

# 災害

# に備えるための事前確認リスト

監修 小森哲夫先生(国立病院機構箱根病院 名誉院長 現:国際医療福祉大学小田原保健医療学部 学部長)

リストに書いてある内容を参考に、災害対策を行いましょ。このリストはプリントアウトして、書き込むこともできます。

## 連絡先の確認

- 人工呼吸器の会社
- 在宅酸素の取扱会社など



確認したらチェック! >

## 人工呼吸器や酸素濃縮器の緊急時の対応方法



確認したらチェック! >

## 災害時緊急連絡リストの作成と連絡方法の確認

- NTT災害用伝言ダイヤルへの登録と練習など



確認したらチェック! >

## 防災訓練への参加



確認したらチェック! >

## 自宅の耐震診断と対策

- 家具の固定
- 医療機器の固定
- 医療機器の転落防止
- ガラス製品の粉砕予防



確認したらチェック! >

## どのような状況なら避難するか、家族との話し合い



確認したらチェック! >

## 普段からの近隣住民とのお付き合い



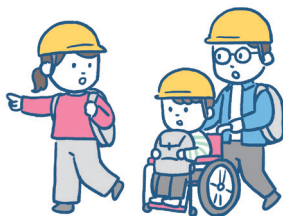
確認したらチェック! >

## 自宅周辺のハザードマップの確認



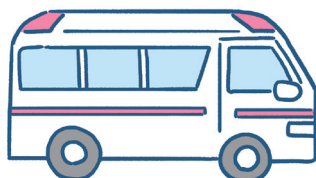
確認したらチェック! >

## 避難方法の確認



確認したらチェック! >

## 移動手段の確保



確認したらチェック! >

## 電源の確保



確認したらチェック! >

- 個別避難計画の作成に必要な患者情報の確認はしましたか？
- 避難行動要支援者名簿に登録されているか確認しましたか？
- どのような災害のときに、どこへ、どのように避難をするか、確認しましたか？

記入欄:

## 緊急時連絡リスト

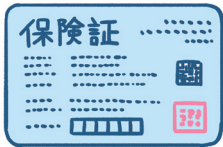
記入欄:

# 災害時持ち出し袋に入れておくべきもの 災害時に避難所に持っていくもの

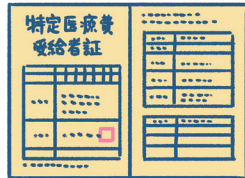
あなたが明日生活するために最小限必要なものを準備しましょう。



健康保険証の  
コピー



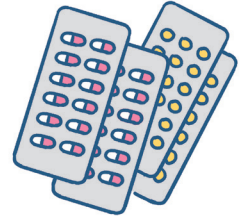
特定医療費  
受給者証



お薬手帳



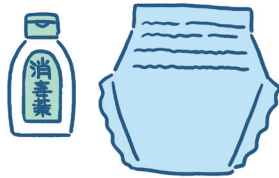
常用中の薬剤  
1週間分



薬服用の水



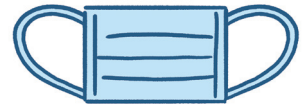
医療薬品・消毒薬  
などの衛生用品等の  
予備(おむつなど)



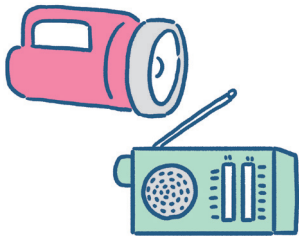
簡易トイレ



マスク



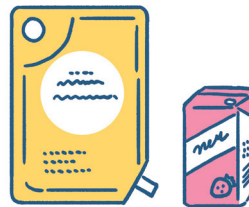
懐中電灯、  
携帯ラジオ



携帯電話、充電器




経管栄養食



コミュニケーション  
に必要な機器/道具

●透明文字盤など



 その他(記入することができます)

MEMO