

さんの

災害・緊急時の停電に備えた 避難対応ノート

- 本ノートは、在宅人工呼吸器・酸素療法使用児等のための災害・緊急時の停電に備えた個別支援計画です。
- お子様・ご家族の皆様が万一の災害時や緊急時に停電が発生した際に少しでも落ち着いてスムーズに避難することができるように、お子様やご家族、避難時の支援者等とともに計画していくためものです。
- 災害等はいつやってくるかわかりませんので、本ノートを緊急避難物品や人工呼吸器のそばなどの決まった場所に必ず置いて、定期的に内容を再確認しましょう。
- 停電時には、本ノートを見ながら落ち着いて行動しましょう。
- 災害等による避難や緊急受診・入院の際にも本ノートを必ず持っていきましょう。
- 状況が変われば、すぐに内容を修正し、修正日を記入してください。

作成日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

目 次

1	緊急時連絡票	1
2	人工呼吸器に関する情報の添付欄	3
3	その他、医療情報に関する添付欄等	4
4	医療的ケアのタイムスケジュール	4
5	停電時の備え	5
6	自宅付近のハザード情報	8
7	災害時に準備しておくもの	9
8	避難を判断する目安	11
9	災害が発生した時の初期対応	12
10	停電が発生した時の対応	13
11	避難する場合の方法	14
12	関係者連絡リスト	15
	(参考資料)	16

1 緊急時連絡票

この連絡票は、災害時等に初めて対応する医療関係者に参考にしてもらうために医療情報等をまとめたものです。

(フリガナ) 名前			性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性	生年 月日	年 月 日
住所		京都市 区				
電話番号		(父・母・その他 ()) (父・母・その他 ())				
メールアドレス		(父・母・その他 ()) (父・母・その他 ())				
診断名						
合併症						
経過		発症 年 月 人工呼吸器装着 年 月				
アレルギー		<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ()				
主治医	病院	医療機関名		医師名		
		所在地		電話番号		
	かかりつけ医	医療機関名		医師名		
		所在地		電話番号		
内服薬		★薬局でもらう薬の説明書をコピーしてP4に添付されてもいいです				
基礎情報 (平常時の情報を記載しておきましょう)	身長			体温		
	体重	cm kg			℃	
	血圧	/ mmHg		脈拍	回/分	
	SpO2	% (酸素投与 なし ・ あり (酸素 L/分))				
コミュニケーション		<input type="checkbox"/> 会話 <input type="checkbox"/> 筆談 <input type="checkbox"/> 文字盤 <input type="checkbox"/> 意思伝達装置 <input type="checkbox"/> その他 () 具体的に記載 (Yes/No のサイン等)				
その他伝えておきたいこと						

医療的ケア情報		
□人工呼吸器	<input type="checkbox"/> 気管切開式（TPPV） <input type="checkbox"/> マスク式（NPPV） <input type="checkbox"/> CPAP 機種名（ ） 自発呼吸 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし 離脱 <input type="checkbox"/> 可能（約 分） <input type="checkbox"/> 不可 装着時間 <input type="checkbox"/> 24時間 <input type="checkbox"/> 夜間のみ <input type="checkbox"/> その他（ ） ※以下、機器の設定については記載もしくは次のページに写真や指示書の添付をしてください	
	<table border="1"> <tr> <td> <input type="checkbox"/>量規定（VCV） <input type="checkbox"/>1回換気量（ ）ml/分 <input type="checkbox"/>PS（ ） <input type="checkbox"/>PEEP（ ） <input type="checkbox"/>呼吸回数（ ）回/分 <input type="checkbox"/>吸気時間または吸気流量（ ） </td> <td> <input type="checkbox"/>圧規定（PCV） <input type="checkbox"/>IPAP（ ） <input type="checkbox"/>EPAP（ ） <input type="checkbox"/>換気圧（ ） <input type="checkbox"/>PS（ ） <input type="checkbox"/>PEEP（ ） <input type="checkbox"/>呼吸回数（ ）回/分 <input type="checkbox"/>吸気時間（ ） </td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/> 量規定（VCV） <input type="checkbox"/> 1回換気量（ ）ml/分 <input type="checkbox"/> PS（ ） <input type="checkbox"/> PEEP（ ） <input type="checkbox"/> 呼吸回数（ ）回/分 <input type="checkbox"/> 吸気時間または吸気流量（ ）
<input type="checkbox"/> 量規定（VCV） <input type="checkbox"/> 1回換気量（ ）ml/分 <input type="checkbox"/> PS（ ） <input type="checkbox"/> PEEP（ ） <input type="checkbox"/> 呼吸回数（ ）回/分 <input type="checkbox"/> 吸気時間または吸気流量（ ）	<input type="checkbox"/> 圧規定（PCV） <input type="checkbox"/> IPAP（ ） <input type="checkbox"/> EPAP（ ） <input type="checkbox"/> 換気圧（ ） <input type="checkbox"/> PS（ ） <input type="checkbox"/> PEEP（ ） <input type="checkbox"/> 呼吸回数（ ）回/分 <input type="checkbox"/> 吸気時間（ ）	
□酸素	<input type="checkbox"/> あり（ ）L/分 <input type="checkbox"/> 鼻カニューラ <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> その他（ ） <input type="checkbox"/> 携帯用酸素ボンベ（ ）L/分）の使用で、1本（ ）時間	
□気管切開	<input type="checkbox"/> カニューレ製品名（ ） サイズ（ ）mm <input type="checkbox"/> カフ（ <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし） <input type="checkbox"/> カフ圧（ ）ml	
□吸引	<input type="checkbox"/> 気管内 <input type="checkbox"/> 鼻腔内 <input type="checkbox"/> 口腔内 <input type="checkbox"/> 吸引回数（ ）回/日（夜間 回/日） <input type="checkbox"/> 吸引カテーテルサイズ（ ）Fr	
□栄養	<input type="checkbox"/> 経口（ <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> きざみ <input type="checkbox"/> 軟食 <input type="checkbox"/> ペースト）食事介助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 <input type="checkbox"/> 胃ろう <input type="checkbox"/> 腸ろう <input type="checkbox"/> 経鼻 <input type="checkbox"/> IVH <input type="checkbox"/> その他（ ） <input type="checkbox"/> 栄養剤等の製品名（ ） <input type="checkbox"/> 摂取量 1日（ ）回 1回（ ）ml <input type="checkbox"/> 水分補給（ ）ml <input type="checkbox"/> 注入ポンプ（ <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし） <input type="checkbox"/> IVH・経管栄養滴下速度（ ）	
□排泄	尿 <input type="checkbox"/> 自立 <input type="checkbox"/> 尿器 <input type="checkbox"/> オムツ <input type="checkbox"/> 膀胱カテーテル（ ）Fr <input type="checkbox"/> 導尿（ ）回/日 カテーテルサイズ（ ）Fr	
	便 <input type="checkbox"/> 自立 <input type="checkbox"/> 便器 <input type="checkbox"/> オムツ <input type="checkbox"/> 人工肛門（ストーマ） <input type="checkbox"/> 浣腸・下剤・他（ ）回/日 <input type="checkbox"/> その他（ ）	
その他特記事項		
記載援助者	所属： 氏名：	
	所属： 氏名：	

2 人工呼吸器に関する情報の添付欄

【例】人工呼吸器の設定の指示書のコピーもしくは人工呼吸器の設定画像
人工呼吸器と回路接続画像

3 その他、医療情報に関する添付欄等

【例】お薬手帳や薬の説明書のコピー

医療的ケア方法（体位（ポジショニング）、ベット・いす使用時の注意など）
伝えたいこと

4 医療的ケアのタイムスケジュール

時刻	医療的ケア内容	時刻	医療的ケア内容
0:00		12:00	
1:00		13:00	
2:00		14:00	
3:00		15:00	
4:00		16:00	
5:00		17:00	
6:00		18:00	
7:00		19:00	
8:00		20:00	
9:00		21:00	
10:00		22:00	
11:00		23:00	

5 停電時の備え

医療機器と確認内容	ポイント
<p>○人工呼吸器</p> <p>内部バッテリー <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし 持続時間： 時間</p> <p>外部バッテリー <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし 持続時間： 時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 停電時はすぐに外部バッテリーに付け替えましょう。切り替えが必要な機種は、切り替え方法を習得しておきましょう。 ・ 蘇生バックを使えるように練習しておきましょう。 ・ 医療機器メーカーへ停電時の対処方法について確認しておきましょう。 ・ 落雷対策も必要です。雷サージ対応コンセントの使用や雷鳴時にコンセントを抜きバッテリー作動に移行するなど具体的に話し合っておきましょう。
<p>○酸素濃縮器</p> <p>流量 L/分</p> <p>予備の酸素ボンベ Lを 本準備 ⇒ 時間もちます</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 停電時はすぐに酸素ポンペに切り替えましょう。（酸素濃縮器にはバッテリーが内蔵されていない機種が多いです。） ・ 酸素ポンペを使用する際に必要な電池を常備しておきましょう。 ・ 酸素ポンペで酸素が何時間持つのか、医療機器メーカーへ確認しておきましょう。
<p>○パルスオキシメーター</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 携帯用パルスオキシメーターを使用するには必要な電池を常備しておきましょう。
<p>○吸引器</p> <p>内部バッテリー： 時間</p> <p>停電時に備えて準備しておきましょう</p> <p><input type="checkbox"/>手動吸引器 <input type="checkbox"/>足踏み式吸引器 <input type="checkbox"/>その他：</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1回の吸引時間については、個人差があります。内部バッテリーで何回使えるのか確認しておきましょう。 ・ 手動や足踏み式など、電源を必要としない吸引器がある場合は、使い方を習得しておきましょう。

<p>○電動ベッド</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 手動で操作が可能かどうか、ベッドのメーカーに確認しておきましょう。 • 停電の可能性が高い状況になったら、ベッドを水平に戻しておきましょう。
<p>○エアマット</p> <p>停電時に利用できる時間： 時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> • エアマットが使えない場合の除圧対策（褥瘡予防マットレスやクッションの使用）について検討しておきましょう。 • 長時間の停電では空気が抜けるものがあるので、対応について、メーカーに確認しておきましょう。 • 圧の設定が適切かどうか底つきの確認をしながら使用しましょう。（手のひらを上にして、指をまっすぐに伸ばしマットの下（圧迫されやすい部位の真下）に差し込みましょう。指を約 2.5cm 曲げると骨の部分に触れる程度であれば適切な圧がかかっています。）
<p>○電動車いす</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 停電時に使用できるように日頃から充電しておきましょう。 • バッテリー残量を確認しておきましょう。
<p>○輸液ポンプ</p> <p>内部バッテリー： 時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 停電時にどのように対応すればいいのか主治医に確認しておきましょう。 • 停電時に対応できるよう電池を常備しておきましょう。 • 手動に切り替える練習をしておきましょう。
<p>○非常用電源</p> <p>発電機 <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし 蓄電池 <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし 車のシガーソケット <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし その他 <input type="checkbox"/>あり <input type="checkbox"/>なし</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 発電機の燃料やエンジンオイルを常備しておきましょう。 • 発電機はからならず野外で使用しましょう。 • シガーソケットケーブルは必ずエンジンを駆動させてからつなぎましょう。 • 使用方法を確認し、使い方を習得しておきましょう。

【参考】外部から電源を確保する方法

1 各機種専用バッテリーを用意する

人工呼吸器メーカーの正規品、又は、医療用の非常時携帯バッテリーを用意してください。複数準備しておくとう安心です。

2 市販蓄電池を用意する

市販の蓄電池を用意し（レンタル又は購入）、平常時にコンセントにつないで充電しておくとう、非常時の電源として使用することができます。

3 自動車から電源をとる

自動車から電源を取る方法としては、以下の4つが考えられます。取り方は車種によって異なるため、ご自身の車がいずれの方法に該当するか、あらかじめチェックしておきましょう。

また、自動車から安全に電源を取るには、いくつかの注意点があるため、しっかりと確認しておきましょう。

- ① シガーソケット（アクセサリソケット）から
- ② 100V コンセントから
- ③ 充電専用のUSB 端子から
- ④ Vehicle to Home（V2H）機器を用いて、自動車に蓄えていた電気を家の中で使う

<電気が使えない時には>

人工呼吸器の代わりに蘇生バッグを使用

- 電源が確保できるまでの対応として、蘇生バッグによる呼吸を行います。
- 長い期間、蘇生バッグを使用していない場合は、器具の劣化がないか、蘇生バッグの容量がお子さんの体格に合っているか、定期的に確認をしましょう。
- マスク式人工呼吸器の方は、事前に医師に相談をしましょう。
- 長時間の使用は現実的ではないので、あくまで電源の確保に努めましょう。



酸素濃縮器から酸素ポンペに交換

酸素ポンペは、直射日光を避け、高温にならない温度40℃以下の場所で保管しましょう。また、保管場所の周囲2m以内においては、火器を使用せず、引火性又は発火性の物を置かないようにしましょう。

災害時にはお子さんに危険が及ばないように、安全に管理しましょう。

足踏み式吸引器、手動式吸引器、シリンジを使って吸引

吸引器には、足踏み式や手動式のものがあります。それぞれ利点がありますので、どちらも普段から使い慣れておきましょう。

6 自宅付近のハザード情報

- ご自宅周辺の地理的な状況から推測される起こりやすい災害はどのようなものがあるでしょうか。
- 京都府マルチハザード情報システムや京都市の各種ハザードマップを参考として起こりうる災害を把握しておきましょう。京都府マルチハザード情報提供システムは我が家の防災マップ（ご自宅で起こりうる災害等を記載したもの）を印刷することもできます。

地震・洪水・土砂災害等

想定される災害を確認し、避難のタイミングを家族等で話し合っておきましょう。

- 洪水（例 浸水の深さは0.5mから3m未満）
- 土砂災害（例 自宅は土砂災害警戒地域に指定）
- 地震（例 花折断層地震 震度5弱）
- その他（例 自宅周辺は液状化危険分布図内に入っている）

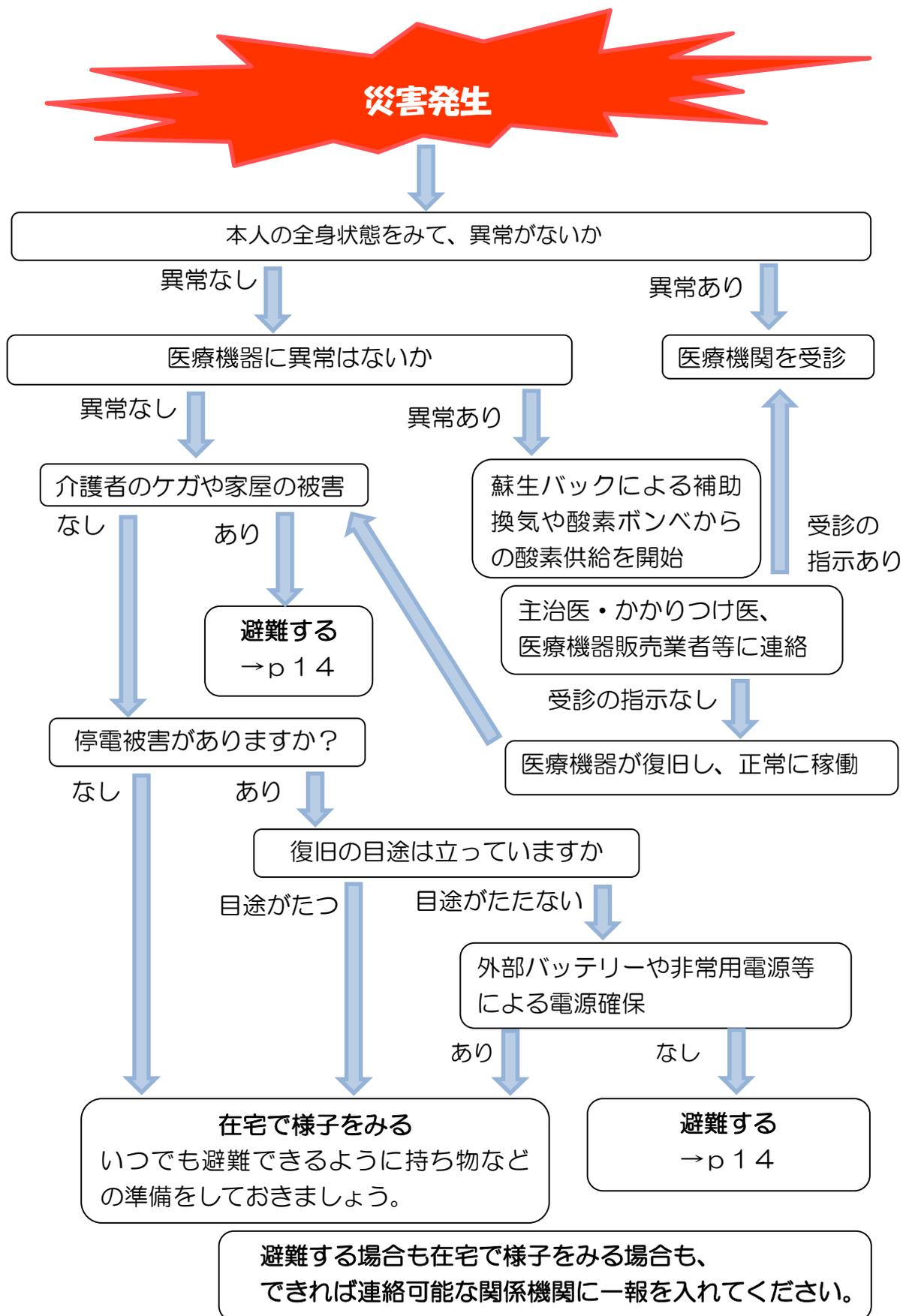
避難のタイミング	
	
	
	
	

7 災害時に準備しておくもの 3日分以上（7日分以上が望ましい）

	品目	備蓄数	メモ
人工呼吸器 酸素	呼吸器回路一式		
	蘇生バック		
	気管カニューレ		
	Y字ガーゼ		
	延長チューブ		
	酸素ポンベ		
	人工鼻		
	加温加湿器		
	鼻カニューラ（固定テープ含む）		
	マスク		
吸引	吸引器（手動・足踏み）		
	吸引チューブ		
栄養	経管栄養剤		
	イルリガートル・注入ボトル		
	栄養チューブ・胃ろうチューブ		
	延長チューブ		
	注射器		
排泄	オムツ		
	おしり拭き		
	膀胱留置カテーテル		

医療材料等	滅菌精製水・蒸留水		
	アルコール綿		
	使い捨て手袋		
	注射器		
非常用電源	外部バッテリー		
	延長コード		
	シガーソケット対応インバーター		
	発電機		
	蓄電池		
その他	薬（内服薬・外用薬）・お薬手帳		
	手指消毒液		
	マスク		
	健康保険証		
	懐中電灯		
	飲料水		
	食料		
	電池		

8 避難を判断する目安



9 災害が発生した時の初期対応

ご本人が大丈夫か、人工呼吸器等の医療機器が正常に作動しているかどうか確認しましょう。

人工呼吸器の異常の確保方法

- (1) アラームが鳴っていないなくても、必ず確認しましょう。

確認のポイントは・・・

- ・ 人工呼吸器本体に破損がなく、作動しているか？
- ・ 異常な音や臭いがでていないか？
- ・ 呼吸回路の各接続部にゆるみや破損はないか？
- ・ 回路は破損していないか？
- ・ 設定値がかわっていないか？

- (2) 正常に作動していない場合は、すぐに蘇生バックによる人工呼吸を開始してください。

注意

マスク式人工呼吸器の方は事前に先生に相談しましょう。

蘇生バックの使い方は・・・

蘇生バックはカニューレの口に装着し、慌てずにゆっくり押し、自然にバックが膨らむのを待ってからまた押します。

- (3) 正常に作動していない場合は、以下の連絡先に連絡しましょう。

主治医 : _____

連絡先 : _____

人工呼吸器取扱い業者 : _____

連絡先 : _____

に連絡してください。

10 停電が発生した時の対応

- (1) 電気が消えたら、まずブレーカーを確認しましょう。
ブレーカーが落ちている場合は、ブレーカーを上げましょう。
- (2) ブレーカーが落ちていない場合は、停電情報を確認しましょう。

<停電情報の問い合わせ先>

関西電力送配電停電情報自動音声ダイヤル	0800-123-7800
関西電力送配電ダイヤル(コールセンター)	0800-777-3081

※ 関西電力送配電ダイヤル（コールセンター）へ問合せする際に、以下のいずれかの番号を伝えてください。

○供給地点特定番号（22桁）

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

○お客様番号（日程・所・場所を含む14桁）※関西電力と契約中の方のみ

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<その他 停電情報の確認>

- ・ 関西電力 HP：<https://www.kansai-td.co.jp/teiden-info/index.php>
で検索
- ・ 停電情報アプリ：関西停電情報

●自家発電設備のあるところ

施設名：
所在地：
連絡先（電話）：
受け入れ確認：済・未

●人工呼吸器のバッテリーに心配があるときは、医療機器メーカーに相談しましょう。

会社名（担当者）：
所在地：
連絡先（電話）：
その他連絡先：

11 避難する場合の方法

○避難の判断などについて相談できる

・	さん	電話
・	さん	電話

に連絡して

○移動手段

・
・

で

○避難を手伝ってくれる

・	さん	電話
・	さん	電話

の協力を得て

○災害時の避難所

・	(非常電源	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> なし)
・	(非常電源	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> なし)

○その他避難場所

・	住所	電話
・	住所	電話

に避難してください

避難時の持ち出しセット（事前に外出用リストを作成しておきましょう）

<input type="checkbox"/> 人工呼吸器・呼吸器回路	<input type="checkbox"/> 外部バッテリー	<input type="checkbox"/> 延長コード
<input type="checkbox"/> 蘇生バック	<input type="checkbox"/> 酸素ボンベ	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> カニューレ	<input type="checkbox"/> 人工鼻（加湿・加温）	<input type="checkbox"/> 吸引器・吸引チューブ
<input type="checkbox"/> 経管栄養セット	<input type="checkbox"/> 経腸栄養剤	<input type="checkbox"/> アルコール綿
<input type="checkbox"/> 膀胱留置カテーテル	<input type="checkbox"/> おむつ	<input type="checkbox"/> 蒸留水
<input type="checkbox"/> 保険証	<input type="checkbox"/> お薬・お薬手帳	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※ 緊急時に最低限持ち出すものはベッドの下など、身近なところにまとめておきましょう。

※ 避難所で手に入りにくいものは必ず用意しておきましょう。

12 関係者連絡リスト

① 家族・親族リスト

災害用 伝言板登録	続柄	氏名	電話番号	アドレス等

② 関係機関

安否 確認 する人	区分	施設名等	担当者	電話番号
	かかりつけ医			
	専門医			
	訪問看護師			
	かかりつけ薬局			
	通所施設			
	子どもはぐくみ室			
	学校・幼稚園・保育園等			
	近隣者			
	民生委員			

③ 医療機器取扱い業者リスト

区分	企業名	担当者	電話番号
人工呼吸器			
酸素濃縮器			
吸引器			

(参考資料)

防災対策・災害情報

平常時から災害に備えて、防災マップ等を確認するなど、防災対策をしておきましょう。

また、災害から身を守るためには、災害情報をいち早く手に入れることが重要です。災害で命を落とさないためにも、日頃から災害情報に敏感になっておきましょう。

1 防災対策

情報提供機関	ホームページ等
京都市	<ul style="list-style-type: none">京都市防災危機管理情報館（京都市防災ポータルサイト） 「防災情報」「災害情報」「危機管理情報」の情報発信を行うサイトです。 http://www.bousai-kyoto-city.jp/bousai/各区役所・支所、行財政局防災危機管理室 印刷したハザードマップ（地震・水害）を提供しています。
京都府	<ul style="list-style-type: none">京都府マルチハザード情報提供システム 独自の防災マップ（想定される被害や避難所の場所など）を作成、印刷することができます。 http://multi-hazard-map.pref.kyoto.jp/top/top.asp
気象庁	<ul style="list-style-type: none">防災情報 「気象」「地震・津波」などに関する情報を提供しています。 https://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html
国土交通省	<ul style="list-style-type: none">防災情報提供センター 防災情報を集約して、提供しています。 https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/

2 災害情報

情報提供機関	ホームページ等
電話会社	<ul style="list-style-type: none">NTT 西日本（災害用伝言ダイヤル、災害用伝言版） https://www.ntt-west.co.jp/corporate/disa.html携帯電話会社 各携帯電話会社のホームページで、「災害用伝言版サービス」の項目を御参照ください。
テレビ、ラジオ	<ul style="list-style-type: none">NHK デジタルニュース https://www.nhk.or.jp/kishou-saigai/disaster/ラジオ 京都市は、NHK 京都放送局、KBS 京都、FM 京都、FM802、(株) 京都リビングエフエム、(特) 京都コミュニティ放送と協定を結んでおり、災害時に情報を発信します。(令和5年7月31日時点)
行政機関	<ul style="list-style-type: none">京都府防災・防犯情報メール http://www.pref.kyoto.jp/kikikanri/mail.html

ONTT 西日本の災害用伝言サービス「171」&「web171」の利用方法

地震などの災害が起きると、被災地への安否確認の電話が殺到して電話がつながりにくくなることがあります。こんな時は、「災害用伝言ダイヤル 171」を利用しましょう。また、インターネットを利用して安否確認を行える「災害用伝言板 web171」を御利用ください。

○「災害用伝言ダイヤル 171」の利用方法 ※音声ガイダンスに従って御利用ください。

伝言の録音	伝言の再生
①「171」をダイヤル ②「1」を押す ③被災地の電話番号をダイヤル	①「171」をダイヤル ②「2」を押す ③被災地の電話番号をダイヤル

○「災害用伝言板 web171」の利用方法 ※画面の指示により御利用ください。

伝言の登録・確認
① 「災害用伝言板 web171 (https://www.web171.jp/)」にアクセス ② 被災地の電話番号を入力 ③ 文字による伝言を登録・確認

<体験利用日>

毎月 1 日及び 15 日 00:00~24:00

正月三が日 (1 月 1 日 00:00~1 月 3 日 24:00)

防災週間 (8 月 30 日 9:00~9 月 5 日 17:00)

防災とボランティア週間 (1 月 15 日 9:00~1 月 21 日 17:00)

※伝言保存期間：体験利用期間終了まで

memo