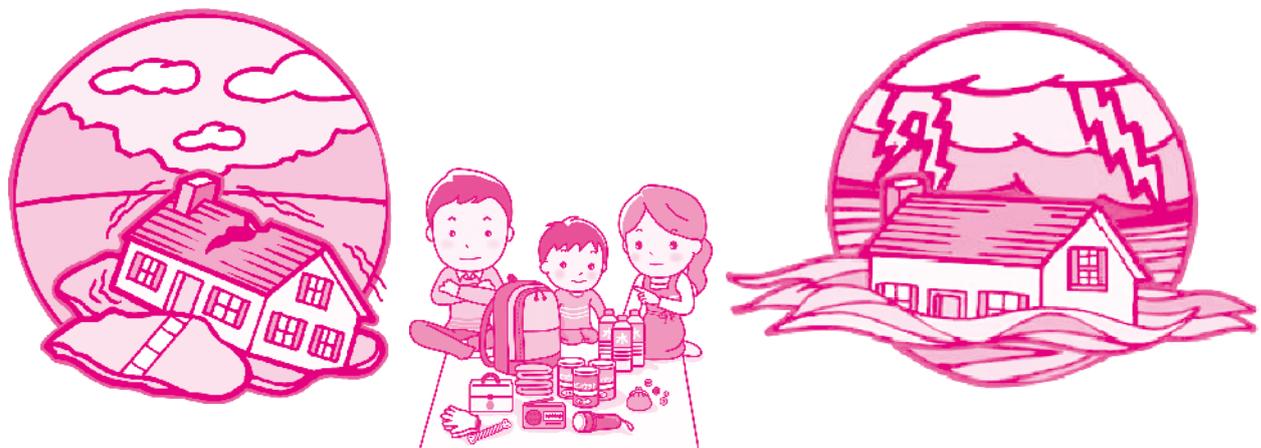


難病・小児慢性特定疾病等の患者・ご家族様へ
いざという時のために

災害に備えて

- ❁ 地震・水害などの災害はいつおこるかわかりません。
- ❁ 大規模な災害時は、電気・ガス・水道などのライフラインが途絶えたり、家屋の倒壊や家具の転倒などにより医療機器が壊れるなどの事態が予測されます。
- ❁ 災害時、本人や家族の方は、普段できることができなくなってしまうことがあります。
- ❁ 災害が起きた時、落ち着いて対応するためには、日頃からの備えが大切です。
- ❁ このチラシは日頃から準備すべきことや、災害に備えるポイントをまとめています。いざという時のために、ご自身で必要な物品を確認し災害に備えましょう。



過去の震災体験から学ぼう！

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、国内観測史上最大のマグニチュード9.0を記録し、甚大な被害をもたらしました。難病の患者やご家族の方々も大きな被害にあわれました。過去の大きな地震で患者や家族の方々がどのようなことに困ったかをご紹介します。

避難できずに困った！

- ・余震が来ても本人が起きてくれずに外に出ることができず、家が壊れそうで怖かった。動くこともできないのでベッドの上で揺れがおさまるのを待つだけだった。このまま家の下になって2人で死んでも仕方がないと思った。
- ・足が悪いので松葉杖で避難するのが大変だった。
- ・家族がいてくれたので大丈夫だったが、もし一人でいる時だったら避難もままならないのでは・・・と思った。



トイレが困った！

- ・しばらくの間、水が出なくてトイレが使えず、お腹が痛くて大変困った。どうしても仮設トイレが使えず、かなりのストレスでした。

停電で困った！

- ・電動リフトが停電で動かず外に出られない。
- ・地震と同時に停電したので在宅での医療介護機器すべて使えなくなった。震災後に災害に備えて小型発電機を購入した。
- ・被害の有無が分からない。一人で外出できない。



(新潟県柏崎保健所 患者家族から聞き取りより)

避難生活で困った！

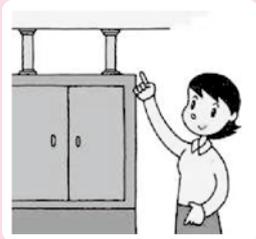
- ・息子の家に避難したが、環境が変わったせいでショックから歩行ができなくなり、車いすの生活になりました。

【参考】過去の地震におけるライフラインの被害状況

	東日本大震災 (平成23年3月11日)	熊本地震 (平成28年4月14日)
電気 (停電)	約850万戸 (概ね6日で復旧)	約47万7千戸 (概ね6日で復旧)
ガス (停止)	約208万戸 (概ね36日で復旧)	約10万5千戸 (概ね16日で復旧)
水道 (断水)	約229万戸 (概ね22日で復旧)	約44万6千戸 (概ね7日で復旧)

(内閣府ホームページを元に作成)

災害に備える **ポイント**



●部屋の安全点検と対策

地震によって家具等が倒れてきてけがをしないように、大きな家具は固定をしておくほか、寝室には家具を置かない等、家具やベットの配置等も工夫しましょう。

●避難場所、避難ルート、連絡方法の確認

地域の避難場所や移動手段等について、普段からお住まいの市町のハザードマップや広報・情報等で確認したり家族と相談しておきましょう。また、家族との連絡の取り方や災害用伝言ダイヤル171の使い方を確認しておきましょう。連絡先リストは目のつくところに置いておきましょう。



●緊急時対応の相談

緊急時の対応については、あなたの支援者（主治医、介護支援専門員など）と日頃からよく相談しておきましょう。



●日頃から隣近所の協力体制

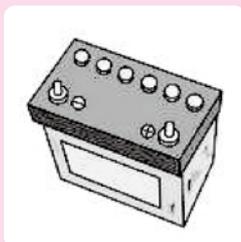
災害時頼りになるのは、ご家族とご近所の方々です。ご家族のみで避難が困難な方は、自主防災組織や隣人の方の支援が受けられるように事前に依頼しておきましょう。

●医療処置、特殊なお薬の準備

医療処置が必要な方は、医療用具や衛生材料の予備を7日分準備しておきましょう。普段内服している薬・栄養剤等は、最低3日分（可能なら5～7日分）を用意し、お薬手帳とともに非常時に持ち出せるよう準備をしておきましょう。（※急に内服を中断すると副作用が出たり、症状が悪化することがあります）



●医療機器の停電対策



電気を使う医療機器（人工呼吸器・吸引器等）を使用されている場合は、災害直後では、避難されるまで、予め準備しているバッテリーを使用されることとなります。

バッテリーの有無や運転可能時間を事前に医療機器メーカーの担当者や訪問看護師に確認し、バッテリーを常に充電しておきましょう。また外部バッテリーや自家発電機を用意しておくことも検討しましょう。

災害対策は、日頃の備えが大切です

災害時は、想定しなかった事態も起こります。

電気やガスなどのライフラインの被害のほか、行政や医療機関も被害を受ける可能性があります。その機能の回復には3日間程度が予想されます。

そのため災害に備えた物品は最低3日間程度を目安に用意しておきましょう。

基本的な 持出品	<ul style="list-style-type: none">現金、印鑑、通帳、保険証など。 → いつでも持ち出せるよう決まった場所にしまいましょう。10円硬貨（公衆電話に利用できます）飲料水（ペットボトル）・懐中電灯、携帯ラジオ衣類（下着やセーター、ジャンパー類）マスク、体温計、消毒液等の感染症対策用品携帯電話、スマートフォンのバッテリー軍手、ヘルメット（帽子）など	
病気に関する 持出品	<ul style="list-style-type: none">特定医療費（指定難病）・小児慢性特定疾病等 医療受給者証（コピーでも可）薬とお薬手帳薬を飲むための飲料水（ペットボトル）処置などに必要な物品	

☆この他、ご自身の状態にあわせて必要な物品を事前に用意しておきましょう。

避難に時間を要する方（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）は、お住まいの市町から【警戒レベル3】高齢者等避難情報が発令されたら、危険な場所から避難しましょう！

※【警戒レベル4】避難指示が発令されたら、危険な場所から全員避難です。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

医療処置・医療機器等の必要な方で、災害時の対応について不安な場合は、お住まいの市町担当課または、最寄りの保健所までご相談ください。

保健所	住所	電話番号
大津市保健所	大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津1階	077-522-6766
草津保健所	草津市草津3丁目14-75	077-562-3534
甲賀保健所	甲賀市水口町水口6200	0748-63-6148
東近江保健所	東近江市八日市緑町8-22	0748-22-1300
彦根保健所	彦根市和田町41	0749-21-0283
長浜保健所	長浜市平方町1152-2	0749-65-6610
高島保健所	高島市今津町今津448-45	0740-22-2419