



気象安全 高齢者向け

災害に対する具体的なニーズがあるかもしれません。
今すぐ準備する時間をとってください。

家族または家族と計画を立て、次の質問について話し合うことから始めます：

- ➔ あなたはどのようにして救命警報や警告を受け取るのですか？
- ➔ あなたはどこに避難しますか？
- ➔ 自宅以外の場所にある場合は、どうやって避難所に行きますか？
- ➔ 公共交通機関を中継する場合、そのサービスが中断されたらどうしますか？
- ➔ 食事の宅配便が届かない場合はどうしますか？
- ➔ あなたは家族とどのようにコミュニケーションをとりますか？



避難所までの移動に手助けが必要な場合は、移動手段を計画する。



医薬品、医療品、電池、充電器などを非常用持ち出し品に必ず入れておくこと。



避難所での支援用具の携帯方法を計画してください。



メディケイド、メディケア、その他の保険証などの重要書類のコピーを取る。

緊急キットを用意する

食品、水、応急処置、衣類などの基本的な材料は必ず救急箱に入れてください。

キットはニーズに合わせてカスタマイズする必要がありますが、次の点を考慮してください：



- 少なくとも3日間の薬の供給はある。冷たさを保つ必要がある場合は、クーラーやアイスパックを用意してください
- 正確な名前と用量、薬局の連絡先情報、医師の名前を含むすべての薬のリスト
- フルネーム、信頼できる家族や介護者の連絡先、食べ物や薬に対するアレルギーを含むIDバンド
- 予備バッテリー付き補聴器
- メガネまたはコンタクトソリューションとの接触
- 追加バッテリー付き医療用品
- 型番や販売元を含む医療機器（車椅子、歩行者、酸素など）に関する情報
- 医療保険証のコピー
- 写真IDのコピー
- 必要に応じて、弁護士の特権および / または医療権限に関する文書



ready.gov/ja/older-adults にアクセスして、独自の計画を作成してください

