

知っておくと役立つ情報サイト

★ がん情報サービス

(大規模災害に対する備え)

https://ganjoho.jp/public/support/disaster/disaster_care_manual.html

※国立がん研究センターが運営する公式サイト



がん患者さんのための 災害に備えるリスト

<利用のポイント>

- 一般の防災リストに加えてご利用ください。
- リストの画像をSNSで共有したり、コピーを渡したりして、日頃からご家族などと情報共有をしておくといいでしょう。
- 日頃から担当医と災害時の対応について話しておきましょう。

発行：愛媛県

委託事業者：NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会

監修：根津賢司（市立宇和島病院 南予救命救急センター長）

2024年9月

大規模災害時は、病院や診療所を受診できない場合がありますが、処方せんや薬がなくなっても保険薬局にお薬手帳や薬袋を持参することで薬を受け取ることが出来ます。また、保険証を提示したり、現金の支払いをしないくても医療機関を受診したり、薬を受け取ることが出来ます（薬は、数日経てば流通し始めます）。

出典：がん情報サービス（大規模災害に対する備え）

1. 1～2週間程度遅れてよい治療なのか、スケジュールを守らないといけない治療なのかを確認しておきましょう。
2. どのような症状に注意が必要なのか相談しておきましょう。

★日頃から担当医に確認しておきましょう

お薬手帳、緊急医療手帳、薬剤情報提供書など	
数日分の薬（3日～1週間分）	
がん患者さんのための災害に備えるリスト	
保険証（マイナンバーカード）	
予備のウイック・ケア帽子・弾性着衣	

非常時持ち出し確認表

薬や必要な物品は3日から1週間程度、少し多めに用意してもらい、予備を家においておきましょう（内服薬、ストロークス、特定器具：携帯用酸素ボンベやインスリン用ニールなど）



事前に準備、確認しておくこと

災害時には、普段あなたがかかっている医療機関で治療を受けられないかもしれません。病名や受けている治療についての情報を記入しておきましょう。

確認項目	確認内容	確認年月日
治療を受けている病院		/ /
診療科と担当医	科 先生	/ /
病名・ステージ	ステージ:	/ /
受けた治療・手術	<input type="checkbox"/> 手術	/ /
放射線・抗がん剤治療	<input type="checkbox"/> 放射線開始日 (/ /) 最終治療日 (/ /)	/ /
抗がん剤治療	<input type="checkbox"/> 抗がん剤の名前 ()	/ /
血液検査の結果	<input type="checkbox"/> 最新の「血液検査結果」 ※一緒に保管しておくこと良い	
検査で指摘されていること	<input type="checkbox"/> 貧血あり <input type="checkbox"/> 肝機能障害あり <input type="checkbox"/> 腎機能障害あり <input type="checkbox"/> 免疫低下あり <input type="checkbox"/> 出血傾向あり <input type="checkbox"/> 骨転移あり <input type="checkbox"/> 腫瘍マーカー () <input type="checkbox"/> その他 ()	
使用しているお薬	<input type="checkbox"/> お薬手帳 (お薬手帳アプリ) <input type="checkbox"/> 最新の「薬剤情報提供書(お薬の説明書)」 ※一緒に保存しておくこと良い <input type="checkbox"/> 抗がん剤 <input type="checkbox"/> 免疫抑制剤 <input type="checkbox"/> ステロイド剤 <input type="checkbox"/> ホルモン治療剤 <input type="checkbox"/> 痛み止め(麻薬でない) <input type="checkbox"/> 痛み止め(医療用麻薬) <input type="checkbox"/> 抗アレルギー剤 <input type="checkbox"/> 鎮痛補助薬 精神安定剤・抗けいれん薬 <input type="checkbox"/> その他必要なお薬 ()	
アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> 薬剤 () <input type="checkbox"/> 食品 () <input type="checkbox"/> その他 ()	/ / / / / /

連絡先・避難先を確認する

災害時、「誰に、どのような方法で、何の連絡をとるか」を担当の医療者、介護福祉関係者、ご家族などと相談して決めておきましょう。

いざという時にあわてないために、避難先や移動方法を検討しておきましょう。

	氏名	連絡先電話番号	関係性	連絡内容
ご家族など				
医療者				
医療機器メーカーなど				

避難先 自宅 ・ 避難所

移動方法

地域包括支援センター:

TEL

担当介護支援専門員
(ケアマネージャー)

TEL

避難経路

全国各地で地震、水害、土砂災害など多種多様な災害が発生しています。愛媛県でも2018年7月の西日本豪雨災害を経験し、2024年に入っても4月17日深夜の震度6弱の地震、7月12日の松山市街地での土砂災害などが発生しており、いつどこでどのような災害を目の当たりにするか予想できません。そのような中でがん患者さんや支える側が、どのような準備をしておけば良いのかをより分かり易く、活用しやすいリストがあればと考え作成をしました。

- ◇一般の防災リストに加えてご利用ください。
内容はがん患者さんに特化したものをリストアップしているため、一般の防災グッズに追加して使用するものとして作成しました。
- ◇作成して終わりではなく、「使えるもの」を目指し折りたたんで持ち運べる形にしました。両面印刷し折りたたんでお使いください。
- ◇お薬手帳などに挟むなどし、またコピーなどをして目につきやすい場所（冷蔵庫や壁など）に貼っておくのもよいでしょう。いつも目につくことで防災を自然と意識できることを期待しています。

がん患者さんのための災害に備えるリストの説明

1. 非常時持ち出し確認表

お薬手帳、緊急医療手帳、薬剤情報提供書

携帯電話に薬や処方せん、薬剤情報提供書を画像で保存、または、お薬手帳のアプリケーションをスマートフォンに入れておくと、薬の情報を確認することができます。定期的に更新をしていきましょう。

数日分の薬（3日～1週間分）

予備をストックしたままにせず、服薬しながら新しく処方されたものを追加する“薬のローリングストック”方式を

がん患者さんのための災害に備えるリスト

定期的に見直し更新。
画像保存やコピーをご家族などと共有したり、持ち出し袋に入れるものとは別によく目にするところに必要な情報を貼っておくと良いでしょう。

保険証（マイナンバーカード）

マイナンバーカードは災害の規模によってはすぐに使用できないこともあるため保険証の情報をメモ（コピー）を入れておくと良いでしょう。

予備のウィッグ・ケア帽子・弾性着衣など

脱毛中でウィッグやケア帽子を使用されている方、リンパ浮腫で弾性着衣を使用されている方、ストマを使用している方、排泄障害がある方などは各々予備を非常用持ち出し袋に入れておくと避難所での生活で心理的負担が軽減される可能性があります。

2. 事前に準備、確認しておくこと

- ★定期的に見直し、変更があれば都度更新しましょう。
- ★連絡先・避難先を確認する。
連絡先は災害の規模によっては通信制限がかかるため遠方の方を入れておくと連絡が取れやすくなることがあります。
- ★いざという時にあわてないために、移動方法を検討しておきましょう。
1人で移動が困難な場合は、移動には4人以上必要なことがあります。ご家族などや近所の方にあらかじめ相談し、災害時に避難の手助けをしてもらえるようにしておきましょう。