

重 要

難病患者・家族のための 災害時準備マニュアル

— 気 仙 地 域 版 —



平成 28 年 7 月
岩手県大船渡保健所



もくじ

I 災害への心構え	1
II 日ごろからの備え	1
1 家庭での準備と対策	
【表1】災害時にすぐ持ち出せる物のリスト	
【表2】緊急連絡先リスト	
2 手助けしてくれる支援者を増やしましょう	
3 災害時の家族の安否確認と連絡方法	
※ 災害用伝言ダイヤル（171）について	6
III 災害発生時の対応	7
1 警戒情報が出されたとき	
2 避難勧告・避難命令等が出されたとき	
3 避難所等に到着したとき	
IV 福祉避難所の活用	9

I 災害への心構え

大規模地震などの災害はいつおこるかわかりません。万一、災害が発生した場合は防災機関等を含め多くの人々が被災する可能性があります。周りの人はだれもが被災者になります。周囲の人と協力しながらも、救援態勢が整うまでの2～3日間は自分の身は自分で守るという心構えとそのための備えが大切です。

II 日ごろからの備え

1 家庭での準備と対策

- ① ご自宅が、どのような災害が起こる危険性が高いか、地域の**ハザードマップ**を活用し、あらかじめ確認しましょう。

『地震』

津波や土砂災害の危険地域となっていないか



『大雨・台風』

洪水・内水、土砂災害、高潮等の危険地域となっていないか



『大雪』

道路の閉鎖により、孤立する危険性はないか

- ② 患者さんの療養空間の安全を確保しましょう

- 患者のベッドと家具の距離をできるだけ離しましょう。
 - 家具には転倒防止器具をつけ、転倒を防止しましょう。
- また、家具の上には物を置かないようにしましょう。

- ・ガラス部には飛散防止フィルムを貼るなどしましょう。
- ③ 自宅の中の避難順路を確認し、避難時の転倒を防止するため、床やドア周辺に物を置かないようにしましょう。
- ④ 避難時の携帯必需品の準備

災害時にすぐ持ち出す物のリスト（表1）を作成し、持ち出せるようまとめておきましょう。



ア 身分証等

医療保険証、特定医療費受給者証、お薬手帳 など

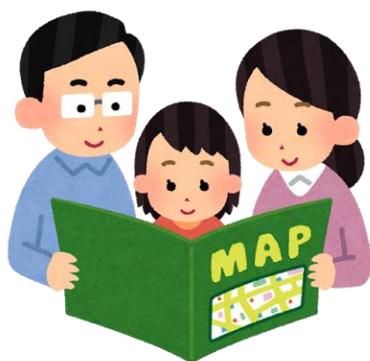
イ 医薬品

服用している薬（一週間分）、必要な医療機器

ウ 食料

ペットボトルの水・お茶、乾パン、缶詰 など

⑤ 避難所・避難経路の確認及び緊急搬送方法の確保



地域の避難場所と避難経路を確認し、緊急搬送方法も含め、どのような方法で避難するかを決めておきましょう。

⑥ 緊急連絡手段の準備

緊急連絡先リスト(表2)を作成し、連絡先との連絡方法を確認しておきましょう。

【表1】災害時にすぐ持ち出せる物のリスト

- ・生活必需費は、最低3日分を準備しましょう。
- ・準備した物は、防水素材のリュックに入れておきましょう。
(リュックは背負えるので、避難時に両手が使えて便利)
- ・準備した物は、家の中でよく目につくところ、寝室の枕元などに置きましょう。

医薬品	<input type="checkbox"/> 現在服用している薬（1週間分） <input type="checkbox"/> 必要な医療機器 <input type="checkbox"/> 必要な衛生材料（ガーゼ、アルコール綿、蒸留水、使い捨て手袋など） <input type="checkbox"/> 救急セット（きず薬、包帯、ばんそうこう等）
身分証等	<input type="checkbox"/> 特定医療費（指定難病）受給者証 <input type="checkbox"/> 医療保険証 <input type="checkbox"/> 身体障害者手帳 <input type="checkbox"/> おくすり手帳（薬の内容を記載した用紙・処方箋の写し等）
衛生用品	<input type="checkbox"/> 紙オムツ <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 尿とりパット
食料	<input type="checkbox"/> 水、お茶等のペットボトル等（1人1日3リットルが目安） <input type="checkbox"/> 火や水を使わなくても食べられるレトルト食品や缶詰等 <input type="checkbox"/> クラッカー、ビスケット、乾パン等 <input type="checkbox"/> 流動食セット（経管栄養剤）
日用品	<input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 予備の電池 <input type="checkbox"/> 防犯ベルや笛 <input type="checkbox"/> マッチ・ライター <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 予備メガネ・コンタクトレンズ（保存ケース、洗浄液を含む）
衣類	<input type="checkbox"/> 防寒具 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 靴下 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 下着
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金（小銭が重宝） <input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> 携帯電話

参考：在宅難病等患者及び人工透析患者とその家族の皆様へ「災害対応パンフレット」（平成24年高知県）
 難病患者家族のための「災害時避難マニュアル」（平成24年岩手県保健福祉部）



【表2】緊急連絡先リスト

機関名	電話	所在地
(家族)		
(家族)		
(家族)		
訪問看護ステーション		
介護保険事業所		
医療機器提供会社等		
消防		
医療機関		
市町村	大船渡市 27-3111 陸前高田市 54-2111 住田町 46-3862	
大船渡保健所	0192-27-9913	大船渡市猪川町字前田6-1
東北電力		
NTT		
患者団体		

2 手助けしてくれる支援者を増やしましょう

- ① 周囲の援助が必要な方は、「**自分でできること**」「**自分でできないこと**」「**自分が必要としている援助**」を整理し、書き出しておきましょう。
- ② 近隣者、町内会、民生委員、市町役場などに**災害時支援が必要であることを伝え**、災害時に協力してもらえよう依頼しておきましょう。

ア 住所、氏名、生年月日、電話番号等の基本情報

イ 緊急時の連絡先

ウ 障害の状況等（車椅子、寝たきり、視覚、意思疎通の方法、呼吸補助 等）

エ 避難援助に関し留意してほしい事項等

3 災害時の家族の安否確認と連絡方法を確認しておきましょう

災害時は、電話の不通や道路の寸断など、外部との連絡が途絶えることが予想されます。こうした事態に備えるため、連絡手段を確保しておきましょう。

⇒**NTT災害用伝言ダイヤル「171」**の利用ができるようにしておきます。



災害用伝言ダイヤル（171）について

地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始されるNTTの電話サービス。

一般加入電話、公衆電話、ひかり電話（電話サービス）から利用できます。携帯電話、PHS等からも利用できますが、利用できない事業者もありますので、契約している通信事業者への確認が必要です。

【利用可能な3つのパターン】

- ①被災地内での家族間、関係者間での連絡
- ②被災地の方から被災地外の関係者への連絡
- ③被災地外の関係者から被災地の方への連絡



- ※ 暗証番号の利用により、他人に聞かれない伝言など特定の方々の間での伝言録音・再生も可能です。
- ※ サービスの利用料は無料ですが、発信地から伝言の録音または再生する電話番号までの通話料金（通常、電話をかける場合と同様な料金）がかかります。
- ※ 電話番号1件あたり最大の伝言蓄積数や保存期間等は、災害の状況により異なります。

【体験利用の案内】

災害時以外にも、「171」を体験できる利用日を設定しています。

〈体験利用日〉

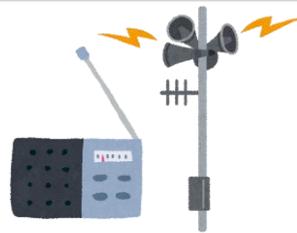
- 毎月1日及び15日の00:00～24:00
- 正月三が日（1月1日の00:00～1月3日の24:00）
- 防災週間（8月30日の9:00～9月5日の17:00）
- 防災とボランティア週間（1月15日の9:00～1月21日の17:00）

※ 体験利用時においても災害運用時と同様に、発信地から伝言の録音または再生する電話番号までの通話料金（通常、電話をかける場合と同様な料金）がかかります。

Ⅲ 災害発生時の対応

1 警戒情報が出されたとき

- ① 災害の発生が予想される場合は、
防災無線・テレビ・ラジオ等により情報収集しましょう。
- ② **火気の使用を中止**し、元栓を締めましょう。
- ③ **避難経路**を再確認・確保しましょう。
- ④ 衣料品、医薬品等**非常持ち出し物品を手元に準備**し、避難に備えましょう。
- ⑤ 不要不急の外出を控えましょう。



2 避難勧告・避難命令等が出されたとき

身の安全を守り、勧告・命令等の指示に従い落ち着いて避難します。避難に際し他の援助が必要な場合は、近隣や訪問看護ステーション、介護保険事業所、消防などへ援助を要請します。

- ① 周囲の安全を確認する。
- ② 最小限必要な**非常持ち出し物品**を持つ。
- ③ 寝たきり等で、家族のみでの移動介助が困難な場合、周囲の**支援者等への援助を求める**。



※ 人工呼吸器などを使っている方・家族

- ① 消防機関等への通報し、病院など生命維持装置の電源が確保できる場所への搬送を要請します。(人工呼吸器使用者であることや、現在の状況をできるだけ正確に伝えましょう。)
- ② 人工呼吸器・アンビューバッグ等の操作を開始する。
(日頃から、家族、ヘルパー、親戚等なるべく多くの方が操作できるようにしておきましょう。)
- ③ 避難所や安全な場所への搬送を補助する

3 避難所等に到着したとき

- ① 医療や呼吸管理等必要な事項を係の方に伝える。
- ② 周りの人に自分の状態を説明し理解と協力を求める。(周りの人全てが被災者であることに留意しましょう)
- ③市町・保健所等からの情報に基づき、必要に応じて医療を受けましょう。(お薬手帳等を必ず持ちましょう)



IV 福祉避難所の活用

福祉避難所とは、高齢者や障がい児者、妊産婦、乳幼児など災害時に特別な配慮を必要とする人を受け入れる二次避難所です。

《大船渡市》

主に高齢者を対象とした福祉避難所			
さんりくの園		三陸町越喜来字所通 91	44-3800
介護老人保健施設「気仙苑」		大船渡町山馬越 188	27-8877
デイサービスセンター「綾の里」		三陸町綾里字清水 125-2	43-5026
特別養護老人ホーム 百年の里		立根町字宮田 9-1	27-7111
特別養護老人ホーム 富美岡荘		猪川町富岡 148	27-7111
養護（盲）老人ホーム 祥風苑		猪川町字富岡 176	26-3111
大船渡市デイサービスセンター		立根町字田の上 30-22	27-7111
地域密着型介護老人施設 蔵ハウス大船渡		盛町字町 3-1	21-1112
認知症対応型共同生活介護グループホーム まちぐるみ		盛町字町 3-1	21-1112
小規模多機能型介護施設 ひころいちの郷		日頃市町字上宿 17-4	22-7888
介護老人福祉施設「ひまわり」		大船渡町字山馬越 197	27-8605
気仙デイサービスセンター「やすらぎ」		大船渡町字山馬越 196	27-8605
気仙デイサービスセンター「ぬくもり」		大船渡町字山馬越 196	27-8605
地域密着ケアホーム「平」		大船渡町字下平 24-1	22-8150
地域密着ケアホーム「後ノ入」		赤崎町字後ノ入 73-3	21-2551
地域密着型介護老人福祉施設「つばきの丘」		末崎町字中野 157-1	22-7223
主に障がい児者を対象とした福祉避難所			
障がい者支援施設 吉浜荘		三陸町越喜来字所通 91	44-3800
岩手県立気仙光陵支援学校・寄宿舎		立根町宮田 33-3	27-8500
立根介護支援センター		立根町字関谷 45-1	26-1231
デイサービスセンター日頃市		日頃市町字関谷 45-3	28-2900
地の森クリニック（透析）		大船渡町山馬越 188	27-1721

朋友館	立根町字下欠 125-14	27-0077
慈愛福祉学園・デイサービスセンター	立根町字下欠 125-14	27-0888
星雲工房	立根町字下欠 125-17	21-1818

《陸前高田市》

主に高齢者を対象とした福祉避難所		
地域密着型介護老人福祉施設「陸前高田」	高田町字大隅 8 番地 6	47-4065
特別養護老人ホーム「高寿園」	高田町字東和野 67 番地	55-3700
老人保健施設「松原苑」	高田町字中田 69 番地 2	53-1877
西部デイサービスセンター「竹の里」	竹駒町字相川 73 番地 30	55-1877
交流センター「やちだて」	小友町字谷地館 50 番地	
グループホーム「箱根山」	小友町字猪森 77 番地	22-7388
主に障がい児者を対象とした福祉避難所		
障がい者支援施設「ひかみの園」	高田町字大隅 8 番地 8	55-3200
ふれあい教室	竹駒町字館 44 番地	55-7882

《住田町》

すみだ荘	世田米字川向 8-2	46-3111
グループホーム かつこう デイサービス とだて	下有住字十文字 89-2	47-3103 (かつこう) 47-3104 (とだて)
アンルス	上有住字和田野 12-5	48-3300

