

文京区障害者地域自立支援協議会
令和7年度 第2回障害当事者部会 要点記録

【日時】 令和7年10月10日(金)9時55分～11時30分

【場所】 文京シビックセンター3階 障害者会館AB会議室

【出席者】 高山 直樹 (自立支援協議会 会長)
志村 健一 (自立支援協議会 副会長)
河野 孝志 (身体障害)
永野 栄一郎 (知的障害)
中山 雅美 (精神障害)
柳澤 由美子 (精神障害)
佐藤 留味江 (身体障害)
藤田 孝一 (精神障害)

【補助人】 関口 梓

【防災アドバイザー】 澤木 優輔 (NPO法人 日本防災環境 理事)
山岸 勇一郎 (NPO法人 日本防災環境 事務局長)

【事務局】 高谷、荒木田、河井、谷本、林、枝松(文京区障害者基幹相談支援センター)

【開会前に事務局からの連絡】

- ・出欠確認
- ・傍聴及び会議内容の公開について確認
- ・記録のため、会議内容の録音と写真撮影についての確認
- ・資料の確認

1. 開会挨拶

- ・自立支援協議会 会長より

2. 議題

- (1) 災害時の薬について(資料第2号)
- (2) 防災について(資料第1号、資料第3号)

【議事詳細】

(1) 災害時の薬について

- ・災害時における医薬品の取り扱いについて(事務局より説明)

文京区薬剤師会に災害時の薬剤師の役割と備蓄薬について質問したところ、災害時、薬剤師は、各々担当が割り振られている各避難所にある救護所で医師の指示を受ける。薬の備蓄に関しては、基本的に風邪薬等に限られており、抗精神病薬、高血圧の薬等、専門性の高い薬は備蓄されていない。専門性の高い薬に関しては資料第2号のとおり。

- ・災害時の薬の備蓄について(事務局より 資料第 2 号の説明)

◆質問・応答

【質問】お薬手帳の確認

- ・病院に行くときのファイルに入れているが、常に持ち歩いているわけではない。これからは常に携帯したい。
- ・普段持ち歩いていない。すぐに持ち出せるように準備したい。
- ・病院グッズの中に入れて常に携帯している。
- ・普段はグループホームの事務所にあり、受診時に持ち出している。
- ・病院に行くときには持っていく。お薬手帳があるかどうかで薬代が変わってくる。
- ・常に通勤バックに入れて持ち歩いている。また以前のお薬手帳は職場の避難袋に入れてある。

【質問】一日に薬は何錠くらい飲んでるか

個人情報につき、回答内容の詳細は省略するが、多岐にわたる専門薬の利用があることがわかった。

*皆さんにとって薬がいかに欠かせないものなのかがわかる。お薬手帳を持ち出せなかった場合、薬の成分や内容を皆さんが知っていることが助けになる。携帯の中に情報を入れておくことや手帳に薬のことを記した紙をばさんでおくこと、ヘルプカードの『薬』の記入欄に記しておくことも有効な工夫になる。

*災害時、お薬手帳と共に、7日分の薬を持ち出せるように準備しておいてほしい。薬がなくなる前に、7日分を意識して病院に行き処方を受けてほしい。

【質問】マイナンバーカードについて

- ・所持していて、健康保険証との紐づけもしている。
- *薬局にてマニュアル化協力を一度しておくこと、過去の情報も含めて全部管理されるようになる。お薬手帳が万が一なかった場合でもマイナンバーカードでわかる可能性がある。
- ・区の避難行動要支援者個別計画に薬の名前を記している。
- ・持っているが病院などでは使用したことはない。
- ・自宅にはあるが、使ったことがない。グループホームには預けることはできないため、資格証明書のみ預けている。
- ・マイナ保険証を使用していて、5年の更新もこの間行った。
- ・取得するかどうかわからない。
- ・所持しているが、仕組みがよくわからない。

*マイナンバーカードなら全国どこに行っても情報がわかる。お薬手帳のみではなく、マイナンバーカード、避難行動要支援者個別計画への記入、ヘルプカードに記しておくなど、いくつか確認できるツールを用意しておくことが必要かもしれない。

(2)防災について

- ・防災アドバイザー派遣事業について(事務局より 資料第3号参照)

文京区には、防災アドバイザー派遣事業があり、専門知識を持つ防災アドバイザーが防災訓練やセミナー企画のサポートしている。アドバイザーは普段、町内会の防災訓練企画や防災セミナーのサポートなどをしており、今回の部会では、文京区に派遣申請を行い、今回の事前打ち合わせが実現した。本番は次回(第3回当事者部会)に予定されており、防災訓練もしくは防災セミナーのような勉強会を企画する予定で、本日の目的は、防災アドバイザーから説明を受け、12月にどのような活動を行うかを検討することである。

◆防災アドバイザーより(資料第3号参照)

文京区にも事務所があるが、本部が横浜にあり、横浜の案件が多く、11年目となる。防災アドバイザーとして、自治会、学校、保育園、マンション管理組合などに、防災計画やBCPの監修、アドバイスも行っている。

【資料第3号の防災アドバイザーの活動写真についての説明】

- ・防災勉強会:ある老人施設の防災マニュアル(分厚い物)を、災害時、すぐに把握することが出来るように、本当に必要なものだけ伝えて、一枚もののチェックリストにすることを提案した。
- ・災害時の困り事ワークショップ:自治会において、災害時の困りごと(停電、断水、交通が止まるなど)を書き出して行って、どのように備えようかと話し合った。
- ・防災街歩きと避難訓練:町会と東京薬科大学がタイアップして、普段歩いている街の防災に対する課題や工夫を街歩きをしながら発見した。
- ・災害時情報整理・帰宅困難対応ワークショップ:災害時、緊急自動車を通すために、東京都の指示で、3日間通れなくなる道路があるが、その後、帰宅のためにどのような道を使えるのか、情報を集め、都心から千葉、埼玉に帰宅する際は膨大な人の流れができるため、そのことも考慮してシミュレーションを行った。
- ・災害用トイレの設置体験:災害時、自宅待機が出来る場合、災害用非常トイレ、備蓄食品、水が非常に大事になるが、非常用トイレは所持していても実際に使用したことがない方が多いため、凝固剤の使い方など体験使用してみた。一日の使用分(7~8つ)×家族の人数分×10日分は備蓄しておいた方が良い。
- ・電気を消してランタンなどで作業体験:ランタンライトは各部屋に有った方が良く、質よりも量が求められる。
- ・地元消防団と協力して消火栓放水:町会と地元の消防団の協力の中、障害者の方の放水体験と消火器の体験訓練を行った。
- ・建物の消防・防災設備等の研修:オフィスの中で屋内消火栓をどう使用するのかの説明を行った。
- ・災害対策本部模擬演習:学芸大学の先生方の災害対策本部の模擬演習で、台風と浸水を想定して、生徒たちをどのように留めて、何日後にどのような安全確認が出来たら生徒を帰すか、そのような模擬演習を行った。

【訓練内容についての提案 資料第3号参照】

- ① セミナー方式(講演型):避難経路・避難場所の確認、備蓄品の準備状況チェック、家族・施設・関係者との連絡方法の確認、通信手段が途絶した場合の代替手段、小中学校などの避難所生活での注意点、福祉避難所の活用方法等について
- ② 図上演習方式(質問形式):質問を出して、皆さん個々人でイメージして、考えていただく方法。
例としては、「指定避難場所や福祉避難所はどこにあるか」、「家族との連絡方法は何か」、「災害用伝言ダイヤル171について知っているのか」、「もし今夜震度5以上の地震が起きたら、まず何をするか」、「もし電気が止まったら」、「葉がなくなったら」など。

→個人で災害の種類ごとの備え(地震・津波・台風・豪雨・猛暑など)としてシミュレーションし、災害時の行動を具体的にイメージすることが図上演習としてとても大事である。

◆各当事者委員の意見(意見記入シート)

① 災害の時に不安なことはありますか？

- ・昼間職場に一人にいる時に、近所は頼れるのか、声掛けできるのか。また道路がどのような状態になっているのか、避難所にどのように向かうのか。
- ・一人暮らしなので、誰を頼ったらよいのか、合鍵を兄弟の何人かに渡して、有事の際は来てもらえるようにしている。三階に住んでいるため、エレベーターが止まったらどうしたらよいのか。また携帯電話が使えなくなった時、どのように連絡したらよいのか。トイレや薬、また車いすでの移動などに不安がある。
- ・不安なことは、逃げられるのかどうか、情報がわかるかどうか。
- ・全部が不安。AI に聞くと、障害者であるかどうかは関係なく、皆共通に不安がある。生き残れるかどうかの、命の不安が一番。障害についての話は生き残った時の話で、精神障害の部分については生き残ってから判断が必要になってくると思う。築年数が古い木造家屋に住んでいることや電気などのライフラインも不安だが、一番はやはり命の不安。
- ・パニック障害があるので、慌てずに訓練のように行動できるかが不安。また薬の心配があり、常にある場所を確認することや持参することを考えている。マイナンバーカードも作ってみようかと思っている。
- ・避難所での生活が不安、冷静に逃げられるかも心配している。防災リュックの中身はどのような物をいれておけばよいか不安。

② 災害の時(地震、台風、水害、火災)のため、普段からどのような備えをしていますか？

- ・水、缶詰、カップ麺、携帯トイレを幾日分か備蓄している。水害に対してはあまり考えておらず、どうしたらよいのかわからない。
- ・備蓄(10 日以上の水、インスタント食品)をしており、賞味期限の見直しもしている。文京区の方から災害グッズ(簡易トイレ、懐中電灯など)を袋で送っていただいたので、それを持ち出せるように準備している。
- ・携帯ラジオを持っている。
- ・台風水害はノーマーク。AI が活躍してくれるのではと思う。災害グッズ、お薬手帳を用意していて、家具の配置も考えている。また災害を常にイメージしているが、その分、旅行、海水浴などが楽しめない。文京区の防災フェアの起震車(震度 7 の体験)に地震に慣れるため毎年のように乗り、大地震の経験者の話を聴いたりしている。また先日、国営の「そなエリア」に行った。災害の時に政府の機能の一部が移るようになっており、そういった場所への見学なども大切だと思う。火災保険に入っている。
- ・グループホームにある災害ボックスにそれなりのものが入っているが、もうすぐ一人暮らしになるので、そのようなものが用意できるのか不安。また災害用伝言ダイヤル 171 の練習を行った。
- ・部屋の整理と避難する道を作っておくこと。

③ 災害に備えて、訓練したい内容はありますか？

- ・避難所のベッドや区分けはどうなっているのか、トイレの状況、水などの配給はどうなるのか、掲示板の内容が読めないため、言葉で伝えてほしいが避難所の方が対応してくれるのか不安。また、そういった体験ができるのであれば行ってみたい。
- ・避難訓練を実際にやってみたい。自宅から避難所に行ってみることや、エレベーターが止まった時の移動方法の訓練、簡易トイレの体験、停電になった時のシミュレーションを行ってみたい。

- ・グループホームで逃げる訓練をしている。
- ・これは訓練です、と言わずに防災無線を流して、架空の災害体験を行ってみたい。
- ・実施訓練が出来たら一番と思うが、難しいのなら、シミュレーションだけでもとても良いと思う。
- ・以前消火器の練習をしたことがあったが、消火器の取り扱い方をもう一度をきちんと学んでおきたい。避難所までの経路を実際に歩いてみたい。

*皆さんの不安なことを聞いて大変参考になった。

皆さんの不安なことを質問形式で一つ一つ答える形が良いのではないかと。避難所への不安が出ていたが、避難所は感染症の流行や避難できる人数制限もあり、大変なことが多い。むしろ、洪水などで氾濫したなどは除くが、建物が大丈夫なら、自宅で待機をすること、サバイバルを考えていただいた方がよいのではないかと。先ほどの質問で今日の夜、自宅にいる時に地震が起こった時にどうするのか、とあったが、寝室には何も置かない、物が落ちてこないように工夫する、落ちてこない場所で寝る、その上で、身近に防災グッズ、保険証、マイナンバーカードなどを置いておくことや、すぐに一人でも出せるように工夫しておくことが大事である。支援者は必ず来てくれる、だからこそ、支援者が来て、ノックしたとき、大丈夫ですよと受け答えができるよう、備えをしていただきたい。またグループホームではBCPプランが義務づけられており、職員の体制やサバイバルのために必要なことを考えていかなければならない。例えばポータブル電源は高価だが、明かりがあるだけで夜の不安は消えていく、だからこそ、なんとかして手に入れる方法はないのかなど、この機会を通して、足りないこと、現状できていないことを出来るようにしていただけたら一番良いと思う。

*当事者委員の方々の回答を通じて、不安や意見には共通点もあるが、障害や居住地などによる違いもあることが分かった。訓練をすぐに行うよりも、まずは当事者委員の意見や不安を付箋に書き出し、模造紙に貼った上で、日本防災環境からの助言や質問を受けながら、共通項、各々の障害及び立地条件を確認し、課題を浮き彫りにしていくこと。その上で、当事者部会として情報を整理して、2月の全体会で発表するなどして、発信していくことが必要なことだと感じる。口頭だけでなく、形に残る方法で意見を整理・発信することが望ましいと感じている。

*文京区から配られる防災バッグ(カタログから選ぶ)は、中身の違いがあり、どのような物が必要なのか、避難所か自宅かにもよるが、それに対するアドバイスや確認が必要。また皆さんと同じように簡易トイレを使用したことがない。

*11月1日に、地元の小学校で児童館の方々と共に、消防署の方に来ていただいて防災キャンプを行う予定。消火器などの訓練を行い、その後、体操マットと段ボールを用いて寝てみる、という親子で体育館に宿泊する体験(毛布持参)を予定しているが、17時には非常食を配って、子供にとって朝まで何も食べない体験となる。すでに夜食の必要性が意見として挙がってきているが、その他にも疑問やアドバイスをいただけたらと思う。

3 閉会の挨拶

・自立支援協議会 会長 より

高台にある東洋大学は、避難所になる可能性が高く、学生たちが防災のための企画、啓発を行っており、教職員と一緒に、夜大学に泊まって、食事を作って、段ボールベッドで寝たりしている。トイレもたくさんあり、大小の教室もある。皆さんも一緒に、そのような活動に参加いただいて、大学の設備や役割、機能などに関して、色々な

意見が皆さんの中から出てくると良いなと思っている。また、まず東洋大学がそういった大学活用の可能性を示していく中で、他の大学にも広がっていくこともあり得る。

そのような意味で、皆さんは、当事者部会として、この5年間、発信してきた。特に防災関係において、薬の確保などについての皆さんの意見が、区民の人たちにとっても安心できる地域の基準となりうる。日本防災環境の方々にアドバイスを受けつつ、当事者部会として、皆さんの意見を、付箋や模造紙などを用いて整理し、形にして発信のベースを作っていく、「文京区らしい防災」を考えて行く必要がある。

他方、自助、共助、公助があるが、特に自助に関する整理が必要である。お薬手帳やマイナンバーカード、それらの保管、持ち出し方法、自分の健康や薬についての理解、お薬手帳以外の薬の確認方法の開発など、整理できると良い。共助に関しては、地域・文京区との連携、本日傍聴に来られているが、社会福祉協議会との連携、これまでも関わってきた民生委員との連携が大事である。またこれら以外の必要なこと、恒常的なところにおいては、国、東京都、文京区に提言していく必要がある。皆さんも色々な提案があれば、事務局に寄せていただきたい。

4 事務連絡

- ・第三回当事者部会日程:12月15日(月)午前10時から、シビックセンター5階C会議室を予定。