

# 災害時に3日間生き抜くためには!?



写真…海外メディアアミボストーン・グローブ撮影 インターネットより

## 糖尿病患者さんの為の 『災害マニュアル』作りました！！ 糖尿病センターの窓口まで！

三重県の糖尿病のみなさまへ

平成 23 年 3 月 11 日(金)

関東・東北地方において、“**東北地方太平洋沖地震**”が発生いたしました。

**三重県**も活断層が多く、昔から地震による大災害を繰り返してきた地域でもあります。この東海地区で地震が起きると、『**南海地震・東南海地震・東海地震**と 3 つの巨大地震が連動して起こる！！』とされています。

今回の大災害でも、『行政が現場に到着し、動き出すまでに概ね **3 日間**かかる』と言われ、その間、自分自身で身を守っていかなくてはなりません！

災害時は、心身共に疲労が増し、食べ物や水等の配給も困難となるため、『**血糖コントロールが乱れる**』ことが予測されます。  
また、命に直結する**インスリン治療や薬の入手が困難**な状況が想定される為、事前の準備が必要不可欠となります！

ご自身やご家族とともに、災害対策を見直してみませんか？

四日市社会保険病院 糖尿病センター運営委員会