



親子参加型避難所体験プログラムに参加して

「いざと云う時に混乱しないため避難所体験に参加しました。」

3月20日、荒川区立障害者福祉会館アクロスあらかわにて知的障がいの方の親子四組と共に避難所体験のプログラムに参加しました。

「子どもの秘密基地のようです。」

まずはテント（パーテーション）の組み立てです。高さ140cmの4㎡の居住空間があつと言う間に出来上がりました。

このテント内には簡易ベッド一つと横にエアマットや寝袋が置くことができます。



エアマットは自転車の空気入れを使用して作成します。天井がないので閉塞感がなく、靴を脱いで入ると秘密基地に入ったような感じがします。ファスナーは内外で閉められ、車イスの方もそのまま入れる入口です。プラバシーが守られることが落



ち着きました。

小さく収納された簡易ベッドもすぐに組み立てができ、高齢者の方の起き上がりもスムーズな高さになっていました。ランタンの灯が消灯したテント内の静けさを照らしました。

「保存期間25年の防災食」

保存期間5年の保存水で六人分のリゾットができる缶詰を卓上コンロで調理しました。値段も高いのですが、保存期間が25年と長く結婚祝いに使えそうな感じでした。そのままでも食する事ができ、



ベビースターラーメンのような感触でした。紙皿に盛られたリゾットの味付けは濃厚でしたが、野菜も入っており栄養豊富で温かく食が進みました。

「経験が糧になる」

知的障がいであることは見た目には判らない障がいです。その方によって障がいの度合いは千差万別です。抽象的なことは伝わり辛い方が多いので、いざ避難所生活になったら戸惑いも多いと思います。でもこのような体験を繰り返す行



ことで落ち着いて行動できるのではないかと参加された親の方が話されておりました。

主催者と参加者の「やっであげる」「やっでもらう」という感じでなく、段差のない自然な関係が知的障がいの方たち心地よく、組み立て作業も自然と手が出て協力されたのではないかと思えます。

避難所には老若男女、障がいのある方、認知症の方、色々な方が不安を抱えて来ます。その時にお互いがストレスを溜めずに過ごせる空間や時間を過ごすには、今回のような避難所体験などで共助の経験を積むことが大事ではないかと思えました。

「荒川区内に14カ所の高齢者福祉避難所と13カ所の障がい者福祉避難所があります。」

荒川区の福祉避難所は地震の時のみ開設予定です。（水害時は低い階にある建物が多いため、開設が難しいためです。）

テントは各施設に保管しておりますが、汐入ふれあい館のみ保管場所の関係で別の場所にテントを保管しています。高齢者福祉避難所の受け入れは要介護度が4と5の方になっております。