

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天候による雪害や水害などは、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。

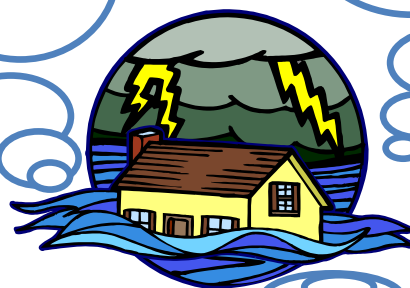
もし、災害や緊急の事態が、難病を抱えているご家庭に起こったとしたら・・・

突然の停電！！

痰の吸引器のバッテリーも十分充電されていない。どうしよう…
家には、介護者の私一人だけ…
そばを離れるわけにもいかないし、どこに連絡しよう…

急に体調が悪化

病院に連絡するにも、慌ててしまって、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…どうしよう…



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、胃ろうもつくっているからこれに使う物品や薬も持って行かないと…
それに、私だけでは、支えることもできないし、助けも呼べない…

突然、緊急事態や災害が起きたとしたら、誰でも慌ててしまうと思います。

日頃から、少しでも緊急時に向けた準備をしておくだけで、落ち着いた対応ができるかもしれません。こちらを参考に、できることから備えてみませんか？

I 緊急・災害時の備え(共通)

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、連絡先がわからず対応が遅れてしまうということが起こります。

このようなときに慌てないため、日頃から必要な連絡先を見やすいところに掲示するなど準備しておきましょう。

難病緊急連絡先用紙
もご活用ください。

1 緊急時の連絡先確認



(1) 家族や親戚

緊急時に連絡する家族や親戚とは、事前に連絡方法を確認しておきましょう。

(2) 近隣住民

突然、緊急事態が起こった時は、遠くの親戚よりも近くに住んでいる人の助けが必要です。隣近所の方に、必要時に助けてもらえるようお願いしましょう。

(3) かかりつけの医療機関

在宅療養が困難になった場合に、入院の受け入れが可能かどうか主治医に確認しましょう。受け入れが困難な場合は、他の医療機関を紹介してもらうなど、事前に相談しましょう。

(4) 電力会社

電力の必要な医療機器を使用している場合は、電力会社に、常に電気が必要なことを伝え、緊急時の対応や連絡先を確認しておきましょう。

(5) 医療機器取扱業者

医療機器の破損、医療器材の不足等トラブルが発生した場合に、使用している医療機器取扱業者の連絡先を事前に確認しておきましょう。

(6) 福祉サービス担当者

在宅療養が困難になった場合に、施設等での受け入れ調整や福祉サービスの調整等を行ってもらうため、ケアマネジャーや地域包括支援センター担当者などに事前に相談しましょう。

2 備えておきたい物品

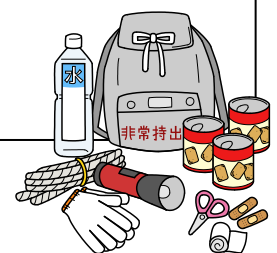
これらの物品で、事前にそろえられるものは、わかりやすく取り出しやすい場所に、ひとまとめにして保管しましょう。消費期限等があるものについては、定期的な点検が必要です。

【生活に関するもの】

食料・飲料水(缶、ペットボトル等)、衣服、タオル、ティッシュ、ウェットティッシュ、軍手、ビニール袋、カセットコンロ、やかんや鍋、懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話、筆記用具、現金(10円玉など)、印鑑、通帳等

【病気に関するもの】

健康保険証(写)、特定疾患医療受給者証(写)、薬、お薬手帳、処置や介護などに必要なもの(紙おむつ等) など



3 ご自宅チェック



(1) 家具や家電，医療機器等の転倒防止

家具や医療機器等を倒れにくいよう固定し，寝る場所等には，なるべく設置しないようにしましょう。ベッド上に落下してこないよう注意しましょう。

(2) 落下物の整理・点検

重いものを高いところに置かないようにしましょう。照明などは，落下しないよう固定しましょう。

また，食器類やガラスが飛散しないよう，扉に留め金をつけたり，飛散防止フィルムなども利用しましょう。

(3) 避難のための準備

避難する時に逃げやすいよう，家具の配置等を工夫し，安全なスペースを確保しましょう。通路はなるべく物を置かず，広く開けておきましょう。

4 避難場所の確認

ご家族で，地域の指定避難場所を事前に確認しておきましょう。災害時には，災害時要援護者利用施設も準備されますので，あわせてご確認ください。

※旭川市消防本部防災課ホームページから確認できます。

【NTT災害伝言ダイヤル】

災害発生時には，電話がつながりにくくなります。この災害伝言ダイヤルは，被災した人に音声を録音し，伝達できます。安否確認や連絡手段として利用方法を確認しておきましょう。

★ 伝言を録音する場合

「171」をかけ，「1」を入力した後，「被災した人の電話番号（市外局番から）」入力します。ガイダンスに従って，30秒以内に伝言を入れます。

★ 伝言を聞く場合

「171」をかけ，「2」を入力した後，「被災した人の電話番号（市外局番から）」入力します。ガイダンスに従って，伝言を聞きます。

※サービス開始は，テレビ・ラジオ等で通知されます。事前契約は不要です。

※ダイヤル式とプッシュ式では操作方法が異なります。ガイダンスに添ってご利用ください。



Ⅱ 緊急・災害時の備え(医療機器等をご利用の方へ)

【人工呼吸器を使用されている方へ】

こちらを参考に、にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 電源の確保

バッテリー等の準備

内部バッテリーで作動するか確認し、定期点検等でバッテリー容量、経年劣化による稼働時間など確認しましょう。外部バッテリーが使用できる機種については、外部バッテリーを用意しておく方法もあります。充電を忘れずに。

【参考】発電機について

発電機は、人工呼吸器に直接使用はできませんが、バッテリー充電などに利用できます。ガソリン等の燃料で動くものや自家用車のシガーライター用ケーブルで電力を確保するものがあります。



(2) 物品の準備（見つけやすく、すぐに取り出せる所に保管してください）

人工呼吸器

吸引器（充電式吸引器、又は足踏み式か手動式吸引器）

その他医療用具

手動蘇生バッグ

人工呼吸器回路

気管カニューレ

人工鼻

吸引カテーテル

滅菌精製水

消毒用アルコール・アルコール綿

滅菌手袋

パルスオキシメーター

その他必要なもの

2 介助等の支援に関すること

緊急時の事前確認（必要なものは写しを残しておきましょう）

療養者の身体状況（胃ろうや膀胱留置カテーテル、褥瘡など医療処置の有無等）、人工呼吸器の動作（換気モード、1回換気量、呼吸回数、吸気流量、気道内圧等）、人工呼吸器のトラブルへの対応方法 等を確認しましょう。

医療機器の操作方法確認

手動蘇生バッグの操作を事前に医療従事者に確認したり、バッテリーのつなぎ方など操作方法を確認しておきましょう。

避難のための準備

患者自身の搬送や医療機器の運搬等で複数人の協力が必要となります。初めはご家族や近隣の方が支援者となりますので、協力をお願いしておきましょう。

コミュニケーションへの配慮

文字盤等を用い、意思疎通が図れるよう準備しておきましょう。



【吸引が必要な方へ】

痰の吸引が必要な患者様は、こちらを参考に、にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品の準備（見つけやすく、すぐに取り出せる所に保管してください）

- 携帯用吸引器→充電式や手動式、足踏み式の吸引器を準備しましょう。
充電式の場合は、常に充電することを忘れずに。
- その他の医療用具

- 吸引カテーテル
- 滅菌精製水
- 消毒用アルコール・アルコール綿
- 滅菌手袋 等



2 介助等の支援に関すること

- 操作方法の確認

吸引器の操作方法や吸引方法（手技、吸引回数、カテーテルのサイズなど）等を事前に医療従事者に確認しておきましょう。

【在宅酸素療法を行っている方へ】

こちらを参考に、にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品の準備（見つけやすく、すぐに取り出せる所に保管してください）

- 携帯用酸素ボンベ1本と酸素キャリアの予備
- その他の医療用具

- 延長チューブ
- カニューレ
- 精製水 等

2 介助等の支援に関すること

- 緊急時の事前確認

療養者の身体状況（その他医療処置の有無等）、
低酸素状態の観察（呼吸、顔色、意識等）、酸素流量の確認 等

- 医療機器の操作方法確認

酸素ボンベへの切り替え方法など、操作方法について確認しておきましょう。



【胃ろうや経管栄養を行っている方へ】



こちらを参考に、にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品の準備（見つけやすく、すぐに取り出せる所に保管してください）

- 経管栄養剤 イルリガートル 栄養チューブ 接続チューブ
 注入器 滅菌精製水 等

2 介助等の支援に関すること

操作方法の確認

注入量，注入速度，チューブのサイズ等確認しておきましょう。

また，管が抜けた時，誤嚥した時，皮膚トラブル時等の対応方法も確認しましょう。

【人工透析を行っている方へ】

血液透析，腹膜透析を行っている方は，こちらを参考に，にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品等の準備（見つけやすく，すぐに取り出せる所に保管してください）

腹膜透析の場合 → 透析バッグ CAPD機材 消毒物品 等

(2) 透析内容等の確認

透析内容を確認しましょう。（必要なものはメモを残しておきましょう）

血液透析の場合

透析時間，透析日，ドライウエイト，使用透析器・膜面積，血流量，透析液
など

腹膜透析の場合

透析液の種類・濃度，使用期限 など

服薬内容を確認しましょう。

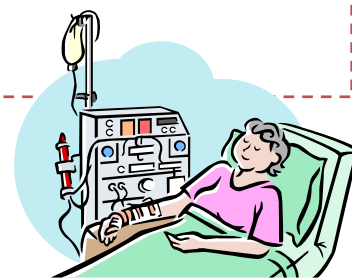
2 透析が受けられないときには

透析を行う場所の把握

通院している透析施設以外にも，他の透析施設も把握しておきましょう。

次回の透析日時を告げ，通院移送の手配を受けましょう。

通常の透析に復帰するまでは，水分・カリウム・エネルギー等に注意し，摂生した生活を送りましょう。



【自己導尿を行っている方へ】

こちらを参考に にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品の準備（見つけやすく、すぐに取り出せる所に保管してください）

カテーテル, 清浄綿, 潤滑剤, ゴム手袋, 消毒液 など

2 介助等の支援に関すること

操作方法の確認

介助する方は、清潔保持の方法や手順を確認しておきましょう。



【ストーマを装着している方へ】

消化器や尿路ストーマを装着している患者様は、こちらを参考に、 にチェックしながらご準備ください。

1 医療機器・医療用具に関すること

(1) 物品の準備

ストーマ装具（フランジ, 人工肛門・人工膀胱用パウチ, クリップ, 皮膚保護剤等）,

ウェットティッシュ, ポケットティッシュ, ビニール袋,

ペットボトルの水, はさみ 等

(2) 使用している装具の確認

メーカー, 製品名, サイズ, 品番などメモしておきましょう。

2 介助等の支援に関すること

操作方法の確認

介助する方は、交換方法や手順を確認しておきましょう。



【 お問い合わせ 】

〒070-8525 旭川市7条通10丁目 第二庁舎3階

旭川市保健所健康推進課健康推進係

電 話 0166(25)6315 FAX 0166(26)7733

e-mail kenkousuisin@city.asahikawa.hokkaido.jp