

# 要配慮者を守ろう

## 《高齢者や障害者を災害から守るために》

令和3年1月1日時点での東京消防庁管内（稲城市及び島しょ地域を除く東京都全域）における65歳以上の方（以下「高齢者」という。）は 3,082,943 人で、当庁管内人口13,181,642人の 23.4% を占めています。高齢者人口は今後も急速に増加し、超高齢社会がさらに進展することが予想されており、高齢者に関する防火防災対策の強化がますます重要になっています。また、障害者においても、災害時の自力避難が困難なため、高齢者と同様に防火防災上の支援が不可欠です。

こうした状況の中、当庁では、高齢者や障害者等のうち災害への対応力が弱く、災害時に支援を必要とする方々の安全対策に係る各種取組を推進しています。



※参考資料：住民基本台帳による東京都の世帯と人口（町丁別・年齢別）令和3年1月

## 《住まいの防火防災診断》

令和2年中に当庁管内で発生した住宅火災による死者71人のうち、高齢者は53人（74.6%）と、7割を超えており、高齢者の居住環境の安全化を図ることが、火災による犠牲者を減らすために必要不可欠です。



高齢者に対する住まいの防火防災診断の様子  
（画像を一部加工しています。）

当庁では、高齢者や障害者などの要配慮者世帯を対象として、ご本人の了解を得た上で消防職員が対象者のお宅を戸別に訪問し、火災・地震・日常生活事故等について危険な箇所があるかどうかを直接見て確認し、改善に関するアドバイスを行う「住まいの防火防災診断」という取組を行っています。

この取組は消防署だけではなく、各区市町村、地域包括支援センターや民生児童委員などの関係機関と連携し、診断を受ける方の情報共有や、診断への同行、また、診断後は区市町村が行っている防災用品等の助成事業を活用した危険箇所の改善など、地域が一体となって取り組んでいます。

明日来るかもしれない災害に備えることが、ご自身やご家族の安全を守ることに繋がります。診断を受けて、お住まいの状況に合わせて、備えるべき内容を事前に確認しておきましょう。

なお、当庁では、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策を講じた上で診断を実施しています。

### 《安否確認や避難支援を取り入れた防火防災訓練》

大地震等の大規模災害が発生したときの行動として、自分の身は自分で守る「自助」及び地域の中でご近所同士が助け合う「共助」の考え方に基づく地域の防災力の向上を、各種訓練等を通じて積極的に推進しています。

そうした中、支援や配慮が必要となる高齢者や障害者等の方々を大規模災害から守るためには、平時の訓練の中に安否確認要領や避難支援要領などの対応訓練を取り入れることが重要です。

各消防署では、管内にある障害者団体や町会・自治会等に積極的に訓練実施の働きかけを行い、互いが互いの存在を認識し、有事の際には、支援が必要な方々の避難を地域住民が支援するなど、地域の防災行動力の向上を推進しています。



### 《啓発資料 「地震から命を守る『7つの問いかけ』」》

防火防災訓練、防災講話等の際に、各消防署が配布しているパンフレット「地震から命を守る『7つの問いかけ』」は、災害時に支援や配慮が必要となる方々の防災行動力向上を目的として、災害発生時に想定されるリスクや対応策（備えと行動）について、時系列に沿って設定した7区分ごとに整理し、本人及びその支援者に分かり易く記載した資料です。問いかけ方式で気づきと自主的な取り組みを促しています。

当庁ホームページの「安全・安心情報」⇒「防災」⇒「地震から命を守る『7つの問いかけ』」について」のページで詳細を掲載しています。

リンク先：[https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou\\_topic/7\\_toi/index.html](https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/bou_topic/7_toi/index.html)



## 「地震への備え チェックリスト」

自分の身を守るために必要な準備や持ち物にチェック  し、どんな方法が  
よいか考えて、メモ欄にくわしく書いてみましょう。

	身を守るのに必要なことにチェック <input checked="" type="checkbox"/>	メモ欄(方法をくわしく)
地震時の行動	<b>問いかけ① ゆれから身を守ることができますか？</b>	
	<input type="checkbox"/> 身を守る訓練 <input type="checkbox"/> 家具類を置かない安全なスペースづくり <input type="checkbox"/> 家具類の安全な配置 <input type="checkbox"/> 家具類の転倒・落下・移動防止 <input type="checkbox"/> 建物の耐震化、免震化	
	<b>問いかけ② ゆれの後、危険に気づくことができますか？</b>	
	<input type="checkbox"/> ケガを防ぐ対策の準備(手袋、上ばきなど) <input type="checkbox"/> 笛など助けを呼ぶための備え	
	<b>問いかけ③ 自分で、火を消すことができますか？</b>	
<input type="checkbox"/> こんろやストーブなどのまわりに燃えやすいものを置かない <input type="checkbox"/> 燃えにくいカーテンやエプロン(防災品)などの活用 <input type="checkbox"/> 消火器具などの準備 <input type="checkbox"/> 消火訓練・通報訓練		
	<b>問いかけ④ 大切な情報を、知ることができますか？</b>	
	<input type="checkbox"/> 災害時に状況を知らせてくれる人づきあい <input type="checkbox"/> 情報を得る道具の準備(テレビ、ラジオ、パソコンなど) <input type="checkbox"/> 相手に伝える道具の準備(筆談器具など) <input type="checkbox"/> 「支援や配慮が必要なこと」を示すマークの携帯(ヘルプカード、ヘルプマークなど)	
地震後の行動	<b>問いかけ⑤ 頼れる人と、連絡をとることができますか？</b>	
	<input type="checkbox"/> 2つ以上の連絡手段の準備 <input type="checkbox"/> 安否確認の練習 <input type="checkbox"/> 連絡先リストの作成 <input type="checkbox"/> 緊急時の連絡に必要なことをまとめておき持ち歩く	
	<b>問いかけ⑥ 命にかかわる大切なものは何ですか？</b>	
	<input type="checkbox"/> 薬、医療機器、アレルギー対応食品などの準備 <input type="checkbox"/> 必要な薬のリストの作成 <input type="checkbox"/> かかりつけ医療機関への災害時の対応の相談	
	<b>問いかけ⑦ 安全に避難することができますか？</b>	
<input type="checkbox"/> 安全な避難経路、避難場所、避難方法の確認 <input type="checkbox"/> 避難を手助けしてもらえる人づきあい <input type="checkbox"/> 非常持ち出し品の準備 <input type="checkbox"/> 避難訓練への参加		

当庁では今後も積極的に、災害時に支援や配慮が必要となる方々に対する安全対策を推進していきます。今回紹介した、住まいの防火防災診断、安否確認や避難支援等の対応を取り入れた防火防災訓練、啓発資料「地震から命を守る『7つの問いかけ』」についての詳しい内容は、お近くの消防署にお問合せください。



## 《高齢者のころぶ事故を防ごう》

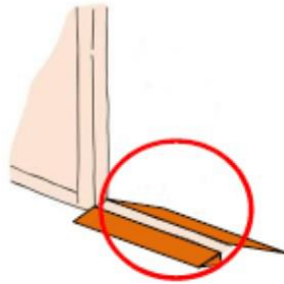
当庁管内では令和元年中、転倒した際に受傷する事故（以下「ころぶ事故」という。）により約6万人の高齢者が救急搬送されています。ころぶ事故は、高齢者の日常生活事故のうち約8割\*を占めています。

原因の多くは、家の中の小さな段差や階段などです。高齢者は若い人と比べ、ころんだ際に重症化しやすく、寝たきりになる場合もあります。 ※その他・不明を除く

### 事故防止の心得

- 立ち上がるときには、近くのものにしっかりとつかましましょう。
- 着替えるときには、無理して片足立ちせずに腰かけましょう。
- 乗り物に乗り降りするときには、足元の段差に気を付けましょう。
- 自転車で段差を乗り越えるときには、急がずあわてず慎重に乗り越えましょう。
- エスカレーターに乗るときは、しっかりと手すりをつかみましよう。

スロープをつけて  
段差を解消するの  
ひとつの方法です。



### 高齢者の日常生活事故防止動画



東京消防庁  
マスコットキャラクター  
キュータ

こちらから  
ご覧になれます。



屋内編



屋外編

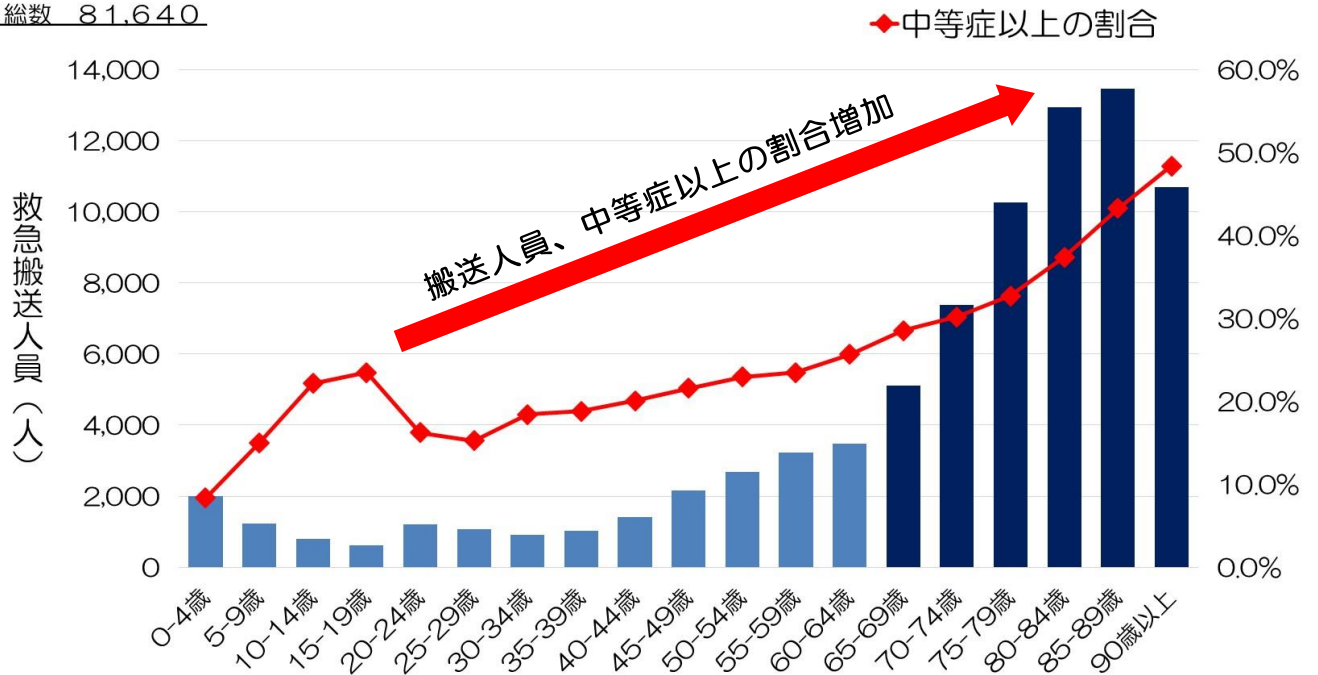


(YouTube 東京消防庁公式チャンネル)

◆ 心臓病事故の救急搬送人員と中等症<sup>※</sup>以上の割合（令和元年中）

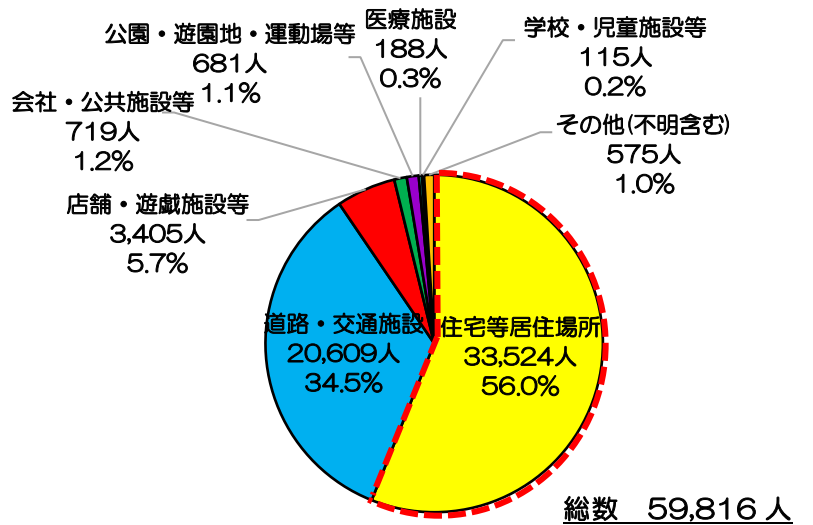
※ 生命に危険はないが入院を要するもの

総数 81,640



◆ 心臓病事故の発生場所（令和元年中）

心臓病事故の約半数以上が家の中で発生しています。



◆ 症状の程度別救急搬送人員（令和元年中）

約4割が中等症以上！

