

## 資料・様式

---

- 資料① 指定避難所・指定緊急避難場所等一覧表
- 様式②（その１） 建物被災状況チェックシート（鉄筋コンクリート造等用）
- 様式②（その２） 建物被災状況チェックシート（木造用）
- 様式③ 避難所開設チェックリスト
- 様式④ 避難所施設利用計画（開放スペース）
- 様式⑤（その１） 避難者名簿（避難所入所者用）
- 様式⑤（その２） 避難者名簿（避難所以外の避難者用）
- 様式⑥（その１） 避難者カード（避難所入所者用）
- 様式⑥（その２） 避難者カード（避難所以外の避難者用）
- 様式⑦ 避難所開設報告
- 様式⑧ 避難所状況記録票
- 様式⑨ 問合せ受付票
- 様式⑩ 訪問者管理簿
- 様式⑪ 郵便物等受付票
- 様式⑫ ペット登録簿
- 様式⑬ 避難所におけるペットの飼育ルール広報文（案）
- 様式⑭ 情報伝達における要配慮者への対応例
- 様式⑮ 食料・物資要望票
- 様式⑯ 食料（主食）依頼伝票
- 様式⑰ 物資依頼伝票
- 様式⑱ 物品の受払簿（避難所用）
- 様式⑲ ボランティア受付票
- 様式⑳ 取材受付票
- 資料㉑ 掲示物（例）
- 資料㉒ トイレ確保・管理チェックリスト
- 様式㉓ 書き込み用シート



資料① 指定避難所・指定緊急避難場所等一覧表

指定避難所・指定緊急避難場所一覧表における地区区分は、施設の所在地を示す整理上の区分であり、災害時は、近隣の指定避難所・指定緊急避難場所に避難することを妨げるものではない。

平成31年4月1日現在

【指定避難所】（陸地部）

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
今治	今治公民館	北宝来町3丁目2-9 24-2576	72	新耐震	○	○	2階可	○
	旧今治小学校体育館	南大門町2丁目5 36-1611	671	新耐震	○	○	×	○
美須賀	美須賀コミュニティプラザ	室屋町1丁目2-5 32-3123	170	新耐震	×	2階可	2階可	○
	旧美須賀小学校体育館	黄金町1丁目9 36-1611	310	新耐震	×	×	×	○
日吉	吹揚小学校	黄金町3丁目3 22-0689	462	新耐震	2階以上可	2階以上可	2階以上可	○
	日吉公民館	末広町4丁目6-2 33-0534	58	新耐震	×	2階可	×	○
	旧日吉小学校体育館	南宝来町1丁目6-1 36-1611	300	新耐震	○	○	×	○
	中央公民館	南宝来町1丁目6-1 32-2892	416	旧耐震	○	○	2階以上可	○
	今治地域地場産業振興センター	旭町2丁目3-5 32-3337	422	新耐震	○	○	2階以上可	○
別宮	別宮公民館	大正町4丁目2-7 23-6762	113	新耐震	×	2階可	×	○
	別宮小学校	別宮町5丁目1-7 32-0688	1,088	新耐震	2階以上可	○	2階以上可	○
	本町児童館	本町5丁目2-24 32-3952	67	旧耐震	×	2階可	×	○
	別宮保育所	大正町4丁目2-10 32-7126	392	旧耐震	×	2階以上可	×	○
	岡山理科大学今治キャンパス体育館	いこいの丘1-3 52-9000	650	新耐震	○	○	○	○
	中央体育館	別宮町6丁目2-2 24-2351	864	新耐震	×	○	×	○
常盤	常盤公民館	南日吉町2丁目2-9 31-8943	83	旧耐震	○	○	2階可	○
	常盤小学校	中日吉町2丁目6-55 22-0477	1,116	新耐震	○	○	2階以上可	○
	日吉中学校	中日吉町1丁目3-70 22-0731	1,259	新耐震	○	○	2階以上可	○
	常盤保育所	南日吉町2丁目2-8 31-5058	266	旧耐震	○	○	2階可	○
	今治北高等学校	宮下町2丁目2-14 32-2200	1,907	新耐震	○	○	○	○
	今治西高等学校	中日吉町3丁目5-47 32-5030	1,688	新耐震	○	○	2階以上可	○

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
常盤	今治精華高等学校	中日吉町2丁目1-34 32-7100	879	旧耐震	○	○	2階以上可	○
	今治明德高等学校	北日吉町1丁目4-47 22-6767	1,204	新耐震	○	○	2階以上可	○
	今治南高等学校	常盤町7丁目2-17 22-0017	1,632	新耐震	○	○	2階以上可	○
近見	近見公民館	湊町1丁目1-39 32-3258	149	旧耐震	○	○	○	○
	近見小学校	近見町1丁目5-1 22-0258	1,040	新耐震	○	○	○	○
	近見中学校	近見町4丁目2-57 22-1094	1,157	新耐震	○	○	○	○
立花	立花カルチャーセンター	郷六ヶ内町2丁目2-7 22-8041	131	新耐震	○	2階可	2階可	○
	立花小学校	立花町4丁目3-45 22-0185	1,171	新耐震	○	2階以上可	2階以上可	○
	立花中学校	立花町2丁目8-7 32-1095	1,491	新耐震	○	○	2階以上可	○
	今治工業高等学校	河南町1丁目1-36 22-0342	1,560	新耐震	○	○	×	○
鳥生	鳥生公民館	土橋町1丁目8-42 32-3256	124	旧耐震	○	2階可	2階可	○
	鳥生小学校	南高下町3丁目3-71 33-1221	977	新耐震	×	2階以上可	×	○
	鳥生保育所	北鳥生町3丁目1-15 22-3749	192	旧耐震	○	○	2階可	○
	今治立花農業協同組合本所	北鳥生町3丁目3-14 23-0246	121	新耐震	○	2階可	2階可	○
城東	城東公民館	東門町4丁目1-6 32-3049	78	新耐震	×	×	×	○
	旧城東小学校体育館	東門町4丁目3-16 36-1611	302	新耐震	×	×	×	○
	城東保育所	美須賀町4丁目1-48 22-3451	278	新耐震	×	×	×	○
	枝堀児童館	枝堀町1丁目4-1 32-2539	72	旧耐震	×	×	×	○
	旧今治コンピュータ・カレッジ	東門町5丁目840-4 22-8000	158	新耐震	×	×	×	○
桜井	桜井公民館	桜井3丁目6-8 48-0001	99	旧耐震	○	○	○	○
	桜井小学校	郷桜井1丁目8-26 48-0217	1,102	新耐震	○	○	○	○
	桜井中学校	郷桜井1丁目8-8 48-0150	1,195	新耐震	○	○	○	○
	桜井保育所	登畑甲40 48-0555	186	旧耐震	○	○	○	○
	今治高等技術専門校	桜井団地4丁目1-1 48-0525	1,493	旧耐震	○	○	○	○
	今治東中等教育学校	桜井2丁目9-1 47-3630	1,540	新耐震	○	○	○	○

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
国分	国分公民館	唐子台東3丁目23-6 47-3663	75	新耐震	○	○	○	○
	国分小学校	古国分2丁目7-1 47-2050	838	新耐震	○	○	○	○
富田	富田公民館	上徳甲393-3 48-5175	185	新耐震	○	○	○	○
	富田小学校	上徳甲394-4 48-6169	1,202	新耐震	○	○	○	○
	南中学校	松木349-1 48-2546	816	新耐震	○	2階以上可	2階以上可	○
	富田保育所	上徳乙287-7 48-2323	274	新耐震	○	○	○	○
	サン・アビリティーズ今治	喜田村2丁目1-10 48-3477	605	新耐震	○	×	×	○
富田・清水	バリクリーン(今治市クリーンセンター)	町谷甲394番地 47-5374	320	新耐震	○	○	○	○
清水	清水公民館	四村93-2 32-0073	96	旧耐震	○	2階可	2階可	○
	清水小学校	五十嵐甲13-3 22-2556	868	新耐震	○	2階以上可	2階以上可	○
	清水保育所	徳重89-1 23-1510	194	旧耐震	○	2階可	2階可	○
日高	日高公民館	小泉4丁目11-28 32-0074	129	新耐震	○	○	2階可	○
	日高小学校	別名446-2 22-2548	1,096	新耐震	○	○	2階以上可	○
	西中学校	山路554-3 22-0411	1,438	新耐震	○	○	○	○
	日高保育所	別名549-1 23-1512	173	旧耐震	○	○	2階可	○
乃万	乃万公民館	延喜甲237-5 32-0001	72	旧耐震	○	○	○	○
	乃万小学校	延喜甲349 32-2569	919	新耐震	○	○	○	○
	乃万保育所	延喜甲365-2 22-6289	181	旧耐震	○	○	○	○
	今治明德短期大学	矢田甲688 22-7279	2,440	旧耐震	○	○	○	○
波止浜	波止浜公民館	地堀1丁目3-47 41-9012	32	旧耐震	×	○	○	○
	波止浜小学校	地堀1丁目3-40 41-9049	919	新耐震	2階以上可	○	○	○
	北郷中学校	中堀4丁目1-1 41-9051	1,357	新耐震	○	○	○	○
朝倉	旧上朝小学校体育館	朝倉上甲776-1 56-2500	240	新耐震	○	—	—	○
	旧朝倉地域住民学習センター	朝倉上甲800-2 56-2500	71	新耐震	○	—	—	○
	朝倉中学校	朝倉北甲273 56-2016	843	新耐震	○	—	—	○

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
朝倉	朝倉小学校	朝倉北甲 281 56-2004	531	新耐震	○	—	—	○
	朝倉公民館	朝倉北甲 393 56-2024	312	旧耐震	○	—	—	○
	朝倉福祉センター	朝倉下甲 529 56-3560	209	新耐震	○	—	—	○
	朝倉B&G海洋センター	朝倉下乙 104-2 56-3466	715	新耐震	○	—	—	○
	朝倉ふれあい交流センター	朝倉下乙 104-2 36-7021	127	新耐震	○	—	—	○
玉川	玉川中学校	玉川町高野甲 21 55-2019	885	新耐震	○	○	○	○
	九和小学校	玉川町摺木甲 71-1 55-2117	612	新耐震	○	○	○	×
	九和保育所	玉川町大野甲 86-3 55-3132	48	旧耐震	○	○	○	○
	鴨部小学校	玉川町中村甲 574-1 55-2115	565	新耐震	○	○	○	×
	日の出保育所	玉川町小鴨部甲 230-2 55-3032	48	旧耐震	○	○	×	○
	鈍川収蔵庫 (旧鈍川小学校)	玉川町鈍川丙 226 55-2211	254	旧耐震	○	○	○	×
	玉川総合公園体育館	玉川町摺木甲 108 55-4656	649	新耐震	○	○	○	×
	玉川艇庫	玉川町龍岡下乙 17 55-2211	134	新耐震	○	○	○	○
	玉川公民館	玉川町三反地甲 10-1 55-2701	93	旧耐震 (H29 耐震 診断で耐 震有)	○	○	○	○
波方	波方小学校	波方町養老甲 803-1 41-9122	1,097	新耐震	○	—	—	×
	樋口保育所	波方町養老甲 1024 41-7241	215	新耐震	○	—	—	×
	なみっこ交流館	波方町波方甲 2029 41-9770	294	新耐震	○	—	—	×
	旧小部老人福祉センター	波方町小部甲 832-2 52-2748	94	新耐震	×	—	—	○
	波方公民館	波方町樋口甲 253 41-7111	300	旧耐震	○	—	—	○
	波方デイサービスセンター	波方町樋口甲 264-1 41-7700	66	新耐震	○	—	—	×
	波方公園武道館	波方町樋口乙 730 41-5598	381	新耐震	○	—	—	×
	国立波方海上技術短期大 学校	波方町波方甲 1634-1 41-9640	572	新耐震	○	—	—	○
大西	大西体育館	大西町新町甲 797 53-5040	753	新耐震	×	—	—	○
	大西中学校	大西町九王甲 2280-1 53-2038	757	新耐震	2階以上可	—	—	○
	大西小学校	大西町大井浜 103 53-2037	817	新耐震	2階以上可	—	—	○

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
大西	大西公民館	大西町宮脇甲 506-1 53-3500	327	新耐震	○	—	—	○
	旧大西老人福祉センター	大西町宮脇甲 501-2 53-5380	112	新耐震	○	—	—	○
	大西藤山歴史資料館	大西町宮脇乙 579-1 53-2313	132	新耐震	○	—	—	○
菊間	菊間中学校	菊間町浜 2628-1 54-2069	951	新耐震	○	—	—	○
	菊間小学校	菊間町長坂 2000-1 54-2025	858	新耐震	○	—	—	○
	菊間保育所	菊間町長坂 1999 54-2209	100	新耐震	○	—	—	○
	亀岡小学校	菊間町種 52 54-2163	577	旧耐震	2階以上可	—	—	○
	菊間緑の広場公園体育館	菊間町池原 1463-2 54-5730	1,374	新耐震	○	—	—	○
	菊間公民館	菊間町浜 840 54-5310	261	新耐震	×	—	—	○
	旧歌仙地域住民学習センター	菊間町高田 27 54-3450	161	新耐震	○	—	—	○
	旧亀岡学習センター	菊間町佐方 2136 54-3450	264	新耐震	○	—	—	○
	産業振興センター	菊間町種 147-2 54-3450	140	新耐震	○	—	—	○

※○：避難可、×：避難不可、—：蒼社川洪水想定対象外地域

災害対策基本法第 49 条の 7 及び第 49 条の 8 等に係る指定避難所について、本市においては、緊急的に避難する場所（災害対策基本法第 49 条の 4 から第 49 条の 6 まで及び第 49 条の 8 に係る指定緊急避難場所）としても位置づけている。

【指定避難所】（島嶼部）

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
吉海	吉海小学校	吉海町八幡 157 84-2609	695	新耐震	×	—	—	○
	大島中学校	吉海町幸新田 250 84-2706	708	新耐震	3階可	—	—	○
	吉海学習交流館	吉海町八幡 137 84-4700	336	新耐震	×	—	—	○
	旧吉海開発総合センター	吉海町福田 1290 84-2111	697	旧耐震	○	—	—	○
	旧吉海老人福祉センター	吉海町名 1466 84-4110	144	旧耐震	○	—	—	○
	吉海認定こども園	吉海町八幡 56 84-2108	227	新耐震	×	—	—	○
宮窪	宮窪小学校	宮窪町宮窪 4765 86-2117	580	新耐震	○	—	—	○
	宮窪公民館	宮窪町宮窪 2669 86-3238	390	旧耐震	○	—	—	○
	宮窪認定こども園	宮窪町宮窪 2901 86-3412	262	旧耐震	○	—	—	○
	宮窪石文化伝承館	宮窪町宮窪 3546 86-2456	744	新耐震	○	—	—	×
	宮窪保健センター	宮窪町宮窪 3544-2 74-1023	242	新耐震	○	—	—	○
	旧宮窪友浦農村環境改善センター	宮窪町友浦 2576 86-2500	262	新耐震	○	—	—	×
	宮窪余所国農村環境改善センター	宮窪町余所国 1374 86-2500	115	新耐震	○	—	—	×
伯方	伯方中学校	伯方町木浦甲 4134-1 72-1055	751	新耐震	○	—	—	○
	伯方認定こども園	伯方町木浦甲 1200-1 72-0227	78	新耐震	○	—	—	×
	伯方小学校	伯方町木浦甲 3599-2 72-0030	771	新耐震	○	—	—	×
	伯方福祉センター	伯方町木浦甲 3930-1 74-2123	362	新耐震	○	—	—	×
	伯方高等学校	伯方町有津甲 2358 72-0034	817	新耐震	○	—	—	○
	旧伯方有津体育館	伯方町有津甲 921 72-1500	243	旧耐震	○	—	—	×
	伯方開発総合センター	伯方町叶浦甲 1668-30 72-2725	231	新耐震	○	—	—	○
	旧西伯方地域住民学習センター	伯方町叶浦甲 1666-5 72-1500	90	新耐震	○	—	—	○
	伯方伊方体育館	伯方町伊方甲 1820-5 72-1500	252	旧耐震	×	—	—	○
	伯方農村環境改善センター	伯方町北浦甲 2178 73-0230	146	新耐震	○	—	—	○
	旧伯方北浦体育館	伯方町北浦甲 2313 72-1500	243	旧耐震	○	—	—	×
	しまなみ交流プラザ	伯方町木浦甲 1200-1 72-2775	113	新耐震	○	—	—	×

地区	施設名称	所在地 電話番号 (0898)	収容 人数(人)	新旧耐震別	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
伯 方	伯方公民館	伯方町木浦甲 1234 72-1500	264	旧耐震	○	—	—	○
上 浦	旧しまなみふれあい交流館	上浦町盛 2163 87-3000	526	旧耐震	○	—	—	○
	上浦小学校	上浦町井口 4497-1 87-2011	493	新耐震	○	—	—	○
	大三島中学校	上浦町井口 5610 87-3400	894	新耐震	○	—	—	○
	上浦認定こども園	上浦町井口 5931-1 87-2385	68	旧耐震	○	—	—	○
	上浦開発総合センター	上浦町井口 5931-1 87-3300	302	旧耐震	○	—	—	○
	旧上浦瀬戸崎体育館	上浦町甘崎 3878 87-3000	345	新耐震	○	—	—	○
	旧瀬戸崎地域住民学習センター	上浦町甘崎 4649 87-3000	196	旧耐震	○	—	—	○
大 三 島	大三島公民館	大三島町宮浦 5708 82-0500	382	旧耐震	×	—	—	○
	旧岡山地域住民学習センター	大三島町口総 1366 82-0500	111	旧耐震	○	—	—	○
	大三島少年自然の家	大三島町肥海 4762-1 82-0311	473	新耐震	○	—	—	○
	大三島認定こども園	大三島町明日 2493-1 82-0164	254	旧耐震	×	—	—	○
	大三島小学校	大三島町宮浦 5145 82-0027	581	新耐震	○	—	—	○
	旧大三島老人福祉センター	大三島町宗方 3621 82-0500	110	旧耐震	×	—	—	○
関 前	岡村小学校	関前岡村甲 415 88-2531	117	新耐震	○	—	—	×
	関前中学校	関前岡村甲 415 88-2531	152	新耐震	○	—	—	×
	関前開発総合センター	関前岡村甲 5-2 88-2211	252	旧耐震	○	—	—	○
	岡村小学校僻地集会室	関前岡村甲 697-1 88-2111	262	新耐震	○	—	—	×
	旧小大下老人憩の家	関前小大下乙 1352-2 88-2901	42	旧耐震	○	—	—	×
	小大下出張診療所	関前小大下甲 2115-1 88-2900	6	新耐震	○	—	—	○
	大下地区農産物加工場	関前大下甲 1856-1 88-2211	22	新耐震	2階可	—	—	×
	大下集会所	関前大下甲 1856-2 88-2728	68	新耐震	×	—	—	×

※○：避難可、×：避難不可、—：蒼社川洪水想定対象外地域

災害対策基本法第 49 条の 7 及び第 49 条の 8 等に係る指定避難所について、本市においては、緊急的に避難する場所（災害対策基本法第 49 条の 4 から第 49 条の 6 まで及び第 49 条の 8 に係る指定緊急避難場所）としても位置づけている。

【指定緊急避難場所】（陸地部）

地区	施設名称	所在地	面積	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂災害時 避難可否
日吉	吹揚小学校	黄金町3丁目3	5,751 m <sup>2</sup>	×	×	×	○
	旧日吉小学校運動場	南宝来町1丁目6-1	7,597 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
別宮	別宮小学校	別宮町5丁目1-7	7,537 m <sup>2</sup>	×	○	×	○
	中央体育館駐車場	別宮町6丁目2-2	4,733 m <sup>2</sup>	×	○	×	○
	岡山理科大学今治キャンパス グラウンド	いこいの丘1-3	8,200 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
常盤	常盤小学校	中日吉町2丁目6-55	10,193 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	日吉中学校	中日吉町1丁目3-70	12,264 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	今治北高等学校	宮下町2丁目2-14	14,539 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	今治西高等学校	中日吉町3丁目5-47	15,872 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	今治南高等学校	常盤町7丁目2-17	13,816 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
近見	近見小学校	近見町1丁目5-1	5,804 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	近見中学校	近見町4丁目2-57	8,740 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
立花	立花小学校	立花町4丁目3-45	5,451 m <sup>2</sup>	○	×	×	○
	立花中学校	立花町2丁目8-7	10,151 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	今治工業高等学校	河南町1丁目1-36	16,110 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
鳥生	鳥生小学校	南高下町3丁目3-71	12,428 m <sup>2</sup>	×	×	×	○
城東	旧城東小学校運動場	東門町4丁目3-16	7,681 m <sup>2</sup>	×	×	×	○
桜井	桜井小学校	郷桜井1丁目8-26	9,191 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	桜井中学校	郷桜井1丁目8-8	8,499 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	今治高等技術専門校	桜井団地4丁目1-1	8,689 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	今治東中等教育学校	桜井2丁目9-1	27,100 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	今治特別支援学校運動場	桜井乙32-313	10,800 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
国分	国分小学校	古国分2丁目7-1	10,487 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
富田	富田小学校	上徳甲394-4	6,685 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	南中学校	松木349-1	7,033 m <sup>2</sup>	○	×	×	○
富田・清水	バリクリーン(今治市クリーンセンター)	町谷甲394番地	21,400 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
清水	清水小学校	五十嵐甲13-3	8,678 m <sup>2</sup>	○	×	×	○
日高	日高小学校	別名446-2	4,704 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	西中学校	山路554-3	6,844 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	イオン今治店駐車場	馬越町4丁目8-1	12,000 m <sup>2</sup>	○	○	×	○
	イオンモール今治新都市駐車場	にぎわい広場1番地1	102,437 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
乃万	乃万小学校	延喜甲349	5,411 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	今治明德短期大学	矢田甲688	16,839 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
波止浜	波止浜小学校	地堀1丁目3-40	6,742 m <sup>2</sup>	×	○	○	○
	北郷中学校	中堀4丁目1-1	12,168 m <sup>2</sup>	○	○	○	○

地区	施設名称	所在地	面積	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂災害時 避難可否
朝倉	朝倉中学校	朝倉北甲 273	7,127 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	朝倉小学校	朝倉北甲 281	3,300 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
玉川	玉川中学校	玉川町高野甲 21	6,679 m <sup>2</sup>	○	○	○	○
	九和小学校	玉川町摺木甲 71-1	7,131 m <sup>2</sup>	○	○	○	×
	鴨部小学校	玉川町中村甲 574-1	4,433 m <sup>2</sup>	○	○	○	×
	鈍川収蔵庫(旧鈍川小学校)	玉川町鈍川丙 226	3,769 m <sup>2</sup>	○	○	○	×
	玉川総合公園運動場多目的広場	玉川町摺木甲 108	15,102 m <sup>2</sup>	○	○	○	×
波方	波方小学校	波方町養老甲 803-1	7,992 m <sup>2</sup>	○	—	—	×
	波方公園運動場多目的広場	波方町樋口乙 730	10,700 m <sup>2</sup>	○	—	—	×
	国立波方海上技術短期 大学校	波方町波方甲 1634-1	3,600 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
大西	大西中学校	大西町九王甲 2280-1	10,170 m <sup>2</sup>	×	—	—	○
	大西小学校	大西町大井浜 103	4,558 m <sup>2</sup>	×	—	—	○
	藤山健康文化公園	大西町宮脇乙 579-1	11,352 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
菊間	菊間中学校	菊間町浜 2628-1	15,304 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	菊間小学校	菊間町長坂 2000-1	7,114 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	亀岡小学校	菊間町種 52	3,700 m <sup>2</sup>	×	—	—	○
	菊間緑の広場公園運動場多目的 広場	菊間町池原 1463-2	13,553 m <sup>2</sup>	○	—	—	○

※○：避難可、×：避難不可、—：蒼社川洪水想定対象外地域

### 【指定緊急避難場所】(島嶼部)

地区	施設名称	所在地	面積	津波時 避難可否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂災害時 避難可否
吉海	吉海小学校	吉海町八幡 157	5,481 m <sup>2</sup>	×	—	—	○
	大島中学校	吉海町幸新田 250	10,438 m <sup>2</sup>	×	—	—	○
	旧吉海老人福祉センター	吉海町名 1466	400 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
宮窪	宮窪小学校	宮窪町宮窪 4765	5,500 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	宮窪石文化運動公園	宮窪町宮窪 3546	16,800 m <sup>2</sup>	○	—	—	×
伯方	伯方中学校	伯方町木浦甲 4134-1	6,183 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	伯方小学校	伯方町木浦甲 3599-2	5,262 m <sup>2</sup>	○	—	—	×
	伯方高等学校	伯方町有津甲 2358	11,723 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
上浦	上浦小学校	上浦町井口 4497-1	6,260 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
	大三島中学校	上浦町井口 5610	17,372 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
大三島	大三島小学校	大三島町宮浦 5145	4,944 m <sup>2</sup>	○	—	—	○
関前	岡村小学校	関前岡村甲 415	2,896 m <sup>2</sup>	○	—	—	×

※○：避難可、×：避難不可、—：蒼社川洪水想定対象外地域

【福祉避難所】

地区	施設名称	所在地 電話番号 陸地部 (0898) 島嶼部 (0897)	収容 人数(人)	事業 区分	津波時 避難可 否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
今治	廣寿苑(今治校区)	南大門町 3-5-33 24-7000	104	軽費老人ホーム	○	○	×	○
美須賀	シルバーハウス吹揚	黄金町 3-2-6 25-7575	71	特別養護老人 ホーム	×	×	×	○
常盤	すずらん	宮下町 1-1-62 23-5000	57	特別養護老人 ホーム	○	○	○	○
桜井	桜井荘	旦甲 472-1 48-2246	5	養護老人ホーム	○	○	○	×
	唐子荘	旦甲 479-1 48-6241	31	特別養護老人 ホーム	○	○	○	×
	今治福祉園	宮ヶ崎甲 170 48-8848	87	障害者支援施設	○	○	○	○
富田	みどりの郷	上徳甲 110-1 48-6106	200	特別養護老人 ホーム	○	○	○	○
	今治育成園	町谷甲 746 47-3770	33	障害者支援施設	○	○	○	○
	今治療護園	町谷甲 756-1 48-4066	91	障害者支援施設	○	○	○	○
	かのこ	宮ヶ崎甲 700-1 47-5655	18	特別養護老人 ホーム	○	○	○	○
清水	泉荘	新谷甲 1884-1 47-1599	81	養護老人ホーム	○	○	○	○
日高	今治なごみ苑	別名 251 25-7530	173	特別養護老人 ホーム	○	○	×	○
	日高荘	小泉 5-6-38 22-7069	10	特別養護老人 ホーム	○	○	×	○
	廣寿苑(日高校区)	高橋甲 1142-1 24-7000	61	特別養護老人 ホーム	○	○	○	○
波止浜	ほのか	高部甲 535-1 52-7100	14	特別養護老人 ホーム	○	○	○	×
朝倉	清流園	朝倉北甲 497 56-2022	15	養護老人ホーム	○	-	-	○
	リーフガーデンあさくら	朝倉下乙 102-2 56-1300	29	特別養護老人 ホーム	○	-	-	○
玉川	瑞鶴荘	玉川町畑寺甲 15-1 55-2131	142	特別養護老人 ホーム	○	○	○	○
波方	寿山苑	波方町養老甲 1006 36-5300	53	特別養護老人 ホーム	○	-	-	×
大西	ケアハウス幸風園	大西町紺原甲 290-1 53-6500	233	軽費老人ホーム	○	-	-	○
	特別養護老人ホーム幸風園	大西町紺原甲 288-1 53-6500	65	特別養護老人 ホーム	○	-	-	○
菊間	菊仙荘	菊間町種 3560-5 54-3401	55	特別養護老人 ホーム	○	-	-	○
	ラ・ファミーユ	菊間町浜 1453-1 54-5678	75	軽費老人ホーム	○	-	-	○

地区	施設名称	所在地 電話番号 陸地部 (0898) 島嶼部 (0897)	収容 人数(人)	事業 区分	津波時 避難可 否	蒼社川 洪水時 避難可否 (計画降雨)	蒼社川 洪水時 避難可否 (想定最大 規模降雨)	土砂 災害時 避難 可否
吉 海	阿育苑	吉海町仁江 262-1 84-4608	131	特別養護老人 ホーム	○	—	—	○
伯 方	はかた寿園	伯方町木浦甲 3930-3 74-0155	79	特別養護老人 ホーム	○	—	—	×
上 浦	多々羅の里	上浦町井口 3865-1 87-3800	76	特別養護老人 ホーム	○	—	—	○
大 三 島	楠風園	大三島町浦戸 2 83-0007	41	養護老人ホーム	○	—	—	○

※○：避難可、×：避難不可、—：蒼社川洪水想定対象外地域 収容人員1人につき3.3㎡以上で計算

様式②（その１） 建物被災状況チェックシート（鉄筋コンクリート造等用）

建物被災状況チェックシート（鉄筋コンクリート造等用）

（手順）

- ① 質問１から順番に点検を行い、質問１～６（外部の状況）までで、B又はCと判断された場合は、建物内に入ることはせず、質問７以降の内部の状況については点検する必要はありません。
- ② 危険と認められる場所については、貼り紙をするなどして立入禁止とします。
- ③ このチェックシートの質問項目に関わらず、少しでも建物の状況に不安がある場合は、市災害対策本部へ連絡し、地震被災建築物応急危険度判定士による判定を待ちます。

（ 指定 ・ 指定以外 ） 避難所名： \_\_\_\_\_  
 点検実施者名： \_\_\_\_\_  
 点検実施日時： \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 時頃

建物の外から見て、次の質問の該当するところに○を付けてください。

質 問	該 当 項 目
1 隣接する建物が傾き、避難所の建物に倒れ込む危険性がありますか？	A いいえ B 傾いている感じがする C 倒れ込みそうである
2 建物周辺に地すべり、がけくずれ、地割れ、噴砂・液状化、擁壁の破損などが生じたか？	A いいえ B 生じた C ひどく生じた
3 建物が沈下しましたか？あるいは、建物周囲の地面が沈下しましたか？	A いいえ B 生じた C ひどく生じた
4 建物が傾斜しましたか？	A いいえ B 傾斜しているような感じがする C 明らかに傾斜した
5 外部の柱や壁にひび割れがありますか？	A ない又は髪の毛程度のひび割れがある B 比較的大きなひび割れが入っている C 大きなひび割れが多数あり、鉄筋が見える
6 外壁タイル・モルタルなどが落下しましたか？	A いいえ B 落下しかけている、落下している (Cの回答はありません)

建物の中に入り、次の質問の該当するところに○を付けてください。

質 問	該当項目
7 床が壊れましたか？	A いいえ B 少し傾いている、下がっている C 大きく傾斜している、下がっている
8 内部のコンクリートの柱、壁にひび割れがありますか？	A ない又は髪の毛程度のひび割れがある B 比較的大きなひび割れが入っている C 大きなひび割れが多数あり、鉄筋が見える
9 建具やドアが壊れましたか？	A いいえ B 建具・ドアが動かない C 建具・ドアが壊れた
10 天井、照明器具が落下しましたか？	A いいえ B 落下しかけている C 落下した
11 ガスが漏れている匂いがしますか？	A いいえ C ガスの匂いがする (Bの回答はありません)

#### 【判断基準】

- ① Cの答えが一つでもある場合は、『危険』です。

施設内へは立ち入らず、市災害対策本部へ連絡し、他の避難所への移動等、必要な対応を検討します。

- ② Bの答えが一つでもある場合は、『要注意』です。

施設内へは立ち入らず、市災害対策本部へ連絡し、専門家による応急的な補強を行う等、必要な措置を講じます。

- ③ Aのみの場合

質問以外の危険箇所に注意し、施設を使用します。

※ 余震により被害が進んだと思われる場合は、再度チェックシートで被災状況を点検してください。

※ このチェックシートによる判断は、あくまで臨時的なものであるため、市災害対策本部へ連絡し、できるだけ早く被災建築物応急危険度判定士による判定を受けてください。

様式②（その２） 建物被災状況チェックシート（木造用）

建物被災状況チェックシート（木造用）

（手順）

- ① 質問1から順番に点検を行い、質問1～7（外部の状況）までで、B又はCと判断された場合は、建物内に入ることはせず、質問8以降の内部の状況については点検する必要はありません。
- ② 危険と認められる場所については、貼り紙をするなどして立入禁止とします。
- ③ このチェックシートの質問項目に関わらず、少しでも建物の状況に不安がある場合は、市災害対策本部へ連絡し、地震被災建築物応急危険度判定士による判定を待ちます。

避難所名： \_\_\_\_\_

点検実施者名： \_\_\_\_\_

点検実施日時： \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 時頃

建物の外から見て、次の質問の該当するところに○を付けてください。

質 問	該 当 項 目
1 隣接する建物が傾き、避難所の建物に倒れ込む危険性がありますか？	A いいえ B 傾いている感じがする C 倒れ込みそうである
2 建物周辺に地すべり、がけくずれ、地割れ、噴砂・液状化、擁壁の破損などが生じたか？	A いいえ B 生じた C ひどく生じた
3 建物の足元（基礎）が壊れましたか？	A いいえ B 壊れたところがある C ひどく壊れた
4 建物が傾斜しましたか？	A いいえ B 傾斜したような感じがする C 明らかに傾斜した
5 床が壊れましたか？	A いいえ B 少し傾いた、下がった C 大きく傾いた、下がった
6 柱が折れましたか？	A いいえ B 割れを生じたものがある C 完全に折れたものがある
7 外壁のモルタルが落下しましたか？	A いいえ B 落下しかけている、落下した (Cの解答はありません)
8 屋根瓦が落下しましたか？	A いいえ B ずれた C 落下した

建物の中に入り、次の質問の該当するところに○を付けてください。

質 問	該当項目
9 内部の壁が壊れましたか？	A いいえ B ひび割れや目透きが生じた C 土壁が落ちたり、ボードがはらんだりした
10 建具やドアが壊れましたか？	A いいえ B 建具・ドアが動きにくい C 建具・ドアが動かない
11 ガラスが割れましたか？	A いいえ B 数枚割れた、沢山割れた (Cの解答はありません)
12 天井、照明器具が落下しましたか？	A いいえ B 落下しかけている C 落下した
13 ガスが漏れている匂いがしますか？	A いいえ C ガスの匂いがする (Bの回答はありません)

**【判断基準】**

- ① Cの答えが一つでもある場合は、『**危険**』です。

施設内へは立ち入らず、市災害対策本部へ連絡し、他の避難所への移動等、必要な対応を検討します。

- ② Bの答えが一つでもある場合は、『**要注意**』です。

施設内へは立ち入らず、市災害対策本部へ連絡し、専門家による応急的な補強を行う等、必要な措置を講じます。

- ③ Aのみの場合

質問以外の危険箇所注意到意し、施設を使用します。

※ 余震により被害が進んだと思われる場合は、再度チェックシートで被災状況を点検してください。

※ このチェックシートによる判断は、あくまで臨時的なものであるため、市災害対策本部へ連絡し、できるだけ早く被災建築物応急危険度判定士による判定を受けてください。

様式③ 避難所開設チェックリスト

避難所開設チェックリスト

項目	対応項目	確認
1. 避難所への到着	・地域団体等は、避難者をまとめ落ち着かせる。	<input type="checkbox"/>
	・避難所施設で火災が発生している場合は、一旦避難場所へ移動し待機する(指定緊急避難場所にも指定されている避難所では、安全な場所で待機)。	<input type="checkbox"/>
2. 市担当者、施設管理者の到着	・門扉等を開錠し、敷地内に入場する(到着していない場合は、地域団体等が以下の開設業務を行う)。	<input type="checkbox"/>
	・自家用車の乗り入れはしない(あらかじめ認められている場合を除く)。	<input type="checkbox"/>
3. 建物の安全確認	・「建物被災状況チェックシート」で、建物の安全確認をする(安全確認が済むまで建物内に避難者を入れない)。	<input type="checkbox"/>
4. 施設利用(避難者受入れ)スペース等の確保	・体育館、安全な部屋等のスペースを確保する。	<input type="checkbox"/>
	・室内の整理等は、避難者に協力を依頼し処理する。	<input type="checkbox"/>
	・避難所の管理運営に必要な場所を確保する。	<input type="checkbox"/>
5. 避難者の受付	・自治会単位で、避難者の世帯ごとに受け付けて、「避難者名簿」に記入する。	<input type="checkbox"/>
	・居住スペースへ入場(誘導)する。	<input type="checkbox"/>
	・落ち着いた段階で、家族代表者が「避難者カード」に記入し、受付に提出する。	<input type="checkbox"/>
6. 設備・ライフラインの確認	・電気が使用できるか	<input type="checkbox"/>
	・通信機器(電話、FAX、インターネット、無線機)が使用できるか。	<input type="checkbox"/>
	・水道が使用できるか。	<input type="checkbox"/>
	・ガスが使用できるか。	<input type="checkbox"/>
	・トイレが使用できるか。	<input type="checkbox"/>
	・放送設備が使用できるか。	<input type="checkbox"/>
	・周辺の道路状況把握(避難者からの情報収集)	<input type="checkbox"/>
7. 市災害対策本部への開設報告	・市災害対策本部へ、避難所開設及び状況を報告する(通信手段が途絶している場合は、伝令を出す)。 ・市災害対策本部は、避難所が開設されたことを地域住民に広報を行う。	<input type="checkbox"/>
8. 避難者への説明  ※混乱時のため、冷静な態度でゆっくり説明する。 ※混乱の沈静化に努める	・「避難所のルール」の掲示、配付、説明	<input type="checkbox"/>
	・トイレの使用場所、火気取扱について説明	<input type="checkbox"/>
	・避難者名簿未登録者への登録依頼	<input type="checkbox"/>
	・その他、把握できている災害情報の説明	<input type="checkbox"/>

※ 原則として、市担当者がチェックしながら業務を実施します。

※ 市担当者が不在で、かつ、緊急の場合には、施設管理者がその役割を補完します。

※ 市担当者、施設管理者がともに不在で、かつ、緊急の場合には、地域団体等が実施します。

様式④ 避難所施設利用計画（開放スペース）

避難所施設利用計画（開放スペース）

用途	具体的な場所	留意点
◎第一次避難スペース		(例) 体育館
第二次避難スペース		・避難スペースが不足する場合 (例) ○○校舎○階○教室
特別の配慮が必要な人 (要配慮者) の部屋		(例) 多目的室
避難所運営用	◎受付所	・避難スペースの玄関近くに設置
	◎事務所	・受付に隣接して設置
	運営本部室	
	◎広報場所	・避難スペースの玄関近くに、受付とともに設置 ・災害対策本部等からの情報伝達用「広報掲示板」と避難所運営用「伝言板」の設置
	会議場所	・避難所運営組織等のミーティング場所（事務室等）
	仮眠所（スタッフ用）	・事務室や仮設テント等の確保
救護活動用	◎救護所	・救護テントの設置や施設の医務室（保健室）の利用
	育児室・乳児室	・就寝場所から離れた場所を確保
	物資等の保管場所	・原則として鍵のかけられる場所
	物資等の配布場所	・天候に左右されない場所
	特設公衆電話の設置場所	・屋根のある屋外等、在宅被災者も利用でき、就寝場所に声が聞こえない場所に設置

用途		具体的な場所	留意点
避難 生活 用	◎更衣室（兼授乳場所）		・個室又は仕切りの確保
	相談所		・プライバシーが守られる場所（個室）
	休憩所		・共用の多目的スペースとして設置
	調理場（電気調理器具）		・電気ポット等の設置（電気復旧後）
	遊戯場所、勉強場所		・昼は遊び場、夜は勉強の場とし、就寝場所から離れた場所
屋 外	仮設トイレ		<ul style="list-style-type: none"> <li>・就寝場所に臭いが届かない所、し尿収集車の進入しやすい所、就寝場所から壁伝いで行ける（高齢者等が行き易い）所</li> <li>・特に女性や子どもの安全・安心に配慮</li> <li>・照明電源が確保できる場所</li> </ul>
	ごみ集積場		<ul style="list-style-type: none"> <li>・就寝場所に臭いが届かない所、ごみ収集車が進入しやすい所</li> <li>・調理室など、衛生に関して十分に注意を払わなければならない場所から離れたところ</li> <li>・直射日光が当たりにくく、屋根のあるところ</li> </ul>
	喫煙場所		・屋外に設置（学校（園）など敷地内禁煙の施設は禁煙）
	物資等の荷卸し場		・トラックが進入しやすい所（屋外に仮設テント等を設置）
	炊事・炊き出し場		・避難者が炊事、炊き出しができる仮設設備等を設置
	仮設入浴場・洗濯・物干場		・トラックが進入しやすく、ボイラー等の使用や排水の確保ができる場所、女性用の洗濯物干場の確保
	駐輪場・駐車場		・自動車は、一時利用のみ
ペット飼育場所		・原則として、屋外に設置	

◎ 避難所開設当初から設ける必要がある場所

※必要に応じて、略図を添付







様式⑥（その２） 避難者カード（避難所以外の避難者用）

避難者カード（避難所以外の避難者用）

（自治会名： ）

番号：

①	世帯代表者名 <small>ふりがな</small>			電話			
	住 所						
②	入 所 年 月 日	年	月	日	所属自治会名		
	家 族	氏 名 <small>ふりがな</small>	避難状況 <sup>※1</sup>	性別	年齢	要配慮 <sup>※2</sup>	備考
				男・女			
				男・女			
				男・女			
				男・女			
				男・女			
				男・女			
				男・女			
	<sup>※1</sup> ：ア テント、イ 車、ウ 在宅避難者、エ その他 <sup>※2</sup> ：配慮を要する方は○を記入の上、下記「要配慮内容」に記入してください。						
要 配 慮 内 容	(病気や障がい等特別の配慮が必要である、紙おむつ、メガネ、入歯等の必要、アレルギーがあるなど、配慮が必要な事項があればご記入ください。)						
親 族 等 の 連 絡 先	住所 氏名 電話						
家屋被害状況	1 全壊      2 全焼      3 半壊      4 半焼      5 一部損壊 6 流出      7 床上浸水      8 床下浸水 ①断水      ②停電      ③ガス停止      ④電話不通						
特 技 ・ 資 格	(特技や資格を活かした活動にお手伝いいただける方はご記入ください。)						
	特技・資格の内容					氏名	
③	安否確認など他からの問い合わせに対して、住所、氏名、性別を公開してもいいですか？				良い ・ 良くない		
④	移 転 年 月 日	年	月	日			
	移 転 先	住所 氏名 電話					

※この名簿は、世帯代表の方が記入し、最寄りの避難所の市担当者へお渡しください。

【避難所以外に避難している方へ】

- ・この名簿を記入し提出することにより避難者として登録され、避難所生活と同等の食料・物資などの支援が受けられるようになります。
- ・内容に変更がある場合は、速やかに市の避難所担当者に申し出て修正してください。
- ・ご親族の方々等に安否をお知らせするために、住所、氏名、性別に限り公表し、または他からの問い合わせに対して回答することとしています。しかし、プライバシーの問題がありますので、公表の可否については、ご家族で判断してください。



様式⑧ 避難所状況記録票

避難所状況記録票

(避難所名： )

発信者名		災害対策本部 受信者名	
発信日時	年 月 日		
	前日数(A)	入所数(B)	退所数(C)
避難者世帯数 (避難者カード届数)	世帯	世帯	世帯
避難者人数 (避難者名簿登録数)	人	人	人
連絡事項			
	活動状況		要請事項
総務班			
情報広報班			
管理班			
保健衛生班			
医療福祉班			
食料物資班			
ボランティア班			
(その他、特筆すべき事項)			
周辺地域の状況			
※地域の自治会や在宅被災者からの要望など、特に連絡の必要がある場合に記載してください。			

様式⑨ 問合せ受付票

問合せ受付票

(避難所名 : )

受付番号		受付日時	月	日	:	頃
受付者氏名						
問合せのあった避難者	住所 氏名					
問合せしてきた人	氏名 連絡先					
掲示板への貼付の了解	可 ・ 否	掲示板への貼付日	月	日		
備 考						

問合せ受付票

(避難所名 : )

受付番号		受付日時	月	日	:	頃
受付者氏名						
問合せのあった避難者	住所 氏名					
問合せしてきた人	氏名 連絡先					
掲示板への貼付の了解	可 ・ 否	掲示板への貼付日	月	日		
備 考						

様式⑩ 訪問者管理簿

訪問者管理簿

(避難所名： )

受付日		年 月 日		
番号	氏 名	訪問時刻	退所時刻	用 件
1		:	:	
2		:	:	
3		:	:	
4		:	:	
5		:	:	
6		:	:	
7		:	:	
8		:	:	
9		:	:	
10		:	:	
11		:	:	
12		:	:	
13		:	:	
14		:	:	
15		:	:	
16		:	:	
17		:	:	
18		:	:	
19		:	:	
20		:	:	
21		:	:	
22		:	:	
23		:	:	
24		:	:	
備考				

様式⑪ 郵便物等受付票

郵便物等受付票

(避難所名： )

番号	受付月日	宛名	自治会名等	郵便物等の種類	受取月日	受取人
1	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
2	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
3	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
4	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
5	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
6	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
7	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
8	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
9	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
10	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
11	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
12	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	
13	月 日			葉書・封書・小包 その他 ( )	月 日	

様式⑫ ペット登録簿

ペット登録簿

(避難所名： )

番号	受付日	飼育者	種類	体格や毛色等の特徴	ペット名	退所日
1	月 日	住所 氏名				月 日
2	月 日	住所 氏名				月 日
3	月 日	住所 氏名				月 日
4	月 日	住所 氏名				月 日
5	月 日	住所 氏名				月 日
6	月 日	住所 氏名				月 日
7	月 日	住所 氏名				月 日
8	月 日	住所 氏名				月 日
9	月 日	住所 氏名				月 日
10	月 日	住所 氏名				月 日
11	月 日	住所 氏名				月 日
12	月 日	住所 氏名				月 日
13	月 日	住所 氏名				月 日

避難所におけるペットの飼育ルール広報文（案）

ペットの飼い主の皆さんへ

避難所では、多くの人が共同生活を送っていますので、ペットの飼い主の皆さんは、次のことを守って避難所生活を送ってください。

- ① ペットは、指定された場所で「つなぐ」、あるいは「檻（ケージ）」に入れて飼ってください。
- ② 飼育場所や施設は、飼い主の手によって常に清潔にし、必要に応じて消毒を行ってください。
- ③ ペットに関する苦情の予防、危害の防止に努めてください。
- ④ 排便やブラッシングは、必ず屋外の指定された場所でさせ、後始末を行ってください。
- ⑤ 給餌は時間を決めて、その都度きれいに片づけてください。
- ⑥ ノミの駆除に努めてください。
- ⑦ 運動は、必ず屋外で行ってください。
- ⑧ 必要なワクチンを接種してください。
- ⑨ 迷子札等の装着をしてください。
- ⑩ 飼育が困難な場合は、保健衛生班に相談してください。
- ⑪ 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに保健衛生班まで届け出てください。

避難所運営委員会

様式⑭ 情報伝達における要配慮者への対応例

情報伝達における要配慮者への対応例

[視覚障がい者]

- ・点字による掲示
- ・トイレへの案内用のロープの設置等の工夫
- ・居住組、医療福祉班、情報広報班等による必要・関連事項の口述伝達

[聴覚障がい者]

- ・文字による伝達方法（コミュニケーションボードの活用）
- ・手話通訳者の確保（手話のできる避難者、ボランティアの協力）
- ・光による伝達方法  
（例えば呼び出しの際に赤色ランプを点滅させて知らせる等の工夫）

[外国人]

- ・掲示物の工夫（「多言語表示シート」の利用・ひらがなを書き添える。）
- ・通訳の確保（外国語を解する避難者、ボランティアの協力）
- ・翻訳機、パソコンの翻訳ソフトの活用による伝達方法の検討



様式⑩ 食料（主食）依頼伝票

食料（主食）依頼伝票

① 避難所記入欄	依頼日時	月 日 時 分		
	避難所名			
	避難所住所			
	担当者 (役職名)	電話	FAX	
	依頼数	避難者用	食（うち、やわらかい食事 食）	
		在宅被災者用	食（うち、やわらかい食事 食）	
合計		食（うち、やわらかい食事 食）		
その他の 依頼内容				

※食料（主食）が配送されましたら、速やかに市災害対策本部に報告してください。

② 市災害対策本部記入欄	受信日時	月 日 時 分		
	担当者名			
	処理時刻	月 日 時 分		
	依頼数	避難者用	食（うち、やわらかい食事 食）	
		在宅被災者用	食（うち、やわらかい食事 食）	
		合計	食（うち、やわらかい食事 食）	
	発注業者	電話	FAX	
	配送業者	電話	FAX	
配送確認時刻	月 日 時 分			
備考				





様式⑱ ボランティア受付票

ボランティア受付票

(避難所名： )

※太枠内をご記入ください。

受付日時	年 月 日	受付担当者			
ふりがな 氏名		性別		年齢	歳
住所	〒		電話		
緊急時連絡先	氏名：		電話（携帯）：		
この避難所での 活動回数	初回		・	回目	
ボランティア 経験の有無	有 ・ 無				
	(主な内容)				
資格・特殊 技能等					
活動可能な 期間・時間	月 日	～	月 日	(予定)	
	時	～	時		
ボランティア 保険加入	加入済み ・ 未加入				

【避難所記入欄】

活動班及び 担当者	( ) 班 担当者 ( )
活動内容	
備考	

活動終了日 (退所日)	年 月 日
----------------	-------

様式⑳ 取材受付票

取材受付票

受付日時	年 月 日	退所日時	年 月 日
ふりがな 代表者氏名		所 属	
連絡先	〒		電話
同行者 (氏名・所属)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		
取材目的	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		
避難所付添者 氏名			
備考			
名刺貼付場所			

掲示物（例）

受付

トイレ

男性用 ・ 女性用  
使用可 ・ 使用不可

ごみ

分別区分

回収時間

**入室禁止**

**女性専用**

**喫煙所**

資料② トイレ確保・管理チェックリスト

項目 番号	仕事	いつ				★主担当 ◎担当 ○支援	指 示 し た か	確 認 し た か	協働する 団体等
		準 備	初 動	応 急	復 旧				
対策項目1 災害用トイレの確保・管理計画を作成する									
1-1	各避難所の既設トイレの汚水処理方法を確認する	◎				★環境衛生班 ◎下水道班 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-2	各避難所の想定される最大避難者数を確認する	◎				★環境衛生班 ◎総括班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-3	災害時の水洗トイレの使用ルールを作成する	◎				★環境衛生班 ○下水道班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-4	災害時のトイレ（便器）の必要数の見積もりを実施する	◎				★環境衛生班 ◎総括班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-5	携帯・簡易・仮設トイレの備蓄、マンホールトイレの整備を検討する	◎				★環境衛生班 ◎総括班 ◎下水道班 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-6	屋外トイレの設置場所を確保する	◎				★総括班 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-7	トイレの衛生管理に必要な物資等を確保する	◎				★環境衛生班 ○救護班 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1-8	手洗い用水を確保する	◎				★給水班 ◎運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目2 汚水処理・使用済み携帯トイレの処理手段を確保する									
2-1	汲み取り業者等と災害時の協定締結を実施する	◎				★環境衛生班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	汲み取り業者
2-2	避難所の汲み取り計画（回収場所・順序・回数）を作成する	○	◎	◎		★環境衛生班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	汲み取り業者
2-3	使用済み携帯トイレ（便袋）の保管場所を確保する	○	◎	◎		★施設管理者 ○救護班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2-4	使用済み携帯トイレ（便袋）の回収方法、手段を確保する	○		◎	◎	★環境衛生班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目3 多重的に災害用トイレを確保する									
3-1	備蓄している災害用トイレを避難所に届ける手段を確保する	◎	◎			★供給班 ◎総括班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	トラック協会等
3-2	各避難所のトイレの不足数を把握する		◎	○		★環境衛生班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3-3	簡易トイレ（段ボール式等の組立式を含む）の使用環境を確保する		◎	○		★環境衛生班 ◎運営委員会 ○市担当者 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3-4	要配慮者専用トイレを確保する		◎	○	○	★環境衛生班 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3-5	仮設トイレ（組立式トイレを含む）の使用環境を確保する			◎	◎	★環境衛生班 ◎運営委員会 ○市担当者 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

項目番号	仕事	いつ				★主担当 ◎担当 ○支援	指示したか	確認したか	協働する団体等
		準備	初動	応急	復旧				
対策項目4 既設トイレの活用と不足するトイレの把握を実施する									
4-1	既設トイレの使用可能な個室（便器）を確認する		◎			★市担当者 ◎施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4-2	既設トイレの水洗トイレの使用禁止等の措置を実施する		◎			★市担当者 ◎施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4-3	備蓄してある携帯・簡易・組立式トイレを設置する		◎			★市担当者 ◎施設管理者 ○運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4-4	マンホールトイレの使用環境を確保する			◎	◎	★環境衛生班 ◎運営委員会 ○市担当者 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4-5	避難者人数と使用できるトイレの数から、不足するトイレ（便器）数を把握し、要請を実施する		○	○		★市担当者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4-6	トイレの利用状況（並んでいないか、待ち時間はあるのか等）を把握する				○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目5 トイレの使用ルールを確保する									
5-1	トイレの使用ルールの周知、掲示を実施する	◎	◎	○	○	★環境衛生班 ◎運営委員会 ○市担当者 ○施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5-2	トイレ用の履物を確保する		◎	○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5-3	正しい手洗い方法の周知、掲示を実施する			○	○	★救護班 ◎運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NPO、ボランティア17
5-4	トイレの男女別をわかりやすくする表示を実施する			○	○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5-5	トイレの防犯対策を使用者に呼びかけを実施する			○	○	★運営委員会 ◎市担当者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5-6	女性や要配慮者に意見を求め、改善を実施する			○	○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目6 トイレの使用環境の改善を実施する									
6-1	高齢者、障害者用トイレの動線の安全性を確保する			○	○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	NPO、ボランティア17、社会福祉協議会
6-2	おむつや生理用品等を確保する		◎	○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6-3	ウェットティッシュ、消毒液（手指消毒用・環境整備用）、消臭剤を確保する	◎	○	○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6-4	おむつや生理用品のサニタリーボックスを確保する			○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6-5	防犯対策としてトイレの中と外に照明を確保する		◎	○	○	★供給班 ◎施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6-6	仮設トイレ・マンホールトイレの防犯対策（施錠、防犯ブザー等）を実施する			○	○	★運営委員会 ◎市担当者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

項目 番号	仕事	いつ				★主担当 ◎担当 ○支援	指 示 し た か	確 認 し た か	協働する 団体等
		準 備	初 動	応 急	復 旧				
6-7	手すりの設置・段差の解消を実施する	○		○	○	★施設管理者	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	施設所管部 課
6-8	子供用のトイレ（便座）を確保する			○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目 7 トイレの特別ニーズ対応を実施する									
7-1	トイレに行くのに配慮が必要な人等の把握を実施する		◎	○	○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7-2	配慮が必要な方のボランティアの要請を実施する			○	○	★市担当者 ◎運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	応援職員
7-3	感染症患者が出たときの専用トイレを確保する			○	○	★環境衛生班 ◎運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7-4	装具交換やおむつ交換のための折り畳み台を検討する			○	○	★環境衛生班 ◎供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7-5	人工肛門・人工膀胱保有者のための装具交換スペースを検討する			○	○	★環境衛生班 ◎供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7-6	トイレの待合スペース・雨風日除けの確保を検討する				○	★環境衛生班 ◎供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
対策項目 8 トイレの清潔な衛生環境を確保する									
8-1	手洗い用の水・石鹸を確保する	◎		◎	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8-2	手指消毒液を確保する	◎	◎	○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8-3	トイレ責任者とトイレ掃除当番を決めて役割分担を実施する			◎	○	★運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8-4	トイレの掃除用具・使い捨て手袋・マスク・作業着等を確保する			○	○	★供給班	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8-5	防虫・除虫対策を実施する			○	○	★環境衛生班 ◎運営委員会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

## 書き込み用シート

### 地域団体（鍵保管者）

	役 職	氏 名	連絡先
門 扉			
体育館			
その他（ ）			

### 市災害対策本部の連絡窓口

名 称	連絡先	
避難所班（教育部）	電話	FAX
支部避難救護班（_____支所）	電話	FAX
今治市災害ボランティアセンター	電話	FAX

※電話、FAX等が使用不可の場合は、伝令を派遣してください。

### 【避難所運営委員会役員メンバー】

役職名	氏 名
委員長	
副委員長	
総務班 班長	
情報広報班 班長	
管理班 班長	
保健衛生班 班長	
医療福祉班 班長	
食料物資班 班長	
ボランティア班長	

※ 避難所運営委員会への女性の積極的な参加を求めます。

※ 想定していたメンバーが避難所に来ていない場合は、避難者の中で相談してメンバーを決めます。

【班員名簿】

班 名	氏 名
総 務 班	
情 報 広 報 班	
管 理 班	
保 健 衛 生 班	
医 療 福 祉 班	
食 料 物 資 班	
ボ ラ ン テ ィ ア 班	



## 参考資料

---

- 参考資料① 要配慮者の特性に応じた配慮
- 参考資料② 避難所生活を過ごされる方々の健康管理に関する留意事項
- 参考資料③ 救命処置の手順
- 参考資料④ 外傷の応急措置
- 参考資料⑤ 応急担架の作り方
- 参考資料⑥ 消火器の使い方
- 参考資料⑦ 避難所生活での知恵・工夫



参考資料①

要配慮者の特性に応じた配慮

対象者	配慮事項
高齢者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 高齢者は、不便な避難生活で急速に活動力が低下し、寝たきり状態になりやすいので、健康状態に十分配慮するとともに、可能な限り運動できるスペースを確保する。</li> <li>○ 認知症高齢者は、急激な生活環境の変化で精神症状や問題行動が出現しやすく、認知症も進行しやすいので、生活指導、機能訓練等を行い、精神的な安定を図る。</li> <li>○ トイレに近い場所に避難スペースを設ける。</li> <li>○ おむつをしている方のためには、おむつ交換の場所を別に設ける。</li> </ul>
視覚障がい者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 仮設トイレを屋外に設置する場合は、壁伝いに行くことができる場所に設置する等、移動が容易にできるよう配慮する。</li> <li>○ 音声で複数回繰り返すなど情報伝達方法に配慮する。</li> <li>○ 盲ろう通訳・介助員を派遣する。</li> </ul>
聴覚障がい者 音声言語機能障がい者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 伝達事項は、紙に書いて知らせる。</li> <li>○ 盲ろう通訳・介助員、手話通訳者、要約筆者等を派遣する。</li> <li>○ 簡易型電光掲示板やホワイトボード等による情報伝達を行う。</li> </ul>
肢体不自由者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 車いすが通れる通路を確保する。</li> <li>○ トイレのスペース確保に配慮する。</li> </ul>
内部障がい者 (難病患者等)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 医療機関等の協力により巡回診療を行うほか、定期的な治療の継続のための移送サービスを実施する。特に、人工呼吸器の電源確保や人工透析患者の定期的な透析に留意する。</li> <li>○ 医療機材の消毒や交換等のため、清潔な治療スペースを設ける。</li> <li>○ 人工肛門造設者用のオストメイトトイレの所在を把握し、対象者に周知する。</li> </ul>
知的障がい者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 環境の変化を理解できずに気持ちが混乱したり、精神的に不安定になる場合があるので、気持ちを落ち着かせるよう配慮する。</li> <li>○ コミュニケーションボードを使うなど絵、図、文字などを組み合わせて情報を伝える。</li> </ul>
精神障がい者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 孤立してしまうことがないように、知人や仲間と一緒に生活できるよう配慮する。</li> <li>○ 精神科医師等との連絡や、向精神薬等の入手に配慮する。</li> </ul>
発達障がい者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 変化に対する不安や抵抗、こだわりが強く避難所生活になじめないこともあるので、プライバシーを保てるスペースを確保するよう配慮する。</li> </ul>
乳幼児	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 乳幼児のためのベビーベッドを用意する。</li> <li>○ 退行現象、夜泣き、吃音、不眠、チックなどの症状に留意し、精神的安定が図られるよう配慮する。</li> <li>○ 乳児に対して、ミルク用の湯、哺乳瓶の清潔、沐浴の手だての確保等に留意する。</li> </ul>
妊産婦	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安静に休息ができるスペースや搾乳、授乳できるスペースを設ける。</li> </ul>
日本語に不慣れな外国人	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 必要に応じて、通訳ボランティア等を派遣する。</li> </ul>

## 避難所生活を過ごされる方々の健康管理に関する留意事項

### I. 一般的留意事項

#### 1. 生活・身の回りのことについて

##### (1) 居住環境、空調・換気の重要性

###### 1) 温度管理

- 避難所の温度管理に留意してください。暑い場合には、換気をできるだけ行い、避難者の居住スペースが日陰となっているかどうか確認し、日差しを遮るように工夫しましょう。特に乳幼児や高齢者は脱水症状になりやすく、そのため熱中症にもなりやすいので、これらの方々がおられるところでは「水分の摂取」を呼びかけましょう。
- 屋内の熱中症対策として、こまめに水分を補給できるような環境が大切です。氷柱の設置などもひとつの方法です。
- 夏服の確保と、適切な衣類への着替えは大切です。
- 梅雨の時期で寒い場合には、施設暖房による温度管理に留意するとともに、避難者が毛布の確保や衣類の重ね着をして対応しているかどうかに留意しましょう。床に直接座るのではなく、マットや畳を敷いた上に座ることは、寒さ対策のひとつの方法になります。

###### 2) 寝具等の清潔保持

- 室内は土足禁止として、布団を敷くところと通路を分けるようにしましょう。
- 入室時には服のほこりを払うよう、呼びかけましょう。
- 避難所生活が長引くにつれ、敷きっぱなしの毛布等寝具が汚れ、湿気を含み、雨天の多くなる梅雨時の季節にはダニなどが発生しやすくなります。日中は布団を敷きっぱなしにせず、晴れた日には日光干しや通風乾燥を行うよう、避難者に促しましょう。
- 布団乾燥機などの機器があるところでは、定期的に乾燥に使用できるよう、使用の順番を決めましょう。
- 重労働となる寝具の交換においては、特に高齢者の交換を周りの者が手助けできるよう、曜日を決めて行うなど、計画的な実施を心がけましょう。
- 身の回りを整理整頓し、通路確保、転倒予防、段差への注意喚起するよう工夫しましょう。
- 可能であれば靴下を履くよう呼びかけ、怪我防止のためにサンダルではなく靴を履いてもらうよう促しましょう。

###### 3) 蚊、はえ、ネズミ、ゴキブリ

- 避難所内でのごみを捨てる場所を定めて、封をして、はえ、ネズミやゴキブリの発生を防止しましょう。
- 定期的に、避難所全体を清掃し、食べ物や残飯などを適切に管理しましょう。
- 夏には避難所の出入り口や窓に、できたら細かな網を張る、殺虫剤を使用するなど、防虫対策をとりましょう。

## (2) 水分・飲料水

### 1) 水分補給

○様々なストレスやトイレが整備されないことが原因で、避難者は水分をとる量が減りがちになります。特に高齢者は脱水に気づきにくく、脱水は尿路の感染症や心筋梗塞、エコノミークラス症候群などの原因にもなるので、しっかりと水分を取るよう促しましょう。

### 2) 飲料水の衛生管理

○避難者の飲用にはペットボトル入りミネラルウォーター又は煮沸水を使用し、生水の使用は避けましょう。

○給水車による汲み置きの水は、できるだけ当日給水のものを使用しましょう。

○井戸水や湧き水をやむを得ず使用する時は、煮沸等殺菌することに気をつけましょう。

## (3) 栄養管理

○食事提供の目標とする栄養量を目安に、栄養バランスのとれた食事の提供に努めましょう。

○必要に応じて、保健所等の管理栄養士・栄養士に相談しましょう。

## (4) 食中毒予防

○夏に向けて気温が上がり始める時期から、食中毒が起こりやすくなります。食品の取り扱いには十分な注意が必要です。また、寒い時期でもノロウイルスなどによる食中毒が起こりますので、季節にかかわらず、食品の衛生管理に留意しましょう。

○届いた物資を加工したり、火を通すためにも、調理場所の確保と衛生管理を行いましょ。

○食事の前やトイレ後は、流水で必ずよく手洗いをするよう促しましょう。調理者は手指の消毒を心がけましょう。水が十分に確保できない場合には、ウェットティッシュ等を活用するよう働きかけましょう。

○配給食を出す場合には、食品の賞味期限、消費期限を確認しましょう（必要以上に保管しない）。

○配った食品は早めに食べていただくよう呼びかけて、残った物は回収し破棄しましょう（必要以上に配布しない）。

○食料は、冷暗所での保管を心がける等、適切な温度管理を行いましょ。

○加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱しましょ。

○調理器具等は使用後にできるだけ洗浄しましょ。

○下痢や嘔吐等の症状がある方は、食品を取り扱う作業をしないようにしましょ。

## (5) 入浴ができない場合

○水が十分に確保できない時や入浴設備が整わない場合でも、病気や感染症予防等のために、体を清潔に保つことが大切です。

○清潔を保つ方法としては、温かいおしぼりやタオル等を用いて体を拭いたり、足や手など部分的な入浴もあります。

## (6) 避難所周りの環境

### 1) トイレの衛生

○利用者の数に応じた手洗い場とトイレを設置しましょ。やむを得ない場合には、野外にトイレゾーンを設けることも可能ですが、排せつ物による環境汚染が発生しないように工夫しましょ。可能な限り男性用、女性用を分けるなど利用しやすいようにしましょ。

○使用後は、流水が利用できるときは手指を流水・石けんで洗えるようにし、消毒を励行しましょう。ペーパータオルを設置しましょう。トイレへの共用タオルや手洗いバケツの設置は感染症の流行を広げる恐れがありますので、避けましょう。水が使えない場合は、ごみ箱を設置してウェットティッシュを活用するなど、手をきれいにする手段を確保しましょう。

○トイレは、当番を決めるなどして定期的に清掃、消毒を行いましょ。

## 2) ごみ

○避難所のごみは分別して定期的に収集して、避難所外の閉鎖された場所で管理しましょ。

## 3) 飲酒・喫煙

○周囲の人に迷惑がかからないよう、ルールを定めましょ。避難所の掲示板などで周知し、皆で守るように働きかけましょ。

○受動喫煙防止及び火災防止のために、避難所では原則全面禁煙にしましょ。

## 4) 動物（犬・猫）の管理について

○動物を連れての避難者もいらっしやるかもしれません。預かり場所設置・管理、飼育場所の指定、犬に咬まれたときの対応などを決めておきましょ。

## 5) その他

○外部から避難所に戻る際には、衛生管理の観点から、靴についた泥をよく落としてもらえよう、呼びかけましょ。

○避難所で生活をされる方々には、ポスター掲示（視覚）、音声（聴覚）の両方で、健康に関する情報を提供しましょ。

## 2. 病気の予防

### (1) 感染症の流行予防

○避難所での集団生活では、下痢等の消化器系感染症や、風邪やインフルエンザ等の呼吸器系感染症が流行しやすくなります。避難所に出入りされる方々には、こまめに手洗い、うがいを励行するよう呼びかけましょ。水が出ない場合は、擦り込み式エタノール剤の確保に努め、可能であれば、擦り込み式エタノール剤やウェットティッシュを世帯単位で配布するのが望ましいです。

○発熱・せきなどの症状がある方には、避難所内に風邪・インフルエンザを流行させないために、軽い症状であっても、マスクの着用を呼びかけましょ。長引くときには結核などの恐れもありますので、早めの受診を勧めましょ。

○下痢の症状がある方には、脱水にならないよう水分補給を呼びかけましょ。また、周囲に感染を広げないように、手洗いを励行しましょ。

○がれき撤去の際には、長袖・長ズボン・手袋（皮手袋）の上に厚手のゴム手袋をしたり、厚底の靴を履くなどしてけがを防ぎ、感染症にかからないようにしましょ。

○けがをした場合には、そこから破傷風に感染するおそれがあります。土などで汚れた傷を放置せず、手当を受けるように医療機関に紹介しましょ。

○下痢、嘔吐、発熱患者が同時期に複数の方に発生した場合には保健所に連絡しましょ。

○感染症の患者さんが発生した場合は、感染拡大防止のため、患者さんのお部屋を分けて作

ることも検討しましょう。

- 下痢や嘔吐物の処理は、ノロウイルス対策のため、その都度適切に行うことが大切です。感染の拡大を防ぐために、下痢や嘔吐物を片付ける際は、直接、それらに手を触れないようにしましょう。

## (2) 粉じんの吸引予防

- 家屋などが倒壊すると、コンクリートや断熱と耐火被覆に用いられた壁材などが大気中へ舞ったり、土砂などが乾燥して細かい粒子となります。これら粉じんを長期間吸い込んだ場合、肺の末梢の細胞である肺胞にそれらが蓄積することによって、「じん肺」という病気にかかる可能性があります。
- 「じん肺」は、建造物の解体など粉じんの多い環境で起こりやすく、初期には自覚症状がないため、気づかない間に進行し、やがて咳、痰、息切れがおこり、さらに進行すると呼吸困難、動悸、さらには肺性心といって、心臓が悪くなり、全身の症状が出現します。
- 「じん肺」を根治する方法はないため、予防処置をとることが非常に重要です。粉じんの発生する現場で作業する場合には、以下の方法をできるだけ取り入れてください。

### 1) 粉じんの吸入を防ぐ

- ・使い捨て式防じんマスクなどを着用する。
- ・粉じんが付着しにくい服装を選ぶ。
- ・外出から帰ったらうがいをする。

### 2) 粉じんの発生をおさえる

- ・粉じんの発生する場所などをふたなどで覆う。
- ・散水する。(水をまいたり、粉状のものはあらかじめ水で濡らす)

### 3) 粉じんを除去する

- ・廃棄装置、除じん装置がある場合には、これらを使用する。

### 4) 外気で粉じんを薄める

### 5) 作業後、咳、痰、息切れが続く人を見かけた場合は、医師・保健師等に相談することを勧める

- マスクの着用について

- ・粉じんが舞い上がるような環境の中では、マスクを用いることが必要です。マスクは、防じんマスクや N95 マスクなどのマスクを使用することが望ましいのですが、これらが手に入らない場合や、粉じんにそれほど長時間ばく露されない状況であれば、一般の布織製マスク、花粉症用のマスクを使うなどの活用も考えられます。
- ・これからの季節、気温が上がりますが、粉じんの吸入を防いで健康を守るためにも、作業現場等においては暑くともマスクで鼻と口を覆い、顔にフィットさせて着用することの重要性を理解してもらい働きかけが大切です。

## (3) エコノミークラス症候群予防

- 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)が足から肺などへとび、血管を詰まらせ肺塞栓などを誘発する恐れがあります。この症状をエコノミークラス症候群と呼んでいます。

- こうした危険を予防するために、狭い車内などで寝起きを余儀なくされている方は、定期的に体を動かし、十分に水分をとるように働きかけましょう。アルコール、コーヒーなどは利尿作用があり、飲んだ以上に水分となって体外に出てしまうので避けるように指導しましょう。できるだけゆったりとした服を着るように促しましょう。また、禁煙はエコノミークラス症候群の予防においても大変重要です。胸の痛みや、片側の足の痛み・赤くなる・むくみがある方は早めに救護所や医療機関へ紹介しましょう。
- ペットなどの事情で、やむを得ず車内での生活を余儀なくされる方々を把握し、健康管理を担当するチームなどに、情報提供しましょう。

#### (4) 生活不活発病予防

- 災害時の避難所生活では、体を動かす機会が減ることで、特に高齢者の場合には、筋力が低下したり、関節が固くなるなどして、徐々に「動けなく」なることがあります。
- また、動かないでいると、だんだん気分が沈んできて「3. こころの健康保持」にあるような症状が出てしまうこともあります。身の回りのことができる方には、なるべく自分で行ってもらったり役割を与えたり、可能な作業に参加してもらえよう、呼びかけましょう。声をかけ合って、積極的に体を動かすように働きかけましょう。
- 高齢者がひとりで動けるような環境を用意することや、杖等の福祉用具を準備することも、生活不活発病予防につながるでしょう。

#### (5) 熱中症予防

- 気温が高い、風が弱い、湿度が高い、急に暑くなった日は、熱中症に注意が必要です。
- 熱中症予防のために以下の点について働きかけていきましょう。

##### ①水分をこまめに摂る

- のどが渇く前に、こまめに水分補給をするように促しましょう。起床後や入浴後、就寝前などは、のどが渇いていなくても水分をとることで脱水症状を予防できます。
- 特に、高齢者や子ども、持病のある人には、周りの人も水分補給を促します。汗をたくさんかいた場合には、塩分も必要です。水や麦茶1リットルあたり梅干し1、2個分の塩分を目安にしましょう。スポーツドリンクもよいですが、アルコールやジュースは避けましょう。

##### ②できるだけ涼しい場所で過ごす

- 暑い日は、涼しい屋内に、また、シャワーがあればシャワーを浴びて体を冷やし、日中の暑い時間は外出を避けるように促しましょう。

##### ③屋外作業をする人には、休憩、水分、食事、日焼け止め、帽子を忘れないように働きかける。

- 屋外で作業する人には十分な休養や朝食をとり、作業前には500ml以上の水分を飲むように促しましょう。
- また作業中は、30分毎に休憩を取り、喉が渇いてなくても1時間当たり500～1000mlの飲み物を飲むように働きかけましょう。
- 日焼けをすると、体を冷やす機能や水分を保持する機能が低下しますので帽子をかぶり、日焼け止め（SPF15以上）を塗ります。体調がすぐれない場合は、屋外作業は見合わせるように働きかけましょう。

#### ④暑さに弱い人たちを守る

- 高齢者は暑さに適応する力が弱まっていますので、熱中症の兆候の有無を確認します。乳幼児の脱水は、唇の渇きやおむつの状態（おしっこの回数の減少）を確認します。
- 下痢や発熱した人、心臓病や高血圧の人、抗うつ剤や睡眠薬などを服用している人や、以前熱中症になった人も、熱中症になりやすいので、気を配りましょう。

#### ⑤熱中症の兆候が見られたら、体を冷やし、急いで医療機関を受診するよう促しましょう。

- 喉の渇き、めまい、立ちくらみ、筋肉のけいれん、頭痛、吐き気、疲労感などは、熱中症の兆候かもしれません。
- さらに重症になると、汗が止まって皮膚が乾燥し、意識がもうろうとなります。急に重症化することもあるため、体を冷やし、医療機関を受診させましょう。

#### (6) 低体温症予防

- 低体温症は、熱が産生できない状態、熱が奪われやすい状態で起こります。お年寄りや子ども等がなりやすく、手足が冷たくなって、震えてきます。震えが始まったら、地面に敷物をしいたり、風を除けたり、濡れた物は脱いで、毛布などにくるまる等の対応をさせるようにしましょう。
- 体温を奪われないために、なるべく厚着をし、顔・首・頭からの熱は逃げやすいので、帽子やマフラーで保温しましょう。また、体温を上げるための栄養の補給、水分の補給が必要ですので、これらの点に留意しましょう。
- 震えがなくても低体温症になることもあります。つじつまの合わないことを言ったり、ふらつく、震えていた人が暖まらないまま震えがなくなってくる、意識がもうろうとしてきたなどが見られたら、急いで医療機関を受診するよう促しましょう。

#### (7) 口腔衛生管理

- 避難生活では、水が十分に確保できないことにより、歯・口・入れ歯の清掃がおろそかになり、食生活の偏り、水分補給の不足、ストレスなども重なって、むし歯、歯周病、口臭などが生じやすくなります。特に高齢者では、体力低下も重なり、誤嚥性肺炎などの呼吸器感染症を引きおこしやすくなります。
- できるだけ歯みがきを行い、歯みがきができない場合でも、少量の水でできるうがい（ぷくぷくうがい）を行うよう働きかけましょう。また、支援物資には菓子パンやお菓子も多いですが、食べる時間を決めるなどして、頻回な飲食を避けるように働きかけましょう。
- 入れ歯の紛失・破損、歯の痛みなどで食べることに困っている方には、医療機関を紹介しましょう。

#### (8) 一酸化炭素中毒予防

- 一酸化炭素中毒の恐れがあるので、屋内、車内や車庫などの換気の良くない場所や、窓など空気取り入れ口の近くで、燃料を燃やす装置（発電機、木炭使用のキャンプストーブなど）を使用してはいけません。一酸化炭素は無臭無色であり、低い濃度で死亡する危険があります。暖房を使用する場合には、換気に心がけましょう。
- 練炭を使用する場合も、使用場所、換気に特段の注意が必要です。

#### (9) アレルギー疾患の悪化予防

- 今までとは違う環境で生活をしていると、アレルギー症状が出やすくなったり、発作が起

こりやすくなったりすることがあります。症状があらわれたとき、どうするかを日ごろから考えておくことが大切です。下記のところで、アレルギー疾患全般に関する相談に応じています。

#### (10) 健康診査等について

○特に具合の悪いところがなくとも、健康であることを確認するために、避難所で生活をされる方々には積極的に健康診査を受けていただくよう、呼びかけましょう。

#### (11) 救急受診体制

○避難所内で具合が悪くなってしまう人が出てしまった場合には、速やかに医療機関を受診できるような連絡体制を確保しましょう。

### 3. こころの健康保持

○震災など大変重いストレスにさらされると、程度の差はあっても誰でも、不安や心配などの反応が表れます。まずは休息や睡眠をできるだけとってもらえるようにしましょう。

○不眠が続いている場合や食欲がないなどに気づいたら、声をかけ、「こころの巡回相談」や医療機関での受診を気軽に受けられるよう勧めあげましょう。早ければ一時的な内服で悪化を防ぐことができます。

○不安、心配の多くは時間の経過とともに回復することが知られています。これらを和らげる呼吸法として、「6秒で大きく吐き、6秒で軽く吸う、朝、夕5分ずつ」行う方法もあります。これを実践しても、①心配でイライラする、怒りっぽくなる、②眠れない、③動悸(どうき)、息切れで、苦しいと感じる、などのときは無理をせずに、まずは身近な人や、専門の相談員に相談するよう促すことが大切です。

○また、普段から、お互いに声を掛け合い、コミュニケーションをとりやすい雰囲気づくりなど気遣うことが心のケアになります。

○高血圧、喘息、てんかん、統合失調症等の慢性疾患の方も、治療を中断すると、病気が悪化する恐れがあるので、医師・保健師・看護師等に相談するよう勧めましょう。

○自分の中に気持ちや思いをため込まず、吐露することが重要です。しかし、プライバシーの観点から、避難者同士では語り合えないこともあるでしょうから、保健師や専門の相談員などに相談するよう、促しましょう。

## Ⅱ. ライフステージ等に応じた留意事項

### 1. 妊婦さんや産後間もないお母さんと乳幼児への留意点

- 妊婦さんや産後間もないお母さんと乳幼児は、清潔、保温、栄養をはじめとする健康面への配慮や心身の状態の変化に対応できるよう、主治医の確保について、保健師などに相談してもらうことが必要です。
- 妊婦さんに生理用品の配布が行き渡るよう、配慮しましょう。
- 災害により受けたストレスや特殊な生活環境は、母子に様々な影響をもたらす可能性があります。特に産前産後のお母さんの心の変化や子どもの心や行動の変化に気を配ることが必要です。
- 着替えや授乳時などに、短時間であっても、プライバシーに配慮をしたプライベートな空間を確保し、話しかけやすきんシップを図ることが大切です。このための空間を確保するため、周囲も配慮できるように理解を求めましょう。
- 母乳が一時的に出なくなることがあっても、不足分を粉ミルクで補いつつ、おっぱいを吸わせ続けることで再び出てくるのが期待できます。また、粉ミルクを使用する際の水は衛生的なものを用意し、哺乳瓶の煮沸消毒や薬液消毒ができない時は、使い捨ての紙コップを使って、少しずつ、時間をかけて飲ませましょう。いずれの手段もない場合は、使用した容器を衛生的な水でよく洗って使いましょう。調乳でペットボトルの水を使用する場合は、硬水（ミネラル分が多く含まれる水）は避けるようにしましょう。
- 心身の健康状態をチェックし、次のような症状や不安な事があれば、医師・助産師・保健師等に紹介しましょう。場合によっては心のケアが必要なこともあります。

#### ◎注意した方がよい症状

##### ◆妊婦さん

- ・お腹の張り・腹痛、膣からの出血、胎動（お腹の赤ちゃんの動き）の減少、浮腫（むくみ）、頭痛、目がチカチカするなどの変化を感じた場合
- ・胎児の健康状態、妊婦健診や出産場所の確保に関する不安などがある場合

##### ◆産後間もないお母さん

- ・発熱、悪露（出血）の急な増加、傷（帝王切開、会陰切開）の痛み、乳房の腫れ・痛み、母乳分泌量の減少などがある場合
- ・気が滅入る、イライラする、疲れやすい、不安や悲しさに襲われる、不眠、食欲がないなどの症状がある場合

##### ◆乳児

- ・発熱、下痢、食欲低下、ほ乳力の低下などがある場合
- ・夜泣き、寝付きが悪い、音に敏感になる、表情が乏しくなるなどいつもの様子と異なるなどのことが続く場合

##### ◆幼児

- ・赤ちゃん返り、食欲低下、落ち着きのなさ、無気力、爪かみ、夜尿、自傷行為、泣くなどのいつもの様子と異なることが続く場合

## 2. 子どもに対する留意点

- 子どもの生活環境を把握し、生活リズムを整え、子ども同士の安全な遊びの場や時間を確保するなど、子どもらしい日常生活が送れるようにしてあげることが大切です。
- 可能であれば、季節に応じた取り組み（定例の行事、ラジオ体操など）を行い、遊び場、勉強場所の確保をするのも、子どもたちの日常生活を送る支援になり得ます。
- 子どもに話しかけたり、抱きしめてあげたり、スキンシップをとって安心感を持たせてあげるように働きかけましょう。また、睡眠がとれるように環境を整えてあげましょう。
- 子供は遊びを通して感情を外に出せるようにすることが大切です。絵を描いたり、ぬいぐるみで遊んだりできるように、遊びの場を確保してあげましょう。
- 外見上では判断できない身体的問題（慢性疾患・障がい等）を抱えている子どももいることも留意し、声をかけるなどによって、その把握に努めましょう。
- 脱水症状の兆候（唇の乾きやおしっこの回数の減少など）がないか注意し、こまめに水分摂取を促しましょう。

## 3. 高齢者に対する留意点

### ①脱水症状を予防しましょう

- 水分をとっているか、脱水症状の兆候（落ちくぼんだ目、口や皮膚の乾燥、ぼんやりしていることなど）が、無いか気を配りましょう。若年者に比べてのどの渇きを自覚しにくく、また薬の影響で、脱水症状になりやすいので、十分に気をつけましょう。食事の他に1リットルは水分補給が必要です。

### ②衣服の着替えや入浴の状況を確認しましょう

- 衣服を着替えたり、入浴したりするのが、おっくうになります。衛生状態を保つためにも確認をするようにしましょう。

### ③できる限り、身の回りのことは自分でしていただきましょう

- 自立した生活が脅かされることを恐れています。自立と威厳を保つために自分の事は自分でしていただけるように呼びかけましょう。

### ④転倒に注意しましょう

- 住居スペースに転倒の可能性があるようなものが落ちていないか、階段や廊下の照明は十分か確認しましょう。段差や滑りやすい場所を作らない工夫も、大切です。必要に応じて歩行を介助しましょう。

### ⑤見当識障がいを予防しましょう

- 部屋に時計やカレンダーを備えたり、使い慣れたものを置く、部屋はできるだけ静かに保ち、柔らかい光の照明を設置するなど、見当識障がいが起こらない工夫をするようにしましょう。

### ⑥コミュニケーションの取り方を工夫しましょう

- 眼鏡や補聴器を付けているか確認し、大きな声ではっきりと簡潔に話しましょう。併せて、聞き取れて理解できたかどうかを確認しましょう。

### ⑦洋式トイレ（ポータブルトイレ）の設置・確保をしましょう

- 和式トイレが使用しづらいことによる水分摂取制限やトイレへ行かないことによる日常生

活動能力の低下がおこらないためにも早急に洋式トイレの設置・確保に努めましょう。

#### 4. 慢性疾患の方々に対する留意点

- 慢性疾患の中には、治療の継続が特に欠かせない病気があります。人工透析を必要とする慢性腎不全、インスリンを必要とする糖尿病等の方は、治療の継続が必須ですので、早急に医療機関へ受診をするように促しましょう。
- 高血圧、喘息、てんかん、統合失調症等の慢性疾患の方も、治療を中断すると、病気が悪化する恐れがあるので、医師・保健師・看護師等に相談を促しましょう。
- 慢性疾患の中には、継続的な服薬と日々の食事の栄養管理が必要な病気があります。処方薬を内服しているか、栄養管理が継続できているか確認し、必要な治療が継続できるようかかりつけ医師・保健師・看護師等に相談を促しましょう。家族と離ればなれになった場合に備えて、処方薬と栄養管理の内容が書かれたメモを持たせる等の工夫もよいでしょう。

【出典：避難所生活を過ごされる方々の健康管理に関するガイドライン（厚生労働省 平成23年6月3日版）】

## 救命処置の手順

出典：「改訂4版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに」抜粋（財団法人 救急振興財団）

§ 2 救命処置

## II 救命処置の手順（心肺蘇生とAEDの使用手順）

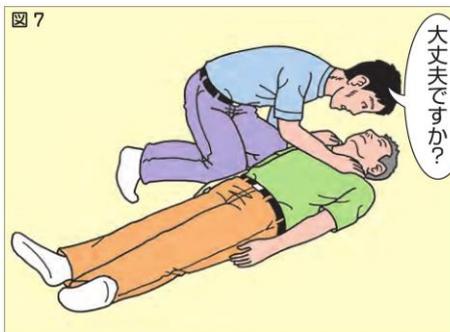
### 1 心肺蘇生の手順

#### 1 反応（意識）を確認する

- 傷病者の耳もとで「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるかないかをみます。

#### ポイント

- 呼びかけなどに対して目を開けるか、なんらかの返答または目的のあるしぐさがなければ「反応なし」と判断します。
- けいれんのような全身がひきつるような動きは「反応なし」と判断します。
- 反応があれば、傷病者の訴えを聞き、必要な応急手当を行います。



#### 2 助けを呼ぶ

- 反応がなければ、大きな声で「誰か来て！人が倒れています！」と助けを求めます。
- 協力者が来たら、「あなたは119番へ通報してください」「あなたはAEDを持ってきてください」と具体的に依頼します。

#### ポイント

- 救助者が一人の場合や、協力者が誰もいない場合には、次の手順に移る前に、まず自分で119番通報をしてください。また、すぐ近くにAEDがあることがわかっている場合にはAEDをとりに行ってください。
- 119番通報すると、通信指令員が次の手順を指導してくれます。



### 3 呼吸の確認

傷病者が「普段どおりの呼吸」をしているかどうかを確認します。

- 傷病者のそばに座り、10 秒以内で傷病者の胸や腹部の上がり下がりを見て、普段どおりの呼吸をしているか判断します。

#### ポイント

次のいずれかの場合には、「普段どおりの呼吸なし」と判断します。

- 胸や腹部の動きがない場合
- 約 10 秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない場合
- しゃくりあげるような、途切れ途切れに起きる呼吸がみられる場合

（心停止が起こった直後には、呼吸に伴う胸や腹部の動きが普段どおりでない場合や、しゃくりあげるような途切れ途切れに起きる呼吸がみられることがあります。この呼吸を「死戦期呼吸<sup>しせんき</sup>」といいます。「死戦期呼吸」は「普段どおりの呼吸」ではありません。



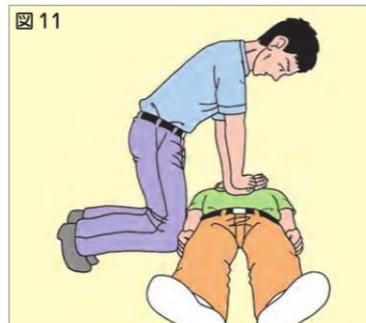
呼吸の確認

### 4 胸骨圧迫<sup>きょうこつ</sup>

傷病者に普段どおりの呼吸がないと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始し、全身に血液を送ります。

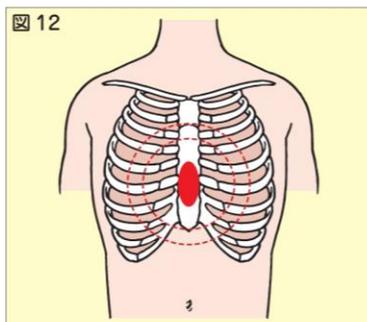


胸骨圧迫

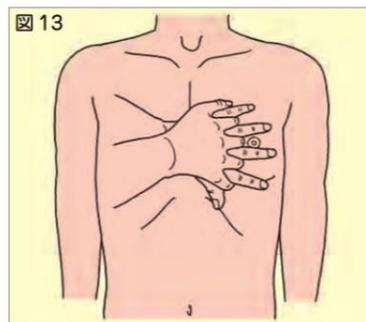


胸骨圧迫の姿勢

- 胸の真ん中（図 12）を、重ねた両手で「強く、速く、絶え間なく」圧迫します。
  - 胸の真ん中（図 12）に、片方の手の付け根を置きます。
  - 他方の手をその手の上に重ねます。両手の指を互いに組むと、より力が集中します（図 13）。



胸骨圧迫部位



両手の置き方

- 肘<sup>ひじ</sup>をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、傷病者の胸が少なくとも 5 cm 沈むほど強く圧迫します (図 14 ~ 17)。
- 1 分間に少なくとも 100 回の速いテンポで 30 回連続して絶え間なく圧迫します。
- 圧迫と圧迫の間 (圧迫を緩めるとき) は、胸がしっかり戻るまで十分に力を抜きます。



両手の組み方と力を加える部位



垂直に圧迫する



斜めに圧迫しない



肘<sup>ひじ</sup>を曲げて圧迫しない

- 小児に対しては、両手または片手で、胸の厚さの約  $1/3$  が沈むほど強く圧迫します。



小児への胸骨圧迫

## 5 人工呼吸（口対口人工呼吸）

30 回の胸骨圧迫終了後、口対口人工呼吸により息を吹き込みます。

### (1) 気道確保（図 19 頭部後屈あご先挙上法）

- 傷病者の喉の奥を広げて空気を肺に通しやすくします（気道の確保）。
- 片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の 2 本をあご先（骨のある硬い部分）に当てて、頭を後ろにのけぞらせ（頭部後屈）、あご先を上げます（あご先挙上）。

#### ポイント

- 指で下あごの柔らかい部分を強く圧迫しないようにします。

### (2) 人工呼吸

- 気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。
- 口を大きく開けて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして、息を約 1 秒かけて吹き込みます。傷病者の胸が持ち上がるのを確認します（図 20）。
- いったん口を離し、同じ要領でもう 1 回吹き込みます。

#### ポイント

- 2 回の吹き込みで、いずれも胸が上がるのが理想ですが、もし、胸が上がらない場合でも、吹き込みは 2 回までとし、すぐに胸骨圧迫に進みます。
- 人工呼吸をしている間は胸骨圧迫が中断しますが、その中断時間はできるだけ短くなるようにしてください。
- 感染防護具（図 21～23 一方向弁付きの感染防止用シートあるいは人工呼吸用マスク）を持っていると役立ちます。
- 傷病者の顔面や口から出血している場合や、口と口を直接接触させて口対口人工呼吸を行うことがためられる場合には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫のみを続けます。



図 19 頭部後屈あご先挙上法

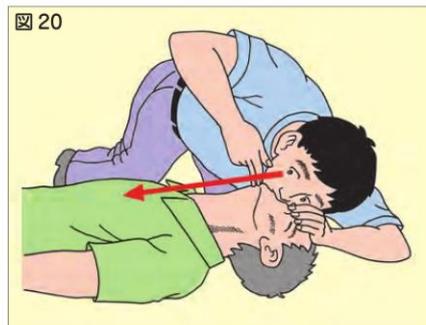


図 20 胸が持ち上がるのを確認する

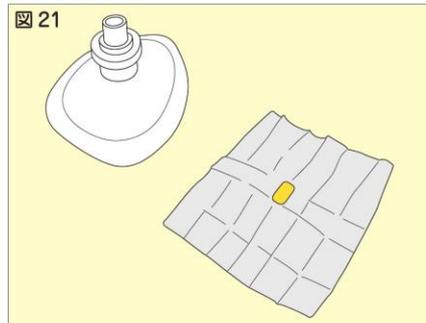


図 21 感染防護具



図 22 一方向弁付感染防止用シート



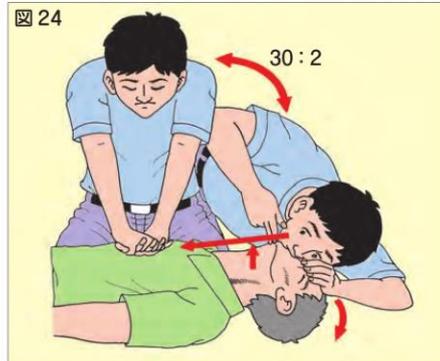
図 23 一方向弁付人工呼吸用マスク

## 6 心肺蘇生（胸骨圧迫と人工呼吸）の継続

- 胸骨圧迫を 30 回連続して行った後に、人工呼吸を 2 回行います。
- この胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ（30：2 のサイクル）を、救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続けます。

### ポイント

- 胸骨圧迫を続けるのは疲れるので、もし救助者が二人以上いる場合は、1～2 分間程度を目安に、胸骨圧迫の役割を交代するのがよいでしょう。
- 心肺蘇生を中止するのは次の場合です。
  - ① 救急隊に心肺蘇生を引き継いだとき（救急隊が到着してもあわてて中止せずに、救急隊の指示に従います。）
  - ② 心肺蘇生を続けているうちに傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸をし始めた場合



胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ

### 胸骨圧迫30回

- 胸の真ん中（胸骨の下半分）を圧迫
- 強く（少なくとも胸が 5 cm 沈み込むまで）
- 速く（少なくとも 1 分間に 100 回のテンポ）
- 絶え間なく（30 回連続）
- 圧迫と圧迫の間は力を抜く（胸から手を離さずに）

### 人工呼吸2回

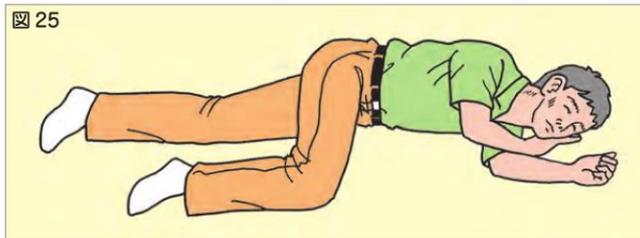
- 口対口で鼻をつまみながら息を吹き込む
- 胸が上がる程度
- 1 回約 1 秒間かけて
- 2 回続けて試みる
- 10 秒以上かけない

### ポイント

反応はないが普段どおりの呼吸をしている場合は……

#### 回復体位

- 反応はないが普段どおりの呼吸をしている場合は、気道の確保を続けて救急隊の到着を待ちます。気道確保は人工呼吸を行う場合と同様に、頭部後屈あご先挙上法で行います。
- 吐物などによる窒息の危険があるか、やむを得ず傷病者のそばを離れるときには、傷病者を横向きに寝かせます。このような姿勢を回復体位といいます。



回復体位

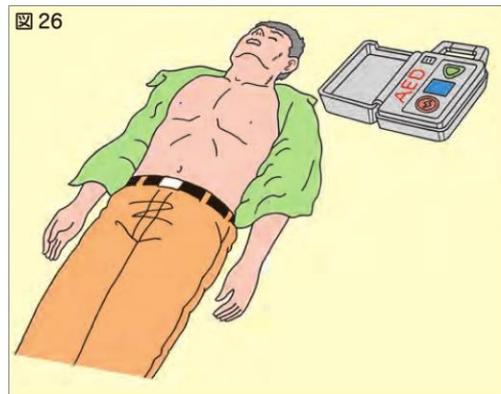
## 2 | AED の使用手順

- 心肺蘇生を行っている途中で、AED が届いたらすぐに AED を使う準備を始めます。
- AED にはいくつかの種類がありますが、どの機種も同じ手順で使えるように設計されています。AED は電源が入ると音声メッセージと点滅するランプで、あなたが実施すべきことを指示してくれますので、落ち着いてそれに従ってください。
- 可能であれば、AED の準備中も心肺蘇生を続けてください。

### 7 AED の到着と準備

#### ① AED を傷病者の近くに置く

- AED を傷病者の近くに置きます。ケースから本体を取り出します。



AEDを置く場所

#### ② AED の電源を入れる

- AED のふたを開け、電源ボタンを押します。ふたを開けると自動的に電源が入る機種もあります。
- 電源を入れたら、以降は音声メッセージと点滅するランプに従って操作します。



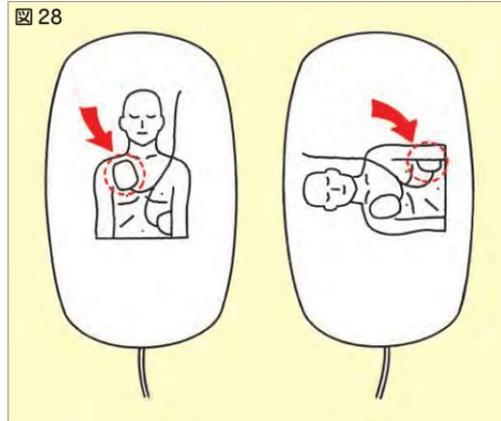
AEDの電源を入れる

### ③ 電極パッドを貼る

- 傷病者の衣服を取り除き、胸をはだけます。
- 電極パッドの袋を開封し、電極パッドをシールからはがし、粘着面を傷病者の胸の肌にしっかりと貼り付けます。
- 機種によっては電極パッドのケーブルをAED本体の差込口（点滅している）に入れるものがあります。

#### ポイント

- 電極パッドは、胸の右上（鎖骨の下）および胸の左下側（脇の5～8cm下）の位置に貼り付けます（貼り付ける位置は電極パッドに絵で表示されていますので、それに従ってください）。
- 電極パッドを貼り付ける際にも、可能であれば胸骨圧迫を継続してください。
- 電極パッドは、肌との間にすき間を作らないよう、しっかりと貼り付けます。アクセサリなどの上から貼らないように注意します。
- 成人用と小児用の2種類の電極パッドが入っている場合や、成人用モードと小児用モードの切り替えがある機種があります。その場合、小学生以上には成人用の電極パッド（成人用モード）を使用し、未就学児には小児用の電極パッド（小児用モード）を使用してください。成人には、小児用電極パッド（小児用モード）は使用しないでください。



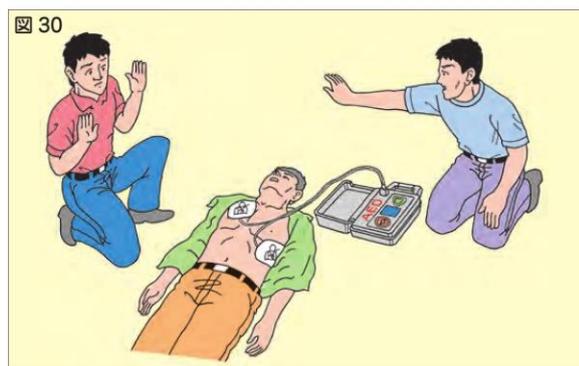
電極パッド



電極パッドを貼り付ける位置

## 8 心電図の解析

- 電極パッドを貼り付けると“体に触れないでください”などと音声メッセージが流れ、自動的に心電図の解析が始まります。このとき、「みなさん、離れて!!」と注意を促し、誰も傷病者に触れていないことを確認します。
- 一部の機種には、心電図の解析を始めるために、音声メッセージに従って解析ボタンを押すことが必要なものがあります。
- “ショックは不要です”などの音声メッセージが流れた場合は、ただちに胸骨圧迫を再開します。



解析中は音声メッセージに従い離れる

## 9 電気ショック

- AED が電気ショックを加える必要があると判断すると“ショックが必要です”などの音声メッセージが流れ、自動的に充電が始まります。充電には数秒かかります。
- 充電が完了すると、“ショックボタンを押してください”などの音声メッセージが出て、ショックボタンが点灯し、充電完了の連続音が出ます。
- 充電が完了したら、「ショックを行います。みなさん、離れて!!」と注意を促し、誰も傷病者に触れていないことを確認し、ショックボタンを押します。



ショックボタンを押す

### ポイント

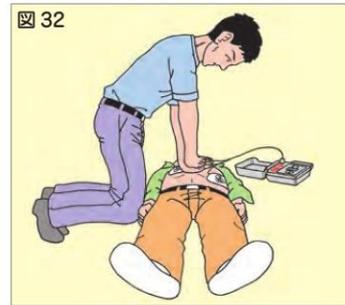
- ショックボタンを押す際は、必ず自分が傷病者から離れ、誰も傷病者に触れていないことを確認します。
- 電気ショックが加わると、傷病者の腕や全身の筋肉が一瞬けいれんしたようにビクッと動きます。

## 10 心肺蘇生の再開

- 電気ショックが完了すると、“ただちに胸骨圧迫を開始してください”などの音声メッセージが流れますので、これに従って、ただちに胸骨圧迫を再開します。

### ポイント

- AED を使用する場合でも、AED による心電図の解析や電気ショックなど、やむを得ない場合を除いて、胸骨圧迫の中断をできるだけ短くすることが大切です。



ただちに胸骨圧迫を再開

## 11 AEDの手順と心肺蘇生の繰り返し

- 心肺蘇生を再開して2分ほど経ったら、再び、AED が自動的に心電図の解析を行います。音声メッセージに従って傷病者から手を離し、周りの人も、傷病者から離れます。
- 以後は、＜8 心電図の解析、9 電気ショック、10 心肺蘇生の再開＞の手順を、約2分間おきに繰り返します。

### 参考

#### ● 心肺蘇生を中止するときは

- ① 救急隊に引き継いだとき  
救急隊が到着したら、傷病者の倒れていた状況、実施した応急手当、AED による電気ショックの回数などをできるだけ伝えます。
- ② 傷病者が目を開けたり、あるいは普段どおりの呼吸が出現した場合  
気道確保が必要になるかもしれないため、慎重に傷病者を観察しながら救急隊を待ちます。この場合でも、AED の電極パッドははがさず、電源も入れたままにしておきます。吐物などによる窒息の可能性がある場合や、やむを得ずその場を離れる場合は回復体位 (p.12 図 25 参照) にします。

## 外傷の応急措置

出典：「改訂4版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに」抜粋（財団法人 救急振興財団）

§3 止血法 その他の応急手当

### Ⅳ けがに対する応急手当

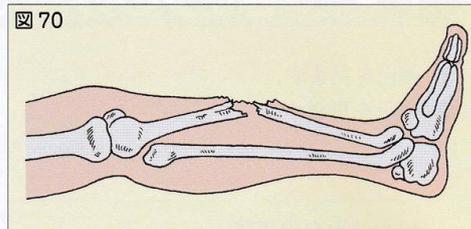
#### 1 骨折に対する応急手当

##### 1 部位の確認

- 痛がっているところを聞きます。
- 可能であれば痛がっているところに変形、出血がないかを確認します。

##### ポイント

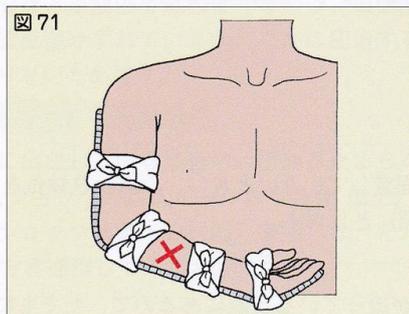
- 確認する場合は、痛がっているところを動かしてはいけません。
- 骨折の症状  
（激しい痛みや腫れがあり、動かすことができない。変形が認められる。骨が飛び出している。）
- 骨折の疑いがあるときは、骨折しているものとして、手当をします。



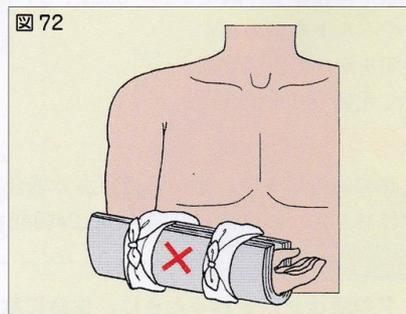
骨折

##### 2 固定（そえ木、三角巾など）

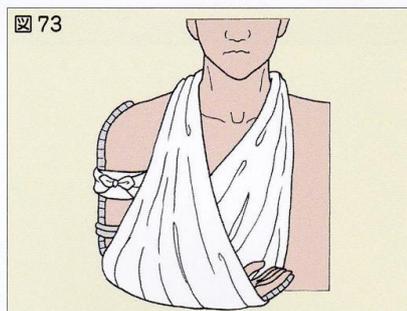
- 変形している場合は、無理に元の形に戻してはいけません。
- 協力者がいれば、骨折しているところを支えてもらいます。
- 傷病者が支えることができれば自ら支えてもらいます。
- そえ木を当てます。
- 三角巾などでそえ木に固定します。



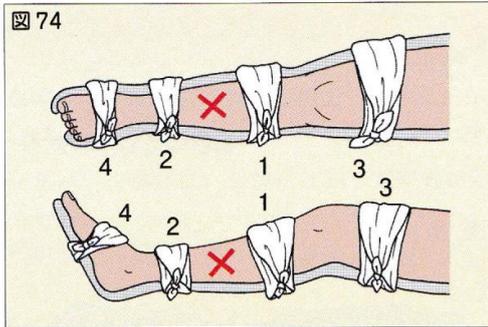
腕の固定



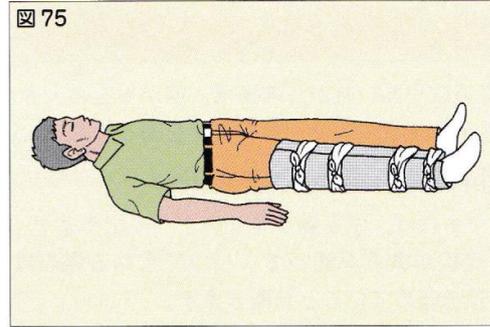
雑誌を利用した前腕部の固定



三角巾などで腕をつる



足の固定



ダンボール等を使用した下肢の固定

### ポイント

- そえ木は、骨折部の上下の関節が固定できる長さのものを使用します。
- 固定するときは、傷病者に知らせてから実施し、顔色や表情を見ながら固定します。

### 119番通報が必要な場合

- ふとももが変形している場合や、骨が飛び出していたり、変形している部分にきずがある場合、それ以外にも多数のきずがある場合は、ただちに119番通報してください。

## 2 | ねんざ・打ち身（打撲）に対する応急手当

- 患部を冷水や氷水などで冷やし、内出血や腫れを軽くします。
- 長時間冷やすと皮膚や神経をいためる可能性があるため、20分以上続けて冷やさないでください。

## 3 | きずに対する応急手当

### 1 | きず口の手当

- きず口が土砂などで汚れているときは、速やかに水道水などきれいな水で十分に洗い流します。

### 2 | 包帯法

- 包帯は、きずの保護と細菌の侵入を防ぐために行います。
- きずを十分に覆うことのできる大きさのものを着用します。
- 出血があるときは、十分に厚くしたガーゼ等を用います。
- きず口が開いている場合などは、原則として滅菌されたガーゼを使用し、脱脂綿や不潔なものを用いてはいけません。

### ポイント

- 包帯は強く巻くと血行障害を起し、緩すぎると包帯がずれたりするので注意して巻きます。
- 包帯の結び目は、きず口の上を避けるようにします。

### 3 | 三角巾

- 体のどの部分にも使用できます。
- きずの大きさにとらわれずに使用できます。
- きず口にはガーゼ等を当ててから三角巾を用いるようにします。

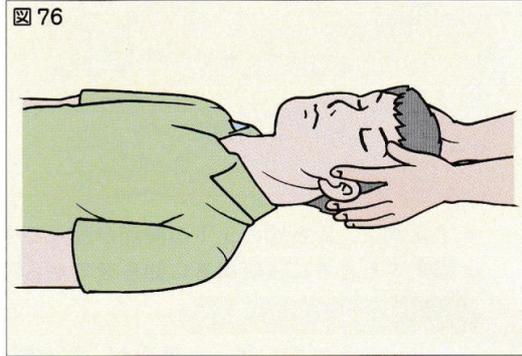
## 4 首を痛めている場合の応急手当

自動車事故や高い所からの墜落、肩から上の大きなけがなどでは、傷病者は首の骨（頸椎<sup>けいつい</sup>）を痛めている可能性がありますので、首の安静を図ることが大切です。

### 首が動かないようにします

- 意識があれば、頭を動かさないように伝えます。
- 次の症状があるか聞いて、一つでもある場合は、首の骨を痛めていると判断します。
  - 首が痛い？
  - 手足がしびれる？
  - 手足に力が入らない？
  - 呼吸は苦しい？
- 意識がなければ、首の骨を痛めていると仮定して次の対応を行います。
  - 頭を両手で支え、首が動かないようにします。
  - 頭や顔にきずがあるか注意します。
- 声をかけ、元気づけます。

図 76



首の固定

### ポイント

- 傷病者のいるところが安全であれば、頭が動かないように両手で支えて固定し、救急隊に引き継ぐまで不要な移動は行いません。
- 傷病者のいるところが危険な場所であるなどやむを得ない場合に限り、安静に必要な最低限の移動を行います。

### 119 番通報が必要な場合

- 首の骨を痛めている可能性がある場合には、ただちに 119 番通報してください。

## V

## やけど（熱傷）に対する応急手当

やけど（熱傷）は、熱いお湯や油が体にかかったり、炎ややかんなど熱いものに触れたりすると起こります。あまり熱くない湯たんぼなどが、体の同じ場所に長時間当たっていた場合（低温熱傷）や、塩酸などの化学物質が皮膚についた場合（化学熱傷）にもなることがあります。

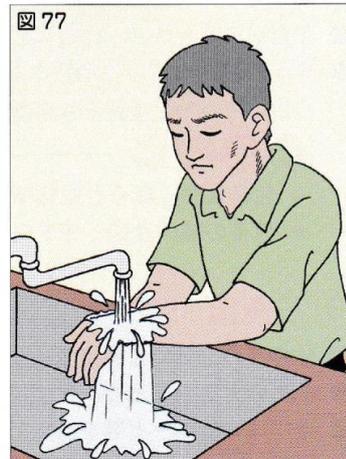
### 1 やけどの応急手当の方法

- 水で冷やす  
やけどは、すぐに水で冷やすことが大切です。やけどを冷やすと、痛みが軽くなるだけでなく、やけどが悪化することを防ぐこともできます。

### ポイント

- できるだけ早く、水道水などの清潔な流水で十分に冷やします。
- 靴下など衣類を着ている場合は、衣類ごと冷やします。
- 氷やアイスパックを使って冷やすと、冷えすぎてしまい、かえって悪化することがあるので注意します。
- 広い範囲にやけどをした場合は、やけどの部分だけでなく体全体が冷えてしまう可能性があるため、冷却は 10 分以内にとどめます。

図 77



やけどの冷却

## 2 やけどの程度と留意点

やけどが軽いか重いかは、やけどの深さと広さで決まります。

### ● 一番浅いやけどの場合

- 一番浅いやけどは、日焼けと同じで皮膚が赤くなりひりひりと痛みますが、水ぶくれ（水疱）はできません。
- このような場合には、よく冷やしておくだけで、ほとんどは病院に行かなくても自然に治ります。

### ● 中ぐらいの深さのやけどの場合

- 中ぐらいの深さのやけどは、水ぶくれができるのが特徴です。
- 水ぶくれは、やけどのきず口を保護する役割があるので破いてはいけません。すぐに水で冷やした後、指先などのごく小さいやけどを除いては、ガーゼやタオルで覆って水ぶくれが破れないように気をつけて、できるだけ早く医療機関を受診するようにします。
- なお、水ぶくれが破れても薬などを塗ってはいけません。
- ガーゼやタオルで覆いきれないような大きな水ぶくれになったときは、救急車を呼ぶことも考慮します。

### ● 最も深いやけどの場合

- 最も深いやけどは、水ぶくれにならずに皮膚が真っ白になったり、黒く焦げたりしてしまいます。やけどがここまで深くなると、かえって痛みをあまり感じなくなります。
- このようなやけどは治りにくく、手術が必要になることもあるので、痛みがないからといって安心せずに、必ず医療機関を受診します。

### ポイント

- 小さな子どもや老人は、比較的小さなやけどでも命に関わることもあるので注意します。
- 火事などで煙を吸ったときは、やけどだけでなく喉や肺が傷ついている可能性があるため、救急車で医療機関に行く必要があります。

### 119番通報が必要な場合

- やけどが広い範囲にわたっている場合や、顔面や陰部のやけどまたは皮膚が焦げていたり白くなって痛みを感じないような深いやけどの場合は、119番通報してください。

## 応急担架の作り方

出典：「改訂4版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに」抜粋（財団法人 救急振興財団）

### ● 応急担架の作り方

#### ● 毛布を利用した応急担架

棒がない場合で、4名以上の救助者がいる場合は、毛布の両端を丸めて握り搬送する方法もあります。

#### ● 棒と毛布による応急担架

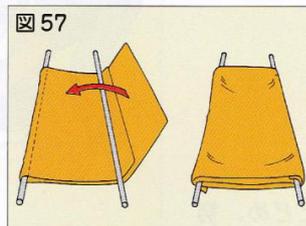
毛布を広げ、約1/3の場所に棒を1本置き、棒を包み込むように毛布を折り返します。もう1本の棒を、折り返した毛布の上（端を15cm以上確保します）に置き、残りの毛布を折り返します。

#### ● 衣服を用いた応急担架

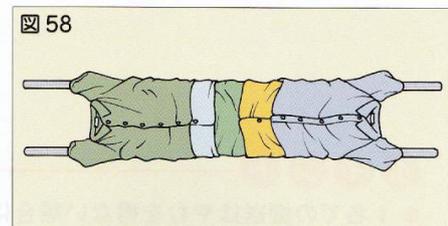
5枚以上の上着を用意し、上着のボタンをかけたまま、両そでに棒を通します。



毛布を利用した応急担架



棒と毛布による応急担架



衣服を用いた応急担架

## 消火器の使い方

出典 消防防災博物館

### 消火器の使い方

消火器の使い方

消火器の使い方 [天ぷら油火災の消火のポイント](#)

ご家庭に消火器を備えていても、使い方がわからない方やうまく使える自信のない方は多いようです。いざという時のために消火器の正しい使い方を身につけておきましょう。



#### 消火器の使い方

1. 消火器を障害物にぶつけないよう注意しながら、火災の起きている場所近くの消火に安全な場所まで運びます。

※あまり離れすぎていると、火への放射前に薬剤が尽きてしまいます。概ね7～8m手前を目安とします。



2. 黄色の安全ピンを引き抜きます。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」



3. ホースを外し、ホースの先端を持って火元に向けます。

※ホースの途中を持つと、放射の圧力などからねらいが定まらず、的確に放射できない恐れがあります。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」



#### 4.レバーを強く握って放射します。

※消火器が重い場合、消火器を置いたままレバーを握って放射する方法もあります。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」



#### 5.火の根元をねらい、手前からほうきで掃くように薬剤を放射します。

※自分の身を守りつつ効果的に放射するために、風上から放射します。室内で放射する場合は、出入り口を背にして逃げ道を確保します。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」

放射時間は、消火器の種類や薬剤の量により異なりますが、粉末消火器で15秒程度、強化液消火器で30～70秒程度です。放射時間や放射距離は本体に必ず表示してありますので、日頃から確認しておきましょう。

#### 天ぷら油火災の消火のポイント

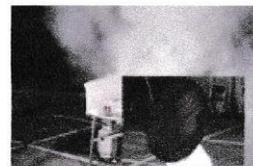
○天ぷら油火災の消火の場合、あまり近づきすぎると放射薬剤の勢いで油が飛び散ることもあり、火傷などの危険があります。4～5メートル程度離れたところから放射し、徐々に近づくようにします。住宅用消火器やエアゾール式簡易消火具も少し離れたところからの放射で十分に効果があります。  
※ハロンのエアゾール式簡易消火具については、天ぷら油火災には有効ではないとされています。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」

○強化液消火器は、天ぷら油火災には特に効果があり、再燃の防止にもなります。

○粉末消火器は冷却効果が少ないため再燃する恐れがあります。薬剤をすべて放射し、コンロを消した後、蓋などをして空気の遮断を続けます。



画像提供:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」

粉末消火器、強化液消火器には各有各の特性があります。

- ・粉末消火器で火勢を抑え
- ・強化液消火器で深部も完全に消火する

といった消火が理想的です。



Q: 消火器での初期消火はどのくらいまで可能なの？

A: 一般に消火器での初期消火が可能なのは、天井に火がまわるまでと言われています。天井に火が燃え移った場合には、速やかに逃げて下さい。逃げる際、特にマンションではドアを閉めて下さい。また、大声で周りの人に火災であることを知らせましょう。一人での消火活動を考えずみんなで協力することも大切です。

参考:総務省消防庁「防災・危機管理e-カレッジ」

## 避難所生活での知恵・工夫

### ●宮城県による調査概要の抜粋(<http://www.pref.miyagi.jp/uploaded/attachment/126007.pdf>)

聞き取り調査は、津波被害が甚大で避難所運営が長期に及んだ沿岸部市町やアンケート調査結果から参考となる対応を行った市町について、男女共同参画の視点に立った被災者支援や避難所運営等の実情を把握するために実施したものである。

以下に、聞き取り調査の結果から「避難所運営の実情」に関連する記述を抜粋した。

#### 【避難所運営の実情】

今回の震災では、地震や津波被害の規模、自治体の規模(マンパワー)、行政機能の維持状況、避難所数・避難者数の多寡、避難者の構成(年齢・家族構成・居住地域等々)、避難所開設期間、地域の特性等々によって、被災者支援や避難所運営等の実情は大きく異なっている。

特に津波被害が甚大だった沿岸部の市町では、避難所以外にも多くの施設等が応急の避難所となったため、行政が運営する避難所だけでなく自治会や自主組織が運営を担った避難所もかなりの数に上った。

避難所の管理運営形態は、運営主体や職員の常駐・巡回等行政側の体制も含め様々であった。

聞き取り調査やその後の追跡調査の結果から、男女のニーズや高齢者・障がい者等要配慮者への対応は、各避難所の判断で、被災者のニーズや避難所の実情に応じて行われたものであることが分かった。

また、女性や子育て家庭のニーズに対しては、女性の職員やリーダーがいた避難所で早期の対応が行われていたところが多い。

#### (1) 運営面

##### ①運営・避難者

- ・ 避難所運営には、複数の課の職員が当たったが、運営は避難所スタッフに任されており、避難所によって運営の仕方が違っていた。
- ・ 小さい避難所で20名ぐらいの所はうまくいったが、大きい避難所はトラブルが多くなりがちだった。
- ・ 避難所運営は、職員が不足しているため、避難者が代表者を選出し避難所のとりまとめを行うこととした。選出方法や男女比は、避難所の自主性に任せていた。
- ・ 3/21～22に、公共の施設で避難所となっているところへ職員を派遣。3月中、避難所は緊張感で団結して暮らしていた。
- ・ 避難所となっている学校は協力的で融通も利いたためニーズに対応した運営がしやすかったが、避難所になっていない中学校や高校では協力が得られず大変だった。
- ・ 過去の震災で運営の全てを行政が行ったことにより、避難者の自主性や意欲が削がれ、行政の支援やボランティアに頼りがちになったという経験から、避難者自身が運営に関わる体制を心掛けた。
- ・ 1週間後に、各部屋に班長を決めた。女性が中心となって運営していた避難所は、「～します」と

いうと、すぐに女性が集まってくる。運営が女性中心の避難所は、運営の仕組みや当番をうまく回したり、気配りをしたりできていたところが多かった。

- ・ 女性でリーダーシップのとれる人がいる避難所は、ボランティアの受け入れ状況もよく、重点的に支援物資が入ったり、高齢者等への声がけもよく気づいて行ったりと様々なニーズをとらえた運営がされていた。
- ・ 4月に避難者が代表となって、自主的に「避難所リーダー連絡会」を立ち上げて、市内の避難所のリーダーたちを集め、避難所を運営しやすくするための情報(規則を作る、係を決める等々)を提供し、互いの情報の共有も図っていた。
- ・ 2週間くらいまでは、近所の人も子どももいたが、その後戻れる人は戻っていった。乳幼児のいる家庭や母子家庭、核家族は、早めに戻っていったり親戚や知り合いの家に行ったりして避難所からいなくなった。戻らないのは、一人暮らし、障がい者、高齢者、生活保護の人、家でどう生活していいかわからない人だった。
- ・ 家屋損壊等の避難者と津波による家屋流失の避難者と半々の避難所で、家屋一部損壊の避難者は家から米や灯油を持ち寄ってきた。

## ②集約・移動

- ・ 4/1に「クリーン作戦」として避難所としている施設の掃除をし、それまでの土足を厳禁とした。
- ・ 保健師から、阪神淡路大震災の時、地区毎にまとめたことが良かったと再編成の提案があったので、避難者に地区毎に再編成する案を話すと、避難者から「せっかくコミュニティができていのに、再編成はやめてくれ。知らない地区の人とも知り合えて仲間になったのにバラバラにしないでくれ」と言われ、再編成はしなかった。
- ・ 教室から体育館に移動してもらったとき、教室の集団を崩さない方向で移動した。
- ・ 4月上旬、地区ごとに避難所を集約し再編成した。コミュニティがしっかりしている地域のため、ニーズの把握を含め運営がしやすかった。

## ③食事

- ・ 避難所での食事については、避難者による当番制の食事づくりや町内飲食店組合等への委託による給食、1日2食の弁当とするなど、様々であった。
- ・ NPO で炊き出しをするボランティアがあった。(3/17か18に入ってきた)3月下旬～4・5月は、一日に何件も炊き出しや支援もたくさんきて、調整に一日かかる状態だった。野菜は、NGO が、完全なお弁当が出るまで、食事プラス1品作る活動を続けてくれた。ご飯は4～5月まで自衛隊が支援。
- ・ 市外の周辺の地域は、コミュニティのつながりが強く、自炊しているところも多かったが、中心部は、バラバラの人が集まった避難所で自炊はしていない。食事は、5月後半頃から弁当を配付した。
- ・ 食事づくりで女性だけが負担となることのないように、全避難所の食事は弁当とした。朝晩は弁当、昼はおにぎりやパン。
- ・ 食事は、町内飲食店組合に委託して全避難所で給食。最初は、朝食が支援物資の調理パン、昼はボランティアの炊き出し。後で朝食がおにぎりになり、お昼は弁当、夕食はご飯・味噌汁・おかずなど温かい食事。夕食は7月下旬まで自衛隊が炊き出しをした。在宅にも食料を配付。仕事で遅

く帰ってくる人にはカセットコンロを用意したが、食事の撤収は夜9時。

- ・ 食事作りは、1ヶ月近く菓子パンやおにぎりが続き、年配者で血圧や血糖値が上昇する人が出てきたことと、野菜等の物資も多くなってきたことから始めることになった。行政側の意図としては、食事作りを職員が担当するのは困難で、避難者同士の共助という面や避難所で何もせずに意欲をなくしがちな人もいるため、生活の張りや意欲喚起のための対策という面もあって、地区ごとの当番制とした。

(当番制の難しさ)

- ・ 当番の地区に作れる人がいればいいが、お年寄りで足腰が弱いなど作れない人ばかりだと大変だった。家に戻る人がいたり、5月末から仮設に入れたので、人が少なくなった地区から(食事づくりについて)苦情が来たりした。

(女性に負担)

- ・ 水くみや鍋洗いは男性がするなど分担していたところもあったが、ほとんど女性が食事づくりをしていた。メニューも考えなければならず、大量につくるのが慣れない人には難しく、食事当番は丸一日とられる大変な仕事だった。60代の女性で、食事当番が負担で「つらいから」と、二次避難所へ申し込み、食事の出る施設へ移っていくということもあった。

(衛生面の確保)

- ・ 栄養士さんが助言や指導で入り、「栄養バランス」の他にも、6月などは「手洗い」「土足厳禁」「調理場所(虫のいないところで調理するように)」「調理物の処理期限」等、食中毒防止を呼びかけた。

(高齢者)

- ・ 食事は2食で、若い人は買ってくることもできたが、年配者は味付けが濃くても与えられたものだけで我慢するしかなかった。

(食事づくりのリーダー)

- ・ 津波被害の大きかった地域で料理店を開いていた男性店主も被災者で避難所にいたが、「これは自分の使命」と言って食事づくりのリーダーになり、仮設に入るのもみんなが入ってから最後だった。この避難所はよかったと聞いている。
- ・ ある避難所に避難してきて「食事づくりを手伝って」と言われて手伝ったら、そのままローテーションに組み込まれ食事づくりが固定化された。いろいろと他にもしなければならぬことがあるため負担が大きく、早く避難所を出たいともらす女性もいた。

#### ④物資

- ・ 子どもの粉ミルク・ほ乳瓶は、避難所に備蓄していた。避難者3,000人を予想したが、避難者は2万人だった。(基本的に備蓄物資は、自助を呼びかけている。)
- ・ 必要な物資は、物資カードで食事の配送と一緒に出してもらっていた。当初は職員が4月からは運送会社が1日2回配送するというので、そこに統括する職員がついて行っていた。
- ・ 物資は、1週間後から職員のいない避難所にも自衛隊職員と町職員で配布を始めた。必要なものは手書きのメモで、電話が通ってからは、事前に電話で必要なものを聞いてから行った。その後民間に委託。1日2回10時と2時。夕ご飯と翌日の朝ご飯を運ぶときに行った。
- ・ 1週間後に、担当課で下着のサイズ分けをして配布したり、おむつのメーカー指定に対応できるよ

うになったりした。

- ・ 女性用品で県庁からの物資がまとまって入ったのは1週間後。民間ボランティアの動きが早く、4日後には、個人でおむつ2袋とかワゴン車で持ってきた人もいた。
- ・ おむつと粉ミルクは支援物資でたくさん届き、1週間後には大量になった。
- ・ ボランティアからの女性視点の支援物資(パーティションや化粧品・下着など)に助けられた。
- ・ 女性用品の配付:生理用品を女子トイレや更衣室に置いておいた。また、物資の奥に女性用品を置いて、そこに取りに来てもらったりした。

## ⑤ニーズ把握

- ・ 被災直後は、食料、飲料水、トイレの確保が主なニーズを占めていた。特にトイレについては、停電と断水のため通常の水洗トイレが使用不能となってしまったため、急遽仮設トイレを手配し設置することで対応した。徐々に電気、水道が復旧するにつれ、避難所からのニーズも多様化し始め、暖房器具や衣料品、生活用品等の要望が多くなり、この時点で全国、海外を含む各地からいただいた支援物資での対応を行った。仮設住宅の建設が完了し、仮設住宅に入居が始まったころには、家電製品の要望や暑さ対策、害虫対策等さらに多岐に渡るニーズが増え、支援物資で対応できる部分是对応し、対応できない部分については、各店舗から物資を調達してニーズに対応した。
- ・ ニーズ把握は、避難所で実施していた班長会であげてもらった。また職員が同じ避難所に張り付いていたので、日々相談されており、そこでニーズを把握することもできた。
- ・ 各避難所に職員がいて、男女共に泊まりもあった。避難所生活が長期になると、職員と避難者との意思疎通もできて、その都度ニーズを把握して対応することができた。ただし、職員としては、避難所運営は24時間なので、交代制にしたりしても別の仕事が入ってきて本来の仕事ができない状況があった。
- ・ 5月13日から被災者の緊急雇用で相談員を避難所に派遣する取り組みにより、避難所の現状とニーズの把握を行った。相談員が避難所を回って把握したニーズや課題・問題等を「連絡カード」に記入し、本部の対応につないでいた。避難生活が長期に及び仮設への転居でリーダーがいなくなることも多い中、相談員の派遣は避難所生活を続ける人たちを支える取り組みともなったようだ。相談員は女性がほとんど。
- ・ 毎日の班長会議は、週3回(月・水・金)になり、6～7月には週1回になった。5月頃から週1回にした避難所もある。
- ・ 職員のいない避難所は、5月に入って避難所運営の担当課で毎日回った。保健師は、4月に入ってからドクターと一緒に巡回した。
- ・ 県からの調査が始まってから、危機管理課で避難所回りを始めた。
- ・ はじめ自衛隊が1日1回食料を届けたときに、必要なものの調査を行った(自衛隊の食料配布は、後で1日2回に)。調査カードは、100項目あり、夜と朝にリーダーが取りまとめたカードを夕方に行って回収し、ニーズを把握し対応していた。要望には、徐々にポテトチップやジュースなどの嗜好品が入り始めた。
- ・ 1週間後には、避難者のニーズが生きることから生活するために必要なもの(ごみ袋、せっけん、歯ブラシ等)に変化してきた。

## ⑥衛生面

- ・ 体育館を班で掃除していた。トイレ掃除では靴をはき、掃除後に靴底用の消毒を行った。出入り口には消毒薬を置いて、手の消毒を徹底した。食事の前の消毒も行った。

## ⑦ペット対策

- ・ ペットを避難所に入れてしまってトラブルになり、避難所から出て行った避難者がいた。外に犬小屋を設けたり、ケージで飼ったりしていた避難所もあるなど、避難所によってルールは様々だった。ペット対策は、避難生活が長期化する場合必要という声があった。

## (2) 避難所の設計

### ①間仕切り・プライバシーの確保

- ・ 間仕切りは、2002年8月に段ボール協会と災害協定をしており、3月中は用意できなかったが、4月になってから避難所に配置できた。全避難所ではなく、ニーズのあった大規模に集約した避難所に、1.5m程度の間仕切りを設置した。
- ・ 同じ地区の人が多く避難していた小さな公民館の避難所では、4月頃、自治会長が中心になって避難者みんなで話し合った結果、着替え等の不便さを解消するために、生活スペースを男性用スペース、女性用スペースに分けた。家族を分けることによる苦情はでなかった。

(間仕切りの設置を断られた事例)

- ・ 4月以降地区ごとに避難者を集約した地域で、常日頃コミュニケーションをとっている地元のお年寄りだけの避難所では、仕切りはいらないと断られた。しかし、様々なところから来た避難者が多かった避難所では、若い人や子どものいる人もいて、段ボールで仕切った。いろいろな人が集まっている避難所では、仕切り等の配慮の必要性が高かった。
- ・ 1.8m程度のパーティションが送付された大規模施設の避難所では、様々な用途の部屋があったが、そのうち昼間に避難者がいなくなる部屋と高齢者が多い部屋はパーティションをいらないと断られた。

### ②更衣室

- ・ 震災当初は、着替えなかったため更衣室の必要性に気づかなかった。3月下旬～4月に、下着が支援物資として来始めて、最初はトイレで着替えたりしていた。避難者が減ってきたため空いた教室で着替える人が出てきたので、その一つを更衣室にするという動きになった。
- ・ 震災当初は避難者が多く、廊下にまで人がいたため更衣室を用意できなかったが、落ち着いてから廊下にある物置を改造して更衣室とした。間仕切り等は学生ボランティアが段ボールで作成した。
- ・ 発災当初から、避難所となった学校において教員が配慮して“更衣室・授乳室・物干し場の確保”を実施していた。学校で体育館以外に教室も開放し、空いているところに更衣室を設置するなど臨機応変に運営していた。
- ・ 市内の中・高等学校の避難所では、震災当初から体育館の用具室を更衣室とし、「使用中」の札を作って使用していた。

- ・避難者が少なくなった施設では、空いた部屋を更衣室や授乳室にしたところもある。
- ・大規模施設の避難所で、寝るところすら足りず、一部屋を更衣室で使うなどできなかった状況の中で、ボランティアが仕切りを使って“授乳室を兼ねた更衣室になるスペース”を設置した。中には鏡やおむつ交換の台も置かれた。

### ③ 女性専用物干し場

本調査結果でも、女性用物干し場を設置できた市町は少なかったが、聞き取り調査でも安全な設置場所の確保等の面で難しかったという声があった。

(空き教室、体育館の更衣室等の利用)

- ・学校再開に伴って教室から体育館に移動した避難所では、班長会議で女性リーダーから要望があり、体育館2階の小部屋(用具置き場)を女性用物干し場にし、スタッフも含めて男子立ち入り禁止とした。
- ・小学校を避難所としていたところで、余っていた教室を男性用(単身用)と女性用(家族用も含めて)の物干し場とした。
- ・体育館のギャラリーとステージを物干し場として活用した。

(屋外での設置)

- ・4月になってから国交省から全自動洗濯機がきて、物干し台セット10台を屋外に設置。しかし、女性用下着が盗まれたため、別々にした方がよいということで、自衛隊のお風呂のそばに女性用物干し場を設置したのが、盗難防止面でもよかった。

### ④ トイレ

(和式トイレ→洋式トイレ)

- ・和式の仮設トイレしかない避難所では、足腰の弱い高齢者のためにワンタッチ式等の洋式トイレを付けたところが多かった。仮設トイレが狭いため、洋式にした際に扉を内開きから外開きにしたところもある。

(側溝の応急トイレ)

- ・震災当日に施設が一部損壊してトイレが使用できなかったところでは、施設前の側溝にテントを張って四方をブルーシートで囲い、真ん中もシートで仕切って、男女別のトイレにする工夫も見られた。

(感染症予防対策)

- ・感染症予防のため、仮設トイレ10台のうち2台を「下痢用トイレ」とした。
- ・高齢者の使用と安全面を考慮し、外に出てすぐの所に仮設トイレを設置。

## (3) 要配慮者等への対応

### ① 高齢者・障がい者への配慮

(福祉避難所の設置)

- ・最も大変だったのが介護で、職員が避難所に行くとおむつ交換などの介護支援に追われた。3月20日には、要介護3～4の人を集め福祉避難所を設置した。
- ・介助の必要な高齢者や障がい者を一部屋に集めてスタッフがお世話していた避難所もあつ

た。4月後半あたりに、介護等の必要な高齢者は福祉避難所へ。

- ・ 高齢者や障がい者で重度の人は、町立病院の福祉避難所に入居し、知的・肢体不自由の障がい者はそれぞれの避難所にいた。
- ・ 高齢者は、包括支援センターが把握し、優先順位で施設へ入居。精神障がい者は、入院した人が29人と多かった。

(障がい者支援)

- ・ 発災後1～2日目から障がい者として登録している人たちを障がい者の相談員が訪問し、障がい者支援を行っている社会福祉法人に集めた。この人たちは、財団の寄付で早めに仮設を建てて移ることができた。

(妊産婦・出産)

- ・ 妊婦は、保健師が血圧を測るなど、避難所はよかったが、在宅の妊婦を把握できなかった。
- ・ 津波が来るまで40分程度はあったので、震災直後保健師が4ヶ所の避難所に行っていたことから、当日産気づいた妊産婦の出産を近くの民家を借りて行うという事態が少なくとも3件はあった。避難所に助産師がいたところはよかったが、いない所では保健師が近くの民家を借りて裁ちばさみと木綿糸で出産を助けた事例もあった。

## ②DV防止等を含めた安全対策

(DV対策)

- ・ 避難所や仮設住宅でDVにより別居した夫と一緒にになったため、別の所に移してほしいという要望があった。仮設は対応したが、避難所は名簿ができるため移動が難しいという面があった。
- ・ 避難者名簿のネット公開を行っていたが、避難者から別居しているので名前を削除してほしいと依頼があり削除したことがある。
- ・ 仮設に入ってから、DV相談が増えた。普段(DV相談が)あがってこない人からの相談が増えた。元々DVがある夫婦で、仮設一部屋で男性がストレスから暴力をふるうなど、状態が悪化する傾向にある。仮設は、2人で一部屋の入居条件のため、息子が親に当たったり、高校生の男女の兄妹が一部屋で寝るといった問題もあった。これらの問題は、仮設に空きが出てくると、融通できるようになってきた。

(安全面)

- ・ 震災後 1週間～10日は、避難所に昼夜関係なく安否確認等で人が入ってきていた。3月下旬からは、「夜はご遠慮ください。むやみに避難所に入らないでください」と貼り紙をした。
- ・ 一次避難所にはすべて職員が泊まり込みをしていた。
- ・ 車上荒らしがいるというので、自警団の夜間のパトロールを4～5日目には始め、4月半ばすぎまで行った。呼びかけに76人が集まり、16班編制でパトロールする時間を記入してもらい、午後9時頃まで巡回していた。また、宿直マニュアルを作って、外の見回りを行った。

## (4) その他

### ①在宅避難者支援

- ・ 物資の面で、在宅避難者から「物資が来ない」、「もらうのは避難所の人ばかり」という苦情があ

った。在宅避難者が必要な物資については、区長が取りまとめて取りに来ていた。ニーズは民生委員が把握したが、マンパワー不足で職員が対応できない面があり、在宅避難者への支援は困難だった。

- ・ 在宅避難者への支援物資は、区長さんがまとめて取りに来るが、個人で大人用おむつや尿取りパッドなどを取りに来ていた人もいて、そういう人にも物資を提供していた。本部の物資は、区長さんを通して配布。3～4週間目に、「ここに行くともうもらえると聞いてきた」と避難所に来た30代夫婦がいた。
- ・ 在宅避難者が「ミルクください」と来たときには配付していたが、7月夏ぐらいには物流が回復しお店も再開してからはやめている。一部被害の大きい人には食事を提供していた。独居老人等、物資の配付をやめられると困ると認められる人には、札を渡して配付していた。

## ②女性のニーズ

- ・ 女性に特化したエステやメーカーからの化粧品は喜ばれた。
- ・ ボランティアからの女性視点の支援物資（パーティションや化粧品、下着など）に助けられた。
- ・ 災害FMは、9割が女性で主婦が多かった。自分たちの困り事という視点で情報を収集配信していた。
- ・ 支援物資を受け取りに来た避難所運営のリーダーが男性で、女性の下着のサイズが分からないということもあった。
- ・ 支援物資はリーダーを通して配布していたが、「生理用品がほしい」といわれてきた男性リーダーが、物資を受け取りに来て「自分では(男なので)どの種類がほしいのか分からない」と困っていたという場面もあった。
- ・ 生理用品が届いても、生理用下着が入ってこないため、物資担当者をお願いしたが、最後まで届かなかった。生理用下着があることも分からないのではないかと感じた。