

難病患者・家族のための 災害対策ガイドブック



令和7年8月

(令和8年8月一部改訂)

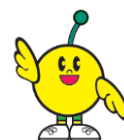
県北保健福祉事務所難病患者地域支援連絡会議

(事務局: 県北保健福祉事務所 健康増進課)

目次

1 災害時の備え	……2ページ
2 平常時から準備しておくこと	
(1) 災害や防災に関する情報を確認しておきましょう	……3ページ
(2) 療養空間の安全を確保しましょう	……4ページ
(3) 非常用持ち出し品や備蓄品などを確認・準備しましょう	……4ページ
(4) 避難所や避難経路、手順を確認してみましょう	……7ページ
(5) 地域ぐるみの支援	……8 ページ
(6) 災害時の情報収集と連絡手段の確保	……11ページ
3 状態別に応じて準備しておくこと	
(1)人工呼吸器を使用している方	……13ページ
(2) 在宅酸素療法を行っている方	……14 ページ
(3) 吸引器を使用している方	……15ページ
(4)胃ろうを造設している方	……16ページ
(5)特殊な治療薬を使用している方	……16 ページ

このガイドブックは、「福島県県北保健福祉事務所」のホームページにも掲載しています。
また、内容については、難病患者地域支援連絡会議において適宜見直しを行い、更新していく予定です。



1 災害時への備え

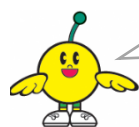
近年、気象状況の変化から、大型台風、線状降水帯などによる長時間の集中豪雨など、風水害被害が激甚化の傾向にあり、令和元年台風19号では、管内市町村においても広範囲にわたり浸水、土砂災害が発生する事態となりました。

また、平成23年の東日本大震災では、本県は地震だけでなく、津波や東京電力福島第一原子力発電所事故の影響を受け、甚大な被害に見舞われました。その後も、令和3年2月、令和4年3月に福島県沖を震源とする地震が発生し、管内市町村でも震度6強を観測するなど依然として地震活動が活発な状態が続いています。

大規模地震などの災害は、いつ起こるかわかりません。災害が起こった時に、どのような行動をとればいいのか、日頃からどんな準備をしておけばいいのか、平常時から考えておく必要があります。

災害時には、病院や行政機能の麻痺が懸念されるため、少なくとも被災後3日間を「自助」「共助」で生命を守り抜くことが、被害を少なくするために重要であるとされています。

このガイドブックを参考に、難病患者の皆さまが、家族や関係者（主治医や訪問看護師、介護支援専門員（ケアマネジャー）、かかりつけ薬局の薬剤師、市町村や保健所職員等）と相談しながら、災害発生時の行動を想定していただき、自分自身にあった災害対策を検討する際に御活用ください。



このガイドブックは
ひとことで言うと・・・

【対象者】

難病患者の皆さまとその御家族

【目的】

それぞれの状況に応じて災害時への備えを行う際の自助に活用いただくために作成

【活用方法】

- ・定期的にガイドブックに目を通していただくことで、非常用持ち出し品や備蓄品、災害発生時の行動を確認。
- ・自分にとって大事なことを書き加えたり、関係機関と話し合ったこと、共有できたことを記録。



2 平常時から準備しておくこと

(1) 災害や防災に関する情報を確認しておきましょう

①ご自宅周辺について、どのような災害が起こる危険性が高い地域なのか、市町村ごとにハザードマップや避難所情報等が作成されていますので、あらかじめ確認しておきましょう。

土砂災害

大雨や地震などによる土砂災害の危険地域となっていないか



洪水

河川からの氾濫による浸水の危険地域となっていないか



火山

噴石、降灰の危険地域となっていないか



ワンポイントメモ 【福島県防災アプリを活用しよう！】 その1

福島県防災アプリは、防災情報のプッシュ通知やふくしまマイ避難シートの作成など、いざという時に速やかに避難するための多くの機能を備えています。

右の二次元コードからダウンロードして、いざという時に備えましょう！



②土砂災害や洪水から命を守るためには、早めの行動が大切です。自治体からの避難情報や気象庁が発表する気象情報等に注意しましょう。

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル 1	早期注意情報			

出典：気象庁ホームページ

警戒レベルは、災害発生の危険度が高くなるほど数字が大きくなります。

「警戒レベル3」が発令されたら、高齢者や避難に時間のかかる方は危険な場所から避難しましょう。内閣府(防災)・消防庁では、警戒レベル4までに必ず避難するよう呼びかけています。

(2)療養空間の安全を確保しましょう



○家具には転倒防止器具をつけ、上には物を置かないようにしましょう。

○車いすや杖、歩行器などの歩行補助具等を利用している方は、家具が倒れて車いすが通れなくなったり、歩行器などが下敷きにならないよう、家具の配置を検討しましょう。併せて屋外に出るまでの経路の確認もおきましょう。

○ベッドと家具の距離を十分にとり、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。

○ガラス部分には、飛散防止フィルムを貼りましょう。

○頭部を守るヘルメットや自分の存在を知らせることができる音の出る物(ホイッスルなど)、ケガをしないようスリッパ(上履き)なども、手の届くところに備えておきましょう。

(3)非常用持ち出し品や備蓄品などを確認・準備しましょう

一般に電気・ガス・水道などがダメージを受けるような災害時には、ライフラインの復旧に最低3日かかると言われています。3日間を乗り切るために、非常用品は日頃から準備しておき、リュックサック等にひとまとめにして、避難時にすぐ持ち出せる場所に置いておきましょう。



ワンポイントメモ 【自分の薬をよく知っておきましょう！】

かかりつけ薬局やお薬手帳などを活用し、普段服用しているお薬の薬剤名や効用、副作用、中断した時に起こる症状を把握しておきましょう。

また、難病の治療薬には、通常では手に入りづらい薬剤も多くあります。

普段から多めに(最低でも1週間分、できれば2週間)処方してもらえるよう、主治医に相談しておくことも大切です。



【非常用持ち出し品 参考リスト】

医薬品	☐ 現在服用している薬(1週間分) ☐ 必要な医療機器・医療材料(注射針など) ☐ 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) ☐ 救急セット(きず薬、包帯、ばんそうこうなど)
身分証等	☐ 指定難病医療費受給者証 ☐ マイナ保険証(または資格確認書) ☐ マイナンバーカード ☐ 身体障害者手帳 ☐ 介護保険証 ☐ お薬手帳 ☐ 緊急医療情報手帳(※)
衛生用品	☐ 紙おむつ・尿取りパッド ☐ トイレットペーパー ☐ 簡易トイレ ☐ 生理用品 ☐ マスク ☐ 歯ブラシ ☐ 義歯
食料	☐ 飲料水 ☐ 流動食セット(経管栄養剤) ☐ 火や水を使わなくても食べられるレトルト食品
日用品	☐ 懐中電灯 ☐ 携帯ラジオ ☐ 予備の電池 ☐ 使い捨てカイロ ☐ 筆記用具 ☐ ティッシュペーパー ☐ ウェットティッシュ ☐ ビニール袋 ☐ 予備メガネ、コンタクトレンズ
衣類	☐ 防寒具 ☐ 軍手 ☐ 靴下 ☐ タオル ☐ 下着
貴重品	☐ 現金(小銭) ☐ 通帳 ☐ 携帯電話・充電器



証明書等はコピーを準備し、持ち出し用リュックに入れておくと安心です



定期的に消費期限を確認し、必要に応じて入れ替えましょう



【非常用備蓄品 参考リスト】

☐ レトルト食品など ☐ カセットコンロ ☐ ティッシュペーパー、ウェットティッシュ ☐ ラップフィルム ☐ ビニール袋	☐ 飲料水 ☐ カセットボンベ ☐ 簡易トイレ ☐ 紙皿・紙コップ・割りばし ☐ 工具セット	☐ 給水用ポリタンク
---	---	-----------------------------------



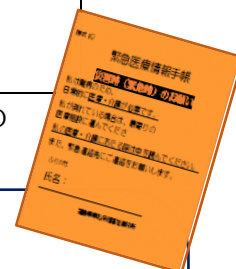
※非常用持ち出し品や備蓄品については、地域の特性や患者さんの状況によって必要となるものが異なります。

ワンポイントメモ 【(※)緊急医療情報手帳を活用しよう！】

緊急医療情報手帳とは、災害時に難病の患者さんがすみやかに医療を受けることができるよう、事前に必要な情報を記入しておくものです。

日頃、かわりのある支援者の方と一緒に内容を確認し、受給者証と一緒に携帯しておくとう安心です。

このガイドブックでは、緊急医療情報手帳の内容や記載方法についても確認できるよう、関係のあるページを御紹介しています。





災害時には物流機能の停滞により、特殊食品（※）が手に入りにくくなることが想定されます。

近年、備蓄している自治体は増えてきていますが、自らの備蓄が大切となりますので、平時から少なくとも「2週間分」の備蓄をしておきましょう。

※特殊食品とは、アレルギー対応食、乳児用ミルク、離乳食のほか、嚥下困難な方向けの柔らかいおかゆなどの食品のことです。

●要配慮者のための食品備蓄のポイント●

○高齢者

- ・レトルトやアルファ米のおかゆ
- ・缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品
- ・インスタントみそ汁、即席スープ等
- ・食べ慣れた乾物
- ・栄養補助食品
- ・好物の食品、飲み物



○食べる機能(かむこと・飲み込むこと)が弱くなった方

- ・やわらかいレトルトごはん
- ・レトルトなどのおかゆ
- ・スマイルケア食などのレトルト介護食品
- ・缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品
- ・とろみ調整食品
- ・好物の食品、飲み物



○慢性疾患の方

- ・代謝性疾患【糖尿病、脂質異常症(高脂血症)、高尿酸血症(痛風)】
- ・高血圧
- 一般の方と共通した備えで、献立を工夫



- ・腎臓病→低たんぱく、低カリウムのレトルト食品など、特殊食品を多めに備える

○食物アレルギーの方(原因食物(アレルゲン)が含まれていない食品)

- ・アレルギー対応の粉ミルク
- ・アレルギー対応のレトルトなどの離乳食
- ・レトルトなどのおかゆやごはん
- ・缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品
- ・好物の食品、飲み物



注意

- ・各食品の内容は購入時に原材料表示や食品メーカーのHPで必ず確認を行い、不明な点は各社に問い合わせましょう。
- ・利用されている方の原因食物(アレルゲン)が含まれていない食品を選びましょう。



(4) 避難所や避難経路、手順を確認してみましょう

避難所を確認し、そこに行くまでの移動手段、避難経路を検討しましょう。

また、ふくしまマイ避難シートなども活用し、家族や関係者とどのような状況なら避難するのか、どのタイミングで避難するのか、災害時対応をあらかじめ話し合っておきましょう。

※ふくしまマイ避難シートとは・・・

「マイ避難」とは、日頃から一人ひとりが自分に合った適切な避難行動について考え、備えることです。水害から自分や大切な人の命を守るためには、自宅や職場などの洪水や土砂災害等の危険性を普段から理解し、災害が発生する前に安全に避難する必要があります。

このような避難行動をいざという時に速やかに行うために、普段から「マイ避難」を考え、マイ避難シートを作成しておくことで安心です。シートは、パソコンやスマホから手順にそって簡単に作成することができます。

・URL <https://fukushima-myhinan.jp>

・二次元コード



ワンポイントメモ【福祉避難所を御存知ですか？】

一般の避難所では避難生活が困難な方が避難する施設で、バリアフリー化や障がいのある方用のトイレなど、一定の設備・物資が整備された避難所を「福祉避難所」と言います。

災害の規模や避難者の状況などを総合的に考慮し、市町村が福祉避難所の開設を判断します。（※災害発生初日から必ず開設されるものではありません。）

対象となる方は、高齢者や障がいのある方、難病患者、妊産婦や乳幼児など、避難生活において特別な配慮を必要とする「要配慮者」及びその家族で、介護保健施設や医療機関などに入所・入院するに至らない程度の方が対象です。

福祉避難所の設置や運営は市町村に委ねられていますので、詳しくはお住まいの市町村にお尋ねください。

なお、福祉避難所の指定状況（指定施設一覧）は、福島県 保健福祉総務課のホームページでも確認することができます。

二次元コード→



出典：福島県 保健福祉部 保健福祉総務課「福祉避難所リーフレット」

(5)地域ぐるみの支援

家族など日頃介助している方が外出している時や負傷してしまった場合に備えて、隣近所や町内会、民生委員など地域の方々とコミュニケーションを図り、万一の際は協力や介助をお願いできる関係を築いておくことが大切です。

また、お住まいの市町村に、避難行動要支援者として登録しておくことをおすすめします。

①【避難行動要支援者名簿とは？】

東日本大震災の甚大な被害を教訓として、平成25年に災害対策基本法が改正され、災害が発生した時に自ら避難することが難しい高齢者や障がいがある方などを対象に「避難行動要支援者名簿」の作成が市町村に義務付けられました。

県北保健福祉事務所では、特定疾患医療費支給認定証の申請時のアンケートにより、お住まいの市町村への情報提供に同意いただけるかを確認していますが、同意いただいた方については要支援者名簿を作成し、市町村に情報提供を行っています。



市町村では、地震などの災害発生の際、登録者の安否確認や避難支援にこの名簿を活用します。（ただし、災害時に必ず助けがくるということを約束、保証するものではありません。）

普段から災害発生時の対応を家族や地域の方、関係者と話し合っておくことが大切です。



②【個別避難計画とは？】

災害時に支援が必要な方（避難行動要支援者）一人ひとりに対して、災害が発生したときにスムーズに避難支援が行えるよう、避難先や避難支援の方法などを記載した計画のことです。

近年、相次いだ豪雨災害等において、多くの高齢者や障がい者が被害を受けたことを踏まえ、令和3年に災害対策基本法が改正され、個別避難計画の作成が市町村の努力義務となりました。

患者さんとその家族の状態に合わせて、①避難に備えて準備しなければいけないこと、②どこに、どのような方法で避難するかを、事前に検討して個別避難計画に明記し、平時から避難支援に関わる方と共有しておくことが大変重要です。

※避難行動要支援者名簿、個別避難計画に関する市町村の問合せ先

二本松市	生活環境課・生活防災係	電話 0243-55-5102
	高齢福祉課・長寿福祉係	電話 0243-55-5114
	福祉課・障がい福祉係	電話 0243-55-5113
伊達市	社会福祉課 地域福祉係	電話 024-575-1264
本宮市	高齢福祉課 長寿福祉係	電話 0243-24-5208
	社会福祉課 社会福祉係	電話 0243-24-5371
桑折町	健康福祉課 福祉介護係	電話 024-582-1134
国見町	福祉課 社会福祉係	電話 024-585-2793
川俣町	総務課 消防交通係	電話 024-566-2111
	保健福祉課 地域福祉係	電話 024-566-2111
大玉村	福祉課 社会福祉係	電話 0243-24-8115



ワンポイントメモ【福島県防災アプリを活用しよう！】その2

福島県防災アプリには、「支援要請機能」があります。

この機能は、自治体から避難情報が発表されると、あらかじめ登録した支援者へ素早く支援を要請することができます。

右の二次元コードからダウンロードして、いざという時に備えましょう。



ワンポイントメモ【キビタン健康ネットを活用しよう！】

「キビタン健康ネット」とは、福島県内の医療機関、薬局、介護施設等を安全な通信回線（暗号化されたインターネット回線）で結ぶことにより、各施設を受診した際の検査、診断、治療内容・説明内容を、その後の診療に活かすことができる地域医療連携ネットワークシステムです。

災害時に道路が寸断され、診療所や病院に行けないなどの非常事態において、他の医療機関・薬局から診療情報や調剤情報を確認できます。また、救急搬送時にお薬手帳を持っていない場合でも、調剤情報を確認できるので、より早急な対応ができる可能性が増えます。

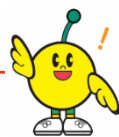
詳しくは、キビタン健康ネットのホームページを御確認ください。



出典：キビタン健康ネットホームページ

③【私の緊急連絡先】

【確認してみよう！緊急医療情報手帳】P10



【関係機関連絡先】

■介護事業所等

事業所名	担当者名	連絡先 (TEL・メールアドレス等)

※ケアマネさんやヘルパー事業所など、介護サービスに関連した連絡先はこちらに記載しましょう。

■医療機器会社等

事業所名	担当者名	連絡先 (TEL・メールアドレス等)
フクシマ電子	県北 太郎	024-500-0000

※人工呼吸器を使用、在宅酸素療法などを行っている場合、医療機器の取扱業者などはこちらに記載しましょう。

■地域（区長、民生委員、避難支援者等）

担当者又は施設名	連絡先 (TEL・メールアドレス等)
10区 区長 福島 花子	024-500-0000
民生委員 伊達 次郎	024-500-1111

※区長さんやお住まいの地区を担当している民生委員さんのほか、自主防災組織、消防団などの避難支援者についてこちらに記載しましょう。

■行政機関（保健所、市町村等）

機関名	担当課（者）名	連絡先 (TEL 等)
県北保健福祉事務所	健康増進課	024-534-4161

■電力会社

事業所名	連絡先 (TEL 等)

※電力を必要とする医療機器を使用している場合、電力会社の連絡先はこちらに記載しましょう。

参考：東北電力コールセンター 0120-175-366

(6) 災害時の情報収集と連絡手段の確保

災害発生時は、被災地あての通話が集中するため、電話がかかりにくくなります。

家族や知人との間での安否確認や避難場所の連絡等には、「災害時伝言ダイヤル」や「災害用伝言板サービス」を利用しましょう。

① 災害用伝言ダイヤル(171)

→災害発生時に家族、知人などの安否を確認する“声の伝言板”です。



(利用方法)

加入電話、公衆電話、ひかり電話から利用できます。携帯電話、PHS からも利用できますが、詳しくは契約している通信事業者を確認が必要です。

■伝言の録音方法

1 7 1 をダイヤルする
↓ ガイダンスが流れます
録音の場合 1 暗証番号を利用する録音は **3**
↓ ガイダンスが流れます
連絡を取りたい被災地の方の固定電話番号または携帯電話・IP電話の番号をダイヤルする。
0
0
↓ ガイダンスが流れます
プッシュ回線の場合は **1**
ダイヤル回線の場合はダイヤル不要
↓ ガイダンスが流れます
伝言の録音をする(30秒以内)

■伝言の再生方法

1 7 1 をダイヤルする
↓ ガイダンスが流れます
再生の場合 2 暗証番号を利用する再生は **4**
↓ ガイダンスが流れます
連絡を取りたい被災地の方の固定電話番号または携帯電話・IP電話の番号をダイヤルする。
0
0
↓ ガイダンスが流れます
プッシュ回線の場合は **1**
ダイヤル回線の場合はダイヤル不要
↓ ガイダンスが流れます
伝言の録音内容を確認する

出典：NTT 東日本ホームページ災害用伝言ダイヤル 171 パンフレット 1

② 災害用伝言板(web171)

→災害発生時に家族、知人などの安否を確認する“インターネット上の伝言板”です。

もしもの時に備え、事前に「利用者情報の登録」及び「利用方法の確認」をしておく心安心です。

(利用方法)

インターネット接続が可能な端末(パソコン、スマートフォン、携帯電話)から、伝言を登録する被災地の方などの電話番号(固定電話や携帯電話・PHS 等の番号)を入力して、安否情報の登録・確認を行うことができます。

https://www.web171.jp 
へアクセス
又は「web171」と検索
↓
伝言を登録する
被災地の方などの **電話番号を入力**
↓
説明に従い、 **登録/確認**

出典：NTT 東日本ホームページ災害用伝言板 171 パンフレット 2

③停電情報の確認

→東北電力ネットワーク停電情報通知アプリをダウンロードしておく、東北6県と新潟県の停電情報、停電理由や復旧見込時間などの情報を受け取ることができます。

APP Store



Google Play



出典：東北電力ネットワークホームページ



災害時は命を守ることが何よりも大切です。

周囲の援助が必要な方は、「自分でできること」「自分では難しいこと」「自分が必要としている援助」などを整理し、主治医や支援してくれる方と、災害時にどのような対応を行うか、事前に話し合っておき避難について決めておく、と安心です。
話し合ったこと、確認できたことをメモしておきましょう！

【確認してみよう！緊急医療情報手帳】P11



【家族の集合場所・避難先】

集合場所	
避難所	
避難経路	

※お住いの場所によっては、災害の種類で集合場所や避難場所が異なることがあります。避難経路とともに確認・記載しておきましょう。

話し合ったこと・確認できたことメモ



3 状態別に応じて準備しておくこと



(1) 人工呼吸器を使用している方

○人工呼吸器は、内部バッテリーの付いた機種を選択し、バッテリーの持続時間を確認しておきましょう。

また、長時間の停電に備えて、外部バッテリーも準備します。できれば交互に発電ができるよう、予備の外部バッテリーも用意しましょう。

(現在リースしている機器が内部バッテリーや外部バッテリーなどに対応していない機器を使用している場合は、機器の変更がどの時点から可能か、取扱業者に相談してみましょう。)

○バッテリーは経年劣化しますので、寿命を定期的に確認しましょう。

○人工呼吸器は電源が切れると、設定が初期状態に戻る機種もあります。人工呼吸器の設定のメモを見える場所に貼っておきましょう(換気モード、1回換気量など)。

○長時間の停電になると、外部バッテリーのみでは限界があるため、非常用の外部電源を確保しておくことが重要となります。

外部電源には主に、①蓄電池 ②発電機 ③自動車 があります。

①蓄電池…平常時にコンセントにつないで充電しておくことで、非常時の電源として使用できます。

②発電機…ガソリンやカセットボンベを入れて作動させることで電気を供給できますが、屋内で使うことができない、燃料の保管方法、定期的なメンテナンスなど、安全に使用するための管理が必要になります。最近は家庭用プロパンガスボンベに接続する発電機も販売されています。



③自動車…シガーソケットや 100V コンセントなどから電源をとる方法がありますが、車種によって異なるため、必要な電力を確保できるかも含めて確認が必要です。



●上記で紹介した外部電源は、メーカーとしては人工呼吸器などの精密医療機器への使用を推奨していないため、緊急やむを得ない場合の方法として紹介しています。なお、充填済みのバッテリーと人工呼吸器をつなぐと安全です。

在宅で医療機器を使用するためには、電気が必要となります。日常的に電気が必要な療養者であることを電力会社に伝えておく方法もあります。

※東北電力コールセンター 0120-175-366

県北保健福祉事務所では、人工呼吸器を使用している方や在宅酸素療法を行っている方など医療的ケアを日常的に行っている方の中で、災害時緊急支援が必要と判断した方については、市町村と一緒に電源の確保や避難方法を検討するなど、個別避難計画の作成について支援を行っています。





■医療機器の情報（記入日 年 月 日）		
人工呼吸器 自発呼吸 有 ・ <u>無</u>		
方法・機種	☒ TPPV（気管切開による侵襲的陽圧換気療法） ☐ NPPV（鼻マスクによる非侵襲的陽圧換気療法） 機種：	
装着時間	<u>常時（24時間）</u> 時間を決めて（ 時～ 時まで）	
バッテリー	内部バッテリー	有（ 時間）・無
	充電済み外部バッテリー	有（ 時間）・無
設定値	換気モード	
	1回換気量	ml
	換気回数	
	吸気時間	
	トリガー感度	
	PEEP 圧	
	IPAP/EPAP	/
	酸素	要 ・ 不要
酸素投与量	リットル/分	

バッテリーの時間、設定値については、人工呼吸器の定期点検時に取扱業者に確認しながら記入しましょう。

（2）在宅酸素療法を行っている方

○医師から指示されている酸素流量や自身の病状などについて、緊急医療情報手帳に記録しておきましょう。

○予備用酸素ボンベ、酸素キャリアを準備しておくほか、延長チューブやカニューレについても数日分は備蓄しておきましょう。

○災害時の対応について、主治医や取扱業者とあらかじめ話し合っておきましょう。

○酸素濃縮器を使用できない場合は、酸素ボンベへの切り替えを行います。家族や支援者は、在宅酸素療法に関する学習をして、緊急時には酸素ボンベへの切り替えができるようにしておきましょう。

また、携帯用酸素ボンベは使用時間に限りがあります。流量により使用可能時間が異なりますので、ボンベ1本でどのくらいの使用時間があるのか、あらかじめ知っておく必要があります。



災害時には不安や恐怖から、呼吸数が増加することもありますので、できるだけ早く業者に連絡してポンペを確保しましょう。

○日頃から火気厳禁であることに留意し、災害時にも注意を払うことが必要ですので、周囲にも理解を求めましょう。

(3) 吸引器を使用している方

○バッテリー内蔵の吸引器を用意しておくといいです。バッテリーが内蔵されている場合は、停電後も一定時間、使用することができます。使用中の機種について確認しておきましょう。

○電源を必要としない足踏み式や手動式の吸引器などをあらかじめ予備として準備しておくとい安心です。

【確認してみよう！緊急医療情報手帳】P7



吸引の状況 要 ・ 不要

吸引	□腔内 ・ 気管内 ・ 鼻腔内	
	カニューレサイズ	Fr
頻度	昼間	夜間
	回／日	
カフエア量		

※吸引を行っている場合、訪問看護師などに確認しこちらに記載しましょう。

酸素療法の状況 要 ・ 不要

安静時又は就寝時	吸 入 量	リットル／分
	吸入時間	時間／日
労作時	吸 入 量	リットル／分
	吸入時間	時間／日
酸素ポンペ	保管場所	
	保管本数	
備 考		

※在宅酸素療法を行っている場合、医療機器の取扱業者などに確認しこちらに記載しましょう。



(4)胃ろうを造設している方

○必要な経腸栄養剤の備蓄や確保が重要となります。

日頃から主治医や栄養士と相談し、経腸栄養剤の備蓄についての対処法を考えておきましょう。

○経腸栄養法に必要な物品を確保し、適切な場所に保管しておきましょう。

(経腸栄養剤、栄養剤を入れる容器、シリンジ、計量カップ薬を溶かすために使用する小さい容器など、必要物品についてもあらかじめ主治医等に相談、確認しておくとう安心です。)

○経腸栄養剤は、お湯に溶かすタイプや缶詰タイプがあります。被災状況によっては、水やお湯を使用できない場合があるため、主治医と相談し、缶詰対応の経腸栄養剤を準備しておくとうよいです。

(缶詰タイプの場合、湯せんし、37～40 度に温めておくため、お湯を使用できるように卓上コンロ等の準備も必要となります。)



避難時にはいつも使用している経腸栄養剤が手に入らない場合があります。

腹部症状(吐気、嘔吐、便秘、下痢)等の体調変化を気かけ、症状がある場合は、早期に関係者に相談してください。

(5)特殊な治療薬を使用している方

①インスリン

○インスリン治療を中断すると、糖尿病ケトアシドーシスや非ケトン性高浸透圧性昏睡等が誘発される恐れがあります。

○主治医と相談し、インスリンや注射針、消毒用アルコールなどの医療材料を備蓄しておきましょう。



②副腎皮質ステロイド薬

○服薬治療を急に中断すると、倦怠感や食欲低下、吐気、嘔吐、下痢、血圧低下、けいれん、意識障害など急性の副腎不全が誘発される恐れがあります。

○主治医と相談し、服薬が中断しないよう、薬剤を備蓄しておきましょう。

③抗てんかん薬

- 薬剤の中断により誘発されるけいれん発作は、通常の発作より重症化しやすいとされています。
- 薬剤の中断や睡眠不足、過労は、けいれん発作の誘因となります。
- 主治医と相談し、抗てんかん薬を備蓄しておきましょう。

④抗パーキンソン病薬

- パーキンソン病の治療に用いられるドパミン補充薬を急に中断すると、まれにはありますがパーキンソン症状が急速に悪化し、高熱、著明な発汗、筋肉のこわばりを主徴とする悪性症候群が誘発されることがあり、注意を要します。
- 主治医と相談し、薬剤を備蓄しておき、医療機関を受診できない場合でも服薬が中断してしまうことがないようにしておきましょう。

⑤重症筋無力症治療薬

- 薬剤の中断によって、急激に嚥下障害や呼吸障害(クリーゼと言います)が起こることがあります。
- 服薬が中断しないように、主治医と相談し薬剤を備蓄しておきましょう。

⑥潰瘍性大腸炎・クローン病の治療薬

- 投与間隔が一時的に空いても病状に大きく影響しないケースが多い一方で、病状や薬の種類によっては急な休薬が好ましくない状況もあります。普段から主治医と一緒にご自身の病状や治療薬の特徴について理解するようにしましょう。
- 服薬している薬剤によっては、温度や光で変性してしまうことがあります。薬剤の保存条件を薬剤師と確認するようにしましょう。



ワンポイントメモ

【災害時もお口のケアは大切です！】

災害時は普段の生活や食事と異なるため、抵抗力が弱まり、むし歯や歯周病、口内炎などが起こりやすくなるほか、お口のケアを十分に行えないことから、誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。

水が少ないときの歯みがきやだ液を出すマッサージなど、災害時のお口のケアを御紹介します。

歯みがき、お口のケアは あなたの命を守ります！

肺炎を防ぐために 歯みがきを！

- ・お口が清潔でないと細菌が増殖し、肺炎になりやすく、全身の病気の悪化につながります
- ・高齢者は特に注意が必要です

入れ歯をきれいに して肺炎を防ぎましょう

- ・お口を清潔に保つには入れ歯のお手入れが大事です
- ・食後に入れ歯をきれいにしましょう
- ・夜寝るときは入れ歯をはずしましょう

ハブラシがないとき

- ・食後に少量の水やお茶でうがいをします
- ・ハンカチやティッシュで歯の汚れをとるのも効果があります



だ液を出す工夫を

- ・だ液はお口の中をきれいに保つはたらきがあります
- ・耳の下、ほお、あごの下を手でもんだり、あたためると、だ液が出やすくなります



水が少ないときの歯みがき

- ・約30mlの水を用意
- ・水でハブラシをぬらして歯みがきします
- ・合い間にハブラシの汚れをティッシュでふきとります
- ・コップの水を少しずつお口に含み、2～3回にわけて、すすぎます



- ・液体ハミガキ、洗口液があれば、水のかわりにお使いください（水でのすすぎは不要）



- ・うがい薬もお口を清潔に保つのに効果的です

監修：ときわ病院 歯科・歯科口腔外科部長 神戸市健康局歯科専門役 足立了平先生
提供：一般財団法人 サンスター財団、サンスターグループ

SUNSTAR

出典：サンスター「覚えてください 防災にオーラルケア」
ホームページ避難所掲示用ポスター

【参考資料】

- ・災害時難病患者個別支援計画を策定するための指針 改訂版
- ・災害時難病患者個別避難計画を策定するための指針(追補版)
- ・大田区保健所 「難病患者・家族のための災害対策ハンドブック」
- ・市立函館保健所 「函館市難病ガイドブック」
- ・稚内保健所 「難病患者・家族のための災害時準備ガイドブック」

県北保健福祉事務所難病患者地域支援連絡会議 構成機関（R7.7月現在）

	構成機関	名称
1	医師会	一般社団法人 伊達医師会
2		一般社団法人 安達医師会
3	難病医療協力病院	公立藤田総合病院
4		北福島医療センター
5		済生会川俣病院
6		枅記念病院
7	薬剤師会	伊達薬剤師会
8		二本松薬剤師会
9	居宅介護支援事業所	伊達介護支援専門員連絡協議会
10		安達地方介護支援専門員連絡協議会
11	訪問看護ステーション	福島県訪問看護連絡協議会県北支部
12	県北地区地域リハビリテーション広域支援センター	枅記念病院
13		あづま脳神経外科病院
14	基幹相談支援センター	ふくしま基幹相談支援センター
15		相談支援事業所サポートセンターTSUBASA
16	難病患者・家族	日本 ALS 協会福島支部
17	市町村	二本松市
18		伊達市
19		本宮市
20		桑折町
21		国見町
22		川俣町
23		大玉村
24	消防	伊達地方消防組合消防本部
25		安達地方広域行政組合消防本部
26	事務局	福島県県北保健福祉事務所

【ガイドブック作成協力機関】

- ・福島県 災害対策課
- ・福島県 保健福祉総務課
- ・福島県 障がい福祉課

【ガイドブックに関する問合せ先】

県北保健福祉事務所 健康増進課 電話 024-534-4161

