

災害時における透析医療
確保に関する行動指針
(資料編)

平成28年3月作成
(令和8年3月更新)
練馬区

資料編 目次

- (1) 区内透析医療機関一覧 P1
- (2) 透析患者搬送団体（協定締結団体）一覧 P3
- (3) 災害時の安否確認サービス等について P4
- (4) 災害時の食事について P6
- (5) 災害時透析患者カード P8

(1) 区内透析医療機関

令和8年3月現在

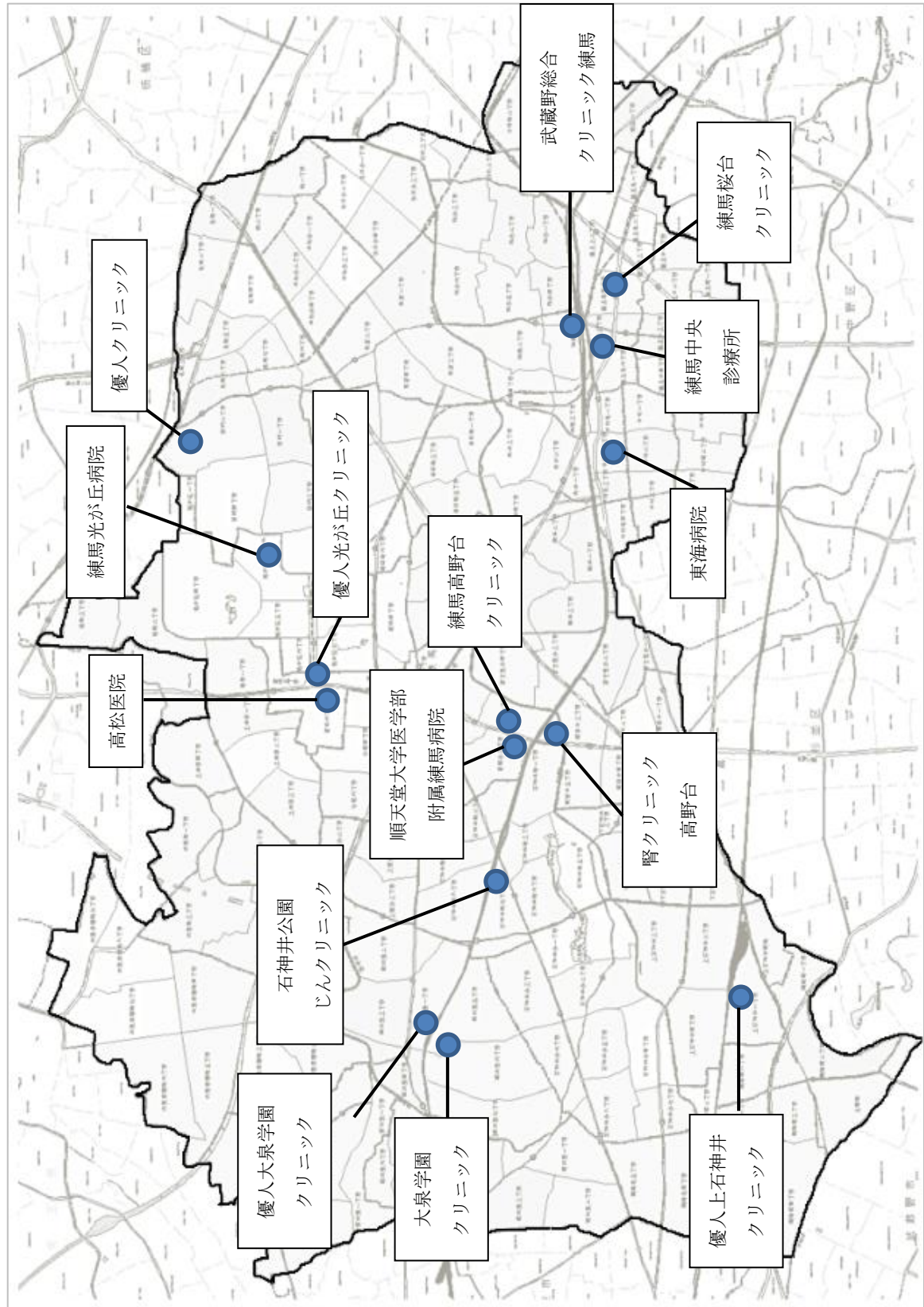
NO	名称	所在地	電話番号	FAX番号
1	武蔵野総合クリニック練馬	練馬 1-26-1	5903-3630	3993-7016
2	練馬桜台クリニック	豊玉北 4-11-9	5999-0723	5999-0823
3	練馬中央診療所	豊玉北 5-32-8	3991-9655	3991-4437
4	東海病院	中村北 2-10-11	3999-1131	3999-7027
5	腎クリニック高野台	高野台 1-3-7	5910-3121	5910-3123
6	練馬高野台クリニック	高野台 1-8-15	5372-6151	5393-2320
7	順天堂大学医学部附属練馬病院 (導入透析)	高野台 3-1-10	5923-3111	5923-3221
8	石神井公園じんクリニック	石神井町 7-2-5	3995-0725	3995-0724
9	優人上石神井クリニック	上石神井 1-13-13	3993-7015	5903-3631
10	優人大泉学園クリニック	東大泉 1-28-7	3867-5510	3867-5520
11	大泉学園クリニック	東大泉 5-40-24	5947-5681	5905-2355
12	練馬光が丘病院 (導入透析)	光が丘 2-5-1	3979-3611	3797-3787
13	優人クリニック	田柄 2-52-10	5383-6760	5383-6761
14	優人光が丘クリニック	高松 5-11-26	6915-9072	6915-9073
15	高松医院	高松 6-4-23	3997-1171	3995-5719

※ 本行動指針への掲載に承諾をいただいた透析医療機関を掲載しています。

※ 施設の掲載順は郵便番号順（同一郵便番号内は住所順）であり、医療機関の役割、規模等を示すものではありません。

※ No7・12は、救急医療を優先する災害拠点病院に指定されているため、災害時は原則として透析を受けることはできません。

区内透析医療機関配置図



(2) 災害時における透析患者搬送に関する協定締結団体一覧

ア 透析患者搬送団体

NO	名称	所在地	電話番号
1	通院移送センタータンポポ	豊玉北 4-12-13	6751-7372
2	練馬高野台クリニック	高野台 1-8-15	5372-6151
3	石神井公園じんクリニック	石神井町 7-2-5	3995-0725
4	優人上石神井クリニック	上石神井 1-13-13	5903-3630
5	優人大泉学園クリニック	東大泉 1-28-7	3867-5510
6	大泉学園クリニック	東大泉 5-40-24	5947-5681
7	優人クリニック	田柄 2-52-10	5383-6760
8	優人光が丘クリニック	高松 5-11-26	6915-9072
9	高松医院	高松 6-4-23	3997-1171

イ 練馬区透析患者送迎協議会

NO	名称	所在地	電話番号
1	通院移送センタータンポポ	豊玉北 4-12-13	6751-7372
2	有限会社虹	南大泉 4-49-33	6761-0028
3	ケアサポートあおぞら	三原台 2-9-21	080-4120-0042
4	ケア・タクシー RYO	中村 2-6-8-108	080-8427-7601
5	株式会社友の樹	大泉学園町 6-18-36	3923-2034 090-4050-3223
6	ケアタクシーコム	大泉町 3-31-38-102	070-4534-5090
7	有限会社東洋企画	早宮 1-43-2	0120-41-9179

※ 施設の掲載順は郵便番号順（同一郵便番号内は住所順）であり、施設の役割、規模等
を示すものではありません。

(3) 災害時の安否確認サービスについて

サービスの詳細については、サービス提供者のホームページ等をご確認ください。

また、東京都防災ホームページに、各サービスへのリンクをまとめたページがあります。

<東京都防災ホームページ>

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/link/1000028/index.html>



【各通信事業者が提供する災害時の安否確認サービス】

- ・NTT東日本 災害用伝言ダイヤル（171）
- ・NTT東日本 災害用伝言板（web171）
- ・NTTドコモ 災害用安否確認
- ・au 災害用伝言板サービス
- ・ソフトバンク 災害用伝言板
- ・ワイモバイル 災害用伝言板サービス

【SNS（ソーシャル・ネットワーキング・システム）】

普段からSNSを利用している方は、災害時には安否確認手段としても活用できます。※以下は一例になります。

- ・X（旧Twitter）
- ・Instagram
- ・Facebook
- ・mixi

【東京都防災アプリ】

「安否連絡」機能により、家族や友人に安否情報や現在の位置情報などを連絡することができます。

事前に自分と家族の情報を登録しておけば、素早く安否連絡を取ることができます。

MEMO

(4) 災害時の食事について

いざという時の「食」に備えて ～家庭での備蓄のポイント～

大きな災害が発生し、物流機能が停止した場合、スーパーマーケットやコンビニの店頭で食品が手に入りにくくなります。また、電気・水道・ガスなどのライフラインが停止した場合、日常生活とはかけ離れた環境で生活しなければなりません。そんな時、いつもと変わらない、温かく栄養バランスのとれた食事があれば、心と体が満たされます。いざという時でも自分や家族を守り、心身の健康を保つことができるよう、必要な備えを進めましょう。

最低3日分、できれば7日分家族みんなの水や食品を備蓄しよう

乳幼児、妊産婦、高齢者、食べる機能が弱くなった方、慢性疾患の方、食物アレルギーの方など、食事に特別な配慮が必要な方は、少なくとも2週間分を備蓄することが推奨されます。

～備蓄食品を選ぶ時のポイント～

日頃から食べるもので備蓄をする

主に災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常で使用し、災害時にも使えるものを「ローリングストック」としてバランスよく備えることが大切です。

簡単！「ローリングストック」

「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭に備蓄されている状態を保つための方法です。



家庭に合った備蓄量を知りたい方はこちら

東京備蓄ナビ事務局
東京備蓄ナビ



栄養バランスや家族の好みを考えて、家庭に合った備蓄をする

主食 エネルギー源になるもの
まずはエネルギー供給できるものを



ごはん・パン・めんなど

主菜 たんぱく質を多く含むもの
発災直後は炭水化物に偏りがち



肉・魚・大豆製品・卵など

副菜 身体の調子を整えるもの
災害時は便秘や口内炎等に注意が必要



野菜・海藻・きのこなど

まずは主食・主菜・副菜をそろえることを意識し、果物（缶詰・100%ジュース）や乳製品（スキムミルク・粉チーズ）、調味料や嗜好品などもいつも食べるもので準備してみましょう。

備蓄食品の選び方をもっと詳しく知りたい方はこちら

農林水産省
災害時に備えた食品ストックガイド



水や食品以外にも！

食品を調理する時や食べる時に使用する使い捨ての食具・食器、ラップ、ポリ袋、缶切り、キッチンバサミ、カセットコンロ、鍋、おたまなども準備出来ると良いでしょう。

また水や食料とともにトイレも必要です。トイレが使えなくて我慢していると、食べることも、水を飲むことも控えてしまいます。食品や調理用品だけでなく、簡易トイレ等も備えましょう。

～災害のための備蓄も、いつもの食事、大切なのはやっぱり主食・主菜・副菜がそろった食事です～

小さなお子さんから高齢者まで、心身の健康を保つ食事のポイントは、**主食・主菜・副菜がそろった食事を1日3回食べる**ことです。

日頃からバランスのとれた食事を心がけていると、家庭での備蓄を考える時にも、主食・主菜・副菜をイメージしやすくなります。まずは日頃の食事から意識してみましょう。



赤ちゃんから大人まで、健康に暮らすための食生活についての情報や講演会の紹介など、ねりまの食育に関する情報が知りたい方はこちら

練馬区公式 HP
ねりまの食育



0歳の赤ちゃんや、1～2歳ごろの幼児がいる家庭はこんなものをプラスして準備しよう

育児用ミルク

MILK



普段は母乳を飲んでいる場合でも、母乳を十分に与えられない状況に備えて、粉ミルクや液体ミルクを準備しておきましょう。ミルクをあげるための哺乳瓶も準備しておくことで、災害時に役立ちます。調乳用に飲料水も多めに準備しておきましょう。

離乳食



災害発生時にライフラインが停止すると、調理出来ないことが想定されます。瓶詰めやレトルトの離乳食を少なくとも2週間分準備しましょう。ローリングストックをしながら、月齢に合ったものを準備出来るようにしましょう。

離乳完了期以降は…

1歳以降で家族と同じ食事をとれるようになってきている場合には、前ページを参考にしながら栄養バランスや好みを考えて準備しましょう。缶詰やレトルト食品は、日頃から食べ慣れておくとういでしょう。

災害時のミルクの作り方
コップで飲む方法を知りたい方はこちら

日本栄養士会 赤ちゃん防災プロジェクト
災害時に乳幼児を守るための栄養ハンドブック



食物アレルギーの人がいる家庭はこんなものをプラスして準備しよう



アレルギー対応食品



アレルギー対応食品などの特殊栄養食品は、災害時には手に入りにくくなります。ローリングストックをしながら、少なくとも2週間分準備しておくことが推奨されます。定期的に賞味期限や破損などをチェックしましょう。

食物アレルギーを知らせる札

食物アレルギーがあることを他者に知らせることも大切です。食物アレルギーサインプレートやビブスなど、除去食品を明記できるものを準備しましょう。



緊急薬など

(EpiPen)

アレルギー症状が出た時の薬（エピペン®・抗ヒスタミン薬など）は、普段携帯しているものをすぐに持ち出せるように保管場所を工夫しましょう。そのほか、食物アレルギー緊急時対応マニュアル（環境再生保全機構HPよりダウンロードできます）や受診に必要なものも併せて確認しておきましょう。

災害時のアレルギー疾患への対応をもっと知りたい方はこちら

厚生労働省・日本アレルギー学会
アレルギーポータル 災害時の対応



高齢者がいる家庭はこんなものをプラスして準備しよう

高齢者がいる家庭での備えは、一般家庭の備えとそれほど大きな違いはありません。前ページを参考にしながら、栄養バランスや好みを考えて準備をしましょう。缶詰やレトルト食品は、日頃から食べ慣れておくことや、試食してお気に入りのものを見つけておくことも大切です。

食べる機能（かむこと・飲み込むこと）が弱くなった人や、栄養状態が良くない人などを対象とした介護食品や、お茶やスープなどにとろみをつけることが出来るとろみ調整食品などもあります。災害時に避難所で肺炎が流行するのは、誤嚥性肺炎によるものが多いことが分かってきました。家庭の状況に応じて、介護食やとろみ調整食品なども備えておきましょう。

入れ歯も忘れずに！



高齢者がいる家庭での備蓄をもっと知りたい方はこちら

農林水産省
要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド



慢性疾患の人がいる家庭はこんなものをプラスして準備しよう

糖尿病などの代謝性疾患や、高血圧、腎臓病などの慢性疾患の人は、災害時にライフラインや物流がストップした場合でも、医師が処方した食事療法を普段と同じように継続するための備えを工夫しましょう。1日3回食べる、よく噛んで食べる、主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスの良い食事を心がける、食塩やアルコールを控える、ストレスを溜めない、肥満に気を付けるなどが大事です。また、日頃から自分の身体の状態や服薬状況を把握し、食事などをコントロールして体調を整えておくことで、災害時にも自分の命を守ることができます。心配なことがある場合には、主治医にも相談し、対応を考えておきましょう。

慢性疾患の人がいる家庭での備蓄をもっと知りたい方はこちら

農林水産省
要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド



令和6年（2024年）3月改訂 練馬区健康部 保健相談所

(5) 災害時透析患者カード（抜粋）

災害時透析患者カード

東京都は、「災害時における透析医療活動マニュアル」の一部を「災害時透析患者カード」として抜粋しました。全文は、東京都福祉保健局疾病対策課ホームページで閲覧、印刷できます。

氏名		生年月日	電話
		S・H 年 月 日	
自宅 住所	〒		
緊急 連絡 先	氏名 続柄		
	住所 ☎ メール		
透析 施設	施設名		
	住所 ☎ メール		



東京都福祉保健局

◆ホームページアドレス

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/koho/books.html>

◆問い合わせ先

東京都福祉保健局保健政策部疾病対策課

☎ 03-5320-4471

※電話が繋がらないときは、NTT災害用伝言ダイヤル（171）を利用しましょう。

◆◇◆平常時の心得◆◇◆

■いつも飲んでいる薬を書きとめ、できれば覚えておきましょう。

避難中も欠かさず飲むべき薬はどれか主治医に尋ね、予備薬を準備しておきます。

①	②	③
④	⑤	⑥
◇薬剤アレルギー	有・無	ある場合
◇インスリン	有・無	
インスリンの種類と単位は？		
朝		昼
夕		寝る前
その他の使用法		

■自宅付近と透析施設付近の避難所の場所と行き方を確かめ、家族にも知らせておきます。

◇自宅付近の避難場所

()

◇透析施設付近の避難場所

()

■通院中の透析施設の被災時に備えて、代わりの医療機関を把握しておきましょう。

	医療機関名	電話番号
◇自宅周辺	()	☎ ()
◇親戚・知人宅	()	☎ ()
◇職場周辺	()	☎ ()
◇その他	()	☎ ()

■透析施設と連絡がとれない時の情報手段

◇区市町村防災担当窓口 ☎ ()

◇保健所 ☎ ()

◇東京腎臓病協議会 ☎ (03-3944-4048)

◇N T T 災害用伝言ダイヤル ☎ (1 7 1)

◇携帯電話災害用伝言板

携帯電話各社のサービスを御確認下さい。

◇N T T 災害用ブロードバンド伝言板

(w e b 1 7 1)

(<https://www.web171.jp/>)

◇東京都区部災害時透析医療ネットワーク
(23 区)

(<http://www.tokyo-hd.jp/index.php>)

◇三多摩腎疾患治療医会災害時ネットワーク
(多摩地区)

(<http://santama.saigai-touseki.net/index.html>)

◇日本透析医会災害時情報ネットワーク

(<http://www.saigai-touseki.net/>)

◆◇◆データ◆◇◆

【透析に必要なデータ】

透析に至った原疾患（糖尿病、慢性腎炎、その他）
透析導入年月日 昭和・平成 年 月 日
血液型（ 型 Rh ） 目標体重（ドライウェイト）（ kg）
透析曜日（ ） 透析時間（ ）
透析器（ ）（膜面積 m²）
血流量（ ml/min）
穿刺部位（ 右 ・ 左 ）（ 上腕 ・ 前腕 ・ その他 ）
抗凝固剤（ ）
注射薬の投与（ ）
禁忌薬（ ）
合併症（ ）
透析中の血圧低下（ 有 ・ 無 ）
透析中の問題点：
通常時の心胸比（ %）

【検査データ】

(常に新しいものに書き換えましょう。)

平成 年 月 日現在

	透析前	透析後	ヘモグロ ビン	g/dl
血圧 (mmHg)	/	/	血糖値	mg/dl
尿素窒素 (BUN)	mg/dl	mg/dl	HbA1c	%
クレアチニン (Cr)	mg/dl	mg/dl	AST (GOT)	IU/l
カリウム (K)	mEq/l	mEq/l	ALT (GPT)	IU/l
カルシウム (Ca)	mg/dl		HBs 抗原	+ -
リン (P)	mg/dl		HCV 抗体	+ -

メモ欄

練馬区 災害時における透析医療確保に関する行動指針

平成28年3月作成

令和8年3月更新

編集・発行 練馬区 地域医療担当部 地域医療課

所在地 〒176-8501 東京都練馬区豊玉北6-12-1

電 話 03-3993-1111（代表）

F A X 03-5984-1211