお願いします。

2. 障害者支援施設等における要援護障害者等及び避難者の受入れ

(1) 障害者支援施設等においては、空きスペースの活用を図るとともに、日常のサービス提供に著しい支障が生じない範囲で、定員を超過して要援護障害者等を受け入れて差し支えありません。

また、障害者支援施設等については、「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律に基づく指定障害者支援施設等の人員、設備及び運営に関する基準」(平成 18 年厚生労働省令第 172 号)等により災害等による定員超過が認められているところですが、その際の介護給付費については、利用定員を超過した場合でも、特例的に所要単位数の減算は行わないこととしており、この場合において、職員の配置基準にかかわらず所定の介護給付費の対象とします。

なお、障害者支援施設等において、一般の避難者を受け入れる場合も、できる限り要援護障害者等の処遇に支障が生ずることのないよう御留意下さい。

(2) なお、避難先施設は、職員配置、設備等について、できる限り避難者及び避難先施設の入所者の支援に支障を来さないよう御留意下さい。

特に、やむを得ない事情により避難が長期化する場合、又は避難先施設が被災施設と種別が異なっており、かつ、指定基準を満たすことができない場合は、避難者及び避難先施設の入所者への適切な支援の確保を図るという観点から、避難者本人の意向等を勘案し、被災施設と同種別の他施設への再避難や地域生活への移行等を進めるよう配慮をお願いします。

3. 障害福祉サービス（施設入所支援を除く。）の利用者に係る取扱い

(1) 居宅介護及び重度訪問介護については、避難所等の避難先を居宅とみなしてサービス提供して差し支えありません。

また、屋外の移動が困難な障害者に対する移動支援についても同様に避難所を居宅とみなすなど、被災地における地域生活支援事業の実施に当たっては、当該市区町村の判断で柔軟なサービス提供をお願いします。

(2) 生活介護等日中活動サービス又は宿泊型自立訓練若しくは共同生活援助については、「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律に基づく指定障害福祉サービスの事業等の人員、設備及び運営に関する基準」(平成 18 年厚生労働省令第 171 号)等により災害等による定員超過が認められているところですが、その際の介護給付費等については、利用定員を超過した場合でも、特例的に所要単位数の減算は行わないこととしており、この場合において、職員の配置基準にかかわらず所定の介護給付費等の対象とします。

また、利用者の利便性を考慮し、開所日・開所時間については、柔軟な対応をお願いします。

(3) 被災時に短期入所を利用していた者に係る取扱いについては、避難が必要となった者の避難先及び利用定員を超過した場合の受入れなど、前記 2 の入所施設の取扱いと同様として差し支えありません。

なお、計画していた利用期間の終了に伴い、居宅に戻ることが原則ですが、戻るべき居宅も被災しており、引き続き入所をする必要がある場合には、障害者支援施設等による受入れを基本とし、必要に応じて引き続き短期入所の利用も可能とします。

4. 被災された障害者等に対する補装具費支給及び日常生活用具給付等事業の弾力的な運用について

避難所等に避難している障害者等の中には、補装具や日常生活用具が必要となる方も生じると考えられますので、必要な場合には耐用年数等の如何にかかわらず支給・給付して差し支えありません。

5. 被災された視聴覚障害者等に対する情報・意思疎通支援について

被災された視覚障害者や聴覚障害者等に対しては、特に情報・意思疎通支援が何より重要となります。管内被災市区町村における避難状況等を踏まえ、点字や音声、文字等による災害情報等の提供、手話通訳者等の派遣などの情報・意思疎通支援について、視聴覚障害者情報提供施設等と連携し、万全の対応を期すようお願いします。

6. 利用者負担の減免について

(1) 被災のため障害福祉サービス、障害児通所支援、障害児入所支援に必要な利用者負担をすることが困難な者については、障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律(平成 17 年法律第 123 号)第 31 条又は児童福祉法(昭和 22 年法律第 164 号)第 21 条の 5 の 11 若しくは同法第 24 条の 5 に基づき、市区町村又は都道府県の判断により、介護給付費等の支給割合を引き上げ、利用者負担を減免することができます。

(2) 自立支援医療については、平成 18 年 3 月 31 日付け障害保健福祉部長通知(障発 0331006 号)に基づき、被災した世帯所得勘案対象者の所得状況に応じた所得区分を適用することなど、適宜の方法により世帯所得勘案対象者の負担を軽減することができます。

(3) 補装具費については、平成 19 年 3 月 27 日付け障害保健福祉部長通知(障発第 0327004 号)に基づき、被災した補装具費支給対象障害者等又はその属する世帯の生計を主として維持する者の所得状況の変化等に応じて補装具費の支給対象とすることや負担上限月額を適用することなど、適宜の方法により補装具費支給対象障害者等の負担を軽減することができます。

(4) 肢体不自由児通所医療又は障害児入所医療については、平成 19 年 4 月 4 日付け障害保健福祉部長通知(障発 0404002 号)に基づき、被災した給付決定保護者又はその属する世帯の生計を主として維持する者の所得状況等に応じて、適宜の方法により給付決定保護者の負担を軽減することができます。

(5) 療養介護医療については、平成 19 年 4 月 4 日付け障害保健福祉部長通知(障発 0404003 号)に基づき、被災した療養介護医療費支給対象障害者の所得状況等に応じて、適宜の方法により療養介護医療費支給対象障害者の負担を軽減することができます。

7. その他本件に関する疑義照会等については、担当課室まで御連絡をお願いします。

※厚労省等からの各種事務連絡等は、全国老人福祉施設協議会HP・行政資料 > 厚生労働省資料 > その他の資料の欄を参照ください。

<http://www.roushikyo.or.jp/contents/administration/koroshyo/shiryo/>