**こんなときは　こうしよう**

**のとき、ったときは**

**ひとりでしません**

**「けて！」と言いましょう**

**「 けてシート」**

**けてください　がいSOS**

**名前**

**所属**

**連絡先**

**わたしの成長発達手帳　災害時用**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **では** | さんのいうとおりにしよう | **の・をいているとき** | ブロック、、、ガラス、、れた、マンホールのそばからぎでれよう |
| **・バスのなかでは** | さんのいうとおりにしよう・にはりません | **・では** | りのにいたら、しっかりつかまろう。やにたとはぐれないようにをつなごう |
| **バスの中では** | のいうとおりにしよう | **や・マンホールのそばでは** | ぎでそのからはなれようがるにいところにげよう |
| **スーパー、デパートでは** | さんのいうとおりにしよう | **けがをしたり、気持ちがい** | 「けてシート」をせてにしてもらおう |
| **では** | きなやによりかかり、さんのいうとおりにしよう | **トイレに行きたいとき、のどがいたとき** | コンビニやガソリンスタンドに行こう |

**健康面に**

**ついて**

**の**

使う電車・バスなど：

**をる**





の

っているところ

「　　　　　　」

寄るところ：

**災害のときは、いつもと違う環境・見通しの立たない災害時はだれしも不安を感じます。**

**発達障がいのある方も、同じように不安に感じます。**

**わたしの成長発達手帳　災害時用**

＊何が困っていてどんな助けが必要かは一人ひとり違うので、どのように接したらいいか家族に確認することも大切です。

**みなさんへお願い　～支援のポイント～**

・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

・興奮したときはその場から離して気持ちを鎮める



**【私の場合】**　　名前　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　呼び名

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **□危険が分からない（想像することが苦手）**○先の見通しや待つことが難しい○場の雰囲気を読むことが苦手○災害の怖さや避難の必要性がなかなか理解できない　　　　　　　　　　　　　　など | **□困っていることが伝えられない（言葉のやり取りが難しい）**○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は理解できなかったり、答えられなかったりする（安否確認などでは特に注意が必要）　　　　など | **□いつもと違う状況で不安になる（慣れたことしか安心できない）**○スケジュールの変更や場所が違うと落ち着きがなくなる○普段できることもできなくなる　　など |
| **私の場合** | **私の場合** | **私の場合** |
| **□避難所生活になじめない**○人と上手にかかわることができにくい○集団行動がとりにくい　　　　など | **□痛みに平気だったりするので、けがに注意（感覚の過敏または鈍さ）**○大きな声・音におびえる○子供の泣き声で耳をふさぐ○体に急に触られることを嫌う　　　　　　　　　　など | **□その他** |
| **私の場合** | **私の場合** |  |