

## 7 医療関係

## 1 災害医療救護所設置予定場所

### (1) 緊急医療救護所設置場所

(令和3年12月現在)

病院名	住 所	災害拠点病院又は 災害拠点連携病院の別	
東邦大学医療センター大森病院	大田区大森西 6-11-1		拠点
大森赤十字病院	大田区中央 4-30-1		拠点
東京労災病院	大田区大森南 4-13-21		拠点
荏原病院	大田区東雪谷 4-5-10		拠点
池上総合病院	大田区池上 6-1-19		拠点
JCHO東京蒲田医療センター	大田区南蒲田 2-19-2		連携
大田病院	大田区大森東 4-4-14		連携
牧田総合病院	大田区西蒲田 8-20-1		連携
東京蒲田病院	大田区西蒲田 7-10-1		連携
松井病院	大田区池上 2-7-10		
田園調布中央病院	大田区田園調布 2-43-1		
東急病院	大田区北千束 3-27-2		
目蒲病院	大田区下丸子 3-23-3		
本多病院	大田区東矢口 1-17-15		
渡辺病院	大田区羽田 1-5-16		

緊急医療救護所は、概ねフェーズ0～1(発災直後～72時間)の段階で、上記施設の敷地内又は近隣に設置し、病院から地域医療関係者がトリアージと軽症者の治療を引継ぎ、その後に運び込まれた傷病者にも同様の対応を行う。

### (2) 軽症者救護所設置場所

(令和3年12月現在)

学校名	住 所	備考
入新井第一小学校	大田区大森北 4-6-7	改築工事期間中は、 学校前の道路(グリーンベルト)を使用
馬込小学校	大田区南馬込 1-34-1	
東調布中学校	大田区田園調布南 29-15	
六郷中学校	大田区仲六郷 3-11-11	

軽症者救護所は、概ねフェーズ0～1(発災直後～72時間)の段階で、上記施設の敷地内又は近隣に設置し、軽症者の治療、トリアージ(病院への搬送を要する場合)を行う。

**(3) 医療救護所設置場所候補施設**

(令和3年12月現在)

学 校 名	所 在 地	電 話	F A X	特別出張所名
大森第四小学校	大森南 3-18-26	3741-4265	3741-4266	大森東
開桜小学校	大森西 2-26-3	3762-6538	3762-6539	大森西
入新井第一小学校	大森北 4-6-7	3762-6428	3762-6429	入新井
馬込小学校	南馬込 1-34-1	3773-3965	3773-3964	馬 込
大森第四中学校	池上 1-15-1	3753-7500	3753-7501	池 上
入新井第二小学校	中央 2-15-1	3773-3978	3773-3970	新井宿
東調布中学校	田園調布南 29-15	3750-4275	3750-4287	嶺 町
田園調布小学校	田園調布 2-31-16	3721-8907	3721-8908	田園調布
東調布第三小学校	南久が原 2-17-1	3750-2260	3750-2280	鵜の木
久原小学校	久が原 4-12-10	3753-9411	3753-9412	久が原
小池小学校	上池台 2-22-7	3729-5101	3729-5102	雪 谷
赤松小学校	北千束 2-35-8	3729-0986	3729-0947	千 束
糀谷中学校	西糀谷 3-6-23	3744-2661	3744-2668	糀 谷
出雲中学校	本羽田 3-4-15	3744-2331	3744-2332	羽 田
六郷中学校	仲六郷 3-11-11	3732-9338	3732-9339	六 郷
矢口西小学校	下丸子 1-7-1	3759-9621	3759-9622	矢 口
矢口東小学校	東矢口 3-9-20	3732-9625	3732-9626	蒲田西
蒲田小学校	蒲田 1-30-1	3732-8317	3732-8319	蒲田東

医療救護所は、概ねフェーズ2以降(発災後72時間以降)の段階において、上記を候補として、区内の被災状況や地域の医療機関の復旧状況などを踏まえ、「緊急医療救護所の継続」「外部支援部隊による巡回診療」「学校等への医療救護所の開設」を適宜、組み合わせて適切に対応していく。

**(4) 医療救護活動拠点設置場所**

(令和3年12月現在)

設 置 場 所	所 在 地	電 話	F A X
大田区役所本庁舎	蒲田 5-13-14	5744-1264	5744-1523

医療救護活動拠点は、医療救護活動を一元的に把握し円滑に行うため、定期的に医療救護関係者が集まり、情報共有を行う場として設置するものである。

## 2 歯科医療救護所設置予定場所

(令和3年12月現在)

No.	設置予定場所	所在地	電話	F A X	歯科医師会名
1	社会福祉法人池上長寿園大森	大森西 1-16-18	5471-2701	5471-2701	大森
2	社会福祉法人池上長寿園池上	仲池上 2-24-8	5700-1235	5770-0039	大森
3	社会福祉法人池上長寿園羽田	本羽田 3-23-45	3745-5351	3745-5886	蒲田
4	大田区立特別養護老人ホーム 糀谷	西糀谷 2-12-1	3745-3001	3745-3036	蒲田
5	大田区立特別養護老人ホーム 蒲田	蒲 田 2-8-8	5710-0780	5710-0820	蒲田
6	大田区立特別養護老人ホーム たまがわ	下丸子 4-23-1	5732-1021	5732-1024	蒲田
7	大森歯科医師会館	池 上 4-19-7	3754-8648	3755-0307	大森
8	蒲田歯科医師会館	新蒲田 1-4-14	3735-1004	3737-0378	蒲田
9	新東京歯科衛生士学校・ 新東京歯科技工士学校	大森北 1-18-2	3763-2200	3762-5673	大森

### 3-1 災害拠点病院

(令和3年12月現在)

名 称	所 在 地	電話番号	備考
東邦大学医療センター大森病院	〒143-8541 大田区大森西 6-11-1	3762-4151	救急告示
大森赤十字病院	〒143-8527 大田区中央 4-30-1	3775-3111	救急告示
東京労災病院	〒143-0013 大田区大森南 4-13-21	3742-7301	救急告示
荏原病院	〒145-0065 大田区東雪谷 4-5-10	5734-8000	救急告示
池上総合病院	〒146-8531 大田区池上 6-1-19	3752-3151	救急告示

### 3-2 医療機関近接ヘリコプター緊急離着陸場

災害拠点病院	ヘリコプター緊急離着陸場 候補地	所在地	現況
東邦大学医療センター 大森病院	大田スタジアム	大田区東海 1-2-10	野球場
大森赤十字病院	大田区立平和島公園運動場	大田区平和島 4-2-2	グラウンド
荏原病院	荏原病院ヘリポート	大田区東雪谷 4-5-10	屋上施設
東京労災病院	東京労災病院ヘリポート	大田区大森南 4-13-21	屋上施設
池上総合病院	区民広場（西六郷3丁目）	大田区西六郷 3-13 先 多摩川左岸	河川敷

#### 4 災害拠点連携病院

(令和3年12月現在)

名 称	所 在 地	電話番号	備 考
JCHO東京蒲田医療センター	〒144-0035 大田区南蒲田2-19-2	3738-8221	救急告示
牧田総合病院	〒144-0051 西蒲田8-20-1	6428-7500	救急告示
東京蒲田病院	〒144-0051 大田区西蒲田7-10-1	3733-0525	救急告示
大田病院	〒143-0012 大田区大森東4-4-14	3762-8421	救急告示

#### 5 災害医療支援病院

(令和3年12月現在)

名 称	所 在 地	電話番号	備考
松井病院	〒146-0082 大田区池上2-7-10	3752-1111	救急告示
田園調布中央病院	〒145-0071 大田区田園調布2-43-1	3721-7121	救急告示
東急病院	〒145-0062 大田区北千束3-27-2	3718-3331	救急告示
本多病院	〒146-0094 大田区東矢口1-17-15	3732-2331	救急告示
渡辺病院	〒144-0043 大田区羽田1-5-16	3741-0223	救急告示
目蒲病院	〒146-0092 大田区下丸子3-23-3	3759-8888	
蒲田リハビリテーション病院	〒143-0015 大田区大森西4-14-5	5767-7100	
大森山王病院	〒143-0023 大田区山王3-9-6	3775-7711	
昭和大学歯科病院	〒145-0062 大田区北千束2-1-1	3787-1151	
東京ちどり病院	〒146-0083 大田区千鳥2-39-10	3758-2671	
南晴病院	〒144-0035 大田区南蒲田1-5-15	3734-0805	
牧田リハビリテーション病院	〒144-0051 大田区西蒲田4-22-1	5748-5020	
若葉眼科病院	〒144-0052 大田区蒲田4-22-11	3734-6651	
糞谷病院	〒144-0035 大田区南蒲田3-3-15	3745-2354	
高野病院	〒144-0033 大田区東糞谷3-3-24	3741-0011	
新京浜病院	〒143-0013 大田区大森南1-2-19	3745-3631	
京浜病院	〒143-0013 大田区大森南1-14-13	3741-6721	

## 6 人工透析対応医療機関

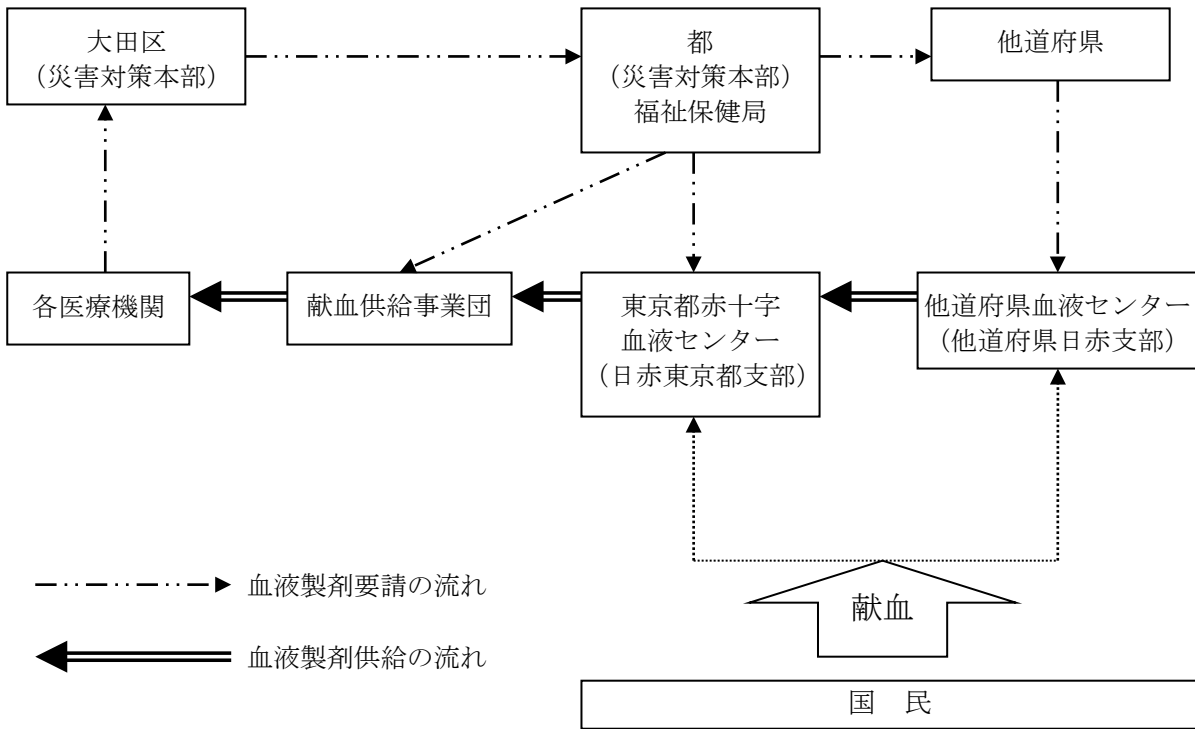
(令和3年12月現在)

名 称	所 在 地	電話番号	備考
東邦大学医療センター大森病院	〒143-8541 大田区大森西6-11-1	3762-4151	幹事
大森山王病院	〒143-0023 大田区山王3-9-6	3775-7711	幹事
大田病院	〒143-0012 大田区大森東4-4-14	3762-8421	
東京労災病院	〒143-0013 大田区大森南4-13-21	3742-7301	
牧田総合病院	〒144-0051 西蒲田8-20-1	6428-7500	
松井病院	〒146-0082 大田区池上2-7-10	3752-1111	
池上総合病院	〒146-8531 大田区池上6-1-19	3752-3151	
大森赤十字病院	〒143-0024 大田区中央4-30-1	3775-3111	
東急病院	〒145-0062 大田区北千束3-27-2	3718-3331	
東京蒲田病院	〒144-0051 大田区西蒲田7-10-1	3733-0525	
JCHO東京蒲田医療センター	〒144-0035 大田区南蒲田2-19-2	3738-8221	
京浜病院	〒143-0013 大田区大森南1-14-13	3741-6721	
すずき内科クリニック	〒144-0045 大田区南六郷2-34-1	5710-2311	
千葉医院	〒143-0016 大田区大森北5-12-10	3761-8841	
長原三和クリニック	〒145-0064 大田区上池台1-1-6	3785-2602	
雪谷三和クリニック	〒145-0066 大田区南雪谷2-3-10	3748-5614	
池上クリニック	〒146-0082 大田区池上6-14-3	5747-0661	
大森邦愛クリニック	〒143-0015 大田区大森西6-9-12	3763-6444	
蒲田南口腎クリニック	〒144-0051 大田区西蒲田8-4-5	5744-3215	
蒲田駅前クリニック	〒144-0052 大田区蒲田5-44-5	5714-0608	
羽田腎クリニック	〒144-0033 大田区東糀谷1-20-20	3741-0774	
柴垣医院久が原	〒145-0075 大田区西嶺町15-10	5732-2121	
羽田おおぞらクリニック	〒144-0043 大田区羽田6-6-10	5735-2213	
糀谷じんクリニック	〒144-0045 大田区南六郷1-14-1	5711-8831	
大森牧田クリニック	〒143-0016 大田区大森北1-31-8	3298-3150	

※大田区災害医療連携会議に参加する医療機関を記載した。

## 7 血液製剤の供給体制

災害発生時における血液供給の流れは次のとおりである。



## 8 緊急医療救護所及び軽症者救護所用の備蓄医薬品保管薬局

緊急医療救護所及び軽症者救護所には1日分の医薬品備蓄をしており、2日目、3日目は以下の周辺薬局に備蓄している。

(令和3年12月現在)

緊急医療救護所・軽症者救護所	備蓄薬局	薬局住所
大田病院	大森薬局	大森中1-22-1
東京労災病院	日本調剤 大森南薬局	大森南5-1-7
東邦大学医療センター大森病院	秋島薬局大森店	大森西7-6-12
牧田総合病院	①そうごう薬局西蒲田店 (令和4年3月31日まで) ②ダイチ薬局 (令和4年4月1日以降)	①西蒲田8-20-1 ②西蒲田5-19-1
松井病院	すみれ調剤薬局	池上2-15-2
池上総合病院	長栄堂薬局	池上6-1-23
大森赤十字病院	大森会営薬局	中央3-1-3
田園調布中央病院	あおば薬局田園調布店	田園調布3-25-1
荏原病院	ゆきがや薬局	東雪谷5-1-1
東急病院	ニコニコ薬局	北千束1-45-8
目蒲病院	おおぞら薬局	多摩川1-32-22
本多病院	森田薬局	西蒲田6-32-12
東京蒲田病院	①ダイチ薬局 (令和4年3月31日まで) ②女塚薬局 (令和4年4月1日以降)	①西蒲田5-19-1 ②西蒲田5-12-9
JCHO東京蒲田医療センター	三角堂薬局	南蒲田2-6-12
渡辺病院	三栗薬局	本羽田1-6-15
入新井第一小学校	①大森会営薬局 (令和4年3月31日まで) ②山王薬局1丁目店 (令和4年4月1日以降)	①中央3-1-3 ②山王1-7-8 コペル山王
馬込小学校	フジモト薬局	南馬込6-1-8 トロワ1階
東調布中学校	進化薬局	田園調布1-5-1
六郷中学校	福田薬局仲六支店	仲六郷3-13-10



## 9 妊産婦避難所

No.	施設名	所在地
1	大田文化の森	中央 2-10-1
2	東邦大学看護学部	大森西 4-16-20

妊産婦避難所の受入対象者は以下のすべてに該当する方が対象

- ・倒壊などにより、自宅に居住できない方
  - ・退院後、10日以内の褥婦と新生児
  - ・医師が、支援が必要と判断した方
- 医療機関、学校避難所等の状況を踏まえて妊婦も対象とする。

## 10 各医師会の組織

### (1) 大森医師会救護組織表

本 部 大森医師会館 中央4-30-13 電話 3772-2402  
 本 部 長 医師会長 副 本 部 長 医師会副会長2名  
 本 部 役 員 理事12名 本 部 補 助 員 医師会職員全員

### (2) 田園調布医師会救護組織表

本 部 田園調布医師会館 石川町2-7-1 電話 3728-6671  
 本 部 長 医師会長 副 部 長 医師会副会長2名  
 本 部 員 理事4名

### (3) 蒲田医師会救護組織表

本 部 蒲田医師会館 蒲田4-24-12 電話 3732-8711  
 本 部 長 医師会長 副 本 部 長 医師会副会長2名  
 本 部 員 理事9名 指 揮 班 理事8名  
 補 助 員 医師会職員全員

## 11 各歯科医師会の組織

### (1) 大森歯科医師会救護組織

本 部 大森歯科医師会館  
 本 部 長 大森歯科医師会長  
 副 本 部 長 大森歯科医師副会長2名  
 本 部 員 大森歯科医師会理事12名（専務理事1名含む）  
 本 部 職 員 大森歯科医師会職員全員

#### 歯科医療救護班

歯科医療救護所名	歯科医師数	歯科医療救護所名	歯科医師数
特別養護老人ホーム大森	2人	特別養護老人ホーム池上	2人
大森歯科医師会館	2人		

### (2) 蒲田歯科医師会救護組織

本 部 蒲田歯科医師会館  
 本 部 長 蒲田歯科医師会長  
 副 本 部 長 蒲田歯科医師副会長2名  
 本 部 員 蒲田歯科医師会理事9名（専務理事1名含む）  
 本 部 職 員 蒲田歯科医師会職員全員

#### 歯科医療救護班

歯科医療救護所名	歯科医師数	歯科医療救護所名	歯科医師数
特別養護老人ホーム羽田	2人	特別養護老人ホーム蒲田	2人
特別養護老人ホーム梶谷	2人	蒲田歯科医師会館	2人
特別養護老人ホームたまがわ	2人		

## 12 各薬剤師会の組織

### (1) 大田区薬剤師会の救護組織 (R3, 8月現在)

大森ブロックと田園調布ブロックの二つを構成

大田区薬剤師会災対本部統括指揮者

兼大田区災害薬事コーディネーター 大田区薬剤師会会長

指揮者に指名された補佐 各ブロックより1名ずつ (防災担当理事または防災委員)

大森ブロック本部

事務局 大森会営薬局 大田区中央 3-1-3 アルカディア中央 1F

田園調布ブロック本部

事務局 ゆきがや薬局 大田区東雪谷 5-1-1

各事務局責任者 1名 (副会長または理事級)

各事務局運営員 5名前後 (防災委員や理事級で構成)

各緊急医療救護所参集員 薬剤師会会員 (薬剤師班リーダーを各1名任命)

### (2) 蒲田薬剤師会救護組織

蒲田薬剤師会	
本部	蒲田薬業会館 蒲田 4-38-5 電話 3732-1291
本部長	薬剤師会長
副本部長	薬剤師副会長 1名
本部員	理事 6名
補助員	備蓄センター職員全員
救護所参集員	薬剤師会理事・会員 18名

### 13 緊急医療救護所・軽症者救護所用 活動資器材

N0	品名	仕様	数量	単位
1	テント	間口約 5m×奥行約 3.5m×高さ約 3m	1	張
2	リヤカー	アルミ合金製 ノーパンクタイヤ	1	台
3	担架	四つ折り伸縮担架(アルミ製)	1	台
4	車椅子	ジェラルミン製 ノーパンクタイヤ	1	台
5	コードリール	コード長 30m 防水型	1	台
6	毛布	難燃アクリル織毛布	10	枚
7	発電機	ガソリン式発電機	1	台
8	ガソリン缶	1 リットル×4 缶セット	6	セット
9	メガホン	ハンド型メガホン	3	個
10	乾電池	メガホン用 アルカリ単 3 8 本入	3	パック
11	バルーン投光機	LED バルーン投光機	1	台
12	仮設ベッド	アルミ製 折り畳み式	2	台
13	文房具類	ブルーシート、ボールペン、トリアージタグ 等	1	式

### 14 緊急医療救護所・軽症者救護所用 医薬品標準構成

N0	分類	N0	分類
1	催眠鎮静剤・抗不安剤	20	副腎ホルモン剤
2	精神神経用剤	21	その他のホルモン剤
3	解熱鎮痛消炎剤	22	糖尿病用剤
4	総合感冒剤	23	糖類剤
5	局所麻酔薬	24	血液凝固阻止剤
6	鎮痙剤	25	その他の血液・体液用薬
7	止しゃ剤・整腸剤	26	血液代用剤
8	消化性潰瘍用剤	27	アレルギー用薬
9	下剤・浣腸剤	28	グラム陽性・陰性菌に作用するもの
10	その他の消化器官用薬	29	グラム陽性菌、マイコプラズマに作用するもの
11	強心剤	30	その他の抗生物質製剤
12	利尿剤	31	合成抗菌剤
13	血圧降下剤	32	抗毒素及びトキシソイド類
14	血管拡張剤	33	眼科用剤
15	鎮咳剤	34	化膿性疾患用剤
16	去たん剤	35	鎮痛・鎮痒・収斂・消炎剤
17	鎮咳去たん剤	36	外皮用殺菌消毒剤
18	気管支拡張剤	37	防疫用殺菌消毒剤
19	その他の呼吸器官用薬	38	蘇生用医薬品

## 15 緊急医療救護所・軽症者救護所用 医療用資器材標準構成

NO	分類	主な品目
1	診断用	聴診器、血圧計、打診器、体温計、舌圧子
2	外科用具（鉗子類）	止血鉗子、外科剪刀、ピンセット、持針器マチュー
3	外科用具（耳鼻眼科用鉗子）	耳鏡
4	外科用具（ディスプレイ製品）	メス、針付縫合糸、膿盆、鉗子立、綿球、綿棒
5	骨折用	シーネ、頸部固定、副子、止血帯
6	蘇生用	CPRボード、アンビューバッグ、吸引器、気管内チューブ、カテーテル、経鼻エアウェイ、気管挿管セット
7	パルスオキシメーター	
8	血糖測定器	測定器、センサー、採血器具
9	看護用	洗面器、バケツ、ポリ袋
10	感染防止用	マスク、手術用手袋、手術衣、Tシャツ
11	輸液・助産用	輸液セット、針（翼状、注射、静脈留置）注射器、三方活栓、駆血帯
12	衛生材料	伸縮包帯、ネット包帯、ガーゼ、タオル、絆創膏、眼帯 トイレットペーパー、清浄綿、大人用紙オムツ、検査衣
13	雑品	洗浄ポリビン、ポリタンク、紙コップ、石鹼、懐中電灯 カミソリ、はさみ、ゴミ袋、ビニール袋、タオル 救急シート、ドレープ、感染性廃棄物用ゴミ箱、感染性 廃棄物用シール

## 16 医療救護所用 医薬品（一般用医薬品）

NO	分類	NO	分類
1	総合感冒薬(大人用)	9	下痢止め
2	総合感冒薬(小児用)	10	湿布薬(パップ薬、テープ薬)
3	咳止め	11	殺菌消毒薬(患部塗布)
4	総合ビタミン剤	12	手指消毒薬
5	制酸剤	13	消毒薬(ウイルス対策)
6	整腸剤	14	うがい薬
7	消化剤	15	マスク
8	便秘薬	16	クイックレスキュー救急セット

## 17 医療救護所用 医療資器材

NO	分類
1	使い捨てゴム手袋
2	使い捨てエプロン
3	ペーパータオル

## 18 創傷処置用予備

NO	分類
1	包帯（伸縮しないタイプ）
2	伸縮包帯
3	ガーゼ

## 19 救急医薬品の内容

No.	品名	形状	数量	No.	品名	形状	数量
01	シップ貼薬	12枚入	2箱	14	ピンセット	外科用	3本
02	目薬	15ml	3個	15	バンドエイド	50枚入	6箱
03	マキロン	75ml	3本	16	ガーゼ	10m	4枚
04	消毒用エタノール	100ml	3本	17	脱脂綿	100g	4個
05	キシロA軟膏	10g	6箱	18	油紙	2枚入	20個
06	チンク油	50g	3個	19	ネット包帯	手・肘用	3個
07	オキシドール	100ml	3本	20	サージカルテープ	12m×5m	5個
08	希ヨードチンキ	50ml	2個	21	毛抜き		2本
09	三角巾	大	10枚	22	綿棒	120本入	3箱
10	副木	木製大・中・小	10個	23	眼帯		10個
11	包帯	4裂	6本	24	包帯止め	100個入	1箱
12	包帯	6裂	6本	25	プラスチック膿盆	20cm	1個
13	ハサミ	外科用	3本				

区立小中学校、各地域庁舎、特別出張所に配備



注意!

## 避難されている皆様へ

地震により長時間避難所で生活されていると、エコノミークラス症候群、感染症（インフルエンザ、ノロウイルスなど）、食中毒が発生する可能性が高くなります。

避難所での集団生活では、以下の点に注意しましょう。

### 1 エコノミークラス症候群対策

長時間足を動かさずに同じ姿勢でいると、**エコノミークラス症候群**を起こす可能性があります。初期症状として、太ももから下の足が赤くなったり、腫れたり、痛み等が出現することもあります。足にできた血栓が肺に詰まり、突然の胸痛、呼吸困難、失神等の症状が出現し、大変危険な状態となることもあります。

#### 【予防方法】

- (1) 長時間同じ（特に車中等での窮屈な）姿勢でいないようにする。
- (2) 足の指をこまめに動かす、または歩く。
- (3) 適度な水分を取る。
- (4) 時々深呼吸をする。

### 2 感染症対策

- (1) せきをしている時は、マスクをつけましょう。
- (2) 食事の前やトイレの後には、水が出ない場合はアルコール等で手をきれいにしてください。
- (3) はだいで砂や土の上を歩かないようにしましょう。

### 3 食中毒対策

- (1) 調理時は清潔に努め、手洗いもしっかり行いましょう。  
流水がない場合は、ウェットティッシュなどで代用しましょう。
- (2) 生ものは避けて、**加熱したものを食べる**ようにしましょう。
- (3) 調理したものは、**早めに食べ**ましょう。
- (4) 食品は、**温度が上がらない冷暗所に保管**しましょう。
- (5) 食べ物が置いてある場所にペットなどの動物を近づけないようにしましょう。
- (6) 提供された食品は、消費（賞味）期限内に食べましょう。

### 4 その他

- (1) **具合が悪くなった場合は、早めに医師等に相談**しましょう。
- (2) **食物アレルギーのある方は、食事にアレルゲンが含まれていないか確認**しましょう。

## エコノミークラス症候群 予防のために

### ○ エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり（血栓）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

### ○ 予防のために心掛けると良いこと

予防のためには、

- ① ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- ② 十分にこまめに水分を取る
- ③ アルコールを控える。できれば禁煙する
- ④ ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない
- ⑤ かかとの上げ下ろし運動をしたりふくらはぎを軽くもんだりする
- ⑥ 眠るときは足をあげる

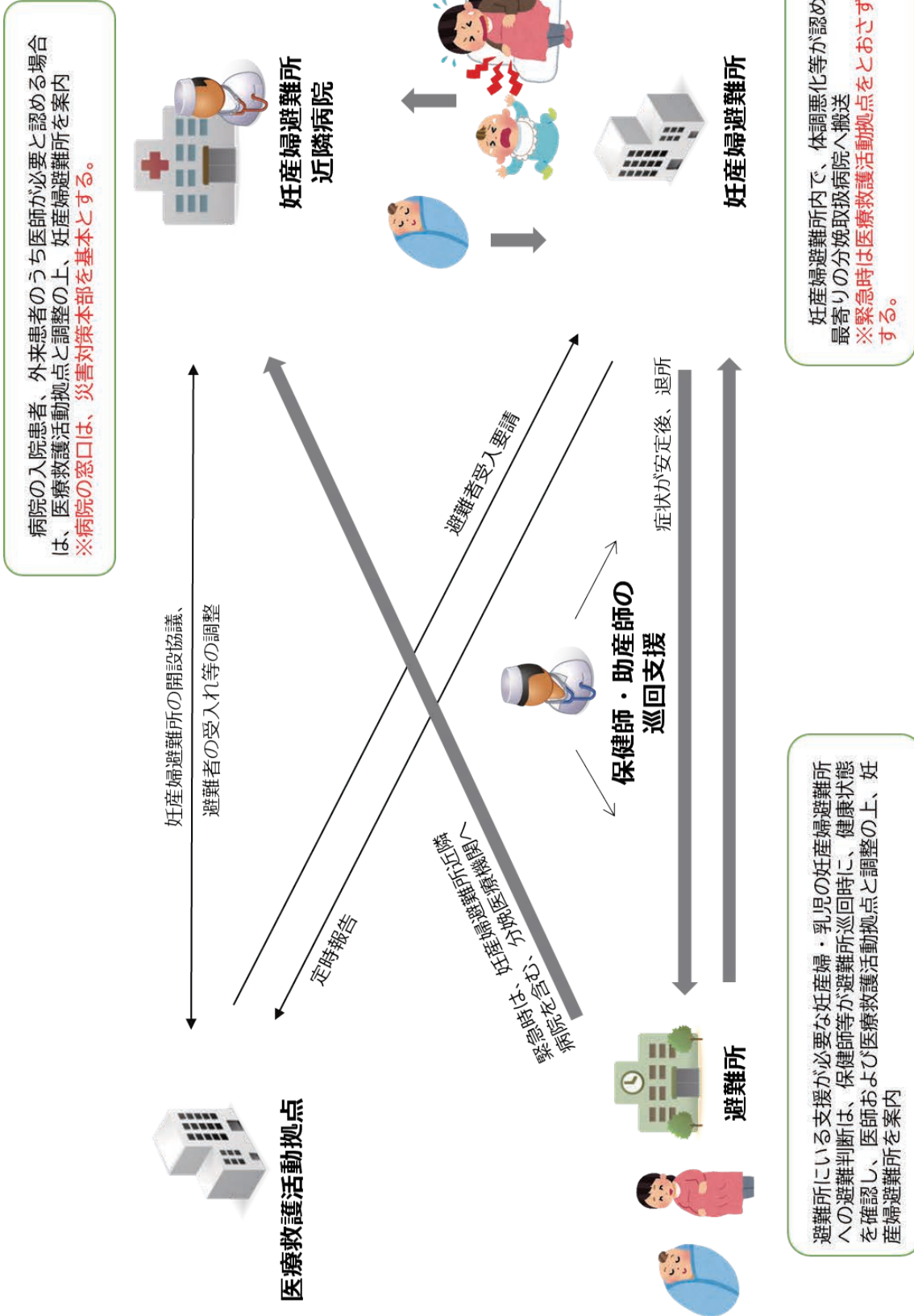
などを行いましょう。

### ○ 予防のための足の運動





21 災害発生時の妊産婦及び分娩医療を守る体制概念図



22 災対健康政策部医療救護活動拠点体制図

