

資 料 編

（大規模避難所版）

（様式等作成例）

資料１ 避難所運営のチェックリスト

【避難所開設時のチェックリスト】

項目	主な対応内容
☐ 1 避難所の開設・点検 (P. 4)	施設の安全確認など
☐ 2 避難所運営組織の立ち上げ (P. 4)	避難所運営の中心人物を選出
☐ 3 居住グループの編成 (P. 5)	世帯を基本単位に居住グループを編成
☐ 4 部屋（区画）割り (P. 5)	施設管理者と協議し、利用する部分を明確にする
☐ 5 避難者名簿の作成 (P. 6)	世帯ごとに避難者名簿に記入

（対応内容の詳細については、本編P. 4 避難所における基本的事項を参照）

【各活動班における業務のチェックリスト】

総務班の仕事	被災者管理班の仕事
☐ 1 運営本部会議の事務局 (P. 19)	☐ 1 避難者名簿の管理 (P. 22)
☐ 2 避難所運営情報の記録 (P. 19)	☐ 2 問い合わせへの対応 (P. 23)
☐ 3 生活ルールの作成 (P. 20)	☐ 3 郵便物・宅急便の取り次ぎ (P. 24)
☐ 4 地域との連携 (P. 20)	
情報班の仕事	食料・物資班の仕事
☐ 1 避難所内外情報収集 (P. 25)	☐ 1 食料・物資の調達、受入、管理、配給 (P. 30)
☐ 2 避難所外向け情報発信 (P. 26)	☐ 2 炊き出し (P. 33)
☐ 3 避難所内向け情報発信 (P. 28)	
☐ 4 取材への対応 (P. 29)	
施設管理班の仕事	保健・衛生班の仕事
☐ 1 危険箇所への対応 (P. 35)	☐ 1 衛生管理 (P. 37)
☐ 2 防火・防犯 (P. 35)	☐ 2 ごみ (P. 37)
	☐ 3 風呂 (P. 38)
	☐ 4 トイレ (P. 39)
要配慮者班の仕事	☐ 5 清掃 (P. 42)
☐ 1 要配慮者の支援 (P. 49)	☐ 6 ペット (P. 43)
	☐ 7 医療・救護活動 (P. 44)
ボランティア班の仕事	☐ 8 水の管理 (P. 48)
☐ 1 ボランティアの受入・活動調整 (P. 50)	

（各班の対応内容の詳細については、本編の該当ページを参照）

資料2 建物被災状況チェックシート

コンクリート造等建築物

(手順)

1. 市の避難所担当職員や施設管理者がいない場合で、早急に施設内への避難が必要な場合、避難者が2人以上で、このチェックシートにより、目視による点検を行います。
2. 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。
3. 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。
4. 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、市へ連絡し、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：

点検実施日時： 月 日 時 分

点検実施者名：

：

次の質問の該当するところに○を付けて下さい。

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)
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 その他、目についた被害を記入して下さい。 (例：塀が傾いた、水・ガスが漏れている、家具が倒れたなど)	

【判断基準】

1. 質問1～10を集計します。

A	B	C

2. 必要な対応をとります。

◎ **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。

◎ **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。

◎ **A のみの場合**

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下さい。

※ 石綿（アスベスト）が使用された施設が破損した場合、石綿が飛散することが想定されます。上記チェックリストにより、施設に破損が認められれば立ち入らないこととしていますが、市においては、石綿使用の有無をあらかじめ避難所運営組織に伝えるなど、健康被害に留意してください。

※ 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下さい。

資料3 避難者名簿

入所年月日		年 月 日		居住グループ		グループ	
ふりがな 世帯主氏名			性 別	男・女	家屋の 被害状況	居住の可否（可・否）	
			年 齢	歳		全壊・半壊・一部損壊 断水・停電・ガス停止・電話不通	
			避難確認				
職業・資格・特技 ※1			要配慮 区分		所属 自治会		
住 所				車	車種	ナンバー	
				ペット	有（種類	） 無	
電話番号			携帯番号				
緊急連絡先 (必ず記入してください)	氏 名				電話番号		
	住 所						
家族 構 成	氏 名	続柄	性別	職業・資格・特技等 ※1	要配慮区分	避難確認	
	要配慮区分 1.要介護 2.視覚障害 3.聴覚障害 4.言語障害 5.肢体不自由 6.内部障害 7.知的障害 8.精神障害 9.発達障害 10.認知症 11.乳幼児 12.妊産婦 13.難病 14.傷病 15.外国人 16.アレルギー 17.その他（ ）						
	上記により配慮が必要なこと(手話・要約筆記が必要、食物アレルギーの対象食料、服用している薬等)や負傷・疾病の 状況等特に申告する必要があること						
避難者名簿の掲示・公開 ※2			同意する ・ 同意しない				

- ※1 活動班編制時の参考としますので、過去の職業も含め、できる限り記入をお願いします。
- ※2 避難者名簿の掲示・公開に同意されない場合でも、親類縁者の方からの個別の安否確認の問い合わせには応じる場合があります。
- ※3 配偶者からの暴力、ストーカー行為、児童虐待等の事情により個別の安否確認の問い合わせに応じることに不都合がある方はその旨記載してください。
- ※4 自分で記入できない方は、被災者管理班が聞き取りますので、お申し出ください。

退所状況				
退所年月日	年 月 日			
退所後 連絡先	住 所			
	電話番号		携帯番号	
	備 考	入所継続家族等ありましたら、記入してください。		

避難者名簿（在宅避難者・車中泊用）

記入年月日		年 月 日		在宅避難者 ・ 車中泊者			
ふりがな 世帯主氏名			性 別	男・女	家屋の 被害状況	居住の可否（可・否）	
			年 齢	歳		全壊・半壊・一部損壊 断水・停電・ガス停止・電話不通	
			避難確認				
職業・資格・特技		要配慮 区分		所属 自治会			
住 所				車	車種	ナンバー	
				ペット	有（種類） 無		
電話番号					携帯 番号		
緊急連絡先 ※ 必ず記入し てください	氏 名				電話番号		
	住 所						
家族 構 成	氏 名		続柄	性別	職業・資格・特技等	要配慮区分	避難確認
要配慮区分 1.要介護 2.視覚障害 3.聴覚障害 4.言語障害 5.肢体不自由 6.内部障害 7.知的障害 8.精神障害 9.発達障害 10.認知症 11.乳幼児 12.妊産婦 13.難病 14.傷病 15.外国人 16.アレルギー 17.その他（ ）							
上記により配慮が必要なこと（手話・要約筆記が必要、食物アレルギーの対象食料、服用している薬等）や負傷・疾病 の状況等特に申告する必要があること							
避難者名簿の掲示・公開 ※1			同意する ・ 同意しない				
【車中泊の場合記入】車中泊場所（必要に応じて地図を記載）							

※1 避難者名簿の掲示・公開に同意されない場合でも、親類縁者の方からの個別の安否確認の問い合わせには応じる場合があります。

※2 配偶者からの暴力、ストーカー行為、児童虐待等の事情により個別の安否確認の問い合わせに応じることには不都合がある方はその旨記載してください。

避難所生活のルール

- 1 この避難所は地域の防災拠点です。
- 2 この避難所の運営に必要な事項を協議するため、市担当者、施設管理者、自主防災組織の役員等からなる避難所運営本部を組織します。
 - 避難所運営本部会議を、毎日午前 時と午後 時に開催します。
 - 避難所運営本部に、総務班、被災者管理班、情報班、食料・物資班、施設管理班、保健・衛生班、要配慮者班、ボランティア班の各活動班を設置します。
- 3 避難所は、電気、水道などのライフラインが復旧し、仮設住宅等が整備された段階で閉鎖されます。（状況により、規模の縮小や統合もあります。）
- 4 避難者は、世帯単位で避難者名簿に記入してください。
 - 避難所を退所するときは、被災者管理班に転出先を連絡してください。
 - 身体障害者補助犬を除きペットを居室に入れることは原則禁止です。
- 5 職員室、保健室、調理室などは避難所運営に必要となるため使用禁止です。
 - 「立入禁止」、「使用禁止」、「利用上の注意」等の指示には必ず従ってください。
 - 避難所では、利用する部屋を移動していただくことがあります。
- 6 食料・物資は必ず全員に行き届くとは限りません。
 - 食料・物資が不足する場合は、避難所運営本部で配布基準を決定します。
 - 食料・物資は在宅避難者や車中泊者にも配布します。
 - ミルク・おむつなどは必要な方に配布します。
- 7 消灯は、夜 時です。
 - 廊下は点灯したままとし、居室は消灯します。
 - 避難所の運営・管理に必要な部屋は、点灯したままとします。
- 8 携帯電話での通話については所定の場所でのみ可能とします。
 - 居室ではマナーモードに設定し、通話は禁止とします。
- 9 衛生管理のため、避難所内を清潔に保ちます。
 - 居室空間は各世帯で清掃を行い、ごみは各世帯の責任で分別して捨てます。
 - 共有空間については、避難者全員が協力して清掃を行います。
 - ___及び___は土足禁止です。靴は___で脱ぎ、各自管理します。
- 10 飲酒・喫煙は、所定の場所以外では禁止します。なお、炎を露出させる裸火の使用は禁止します。

事務引継書

引継日	年	月	日
避難所名			
担当者	前任者	後任者	
業務内容			
業務における注意点			
避難者からの 要望事項等			
対応状況			
情報共有事項			
その他			

資料6 避難所運営記録簿

年 月 日 () 天気		記入者	
避難者数		新規入所者数	
世帯 (人)		世帯 (人)	
退所者数		世帯 (人)	
避難所運営本部会議内容			
		連絡事項	
総 務 班			
被災者管理班			
情 報 班			
食 料 ・ 物 資 班			
施 設 管 理 班			
保 健 ・ 衛 生 班			
要配慮者班			
ボ ラ ン テ ィ ア 班			
【会議での検討事項】			
【行政からの伝達事項】			
【避難所内の主な出来事】			

資料7 外泊届用紙

氏 名			居住グループ グループ
外泊先	(住所)	(電話番号)	
外泊期間	年 月 日 ~ 年 月 日		
同行者			
	計 名		
緊急連絡先	(電話番号)		

○ 外泊時は必ずこの用紙に記入し、居住グループのグループリーダーに渡してください。

資料 8 郵便物等受付簿

[illegible]

避難所状況報告書（第 報）

岩出市災害対策本部：TEL（0736-62-2141）FAX（0736-63-0075）

避難所名						
送信者			受信者名			
報告日時		年 月 日	避難所FAX・TEL			
現在の避難者数		世帯数	世帯	人数	人（うち要配慮者 人）	
運営状況	避難所運営本部	編成済み・未編成		周辺状況	避難所の安全確認	未実施・安全・要注意・危険
	活動班	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
	居住グループ	編成済み・未編成				
避難所運営本部 会長名・連絡先						
		対応状況			要望等	
連絡事項	総 務 班					
	被災者管理班					
	情 報 班					
	食料・物資班					
	施設管理班					
	保健・衛生班					
	要配慮者班					
	ボランティア班					
緊急を要する事項（具体的に箇条書き）						
対処すべき事項（具体的に箇条書き）						

※避難所を開設した際には、市災害対策本部へこの様式により報告します。

（第1報においては分かるものだけで報告してもかまいません。）

資料１０ 食料・物資依頼伝票

避難所用	発信日時		年 月 日 () 時 分		⇒ 岩出市災害対策本部用 ⇒	受信日時		年 月 日 () 時 分	
	避難所名					担当者名			
	住所					発注業者			
	TEL					運送業者			
	FAX					出荷可能数量		個口数量	備考 (サイズ等)
	担当者名								
	No.	依頼項目	数量	備考 (サイズ等)					
	①								
	②								
	③								
	④								
	⑤								
	⑥								
	⑦								
⑧									
⑨									
⑩									

○一行につき一品、サイズごとに記入し、数量はキリのいい数字で注文してください。

○備考欄には、サイズ等の規格を記入してください。

○食料・物資班の担当者は必ず控えを残しておいてください。

資料 1 1 食料・物資受払簿

品 名	
-----	--

[illegible]

資料 1 2 取材者用受付用紙

受付日時		退所日時	
年 月 日 時 分		年 月 日 時 分	
代 表 者	氏名		
	所属		
	連絡先（住所・電話番号）		
同 行 者	氏 名		所 属
取 材 目 的	※オンエア、記事掲載などの予定日： 年 月 日		
避難所側付添者			
特記事項			
〈名刺貼付場所〉			

ペットの飼い主の皆さんへ

避難所では、多くの人達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、人とペットが気持ちよく過ごせるように、次のことを守ってください。

- ①ペットは、指定された場所で、必ず、繋いで飼うか、ケージ（オリ）の中で自らの責任のもと飼ってください。
- ②ペットの体や飼育場所は、常に清潔に保ち、鳴き声や抜け毛、臭いなどで周囲に迷惑をかけないように努めてください。
- ③ペットの苦情や危害の防止に努めてください。
- ④屋外の指定された場所で排便させ、必ず後始末を行ってください。
- ⑤餌は時間を決めて与え、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運動やブラッシングは、必ず屋外で行ってください。
- ⑧ペットもストレスを感じていますので、逃さないように注意してください。
- ⑨ペットの飼育に必要な資材（ケージ・その他用具）と当面の餌は、飼い主が用意することが原則です。もし、用意できなかった場合は、保健・衛生班を通じ、避難所運営本部に相談してください。
- ⑩万が一、他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、保健・衛生班を通じ、避難所運営本部まで届け出てください。

資料 14 ペット飼育管理簿

[illegible]

資料 15 要配慮者ニーズ調査表

						記入日	年 月 日		
ふりがな 氏 名		男・女		明・大・昭 平・令		年 月 日生			歳
住 所						家 屋 の 被 害 状 況	全壊 半壊 全焼 半焼 被害僅少 被害なし		
要 配 慮 分 区	1 要介護 2 視覚障害 3 聴覚障害 4 言語障害 5 肢体不自由 6 内部障害 7 知的障害 8 精神障害 9 発達障害 10 認知症 11 乳幼児 12 妊産婦 13 難病 14 傷病 15 外国人 16 アレルギー 17 その他（ ） 食物アレルギーの対象食料や負傷・疾病の状況等								
家 族		1 ひとり暮らし（別居の親族無） 2 ひとり暮らし（別居の親族有） 3 高齢者のみの世帯（夫婦等） 4 その他同居家族有							
介 護 者		有（ ） 無				連絡先			
自 立 度		1 ほぼ自立 2 一部介助（ ） 3 全介助							
健 康 状 態		1 良好 2 おおむね良好 3 普通 4 要注意 5 悪い							
医 療 依 存		1 人工透析（ 回／週） 2 酸素吸入 3 経管栄養 4 服薬（ ） 5 その他（ ）							
帰 住 先 の 見 込 ・ 意 向		1 福祉避難所 2 緊急施設入所 3 短期入所 4 入院 5 親族等の受入れ 6 仮設住宅希望 7 条件次第で帰宅 8 見込・意向なし（どこでもよい）							
支 援 希 望		1 福祉避難所へ移動 2 ホームヘルパー等の派遣 3 手話通訳者の派遣 4 要約筆記者の派遣 5 医師の診察・治療 6 保健師による巡回指導・訪問看護 7 補装具・日常生活用具の給付 8 物資・薬品の提供（ ） 9 アレルギー対応食の提供 10 生活に支障なし 11 その他（ ）							

(以下については、要配慮者班にて記入)

[illegible]

資料 16 避難所における要配慮者名簿

[illegible]

要 配 慮 区	1 要介護 7 知的障害 14 傷病	2 視覚障害 8 精神障害 15 外国人	3 聴覚障害 9 発達障害 16 アレルギー	4 言語障害 10 認知症 17 その他（	5 肢体不自由	6 内部障害 12 妊産婦	13 難病
自 立 度	1 ほぼ自立	2 一部介助	3 全介助				
健 康 状 態	1 良好	2 おおむね良好	3 普通	4 要注意	5 悪い		
医 療 依 存	1 人工透析	2 酸素吸入	3 経管栄養	4 服薬	5 その他		
帰 住 先	1 福祉避難所 6 仮設住宅希望	2 緊急施設入所 7 条件次第で帰宅	3 短期入所 8 見込・意向なし（どこでもよい）	4 入院	5 親族等の受入		
支 援 希 望	1 福祉避難所へ移動 4 要約筆記者の派遣 7 補装具・日常生活用具の給付 9 アレルギー対応食の提供	2 ホームヘルパー等の派遣 5 医師の診察・治療 8 物資・薬品の提供（	3 手話通訳者の派遣 6 保健師による巡回指導・訪問看護 10 生活に支障なし 11 その他（				

資料１７ 要配慮者の留意事項

区 分	避難所での留意事項
高齢者	・出来るだけ出入口やトイレに近い場所を確保するなど、移動が少なくて済むように配慮します。 ・体育館等床面が滑りやすい施設の場合はマットやシート等を敷く等、転倒を防止するよう配慮します。 ・認知症高齢者については、あわただしい雰囲気であると、落ち着かなくなる傾向があります。できるだけ雑音の少ない場所などを本人と家族のために確保しましょう。 ・徘徊の症状がある認知症高齢者については、周囲の人にも声をかけてもらったり、見守っていただくよう依頼します。
妊産婦	・被災による精神的なショック、避難所で人間関係のストレスから体調にも影響を及ぼしやすいので、一人で悩まず、感じていることを話せるよう配慮したり、カウンセリングや健康相談を実施して、不安を軽減できるように努めます。 ・食事については、弁当やインスタント食品が中心となると塩分の摂取量が増加したり、タンパク質やビタミンなどが不足がちになるため、可能な限りバランスの良い食事がとれるように配慮するとともに、十分な量の食事がとれているか確認します。 ・産婦については、授乳やおむつ換え、夜泣きなどに考慮して、授乳室や育児室を設置しましょう。
災害孤児	・幼少であると、一人で避難所生活を送ることが困難である。周囲の大人による見守りが必要です。 ・突然肉親が居なくなったことにより、精神的に不安定となることがあるため、心のケアが必要になります。
外国人	・避難所における各部屋や窓口の案内等の掲示等は、外国語あるいはイラスト等でわかりやすく伝えるほか、日本語の表記をひらがななどで平易にするよう心がけます。 ・地震・台風等の自然災害の経験が乏しい外国人においては、日本人より精神的に不安定になる可能性があるため、心理的不安への配慮も必要です。
視覚障害のある人	・出来るだけ出入口やトイレに近い場所を確保するなど、移動が少なくて済むように配慮します。 ・食事、トイレ、入浴などの情報は、必ず読み上げて、伝達します。 ・トイレなど部屋の配置がわかるように避難所の中を案内します。 ・通路などに歩行の妨げになる物がないか、気をつけます。
聴覚・言語障害のある人	・音声による連絡事項は、必ず文字で掲示します。 ・手話や筆談、口話などにより情報を伝えます。 ・手話通訳者、要約筆記者の配置に努めます。 ・出来るだけ早くファックスを設置し、知人などへの連絡に配慮します。

区 分	避難所での留意事項
肢体不自由 のある人	・できるだけ出入口やトイレに近い場所を確保するなど、移動が少なくてすむように配慮します。 ・通路に障害物がないか気をつけ、車いすや松葉杖の利用者が通れるスペースを確保します。また、避難所のトイレが使用できない場合があるので、本人によく確認します。
内部障害 のある人	・疲れやすいなど、外見からは分かりにくい不便さを抱えているので、できるだけ負担をかけないようにします。 ・常時使用することが必要な医療器具（酸素ボンベ等）や医薬品を調達します。 ・医療行為を受ける必要のある人は自主的に申し出てもらい、早急に受け入れ病院の確認や移送手段を確保します。
知的障害 のある人	・環境の変化を理解できずに気持ちが混乱したり、状況に合わせた行動ができない人がいます。また、治療や投薬が欠かせない人もいるので、障害の状況に応じた支援を行います。 ・トイレ、食事、入浴などの情報が理解できているか、声をかけ確認します。 ・出来る限り顔を知っている人等にそばにいてもらうようにします。
発達障害 のある人	・遠回しな言い方やあいまいな表現は理解しにくい場合があるので、具体的に短い言葉で、ゆっくりと分かりやすく、やさしい口調で話しかけます。 ・否定的な言動には過敏な人が多いので、「〇〇しない」ではなく「〇〇しましょう」と肯定的な言葉かけをします。 ・パニック状態になっている場合は、刺激しないよう、また危険がないように配慮しながら、落ち着くまでしばらく見守ります。力づくで押さえつけることは逆効果となります。
精神障害 のある人	・不安を感じさせない穏やかな対応が必要です。 ・相手の伝えたいことをゆっくりと、根気よく聞くようにします。 ・落ち着いて、ゆっくりと具体的な言葉で分かりやすく説明します。必要に応じて繰り返し返します。 ・薬を正しく服用しているか注意するとともに、何らかの症状が出た時には、早めに医療救護所やかかりつけの医師に相談するようにします。
難病患者 人工透析患者 等	・難病患者については、疾患に応じた医薬品の確保、配布など早急に対応が必要です。 ・人工透析患者については、早急に透析医療の確保（確保日数の目安は透析間隔である3～4日以内）が必要です。 ・人工呼吸器装着者については、電力の停止が生命に直結することから最優先の救援を必要とします。 ・在宅酸素療法や薬物療法等が継続的に必要な患者に対しても早急に医療確保が必要となります。
LGBT や性同一 性障害のある 人等	・トイレは、男女別のほか男女共用も設置するなど、利用しやすいよう配慮します。 ・更衣室や入浴施設は、一人ずつ使える時間帯を設けるよう配慮します。 ・生理用品や下着など周囲に人がいる状況で受け取りにくい物資は、個別に受け取られるよう配慮します。

ボランティア活動に参加される方へ

当避難所内においてボランティア活動を行う場合に、以下の点にご注意いただくようよろしくお願いします。

- ▼ 事前に社会福祉協議会等において保険の加入手続きを済ませてください。
 - 当避難所において、災害ボランティアの登録や保険の加入手続きをすることはできません。
- ▼ ボランティア活動記録簿の記入をお願いします。
 - 当避難所においては、ボランティア活動記録簿に記入をしていただきます。
 - 記入後、担当者から依頼内容について詳しく説明しますので、指示に従ってください。また、避難所内では、胸や腕などの見えやすい位置に、必ず災害ボランティアセンターで配布された名札を付けてください。
(直接受け入れる場合) 当方で作成する(名札・腕章)を付けてください。
- ▼ 体調管理等にはご注意ください。
 - ボランティアの皆様には危険な仕事はお願いしませんが、万が一疑問があれば、作業に取りかかる前に担当者にご相談ください。
 - 体調の変化や健康管理には、各自でご注意の上、決して無理をしないようお願いします。
- ▼ 避難者のプライバシー保護に御協力ください。
 - 原則として、依頼された場所での活動をお願いします。避難者の心情に配慮し、居住空間への無断での立ち入りは控えてください。
 - 避難所内の撮影をする場合は、必ず避難者の許可をとってください。
- ▼ 活動終了後は報告してください。
 - 活動が済みましたら、担当者もしくは受付に申し出て確認を受けてください。

資料 19 ボランティア活動記録簿

受付年月日	年 月 日
整理番号	
記録担当者	

		この避難所での 活動回数		初回 ・ 回目	
ふりがな 氏 名 団体名		性 別		職業： 活動人数：男性 名 女性 名	
住 所	〒			電話：	
				(方)	
緊急時 連絡先	氏名：			電話：	
				携帯：	
活動内容					
活動期間	月 日 から 月 日 (予定)				
活動時間	時 分 から 時 分 まで				
ボランティア保険 加入の有無	有 ・ 無				

※ ここで知り得た個人情報、目的のため以外は使用しません。

※ 団体で登録する場合は、代表者氏名を記入し、団体の構成員については各団体の代表者が必ず把握してください。

活動終了日	年 月 日
-------	-------

エコノミークラス症候群 予防のために

○ エコノミークラス症候群とは

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）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

○ 予防のために心掛けると良いこと

予防のためには、

- ① ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- ② 十分にこまめに水分を取る
- ③ アルコールを控える。できれば禁煙する
- ④ ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない
- ⑤ かかとの上げ下ろし運動をしたりふくらはぎを軽くもんだりする
- ⑥ 眠るときは足をあげる

などを行いましょう。

○ 予防のための足の運動



生活機能低下を防ごう！

(別紙 1 - 3)

「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ったり、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けなかったり、心身の疲労がたまったり… 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ったり 疲れやすくなったりして「動きにく」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。
- 歩きにくくなっても、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。
(病気の時は、どの程度動いてよいか相談を)



※ 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。

発見のポイント ～早く発見し、早めの対応を～

「生活不活発病チェックリスト」を利用してみましょう。

要注意 (赤色の口) に当てはまる場合は、

保健師、救護班、行政、医療機関などにご相談ください。

生活不活発病チェックリスト

下の①～⑥の項目について、

地震前（左側）と 現在（右側）のあてはまる状態に印 ☐ をつけてください。

地震前

現在

① 屋外を歩くこと

- ☐ 遠くへも1人で歩いていた
☐ 近くなら1人で歩いていた
☐ 誰かと一緒に歩いていた
☐ ほとんど外は歩いていなかった
☐ 外は歩けなかった

- ☐ 遠くへも1人で歩いている
☐ 近くなら1人で歩いている
☐ 誰かと一緒に歩いている
☐ ほとんど外は歩いていない
☐ 外は歩けない



② 自宅内を歩くこと

- ☐ 何もつかまらずに歩いていた
☐ 壁や家具を伝って歩いていた
☐ 誰かと一緒に歩いていた
☐ 這うなどして動いていた
☐ 自力では動き回れなかった

- ☐ 何もつかまらずに歩いている
☐ 壁や家具を伝って歩いている
☐ 誰かと一緒に歩いている
☐ 這うなどして動いている
☐ 自力では動き回れない



③ 身の回りの行為（入浴、洗面、トイレ、食事など）

- ☐ 外出時や旅行の時にも不自由はなかった
☐ 自宅内では不自由はなかった
☐ 不自由があるがなんとかしていた
☐ 時々人の手を借りていた
☐ ほとんど助けてもらっていた

- ☐ 外出時や旅行の時にも不自由はない
☐ 自宅内では不自由はない
☐ 不自由があるがなんとかしている
☐ 時々人の手を借りている
☐ ほとんど助けてもらっている

④ 車いすの使用

- ☐ 使用していなかった
☐ 時々使用していた
☐ いつも使用していた

- ☐ 使用していない
☐ 時々使用
☐ いつも使用



⑤ 外出の回数

- ☐ ほぼ毎日
☐ 週3回以上
☐ 週1回以上
☐ 月1回以上
☐ ほとんど外出していなかった

- ☐ ほぼ毎日
☐ 週3回以上
☐ 週1回以上
☐ 月1回以上
☐ ほとんど外出していない



⑥ 日中どのくらい体を動かしていますか

- ☐ 外でもよく動いていた
☐ 家の中ではよく動いていた
☐ 座っていることが多かった
☐ 時々横になっていた
☐ ほとんど横になっていた

- ☐ 外でもよく動いている
☐ 家の中ではよく動いている
☐ 座っていることが多い
☐ 時々横になっている
☐ ほとんど横になっている

次のことはいかがですか？

⑦ 地震の前より、歩くことが難しくなりましたか？

- ☐ 変わらない ☐ 難しくなった

⑧ ほかにも、難しくなったことはありますか？

- ☐ ない ☐ ある → ☐ 和式トイレをつかう ☐ 段差（高い場所）の上り下り ☐ 床からの立ち上がり
☐ その他（具体的に記入を：)

氏名

（男・女， 才） 月 日現在

*このチェックリストで、赤色の ☐（一番よい状態ではない）がある時は注意してください。

*特に 地震前（左側）と比べて、 現在（右側）が1段階でも低下している場合は、早く手を打ちましょう。

（「東北地方太平洋沖地震による避難生活に伴う心身の機能の低下の予防について」（平成 23 年 3 月 29 日付け厚生労働省老人保健課事務連絡）より）

番号	点検項目		点検の種類	参照ページ	劣化状況 ※該当欄に○					点検結果 (A・B・C) ※該当結果に○	特記事項 (具体的な異常箇所・状態等)
					脱落	変形	剥離	ひび・破損	変質		
					ず れ て い る ・ 垂 れ か が つ て い る ・ ぶ ら ち が つ て い る ・ 落 ち さ が つ て い る	ガ タ ツ ツ と い る ・ 曲 が つ て い る ・ ゆ が つ て い る ・ た わ が つ て い る ・ 傾 い で い る ・ 回 転 し て い る	膨 ら が い る ・ 割 れ か が い る ・ ふ れ か が い る ・ 剥 が れ か が い る ・ 剥 離 し て い る	切 れ か が い る ・ 破 れ か が い る ・ 折 れ か が い る ・ 割 れ か が い る ・ ひ び が い る	シ ミ が あ る ・ 錆 が あ る ・ 腐 食 が あ る ・ 変 色 が あ る		
②	棚の積載物	棚の上に重量物を置いていないか。	使用方	32						A・B・C	
③	薬品棚の収納物	薬品の容器等の破損・飛び出し防止対策を講じているか。	使用方	32						A・B・C	
IX. ピアノなど											
①	ピアノなど	ピアノなどに滑り・転倒防止対策を講じているか。	耐震性	33						A・B・C	
X. エキスパンション・ジョイント											
①	エキスパンション・ジョイントのカバー材	エキスパンション・ジョイントのカバー材が変形又は外れていないか。	劣化	34						A・B・C	
②	エキスパンション・ジョイント及びその周辺	エキスパンション・ジョイント及びその周辺に物を置いていないか。	使用方	34						A・B・C	
※点検項目を追加する場合は以下の欄を活用してください。											

(「学校施設の非構造部材耐震化ガイドブック (改訂版)」(文部科学省) より)

●ビブス（例）



●サインプレート（例）

食物アレルギーがあります <u>卵、牛乳</u> を食べると具合が悪くなります。	保護者氏名：_____ 連絡先（電話番号）：_____ かかりつけ医療機関 病院・診療所名：_____ 所在地：_____ 電話番号：_____
（表面）	（裏面）

●食物アレルギー防災カード（例） * 平時から携帯しておくことが有効 *

食物アレルギー防災カード (〇〇市) 原因となるアレルゲン 卵、牛乳 禁止食品 卵、マヨネーズ、かまぼこ、ウィンナー、揚げ物、牛乳、ヨーグルト、チーズ、バター、アイスクリーム、乳酸菌飲料など	ふりがな 氏名 _____ 連絡先（電話番号） _____ かかりつけ医療機関 病院・診療所名： _____ 所在地： _____ 電話番号： _____
（表面）	（裏面）

資料 2 4 避難所等における感染症評価（症候群サーベイランス）用紙

- 避難者は①避難所到着時 ②できれば毎日（あるいは定期的 2－3 日毎等）③病院移送時に評価
●避難所運営スタッフは毎日、自己評価

年 月 日 名前

あてはまるものの数字に○をつけてください。

1. 風邪の症状や発熱がある、または熱っぽい
2. 上気道炎症症状（咳、鼻汁、咽頭痛など）がある
3. インフルエンザ様症状（全身がだるい、寒気、頭痛、関節痛・筋肉痛など）がある
4. 咳があり、息苦しい又は血がまざった痰がでる
5. からだにぶつぶつ（発疹）が出ている
6. からだにぶつぶつ（発疹）が出ていて、かゆみや痛みがある
7. 唇や口の周りにぶつぶつ（発疹）が出ていて、痛みがある
8. 首がかたい感じがしたり、痛かったりする
9. 下痢便（水のような便、柔らかい便、形のない便、噴出すような便など）が出た
10. 吐いた、または吐き気がする
11. おなかが痛く、便に血がまざっている
12. 目が赤く、目やにが出ている
13. 創などがあり、膿がでたり、赤かったり、腫れていたり、痛かったりする
14. 小児である → 何歳（何ヶ月）？（ ）

※以下は、初回評価のみ

15. この3ヶ月間に入院したことがあり“多剤耐性菌（MRSA など）”があるといわれた
16. 抗菌薬を飲んでいる（感染症の治療を受けている）→ なに？（ ）
17. 被災後、予防注射を受けた → なに？（ ） いつ？（ ）

感染評価に基づく感染対策

避難所運営スタッフは「標準予防策」を行う。次の場合に「飛沫予防策」「接触予防策」「空気予防策」を追加。

（標準予防策等の具体的な方法は資料 26「避難所における隔離予防策」に記載）

- 1、2、3 の1つ以上【インフルエンザ等？】→「接触予防策」と「飛沫予防策」を追加
- 1、2、3 の1つ以上と 14【小児呼吸器感染症？】→「接触予防策」と「飛沫予防策」を追加
- 4【結核やその他の感染症？】→「接触予防策」「飛沫予防策」「空気予防策」を追加し病院搬送を検討
- 1 と 5【水痘や麻疹等？】→「空気予防策」を追加し病院搬送を検討
- 1 と 5 と 8【細菌性髄膜炎等？】→「飛沫予防策」を追加し病院搬送を検討
- 6 のみ【带状疱疹や疥癬等？】→「接触予防策」を追加
- 7 のみ【単純ヘルペスウイルス感染症？】→「接触予防策」を追加
- 9 または 10【ノロウイルス感染症やその他の消化器感染症？】→「接触予防策」を追加
- 11【細菌性の急性下痢症？】→「接触予防策」を追加し病院搬送を検討
- 12 のみ【ウイルス性結膜炎？】→「接触予防策」を追加
- 13 のみ【創傷関連感染症？】→「接触予防策」を追加

つぎ しょうじょう ばあい
次の 症 状 がある場合は
ひなんじょうえい し
すぐに避難所運営スタッフにお知らせください

1. か ぜ しょうじょう はつねつ ねつ
風邪の症状や発熱がある、または熱っぽい
2. じょうきどうえんしょうしょうじょう せき びじゅう いんとうつう
上気道炎症症状（咳、鼻汁、咽頭痛など）がある
3. しょうしょうじょう ぜんしん さむけ ずつう かんせつう
インフルエンザ様症状（全身がだるい、寒気、頭痛、関節痛
・ きにくつう
筋肉痛など）がある
4. せき いきぐ また ち たん
咳があり、息苦しい又は血がまざった痰がでる
5. ほっしん
からだにぶつぶつ（発疹）が出ている
6. ほっしん いた
からだにぶつぶつ（発疹）が出ていて、かゆみや痛みがある
7. くちびる くち まわ ほっしん で いた
唇や口の周りにぶつぶつ（発疹）が出ていて、痛みがある
8. くび かん いた
首がかたい感じがしたり、痛かったりする
9. げりべん みず びん やわ べん かたち べん ふきだす
下痢便（水のような便、柔らかい便、形のない便、噴出すよ
うな便など）が出た
10. は は け
吐いた、または吐き気がする
11. いた べん ち
おなかが痛く、便に血がまざっている
12. め あか め で
目が赤く、目やにが出ている
13. きず うみ あか は いた
創などがあり、膿がでたり、赤かったり、腫れていたり、痛か
ったりする

(1) 標準予防策

感染症の疑いのある避難者との接触時に実施する

1. 血液、体液、分泌物、排泄物への曝露が予想される場合、適切な個人用防護具※を着用する
2. 全ての個人用防護具は、使用した部屋／区域内で脱ぐ
3. 各避難者との接触前後に手指衛生を行う
4. 咳エチケットを行う
 - a. 咳をしている人にはマスクを着用してもらう
 - b. 咳をしている人にはティッシュを提供する
 - c. 咳やくしゃみをするときは、腕あるいは袖で押さえるように指導する
 - d. 感染性をもつ可能性のある人は、他の避難者からできるだけ 2m（少なくとも 1m 以上）離す
5. 感染症の伝播を予防するために、布団／ベッドの間隔をできるだけ 2m（少なくとも 1m 以上）空け、寝る向きは互い違い（お互いの足が見えるよう）にするのが望ましい

※個人用防護具：手袋、ガウン、ゴーグル、フェイスシールド、マスク等

(2) 飛沫予防策

飛沫予防策の適応となる感染症には季節性インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、百日咳などがある。

1. 飛沫感染症の症状・兆候のある避難者を他の避難者から離す
 - 1) 個室あるいは隔離室／区域に収容する
 - 2) 他の避難者からは空間的に分離する（他の避難者とできるだけ 2m（少なくとも 1m 以上）離す）
 - 3) 症状のある避難者は隔離区域／部屋にいてもらう
 2. マスクを着用する
 - 1) 症状のある避難者と 2m 以内に近づく人は、マスクを着用する
 3. 飛沫予防策を行っている避難者との接触前後に手指衛生を行う
 4. 飛沫感染症が疑われる人が隔離室／区域を出る場合や他の人に近づく場合は、マスクを着用する
-

(3) 接触予防策

接触予防策の適応となるのは多剤耐性菌（MRSA、VRE 等）による感染症、新型コロナウイルス感染症、痘瘡、疥癬、しらみ、激しい嘔吐・下痢、さらに、創部から多量の滲出液が漏れるような場合である。標準予防策に追加して以下の予防策を実施する。

1. 接触予防策を要する症状・兆候のある避難者を他の避難者から離す
 - 1) 個室あるいは隔離室／区域に収容する
 - 2) 他の避難者からは空間的に分離する（他の避難者とできるだけ 2m（少なくとも 1m 以上）離す）
 - 3) 症状のある避難者は隔離区域／部屋にいてもらう
2. 隔離室／区域内にいる人のケアを行う人は、隔離室／区域に入る際に個人用防護具を着用する
 - 1) ガウン
 - 2) 手袋
3. 接触予防策を行っている避難者との接触前後に手指衛生を行う

(4) 空気予防策

避難所で空気予防策を実施するのは非常に困難であり、災害時において必要となることは稀である。空気感染予防策の適応となる避難者は、可能な限り早急に避難所から医療機関に搬送することが必要である。空気予防策の適応となる感染症には、結核、水痘、麻疹、痘瘡、SARS、ウイルス性出血熱、鳥インフルエンザなどがある。

標準予防策に追加して、以下の対策を実施する。

1. 空気感染症の兆候・症状のある人を個室に収容する

1) 可能であれば陰圧個室を使用する

2) 一時的な陰圧室を作る場合：

(1) 他の避難者からは可能な限り離れた区域か、物理的に離れた区域（廊下や別棟）を選ぶ

(2) 少なくとも窓が一つある区域を選ぶ（窓は外気取入口や他の窓から 25 フィート=約 8m 以上離れているか、他の建物から 100 ヤード=約 90m 以上離れていること）

(3) 隔離区域が壁で閉鎖されていない場合は、何らかの方法で仕切りを設けること。仕切りを作る為に使用する素材は、それぞれの透過性をもとに選ぶこと。

- ・望ましい順にドライウォール、パーティクルボードあるいは他の木材、プラスチック、パーテーションやスクリーン、カーテン、ベッドシーツ
- ・バリア素材は天井から床までできるだけ届くように据え付ける

(4) 以下のいずれかの方法で、隔離室/区域から排気して陰圧を作り出す

- ・据え置き室内空気循環システム
- ・ポータブル室内空気循環システム
- ・窓から空気を排気するための遠心送風機（風量が大きい扇風機を指す。）
- ・窓から空気を排気できる空気清浄機
- ・床／窓の換気扇を使用

－陰圧空調を作る際は施設エンジニアに相談すること

(5) 隔離室/区域の空気を、フィルターに通すことなく、避難所内のその他の区域に再循環させないようにする。空気は以下のいずれかの方法で濾過（フィルター）することができる。

望ましい順に：・超高性能（HEPA）フィルターを使用する

- ・ポータブル HEPA フィルターユニットを使用する。ユニットは、避難所スタッフの行動や隔離区域内の医療機器の邪魔にならないが、空気感染症のある患者のなるべく近くに設置する。－避難所スタッフの感染予防のために、空気感染症のある患者とポータブル HEPA フィルターユニットの空気取り込み口の間に立たないよう指導される必要がある。

2. 隔離区域のドアは常時閉め、空気感染症のある避難者は隔離室/領域内で過ごしてもらう

3. 空気感染症のある避難者と 2m 以内で接する人は、N95 微粒子用マスクを着用する

4. 空気感染症のある避難者に接する前後は、手指衛生を行う