難病患者さん・ご家族の皆さまへ

もしもの時のために

災害への備えを

なぜ事前の備えが必要なの？

A. 避難先で少しでも安心して生活できるように。自宅避難の方が安全か判断するため。
薬等治療が中断されると体調悪化の可能性がある。電源がないと生命に関わることも…

次の**５つのポイント**を確認しておきましょう！

①避難場所を知っていますか？

ハザードマップを見て、避難所を確認しておきましょう。
可能であれば、実際に避難経路を歩いてみましょう。
協力者が必要な場合は、協力を得られるよう準備しましょう。

ハザードマップ・避難所
（新潟市公式HP）

②持出品を準備していますか？

薬や処置に必要な物品も非常に大切です。
薬が確保できない場合の対処法などを主治医と相談しておきましょう。

必要な備蓄を調べよう
（東京備蓄ナビ）

基本的な持出品（例）

- □現金　□携帯電話・充電器　□保険証
- □通帳　□印鑑　□懐中電灯　□携帯ラジオ
- □非常食（3日分）　□飲料水（ペットボトル）
- □衣類　□軍手　□帽子（ヘルメット）
- □マスク　□ビニール袋　□ウェットティッシュ
- □予備の乾電池

患者さんに必要な持出品（例）

- □主治医・支援者・関係機関などの連絡先
- □特定医療費受給者証
- □お薬手帳（写しでも可）
- □お薬や栄養剤など（2～3日分）
- □毛布や携帯用カイロ
- □携帯用トイレやおむつ

⚠ 医療機器のバッテリー残量や停電時の対処方法、発電機なども確認しておきましょう

作成：新潟市保健所　保健管理課　2024.10

裏

③緊急情報を受け取れますか？

新潟市では、災害などの緊急時にさまざまな方法で情報を配信しています。
以下のいずれかを登録して、情報を入手できるようにしておきましょう。

新潟市LINE公式アカウント

緊急・防災情報のほか、
暮らしや子育てなど
様々な市政情報を受け取れます。

にいがた防災メール

登録アドレスに避難情報や
気象関連情報などを配信します。
touroku@bosai.city.niigata.lg.jp

新潟市危機管理防災局X

Xを利用して緊急・防災情報を
配信しています。

Yahoo! 防災速報

「新潟市」を地点登録すると
アプリからの災害情報の
通知を受け取れます。

④災害用伝言ツールを使えますか？

災害時は被災地への連絡が殺到し、通信規制になる場合があります。
次の「災害用伝言ダイヤル」 または 「災害伝言板」などを活用して、
家族などと安否確認ができるようにしておきましょう。（毎月1・15日体験利用可）

171 に電話

録音は 1
※暗証番号利用は 3

連絡を取りたい電話番号を押し
伝言を録音

再生は 2
※暗証番号利用は 4

連絡を取りたい電話番号を押し
伝言を再生

災害伝言板
（web171）

⑤要支援者名簿を知っていますか？

新潟市では、災害時に自分で避難することが困難で、
避難のために支援が必要な在宅の方の情報を掲載した
「避難行動要支援者名簿」を作成しています。
この名簿を、自治会などの地域の支援者や
消防・警察などの公的機関に提供することで、
地域での助け合いや救援・救助に役立てます。
名簿への登載は「各区役所健康福祉課」で行うことができます。

避難行動要支援者支援名簿への
登載手続きについて
（新潟市公式HP）

⚠ 名簿に登載しても、必ず支援が行われるわけではないことをご理解ください。