

彦根市避難所運営マニュアル

～様式・参考資料編～



もくじ

様式編	1
様式第1号 避難所開設チェックリスト（行政担当者用）	2
様式第2号 安全点検チェックリスト	3
様式第3号 避難所運営委員会名簿	4
様式第4号 避難所状況報告書	5
様式第4号 避難所状況報告書<記入例>	6
様式第5号 避難所定例報告書	7
様式第5号 避難所定例報告書<記入例>	8
様式第6号 避難者数集計票	9
様式第7号 避難者名簿	10
様式第7号 避難者名簿<記入例（大規模地震の場合）>	11
様式第7号 避難者名簿<記入例（風水害の場合）>	12
様式第8号 避難者カード	13
様式第8号 避難者カード<記入例>	14
様式第9号 避難所対応記録票	15
様式第10号 問合せ受付票	16
様式第11号 訪問者管理簿	17
様式第12号 取材者用受付用紙	18
様式第13号 郵便物等受付票	19
様式第14号 食料・物資要請リスト	20
様式第15号 食料・物資一覧	21
様式第16号 食料・物資管理簿	22
様式第17号 避難所ペット登録台帳	23
様式第18号 ボランティア依頼票	24

参考資料編	25
参考資料1 要配慮者の特性ごとの対応	26
参考資料2 外国人対応について	31
参考資料3 高齢者、子ども、乳幼児などの個別対応について	33
参考資料4 感染症予防（手洗い・消毒の励行推進）	35
参考資料5 避難所における口腔ケア	36
参考資料6 エコノミークラス症候群に注意しましょう	37
参考資料7 心の健康を守るために	38
参考資料8 生活不活発病に注意しましょう	39
参考資料9 食中毒予防のポイント(避難者向け)	40
参考資料10 食中毒予防のポイント(避難所運営者・協力業者向け)	41
参考資料11 取材者への注意事項	43
参考資料12 避難所におけるペットの飼育ルール広報文	44
参考資料13 指定避難所・指定緊急避難場所一覧	45
参考資料14 防災行政無線簡易操作マニュアル	49
参考資料15 防災行政無線（呼出名称一覧）	50
参考資料16 防災関係機関等連絡先一覧	51

様式編

様式第1号 避難所開設チェックリスト（行政担当者用）

項目	内容	チェック
避難所への到着	建物内外にいる避難者をまとめ、建物の安全確認をする	<input type="checkbox"/>
建物の安全確認 ※安全確認が済むまで 避難者を入れない。	建物は傾いていないか	<input type="checkbox"/>
	火災は発生していないか、ガス漏れはないか	<input type="checkbox"/>
	建物に大きなひび割れはないか	<input type="checkbox"/>
	窓ガラス等の危険な落下物がないか	<input type="checkbox"/>
	自動車乗り入れの規制	<input type="checkbox"/>
避難所の本部を設置	避難所運営委員会事務局の設置場所を安全確認	<input type="checkbox"/>
設備・ライフラインの 確認	電気、放送設備が利用できるか	<input type="checkbox"/>
	水道が利用できるか	<input type="checkbox"/>
	防災行政無線、電話、FAXが利用できるか	<input type="checkbox"/>
	トイレが利用できるか	<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"/>
災害対策本部への連絡	避難所設置および状況を報告	<input type="checkbox"/>
避難者受入れスペース 等の確保	安全な部屋、スペースを確保し、避難者を誘導	<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"/>
避難者の登録	避難者の世帯ごとの登録	<input type="checkbox"/>
避難者への説明 ※冷静な態度でゆっく り説明し、混乱の沈静 化に努める。	「避難所共通ルール」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"/>
非常用設備、資機材の 確認	施設にある資機材の確認	<input type="checkbox"/>
	非常用設備の確認	<input type="checkbox"/>
災害対策本部への要請 事項の整理・報告	水、食料、生活物資の要請	<input type="checkbox"/>
	応援職員の派遣要請	<input type="checkbox"/>

様式第2号 安全点検チェックリスト

建物自体や周辺状況に係る安全性のチェック	1 建物周囲、全体		ない	ある
	①	周辺の建物、擁壁、塀および地盤等に危険はないか。(周辺の建物が倒れそう、地盤が沈下しそう。)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	②	建物の形が大きく変わってないか。(建物の一部が崩れている、階がつぶれている。)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	③	建物が傾いたり、建物が沈んでいないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2 基礎、構造体			
	①	【鉄骨造】鉄骨の骨組みが壊れていたり、大きな変形はないか。(柱の一番下、柱と梁の接合部など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	②	【鉄筋コンクリート造】柱、梁が壊れていたり、大きなひび割れ(概ね幅2mm以上)がないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	③	【木造】壁に大きなひび割れや、亀裂などがないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	④	【共通】建物の基礎の一部が崩れていたり、基礎に大きなひび割れがないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	⑤	【共通】基礎と基礎の上の建物にずれがないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
避難所として使用するうえでの安全性のチェック	1 避難ルート			
	①	避難所利用者の避難ルートを複数確保するうえで、危険と判断される部分はないか。(避難ルートの出入り口が開閉できない、避難ルートの床にガラスの破片が散乱している。)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2 落下・転倒			
	①	以下の部位が、地震により落下・転倒していないか。 または、大きな余震等により落下・転倒する危険がないか。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・屋根の材料(瓦など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・窓枠、窓ガラス	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・壁(外壁の一部や室内の壁、ブロック塀など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・看板や機械類(屋外機など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・天井、照明器具	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		・屋外階段	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	・屋外、屋上等に設置してある倉庫	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
その他	その他			
	①	その他、危険と判断される状況はあるか。 ()	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

様式第3号 避難所運営委員会名簿

避難所運営委員会名簿

年 月 日 現在

〈運営管理責任者〉

会長		
副会長		
避難所派遣職員		
施設管理者		

〈避難所活動班〉（各班長1名に◎印、副班長1名に○印を記入する）

	氏名	居住組名	氏名	居住組名	氏名	居住組名
総務班						
情報連絡班						
名簿班						
施設管理班						
食料物資班						
救護班						
衛生班						

〈各居住組代表者〉

居住組名	氏名	居住組名	氏名	居住組名	氏名

避難所状況報告書

避難所名		開設日時	年 月 日 時 分
第 報			
報告者名			
災対本部受信者			
報告日時	月 日 時 分		
通信可能手段	F A X ・ 固定電話 ・ 防災行政無線 ・ 伝令 ・ その他 ()		
連絡先番号			
避難者人数	約 人		
避難世帯数	約 世帯		
周辺状況	建物安全確認	未実施 ・ 安全 ・ 要注意 ・ 危険	
	人命救助	不要 ・ 必要 (約 人) ・ 不明	
	火災	なし ・ 延焼中 (約 件) ・ 大火の危険	
	土砂崩れ	未発見 ・ あり ・ 警戒中	
	ライフライン	断水 ・ 停電 ・ ガス停止 ・ 電話不通	
	道路状況	通行可 ・ 渋滞 ・ 片側通行 ・ 通行不可	
	建物倒壊	殆どなし ・ 有 (約 軒) ・ 不明	
緊急を要する事項 (具体的に箇条書き)			
参集した市職員			
参集した施設関係者			

避難所状況報告書

避難所開設時、まずこの様式を
災対本部へ報告します。

避難所名	減災小学校			開設日時	2019年10月9日14時00分			
報告者名	彦根 太郎			記入不要				
災対本部受信者								
報告日時	10月9日14時10分							
通信可能手段	FAX・固定電話・防災行政無線・伝令・その他（ ）							
連絡先番号	0749-12-3456							
避難者人数	0人			開設時に避難者がおられる場合は記入				
避難世帯数	0世帯							
周辺状況	建物安全確認	未実施	・	安全	・	要注意	・	危険
	人命救助	不要	・	必要	(約	人)	・	不明
	火災	なし	・	延焼中	(約	件)	・	大火の危険
	土砂崩れ	未発見	・	あり	・	警戒中		
	ライフライン	断水	・	停電	・	ガス停止	・	電話不通
	道路状況	通行可	・	渋滞	・	片側通行	・	通行不可
	建物倒壊	殆どなし	・	有	(約	軒)	・	不明
緊急を要する事項(具体的に箇条書き)								
・断水のため施設のトイレが使用できない								
参集した市職員	〇〇課 彦根太郎、〇〇課 湖東花子							
参集した施設関係者	教頭 城東一郎							

避難所定例報告書（第 報）

避難所名		報告日時		年 月 日 時 分	
報告者名			災対本部受信者		
避難者情報		世帯数		避難者数	
内訳	避難者	世帯		人（内 要配慮者 人）	
	車中泊	世帯		人（内 要配慮者 人）	
	テント泊	世帯		人（内 要配慮者 人）	
	在宅避難者	世帯		人（内 要配慮者 人）	
	帰宅困難者	世帯		人（内 要配慮者 人）	
	合計	世帯		人（内 要配慮者 人）	
運営状況	居住組	編成済み・未編成	地域状況	土砂崩れ	未発見・あり・警戒中
	避難所運営委員会	編成済み・未編成		ライフライン	断水・停電・ガス停止・電話不通
	運営班	編成済み・未編成		道路状況	通行可・渋滞・通行不可
避難所対応人数		市職員	施設職員	ボランティア	合計
		人	人	人	人
避難所運営委員長名 連絡先					
避難所運営委員会		報告事項		今後の要求・展開	
連絡事項	総務班				
	名簿班				
	連絡広報班				
	施設管理班				
	食料・物資班				
	救護班				
	環境衛生班				
対処すべき、予見される事項(水・食料・物資の過不足、感染症等の発生状況、避難所の環境等)					

展開期（1週間程度）までは1日2回（9時、18時）。
以降は1日1回（9時）に定期報告。

様式第5号 避難所定例報告書<記入例>

避難所定例報告書（第6報）

避難所名	減災小学校		報告日時	2019年10月12日9時00分				
報告者名	彦根 太郎		災対本部受信者					
避難者情報	世帯数		避難者数					
内訳	避難者	10世帯	25人（内要配慮者5人）					
	車中泊	2世帯	5人（内要配慮者0人）					
	テント泊	0世帯	0人（内要配慮者0人）					
	在宅避難者	15世帯	40人（内要配慮者8人）					
	帰宅困難者	3世帯	7人（内要配慮者0人）					
	合計	30世帯	77人（内要配慮者13人）					
運営状況	居住組	編成済み・未編成	地域状況	土砂崩れ	未発見・あり・警戒中			
	避難所運営委員会	編成済み・未編成		ライフライン	断水・停電・ガス停止・電話不通			
	運営班	編成済み・未編成		道路状況	通行可・渋滞・通行不可			
避難所対応人数	市職員	4人	施設職員	3人	ボランティア	5人	合計	12人
	避難所運営委員長名 連絡先 減災自治会長 城西次郎 090-1234-5678							
避難所運営委員会	報告事項			今後の要求・展開				
連絡事項	総務班	ボランティアが不足		ボランティアを5人派遣してほしい				
	名簿班	マスコミ2社来所						
	連絡広報班							
	施設管理班	犯罪抑制のため見回り警戒を強化						
	食料・物資班	食糧は足りるが、水が足りない		至急水を10箱配送してほしい				
	救護班	けが人はいない						
環境衛生班			トイレを流す水が足りない					
対処すべき、予見される事項（水・食料・物資の過不足、感染症等の発生状況、避難所の環境等） ・人手不足のためボランティアを要請 ・断水のため、水が不足している								

(避難所名：)

避難者名簿

枚中 枚目

第 報 年 月 日 時 分				城東町		城東自治会			
番号	氏名	住所	性別	年齢	備考	カード No.	避難者	入所 日時	退所 日時
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:
								/	/
								:	:

様式第7号 避難者名簿<記入例（大規模地震の場合）>

(避難所名： 被災小学校)

様式第6号の内訳を記載。展開期（1週間程度）までは1日2回（9時、18時）。以降は1日1回（9時）に定期報告。

1枚中1枚目

第3報 2019年10月9日18時00分		城東町			城東自治会				
番号	氏名	住所	性別	年齢	備考	カードNo.	避難者	入所日時	退所日時
1	平成 三郎	城東町 1-1	男	46		1		10/9 10:40	10/11 16:25
2	平成 びわ子	〃	女	45	足負傷	2		10/9 10:40	10/11 16:25
3	平成 四郎	〃	男	15		3		10/9 10:40	10/11 16:25
4	昭和 五郎	城東町 2-3	男	32		4		10/9 10:50	/ :
5	昭和 花子	〃	女	35		5		10/9 10:50	/ :
6	昭和 桜子	〃	女	10		6		10/9 10:50	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :
								/ :	/ :

地震の場合は長期的な対応となるため、自治会毎に分けて記載。

様式第7号 避難者名簿<記入例（風水害の場合）>

(避難所名：減災小学校)

風水害のような避難場所の場合、様式第6号は省略し、この様式のみで避難者を集計。入所・退所がある都度報告。

1枚中1枚目

第3報 2019年10月9日			町				自治会	
番号	氏名	住所	性別	年齢	備考	No.	避難者	日時
								日時
1	平成 三郎	城東町 1-1	男	46		1	10/9 10:40	10/11 16:25
2	平成 びわ子	〃	女	45	足負傷	2	10/9 10:40	10/11 16:25
3	平成 四郎	〃	男	15		3	10/9 10:40	10/11 16:25
4	昭和 五郎	城東町 2-3	男	32		4	10/9 10:50	/ :
5	昭和 花子	〃	女	35		5	10/9 10:50	/ :
6	昭和 桜子	〃	女	10		6	10/9 10:50	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :
							/ :	/ :

報告の都度修正

風水害時は記入不要

風水害の場合、短期的な対応となるため、自治会毎に分けず、詰めて書いて記載。

様式第8号 避難者カード

ひなんしゃかーど
避難者カード

ひなんじよめい
避難所名

No.

①	せたいだいひょうしゃめい 世帯代表者名		にゅうしよねんがっぴ 入所年月日	年 月 日 時 分					
②	ひなん じょうきょう 避難の状況	ひなんじよ おくがいてんと しやちゆう ざいたく きたくこんなんしや た 避難所・屋外テント・車中・在宅・帰宅困難者・その他							
③	じゆう しょ 住所								
④	でんわばんごう 電話番号								
⑤	かぞく 家族	し めい 氏名	せいべつ 性別	ねんれい 年齢	あんび 安否 かくにん 確認	※③ こくせき 国籍	じたく 自宅の しゆるい 種類	もちえい しゆうごうじゆうたく 持家・集合住宅 ちんたいあばーと 賃貸アパート・ しせつにゆうしよ 施設入所 () その他 ()	
		せいたいだいひょうしゃ 世帯代表者						きよじゆう かひ 居住の可否 か ふ か (可・不可)	
								ぜんかい はんかい いちぶそんかい 全壊・半壊・一部損壊 ゆかうえしんすい ゆかしたしんすい 床上浸水・床下浸水 だんすい ていでん がすていし 断水・停電・ガス停止	
								くるま 車	しやしゆ 車種: なんばー ナンバー:
								べつと ペット	あり しゆるい 有 (種類:) なし 無
		とっきじこう あれるぎー じびょう つういん なや 特記事項(アレルギー、持病、通院、悩みなど)							
⑥	こじんじょうほう こうかい 個人情報の公開	か 可			ふか 不可				
⑦	たいきよねんがっぴ 退去年月日	年 月 日 時 分							
	てんしゆつつき 転出先	じゆうしよ 住所 〒 でんわばんごう 電話番号							

※①太線枠内をわかる範囲でご記入ください。

※②このカードは入所時に記入し、担当者へお渡しください。

※③外国人の方は、国籍をご記入ください。(あわせて、特記事項の欄にパスポートもしくは外国人登録証
在留カードの番号をご記入ください。)

様式第8号 避難者カード<記入例>

ひなんしゃかーど
避難者カード

様式第7号避難者名簿
の番号を転記

様式第7号避難者名簿について詳細
を世帯毎に記載 ※風水害時は不要

ひなんじよめい
避難所名 減災小学校

No. 1~3

①	せたいだいひょうしゃめい 世帯代表者名	<u>井伊 三郎</u>	にゅうしよねんがっぴ 入所年月日	<u>2019年10月9日10時40分</u>					
②	ひなん じょうきょう 避難の状況	<u>ひなんじよ</u> 避難所 ・ 屋外テント ・ 車中 ・ 在宅 ・ 帰宅困難者 ・ その他							
③	じゅう しょ 住所	<u>城東町1-1</u>							
④	でんわばんごう 電話番号	<u>080-2345-6789</u>							
⑤	家族 かぞく	し めい 氏名	せいべつ 性別	ねんれい 年齢	あんび 安否 かくにん 確認	※③ こくせき 国籍	じたく 自宅の しゆるい 種類	<u>もちいす</u> 持家 ・ 集合住宅 ちんたいあばーと 賃貸アパート ・ しせつにゆうしよ 施設入所 () その他 ()	
		世帯代表者	<u>平成 三郎</u>	<u>男</u>	<u>46</u>	<u>○</u>			きよじゅう かひ 居住の可否 か <u>ふか</u> (可・不可)
		<u>平成 びわ子</u>	<u>女</u>	<u>45</u>	<u>○</u>			ぜんかい <u>はんかい</u> 全壊 ・ 半壊 ・ 一部損壊 ゆかうえしんすい ゆかしたしんすい 床上浸水 ・ 床下浸水 だんすい ていでん がすていし 断水 ・ 停電 ・ ガス停止	
		<u>平成 四郎</u>	<u>男</u>	<u>15</u>	<u>○</u>				
								くるま 車	しやしゆ 車種: なんばー ナンバー: あり (種類: しゆるい (種類: なし 無)
								ぺつと ペット	
とっきじこう あれるぎー じびょう つういん なや 特記事項(アレルギー、持病、通院、悩みなど) <u>びわ子が足を負傷</u>									
⑥	たきかん といあわせ 他機関からの問合せに たい こうひょう かひ 対する公表の可否	<u>か</u> 可 ・ <u>ふか</u> 不可							
⑦	たいきよねんがっぴ 退去年月日	<u>2019年10月11日16時25分</u>							
	てんしゆつきき 転出先	じゅうしよ 住所	<u>〒522-0000 城西町2-2 (親戚宅)</u>						
		でんわばんごう 電話番号	<u>0749-5678-1234</u>						

車で避難した場合記入

- ※①太線枠内をわかる範囲でご記入ください。
- ※②このカードは入所時に記入し、担当者へお渡しください。
- ※③外国人の方は、国籍をご記入ください。(あわせて、特記事項の欄にパスポートもしくは外国人登録証
在留カードの番号をご記入ください。)

避難所対応記録票

避難所名		記入日時	年 月 日 時 分
記録番号	対応事項（課題の内容を簡潔に）		
今回の対応方法（課題への対応策を記載）			
備考・留意点・その他参考になる事項など （上記以外の意見や考え方、留意点などを記録）			
記入者サイン		避難所責任者 確認サイン	

問合せ受付票

受付No.		受付日時	年	月	日	時	分頃
受付者							
問合せのあった避難者 氏名							
問合せのあった避難者 住所							
問合せしてきた方 氏名							
問合せしてきた方 連絡先							
掲示板への貼付の了解		可・拒否	掲示板への貼付日		年	月	日
備考							

取材者用受付用紙

受付日時	年 月 日 時 分	
退所日時	年 月 日 時 分	
代表者	氏名	所属
	連絡先（所在地、電話番号）	
同行者	氏名	所属
取材目的		
放送、掲載等予定		
避難者側付添者	(名刺等貼付場所)	
特記事項		

※お帰りの際にも必ず受付にお立ち寄りください。

郵便物等受付票

年 月 日

	受付月日	あて先	居住組	郵便物等の種類	受取月日	受取人
1	月 日			はがき・封書・小包・ その他()	月 日	
2	月 日				月 日	
3	月 日				月 日	
4	月 日				月 日	
5	月 日				月 日	
6	月 日				月 日	
7	月 日				月 日	
8	月 日				月 日	
9	月 日				月 日	
10	月 日				月 日	
11	月 日				月 日	
12	月 日				月 日	
13	月 日				月 日	
14	月 日				月 日	

食料・物資管理簿

品名				単位呼称			
年月日	納入先	払出先	納入数	払出数	残数	記入者	備考
月 日現在における 数量の合計		受入		払出		残数	

避難所ペット登録台帳

(避難所名: _____)

No. _____

No.	飼育者	登録日	退所日	種類	性別	体格	毛色	ペット名
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			
	氏名： 住所： 電話：				オス メス			

ボランティア依頼票

受付年月日	年 月 日	受付番号	
受付時間	午前・午後 時 分	受付者名	

依頼者	氏名	(ふりがな)	性別	男・女
	属性	<input type="checkbox"/> 本人⇒独居・高齢者世帯・障害者世帯・一般・その他 () ※本人以外からの依頼の場合、本人の同意を確認⇒同意・未確認・不同意 <input type="checkbox"/> 親族 () <input type="checkbox"/> 地域(民生委員・学区社協・町会長・()) <input type="checkbox"/> 専門機関 () <input type="checkbox"/> その他 ()]		
	現住所			
	連絡先	TEL (-) 携帯 (- -)		
活動場所	住所・連絡先 ※依頼者と同じ なら省略	<input type="checkbox"/> 本人宅 <input type="checkbox"/> その他 () 彦根市 TEL (-) 携帯 (- -)		
	被災の状況 等	避難勧告・指示 <input type="checkbox"/> 発令されている <input type="checkbox"/> 発令されていない 建物応急危険度判定 <input type="checkbox"/> 緑(調査済) <input type="checkbox"/> 黄(要注意) <input type="checkbox"/> 赤(危険) <input type="checkbox"/> 不明 () 建物内・外の危険箇所等		
	目標となる 建物・目印			
	希望日時	年 月 日 () ~ 時 ~ 時 月 日 ()		
活動内容	希望内容			
	希望人数	合計 人 (内訳：男性 人、女性 人、どちらでも 人)		
資器材	活動場所にあるもの			
	VC から持参するもの			
活動結果の確認		完了・継続	備考(継続の場合の引継ぎ事項等)	

參考資料編

参考資料1 要配慮者の特性ごとの対応

要配慮者の特性ごとの対応

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方が、周囲の方に知らせる「ヘルプマーク」、周囲の方に妊婦であることを示しやすくする「マタニティマーク」などを身につけている場合には、配慮をしましょう。

また、災害時、要配慮者に対する支援は、その状況により対応が異なります。

下記説明を参考にして、それぞれの対応を把握しましょう。



「マタニティマーク」

「ヘルプマーク」

【避難に関して】

	避難行動等の特徴	避難誘導時の配慮事項
視覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○被害の状況を知ることができない。(視覚による緊急事態の察知が不可能な場合が多い。) ○災害時には、住み慣れた地域でも状況が一変し、いつもどおりの行動ができなくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○日常の生活圏外では、介護者がいないと避難できないため、避難誘導等の援助が必要である。 ○日常の生活圏であっても災害時には環境の変化から認知地図が使用不能となる場合があることに配慮する。 ○白杖等を確保する。 ○安否確認及び避難所への歩行支援を行う。
聴覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○音声による情報が伝わらない。(視覚外の異変・危険の察知が困難。音声による避難誘導の認識ができない。) ○緊急時でも言葉で人に知らせることが難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> ○手話や文字情報によって状況説明を行い避難所等へ誘導する。(筆記用具等を用意しておく。)
言語障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急時でも言葉で人に知らせることが難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> ○手話や文字情報によって状況説明を行い避難所等へ誘導する。(筆記用具等を用意しておく。)

<p>肢体不自由のある人</p>	<p>○自分の安全を守ることが難しい。 ○自分で避難することが難しい。</p>	<p>○自分で避難することが困難な場合には、車いすやストレッチャー等の移動用具等を確保することが望ましいが、移動用具等が確保できない場合には、担架やリヤカーの使用、おんぶなどにより避難する。</p>
<p>内部障害のある人</p>	<p>○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合がある。 ○心臓、腎臓、呼吸器などに機能障害があり、人工透析など医療的援助が必要な場合がある。 ○医薬品を携帯する必要がある。 ○常時医療機材（人工呼吸器、酸素ボンベなど）を必要とする人がいる。</p>	<p>○常時使用している医療機材を確保するほか、医薬品を携帯するとともに、自力で避難することが困難な場合には、車いすやストレッチャー等の移動用具等を確保することが望ましい。移動用具等が確保できない場合には、担架やリヤカーの使用、おんぶなどにより避難する。</p>
<p>知的障害のある人</p>	<p>○急激な環境の変化に順応しにくい。 ○一人では理解や判断することが難しく（緊急事態等の認識が不十分な場合）、環境の変化による精神的な動揺が見られる場合がある。</p>	<p>○一人にいるときに危険が迫った場合には、緊急に保護する。 ○災害の状況や避難所等の位置を短い言葉や文字、絵、写真等を用いてわかりやすく説明する。必要に応じて誘導する。 ○また、動揺している場合には、日常の支援者が同伴するなどして気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。</p>
<p>精神障害のある人</p>	<p>○災害発生時には、精神的動揺が激しくなる場合がある。 ○自分で危険を判断し、行動することができない場合がある。 ○普段から服用している薬を携帯する必要がある。</p>	<p>○災害の状況や避難所等の位置を伝えるとともに、必要に応じて無理のないやり方で誘導する。 ○また、動揺している場合には、時間をとり気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。</p>
<p>認知症高齢者</p>	<p>○時間、場所、人に関する見当が混乱することがある。 ○言葉が出てこなかったり、意味を理解できないことがある。 ○急激な環境の変化への適合が難しい。</p>	<p>○動揺している場合は、日常の支援者が同伴するなどして、気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。</p>

【情報伝達、避難生活に関して】

	特徴的なニーズ	情報伝達の際の配慮事項	避難生活における配慮事項
視覚障害のある人	<p>○視覚による緊急事態等の覚知が不可能な場合や瞬時に覚知が困難な場合が多いため、音声による情報伝達及び状況説明が必要である。</p>	<p>○行政からの広報、その他生活に関する情報等が来た時には、必ず知らせる。</p> <p>○分かりやすい口調で伝える。</p> <p>○音声情報で複数回繰り返す。</p> <p>○点字や拡大文字のほか、指点字や触手話、指文字、手のひら書きなど、一つないし複数の組み合わせでコミュニケーションをとり情報提供に努める。</p> <p>○盲ろう者通訳・介助員を避難所等に派遣する。</p>	<p>○避難所内の案内を行う。特にトイレや水道などの場所確認のための誘導を行う。</p> <p>○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。</p>
聴覚障害のある人	<p>○音声による避難・誘導の指示が認識できないため、手話・要約筆記・文字・絵図等を活用した情報伝達および状況説明が必要である。</p> <p>○重視聴覚障害のある人の場合には、さらに併せ持つ障害に応じたニーズがあることに留意する。</p>	<p>○コミュニケーション手段を本人にまず確認する。</p> <p>○正面から口を大きく動かして話す。</p> <p>○文字や絵を組み合わせた筆談で情報を伝える。(常時筆記用具を用意しておく。)</p> <p>○盲ろう者通訳・介助員・手話通訳者および要約筆記者を避難所等に派遣する。</p> <p>○掲示板、ファクシミリ、Eメールを活用した情報提供を行うとともに、文字放送専用テレビを避難所に設置することに努める。</p>	<p>○伝達事項は、紙に書いて知らせる。</p> <p>○派遣された手話通訳者、要約筆記者等にも協力を求める。</p>

言語障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の状況等を伝える際の音声による会話が困難であるため、手話・筆談等による状況把握が必要である。 		<ul style="list-style-type: none"> ○伝達事項は、紙に書いて知らせる。 ○派遣された手話通訳者、要約筆者等にも協力を求める。
肢体不自由のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合が多く、車いす等の補助用具が必要である。メンテナンスキット（空気入れ、パンク修理、工具）も必需品である。 		<ul style="list-style-type: none"> ○車いすが通れる通路を確保する。 ○家具の転倒防止などの安全を確認する。 ○車いす用のトイレを確保する。
内部障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合があるため、車いす等の補助用具が必要である。 ○医薬品や医療機材を携帯する必要があるため、医療機関等による支援が必要である。 ○ストマ装用者にとってはストマ用装具が必要である。（※ストマ用装具：蓄便袋、蓄尿袋など） 		<ul style="list-style-type: none"> ○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。 ○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。 ○食事制限の必要な人の確認も必要となる。 ○薬やケア用品の確保も必要となる。 ○ストマ装用者にとってはトイレや水道などの水洗い場・補装具置き場等が必要となる。 ○各種装具・器具用の電源確保が必要となる。（人工呼吸器の予備電源確保も含む。）
知的障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急事態等の認識が不十分な場合や環境の変化による精神的な動揺が見られる場合があるため、何が起こったかを短い言葉や文字、絵、写真などを用いてわかりやすく伝え 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、短い言葉で、分かりやすく情報を伝える。 ○絵、図、文字などを組み合わせて、理解しやすい方法で情報を伝える。 ○精神的に不安定になる場合があることに配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○環境の変化を理解できずに気持ち混乱したり、精神的に不安定になる場合があるので、短い言葉や文字、絵、写真などを用いて避難所での生活を分かりやすく伝えて理解を図るとともに、日常の支援者が適切に話しかけるなど

	て事態の理解を図るとともに、日常の支援者が同伴するなどして、気持ちを落ち着かせながら安全な場所へ誘導する必要がある。		気持ちを落ち着かせるように配慮する。
精神障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○災害発生時には、精神的動揺が激しくなる場合があるため、気持ちを落ち着かせることが必要である。 ○服薬を継続することが必要な人が多いため、日ごろから自ら薬の種類を把握するよう指導するとともに、医療機関による支援が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、分かりやすく簡単に情報を伝える。 ○精神的に不安定になる場合、専門的知識のある人に連絡をとるなど配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○孤立してしまうことが多いため、知人や仲間と一緒に生活できるよう配慮する。 ○服薬を継続するため、本人および支援者は薬の名前、量を知っておくこと、例えばお薬手帳などの利用が必要である。 ○関係医療機関との連絡・支援体制が必要である。
認知症高齢者	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急事態等の認識が不十分な場合や、環境の変化による精神的な動揺が見られる場合があるため、日常の支援者が同伴するなど、気持ちを落ち着かせる必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、短い言葉で、分かりやすく理解しやすい方法で情報を伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ○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、日常の支援者が、適宜話しかけるなど気持ちを落ち着かせるよう配慮する。 ○食事をしたことを忘れて要求するなど、最近の出来事をすっかり忘れることがある。 ○身の回りの物の用途がわからなくなることがある。 ○服の着替えがうまくできないことがある。 ○環境の変化にうまく対応できないことがある。

外国人対応について

1 通訳の確保のためのアイデア

- 避難所開設時のできるだけ早い段階で、掲示板等による募集を行いましょう。
- 地域で事前に把握している場合は、その人材を活用しまししょう。
- 様式「避難者カード」の“特記事項”に記入してもらい、協力してもらいましょう。

2 避難所における外国人への配慮のポイント

・ことば

○難しい用語、言い回しに注意しまししょう。図やイラストを使用することで、翻訳しなくても伝えられる場合もあります。

○ルビや「やさしい日本語」を使用することにより、外国人だけでなく、子どもや高齢者等より多くの人にとってわかりやすいものとなります。（やさしい日本語→普通の日本語よりも簡単で、外国人もわかりやすい日本語）

（例）起床→おきる 消灯→でんきをけす 食料→たべもの 点呼→なまえをよぶ
電力供給が開始される→でんきがつかえます

○避難所内部の施設や、よく使われるフレーズ等を多言語化して掲示、放送することは、日本語を母語としない方の情報収集やルール理解のために必要です。また、日本語を母語としない方が避難していることを可視化するうえでも重要となります。翻訳には、「災害時多言語情報作成ツール」を活用しまししょう。

《災害時多言語情報作成ツール》

避難所内の施設名や簡単なフレーズを多言語で印刷することができるツールです。

（財）自治体国際化協会のホームページで無料ダウンロードが可能です。

<http://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/tool.html>

・習慣

○日本では当たり前のことが当たり前でない場合もあります。就寝・起床時間等の生活リズム、声の大きさやトーン等、文化が違えば習慣も違います。

・宗教

○宗教上食べられないもの、できないこと、しなくてはならないことがあります。例えば、イスラム教では、お祈りの時間や場所の確保は大変重要で、ラマダーン（断食期）の際の食事時間も厳格に定められています。避難所では保障できない場合も多いですが、宗教が生活に不可欠である人達がいるかもしれないことを知っておくことは大切です。

・食事

○宗教上、食事制限のある人がいます。（例：豚肉、アルコールなど）

○ベジタリアン（菜食主義者）の方でも色々なパターンがあります。（例：卵や魚も食べる人もいれば、魚でとった出汁も駄目という人もいます）

・必要とする情報

○世界には地震のない国もあり、パニックに陥ることも想定されます。冷静に正確な状況判断のための情報や知識を伝えることが必要となります。

○大使館、領事館、自国への連絡方法、在留資格に関する手続き等の情報が必要となります。

- 避難生活が長期化すれば、お金や仕事のこと等、日本人被災者と同じような生活相談も増えます。
- 自衛隊や消防の災害救助の役割についての理解や知識が日本人と異なる場合があります。
- コミュニティFM等、災害時にラジオが貴重な情報源になることを知らない外国人は多いです。
(普段ラジオを聞いていない可能性が高い)

3 サポーターとしての外国人

- 要配慮者ではあるが、通訳ができる・体力がある・何かの専門家である、外国の文化に通じており、他の被災者に説明することができるなど、避難所運営にとって重要な存在となる人材である可能性もあります。避難所内の問題解決、意志決定にも一緒に参加してもらおうことが大切です。

4 外国人コミュニティの存在

- 出身国や文化を同じくする外国籍市民等の方々は、コミュニティとして定期的集っておられることがあります。こうした方々は、災害時には、避難所以外にも、日頃から利用している教会等の施設に避難することも考えられます。
- 地域にどういった外国籍市民が住んでおられ、どのように生活しておられるのか、日頃からのお付き合いのなかで把握するよう心がけておくことが望ましいです。

5 「災害時における外国人支援ネットワークに関する協定書」について

- 近畿地域国際化協会連絡協議会を構成する8つの協会（2府3県3政令市）では、近畿圏内で大規模災害が発生した際には、相互に協力して円滑に外国人支援を行うことを目的に、「災害時における外国人支援ネットワークに関する協定書」を締結しています。コーディネーターおよび通訳者の派遣や、翻訳による支援、またボランティア情報の相互共有などについて、災害発生時には相互に支援します。滋賀県国際協会を通じて、近畿地域の他の国際交流協会等の協力を要請し、被災者支援を行います。

滋賀県国際協会 協会本部 077-526-0931

彦根事務所 0749-26-3400

滋賀県で暮らす外国人を支援する事業に取り組んでいます。カウンセリング、通訳派遣、日本語講座、イベント開催、災害情報提供などを行っています。

高齢者、子ども、乳幼児などの個別対応

1 高齢者に対する対応

○個別の物資要請

①オムツ

○気をつけること

①脱水症状の予防

②衣服の着替えや入浴の状況の確認

③できる限り、身の回りのことは自分でしてもらうこと

④転倒に注意

⑤見当識障害の予防

⑥コミュニケーションの取り方を工夫

⑦洋式トイレ（ポータブルトイレ）の設置・確保

2 子どもに対する対応

○個別の物資要請

①遊べるもの

○気をつけること

①生活リズムを整え、安全な遊びの場や時間の確保

②日常生活を送れるように支援

③スキンシップをとって安心感を

④声かけなどによって外見上では判断できない身体的問題を把握

⑤脱水症状の兆候に注意、こまめな水分摂取

3 妊婦・産後間もないお母さん・乳幼児に対する対応

○個別の物資要請

①オムツ、おしり拭き

②ほ乳瓶、粉ミルク、湯

③離乳食（粉末やフリーズドライ、びん詰めのもの）、スプーン

④生理用品

○気をつけること

①清潔、保温、栄養などの健康面への配慮

②ストレスなどによる心や行動の変化に配慮

③着替えや授乳時にプライベートな空間確保、話しかけやスキンシップを図ること

④粉ミルクは衛生的な水を用意

⑤注意したほうがよい症状

妊婦：お腹の張り・腹痛、膣からの出血、胎動の減少、むくみ、頭痛、目がチカチカ、発熱、下痢、がんこな便秘、めまい、はきけ、嘔吐、普段と違ったおりものなど

産婦：発熱、悪露（出血）の急な増加、傷の痛み、乳房の腫れ・痛み、母乳分泌量の減少、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、食欲不振など

乳児：発熱、下痢、食欲低下、ほ乳力の低下、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

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、自傷行為など

感染症を予防するための正しい手の洗い方

●手洗いの基本

- ① 石けんを使い十分にこすり洗いをし、水で洗い流すことにより、ウイルスは大幅に減少します。
 - ② 手洗い後の手拭用タオルは共用せず、ペーパータオル等を使い毎回タオルを交換するか、個人用タオルを利用してください。
- ★ 水道の蛇口は洗う前の手で触れているので、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して蛇口を締めると、手の再汚染を防ぐことができます。自動水栓、足踏み式水栓、レバー式水栓などが効果的です。

【手洗いの手順】

手洗い前のチェックポイント

- ◎爪は短く切っていますか？
- ◎時計や指輪ははずしていますか？

汚れが残りやすいところ

- ◎指先や爪の間
- ◎指の間
- ◎親指の周り
- ◎手首
- ◎手のしわ



- ① 石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



- ④ 指の間を洗います。



- ② 手の甲をのぼすようにこすります。



- ⑤ 親指と手のひらをねじり洗います。



- ③ 指先・爪の間を念入りにこすります。



- ⑥ 手首も忘れずに洗います。



*①～⑥で30秒が目安です。

- ⑦ その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取って乾かします。

避難所における口腔ケア

歯みがき、お口のケアは あなたの命を守ります！

肺炎を防ぐために 歯みがきを！

- ・お口が清潔でないと細菌が増殖し、肺炎になりやすく、全身の病気の悪化につながります
- ・高齢者は特に注意が必要です

入れ歯をきれいにして 肺炎を防ぎましょう

- ・お口を清潔に保つには入れ歯のお手入れが大事です
- ・食後に入れ歯をきれいにしましょう
- ・夜寝るときは入れ歯をはずしましょう

ハブラシがないとき

- ・食後に少量の水やお茶でうがいをします
- ・ハンカチやティッシュで歯の汚れをとるのも効果があります



だ液を出す工夫を

- ・だ液はお口の中をきれいに保つはたらきがあります
- ・耳の下、ほお、あごの下を手でもんだり、あたためると、だ液が出やすくなります



水が少ないときの歯みがき

- ・約30mlの水を用意
- ・水でハブラシをぬらして歯みがきします
- ・合い間にハブラシの汚れをティッシュでふきとります
- ・コップの水を少しずつお口に含み、2～3回にわけて、すすぎます



- ・液体ハミガキ、洗口液があれば、水のかわりにお使いください（水でのすすぎは不要）



- ・うがい薬もお口を清潔に保つのに効果的です

監修：神戸常盤大学短期大学部 口腔保健学科 足立了平先生
提供：一般財団法人 サンスター財団、サンスターグループ

SUNSTAR

参考資料6 エコノミークラス症候群に注意しましょう

エコノミークラス症候群（深部静脈血栓症）に注意しましょう

車中で生活している方は、できるだけ避難所などに移りましょう。やむを得ず車中泊をされる場合は、以下の予防法を実践しましょう。

エコノミークラス症候群とは？

食事や水分を十分とらない状態で、車の中など狭い座席で長い間同じ姿勢をとっていると、血行不良が起こり、足にある静脈に小さな血のかたまりができやすくなります。急に立ち上がって動いた時などに、血のかたまりが足から肺や脳、心臓に飛び、血管を詰まらせ、肺塞栓や脳卒中、心臓発作などを起こす恐れがあります。

どんな症状なの？

片側の足の痛み・赤くなる・むくみ・胸の痛み・呼吸困難などの症状がおこります。この症状は中年以上の方や肥満体質の方に出やすいといわれています。異常に気づいたら早めに医師に相談しましょう。

予防のポイントは？

● 足首などの運動をしましょう！

足は第2の心臓です。しっかり運動して、心臓に血液を戻しましょう。

- ①足の指を開いたり閉じたりする（「グー」・「パー」）
- ②座ったまま、かかとの上げ下ろし（つま先立ち）
- ③座ったまま、つま先を上へ引き上げる（かかとは床に着けたまま）
- ④座ったまま、片ひざを抱えて、足の力を抜いて足首を回す
- ⑤ふくらはぎを軽く揉む

☆できるだけ歩くように心がけましょう。

● 水分を十分にとりましょう！

ただし、ビールなどの酒類やコーヒーの飲みすぎは、飲んだ以上に尿を出すことがあるので、逆効果となることがあります。

- できるだけゆったりした服を着て、からだをしめつけないようにしましょう。
- たばこは、血管を収縮させるので、注意が必要です。できれば禁煙しましょう。
- 予防のための足の運動



震災後の心と体の変化について

・ ・ 被災されたみなさまへ ・ ・ ・

今回の地震など大災害にあった後には、心と体にいろいろな変化が起こります。

しかし、ほとんどの変化は時間とともに元の状態に回復していきます。今は無理をしないで、自分に優しくしてあげてください。

体や心におこりやすい変化（例）

- * 眠りにくい、眠れない
- * 疲れがとれない。じっとしているのに胸がドキドキしたり、暑くもないのに急に汗が出る。
- * 物事に集中できずいらいらすることがある。
- * 自分がとても無力に感じることもある。

少しでも今の状態を乗り越えるために

- * 困っていることを、家族や友達と素直に話し合しましょう。安心できる人と一緒に時間を過ごすことがとても大切なことです。
- * 睡眠と休息をできるだけ十分にとりましょう。
- * 軽い運動をしてみましょう。
- * あんまりがんばり過ぎないようにしましょう。

次のような場合は早めに専門家（医師・保健師・看護師等）に相談しましょう。

- * 心身の苦痛がつかずすぎるあるいは長すぎると感じたとき
- * お酒の量が増えて、飲まずにはいられないと感じるようになったとき
- * さみしくてたまらないのに、自分の気持ちを素直に話せる相手がいなるとき
- * 家族や友人の心や体の変化のことで、心配なことがあるとき

生活機能低下を防ごう！

「生活不活発病」に注意しましょう

生活不活発病とは…

「動かない」(生活が不活発な)状態が続くことにより、心身の機能が低下して、「動けなくなる」ことをいいます。

避難所での生活は、動きまわることが不自由になりがちなことに加え、それまで自分で行っていた掃除や炊事、買い物等などができなかつたり、ボランティアの方等から「自分達でやりますよ」と言われてあまり動かなかつたり、心身の疲労がたまつたり・・・また、家庭での役割や人との付き合いの範囲も狭くなりがちで、生活が不活発になりやすい状況にあります。生活が不活発な状態が続くと心身の機能が低下し、「生活不活発病」となります。特に、高齢の方や持病のある方は生活不活発病を起こしやすく、悪循環注)となりやすいため、早期に対応することが大切です。

注) 悪循環とは…：生活不活発病がおきると歩くことなどが難しくなつたり疲れやすくなつたりして「動きにくく」なり、「動かない」ことでますます生活不活発病はすすんでいきます。

予防のポイント

- 毎日の生活の中で活発に動くようにしましょう。
(横になっているより、なるべく座りましょう)
 - 動きやすいよう、身の回りを片付けておきましょう。
 - 歩きにくくなつても、杖などで工夫をしましょう。
(すぐに車いすを使うのではなく)
 - 避難所でも楽しみや役割をもちましょう。
(遠慮せずに、気分転換を兼ねて散歩や運動も)
 - 「安静第一」「無理は禁物」と思いこまないで。
- ※ 以上のことに、周囲の方も一緒に工夫を。
(ボランティアの方等も必要以上の手助けはしないようにしましょう)
- ※特に、高齢の方や持病のある方は十分気をつけて下さい。



食中毒予防のポイント

避難されている方へ

手洗いについて

食中毒予防に限らず、衛生状態を保つための基本は正しい手洗いです。ただし、災害発生の初期段階で、清潔な水が確保できない場合は、次の要領で手の清潔を保ちましょう。

- ・ おしぼりやウエットティッシュ等で、汚れをよく落としましょう。
- ・ スプレーなどを使って、手全体に消毒用アルコールを噴霧し、よくすり込みましょう。

食品の取扱いについて

食品の保存

- ・ 弁当などは、消費期限内であることを確認し、期限が過ぎていたら返品するか、捨てましょう。
- ・ 異常（異味、異臭、変色など）を感じたら、返品するか、捨てましょう。
- ・ 食品は清潔で温度が上がらない冷暗所に保管するようにしましょう。
- ・ 野外テントなどの場合は、直接地面に置かないようにしましょう。

食べる時

- ・ できるだけ手をキレイにしましょう。
- ・ 弁当などは消費期限内であることを確認しましょう。
- ・ 受け取ったらすぐに食べるようにしましょう。また食べ残した食品は、もったいないですが思い切って捨てましょう。
- ・ 捨てる時は周囲の衛生確保のため、分別し、決められた場所に捨てましょう。

食中毒予防の3原則

1. 細菌をつけない・・・食品を素手で扱うことは、なるべく避けましょう
2. 細菌を増やさない・・・食品を、常温で長時間放置しないようにしましょう
3. 細菌をやっつける・・・食品はしっかり加熱しましょう

食中毒予防のポイント

避難所を運営されている方、

避難所へ食品を提供される方（ボランティア、協力業者）へ

手洗いについて

食中毒予防に限らず、衛生状態を保つための基本は正しい手洗いです。ただし、災害発生の初期段階で、清潔な水が確保できない場合は、次の要領で手の清潔を保ちましょう。

- ・ おしぼりやウエットティッシュ等で、汚れをよく落としましょう。
- ・ スプレーなどを使って、手全体に消毒用アルコールを噴霧し、よくすり込みましょう。

食品の取扱いについて

1. 食品の受け入れについて

- ・ 食品を受け入れるときは、梱包の一部を開封し、消費期限内であるか確認しましょう。期限が過ぎていたときは、返品するか捨てましょう
- ・ 受け入れた食品は、誰が見てもわかるように段ボールの表などに消費期限を記入しましょう。（期限が不明でわからない食品は受け入れないようにしましょう）

2. 食品の保管について

- ・ 食品は他からの汚染を受けず、温度が上がらない冷暗所に保管するようにしましょう。
- ・ 野外のテントなどで食品を保管する場合は、直接地面に置かず、作業台やすのこ等を用意してから置きましょう。

3. 提供する食品について

- ・ 食品は、加熱調理を行うもの（煮物、焼物、揚物）にしましょう。
- ・ 加熱調理後に加工を行うもの（サラダ、和え物、おにぎり等）は避けましょう。また、事前に一口大に切るなど、加熱後に加工しなくてすむよう工夫をしましょう。
- ・ 調理従事者は使い捨て手袋を使用しましょう。
- ・ 調理器具や皿などはラップやアルミホイル等で覆って使用しましょう。
- ・ 米飯は「おにぎり」にしないで、清潔な容器につめるようにしましょう。どうしても「おにぎり」にする場合は、手で直接触らずに、ラップで包んで握りましょう！

4. 食品の配布について

- ・ 食品を配布する際にも、消費期限を確認しましょう。
- ・ 弁当など、いたみやすい食品の場合は、必ず消費期限を明記しましょう。
- ・ 異常（異臭、変色等）を感じたら配布は直ちに中止しましょう。
- ・ ボランティアが作った食品を配布する場合は、作った日時がわかるようにしておきましょう。
- ・ 食品は受け取ったらすぐ食べるよう周知しましょう。
- ・ 残ってしまっても、もったいないと思っても、食中毒予防の観点から捨てるようにしましょう。

5. 調理従事者の衛生管理について

- ・ 体調不良の方、下痢や嘔吐をしている方、手指にキズや化膿傷がある方は、食品や原材料に直接触れる作業に従事しないでください。

食中毒予防の3原則

1. 細菌をつけない・・・食品を素手で扱うことは、なるべく避けましょう
2. 細菌を増やさない・・・食品を、常温で長時間放置しないようにしましょう
3. 細菌をやっつける・・・食品はしっかり加熱しましょう

取材をされる方へ

避難所内にて取材を行う場合には、以下の点にご注意くださるようお願いいたします。

1. 避難所内では身分を明らかにしてください。
避難所内では、胸などの見えやすい位置に、必ずバッジや腕章を着用してください。
2. 避難者のプライバシーの保護に配慮してください。
避難所内の撮影や避難者へインタビューする場合には、必ず事前に避難者本人及び係員に確認を行ってください。特に避難者の了解なしに、勝手に避難者へインタビューを行ったり、カメラを向けたりすることは止めてください。
3. 避難所内は係員の指示に従ってください。
避難所内の見学の際には、係員の指示に従ってください。
原則として見学できる部分は、避難所の共用部分のみです。避難スペースや避難所の施設として使用していない部分については立入禁止とします。
4. 取材に関する問い合わせは避難所運営委員会へお願いします。
本日の取材内容に関する放送や記事発表の予定に変更が生じた場合には、下記連絡先までご連絡をお願いします。
また、本日の取材に関する不明な点などにつきましても同様に下記連絡先へお問い合わせください。

【連絡先】

_____ 避難所

担当者：_____

彦根市

Tel : _____

ペットの飼い主の皆さんへ

避難所では、多くの方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 飼育が困難な場合は、専用の施設等の一時預かり等を検討してください。
- 9 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに避難所運営委員会（総務班または衛生班）まで届け出てください。

〇〇〇避難所運営委員会

参考資料 1 3 指定避難所・指定緊急避難場所一覧

指定避難所 兼 指定緊急避難場所

名称	住所	電話 番号	使用可能場所		
			地震	水害	土砂災害
城東小学校	京町二丁目 2 番 19 号	22-0312	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
城西小学校	本町三丁目 3 番 22 号	22-7613	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
金城小学校	大藪町 391 番地	22-4898	教室、体育館、グラウンド	教室 (2 階以上)	教室、体育館
城北小学校	松原町 3751 番地 3	22-5771	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
佐和山小学校	安清町 11 番 32 号	22-0863	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
旭森小学校	東沼波町 300 番地	22-3087	教室、グラウンド	教室	教室
平田小学校	平田町 267 番地	24-1110	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
城南小学校	西今町 380 番地	22-4518	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
城陽小学校	甘呂町 430 番地	25-1055	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
若葉小学校	蓮台寺町 180 番地	25-3545	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
鳥居本小学校	鳥居本町 1550 番地 1	22-2214	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
高宮小学校	高宮町 2447 番地	22-0512	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
河瀬小学校	極楽寺町 118 番地	28-1020	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
亀山小学校	賀田山町 8 番地	28-0322	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
稲枝東小学校	稲部町 308 番地	43-2014	教室、体育館、グラウンド	教室 (2 階以上)、体育館 (2 階)	教室、体育館
稲枝北小学校	下岡部町 597 番地	43-2205	教室、体育館、グラウンド	教室 (2 階以上)	教室、体育館

稲枝西小学校	本庄町 3583 番地	43-2114	教室、体育館、グラウンド	教室（2階）	教室、体育館
--------	-------------	---------	--------------	--------	--------

指定緊急避難場所

名称	住所	電話 番号	使用可能場所		
			地震	水害	土砂災害
東地区公民館	大東町 1 番 26 号	24-4951	施設、駐車場	施設（2階）	施設
彦根商工会議所	中央町 3 番 8 号	22-4551		施設（4階）	施設（4階）
彦根勤労福祉会館	大東町 4 番 28 号	23-4141	施設（2階以上）、駐車場	施設（2階以上）	施設（2階以上）
西中学校	金亀町 8 番 1 号	22-4808	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館、多目的ホール	教室、体育館、多目的ホール
彦根翔西館高等学校 第二体育館・ 第二グラウンド	池州町 9 番 73 号	22-4890	体育館、武道場、グラウンド、駐車場		体育館、武道場
彦根東高等学校	金亀町 4 番 7 号	22-4800	体育館の一部、武道場の一部、グラウンド	体育館の一部、武道場の一部	体育館の一部、武道場の一部
市民会館	尾末町 1 番 38 号	22-3013		施設（2階）	施設
西地区公民館	本町一丁目 9 番 1 号	24-2957	施設、駐車場	施設	施設
彦根幼稚園	本町一丁目 3 番 33 号	22-0412	施設（リズム室、保育室の一部）、グラウンド	施設（リズム室、保育室の一部）	施設（リズム室、保育室の一部）
中央中学校	西今町 1207 番地	26-0200	教室、体育館、柔剣道場、グラウンド	教室（2階以上）、体育館（2階）	教室、体育館、柔剣道場
中老年人福祉センター	開出今町 1361 番地	26-0869	施設、ゲートボール場、駐車場	施設（2階）	施設
近江高等学校	松原町 3511 番地 1	22-2323	体育館	体育館	体育館
千松会館	松原一丁目 12 番 13 号	23-3806	施設、駐車場の一部、空き地の一部	施設	施設
県立彦根球場	松原町 3028 番地	23-4911	野球場の一部	野球場の一部	野球場の一部
滋賀大学	馬場一丁目 1 番 1 号	27-1014	体育館（2階）、小グラウンド、運動場	体育館（2階）	体育館（2階）
かんぼの宿彦根	松原町 3759 番地	22-8090	施設（1階、2階）、駐車場	施設（1階、2階）	施設（1階、2階）

北老人福祉センター	馬場一丁目5番5号	27-6701	施設、駐車場	施設（1階の一部、2階）	施設
佐和山小学校	安清町11番32号	22-0863	教室、体育館、グラウンド	教室、体育館	教室、体育館
東中学校	芹川町443番地	22-1006	教室、体育館、柔剣道場、グラウンド	教室（2階以上）体育館（2階）	教室、体育館、柔剣道場、
市民交流センター	里根町163番地1	23-3582	施設（東山児童館含む）、グラウンド、駐車場	施設（東山児童館含む）	施設（東山児童館含む）
彦根翔西館高等学校	芹川町580番地	23-1491	セミナーハウス、体育館の一部、グラウンド、駐車場	セミナーハウス（2階）	セミナーハウス、体育館の一部
彦根総合高等学校	芹川町328番地	26-0016	教室（B棟）、体育館、武道場、グラウンド、駐車場	教室（B棟2階以上）	教室（B棟）、体育館、武道場
旭森地区公民館	正法寺町642番地1	26-0675	施設、駐車場	施設	施設
福祉センター	平田町670番地	23-9590	本館（1階、3階）、別館（2階）、ウィズ、駐車場	本館（1階、3階）、別館（2階）、ウィズ	本館（1階、3階）、別館（2階）、ウィズ
JA 東びわこ彦根中央支店	平田町792番地1	26-9100		施設（3階）	施設（3階）
ひこね燦ぱれす	小泉町648番地3	26-7272	施設、多目的ホール、駐車場	施設、多目的ホール	施設、多目的ホール
ひこね市文化プラザ	野瀬町187番地4	26-8601	メッセホール、ロビー他	メッセホール、ロビー他※各施設2階以上	メッセホール、ロビー他
南中学校	甘呂町156番地	28-1283	教室、体育館、柔剣道場、グラウンド	教室、体育館、柔剣道場	教室、体育館、柔剣道場
三津屋町民会館	三津屋町1451番地	25-1208	グラウンドの一部	施設（2階）	施設
滋賀県立大学	八坂町2500番地	28-8200	体育館（1階）、駐車場	体育館（1階）	体育館（1階）
鳥居本地区公民館	鳥居本町1491番地6	26-1922	施設、第1・第2駐車場	施設	施設
鳥居本中学校	鳥居本町788番地	22-2209	教室、体育館、柔剣道場（2階）、グラウンド	教室（2階以上）、柔剣道場（2階）	教室、体育館、柔剣道場（2階）

高宮地域文化センター	高宮町 2311 番地	22-3510	施設、駐車場	施設	施設
彦根中学校	西葛籠町 553 番地	28-3000	教室、体育館、柔剣道場、グラウンド	教室、体育館、柔剣道場	教室、体育館、柔剣道場
河瀬地区公民館	森堂町 131 番地	28-1000	施設、駐車場	施設	施設
人権・福祉交流会館	犬方町 848 番地 1	25-0164	施設、駐車場	施設	施設
JA 東びわこ本店	川瀬馬場町 922 番地 1	28-7800	施設（2 階）、駐車場	施設（2 階）	施設（2 階）
彦根工業高等学校	南川瀬町 1310 番地	28-2201	体育館の一部、グラウンドの一部	体育館の一部	体育館の一部
河瀬高等学校	川瀬馬場町 975 番地	25-2200	体育館の一部、グラウンドの一部	体育館の一部、	体育館の一部、
亀山出張所	賀田山町 278 番地 2	28-0022	施設、駐車場	施設	施設
稲枝商工会館	稲部町 607 番地 1	43-2201	施設、駐車場の一部	施設（2 階）	施設
聖泉大学	肥田町 720 番地	43-3600	体育館、校舎棟（一部除く）、グラウンド、テニスコート、駐車場	校舎棟（一部除く）※ 3 階以上	体育館、校舎棟（一部除く）
彦富町公民館	彦富町 1718 番地	43-7651	施設、公園、草の根広場	施設	施設
稲枝中学校	田原町 202 番地	43-2210	教室、体育館、柔剣道場、グラウンド	教室（2 階以上）、体育館（2 階）	教室、体育館、柔剣道場
稲枝地区公民館	本庄町 60 番地	43-4041	施設、駐車場、体育館	施設（2 階）	施設、体育館
JA 東びわこ稲枝支店	本庄町 92 番地 1	43-3221	施設、駐車場の一部、空き地	施設（2 階）	施設
新海町公民館	新海町 431 番地	43-3292	さざなみホール、グラウンド	新海町公民館、さざなみホール、憩いの家	新海町公民館、さざなみホール、憩いの家

防災行政無線簡易操作マニュアル

電源を確認する

- ① 画面が表示していない場合は、電源が入っていません。電源ボタンを長押し、起動させるなど対応してください。
- ② 電源を入れると、待ち受け画面が表示されます。

電話をかける

- ① 待ち受け画面から、相手局の3ケタの番号を入力します。（防災行政無線呼出名称一覧参照）
- ② 採用（通話）ボタンを押します
- ③ 通話が終わったら、電源ボタンを押します。

電話をうける

- ① 呼び出し音がなります。
- ② 採用（通話）ボタンを押して、通話を始めます。
- ③ 通話が終わったら、電源ボタンを押します。

※グループ通信（無線機スピーカーから、他局の通話内容が傍受できる状態）の場合は、プレストークボタンを押しながら、通話してください。

緊急連絡を行う

- ① 「緊急」を2秒以上押す
- ② 緊急連絡が、統制台（災害対策本部）に受け付けられると、待ち受け画面に「受付完了」と表示される。
- ③ 統制台から折り返しの連絡を待つ。



参考資料15 防災行政無線（呼出名称一覧）

番号	名称	番号	名称
100	災害対策本部	333	市民交流センター
301	城東小学校	334	東地区公民館
302	城西小学校	335	西地区公民館
303	金城小学校	336	旭森地区公民館
304	城北小学校	337	稲枝地区公民館
305	佐和山小学校	338	北老人福祉センター
306	旭森小学校	339	中老人福祉センター
307	平田小学校	341	ひこね市文化プラザ
308	城南小学校	342	ひこね燦ぱれす
309	城陽小学校	343	県立彦根球場
310	若葉小学校	344	滋賀大学
311	鳥居本小学校	345	滋賀県立大学
312	高宮小学校	346	聖泉大学
313	河瀬小学校	347	彦根東高等学校
314	亀山小学校	348	彦根翔西館高等学校第二体育館・第二グラウンド
315	稲枝東小学校	349	彦根翔西館高等学校
316	稲枝北小学校	350	彦根工業高等学校
317	稲枝西小学校	351	河瀬高等学校
318	西中学校	352	彦根総合高等学校
319	中央中学校	353	近江高等学校
320	東中学校	354	彦根商工会議所
321	南中学校	355	彦根勤労福祉会館
322	鳥居本中学校	356	稲枝商工会館
323	彦根中学校	357	千松会館
324	稲枝中学校	358	三津屋町民会館
325	彦根幼稚園	359	彦富町公民館
326	福祉センター	360	新海町公民館周辺施設
327	市民会館	361	かんぼの宿彦根
328	人権・福祉交流会館	362	JA 東びわこ本店
329	鳥居本地区公民館	363	JA 東びわこ彦根中央支店
330	高宮地域文化センター	364	JA 東びわこ稲枝支店
331	河瀬地区公民館	365	彦根市立病院
332	亀山出張所		

参考資料 1 6 防災関係機関等連絡先一覧

連絡先	電話番号
火災・急病のとき	1 1 9
犯罪・事故が起こったとき	1 1 0
彦根市役所	2 2 - 1 4 1 1 (代表)
彦根市役所総務部危機管理室	3 0 - 6 1 5 0 (直通)
彦根市消防本部	2 2 - 0 1 1 9
彦根警察署	2 7 - 0 1 1 0
滋賀県湖東土木事務所	2 7 - 2 2 5 4
彦根市立病院	2 2 - 6 0 5 0
彦根中央病院	2 3 - 1 2 1 1
友仁山崎病院	2 3 - 1 8 0 0
関西電力(株)彦根営業所	0 8 0 0 - 7 7 7 - 8 0 6 2
大阪ガス(株) (ガス漏れ専用フリーダイヤル)	0 1 2 0 - 8 1 9 - 4 2 4
彦根市上下水道部 (上水道)	2 2 - 2 7 2 2
彦根市上下水道部 (下水道)	2 2 - 5 4 5 8
N T T (電話の故障など)	1 1 3
JR 西日本お客様センター	0 5 7 0 - 0 0 - 2 4 8 6
近江鉄道(株)本社	2 2 - 3 3 0 1
救急医療情報案内	2 3 - 3 7 9 9
消防テレホンサービス (火災の問い合わせ、異常気象時の情報)	2 2 - 2 0 0 0

彦根市避難所運営マニュアル

平成26年（2014年）4月作成

平成31年（2019年）3月改訂

編集・発行 彦根市総務部 危機管理室

〒522-0063 彦根市中央町2番26号 彦根市役所中央町仮庁舎4階

電話：0749-30-6150

FAX：0749-23-1777

E-mail:kikikanri@ma.city.hikone.shiga.jp