



# 災害時準備のしおり



お名前

---

作成日	年 月 日	確認日	年 月 日
確認日	年 月 日	確認日	年 月 日
確認日	年 月 日	確認日	年 月 日
確認日	年 月 日	確認日	年 月 日
確認日	年 月 日	確認日	年 月 日

## 在宅で医療的ケアを受けている方の 災害時の準備について



大規模な災害が起こると、電気・水道・ガス等の生活や治療に必要なライフラインの切断、電話の不通や混雑による通信手段の遮断、公共交通機関の停止や道路の寸断等による移動手段の途絶等が考えられます。

特に医療機器等を使用されている場合、また身体に不自由なところがあり人の手助けを必要とする場合や特別な医薬品の使用などを必要とされている場合では、医療機器が使用できない、かかりつけの病院に行けない、服薬が中断してしまうなど様々な問題が生じる可能性があります。そのため日頃から家族で話し合い、準備をすることが必要になります。災害が起こる前に、家の安全対策や家族との連絡方法、避難経路など家族等と日頃から話し合い、共有しておく安心です。また、避難のときに持って逃げる「非常用持ち出し用品」と、災害後の生活を支える「備蓄品」は最低3日分を目安に準備しましょう。

日を決めるなどして、年1回はこのしおりを見直し、準備物品等の確認をしましょう。

また、保健予防課では年1回、災害台帳の聞き取り調査を行っています。

ご協力をお願いします。



# 災害前にできる準備

## ★避難場所を確認しましょう

患者や家族自身が、近所の人や民生委員、自主防災組織などと連絡を取っておきましょう。

近所の方やお隣同士が助け合う「共助」の気持ちが大切です。

避難場所、方法を家族や避難協力者と話し合っておきましょう。

自宅から玄関先へのルートを考えておきましょう。

自宅から避難場所までのルートを確認しておきましょう。



## 自宅で療養が困難な場合

(移動方法) 自家用車・( )

で

(避難先)

に避難する。

## ★家の中の安全対策をしましょう

- ・家具が倒れないように固定しましょう。
- ・家具の配置の工夫や物の転倒や落下を防止し、避難ルートを確認しましょう。
- ・ガラスなどの飛散を防止しましょう。
- ・医療機器など精密な機械を使用する患者の周辺は、地震で物が落下したり、転倒してきたりすると怪我や機器の故障につながるため、ベッドの周囲は整理整頓しておきましょう。



## ★医療に関すること

災害時にどのように対応したらよいか、日頃から主治医とも相談しておくことが大切です。

- ①主治医との連絡をどのようにすればよいのか確認しましょう。
- ②病状に応じて、災害時に受け入れてくれる医療機関（通院・入院）について相談しましょう。
- ③災害時には、普段受診していない医療機関を受診する可能性もあるため、病状等を適切に伝えられるよう受給者証等を準備しておきましょう。
- ④普段から短期通所・入所・入院を利用することで、自宅以外の場所に慣れ、もしもの時に落ち着いて過ごせます。さらに必要な持ち物を準備するきっかけにもなります。
- ④中断してはいけない治療薬がある場合は、主治医と相談して常に1週間分程度が残るよう、計画的な受診を心がけましょう。また、お薬手帳や処方箋の控え等を用意しておきましょう。  
→薬の副作用や中断した時に起こる症状を知っておきましょう。

## ★緊急連絡先の確認

緊急時の連絡先（家族、避難協力者）を分かるようにしておきましょう。

## ★災害時の連絡方法・家族の安否確認



災害時の連絡方法について確認しておきましょう。  
 伝言ダイヤルや伝言板の使い方の確認もしておきましょう。  
 自分の安否情報を登録すると、家族や親戚等が安否情報を確認できます。

家族や親戚、各関係機関等へ伝えた連絡先

第1連絡先	第2連絡先
Tel 続柄 ( )	Tel 続柄 ( )

※171のメッセージが入る可能性がある番号を控えておきましょう。

### ◆NTT 災害用伝言ダイヤル「171」

**伝言の録音方法**

- ①171にダイヤル
- ②録音する場合は「1」を押す
- ③被災地の方の電話番号（固定電話の場合は市外局番から入力）をダイヤル

**伝言の再生方法**

- ①171にダイヤル
- ②再生する場合は「2」を押す
- ③被災地の方の電話番号（固定電話の場合は市外局番から入力）をダイヤル

**伝言すること**

- ・フルネーム
- ・今いる場所（具体的に）
- ・一緒に避難している方
- ・けがや体調
- ・次の行動の予定

災害用伝言ダイヤル(171)について詳しくはこちら →



災害用伝言版 (Web 171) について詳しくはこちら →



総務省ホームページおよびNTT西日本ホームページより抜粋

### ◆携帯電話による災害用伝言板サービスもあります。

携帯電話各社によって利用方法が異なりますので、事前に確認しておきましょう。

- ・NTT ドコモ災害用伝言版
- ・KDDI (au) 災害用伝言版
- ・ソフトバンク災害用伝言版



・ワイモバイル災害用伝言板

・楽天モバイル災害用伝言板



災害時以外にも毎月1日および15日、正月三が日、防災週間（8月30日～9月5日）、防災とボランティア週間（1月15日～21日）は体験利用ができます。

## ★ 避難所受付システム

奈良市避難所受付システムは避難者自身が手持ちのスマートフォン等を利用して、避難所の入所受付に必要な情報を入力することにより、受付時の混雑を緩和し、スムーズな入所を可能とします。災害対策本部での即時的な状況把握を可能とします。避難所の混雑状況をリアルタイムで公表し一部の避難所に避難者が過度に集中する事態の回避を目指すものです。

災害発生時には登録内容を参考にして、避難所だけでなく車中泊避難者や自宅避難者の方の救援物資確保に活用します。

※パソコンからではなく、スマートフォン等で事前登録してください。

※スマートフォン等を変更した場合、再度事前登録していただく必要があります。

### 奈良市避難所受付システム利用の流れ

- 1 避難所に掲示されている入所登録用二次元コードをスキャン  
 (事前登録している場合、事前に登録した内容が呼び出されるので、その場で入力する手間がなく登録を完了できる)  
 ※スマートフォン等を持っていない方は避難所運営委員会スタッフ等に代理入力を依頼
- ↓
- 2 入力フォームの Web 画面が送付されるため、氏名、生年月日等の必要情報を入力する  
 (事前登録している場合、必要情報の確認のみで完了できる。なお、**滞在場所(避難所)「車中泊避難」「その他(自宅や友人宅等)」**・**配慮事項の有無**など一部情報を追記する必要あり)
- ↓
- 3 退所時は退所登録用二次元コードをスキャンし、退所手続きを実施する


<奈良市避難所受付システム>

## 避難所の受付が「スムーズ」になります！ 「事前登録」スタート！

奈良市で導入している「奈良市避難所受付システム」で、事前登録ができるようになりました。  
 災害時、避難所での受付をスムーズに行うためには事前の準備がとて大切です。基本情報をご登録いただくことで、**避難所での入所・退所登録にかかる時間が大幅に短縮され、混雑の緩和や迅速な避難スペースの確保につながります。**

**STEP1:**  
二次元コードを  
読み込む

  
【事前登録はこちらから】

**STEP2:**  
必要事項を入力



**STEP3:**  
登録情報を  
確認して確定

※実際に避難所へ避難された際、避難所に掲示されている二次元コードを読み込めば、端末に記憶された情報が表示されます。「確認」ボタンを押して登録を完了させてください。



◀奈良市HP  
「避難所受付システム」  
についてはこちら

## ★災害時の情報収集

災害時には、避難情報（避難勧告・指示など）の情報をいち早く把握する必要があります。

### ◆奈良市 防災情報メール配信システム

地震、風水害などの緊急情報や行政情報を、メールによって市民の皆様にお届けします。

※ 防災情報メールは登録していただく必要があります。

詳しくは、奈良市ホームページへ →



### ◆関西電力送配電 関西電力停電情報アプリ

関西エリアの停電情報（事前に登録した地域で停電が発生または復旧した場合など）をスマートフォンがお知らせします。瞬時電圧低下や短時間の停電も通知できるようになりました。

詳しくは、関西電力送配電 停電情報ホームページへ →



## ★災害時に周囲の理解を得る方法

配慮が必要ということを伝えられるような手段を考えましょう。

### ◆ヘルプマーク、ヘルプカード

周囲に障がいや心身の状態への配慮を求め、援助を受けやすくするために身に付けるマークです。ヘルプカードには緊急連絡先や必要な支援内容などが記載できます。



### ◆コミュニケーションの方法（文字盤）

吸引	体交	コール
トイレ	苦しい	痛い
頭	手	足
暑い	寒い	ちょうだい
上下左	ベッド	車イス
	50音へ	ありがとう



災害時には、普段そばにいる家族や支援者ではなく、療養のことをよく知らない人から助けを受けることがあります。周囲が慌ただしく言葉で伝えにくい場面でも、文字盤があれば気持ちや必要なことを確実に伝えられます。いざというとき安心してコミュニケーションができるよう、文字盤を準備し、日頃から使い方に慣れておきましょう。

### ◆避難行動要支援者名簿

奈良市では、避難行動要支援者の条件に該当される方（例：身体障害者手帳1・2級、要介護3以上の認定を受けた方など）に、市から意向確認書を送付します。

同意された方には、避難支援等関係者（市関係部署、警察、消防、自治会、自主防災防犯組織、民生委員・児童委員等）へ名簿情報の提供を行います。

詳しくは、奈良市ホームページへ →





## ★非常用持ち出し品 チェックシート

避難するときにはまず持ち出すべきものです。非常用持出袋やリュックなどに入れ、玄関など持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

※使用するときには支障のないように定期的に点検しましょう。特に食品や飲料水の賞味期限や薬の有効期限はまめにチェックし、入れ替えておくことが大切です。

<b>貴重品</b>
<input type="checkbox"/> 現金・10円玉（公衆電話用） <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 免許証 <input type="checkbox"/> マイナンバーカード（マイナ保険証）    もしくは 健康保険資格確認書 <input type="checkbox"/> 災害時の連絡票 ※小児慢性疾患医療受給者証や療育手帳、マイナンバーカード（マイナ保険証）もしくは健康保険資格確認書等は、番号を控えたメモかコピーを用意しておきましょう。
<b>避難用具</b>
<input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 笛
<b>生活用品</b>
<input type="checkbox"/> 厚手の手袋 <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> ライター・マッチ <input type="checkbox"/> ろうそく <input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 眼鏡 <input type="checkbox"/> 補聴器 <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー、ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ <input type="checkbox"/> 布ガムテープ <input type="checkbox"/> ポリ袋 ※避難所生活に最低限必要なもの。自分の状況に応じて、必要なものを考慮して揃えましょう。
<b>救急用具</b>
<input type="checkbox"/> 治療薬 <input type="checkbox"/> 処方箋の控え・お薬手帳 <input type="checkbox"/> 救急箱 <input type="checkbox"/> 胃腸薬・便秘薬・持病の薬
<b>非常食品</b>
<input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> 缶詰 <input type="checkbox"/> アメ・チョコレート <input type="checkbox"/> 栄養補助食品 <input type="checkbox"/> 飲料水 ※最低3日分は用意しましょう。そのまま食べられるものが便利です。
<b>衣料品</b>
<input type="checkbox"/> 下着・靴下 <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 防寒用ジャケット・雨具 ※衣類は動きやすいものを選びましょう。セーターなどの防寒具も寒い季節には役立ちます。
<b>医療機器、医療用品</b>
<input type="checkbox"/> 人工呼吸器 <input type="checkbox"/> アンビューバッグ（地震の場合、飛んでいくこともあるのでベッドや呼吸器に縛り付けておきましょう） <input type="checkbox"/> 呼吸器回路（予備） <input type="checkbox"/> 聴診器 <input type="checkbox"/> はさみ <input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ <input type="checkbox"/> Yガーゼ <input type="checkbox"/> 気管カニューレ（予備） <input type="checkbox"/> 人工鼻 <input type="checkbox"/> 吸引器 <input type="checkbox"/> 吸引カテーテル <input type="checkbox"/> シリンジ <input type="checkbox"/> 吸入器 <input type="checkbox"/> 吸入薬 <input type="checkbox"/> 消毒液 <input type="checkbox"/> アルコール綿 <input type="checkbox"/> 綿棒 <input type="checkbox"/> 蒸留水・精製水 <input type="checkbox"/> 酸素濃縮器 <input type="checkbox"/> 酸素ボンベ <input type="checkbox"/> カニューラ（予備） <input type="checkbox"/> 栄養カテーテル <input type="checkbox"/> 栄養バック <input type="checkbox"/> 栄養注入用ポンプ <input type="checkbox"/> 経管栄養 <input type="checkbox"/> 輸液ポンプ <input type="checkbox"/> 輸液ライン <input type="checkbox"/> 輸液 <input type="checkbox"/> ストーマ装具 <input type="checkbox"/> ストーマ用はさみ <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> 剥離剤 <input type="checkbox"/> 医療用テープ <input type="checkbox"/> ごみ袋 <input type="checkbox"/> 消臭剤・消臭シート <input type="checkbox"/> 浣腸 <input type="checkbox"/> 低圧持続吸引 <input type="checkbox"/> 導尿用カテーテル <input type="checkbox"/> 腹膜還流物品 <input type="checkbox"/> ゴム手袋 <input type="checkbox"/> バッテリー <input type="checkbox"/> 車のシガーソケット <input type="checkbox"/> 発電機 （不要なものは消してください）
<b>その他（自分に必要なものを書き出しておきましょう）</b>

## ★備蓄品 チェックシート

備蓄品は、災害復旧までの数日間を自足できるように準備しておくものです。災害後に取りに行けるよう、倉庫や車のトランクなどに分けて備蓄しておくくと便利です。

食料品
<input type="checkbox"/> レトルト食品（ごはん・おかゆなど）・アルファ米 <input type="checkbox"/> インスタントラーメン・カップみそ汁 <input type="checkbox"/> 飲料水（1人1日3ℓが目安です。3日分は備えましょう。経管栄養や吸引、消毒にも利用される場合は多めに用意しておきましょう）
生活用品
<input type="checkbox"/> 給水用ポリタンク（日頃から水道水をためておくくと災害時、生活用水に使えて便利です。） <input type="checkbox"/> カセットコンロ・カセットボンベ <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・ウェットティッシュ・ペーパータオル <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割り箸 <input type="checkbox"/> ラップフィルム（食器の上に敷けば洗う必要もありません） <input type="checkbox"/> 清拭剤 <input type="checkbox"/> 水のいらぬシャンプー <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> ロープ（救助活動の際に使えます。） <input type="checkbox"/> 長靴（瓦礫などから足を保護するために。） <input type="checkbox"/> ビニール袋（雨具や敷物、簡易トイレとしても使用可能。プライバシー保護のため透けないものを。） <input type="checkbox"/> ダンボール、新聞紙 <input type="checkbox"/> バケツ <input type="checkbox"/> 工具セット <input type="checkbox"/> ほうきとちりとり（ガラスや倒壊物の除去に役立ちます。） <input type="checkbox"/> ランタン

消防庁ホームページより抜粋

### 「ローリングストック」をしましょう

「ローリングストック」とは、普段から少し多めに物資を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量を家に備蓄しておく方法を言います。

食品や日用品だけでなく、内服薬や医療用品についても使用期限が近付いたものから使用して、完全になくなる前に受診して処方や購入して、備蓄していきましょう。



# 停電時の備え

## ★医療機器ごとの停電時の対応

内部バッテリーや外部バッテリーがある場合は、持続時間を事前に調べておきましょう。電気を使用しない代替方法や、給電する方法を確認しておきましょう。

### ◆在宅人工呼吸器、加温加湿器

アンビューバックの使用方法をなるべく周りの多くの人が操作できるようにしておきましょう。加温加湿器は電力を多く使用するため、人工鼻を使用するなど停電時の対応方法を医師に相談しておきましょう。

### ◆喀痰吸引器

手動式や足踏み式の吸引器、シリンジ吸引等を準備しましょう。

### ◆在宅酸素濃縮器、パルスオキシメーター

予備の酸素ボンベとキャリーを準備しておき、切り替えができるようにしましょう。特に、災害時には、不安や恐怖から呼吸数が増加することがあります。酸素ボンベの容量や流量により使用可能時間が異なってくるので、事前に調べておきましょう。パルスオキシメーターに内部バッテリーがあるか確認し、必要な電池を常備しましょう。

### ◆透析用加温器

お湯や使い捨てカイロを使用して温めましょう。

### ◆電気毛布

断熱性の高い防災用ブランケットを用意しましょう。

### ◆電動ベッド、エアマット

手動でどこまで動かせるか事前に確認しておきましょう。機種により手動用ハンドルを取り付けられるものもあります（ベッドの業者に確認）。

また、クッション等で姿勢を調節する方法を考えておきましょう。

エアマットは底着き防止（空気の抜けを抑える）ための対応が機種によって違います。エアホースを折り曲げてガムテープなどで固定する方法などを、事前に調べておきましょう。

### ◆シリンジポンプ・輸液ポンプ

内部バッテリーがあるか確認しておきましょう。停電時に備えて手動（クレンメ調整）での滴下方法の練習をしておきましょう。



### ◆自動腹膜灌流用装置、紫外線照射器、加温器

それぞれの機器の停電時の使用方法、代替方法を確認しておきましょう。電池の使用する機器の場合は電池を備えておきましょう。また、治療時間の変更など主治医との連絡をとりましょう。

## ★非常用電源の準備

医療機器のメーカーは指定の電源以外の給電については保証することができません。(公式に認めるための検証にかかる費用が膨大なため)

使用に際しては「自己責任」による使用となりますが、事実上問題なく使える非常用電源は存在します。主な選定基準は「純正弦波」を出せること、また、「防災・防疫推奨品(防災安全協会)」として認定されているものが推奨されます。

<p>発電機</p> 	<p>カセットボンベ、LP ガス、ガソリン、太陽光などで発電します。 燃料がある限り発電はでき、災害が起こってからでも燃料を買い足していくことができます。最大使用容量が大きいものが多いです。 燃料の保管や取り扱いの方法や管理が必要で、騒音が大きいです。</p> <hr/> <p>戸建てにお住まいの方。燃料の置き場所が確保でき、保管や使用に慣れている方など。</p>
<p>蓄電池</p> 	<p>充電をして電気を使用します。災害時だけでなく普段のお出かけの際にも持ち運びに便利なサイズです。 貯めていた電気を使い切ると電気を送ることができません。また、容量が大きいものはとても高価でバッテリーには寿命があり劣化していきます。</p> <hr/> <p>集合住宅にお住まいの方。普段のお出かけの時も電源を使用される方など。</p>
<p>自動車</p>	<p>ガソリン車は、シガーソケットや充電専用のポートから給電が可能です。12V ほどの電圧です。 一般家庭のコンセントは 100V のため、医療機器をガソリン車で稼働するためには専用インバーター(自動車のバッテリーを家庭用コンセントと同じ電力に変換する装置)を購入する必要があります。 また、EV 車やハイブリッド車には、外部給電機能があり、おおむね 100V の電圧があります。 また、ガソリンや充電の管理が必要です。</p>

### 日常生活用具 給付種目 「非常用電源(自家発電機又は外部バッテリー)」

対象の方は奈良市の給付事業がありますので活用しましょう。

#### 【対象者】

- ・呼吸器機能障害又は心臓機能障害を有する者であって、意見書等により人工呼吸器の装着が必要と認められるもの
- ・人工呼吸器の装着が必要な難病患者等であって、医師の意見書等により人工呼吸器の装着が必要と認められるもの

【基準額】100,000 円 【耐用年数】5 年



奈良市  
ホームページ

## 蓄電池の使用可能時間の計算方法

バッテリー容量 1000Wh	÷	使用機器の消費電力（例） <ul style="list-style-type: none"><li>・人工呼吸器 27W</li><li>・加温加湿器 110W</li><li>・酸素濃縮器 3W</li><li>・エアマット 10W</li><li>合計 150W</li></ul>	=	約 6.6 時間
-------------------	---	--	---	----------------

- ※ 機器や設定によって異なります。消費電力測定器の実測の値で計算しています。
- ※ 毎年バッテリー容量は劣化により減少していきます。
- ※ 電力 (W) = 電流 (A) × 電圧 (V)

メモ

## 突然災害が起こったら

### ★まず取り組むこと

- ご本人が大丈夫か、ケガをしていないか確認してください。
- 医療機器などを使用されている場合は、正常に作動しているかどうか確認してください。
- 地震の場合、ドアや窓を開けて逃げ道を確保しましょう（歪んで開かなくなる前に）。また、ストーブやコンロなど火の始末をしましょう。
- ご家族を呼び集めましょう。

#### 人工呼吸器の確認の仕方

- ・人工呼吸器本体に破損がないか
- ・正常に作動しているか
- ・異常な音、変な臭いは出ていないか
- ・呼吸回路の各接続部にゆるみはないか
- ・回路が破損していないか（破損している場合は布テープで応急補修してください）
- ・設定値が変わっていないか

※ アラームが鳴ってなくても必ず確認しましょう。

※ 正常に作動していない場合はすぐにアンビューバックによる呼吸を開始してください。

### ★電気が消えたら

- まずブレーカーの確認をしましょう。
- ブレーカーが落ちていない場合は電力会社に連絡しましょう。
- 停電情報ページで復旧目途を確認しましょう。
- 停電情報が載っていない場合は、関西電力送配電へ連絡しましょう。

#### ★電話でのお問い合わせ

【電話番号】 0800-777-3081（通話料無料）

→ 音声ガイダンス 「1」 停電に関するお問い合わせ

#### ★チャットでのお問い合わせ

- ① 停電していること
- ② 電源が必要な医療機器療養者がいること
- ③ 住所・氏名・電話番号を伝える

以上をはっきり伝えて復旧までの目途も尋ねておきましょう。

関西電力送配電「電気が突然消えたとき」ホームページ →



## ★情報を集めましょう

- 「奈良市防災情報メール配信システム」やラジオ、テレビ、スマホで正しい情報を入手しましょう。

## ★関係機関の方に連絡しましょう

- 大規模災害時には携帯電話はつながりません。
- メールやメッセージアプリ、災害用伝言ダイヤル「171」または災害用伝言板「web 171」に連絡しましょう。
  - 4ページに方法を記載していますので確認しましょう。

## ★避難が必要になったら

- 緊急連絡先（家族、避難協力者など）に連絡をとりましょう。
- 近所の人、お手伝いしてくれる人に声をかけてください。
  - 避難するには最低3人は必要です。
- 持ち出すものを確認し、準備しましょう。
  - 5ページの非常用持ち出し品チェックシートを活用しましょう。
- 通電火災を防ぐためブレーカーを落としましょう。
- 災害用伝言ダイヤル「171」または災害用伝言板「web 171」にメッセージを録音しておきましょう。
  - 音声案内に従って「被害状況」「どこに避難するか」などメッセージを残しましょう。

## 災害時の対応 ～災害が起きたら、すぐチェック！～



- ① 全身状態を確認しましょう。
- ② 機器（人工呼吸器、たん吸引器、在宅酸素療法機器）に異常はありますか？

あり

なし

・酸素ポンベの切替時刻  
 時 分

・内部バッテリーの切替時刻  
 人工呼吸器  
 時 分  
 吸引器  
 時 分

アンビューバックへの切替時刻  
 時 分

家族の負傷やライフラインに被害はありますか？

あり

なし

電源が確保できない、  
復旧の目途なし

電源が確保でき、  
復旧の目途あり

・酸素ポンベの切替時刻  
 時 分

・内部バッテリーの切替時刻  
 人工呼吸器  
 時 分  
 吸引器  
 時 分

アンビューバックへの切替時刻  
 時 分



**在宅で様子を見る**  
 \*いつでも避難できるように準備はしておきましょう  
 \*171に状況を録音しましょう

※電動ベットやエアーマットは停電で作動しなくなります。

エアーマットの空気が抜けてしまう場合は空気を送り込むチューブの柔らかい部分を折り、ひもで縛りましょう。





発行 : 令和8年6月  
編集 : 奈良市保健所 保健予防課  
〒630-8122  
奈良市三条本町13番1号  
はぐくみセンター4階  
(奈良市保健所・教育総合センター)  
電話 (0742) 93-8397  
FAX (0742) 34-2486  
メール hoken-yobou@city.nara.lg.jp