

徳島県周産期

共通診療ノート

防災ノート ～赤ちゃん和妈妈を守るために～



健やかな妊娠と出産のために妊婦健診を受けましょう。
健診費用の一部は公費で負担しています。

(かかりつけ医)
医療機関名

診察券番号

(ふりがな)
お名前

徳島県・徳島県周産期医療協議会

この「共通診療ノート」は、妊娠中から出産、そして産後まで、あなたと赤ちゃんを継続して支えていくための大切なノートです。

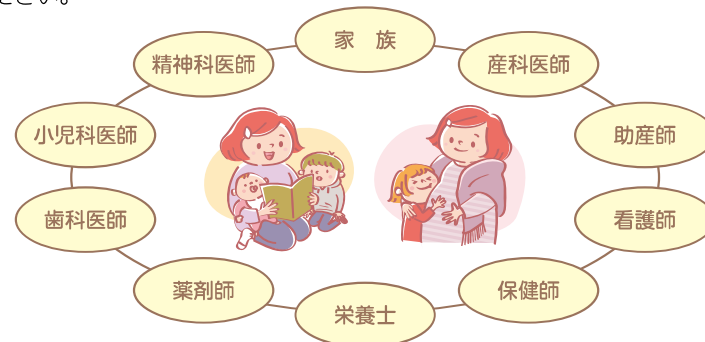
ご自身やご家族、医師・助産師・看護師・保健師などの医療スタッフが、必要な情報をスムーズに共有し、一貫したサポートを行うことを目的としています。

また、南海トラフ地震などの災害時には、急遽、別の施設での妊婦健診や分娩が必要となることも予想されます。そのような時にも、このノートがあればこれまでの経過を正確に伝えることができ、適切な診療や支援を安心して受けることにつながります。

〈ご利用にあたって〉

- 妊婦健診などを受診する際には、「共通診療ノート」と「母子健康手帳」を必ずセットでご持参ください。
- 医療スタッフへの質問や連絡事項がある場合は、事前に「自由記載」欄へ記入したうえで受診してください。
- このノートは、病院のカルテと同様に重要な個人情報が含まれています。紛失しないよう大切に保管してください。

なお、巻末には「防災ノート」を収録しています。災害時に備えてぜひご活用ください。



緊急連絡先

医療機関等

■ 施設名

■ 施設名

■ 所在地

■ 所在地

■ 電話番号

■ 電話番号

氏名 _____ 年齢 _____ 歳

該当に○をつけてください。

分娩歴 初産 ・ 経産 回 (帝王切開 なし・あり 回)
妊娠中や出産時の異常 なし・あり ()

既往歴 なし ・ あり
高血圧・慢性腎炎・糖尿病・心臓病・甲状腺疾患・メンタル
その他 ()

治療中の病気 なし ・ あり
(かかりつけ医)
(治療中の病名)
(服用中の薬)

アレルギー なし ・ あり
・喘息
・薬剤や食品などのアレルギー
()

今回妊娠中の問題点 なし ・ あり
()

分娩予定日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

その他メモ

検査結果

検査結果用紙貼付欄

検査結果を貼付又は下欄に記載

妊婦健診記録

実施日

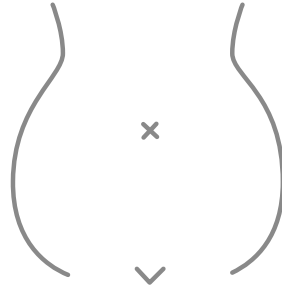
年 月 日

妊娠週数

()週()日

推定体重

g



処置・処方・連絡・支援等

担当者職種（産婦人科医師・助産師・（ ））
氏名（ ）

自由記載（妊婦用）

自由記載（妊婦用）

産後の記録

実施日

年 月 日

産後日数

()日目

2週間 1か月 訪問 来所 宿泊 その他

産後の経過とケア内容

担当者職種（産婦人科医師・助産師・（ ））
氏名（ ）

自由記載（本人用）

自由記載（本人用）

防災ノート ～赤ちゃん和妈妈を守るために～

災害時に命を守る

災害時に赤ちゃん和妈妈を守るためには、一人一人が自ら取り組む『自助』が重要です。そのために、災害に備え、家の安全対策をし、災害時の身の安全の守り方を知っておくことが大切です。また、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む『共助』が大切です。災害が起こったときのために、家族との連絡方法を話し合っておくことや、日ごろから近所の人と交流をしておくことも大切です。

支援を求めましょう

妊娠中や産後のママ、乳幼児は、災害時に特別な支援が必要な『要配慮者』となります。しかし、支援が必要な人の存在が分からなければ助けることができません。避難所では「妊婦である」と責任（担当）者に申し出て支援を求めてください。マタニティマークも有効です。



防災ノートの使い方

書き込みやチェックをして、災害への備えをしていきましょう。
母子健康手帳と共通診療ノート（防災ノートを含む）を常に携帯しましょう。

災害時の家族との連絡方法・集合場所を決めておこう

- ☆ 災害用伝言ダイヤル（171）
「171」をダイヤルし、音声ガイダンスに従って、伝言の録音・再生を行います。
- ☆ 災害用伝言板
大規模な災害時は、携帯会社のHPトップに「災害用伝言板サービス」が表示され、安否情報の登録や確認ができるようになります。
- ☆ すだちくんメール
徳島県の災害時の安否確認サービスです。
平常時に利用できる様々なサービスもあります。
すだちくんメール QRコード⇒



赤ちゃん和妈妈のための非常用物品

避難所には、個々の乳幼児や妊産婦に合わせた備蓄品は整っていません。使い慣れたものを、すぐ持ち出せるようにしておきましょう。普段から非常用物品を持ち歩く、車に載せておくなどと、外出時に被災しても役立ちます。

<p>避難用品：両手が空くようリュックに。 重量オーバーにならないように。</p>	
<p>◆貴重品 <input type="checkbox"/> 現金（公衆電話のために小銭を含める） <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証</p> <p>◆非常食・飲料水 <input type="checkbox"/> 食料品 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> ビタミン剤</p> <p>◆医療品 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳 <input type="checkbox"/> 絆創膏</p> <p>◆生活用品 <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> ホイッスル <input type="checkbox"/> 携帯トイレ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> ビニール袋（大・中・小） <input type="checkbox"/> ラップ <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> タオル</p> <p>◆その他 <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> 充電器 <input type="checkbox"/> 身体を保温できるもの （おくるみ、カイロ、保温シートなど）</p>	<p>★妊産婦の方 <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> 共通診療ノート <input type="checkbox"/> 生理用品・ビデ <input type="checkbox"/> 清浄綿 <input type="checkbox"/> 分娩準備品 <input type="checkbox"/> 新生児用品</p> <p>★乳幼児がいる方 <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> ミルクセット <input type="checkbox"/> スプーン <input type="checkbox"/> 紙コップ <input type="checkbox"/> 抱っこ紐 <input type="checkbox"/> 授乳用ケープ <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> おもちゃ <input type="checkbox"/> 子ども用の薬 <input type="checkbox"/> 乳幼児医療受給者証</p>
<p>非常備蓄品 水や食料は1人3日以上、できれば1週間分を備蓄しましょう。 衣類、下着、簡易トイレ、カセットコンロなど</p>	

memo

