

# 難病患者・家族のための 災害対応マニュアル

## 目次

### 平常時から準備しておくこと

- |   |            |   |
|---|------------|---|
| 1 | 生活環境に関すること | 1 |
| 2 | 治療に関すること   | 5 |
| 3 | 避難に関すること   | 7 |

### 災害別の対策

- |   |           |   |
|---|-----------|---|
| 1 | 台風（風水害）対策 | 8 |
| 2 | 地震・津波対策   | 9 |

### 状態別の対策

- |   |               |    |
|---|---------------|----|
| 1 | 移動が困難な方       | 11 |
| 2 | 目や耳が不自由な方     | 12 |
| 3 | 在宅酸素療法をしている方  | 13 |
| 4 | 人工呼吸器を装着している方 | 14 |
| 5 | 食事に配慮が必要な方    | 16 |

### その他

- |   |             |    |
|---|-------------|----|
| 1 | 防災対策チェックリスト | 17 |
| 2 | 行政窓口        | 18 |

平成 26 年 3 月

香川県

## はじめに

地震や津波あるいは台風等の災害時には、停電や断水、通信手段や公共交通機関の不通等、極めて厳しい生活状況となります。

万一災害が発生した場合、運動機能障害がある、人工呼吸器を使用している、あるいは特別な医薬品の使用等を必要とする難病患者は、救助の手が届くまで、必要な治療や処置をどう維持するかが問題となります。

救援体制が整うには最低3日間を要すると言われています。被災から3日間は、自分の身は自分で守る（自助）、隣近所等の地域社会で助け合う（共助）という意識を持ち、災害への備えをしておくことが大切です。

香川県では、平成17年度に「災害時の対応方法」を作成し災害対策に取り組んできましたが、その後、他県で発生した大規模地震等において、様々な課題が明らかになったため、マニュアルの見直しを行いました。

このマニュアルが、災害時の対応を話し合ってくださいきっかけとなれば幸いです。実際に準備を始めるときは、主治医や医療機器取扱業者等の関係者に相談しながら進めてください。



マニュアルは  
県のホームページで  
ご覧になれます

健康福祉

医療・くすり

がん・難病

香川県難病対策  
連絡協議会

URL : <http://www.pref.kagawa.lg.jp/kenkosomu/nanbyo/>



## 家庭内での防災会議

災害が起きた時、あわてずに行動できるように、日頃から避難場所や避難所、連絡方法について話し合っておきましょう。

## 避難経路を実際に歩いてみる

自宅周辺の浸水範囲、土砂災害危険地域、過去に発生した災害等、地域の危険性について、市町が作成しているハザードマップ<sup>※</sup>等を活用しながら情報を収集しておきましょう。



## ※ ハザードマップとは？

災害予測図のことをいいます。

それ以外にも、自分たちの町の過去の災害や危険地域を把握し、避難場所や避難所までの最も安全な避難経路を確認し、いのちの手帳（マニュアル5P）に記入しておきましょう。

## 福祉避難所とは？ 一般の避難所との違いは？

市町が設置する、要配慮者のために特別の配慮がなされた避難所のことです。市町は、老人福祉センター、障害福祉施設および特別支援学校等の施設の一部を、福祉避難所として指定する等、整備をしています。

福祉避難所の対象者は、一般の避難所では生活することが困難な特別な配慮を要する方です。



災害時の連絡手段の確保

災害時の連絡手段として、NTT 災害用伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板サービス（携帯電話のメール伝言板）の使用方法を確認しておきましょう。

災害用伝言ダイヤル「171」

NTTでは、大規模災害が発生して電話が混乱したときに、安否確認や避難場所の連絡手段としての災害用伝言ダイヤルを実施しています。被災地の方が、自宅の電話番号宛に安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国から音声を再生することができます。

伝言の録音方法

- ①    にダイヤルする
- ② 録音する場合は  暗証番号を利用する録音は
- ③ (     )     -     ※

伝言の再生方法

- ①    にダイヤルする
- ② 再生する場合は  暗証番号を利用する再生は
- ③ (     )     -     ※

※ 被災地の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。被災地内の方も、市外局番が必要です。

〔NTT西日本 クイックマニュアル〕より引用

災害用伝言板サービス

携帯電話・PHS事業者は、災害時に安否確認に利用できる災害用伝言板サービスを実施しています。

携帯電話・PHSのインターネット接続機能で、被災地の方が伝言を文字によって登録し、携帯電話・PHSの電話番号をもとにして全国から伝言を確認できます。

※災害用伝言ダイヤル「171」、災害用伝言板サービスの体験ができるように「体験利用日」が設定されているので、平常時に体験しておきましょう。

【 体験利用日 】

- 毎月1日と15日 ( 0時 ~ 24時 )
- 正月三が日 (1月1日 0時 ~ 1月3日 24時)
- 防災週間 (8月30日 9時 ~ 9月5日 17時)
- 防災とボランティア週間 (1月15日 9時 ~ 1月21日 17時)

自宅の周囲、家屋や室内の危険箇所を確認し、家屋の耐震化等を含め、修理や補強をしておきましょう。昭和56年5月以前に建てられた家については、耐震診断を受けてみましょう。

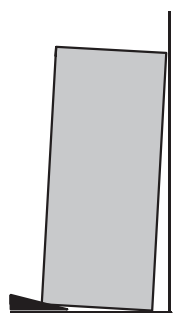
詳しくは、香川県のホームページ

(<http://www.pref.kagawa.lg.jp/jutaku/taishinhojyo/>) をご参照ください。なお、耐震診断等にかかる補助制度については、お住まいの市町へお問合せください。

室内でけがをしないよう、大きな家具等には転倒防止策を施しておきましょう。

### 【家具の転倒防止策の例】

家具の上に物を置かない、自分の家や家具に合った方法で固定する等、安全な家具の置き方・使い方をしましょう。



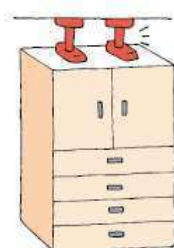
後ろもたれ気味に置く。



●固定型



●吊り下げ型



●突っ張り型

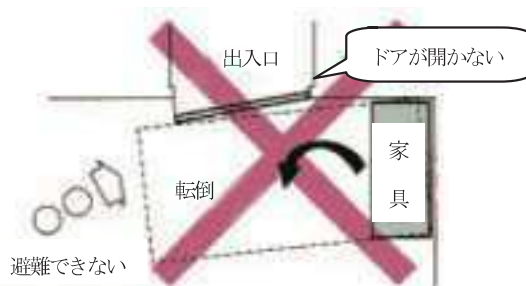


●踏ん張り型

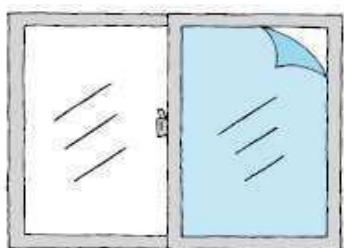
転倒防止金具等で固定する。

また、避難のための経路がふさがれないよう、家具等の配置を見直しましょう。

特にベッド上生活の患者や精密な医療機器を使用する患者の周辺は、地震で物が落下したり、転倒してきたりすると、けがや医療機器の故障につながります。



ベッドの周囲は整理整頓し、その周辺にタンス等は置かないようにしましょう。



- ・ガラスが割れても飛び散らないように、カーテンを閉める、窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る。
- ・負傷防止のために、枕元に靴・軍手等を用意しておく。

## 非常持ち出し品チェックリスト

生活必需品は、最低3日分をすぐに持ち出せるよう1箇所にまとめ、防水素材のリュック等に入れ、1年に1度は、内容を確認しましょう。持ち出しやすいように戸外の倉庫等に保管するのもひとつの方法です。

### 1 基本品名

分類	チェック	品名
バッグ	<input type="checkbox"/>	非常持ち出し袋
飲食	<input type="checkbox"/>	飲料水、乾パン等
	<input type="checkbox"/>	簡易食器（割箸、紙皿）
装備	<input type="checkbox"/>	ヘルメット、帽子等
	<input type="checkbox"/>	手袋
	<input type="checkbox"/>	運動靴
	<input type="checkbox"/>	雨具
	<input type="checkbox"/>	懐中電灯、笛
道具	<input type="checkbox"/>	ハサミ、ナイフ等
	<input type="checkbox"/>	ロープ
情報	<input type="checkbox"/>	携帯ラジオ
	<input type="checkbox"/>	いのちの手帳、お薬手帳
	<input type="checkbox"/>	身分証明書（コピー）
	<input type="checkbox"/>	筆記用具（メモ帳とペン）
	<input type="checkbox"/>	油性マジック（太）
	<input type="checkbox"/>	現金（10円玉）

分類	チェック	品名
救急	<input type="checkbox"/>	救急袋（消毒薬、ガーゼ（滅菌）等）
	<input type="checkbox"/>	毛抜き
	<input type="checkbox"/>	持病薬・常備薬
衛生	<input type="checkbox"/>	マスク
	<input type="checkbox"/>	簡易トイレ
	<input type="checkbox"/>	ティッシュペーパー トイレットペーパー
	<input type="checkbox"/>	ウエットティッシュ
防寒	<input type="checkbox"/>	使い捨てカイロ
	<input type="checkbox"/>	サバイバルブランケット （非常用の軽量簡易防寒具）
その他	<input type="checkbox"/>	下着、タオル
	<input type="checkbox"/>	安全ピン
	<input type="checkbox"/>	ポリ袋、ビニールシート
	<input type="checkbox"/>	ライター
	<input type="checkbox"/>	布ガムテープ
	<input type="checkbox"/>	（ ）

### 2 個別に検討する品名

分類	チェック	品名
貴重品	<input type="checkbox"/>	予備鍵（家、車等）
	<input type="checkbox"/>	メガネ、コンタクトレンズ
	<input type="checkbox"/>	通帳、健康保険証（コピー）
	<input type="checkbox"/>	印鑑

分類	チェック	品名
女性	<input type="checkbox"/>	生理用品
	<input type="checkbox"/>	防犯ブザー
	<input type="checkbox"/>	くし、鏡
	<input type="checkbox"/>	化粧品
	<input type="checkbox"/>	髪の毛を束ねるゴム

分類	チェック	品名
高齢者	<input type="checkbox"/>	紙おむつ
	<input type="checkbox"/>	入れ歯
	<input type="checkbox"/>	補聴器

分類	チェック	品名
乳幼児	<input type="checkbox"/>	粉ミルク、哺乳瓶、離乳食
	<input type="checkbox"/>	清浄綿、バスタオル
	<input type="checkbox"/>	紙おむつ、おしりふき
	<input type="checkbox"/>	だっこ紐
	<input type="checkbox"/>	母子健康手帳



（参考：阪神淡路大震災記念 人と防災未来センター）

## 2

## 治療に関すること



平常時から準備しておくこと

### 病状等を伝えるための手帳等の準備

香川県では特定疾患医療受給者証をお持ちの方が災害時にも療養が継続できる手助けになるように「いのちの手帳」を作成し、配布しています。

「いのちの手帳」や「お薬手帳」に緊急時の対応や薬の情報（薬剤名・処方量・回数・薬局名）を記載しておきましょう。

記載内容に変更があった場合は、その都度、修正し、コピーを非常持ち出し袋に入れておく等、準備しておきましょう。



### 治療の継続

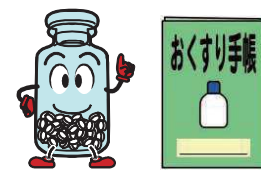
主治医との連絡方法や災害時の対応について、事前に確認しておきましょう。

また、災害時には、普段受診していない医療機関を受診する可能性もあるため、病状や治療内容を適切に伝えられるよう「いのちの手帳」等を準備しておきましょう。

### 薬の備蓄

災害の状況によっては、薬が不足する可能性があるため、日頃から主治医等と相談し、毎日服用している薬は3日分（できれば1週間分）は常備しておきましょう。

中断により重症化や生命に危険がおよぶ薬剤として、インスリン、副腎皮質ステロイド薬、抗けいれん薬、抗パーキンソン病薬等があります。



使用している薬剤名やその効用、副作用、中断したときに起こる症状を記録しておきましょう。

### 医療機器・衛生材料の準備

人工呼吸器、酸素濃縮器等を使用するために必要な物品を確認・準備し、安全な場所にまとめて保管し、定期的に保守点検を受けておきましょう。



## その他

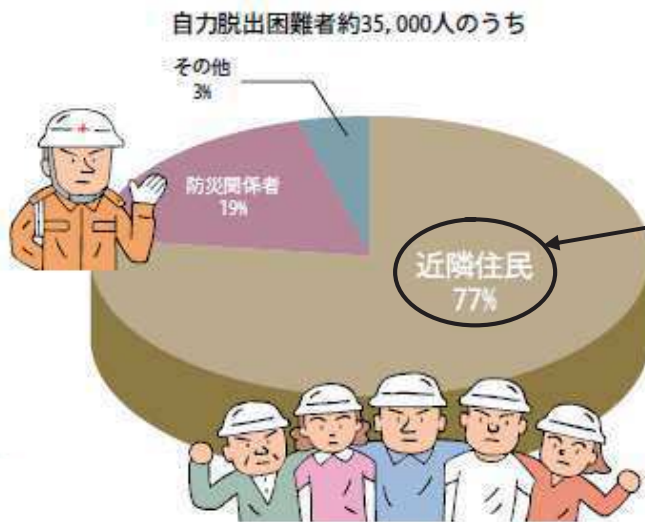
- 自動車は、緊急時の移動手段として、また、シガーライターソケットからコンセント変換アダプターを通して電源を供給することにも利用できますが、ガソリンがないと動きません。常にガソリン残量について注意しておきましょう。
- 停電に備え、暖房器具等については、石油ストーブ等の電気を使用しないものも準備しておきましょう。

## 助け合う体制づくり

向こう三軒両隣等、助け合う体制づくりをしておきましょう。



## 阪神・淡路大震災で、多くの命を助けたご近所の力



阪神・淡路大震災では、15万人の人が生き埋めになりました。そのうち11万5千人は自力で脱出。

自力で脱出が困難であった3万5千人の77%がご近所のみなさんによって救出されました。

救援を待つのではなく、『自分たちで素早く動く』その行動が多くの命を救ったのです。

## 自らの情報発信

- 避難について不安や心配がある場合は、保健所・市町や主治医、介護保険をご利用の方は居宅介護支援事業所にも相談する等、自ら支援を求めましょう。
- 市町の避難行動要支援者名簿に登録を行い、災害時や緊急時の安否確認の方法等を情報提供しておくように努めましょう。詳しくはお住まいの市町にお問合せください。

## 防災訓練への参加

- 地域（自主防災組織）や職場等の避難訓練にはできるだけ参加し、避難場所や避難所、避難経路を確認しましょう。
- 避難訓練の機会を利用して、日頃から近隣住民とのコミュニケーションを深めておきましょう。

近年、全国各地で大雨の被害が相次いでいます。ごく限られた範囲に、短時間に、極めて大量の雨が降ると、大きな被害をもたらします。

台風だけでなく、こうした大雨にも注意を払いましょう。



### 「集中豪雨」はどのようなときに発生する？

- ・日本付近に前線が停滞しているとき（特に梅雨期の終わり頃）
- ・台風が日本へ近づいているときや台風が上陸したとき
- ・大気的不安定な状態が続き、次々と雷雲が発生するとき

### 台風（風水害）に備える

- 停電しても気象情報を確認できるよう、電池式のラジオ等を準備しておきましょう。
- 情報収集  
テレビやラジオ等から、注意報・警報・大雨情報等をこまめに確認して、常に最新情報を入手するようにしましょう。  
携帯電話等の「防災情報メール」に登録しておく、テレビやラジオのない外出先でも、避難情報がすばやくキャッチできるので安心です。



26年4月より

### 「防災情報メール」配信開始！

市町が発表した避難勧告や気象情報等の情報が、携帯電話へメール配信されます。

※従来の「避難情報配信サービス」に登録されている方も再登録が必要ですのでご注意ください。

問い合わせ先

危機管理課 TEL : 087-832-3187

香川県 防災情報メール

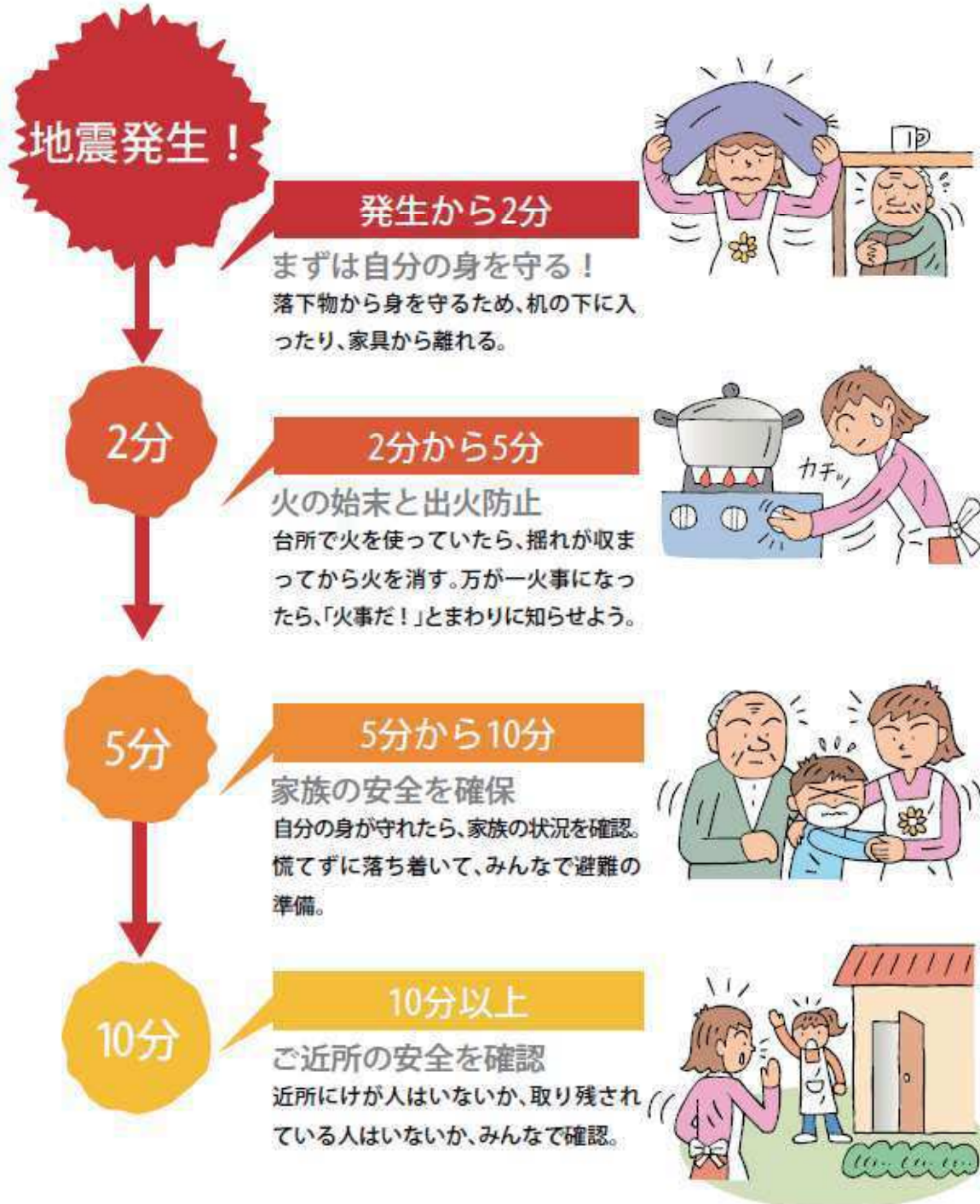
検索

### 「避難準備情報」とは

災害発生の危険性が予測される段階で、特に避難行動に時間を要する人に対し、自治体が避難勧告や避難指示に先立ち発表するもので、災害発生の危険性が高まる前に早めの避難を呼びかけるものです。

避難準備情報が発表されたときや、身の危険を感じたときは、すばやく自主避難しましょう。

## 地震発生後の時間経過別行動



## 1 身の安全と迅速な避難

ラジオや防災無線から、正しい情報を収集し、近隣住民と声をかけあい、一緒に避難しましょう。移動に介助を要する場合は支援を求めましょう。

必要物品（薬、医療機器、いのちの手帳、食料品等）を持ち出しましょ  
う。

## 2 被災情報の発信

被災状況、避難先等を家族、関係機関に情報発信しましょう。

避難所に居る場合には、避難所の担当者に日頃から医療を受けていることを伝えましょう。

自宅に留まる場合には、関係機関や近隣住民、自主防災組織等に被災状況を情報発信し、必要な支援について相談しましょう。

## 3 医療の継続

身体状況を確認し、体調の変化があれば必要に応じて医療機関や救護所に相談しましょう。

毎日服用している薬が手元にない場合は、医療機関を受診しましょう。かかりつけ医以外の病院を受診する場合は、「いのちの手帳」や「お薬手帳」等を使い治療状況等を伝え、診察を受けるようにしましょう。

### 津波から身を守るために



#### 1 情報収集

気象庁は、津波による災害の発生が予想される場合、地震発生後約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。その後、津波到達予想時刻、予想される津波の高さ等が発表されるため、同報無線、テレビ、ラジオ等から正しい情報を入手しましょう。

#### 2 避難のポイント（少しでも早く、少しでも高い場所に）

津波の場合は「遠くに」ではなく、「高い場所に」避難しましょう。津波避難場所や津波避難ビルが周囲にない場合でも、少しでも高い場所を探して、直ちに逃げましょう。



津波避難場所	津波避難ビル
	
津波に対して安全な避難場所・高台を示す。	津波に対して安全な避難ビルを示す。

## 平常時の備え

車椅子、歩行補助具、おんぶ紐等状態に合わせた搬送用具は、常に一定の場所に置き、いつでも使えるようにしておきましょう。  
また、複数の避難場所や避難所、避難経路を確認しておきましょう。

## 災害時

- 1 車椅子に乗っているときに地震が起きたら、家具等から素早く離れて、ストッパーをかけ、頭を守りましょう。

## 【車椅子の介助の仕方】

段差では、3～4人で運ぶのが安全です。上がるときは車椅子を前向きに、下りるときは車椅子を後ろ向きにするのが安全で恐怖感を与えません。いずれもブレーキをかけます。

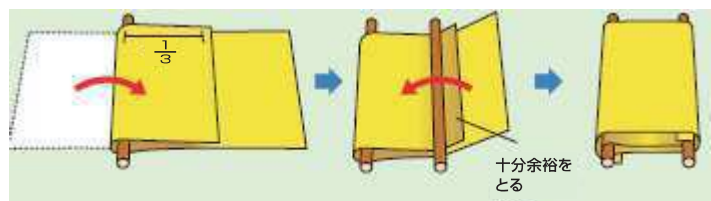
- 2 車椅子で避難するときは、道路に障害物が増え、通行が困難になります。車椅子が使えない場合のために、「おんぶ紐」「リヤカー」等を用意しておくとともに、近隣の方に誘導を依頼し、早めに避難しましょう。

## 【応急担架のつくり方】

2人いるときは、合わせ棒と毛布等で作った応急担架で移動させます。

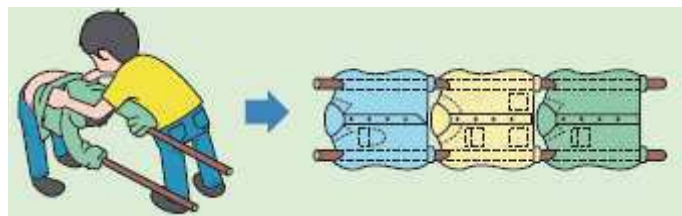
## ①毛布を使う

毛布の1/3のところを棒を置いて、毛布を折り返して作ります。



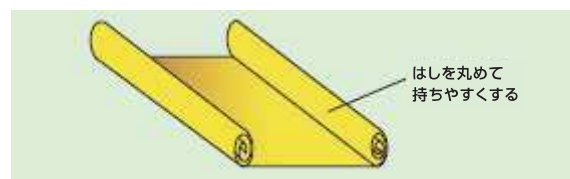
## ②上着を使う

2本の棒に上着5着以上を通します。



## ③毛布のはしを丸める

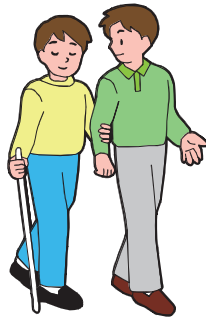
毛布のはしを丸めて、持ちやすくしておきます。



総務省消防庁ホームページより引用

## 目が不自由な方

- 1 外出時には、必ず白杖を携帯するようにしましょう。  
(目が不自由だということを理解してもらおうと、援助を求めやすいため。)
- 2 地震のときは、靴、スリッパ、厚手の靴下等を履き、家の中でも白杖等を使用し、落下物やガラス等に十分注意しましょう。
- 3 付近の人に声をかけて、周囲の状況を教えてもらいましょう。
- 4 混乱の大きい場合は、安全な場所へ誘導をお願いしましょう。



## 【 誘導のしかた 】

- ・ 白杖の反対側に立って腕を貸す。
- ・ 相手の半歩前を歩く。
- ・ 狭いところを進むときは、援助者の肩や腰に手を当ててもらい、真後ろを歩いてもらう。

## 耳が不自由な方

- 1 筆談のために必要な紙と筆記用具は、常に携帯しましょう。
- 2 補聴器用の予備電池を準備しておきましょう。
- 3 すばやい情報伝達のために色々なメッセージカードを用意しておくとう便利です。

## 【 例 】

私は耳が聞こえません。〇〇へ 私は無事だと伝えてください。

私の名前 〇〇 〇〇 先方の電話番号 〇〇〇 - 〇〇〇 - 〇〇〇〇

- 4 避難の呼びかけがあった時に、緊急情報を把握するための方法（携帯電話のメール等）を決めておくとともに、近隣の方に声をかけてもらえるよう協力を依頼しておきましょう。

## 【 耳が不自由な方に伝える方法 】

- ・ 顔を真っすぐに向け、口を大きく動かす
- ・ 紙に筆記する、携帯電話のメールを活用する
- ・ 手のひらに指先で字を書いて伝える
- ・ 手話、ジェスチャー

## 言葉が不自由な方

- 1 筆談のために必要な紙と筆記用具は、常に携帯しましょう。
- 2 すばやい情報伝達のために色々なメッセージカードを用意しておくとう便利です。
- 3 笛やブザー等音の出る物を携帯し、万一のときにはこれらを使い自分の居場所を知らせましょう。

# 3

## 在宅酸素療法をしている方

### 平常時の備え

日頃から火気厳禁であることに留意し、周囲にも理解を求めておきましょう。医療機器取扱業者の連絡先を目に付くところに貼っておくとともに、使用方法が記載された取扱説明書を備えておきましょう。また、コピーを非常持ち出し袋に入れておきましょう。

気分を落ち着かせ、効率のよい呼吸ができるよう、腹式呼吸等の呼吸法を習得しておきましょう。

### 1 医療機器等に関すること

#### (1) 使用機器の確認

機器の使用方法、医療機器取扱業者の連絡先、内蔵バッテリーの有無と持続時間を確認しておきましょう。酸素吸入を医師から指示されている場合は、日頃から酸素ポンベの残量を確認するとともに、酸素ポンベへの切り替えを練習しておきましょう。

#### (2) 酸素吸入量の確認

酸素吸入量 (ℓ/分) と、酸素ポンベ1本で何時間使えるか確認し、目につくところに貼っておきましょう。

#### (3) 予備物品の確保

機種によっては、電池を必要とするものもあるため、電池の残量を確認しておくとともに、予備の電池を準備しておきましょう。

- ・酸素ポンベ・・・予備の酸素ポンベと酸素キャリア  
(酸素吸入を医師から指示されている場合)
- ・衛生材料・・・チューブ、カニューレ等



## 2 家族等支援者に関すること

家族等支援者は酸素ボンベの残量の確認およびバルブ交換、酸素ボンベへの切り替え等の使用法を熟知しておく必要があります。

また、複数の支援者が必要となる可能性が高いため、ホームヘルパー等支援してくれる人に使用方法を伝え、練習しておくことも重要です。

### 災害時

#### 1 火の元の確認

酸素は、燃焼を助ける性質が強いガスであり、火を近づけると大変危険です。酸素濃縮器等の使用中には、災害時の火気に細心の注意を払いましょう。

#### 2 患者の身体状況の確認

身体状況（意識・呼吸・脈拍等）、顔色、表情等を確認し、状態が悪化している場合は、かかりつけ医に訪問診療を依頼するか、救急車による搬送を依頼しましょう。

#### 3 酸素ボンベへの切り替え（酸素吸入を医師から指示されている場合）

停電等により酸素濃縮器が使用できない場合は、酸素ボンベによる酸素吸入に切り替えます。

#### 4 医療機器取扱業者等の関係機関への連絡

酸素濃縮器等について医療機器取扱業者に連絡し、早期の点検を依頼しましょう。安否情報を市町、介護事業所等に連絡しましょう。

## 4

## 人工呼吸器を装着している方

### 平常時の備え

停電時と人工呼吸器故障時の対策を準備することが必要です。

また、在宅人工呼吸療法中の難病患者が円滑に避難するためには通常、人工呼吸器に代わる蘇生バッグ（アンビューバッグ）の操作に1人、避難介助に2人、医薬品や医療材料の運搬に1人の支援者が最低必要になることを想定して準備しておく必要があります。

医療機器取扱業者や電力会社等の支援者の連絡先を目に付くところに貼っておくとともに、使用方法が記載された取扱説明書を備えておきましょう。

## 1 医療機器等に関すること

### (1) バッテリー、発電機等の準備

人工呼吸器の内蔵バッテリーの有無と持続時間を事前に調べておき、必要であれば外部バッテリーを準備しましょう。

また、定期的に内蔵バッテリーの寿命をチェックしておきましょう。外部バッテリーを充電する手段として、自家発電機やインバーター等を準備しておくとともに、事前に医療機器取扱業者に使用方法やメンテナンスについて確認し、緊急時に正しく作動できるように、燃料の確保及び定期的な試験運転等が必要です。

#### 外部バッテリーについて

バッテリー内蔵の機種でも、停電時の稼動には限界があります。

人工呼吸器の外部バッテリーは、平成 24 年 4 月から保険適用となっています。予備の外部バッテリーについて、主治医等と相談しておきましょう。

#### 電力会社への登録について

人工呼吸器の機種、電源等の情報を事前に電力会社へ登録することができます。

詳しくは、お住まいの地域の電力会社にご相談下さい。

### (2) 設定値の確認

停電になると設定が初期化される機種もあるため、入力が迅速に行えるよう、液晶パネルの設定をそのまま記録し、目につくところに貼っておきましょう。また、コピーを非常持ち出し袋に入れておきましょう。

### (3) 予備物品の確保

- ・人工呼吸器…蘇生バッグ（アンビューバッグ）、呼吸器回路、人工鼻等
- ・吸引器…足踏み式・手動吸引器\*、大型注射器等

#### ※ 吸引器



ペットボトルを利用して簡易吸引器を作ることができます。

- ・衛生材料…吸引チューブ、精製水等

## 2 家族等支援者に関すること

### (1) 蘇生バッグ（アンビューバッグ）の使用法の訓練

電源が確保できない場合に備え、必ず蘇生バッグ（アンビューバッグ）を用意し、家族等支援者はその使用法を熟知しておく必要があります。

また、災害時には複数の支援者が必要となる可能性が高いため、なるべく多くの人々が操作できるようにしておきましょう。

## (2) コミュニケーション方法の確保

文字盤の練習をしておき、文字盤による意思疎通ができる支援者を確保しておきましょう。

### 3 避難に関すること

人工呼吸器を装着している方は、一般の避難所での対応は困難であることが想定されます。必要に応じ、入院可能な医療機関を確保しておく等、あらかじめ主治医と相談しておきましょう。

## 災害時

### 1 患者の身体状況の確認

身体状況（意識・呼吸・脈拍等）、顔色、表情等を確認し、状態が悪化している場合は、かかりつけ医に訪問診療を依頼するか、救急車による搬送を依頼しましょう。

### 2 人工呼吸器の作動確認

人工呼吸器が作動しているか、設定値を確認し、作動していない場合は蘇生バッグ（アンビューバッグ）によって人工呼吸を実施しながら、外部バッテリーに接続し作動を確認しましょう。

人工呼吸器が作動している場合で、自動的に外部バッテリーに切り替わる機種では、いつ外部バッテリーに切り替わったかを確認し、稼働時間をチェックします。

### 3 医療機器取扱業者や電力会社等の関係機関への連絡

人工呼吸器等について医療機器取扱業者に連絡し、早期の点検を依頼しましょう。安否情報を市町、保健所、介護事業所等に連絡しましょう。

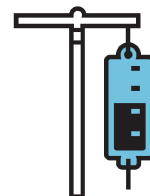
## 5

## 食事に配慮が必要な方

食事療法を受けている方は、個人に適した食事をしなければ、病状を悪化させることがあります。災害時でも利用できる備蓄品を準備しておきましょう。

また、経腸栄養剤が必要な方については、使用中の栄養剤を備蓄しておくほか、必要物品についても確保し保管しておきましょう。器具と経腸栄養剤が1日分パックになった物もありますので、主治医に相談しておきましょう。

食物アレルギーのある方は、禁忌食品がわかるよう、「いのちの手帳」等に記入しておきましょう。



# 1

## 防災対策チェックリスト



1年に1度は点検しましょう。不明な点は18ページの相談窓口へお問合せください。

確認日 年 月 日

家の備え	<input type="checkbox"/> 家具、テレビ、冷蔵庫等の転倒防止策を行っている <input type="checkbox"/> 家具の上に物を置いていない <input type="checkbox"/> 寝室に転倒しやすい家具等を置いていない <input type="checkbox"/> 寝室に靴やスリッパを常備している <input type="checkbox"/> 室内の逃げ道を確保している（通路に物を置いていない） <input type="checkbox"/> ガラス飛散防止フィルムを貼っている <input type="checkbox"/> 消火器を準備している <input type="checkbox"/> 住宅用火災警報器を設置している <input type="checkbox"/> 耐震診断・補強を行った（昭和56年5月以前に建てた家）
避難に関すること	<input type="checkbox"/> 家族で災害について話し合う <input type="checkbox"/> 家族等支援者の連絡先を確認する <input type="checkbox"/> 非常時の持ち出し品を用意している <input type="checkbox"/> 暮らしている地域の特性を知る <input type="checkbox"/> 避難場所と避難所、避難経路を確認する <input type="checkbox"/> 近隣者等に、支援を受けられる人がいる <input type="checkbox"/> 必要に応じ、市町の避難行動要支援者名簿に登録を行う
医療に関すること	<input type="checkbox"/> 主治医と災害時の対応について確認する <input type="checkbox"/> 「いのちの手帳」に必要事項を記入する <input type="checkbox"/> 薬を3日分（できれば1週間分）は常備し、手帳に薬の情報（薬剤名・処方量・回数・薬局名）を記載しておく
情報収集に関すること	<input type="checkbox"/> 災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板の利用方法が分かる <input type="checkbox"/> 他の人とコミュニケーションをとるためのものを準備している（筆記用具、会話補助装置等） <input type="checkbox"/> 災害情報を得る手段を用意している（ラジオ、メール等）



### 参考となるホームページ

- みんなで減災（内閣府）  
<http://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/gensai/gensai.html>
- かがわ防災 Web ポータル（防災情報メールの登録もこちらから）  
<http://www.bousai-kagawa.jp>
- 耐震金具パンフレット（全国家具金物連合会）  
<http://www.zenkakinren.com/taisinkanagupanhuretto.html>

その他

## 1 県・保健所（相談窓口）

管轄区域	窓口	所在地	電話番号
小豆郡	香川県小豆総合事務所	〒761-4121 小豆郡土庄町湊崎甲 2079-5	0879-62-1373
さぬき市、東かがわ市、 三木町、直島町	香川県東讃保健福祉事務所	〒769-2401 さぬき市津田町津田 930 番地 2	0879-29-8265
丸亀市、坂出市、善通寺市、 綾歌郡、仲多度郡	香川県中讃保健福祉事務所	〒763-0082 丸亀市土器町東八丁目 526	0877-24-9961
観音寺市、三豊市	香川県西讃保健福祉事務所	〒768-0067 観音寺市坂本町七丁目 3 番 18 号	0875-25-2052
高松市	高松市保健センター	〒760-0074 高松市桜町 1 丁目 9 番 12 号	087-839-2363
県内全域	香川県健康福祉総務課	〒760-8570 高松市番町四丁目 1 番 10 号	087-832-3260

## 2 市町（ハザードマップや避難行動要支援者名簿等に関すること）

市町名	所在地	電話番号
高松市	高松市番町一丁目 8 番 15 号	087-839-2011
丸亀市	丸亀市大手町二丁目 3 番 1 号	0877-23-2111
坂出市	坂出市室町二丁目 3 番 5 号	0877-46-3111
善通寺市	善通寺市文京町二丁目 1 番 1 号	0877-62-2121
観音寺市	観音寺市坂本町一丁目 1 番 1 号	0875-23-3900
さぬき市	さぬき市志度 5385 番地 8	087-894-1111
東かがわ市	東かがわ市湊 1847 番地 1	0879-26-1111
三豊市	三豊市高瀬町下勝間 2373 番地 1	0875-73-3000
土庄町	小豆郡土庄町甲 559 番地 2	0879-62-7000
小豆島町	小豆郡小豆島町池田 2100 番地 4	0879-75-1800
三木町	木田郡三木町大字氷上 310 番地	087-891-3300
直島町	香川郡直島町 1122 番地 1	087-892-2222
宇多津町	綾歌郡宇多津町 1881 番地	0877-49-0511
綾川町	綾歌郡綾川町滝宮 299 番地	087-876-1111
琴平町	仲多度郡琴平町榎井 817 番地 10	0877-75-6700
多度津町	仲多度郡多度津町栄町一丁目 1 番 91 号	0877-33-1110
まんのう町	仲多度郡まんのう町吉野下 430 番地	0877-73-0100