

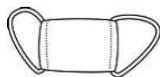
アレルギー疾患を持つ子どものための災害の備え

アレルギー疾患を持つ子どもにとって、環境の悪化は、命にも関わる重大な問題です。災害時は生活環境が異なるため、症状が悪化しやすくなります。また、薬が入手しにくくなります。日頃よりかかりつけ医の診察を受けて、アレルギー疾患の状態を良好に保ちましょう。

親が備えるのはもちろん、周囲の人々にも理解と協力をしてもらう必要があります。また備蓄する薬剤や食品について、日頃から主治医と相談しておきましょう。

～非常用袋や防災セットと一緒に、準備しておくもの～

- マスク（感染予防や砂埃対策）
- お薬手帳のコピー
- 病歴を簡単にまとめた記録
- 薬



〈表示カード〉 〈ビブス〉



〈緊急時お願いカード〉

【疾患別の必要なもの】

ぜんそく

- 発作予防の薬（1週間分）
- 発作時の薬（1週間分）
- （可能なら）電気を使用しない吸入薬

アトピー性皮膚炎

- 内服薬（1週間分）
- 保湿薬やステロイド薬などの外用薬（未開封のもの、1週間分）
- （可能なら）石けん・ビニール袋
 - ※少量の水と石けんを入れて振り、泡を作る
- ペットボトル（スキンケア用の水の補充のため）

食物アレルギー

- アレルギー対応食品および水（1週間以上分）
- 食物アレルギーを知らせる「表示カード」や「ビブス」、「緊急時お願いカード」など
- 緊急薬（エピペン、抗ヒスタミン薬）

【その他】

- 避難所生活の長期化に備えて、親戚、知人など事前に避難先を見つけておく。
- 症状が現れたとき、どのような対応をするのか、日頃から考えておく。

※個人によって必要な備えが異なります。

自分や家族にどんな備えが必要なのか事前にしっかり調べておきましょう！

連絡手段、避難経路や場所の確認

家族全員が一緒にいる時間は意外と短いもの。いざという時の連絡手段や避難経路・場所について、家族全員で確認をしておきましょう。また子どもを保育園、幼稚園に預けている場合は、園の方にどのように連絡をとればよいのか、確認しておく必要があります。



お散歩の際などに避難経路を家族で歩いてみましょう。避難先には、複数の避難所を決めておく心安いです。

災害時の連絡方法・情報収集

緊急のときのために、家族、勤務先、学校などの連絡方法を知っておくことがたいせつです。

(1) 災害用伝言ダイヤル「171」

大規模災害発生時、個人の安否確認手段としてNTT 東日本が運用するサービスです。

利用方法 「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って伝言の録音・再生を行ってください。

保存期間は48時間です。ご利用にあたっては通話料がかかります。

(2) 災害用伝言板（WEB171）

インターネットを利用した伝言板です。被災地域の居住者が、電話番号等をもとに伝言情報（テキスト・音声・画像）の登録等が可能です。

利用方法 <https://www.web171.jp>へアクセスし、画面に従って伝言情報の登録・閲覧を行ってください。

保存期間は48時間です。ご利用にあたっては通話料がかかります。

(3) 災害用伝言板サービス

大規模災害時は、携帯電話会社のHPトップ画面に、「災害用伝言サービス」が表示され、安否情報の登録や確認ができるようになります。全社一括検索が可能ですので、お使いの携帯電話会社の災害用伝言板で、他社携帯電話をご利用の方の情報を検索することができます。