

プラザ防災だより 11月号

2025年(令和7年)10月31日 No. 40

発行: ポートピアプラザ管理組合 消防・防犯担当

編集: 防災対策委員会

●防災ひとくちメモの解説

常備薬は1週間分程度の予備を残しておきましょう。

お薬手帳は災害時の命綱に！

お薬手帳の活用で、処方箋なしでも薬局で薬を受け取れる特例が認められる場合があります。

スマートフォンのお薬手帳アプリもご活用ください。

●持病の薬の備え

高血圧や糖尿病、心臓病などの慢性疾患で薬を飲んでいる方は、薬が足りなくなると命に係わる事もあります。

持病の薬は、非常用に3日分を準備しておくといいでしょう。
できれば7日分あると、より安心です。

出展: 日本医師会

【健康ふらざ No. 534】



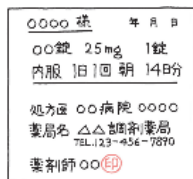
●「薬の情報」について

- ・災害時、お薬手帳がすぐに見つからない場合に備えて、薬の情報を準備しておきましょう！

○お薬手帳



○処方シール



○薬剤情報提供書



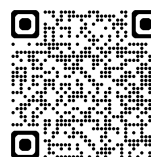
○上記「処方シール」「薬剤情報提供書」の写真
服用しているお薬そのものの写真



※撮影した写真は、家族や親せきにも共有し、
情報を管理してもらいましょう

出展: 「災害に困らないために・・・
地震など万一のときに備えよう！」

自分のできる「薬の情報」管理 Ver. 3」



●10月の地震発生状況

国土交通省 気象庁ホームページから引用

震度5強以上の地震は発生しませんでした。



●プラザ防災対策委員会ホームページ

<https://bousai-kpp.net>

