

災害避難時の対応方法

< 避難の前の最終チェック >

1 あわてず安全確保



グラツきたら
まず、身の安全



正しい情報を聞く
(テレビ、ラジオ)



落ち着いて
火の元の確認





口すぼめ呼吸、
腹式呼吸等をして、
呼吸を整えましょう!

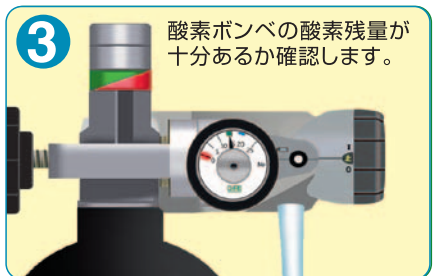
2 酸素ボンベへの切り換え手順


器械が停電等で動かないときは、吸入を酸素ボンベに切り替えて下さい。※主治医の指示に基づいて、決められた流量を守って下さい。

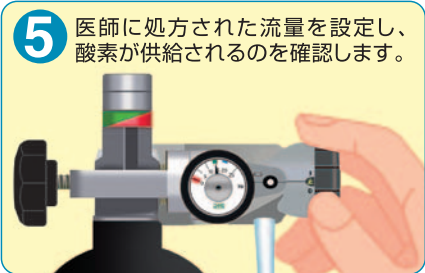
【ヨークバルブ付ボンベ】


- 

1 酸素供給吐出口にカニューラを取り付けます。
- 

2 酸素ボンベの元栓をゆっくり開きます。
- 

3 酸素ボンベの酸素残量が十分あるか確認します。
- 

4 流量設定ダイヤルを「+」に合わせて電池の残量を確認します。
- 

5 医師に処方された流量を設定し、酸素が供給されるのを確認します。
- 

6 吸入を開始します。

3 事業者(医療施設)への連絡



安否確認のため、下記の番号に連絡して下さい。

— —

災害用伝言ダイヤルのご利用法

伝言の録音方法	伝言の再生方法
171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます	171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます
録音の場合 1	再生の場合 2
↓ ガイダンスが流れます	↓ ガイダンスが流れます
×××× ×××× ×××××	×××× ×××× ×××××

4 安全な場所へ避難する

ご自宅から避難する場合は、裏面の避難先カードを目立つ所に貼って下さい。



万が一の災害に備えましょう

災害時の心構え

✓ 家族の連絡方法、連絡先を確認しておきましょう。

- 連絡方法は？
- 家族に連絡が繋がらない時はどの親戚、知人に連絡しますか？
- 連絡が取れない場合の待ち合わせ場所は？



✓ おうちの安全を確認しましょう。

- 倒れてきたら危ない家具はありませんか？
- 避難路は確保できていますか？



✓ 非常持ち出し品を準備しておきましょう。

- 貴重品／ラジオ／懐中電灯／携帯電話／杖／めがね／単三乾電池等
いつもの薬 _____
苦しいときの薬 _____
- その他 _____



✓ 避難場所・連絡先を記入しておきましょう。

避難場所	
------	--

緊急連絡先	
-------	--

緊急時に備えてあらかじめ書いておきましょう。
ご自宅から避難される場合は避難先カードを目立つところに貼ってください。↓

避難先カード

お名前

避難先

連絡先1

連絡先2

特記事項