

「いざというときのヘルスケア～事故や災害を生き抜くために～」

(展示期間：令和7年2月4日(火曜日)～令和7年4月24日(木曜日))

令和6年度埼玉県政世論調査で県政への要望として「災害から県民をまもる」が1位になるなど、災害への備えに対する県民の関心は高まっています。いつ起こるか分からない事故や災害にどう備え、どう生き抜くのか。阪神・淡路大震災の発生から30年の節目を迎え、その間にも様々な災害を乗り越えてきた人々は、災害が起きるたびにその経験を本や雑誌などに残してきました。

今回の資料展では、事故や災害への備えから発生後の生活、災害医療の現場の様子などが分かる資料を集めました。「いざというとき」を健康に生き抜くために、人々が残した数多くの情報に触れてみてください。

- 資料は原則として請求記号順に並んでいます。
- 「請求記号」欄の〔児〕は児童書、〔熊〕は熊谷図書館所蔵、〔外〕は外部書庫所蔵の資料です。それ以外はすべて当館所蔵の一般資料です。熊谷図書館と外部書庫の資料は、当館に取り寄せることができます。
- 県立図書館の資料は、県内公共図書館に取り寄せできます。お近くの図書館に御相談ください。
- 刊行後2年を経過した雑誌は、資料保存のため館内での利用となります。複写は可能です。

1 「もしも」に備える

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	336/特〔熊〕	企業防災とマネジメントシステム	仲川久史／著	同友館	2020.9
2	367.1/サ〔熊〕	災害女性学をつくる	浅野富美枝／〔ほか〕編著	生活思想社	2021.3
3	369/竹〔児〕	池上彰と考える災害とメディア 1 災害情報とメディアの特徴	池上彰／監修	文溪堂	2021.2
4	369/竹〔児〕	池上彰と考える災害とメディア 2 防災・減災のための災害予測	池上彰／監修	文溪堂	2021.3
5	369/竹〔児〕	池上彰と考える災害とメディア 3 災害から命を守る情報収集	池上彰／監修	文溪堂	2021.3
6	369/竹〔児〕	池上彰と考える災害とメディア 4 復興のためのメディア情報	池上彰／監修	文溪堂	2021.3
7	369/洋〔児〕	72時間生きぬくための101の方法 子どものための防災BOOK 改訂版	夏緑／著 たかおかゆみこ／絵	童心社	2024.9
8	369/ヒ〔児〕	ビジュアル「生きる技術」図鑑 防災・キャンプに役立つサバイバルテクニック	かざまりんぺい／著	誠文堂新光社	2023.4
9	369.3/伊〔熊〕	イザというとき、命を守るために！	青木信之／著	近代消防社	2019.4
10	S/369.3/特	危機管理・防災に関する地域住民向け行動マニュアル	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県危機管理防災部危機管理課	2012.5
11	369.3/掃〔熊〕	教育現場の防災読本	「防災読本」出版委員会／著 中井仁／監修	京都大学学術出版会	2018.6

12	369.3/サ [熊]	災害から命を守る「逃げ地図」づくり	逃げ地図づくりプロジェクトチーム／編著	ぎょうせい	2019.11
13	S/369.3/沔	事前に頭に入れておきたい防災マニュアルブック 地震時の行動編	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県危機管理防災部危機管理課	2021.3
14	369.3/ヲ [熊]	自治体職員のための災害救援法務ハンドブック 改訂版	中村健人／〔ほか〕著	第一法規	2021.8
15	369.3/ト [熊]	東京くらし防災	東京都総務局総合防災部防災管理課／編	東京都総務局総合防災部防災管理課	2018.3
16	369.3/杓 [熊]	防災リテラシー 第2版	太田敏一／共著	森北出版	2021.1
17	S/369.3/メ	目立つところに置いておきたい防災マニュアルブック 命を守る3つの自助編	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県危機管理防災部危機管理課	2015.11
18	S/369.3/メ	目立つところに置いておきたい防災マニュアルブック 風水害・土砂災害編	埼玉県危機管理防災部災害対策課	埼玉県危機管理防災部災害対策課	2021.3
19	S/369.3/メ	目立つところに置いておきたい防災マニュアルブック 自宅サバイバル編	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県危機管理防災部危機管理課	2020.2
20	S/374.9/ヲ1	中学生向けの危機管理・防災に関する教材	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県	2013.4
21	374.92/ヲ1 [熊]	Q&A学校災害対応ハンドブック	学校災害対応ハンドブック編集委員会／編	ぎょうせい	2011.5
22	451/ヲ	極端気象の予測と防災	国立国会図書館調査及び立法考査局／編	国立国会図書館	2019.3
23	498/セ	セーフティプロモーション 安全・安心を創る科学と実践 改訂版	日本セーフティプロモーション学会／編	晃洋書房	2023.6
24	498.163/トコ	病院・介護施設のBCP・災害対応事例集	医療経営情報研究所／編	産労総合研究所出版部経営書院	2016.12
25	519.9/沔	自然災害と防災の事典	寶馨／〔ほか〕編	丸善出版	2011.12

【関連ウェブサイト】

- ・《防災マニュアルブック【家庭での備えに活用】》

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0401/05b00-2001.html> 埼玉県危機管理防災部危機管理課、災害対策課

命を守る3つの自助や災害時のトイレ対策、地震時の行動などをまとめたリーフレットが掲載されています。



- ・《災害時に備えた食品ストックガイド》

<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/guidebook.html> 農林水産省

備蓄食品の選び方から水や熱源の確保、収納テクニックまで、豊富な写真とともに分かりやすく紹介されています。



2 避難所でどう生きるか

(1) 避難所の運営と生活

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	S/317.8/㌸	男女共同参画の視点を取り入れた「みんなが安心できる避難所運営」のすすめ	埼玉県県民生活部 男女共同参画課	埼玉県県民生活部 男女共同参画課	2018.3
2	369.3/A65 [外]	震度7が残した108の教訓 阪神大震災被災者が避難所の体育館で書いた	荒尾和彦/著	小学館	1995.4
3	369.3/㌸ [熊]	個別性に配慮した福祉避難所のあり方に関する研究会報告書	人と防災未来センター/〔編〕	阪神・淡路大震災記念人と防災未来センター	2018.3
4	369.3/㌸ [熊]	被災地につなげる災害ボランティア活動ガイドブック	合田茂広/〔ほか〕著	全国社会福祉協議会	2019.7
5	369.31/㌸ [熊]	あのとき避難所は 阪神・淡路大震災のリーダーたち	松井豊/〔ほか〕 編著	ブレーン出版	1998.3
6	369.31/㌸ [熊]	阪神・淡路大震災における避難所の研究	柏原土郎/〔ほか〕編著	大阪大学出版会	1998.1
7	369.31/㌸ [熊]	東日本大震災と被災・避難の生活記録	吉原直樹/編著	六花出版	2015.3
8	369.31/㌸ [熊]	避難所運営マニュアル作成手引きの開発	人と防災未来センター/〔編〕	阪神・淡路大震災記念人と防災未来センター	2021.3
9	DVD/369㌸ [熊]	避難所の開設・運営	パール商事株式会社映像事業部/企画・制作		2014

(2) 避難生活を支える食

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	369/㌸ [児]	「もしも」のときに役に立つ!防災クッキング 1 電気・ガスが止まったときに役立つレシピ	今泉マユ子/著	フレーベル館	2019.8
2	369/㌸ [児]	「もしも」のときに役に立つ!防災クッキング 2 水道が止まったときに役立つレシピ	今泉マユ子/著	フレーベル館	2019.12
3	369/㌸ [児]	「もしも」のときに役に立つ!防災クッキング 3 自分を守る!食べもののそなえとじゅんぴ	今泉マユ子/著	フレーベル館	2019.10
4	369.3/㌸ [熊]	これからの非常食・災害食に求められるもの	新潟大学地域連携フードサイエンス・センター/編	光琳	2006.6
5	369.3/㌸ [熊]	これからの非常食・災害食に求められるもの 2	新潟大学地域連携フードサイエンス・センター/編	光琳	2008.5
6	369.3/㌸ [熊]	災害時の栄養・食糧問題	板倉弘重/〔ほか〕責任編集	建帛社	2011.11
7	369.31/㌸ [熊]	災害時における食とその備蓄	新潟大学地域連携フードサイエンスセンター/編	建帛社	2014.8
8	369.31/㌸ [熊]	炊き出し衛生マニュアル	日本家政学会東日本大震災生活研究プロジェクト/編	日本家政学会	2014.3
9	369.31/㌸ [熊]	働く人の災害食	奥田和子/著	編集工房ノア	2008.6
10	498.58/㌸	アセスメントに基づいた被災地における栄養支援	足立香代子/〔ほか〕監修	第一出版	2011.9
11	雑誌	食べもの通信 2021年9月 特集:心と体の支えになる「災害食」	家庭栄養研究会/編	食べもの通信社	2021.9

12	雑誌	NHKきょうの料理 2021年3月 特集：いつも&もしもの防災レシピ		NHK出版	2021.2
13	雑誌	食と健康 2024年8月 特集：避難所で食事を提供する皆さまへ 食中毒予防のポイント		日本食品衛生協会	2024.8
14	雑誌	Nutrition Care 2024年9月 特集：（保存版）病院・施設で行う災害対策 緊急時の食と栄養をどう考える？		メディカ出版	2024.9
15	DVD/369.3# [熊]	災害時の食支援 東日本大震災からの学び		岩波映像	[2014.9]
16	DVD/369.3# 1 [熊]	全国共通防災レシピ vol.1 災害直後は簡単料理で乗り切ろう！編			[2020.2]
17	DVD/369.3# 2 [熊]	全国共通防災レシピ vol.2 限られた火や水を有効に！編			[2020.2]

(3) 災害時のトイレ問題

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	369.3/サ [熊]	災害とトイレ	日本トイレ協会／編	柏書房	2022.7
2	S/369.3/メ	目立つところに置いておきたい防災マニュアルブック 家庭における災害時のトイレ対策編	埼玉県危機管理防災部危機管理課	埼玉県危機管理防災部危機管理課	2016.3
3	498.6/I+	疫学の事典	日本疫学会／監修	朝倉書店	2023.1
4	518.24/ワ	講座サニテーション学 4 サニテーションと健康		北海道大学出版会	2023.3
5	518.51/セイ	生死を分けるトイレの話 災害時のトイレ問題とその解決策	上幸雄／編著	環境新聞社	2012.10
6	518.51/M	トイレが大変！ 阪神・淡路大震災と新潟県中越大地震の教訓	山下亨／編著	近代消防社	2005.8
7	雑誌 [外]	月刊消費者 2005年9月号 特集：災害時トイレ考		日本消費者協会	2005.9
8	雑誌	生活と環境 2024年5月 特集：災害時におけるトイレ・し尿の衛生処理		日本環境衛生センター	2024.5

【関連ウェブサイト】

- ・《避難場所・避難所》

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0402/hinanjo.html> 埼玉県危機管理防災部災害対策課)

県内市町村の避難場所・避難所関係ホームページのリンクがまとめられています。またサイト下部には「ジェンダー視点による避難所開設・運営の充実強化のための標準手引き」が掲載されており、避難所開設・運営に必要なことが分かります。



- ・《コラム 災害時における偽・誤情報への対応》（『情報通信白書 令和6年版』HTML版）

<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r06/html/nd122c00.html> 総務省)

能登半島地震発生時にSNS上で拡散した偽・誤情報について分析し、今後どのように対策していけばよいかの掲載されています。



3 災害医療の現場から

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	369.31/ナ [熊]	ナース発東日本大震災レポート	日本看護協会出版 会編集部／編	日本看護協会出版 会	2011.9
2	492.9/Iイ	英語で学ぶ災害看護	玉巻欣子／著	看護の科学社	2014.12
3	492.9/ケイ	系統看護学講座 統合分野 看護の統合と実践 3 (災害看護学・国際看護学)		医学書院	2019.1
4	492.9/カ	3.11東日本大震災看護管理者の判断と行動	山崎達枝／監修	日総研出版	2011.10
5	492.9/ヒサ	被災地での生活と医療と看護	兵庫県保険医協会／協会 西宮・芦屋支部／編	クリエイツかもが わ	2011.2
6	492.9/ヒケ	避難所Nursing Note 災害時看護心得帳	土肥守／編著	メディカ出版	2011.9
7	492.916/カ	感染症流行下での被災者支援	山崎達枝／〔ほか〕編集	日本看護協会出版 会	2023.6
8	492.916/カ	黒田裕子氏の資料等分析による被災者支援の検証と継承	人と防災未来セン ター／〔編〕	阪神・淡路大震災記念人 と防災未来センター	2021.3
9	497/シ	歯科における災害対策	中久木康一／編著	砂書房	2011.5
10	498.0212/ヒカ	東日本大震災 救護活動から復興支援までの全記録	日本赤十字社	日本赤十字社企画 広報室	2013.11
11	498.89/イ	石巻赤十字病院、気仙沼市立病院、東北大学病院が救った命	石丸かずみ／取 材・文	アспект	2011.9
12	498.89/イ	医療職のための危機管理マニュアル	Susan M.Briggs／編 永田高志／監訳	シービーアール	2009.6
13	498.89/ヒ	救命 東日本大震災、医師たちの奮闘	海堂尊／監修	新潮社	2011.8
14	498.89/サ	災害初動期における活動マニュアル	山本保博／編	へるす出版	2000.4
15	498.89/サ	災害医学 改訂2版	NPO災害人道医療支援 会 (HuMA)／編	南山堂	2009.3
16	498.89/ヒカ	東日本大震災における保健医療救護活動の記録と教訓	上原鳴夫／編著	じほう	2012.12
17	498.89/ミン	みんなで取り組む災害時の保健・医療・福祉活動	國井修／〔ほか〕 編集	南山堂	2022.3
18	雑誌	治療 2016年11月 特集：熊本地震 何が起こり、何をを行ったか		南山堂	2016.11
19	雑誌	医学のあゆみ 2025年1月11日 特集：巨大災害に備えるための災害医療		医歯薬出版	2025.1
20	雑誌	公衆衛生 2023年7月 特集：災害時の保健・医療・福祉 連携と調整		医学書院	2023.7

【関連ウェブサイト】

大震災発生直後、被災地の医療機関では多くの医療従事者が医療活動に従事しました。のちにその活動は、「今後の災害医療の発展のため」、「次の災害の一助になれば」という思いから活動記録集としてまとめられます。活動記録集は、災害医療の現場が克明に記録された貴重な資料なのです。ここでは、気仙沼市立病院と熊本大学医学部附属病院の活動記録集を紹介します。

- ・《気仙沼市立病院 東日本大震災活動記録》

[\(https://www.kesenuma-hospital.jp/collection/ 気仙沼市立病院\)](https://www.kesenuma-hospital.jp/collection/)



- ・《熊本地震 熊本大学医学部附属病院記録集》

[\(https://www.kuh.kumamoto-u.ac.jp/kuh/images/book/kirokusyu.pdf 熊本大学医学部附属病院\)](https://www.kuh.kumamoto-u.ac.jp/kuh/images/book/kirokusyu.pdf)



4 いざというときにできる処置

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	492.2/㌸	救急隊員の行う応急処置	消防庁救急救助室 ／編	ぎょうせい	1983.8
2	492.29/Iイ	AEDを、使ってください 人工呼吸・ 心臓マッサージができなくても	輿水健治／著	保健同人社	2006.4
3	492.29/林	覚えておこう応急手当 第3版	加藤啓一／監著	少年写真新聞社	2017.1
4	492.29/㌸1	救急蘇生法の指針 市民用 2020	日本救急医療財団心肺蘇 生法委員会／監修	へるす出版	2021.9
5	492.29/㌸1	救急蘇生法の指針 市民用・解説編 2020	日本救急医療財団心肺蘇 生法委員会／監修	へるす出版	2021.9
6	492.29/㌸	よくわかるみんなの救急 ガイドライ ン2020対応	坂本哲也／編	大修館書店	2023.2
7	492.916/モ㌸	もしものときにすぐ動ける応急処置52 シーン	三上剛人／〔ほ か〕編集	日本看護協会出版 会	2023.1
8	493.185/カ	介護スタッフのための安心！急変時対 応	宮永和夫／〔ほ か〕監修	秀和システム	2011.10
9	493.185/㌸	高齢者救急対応ハンドブック 緊急時に慌てない ために、知っておきたい安心マニュアル	太田祥一／著	荘道社	2013.7
10	D/493.9/I	絵でみるこどもの応急手当	マーティン・I.グリーン/ 〔著〕 西村昂三／監訳	教育社	1989.10
11	494.283/㌸	止血の方法 やさしく学ぶ応急手当	山本保博／監修	ぱーそん書房	2019.2
12	498.7/㌸	子供を事故から守る知恵	松崎美保子／著	三原医学社	2008.8
13	598.3/㌸	小児科医ママの子どもの病気とホーム ケアBOOK	森戸やすみ／著	内外出版社	2018.7

14	598.5/サ	最新急病・事故・災害から命を守る医学百科	主婦と生活社／編	主婦と生活社	2011.5
15	598.5/ヨ	職場・学校・家庭・地域での応急手当マニュアル 改訂版	郷木義子／編	ふくろう出版	2014.4
16	780.19/ホ	スポーツファーストエイドマニュアル	太田祥一／編著	文光堂	2007.10
17	786.1/ヤ	山の救急医療ハンドブック	日本山岳会医療委員会／編	山と溪谷社	2005.7
18	786.18/ヤ	山でのファーストエイド	ジャン・D.カーリン／ 〔ほか〕著 栗栖茜／訳	山洋社	2002.1
19	雑誌〔外〕	Wan 2007年2月号 特集：おうちでできる病気予防&応急処置		ペットライフ社	2007.2

【関連ウェブサイト】

- ・《一般市民向け 応急手当WEB講習》

<https://www.fdma.go.jp/relocation/kyukyukikaku/oukyu/> 総務省消防庁

AEDの使い方や胸骨圧迫だけでなく、アナフィラキシーや凍傷など様々な応急手当の方法について、Web上で動画を見ながら学ぶことができます。



- ・《もしものときの救急車の利用法 どんな場合に、どう呼べばいいの?》

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201609/1.html> 内閣府大臣官房政府広報室

救急車を呼ぶときのポイントや救急車を呼ぶかどうか迷ったときに相談できる手段などがまとめられています。



5 明日へとつなぐメンタルケア

No.	請求記号	書名	著者名	出版者名	出版年月
1	374.9/サ〔熊〕	災害後の時期に応じた子どもの心理支援	富永良喜／〔ほか〕編	誠信書房	2018.3
2	490.14/タイ	大切な人を亡くした人の気持ちのわかる本 グリーフケア理解と接し方	高橋聡美／著	法研	2022.4
3	492.918/ハシ	はじめて学ぶグリーフケア 第2版	宮林幸江／〔ほか〕著	日本看護協会出版会	2022.6
4	493.49/ホ	ストレスのはなし	福岡詳／著	中央公論新社	2017.4
5	493.7/ケ	現代社会とメンタルヘルス	中谷陽二／責任編集	星和書店	2020.10
6	493.7/サ	災害支援者支援	高橋晶／編著	日本評論社	2018.12
7	493.7/ワ	不測の衝撃 最新大災害メンタルヘルスケアガイド	フレデリック J.スタッター ドJr.／〔ほか〕編 小谷英文 ／監訳	金剛出版	2014.9

8	493.74/㊦	巨大惨禍への精神医学的介入	エルスベス・キャメロン・リ チー／【ほか】編 計見一雄 ／【ほか】監訳	弘文堂	2013.12
9	493.74/㊮	これだけは知っておきたいPTSDとト ラウマの基礎知識	バベット・ロスチャイルド ／著 久保隆司／訳	創元社	2015.8
10	493.74/㊱	惨事ストレスとは何か 救援者の心を守 るために	松井豊／著	河出書房新社	2019.10
11	493.75/㊲	認知症の親を介護している人の心を守 る本	西村知香／監修	大和出版	2019.8
12	493.79/㊳	心の傷を癒すということ 大災害と心 のケア 新增補版	安克昌／著	作品社	2020.1
13	493.79/㊴	災害時のこころのケア	アメリカ国立子どもトラウマティックスト レス・ネットワーク／著 兵庫県こころのケア センター／訳	医学書院	2011.7
14	493.79/㊵	メンタルサポート教室	桃谷裕子／【ほ か】共著	新興医学出版社	2010.1
15	493.79/㊶	メンタルヘルスの理解のために	松本卓也／【ほ か】編著	ミネルヴァ書房	2020.4
16	493.79/㊷	メンタルヘルス・ファーストエイド	ベティ・キッチナー／【ほか】 著 メンタルヘルス・ファースト エイド・ジャパン／訳著	創元社	2021.6
17	493.937/㊸	子どものPTSD	友田明美／【ほ か】編	診断と治療社	2014.5
18	493.937/㊹	被災地の子どものこころケア	松浦直己／編著	中央法規出版	2018.11
19	495.5/㊺	妊産褥婦メンタルケアガイドブック	日本臨床救急医学会「自殺企図者 のケアに関する検討委員会」／監 修	へるす出版	2021.4
20	498/㊻ [児]	しんどい時の自分の守り方 10代から 知っておきたいメンタルケア	増田史／著	ナツメ社	2021.9
21	498.8/㊼	「はたらく」を支える！職場×双極性 障害	秋山剛／編著	南山堂	2018.7
22	599/㊽	ママのアンガーマネジメント8つのマ ジック	日本アンガーマネジメ ント協会／監修	合同出版	2017.3

【関連ウェブサイト】

- ・《災害時に必ず役立つ すべての人のこころのケアに関するリンク集》
(https://jadm.or.jp/contents/link_care/ 日本災害医学会)



日本災害医学会災害時の精神心理的対応に関する委員会が作成したリンク集です。

支援全般、被災者、遺族、支援者などの対象ごとに、こころのケア、メンタルヘ

ルスに関する70以上の情報がまとめられています。



埼玉県マスコット「コバトン」



埼玉県立久喜図書館
自然科学・技術資料担当
令和7年2月発行
埼玉県久喜市下早見85-5
電話：0480-21-2659
FAX：0480-21-2791