

災害時の備え・災害時の対応 (患者・家族向け)



栃 木 県

1 災害時の備え（日頃から準備しておくこと）

災害の被害を軽減するには、

「自助」自らの安全を自らが守ること

「互助」近隣住民同士で助け合うこと

「公助」行政機関、地方公営企業などが公的な支援を行うこと

を理解し、平常時から以下の準備をすることが大切です。また、県健康福祉センター等の支援を得て作成された在宅人工呼吸器装着難病患者災害時個別支援計画がある場合は、それに基づき1年に1回は定期的なリハーサルを行い、計画を点検しましょう。

(1)日常生活に関すること

①自宅の補強・自宅の周囲の安全対策

- ☐ 柱、土台や屋根瓦などを点検し、老朽化していたら、補強しておく。
- ☐ 窓ガラスに、必要に応じて飛散防止フィルムを貼る。
- ☐ プロパンガスは、ボンベを、鎖等で固定しておく。

②室内の整理整頓

- ☐ 安全に避難するために、出入り口や通路に物を置かない。
- ☐ 寝室や療養している部屋には倒れやすい家具を置かない。
- ☐ 重たい物やガラス・陶器類などの落ちると危険な物は、高い所に置かない。

③家具などの固定

<照明器具>

- ☐ チェーンや金具などを使って数箇所固定する。

<タンス・本棚・食器棚>

- ☐ L字金具やつっぱり棒など転倒防止器具で固定する。
- ☐ 食器棚には、滑り止めマット等を敷き食器が滑らないようにする。
- ☐ 扉が開かないように止め金具をつける。

<テレビ>

- ☐ できるだけ低い位置に固定して置く。

(2)避難に関すること

①助け合い体制の構築

- ☐ 近隣者等との助け合い体制(搬送時の協力等)を作っておく。
- ☐ 民生委員等にあらかじめ情報を提供し、災害時の安否確認や避難支援を優先してもらえるように依頼しておく。

②地域防災自主組織との情報共有

- ☐ 災害時の避難が想定される場合は、個人情報保護に同意した上で、地域防災自主組織と緊急搬送の方法を確認しておく。
- ☐ 市町の「避難行動要支援者名簿」に登録しておく。

(3)連絡手段の確認

電気通信事業者では、大規模災害の発生により、被災地への通信が増加し、電話がつながりにくい状況になった場合に家族・関係者と連絡を取れるように、災害用伝言サービスを実施しているので、使用方法を確認しておく。災害用伝言サービスは体験利用も可能であるため、事前に練習しておけると良い。

□ 災害用伝言ダイヤル 171

NTTグループが提供しているサービスで、災害時に固定電話、携帯電話等の電話番号あてに安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国でその音声を再生（確認）することができる。公衆電話の場所も確認しておく。

災害用伝言ダイヤルの使用方法	
録音方法	再生方法
①「171」をダイヤル ②音声ガイダンスが流れる ③ダイヤル「1」を押す ④音声ガイダンスが流れる ⑤自宅の電話番号（市外局番から）を押す ⑥音声ガイダンスが流れる ⑦伝言の録音	①「171」をダイヤル ②音声ガイダンスが流れる ③ダイヤル「2」を押す ④音声ガイダンスが流れる ⑤自宅の電話番号（市外局番から）を押す ⑥音声ガイダンスが流れる ⑦伝言の再生

□ 災害用伝言板(Web171)

NTTグループが提供しているサービスで、パソコンやスマートフォン等か固定電話や携帯電話番号を入力して安否情報（伝言）の登録、確認を行うことができる。

URL <https://www.web171.jp> もしくは右記のコードから確認。



□ 災害用伝言板

各種携帯電話会社が提供しているサービスで、各社に設置された災害用伝言板サービスへ安否情報を登録し、携帯電話番号をもとにして全国でその伝言を確認できる。災害時は各社の公式サイトトップ画面に災害用伝言板の案内が表示される。登録は被災地域内の携帯電話からアクセスが可能。詳細は各社のページを確認する。

(4)停電の確認（東京電力パワーグリッド株式会社）

□ ホームページの場合

【停電情報】

URL <https://teideninfo.tepcoco.jp>



【問い合わせ】

<https://www.tepcoco.jp/pg/user/contact.html>



□ スマートフォンアプリの場合 【TEPCO 速報】 平常時にダウンロードしておきましょう

電話番号 0120-995-007 0120 番号がつかない時 TEL 03-6375-9803(有料)

(5)避難情報・気象情報など

□ お住いの市町のホームページ

□ お住いの市町のメール配信サービス(平常時に登録しておきましょう)

- ☐ お住いの市町独自のサービス
- ☐ 気象庁 あなたの街の防災情報

URL https://www.jma.go.jp/bosai/#pattern=default&area_type=offices&area_code=090000



- ☐ 国土交通省 川の防災情報
- ☐ 栃木県防災メールへの登録、栃木県防災 SNS の確認

URL <https://www.pref.tochigi.lg.jp/kurashi/bousai/bousaimail/sns.html>



- ☐ テレビのデータ放送(リモコンのdボタンを押して気象情報などを確認)
- ☐ 避難に関し、以下の内容を確認しておく。

避難先の確認	・自家発電設備がある場所(公共施設) ・医療機関(かかりつけの病院等、難病医療ネットワーク構成医療機関)
移送手段の確認	・家族・近隣、福祉タクシーや民間の救急搬送事業者などによる搬送手段を確保 ・上記搬送ができない場合は支援者と共に移送手段を確認しておく。
移送支援者の確保	・移送には概ね4名以上が必要(誰にどのように連絡するのか)
ケアの手順書の準備	・日頃のケアの手順や注意点をまとめておくと、避難先でも安全な療養生活を維持できる。

(6) 支援関係者との連絡に関すること

①主治医等との連絡方法の確認

- ☐ 主治医や支援関係者との優先連絡先・連絡方法を確認しておく。
- ☐ 連絡先は、分かりやすいところに表示しておく。

②受診についての確認

- ☐ 災害時に入院が必要になる可能性について検討し、必要時には入院可能な医療機関を確保しておく。
- ☐ 災害時の受診方法について確認しておく。

③病状を伝達するための準備

- ☐ 災害時には主治医以外が治療に当たる可能性があるため、病状・医療情報が分かる資料を準備する。

(7) 介護に関すること

①介護者の確保

- ☐ 日頃から主となる介護者以外の家族、親せき、ボランティア等に協力してもらう体制を整えておく。
- ☐ 主となる介護者以外に人員が確保できない場合は、災害時に介護者がいなくても受け入れ可能な医療機関について事前調整しておく。

②蘇生バッグ・吸引器の操作

- ☐ 介護者だけでなく(緊急時には複数人)操作できるように練習しておく。

③意思疎通方法の確保

- ☐ 介護者以外とも意思疎通が図れるコミュニケーション方法を確立しておく。
- ☐ 電気に頼らないコミュニケーション方法(文字盤等)も確保しておく。

(8)準備しておくもの

① 災害時の支援体制が整うまでの概ね7日分を目安に、非常用備蓄品を準備しておく。

基本的な持ち出し品	・食料品:飲料水(1日3ℓが目安)、缶詰などの非常食 ・日用品:懐中電灯、携帯ラジオ、電池、軍手、ヘルメット、メガネ ・衣 類:タオル、下着、防寒着、軍手 ・貴重品:現金、印鑑、通帳、マイナンバーカード／資格確認証、医療受給者証、障害者手帳 ・衛生品:救急薬品、生理用品、ティッシュペーパー、ビニール袋 ・連絡用のメモ
薬剤等	・薬剤情報について記載したもの(お薬手帳等) ※不足時に備え、病院・薬局の連絡先も記載 ・予備薬品や物品の備蓄(7日分) ※経管栄養:缶などそのまま使用できるもの。粉末タイプのものは水も一緒に備蓄。
人工呼吸器	・蘇生バッグ ・衛生材料(アルコール綿、滅菌ガーゼ等) ・外部バッテリー、・発電機、使用燃料 ・予備の呼吸器回路一式、延長コード ・人工呼吸器取扱事業者が販売する専用の車のシガーライターケーブル、又は、シガーライターケーブル付きインバーター(正弦波に変換でき人工呼吸器等の精密機器につなげられるタイプ)
吸引器	・停電時に使用できる充電式や手動式・足踏み式の吸引器 ・予備の吸引チューブ(平常時の吸引回数を考慮し7日以上)
その他	文字盤等のコミュニケーションツール

② 事前に確認すること

基本的な持ち出し品	・飲料水・非常食の賞味期限が切れていないか確認する。 ・救急薬品の使用期限が切れていないか確認する。 ・懐中電灯や携帯ラジオは作動するか、電池の液漏れなどがいないか確認する。
薬剤等	・薬剤情報は、一番新しい薬の説明書に入れ替えをする。 ・備蓄の薬・経管栄養剤・水等は定期的・変更時に入れ替え・使用期限を確認する。
人工呼吸器	・蘇生バッグは使用方法を確認し、手の届く定位置にすぐ使える状態にしておく。 ・加温加湿器は代替方法(人工鼻、ぬるま湯を入れる)を主治医と相談しておく。 ・人工呼吸器バッテリーは、電源や接続方法、持続時間や充電の状況について確認する。 ・外部バッテリーの持続時間を確認する。 ・バッテリー等の充電ができるように、自宅近くで自家発電設備があるところを確認し、施設名、住所、連絡先を控えておく。 ・発電機やシガーライターケーブル等の準備と接続方法を確認する。 ・発電機を直接人工呼吸器に繋ぎ作動することは推奨されていないため、可能性のある異常動作の状況や出現頻度等について、必ず主治医や人工呼吸器取扱事業者を確認する。(発電機は一酸化炭素中毒の危険があるので必ず屋外で使用する。) ・発電機は定期的に作動状況を確認する。 ・ガソリンは半年以内を目安に使い切ることが望ましい。個人で所有できる量が限定されているため、詳細を消防署等で確認する。
吸引器	・充電式吸引器は常に充電し、連続使用時間を確認する。 ・バッテリーは劣化するため、2年を目安に交換する。

2 災害時の対応

(1)災害時別対応

① 風水害(洪水、土砂災害、大雪、突風、雷等)

情報収集

□ テレビ、ラジオ、インターネットなどにより台風等の気象情報を把握する。

(参考:1(5)避難情報・気象情報など)

注意報発表時

□ 患者の心身の状態、家屋や地理状況を把握する。

□ 異常があった場合は「災害時個別支援計画」に基づき、支援関係者や親族に連絡する。

□ 非常時の持ち出し品を用意する。

高齢者等避難・避難指示・緊急安全確保発令時

□ 事前の「災害時個別支援計画」に基づき避難する。

□ 状況によっては、2階などの安全な場所に一時避難する(垂直避難)。

② 地震

発生直後～6時間

自宅倒壊、火災、土砂災害等の危険がなければ在宅で様子を見ながら、次の事項の確認を行う。

□ 患者、家族の安否を確認する。(顔色の変化、ケガ、バイタルサインの異常)異常がある場合は、体調悪化時の相談先に連絡する。

□ 火災発生の有無や火元の確認をする。

□ 人工呼吸器作動を確認する。(下図参照)

チェック項目 (アラームが鳴っていなくても必ず確認する)

□ 正常に作動しているか

□ 呼吸回路の破損、接続部にゆるみはないか

□ モニター値(設定値)変わっていないか

《人工呼吸器が正常に作動している場合》

停電の有無の確認を行う。

《人工呼吸器が正常に作動していない場合》

① 蘇生バッグによる呼吸開始。

② 主治医、人工呼吸器取扱業者に連絡を入れる。

□ 支援関係者に連絡する。

□ 介護者の負傷、家屋の被害があり、避難情報の発令や停電復旧の目処が立たない場合には、避難。

(避難場所:非常用電源設備のある親戚・知人宅、一般・福祉避難所、状況によっては医療機関等)

6時間以降

通信可能な手段を用いて、「災害時個別支援計画」に記載されている支援関係者や親族に自身の安否や被災状況について情報を発信する。(参考:1(3)災害用伝言ダイヤルの使用方法)

③ 停電

発生直後～72 時間

ア ブレーカーの確認をする。

ブレーカーが落ちていない場合には、電力会社に連絡を入れ停電の確認をする。

停電情報確認先	東京電力パワーグリッド(0120-995-007)
	東京電力停電情報(http://teideninfo.tepcoco.jp/) 

イ 停電が長引きそうな場合の対応

人工呼吸器	・電源が外部バッテリーで作動しているか確認する。いつまで維持できるのかをチェックする。 ・加温加湿器はあらかじめ相談して決めておいた方法で使用する。
吸引器	・充電式吸引器や手動式、足踏み式吸引器等を準備する。 (痰が少量の場合は、50cc の注射器に吸引カテーテルを接続し、勢いよくシリンジを引いて吸引することも可能。)
バッテリー	・外部バッテリーの接続が必要な機種は接続する。 ・車のシガーライターケーブルは必ずエンジンを始動させてから繋ぐ。 (エンジン始動時は電流が乱れるので故障の原因になる。) ・外部バッテリーの充電が必要となった場合には、自宅近くの自家発電施設(公共施設)に早めに行く。
発電機	・外部バッテリー等の充電に使う。 ・一酸化炭素中毒の危険があるため、必ず屋外で使用する。
エアマット	・空気が抜けてしまう場合は、空気を送り込むチューブの柔らかい部分を折り、紐で縛るなど、空気が抜けない対策をとる。

※バッテリー及び発電機が使用できない場合、東京電力パワーグリッド(0120-995-007)に発電機の貸出しの可否を確認する。

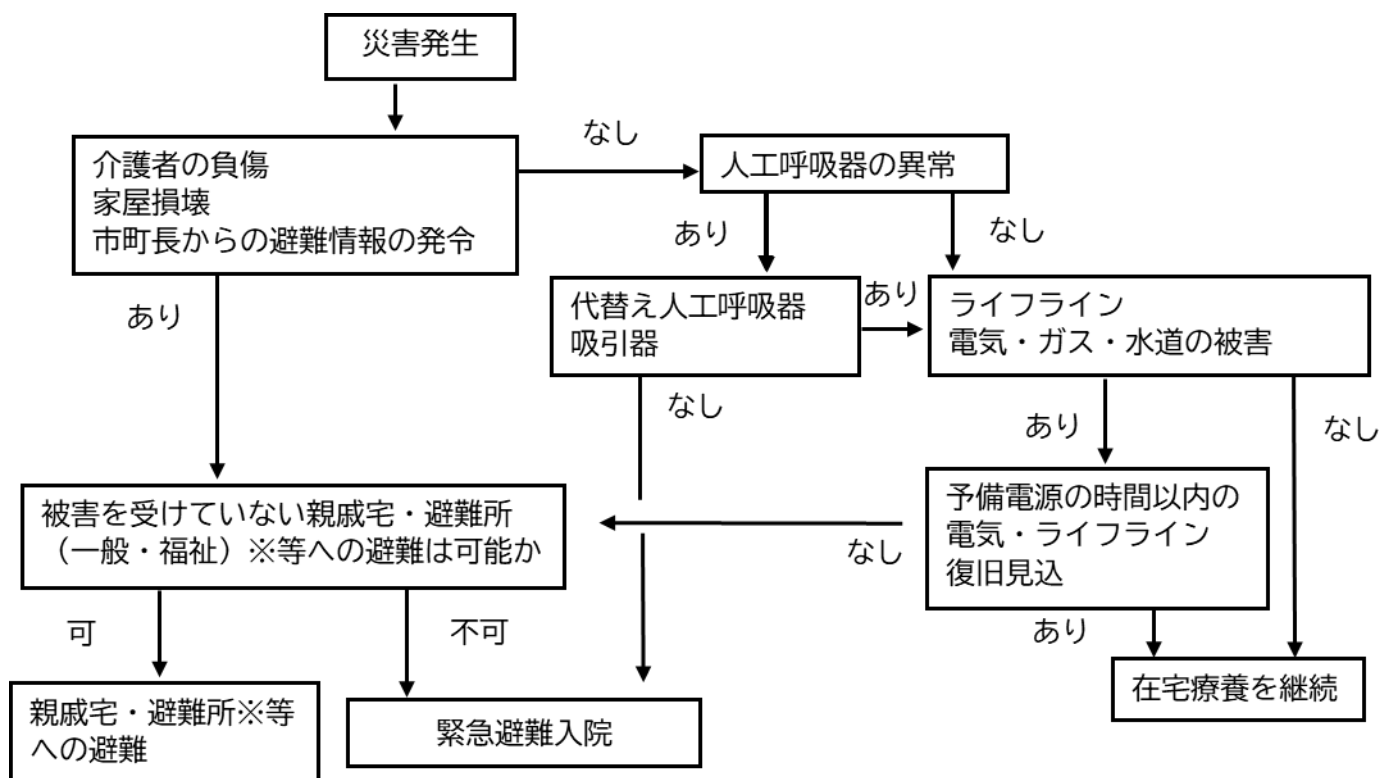
発生 72 時間以降

ア 備えがあっても電力確保が困難であったり、病状が不安定な場合には入院が必要となるため、事前に決めておいた災害時の緊急入院先に打診する。

イ 医療機関の被災等により入院ができない場合には、支援関係者に相談する。

(2)療養場所の検討

療養場所については、安全に避難ができる親戚・知人宅等や、自宅近くの避難所(一般・福祉)の非常用電源設備について確認し、予め決定しておく。また、患者の体調悪化がある場合や、何らかの理由で親戚・知人宅等や避難所への避難が困難である場合に備えて、緊急避難入院が可能な医療機関についても予め調整しておく。



※避難所：非常用電源等の設備がある場所