

～行政と地域住民が力を合わせて困難を乗り越えていけるように～

# 避難行動・避難所運営マニュアル



# 目 次

---

## 第1章 はじめに

1-1	基本的な考え方	1
1-2	災害発生～避難所開設・運営・撤収の流れ	3
1-3	普段から備えておくこと	5

## 第2章 避難行動編

2-1	風水害(浸水害・土砂災害)の場合	11
2-2	地震の場合	14

## 第3章 避難所生活編

3-1	避難者受入準備のポイント	20
3-2	避難所運営のポイント	23
3-3	避難所運営～各班の開設から撤収までのポイント～	27

## 資料編 (別冊)

- マニュアルの活用について
  - 参考資料集
  - 様式集
-

本マニュアルは、「はじめに」「避難行動編」「避難所生活編」で構成しています。

## はじめに

避難行動及び避難所運営の全体にわたる  
基本的な考え方と普段から備えておくこと

## 避難行動編

- 風水害(浸水害、  
土砂災害)の場合
- 地震の場合

避難所に至るまでの避難行動の流れと注意点  
～想定される災害別にまとめ～  
●風水害(浸水害、土砂災害)の場合  
●地震の場合

## 避難所生活編

避難者の受入・運営を円滑に進めるための  
ポイント

### 避難所とは

- 避難所は大規模災害時、地域の住民を中心として被災者が生活する場
- 在宅被災者も含め被災者の支援拠点、情報拠点
- 避難所の機能は、
  - ・避難生活支援
  - ・食料、水の配給拠点
  - ・情報の収集、提供
  - ・簡単な手当てや健康相談
  - ・被災者の相談など

本マニュアルは、「風水害(浸水害、土砂災害)」と「地震」を想定しています。

京田辺市で想定される次の災害を想定しています。

### 風水害(浸水害、土砂災害)

台風や集中豪雨による、①浸水害 ②土砂災害  
を想定しています。



(写真提供／左：広島県、中：財団法人消防科学総合センター災害写真データベース、右：紀の川市)

### 地 震

京田辺市で大きな揺れを生じさせる地震として、  
「生駒断層による地震」「木津川断層による地震」  
「東南海・南海地震」などを想定しています。



(写真提供／左・右：財団法人消防科学総合センター災害写真データベース)

# 第1章

## はじめに

本章は、避難行動及び避難所運営の全体にわたる  
基本的な考え方と確認しておくべき注意点をまとめ  
ています。

まさかの時に、災害から身を守り、地域住民がお互いに力を合わせて困難を乗り越えていけるよう、避難から避難所生活まで次の視点を重点項目として取り組みましょう。

1

### 災害時には、一人ひとりの自助を基本とします。

お住まいの地域特性を普段からよく知ることが重要です。風水害（浸水害、土砂災害）であれば、避難に関する情報を自ら積極的に収集し、地震であればまずは身の安全を確保するなど、日頃から災害に備え、適切に行動し自分の命を守ります。

2

### 住民主体の避難、避難所開設・運営を目指します。

災害発生時は状況が刻々と変化します。大規模災害時には、行政機能の低下や人命救助等の実施により行政は3日間程度地域に入ることが難しい状況も想定されますので、避難及び避難所開設・運営においては、行政責任のもと原則として住民主体の行動が基本となります。みんなの命を大切に、知恵を出し合い、地域で助け合いましょう。

これまでの災害事例から、大規模災害の発生直後における、救出・救護や避難所開設・運営は、地域住民による迅速な取り組みが大切となります。行政は、市職員の被災、行政機能の低下や人命救助等の応急処置の実施などにより、3日間程度は地域に入るのが難しくなることがあります。

3

### 避難所は災害時の地域コミュニティの支援拠点と考え、準備、運営します。

避難所生活の長期化を想定し、学校（授業）の再開など避難所施設の本来機能の回復に配慮しながら、地域コミュニティの場としての運営を目指します。行政は体制が整い次第、情報統括や必要なニーズの対応など支援に入れます。

災害救助法では、原則、避難所は7日以内を開設期間として運営を行うこととしていますが、災害の規模が大きくなるほど、3ヶ月から半年はかかるのが現実です。

4

### 要配慮者及び男女共同参画の視点にも十分配慮し、すべての人にやさしい避難所づくりを目指します。

要配慮者優先の意識や避難者同士が「命と暮らしを守る視点」を共有して関連死の予防、それぞれの自立に向けた取り組みを行います。

また、避難所での女性に対する犯罪被害や固定的役割分担による負担集中などが問題となっていることから、男女共同参画の視点にも配慮し、在宅被災者も含め、すべての人にやさしい避難所づくりに取り組みましょう。

近年の災害事例から、被害を受ける人の多くが「災害時要配慮者」であること、また、災害をきっかけに体調を崩して亡くなる「震災関連死」においても、70歳以上の高齢者が多いことがわかっています。あわせて、女性に対する犯罪被害等の発生や、不便な生活環境のもとで家庭的責任に対する負担が女性に集中するなどの状況も明らかになっています。

# 風水害（浸水害、土砂災害）と地震とでは避難行動が違います。

風水害（浸水害、土砂災害）では、災害・避難情報に注意して早めの避難。

地震では身の安全を確保し、揺れが収まつたら避難集合場所に集まって安否確認、避難。

## 風水害（浸水害、土砂災害）の場合

### 4つの行政災害情報に注意

\* **自主避難所開設情報**：浸水害や土砂災害の発生が懸念される場合の自主的な事前避難のために開設。～災害事情により地区公民館の活用も考えましょう～

早めの行動を意識し、まずは避難！みんなで被害を防ぎましょう！

#### 避難準備情報

浸水害 避難判断水位に到達し、今後も上昇が見込まれる場合

土砂災害 大雨警報（土砂災害）が発表され、さらに状況が悪化する場合

この段階での避難開始が理想。要配慮者は避難開始



#### 避難勧告

浸水害 はん濫危険水位に到達した場合

土砂災害 土砂災害警戒情報が発表された場合

この段階では確実な避難が必要

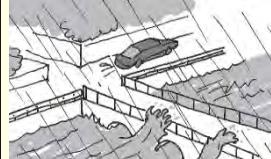


#### 避難指示

浸水害 水位が堤防天端高に到達する恐れのある場合

土砂災害 前兆現象が確認され、危険が切迫

ただちに避難！指定避難場所に行く余裕がなければ、安全な場所に緊急避難（垂直避難）



※「避難勧告等の判断・伝達マニュアル作成ガイドライン」による。

※上記に記載している状況は、避難行動をとる際の目安です。記載の状況に達していない場合でも、避難勧告等が発令される場合がありますので、行政情報には、十分ご注意ください。

## 地震の場合

### 時間の目安「3・3・3の原則」が大切

#### ～3分 身の安全の確保



#### 30分 救助体制の確保 避難集合場所へ



#### 3時間 けが人等の発見・救出



#### 3日間 地域内の安否確認終了が理想。 避難所運営開始



#### 参考 3週間 復旧完了 3ヶ月後 仮設入居

## 行政責任のもと原則として住民の自主運営

住民による  
避難所運営協議会

↓  
現地対策支部  
担当職員配置

↑  
市災害対策本部

## 災害時要配慮者を優先に、誰もが配慮し合うことが大切です。

### ● 災害時要配慮者とは

高齢者 迅速に避難することが困難なことが予測されます。

障がいのある人 視覚、聴覚、肢体、精神、知的、内部等の障がいのある人

在宅療養者、透析が必要な人、糖尿病・高血圧などの疾患をもつ人

乳幼児・妊婦 乳幼児を連れて逃げることが困難です。

外国人 言葉が通じないことが想定されます。

### ● 配慮しえること

声かけ 情報伝達 避難支援 被災生活支援

### ● 在宅被災者にも配慮

自宅の浸水や倒壊などの被害が少なく、在宅生活が可能な場合においても、ライフラインの停止などにより、被災生活を送ることになります。避難所は在宅被災者にも配慮した拠点とすることが必要です。



※流れはあくまで目安です。



1 - 3

## 普段から備えておくこと

災害時の避難及び避難生活への備えについて、まず、次の3つのチェック項目を確認しておきましょう。



わたしたちの地域の災害想定と避難所を確認

自分の地域の風水害（浸水害、土砂災害）の場合と地震の場合の災害想定を「京田辺市 洪水ハザードマップ」「京田辺市 地震ハザードマップ」等で確認しましょう。

また同時に、災害時の避難所を確認します。風水害（浸水害、土砂災害）における避難所と地震における避難所が違う地域があるので注意しましょう。

あわせて、避難経路も事前に確認しましょう。

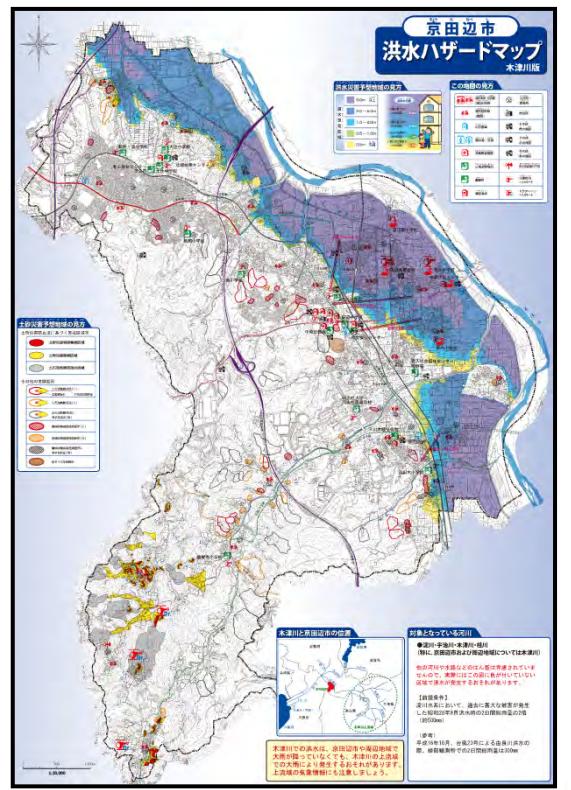
※地域版防災マップを作成されている地域は、そのマップも参照しましょう。

※改正された災害対策基本法では、別表、洪水時及び地震時のそれぞれの広域避難所が「指定避難所」及び「指定緊急避難場所」に該当します。

ここでは住民に浸透している広域避難所、一時避難所で表現しています。

### 風水害（浸水害、土砂災害）の場合

京田辺市 洪水ハザードマップ

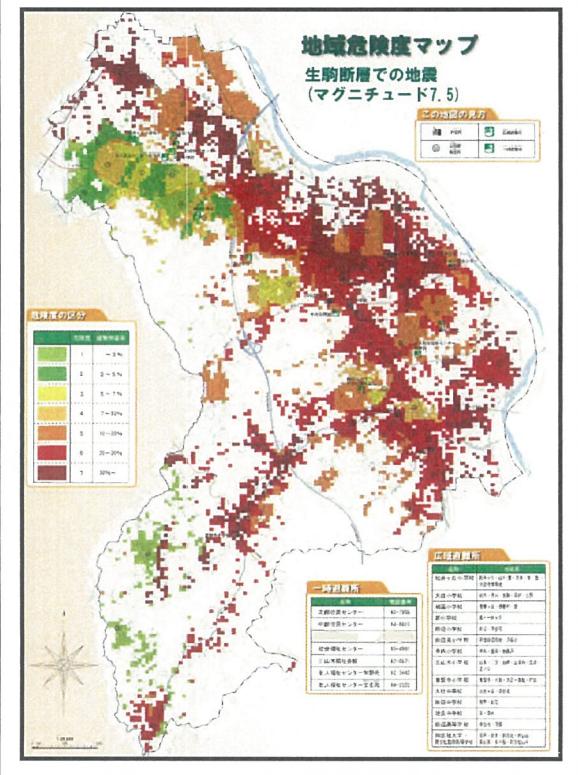


これらの施設は浸水想定区域内にあるので、逃げ遅れた場合にのみ最上階に避難します。

洪水時の広域避難所	
①	松井ヶ丘小学校
②	大住小学校
③	桃園小学校
④	薪小学校
⑤	田辺小学校
⑥	三山木小学校
⑦	普賢寺小学校
⑧	大住中学校
⑨	田辺中学校
⑩	同志社大学 同志社国際高等学校
洪水時の一時避難所	
①	北部住民センター
②	中央公民館
③	社会福祉センター
④	三山木福祉会館
⑤	老人福祉センター常磐苑
⑥	老人福祉センター宝生苑
⑦	普賢寺児童館
洪水時の緊急一時避難場所	
①	田辺東小学校
②	草内小学校
③	培良中学校
④	田辺高等学校

## 地震の場合

京田辺市 地震ハザードマップ



### 地震時の広域避難所

- ① 松井ヶ丘小学校
- ② 大住小学校
- ③ 桃園小学校
- ④ 薪小学校
- ⑤ 田辺小学校
- ⑥ 田辺東小学校
- ⑦ 草内小学校
- ⑧ 三山木小学校
- ⑨ 普賢寺小学校
- ⑩ 大住中学校
- ⑪ 田辺中学校
- ⑫ 培良中学校
- ⑬ 田辺高等学校
- ⑭ 同志社大学  
同志社国際高等学校

### 地震時の一時避難所

- ① 北部住民センター
- ② 中部住民センター
- ③ 社会福祉センター
- ④ 三山木福祉会館
- ⑤ 老人福祉センター常磐苑
- ⑥ 老人福祉センター宝生苑
- ⑦ 普賢寺児童館

風水害(浸水害、土砂災害)  
の場合は□□小学校



地震の場合は  
○○小学校

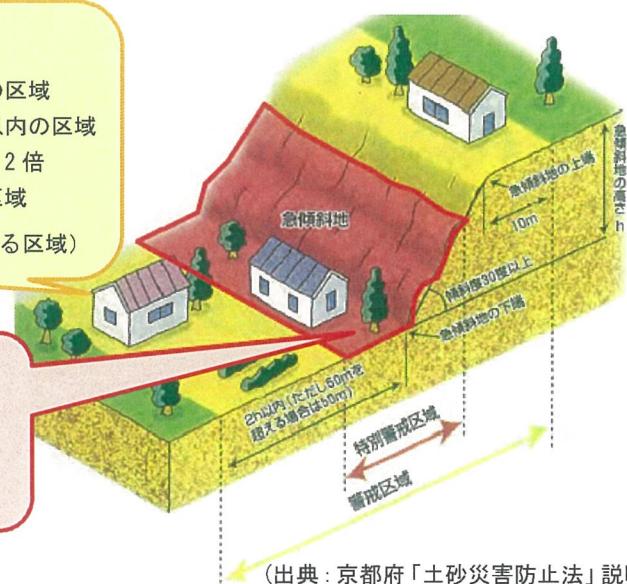
## 土砂災害(特別)警戒区域とは

### 土砂災害警戒区域

- ◇ 傾斜度が 30 度以上で高さが 5m 以上の区域
- ◇ 急傾斜地の上端から水平距離が 10m 以内の区域
- ◇ 急傾斜地の下端から急傾斜地の高さの 2 倍 (50m を超える場合は 50m) 以内の区域  
(崩壊した土砂等が到達する可能性のある区域)

### 土砂災害特別警戒区域

- 崩壊土砂の移動または堆積により建築物が損壊し、住民の生命・身体に著しい危害が生ずる範囲

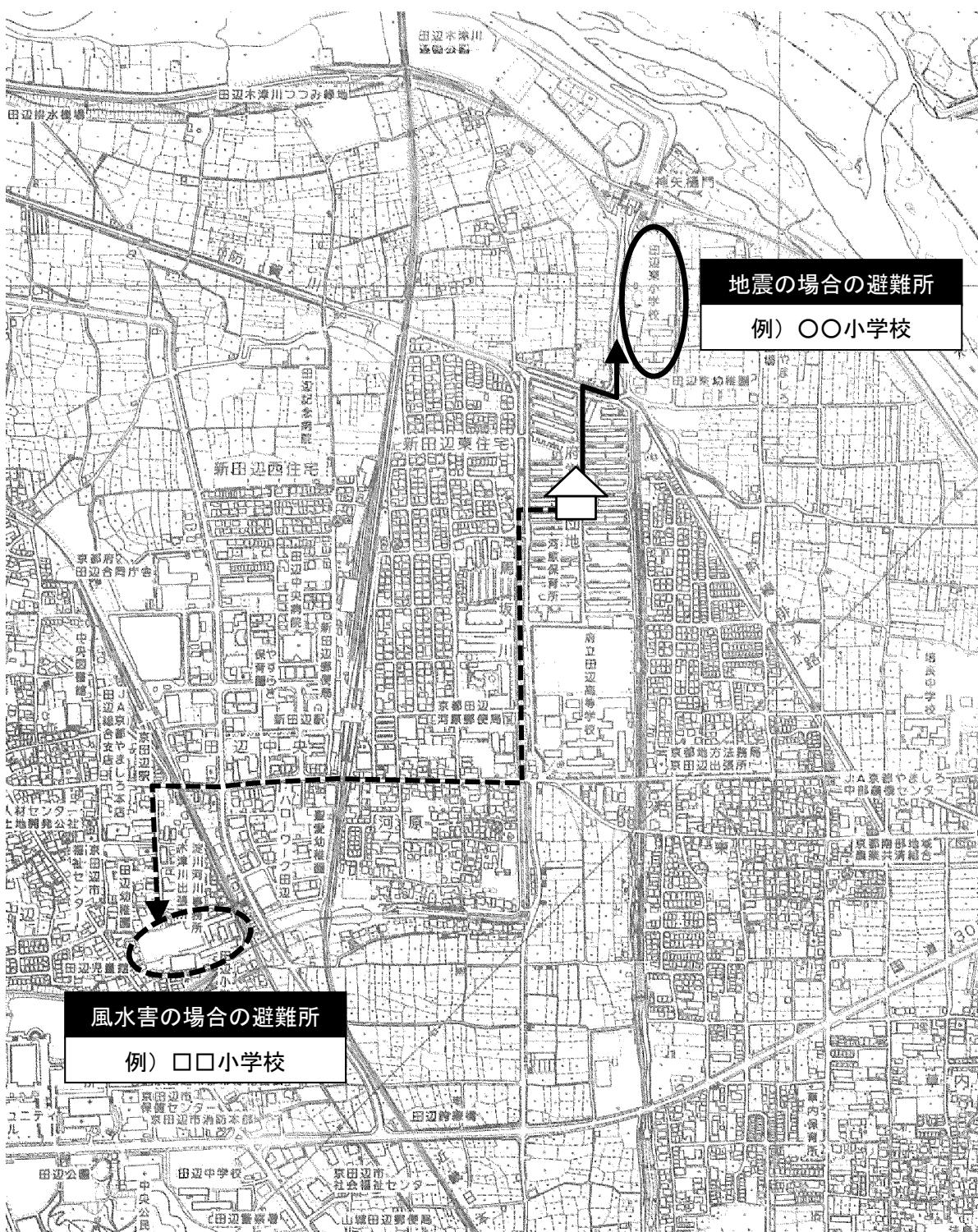


避難ルート

- 風水害（浸水害、土砂災害） →早く避難できるルートを
  - 地震 →遠回りでも安全なルートを

# 例

## 避難場所・避難ルート等確認マップ



チェック

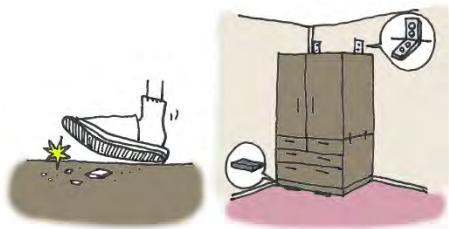
## わが家の準備

災害時、まずは自分で自分の身を守る「自助」の取り組みが大切です。災害時に備えて、「わが家の準備」を確認しましょう。

### 家屋内の安全対策

ぐらっと揺れた瞬間、家具が倒れて下敷きになったり、テレビや置物などが落下してケガをすると、避難できなくなるなど危険です。

- 家具類の固定などの転倒防止対策、食器棚の扉などガラスの飛散防止対策をしているか
- 物が散乱したり、倒れたり、ガラスが飛び散っていても、安全に避難できるように身近にスリッパや懐中電灯などを用意しているか。



### 非常持出袋の用意

避難時に持ち出せる非常持出袋を用意しましょう。

[非常持出袋の例] ※必要最小限で1日程度をしのぐため

- 食料 [例・缶入り乾パン 110 g 1個]
- 飲料水 [1~3リットル ※持てる重さによる]
- 懐中電灯
- タオル
- 筆記用具
- ウェットティッシュ
- サバイバルプランケット
- 個人的な必需品 (メガネ、コンタクトレンズ、入れ歯、持病薬、持病対応食品、貴重品など)
- 携帯ラジオ
- ポリ袋
- 新聞紙
- トイレットペーパー
- 軍手・手袋
- 救急袋
- ラップフィルム
- 簡易トイレ
- 呼び笛

避難の際には、必ず  
持ち出しましょう。



重要

あると便利なものではなく、  
「ないと困るもの」を忘れずに！

### 備蓄品の用意

避難後に少し余裕が出てから安全を確認して自宅に戻り、避難所へ持ち出したり、また自宅で避難生活を送る上で必要な3日間程度、できれば1週間分を備蓄しておきましょう。(※避難所には最低限の物資しか備蓄されていません。)

- 食料 (アルファ米、インスタントラーメン、缶詰類、レトルト食品、ビスケット、チョコレートなど)
- 飲料
- 生活用品 (タオル、バスタオル、毛布、卓上コンロ、ガスボンベ、体ふきシート、ドライシャンプー、新聞紙、ラップフィルム、使い捨てカイロなど)

### 緊急医療情報キット

救命作業を迅速に行うための取り組みです。あわせて備えておきましょう。



チェック

## 地域で考えておくこと、備えておくこと

災害時、大切な命を守るためにには、迅速な対応が重要であり、日頃からの地域でのコミュニケーション、助け合いが大きな力となります。「地域で考えておくこと、備えておくこと」を確認しましょう。

### ● 地域内でコミュニケーションを図りましょう。

災害時における避難、避難所生活においては、お互いの助け合いや協働の精神に基づく、自主的な活動など、地域のコミュニティ力が求められます。日頃から地域内でのコミュニケーションを大切にしましょう。

また、訓練への参加など防災の活動は、地域コミュニティの大切さを認識できる機会ともなります。地域活動への参加促進など、地域コミュニティの活性化につなげていきましょう。



### ● 日頃からの訓練で体制づくりを考えましょう。

日頃から訓練を実施し、災害時の避難・避難所生活における地域に応じた体制づくりを考え、検証し、地域で周知・確認しておきましょう。



### ● 地域の特徴をよく知っておきましょう。

自分たちの地域で想定される災害をふまえて、災害時の危険箇所や役に立つ拠点など、日頃から、地域住民で地図やまち歩きなどで確認しておきましょう。



マップづくりに取り組む地域の様子

### ● みんなで災害時要配慮者への配慮を心がけましょう。

災害時要配慮者（[2ページ参照](#)）においては、それぞれの状況によって、配慮事項が異なります。また、災害時には、誰もが要配慮者になる可能性があります。日頃から配慮事項の理解に心がけましょう。

また要配慮者自身においても、自分で準備できることは行い、また日頃から自分が要配慮者であることを地域の方に伝えておくことが大切です。



（配慮事項については[『資料編』要配慮者の特性ごとの対応参考](#)）

## 第2章

# 避難行動編

本章は、避難所開設に至るまでの避難行動について、風水害（浸水害、土砂災害）の場合、地震の場合に分けて、自助の段階から「避難」、「避難所開設」までの流れと注意点をまとめています。

# 風水害(浸水害、土砂災害)の場合と地震の場合、避難行動の違い

災害が発生した時の避難行動の流れです。災害時に速やかに行動がとれるように、「風水害(浸水害、土砂災害)」と「地震」の場合の避難行動の流れを、日頃から確認し合っておきましょう。

自助

避難・安否確認

避難所開設

## 風水害(浸水害、土砂災害)の場合

## 地震の場合

- 正確な情報収集(気象情報や避難情報等)
- 早めの行動
- 避難の呼びかけ(テレビ等)に注意

自主避難所開設情報→避難準備情報→避難勧告→避難指示

- 揺れが収まるまで身を守る
- 家屋内にいる家族の安否確認
- 揺れが収まったら火元の確認
- 避難に向けて出口確保、通電火災予防(ブレーカーを落とす)

○隣近所の出火の有無、救助等の必要性の有無の確認

### 早めの避難

浸水害の場合

土砂災害の場合

避難準備情報発令時にはできるだけ早く準備して避難開始

※移動している余裕がない場合は2階以上へ垂直避難

※移動している余裕がない場合は崖から離れたより安全な場所等へ避難

隣近所でお互いに声をかけあって避難

助け合って避難

### 避難集合場所へ

- 安否確認

○集団消火活動  
○救出・救護

### 風水害の場合の避難所

例) ○○小学校

市からの連絡により施設管理者等と連携して開錠

### 地震の場合の避難所

例) ○○小学校

施設管理者等と連携して開錠

※「避難準備情報」発令時には市は避難所を開設します。

※特に「風水害」の場合には、一時的な開設にとどまることもあります。

風水害（浸水害、土砂災害）の場合における、自身や家族の身の安全確保（自助）から避難所開設の流れを確認します。

## 風水害

## 自助のポイント

自 助

避 難

開 設

チェック

## 正確な情報収集

ラジオ・テレビ等で最新の気象情報や避難情報（行政が出す避難勧告や避難指示など）を入手しましょう。



チェック

## 早めの行動

雨の降り方や浸水の状況に注意し、危険を感じたら、避難の準備など早めに行動をとるよう心掛けましょう。



チェック

## 避難の呼びかけに注意

危険が予想される状況となった場合には、市役所や消防団などから避難の呼びかけをすることがあります。避難の呼びかけがあった場合には、それに従い避難しましょう。

状況に応じて、自宅内で2階以上より安全な場所へ避難することも考えましょう。



## 積極的な情報収集を！～風水害（浸水害、土砂災害）の時の情報対策～

ラジオやテレビ、インターネットによる情報収集の他に、京田辺市で行われている次のような情報伝達も積極的に活用しましょう。

- 登録者への防災情報メール配信
- 地域防災無線
- 広報車の巡回（避難準備情報発令など）
- 要配慮者への電話またはFAXによる情報配信
- 地域の代表の方へのメール・電話等での連絡

※右下のQRコードから携帯電話用URLにアクセスし、防災情報メール配信の登録を行うことが出来ます。



# 避難のポイント

自 助

避 難

開 設

チェック

隣近所で声をかけあって、早めの避難

早めの避難を心がけ、避難する際は、隣近所で声をかけあい、お互いに助けあって避難しましょう。



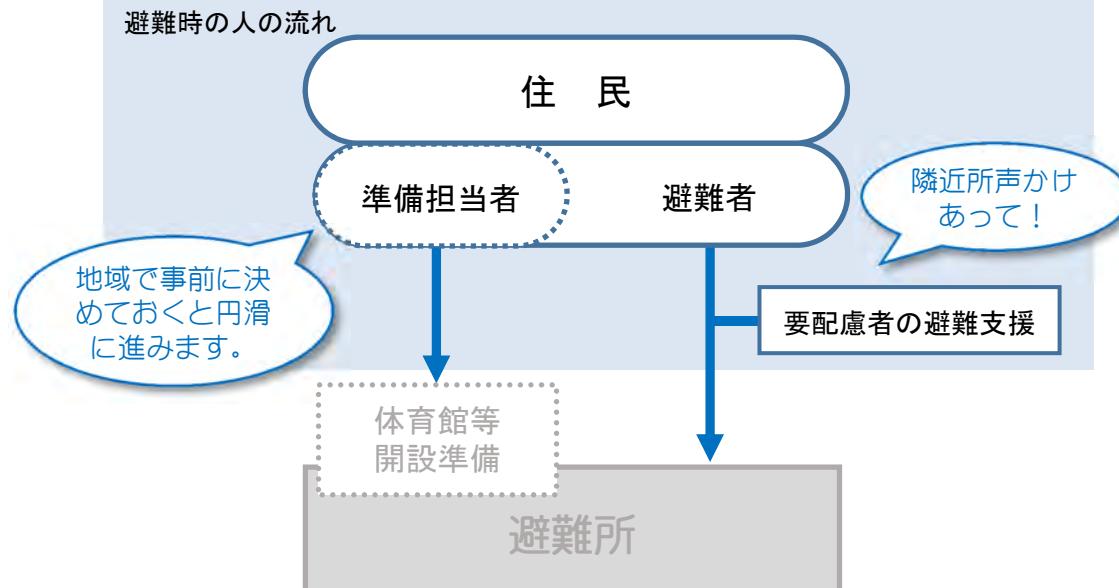
## 浸水害が想定される場合

- 「**避難準備情報**」発令時に、避難を開始するよう心がけましょう。特に災害時要配慮者は、このタイミングで避難を開始することが大切ですので、隣近所で声をかけあって、助けあって避難しましょう。
- 避難開始が遅れ、「**避難指示**」発令時においても指定避難所に移動している余裕がない場合には、高いところへの垂直避難やより安全な場所へ移動するなど生命を守るための行動をとりましょう。

## 土砂災害が想定される場合

- 「**避難勧告**」は、土砂災害警戒情報が発表された場合に発令されますので、警戒情報が発表された段階で、避難を開始しましょう。
- 指定避難所に移動している余裕がない場合には、崖から離れたより安全な場所へ移動するなど生命を守るための行動をとりましょう。

### 避難時の人々の流れ



風水害  
避難所開設

自 助

避 難

開 設

開設の判断

市からの避難準備情報・勧告・指示発令時

開錠

市からの連絡により施設管理者等と連携して開錠

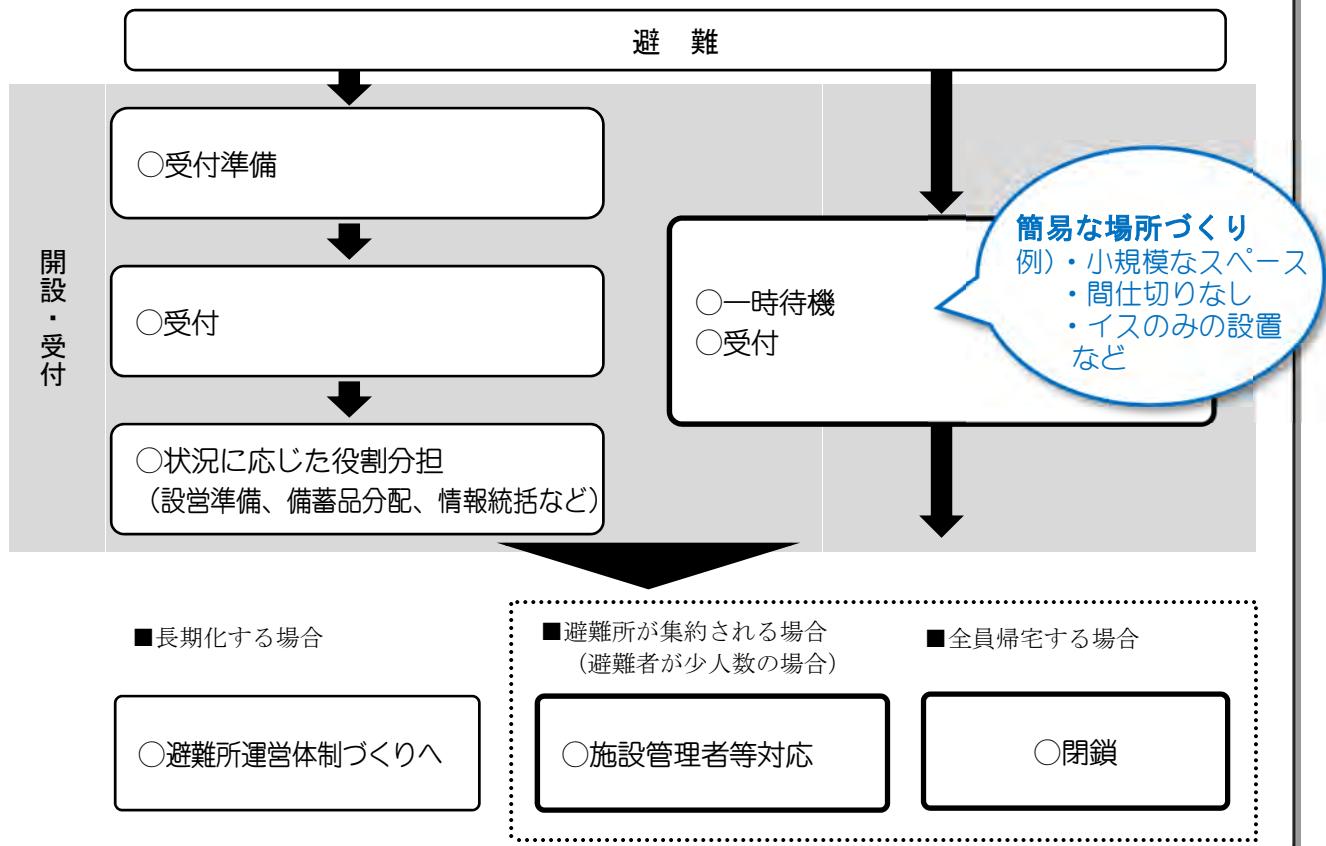
施設管理者等と連携して開設準備

※「避難準備情報」発表時には市は避難所を開設します。  
※施設の鍵は、施設管理者等及び市が所有しています。  
※行政が地域と連携して必要な避難所を開設することを基本とします。状況に応じて地区公民館の活用も行います。

- ! 風水害（浸水害、土砂災害）の場合、被害回避のため、早めの行動を基本とします。また、避難所においては、一時的な開設にとどまることも想定されます。

風水害（浸水害、土砂災害）の場合の一時的な開設

風水害（浸水害、土砂災害）の際には、一時的な開設で避難所が解消される場合もあり、その際の流れは次のとおりです。



※避難所レイアウトについては3章参照

地震の場合における、自身や家族の身の安全確保（自助）から避難所開設の流れを確認します。

**地震  
自助のポイント**

自 助

避 難

開 設

チェック

**揺れが収まるまで身を守る**

机やテーブルの下に隠れるなど、地震の揺れが収まるまで身を守ります。あわてて外に飛び出さないようにしましょう。



○地震発生後、大きな揺れが到達する前に、関係機関により「緊急地震速報」が、特定エリアにある携帯電話やスマートフォンに対して一斉にメール送信されます。メールが届いた場合は、慌てず身の安全を確保しましょう。

チェック

**家屋内にいる家族の安否確認**

揺れが収まったら、倒れた家具の下敷きになっていないか、けがをしていないか、家族の安否を確認します。



チェック

**揺れが収まつたら、火元の確認**

コンロなどの火元を確認し、使用中のものは全て消します。火が出ていたら、落ち着いて初期消火を行いましょう。



チェック

**避難に向けて出口確保、通電火災予防(ブレーカーを落とす)**

避難する前に、以下の点に注意しておきます。

- 出口・避難路の確保（家屋内に閉じ込められないよう、玄関のドアや窓を開けておきましょう。）
- 通電火災の予防（家を出る前に必ずブレーカーを落としましょう。）
- 余震に注意（家から出る時には落下物に注意しましょう。）

地震  
避難のポイント

自 助

避 難

開 設

チェック

避難集合場所へ避難、安否確認

発災後  
30分以内が目安

周辺の安全を確認して、あらかじめ地域が定めた「避難集合場所」へ避難します。安否確認を進め、迅速な集団消火活動、救出・救護活動へつなげます。



チェック

避難にあたって助け合い、要配慮者への避難支援

早めの避難を心がけ、避難する際は、隣近所で声をかけあい、お互いに助けあって避難しましょう。高齢者や障がいのある人など自力での避難が困難な人の支援を行いましょう。

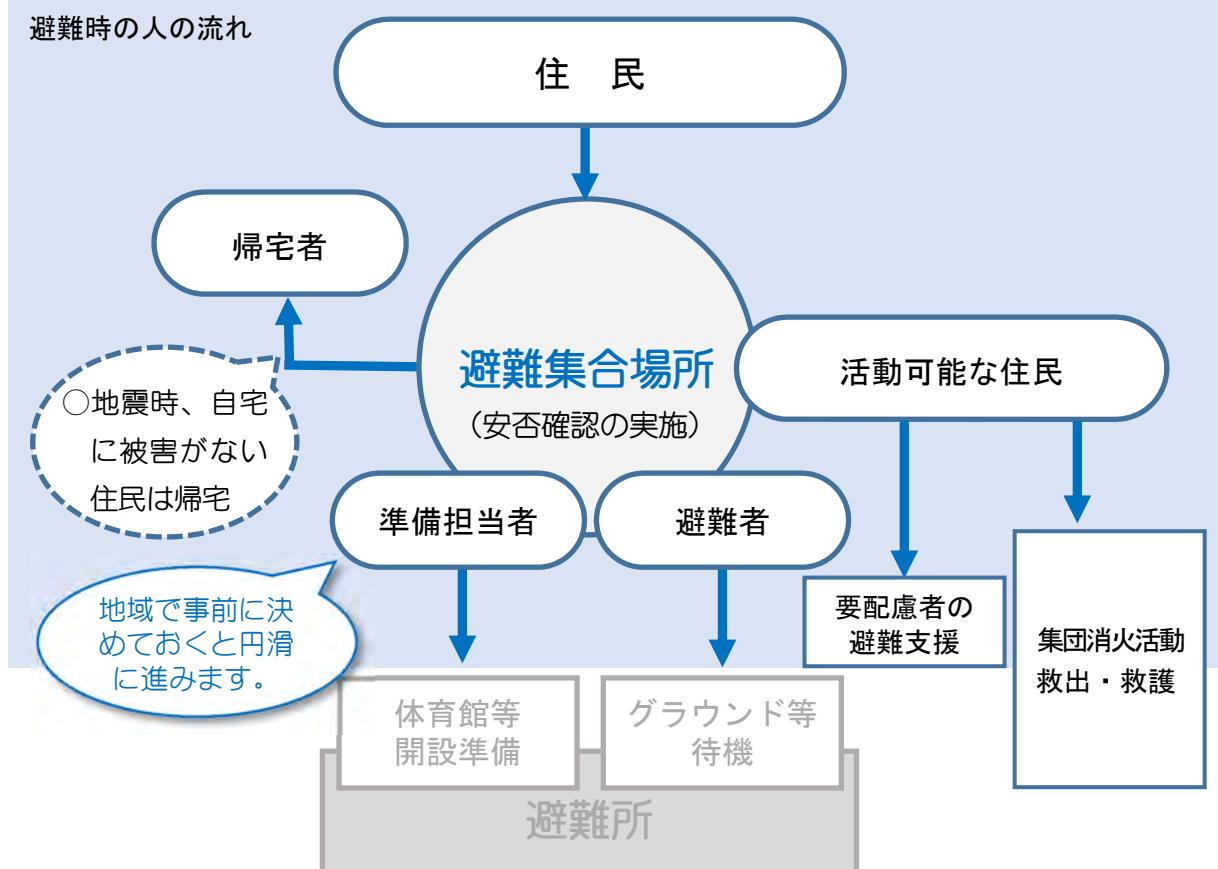
! ポイント

\*複数人で協力しながら行動しましょう



避難する際、がれきやブロック塀などに注意して、できるだけまとまって、安全に避難しましょう。

避難時の人々の流れ



地震  
**避難所開設**

自 助 避 難 開 設

開設の判断

原則必要な場合

▼  
開錠

施設管理者等と連携して開錠

※施設の鍵は、施設管理者等及び市が所有しています。

施設管理者等と連携して開設準備

安全点検

建物の安全を確認（必要に応じて施設管理者等と連携）

**安全点検**

状況を判断しながら、安全確認して使用できる場所を確保

**余震が多発している場合など、状況を判断しながら、安全を最優先に点検**

- 安全な場所から目視で確認 建物周辺→外観→建物内部
- 点検途中で余震等があった場合には、すみやかに安全な場所に退避
- 少しでも危険が想定される区域は「立入禁止区域」として明示

**■建物が使用できるかどうか確認**

- \* 「建物被災状況チェックシート」を参考に点検
- \* 不安を感じた場合は専門家による応急危険度判定の実施を要請
- \* チェックシートの項目以外に、少しでも危険が予想される建物については、避難所としての使用を控える
- \* 避難所として使用していても、余震等により新たな被害を受けた場合は、再度チェック

- 安全が確認できたら、利用する場所の破損物の片付け
- 夜間の場合、照明の確保

- !  
● 建物の安全が確認されるまで、グラウンド等で待機することになります。従って、季節や天候などの状況により工夫が必要になります。

工夫例 ○冬季：毛布、カイロの配布を進める。  
○夜間：車のヘッドライトを利用する。

□建物被災状況チェックシート

建物 自体や周辺 状況に係る 安全性の チェック	チェック1 建物周囲、全体		ない	ある
	①	周辺の建物、擁壁、塀及び地盤等に危険はありませんか？（周辺の建物が倒れきてしそう。地盤が沈下しそう。地割れがある。など）		
	②	建物の形が大きく変わっていませんか？（建物の一部が崩れている。階がつぶれている。など）		
	③	建物が傾いたり、建物が沈んでいませんか？		
	チェック2 基礎、構造体		ない	ある
	①	【鉄骨造】鉄骨の骨組みが壊れていたり、大きな変形はありませんか？（柱の一番下、柱と梁の接合部など）		
	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）がありませんか？		
	③	【木造】壁に大きなひび割れや、亀裂などはありませんか？		
	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ありませんか？		
	⑤	【共通】基礎と基礎の上の建物にずれがありませんか？		

※ 全ての項目が、「ない」であることを確認してください。

避難所として 使用するうえで の安全性の チェック	チェック1 避難ルート		ない	ある
	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がありませんか？（避難ルートの出入口が開閉できない。避難ルートの床にガラスの破片が散乱している。など）		
	チェック2 落下・転倒・飛散		ない	ある
	①	以下の部位が、地震により落下・転倒していませんか？ または、大きな余震等により落下・転倒する危険がありませんか？ ア) 屋根の材料（瓦など） イ) 窓枠、窓ガラス ウ) 壁（外壁の一部や室内の壁、ブロック塀など） エ) 看板や機械類（屋外機など） オ) 天井、照明器具 カ) 屋外階段 キ) 屋外、屋上等に設置してある倉庫など ク) その他設置物（棚、スクリーンなど） ( (	—	—

※ 使用する部分について、全ての項目が「ない」であることを確認してください。

その他	チェック1 その他		ない	ある
	①	その他、危険と判断される状況はありますか？:( (	)	

※ 全ての項目が、「ない」であることを確認してください。

# 要配慮者への避難支援の工夫いろいろ

## 事例 1 車いすによる移動支援

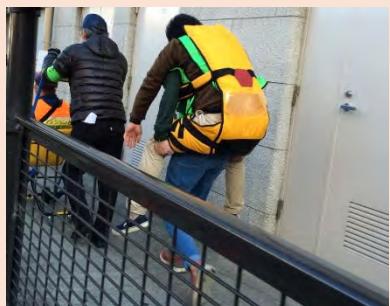
大人をかついで移動することは、複数人でも大変困難です。そんな場合役立つのが、車いすです。いざという時のために、地域で準備しておくことを検討しましょう。

写真(右)のような補助具もあり、装着するとより負担が軽くなります。



## 事例 2 おんぶひも等を使用した移動支援

その他、移動支援として役立つ器材として、防災用・介護用のおんぶひもやタンカがあります。おんぶひもはひとりで大人をかつぐことは出来ますが、サポートする人も含め、複数人で協力しながら移動しましょう。



## 事例 3 災害用リヤカーによる移動支援

災害用リヤカーなどの移動車を活用すると、移動支援の負担がより軽減されます。ただし、通れるかどうか、避難所までの経路の確認が大切です。



## ～災害時の要配慮者支援を円滑に進めるために～

□要配慮者の名簿づくりを日頃から進めている地域は、災害時の活用も検討しましょう。

例) 災害時迅速に対応できるように地図に情報を整理している事例

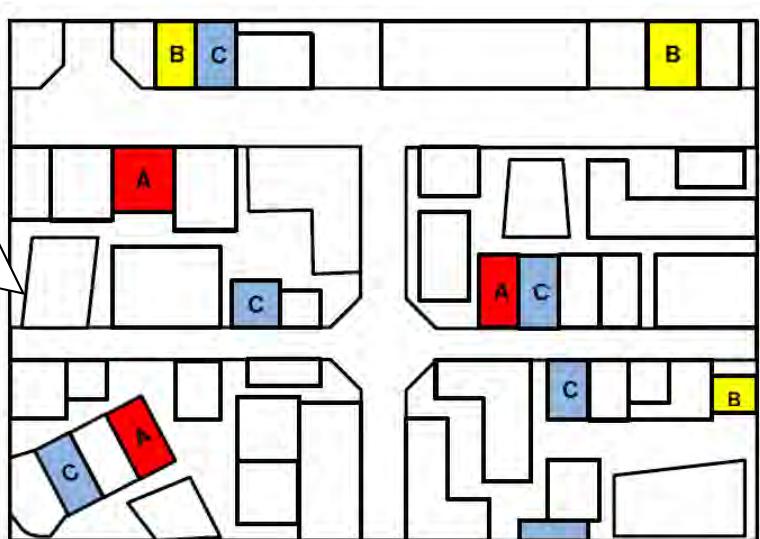
※マップの例

### ★緊急度別のマップ

A : 寝たきりレベル

B : 虚弱レベル

C : 見守りレベル



## 第3章

# 避難所生活編

本章は、「第2章 避難行動編」に続き、長期的な避難所生活が必要となる場合（被害が大きい浸水害や土砂災害、大規模地震の場合など）に、避難所をどのように運営すればよいか、円滑に進めるためのポイントをまとめています。

## 避難所開設～運営の流れ

避難所の開設が判断された後の避難者受入準備から運営・撤収の流れを確認しましょう。

### 避難所開設

風水害（浸水害、土砂災害）  
の場合

市からの連絡により  
施設管理者等と連携して開錠

地震の場合

施設管理者等と連携して開錠

施設の安全点検

※風水害は、一定期間避難所生活  
が必要な場合

### 避難者受入準備・受入

□施設のレイアウトづくり



□避難者の受付開始

### 避難所運営・撤収

#### 避難所運営

□運営協議会の設置

「運営にあたって  
考えておくこと」  
を事前から確認！  
→23ページ参照

□会議の開催



□各班のポイントをふまえた役割実施

「各班の開設から  
撤収までのポイント」  
を確認！  
→27～42ページ  
参照

#### 避難所撤収

避難所開設の判断がなされた場合、避難者を受け入れる前に、まず施設のレイアウトづくりを行います。

チェック

## 施設のレイアウトづくり

必要なスペースの割り振りや利用可能範囲の明示を行いましょう。

避難場所となる施設においては、必ず通路をとりましょう。



車で避難してくる避難者やペット同伴の避難者への対応など、グラウンドの活用を検討する必要があります。

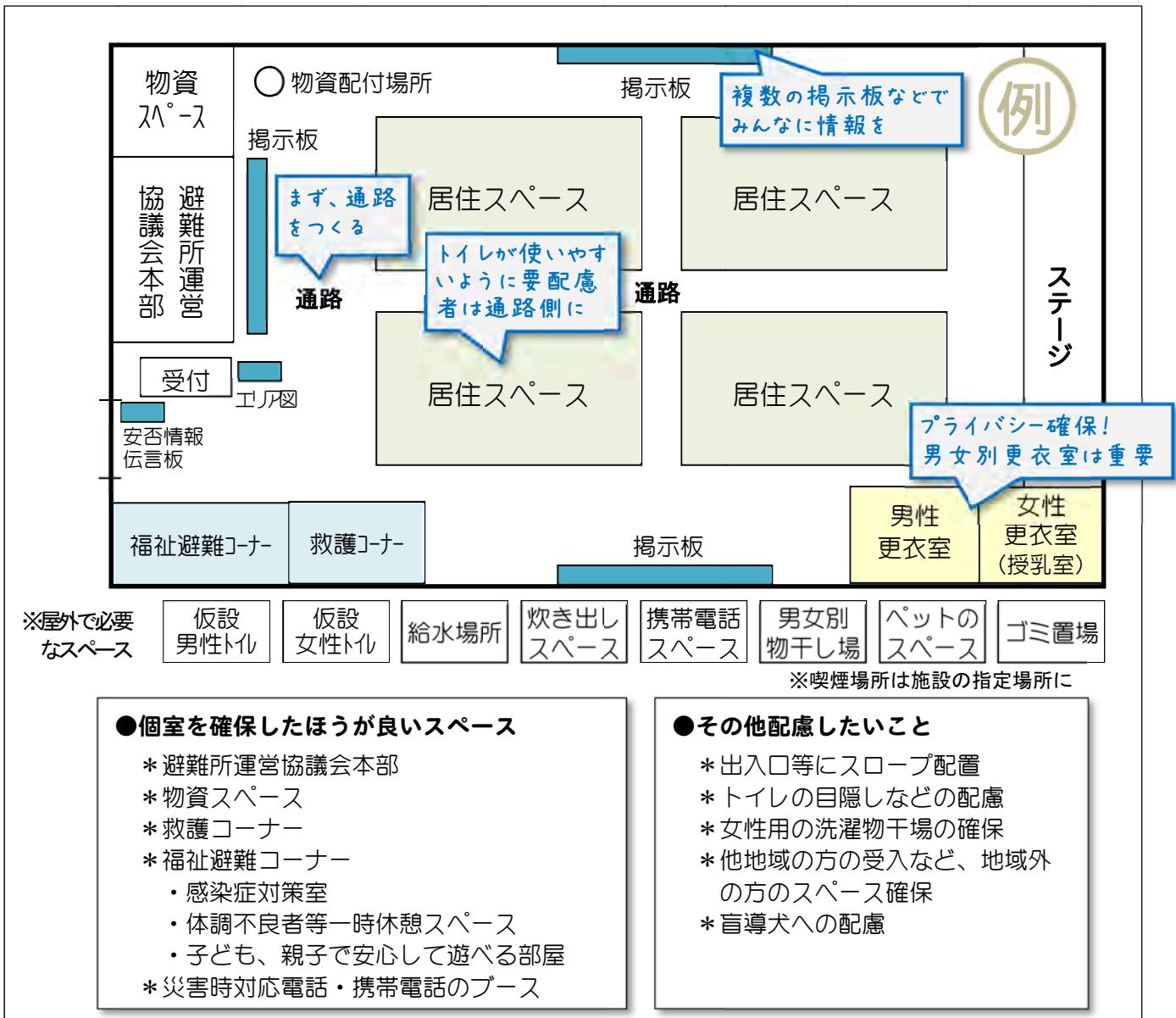
レイアウトづくりについて、事前に避難所ごとに決めておきましょう。

## レイアウトづくり

- 事前の想定に基づき、使用可能施設・使用除外施設を確認。場合によって、現場で施設管理者等と確認
- 主な避難場所となる施設において、安全確認後、レイアウトづくり
- 車で避難してくる避難者への対応や搬送車など車両の受入場所の確保

例





! 間仕切り板の組み立て・導入は、避難所が落ち着く5日後ごろから

## 視覚障がいのある人への配慮

応急的な措置として、ロープ（紐）を床にはわせ、テープで留めると突起ができる、視覚障がいのある人用の誘導線をつくることができます。このように、ちょっとした工夫で、要配慮者の不安を和らげることができます。



## ペットについて

特に東日本大震災を受けて、災害時においては、ペットとの同行避難を基本とする方針が出されています。ペットは飼い主にとって生活の伴侶であり、生きていく支えでもあります。避難所において、ペットに関するトラブルが生じないように、衛生管理や動物アレルギーの方など他の避難者への影響を配慮する必要があります。

### (飼い主の役割)

- ペットの世話、フード確保、ゲージ等用意 (日頃からペットの避難用品・備蓄品用意)
- 飼育マナーの遵守と健康管理

### (避難所として考えておくこと)

- 専用スペースや屋外での仮設テント設置など場所の確保
- 衛生管理や動物アレルギーや動物が苦手な人への配慮などルールづくり

チェック

## 避難者の受付開始

自治会・区単位の人数を確認し、各自で避難者名簿の記入をしてもらって、避難者等の名簿づくりを進めます。



- 受付・名簿づくりは、まず避難者の概算人数をとりまとめ、一定落ち着いた段階で、避難者の概要を把握します。

## 救護コーナー・福祉避難コーナー／福祉避難所

大規模災害などが発生した場合、配慮が必要な人も、まずは一般避難者と同様に指定された避難所に避難します。

### ○ 救護コーナー

負傷者の応急処置ができる場所を確保します。また、避難者の中から看護師等の有資格者の協力を呼びかけましょう。避難生活が数日以上になる場合は、市から保健師等が巡回し健康相談に応じます。

### ○ 福祉避難コーナー

避難生活が数日以上に及ぶ可能性がある場合、高齢者や障がいのある人、妊娠婦、乳幼児など何らかの特別な配慮が必要な人で、高齢者施設、障害者施設、医療機関等への緊急入所・入院ができない、またはそれに至らない程度の要配慮者に、避難所の中に少しの気遣いや工夫していく場所や部屋を確保します。

京都府では、被災時の福祉避難コーナーに要配慮者の避難生活を支えるボランティアの指導を行う『福祉避難サポートリーダー』の養成を進めています。

### ○ 福祉避難所

市は、避難所の要配慮者の状況を把握・調査し、必要に応じて協定を結んでいる施設での福祉避難所の開設等を判断します。

### 【対象となる方の状態と収容施設のイメージ】

	軽度	中度	重度	対象
救護コーナー	○			軽度な負傷者など、応急手当が必要な方。自分で手当をする方の利用も対象
福祉避難コーナー	○			比較的介護度が軽度で、専門的なケアは必要ではないが、配慮を必要とする方
福祉避難所		○		要介護・障がいの程度が高く、専門的なケアなどの特別な配慮を必要とする方
緊急入所		○	○	身体状況の悪化等により、福祉避難所での避難生活が困難な方
緊急入院		○	○	医療的な処置や治療が必要な方

災害時の混乱状態の中で、不特定多数の人が避難し、ともに生活をする避難所では、避難者誰もにとって、できるだけ負担が大きくならないよう、工夫が必要になります。

## 運営にあたって考えておくこと

### ● 大切な9つの管理を役割分担して運営体制づくりをすること

○ 大切な9つの管理	総務（統括）	空間	人員	ボランティア
	情報	衛生	健康	食料

→詳しくは 24、25ページ参照

### ● 「避難所生活のルール」をつくり周知すること

避難所生活において避難者に守ってもらいたいルールを話し合い、決定します。

→詳しくは 30ページ参照

### ● 要配慮者へ配慮した運営を心がけること

- 食事や物資の配給、情報提供方法やトイレの利用など、高齢者や障がいのある人、乳幼児、妊婦など要配慮者への配慮が大切

**トイレの利用と水分補給** トイレが利用しづらく、できるだけ行かなくてすむように水分補給を控えると体調を崩すなどの危険があるので、洋式トイレは高齢者や障がいのある人を優先にするなどの工夫を

**座位確保** 避難所生活の中で横になって過ごす時間が多くなると体が弱ってしまうので、椅子や背もたれグッズを配置するなど座った姿勢で過ごせる工夫を

- プライバシー確保への配慮が必要であると同時に、孤立化を防ぐための見守りの工夫が大切

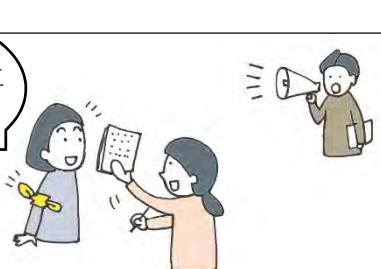
つい立てを立てるなどのプライバシー確保への配慮と同時に、見守りの目がなくなり、ちょっとした様子の変化にお互いに気づきにくくなるなどの孤立化を防ぐための工夫、声かけなどの見守りや体操の時間などの共有体験の時間を作る工夫を

- 要配慮者自身が「要配慮者」であることをわかるよう示すことも必要

#### 工夫事例

- 黄色いリボンやハンカチ、バンダナを巻くなどして示す。

自ら示すこと  
も大切



## ● 情報は常に“見える化”すること

情報が適切に伝わらないことがトラブルの原因になりますので、常に“見える化”を  
→詳しくは [34ページ参照](#)

## ● 在宅被災者にも配慮すること

避難所は、食料などの物資や各種情報の提供場所であり、在宅被災者支援も含めた支援拠点となります。

# 運営にあたって必要な班体制

発災直後は、状況に応じて、混乱する避難者をまとめるリーダー的存在により対応を進めることが必要な場面もありますが、一定落ち着いた段階からは、下記のような班体制を組み、組織的に避難所の運営を行うことが大切になります。

班名	担う管理	役割
総務班	総務	体制づくりなど総務・統括管理
管理班	空間	レイアウトづくりなど空間管理
	人員	避難者の名簿や入退所などの管理
	ボランティア	応援ボランティアなどの管理
情報班	情報	様々な情報の収集・提供などの管理
衛生班	衛生	避難所の衛生管理
救護・要配慮者班	健康	避難者の健康管理
食料班	食料	避難者の食料管理
物資班	物資	備蓄や救援物資などの管理

## 避難所生活の一日（イメージ）

6:00	7:00	8:00			12:00		18:00	20:00	21:00
起床	朝食	朝礼	掃除		昼食	自由時間	夕食	運営会議	消灯



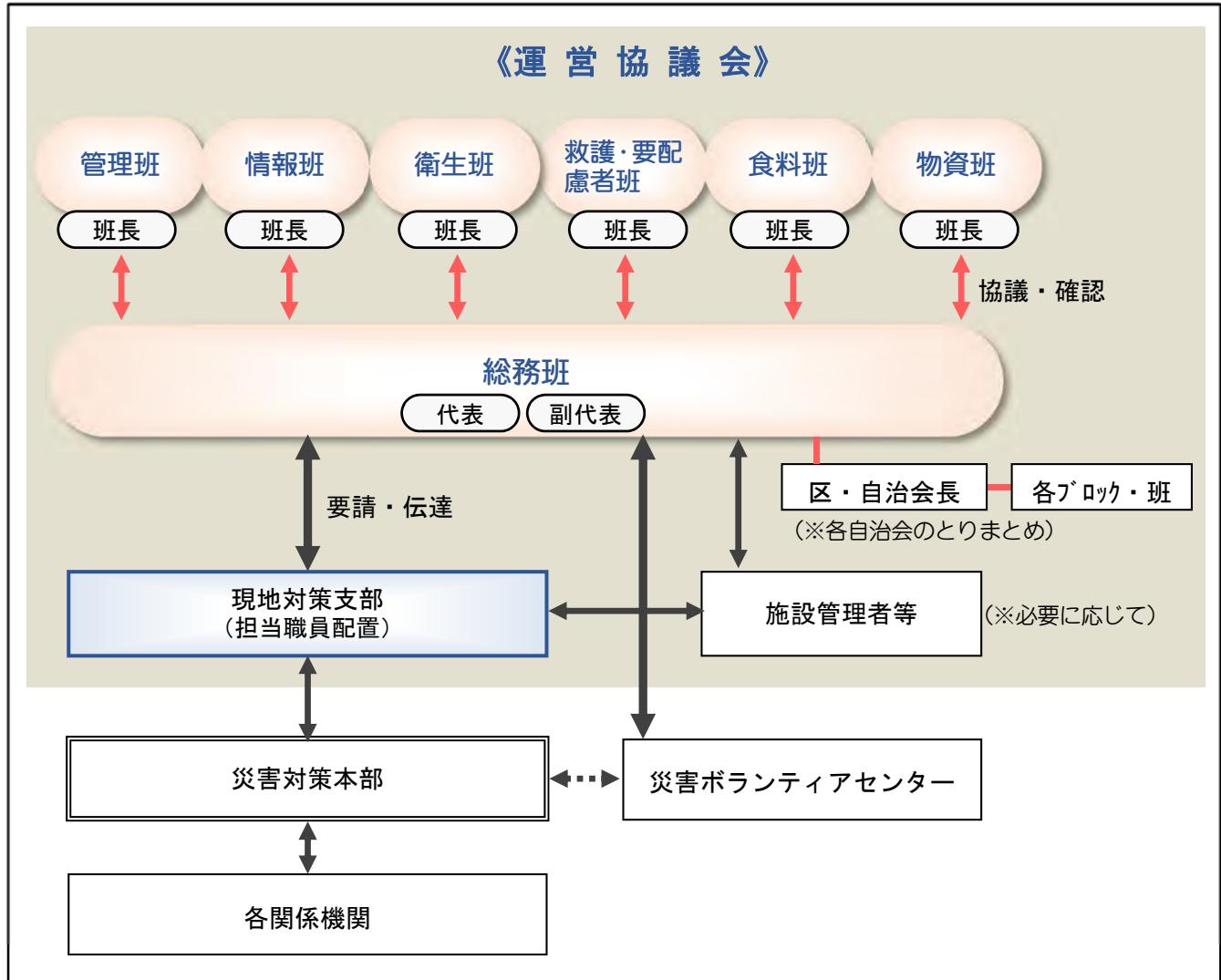
チェック

## 運営協議会の設置

避難所運営にあたって、地域住民主体の運営協議会を設置し、避難所における課題への対応や現地対策支部との連携など、自主的で円滑な運営を進めましょう。



### [避難所運営体制]



※必要に応じて班構成を細分化します。

※班長は班内で交代制にして、5日間程度でローテーションするなど工夫します。

※避難所運営協議会へ女性も参加できるように配慮しましょう。

※看護師や介護士などの有資格者や民生児童委員、福祉関係者など、避難者の中から専門的な知識・技術をもった方の協力を求めましょう。

※避難者の中から、学生等の若い力の活用を積極的に図りましょう。

チェック

## 会議の開催

定期的に避難所運営について話し合う会議を開催します。

[代表者会議] 運営協議会の代表・副代表・各班班長・施設管理者等で開催。初期は必要に応じ適宜

[班別会議] 班ごとの話し合い



## 施設の本来機能の回復への配慮～撤収期のポイント～

施設管理者等との調整により、学校（授業）の再開など施設の本来機能の回復へ配慮することも重要であり、施設再開にともなう避難施設の縮小・統合、撤収・閉鎖においては、避難者の自立へ向けた取り組みにあわせて合意形成を進めます。（現地対策支部と連携）

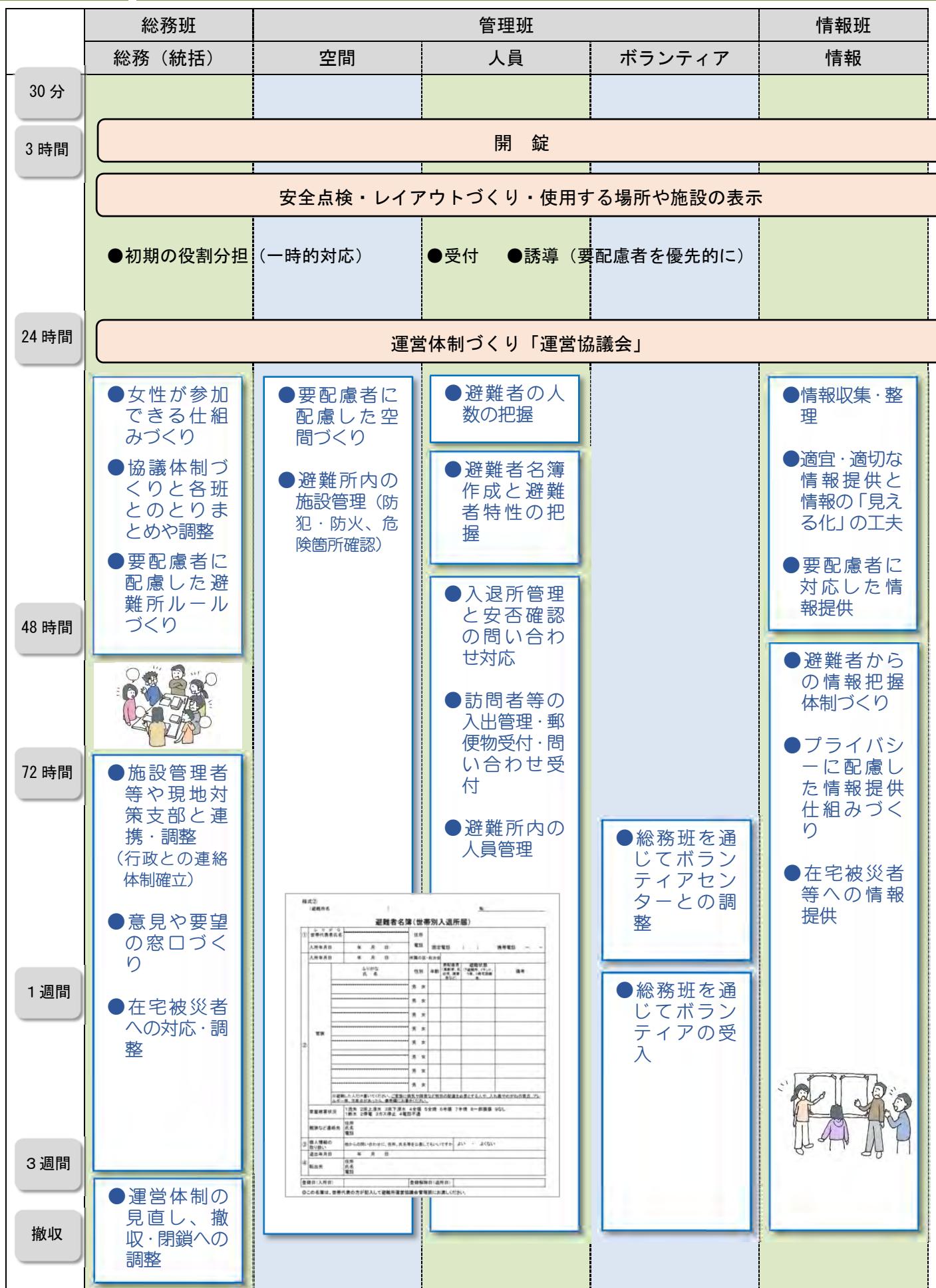
### ● 避難施設の縮小・統合を進める際のポイント

- \* 避難者に対して場所の移動などについて広報
- \* 移動が決定次第、日時、荷物の搬送について周知

### ● 避難施設の撤収・閉鎖のポイント

- \* 避難者に対して撤収準備と閉鎖時期などについて説明
- \* 避難所施設内の片付けや清掃を避難者の協力を得て実施
- \* 避難者の撤収後、避難所閉鎖日をもって避難所運営協議会は終了

※避難施設の縮小・統合、撤収期においては、地域性が異ならないよう配慮した上での仮設住宅等への移転も行われます。



※時間軸はおおよその目安です。

衛生班	救護・要配慮者班	食料班	物資班	行政・関係機関	施設管理者等
衛生	健康	食料	物資		
開 錠					
安全点検・レイアウトづくり・使用する場所や施設の表示					
	●応急手当	●当面の食料・物資の確保			
運営体制づくり「運営協議会」					
●感染症の予防	●健康管理の徹底	●避難者用の食料の調達	●被災者のニーズ把握と物資の調達		
●清潔の保持 (清拭・足浴励行、布団の定期的な天日干しなど)	●要配慮者への対応  □独居高齢者、認知症、うつ傾向の人等への対応 □障がいのある児童・人、疾患患者等への対応 □子ども、乳幼児を抱える親等への対応	●要配慮者用の食料の調達  ●炊き出しの励行  ●要配慮者に対応した身体に優しい食事の提供	●円滑な動線を意識した物資スペースの配置		
●公衆衛生の管理 (トイレ使用の注意事項及び清掃、ゴミの分別等の周知徹底、定期的な清掃活動)	●医療・保健・福祉専門職との連携・調整 (応急処置・対応、こころのケア)	●適切な水分補給体制づくり  ●消費期限や賞味期限の管理と残飯の廃棄指導  ●できる限り皆で食べる食事体制づくり	●物資スペースの整理と管理  ●要配慮者を優先した物資配給のルール・仕組みづくり  ●要配慮者用物資の調達  ●女性による女性用品の配給  ●在宅被災者への物資配給		
●衛生備品の管理 (マスク、うがい薬、のど飴など)					
				職員参集 本部体制確立 現地対策支部設置準備 各種手続きの受付等対応（り災申告、義援金など）	参集 消防 災害現場対応 派遣調整 ボランティアの派遣 授業再開にかかる調整 統廃合・閉鎖等にかかる調整

# 総務班のポイント

24 時間

チェック

## 1 女性が参加できる仕組みづくり

これまでの事例より、被災時における女性をめぐる諸問題が明らかになっていくこと、女性高齢者等の被災が多いことなどから、女性の視点を踏まえた運営ができるよう、方針決定過程等への女性の参加に配慮した体制づくりをします。

48 時間

チェック

## 2 避難所運営における協議体制づくりと各班とのとりまとめや調整

避難所運営について話し合う会議を開催します。定例的な開催及び、必要に応じて臨機応変に対応する場合も生じます。

72 時間

チェック

## 3 要配慮者にも配慮した避難所ルールづくり

避難所生活において、避難者の方に守ってもらいたいルールについて、必要事項を話し合って決定します。

1 週間

チェック

## 4 施設管理者等や現地対策支部との連携・調整

行政との連絡体制を確立し、施設管理者等や現地対策支部との連携・調整を図ります。

3 週間

チェック

## 5 意見や要望の窓口づくり

避難者からのヒアリングや意見書箱を設置するなど、避難所運営等に関する避難者からの意見や、困りごと要望を受け付け、代表者会議へ報告します。

撤収

チェック

## 6 在宅被災者への対応・調整

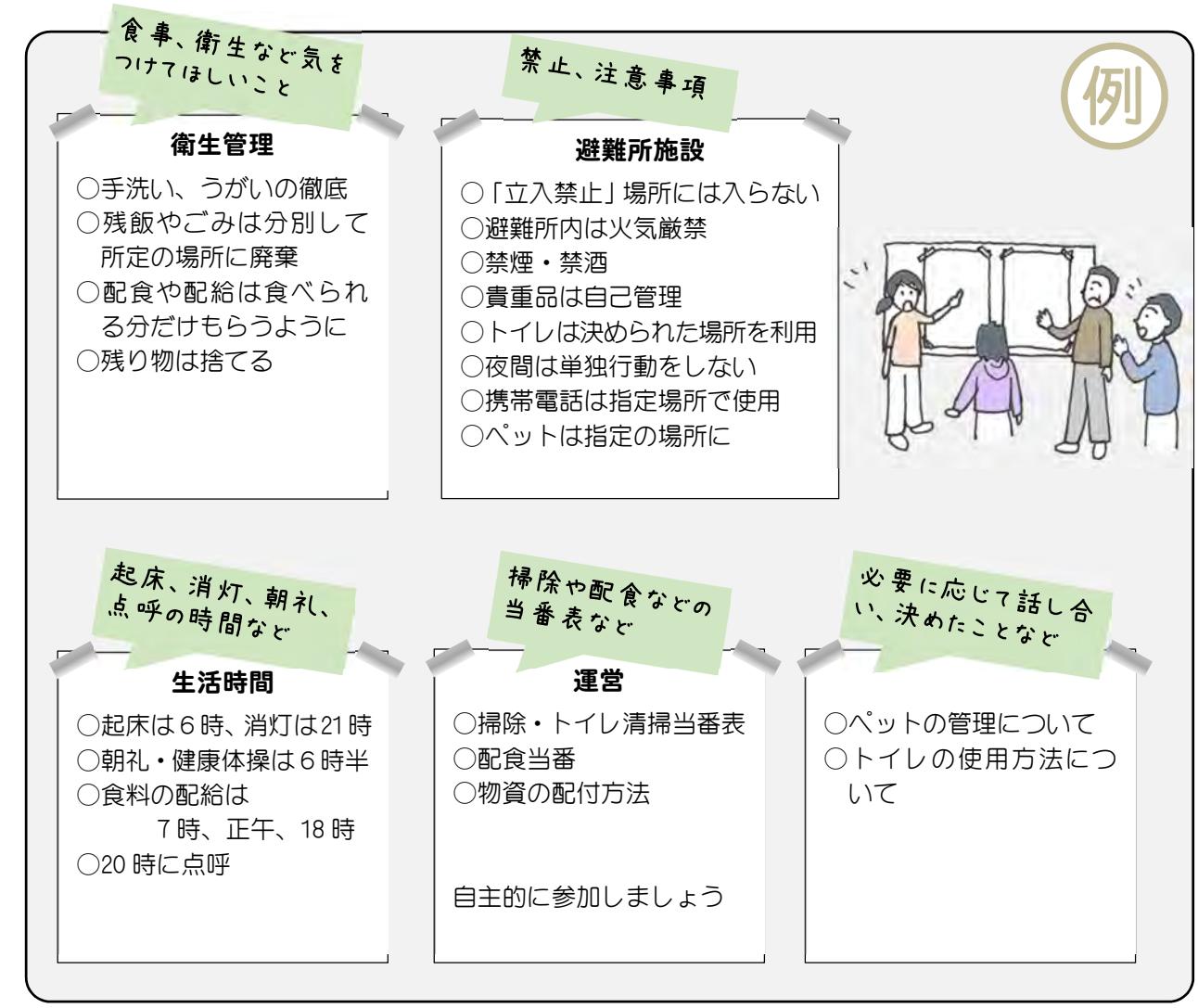
避難所は、在宅被災者も含めた被災者の支援拠点、情報拠点でもあります。避難所内の被災者同様、避難所を訪れる在宅被災者にも、情報提供や炊き出し・救援物資の配給を行います。

## 7 運営体制の見直し、撤収・閉鎖への調整

定期から撤収期において、避難施設の縮小などに伴い、運営体制の見直しを図ります。また、撤収・閉鎖に向けて、調整を図ります。

## 避難所ルールづくり

- 避難所生活におけるルールづくりにおいては、下記のような項目を話し合い決めます。



## 男女共同参画の視点に配慮した運営 ~基本的な考え方~

- 男女それぞれのニーズの違いに配慮した安全・安心・快適空間づくり

⇒女性をはじめ、要配慮者に配慮した避難所づくりを目指すことで、被災者全員が少しでも快適に避難所生活を営むことができるよう心がけましょう。

(工夫例) 授乳スペースの確保、男女別の更衣スペース・物干し場の確保、運営協議会に女性参加、生理用品等の女性による配付、暴力等に関する相談窓口の設置 など

- みんなで活動

⇒みんなで活動することで、被災者がお互いの活動を尊重し合えるようにしましょう。

⇒ひとつの活動において、性別が偏らず、男女がともに活躍できるようにしましょう。

# 管理班のポイント

24 時間



## 1 原則、区・自治会単位での管理

避難所の避難者の状況をできるだけ正確に把握するため、原則、区・自治会単位で受付、名簿等の管理を行います。



## 2 迅速な人数把握

安否確認、避難者への物資・食料等の配給、外部からの問い合わせなどへ対応するため、できるだけ早く名簿づくりを進めます。 様式①避難者数集計表



## 3 避難者名簿作成と避難者特性の把握

避難者に「避難者名簿(世帯別入退所届)」を記入してもらい、できるだけ早い段階で避難者の特性を把握し、要配慮者に必要な物資を調達できるようまとめます。

様式②避難者名簿(世帯別入退所届)/様式③区・自治会別避難者名簿(集約表)



## 4 入退所管理と安否確認の問い合わせ対応

記入してもらった「避難者名簿(世帯別入退所届)」を管理し、避難者の入退所の管理を行うとともに、外部からの安否確認の問い合わせに対応します。

様式④安否確認シート



## 5 訪問者等の出入管理・郵便物受付・問い合わせ受付

トラブル防止や防犯の観点から、訪問者(避難者への面会など)及びマスコミ等部外者の出入を管理します。

様式⑤訪問者管理簿/様式⑥郵便物等受付票/様式⑦問い合わせ受付対応票



## 6 避難所内の施設管理 (防犯・防火、危険箇所確認)

避難所内の安全・安心を確保できるよう、見回りなどによる防犯・防火、危険箇所の確認を定期的に行います。



## 7 避難所内の人員管理 (各班員の確保・調整、ボランティア調整)

避難所運営協議会の各班の活動が円滑に進むよう、各班員の確保やボランティアの人員配置等を行います。事前登録されている市内の災害ボランティアの方を中心に受け入れます。また、避難者の中から学生等の若い力の活用も積極的に図ります。

48 時間

72 時間

1 週間

3 週間

## 名簿づくり

概算人数把握→避難者の概要把握→避難者の把握・入退所管理

安否確認、避難者への物資・食料等の配給、外部からの問い合わせなどへ対応するため、できるだけ早く名簿づくりを進めます。

- 安否確認を容易にするため、原則区・自治会単位で受付をし、まずは避難者の概算人数（総数）を把握します。
  - 他地域、会社従業者、帰宅困難者の避難者等は別に名簿を作成します。
  - 避難者に世帯別に「避難者名簿（世帯別入退所届）」を記入してもらいます。（1世帯1カード、別に避難した場合等は追記）
  - 手書きでの作成が基本になると思われますが、パソコンが利用できる環境であればデータを作成します。五十音順の並べ替えや目的別の一覧作成などが必要になることもあります。
  - 外部からの問い合わせなどへの対応においても、名簿は区・自治会単位で保管するようにします。
  - 災害時においても、個人情報の取り扱いについては十分注意しましょう。「避難者名簿（世帯別入退所届）」は個人情報が含まれるので管理を徹底し、盗難等によるトラブルが生じないようにしましょう。

様式② (選挙名簿)										
避難者名簿(世帯別列入退所届)										
①	世帯内登録者名			住所		固定電話			携帯電話	
	入住所年月日	年	月	日			( - )			-
入退室年月日	年	月	日	出張の区・自治体						
避難	上りがな 姓 名			性別	年齢	被災状況 被災種別(複数可) 被災度合(複数可)			備考	
				男	女					
				男	女					
				男	女					
				男	女					
				男	女					
				男	女					
				男	女					
				男	女					
少額贈り人への寄付について(以下、一括して「贈与金」といいます)の収支を必要とするふるひ、入れ書きがなむ(東北・茨城・福島・栃木・群馬・埼玉・山梨)。										
寄付金額は以下のとおりです。										
1. 捐款 2. 賛助金 3. 募集金 4. 会員費 5. 全額 6. 半額 7. 他種 8. 一部賛助 なし										
出資者 氏名 電話										
被験者 氏名 電話										
③	個人情報の取り扱い					ほんじんじやうの取りわせに、住民、姓名などを書いてほしいですか				
近出年月日					年 月 日					
手	住所	姓 名	電話	お問い合わせ用						
登録料(入所料)										
登録料(退所料)										
○この名簿は、皆様で書いた方が記入して避難所運営協議会管轄者に渡してください。										

要配慮者に配慮した安全なトイレの設置

## ● トイレの設置

- \* 仮設トイレの設置にあたっては、防犯の観点から、特に女性や子どもの安全・安心に配慮する。(死角になる場所に設置しないなど)
  - \* 要配慮者が使いやすいよう設置する。

## ● トイレの使い方

- \* 誰もが気持ちよく使えるように、使い方のルールを明示するとともに、要配慮者などにも分かるように配慮する。  
(使い方掲示・アナウンス、  
介助など)

## ● トイレまでの動線

- \* トイレ利用をがまんしなくてもすむように、要配慮者をトイレの近い場所にするなど特に要配慮者が行きやすい動線を確保する。

例) ロープによる簡易誘導線  
(21 ページ参照)

要配慮者に配慮した空間づくり（再掲含む）

- 出入口等にスロープ配置
  - トイレが使いやすいよう、要配慮者を通路側にすること。トイレまでの動線確保。洋式トイレの優先利用。
  - 座った姿勢で過ごせるよう椅子や背もたれグッズの配置
  - プライバシーに配慮した間仕切り板の設置

# 情報班のポイント

24 時間

チェック

1

## 迅速な情報収集・整理

地域の被災状況や生活状況、復旧状況に関する情報、現地対策支部からの連絡事項など外部の情報を収集します。

様式⑧情報リスト

チェック

2

## 適宜・適切な情報提供と情報の「見える化」の工夫

情報が適切に伝わらないことがトラブルの原因になります。必要な情報は掲示板やアナウンスで周知し、情報は常に“見える化”することが大切です。

チェック

3

## 要配慮者に対応した情報提供

障がいのある人や外国人など要配慮者にも情報が伝わるように、多様な手段を使って情報提供します。

48 時間

チェック

4

## 避難者からの情報把握体制づくり

避難所を中心とした地域の被災状況や復旧状況など、避難者からも情報を把握し、整理できる体制をつくり、必要に応じた情報提供を行えるようにします。

72 時間

チェック

5

## プライバシーに配慮した情報提供の仕組みづくり

他からの問い合わせに対する避難者の住所と氏名の公表など個人情報が含まれる情報については、本人の確認を求めるなど管理班と連携して、プライバシーに配慮して提供します。

1 週間

チェック

6

## 在宅被災者等への情報提供

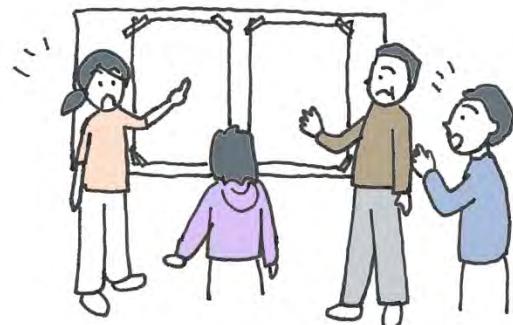
在宅被災者にも情報が行きわたるように、避難所にて、在宅被災者への情報提供を行います。

3 週間

## 情報提供の工夫

## ●掲示板による情報提供

- \* 揭示板は、できるだけ避難所施設内に複数設置し、避難者全員に同じ情報が行き渡るようにします。
  - \* 安否確認の情報は様式④（『資料編』様式集）を活用して整理し、見やすく掲示します。



## ●放送によるアナウンス

- \*放送設備が使用可能な場合は活用し、アナウンスします。放送で伝えた情報も掲示板で張り出すようになります。

#### ●要配慮者に配慮した情報提供

- \* 要配慮者への情報提供においては、救護・要配慮者班と連携して実施します。

例) 視覚障がいのある人

### ：声かけによる情報提供

「□□の〇〇です。今から食事の配給です」

## 聴覚障がいのある人

：紙に書いた情報を提供、筆談など

外国人

：図やイラストなどで伝達



例

This image shows a communication guide for children, divided into three main sections:

- Top Left:** わたしの伝えたいこと (What I want to communicate). It includes 10 panels with icons and Japanese text:
  - トイレ (Toilet)
  - おもむり (Nurse)
  - 飲む (Drink)
  - 渴む (Thirsty)
  - 青色 (Blue)
  - 赤色 (Red)
  - 話す (Talk)
  - 手話 (Sign language)
  - 電話 (Phone)
  - かかう (Call)
- Middle Section:** Various scenarios with Japanese labels:
  - お店 (Shop) - レジ (Counter), どこに? (Where?), 裏面 (Back)
  - レストラン (Restaurant) - メニュー (Menu), 飲んでください (Please drink), いくぐる? (Where?)
  - 駅 (Station) - きっぷ (Ticket), のりば (Platform), 出口 (Exit)
  - 役所 (Office) - 受付 (Reception), 翻訳 (Interpreter), ふしき (Classification)
- Right Section:** Health and Well-being:
  - 病院 (Hospital) - いたい (Pain), がらだ (Soreness), 薬はどこ? (Where is the medicine?)
  - あなたの? (Whose is it?) - 名前 (Name), 住所 (Address), 電話 (Phone)

コミュニケーション支援ボード  
(出典: 明治安田こころの健康財団)

# 衛生班のポイント

24 時間

チェック

1

## 感染症の予防

### 手洗い・消毒の励行

感染症を予防するため、流水による手洗いや擦式アルコール消毒による手指消毒などを励行します。トイレや洗面台等に貼り紙をし、避難者に周知しましょう。

### ハエや蚊の発生予防（夏季）

必要な物資を物資班に要請するなど、ハエや蚊などの対策をします。避難所の出入り口や窓に、できたら防虫ネットを張る、殺虫剤を使用するなど防虫対策をします。

### 乾燥防止、インフルエンザ対策（冬季）

空気が乾燥するとウイルスが空气中で拡散しやすくなります。霧吹き等で水（定期的にアルコールなど）を吹きかけて一定の湿度を保つ方法や、早期に加湿器等を配置し、乾燥を防止します。また、マスクの使用を推進します。

48 時間

チェック

2

## 清潔の保持

### 清拭・足浴励行など

清潔を保つために温かいおしごりやタオル等で身体を拭いたり、足や手など部分的な入浴を導入し、励行します。

### 布団の定期的な天日干しなど

雨天の多くなる梅雨の季節には、ダニが発生しやすくなるので、日中は布団を敷きっぱなしにせず、晴れた日には天日干しや通風乾燥を行うよう避難者に呼びかけます。

72 時間

チェック

3

## 公衆衛生の管理（トイレ、ゴミ置場の管理）

トイレやゴミ置場の衛生管理を行います。トイレ使用の注意事項及び清掃、ゴミの分別等を周知徹底します。当番を決め、定期的なトイレ清掃に努めましょう。汁物や残飯を捨てるバケツには蓋をして、ネズミやハエなどの発生を防止するようにするとともに、犬・猫・カラスなどに荒らされないようにしましょう。

1 週間

チェック

4

## 衛生備品の管理（マスク、うがい薬、のど飴など）

マスク、うがい薬、消毒液、のど飴、トイレットペーパーなどの衛生備品の在庫状況を把握し、早めに物資班へ補充を依頼し、確保します。

## 感染症の予防

- \* 流水による手洗いを励行します。水道が使用不可の場合は、擦式アルコール消毒による手指消毒で対応します。また、霧吹きなどで水をスプレーするなど乾燥防止に努めます。
- \* トイレ前や手洗い場等に消毒液を配置し、「感染症予防（手洗い・消毒の励行）」を表示し、うがいや手洗いの励行を周知します。手洗い用消毒液は乳幼児の手の届かない場所に設置します。
- \* 手拭き用にペーパータオル等を設置し、タオルの共用はしないようにしましょう。
- \* 食後の歯みがきとブクブクうがいの励行やマスクを使用しましょう。



## 避難所の生活衛生環境の管理（清潔保持）

- \* 靴袋を活用し、室内は土足厳禁として、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。
- \* 下痢等の症状を呈する方が発生した場合には、トイレのドアノブや洗面所の蛇口等多くの人が触れるところを拭き取りによって消毒しましょう。
- \* ゴミの管理及びゴミの処理（分別・生ゴミの処理）を行います。
- \* 防塵マスクの着用（手に入らない場合はマスクなど）を呼びかけて、ほこりや粉塵などの吸引を防ぐとともに、粉塵の発生をおさえます。また、粉塵などの吸引で咳、痰、息切れが続く人がいるか配慮します。
- \* 窓やドアを開けるなど定期的な換気をしましょう。

## 季節による注意事項

### 夏の場合

- \* 暑い場合には、換気ができるだけ行い、避難者の住居スペースが日陰となっているかどうか確認し、日差しを遮るよう工夫します。
- \* 屋内の熱中症対策として、こまめな水分補給を呼びかけます。（特に乳幼児、高齢者など）氷柱の設置やかき氷の配給などもひとつ的方法です。
- \* 夏に向けて気温が上がり始める時期から、食中毒に注意します。

### 冬の場合

- \* 寒い場合には、施設暖房による温度管理に留意します。
- \* 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す。また、カイロや湯たんぽの活用を図ります。
- \* 床に直接ではなく、マットや畳を敷いた上に座るようにします。
- \* 寒い時期でもノロウイルスなどによる食中毒が起こるので注意します。

## トイレの利用管理

- \* トイレの使用についての注意事項を貼り出し、ルールに従った使用を促しましょう。避難者全員で当番を決め清掃を行います。
- \* 管理班と連携し、定期的にトイレの衛生状態を把握します。

# 救護・要配慮者班のポイント

24時間

チェック

1

## 健康管理の徹底

### 座位の確保、健康体操など

避難所生活の中で、横になって過ごす時間が多くなると体が弱ってしまいます。座った姿勢で過ごせる工夫や全員での体操の実施などを推進します。

### 口腔衛生

口腔清掃不良は、病気の感染源にもなります。食事を終えたら、歯みがきやブクブクうがいを行い、歯や口の清潔を保ちます。

### 喫煙、飲酒などは禁止

個人の健康管理についてもルールを定め、注意を促します。喫煙を禁止とし、アルコール依存症の発症を防ぐため、飲酒についても禁止します。

チェック

2

## 要配慮者への対応

### 独居高齢者、認知症、うつ傾向の人等への対応

独居高齢者、認知症、うつ傾向の人等へは、見守りや声かけなどにより、定期的に健康状況や困っている状況を確認します。

### 障がい者、疾病患者等への対応

障がい者、疾病患者等へは、特性ごとの対応の配慮や定期的に健康状況や困っていることなどの確認を行います。

(配慮事項については『資料編』要配慮者の特性ごとの対応参照)

### 乳幼児を抱える親等への対応

乳幼児を抱える親等は、ストレスなどにより心や行動の変化が生じる場合があります。プライベートな空間の確保や話しかけ、スキンシップを図ります。

48時間

チェック

3

## 医療・保健・福祉専門職との連携・調整 (応急処置・対応、こころのケア)

72時間

3週間

必要に応じ、総務班を通じて現地対策支部等に医療・保健・福祉に関する専門職員や専門ボランティア派遣の要請を行います。

## 健康観察のポイント

- \* 次のような点について健康観察を行います。
  - ・外傷を受けていないか
  - ・眠れているか
  - ・食事・水分摂取量は足りているか
  - ・咳・熱・下痢などの症状はないか
  - ・話し相手はいるか
  - ・トイレに行けているか
  - ・口腔ケアがしっかりとできているかどうか
  - ・脱水（口渴、口唇・皮膚の乾燥、尿量の減少、頭痛等）の兆候はないか



## 要配慮者への情報提供

- \* 情報班と連携して要配慮者ごとに配慮した方法で情報提供します。（[34 ページ参照](#)）

## 子どもの居場所づくり

- \* 被災体験により、様々なストレス障がい（P T S D）を引き起こす心配があります。
- \* 予防のために、子どもが「大きな声を出す」「体を動かす」「表現する・伝える」など安全に遊べる場をつくりましょう。
- \* 子どもの対応は、災害ボランティアセンターから派遣される、子ども支援のボランティアにお願いできる場合もあります。



## こころのケア

- \* 被災体験により、様々なストレスからこころや体に変化が生じ、悪化する場合があります。
- \* 次のような「こころのケア」を図りましょう。
  - ・休息や睡眠がとれているか確認する。
  - ・「6秒で大きく吐き、6秒で軽く吸う、朝夕5分ずつ」の呼吸法
  - ・ボランティアなどを活用して被災体験を聞く。
  - ・ゆっくり話を聞いて、否定をせず感情を受け止める。
  - ・隣に座る、別れ際の握手、子どもは抱っこするなどスキンシップでコミュニケーションを図る。
  - ・必要に応じて専門家へつなげる。  
など
- \* 遺族が多い避難所においては、精神・福祉専門職の協力を得て、遺族同士が語り合える場（わかちあいの場）を設けることも有効な方法です。こうした支援を「グリーフケア」といいます。わかちあいの場では、お互いを批判せず、言いつぱなしで、聞いたことをその場に置いて部屋を出る等のルールを決めて実施します。

# 食料班のポイント

24時間

チェック

## 1 避難者用の食料の調達

物資班と連携して食料を調達します。必要な食料の内容や数量を取りまとめ、総務班を通じて現地対策支部に連絡します。

様式⑨ [食料・物資] 要請リスト

チェック

## 2 要配慮者用食料（流動食、アトピー食、粉ミルクなど）の個別調達

避難者のプライバシーに配慮しながら、避難者に個別に聞き取りをするなどして、食物アレルギー等の状況を把握し、個別調達ができるよう配慮します。

チェック

## 3 炊き出しの励行

焼き出しは避難者の協力を得て行います。（目標は48時間以内に開始できるようにします。）在宅被災者に対しても配給方法を掲示して配給します。

48時間

チェック

## 4 要配慮者に配慮した身体に優しい食事の提供

高血圧の方も食べられるよう、塩分を控えめにするなど身体に優しい食事を提供できるようにします。同じ食品に偏らないよう食事内容を工夫します。

72時間

チェック

## 5 適宜・適切な水分補給体制づくり

トイレに行かなくて済むように水分補給を控えると体調を崩す危険があります。温冷水ワーラーの設置や水飲み場の確保など、適切な水分補給が行える体制づくりを進めます。

1週間

チェック

## 6 消費期限や賞味期限の管理と残飯の廃棄指導

食中毒が起きないよう、消費期限や賞味期限を過ぎたものや食べ残しは取り置きせず、その日のうちに捨てることを避難者へ周知徹底します。

3週間

チェック

## 7 できる限り皆で食べる食事体制づくり (孤立させない仕組みづくり)

避難所生活の中では、プライバシーを確保することや配慮が必要ですが、それによる孤立化の心配もあります。食事はできる限り皆で食べるよう工夫します。

## 避難所内の食料・物資などの配給ルール

- \* 物資・食料・水などは公平に分配します。
- \* 数量が不足する物資などは、高齢者、障がいのある人、乳幼児、妊婦などへ優先的に配分します。
- \* 食料・物資の配給は、各ブロック・班の代表者の方に渡し、各ブロック・班内で分配します。
- \* 毎日の配給は、時間と場所のルールを決めて行います。
- \* 配給する内容、数量などは、その都度放送などで伝達します。
- \* 在宅被災者への炊き出しの配給や物資提供に配慮します。

## 食料の安全管理で気をつけること

- \* 食器は使い捨て、またはラップフィルムを活用して節水・衛生面に留意します。
- \* 消費期限や賞味期限の管理を徹底し、期限の切れたものは廃棄します。
- \* 食べ残しはその日のうちに廃棄します。
- \* 保管場所の管理・整理整頓をします。
- \* 保存方法の指示を厳守します。
- \* 温度管理を徹底します。(温度管理ができない場合は受け入れない)

## 炊き出しで気をつけること

- \* 栄養バランスのとれたメニューにします。
- \* 塩分を控えめにして、例えば、高血圧の方なども食べられるようにします。
- \* 加熱処理を行います。
- \* 調理後の時間や保管場所の温度にも注意し、食べ残しはその日のうちに廃棄します。
- \* 調理用ゴム手袋を使うなど、衛生的な取扱いを徹底します。
- \* 公的機関からいつ食料・水が届くのかは災害の状況によって違いますが、できれば、公的機関からの支援を待つのみではなく、発災から48時間以内を目標に避難者等が自分たちで食材を持ち寄り、炊き出しを行うことが望されます。



# 物資班のポイント

24 時間

チェック

## 1 被災者のニーズ把握と物資の調達

各班と連携して、避難者のニーズを把握し、必要と認められる物資については、総務班を通じて現地対策支部と連携して調達します。

様式⑨ [食料・物資] 要請リスト

48 時間

チェック

## 2 円滑な動線を意識した物資スペースの配置

物資スペースは、避難者の生活動線と物資運搬の動線が交錯し、混乱が生じない場所に適切に配置します。

72 時間

チェック

## 3 物資スペースの整理と管理

物資が搬送されたら数量などを把握して、物資スペースへ種類別に保管します。物資管理は物資班長が担当します。

様式⑩ 物資一覧/物資管理簿

1 週間

チェック

## 4 要配慮者を優先した物資配給のルール・仕組みづくり

数量が不足する物資などは、高齢者、障がいのある人、乳幼児、妊婦などへ優先的に配分します。

チェック

## 5 要配慮者用の物資（車いす、歩行器、洋式トイレなど）の個別調達

要配慮者に必要な物資や個別対応が必要な物資のニーズを把握し、総務班を通じて現地対策支部と連携して調達します。

チェック

## 6 女性による女性用品の配給

女性用下着や生理用品等の配付は、女性が担当する等配慮します。

チェック

## 7 在宅被災者への物資配給

救援物資は、避難所に訪れる在宅被災者に対しても、配給方法を掲示して配給します。

3 週間

## 物資管理簿を使った管理

\*受け入れた物資は、物資管理簿を活用し、「受入数」「出し数(配給数)」「残数」等を適正に管理します。

(資料編様式集参照)

## 避難者への物資の配給

- \* 物資の配給は、配給のルール（「避難所内の食料・物資などの配給ルール」(40 ページ参照)）を決め、可能な限り全員が納得するように配慮して行います。
  - \* 配給においては、避難者の協力を得て行います。配給方法は、各ブロック・班の代表者の方に渡し、各ブロック・班内で分配するなど、混乱を防ぐ方法を物資によって工夫し、高齢者、障がいのある人、乳幼児など特別なニーズに対しては個別対応します。
  - \* 女性用下着や生理用品等の配付は、女性が担当する等配慮しましょう。
  - \* 避難所に訪れる在宅被災者に対しても物資を配給します。

## 個別対応が必要な物資

- アレルギー対応食
  - 高齢者
    - ・オムツ、おしり拭き
    - ・やわらかい食べ物
    - ・スプーン（スプーンを使わないと食べられない人への配慮）
  - 子ども
    - ・遊べるもの
  - 妊娠・産後間もないお母さん・乳幼児
    - ・オムツ、おしり拭き
    - ・ほ乳瓶、粉ミルク、湯
    - ・離乳食（粉末やフリーズドライ、瓶詰めのもの）、スプーン
    - ・生理用品
  - ★清潔保持・健康管理のために共通して個別で用意しておくとよ  
    - ・ドライシャンプー
    - ・清拭剤
    - ・ハミガキシート



# 策定経過

平成 26 年 7 月 29 日	第 1 回策定委員会
平成 26 年 8 月 8 日	一泊体験訓練
平成 26 年 10 月 2 日	第 2 回策定委員会
平成 26 年 10 月 26 日	避難所運営訓練
平成 26 年 11 月 13 日	第 3 回策定委員会
平成 27 年 1 月 20 日	第 4 回策定委員会
平成 27 年 3 月 1 日	完成

# 策定委員

(敬称略)

選出区分	役職名	委員名
学識経験者 佛教大学 福祉教育開発センター講師		後藤 至功
京田辺市市政協力員連絡協議会 会長		西口 兵治
京田辺市小・中学校校長会 松井ヶ丘小学校長		岩崎 善之
京田辺市民生児童委員協議会 会長		青木 二三代
京田辺市社会福祉協議会 会長		長谷川 榮治
災害ボランティア 事前登録者		酒井 圭吾
天王区自主防災会 会長		高尾 喜憲
花住坂自主防災組織 代表		南條 政弘
京田辺市視覚障害者協会 会長		岡井 丈志
京田辺市聴覚障害者協会 会長		植原 優
京田辺市身体障害者協会 会長		玉嶋 久興
京田辺市 危機管理監		井上 秀之
京田辺市 市民部副部長		西川 英弘
京田辺市 健康福祉部副部長		奥西 敏惠
京田辺市 教育部副部長		西川 登
事務局 京田辺市安心まちづくり室		
受託会社 街角企画株式会社		

## 本マニュアルの活用にあたって大切なこと

○「避難行動・避難所運営マニュアル」は、各避難所のマニュアルを策定するための基本的な方針をまとめています。本マニュアルに基づき、それぞれの避難所のマニュアルの策定を進めるにあたっては、マニュアルだけで終わらせないために、訓練や研修を重ねて、災害時に地域のみなさんで実際に助け合うことができるようになります。

○取り組みを進めて行く上での大切なポイントは次の3点です。

### ①話し合う機会をもつこと

— 地域の状況に応じて話し合いながら進める

### ②様々な状況について解決の方向性を主体的に考えること

— 様々な状況に対応する上では矛盾することも出てくるが、主体的に考え、地域の中で折り合いながら、解決に向けて一定の方向性を出していく

### ③臨機応変に対応できるようにすること

— 「想定外」の事態にも見通しを立てて、対応できるようにする



京田辺市

## 避難行動・避難所運営マニュアル

平成 27 年 3 月発行 発行者 京田辺市 京都府京田辺市田辺 80 番地 TEL 0774-64-1307 FAX 0774-64-1305

