

◎自閉症や発達障害の人への、災害避難所での支援

自閉症の人の中には知的障害をもつ人もいます。その状態によって支援の中身や方法は工夫が要ります。知的障害のない自閉症や発達障害の人は、一見異常がないように見えるかもしれませんが、支援が必要です。

◆自閉症・発達障害の人の特性と留意点

- ・コミュニケーションが難しい→（ことばが出る人でも）困っていることを伝えられない
- ・人との関係をうまく取れない→集団行動をとりにくい、避難所になじめない
- ・変更が弱い→予定の変更や、場所の変更を受け入れられない。避難所になじめない
- ・いつもと違う状況で不安になる→大きな声を出したり、飛び跳ねたりするかもしれません。また、パニック状態になることがあるかもしれません。

◆支援の具体的な例

1、予定（スケジュール）が変わる時

まず今の予定表を、目に見える表にして確認します。文字や絵で予定（スケジュール）を示してあげると理解の助けになります。その上で、その予定のどの部分が、いつ、どのように変わるかを、切り貼りしながら伝えます。ことばで言うだけでなく、文字や絵、わかりやすい身ぶりで示すことが有効です。変更があつてどのようになるのか、見通しをもてるようにすることが大事です。

2、場所を変える

予定が変わるときと、基本的に同じです。

3、食べ物・飲み物などほしいものを選ぶ

こだわりがあり、限られたものしか受け付けない人が一部います。家族と相談しながら実物を示して、ほしいものを選んでもらってください。本人が試しに手に取ったり、味見することが思わぬ発見になることがあります。

避難所では選ぶ余裕などないでしょうが、新しい資材が入った時に根気よく試してみてください。見た目や香辛料がちょっと違っただけで、受け付けることもあります。

4、仕切を作る

刺激が多すぎると混乱することがあるので、段ボールなどで仕切をつくってあげるとよいかもしれません。大きな音や声、泣き声などが苦手なら、耳当てが有効です。

体育館などでは音が響きますが、そうした音響は特に苦手です。

◆パニック状態になったとき

不安の表れです。まずその気持ちを理解し、寄り添う心がけが大切です。気持ちを切り替えられるよう、支援します。場所を変えるとか、何か興味を引くものを示す、などです。「だいじょうぶ」と落ち着いた声で短くことばをかけ、安全な場所に一緒に移動してください。10分、20分と少し時間がかかります。

何がパニックの原因（きっかけ）かを、理解することが大事です。原因がほんの少し改善しただけで、収まることがあります。

大きな声で、たたみかけるようにことばをかけると、かえって混乱します。ことばの理解が難しい人はもちろんですが、落ち着いているときには十分理解できる人でも、混乱しているときは通じない場合があります

◆自閉症については以下のサイトで詳しい情報が得られます。

[「日本自閉症協会」](http://www.autism.or.jp/cgi-bin/saigai/) <<http://www.autism.or.jp/cgi-bin/saigai/>>