

持ち出し品チェックリスト

がん治療中の方が災害時に備える「医療用持ち出し袋」を中心としたチェックリストです。普段からすぐ持ち出せる場所にひとまとめにしておきましょう。

持ち出し袋の保管場所 _____ 最終確認日 _____

医療用持ち出し品

- ☐ お薬手帳・医療情報カードのコピー
- ☐ 現在服用中の薬（最低1週間分、できれば2週間分）
- ☐ 予備の処方箋・お薬の説明書
- ☐ 体温計
- ☐ マスク
- ☐ 消毒用品・ガーゼ・テープ
- ☐ 保険証・診察券のコピー
- ☐ モバイルバッテリー

治療内容に応じて（該当する方のみ）

- ☐ ストーマ装具・面板（最低1週間分）
- ☐ CVポート関連用品（ヘパリンロック等の必要物品）
- ☐ 在宅酸素関連用品・予備バッテリー／酸素ボンベ
- ☐ 痛み止めなど、毎日欠かせない薬の予備
- ☐ 制吐剤・整腸剤などの補助薬

あわせて確認したい一般防災用品

- ☐ 飲料水・食料（すぐに食べられるもの）
- ☐ 懐中電灯・携帯ラジオ
- ☐ 現金・身分証明書のコピー
- ☐ 衣類・タオル・携帯トイレ

ご自身で追加したい項目

- ☐
- ☐
- ☐

※ 薬は「切れそうになってから」ではなく、「常に予備がある状態」を保つことが大切です。次回の受診時に、主治医へ災害時用の予備処方についてご相談ください。

本資料は一般的な情報提供を目的とした記入式テンプレートであり、医学的助言ではありません。治療に関する判断は必ず主治医・医療機関にご相談ください。

参考：IROHA「震度7の地震に備えて がん患者さんと家族が今すぐ確認したい災害対策」