

# 在宅医療を受けている人の

# 防災手帳



避難場所：

指定避難所：

名前

## 基本情報

記入日 令和 年 月 日

(ふりがな) 氏名		性別	男・女
生年月日	大正・昭和・平成・令和	年	月 日
現住所			
電話番号	固定電話：( )	—	
	携帯電話：( )	—	
連絡先 優先順位	1) 氏名：	(続柄 )	
	TEL	同居・別居	
	住所		
	2) 氏名：	(続柄 )	
	TEL	同居・別居	
	住所		
	3) 氏名：	(続柄 )	
	TEL	同居・別居	
	住所		
コミュニケーション方法	会話・筆談・文字盤・意思伝達装置 アイコンタクト		
備考欄			

## 身 体 状 況

移動 (方法/手段)	自分でできる 軽い介助でできる 全て介助が必要	杖（白杖含む） 歩行器・押し車 車椅子 寝たまま移動必要
食事 (方法/形態)	自分でできる 軽い介助でできる 全て介助が必要	普通      ミキサー 軟食      刻み食 とろみ剤使用 点滴（末梢・中心） 経管栄養 (胃瘻 腸瘻 経鼻)
排泄 (行動/方法)	自分でできる 軽い介助でできる 全て介助が必要	トイレ   管で排尿 ポータブルトイレ おむつ 尿器・便器
視力障害	有（軽度・中等度・重度）      ・      無	
聴力障害	有（軽度・中等度・重度）      ・      無	
認知機能	0    I    IIa   IIb   IIIa   IIIb   IV   M	
※避難誘導時に気を付けること（例：労作時の酸素流量指示に注意）		
※備考欄		

※複数当てはまる場合も該当する項目全てに○をつけましょう。

## 緊 急 時 連 絡 先 リ ス ト ①

名称	施設名・担当者	連絡先
かかりつけ医		
訪問看護		
ケアマネ		
ヘルパー		
かかりつけ薬局		
保健所	西濃      ・      岐阜	
市町村		
消防署		119
民生委員		
近隣の協力者		
その他		

## 緊急時連絡先リスト②

### ◆緊急時搬送先医療機関

医療機関名
住所
電話 (            )            -

### ◆電力会社

電力会社	連絡先
<p>＝停電時の対応に備えて＝</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・災害が起きた時の復旧対応は国の監視下にある送配電部門が担当します。契約されている電力会社も対応はしますが、送配電事業者が対応いたします。あらかじめ契約電力会社へご確認ください。</li> </ul> <p>&lt;中部電力サービスとして&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・復旧の目途や地域の停電状況は停電情報お知らせアプリや事前登録制度として停電時の発生状況や復旧見込みなどをお伝えするサービスがあります。また、他の小売事業者との契約であっても災害時は対応されます。</li> </ul> <p>岐阜営業所： 0120-924-148</p> <p>岐阜市（旧羽島郡柳津町以外）、瑞穂市（呂久以外）、本巣市北方町、本巣市、山県市（相戸、柿野、出戸、船越以外）</p> <p>大垣営業所： 0120-924-517</p> <p>安八郡安八町、神戸町、輪之内、大垣市、海津市、瑞穂市呂久、羽島市桑原町西小藪、不破郡関ヶ原町（今須以外）、垂井町、養老郡養老町、揖斐郡池田町、揖斐川町、大野町</p>	

## 医療情報

病名	<input type="checkbox"/> 高血圧 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 喘息
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
アレルギー	有り ・ 無し
	禁忌薬剤名： <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
病歴-治療歴	禁忌食物等： <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
要支援 登録者の有無	有り ・ 無し

※保険証等の医療機関にかかる際に必要な書類を一緒に保管しましょう。（コピーでも可）

※緊急連絡手引きも一緒に保管しましょう。

## お薬情報

※お薬手帳を避難時に一緒に

携帯しましょう！

※お薬手帳がない場合は、

かかりつけ薬局でもらって

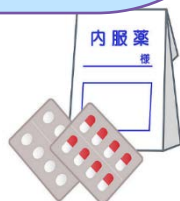
あらかじめ準備をしましょう。

※下記薬剤服用中の場合は中断しないように  
しましょう。



- 抗血小板薬（ ）
- 抗凝固剤（ワーファリン）  
（ ）
- 糖尿病薬（インスリン）  
（経口薬）
- ステロイド（ ）
- 抗てんかん薬（ ）
- その他（ ）

※血液検査の結果やそのほかの検査結果などがあれば保管しておきましょう。



## 非常用持ち出し袋

○最低限必要なものはいつでもすぐ持ち出せるように1か所にまとめておきましょう。

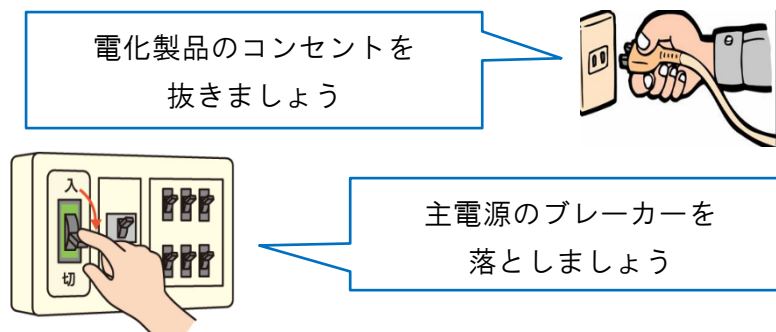
懐中電灯	停電時や夜間の移動のため（乾電池含む）
携帯ラジオ	正しい情報を得るため（乾電池含む）
ヘルメット等	落下物から頭部を守るため （ない場合は座布団）
非常食	火を通さなくても食べられるものを中心に準備（水も含む）、 <b>最低3日分×家族分</b>
救急薬品 常備薬	常時服用する薬・消毒薬・解熱鎮痛剤 胃腸薬・風邪薬・目薬・体温計・絆創膏 ガーゼ・包帯・マスク・とげぬきなど
衛生品	石鹸・ティッシュ・紙おむつ・生理用品・ ドライシャンプー・哺乳瓶・マスク 洗面用具など
衣類	下着・上着・靴下・軍手・雨具・ハンカチ タオルなど
貴重品	現金・預貯金通帳・健康保険証・印鑑 免許証・特定疾患受給者証（あれば）
生活用品	ライター・ナイフ・缶切り・ビニール袋 ハサミ・携帯充電器・使い捨てカイロなど
その他	紙コップ・紙皿・ラップフィルム メモ帳・ロープ・新聞紙・筆記用具 入れ歯・補聴器・老眼鏡など

首相官邸ホームページ 災害の「備え」チェックリスト参照

<https://www.kantei.go.jp/jp/content/000064513.pdf>

## 停電時の対応②

☆電力回復時の急な通電によるショートは火災原因となるため、下記にご注意ください。



☆庫内の食品の劣化を防ぐため、冷蔵庫をむやみに開けないようにしましょう。

☆ろうそくは火災の原因となるため使用しないようにしましょう。  
懐中電灯を使用しましょう。  
そのための電池の予備も準備しておきましょう。  
日頃から電池準備だけでなく、ちゃんと点灯するか点検をしましょう。



☆携帯電話を無駄に使用せず、必要時に使えるようにしておきましょう。



## 停電時の対応①

☆介護用ベッドやエアマットを使用中のかたへ

各メーカーによって異なるため、福祉用具事業者や各メーカーに事前に確認しておきましょう。

☆リフトを使用中のかたへ

移動式リフトや床走行型リフトは充電式のものもあるため、こちらをご使用中のかたはあらかじめ確認しておきましょう。



☆酸素を使用中のかたへ

自宅で酸素濃縮器を使用されている場合は、酸素ボンベへ切り替えましょう。



慌てないよう予めボンベ切り替えの練習をしておきましょう

☆人工呼吸器を使用中のかたへ

内臓バッテリーがありますが、長期にわたる場合は予備のバッテリーに切り替えましょう。また使用できるかどうか点検を定期的に行っておきましょう。

バッテリーがない場合は、早急な対応が必要となりますので、人工呼吸器、酸素供給会社、かかりつけ医へ連絡しましょう。

☆吸引器を使用中のかたへ

できるだけバッテリー内臓タイプの吸引器を使用しましょう。  
バッテリー内臓ないタイプの場合は手動式の吸引器を準備しておきましょう。

## コラム

誰でも、いつでも、  
命に係わる大きな病気やケガをする可能性があります。  
約70%の方が、  
医療やケアなどを自分で決めたり  
望みを人に伝えたりすることが  
できなくなると言われています。

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、  
前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取り組みを  
『人生会議（ACP：アドバンスケアプランニング）』  
と呼びます。

この防災手帳をきっかけに機会にご家族と話し合ってみませ  
んか？

大垣市では、「わたしの思い～こころのメモ帳～」を作成し  
ています。ご興味のある方は、かかりつけ医もしくは大垣市医  
師会や訪問看護ステーションへご相談ください。

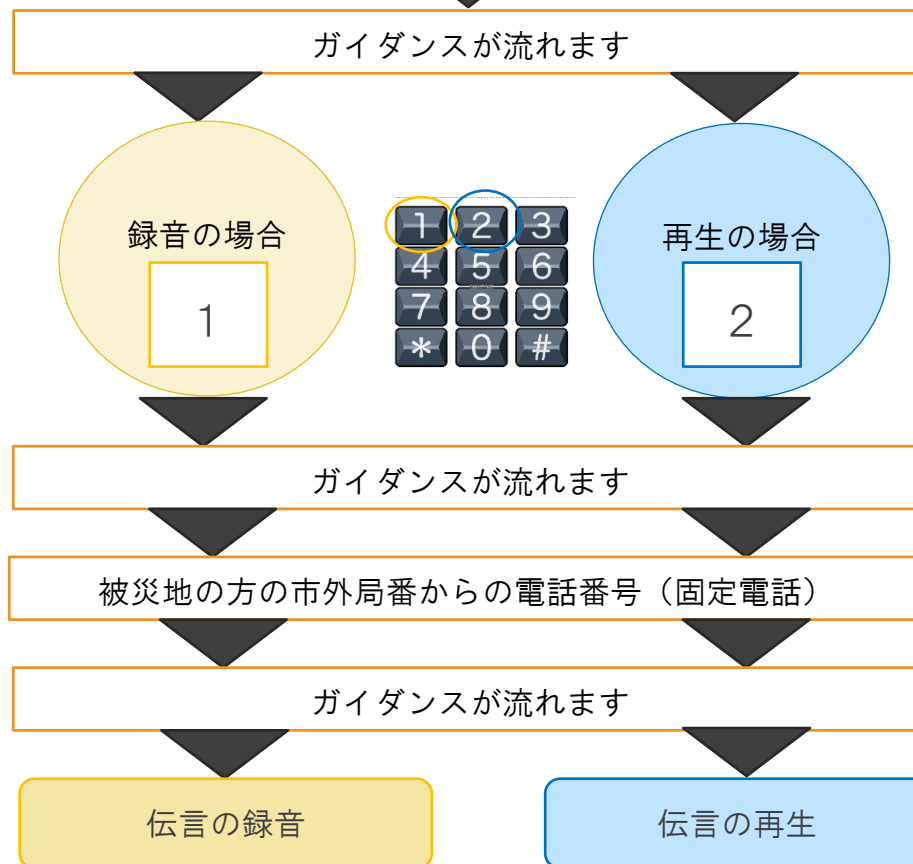


※厚生労働省ホームページより引用

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_02783.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html)

## 災害用伝言ダイヤル

◎災害（震度6弱以上の地震など）が発生したときに、NTTより  
提供されます。家族や知人の安否を確認したいときなどに活用し  
ましょう。



※毎月1日と15日、正月3が日、8月30日～9月5日、1月15日～21日が体験利用  
できます。

◎災害が起こった時、避難所などへの支援物資が本格化するには3日くらいかかるといわれています。

発災3日目には避難者数が増加するにも関わらず、支援物資が大幅に不足する事態にならないために最低3日間、できれば2週間の備蓄が必要とされています。

◎また、停電時の医療機器の電力供給が長期化することも懸念されるため、あらかじめの予備バッテリーの準備が必要です。病院は発災時に混乱するため、万が一病院へ依頼する場合でも準備期間として、最低3日間は必要とされています。その間をしのぐためにも、あらかじめの準備を行っておきましょう。

※連絡先や家族構成、その他状態が変化してくる可能性もあるため、随時更新していきましょう！  
※1年に1回は見直しして冊子を新しいものに変更しましょう！

大垣市医師会  
2021年3月発行

☆本件は岐阜県医師会在宅医療連携強化事業の補助金を受けて制作されました。