

あんしん手帳



千葉県

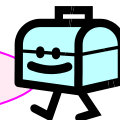
健康福祉センター（保健所）



(ふりがな) 氏 名		生年月日	昭和・平成・令和 年 月 日
自 宅	住所： 電話：		
連絡先 (同居家族)	氏名： 続柄（ ） 連絡先 電話番号：		
	氏名： 続柄（ ） 連絡先 電話番号：		
連絡先 (別居家族)	氏名： 続柄（ ） 住所： 電話番号：		
	氏名： 続柄（ ） 住所： 電話番号：		

人工呼吸器を使用している方へ

I 災害に備えて用意しておくもの



一般的に災害時、本格的救助やライフラインの回復に約3日かかるといわれています。
3日間（72時間）を乗り越えることができるように、日頃から準備をしておきましょう。

1 物品リスト

まとめられる物はひとまとめにして、人工呼吸器の近くに置いておきましょう。

品目		個数	置いてある場所	備考
1	アンビューバック			
2	外部バッテリー			
3	人工呼吸器			
4	パルスオキシメーター			
5	予備の回路一式			
6	予備の吸引器(携帯可能)			
7	予備の吸引チューブ			
8	気管カニューレ予備			
9	(滅菌グローブ)			
10	アルコール綿			
11	聴診器			
12	(カフ圧測定器)			
13	蒸留水			
14	経管栄養剤			
15	注射器			
16	注入器			
17	加湿器			
18	バンソウコウ			
19	ピンセット			
20	ハサミ			
21	ガーゼ			
22	予備のイルリガートル			
23	接続チューブ			
24	おむつ			
25	ラジオ			
26	懐中電灯			

27	携帯電話の充電器			
28	発電機と燃料			
29	延長コード			
30	健康保険証			
31	特定医療費(指定難病)受給者証			
32	予備の薬			
33	あんしん手帳			
34	現金			
35	洗面用具			
36	入浴用具			
37	着替え			
38	シガライター充電器			
39	ビニール袋			
40	ティッシュ			
41	コップ			
42	車椅子			
43	タンカ (例)物干し2本+毛布			
44	文字盤			
45	寝具(毛布、シーツ)			
46	バスタオル、タオル			
47	乾電池			

2 災害時の備えのポイント

- アンビュバックはいつでも使える状態にしておきましょう。
(手繰り紐をつけてベッドに結んでおくと慌てずに探せます。)
- バッテリーは常に充電しておき、緊急時に使用できる状態にしておきましょう。
- 吸引器は、充電式の内部バッテリーで作動するポータブルか、足踏み式、手動式のいずれかの吸引器を準備しておきましょう。
- 部屋の安全点検をしましょう。
- 災害時の避難場所と避難ルートを確認しておきましょう。
- 災害時に協力してくれる親戚、友人、近隣者、民生委員などに状況を話しておきましょう。
- 連絡先や避難方法、必要物品など関係者と具体的な相談をしておきましょう。
- 災害時要援護者支援制度への登録をしておきましょう。(お住いの市町村)

Ⅱ 災害が発生したとき



- 1 患者さんが無事か確認する
- 2 家の被害、ライフライン（電気・ガス・水道）の被害、
避難勧告が出ていないか確認する
- 3 人工呼吸器が正常に作動しているか確認する
 - ・ 人工呼吸器本体に破損がなく、作動しているか
 - ・ 異常な音、臭いは出ていないか
 - ・ 回路の各接続部にゆるみはないか
 - ・ 回路は破損していないか
 - ・ 設定値が変わっていないか。モニタリング画面の確認
- 4 正常に作動していない場合はすぐにアンビューバッグによる呼吸を開始します。
人工呼吸器が正常に作動していない場合の連絡先



本人と介護者の負傷や家屋の被害、避難指示がなく、医療機器、
ライフラインに被害がなければ ➡ **在宅で様子を見ましょう。**

避難する場合も在宅の場合も、連絡可能な関係機関への一報をいれてください。



家屋の破損、本人又は介護者の状況、ライフラインの復旧の目処が立たないなど

自宅療養が困難な場合 ➡

避 難

第一連絡先

第二連絡先

移動方法

避難先 医療機関

避難可能な場所

Ⅲ 基本情報



名前 生年月日 S・H・R 年 月 日
住所 (TEL)
診断名

人工呼吸器の設定 機種 型番

換気モード			
1 回換気量		呼吸回数	
I : E 比		気道内圧上限	

気管カニューレ 製品名 サイズ

吸引器 機種

気管内チューブ	製品名		サイズ	
吸引 鼻チューブ	製品名		サイズ	
口チューブ	製品名		サイズ	

吸引回数

栄養

摂取方法 経口 経鼻 胃ろう IVH その他
内容 量 ml / 回 回 / 日

排泄

方法	尿		便	
通常量	尿	ml / 日	便	回 / 日
バルンカテーテル	製品名			Fr

コミュニケーション方法

会話 筆談 文字盤 意思伝達装置 アイコンタクト

その他特記事項

年 月 日 確認 記載者 ()

IV 関係者リスト

区分	所属	担当者の職と氏名	連絡先
主治医 訪問診療医			
専門医療機関 (緊急受け入れ先)			
ケアマネジャー			
訪問看護 ステーション			
介護事業所			
保健所			
市町村			
人工呼吸器 業者			
吸引器 業者			
東京電力			
消防署			
民生委員			
近隣の協力者			

V その他

1 内服薬等

*処方されている薬を書き出しておくか、一覧表を貼っておきましょう。

2 災害時の連絡方法・家族の安否確認・災害時情報

■ NTT 災害用伝言ダイヤル「171」

◆伝言の登録：ダイヤル「171」

⇒録音開始「1」を押す⇒市外局番から自宅（被災地の方）の電話番号

※例）自宅電話番号が「043-223-2662」の場合は：171-1-043-223-2662

◆伝言の再生：ダイヤル「171」

⇒録音再生「2」を押す⇒市外局番から自宅（被災地の方）の電話番号

※例）確認したい方の電話番号が「043-223-2662」の場合：171-2-043-223-2662

携帯電話やスマートフォンによる災害用伝言板サービスもあります。



3 風水害から身を守るために

- 最新の気象情報を入手しましょう。
- 大雨の時には地下街・地下室の利用をやめましょう。
- 市町村が発する避難に関する情報を正しく理解しましょう。



	河川氾濫 1級河川などの 大河川の氾濫	大雨 低地の浸水や 大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや 土石流	高潮 海水面上昇や 波の打上げによる浸水	(警戒レベルごとの) 住民が とるべき行動
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	命の危険 直ちに安全確保！
＜警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！＞					
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	危険な場所から全員避難
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	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
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	避難行動を確認（避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど）
警戒レベル 1	早期注意情報				災害への心構えを高める

4 緊急・防災ニュース、気象情報、交通・ライフライン情報など県内防災情報

- 千葉県防災ポータルサイト <https://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/>

千葉県ポータルサイト二次元コード

