

## いざという時の家族・身近な方の緊急連絡先

氏名 (関係) 同居・別居	氏名 (関係) 同居・別居
住所	住所
電話	電話

## 症状・緊急時の連絡先

疾病名			
医療的ケア			
<input checked="" type="checkbox"/> 移動	<input type="checkbox"/> 寝たきり	<input type="checkbox"/> 座位可能	<input type="checkbox"/> 独歩可
配慮が必要な日常生活支援	<input checked="" type="checkbox"/> 食事	<input type="checkbox"/> 嚥下困難食 ( <input type="checkbox"/> きざみ <input type="checkbox"/> とろみ )	
	<input type="checkbox"/> 食事介助 ( <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 )		
	<input checked="" type="checkbox"/> 排泄	<input type="checkbox"/> オムツ	<input type="checkbox"/> 尿カテーテル <input type="checkbox"/> 人工肛門
	機関名	担当者	電話番号
主治医①			
主治医②			
訪問看護ステーション			
相談支援事業所			
医療機器業者			
医療機器取扱業者			

発行  特定非営利活動法人 地域ひとネット <https://chiikihito-net.com>

[電話] 097-547-2424 [携帯] 080-9092-5534 [メール] info@chiiki-hito.net

この冊子は令和4年度 豊和銀行「NPO 団体への助成金制度」を利用して制作しました。

## 災害時に届きにくい声を聴く

近年、大分県内でも多くの自然災害が発生しております。私たち、地域ひとネットでは災害時に配慮が必要な方々(高齢者/障がい者/妊婦/乳幼児家庭など)の後方支援活動をしています。

「医療的ケアが必要なお子さんとご家族」の方々は、様々な理由で避難所へ避難しづらい現状があります。いざというときに備えて、日頃からの関係づくりがとても大切となります。

この手帳は、災害に備えて少しでも安心して暮らしていただけるようにとの思いで作成しました。

多くの方にご活用いただけたら幸いです。

特定非営利活動法人 地域ひとネット

## 医療的ケア児と災害時に備えるには？

自分のこどもになにかあったときにどうしよう。

災害時にどこに避難できるの？

必要なものが足らなくなったらどうしよう？

「災害の備え」と言われてもはじめは

あたまの中を、たくさんのがぐるぐる巡ると思います。

家族の医療的ケアを行う中、災害にまで備えるのは負担のかかること。

電源など物資の備えに自治体からの補助がある場合もあります。

家族で抱えず、相談支援専門員さんなどにまずは相談しましょう。

大分県医療的ケア児者の親子サークル ここから

## 相談したいとき、わからないとき

相談をする 大分県が運営する医療的ケア児専門の相談窓口です。

医療的ケア児専門の相談窓口

大分県 医療的ケア児支援センター

(大分県庁内)

TEL 090-4052-0750 (平日 9:00 ~ 16:30 ※祝祭日を除く)

電話 / メール / 対面 ※訪問の前に事前に電話かメールをお願いします

※平時の相談窓口です

難病患者・小児慢性特定疾病の患者とそのご家族が相談できる窓口

大分県難病相談・支援センター

TEL 097-578-7831 (平日 9:00 ~ 17:00 ※祝祭日を除く)

電話 / メール / 対面 ※面談ご希望の方は事前に電話かメールをお願いします

話したい 民間が運営する第三者の相談窓口です。

医療的ケアが必要な児者と家族が気持ちや経験を共有する当事者団体

大分県医療的ケア児者の親子サークル ここから

TEL 090-7164-9751 (担当: 安藤 / 電話対応時間は 11:00 ~ 16:00)

電話 / メール / 対面 ※事前にメール、SNS のメッセージで連絡をお願いします

医療的ケア児の子育て相談が可能な病児保育サービスを提供する保育園

病児保育 さくらいろ保育園

TEL 097-578-7612 (平日 9:00 ~ 15:00 ※祝祭日を除く)

電話 / LINE / 対面 ※訪問の前に事前に LINE でご連絡をお願いします。

※看護師が相談支援専門員としてご対応いたします。

話したいことを話せる場所

~寄添うあなたが気持ちのゆとりを作れる場所~

チャイルドラインおおいたままのほけんしつ

LINE (10:00 ~ 18:00 ※祝祭日を除く)

## 医療的ケアが必要なこどもと いっしょに災害にそなえる手帳



お子さんの名前	
生年月日	血液型 A・B・O・AB【Rh(+-)】
自宅住所	電話
家族の名前	家族の名前
職場名	職場名
職場住所	職場住所
職場電話	職場電話

# 地震、水害、各災害時に 医ケア児と家族は何を備える？

災害時には「ライフライン」「物資・支援」「避難先」など  
日常を過ごす上で必要なものが手に入りづらくなります。

平時からの備えとして

「いつ、どこに、どのように避難するか」の個別の計画を作りましょう。

支援者や地域との関係づくりや情報共有が大切です。

また災害時は、状況や必要な支援を伝えることが重要となります。

主治医や関係機関の方と防災・減災について一度考えてみましょう。

## 避難にむけての備え

### ハザードマップを確認しよう。

ハザードマップで自宅周辺の危険な箇所を確認し、避難経路・方法を考えましょう。自宅周辺にリスクが少ない場合は安全の確保を。  
マップは各自自治体の発行する冊子や、大分県の「おおいた防災アプリ」で確認できます。



ハザードマップは定期的に更新されています。最新版の確認を。

避難所情報・ハザードマップ

おおいた防災アプリ



### いつ避難する？

#### 基準を知ろう。

段階を踏んで避難することが多い豪雨災害の場合、避難情報では警戒レベル3の「高齢者等避難」での避難が前提です。

※避難警戒レベルについては変更される場合があります。

#### 警戒レベル

5  
4  
3  
2  
1

【高齢者等避難】  
すぐ行動できるように

医療ケアや  
災害グッズの確認・準備

# 災害が発生！まず電源と水の確保。

## ！ ライフラインが止まる

医療的ケア児にとって、災害時に一番心配なのは「電源」と「水」。災害発生時の連絡先をまとめておきましょう。

電力会社・酸素会社・医療機器会社など

電力・酸素・機器・その他( ) TEL:

電力・酸素・機器・その他( ) TEL:

電力・酸素・機器・その他( ) TEL:

## 電源・水などを自宅に備える



### 電源 非常用電源を備える

早めに外部電源に切替られるように準備します。  
事前に各市町村の窓口にご相談ください。  
購入時の補助制度があります。



### 電源 車両から電源を確保する

ハイブリッド車など電動車のバッテリーから給電する方法もあります。  
自治体によっては避難所に電源車両がくることも。



### 水 5年保存水などボトルの水を備える

長期保存が可能な水を自宅に備える必要があります。また、定期的にミネラルウォーターを入れ替える「ローリングストック」も方法のひとつです。

# 災害発生から3日間を乗り切る。

## ！ 物資・薬や日常支援の不足

災害時にはライフライン、物資・支援、避難先など必要なものや情報が入りづらくなります。  
発災から3日間を過ごせるようにストックが必要です。

### 物資 物資・薬のストック

支援をうけにくい **3日分**の薬・消耗品をストックしましょう。

### 日常支援 事前準備と記録

かかりつけ医、訪問看護師と事前に協議・相談を。  
 家族の被災を想定して、第三者に症状を伝えられる記録を。

## 災害時に必要な物品をチェックする

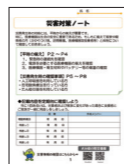


### 難病患者のための災害時準備ガイドブック

(発行：大分県福祉保健部 健康づくり支援課)

医療情報の詳細な記入欄や災害時の物資のチェックリストがあり、書き込むことで、具体的な災害準備ができる冊子です。

配布箇所 大分県内の保健所 / ダウンロード



### 災害対策ノート

(発行：大分県・大分市慢性疾病児童等地域支援協議会)

自分のこどもが具体的に何をいくつ備えたらよいか書き込めるシートが作成されています。

配布箇所 ダウンロード



# 考えられる避難場所とは？

## ！ 避難所への移動・電源の確保が困難

移動することや生活環境の確保などで避難場所の選択肢がいくつか考えられます。「病院」「福祉避難所」「ホテル」もその一つです。  
状況によっては、「自宅避難」になることも想定します。

### 移動方法・避難先 事前に関係者と相談

通院先への相談や福祉避難所がどこに開設されるか確認しておく

### 自宅避難の場合 災害の種類ごとに安全な場所を考える

【水害の場合】  なるべく高層階などに避難できるかを考える  
【地震の場合】  余震に備えて屋外に出る経路を確保する

## 避難先を考える

病院 福祉避難所 宿泊施設 など

避難先の候補 避難先の候補をいくつか書き出しておきましょう。

種類	施設名	電話
病院・福祉避難所・宿泊施設		TEL:
病院・福祉避難所・宿泊施設		TEL:
病院・福祉避難所・宿泊施設		TEL:

病院・福祉避難所に避難ができず、宿泊施設等に避難をする場合にそなえ、施設ごとにバリアフリー状況を調査したウェブサイトを活用しています。



おおいた・いとでんわプロジェクト  
(運営：NPO 法人 地域ひとネット)

