第　3　章

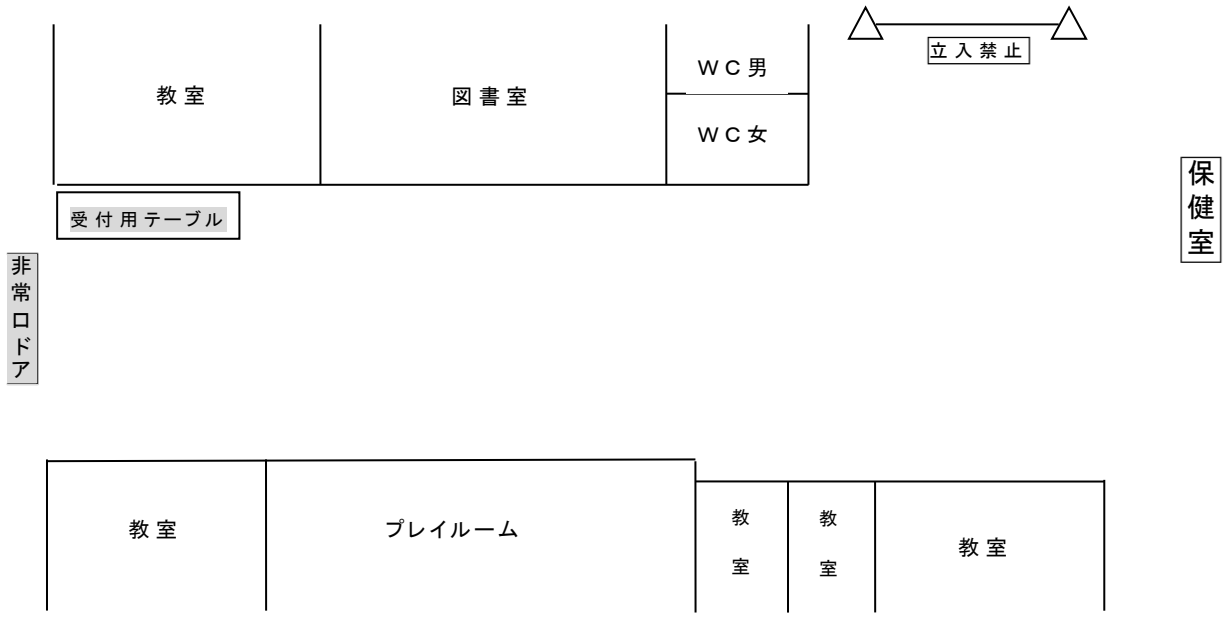
避難者が安心できる工夫

第３章　避難者が安心できる工夫

１　本校の福祉避難所について

（１）本校の福祉避難所エリア

１階プレイルームとその周辺の教室



（２）本校が福祉避難所となる場合の対象

本校が調布市と結んだ「避難所施設利用に関する協定書」では、障害者とその保護者・家族等を対象とすることを定めている。

大地震が発生した際、本校の児童生徒の保護者等への引き渡しが終わっていない、又は本校に引き取りに来た保護者等の帰宅が困難であるなどの理由で、本校の児童生徒とその保護者等が本校の福祉避難所に避難してくる可能性がある。また、本校の卒業生とその保護者等が本校を頼って避難してくることも考えられる。そのため、ここでは主として知的障害（発達障害）の人への対応について述べる。

２　基本的な対応

○知的障害（発達障害）の人は、言語・運動・動作・情緒の分野で、発達の遅れや配慮を必要とする様々な困難がある。言語面では、発音が明瞭でなかったり、言葉と言葉を組み立てて話すことが難しかったりする。自分の状況を説明できない人も多い。運動面や動作面では、走り方がぎこちなく、安定した姿勢を維持できなかったり、衣服のボタンを掛け合わせることが思うようにできなかったりする。情緒面や行動面では、失敗経験が積み重なったことで何事にも自信がもてなくなり、新しいことに対して不安を示したり、参加できなかったりする。総じて、環境の変化が苦手である。

（１）避難者への伝え方

- 肯定的な表現で
- 柔らかい表情で　　（怖い顔つきでは伝わらなくなる）
- ゆっくりシンプルに　　（長い話は理解できない）
- 絵や図や写真を用いて　（言葉だけでは伝わらない）

（２）避難者を安心させるためにやってほしいこと

- 笑顔
- 手を振る
- 肩を軽くたたく
- 親指を立てて、いいねと
- そうそう、と相づち
- いいですね、すばらしい、と言葉掛け

（３）避難者に絶対にやってはいけないこと

- 心ない対応
- 急かすような対応
- 強い口調、強い指示、強い問い掛け
- 大声で叱る、怒鳴って注意・非難する
- 無理にさせようとする、無理にやめさせようとする
- 曖昧な指示
- 興奮しているとき、緊張しているとき、不安なときに、禁止する指示
- できないことを繰り返し行わせる
- 感情的に関わる
- 約束を守らない

３　場所の「環境調整」

○何らかの環境要因による注意散漫や不快、場所の混乱、環境変化などに対し、有効。

○知的障害（発達障害）の人は、周りの刺激によって混乱し、不快になったり注意散漫になったりして理解が難しくなる。音、匂い、感触、光、温度、湿度、誰かの動きなどの刺激で混乱する場合もあるし、位置、場所、ある特定の物事に対してこだわりをもつ場合もある。そうしたことを防ぐには、場所の「環境調整」が有効である。

○場所の「環境調整」を行うことで、不安が減って行動が落ち着き、トラブルが減って集中できるようになる。

（１）刺激の除去

ア　クールダウンエリア

パーテーションやテント、段ボールなどを用いて、様々な刺激を避けて落ち着くことのできる一人になれる場所。パーソナルスペース。

イ　センサリールーム

照明や音響など、互換を適度に刺激することで利用者の気持ちを落ち着かせる空間。視覚刺激には、ミラーボールやオーロラのように光る機器などを用いる。触覚刺激には、柔らかい毛布やクッション、触ったり握ったりして感触を楽しむグッズを用いる。

ウ　イヤーマフ

不快な聴覚刺激をできるだけ環境から取り除くことができる耳当て。防災頭巾や毛布をかぶることで代用できる場合もある。

（２）場所の明確化

場所を固定して明確にすると、決まった行動をとりやすくなる。

○それぞれの場所をできるだけ個別に設定する。
○関係のない物を置かない。

○物の配置を決めて、動かさなくていいようにする。
○仕切りを多用せず、家具などを用いて自然な形で区分けする。
○片付けるための棚、容れ物、ごみ箱などは見えないようにする。

（３）物の配置

動線や流れを考えて物を置くと、行動のルーチン化を促すことができる。

４　予定の「見える化」

○変化への不安と混乱に対し、有効。

○知的障害（発達障害）の人は、予定の変更や先の見通しがもてないことに強い不安を覚える。予定を視覚的に予告（見える化）することで、問題行動を起こさずに落ち着いて過ごせるようになる。

○視覚的な合図の種類
- 具体物……実際に用いる物、代表する物、シンボル
- 写真カード……背景なし、背景あり、本人あり
- 絵カード……写実的な絵、線画、シンボルマーク
- 文字……文字カード、文章のリスト

ア　一日の予定の「見える化」

イ　週単位の予定の「見える化」

５　終わりの「見える化」

○終わりの見通しがもてず、混乱していることに対し、有効。何をどのくらいやったら終わるのかという見通しを、視覚的に示す。

○知的障害（発達障害）の人は、人とコミュニケーションをとったり、自分の感情を表現したり、段取りをつけたりすることが苦手である。見通しがもてないと、活動をなかなか始められなかったり、途中でやめてしまったり、好きなことやこだわっていることをやめられなかったりする。

ア　物がなくなる

使う物がなくなると、終わることができる人に対して。

イ　シンボルカードがなくなる

使う物を表すシンボルカードがなくなると、終わることができる人に対して。

ウ　文字や文のチェックリスト

文字で表した活動を理解し、それに線を引いたり消したりすることで、終わることができる人に対して。

６　やり方の「見える化」

○やり方が分からないで困っていることに対し、有効。

ア　やり方の図示

写真や絵などでやり方を分かりやすく示す。

イ　整理統合の工夫

道具や材料、情報提示の仕方を整理する。

ウ　必要に応じた強調

図示したものや材料に目印をつけたり、数量を減らしたり、見えないものを「見える化」したりして、注目しやすくする。

7　コミュニケーションの「見える化」

○何らかの要求や拒否の表現に対し、有効。

（１）絵カードを用いたコミュニケーション

ア　コミュニケーションを始める

イ　支援者の注意をひく

ウ　絵カードを選択して用いる

エ　複数の絵カードを並べて構文で伝える

（２）具体物によるコミュニケーション

8　結果の「見える化」

○結果を具体的に示されると行動を切り替えられる人に対し、有効。

ア　頑張ったらいいことがあるという「見える化」

結果が現れるまでの間をつなぐトークンシステム。トークンを貯めてご褒美と交換する。

イ　間違った行動はよくないことがあるという「見える化」

間違った行動を減らすためのペナルティ。

９　ルールの「見える化」

〇視覚的なルールが分かりやすい人に対し、有効。

ア　具体物

することを具体物で示すと動ける人に対して。

イ　写真やイラスト

することを写真やイラストで示すと動ける人に対して。

ウ　〇や×

〇＝よい行動、×＝いけない行動という理解ができる人に対して。

エ　文字

することを文字にして示すと動ける人に対して。

オ　文

主語、目的語、助詞を使った文を理解して動ける人に対して。

カ　文章

起承転結のある文章を理解して動ける人に対して。

キ　付加的好子の必要性

ルールを守る行動の強化に付加的好子が必要な人に対して。または、ルールによってもたらされる自然なメリットで十分な人に対して。

ク　字義どおりの理解

視覚的指示に忠実に従う傾向の強い人に対して。または、言葉を字義どおりに受け取る傾向の強い人に対して。