

アレルギーっ子の災害対策

いざという時のために！

「緊急時(災害時)おねがい」カードを活用しましょう！

- ◎ このカードは、いざという時に自分の命を守る大切なカードです。
常時携帯して利用しましょう。
(非常持ち出し袋の中にも入れておきましょう)
- ◎ 緊急時に、このカードを見せることを、本人に伝えておきましょう。
また、周り（園や学校、その他）にもそのことを伝えておきましょう。
- ◎ 連絡先や薬などが変わったときは、忘れないように書き換えましょう。
- ◎ 1年に1度はカードを見直しましょう。
(年齢・症状・除去食品などは変わります。古い情報のままではいざという時に役にたたないことがあります)
- ◎ 親自身に何かあった場合でも、このカードによって子どもたちが必要な支援が受けられるように工夫しましょう。

＜項目の書き方など＞

1. 記入は油性ペンなど、消えないものをご利用ください。
2. 現在ある病名や症状、アレルゲンなどで該当するものに○をつけ、その他必要事項を記入してください。

ご注文・お問い合わせ・・・

認定特定非営利活動法人 アレルギー支援ネットワーク

名古屋市中村区大秋町2-45-6

Tel 052-485-5208 FAX 03-6893-5801

<https://alle-net.com/>



※「緊急時のお願いカード」本体の料金はかかりませんが、送料のみご負担をお願いしております。(着払発送)

【日頃の備え】

アレルギー疾患をもつ患者家族の方におかれましては、日頃の備えが大切です。被災状況によりましては、自己の備えだけで1週間～10日以上を過ごすことになります。アレルギー用食材に余裕を持ちましょう。交通網が遮断されると、特殊な食料は手に入りにくくなります。

周りからの支援物資が届くのに、地域によっては10日以上かかる場合もあります。

最低10日間分の食料は確保しましょう。 水・カセット式コンロも必需品です。

アレルギー支援ネットワークHPの「災害に備える」

URL：<https://alle-net.com/family/bousai/>

アレルギーポータルサイトHPの「災害時の対応」

URL：<https://allergyportal.jp/just-in-case/>

のページや、以下のポイントを参考に、日頃から十分な備えをいたしましょう。

【ポイント①】

- ◇ 災害時最初に助け合うのは近所の人同士です。日ごろからお付き合いを大切にしましょう。
- ◇ 地域の民生委員や自主防災組織などにもアレルギー疾患があることや配慮してもらいたい事などをきちんと伝えておきましょう。
- ◇ 震災後、家から離れる時は行き先（避難先、居場所）を書いて分かりやすい所に貼っておきます。
- ◇ 災害時にはすぐに電話はつながらないと思ってください。（災害伝言ダイヤル「171」の利用をしましょう。）

【ポイント②】《アレルギー対策》

- ◇ お住まいの市町村の防災体制を確認しておきましょう。
 - ・ 備蓄食料品はどのようなものがどのくらいどこにありますか？その中にアレルギー用ミルクはありますか？
 - ・ 食物アレルギーに対応できるものはありますか？
 - ・ アレルギーの相談窓口はどこにありますか？
- ◇ 震災後、食生活・入浴・ストレス・寝具（布団や毛布）などで症状が悪化することが考えられます。親戚・知人・友人宅など、事前に個人的な避難所を見つけておくのもよいでしょう。
 - ・ 避難先の病院などの情報を確保しておきましょう。
 - ・ 避難先近くのアレルギー用ショップの情報をつかんでおきましょう。
- ◇ 震災直後は、緊急を要する人の治療が優先されます。

日ごろ使用している薬に余裕をもつようにしましょう。特に喘息などの吸入器が必要な場合は携帯性のあるもの（停電でも使用できるタイプ）を用意しておきます。

・お薬手帳、又はお薬手帳のコピーを用意しておきましょう。

最新の検査結果・使用している薬の名前・これまでの症状の経過などを必ず記録しておきましょう。

（使用してはいけない薬の名前も書いておきます）薬や必要な情報は取り出せないことも考えて、何箇所かに小分けしておきましょう。

2024年7月作成