

避難所でお願いするときに使ってみよう！

指差して簡単に伝えることができます

私は耳が聞こえません。
簡単な文章で筆談を
お願いします。



今(さっき)
何が起きたの
ですか？



新しい情報(状況)が
出ていますか？



()は
どこにありますか？



私の代わりに電話をかけてください。



私の情報

名前 _____ 血液型 _____
生年月日 _____ 年 月 日

連絡してほしい人

名前 _____ (私との関係) _____
連絡先 _____

発行:令和6年(2024年12月)

佐世保市保健福祉部障がい福祉課

〒857-0042 佐世保市高砂町5番1号

TEL:0956-24-1111(代表) FAX:0956-25-2281

ホームページ: <http://www.city.sasebo.lg.jp/> メール: syuwa@city.sasebo.lg.jp

協力:一般社団法人長崎県ろうあ協会佐世保支部

〒857-0054 佐世保市栄町4-11 サンクル1番館2階 FAX:0956-22-9310

メール: roua-sasebo2005.01@dance.ocn.ne.jp

自分で災害から身を守るために
備えよう



聞こえる人も聞こえない人も災害から命を守るためには何をしたらいいのでしょうか？

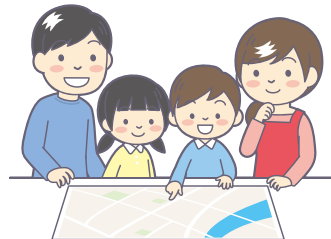
自分の命は自分で守るために、周囲に助けを求めるために、避難所で周囲の人とうまくやっていくためには、事前にどんな準備をしておいたらいいのでしょうか？

このパンフレットを読んで、必要なものを準備し、助けを求める相手を考え、避難時に困らないよう『自分が聞こえないこと』をアピールする練習をしておきましょう。

災害が起きる前に準備すること

家から避難所までのルート(道)を確認する

道が塞がっている可能性があるので
いくつかのルート(道)を
確認しておきましょう。



相手に伝える準備をする



佐世保市障がい福祉課にて希望者のみ
配付を行っております。
詳しくはHPをご参照ください。

ホイッスルは吹くだけで
自分の居場所を知らせることが
できます。



メモは常に持って
おきましょう。

持ち出し品の準備をする



災害状況によりますが、3日間ほど
の避難を想定して準備しましょう。
右のページの持ち出し品チェック
リストを参考にしてみてください。

※短期間の避難所は飲食料の配布は
ありません。
各自でご用意ください。

**災害はいつ来るかわかりません。
自分の命は自分で守りましょう！**

持ち出し品チェックリスト

コミュニケーションツール

- ☐ スマートフォン(携帯電話)・充電器等
- ☐ メモ用紙・ペン
- ☐ 家族の連絡先
- ☐ 懐中電灯・置型ライト
- ☐ 防災用ホイッスル(笛)
- ☐ 聴覚障がい者用SOSカード



貴重品

- ☐ 現金
- ☐ 通帳・カード
- ☐ 障害者手帳
- ☐ 身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証)



衣服・寝具類

- ☐ 服類・下着類
- ☐ タオル
- ☐ レインコート
- ☐ 防災アルミブランケット



食料品

- ☐ 非常食
- ☐ 飲料水
- ☐ 乾パン
- ☐ お菓子



日用品

- ☐ 補聴器・補聴器の電池
- ☐ 薬・簡易応急手当キット
- ☐ マスク
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ ティッシュペーパー
- ☐ ウエットティッシュ
- ☐ 消毒スプレー
- ☐ 生理用品/オムツ
- ☐ マウスウォッシュ / 歯ブラシ / 歯磨き粉

