

在宅人工呼吸器使用者のための 災害時個別プラン

氏 名 _____ 様

住 所 _____

電話番号 _____

普段療養している部屋の位置

あなたの自宅付近のハザードマップ | ☐洪水 ☐土砂災害 ☐火山 ☐その他()

地震に関する地域危険度 | ☐建物倒壊 ☐火災

避難行動要支援者 登録 | ☐済 ☐未 ☐登録しない

作成日 | _____年____月____日

更新日 | _____年____月____日

_____年____月____日

年 1 回は見直しましょう

災害時個別プランの関係機関での共有についての同意

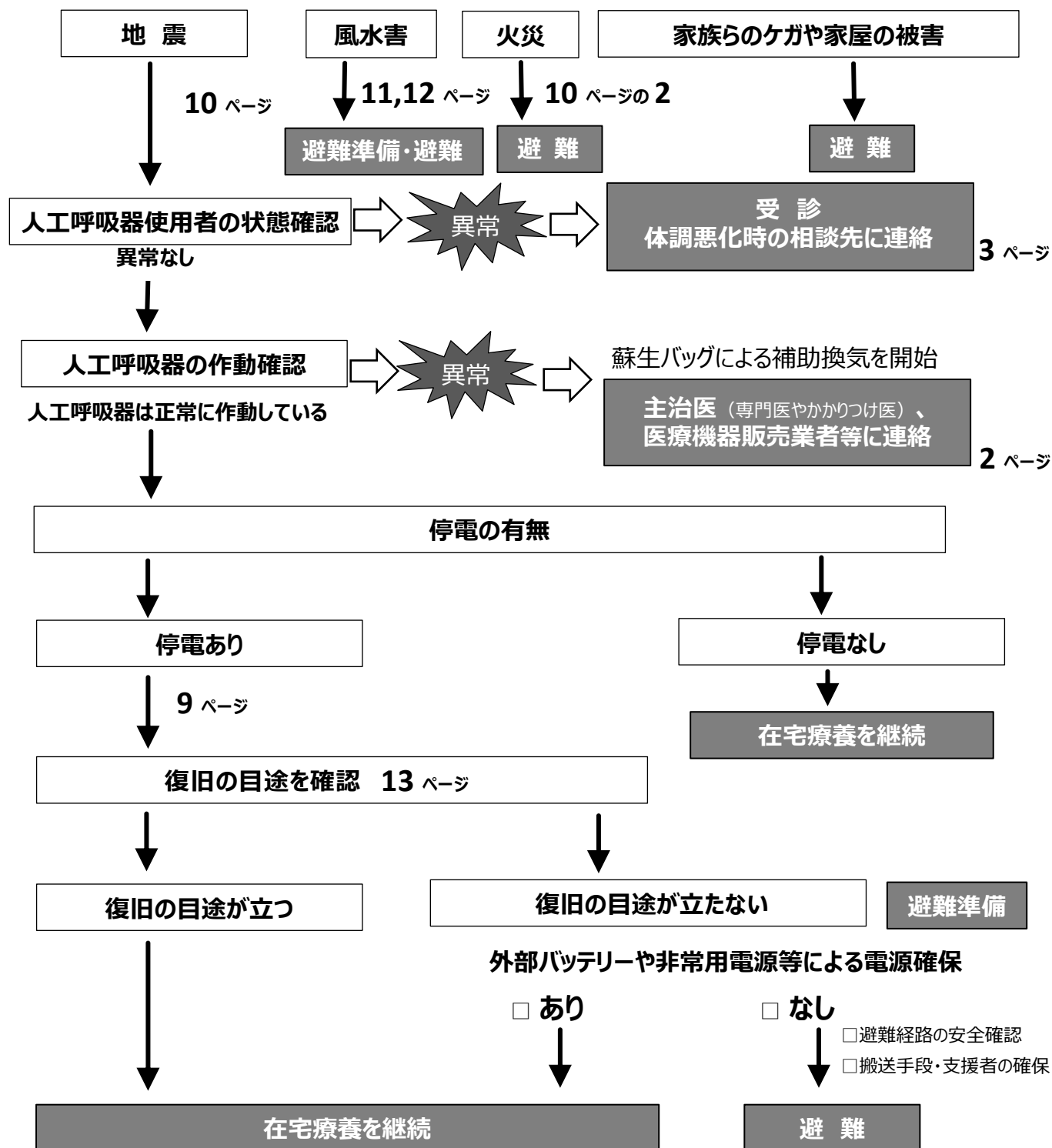
私は、災害時または緊急時の支援を目的として、本災害時個別プランについて関係機関で共有することに同意します。

令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日

氏 名 :

代筆者（続柄） :

災害時における人工呼吸器の作動確認と対応の流れ



【避難先等】 ※避難経路を記載した地図を添付しておく

- ☐ 公共施設等 _____
- ☐ 非常用自家発電設備のある施設 _____
- ☐ その他（親戚・知人宅等） _____

様式 1 連絡リスト

安否確認する機関・担当者

安否確認する機関・担当者も被災している場合があります。関係機関で対応を相談しましょう。

安否の確認方法

人工呼吸器使用者・家族

人工呼吸器使用者や家族、自宅周辺の安全が確認できたら、**安否の状態を安否確認者へ連絡しましょう。**

■ 関係者・機関

	災害時 個別プラン 共有	続柄・区分など	氏 名	所属・勤務先など	電 話 番 号	備 考（メール等）
自 助 ・ 共 助		家族（ ）				
		近 隣 者				
		避難支援等実施者				
		避難先（ ）				
共 助 ・ 公 助		かかりつけ医				
		専 門 医				
		かかりつけ薬局・薬剤師				
		訪問看護師等				
		ケアマネジャー				
		相談支援専門員				
		ホームヘルパー等				
		市町村保健師				
		市町村（福祉担当）				
		市町村（防災担当）				
		保健所保健師				

■ 医療機器販売業者 機器に異常がある時など連絡

区 分	機 種	災害時個別 プラン共有	担 当 者	所 属	電 話 番 号	備 考（メール等）
人工呼吸器						
酸素濃縮装置						
吸引器						
その他						

様式 2

緊急時の医療情報連絡票

人工呼吸器の設定に関する医師の指示書などの最新情報を一緒に保管しましょう。この連絡票は、災害時等に初めて対応する医療関係者に伝えたい医療情報をまとめたものです。人工呼吸器の設定内容等が変更した場合は、かかりつけ医や訪問看護ステーション等に声をかけて、作成・更新してもらいましょう。緊急的な受診の際にはこの様式を見せましょう。

体調悪化時の相談先・受診の目安となる状態

- ☐ 相談先 _____ TEL _____
- ☐ 相談先 _____ TEL _____
- ☐ 相談先 _____ TEL _____

【受診の目安となる状態】 ※平常時に主治医に確認しましょう

【 基本情報 】

記入日 年 月 日

(フリガナ) 氏 名	()					
生年月日	年	月	日	年 齢	歳	性 別 ☐ 男性 ☐ 女性
住 所	TEL					
診断名						
既往や 合併症						
今までの経過	発 症： 年 月			人工呼吸器装着： 年 月		
服用中の薬	6 ページに処方箋やお薬手帳のコピーなどを貼っておきましょう					
基礎情報	身長	cm	体重	kg	血圧	/ mm hg
	体温	℃	脈拍	回 / 分	SpO ₂	%
コミュニケーション	☐ 口話 ☐ 筆談 ☐ 文字盤 ☐ 口文字 ☐ 意思伝達装置 () ☐ その他 () 具体的に記載 (Yes / No のサイン等)					

記入日 年 月 日

4 ページ

■ 人工呼吸器に関する情報の貼付欄

【例】人工呼吸器の設定の指示書のコピー、人工呼吸器の写真など

■ 医療情報等に関する貼付欄

【例】医療保険が確認できる書類のコピー（マイナポータルにある「資格情報画面」、資格確認書等）・薬の処方箋やお薬手帳のコピー・安楽な体位等の注意事項など

様式 3

災害用備蓄リストー 7 日を目安にー

※備蓄品の有効期限に注意

適宜、必要に応じて品目を追加・削除しましょう。避難の際は、この災害時個別プランを持参しましょう。

品 目			備 蓄 数	避難時の持出数	置き場所など
呼 吸 関 連	人 工 呼 吸 器			☐	
	蘇 生 バッグ			☐	
	外 部 バッテリー			☐	
	予 備 呼 吸 器 回 路			☐	
	予 備 気 管 カニューレ（サイズ： mm）			☐	
	加 温 加 湿 器			☐	
	パルスオキシメーター			☐	
	酸 素 ポンペ			☐	
	人工鼻			☐	
				☐	
吸 引 関 連	吸 引 器	バッテリーなし		☐	
		バッテリーあり		☐	
		非電源式		☐	
	吸引チューブ （サイズ： Fr）			☐	
	低圧持続吸引ポンプ（唾液を吸引する機器）			☐	
				☐	
衛 生 材 料	グ ロ ー ブ			☐	
	アルコール綿			☐	
	蒸 留 水／精 製 水			☐	
	アルコール手指消毒液			☐	
	マスク			☐	
				☐	
栄 養	経腸栄養剤（ ）			☐	
	イリリガートル			☐	
	接 続 チューブ 、 注 射 器（黄色 or 紫色）			☐	
	経鼻経管栄養チューブ等（サイズ： Fr）			☐	
				☐	
薬	常 備 薬			☐	
	頓 服（ ）			☐	
排 泄	オムツ			☐	
	膀胱留置カテーテル等			☐	
意思伝達	文 字 盤 など			☐	
非 常 用 電 源 等	発 電 機 使用燃料（ ）			☐	
	蓄 電 池			☐	
	乾 電 池			☐	
	延長コード （必要ソケット数 個）			☐	
	シガーソケット・ケーブル			☐	

*その他非常用持出品

☐ 懐中電灯	☐ 情報機器（ラジオ等）	☐ ビニール袋	☐ ティッシュペーパー
☐ 水	☐	☐	☐

平常時の備え

1 呼吸・吸引関連機器の作動時間

● 人工呼吸器（本体と外部のバッテリー時間）

バッテリーには耐用年数があります。作動時間は定期的に確認しましょう。

$$\begin{array}{c} \text{内部（本体）バッテリー駆動時間} \qquad \text{外部バッテリー駆動時間} \qquad \qquad \qquad \text{合 計} \\ \text{ } \text{時間} + \left[\text{ } \text{時間} \times \text{ } \text{個} = \text{ } \text{時間} \right] = \text{ } \text{時間} \end{array}$$

● 酸素濃縮装置（本体と酸素ポンベの時間）

1 本当たりの酸素ポンベの消費時間

$$\text{酸素ポンベの容量：} \text{ } \ell \div \text{酸素投与量：} \text{ } \ell / \text{分} = \text{ } \text{分}$$

$$\begin{array}{c} \text{内部（本体）バッテリー駆動時間} \qquad \text{1 本当たりの酸素ポンベの消費時間} \qquad \qquad \qquad \text{合 計} \\ \text{ } \text{時間} + \left[\text{ } \text{時間} \times \text{ } \text{本} = \text{ } \text{時間} \right] = \text{ } \text{時間} \\ \qquad \qquad \qquad \text{※単位に注意} \end{array}$$

● 吸引器

バッテリーには耐用年数があります。（交換目安は 2 年）作動時間は定期的に確認しましょう。

充電機能付吸引器の連続作動

分 足踏み式吸引器等、電源を用いない吸引器も準備し、定期的に練習しましょう。

2 非常用電源

- 発電機 A ● 車のシガーソケット・ケーブル A
- 蓄電池など A

万が一に備えて使用する機器のアンペア（A）数を調べておきましょう。発電機などは正弦波インバーター搭載かどうか確認し、医療機器との接続について、主治医や医療機器販売業者等と相談しておきましょう。

3 医療機器の使用アンペア（A）

- 人工呼吸器 A ● バッテリー・バッテリーの充電器など A
- 吸引器 A ● A

（ほとんどの吸引器は起動時に使用アンペアが大きくなる）

4 蘇生バッグ

- ☐ 手の届く定位置に置く ☐ 定期的に使用訓練を行う

5 非常用自家発電設備のある施設（バッテリーの充電など） 1 ページ

- ☐ 非常用電源設備のある施設の場所の確認（被災状況等により、充電が難しい場合があります）

停電時の確認と対応

使用者の状態	☐ 人工呼吸器使用者の状態の確認	10 ページ
人工呼吸器	☐ 正常に作動しているか ☐ バッテリー駆動に切り替わっているか ☐ 加温加湿器へのぬるま湯や水の追加、もしくは人工鼻に変更 ☐ 故障の場合は、かかりつけ医や医療機器販売業者等に連絡する	2 ページ
吸引器等	☐ 非電源式吸引器等の準備 ☐ 低圧持続吸引ポンプ（唾液を吸引する機器）を乾電池式に切り替える	
酸素濃縮装置	☐ 酸素ボンベに切り替える	
電気関連	☐ 復旧の目途を確認する ☐ 電気が復旧するまでコンセントからプラグを抜く ☐ コンセント周辺に水がかかっていないかなど安全確認をする ☐ ブレーカーを落としてから、避難する	13 ページ

1 呼吸・吸引関連機器・器材、非常用電源

- 万が一人工呼吸器の故障などにより正常に作動しなくなった時は、蘇生バッグで補助換気する。
- 電気の復旧の目途が立たない場合、非常用電源を使用して、人工呼吸器の外部バッテリーを交互に充電する。
- 発電機によって外部バッテリー等を充電する場合は、必ず屋外で使用する。
- 充電式吸引器は、吸引する時だけ作動させる。

2 呼吸・吸引関連機器以外

- 電動ベッド | 電気が復旧したら、背上げ・背下げなどを行って姿勢や高さを調整する。
- エアマット | エアマットの状態に応じて、ふとんなどで調整する。
- 意思伝達装置 | バッテリーや乾電池を用いた操作に変更する。文字盤や合図などに変更する。
- 照明 | 懐中電灯・ランタン・ヘッドランプなど乾電池等で動く照明に変更する。
- 情報機器 | ラジオやスマートフォンなどを活用し、情報を得る。

3 ブレーカー

- ブレーカーが落ちている | コンセントからプラグを抜き、バッテリー駆動に切り替えた後にブレーカーを上げる。ブレーカーを上げても電気が点かない、すぐに落ちてしまう場合は、電気工事店又は東京電力パワーグリッド株式会社コンタクトセンター（13 ページ）へ連絡する。
- 落ちていない | 近所一帯が停電している場合又はブレーカーが落ちていないにもかかわらず家の全部（又は一部）の電気が使えない場合は、停電情報を確認する（13 ページ）。室内灯が点灯するかなど、電気の復旧を確認した後、プラグを差す。

4 非常用自家発電設備のある施設（バッテリーの充電など） 1 ページ

1 確認と対応

人工呼吸器使用者の状態



- ☐ 顔色に変化はないか
- ☐ SpO₂ など、バイタルサインに異常はないか
- ☐ 人工呼吸器のモニター値などに変化はないか
- ☐ ケガをしていないか

3 ページ

受診 体調悪化時の相談先に連絡 3 ページ

人工呼吸器の作動状況



- ☐ 正常に作動しているか
- ☐ 呼吸回路の接続部にゆるみはないか
- ☐ 人工呼吸器のモニター値（設定値）が変わっていないか 4 ページ

蘇生バックによる補助換気開始

主治医、医療機器販売業者等に連絡 2 ページ

家族らにケガはないか

療養環境



- ☐ 家族らにケガはないか
- ☐ 家屋や避難経路は大丈夫か
- ☐ ライフライン（電気・水道・ガス）は大丈夫か
- ☐ 室内に落下や転倒したものはあるか

避難

2 その他対応

近隣で火災発生

- ☐ 近隣者に支援を求める 2 ページ

- ☐ 安全な場所へ避難（避難先）

- ☐ 可能であれば災害用備蓄品を持って避難 7 ページ

停電発生

- ☐ 停電時の確認と対応 9 ページ

3 安否の連絡 2 ページ

日常の備え |

- 機器の作動時間、作動方法を様式 4（8 ページ）で確認しておく。
- 避難に備え、様式 3（7 ページ）の持ち出し物品をまとめておく。
- 自宅、避難先、避難経路のハザードマップを確認し、予想される災害の程度や搬送支援者の確保状況等に応じて、避難のタイミングや避難先を決めておく。

お住まいの市町村のハザードマップをもとに自宅の災害の危険性や避難行動を確認しましょう

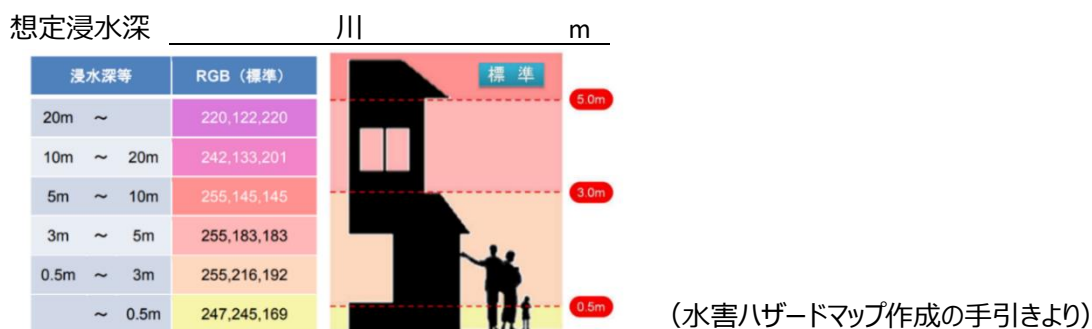
ハザードマップ上で自宅のある場所が着色されていますか。（＝洪水浸水予想区域・土砂災害警戒区域に該当）

☐ 該当 → 原則として自宅外避難を想定した準備が必要です。

主治医へ事前に医療機関への避難入院が必要か、受け入れ可能かを確認しておきましょう。

※ただし、少なくとも下記①～③の条件を満たす場合は自宅内避難で安全確保することも可能です。

- ①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまうおそれの高い区域（家屋倒壊等氾濫想定区域）の外側にある。
- ②居室が浸水する深さよりも高いところにある。



- ③浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食糧などの備えが十分にある。

浸水継続時間 時間

☐ 非該当 → 自宅待機を想定した準備をしましょう。

ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていない地域でも災害が起こる可能性がありますので、市町村からの避難情報に注意し、必要に応じて避難してください。

危険度の高まりに応じて段階的に発表される防災気象情報の確認と取るべき行動の目安

警戒レベル 1【早期注意情報】 情報収集し、必要に応じて避難準備を始める

主な備え（いつ、どんな備えをしたらよいか考えてみましょう）

- ☐ 医療機器のバッテリー等の充電
- ☐ 非常用電源等の作動確認
- ☐
- ☐
- ☐

警戒レベル 2 【注意報】 避難行動を確認。いつでも避難できるよう準備を完了する
台風など大規模な災害が予想される場合は、この段階での避難開始も検討する

主な備え（いつ、どんな備えをしたらよいか考えてみましょう）

- ☐ 避難時持ち出し物品の準備、確認 7 ページ
- ☐ 避難経路の確認（添付の地図で確認）
- ☐ 搬送手段の確認 方法 _____ TEL _____
- ☐ 避難先への連絡 ①どこ _____ TEL _____
住所 _____
- ②どこ _____ TEL _____
住所 _____
- ☐ 避難に要する時間 ①まで 約 _____ 分 ②まで 約 _____ 分
- ☐
- ☐
- ☐

警戒レベル 3 【高齢者等避難】 すみやかに危険な場所から避難する

主な備え（いつ、どんな備えをしたらよいか考えてみましょう）

- ☐ 避難先へ避難
- ☐
- ☐
- ☐

警戒レベル 4 【避難指示】 危険な場所からの避難を完了する

主な備え（いつ、どんな備えをしたらよいか考えてみましょう）

- ☐ 安否の連絡 2 ページ
- ☐
- ☐

災害時の情報リスト 発災時に使用できるよう平常時に登録し、訓練しましょう

安否情報の登録・確認

□ 災害用伝言ダイヤル 171

災害時に、固定電話、携帯電話・PHS等の電話番号あてに安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国でその音声を再生（確認）することができる。公衆電話の場所も確認しておく。

□ 災害用伝言板

携帯電話・PHSのインターネット接続機能で、被災地の方が伝言や文字によって登録し、携帯電話・PHS番号をもとにして全国でその伝言を確認できる。

災害時は各社の公式サイトトップ画面に災害用伝言板の案内が表示される。

登録は被災地域内の携帯電話・PHSからアクセスが可能である。詳細は各社のページを確認する。

□ 災害用伝言板（Web171）

パソコンやスマートフォン等から固定電話や携帯電話・PHSの電話番号を入力して安否情報（伝言）の登録、確認を行うことができる。 URL <https://www.web171.jp> へアクセスする。

停電情報の確認

□ 東京電力パワーグリッド株式会社

ホームページの場合 【停電情報】 URL <https://teideninfo.tepco.co.jp>

【問い合わせ】 <https://www.tepco.co.jp/pg/user/contact.html>

スマートフォンアプリの場合 【TEPCO 速報】 平常時にダウンロードしておきましょう

電話番号 0120-995-007 0120 番号がつかない時 TEL 03-6375-9803（有料）

避難情報・気象情報など



防災行政無線

学校屋上のスピーカーなどから緊急情報を放送



防災ラジオ

まえばしCITYエフエム84.5MHzで緊急情報放送



市ホームページ

各種情報をポータルサイトに掲載



まちの安全X (旧 Twitter)

災害情報などをすみやかにポスト



緊急速報メール

市内の携帯電話にメール送信
※登録の有無に関係なく、前橋市内にいる方全員にメールが届きます。



d テレビデータ放送

テレビのリモコンにある「dボタン」を押すと、テレビを見ながら気象情報などが確認できます
※dボタンの位置はメーカーにより異なります。



まちの安全ひろメール

防犯情報や気象情報、市政情報、火災情報、市民の皆さんの生命・財産に影響を及ぼす可能性がある事案を配信 ※登録はこちら二次元コードから空メールを送信してください



さーちずまえばし

防災マップを閲覧することができます。

※スマートフォンやタブレットで、「メニュー→場所を探す→現在地」と操作すると地図上に現在地を表示できます。



Safety tips

the push-enabled notification information alert app for foreign tourists

気象警報、避難情報、国民保護情報、地震情報等の災害情報をプッシュ通知する外国人向けアプリ



前橋地方気象台

<https://www.data.jma.go.jp/maebashi/>



群馬県水位雨量情報

<https://www.river-gunma.jp/gunma/>



群馬県土砂災害警戒情報

https://www.dosya-gunma.jp/web_pub/



危険度分布(キキル)

<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>

