

いざという時のために
指定難病等で人工呼吸器，酸素濃縮器，吸引器を使用している方へ

緊急・災害時の準備について

旭川は，災害の少ない安心な街？

旭川にお住まいの皆さんは，今までに遭遇した災害が少なく，もしもの備えなく過ごしている方が多いのではないのでしょうか？

しかし・・・最近の日本全国で発生している地震や天候による雪害・水害などは，いつ私たちの住む街にやってきてもおかしくありません。

災害時には電気・ガス・水道などのライフラインが途絶えたり，医療機器が壊れるなどの事態が予測されます。いざという時に，落ち着いた行動ができるように，平時から少しでも準備をしておきましょう。

突然の停電！！

痰の吸引器のバッテリーが十分充電されていない。

家には，介護者の私一人だけ。

連絡先をどこに仕舞いこんだかわからなくなってしまった・・・そばを離れるわけにもいかないし，どこに連絡しよう

地震が起きて，避難しなければならなくなった！

避難するにも，持ち出すものの用意ができていない。

一人で歩くこともできないし，いろいろ使う物品や薬も持って行かないと・・・私だけでは支えることもできないし，どうしよう



この資料は災害対策についての情報をまとめたものです。
ご本人の状況に応じて必要なシートを活用してください。

旭川市難病対策地域協議会
旭川市保健所



I 平常時からの準備

1 必要な連絡先をリスト化、緊急・災害時の対応を相談

突発的な事態が起こると慌ててしまい、必要なところへの連絡を忘れてたり、連絡先がわからず対応が遅れてしまう可能性があります。このようなときに慌てないため、必要な連絡先のリストを見やすいところに掲示しておきましょう。

- (1) 緊急時に連絡する家族等とは、事前に安否確認の連絡方法を確認しておく。
- (2) 医療機関への避難が必要な方は、予めかかりつけの医療機関に連絡方法や受診方法の相談をしておく。
- (3) 医療機器の破損、器材不足等トラブルが発生した場合に備え、使用している医療機器取業者の連絡先を確認しておく。
- (4) ケアマネジャーや訪問看護師、地域包括支援センター担当者などの支援者にも緊急時の対応を相談しておく。

→シート1へ (7 ページ)

2 非常時の持出品と備蓄品の準備

必要な医療用具や衛生材料について事前に揃えられるものは、取り出しやすい場所にひとまとめにして保管しましょう。災害が発生した場合でも、直ちに避難することができないことを想定し、備蓄品は最低3日間分、できれば7日間分は用意しておくで安心です。

→シート2へ (8 ページ)

3 ご自宅の安全対策・環境を確認

災害時は身近な家具が凶器になります。

- ベッド上に落下してこないよう家具を固定
- 倒れてきそうな家具は置かない、背の低い家具を選ぶ
- 家具の上に危険なものを置かない
- 万が一倒れてきても部屋の出口をふさがれない、通路はなるべく物を置かない
- 非常用持ち出し用品は、すぐに手に取れるようにベッドの下などに置く



4 停電への備え

災害直後には、救助などが本格的に動き出すまで自宅に留まる時間が生じますので、準備していたバッテリー等を使用していただくことになります。また、甚大、広域な災害の場合には連絡がつかない、すぐに救助が来ないということも想定されます。安全な場所までの移動や、移動中、避難先での医療機器の電源確保など稼働時間も含めて必要な量を計算して備えましょう。

→シート3へ (9 ページ)

5 災害時の情報収集

地震などの大きな災害が発生すると、電話やインターネットが使用できなくなったり、電話回線が混雑しつながりにくくなる場合があります。停電時は、固定電話・IP電話は、加入電話の一部を除き、基本的に利用できなくなります。携帯電話等の代替手段を用意するほか、携帯ラジオや予備の電池、モバイルバッテリーも備えておきましょう。

1 安否情報の登録・確認

※発災時に使用できるよう平常時に登録し、練習しておきましょう

□ 災害用伝言ダイヤル 171

災害時に、固定電話、携帯電話・PHS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。

★ 伝言を録音する場合 ★	★ 伝言をきく場合 ★
② 「171」をダイヤル	①「171」をダイヤル
②「1」を押す	②「2」を押す
③自分（被災した人）の電話番号（市外局番から）を入力	③相手（被災した人）の電話番号（市外局番から）を入力
④「1」を押す	④「1」を押す
⑤録音する（30秒以内）	⑤再生する
⑥「9」を押す	

□ 災害用伝言板

携帯電話・PHSのインターネット接続機能で、被災地の方が伝言や文字によって登録し、携帯電話・PHS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・PHSからアクセスが可能である。詳細は各社のページを確認する。

□ 災害用伝言板（Web171）

パソコンやスマートフォン等から固定電話や携帯電話・PHSの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> へアクセスする。

① 災害用伝言板（Web171で検索）へアクセス
② 連絡をとりたい方の固定電話番号や携帯電話番号を入力
③ 伝言を登録・確認

2 避難情報・気象情報など

□ 緊急速報（エリアメール）、緊急速報メール

市では、災害が発生したり、発生するおそれのある場合などに、NTTドコモの緊急速報「エリアメール」、KDDI(au)・ソフトバンク・楽天モバイルの緊急速報メールを配信している。

対応機種及び受信設定方法などの詳細は、各電話会社の窓口やホームページなどでお確かめください。

※ 対応機種であればメールを受信するための登録は必要ありません。

※ メールを受信にかかる通信料・情報料は無料です。

※ 通信中、電源が入っていない場合や電波の届かない場所では受信できません。

□ あさひかわ 暮らしのアプリ

避難所・避難場所を地図で確認でき、災害発生時は開設されている避難所の現在地からの経路を表示する「避難情報」機能がある。また、地震や風水害などの災害情報が確認できる。

※スマートフォン又はタブレット端末にダウンロード、インストールしてください。

※アプリの使用料は無料ですが、ダウンロードや使用時にかかる通信料はご負担となります。



□ 旭川市地方気象台



□ 土砂災害ハザードマップ



□ 川の防災情報



□ 危険度分布 (キキル)



□ 旭川市ホームページ・SNS (フェイスブック)

□ 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)

□ ラジオ・車両による広報など

3 停電情報の確認

□ ほくでんネットワーク (道北統括支店) TEL 0120-06-0124

□ フリーコールによる停電情報自動応答サービス TEL 0120-165-597 (24 時間対応)

人工呼吸器等を装着している方は、電力会社に日常的に電力が必要であることを伝え、停電の情報を事前に提供してもらえよう依頼しておきましょう。

スマートフォンをお持ちの方は、ほくでんネットワークの「LINE 公式アカウントによる停電情報メッセージ配信サービス」に登録しておくとし、LINE から停電情報 (発生日時や解消日時等) が送られてきます。

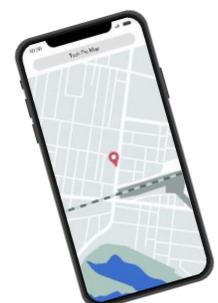
※詳細については、ほくでんネットワーク公式ホームページをご確認ください。

6 避難場所の確認

避難場所は、災害に関する情報が集まったり食料の配布場所となります。ご自身の地域でどこが指定されているか、事前に確認しておきましょう。

自分がどこに避難する予定なのかを、関係者 (医療機器メーカーの担当者や訪問看護師など) に伝えておきましょう。

※ 指定避難所は旭川市防災課ホームページほか、あさひかわ 暮らしのアプリ、洪水ハザードマップ、暮らしの便利帳から確認できます。



7 避難行動要支援者名簿への登録

介護が必要な方、障がいや難病のある方などが災害時に身近な地域で避難支援を受けられるよう、市では支援が必要な方（避難行動要支援者）の名簿を作成し、同意していただいた方の情報を提供申請があった地域の自主防災組織等の避難支援等関係者にお渡ししています。

どのような人が名簿の対象ですか？

1. 次のいずれかに該当する方で一人暮らしの方、または同居者すべてが2. の 内にあてはまる方

難病患者

- ・特定医療費（指定難病）受給者証の交付を受けている人工呼吸器等装着者
- ・在宅難病患者等酸素濃縮器使用助成認定証の交付を受けている酸素濃縮器使用時間 12 時間以上の方

高齢者等

- ・介護認定において要介護 2 から要介護 5 までの判定を受けている方

障害者

- ・視覚障害、聴覚障害 1 級から 4 級に該当する方
- ・内部機能障害（免疫機能障害を除く）1 級から 3 級に該当する方
- ・上肢・下肢または体幹機能障害 1 級から 3 級に該当する方
- ・知的障害 A 判定、精神障害 1 級に該当する方

2. 次のいずれかに該当し、**名簿への記載を希望する方**で、市長が適当と認める方

- 要介護または要支援 2 の判定を受けている方
- 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
- 次のいずれかの医療受給者証の交付を受けている方
 - ① 特定医療費（指定難病）受給者証
 - ② 在宅難病患者等酸素濃縮器使用助成認定証
 - ③ ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療受給者証
 - ④ 進行防止対策（肝炎治療特別促進事業）医療受給者証
 - ⑤ 先天性血液凝固因子障害等医療受給者証

どのような情報を知らせるのですか？

名簿に掲載される方のうち、同意していただいた場合のみ、**氏名、性別、生年月日、住所、電話番号、避難支援を必要とする理由**などについて情報提供します。

同意したらどうなるのですか？

避難支援等関係者への情報提供により、災害時に避難の手助けをしてもらえることにつながり、命が守られる可能性が高くなります。

- ※ 同意するかどうかの意思確認については、市から随時「確認書」をお送りしています。送られてきた方は、同意する、または同意しないに○を付け、必要事項を記入して返送してください。
- ※ 同意したかどうか不明な方や、改めて同意するという方は担当課までご連絡ください。
- ※ 同居者2の要件については、該当しなくても登録できる場合がありますので、担当課へご相談ください。

(問合せ先)

名簿の内容や同意、登載の手続きについて 福祉保険課地域福祉係 ☎ 2 5 - 6 4 2 5

名簿の活用や名簿情報の提供について 防災安全部防災課 ☎ 2 5 - 9 8 4 0

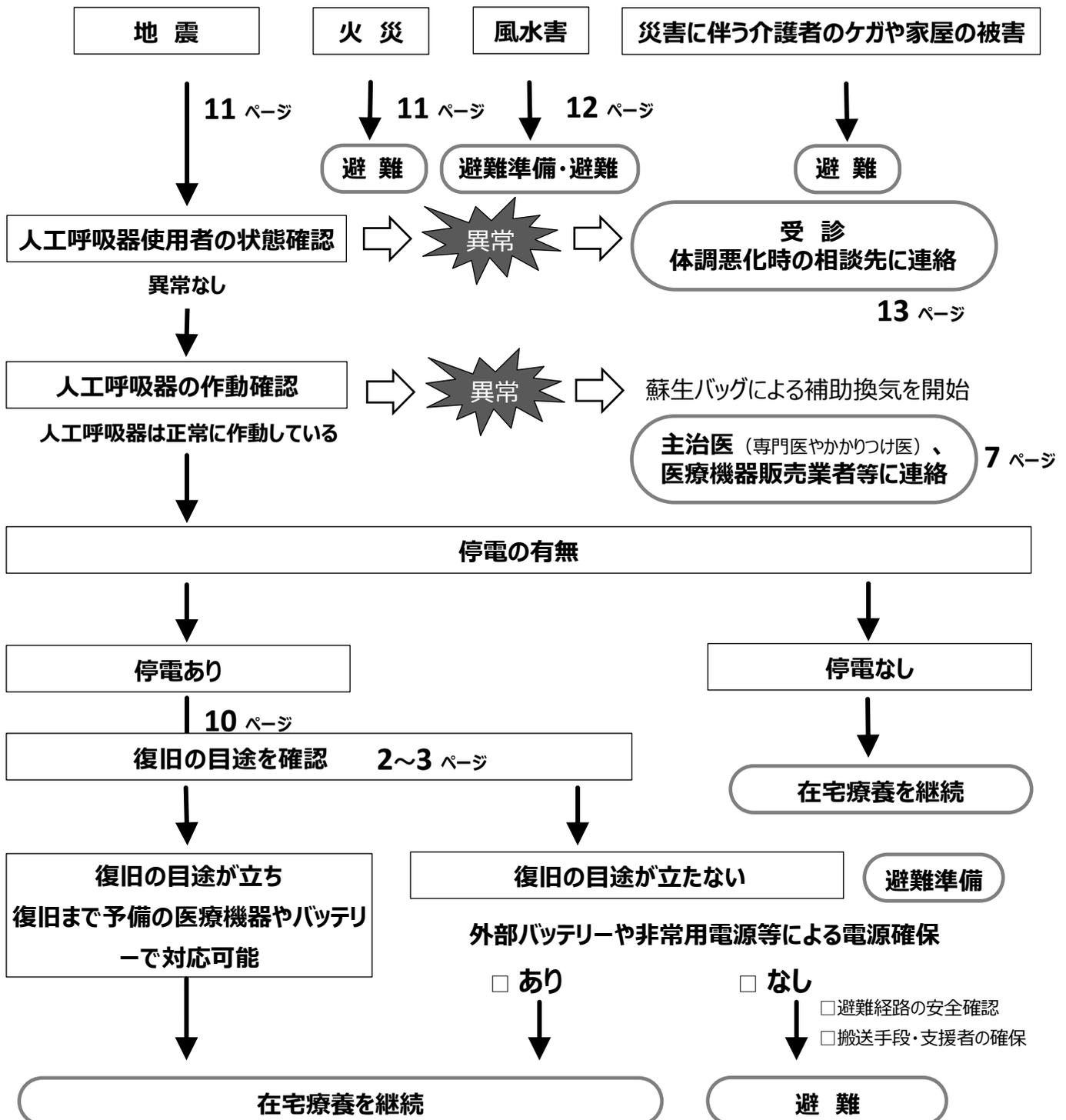
II 緊急・災害時の対応

1 災害時における人工呼吸器の作動確認と対応の流れ

医療ケアを必要とする方やご家族によって、自宅を出て避難することは決して容易なことではありません。住んでいる地域の予想される災害と危険性を知った上で、平常時からハザードマップ等を確認するなど避難についてイメージすることが防災の第一歩になります。予想される災害や実際に発生した状況によっては、自宅が最も適切な避難場所になることもあります。自宅待機する場合には、事前に環境を整備したり、支援が途切れないよう日頃から支援者への相談や連絡も必要です。

対応フロー

※避難の参考としてください。



- 必要に応じて品目を追加・削除しましょう。
- 避難に備え、必要最低限の非常用持出品を決めましょう。
- 備蓄品については防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ普段の生活の中に組み込んで、平常時に無意識に更新されるものでまかないましょう。
- 状況が変わったときなど、適宜リストの内容を見直しましょう。

品目					
呼吸関連	<input type="checkbox"/>	人工呼吸器	<input type="checkbox"/>	予備気管カニューレ	
	<input type="checkbox"/>	蘇生バッグ	<input type="checkbox"/>	加温加湿器	
	<input type="checkbox"/>	外部バッテリー	<input type="checkbox"/>	予備呼吸器回路	
	<input type="checkbox"/>	酸素ポンプ	<input type="checkbox"/>	酸素キャリア	
	<input type="checkbox"/>	延長チューブ	<input type="checkbox"/>	パルスオキシメーター	
吸引関連	<input type="checkbox"/>	吸引器	バッテリーなし	<input type="checkbox"/>	吸引チューブ
	<input type="checkbox"/>		バッテリーあり	<input type="checkbox"/>	低圧持続吸引ポンプ（唾液を吸引する機器）
	<input type="checkbox"/>		非電源式	<input type="checkbox"/>	
衛生材料	<input type="checkbox"/>	滅菌手袋	<input type="checkbox"/>	蒸留水／精製水	
	<input type="checkbox"/>	アルコール綿	<input type="checkbox"/>	注射器	
栄養	<input type="checkbox"/>	経腸栄養剤（ ）	<input type="checkbox"/>	接続チューブ、注射器、経鼻経管栄養チューブ等	
	<input type="checkbox"/>	イリガートル	<input type="checkbox"/>		
薬など	<input type="checkbox"/>	常備薬（1週間分）	<input type="checkbox"/>	健康保険証のコピー	
	<input type="checkbox"/>	お薬手帳	<input type="checkbox"/>		
排泄	<input type="checkbox"/>	オムツ	<input type="checkbox"/>	膀胱留置カテーテル等	
意思伝達	<input type="checkbox"/>	文字盤など	<input type="checkbox"/>		
非常用電源等	<input type="checkbox"/>	発電機	<input type="checkbox"/>	延長コード（三又プラグ）	
		使用燃料（ ）			
	<input type="checkbox"/>	蓄電池	<input type="checkbox"/>	シガーソケット・ケーブル	
	<input type="checkbox"/>	乾電池	<input type="checkbox"/>		
その他	<input type="checkbox"/>	懐中電灯	<input type="checkbox"/>	携帯電話とモバイルバッテリー	
	<input type="checkbox"/>	電池式のラジオ等・イヤホン	<input type="checkbox"/>	義歯（保管ケース）、補聴器	
	<input type="checkbox"/>	水（1人1日3リットルが目安）	<input type="checkbox"/>	洗面用具・歯ブラシ・洗口剤・口腔用ウエットシート	
	<input type="checkbox"/>	使い捨てビニール袋	<input type="checkbox"/>	ティッシュペーパー・ウエットティッシュ	
	<input type="checkbox"/>	現金・通帳・印鑑・筆記用具	<input type="checkbox"/>	マスク・軍手・帽子	
	<input type="checkbox"/>	絆創膏・常備薬・体温計	<input type="checkbox"/>	レトルト食品・缶詰等（3日以上）	
	<input type="checkbox"/>	衣類・防寒用具・タオル・カイロ	<input type="checkbox"/>	カセットコンロ・カセットボンベ	
	<input type="checkbox"/>	簡易トイレ	<input type="checkbox"/>	ポリタンク	



平常時の備え

1 呼吸・吸引関連機器の作動時間

● 人工呼吸器（本体と外部のバッテリー時間）

- ◇ バッテリーには耐用年数があります。作動時間は定期的を確認しましょう。外部バッテリーは定期的に充電し、たまに使ってみましょう。

内部（本体）バッテリー作動時間

外部バッテリー作動時間

$$\underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} + \left[\underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} \times \underline{\hspace{2cm}} \text{ 個} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} \right] = \underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間}$$

合 計

● 酸素濃縮器（本体と酸素ポンベの時間）

内部（本体）バッテリー作動時間

1本当たりの酸素ポンベの消費時間

$$\underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} + \left[\underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} \times \underline{\hspace{2cm}} \text{ 本} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間} \right] = \underline{\hspace{2cm}} \text{ 時間}$$

合 計

- ◇ こまめに残量を確認し、すぐに使える場所に置いておきましょう。
- ◇ 酸素メーカーの担当者に、災害時の対応（酸素ポンベの搬送など）について確認しておきましょう。酸素ポンベのつなぎ方や必要物品を前もって確認し、切り替えについて練習しておきましょう。過去の災害時で、速やかにポンベに切り替えができなかった理由として一番多かったのは、酸素ポンベの残量不足です。

● 吸引器

充電機能付吸引器の連続作動

 分 足踏み式吸引器等、電源を用いない吸引器も準備しましょう。

2 非常用電源

- 発電機 A ● 車のシガーソケット・ケーブル A
- 蓄電池など A

- ◇ 万が一に備えて使用する機器のアンペア（A）数を調べておきましょう。発電機などは正弦波インバーター搭載かどうか確認し、医療機器との接続について、主治医や医療機器販売業者等と相談しておきましょう。
- ◇ 外部バッテリーや発電機等との接続のしかたについて練習をし、接続した状態を写真に撮るなど記録しておきましょう。

3 医療機器の使用アンペア（A）

- 人工呼吸器 A ● バッテリー・バッテリーの充電器など A
- 吸引器 A ● A

（ほとんどの吸引器は起動時に使用アンペアが大きくなる）

4 蘇生バッグ

- 手の届く定位置に置く 定期的に使用訓練を行う

- ◇ 家族や緊急時の支援者は事前に手動式蘇生バッグの適切な操作方法（何秒に1回、どのくらいの力で押すかなど）や吸引器の操作方法（手技、吸引回数、カテーテルのサイズなど）等を医療従事者に教えてもらいましょう。

停電時の確認と対応

使用者の状態 人工呼吸器使用者の状態の確認 **11 ページ**

人工呼吸器 正常に作動しているか
 バッテリー作動に切り替わっているか
 加温加湿器へのぬるま湯や水の追加, もしくは人工鼻に変更
 故障の場合は, かかりつけ医や医療機器販売業者等に連絡する

吸引器等 非電源式吸引器等の準備
 低圧持続吸引ポンプ(唾液を吸引する機器)を乾電池式に切り替える

酸素濃縮器 酸素ボンベに切り替える

電気関連 電気が復旧するまでコンセントからプラグを抜く
 コンセント周辺に水がかかっていないかなど安全確認をする
 ブレーカーを落としてから, 避難する

1 呼吸・吸引関連機器・器材、非常用電源

- 万が一人工呼吸器の故障などにより正常に作動しなくなった時は, 蘇生バッグで補助換気する。
- 電気の復旧の目途が立たない場合, 非常用電源を使用して, 人工呼吸器の外部バッテリーを交互に充電する。
- 発電機によって外部バッテリー等を充電する場合は, 必ず屋外で使用する。
- 充電式吸引器は, 吸引する時だけ作動させる。

2 呼吸・吸引関連機器以外

- 電動ベッド | 電気が復旧したら, 背上げ・背下げなどを行って姿勢や高さを調整する。
- エアマット | エアマットの状態に応じて, ふとんなどで調整する。
- 意思伝達装置 | バッテリーや乾電池を用いた操作に変更する。文字盤や合図などに変更する。
- 照明 | 懐中電灯・ランタン・ヘッドランプなど乾電池等で動く照明に変更する。
- 情報機器 | ラジオやスマートフォンなどを活用し, 情報を得る。

3 ブレーカー

- ブレーカーが 落ちている | コンセントからプラグを抜き, バッテリー作動に切り替えた後にブレーカーを上げる。ブレーカーを上げてても電気が点かない, すぐに落ちてしまう場合は, 電気工事店へ連絡する。

落ちていない | 近所一帯が停電している場合又はブレーカーが落ちていないにもかかわらず家の全部(又は一部)の電気が使えない場合は, 停電情報を確認する(2~3ページ)。室内灯が点灯するかなど, 電気の復旧を確認した後, プラグを差す。

風水害（大雨、洪水、土砂災害等）

台風や豪雨などで洪水・土砂災害のおそれがある場合などには、市から避難情報が発令されます。市が避難情報を発令する場合、それに対応する警戒レベルと住民がとるべき行動を合わせて伝達します。

日常の備え

- 機器の作動時間、作動方法を確認しておく。
- 避難に備え、シート2（8ページ）の持ち出し物品をまとめておく。
- 自宅、避難先、避難経路のハザードマップを確認し、予想される災害の程度や搬送支援者の確保状況等に応じて、避難のタイミングや避難先を決めておく。

危険度の高まりに応じて段階的に発表される防災気象情報の確認と取るべき行動の目安

警戒レベル 1 【早期注意情報】 情報収集し、必要に応じて避難準備を始める※気象庁から発表

- 医療機器のバッテリー等の充電
- 非常用電源等の作動確認

警戒レベル 2 【注意報】 避難行動を確認。いつでも避難できるよう準備を完了する
台風など大規模な災害が予想される場合は、この段階での避難開始も検討する※気象庁から発表

- 避難時持ち出し物品の準備、確認 8ページ
- 避難経路の確認（添付の地図で確認）
- 搬送手段の確認 方法 _____ TEL _____
- 避難先への連絡
- ① どこ _____ 住所 _____ TEL _____
- ② どこ _____ 住所 _____ TEL _____
- 避難に要する時間 ①まで 約 _____ 分 ②まで 約 _____ 分

警戒レベル 3 【高齢者等避難】 すみやかに危険な場所から避難する ※市が発令

- 避難先へ避難

警戒レベル 4 【避難指示】 危険な場所からの避難を完了する ※市が発令

- 安否の連絡 7ページ

警戒レベル 5 【緊急安全確保】 直ちに安全確保。発令を待ってはいけません ※市が発令

緊急時の医療情報連絡票

人工呼吸器の設定に関する医師の指示書などの最新情報を一緒に保管しましょう。この連絡票は、災害時等に初めて対応する医療関係者に伝えたい医療情報をまとめたものです。人工呼吸器の設定内容等が変更した場合は、かかりつけ医や訪問看護ステーション等に確認しましょう。緊急的な受診の際にはこの様式を活用しましょう。

体調悪化時の相談先・受診の目安となる状態

- 相談先 _____ TEL _____
- 相談先 _____ TEL _____

【受診の目安となる状態】 ※平常時に主治医に確認しましょう

【基本情報】

記入日 年 月 日

氏名 (フリガナ)	()								
生年月日	年	月	日	年齢	歳	性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性		
住所	TEL								
診断名									
既往や合併症									
今までの経過	発症	年	月	人工呼吸器装着	年	月			
服用中の薬	16 ページに処方箋やお薬手帳のコピーなどを貼っておきましょう								
基礎情報	身長		cm	体重		kg	血圧	/	mm hg
	体温		℃	脈拍		回 / 分	SpO ₂		%
コミュニケーション	<input type="checkbox"/> 口話 <input type="checkbox"/> 筆談 <input type="checkbox"/> 文字盤 <input type="checkbox"/> 口文字 <input type="checkbox"/> 意思伝達装置 () <input type="checkbox"/> その他 () 具体的に記載 (Yes / No のサイン等)								

■ 人工呼吸器に関する情報の貼付欄

【例】人工呼吸器の設定の指示書のコピー・人工呼吸器と外部バッテリーとの接続写真など

■ 医療情報等に関する貼付欄

【例】 保険証・薬の処方箋やお薬手帳のコピー・安楽な体位等の注意事項など

※引用参考文献：

- 旭川市避難マニュアル（市民用）
- 東京都在宅人工呼吸器使用者災害時支援指針
- 災害時の備え 公益財団法人 東京都医学総合研究所 難病ケア看護プロジェクト
- 内閣府 みんなで減災

旭川市保健所保健予防課 TEL（0166）26-1111（内線2939）

令和7年3月発行