

## XXII【参考資料】

### 1 湖北圏域 往診や訪問診療が可能な診療所一覧（●は在宅療養支援診療所の届出あり）

（長浜米原地域医療支援センターホームページより）

※ 特定医療費（指定難病）の医療費助成を受ける場合は、依頼先の診療所が難病指定医療機関であることをご確認ください。

#### ○長浜市

##### 【長浜市立北中学校区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
●	(医社) クリニック・ムライ	長浜市八幡中山町 804-4	65-2125	内科・小児科・リハビリテーション科
●	布施クリニック	長浜市列見町 45-4	65-3811	整形外科・脳神経外科・内科・リハビリテーション科
●	(医) 順清会 小林クリニック	長浜市国友町 331	65-6060	内科・循環器科・小児科
	佐野クリニック	長浜市相模町 1475-14	65-5800	内科・リハビリテーション科

##### 【長浜市立西中学校区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	中西医院	長浜市高田町 5-37	63-1812	内科・小児科
	(医) メディカルアート 澤田医院	長浜市大宮町 5-24	62-0875	内科・小児科
	華房クリニック	長浜市南呉服町 11-21	62-1547	内科・小児科
	(医) 紫水会 近藤クリニック	長浜市元浜町 30-26	64-2110	内科・リハビリテーション科
	西川医院	長浜市元浜町 28-31	62-4412	内科・胃腸科

##### 【長浜市立東中学校区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	(医) 森下内科循環器科クリニック	長浜市七条町 1023-1	64-4846	内科・循環器科
●	岡崎医院	長浜市東上坂町 1010-1	65-0019	内科・小児科

##### 【長浜市立南中学校区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	笥医院	長浜市大東町 56	62-7330	内科・消化器科・小児科
	(医) 紫水会 垣見医院	長浜市宮司町 644	63-3521	内科・リハビリテーション科
	東野医院	長浜市加田町 1839	65-3380	内科・胃腸科・小児科・リハビリテーション科
	(医) 下坂クリニック	長浜市下坂中町 177-6	62-0080	内科
●	岩本整形外科	長浜市大戌亥町 738-4	64-1866	整形外科・ペインクリニック・リウマチ科・リハビリ科・麻酔科・緩和ケア科
	(医) 終英会 佐々木クリニック	長浜市小堀町 80-1	53-1701	内科・放射線科

### 【浅井地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	浅井診療所	長浜市当目町 84-7	74-1209	内科・小児科
	(医) 浩和会 おしたにクリニック	長浜市内保町 1033	74-2011	内科・小児科・リハビリテーション科
	嶋田ファミリークリニック	長浜市内保町 737-5	74-8110	内科・胃腸科・呼吸器科・小児科
●	浅井東診療所	長浜市野瀬町 828	76-8111	内科・皮膚科・小児科・リハビリテーション科

### 【びわ地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	(医) 千手会 中川医院	長浜市曾根町 1225	72-8077	内科・小児科・循環器科・リハビリテーション科
●	(医) 橋本医院	長浜市川道町 611	72-3668	内科・小児科・神経内科
●	(医) 東川クリニック	長浜市弓削町 342	72-8633	内科・小児科・循環器科・呼吸器科

### 【虎姫地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	太田医院	長浜市大井町 185	73-2032	内科・消化器科
	(社福) 湖北グリープクリニック	長浜市月ヶ瀬町 525	73-3917	内科・小児科・リハビリテーション科・精神科
●	虎姫診療所	長浜市市田町 61	73-2062	内科・小児科

### 【湖北地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	(医社) 江村医院	長浜市湖北町山本 1178	79-0007	内科・小児科
	(医社) 源内クリニック	長浜市湖北町山本 4436	79-8014	内科・循環器科・呼吸器科・小児科

### 【高月地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
●	(医社) 雨森医院	長浜市高月町雨森 372	85-3106	内科・小児科
	上松医院	長浜市高月町磯野 537	85-3189	内科・小児科
	(医) 安井医院	長浜市高月町高月 201	85-3110	内科・呼吸器科・小児科・リハビリテーション科
	(医社) 布施内科医院	長浜市高月町高月 593-4	85-5600	内科・胃腸科・小児科・リハビリテーション科

### 【木之本地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
●	岩根医院	長浜市木之本町木之本 1112	82-2045	内科・小児科
	萩野医院	長浜市木之本町木之本 2012	82-5177	内科・呼吸器科・消化器科
	前川医院	長浜市木之本町木之本 1324	82-2038	外科・内科・皮膚科
	中之郷診療所	長浜市余呉町中之郷 2434	86-8105	内科・小児科

【西浅井地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	塩津診療所	長浜市西浅井町塩津浜 1458	88-0341	内科・小児科・外科
	永原診療所	長浜市西浅井町大浦 2282	89-0012	内科・小児科・外科

○米原市

【山東伊吹地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	三浦医院	米原市市場 359	55-1025	内科
	おおはらクリニック	米原市市場 411	55-1009	内科・小児科・消化器科
●	(医) 緑泉会 水野医院	米原市長岡 600	55-2133	内科・外科
	(医) かしはら診療所	米原市柏原 2100	57-0855	内科・循環器科
●	地域包括ケアセンターいぶき	米原市春照 58-1	58-1222	内科・消化器科・小児科・循環器科・リハビリテーション科
	(医) 緑泉会 水野医院甲津原分院	米原市甲津原 497	55-2133	内科・外科

【米原近江地区】

	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目
	(医) 悠悠会 いそクリニック	米原市磯 1729-1	52-1100	内科・消化器科・循環器科・呼吸器科・放射線科・歯科
	伊藤内科医院	米原市入江 1673	52-3534	内科・消化器科
	北村内科循環器科医院	米原市下多良 1-7	52-0172	内科・循環器科・皮膚科
	(医) 寛博会 工藤神経内科クリニック	米原市下多良 3-36	52-6760	内科・神経内科
	米原診療所	米原市三吉 581	54-5311	内科・小児科
	松下医院	米原市枝折 40	54-1118	内科・小児科
●	(医) 吉田内科クリニック	米原市宇賀野 88-20	52-6855	内科・循環器科・呼吸器科・消化器科・小児科
	塚田医院	米原市箕浦町 68	52-0041	内科・消化器内科・小児科
●	近江診療所	米原市新庄 77-1	54-2127	内科・小児科・外科・リハビリテーション科

## 2 湖北圏域 訪問歯科診療所一覧

### ○長浜市

#### 【長浜・浅井・びわ・虎姫 地域】

医療機関名	所在地	電話番号
いのくち歯科	長浜市宮前町 6-27	62-2506
岡野歯科医院	長浜市元浜町 7-30	62-0083
川崎歯科医院	長浜市宮司町 74-2	65-3222
草野歯科	長浜市神照町 668	68-0068
(医) 圭佑会 澤歯科医院	長浜市加納町 918	65-5454
たかしな歯科クリニック	長浜市八幡中山町 389	64-6480
高橋歯科医院	長浜市平方町 577	62-8010
武田歯科	長浜市朝日町 8-25	62-0504
つじ歯科医院	長浜市南呉服町 2-11	65-2233
中瀬歯科医院	長浜市八幡中山町 1297-1	65-0010
(医) 中村歯科	長浜市神照町 34-7	62-4618
成田歯科医院	長浜市八幡東町 9-1 長浜楽市内	65-1188
西川歯科医院	長浜市朝日町 4-20	62-0828
樋口歯科	長浜市七条町 769	65-3361
ほんだ歯科クリニック	長浜市勝町 832	62-0021
松岡歯科医院	長浜市神照町 719-18	63-3344
松山歯科医院	長浜市分木町 6-55	62-2294
森島歯科医院	長浜市高田町 6-3	62-0610
浅井歯科診療所	長浜市野田町 127	74-2281
川瀬歯科医院	長浜市富田町 487-1	72-4108
西連寺歯科クリニック	長浜市湖北町小倉 183	50-6792
(医) しろやま歯科	長浜市三田町 1308-27	74-3222
牧歯科医院	長浜市川道町 1867	72-5120
本康歯科クリニック	長浜市曾根町 767	72-5222
やす歯科医院	長浜市湖北町速水 2752	78-8050

#### 【湖北・高月・木之本・余呉・西浅井 地域】

医療機関名	所在地	電話番号
あおば横井歯科医院	長浜市西浅井町塩津浜 1458	88-8010
大音歯科医院	長浜市木之本町木之本 1088	82-2230
澤渡歯科医院	長浜市木之本町黒田 833-1	82-5767
中之郷歯科診療所	長浜市余呉町中之郷 2434	86-8120
中村歯科	長浜市高月町高月 592-4	85-4858
松本歯科医院	長浜市高月町落川 19-1	85-4878

○米原市

【米原・近江 地域】

医療機関名	所在地	電話番号
伊藤デンタルクリニック	米原市梅ヶ原栄 47	52-4102
近江スミダ歯科医院	米原市宇賀野 267-1	52-4181
きたむら歯科	米原市顔戸 615-4	52-6666
松原歯科医院	米原市下多良 1-16	52-4555
山根歯科医院	米原市顔戸 1380-2	52-5811

【山東・伊吹 地域】

医療機関名	所在地	電話番号
(医) 宏樹会 下村歯科医院	米原市長岡 1599-3	55-0045
瀧上歯科医院	米原市小田 1048	55-4182
(医) ながおか歯科クリニック	米原市長岡 1192-1	55-0571
にのみや歯科医院	米原市春照 1911-1	58-0245
ふじき歯科	米原市西山 272-1	55-2600

### 3 登録喀痰吸引等事業者（登録特定行為事業者）

#### 【第一号、第二号研修 登録特定行為事業者】

事業所	所在地	電話番号	実施行為
特別養護老人ホーム 青浄苑	長浜市加田町 2995 番地	0749-63-7111	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
青浄苑ショートステイ	長浜市加田町 2995 番地	0749-63-7111	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
特別養護老人ホームアンタレス	長浜市加田町 3360 番地	0749-68-4111	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
アンタレス短期入所	長浜市加田町 3360 番地	0749-68-4111	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
特別養護老人ホーム青芳	長浜市川道町 2572	0749-72-8311	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
ショートステイ青芳	長浜市川道町 2572	0749-72-8311	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
介護老人保健施設 長浜メディケアセンター	長浜市加田町字穴ノ下 2984 番地 1	0749-65-2011	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
特別養護老人ホーム湖北水鳥の里	長浜市湖北町延勝寺 1844	0749-79-8100	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
特別養護老人ホームふくら	長浜市内保町 480 番地	0749-74-0044	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
ふくら短期入所生活介護事業所	長浜市内保町 480 番地	0749-74-0044	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
特別養護老人ホーム伊香の里	長浜市木之本町黒田 1221 番 地	0749-82-5611	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
特別養護老人ホーム伊香の里 短期入所生活介護	長浜市木之本町黒田 1221 番 地	0749-82-5611	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
湖北タウンホーム	長浜市月ヶ瀬町 525 番地	0749-73-3910	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 気管カニューレ内部の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
介護老人保健施設琵琶	長浜市川道町 2694 番地	0749-72-8080	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養

特別養護老人ホーム坂田青成苑	米原市野一色町 1136	0749-55-3511	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
介護老人保健施設 坂田メディケアセンター	米原市野一色字赤助 1136 番地	0749-55-8211	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
坂田青成苑 ショートステイ	米原市野一色 1136	0749-55-3511	口腔内の喀痰吸引 胃ろうによる経管栄養
医療法人緑泉会 水野ヘルパーステーション	米原市長岡 645 番地	0749-55-4119	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
ゆうゆうケアサービス	米原市磯 1729-1	0749-52-2800	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 気管カニューレ内部の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養 経鼻経管栄養
水野グループホーム	米原市長岡 600 番地	0749-55-8765	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養
まごの手 ケアサービス	米原市坂口 90 番地 70	0749-55-3210	口腔内の喀痰吸引 鼻腔内の喀痰吸引 胃ろうまたは腸ろうによる経管栄養

【第三号事業者登録】

湖北圏域に登録している事業所はありません。

湖北圏域 訪問看護ステーション・看護小規模多機能型居宅介護一覧

○長浜市

事業所名	所在地	電話番号
ぴあ野訪問看護ステーション	長浜市田村町 861	59-3877
訪問看護 きよら	長浜市下坂町 200 番地 1	68-4026
アンタレス訪問看護ステーション	長浜市加田町 3360	68-4117
長浜病院訪問看護ステーション	長浜市大戌亥町 313	65-4751
こころ訪問看護ステーション	長浜市宮司町 274-1	63-7505
訪問看護ステーションりぷる	長浜市南高田町 6-10	65-8833
長浜赤十字訪問看護ステーション	長浜市宮前町 14-7	68-3313
アネラ訪問看護ステーション	長浜市加納町 919-15	53-4365
訪問看護ステーション彩	長浜市新居 137	72-5300
訪問看護ステーションてって	長浜市弓削町 342	72-8633
訪問看護ステーションれもん	長浜市湖北町山本 2638-2	79-1219
リハぷらす地域看護ステーションすみれ	長浜市高月町東物部 37-1	85-2822
訪問看護ステーション かがやき	長浜市高月町柏原 418-1	85-3365
湖北病院訪問看護ステーション	長浜市木之本町黒田 1221	82-3300
看護小規模多機能ケア さいかち	長浜市下坂町 200 番地 1	68-4013

○米原市

事業所名	所在地	電話番号
訪問看護ステーションライフ	米原市高溝 636-6	52-8686
訪問看護ステーションあすか	米原市顔戸 1411-50	52-1444
訪問看護ステーションひまわり	米原市一色 458-2	54-2233
訪問看護ステーション みしま池	米原市池下 563-1	55-0304



# パーキンソン病の毎日体操

パーキンソン病の方は、病気のために動くことが苦手になります。特に足の力が落ちると立ったり歩いたりすることがさらに難しくなったり、動かないことで体の動きがより硬くなったりします。



**さあ、みなさん!**  
**簡単にできる体操で日頃から「体をケア」してみませんか?**

## 朝 朝の体操

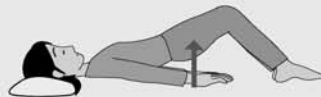
まずは体を動かし、体を目覚めさせましょう!



まずは、伸びをしてみましょう。

回数目安

回



仰向けに寝て両足を曲げお尻を上げます。

回数目安

回



片足を抱えて胸に引き寄せます。もう片足の膝は曲げたままにしましょう。

回数目安

回

## 昼 午後の体操

テレビを見ながら、少し体を動かしてみましょう!

うしろの壁を見るように肩からまわしましょう。

回数目安

回



いす、またはベッドの端に座りモモを交互に上げ下げします。

回数目安

回



いす、またはベッドの端に座り膝を交互に曲げ伸ばしします。

回数目安

回



## 夜 お休み前に。。。。

普段から、一息つくときは深呼吸を取り入れることが大切です。大きく息を吸って、吐いてからゆっくり休みましょう。



# 日常生活の工夫

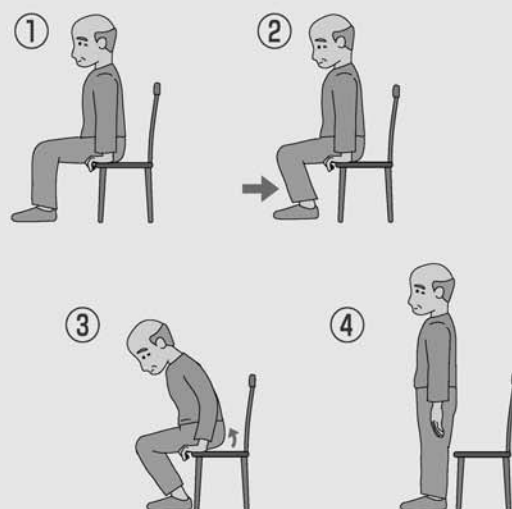
## ① ひとつひとつの動作を確実に行いましょう

パーキンソン病の方は、複数の動作を同時に行うことが苦手になります。

たとえば、椅子から立つ時にいきおいよく一気に立ち上がるのではなく、

- ① 「椅子に浅く腰掛けなおす」
- ② 「足を手前に引く」
- ③ 「お辞儀をしてお尻を浮かす」
- ④ 「体を起こして立ち上がる」

ひとつひとつの動作を確実に行いましょう。



## ② 目印や音を上手につかいはじめよう

動作の開始が難しい時は、掛け声（音）や目印が効果的です。立ち上がる時に、イチ・ニ・サンと声かけたり、歩く時に床にテープを貼って目印にすると歩きやすいです。



## ③ 休憩をとりましょう

体も疲れやすくなっています。休憩も大切です。



# 見てみよう！ やってみよう！ SCD（脊髄小脳変性症）の自主練習

～上手に機能を維持するために～

SCD（脊髄小脳変性症）は、  
運動をつかさどる「小脳の病気」です。



「運動」のためには「正しい姿勢」が大切です。

正しい姿勢には、  
「筋力を保つこと」「筋肉を柔軟に動かすこと」が不可欠です。

毎日できる簡単な体操で、体の動きを保ちましょう！

それでは次のページから  
やってみましょう！！



いつでも、どこでもできるように、座ってできる体操を紹介します。



## 筋力を維持・向上する体操

### その1 ストレッチ体操（筋肉の柔軟性を高めましょう。）

① 胸の筋肉（大胸筋）をストレッチしてみましよう。



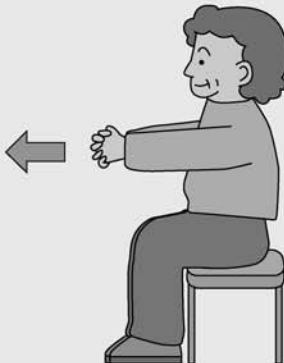
手を腰の後ろで組みます。  
（肘はまっすぐに）



少しずつ、腰から離していきましょう。

ポイント  
あごはあげないようにしましょう。  
姿勢を意識しましょう。

② 背中の筋肉（菱形筋群）をストレッチしてみましよう。



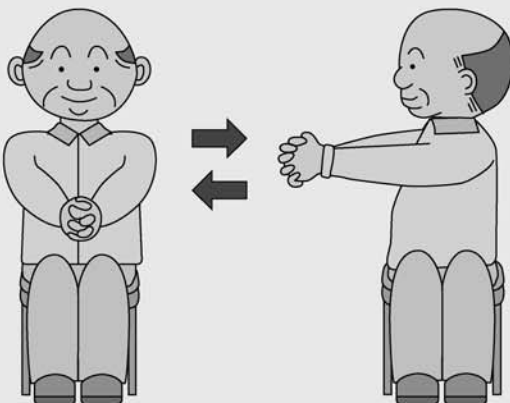
肘を伸ばして手を組みます。



組んだ両手をさらに前に突き出しましょう。

ポイント  
前かがみにならないようにしましょう。  
息を吐きながら行いましょう。

③ 体をひねってみましよう。



肘を伸ばして手を組みます。



顔ごと体をひねりましょう。



そこで、1回深呼吸。



ゆっくりと正面に戻ります。

☆反対側へも同じように行いましょう。

- ④ 背中と、太ももの後ろの筋肉（ハムストリングス）をストレッチしてみよう。



両足を少し前に出します。

両手を組んで、3秒数えながら足先まで手を伸ばしましょう。

その姿勢のまま10秒数えます。

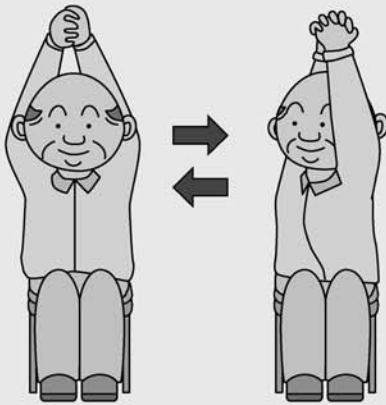
3秒で元の姿勢を戻しましょう。

これが楽にできたら、さらに片足で挑戦！



## その2 筋力トレーニング（足と体幹の筋力を高めよう。）

- ① 腹筋（腹斜筋）を動かしてみよう。



頭の上で、手を組みます。

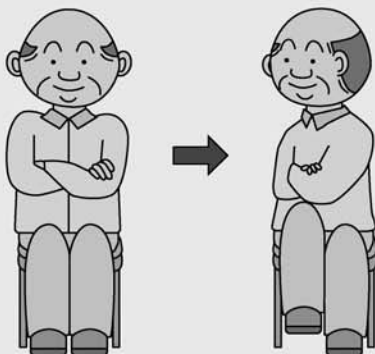
3秒数えながら、体をひねりましょう。

体をひねった姿勢で5秒数えます。

3秒数えながら、体を正面に戻しましょう。

☆反対側も同じように行いましょう。

- ② 体幹と股関節を連動して動かしてみよう。

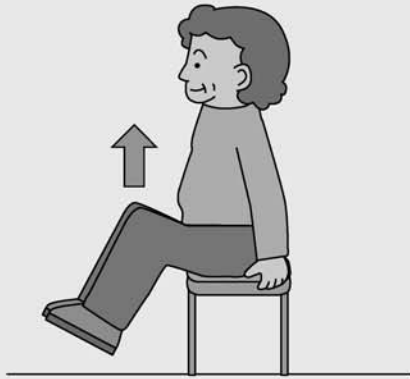


腕を組みます。

右へ体をひねり、左肘と右膝が  
あたるように足を持ち上げましょう

☆反対側も同じように行いましょう。

③ 腹筋（腹直筋）と股関節屈筋を動かしてみましょう。



手で椅子の横をしっかり持ちます。



両足をゆっくり持ち上げてみましょう。



その姿勢で5秒数えます。



ゆっくりと戻しましょう。

---ポイント---

背筋がそらないようにしましょう。

息を吐きながら、足を持ち上げましょう。

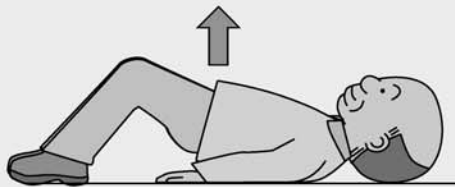
番外編 寝てできる体操

座って行う体操が苦手な時は、寝て行いましょう。

まず、膝を立てます。



おしりの筋肉を意識し、  
腰を上げてみましょう。



腹筋を意識し、  
頭を上げてみましょう。



右手が左膝を触るように、  
体を起こしましょう。

☆反対側も同じように行いましょう。



膝を閉じたまま、横に倒しましょう。  
☆反対側も同じように行いましょう。

---ポイント---

膝を倒す側と反対の肩が、  
浮かないように気をつけましょう

## 体のバランスを保つ・高める体操



① 左右に重心を動かしてみましよう。



肩幅に足を広げます。

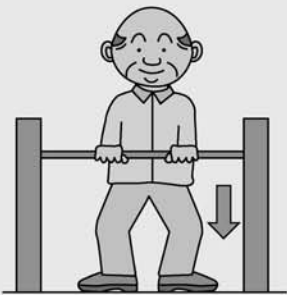


左側の足に体重を乗せましよう。



☆反対側も同じように行いましよう。

② スクワットをしてみましよう。



肩幅に足を広げます。



体はまっすぐのまま、  
膝を軽く曲げてみましよう。



5秒間そのままの姿勢をとってみましよう。

☆この動作を3~5回繰り返してみましよう。

③ 膝立ちをしてみましよう。



手をついて膝立ちになります。



体をまっすぐにして、  
10秒間このまま姿勢を保ってみましよう。

これができたら、さらに挑戦!



片方の足を前に出してみましよう。



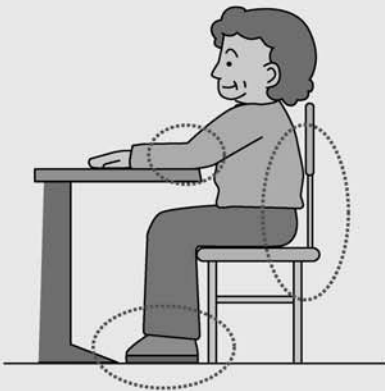
5秒間そのままの姿勢をとりましよう。

☆左右交互に3~5回づつ、繰り返しましよう。

※片手での膝立ちが、不安定な場合は、  
両手で支えて行いましよう。

## ◆食事を楽しくする工夫

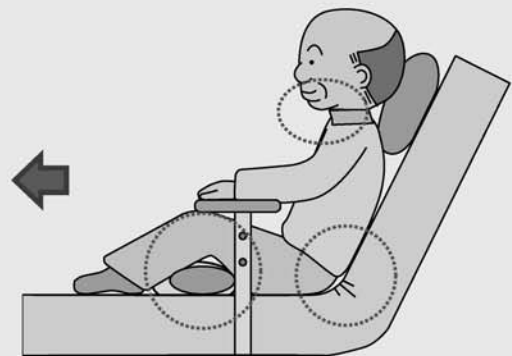
### ■姿勢



- 体と机の距離は、自然に肘が机に乗る程度で座りましょう。
- なるべく深く座りましょう。
- 足の裏はしっかり床面につけましょう。

### ベッドの場合

- あごをひくように、枕を入れましょう。
- ベッドの角度は、約60度がよいでしょう。
- お尻がずれないように、膝下にクッションをいれましょう。

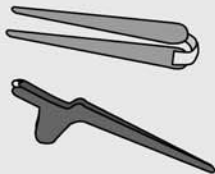


### ■ペース

- ゆっくり、少しずつ、よく噛んで食べましょう。
- むせがあれば、ティースプーン1杯を目安にしましょう。
- “ながら食事”をやめ、食事に集中しましょう。

### ■食べやすくする為の工夫

バネがついた箸



柄の太い  
スプーン



持ち手のついた  
コップ



滑らない工夫  
～滑り止めマット～



### ■食事の内容

- パサパサしたものは避けましょう。

- むせる場合は、やわらかく、とろみ等をつけてまとまりやすい食事を心がけましょう。



## ◆会話での注意点

### ■会話での心がけ

単語ごとに区切って、ゆっくりと話するように心がけましょう。  
(できれば自分の言葉を聞きながら話をしましょう。)

話しやすさには、  
呼吸に関わる筋（腹筋等）の筋力や協調性をつけることが重要です。

↓

パンフレット前半の体操を振り返ってみましょう。

### ■体操に加えて

・肩や首を大きく回して、リラックスを心がけましょう。

・息を鼻から吸って、「ア〜」とできるだけ長く言い続けましょう。  
(声の大きさを一定に。)



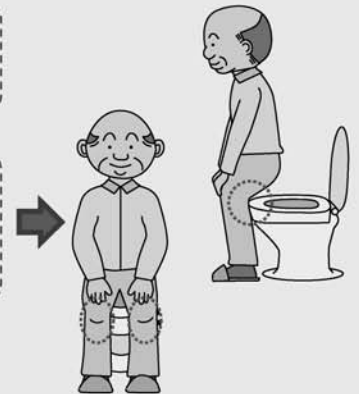
## ◆生活での工夫

・手すりや家具を支えにする。 → より安定した動作につながる。  
・もたれて動作を行う。



洗面台や台所動作では、  
膝やおなかで支えると安定します。

立ち上がりやズボンの上げ下げは、  
便器にふくらはぎや膝の裏をつける  
ようにすると安定します。



## ◆めまい・立ちくらみ

低血圧が原因の事もあります。

起き上がり・立ち上がりの際 → 起立性低血圧  
食事中、食後の際 → 食事性低血圧

転倒・転落につながる危険性もありますので、主治医にご相談ください。

## ◆移動のための道具

### ■杖

・T字杖



・四点杖



### ■歩行器・歩行車

・固定型



・前輪タイプ



・肘置き歩行器



・四輪歩行車

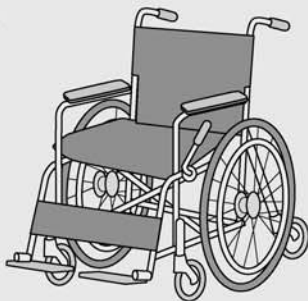


### ■車いす

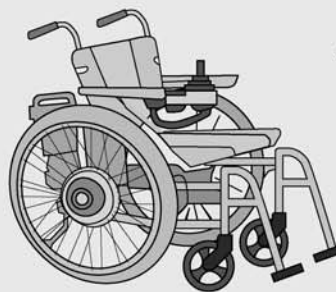
・普通型



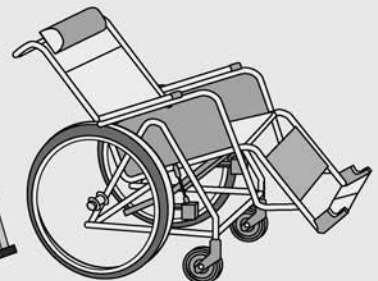
・六輪車



・電動タイプ



・ティルトリクライニング



杖や歩行器・車いすには色々な種類があります。  
使用する用途や体の状態に合わせた道具を選ぶ必要があります。  
担当医や理学療法士、作業療法士に相談してみましょう。

## ◆おわりに

今回は、姿勢を意識する為の体の筋肉を中心に体操を作成しました。  
体操は、それぞれの体調に合わせて5回～10回から始めてみましょう。

発行者 厚生労働科学研究費補助金 難治性疾患等克服研究事業（難治性疾患克服研究事業）  
「運動失調症の病態解明と治療法開発に関する研究」班  
製作 滋賀県立成人病センターリハビリテーション科 滋賀県立リハビリテーションセンター  
（中馬孝容、本城誠、西倉千世、山口良美、野口晶代、山田理沙、藤田京子、中井秀昭）

# 見てみよう！やってみよう！SCD（脊髄小脳変性症）の自主練習 （STEP 2）

～上手に機能を維持するために～

SCD（脊髄小脳変性症）は、運動をつかさどる「小脳の病気」です。

「運動」のためには「正しい姿勢」が大切です。

正しい姿勢には、

「筋力を保つこと」「筋肉を柔軟に動かすこと」が不可欠です。

毎日できる簡単な体操で、体の動きを保ちましょう！

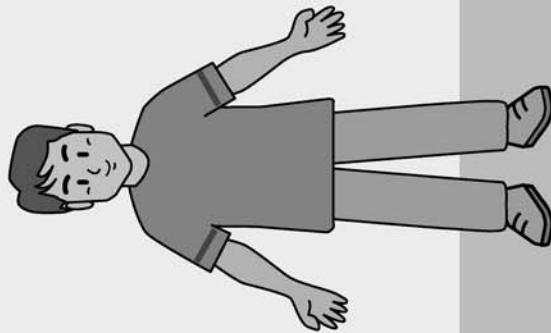
- 運動でふらつく場合は、必ず動かない机や壁の近くでしましょう。
- 例えば、前にふらつく場合は前に椅子か机を置き、後ろにふらつく場合は壁や椅子やベッドを背中にして行いましょう。



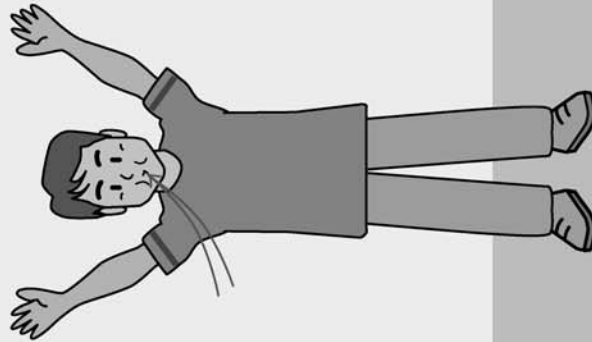
# 筋力とバランスに対する練習

## 1. 深呼吸をしましょう。

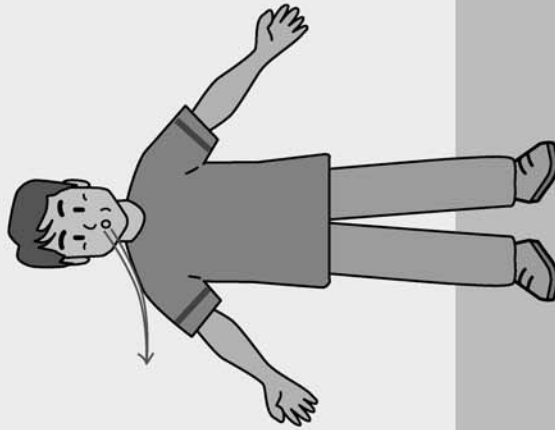
1



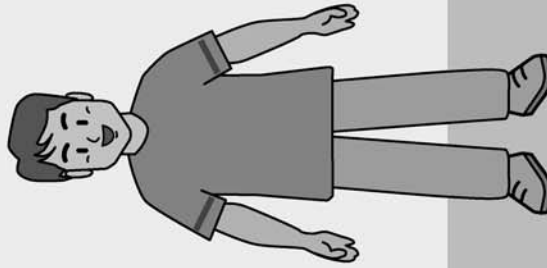
2



3



4



両足を肩幅に  
開きます。

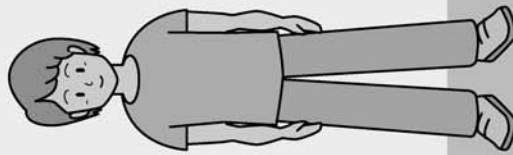
息を吸いながら、  
両手をあげます。

息を吐きながら  
両手をおろします。

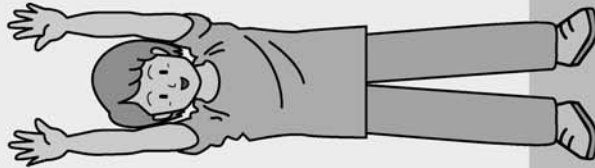
1

## 2. 筋カトレーニングをしましょう。5~10回、体調にあわせて行っていきましょう。

1



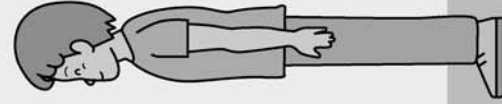
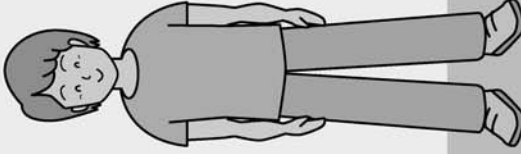
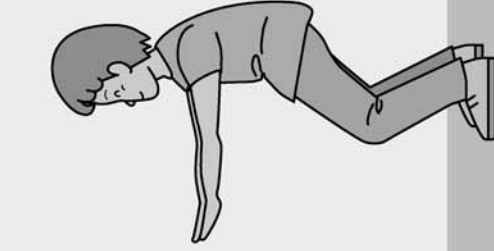
2



3



4



肩幅に開きます。

息を吸いながら、  
両手をあげます。

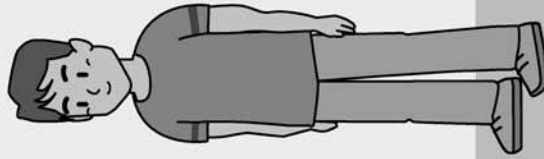
息を吐きながら、ゆっくり両手  
を肩の位置までおろします。  
中腰のまま3秒止めます。

息を吸いながらゆっくり  
立ち上がります。

2

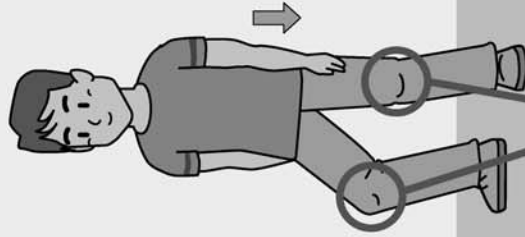
3. 左右の足に体重をかけていきましよう。(バランス練習) 1~3回行ってみましよう。

1



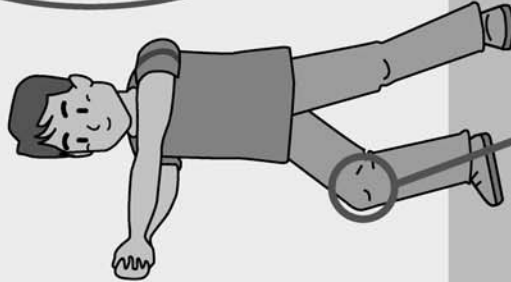
両足を肩幅に開きます。

2

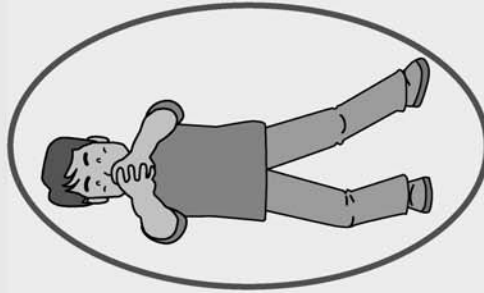


つま先と同じ方向に膝を曲げ腰を落とします。

3

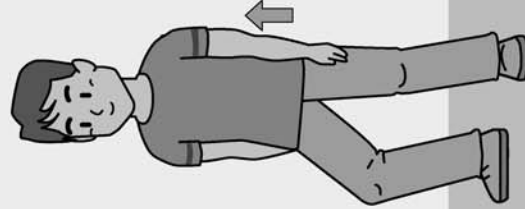


両手を組んで胸の高さまで腕を上げ、右足にゆっくり体重をかけます。(左右交互に行います。)



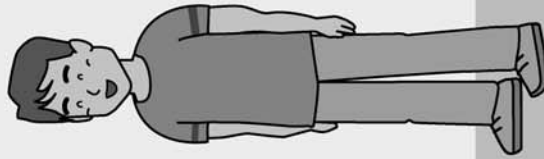
《運動のポイント》  
片方の足に体重をかけます。

4



ゆっくり元の姿勢に戻します。

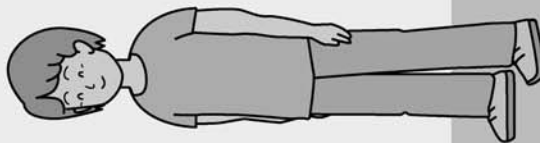
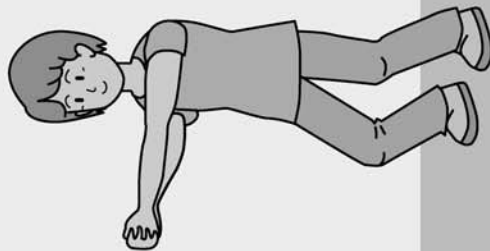
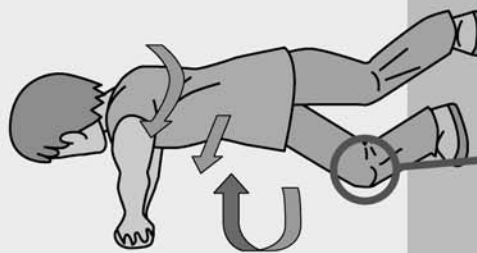
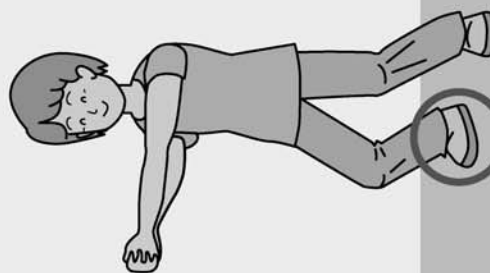
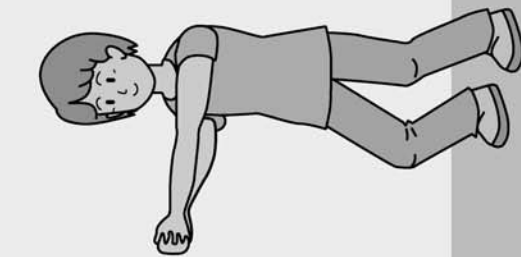
5



3

## 4. 立って体をひねってみましょう。(バランス練習) 1~3回行ってみましょう。

※ 前ページ③の運動が、ふらつくことなくできたらやりましょう。



③-②の姿勢から…続けて  
両手を組んで胸の高さ  
まで腕を上げましょう。

まず右足に  
体重をのせて  
みましょう

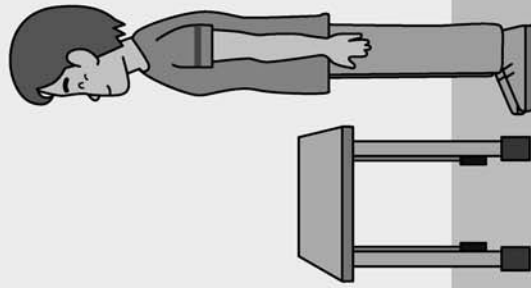
右足にゆっくり体重をかけ右の方向に  
両手と体をひねりましょう。  
(左右交互に行います。)

ゆっくり元の  
姿勢に戻します。

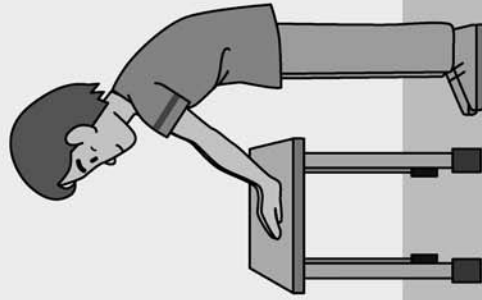
# 日常生活や仕事場面で取り入れられる練習

1. 机を支えにしながら、背伸びとしゃがみ運動をしましょう。5~10回行ってみましょう。

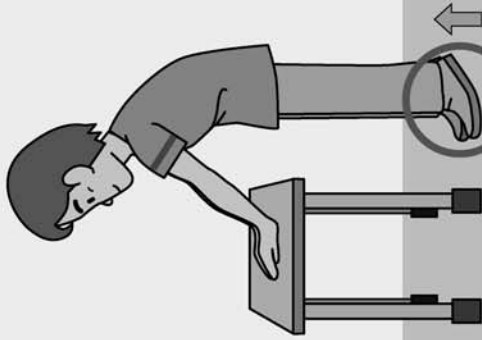
1



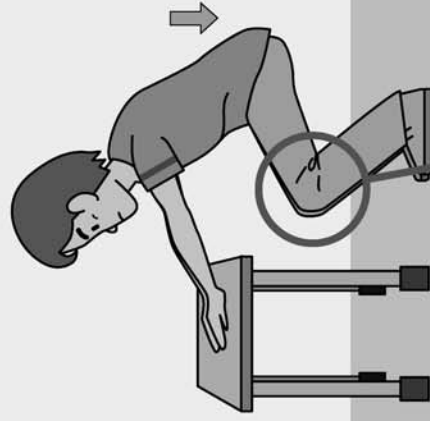
2



3



4



机などの固定されている  
ものを持ちます。  
しっかり支えます。

両手で支えながら、  
踵かかとをあげます。

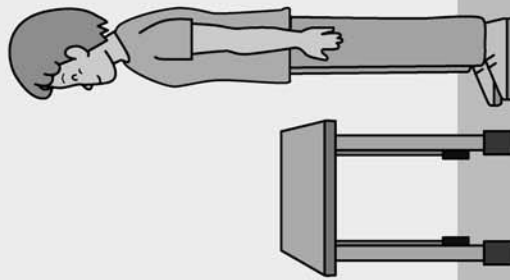
両手で支えながら、  
踵かかとをおろして、  
膝を曲げます。

5



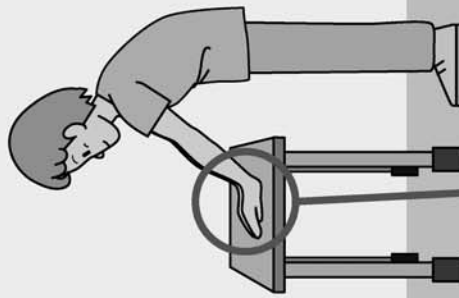
## 2. アキレス腱を伸ばしましょう。5~10秒間ストレッチを行ってみましょう。

1



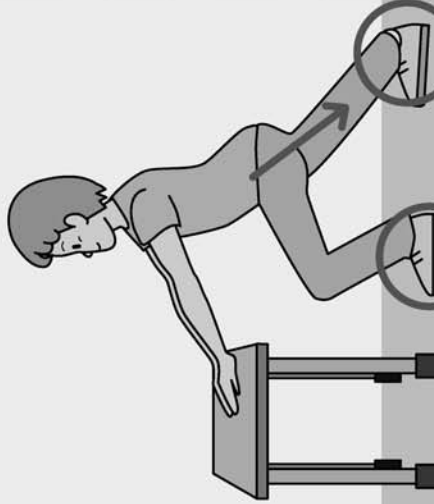
両足を肩幅に  
広げます。

2



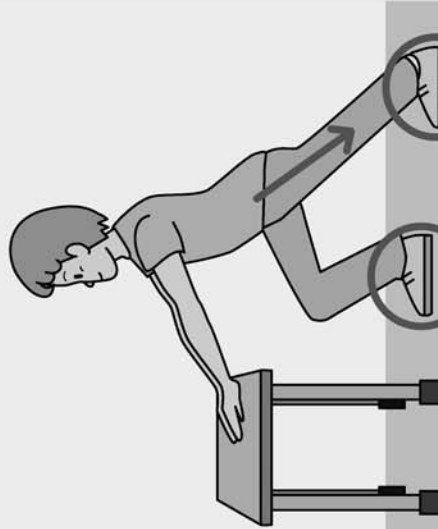
机などの固定されて  
いるものを持って、  
しっかり支えます。

3



右足を後ろに引いて、踵は床に  
しっかりつけます。太ももと  
ふくらはぎをしっかり伸ばします。

4

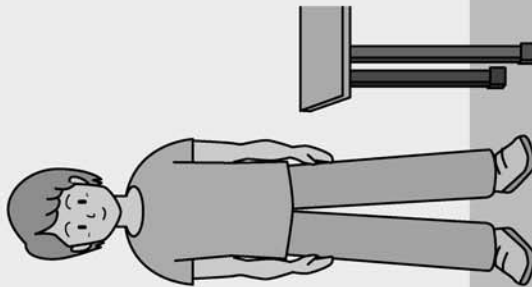


左足を後ろに引いて、踵は床に  
しっかりつけます。太ももと  
ふくらはぎをしっかり伸ばします。

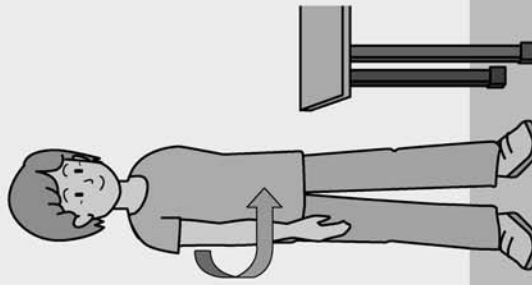
6

3. 体をひねりましょう。1~3回行ってみましょう。

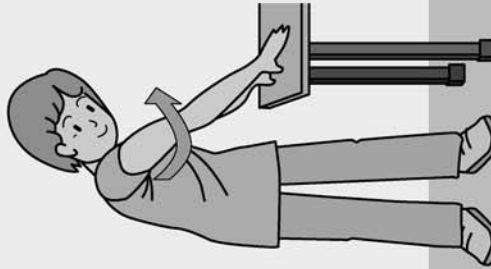
1



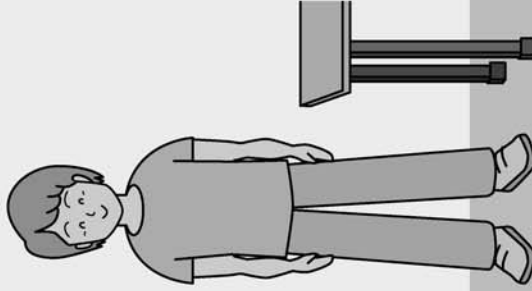
2



3



4



両足を肩幅に  
広げます。

上半身をテーブル  
等へ向けます。

両手でテーブルなどを支えにし  
10秒数えましょう。  
これを左右交互にしましょう。

《ポイント》  
机など、動かない安全な  
ものそばで立ちましょう。

7

## 運動のポイント



- ① 初めに、イラストだけ見て、運動をしましょう。
- ② イラストの下にコメントがありますので、ポイントを読みながら運動をしましょう。
- ③ 体で力が入っているところ、伸びているところを意識しましょう。

## 運動は、毎日行った方が効果的です！



- ☆ カレンダーにメモをするなどして、運動状態を把握しましょう。
  - ☆ 普段の生活の中に運動を組み込みましょう。
- 例) 仕事の休憩時間にストレッチなど



## 1. しゃべりやすくなるポイント

☆呼吸と発声のタイミングが合わずに、言葉が途中で途切れてしまったり、突然大きな声になったり、かすれ声になってしまったりすることがあります。

### あせらず、ゆっくりと話す

\* 音読などの練習の時、文節や1音ごとに、指を折る、ペーシングボードを指す、また、メトロノームを利用して、話すテンポを意識しましょう。

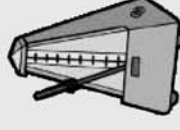
例) 指1本に1音、指を折りながら



文節ごとに、1つの枠を指さす  
ペーシングボード



メトロノームの速さに合わせて音読

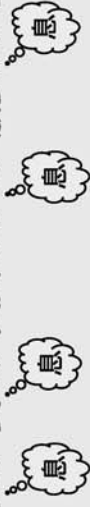


メトロノームの速さに合わせて音読

### 息つきを意識する

\* 話をするときは、文節ごとに、こまめに息継ぎをしましょう。

例) 今日は / 良い / 天気なので / 散歩に / 出かけます



### 声(呼吸)のコントロール

\* 声の大きさや高さをコントロールしましょう。  
歌を歌ったり、楽器を吹くことは良い練習になります。

● 録音などして、自分の声を客観的に聞いてみるのもよいです。



## 2. 字を書きやすくする工夫

☆手が震えたり、細かい動きのコントロールが難しく、字が書きづらくなることがあります。

### 手をコントロールしやすくする工夫

\* 頭や体を安定させる、肘をつく、腕や手におもりをつける、などの工夫で手がコントロールしやすくなります。



背もたれ、肘置きのある椅子



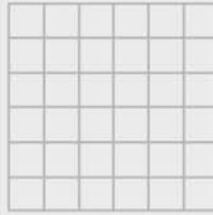
手首のおもり

### 書きやすくする工夫、便利な機器(書字の代替)

\* 書きやすくなるよう、道具も工夫しましょう。



柄が太めのペン



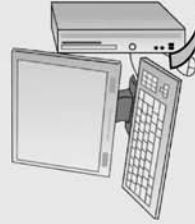
升目のあるノート

### 文字を書く習慣をつける

\* 日記や家計簿をつけて、毎日、文字を書く習慣をつけましょう。生活上、直筆のサインが必要な場合もあるので、名前は丁寧に書く練習をしましょう。



タブレットやパソコンも積極的に利用

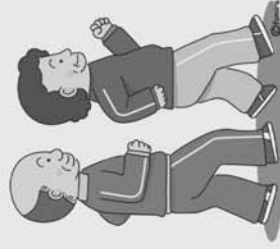


隣のキーに触れないためのキーガード



## おわりに

- 今回は、立位で行うことができる体の筋力トレーニングとバランストレーニング、体幹のストレッチ、普段の生活に取り入れられる運動を作成しました。
- 体操は体調に合わせて行いましょう。1日に2～3セット行ってみましょう。
- 体操の最後には深呼吸で締めくくりましょう。



発行者 厚生労働科学研究費補助金 難治性疾患等克服研究事業（難治性疾患克服研究事業）  
「運動失調症の病態解明と治療法開発に関する研究」班  
制作 滋賀県立成人病センターリハビリテーション科 滋賀県立リハビリテーションセンター  
（中馬孝容、平川圭子、本城誠、吉田仁美、赤田直軌、宮本昌寛、澤井のどか）

# 長浜市「介護予防・日常生活支援総合事業」のご案内

## 1. 総合事業について

「介護予防・日常生活支援総合事業」（総合事業）は、介護保険法に基づき、65歳以上のすべての人を対象として、介護予防と日常生活の自立を支援するために市町村が実施する事業です。長浜市の総合事業の主な内容は以下のとおりです。

種類	名称	内容	対象者	
介護予防・生活支援サービス	訪問サービス	総合事業訪問介護	訪問介護に相当するサービス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・要支援1の方</li> <li>・要支援2の方</li> <li>・事業対象者（※）</li> </ul> ※地域包括支援センターに相談し、「基本チェックリスト」によって生活機能の低下が確認された方
		生活支援型訪問サービス（訪問サービスA）	家事等の生活援助中心のサービス	
		集中支援型訪問サービス（訪問サービスC）	短期集中型のサービス（3種類）を実施 ① 元気アップ訪問（運動機能向上） ② 元気アップ訪問（栄養改善） ③ 元気アップ訪問（口腔機能向上）	
	通所サービス	総合事業通所介護	通所介護に相当するサービス	
		活動支援型通所サービス（通所サービスA）	生活機能向上や閉じこもり予防のためのサービス	
		集中支援型通所サービス（通所サービスC）	短期集中型のサービス（元気アップ通所（運動機能向上））を実施	
一般介護予防事業	介護予防普及啓発事業、地域介護予防活動支援事業、地域リハビリテーション活動支援事業など		65歳以上の方全員	

## 2. 介護予防・生活支援サービス

### （1）訪問サービス

#### ア 総合事業訪問介護



#### ア) サービスの概要

訪問介護員（ホームヘルパー）が居宅を訪問し、身体介護（食事や入浴、排せつの介助等）、生活援助（掃除、洗濯、調理、買物支援等）を行い、利用者の生活機能の維持・向上を目指します。

※同居の世帯員がいる場合、原則、生活援助は利用できません。

#### イ) 利用回数

- ・要支援1、事業対象者 週1回程度
- ・要支援2 週2回程度

ウ) 利用者負担（1月当たりの目安）

利用頻度	1割負担の方	2割負担の方	3割負担の方
週1回程度	1,193円	2,385円	3,578円
週2回程度	2,384円	4,768円	7,152円
週2回超	3,782円	7,564円	11,346円



イ) 生活支援型訪問サービス（訪問サービスA）

ア) サービスの概要

生活支援員（ヘルパー、市の研修を修了した支援員等）が居宅を訪問し、日常生活に必要な家事等（掃除、洗濯、調理、買物支援等）の生活支援を行い、利用者の生活機能の維持・向上を目指します。 ※同居の世帯員がいる場合、原則として利用できません。

イ) 利用回数 週2時間まで（30分ずつ週4回、1時間ずつ週2回、2時間まとめて週1回 等）

ウ) 利用者負担（1月当たりの目安）

利用頻度	2割負担（利用者全員）
週に1回30分利用	560円
週に1回1時間利用	1,040円
週に1回1時間30分利用	1,520円
週に1回2時間利用	2,000円



ウ) 集中支援型訪問サービス（訪問サービスC）

ア) サービスの概要

サービス	内容
元気アップ訪問（運動機能向上）	リハビリ専門職（理学療法士、作業療法士）が居宅を訪問し、運動機能向上に向けた機能回復訓練等の指導を行います。
元気アップ訪問（栄養改善）	管理栄養士等が居宅を訪問し、栄養バランスを考えた食事計画などの栄養食事指導を行います。
元気アップ訪問（口腔機能向上）	歯科衛生士等が居宅を訪問し、口内の清潔保持や入れ歯の手入などの口腔衛生指導を行います。

イ) 利用回数

3か月間で最大8回。（頻度：週1回から隔週1回。1回当たり：40分程度。）



ウ) 利用者負担 1回 200円 (利用者全員。実費相当額。)

(2) 通所サービス

ア 総合事業通所介護



ア) サービスの概要

通所介護施設(デイサービスセンター)で、食事、入浴や生活機能の維持・向上のための機能訓練やレクリエーションなどのサービスを日帰りで受けられます。

イ) 利用回数

- ・ 要支援1、事業対象者 週1回程度
- ・ 要支援2 週2回程度

ウ) 利用者負担(1月当たりの目安)

利用頻度	1割負担の方	2割負担の方	3割負担の方
週1回程度	1,670円	3,340円	5,010円
週2回程度	3,425円	6,849円	10,273円

※食費等は別途自己負担となります。

イ 活動支援型通所サービス(通所サービスA)

ア) サービスの概要

通所介護施設(デイサービスセンター)などで、レクリエーション、運動プログラム、会食、脳トレニングなどを行い、高齢者の閉じこもり予防や自立を支援します。

イ) 利用回数

- ・ 要支援1、事業対象者 週1回まで
- ・ 要支援2 週2回まで

ウ) 利用者負担(1月当たりの目安)

	1割負担の方		2割負担の方	
	送迎あり	送迎なし	送迎あり	送迎なし
週1回程度利用(半日(2~6時間))	1,320円	1,160円	2,640円	2,320円
週1回程度利用(全日(6時間超))	1,400円	1,240円	2,800円	2,480円
週2回程度利用(半日(2~6時間))	2,640円	2,320円	5,280円	4,640円
週2回程度利用(全日(6時間超))	2,800円	2,480円	5,600円	4,960円

ウ 集中支援型通所サービス（通所サービスC。「元気アップ通所」（運動機能向上）。）

ア) サービスの概要

通所介護施設（デイサービスセンター）や接骨院等の事業所内で、運動機能の低下予防・向上を図るため、短期集中的なトレーニング・運動（ストレッチ、有酸素運動、簡易な機器使用等）を行います。

イ) 利用回数 週2回で3か月程度（全28回）。1回当たり90分。

ウ) 利用者負担（1月当たりの目安）

	1割負担（利用者全員）
送迎あり	2,400円
送迎なし	2,080円

2. 一般介護予防事業

65歳以上のすべての高齢者を対象に、出前講座や転倒予防教室、リハビリ専門職等による活動支援などを実施します。

(1) 介護予防普及啓発事業

介護予防活動の普及・啓発を行うため、老人クラブ・自治会など市内の活動団体等へ「介護予防出前講座」として、お話や指導におうかがいします。

【テーマ】

「転ばないからだづくりのために」 「食べ方の工夫で今日からいきいきと」 「お口の元気はからだの元気 口からはじまる介護予防」 「生活習慣病予防」 「認知症予防」 等

(2) 地域介護予防活動支援事業

住民主体で行われる介護予防活動の育成・支援を行います。

①「転倒予防教室」を開催します。

②地域の様々な通いの場や転倒予防自主グループを支援します。（補助金制度もあります。）

③介護予防サポーターが地域で介護予防活動を積極的に展開するとともに、その機会を増やすため、地域の多様な活動団体との連携や支援を行います。



(3) 地域リハビリテーション活動支援事業

転倒予防自主グループなど住民主体の通いの場への活動に対し、リハビリテーション専門職等を派遣し、助言や支援を行います。



要支援1・2認定者・65歳以上のみなさんへ

# いつまでも自分らしく暮らすために

「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して、  
介護予防に取り組みましょう！

米原市は平成28年4月から新しい介護予防・日常生活  
支援総合事業を開始しました！

「介護予防・日常生活支援総合事業」では、一人ひとりの状態に合わせた介護予防や生活支援のサービスを利用できます。また、これまで介護保険で行っていた要支援1・2の人向けの介護予防サービスの一部も利用することができます。

住み慣れた地域で自分らしく生活するためにも、「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して、積極的に介護予防に取り組みましょう。

問い合わせ先

山東・伊吹地域

米原市地域包括支援センター  
長岡 1206 番地  
米原市役所（山東庁舎）  
くらし支援課内  
電話 0749-55-8110  
FAX 0749-55-8130

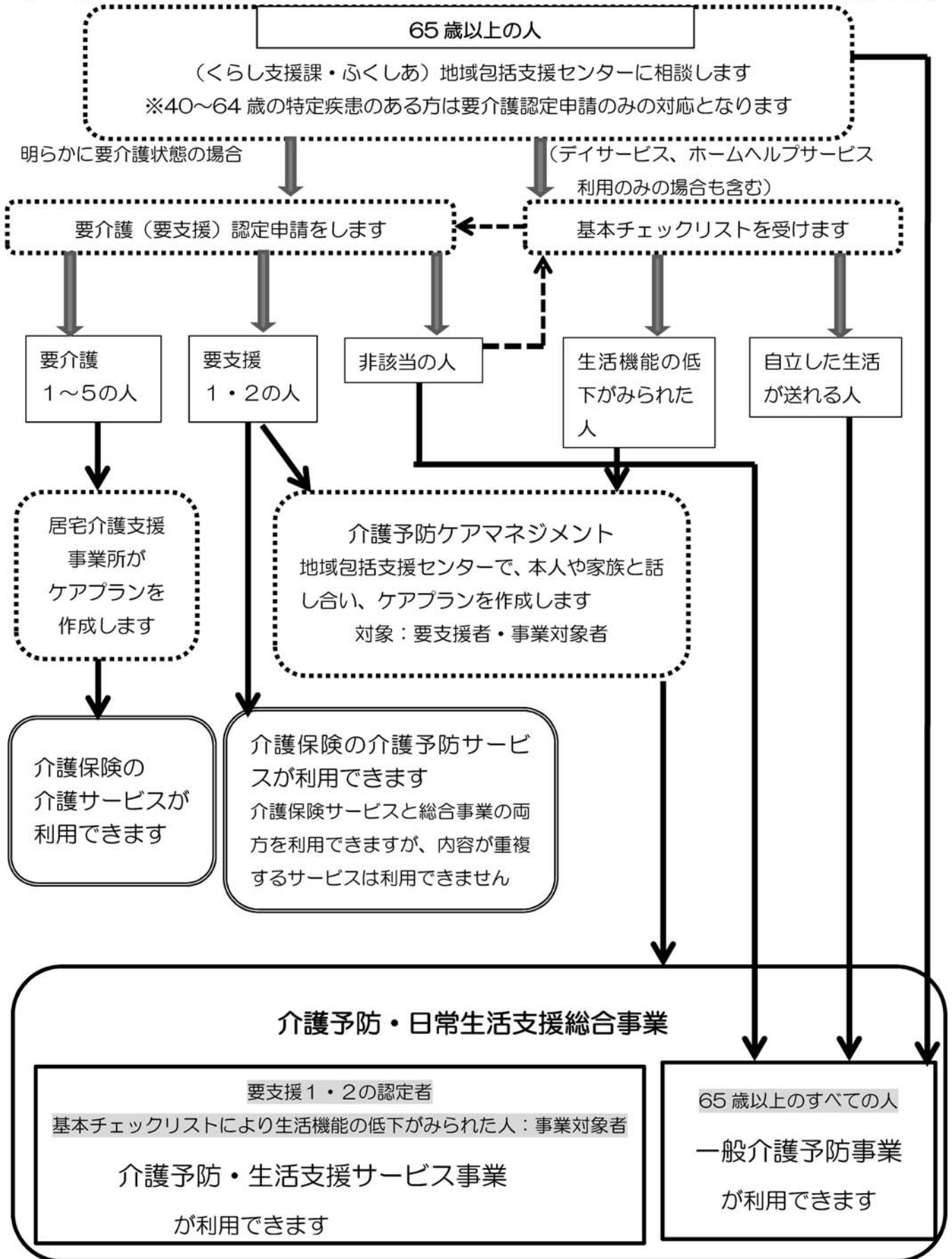
米原・近江地域

米原市米原近江地域包括支援センター  
新庄 77 番地 1  
米原市地域包括医療福祉センター  
ふくしあ内  
電話 0749-51-9014  
FAX 0749-51-9028

# 米 原 市

●総合事業利用までの流れ

介護予防・日常生活支援事業には、要介護認定（要支援1・2の人）を受けた人や、市が行う基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。



# 米原市の「介護予防・日常生活支援総合事業」では こんなサービスが利用できます

## 介護予防・生活支援サービス事業

### 訪問型サービス

#### ①ホームヘルプサービス

訪問介護事業所のホームヘルパーが居宅を訪問（30分～1時間）し、入浴介助などの身体介護を行います。

利用頻度	利用料	上限利用料
1回/週	1割：266円/回 2割：532円/回 3割：798円/回	1割：1,168円/月 2割：2,336円/月 3割：3,504円/月
2回/週	1割：270円/回 2割：540円/回 3割：810円/回	1割：2,335円/月 2割：4,670円/月 3割：7,005円/月
2回を超える程度/週 ※要支援2のみ利用可能	1割：285円/回 2割：570円/回 3割：855円/回	1割：3,704円/月 2割：7,408円/月 3割：11,112円/月

#### ②地域訪問型サービス（B型）

米原市シルバー人材センターや地域お茶の間団体等による地域住民が主体となり、生活援助（掃除、調理、買い物等）を行います。（原則として独居世帯や高齢者世帯の方が利用可能です）  
※世継・能登瀬・大野木ではお茶の間団体でのサービス提供があります。

#### ③地域寄り添いサービス（D型）

米原市シルバー人材センターや地域お茶の間団体等による地域住民が主体となり、地域訪問型サービスと一体的に移動支援や移送前後の生活支援を行います。（原則として独居世帯や高齢者世帯の方が利用可能です）  
※世継・能登瀬・大野木ではお茶の間団体でのサービス提供があります。

米原市シルバー人材センター 電話 55-0495 FAX 55-0911	
地域訪問型サービス利用料	200円/回（買い物車代別途必要 200円/回）
地域寄り添いサービス 利用料	1時間未満：交通費のみ 1時間以上：交通費+935円×時間-1,000円/1往復

## 通所型サービス

### ① デイサービス

通所介護施設で、日常生活上の支援（入浴や食事等の見守り・介助）や、生活機能の維持・向上のための支援を行います。

対象者	利用料	上限利用料	利用頻度
事業対象者・要支援1	1割：378円/回 2割：756円/回 3割：1,134円/回	1割：1,647円/月 2割：3,294円/月 3割：4,941円/月	1回/週
要支援2	1割：389円/回 2割：778円/回 3割：1,167円/回	1割：3,377円/月 2割：6,754円/月 3割：10,131円/月	2回/週

### ② ミニデイサービス（A型）

通所介護施設等で、介護予防を目的に、交流の場、レクリエーションや運動の場を提供します。

対象者	利用料	利用頻度
事業対象者・要支援1	1割：288円/回 2割：576円/回 3割：864円/回	1回/週
要支援2	1割：296円/回 2割：592円/回 3割：888円/回	2回/週

事業所：デイサービスセンター愛らんど・デイサービスセンターゆめホール・西部デイサービスセンターきらめき・デイサービスセンターやすらぎハウス・早稲田イーライフ長浜

平成30年4月1日から

# 「障害者総合支援法」の対象となる 疾病を359に拡大します

平成30年4月1日から「障害福祉サービス等<sup>※1</sup>」の対象となる疾病が、358から359へ拡大されます。

対象となる方は、障害者手帳<sup>※2</sup>をお持ちでなくても、必要と認められた支援が受けられます。

※1 障害福祉サービス・相談支援・補装具及び地域生活支援事業  
(障害児の場合は、障害児通所支援と障害児入所支援も含む)

※2 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳

## 対象となる方

対象疾病に該当する方（次ページ参照）



## 手続き

- ◆対象疾病に罹患<sup>りかん</sup>していることがわかる証明書（診断書など）を持参し、お住まいの市区町村の担当窓口にてサービスの利用を申請してください。
- ◆障害支援区分の認定や支給決定などの手続き後、必要と認められたサービスを利用できます。  
(訓練系・就労系サービス等は障害支援区分の認定を受ける必要はありません)
- ◆詳しい手続き方法については、お住まいの市区町村の担当窓口にお問い合わせください。

# 平成30年4月1日からの障害者総合支援法の対象疾病一覧（359疾病）

※ 新たに対象となる疾病（1疾病）

△ 表記が変更された疾病（3疾病）

○ 障害者総合支援法独自の対象疾病（29疾病）

番号	疾病名	番号	疾病名	番号	疾病名
1	アイカルディ症候群	64	偽性副甲状腺機能低下症	127	鯉耳腎症候群
2	アイザックス症候群	65	ギャロウェイ・モト症候群	128	再生不良性貧血
3	I g A腎症	66	急性壊死性脳症 ○	129	サイトメガロウィルス角膜炎 ○
4	I g G 4 関連疾患	67	急性網膜壊死 ○	130	再発性多発軟骨炎
5	亜急性硬化性全脳炎	68	球脊髄性筋萎縮症	131	左心低形成症候群
6	アジソン病	69	急速進行性糸球体腎炎	132	サルコイドーシス
7	アッシャー症候群	70	強直性脊椎炎	133	三尖弁閉鎖症
8	アトピー性脊髄炎	71	強皮症	134	三頭筋欠損症
9	アペール症候群	72	巨細胞性動脈炎	135	CFC症候群
10	アミロイドーシス	73	巨大静脈奇形（頸部口腔咽頭びまん性病変）	136	シェーグレン症候群
11	アラジール症候群	74	巨大動脈奇形（頸部顔面又は四肢病変）	137	色素性乾皮症
12	アルポート症候群	75	巨大膀胱短小結腸腸管蠕動不全症	138	自己食空胞性ミオパチー
13	アレキサンダー病	76	巨大リンパ管奇形（頸部顔面病変）	139	自己免疫性肝炎
14	アンジェルマン症候群	77	筋萎縮性側索硬化症	140	自己免疫性後天性凝固因子欠乏症
15	アントレー・ピクスラー症候群	78	筋型糖原病	141	自己免疫性溶血性貧血
16	イソ吉草酸血症	79	筋ジストロフィー	142	四肢形成不全 ○
17	一次性ネフローゼ症候群	80	クッシング病	143	シトステロール血症
18	一次性膜性増殖性糸球体腎炎	81	クリオピリン関連周期熱症候群	144	シトリン欠損症
19	1 p 36欠失症候群	82	クリッペル・トレノネー・ウェーバー症候群	145	紫斑病性腎炎
20	遺伝性自己炎症疾患	83	クルーゾン症候群	146	脂肪萎縮症
21	遺伝性ジストニア	84	グルコーストランスポーター 1 欠損症	147	若年性特発性関節炎 △
22	遺伝性周期性四肢麻痺	85	グルタル酸血症1型	148	若年性肺気腫
23	遺伝性腭炎	86	グルタル酸血症2型	149	シャルコー・マリー・トゥース病
24	遺伝性鉄芽球性貧血	87	クローウ・深瀬症候群	150	重症筋無力症
25	ウィーバー症候群	88	クローン病	151	修正大血管転位症
26	ウィリアムズ症候群	89	クローンカイト・カナダ症候群	152	ジュベール症候群関連疾患 △
27	ウィルソン病	90	痙攣重積型（二相性）急性脳症	153	シュワルツ・ヤンベル症候群
28	ウエスト症候群	91	結節性硬化症	154	徐波睡眠期持続性棘徐波を示すてんかん性脳症
29	ウエルナー症候群	92	結節性多発動脈炎	155	神経細胞移動異常症
30	ウォルフラム症候群	93	血栓性血小板減少性紫斑病	156	神経軸索スフェロイド形成を伴う遺伝性びまん性白質脳症
31	ウルリッヒ病	94	限局性皮膚異形成	157	神経線維腫症
32	HTLV-1 関連脊髄症	95	原発性局所多汗症 ○	158	神経フェリチン症
33	A T R - X 症候群	96	原発性硬化性胆管炎	159	神経有棘赤血球症
34	A D H 分泌異常症	97	原発性高脂血症	160	進行性核上性麻痺
35	エーラス・ダンロス症候群	98	原発性側索硬化症	161	進行性骨化性線維異形成症
36	エプスタイン症候群	99	原発性胆汁性胆管炎	162	進行性多巣性白質脳症
37	エプスタイン病	100	原発性免疫不全症候群	163	進行性白質脳症
38	エマヌエル症候群	101	顕微鏡の大腸炎 ○	164	進行性ミオクローヌステんかん
39	遠位型ミオパチー	102	顕微鏡的多発血管炎	165	心室中隔欠損を伴う肺動脈閉鎖症
40	円錐角膜 ○	103	高 I g D 症候群	166	心室中隔欠損を伴わない肺動脈閉鎖症
41	黄色靨帯骨化症	104	好酸球性消化管疾患	167	スタージ・ウェーバー症候群
42	黄斑ジストロフィー	105	好酸球性多発血管炎性肉芽腫症	168	スティーヴンス・ジョンソン症候群
43	大田原症候群	106	好酸球性副鼻腔炎	169	スミス・マジニス症候群
44	オクシピタル・ホーン症候群	107	抗糸球体基底膜腎炎	170	スモン ○
45	オスラー病	108	後縦靨帯骨化症	171	脆弱X症候群
46	カーニー複合	109	甲状腺ホルモン不応症	172	脆弱X症候群関連疾患
47	海馬硬化を伴う内側側頭葉てんかん	110	拘束型心筋症	173	正常圧水頭症 ○
48	潰瘍性大腸炎	111	高チロシン血症1型	174	成人スチル病
49	下垂体前葉機能低下症	112	高チロシン血症2型	175	成長ホルモン分泌亢進症
50	家族性地中海熱	113	高チロシン血症3型	176	脊髄空洞症
51	家族性良性慢性天疱瘡	114	後天性赤芽球病	177	脊髄小脳変性症（多系統萎縮症を除く。）
52	カナバン病	115	広範脊柱管狭窄症	178	脊髄腫瘍
53	化膿性無菌性関節炎・壊疽性膿皮症・アクネ症候群	116	抗リン脂質抗体症候群	179	脊髄性筋萎縮症
54	歌舞伎症候群	117	コケイン症候群	180	セピアブテリン還元酵素（SR）欠損症
55	カラクトース-1-リン酸ウリシルトランスフェラーゼ欠損症	118	コステロ症候群	181	前眼部形成異常
56	カルニチン回路異常症	119	骨形成不全症	182	全身性エリテマトーデス
57	加齢黄斑変性 ○	120	骨髄異形成症候群 ○	183	先天異常症候群
58	肝型糖原病	121	骨髄線維症 ○	184	先天性横隔膜ヘルニア
59	間質性膀胱炎（ハンナ型）	122	ゴナドトロピン分泌亢進症	185	先天性核上性球麻痺
60	環状20番染色体症候群	123	5 p 欠失症候群	186	先天性気管狭窄症／先天性声門下狭窄症 △
61	関節リウマチ	124	コフィン・シリズ症候群	187	先天性魚鱗癬
62	完全大血管転位症	125	コフィン・ローリー症候群	188	先天性筋無力症候群
63	眼皮皚白皮症	126	混合性結合組織病	189	先天性グリコシルホスファチジルイノシトール（GPI）欠損症



# 平成30年4月1日からの障害者総合支援法の対象疾病一覧（359疾病）

※ 新たに対象となる疾病（1疾病）

△ 表記が変更された疾病（3疾病）

○ 障害者総合支援法独自の対象疾病（29疾病）

番号	疾病名	番号	疾病名	番号	疾病名
190	先天性三尖弁狭窄症	249	那須・ハコラ病	308	ペリー症候群
191	先天性腎性尿崩症	250	軟骨無形成症	309	ペルーシド角膜辺縁変性症 ○
192	先天性赤血球形形成異常性貧血	251	難治頻回部分発作重積型急性脳炎	310	ペルオキシソーム病（副腎白質シストロフィーを除く。）
193	先天性僧帽弁狭窄症	252	22q11.2欠失症候群	311	片側巨脳症
194	先天性大脳白質形成不全症	253	乳幼児肝巨大血管腫	312	片側痙攣・片麻痺・てんかん症候群
195	先天性肺静脈狭窄症	254	尿素サイクル異常症	313	芳香族L-アミノ酸脱炭酸酵素欠損症
196	先天性風疹症候群 ○	255	ヌーナン症候群	314	発作性夜間ヘモグロビン尿症
197	先天性副腎低形成症	256	ネイルパテラ症候群（爪肺蓋骨症候群）/LMX1B関連腎症	315	ボルフィリン症
198	先天性副腎皮質酵素欠損症	257	脳髄黄色腫症	316	マリネスコ・シェーグレン症候群
199	先天性ミオパチー	258	脳表ヘモジデリン沈着症	317	マルファン症候群
200	先天性無痛無汗症	259	膿疱性乾癬	318	慢性炎症性脱髄性多発神経炎/多発性運動ニューロパチー
201	先天性葉酸吸収不全	260	嚢胞性線維症	319	慢性血栓塞栓性肺高血圧症
202	前頭側頭葉変性症	261	パーキンソン病	320	慢性再発性多発性骨髄炎
203	早期ミオクロニー脳症	262	パージャー病	321	慢性肺炎 ○
204	総動脈幹遺残症	263	肺静脈閉塞症/肺毛細血管腫症	322	慢性特異性偽性腸閉塞症
205	総排泄腔遺残	264	肺動脈性肺高血圧症	323	ミオクロニー欠神てんかん
206	総排泄腔外反症	265	肺胞蛋白症（自己免疫性又は先天性）	324	ミオクロニー脱力発作を伴うてんかん
207	ソトス症候群	266	肺胞低換気症候群	325	ミトコンドリア病
208	ダイヤモンド・ブラックファン貧血	267	パッド・キアリ症候群	326	無虹彩症
209	第14番染色体父親性ダイソミー症候群	268	ハンチントン病	327	無脾症候群
210	大脳皮質基底核変性症	269	汎発性特異性骨増殖症 ○	328	無βリポタンパク血症
211	大理石骨病	270	PCDH19関連症候群	329	メーブルシロップ尿症
212	ダウン症候群 ○	271	非ケトーシス型高グリシン血症	330	メチルグルタコン酸尿症
213	高安動脈炎	272	肥厚性皮膚骨膜炎	331	メチルマロン酸血症
214	多系統萎縮症	273	非シストロフィー性ミオトニー症候群	332	メビウス症候群
215	タナトフォリック骨異形成症	274	皮質下梗塞と白質脳症を伴う常染色体優性脳動脈症	333	メンクス病
216	多発血管炎性肉芽腫症	275	肥大大型心筋症	334	網膜色素変性症
217	多発性硬化症/視神経脊髄炎	276	左肺動脈右肺動脈起始症	335	もやもや病
218	多発性軟骨性外骨腫症 ○	277	ビタミンD依存性くる病/骨軟化症	336	モワット・ウイルソン症候群
219	多発性嚢胞腎	278	ビタミンD抵抗性くる病/骨軟化症	337	薬剤性過敏症候群 ○
220	多脾症候群	279	ピッカースタッフ脳幹脳炎	338	ヤング・シンプソン症候群
221	タンジール病	280	非典型溶血性尿毒症症候群	339	優性遺伝形式をとる遺伝性難聴 ○
222	単心室症	281	非特異性多発性小腸潰瘍症	340	遊走性焦点発作を伴う乳児てんかん
223	弾性線維性仮性黄色腫	282	皮膚筋炎/多発性筋炎	341	4p欠失症候群
224	短腸症候群 ○	283	びまん性汎気管支炎 ○	342	ライソゾーム病
225	胆道閉鎖症	284	肥満低換気症候群 ○	343	ラスムッセン脳炎
226	遅発性内リンパ水腫	285	表皮水疱症	344	ランゲルハンス細胞組織球症 ○
227	チャージ症候群	286	ヒルシウスブルング病（全結腸型又は小腸型）	345	ランドウ・クレフナー症候群
228	中隔視神経形成異常症/トモルシア症候群	287	VATER症候群	346	リジン尿性蛋白不耐症
229	中毒性表皮壊死症	288	ファイファー症候群	347	両側性小耳症・外耳道閉鎖症 ○
230	腸管神経節細胞減少症	289	ファロー四徴症	348	両大血管右室起始症
231	TSH分泌亢進症	290	ファンconi貧血	349	リンパ管腫症/ゴーハム病
232	TNF受容体関連周期性症候群	291	封入体筋炎	350	リンパ脈管筋腫症
233	低ホスファターゼ症	292	フェニルケトン尿症	351	類天疱瘡（後天性表皮水疱症を含む。）
234	天疱瘡	293	複合カルボキシラーゼ欠損症	352	ルピンシュタイン・テイビ症候群
235	禿頭と変形性脊椎症を伴う常染色体劣性白質脳症	294	副甲状腺機能低下症	353	レーベル遺伝性視神経症
236	特異性拡張型心筋症	295	副腎白質シストロフィー	354	レシチンコレステロールアシルトランスフェラーゼ欠損症
237	特異性間質性肺炎	296	副腎皮質刺激ホルモン不応症	355	劣性遺伝形式をとる遺伝性難聴 ○
238	特異性基底核石灰化症	297	ブラウ症候群	356	レット症候群
239	特異性血小板減少性紫斑病	298	ブラダー・ウィリ症候群	357	レノックス・ガストー症候群
240	特異性血栓症（遺伝性血栓性素因によるものに限る。）	299	プリオン病	358	ロスモンド・トムソン症候群
241	特異性後天性全身性無汗症	300	プロピオン酸血症	359	肋骨異常を伴う先天性側弯症
242	特異性大腿骨頭壊死症	301	PRL分泌亢進症（高プロラクチン血症）		
243	特異性多中心性キャッスルマン病 ※	302	閉塞性細気管支炎		
244	特異性門脈圧亢進症	303	β-ケトチオラーゼ欠損症		
245	特異性両側性感音難聴	304	ベーチェット病		
246	突発性難聴 ○	305	ベスレムミオパチー		
247	ドラベ症候群	306	ヘパリン起因性血小板減少症 ○		
248	中條・西村症候群	307	ヘモクロナトシス ○		

## 経過的に対象となっている疾病について

- ①平成27年1月以降に対象外になった疾病      ②平成27年7月以降に対象外になった疾病

疾病名
劇症肝炎
重症急性膵炎

疾病名
肝外門脈閉塞症
肝内結石症
偽性低アルドステロン症
ギラン・バレ症候群
グルココルチコイド抵抗症
原発性アルドステロン症
硬化性萎縮性苔癬
好酸球性筋膜炎
視神経症
神経性過食症
神経性食欲不振症
先天性QT延長症候群
TSH受容体異常症
特発性血栓症
フィッシャー症候群
メニエール病

- これらの疾病については、障害者総合支援法の対象外となりましたが、すでに障害福祉サービス等\*の支給決定等を受けたことがある方は引き続き利用可能です。

- ① 平成27年1月1日以降は対象外となりますが、平成26年12月31日までに障害福祉サービス等\*の支給決定等を受けたことがある方は引き続き利用可能です。
- ② 平成27年7月1日以降は対象外となりますが、平成27年6月30日までに障害福祉サービス等\*の支給決定等を受けたことがある方は引き続き利用可能です。

※障害福祉サービス・相談支援・補装具及び地域生活支援事業  
(障害児の場合は、障害児通所支援と障害児入所支援も含む)

# 医療費助成対象疾病(指定難病)一覧(331疾病)

病名	※告示の番号
<b>あ</b>	
アイカルディ症候群	135
アイザックス症候群	119
IgA腎症	66
IgG4関連疾患	300
亜急性硬化性全脳炎	24
悪性関節リウマチ	46
アジソン病	83
アッシャー症候群	303
アトピー性脊髄炎	116
アペール症候群	182
アラジール症候群	297
α1-アンチトリプシン欠乏症	231
アルポート症候群	218
アレキサンダー病	131
アンジェルマン症候群	201
アントレー・ピクスラー症候群	184
<b>い</b>	
イソ吉草酸血症	247
一次性ネフローゼ症候群	222
一次性膜性増殖性糸球体腎炎	223
1p36欠失症候群	197
遺伝性自己炎症疾患	325
遺伝性ジストニア	120
遺伝性周期性四肢麻痺	115
遺伝性瘧疾	298
遺伝性鉄芽球性貧血	286
<b>う</b>	
ウィーバー症候群	175
ウィリアムズ症候群	179
ウィルソン病	171
ウエスト症候群	145

病名	※告示の番号
ウェルナー症候群	191
ウォルフラム症候群	233
ウルリッヒ病	29
<b>え</b>	
HTLV-1関連脊髄症	26
ATR-X症候群	180
エーラス・ダンロス症候群	168
エプスタイン症候群	287
エプスタイン病	217
エマヌエル症候群	204
遠位型ミオパチー	30
<b>お</b>	
黄色靭帯骨化症	68
黄斑ジストロフィー	301
大田原症候群	146
オキシタル・ホーン症候群	170
オスラー病	227
<b>か</b>	
カーニー複合	232
海馬硬化を伴う内側側頭葉てんかん	141
潰瘍性大腸炎	97
下垂体性ADH分泌異常症	72
下垂体性ゴナドトロピン分泌亢進症	76
下垂体性成長ホルモン分泌亢進症	77
下垂体性TSH分泌亢進症	73
下垂体性PRL分泌亢進症	74
下垂体前葉機能低下症	78
家族性高コレステロール血症(ホモ接合体)	79
家族性地中海熱	266
家族性良性慢性天疱瘡	161
カナバン病	307
化膿性無菌性関節炎・壊疽性膿皮症・アクネ症候群	269

# 医療費助成対象疾病(指定難病)一覽(331疾病)

病名	※告示の番号
歌舞伎症候群	187
ガラクトース-1-リン酸ウリジルトランスフェラーゼ欠損症	258
カルニチン回路異常症	316
肝型糖尿病	257
間質性膀胱炎(ハンナ型)	226
環状20番染色体症候群	150
完全大血管転位症	209
眼皮膚白皮症	164
<b>き</b>	
偽性副甲状腺機能低下症	236
ギャロウェイ・モフト症候群	219
球脊髄性筋萎縮症	1
急速進行性糸球体腎炎	220
強直性脊椎炎	271
巨細胞性動脈炎	41
巨大静脈奇形(頸部口腔咽頭びまん性病変)	279
巨大動静脈奇形(頸部顔面又は四肢病変)	280
巨大膀胱短小結腸腸管蠕動不全症	100
巨大リンパ管奇形(頸部顔面病変)	278
筋萎縮性側索硬化症	2
筋型糖尿病	256
筋ジストロフィー	113
<b>&lt;</b>	
クッシング病	75
クリオピリン関連周期熱症候群	106
クリッペル・トレノネー・ウェーバー症候群	281
クルーゾン症候群	181
グルコーストランスポーター1欠損症	248
グルタル酸血症1型	249
グルタル酸血症2型	250
クロー・深瀬症候群	16
クローン病	96

病名	※告示の番号
クローンカイト・カナダ症候群	289
<b>け</b>	
痙攣重積型(二相性)急性脳症	129
結節性硬化症	158
結節性多発動脈炎	42
血栓性血小板減少性紫斑病	64
限局性皮質異形成	137
原発性高カイロミクロン血症	262
原発性硬化性胆管炎	94
原発性抗リン脂質抗体症候群	48
原発性側索硬化症	4
原発性胆汁性胆管炎	93
原発性免疫不全症候群	65
顕微鏡的多発血管炎	43
<b>こ</b>	
高IgD症候群	267
好酸球性消化管疾患	98
好酸球性多発血管炎性肉芽腫症	45
好酸球性副鼻腔炎	306
抗糸球体基底膜腎炎	221
後縦靭帯骨化症	69
甲状腺ホルモン不応症	80
拘束型心筋症	59
高チロシン血症1型	241
高チロシン血症2型	242
高チロシン血症3型	243
後天性赤芽球癆	283
広範脊柱管狭窄症	70
コケイン症候群	192
コステロ症候群	104
骨形成不全症	274
5p欠失症候群	199

# 医療費助成対象疾病(指定難病)一覧(331疾病)

病名	※告示の番号
コフィン・シリズ症候群	185
コフィン・ローリー症候群	176
混合性結合組織病	52
<b>さ</b>	
鯉耳腎症候群	190
再生不良性貧血	60
再発性多発軟骨炎	55
左心低形成症候群	211
サルコイドーシス	84
三尖弁閉鎖症	212
三頭筋素欠損症	317
<b>し</b>	
CFC 症候群	103
シェーグレン症候群	53
色素性乾皮症	159
自己貪食空胞性ミオパチー	32
自己免疫性肝炎	95
自己免疫性後天性凝固因子欠乏症	288
自己免疫性溶血性貧血	61
システロール血症	260
シトリン欠損症	318
紫斑病性腎炎	224
脂肪萎縮症	265
若年性特発性関節炎	107
若年発症型両側性感音難聴	304
シャルコー・マリー・トゥース病	10
重症筋無力症	11
修正大血管転位症	208
ジュベール症候群関連疾患	177
シュワルツ・ヤンベル症候群	33
徐波睡眠期持続性棘徐波を示すてんかん性脳症	154
神経細胞移動異常症	138

病名	※告示の番号
神経軸索スフェロイド形成を伴う遺伝性びまん性白質脳症	125
神経線維腫症	34
神経フェリチン症	121
神経有棘赤血球症	9
進行性核上性麻痺	5
進行性骨化性線維異形成症	272
進行性多巣性白質脳症	25
進行性白質脳症	308
進行性ミオクローヌステんかん	309
心室中隔欠損を伴う肺動脈閉鎖症	214
心室中隔欠損を伴わない肺動脈閉鎖症	213
<b>す</b>	
スタージ・ウェーバー症候群	157
スティーヴンス・ジョンソン症候群	38
スミス・マギニス症候群	202
<b>せ</b>	
脆弱 X 症候群	206
脆弱 X 症候群関連疾患	205
成人スチル病	54
脊髄空洞症	117
脊髄小脳変性症 (多系統萎縮症を除く。)	18
脊髄髄膜瘤	118
脊髄性筋萎縮症	3
セピアプテリン還元酵素 (SR) 欠損症	319
前眼部形成異常	328
全身性アミロイドーシス	28
全身性エリテマトーデス	49
全身性强皮症	51
先天異常症候群	310
先天性横隔膜ヘルニア	294
先天性核上性球麻痺	132
先天性気管狭窄症 / 先天性声門下狭窄症	330

※指定難病は、厚生科学審議会の意見を聴いて厚生労働大臣が指定する。(平成30年4月現在)(平成30年厚生労働省告示第62号)

# 医療費助成対象疾病(指定難病)一覽(331疾病)

病名	※告示の番号
先天性魚鱗癬	160
先天性筋無力症候群	12
先天性グリコシルホスファチジルイノシトール(GPI)欠損症	320
先天性三尖弁狭窄症	311
先天性腎性尿崩症	225
先天性赤血球形成異常性貧血	282
先天性僧帽弁狭窄症	312
先天性大脳白質形成不全症	139
先天性肺静脈狭窄症	313
先天性副腎低形成症	82
先天性副腎皮質酵素欠損症	81
先天性ミオパチー	111
先天性無痛無汗症	130
先天性葉酸吸収不全	253
前頭側頭葉変性症	127
<b>そ</b>	
早期ミオクロニー脳症	147
総動脈幹遺残症	207
総排泄腔遺残	293
総排泄腔外反症	292
ソトス症候群	194
<b>た</b>	
第14番染色体父親性ダイソミー症候群	200
ダイヤモンド・ブラックファン貧血	284
大脳皮質基底核変性症	7
大理石骨病	326
高安静脈炎	40
多系統萎縮症	17
タナトフォリック骨異形成症	275
多発血管炎性肉芽腫症	44
多発性硬化症/視神経脊髄炎	13
多発性嚢胞腎	67

病名	※告示の番号
多脾症候群	188
タンジール病	261
単心室症	210
弾性線維性仮性黄色腫	166
胆道閉鎖症	296
<b>ち</b>	
遅発性内リンパ水腫	305
チャーゾ症候群	105
中隔視神経形成異常症/ドモルシア症候群	134
中毒性表皮壊死症	39
腸管神経節細胞僅少症	101
<b>て</b>	
TNF受容体関連周期性症候群	108
低ホスファターゼ症	172
天疱瘡	35
<b>と</b>	
禿頭と変形性脊椎症を伴う常染色体劣性白質脳症	123
特発性拡張型心筋症	57
特発性間質性肺炎	85
特発性基底核石灰化症	27
特発性血小板減少性紫斑病	63
特発性血栓症(遺伝性血栓性素因によるものに限る。)	327
特発性後天性全身性無汗症	163
特発性大腿骨頭壊死症	71
特発性多中心性キャスルマン病	331
特発性門脈圧亢進症	92
ドラベ症候群	140
<b>な</b>	
中條・西村症候群	268
那須・ハコラ病	174
軟骨無形成症	276
難治頻回部分発作重積型急性脳炎	153

# 医療費助成対象疾病(指定難病)一覽(331疾病)

病名	※告示の番号
<b>に</b>	
22q11.2欠失症候群	203
乳幼児肝巨大血管腫	295
尿素サイクル異常症	251
<b>ぬ</b>	
ヌーナン症候群	195
<b>ね</b>	
ネイルパテラ症候群(爪膝蓋骨症候群) / LMX1B関連腎症	315
<b>の</b>	
脳髄黄色腫症	263
脳表ヘモジリン沈着症	122
膿疱性乾癬(汎発型)	37
嚢胞性線維症	299
<b>は</b>	
パーキンソン病	6
バージャー病	47
肺静脈閉塞症 / 肺毛細血管腫症	87
肺動脈性肺高血圧症	86
肺胞蛋白症(自己免疫性又は先天性)	229
肺胞低換気症候群	230
バッド・キアリ症候群	91
ハンチントン病	8
<b>ひ</b>	
PCDH19関連症候群	152
非ケトーシス型高グリシン血症	321
肥厚性皮膚骨膜炎	165
非ジストロフィー性ミオトニー症候群	114
皮質下梗塞と白質脳症を伴う常染色体優性脳動脈症	124
肥大型心筋症	58
ビタミンD依存性くる病 / 骨軟化症	239
ビタミンD抵抗性くる病 / 骨軟化症	238
左肺動脈右肺動脈起始症	314

病名	※告示の番号
ビッカースタッフ脳幹脳炎	128
非典型溶血性尿毒症症候群	109
非特異性多発性小腸潰瘍症	290
皮膚筋炎 / 多発性筋炎	50
表皮水疱症	36
ヒルシュスブルング病(全結腸型又は小腸型)	291
<b>ふ</b>	
ファイファー症候群	183
VATER症候群	173
ファロー四徴症	215
ファンコニ貧血	285
封入体筋炎	15
フェニルケトン尿症	240
複合カルボキシラーゼ欠損症	255
副甲状腺機能低下症	235
副腎白質ジストロフィー	20
副腎皮質刺激ホルモン不応症	237
ブラウ症候群	110
ブラダー・ウィリ症候群	193
プリオン病	23
プロピオン酸血症	245
<b>へ</b>	
閉塞性細気管支炎	228
β-ケトチオラーゼ欠損症	322
ベーチェット病	56
ベスレムミオパチー	31
ペリー症候群	126
ペルオキシソーム病(副腎白質ジストロフィーを除く。)	234
片側巨脳症	136
片側痙攣・片麻痺・てんかん症候群	149
<b>ほ</b>	
芳香族L-アミノ酸脱炭酸酵素欠損症	323







## 【重症難病患者一時入院受入体制整備事業】

在宅で療養しておられる、常時医療管理が必要な重症難病患者さんが、介助者の事情により在宅で介助を受けることが一時的に困難になった場合に、滋賀県が委託している医療機関に短期間の入院ができる制度です。

※利用を希望される場合は、主治医・担当のケアマネージャー等にご相談の上、事前にお住まいの地域の保健所に申請書を提出してください。（病床の空き状況や利用希望者数等により、ご利用いただけない場合もあります。）

### 1. 利用できる方（※下記4点を満たす方）

- (1) 滋賀県内に住所を有する方。
- (2) 難病法第5条第1項に規定する指定難病の患者および特定疾患治療研究事業対象疾患のうち、医療機器等を使用している方もしくは医療管理の必要のある方。
  - 人工呼吸器を使用している方 ○ 気管切開を行っている方 ○ たん吸引を要する方
  - 経管栄養（胃ろう等）を設けている方 等
- (3) 在宅で療養しており、介助者の事情（下記のいずれか）により在宅で介助を受けることが一時的に困難になった方。
  - 介助者の休養（レスパイト） ○ 疾病、けが、入院 ○ 出産 ○ 冠婚葬祭 等
- (4) 市町が実施する障害福祉サービスによる短期入所を行っていない方。

### 2. 利用日数

年間14日以内（人工呼吸器非装着者は7日以内）とする。



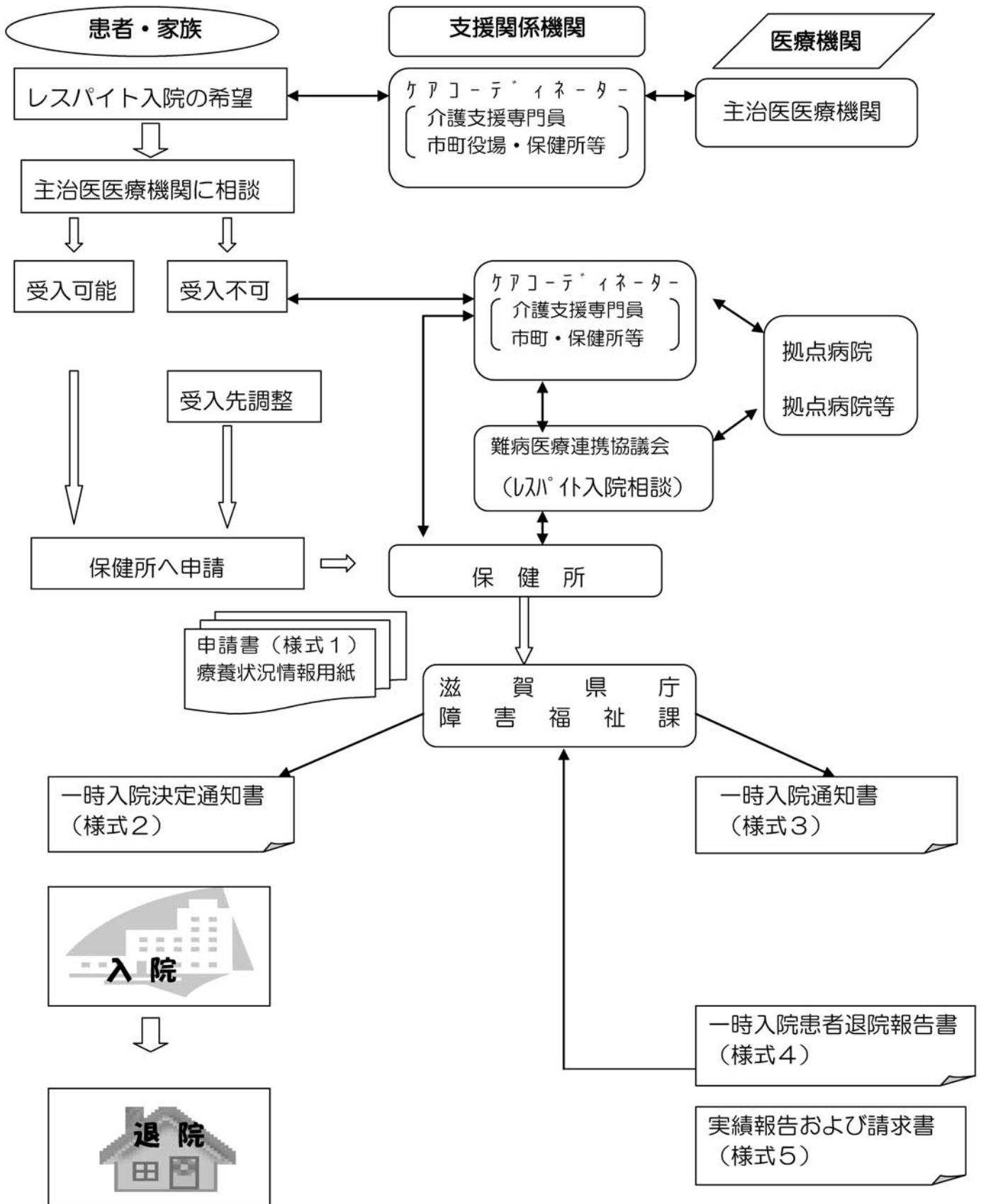
### 3. お問い合わせ・お申し込み先

お住まいの地域の保健所および滋賀県難病医療連携協議会

滋賀県難病医療連携協議会 （滋賀医科大学附属病院内）	077-548-3674
大津市保健所	077-522-6766
草津保健所	077-562-3534
甲賀保健所	0748-63-6148
東近江保健所	0748-22-1300
彦根保健所	0749-21-0283
長浜保健所	0749-65-6610
高島保健所	0740-22-2419



# 在宅重症難病患者一時入院事業の流れ



# 「長浜市避難支援・見守り支えあい制度」 をご活用ください！



## ～「いつも」のつきあいが「もしも」に生きる～

近年多発する大きな災害による被害の状況を目の当たりにし、地域住民どうしのつながりや、絆づくりの大切さを誰もが再認識したところです。

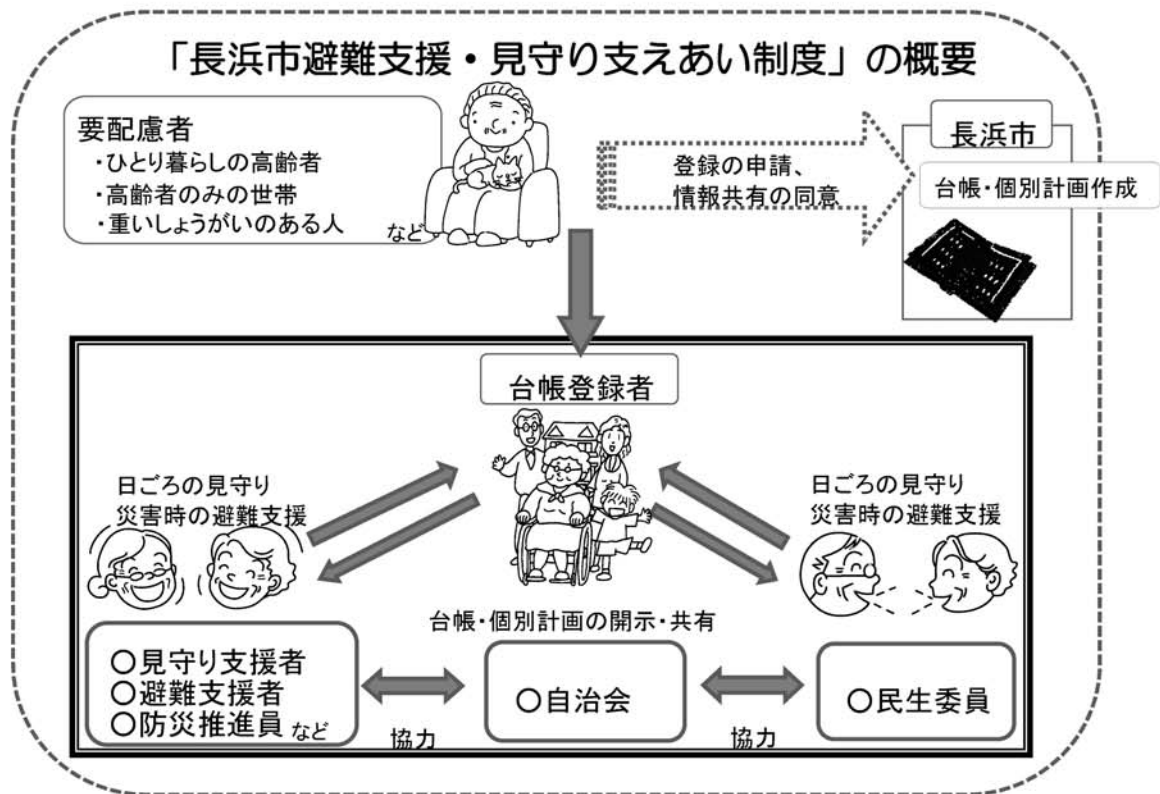
特に、お年寄りや体の不自由な人の避難支援や安全確保のために、身近な人が声をかけ合い、協力して行動する「支えあいの体制」は大変重要です。

この制度は、ひとり暮らしの高齢者やしょうがいのある人などから申出を受け、自治会や防災組織、民生委員・児童委員の皆さんによる支援体制をつくるとともに、市と社会福祉協議会が必要な情報を共有するものです。

この制度を地域防災・避難支援のためのひとつの手法として利活用いただくこと、また、日ごろから地域における見守りを行うことを通じて、支えあいの関係性が築かれ、災害時のスムーズな避難行動につながることを願っています。

## ◎制度の概要

避難支援が必要な方に制度に登録いただき、登録申請者の台帳及び、登録者ひとり一人の見守り方法や避難支援方法を記した「個別計画」を作成します。この台帳や個別計画を活用して要配慮者を地域で把握、日ごろの見守りの実施や、災害時の備えを行います。



## ◎制度の対象となる人

★「ひとり暮らしの高齢者」や「重いしょうがいのある人」など、日常生活に手助けが必要な人や、避難をする際に支援が必要な人

- ・災害が起きた時に避難情報が伝わりにくく、情報伝達に配慮が必要な人
- ・避難が必要かどうか自分で判断できない人、避難の準備をひとりですることが難しい人

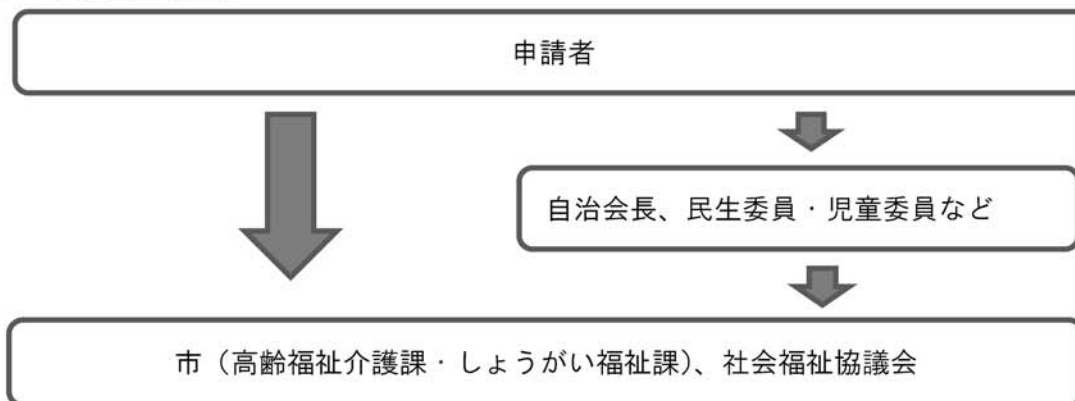
## ◎制度への登録方法

申請書を市（高齢福祉介護課、しょうがい福祉課）または社会福祉協議会（各支所含む）に提出してください。申請者が直接申請書を提出していただいても、自治会長や民生委員・児童委員、ケアマネージャーなどの方々を通じて提出いただいても結構です。

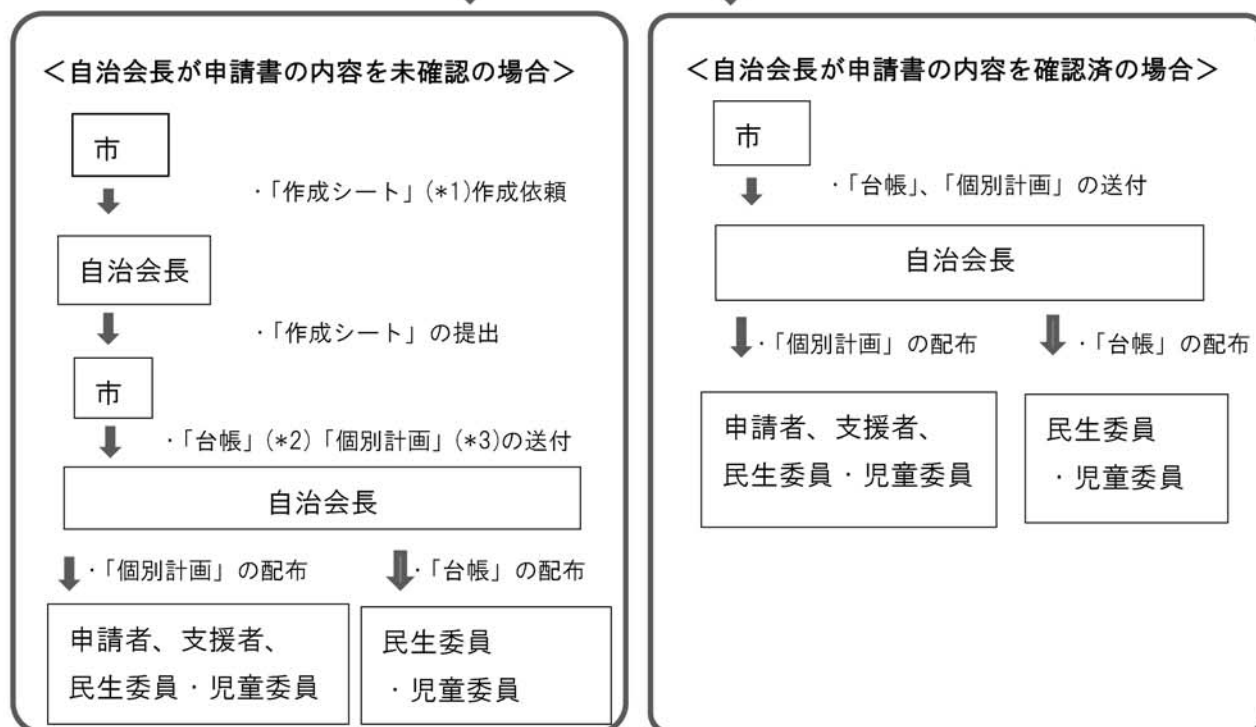
※申請書は、上記の窓口に設置しています。郵送をご希望の場合は、市高齢福祉介護課（Tel 65-7789）へご連絡ください。

## 登録手続の流れ

### <① 申請書の提出>



### <② 申請書提出後>



申請いただいた人の情報が制度に登録され、関係者がその情報を共有します。

#### \*1 「作成シート」

「長浜市避難支援・見守り支えあい計画（個別計画）」を作成するために、自治会でその内容を検討していただくためのシートです。

#### \*2 「台帳」（「災害時要配慮者登録申請者台帳」）

制度登録者の基本情報（名前、住所、電話番号及び一時避難場所等）を記載したもので、自治会ごとに作成します。

#### \*3 「個別計画」（「長浜市避難支援・見守り支えあい計画（個別計画）」）

制度登録者の基本情報及びその支援者の情報に加え、災害時にその方の避難支援をするにあたって気を付けるべきことや、日ごろその方を見守る方法などを記載したものです。登録者一人ひとりに対して作成します。

## ◎よくあるご質問

### 質問① 避難支援者・見守り支援者の役割とは何ですか。

回答 制度登録者に対して日ごろから見守りを行い、災害が発生するおそれのある時や発生した時などに、避難情報を伝えたり、安否確認や一緒に避難するなどの支援を行ったりします。

なお、災害時には地域の支援者も被災者です。支援者は自らの安全、家族等の安全を確保したうえで、可能な範囲で支援をしていただくこととなります。避難支援活動に法的な責任や義務を負うものではありません。

### 質問② 制度に登録すると、必ず避難支援（避難誘導など）をしてもらえるのですか。

回答 災害の規模や状況によりますので、必ずしも避難支援者等からの支援を受けられるとは限りません。

自分の身は自分で守る（自助）意識をもって、日ごろから近所の人とコミュニケーションを図るとともに、避難訓練の参加や防災用品等の準備など、災害時への備えをしておくことが大切です。

### 質問③ 避難支援者・見守り支援者は必ず選定しないといけないのですか。

回答 登録申請の際には、原則として避難支援者3人、見守り支援者3人を選定していただきます。避難支援者・見守り支援者になっていただく方の、住所、氏名、連絡先等が自治会や民生委員・児童委員などに伝えられることについて説明していただき、同意を得て記載ください。

なお、支援者を選定できない場合も制度への登録は可能ですが、より効果的な支援体制をつくるため、登録後も引き続き地域の方々とのご相談などをお願いします。

### 質問④ 個人情報はどこに提供するのですか。

回答 制度に登録されましたら、登録情報を自治会長、民生委員・児童委員、社会福祉協議会、避難支援者及び見守り支援者へ提供します。

この情報は、平常時は地域での見守り、また、災害時には避難支援などに活用します。

## ◎「避難支援・見守り支えあい制度」出前講座

制度について詳しい内容をお話しさせていただきます。ぜひご利用ください。

講座内容	申込先
制度の内容・登録方法など	長浜市社会福祉課 (Tel 6 5 - 6 5 3 6)
制度の活用方法など	長浜市社会福祉協議会地域福祉課 (Tel 6 2 - 1 8 0 4)

※市と社会福祉協議会の合同開催も可能ですので、ご相談ください。

## ◎お問合せ先

- ・制度の内容等について：長浜市社会福祉課  
(長浜市役所本庁舎1階 Tel 6 5 - 6 5 3 6)
- ・制度への登録方法等について：長浜市高齢福祉介護課  
(長浜市役所本庁舎1階 Tel 6 5 - 7 7 8 9)

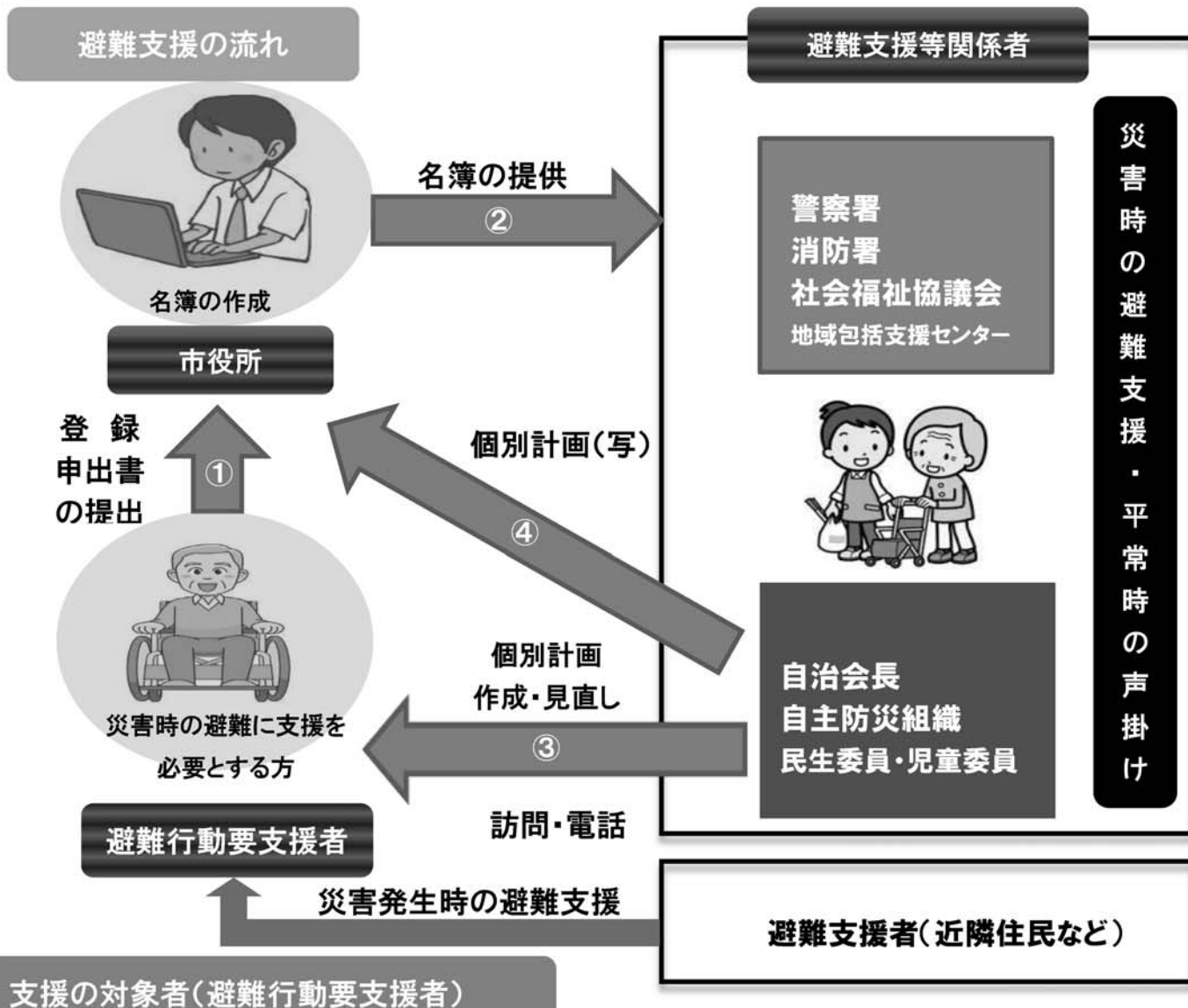
# みんながつながり地域で支え合うことが大切です！

## 災害時における避難行動要支援者の避難支援について

米原市

災害対策基本法の一部改正に伴い、災害時に自力で避難することが困難な高齢者や障がいのある方などの避難行動要支援者名簿を作成することが市町村に義務付けられました。

災害時に避難支援を必要とする方の中で、地域への情報提供に同意いただいた方の名簿を市が作成し、その情報を地域に提供することで、平常時の見守りや災害時の避難支援体制づくりに役立てます。



- ① 介護保険における要介護認定を受けており、要介護3～5までの方
- ② 身体障害者手帳の交付を受けている障がい程度1級および2級の方、または聴覚・視覚の3級および4級の方
- ③ 療育手帳の交付を受けており、障がいの程度がA判定の方
- ④ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けており、等級が1級の方
- ⑤ 旧災害時要援護者登録制度による登録をしている方
- ⑥ ①から④までの要件に該当せず、災害時に自力で避難することが困難な方  
※施設・病院等への長期入所・入院者を除く。

## 名簿の配布先について

作成した名簿は、**自治会長、自主防災組織、民生委員・児童委員、社会福祉協議会、地域包括支援センター、消防機関、警察機関**に提供します。

## 避難支援が必要な方は登録申出書の提出を・・・

**日頃から地域へ情報提供するためには、市役所へ登録申出書の提出が必要です。**

- ◆本人による記入が困難な場合は、代理人により記入をお願いします。
- ◆代理人は配偶者、扶養義務者、保護者を基本としますが、それ以外の方が申請される場合はご相談ください。

くらし支援課、社会福祉課、防災危機管理課、米原近江地域協働課または山東伊吹地域協働課までご提出ください。

※郵送での提出も可能です(郵送の場合は、くらし支援課あてに送付してください。)

### 【同意に当たっての注意】

支援を希望される方自身も、常に自分の身は自分で守るという意識を持って、普段から積極的に周囲の方とコミュニケーションをとるよう心掛けましょう。また、地域に情報を提供しても、災害の状況などにより、支援を受けられない場合もあります。

## 地域のみなさまへ

災害が発生したときには、地域の支え合いが力を発揮します。

この制度は地域の支え合いにより、少しでも災害時の被害を減らそうとする取組です。災害時はご自身やご家族の安全を確保の上、可能な範囲でのご協力をお願いします。

## 個別計画の作成について

名簿の提供に同意された方の具体的な安否確認や避難支援の方法を検討して個別計画を作成します。

個別計画を作成するため、自治会役員等や民生委員・児童委員等がご自宅へ電話や訪問させていただく場合があります。

個別計画の作成により、災害発生時には、避難支援者による安否確認や避難場所への誘導などの安全の確保を目指します。

**※すでに自治会等での取組が進められている地域は、この限りではありません。**

### 【問合せ先】

## 米原市役所 健康福祉部 くらし支援課

〒521-0292 米原市長岡 1206 番地  
TEL 0749-55-8110 FAX0749-55-8130



# 災害時 対応ノート

## いざという時のために

### 特定疾患等で人工呼吸器、酸素、吸引器を使用している方へ

本人・家族・関係者で相談して、このノートを作成しましょう。  
避難・入院する際もこのノートを必ず持っていきましょう。



- 地震や水害などの災害はいつおこるかわかりません。
- 地震などの大規模な災害時は、電気・ガス・水道などのライフラインが途絶えたり、家屋の内外が倒壊し医療機器が壊れるなどの事態が予測されます。
- 災害時、本人や家族の方は、普段できることができなくなってしまうことが予測されます。
- 地震・水害などの災害が起きた時、落ち着いて対応するためには、日頃からの備えが大切です。
- このノートは日頃準備すべきことや、緊急時の療養に必要な本人・家族の方の情報をまとめておくために作成しました。
- いざという時のために、必要事項を記入し、いつでも持ち出せるところに置いておきましょう。

# 災害対策は、事前の準備が大切です！

一般的に災害時、本格的救助開始に約3日かかると言われています。平時からの準備をしておきましょう。

## 自宅付近で想定される災害情報

ご自宅付近は次の被害が想定されます。

地震

洪水

土砂災害

その他

## 1. 医療用具や衛生材料の予備を用意しておきましょう！

- ・ かかりつけ医や訪問看護師に相談し、あなたに必要な医療用具や衛生材料を用意しましょう。
- ・ 生命維持のために必要な物品はひとまとめにして、ベッドの近くに置いておきましょう。

### ① 生命維持のために必要な医療用具等

<input type="checkbox"/> アンビューバッグ	<input type="checkbox"/> パルスオキシメーター
<input type="checkbox"/> 人工呼吸器	<input type="checkbox"/> 吸引用カテーテル (約10本)
<input type="checkbox"/> 外部バッテリー	<input type="checkbox"/> 予備の気管カニューレ <input type="checkbox"/> 人工鼻
<input type="checkbox"/> 吸引器 (バッテリー付き・電源不要)	<input type="checkbox"/> 予備の呼吸回路一式 (8ページに現在の回路の写真を貼り、回路構成を確認しておきましょう。)
<input type="checkbox"/> 気管カニューレカフ用シリンジ	

### ② 準備しておくとい物品等

<input type="checkbox"/> 使い捨てビニール手袋	<input type="checkbox"/> 蒸留水 (呼吸器用)
<input type="checkbox"/> Yガーゼ	<input type="checkbox"/> キシロカインゼリー
<input type="checkbox"/> 胃ろう用シリンジ	<input type="checkbox"/> アルコール綿
<input type="checkbox"/> 非常用電源 (発電機等)、燃料	<input type="checkbox"/>

### ③ 病気に関するもの

※かかすことのできない薬については主治医に確認しておきましょう。

<input type="checkbox"/> 保険証、特定疾患受給者証等	<input type="checkbox"/> 薬 (1週間分)
<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/>

### ④ その他

※ある程度非常用持ち出し袋に入れ準備しておきましょう。

<input type="checkbox"/> 現金、印鑑、通帳等	<input type="checkbox"/> テッシュペーパー
<input type="checkbox"/> オムツ、衣類、防寒用具、タオル	<input type="checkbox"/> 軍手、帽子 (ヘルメット) 等
<input type="checkbox"/> 携帯電話と充電器	<input type="checkbox"/> 筆記用具
<input type="checkbox"/> 飲料水 (ペットボトル)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 食料 (各3日分)、経管栄養剤	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ、乾電池	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 懐中電灯 (ヘッドライト)	<input type="checkbox"/>

## 2. 療養している部屋の安全対策・環境を確認しましょう!

- ・地震によって家具等が倒れてきてけがをしないように、大きな家具は固定をしておくほか、寝室には家具を置かない等、配置等も工夫しましょう。
- ・人工呼吸器や吸引器が転倒しないように工夫しましょう。
- ・予備の呼吸器回路、予備のカニューレは破損しないよう工夫し収納しましょう。
- ・懐中電灯などの非常持ち出し用物品は、すぐ手に取れるようにベッド下などに置きましょう。

## 3. 停電に備えて、バッテリーや予備電源の準備をしておきましょう!

- ・災害直後には、あなたが準備しておられるバッテリー等を使用して救助を待つていただくことになります。バッテリーの有無や持続時間は機種によって異なりますので、平时に医療機器メーカーの担当者や訪問看護師と確認しておくことが大切です。
- ・内部・外部バッテリーは、常に充電しておき、緊急時に使用できる状態にしておきましょう。
- ・外部バッテリーの寿命は使用しなくても2, 3年と言われていています。定期的に点検、交換をしましょう。
- ・発電機については、1ヶ月に1回はエンジンをかけましょう。また、定期的に点検しましょう。
- ・外部バッテリーや発電機等との接続に仕方について練習をしておきましょう。

### 【人工呼吸器を装着している方】

内部バッテリーの有無 有 ・ 無

有の場合 人工呼吸器の内部バッテリー持続時間は  
おおむね  時間です。

外部バッテリーの所持の有無 有 ・ 無

有の場合 人工呼吸器の外部バッテリー持続時間は  
おおむね  時間です。

### 【たん吸引機器を使っている方】

吸引器の内部バッテリー持続時間は  
連続使用でおおむね  分です。(おおよそ 日分)

## 4. 携帯用酸素ポンベはいつでも使えるように準備しておきましょう!

満タンの携帯用酸素ポンベの持ち時間は

L/分の場合

1本あたり **おおむね**

**です。**

- ・ こまめに酸素残量を確認し、すぐ使える場所に置いておきましょう。
- ・ 自分が使っている酸素メーカーの担当者に、災害時の対応(酸素ポンベの搬送など)について確認しておきましょう。
- ・ 携帯ポンベへのつなぎ方や必要物品を前もって確認し、習熟しておきましょう。

## 5. 停電したときも、あわてないで…。

電気が消えたらまず

1. ブレーカーを確認  
ブレーカーが落ちている → ブレーカーを上げましょう。
2. ブレーカーが落ちていない場合は

**関西電力**

**営業所**

**TEL**

— —

に連絡し

- ① 停電していること
  - ② 人工呼吸器をつけた患者がいること
  - ③ 関西電力のお客さま番号(14桁)
  - ④ 住所
  - ⑤ 氏名
- をはっきり伝え、復旧を依頼しましょう。

お客さま番号

※「電気使用量のお知らせ」や「振込用紙」などに記載されています。

日 程	所	番 号									

住所(電気のご使用場所)

氏名(電気の契約者名義)

(姓)

(名)

※ 災害の規模等により、復旧が困難な場合がありますので、外部バッテリーやアンビューバッグの準備をしておきましょう。

## 6. アンビューバッグはいつでも使える状態ですか？

- ・ 緊急時にすぐ使用できるよう、使い方の確認・練習をしましょう。
- ・ 複数の人が操作できるようにしましょう。
- ・ わからないことはかかりつけ医と相談しましょう。
- ・ 年に1回は破れていないか等の点検を行いましょう。

## 7. 必要な連絡先がすぐわかるようにしておきましょう！

- ・ 連絡先をリストにまとめて、家族で連絡方法を決めておきましょう。
- ・ 連絡先リストは、目につくところにおいておきましょう。  
(このノートの関係機関の連絡先リスト(P7)をご活用ください。)

## 8. 災害時に協力してくれる人を見つけておきましょう！

- ・ いざという時あなたに協力(安否の確認や関係機関への連絡等)をしてくれる地域の協力者を見つけておきましょう。
- ・ 市町で実施されている災害時要援護者支援制度へ登録しましょう。

## 9. 避難(所)場所を確認しておきましょう！

- ・ 避難(所)場所は、災害に関する情報が集まったり食料配布の場所となります。ご自分の地域ではどこが指定されているのか、確認しておきましょう。
- ・ 自分がどこに避難する予定なのかを、関係者(医療機器メーカーの担当者や訪問看護師など)に伝えておきましょう。

避難(所)場所

住所：

(TEL      -      -      )

※ 災害時、行政機関等がみなさんの安否の確認を行ったり、酸素メーカーが酸素の供給をすみやかに行うためには、みなさんに避難(所)場所を知らせていただくことが大変重要になってきます。避難時には、マニュアルの最後のページを切り取って、避難(所)場所を記入し、自宅の玄関など外から確認しやすい場所に貼っておきましょう。

# 緊急時の連絡票

- ・これは災害時に緊急避難的に受診した医療機関や、災害時支援のケア担当者に参考にしてもらうものです。主治医と相談して記入しましょう。
- ・状況に変化があったときは記入し直しましょう。1年に1回は見直しましょう。

基礎 情報 ①	患者氏名		性別	男・女	
	生年月日	M/T/S/H 年 月 日生まれ			
	住所	〒  ( TEL      -      -      )			
	診断名				
	主治医	医療機関名  医療機関所在地  ( TEL      -      -      )  医師名			
	今までの経過	発症：      年      月      人工呼吸器装着年月      年      月 在宅酸素療法開始年月      年      月			

基礎 情報 ②	記入年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
	記入者名			
	身長      cm	cm	cm	cm
	体重      kg	kg	kg	kg
	血圧/      mmHg	mmHg	mmHg	mmHg
	SaO2      %	%	%	%
	脈拍      回/分	回/分	回/分	回/分
	服薬中の薬			
	合併症等			

	記入年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
呼吸	自発呼吸	有・無	有・無	有・無
	呼吸器機種			
	換気モード			
	換気回数 (回/分)			
	1回換気量 ml			
	分時換気量下限			
	1:E比			
	最大流量			
	気道内圧			
	平均気道内圧			
	離脱	可(分) 不可	可(分) 不可	可(分) 不可
酸素	機種	酸素濃縮器・酸素ポンペ	酸素濃縮器・酸素ポンペ	酸素濃縮器・酸素ポンペ
	メーカー			
	モード	同調・連続	同調・連続	同調・連続
	吸入流量(L/分)			
吸引	気管カニューレ 製品名・サイズ・カフ圧			
	吸引回数 回/日 (うち夜間 回)	回/日 ( 回)	回/日 ( 回)	回/日 ( 回)
栄養	摂取方法	経口・経鼻・胃瘻・腸瘻・MH	経口・経鼻・胃瘻・腸瘻・MH	経口・経鼻・胃瘻・腸瘻・MH
	種類(品名)			
	摂取量	時 ml	時 ml	時 ml
		時 ml	時 ml	時 ml
		時 ml	時 ml	時 ml
時 ml		時 ml	時 ml	
( ml/日)	( ml/日)	( ml/日)		
水分補給 回	水分補給 回	水分補給 回		
排泄方法	尿	自尿(有・無)・バルンカテーテル(Fr) 導尿(回/日)	自尿(有・無)・バルンカテーテル(Fr) 導尿(回/日)	自尿(有・無)・バルンカテーテル(Fr) 導尿(回/日)
	便			
コミュニケーション方法: 会話・筆談・文字盤 意思伝達装置など				
その他特記事項				

# 関係者連絡リスト

	所属	担当者	電話番号
主治医			
訪問看護師			
ケアマネージャー			
人工呼吸器提供会社			
在宅酸素提供会社			
民生委員			
地域の協力者			
行政担当者	(担当課: )		
	(担当課: )		

# 家族・親戚

続柄	氏名	住所	電話番号
			自宅: 携帯:
			自宅: 携帯:
			自宅: 携帯:
			自宅: 携帯:
			自宅: 携帯:



## 写真を貼っておきましょう

人工呼吸器と回路の接続

人工呼吸器と外部バッテリー等の接続

※避難時、このページを切り取って、玄関など外から確認しやすい場所に貼り付けておきましょう。

# この家の住居人、

(氏名)

は、

□月□日より

(避難先名称)

(避難先住所)

(連絡先)

に、

**避難中です。**

(特記事項)

切  
り  
取  
り

特定医療費(指定難病)等受給者のみなさんへ  
いざという時のために

# 災害に備えて

- ⊗ 地震・水害などの災害はいつおこるかわかりません。
- ⊗ 大規模な災害時は、電気・ガス・水道などのライフラインが途絶えたり、家屋の倒壊や家具の転倒などにより医療機器が壊れるなどの事態が予測されます。
- ⊗ 災害時、本人や家族の方は、普段できることができなくなってしまうことがあります。
- ⊗ 災害が起きた時、落ち着いて対応するためには、日頃からの備えが大切です。
- ⊗ このチラシは日頃から準備すべきことや、災害に備えるポイントをまとめています。いざという時のために、ご自身で必要な物品を確認し災害に備えましょう。



滋賀県

平成 29 年度改訂版

# 過去の震災体験から学ぼう！

平成 23年 3 月 11 日に発生した東日本大震災は、国内観測史上最大のマグニチュード 9.0 を記録し、甚大な被害をもたらしました。難病の患者やご家族の方々も大きな被害にあわれました。過去の大きな地震で患者や家族の方々がどのようなことに困ったかをご紹介します。

## 避難できずに困った！

- ・余震が来ても本人が起きてくれずに外に出ることができず、家が壊れそうで怖かった。動くこともできないのでベッドの上で揺れがおさまるのを待つだけだった。このまま家の下になって2人で死んでも仕方がないと思った。
- ・足が悪いので松葉杖で避難するのが大変だった。
- ・家族がいてくれたので大丈夫だったが、もし一人でいる時だったら避難もままならないのでは・・・と思った。



## トイレが困った！

- ・しばらくの間、水が出なくてトイレが使えず、お腹が痛くて大変困った。どうしても仮設トイレが使えず、かなりのストレスでした。

## 停電で困った！

- ・電動リフトが停電で動かず外に出られない。
- ・地震と同時に停電したので在宅での医療介護機器すべて使えなくなった。震災後に災害に備えて小型発電機を購入した。
- ・被害の有無が分からない。一人で外出できない。



## 避難生活で困った！

- ・息子の家に避難したが、環境が変わったせいでショックから歩行ができなくなり、車いすの生活になりました。

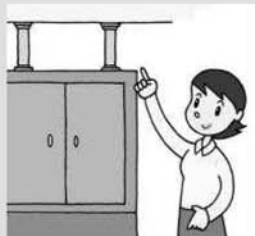
(新潟県柏崎保健所 患者家族から聞き取りより)

### 【参考】過去の地震におけるライフラインの被害状況

	東日本大震災（平成 23 年 3 月 11 日）	熊本地震（平成 28 年 4 月 14 日）
電気（停電）	約 8 5 0 万戸（概ね 6 日で復旧）	約 4 7 万 7 千戸（概ね 6 日で復旧）
ガス（停止）	約 2 0 8 万戸（概ね 3 6 日で復旧）	約 1 0 万 5 千戸（概ね 1 6 日で復旧）
水道（断水）	約 2 2 9 万戸（概ね 2 2 日で復旧）	約 4 4 万 6 千戸（概ね 7 日で復旧）

(内閣府ホームページを元に作成)

# 災害に備えるポイント



## ● 部屋の安全点検と対策

地震によって家具等が倒れてきてけがをしないように、大きな家具は固定をしておくほか、寝室には家具を置かない等、家具やベットの配置等も工夫しましょう。

## ● 避難場所、避難ルート、連絡方法の確認

地域の避難場所や移動手段等について、普段からお住まいの市町の広報・情報等で確認したり家族と相談しておきましょう。

また、家族との連絡の取り方や災害伝言ダイヤルの使い方を確認しておきましょう。連絡先リストは目のつくところに置いておきましょう。



## ● 緊急時対応の相談

緊急時の対応については、あなたの支援者（主治医、介護支援専門員など）と日頃からよく相談しておきましょう。



## ● 日頃から隣近所の協力体制

災害時頼りになるのは、ご家族とご近所の方々です。ご家族のみで避難が困難な方は、自主防災組織や隣人の方の支援が受けられるように事前に依頼しておきましょう。

## ● 医療処置、特殊なお薬の準備

医療処置が必要な方は、医療用具や衛生材料の予備を7日分準備しておきましょう。

普段内服している薬・栄養剤等は、最低3日分（可能なら5～7日分）を用意し、お薬手帳とともに非常時に持ち出せるよう準備をしておきましょう。（※急に内服を中断すると副作用が出たり、症状が悪化することがあります）



## ● 医療機器の停電対策

電気を使う医療機器（人工呼吸器・吸引器等）を使用されている場合は、災害直後では、避難されるまで、予め準備しているバッテリーを使用されることとなります。



バッテリーの有無や運転可能時間を事前に医療機器メーカーの担当者や訪問看護師に確認し、バッテリーを常に充電しておきましょう。また外部バッテリーや自家発電機を用意しておくことも検討しましょう。

# 災害対策は、日頃の備えが大切です

災害時は、想定しなかった事態も起こります。

電気やガスなどのライフラインの被害のほか、行政や医療機関も被害を受ける可能性があります。その機能の回復には3日間程度が予想されます。

そのため災害に備えた物品は最低3日間程度を目安に用意しておきましょう。

<p><b>基本的な 持出品</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>現金、印鑑、通帳、保険証など。 → いつでも持ち出せるよう決まった場所にしまいましょう。</li> <li>10円硬貨（公衆電話に利用できます）</li> <li>飲料水（ペットボトル）・懐中電灯、携帯ラジオ</li> <li>衣類（下着やセーター、ジャンパー類）</li> <li>軍手、ヘルメット（帽子）など</li> </ul>	
<p><b>病気に関する 持出品</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>特定医療費（指定難病）等医療受給者証（コピーでも可）</li> <li>薬とお薬手帳</li> <li>薬を飲むための飲料水（ペットボトル）</li> <li>処置などに必要な物品</li> </ul>	

☆その他、ご自身の状態にあわせて必要な物品を事前に用意しておきましょう。

## 避難準備情報がでたら、早く行動に移しましょう！

医療処置・医療機器等の必要な方で、災害時の対応について不安な場合は、お住まいの市町担当課または、最寄りの保健所までご相談ください。

保健所	住所	電話番号
大津市保健所	大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津1階	077-522-6766
草津保健所	草津市草津3丁目14-75	077-562-3534
甲賀保健所	甲賀市水口町水口6200	0748-63-6148
東近江保健所	東近江市八日市緑町8-22	0748-22-1300
彦根保健所	彦根市和田町41	0749-21-0283
長浜保健所	長浜市平方町1152-2	0749-65-6610
高島保健所	高島市今津町今津448-45	0740-22-2419