

避難所で生活する高齢者が抱える問題とその対策

災害時において、高齢者は、避難生活による環境の変化で体調を崩したり、病状が悪化する傾向があります。

このため、命を守り、心身の健康状態を保つためには、被災した高齢者に対して周囲の支援者が積極的にかかわりをもってケアをする必要があります。

①食事

課 題	対 策 (例)
<ul style="list-style-type: none"> ・避難所で支給される食事が普段食べ慣れていないものになる。 ・災害によるストレス等から食欲が低下し、栄養状態が悪化する恐れがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者が摂取しやすい食事を提供する。 ・栄養状態の悪化が懸念される場合は高カロリー食品の補給、場合によっては医療機関等へつなげることを検討する。

②健康

課 題	対 策 (例)
<ul style="list-style-type: none"> ・栄養や水分の摂取不足、普段とは異なる環境での生活により大きなストレスを感じ、容易に健康状態が悪化する恐れがある。 ・避難所生活で身体を動かす機会が少なくなり、身体機能の低下や、エコノミークラス症候群を発症する恐れがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・巡回健康相談の実施による状況把握を実施し、必要に応じて医療機関等へつなげる。 ・軽い運動やラジオ体操等身体を動かす機会を設ける。

③情報

課 題	対 策 (例)
<ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーション不足や情報ツールが使えないことに伴い、様々な情報を取得できず、適切な支援を受けることができない恐れがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者への確実な情報伝達を行うとともに情報が伝わっているかどうかの確認を行う。

※平時の準備については、別紙「高齢者のための災害時の備え」を参照してください。