

# T-me チーム 38号

特集  
災害医療



Topics & News

帝京大学医学部附属病院からのお知らせ

チーム医療

19 18 17 16

災害時、患者さんはどうすれば？ Q&A

総務課  
丹野 真之さん

家庭でもできる防災×医療準備

産婦人科  
助教  
西澤 美紀先生

災害時の周産期医療

高度救命救急センター長  
救急科  
講師  
高野 かおり先生

未来を担う、災害医療の担い手たち

高度救命救急センター  
救急科  
看護師  
薬剤師  
角山 泰一朗先生  
星 梨香さん  
今中 翔一さん

災害医療とは?  
災害医療マネジメント部  
部長、救急科  
教授 黒住 健人先生

災害医療を支える人たち

高度救命救急センター  
救急科  
看護師  
薬剤師  
黒住 健人先生

特集

災害医療

目次

◎発行年月  
2025年12月  
◎発行  
帝京大学医学部附属病院  
総務課広報企画係  
◎編集・制作  
ビーデザイン

T-me

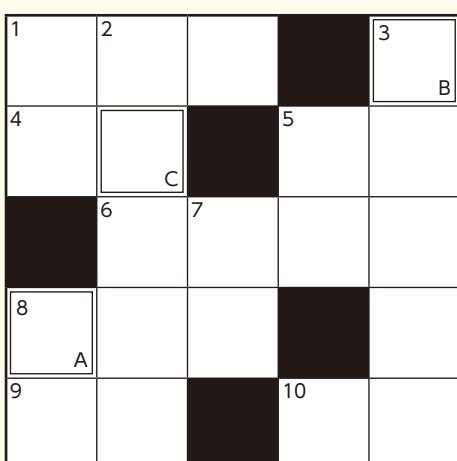
T-me「チーム」は、  
帝京大学医学部附属病院と  
地域の皆さまをつなぐ院内誌です。  
T:Teikyo =帝京大学医学部附属病院の頭文字  
me:Medical =地域の皆さまのための医療  
また、「チーム」には  
医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、  
その他病院全てのスタッフが連携して行う  
チーム医療の意味も込められています。

本誌の掲載内容は、2025年8月現在の情報  
に基づいております。

printed in japan  
本紙掲載の写真・記事の無断転用を禁じます。  
©2025 帝京大学医学部附属病院

クロスワードパズル

二重ワクの中に入る文字をアルファベット順につなげると、  
災害後に求められることの名称になります。



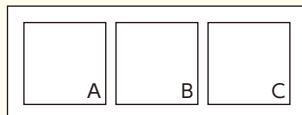
(タテのカギ)

- 1 2026年の干支
- 2 この〇〇〇〇〇が目に入らぬか！
- 3 上着の後ろがツバメの尾のような礼服。
- 5 牛を英語でいうと？
- 7 腰、羊、窯に共通する音読み
- 8 梅干し作りの必需品。青いものは薬味に。

(ヨコのカギ)

- 1 鳥の羽。布団やコートの詰め物に。
- 4 ゼロが4個ついたらこれになります
- 5 〇〇が鈍る、冴える、当たる、働く。
- 6 週の最終日。
- 8 法律や政策を実行すること。
- 9 トリオ、デュオ…その次は？
- 10 「いんいちがいち」からスタートです。

(答えは P.19)



# 災害医療

地震や豪雨、火災、交通事故、そしてテロ――。

私たちは、いつ・どこで起こるかわからない災害に、不安を感じながら日々を過ごしています。

では、大きな災害が発生したとき、

医療機関はどのように対応するのでしょうか。

今回は、帝京大学医学部附属病院が行っている災害医療への取り組みをご紹介します。

「備えあれば憂いなし」。

いざというときに慌てないためにも、私たち一人ひとりが日頃からできる準備を心がけていきましょう。



# 災害医療とは？

いつ、どこで起こるかわからない災害。

地震や津波、豪雨などの自然災害から、火災や交通事故、テロといった人為的な災害、そしてそれらが重なる複合災害まで。命に関わる大きな災害が発生したときに、欠かすことができないのが「医療」です。

では、帝京大学医学部附属病院では、こうした災害にどのように備え、どのように医療を提供しているのでしょうか。今回は、災害医学を専門とする黒住先生にお話を伺いました。



2015年ネパール地震（HuMA提供）

## 災害はいつ起こるかわからない

「災害医療とは、災害が発生した際に行われる医療を指します。一口に『災害』といっても、その種類はさまざまです。多くの方が地震や豪雨といった自然災害を思い浮かべると思いますが、テロや戦争などの人為的な災害、さらに地震のあとに津波や火災が起こるといった複合災害と考えられます。こうしたさまざまな状況下で人命を守るために提供される医療が、災害医療といえるでしょう」

——先生はこれまでどのような災害医療に携ってきたのでしょうか？



黒住 健人先生  
災害医療マネジメント部 部長、救急科 教授

- 1992年 大阪医科大学医学部
- 1992年 岡山大学医学部附属病院整形外科
- 1996年 神野病院整形外科
- 2005年 高知医療センター救命救急センター
- 2009年 帝京大学医学部附属病院 救急医学講座  
外傷センター
- 2022年 虎の門病院外傷センター
- 2025年 帝京大学医学部 救急医学講座  
災害医療マネジメント部

そのような状況下では、現場で何ができるのか、またどの患者さんを近隣の医療機関へ搬送するのかといった判断を、正確な情報に基づいて行う必要があります。

自然災害の場合、拠点となる医療機関そのものが被災し、十分に機能しないこともあります。さらに、電気・ガス・水道といったライフラインが途絶えるケースも少なくありません。

一人でも多くの命を救うために、迅速かつ的確な医療を提供すること—それが災害時に求められる使命だと考えています

## 災害現場のニーズは常に変化する

——日本における災害医療の現状についても教えてください。

「日本では、災害に強い医療体制を構築するため全国で700以上の災害拠点病院が指定されています。当院も東京都の地域災害拠点中核病院として指定を受けており、災害で被災された方の受け入れや、被災地への医師派遣など、迅速に対応できる体制を整えています。

また、日本には“DMAT（ディーマット）”と呼ばれる災害派遣医療チームがあります。

これは、医療機関に勤務する医師や看護師などのうち、専門の研修と訓練を受け、認定を受けた人だけが参加できる組織です。DMATのメンバーは、災害発生早期に現地へ入り、医療活動を行うことを使命としています。災害発生直後の混乱のなかで、一刻も早く必要な医療を届けるために、全国各地で日頃から訓練を重ねています」

——災害時には、どのような医療が必要なのでしょうか？

「災害時に求められる医療は、場所や状況によって大きく異なります。まず大切なのは、“何が必要とされているのか”を正確に把握することです。現場のニーズや状況をいち早くつかむことが、初動対応では何より重要になります。医師だからといって、手術や治療などの医療行為だけを行うわけではありません。

もしトイレが不足していればトイレを設置し、資材の調達や健康相談など、必要なことは何でも行います。刻々と変化する現場の状況に応じて、今必要な支援を臨機応変に届け続けること。それも災害医療における大切な役割です。

また、地震直後の被災地では、電車やタクシーなどの交通手段が使えない場合も多く、自力で現地へ向かわなければなりません。

宿泊場所や食料も十分に確保できないことが多いため、現地に集まつた医師同士で協力しながら寝泊まりできる場所を確保します。

さらに、季節や時間の経過によって被災地の状況やニーズは変化するため、優先順位を整理

しながら柔軟に対応する姿勢が求められます

——災害医療に取り組む際に大切にしていることを教えてください。

「私たちが持つリソースを、現場のニーズにしっかりとつなげて支援することを常に心がけています。災害医療は、決して一人でできるものではありません。現場にいるすべての医療スタッフが“自分もチームの一員である”という自覚を持ち、“一人でも多くの命を救いたい”という同じ思いを胸に活動しています。

医療スタッフ同士が互いにリスクトし合いながら、状況に応じて臨機応変に対応する。そして、被災地で暮らす人々が一日も早く安心・安全な日常生活を取り戻せるよう支援することこそが、災害医療において何より大切なことだと感じています」



2024年能登半島地震巡回診療（HuMA提供）

# 病院はどう備えている？

## 帝京大学医学部附属病院における災害医療への取り組み

**安全な医療が届けられるのは、自分の身を守ってこそ**

「災害訓練などは行なっているのでしょうか？」

東京都の地域災害拠点中核病院として、当院では大規模災害を想定した訓練を定期的に行い、災害時でも安心・安全な医療を提供できるよう、日頃から備えを整えています。

「当院では、災害が発生しても安定して医療を提供できるよう、最低3日分の備蓄を常に確保しています。

これまでの災害の経験から、3日間を乗り越えられればインフラや物流が徐々に復旧するところ多いため、その点はご安心いただけると思います。

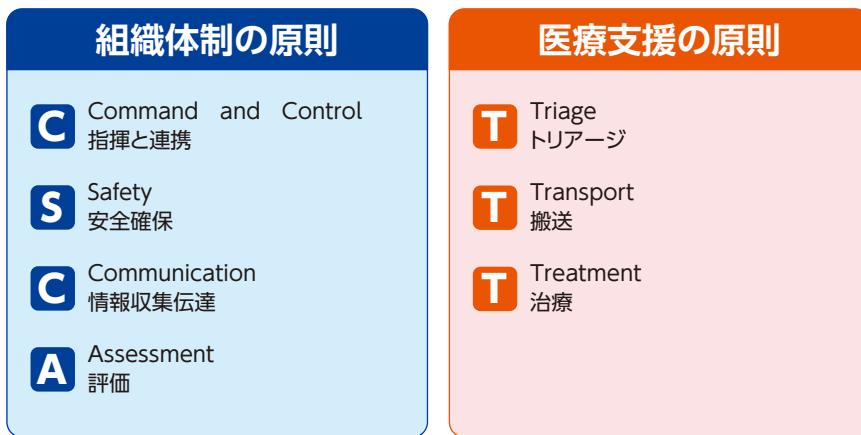
また、近隣には東京都水道局・板橋給水所があり、万が一の際にも心強い存在です」

――日頃から私たちが備えられることはあります

総合災害訓練の様子



## CSCATT (シーエスキヤット) とは?



でしょうか?

「とても基本的なことですが、まずは身の回りをきちんと片付けておくことです。これは医療スタッフにも常に伝えているのですが、どんな人にも共通して大切な備えだと思います。

災害は、いつ・どこで起るかわかりません。自宅で大きな地震が発生した際、家具が倒れて家から出られなくなってしまえば、助けを求めている人のもとへ駆けつけることもできません。すぐに行動できる環境を整えておくこと、それも立派な備えのひとつだと思います。

また、災害の記憶は時間が経つにつれて薄れてしまいがちです。どこかで『自分は大丈夫』と思ってしまう人もいるかもしれません。

けれど、災害が起きてから何かをするのではなく、日頃から『想定して備えておく』ことが何より大切だと感じています

――今後強化していきたいことを教えてください。

「これからは、災害医療に取り組む仲間をもっと増やしていきたいですね。そのためには、院内の体制やシステムをさらに強化していくことが大切です。

平常時の医療を安定して提供しながら、地域災害拠点中核病院として、近隣にお住まいの方々に安心を届けられる存在でありたいと思っています。

### 仲間を増やして、万全な備えを

――黒住先生を災害医療に向かわせるモチベーションはどこにあるのでしょうか?

「私にとって医療の原点は救急にあります。

自分の経験と医療の力で、目の前の命を救い、通常の医療へとつなぐ、その橋渡しをすることが、私の役割であり、大きなやりがいでもあります。

確かに、災害医療の現場は厳しいことや困難も多くあります。それでも、医療の力が最も必要

とされる場所だからこそ、自分も力になりたいと強く感じるのだと思います」

――今後強化していきたいことを教えてください。

「これからは、災害医療に取り組む仲間をもっと増やしていきたいですね。そのためには、院内の体制やシステムをさらに強化していくことが大切です。

平常時の医療を安定して提供しながら、地域災害拠点中核病院として、近隣にお住まいの方々に安心を届けられる存在でありたいと思っています。

当院では、DMATの活動にも積極的に関わっており、現場で働く医療スタッフ一人ひとりも、災害医療への意識が高いと感じています。だからこそ、志を同じくする仲間を増やすし、より万全な備えができる体制を整えていきたいと考えています」

# 災害医療を支える人たち

災害時には、医師だけでなく、看護師や薬剤師など多くの医療職が連携して活動します。東日本大震災や熊本地震、能登半島地震など、これまでに発生した大規模な自然災害の際、帝京大学医学部附属病院の医療スタッフはどのように行動し、どのような想いで現場に立っていたのでしょうか。今回は、看護師と薬剤師の3名に、当時の経験や災害医療への思いを伺いました。



——印象に残っていることを教えてください。  
サポートにあたりました

——印象に残っていることを教えてください。

## 被災者の方々に「安心」を与える 災害医療を



國分 裕平さん  
高度救命救急センター 看護師

| 2011年4月 看護師免許取得

「2018年に岡山県で発生した西日本豪雨の際、東京都医師会からの要請を受け、発生から約1週間後に現地へ派遣されました。

岡山県内の大きな病院が水没し、医療体制が麻痺している状況でした。現地に到着したとき、水害の恐ろしさを肌で感じたことを今でも鮮明に覚えています。到着した頃には、プレハブの救護所が少しずつ建ち始めており、私たちはその移設作業を手伝いながら、支援が必要な方々のサポートにあたりました」

——災害医療の現場で、大切だと感じたことはどんなことですか？

「被災された方にどんな言葉をかけたらよいのか、看護師としてどのように寄り添えればよいのか、現場では常に葛藤がありました。訓練で得た知識と、実際の現場で求められる対応はまったく違うと感じました。その中で、自分がそこにいることで少しでも安心してもらえるような存在であること。それが、災害医療の現場で最も大切なことだと感じています」

——一緒に働く医療スタッフへメッセージをお願いします。

「日頃から備えておくことの大切さを改めて感じています。いざというときにスタッフ同士の

「当時の光景や、被災した土地の様子はいまでも目に焼き付いています。病気やけがをしていない方でも、多くの方が『これからどうしたらいいのか』と不安を抱えており、精神的なケアの大切さを強く感じました。私にとっては、これが初めての災害医療の現場でした。戸惑うことも多くありましたが、その分、学ぶことがとても多かったです」と感じています」

連携を支えるのは、日々の災害訓練や勉強会で得た知識と経験です。部署や職種の垣根を越えて、災害医療の重要性を院内全体に広めていきたいと思います。そして、より多くの方に関わっていただけるような仕組みを整え、互いに支え合える体制づくりを進めていきたいと考えています」





星 梨香さん  
高度救命救急センター 看護師

| 2002年4月 看護師免許取得

現地へ入りました。避難所での衛生管理をはじめ、外来診療のサポートや、避難されている方々の相談対応など、幅広い活動を行いました。東日本大震災では、倒壊しかけた病院から安全な場所への搬送支援などにあたりました。

発災直後は、どこに避難所があるのかすら分からぬ状況で、津波の被害を受けた地域も多くありました。

### 地元が被災地に……少しでもできることがしたいと災害医療へ

「2004年に発生した新潟県中越地震が、私にとって初めての災害医療への関わりでした。

地元が被災したこともあり、『自分にできることはないか』と思い、帝京大学医学部附属病院の看護師として支援活動に参加しました。その後、日本DMATの資格を取得し、2011年の東日本大震災の際には、その日のうちに被災地へ向かい、現地で活動を行いました

——具体的に、どのような活動を行なったのでしょうか？

「新潟県中越地震の際は、発生から2～3日後に

——看護師として災害医療に関わる時、どんなことを工夫されていましたか？

「災害現場では、医療資材が限られています。本来であれば、すべての方

伺つた避難所では、情報がほとんど入らず、『自分たちだけ取り残されているのでは』と不安を口にする方もいらっしゃいました。医療を提供する以前の段階で、まず『情報が届かないこと』が人々にどれほどの不安を与えるのかを目の当たりにし、情報の重要性を改めて痛感しました」

——これから目標について聞かせてください。  
「今後は、災害訓練や防災に関する教育活動をさらに広めていきたいと考えています。災害時に冷静な判断をするためには、正しい知識が欠かせません。まったく知らない『ゼロ』の状態よりも、ほんの少し知識があるだけで、落ち着いて行動できることがあると思うんです。」

災害は、いつ・どこで起こるかわかりません。だからこそ、日頃からしっかりと備えておくこと、そして少しでも防災意識を高めておくことが大切だと感じています」





今中 翔一さん 薬剤部 薬剤師

2007年 明治薬科大学薬学部 卒業  
2008年 東京大学医学部附属病院薬剤部研修生 修了  
同年 帝京大学ちはる総合医療センター薬剤部  
2014年 帝京大学医学部附属病院薬剤部

## 薬剤師もDMATの一員。 ICUでの経験から災害医療へ

「ICU（集中治療室）」の薬剤師として勤務しており、災害医療の現場でも自分の力を発揮したいと思い、DMATに所属しました。被災地に派遣される際には、業務調整員として、医薬品や物資の調達・提供・管理支援など、幅広い活動を行っています

――具体的に、どのような活動を行なつたのでしょうか？

「これまでに、2016年の熊本地震、2018年の西日本豪雨、そして2024年の能登半島地震での支援活動に参加しました。

――災害に備えて、私たちが日頃からできることはありますか？

「普段から飲んでいる、または使用しているお薬を正しく把握するためにも、「お薬手帳」は常に持ち歩いていただきたいですね。持ち歩くのが難しい方は、スマートフォンでお薬手帳を撮影し、写真を保存しておく方法でも構いません。また、防災バッグの中に常用薬を入れておくのも

いすれも発生から数日後に現地へ入りました。が、「これまで飲んでいた薬が手に入らない」「お薬手帳が流されてしまった」といった、お薬に関する悩みがさまざまな場所で生じていました。被災地では道路の復旧までに時間がかかり、物流が止まってしまうこともあります。その場合、提供できる薬の種類や数量が限られるため、避難所に備蓄されている薬や、派遣時に持参した薬で対応せざるを得ません。

能登半島地震の際には、発生から10日後に派遣されました。急性期を過ぎると、常用薬が手元になくて困る方が増えてきます。症状を訴える被災者の方々に、限られた中で最適な薬をどう提供するか。これが、薬剤師としての腕の見せどころだと感じました」

――今後の災害医療について想つてること、また読者に伝えたいことはありますか？

「DMAT全体でも、薬剤師の登録者数はまだ少ないのが現状です。院内外を問わず、災害医療に興味や関心を持つ薬剤師が一人でも増えたいことを心がけていただきたいです。月に一度でも、防災について考える時間をつくってみてください。その積み重ねが、いざというときにはきっと大きな力になると思います」

「お薬手帳」をしておくこと、それが「DMAT」全員が持つべき意識です。その意識をもつて、被災地で活躍する薬剤師たちが、安心して活動できる環境をつくることが、今最も求められています。



# 未来を担う、 災害医療の担い手たち

いつ起こるかわからない災害。その瞬間に、命と真剣に向き合うのが災害医療の現場です。今回はお二人の医師に、災害に備えることの大切さと医療の原点を語っていただきました。

「――災害医療の現場で感じた難しさを教えてください。」

「物資も情報も乏しい中で、限られた資源と人材を活かし、正確な情報を集めることができれば、何よりもうれしいです。

私は外傷外科を専門としています。平和な日

難しさと、学び続ける必要性を感じています。

り、災害時にも思いもよらないケガが多く発生します。だからこそ、日の前の命を救える医師の存在が求められているのだと実感しています」

——日頃から訓練していることはありますか？

「2011年の東日本大震災が発生したとき、私は大学があるアメリカ・マイアミにいました。津波の映像を見てすぐに帰国し、かつて勤務していた福島県の病院で被災者支援にあたりました。

でも使命を果たせる医師だと思います。できな  
い理由を探すのではなく、いまあるもので最善  
を尽くす。それこそが本当の救急医療であり、災

Doctor ManAthleteTeam隊員は、年に一度の訓練への参加が定められていますが、救急医は、日々の診療でもどんな患者さんが来るかわからず、常に経験と判断力が試され、想定外の出来事に対応する最前線の科であります。そのため、普段からさまざまな状況を想定して診療にあたっています。

救急も災害医療も、目の前の命を救うという目的は同じです。ただ、毎回新たな課題が生まれ、災害は人の力ではコントロールできません。そこに

心を育んできた国でもあります。その背景が、"誰かを救いたい" "助けたい"という想いを自然に抱く医療者の多さにつながっているのかかもしれません。少しづつでも、災害医療に携わる仲間が増えていくことを願っています」



角山 泰一郎先生 高度救命救急センター長  
救急科 病院教授

1999年3月 山梨大学卒業  
1999年4月 東京女子医大救命救急センター  
2008年3月 University of Miami,Jackson  
Memorial Hospital,Ryder Trauma Center  
2011年7月 帝京大学医学部救命医学講座  
2012年7月 Charlotte Maxeke Johannesburg  
Academic Hospital  
2018年4月 帝京ちは医療センター救命救急センター

## 今できる最善の治療を全力で。いつ来るかわからない災害に備え、訓練は欠かさない

「幼い頃に阪神・淡路大震災を経験しました。私の家は被災しませんでしたが、友人の家が倒壊し、身近に避難生活を送る人たちがいました。大学生のときに東日本大震災が発生し、『医師として何か力になりたい』という気持ちをずっと抱き続けてきました。

現在は災害訓練の責任者として、さまざまな状況を想定した訓練を実施し、日々備えを続けています

——訓練では、どのようなことを行なっているのでしょうか？

「最近は、全国からD.M.A.T隊員が集結し、首都直下型地震を想定した2日間の訓練を行いました。情報が限られる中で、被災者の受け入れや拠点病院としての機能を検証し、水や電気などインフラ確保も想定して実施しました。東京都の人口は約1,500万人、当院のある地域にも約199万人が暮らしており、こうした方々が被災する可能性を考えると、日頃からの訓練と備えが欠かせないと感じています」

——災害訓練の重要性は、どこにあると思いますか？

「災害は起きてほしくないのですが、いざというときに備えるためには平時の準備が欠かせません。実際の対応経験は訓練でしか積めないため、継続的な実施が重要です。また、地形や人口構成など地域の特性を踏まえ、病院が機能しやすく協力体制を築ける環境づくりも大切です。さらに、市民一人ひとりが“自分の身は自分で守る”意識を持つことが、地域全体の防災力向上につながると感じています」

——チーム医療で心がけていることはなんですか？

「平時でも災害時でも、どのような状況であつても、お互いにしっかりとコミュニケーションをとり、チームとして協力し合うことが何よりも大切だと感じています。医療は医師だけなく、看護師、救急救命士、事務職員など、さまざまな職種の力が合わさって成り立つものです。だからこそ、互いを理解し、信頼し合いながら連携することが欠かせません。普段の業務の中からその意識を大切にし、チーム全体でより良い医療を提供できるよう努めています」



高野 かおり先生 救急科 講師

2012年	帝京大学医学部医学科	卒業
2014年	帝京大学医学部附属病院	心臓血管外科
2019年	帝京大学医学部附属病院	救急科
2024年	帝京大学医学部附属病院	助手 救急科 講師

——最後に読者のみなさんにメッセージをお願いします。

「救急医療や災害医療に興味を持つことが、まず第一歩だと思います。災害が起きたときに最も大切なのは、自分自身の命です。救急隊は、明確な指揮系統のもとで安全を最優先に活動しています。ですから、現場では彼らに任せられる部分は任せ、自分の命を守る行動をとることを心がけてください。

私たちちは、市民の皆さん的安全を守るために、日々訓練を重ねています。今できる最善の治療を全力で行う」ことが、医師としての責務だと考えています。いつ起こるかわからない災害に備え、これからも確実に訓練を積み重ねていきたいと思います」

# 災害時の周産期医療

妊娠中に災害が発生したら？出産の前後に災害が起きたら？

母体と胎児、そして新生児の命を守るために大切なこと、そして知っておいてほしい備えについて、産婦人科医の西澤美紀先生にお話を伺いました。

**災害時の情報窓口となる  
「小児周産期災害リエゾン」**

妊婦さんがより多くのリスクにさらされる可能性があります。いざというときに備えて、日頃から自分と赤ちゃんを守る行動を意識しておくことが大切です



西澤 美紀先生 産婦人科 助教

帝京大学医学部卒。  
帝京大学医学部附属病院での初期研修を経て、2017年同病院産婦人科医局入局。  
2023年3月帝京大学大学院公衆衛生学研究科修了し公衆衛生学修士を取得。公衆衛生学修士取得の際の課題研究のテーマは外国人妊婦支援。  
2024年4月から現職。

「妊婦さんは『災害弱者』といわれるようになり、被災者の中でも特に保護が必要な存在です。避難生活が長期化すると、血栓症のリスクが高まるため、十分な注意が必要になります。また、避難所ではプライバシーの確保が難しく、妊婦さんが強いストレスを抱えやすい環境でもあります。妊娠初期の方は妊娠していることを周囲に伝えにくく、体調不良を我慢してしまうこともあります。

——妊娠中の方が被災した場合には、まずはどこに頼ればよいのでしょうか？

「震度6以上の地震が発生した場合には、妊婦さんや新生児を支援するための小児周産期災害リエゾンが設置されます。リエゾンとはフランス語で「橋渡し」や「連携」を意味し、DMATや行政と協力しながら、必要な支援をつなぐ役割を担っています。この仕組みは2016年に整備され、いつ起くるかわからなった不便も増えます。このように、避難時には



令和5年に当院で行った図上訓練の様子です。救急科の先生方や行政の方と訓練を行い、連携を確認しました。

くりを進めています。

災害時には、避難所

ごとに妊婦さんの健

康状態を確認し、医療

や生活面でのサポー

トが行えるよう情報

を集めます。何か少し

でも困ったことがある

れば、医療スタッフに

相談いただくとよい

でしょう。

また、小さなお子さ

んがいる妊婦さんは、

上のお子さんの世話を

しながら胎児のことも心配しなければならず、

心身の負担が大きくなりやすい状況です。『自分

でなんとかしよう』と抱え込まず、まずは誰かに

相談することを意識してみてください』

## 妊娠したら母子手帳は必ず携帯を

——入院中など、病院で被災することもあるかもしれません。帝京大学医学部附属病院では、どのような対応を行っているのでしょうか？

——妊婦さんや新生児のママさんなど、周産期のご家族が心がけておくことを教えてください。

「まず一番大切なのは、母子手帳を常に携帯することです。どこで被災しても、母子手帳があれば妊娠中の経過や体調の記録を確認することができます。出産後の方も、生まれたときの記録や健

康情報が記載されていますので、どうか手元から離さず持ち歩いてください。

また、万が一に備えて、ご家族のスマートフォ

ンに母子手帳のページを撮影して保存しておくのもおすすめです。データとして残しておけば、もし紛失してしまっても安心です。

そして、避難所での生活では『他の人に迷惑をかけたくない』と我慢してしまう方もいらっしゃいますが、どうか遠慮せずに声を上げてください。お困りごとや不安を共有してもらうことが、支援につながります。妊婦さんや赤ちゃん、ご家族の安心のためにも、ぜひ周囲に相談してください』

——最後に読者の皆さんにメッセージをお願いします。

「ただでさえ緊張の多い妊娠期に、災害のことまで考えるのはとても大変なことだと思います。ですが、心配しすぎる必要はありません。『これだけ備えているから大丈夫』と自分を安心させられるような、防災の準備を少しずつ進めてみてください。私たちも、関係機関と連携しながら、いざという時に妊婦さんや赤ちゃん、ご家族を守れる体制づくりに取り組んでいます。安心して、笑顔で過ごせる妊娠期間を楽しんでいただけたらうれしいです」

家庭でも  
できる!!

# 防災×医療 準備

## 日頃から防災ポーチを持ち歩こう！

防災リュックを準備するご家庭も増えてきました。ご家庭内の備えが完璧でも、いつどこで災害が発生するかは予測できません。日頃から携帯できる「防災ポーチ」も持ち歩いておきましょう。



emergency POUCH

飲料水やモバイルバッテリーは常に持ち歩いておきましょう

お薬手帳や常用薬の一覧などは、念のため最新のものをスマホで撮影しておくのが便利です

### 携帯用防災ポーチのリスト

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 現金（小銭）                      | <input type="checkbox"/> 身分証明証のコピー                   |
| <input type="checkbox"/> 緊急連絡先のメモ                    | <input type="checkbox"/> マスク                         |
| <input type="checkbox"/> 常備薬・常用している薬                 | <input type="checkbox"/> ティッシュとウェットシート（除菌スプレー）       |
| <input type="checkbox"/> 小型のライト                      | <input type="checkbox"/> ポリ袋                         |
| <input type="checkbox"/> ホイッスル                       | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ                       |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具とメモ帳                    | <input type="checkbox"/> 非常食、飴やチョコ                   |
| <input type="checkbox"/> 口腔ケア用品                      | <input type="checkbox"/> 大きめなハンカチや手拭い                |
| <input type="checkbox"/> 予備のメガネやコンタクト                | <input type="checkbox"/> 「女性」生理用品（おりものシート）           |
| <input type="checkbox"/> 「妊娠中や持病がある方」母子手帳やお薬手帳の「コピー」 | <input type="checkbox"/> 「その他」季節に応じて必要なもの（カイロや冷却グッズ） |

# 災害時、患者さんはどうすれば？

**大規模な災害が発生した場合、病院ではどのような対応が行われるのでしょうか？ Q&A形式でお伝えします。**

## Q1 病院が停電することはありませんか？

**A**：当院では、電力会社からの供給がなくとも電力を貢えるよう予備電源を完備しています。

## Q2 避難している最中に、常用薬がなくなつてしましました。処方箋がないとお薬はもらえないのでしょうか？

**A**：大規模災害の場合、お薬手帳や薬袋を持参いただることで、処方箋がなくても特例でお薬をお渡しできるケースもあります。日頃からお薬手帳を持ち歩く習慣を身につけておきましょう。ただし流通が復旧するまでに時間がかかる場合もあるため、必要な薬が薬局にないことも。予備の常用薬を備えておくことも大切です。

## Q3 災害による負傷や体調不良がある場合は、どこに行けばいいですか？

**A**：避難所の「医療救護所」が設置されていれば、そこで応急手当を行い、必要に応じて病院へと搬送します。最寄り避難所の場所はあらかじめ把握しておきましょう。被災の規模によっては、保険証や現金がなくても医療機関を受診することが可能です。免除・猶予の条件については政府の判断となるため、最新情報を確認しておきましょう。

## Q4 手術中に地震が起きたらどうなるの？

**A**：患者さんの命と安全を第一に確保し、落ち着いた行動を心がけます。また余震なども想定されるため、手術の継続もしくは中断はその場の医師が判断いたします。

## Q5 「災害拠点病院」とはなんですか？

**A**：当院は、東京都の地域災害拠点中核病院です。災害拠点病院とは、24時間緊急対応でき被災地からの傷病者の受け入れ拠点となる体制が整った病院のこと。当院の屋上にはヘリポートが設置されており、治療困難な重症患者さんの受け入れにも対応が可能です。

# 縁の下の力持ち。災害に備える総務課の取り組み

いつ・どこで起ころかわからぬ災害に備え、当院では定期的に大規模災害訓練を実施しています。今回は、その中心的な役割を担う総務課の丹野真之さんにお話を伺いました。

「私は総務課で庶務係・人事係の業務に加え、災害や震災に備えた整備・訓練・運用にも携わっています。

たとえば、東京都が主催する「大規模地震時医療活動訓練（政府訓練）」では、東京都の地域災害拠点中核病院である帝京大学医学部附属病院に全国のDMA-T・D-PAT隊員が集結しました。

2日間にわたる訓練では、DMA-T事務局から派遣された担当コントローラーと連携し、事前準備から活動拠点本部の立ち上げ、進行サポートまで幅広く関わりました。緊張感のある空気の中で、改めて訓練の重要性を実感する機会となりました

——災害や震災に備える取り組みの中で、日頃から大切にしていることを教えてください。

「備蓄用資器材の管理はもちろんですが、医療現場で働く皆さんは非常に多忙です。

そのため、報告・連絡・相談を行う際には、できるだけ簡潔に、そして正確に情報伝え

ることを心がけています。

また、日頃からのコミュニケーションも大切にしています。小さな声にも耳を傾けながら、現場の皆さんと一緒に「備えの意識」を育てていきたいと思っています」

——チーム医療を進める上で、どのような協力体制を敷いていくのでしょうか。

「当院の理念である『患者そして家族と共にあゆむ医療』のもと、各部門が連携し、患者様に最善の医療を提供する『チーム医療』を重視しています。

総務課もその一員として、直接的な医療行為には関与しませんが、医療現場を支える『縁の下の力持ち』として、重要な役割を担っています。

職員の皆さんからの意見や要望を積極的に受け止め、働きやすい職場環境の整備や業務の効率化に向けた制度づくりを通じて、医療チーム全体を支援しています」

——印象に残っている出来事はありますか？

「大規模地震時医療活動訓練では、香川DMA-T隊、沖縄DMA-T隊、秋田D-PAT隊など、全国から隊員が当院に参集しました。

駐車場の確保や資器材の準備など、事前対応

## MY FAVORITE



子どもたちの試合観戦。長男がハンドボール、次男はサッカーに打ち込んでいます。



丹野 真之さん 総務課

2007年	新葛飾病院
2016年	明理会中央総合病院
2019年	高島平中央総合病院
2022年	永寿総合病院
2024年	帝京大学医学部附属病院 入職

## Topics & News

## 帝京大学医学部附属病院からのお知らせ

帝京大学医学部附属病院ホームページ

04 病院のご案内 ▶ ウェブマガジン T-ch「ティーチ」  
より閲覧できます。

または右記の二次元バーコードをスマホで  
読み取っていただくと、直接閲覧できます。  
ぜひご覧ください。



### ウェブマガジン T-ch「ティーチ」コンテンツ一覧

No.1	CKDってなに？
No.2	肝臓・脾臓とアルコールについて 一耳の痛くないお話ー
No.3	妊娠と薬の話
No.4	突然線が曲がって見えたたら？
No.5	わかつてきたアトピー性皮膚炎
No.6	においがしない？ 好酸球性副鼻腔炎の話
No.7	神経のはたらきは、数字で表せるのでしょうか？
No.8	うつ病の最新治療 rTMS ー磁気で脳をやさしく活性化ー

The screenshot shows the official website of Teikyo University Hospital. On the left, there's a sidebar with links like '外来のご案内', '入院のご案内', '診療科紹介', '検査のご案内', and '交通アクセス'. The main content area features a large graphic with the text 'ウェブマガジン T-CH TEIKYO WEB MAGAZINE'. Below this, there's a heading '— ウェブマガジン T-ch 「ティーチ」' and a detailed description of what the magazine is about, including its name, purpose, and how it's organized. At the bottom, there are three small boxes containing text and small icons.



## ウェブマガジン T - ch 「ティーチ」

ホームページ上で気軽に読んでいただけるようなウェブマガジンT - ch 「ティーチ」。

T - ch 「ティーチ」は、各専門分野の疾病や治療方法などを紹介するウェブマガジンです。

- T .. Teikyo == 帝京大学医学部附属病院の頭文字
- ch .. Channel == チャンネル

また、「ティーチ」には「teach==教える」と意味も込められています。当院の様々な取り組みを発信するページです。

———— 理念 ——

患者そして家族と共にあゆむ医療

———— 基本方針 ——

安心安全な高度の医療  
患者中心の医療  
地域への貢献  
医療人の育成  
医学研究の推進



## 帝京大学医学部附属病院

〒173-8606 東京都板橋区加賀2-11-1

TEL.03-3964-1211(代表)

<https://www.teikyo-hospital.jp/>

院内誌についてのお問い合わせ先

帝京大学医学部附属病院 広報委員会