



中野区避難所運営マニュアル

このマニュアルは、下記の避難所で活用します。

避難所名	
収容想定数	約 人
地域本部名	

202 年 月

中野区総務部防災危機管理課

中野区内「**震度5強**以上」の地震が発生した場合、被害や避難者の状況を把握し、避難所の開設を検討します。

東京都直下地震の想定（中野区被害抜粋）

項目	平成24年4月	令和4年5月
震源地	東京湾北部	多摩東部
規模・最大震度	M7.3・震度6強	
時期・時刻・風速 (m/s)	冬18時・風速8m/s	
(人的被害)		
死者数	214人	98人
負傷者数	2,415人	2,301人
(建物被害)		
焼失棟数	7,222棟 (出火件数24件)	1,303棟 (出火件数11件)
全壊棟数	2,241棟	1,036棟
(避難者数等)		
避難者数	76,807人 避難所避難者 49,925人	48,402人 避難所避難者 32,268人
帰宅困難者数	58,123人	56,532人

中野区避難所運営マニュアルは、震災発生直後に皆さまが行う、**自助**（自分の命は自分で守る行動）から、**共助**（自分たちのまちは自分たちで守る助け合い行動）を経て、避難所の開設・運営（**公助**との連携・協働）に至る、地震災害発生初期の活動の目安としてご活用ください。

目次

内容	ページ
東京都首都直下地震の被害想定	1
第1章 震災時の避難所について	4
・避難所運営管理マニュアルの目的	5
・避難所の開設基準	
・避難所について	6
・避難所の主な役割	
・二次避難所について	
・帰宅困難者への対応	7
・ペット同行・同伴避難	
・災害関連死の予防	9
・避難所開設期間	11
・避難所運営組織図(例)	
・避難所運営各部の役割	12
・「避難所運営本部の組織	13
第2章 避難所開設に向けた行動	14
・地震発生後の行動	15
・大地震が発生したら(初期行動)	16
・防災資材倉庫の資機材	17
・負傷者対応	18
・避難行動	21
第3章 避難所の開設準備	22
・避難所開設・運営イメージ	23
・避難所運営委員の集合	24
・避難所の開門	25
・避難所施設の安全点検	26
・避難所開設の判断・決定	27
・地域本部への報告	28

「中野区防災YouTube」のご案内

目で見える防災訓練

動画による資機材説明

避難所資機材の活用にお役立てください

救護・衛生部関係



[簡易トイレ](#)



[ため込み式トイレ](#)



[マンホールトイレ](#)

物資調達部関係



[発電機](#)



[炊出しバーナー](#)



[間仕切り\(布製\)](#)

目次

内容	ページ
第4章 避難所の施設活用	29
・避難所施設利用(イメージ)	30
・発災直後の避難所スペース活用	31
・避難所居住スペース	32
・避難者への配布物資	33
・避難所の区画づくり	
・立ち入り禁止場所の指定	34
・施設利用に関する配慮	
・避難スペース等の割振り	35
第5章 避難者の受入準備	40
・避難所の開設準備	41
・避難者へのアナウンス	43
第6章 避難所の運営 (各部の活動内容)	45
◇本部会議	46
◇庶務部	48
◇情報連絡部	51
◇物資調達部	55
◇救護・衛生部	57
・救護衛生部用備蓄物資	58
・応急手当など	59
・医療救護所の開設支援	60
・日頃の備え	
・避難所トイレの確認	61
・要配慮者のトイレ	62
・仮設トイレの設置方法	63
◇避難支援部	64
・活動概要	65
・活動手順	66
・グループの編成	67

内容	ページ
第7章 要配慮者への配慮	70
・要配慮者への配慮や対応	71
・高齢者への配慮	72
・妊産婦・乳幼児親子への配慮	73
・障害者への配慮	76
・外国人への配慮	79
・LGBTQの方への配慮	81
・身体障害者補助犬への対応	82
・その他の配慮 性犯罪防止 など	83
◇備蓄物資一覧	84
・避難所生活用品	85
・食料品	86
・乳児用	
・給食用品	
・給水用品	
・その他	87
・避難所開設キット	
・炊き出し用品	88
・トイレ用品	
・救護用品	
・薬品類ほか	89
・緊急用品	
◇飲料水について	90
・防災倉庫の資機材 ※発電機など	91
◇避難所施設点検マニュアル	92

第1章 震災時の避難所について

第1章では、避難所マニュアルの目的や開設基準など、避難所の基本的な対応について説明しています。

1. 避難所運営管理マニュアルの目的

大規模かつ突発的な災害が発生した場合に、区と「**地域防災会**」、施設管理者等が連携し、避難所における多様な課題に的確に対応し、円滑に避難所運営を行うため、避難所に関する基本的事項、避難所運営組織のあり方や活動内容など、避難所運営に関して、「いつ・誰が・何を・どのように」行うべきかを記載しています。

地域防災会や区・学校職員、あるいは地域防災会同士の連絡を密にし、いざという時、運営に係わる誰もが、迅速かつ安全に避難所を開設・運営できるよう、手引き書として活用してもらうことを目的にしています。

中野区では、地域防災会の協力を得て、日ごろから避難所の開設訓練等を積み重ねていくことで、災害発生時の混乱を最小限に抑え、救援・救護活動もスムーズに行われるものと考えています。

(1) 避難所の**開設基準**

中野区地域防災計画により、以下のとおり定めています。

- ① 要収容者・救護者が多数見込まれるとき
- ② 区長が必要と認めたとき

避難所は、気象庁発表**中野区**の震度が**5強以上**のとき、危険が切迫している場合、もしくは、避難指示等が発令されたときなどに、あらかじめ指定された区職員、施設管理者、地域防災会長等が、避難所開設を必要と認めた場合は、これを区長が認めたものとみなし、各人が協力、またはそれぞれが独自に開設できることとする。

(2) 避難所について

避難所は、突然の災害により自宅で生活することが困難となった避難者が、お互いに励まし、助け合いながら、生活再建・復興に向けて、次の一步を踏み出す場となることを目的としています。

(3) 避難所の主な役割について

- ① 避難者の把握
- ② 備蓄物資・救援物資の配布、給水
- ③ 住民安否確認情報等の収集・管理及び区との連携
- ④ 介護等が必要な避難者のケア
- ⑤ 在宅避難者への物資配布や情報提供など
- ⑥ 負傷者の救護 など

ポイント

避難者多数による**受入困難**や**物資の不足**など、避難所の中で解決できないことは、地域本部(区民活動センター)を通じ、**区災害対策本部(区役所)**に**要請**します。

(4) 二次避難所（福祉避難所）について

避難所で生活することが困難な、高齢者や障害者、被災孤児、家庭での養育が困難な児童及び乳幼児親子などについて、避難所では十分な救援、救護活動が実施できないと、中野区災害対策本部長（区長）が認めた場合、高齢者施設、障害者施設や児童施設等を二次避難所として開設し、対象者を二次避難所へ移送し、救援・救護活動を実施します。

ポイント

避難所運営では、避難所の生活では困難をきたす方の人数や状況を、的確に把握し地域本部へ伝えることが、避難者ケアのポイントです。

(5) 帰宅困難者への対応について

避難所では、帰宅困難者に対し食料の配布やトイレ使用、休憩場所の提供などを行います。また、近隣の**帰宅困難者一時滞在施設**の開設情報や、交通機関の運行状況に関する**情報等の提供**を行うこともあります。

○帰宅困難者は一時的な滞在です。帰宅困難者に提供するスペースは、一般の避難者とスペースを分けることで、対応が容易になります。

ポイント

- ◆自分やご家族も、外出・旅行などの際に**帰宅困難**になる場合があります。
助け合いの心で、帰宅困難者を受け入れてください。

(6) ペットの**同行・同伴**避難について

中野区では、震災発生時にペットを飼っていることで、**飼い主が避難をためらうことがないよう**、中野区の避難所は、以下の条件によりペットを受け入れることとしています。

また、震災発生時においても、飼主とペットが、安全に**自宅に留まる**ことができるよう、平時から「**在宅避難**」に**備える**ことを推奨しています。

【飼育をする人】

避難ペットは、飼主自身（あるいは飼主のグループなど）が、飼育・管理することとしています。

避難所には、ペットフードなどの備蓄はございません。

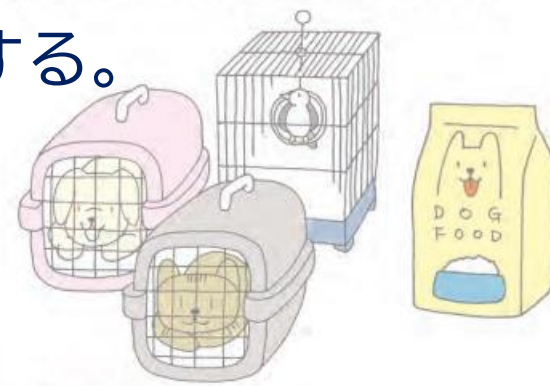
- ◆現在中野区では、避難時に飼主とペットが、同じ避難スペース（屋内）で過ごすことができる「ペットの**同行・同伴**避難」の在り方について、獣医師会などとともに検討・検証をすすめています。



(6) ペットの同行・同伴避難について（つづき）

1. 受入条件など

- (1) 飼い主が、自宅で生活することが困難になった場合に受け入れる。
- (2) 受け入れ動物は、小動物（犬、猫、ことり等）のみとする。
- (3) ペットの飼育に必要な物資は、**飼い主が用意**すること。
※ペットフード、ケージ、トイレ、用品類、常備薬
糞を処理する匂いものの少ないポリ袋 など
- (4) 受入場所は、原則として、一般の避難者スペースと分離した場所とする。
- (5) 発災当初は、全避難所で受け入れるものとし、その後、順次受入避難所を集約していくものとする。
- (6) 障害などを持つ方の**身体障がい者補助犬**（盲導犬、介助犬、聴導犬）については、必要とされる要配慮者の部屋への**入室を認める**。



2. 受入場所（例）風雨を避けられる場所

- ・動物飼育小屋
- ・昇降口などのひさしの下や渡り廊下
- ・サッカーゴールなどの運動器具や遊具を、シートで覆い風雨を避ける。
- ・「防災倉庫（資機材倉庫）」内の資機材を搬出し、飼育スペースを確保
- ・「校庭開放」などの遊具置き場や管理小屋
- ・他の避難者に影響を及ぼさないスペース など



ポイント

- ◆**屋内での飼育**については、ペットの鳴き声やにおい、ペットの頭数や避難者への影響などを考慮し、屋内で飼育が可能な場所を検討します。
- ◇避難スペースの体育館や校舎と離れている、独立した校舎などの活用も検討します。
- ◇飼育場所の選定にあたっては、避難所運営本部員が施設管理者（学校長）、区職員とともに検討します。

(8) 避難所生活が長期化する場合（災害関連死予防）

【重要】災害関連死を防ぐには、こまめな水分補給や身体を動かすことなどの「からだのケア」とともに、「こころのケア」についても配慮が必要です。

また、トイレを清潔に保つなどの、生活環境を整えることも重要です。

1. 【からだのケア】

(1) 適切な水分補給

→トイレを我慢するために、水分補給を控えると血液が濃くなり、エコノミー症候群のリスクが高まります。

→水分が不足すると、脱水症状を引き起こし「誤えん性肺炎」「脳梗塞」「心筋梗塞」などの恐れが高まります。

(2) からだを動かす

→長時間同じ姿勢でいると血流が悪くなり、体調不良を引き起こすことにつながります。少しでもからだを動かすことや軽い運動を心掛けます。



2. 【こころのケア】

災害発生時には、自覚の有無とは別に強い精神的ストレスにさらされます。

一人で頑張りすぎず周囲の人や区職員などにご相談ください。

ポイント

避難所生活では、トイレが遠いことや汚いなどの理由で、水分を十分にとらないことが、災害関連死の増加につながっているとの報告もあります。

震災後は、突然の環境変化により、老若男女を問わず、大きな精神的ストレスを抱えます。

まずは、周りの人の様子に気をくばり、声かけをお願いします。

避難所の区職員や、巡回する医師・保健師・理学療法士などにご相談ください。

あきらかに具合が悪い場合は、速やかに救急車を要請してください。

※電話が使えない場合には、無線で地域本部へ要請します。



(8) 避難所生活が長期化する場合（災害関連死予防）



3. 【避難所の生活環境を整える】

(1) トイレを清潔に保つ

- 避難者が協力しトイレを清潔に保ちます。
- トイレ清掃は女性がすべきなど、性別による固定はしないこと。
- 解決できない場合は区へ報告

(2) 生活に必要な物資の確認や支援要請

- 避難所に備蓄している物資を有効にご活用ください。
- 食料や生活物資が不足する場合については、地域本部（区民活動センター）を經由し、区災害対策本部へ要請します。
- 区は、必要に応じ都や国、協定団体などと連携し、食料や生活物資を避難所へ届けます。



ポイント



「トイレや避難所内の清掃」は、避難者の皆さんにご協力いただくことが基本となります。また、清掃や炊出しは女性の仕事などと固定せず、等しく分担します。

「食料や生活物資が不足している。」、避難者が多く「避難所に収容しきれない」など、避難所内で解決が困難なことについては、避難所の状況を地域本部（区民活動センター）へお伝えください。区の災害対策本部が対応します。

(9) 避難所の開設期間について

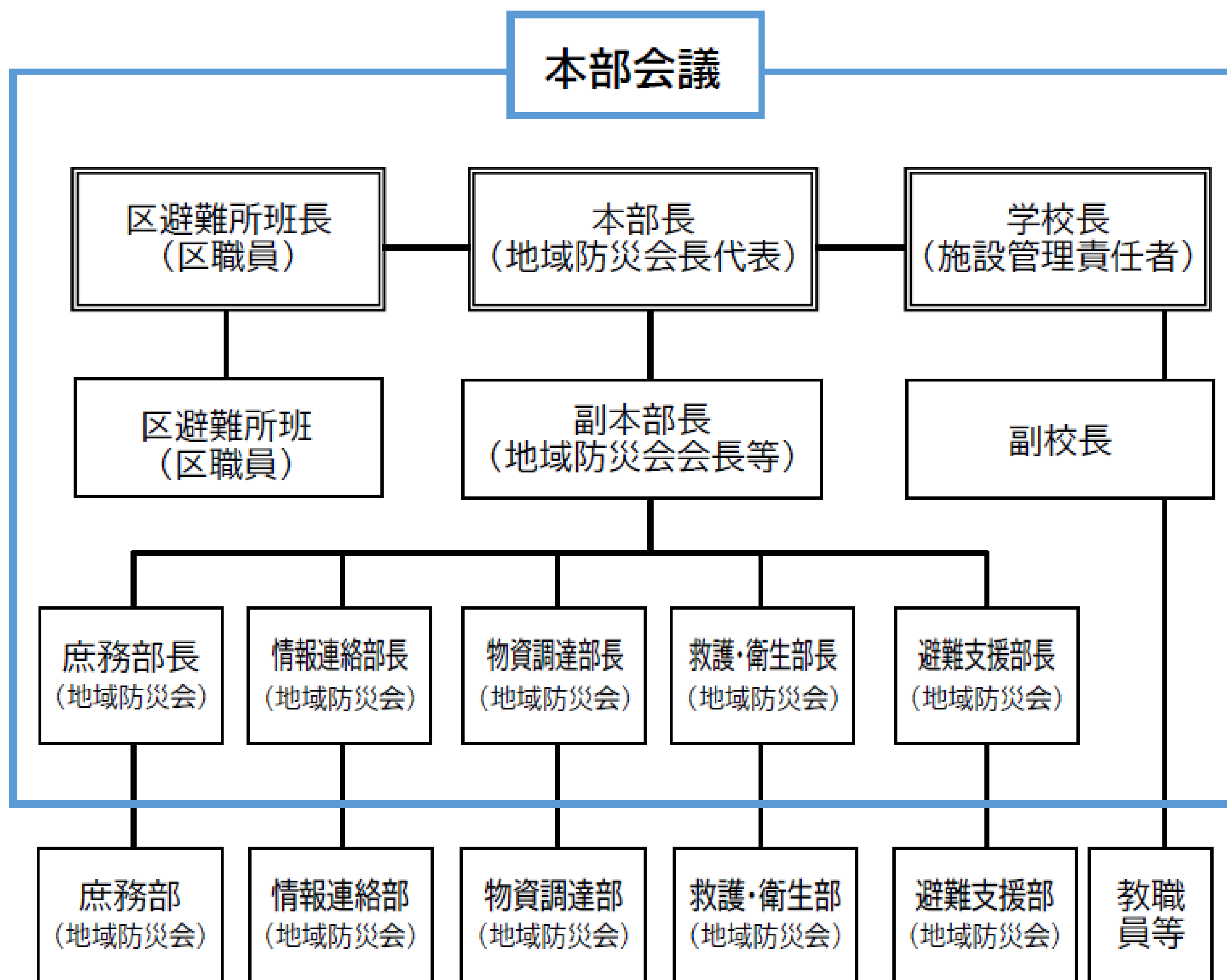
避難所の開設期間は、下記のとおり定めています。

○ 原則として、災害発生から7日以内とする。

◆7日ごとに、避難スペースの縮小や、近隣避難所との統合などを検討します。

○ 避難者の人数や状況、教育活動の再開などを考慮し、開設期間の延長や施設利用を、検討していくものとしています。

2. 避難所運営組織図（例）



※各部員は、地域防災会員、日赤分団員、民生児童委員、住民等により構成されます。

※各避難所では、地域防災会などから委員を選出いただいています。

ポイント

避難所活動の役割分担について

- ☐ 炊出しやトイレ清掃は女性の仕事など、性別による固定をしないこと。
- ☐ 様々な立場の方の意見を尊重すること。
- ☐ 少数意見にも配慮すること。
- ☐ 思いやりのある、避難所運営をお願いします。

3. 避難所運営 各部の主な役割

下記の役割以外にも、多様な対応が求められることも想定されます。
状況に応じ柔軟な対応をお願いいたします。

組織	役割
本部会議	○避難所の開設・閉鎖 ○避難所運営管理の総合調整
庶務部	○地域本部、各部、学校との連絡調整 ○避難者の受付 ○避難者名簿の作成・管理 ○避難場所の割振 ○避難者、帰宅困難者の部屋への誘導 ○動物飼育場所管理 ○避難所の防火・防犯・整備 ○要配慮者*の保護、各部屋の巡回 ※ 要配慮者：負傷者、病人、高齢者、障害者、妊婦、外国人等
情報連絡部	○地域本部との無線連絡 ○特設公衆電話の設置・運営 ○避難者と地域への生活情報等の提供
物資調達部	○備蓄倉庫の管理 ○炊き出しの実施と配給 ○食糧・水・生活物資等の調達・受け入れ・分配 ○浄水機、発電機、投光機等避難所資機材の運用と管理
救護・衛生部	○負傷者の応急手当、病人の看護 ○避難者のケア ○医療機関との連絡 ○仮設トイレの設置管理 ○避難所施設の衛生管理（清掃、し尿等処理） ○救護所の運営
避難支援部	○安否確認情報の収集・名簿との照合 ○区避難支援班との連絡・調整 ○安否不明者への安否確認・避難支援活動

ポイント

避難所は、皆で助け合い運営します。

- ・運営役員以外の方にも、積極的にお手伝いをいただきます。
- ・在宅避難や一時避難の方にも、お手伝いいただきます。
- ・避難者多数による受入困難や物資の不足など、避難所の中で解決できないことは、地域本部(区民活動センター)を通じ、区災害対策本部(区役所)に要請します。

4. 避難所運営本部の組織

- ☐ 避難所を効率よく運営するために、運営本部を組織化します。
- ☐ 基本的には、平時の「避難所運営会議」で選出された委員により組織する。
- ☐ 状況に応じ、避難者や在宅避難者の中からも役員や支援者を募集する。
- ☐ 各部長をサポートする、副部長についても選出する。

(1) 避難所運営組織

- ☐ 避難所運営会議で定める「避難所運営組織名簿」を基本とします。

役職	氏名
本部長	
副本部長	
副本部長	
庶務部長	
情報連絡部長	
物資調達部長	
救護・衛生部長	
避難支援部長	
施設管理者	
区職員(避難所班長)	
区職員(避難所副班長)	

第2章

避難所開設に向けた行動

(地震発生から避難所開設までのながれ)

第2章では、震災発生直後の**自助**（自分の命は自分で守る行動）から、**共助**（自分たちのまちは自分たちで守る助け合い行動）を経て、避難所の開設・運営（**公助**との連携・協働）に至る、地震災害発生直後の活動について説明しています。

ポイント

地域防災会とは

地域防災会とは、「防災住民組織」または「自主防災組織」ともよばれ、平時より町会や自治会をベースに区内の全域で組織されています。

災害対策基本法では、「『自分たちのまちは、自分たちで守る』という意識に基づく自発的な防災組織」とされ、災害が発生した場合、**その地域に居住する人は、居合わせた人も含め、年齢・性別・国籍を問わず全ての人が防災会員**であるとされており、災害発生時には皆で助け合うこととしています。

日頃から、ご自宅や職場で災害への備えを整えるとともに、地域の防災訓練等に積極的に参加し、共助（助け合い）のすそ野を広げましょう。

地震発生後の行動
(イメージ)

地震発生

(自助) 地域で減災行動

「自分の命は自分で守る」行動

命を守る行動

自身や家族の安否確認

自宅の安全確認 (火事、倒壊)



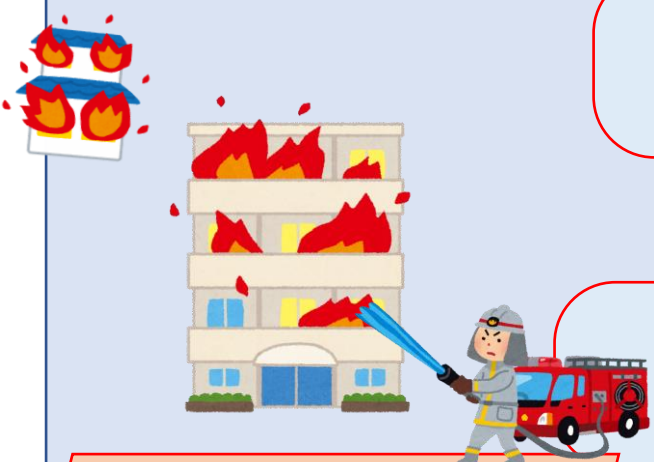
時間の流れ

(共助) 地域で減災行動

「自分たちのまちは自分たちで守る」助けあい行動

近隣の安否・被害確認 (火事・倒壊)

消火活動、救助活動、安否確認



火災拡大

火災危険なし

避難行動・避難支援



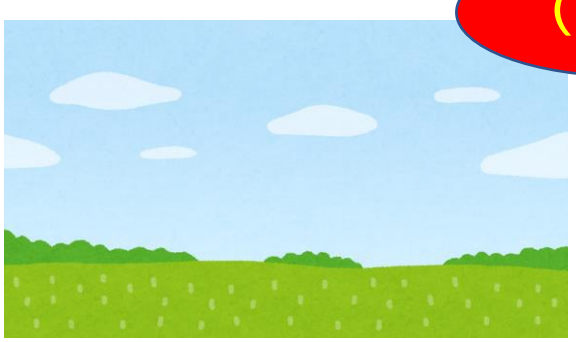
火災拡大のおそれ

地域にとどまれる

広域避難場所

避難所

(公助)



自宅へとどまる
(在宅避難)
※家屋の倒壊危険がない場合



1. 大地震が発生したら（初期行動）

「自助」（自分の命は自分で守る行動）と、「共助」（自分たちのまちは自分たちで守る助け合い行動）による、初期の減災行動が重要です。

しかし、火災の拡大など、危険が高まった場合には、迷わず避難しましょう。

(1)「自助」行動の開始

- ☐ 自身のケガを確認
- ☐ 家族のケガを確認（救助が必要な場合は、大声で助けを求める）
- ☐ 自宅の被害の確認
- ☐ 自宅の火災発生の確認→火災が発生した場合→初期消火の実施

※初期消火：消火器の能力には限界があります。天井が燃え始めたらすぐ退避

- ☐ 大声で助けを求める。（初期消火、119通報）
 - ☐ テレビ・ラジオ・インターネットなどで情報収集
- ※「デマ情報」に、まどわされないこと



(2)「共助」行動の開始

- ☐ 隣近所に声を掛け合い、被害や安否の確認
- ☐ 火災が発生していたら、消火活動（初期消火、119番通報）

※自宅が無事な場合でも、近隣からの火災により焼失する恐れがあります。

- ☐ 救出・救助（周囲に声をかけて、皆で救助する）
- ☐ 避難誘導

※火災が拡大するおそれがある場合は、周辺に声を掛け合い、火や煙の影響がない安全な場所に避難しましょう。



(2)「共助」 行動の開始（つづき）

防災会ごとの活動拠点（または防災資材倉庫設置場所）の資機材や街頭消火器を活用し、初期消火や安否確認、救出・救護活動などを行います。

ただし、火災延焼の拡大など、救出を行う方に危険が迫った場合は、避難誘導に切り替え、迷わず退避します。

ポイント

防災会長をはじめ防災会員は、地域で共助の活動行う一方、一部の役員は状況を見きわめ、避難所開設のために避難所へ向かいます。

防災会の活動拠点（防災資材倉庫設置場所）



【防災資材倉庫の資機材】

品目	数量	品目	数量
小型発電機	1台	両口ハンマー	3本
投光器(300Wランプ1灯・三脚スタンド1脚セット)	1セット	ボルトクリッパー	3本
		ブリキバサミ	3丁
コードリール(延長コード)	1台	手斧	6丁
組立式リヤカー	1台	油圧ジャッキ	3台
トランジスタメガホン	1台	標識ロープ(20m)	3本
旗	1流	救援ロープ(30m)	12本
懐中電灯	4個	一輪車	3台
シャベル	6本	資機材運搬袋	3枚
とびぐち	2本	車椅子	1台
平バール	6本	担架	2台
バチツル	1本	ヘルメット	5個
のこぎり(大)	3本	背負い式救出脱出用具(おんぶ紐)	2個
のこぎり(小)	3本	軽可搬消火ポンプ	1台
バラシバール	6本	スタンドパイプ	1セット



発電機



トランジスタメガホン



とびぐち



バール



バチツル



ボルトクリッパー



油圧ジャッキ



リヤカー



一輪車



担架

リヤカーは、物資搬送のほかに、負傷者搬送にも役立ちます。

(2)「共助」行動の開始（つづき） 負傷者対応

負傷者を見つけたら、自分の安全を確認したうえで、救助・救出などを行います。

自分が、火災や家屋倒壊に巻き込まれないよう、安全確認をするとともに、周りの人と協力しながら対応します。

確認事項（負傷者等）	状況
◆自分が、火災や家屋倒壊に巻き込まれる心配はないか	☐ 心配なし ☐ 危険
◇どこで倒れていたか。	
◇（重要）周囲の状況は？	
◆どこをケガしている？	
◆意識はあるか。	
◆普通通りに呼吸しているか。	
◇家族などはいるか。	
◆どこへ運ぶ	



ポイント

家族への連絡や、地震以外の死因（交通事故・犯罪死など）を見逃さないためにも、状況の確認は大切です。複数の人で確認しましょう。

【負傷者を搬送するための資機材】（例）前ページ「防災資機材倉庫」の配備資機材より



(2)「共助」行動の開始（つづき） 負傷者対応

医療救護所について

五師会※が協力し、医療活動を行う医療救護所を設置する避難所を地域本部ごとに1か所に設置します。

医療救護所では、五師会の協力により、傷病者のトリアージ、医療救護所で処置が可能な軽症者の治療、中等症・重症者の初期治療が行われます。

また、日赤奉仕団による軽症者の応急処置も行われます。

なお、近隣の病院が対応可能な場合は、近隣病院での対応が優先となります。

- ※【五師会について】
- ・中野区医師会
 - ・中野区歯科医師会
 - ・中野区薬剤師会
 - ・東京都柔道整復師会中野支部
 - ・東京都助産師会新宿・中野・杉並地区分会



○ 医療救護所を設置する避難所

No	地域	避難所名	所在
1	南中野	南中野中学校	南台5-22-17
2	弥生	中野本郷小学校	弥生町1-25-1
3	東部	中野東中学校	中央1-41-4
4	鍋横	第二中学校	本町5-25-1
5	桃園	桃花小学校	中央5-43-1
6	昭和	桃園第二小学校	中野6-13-1
7	東中野	東中野区民活動センター ※	東中野5-27-5
8	上高田	第五中学校	上高田4-28-1
9	新井	中野中学校	中野4-12-3
10	沼袋	緑野中学校	丸山1-1-19
11	江古田	第七中学校	江古田2-9-11
12	野方	都立中野工科高等学校	野方3-5-5
13	大和	旧明和中学校	若宮1-1-18
14	鷺宮	鷺の杜小学校	鷺宮4-7-3
15	上鷺宮	北中野中学校	上鷺宮5-7-1

ポイント

【設置協力について】

- 治療を行うための資機材の用意にご協力ください。
- 医療救護所の支援は、地域内の避難者や住民全体で行うことが、負傷者対応の充実につながります。
- 医療救護所で、対応できない負傷者は、受け入れ可能な医療機関に搬送します。

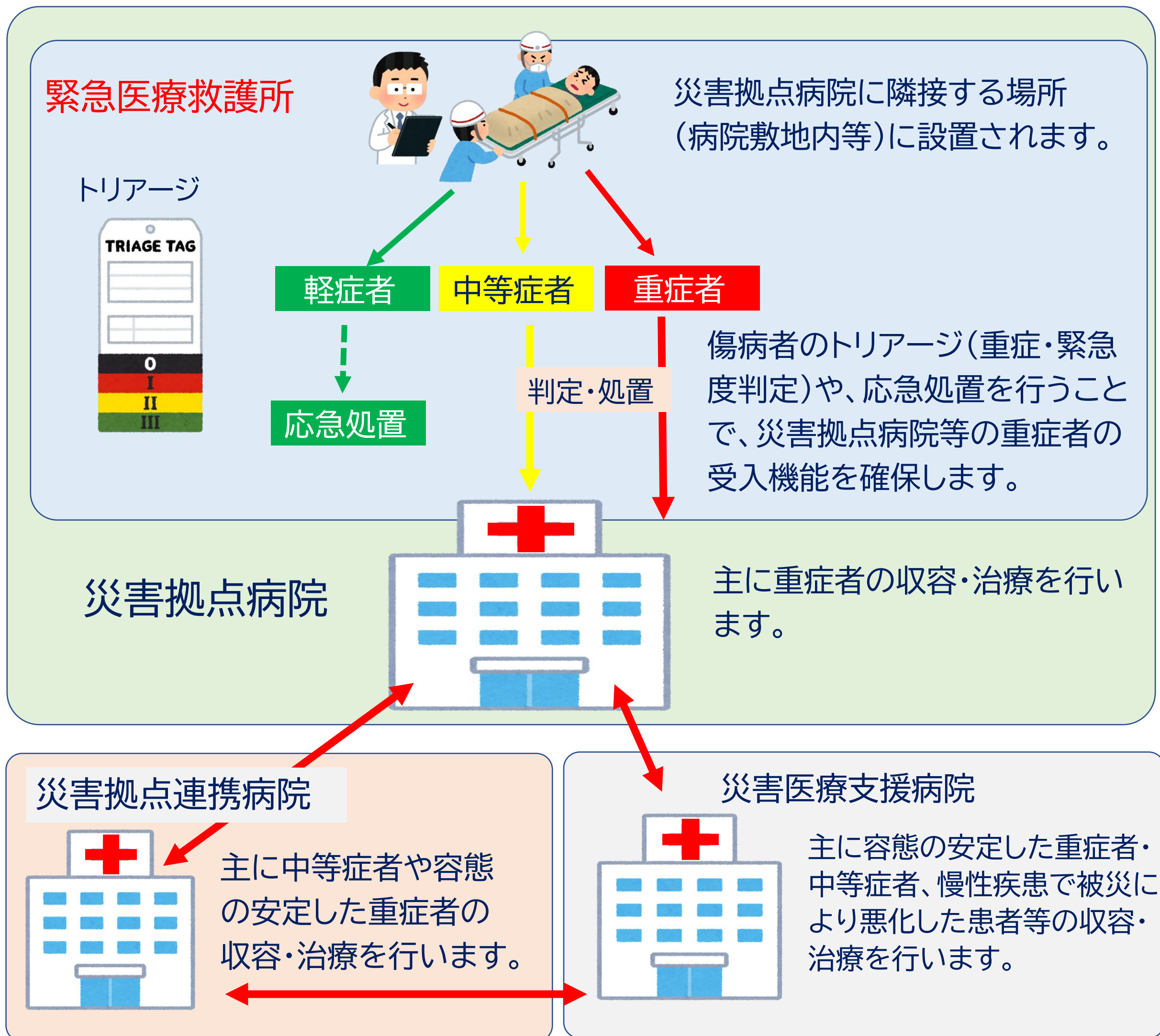
※東中野区民活動センターは、医療救護所としてのみ指定しています。

(2)「共助」行動の開始（つづき） 負傷者対応

重症者の対応について（緊急医療救護所）

五師会が協力し、災害拠点病院等に隣接する場所に、**緊急医療救護所**が開設されます。

緊急医療救護所では、病院前トリアージ、軽症者の治療などが行われます。



区は、医療救護活動等を的確かつ迅速に実施するため、**中野区災害医療コーディネーター**などから医学的助言をいただき、災害医療連携を効率的に実施します。

(3) 「避難」の開始（地域にとどまることが危険な場合）

□ 原則として、歩いて避難すること。

※緊急車両の通行が阻害されると、消火や救助活動に支障をきたします。

□ 自宅から避難する場合は、「通電火災」を避けるためにブレーカーを落とすこと。

2. 避難行動・避難方法について

避難する時は、原則として**徒歩で避難**します。

避難する道も被害などで、歩きにくい恐れがあります。携帯品は背負える範囲にとどめ両手が自由になるよう心掛け、服装は動きやすいものにしましょう。

区内の小・中学校などが避難所に指定されています。火災の拡大などの危険がある場合は、広域避難場所などに避難する必要があります。近隣の避難所や広域避難場所、あるいは火災を避けられる安全な場所などを、日頃からチェックしておきましょう。

(1) 家族の集合場所

日中に発災すると、家族が離れた場所にいる場合もあります。
家族の集合場所を、具体的に決めておくことが大切です。

※(例)〇〇避難所(学校)の鉄棒の前に午後1時に集合 など

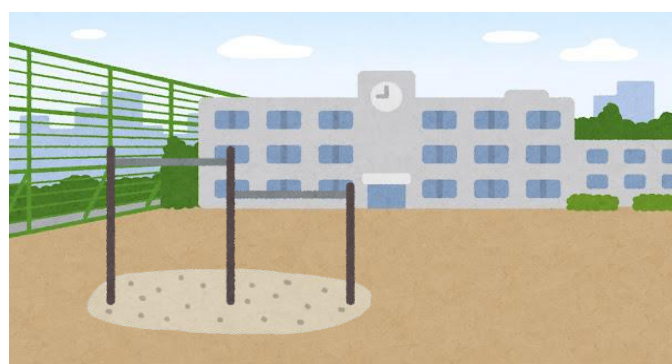


家族の集合場所

第1 候補

第2 候補

第3 候補



第3章

避難所の開設準備

第3章では、地域での共助活動から避難所運営を始めるまでの流れを説明しています。

避難所運営は、当初は防災会役員が主となりますが、避難者や在宅避難、帰宅困難による一時滞在の避難者も含め、地域の方が皆で運営するものです。

積極的にお手伝いをお願いします。

避難所開設・運営 (イメージ)

地震発生

地域での共助（減災）活動を継続する一方、防災会役員の一部は、避難所に集合し、避難所の開設準備を行います。

(自助・共助) 地域で減災行動

避難所運営委員の集合 P 2 4

避難所【校門】の開門 P 2 5

【重要】施設の安全点検 P 2 6

避難所開設の判断・決定 P 2 7

医療救護所の開設 P 6 0

避難者収容スペースの決定、立ち入り禁止場所表示 P 2 9

避難者受入準備、受入 P 4 0 ~

避難所運営各部の活動行動 P 4 5 ~

3. 避難所運営委員の集合

(1) 避難所にむかう人

避難所運営委員は、指示を受けられない場合でも、あらかじめ決められた場所に自動的に集合します。

はじめに避難所にむかう人		
第1候補	他	名
第2候補	他	名

(2) 避難所で集合する場所

避難所の敷地内または周辺に、集合場所をあらかじめ定めておくことで、避難所開設に向けた活動を容易にします。

集合場所
第1候補
第2候補

(3) 人数確認

避難所開設前のおよその避難者数を把握し、避難所運営や開設に係る、人員規模を把握します。

月	日	時	分	現在
運営委員		約		人
避難者		約		人
合計		約		人

2. 避難所【校門】の開門

(1) カギを開ける人

【平日昼間】（施設を通常使用している場合）

□ 開門（施設の職員による開門）

【夜間休日】（施設の休館日等）

□ 開門（カギの保管者による解錠）

・ カギの保管者

（地域防災会長、区避難所班長・副班長、区民活動センター）

(2) 避難所のカギを保管している人

カギを保管している人

1.

2.

3.

(3) 門の開放

避難所施設により、複数の出入り口があるが場合、避難者の受け入れ口を限定することで、避難者数の把握や、誘導などを容易にします。

開放場所

「

門」

(4) 【重要】避難所施設の安全点検

二次被害を避けるために、施設の安全点検の完了後に施設内に入ります。

□ 区職員(施設点検班)による施設の安全確認を待つ。

ポイント

【区職員による施設の安全点検が待てない場合】

□ 避難所運営委員が、施設の安全確認を行う。

・避難所運営委員による安全点検を実施した場合は、あらためて区職員等による安全点検を実施します。

【安全確認資料】

・「避難所施設安全点検マニュアル」(P92)

【その他】

・(単独行動の禁止)安全点検は、必ず複数で行うこと。

・建築関係の知識を持った人に協力いただくことも有効です。

(5) 負傷者がいる場合

負傷者は、安全で風雨が避けられる場所を選んで保護してください。

「(4)避難所施設の安全点検」は、負傷者を一時保護する場所を、優先的に点検します。

□ 119番通報(救急要請)

【可能な範囲での対応】

□ 応急手当

□ 避難者の中から、医療関係者や協力者を募る。

□ 電話が使えない場合は、地域本部(区民活動センター)を通じ、「救急要請」

□ 避難所施設が被害を受けていない場合

備蓄倉庫保管：「医療救急カバン、担架、ベッド等」を使用可能

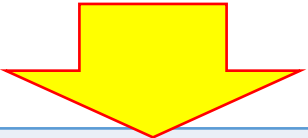
3. 避難所開設の判断・決定

☐ 施設管理者（学校長等）、地域防災会、避難所班長（区職員）等により、避難所開設を検討します。

(1) 避難所開設の検討（確認事項）

検討内容（確認事項）			
中野区からの開設要請	☐ あり	☐ なし	—
避難者	☐ いる	☐ いない	—
児童・生徒、施設利用者	☐ いる	☐ いない	
およその避難者数	大人 人	子ども 人	要配慮者 人
火災延焼危険	☐ あり	☐ なし	—
施設の被害	☐ あり	☐ なし	—
校庭(敷地)の陥没	☐ あり	☐ なし	—

(2) 避難所開設の決定

年	月	日	時	分
☐ 開設する		☐ 開設しない		
☐ 再避難する				
避難先 「どこへ」				

(3) 地域本部への報告

地域本部（区民活動センター）に、避難所開設の可否を報告します。
また、「救急要請、救助要請」等も、下記的手段により連絡します。

【連絡方法】

- ☐ 避難所施設に被害がない場合は、防災無線、特設公衆電話などを使用
- ☐ 避難所施設に被害がある場合は、携帯電話や公衆電話を使用
- ☐ 無線や電話が使用不能の場合は、伝令により報告

☐ **報告完了**（報告を完了したら✓）

(4) 連絡先一覧（区民活動センター）

報告	名称	所在地	電話番号
	南中野区民活動センター	弥生町5-5-2	03-3382-1456
	弥生区民活動センター	弥生町1-58-14	03-3372-4000
	鍋横区民活動センター	本町5-47-13	03-3383-2731
	東部区民活動センター	中央2-18-21	03-3363-0751
	桃園区民活動センター	中央4-57-1	03-3382-5151
	昭和区民活動センター	中野6-16-20	03-3368-8181
	東中野区民活動センター	東中野5-27-5	03-3364-6677
	上高田区民活動センター	上高田2-11-1	03-3389-1311
	新井区民活動センター	新井3-11-4	03-3389-1411
	江古田区民活動センター	江原町2-3-15	03-3954-6811
	沼袋区民活動センター	沼袋2-40-18	03-3389-4571
	野方区民活動センター	野方5-3-1	03-3330-4121
	大和区民活動センター	大和町2-44-6	03-3339-6141
	鷺宮区民活動センター	鷺宮3-22-5	03-3330-4111
	上鷺宮区民活動センター	上鷺宮3-7-6	03-3970-9131

第4章

避難所の施設活用

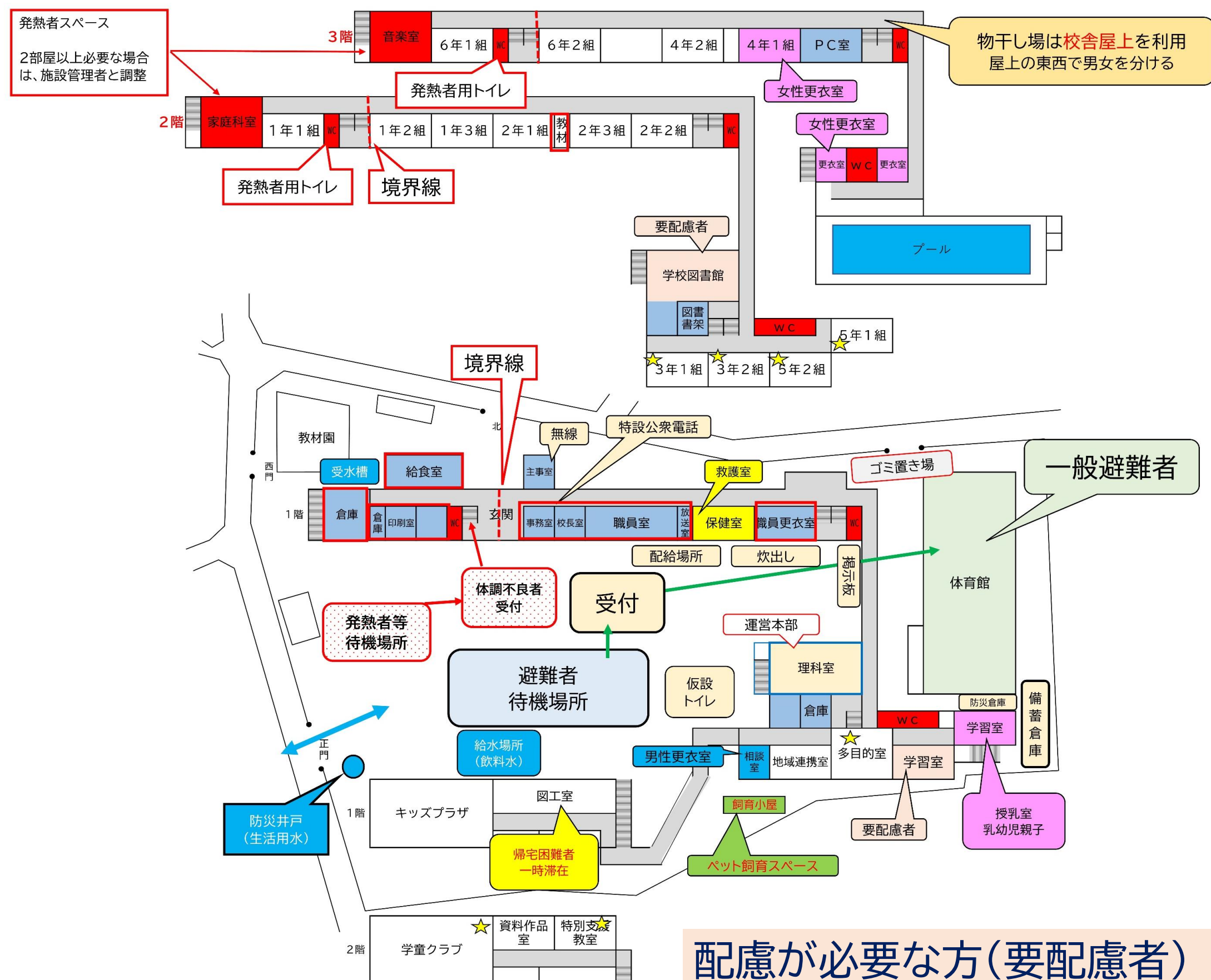
第4章では、避難所の施設活用について説明しています。

可能な限り要配慮者や体調不良者などへの配慮や、ペットの受入も含めた施設利用を検討します。

また、日時の経過に伴い避難者数が増減することや、教育活動の再開に向けて、収容場所の変更なども検討します。

6. 避難所施設利用（イメージ）

□ 下図は避難所施設利用イメージであり、避難所運営会議により、基本的な施設利用を避難所ごとに定めています。



【段階ごとの一般避難者受入スペースなど】

□ 第1段階 一般避難者は体育館を使用

□ 第2段階 ☆印スペースを使用

□ 第3段階 無印スペースを使用

□ 避難者受入スペースの拡大にあたっては、避難者の状況を考慮し、避難所運営本部と施設管理者(学校長等)の調整により決定します。

ポイント

□ 児童・生徒の個人情報[※]が保管されている場所や、施設管理者が指定する場所、危険箇所は、立ち入り禁止とします。

(1) 発災直後の避難所スペース活用

◆発災直後は、すべての避難者の収容を優先します。

- これまでの災害記録では、発災直後から約1週間頃にかけて、避難者が増加する傾向です。
- 人口密度の高い中野区では、多くの避難者を屋内に収容することを、優先的に検討します。
- 避難所開設の初期段階に、体育館に間仕切りを展開することで、避難者の収容スペースが不足する場合も想定されます。
- 発災直後は、間仕切りの活用を必要最低限にとどめます。
- 児童・生徒の個人情報情報を管理する場所は、使用不可とします。

ポイント

【発災直後に必要なプライバシー確保】

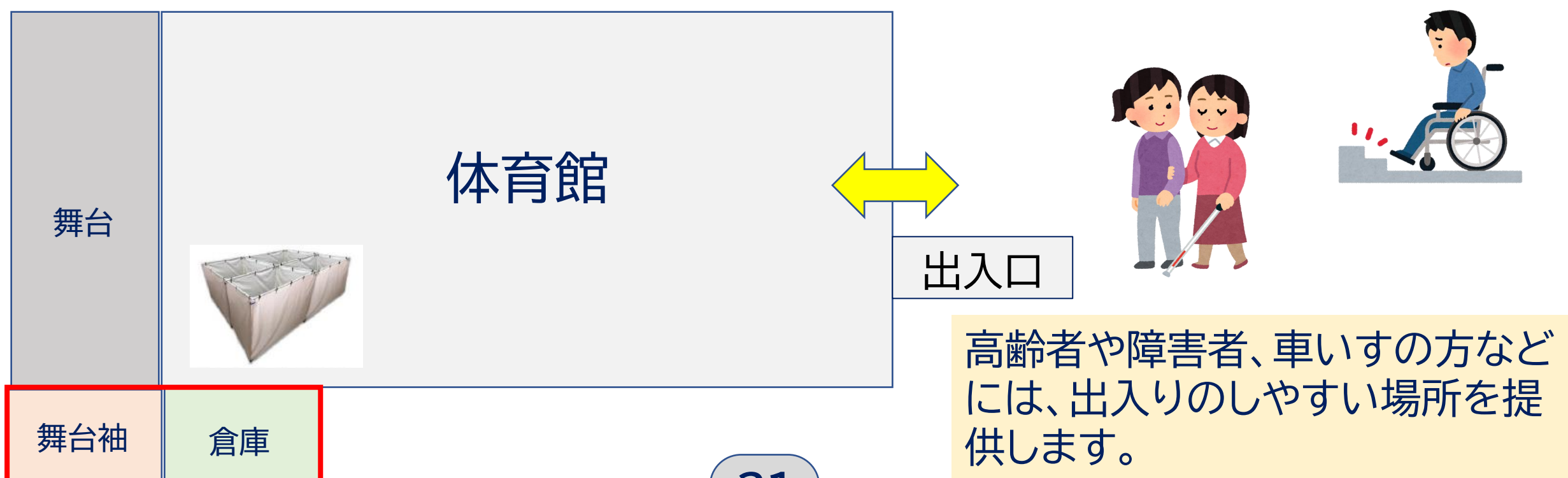
- ・要配慮者：日常生活に介護を必要とする方 など
- ・授乳スペース など

【個室が確保できない場合の対応】

- ・体育倉庫や舞台袖スペースなどに着替えテントの設置
- ・最小限の間仕切りを共同で利用する など

◆個室が確保できる状況であれば、必要とされる方に個室を提供します。

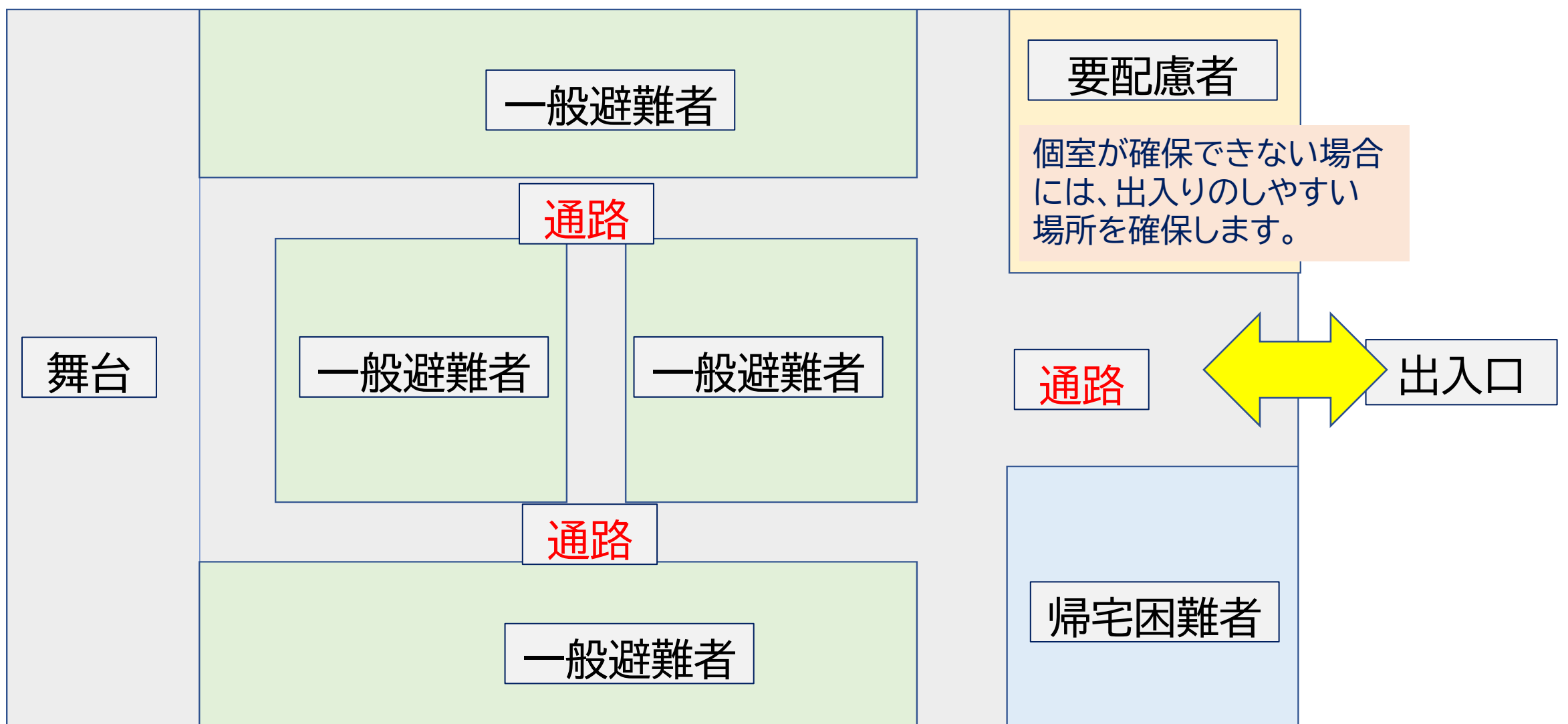
発災直後の体育館におけるプライバシー確保(例) 【開設初期対応】



(2) 避難所居住スペース

- 居住スペースは、1人あたり1.65㎡を基本としています。
(およそ畳1枚分)
- 収容者の状況などにより、1人あたりの居住スペースは増減します。
- 避難者同士の間隔は、可能な範囲で1～2m程度の間隔をあけることが望ましいとされています。

【参考】体育館の避難スペース配置例 【長期化対応】



ポイント

【基本的な配慮事項】

- 出入口付近は、動線を確保すること。
- 要配慮者には、出入りがしやすい場所を提供すること。
- 避難スペース内に通路を確保すること。
- 車イスが通れる幅の通路を確保すること。
- 授乳スペースは、個室や間仕切り・テントなどを使用し、プライバシーを確保すること。
- 帰宅困難者の一時滞在スペースは、入口付近とする。 など

(3) 避難者への配布物資（初期対応）

【宿泊用の物資】

- 毛布、エアーマット(一人に1個ずつ)

※「敷マット(ウレタン製)」は、区画ごとに敷き詰めます。

【必要な方に配布】

- オムツ(成人用、乳幼児用)
- 生理用品
- 粉ミルク



「毛布」「エアーマット」
(イメージ)



ポイント

※「成人用オムツ」や「生理用品」などは、他の物資とは異なる場所で、女性が配布する、必要な場所に置くなど、ご配慮ください。

(4) 避難所の区画づくり（体育館）

- 避難者の状況にあわせ、体育館内に通路や区画を整えます。
- 避難者の人数によっては、避難スペースの拡大(教室利用)などを検討します。
- 配慮が必要な方(要配慮者)には、個室を提供します。
- 避難所での生活が**困難な方**は、**二次避難所**への移動を検討します。

ポイント

【二次避難所への移送】

- ◆ 体育館や教室などでの避難生活では、健康に支障をきたす方は、二次避難所へ移っていただきます。
- ◆ 避難所運営委員の方は、避難者の状況を把握するよう努めてください。
- ◆ 二次避難所への移動は、各地域本部(区民活動センター)へ要請します。
- ◆ 判断が困難な状況も、地域本部へご相談ください。

5. 施設利用及び立ち入り禁止場所の指定について

- ☐ 被害を受けている場所(危険箇所)は、立ち入り禁止とする。
- ☐ 児童・生徒の個人情報[※]が保管されている場所は、立ち入り禁止とする。
- ☐ 施設管理者(学校長等)が指定する場所は、立ち入り禁止とする。

(1) 施設利用に関する配慮について

☐ 女性への配慮

・更衣スペース ・授乳室 ・洗濯物干しスペース ・トイレ など

※「性犯罪被害」を防ぐため、トイレ等の設置場所・動線は十分留意すること。

☐ 要配慮者への配慮

- ☐ 体調不良者の避難スペース確保(ゾーニング)

※感染症拡大予防等に対する配慮

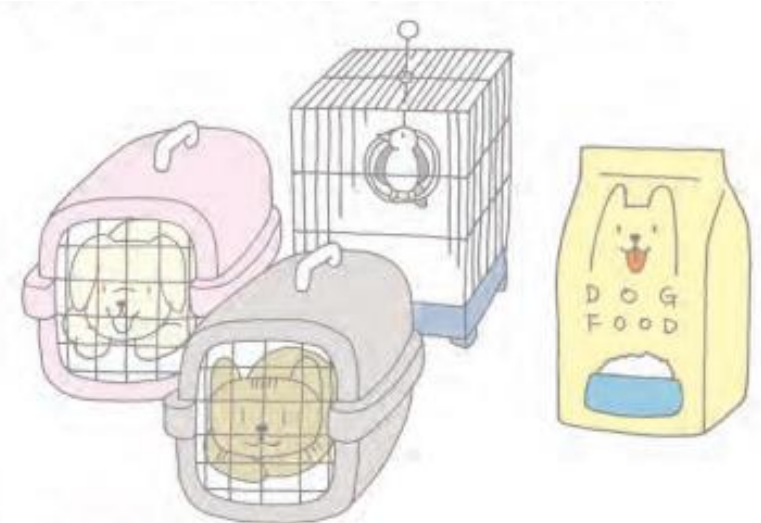
- ☐ 「帰宅困難者」の一時滞在スペースの確保
- ☐ 体育館の区画割りや通路などの空間的確保
- ☐ 子どもが遊べるスペースの確保
- ☐ その他必要な配慮 など



(2) ペット同行・同伴避難(飼育場所)について

避難者に影響の少ない場所に、ペット飼育スペースを設置します。

【設置場所】7ページ ペット同行・同伴避難を参照



7. 避難・活動スペースの割振り

(1) 避難所運営本部の活動スペース

【施設利用について】

避難所として活用するスペースについては、原則として、避難所運営会議で検討した、「避難所施設利用図(案)」に基づき割振りを検討しますが、児童・生徒(施設利用者)などの状況により、使用が制限される場合も想定されます。

運営本部員は、施設管理者(学校長など)と、調整のうえ割振りをご検討ください。

用途	指定場所
☐ 避難所運営本部	
☐ 防災無線	
☐ 救護所	
☐ 受付	
☐ 受付(体調不良者)	
☐	
☐	
☐	
☐	

(2) 避難所運営スペースの割振り (施設利用図をもとに検討)

用途	指定場所
☐ 食糧・物資配布場所	
☐ 救援物資保管場所	
☐ 炊き出しスペース	
☐ 給水場所	
☐ 広報・伝言板設置場所	
☐ 特設公衆電話	
☐ 簡易トイレ設置場所	
☐ 仮設トイレ設置場所	
☐ ごみ置き場(分別)	
☐ 汚物集積場所	
☐ 帰宅困難者 一時滞在スペース	
☐ ボランティア集合場所	
☐ ペット飼育スペース	
☐ ペット飼育スペース(予備)	
☐	
☐ その他	

※屋外を使用する場合は、物資輸送等に伴う車両の進入経路を確保すること。

(3) 体調不良者のための避難スペース（ゾーニング対応）

感染拡大予防「ゾーニング」の詳細については、46ページをご覧ください。

用途	指定場所
☐ 出入り口	
☐ 居住スペース1	
☐ 居住スペース2	
☐ 居住スペース3	
☐ トイレ	
☐ 境界線	
☐ その他	
☐	
☐	



- 【感染症予防に活用する備蓄物資(一例)】
- ☐ 左:「布製間仕切り(パーテーション)」
 - ☐ 右:マスク、使い捨て手袋、非接触型体温計、手指消毒剤など

(4)-1 避難スペース等の割振り

用途	指定場所
☐ 居住スペース	体育館
☐ 居住スペース	
☐ 居住スペース (予備)	
☐ 居住スペース (予備)	
☐ 居住スペース (女性用)	
☐ 居住スペース (女性用)	
☐ 居住スペース (女性用予備)	
☐ 授乳スペース	
☐ 更衣室 (女性用)	
☐ 洗濯場・物干し場 (女性用)	
☐ 更衣室	
☐ 洗濯場・物干し場	

(4)-2 避難者スペースの割振り

用途	指定場所
☐ 要配慮者スペース (高齢者)	
☐ 要配慮者スペース (乳幼児・児童親子)	
☐ 要配慮者スペース (障がい者)	
☐ 要配慮者スペース (予備)	
☐ 要配慮者スペース (予備)	
☐ 要配慮者スペース (予備)	
☐ 子どもプレイスペース (遊び場)	
☐ 立ち入り禁止場所	
☐ その他	

※避難所敷地内は禁煙ですが、「喫煙所」の設置が求められた場合は、施設管理者とも協議のうえ、他の避難者や近隣に迷惑が掛からない場所を選び設置してください。

第5章

避難者の受入準備

受入は、要配慮者や体調不良者などを優先できるように配慮します。

受付を、「1. 体調不良者」「2. 一般受付」に分散することで、開設初期の混乱を少なくします。

1. 避難所の開設準備

(1) 危険物の排除など

- ☐ 危険物の排除(割れガラス、壊れた什器など)
- ☐ 避難所開設後の地震の揺れで、転倒や横すべりの恐れがあるものを排除・固定
- ☐ 落下物危険がある周辺に「立ち入り禁止表示」

(2) 運営本部の活動準備

【人員確保】

- ☐ 避難所運営の支援者を募る

【避難所開設キットの展開】

「避難所開設キット」は、備蓄倉庫内に配備されています。

※「避難所開設キット」の収納品目

- ・ 避難所施設安全点検マニュアル
- ・ 運営スタッフ用各部腕章
- ・ 避難所運営各部の運営手順書
- ・ 表示類(受付、立ち入り禁止 など)
- ・ 避難者受付カードなどの様式類
- ・ 文房具(筆記用具、はさみ、養生テープ など)
- ・ 簡易筆談器
- ・ 外国人のためのヘルプカード
- ・ コミュニケーション支援ボード
- ・ 応急給水栓マニュアル など



「避難者の受入」は、50ページをご参照ください。

【避難所開設キット(イメージ)】

2. 受け入れ（開設）準備

(1) 備蓄物資などの保管場所

備蓄倉庫のキ：門のキと同一の共通キ（一部は独自キ）

防災倉庫のキ：主事室又は職員室等に保管

避難所ごとに倉庫の場所を記入

備蓄倉庫 1 「 」

備蓄倉庫 2 「 」

防災倉庫 「 」

※備蓄倉庫：避難所開設キ、毛布、間仕切り、蓄電池などを保管
避難所によっては、2～3か所に分散している場合もある。

※防災倉庫：発電機、炊き出しバーナーなどを保管

(2) 受付場所の準備

【資機材の準備】

☐ 机、いす

保管場所「 」

※避難所運営用として、特に指定されていない場合は、施設管理者と調整のうえ使用します。

（備蓄倉庫より）

☐ 手指消毒液、非接触型体温計

☐ マスク（体調不良者への配布や受付担当者用）

（避難所開設キより）

☐ 表示「受付」

☐ 様式類「避難者受付カード」「避難者名簿」

☐ 「スマホでの避難者受付」※調整中

☐ 「文房具」（筆記用具、はさみ、ガムテープ など）

☐ 簡易筆談器

☐ 外国人のためのヘルプカード

☐ コミュニケーション支援ボード



(3) 避難者へのアナウンス

避難者の不安を和らげるために、避難所の開設に向けた準備がどのような状況であるか、可能な限り**早い段階で伝えます**。

【資機材の準備】

- ☐ 校内(施設)放送設備
- ☐ トランジスタメガホン(備蓄倉庫)
- ☐ 口頭

体育館へ入っていただく
準備をしています。
もう少しお待ちください。

【アナウンス内容】(お知らせの一例)

◆ 避難所施設の被害状況

- ・立ち入り禁止場所、危険箇所 など

◆ 避難者受付準備の状態

- ・受付開始見込み
- ・施設内の収容は、要支援者を優先すること。

◆ 体調不良について

- ・感染拡大予防のため、発熱、倦怠感などの症状がある場合は、受付で申告すること。

◆ トイレの使用可否について

- ・施設内の使えるトイレの案内
 - ・トイレ使用不可の案内
 - ・簡易便袋の使用方法的案内
- ##### ◆ 物資(食料・水など)の配布
- ・食糧や水、毛布などの配布の案内



仮設トイレの設置が
間に合わない場合は、
「簡易トイレ」「**便袋**」
をご活用ください。



聴覚障害の方には、筆談などでお伝えします。

(4) 避難者へのアナウンス (つづき)

〈アナウンス例〉

こちらは、〇〇避難所運営本部です。施設の安全が確認されましたので、避難所の開設準備を進めております。まもなく、皆さんを施設内に案内しますので、受付開始までしばらく待機してください。

現在、中野区は災害対策本部を設置して、関係機関とともに対策を進めていますので、避難所運営本部員の指示に従い、落ち着いて行動してください。

また、**避難所運営のお手伝いできる方は、積極的にご協力ください。**

受付では、高齢者の方や乳幼児をお連れの方などから優先的に受け付けますので、ご了承ください。なお、**避難スペースは早い者勝ちではありません。**落ち着いて指示に従ってください。

また、ケガをしている方や体調が悪い方がいらっしゃいましたら、〇〇までお越しください。

以上、〇〇避難所運営本部です。

アナウンスメモ	
いつ	例)午後1時から
どこで	体育館入口で
なにを	食べものを
どうする	配ります

状況にあわせてご活用ください。

第6章

避難所の運営

(各部の活動内容)

避難所運営の開始後は、各部や避難者、区からの連絡・情報などを、運営委員の連携を密にし、必要な情報は避難者や地域へ適切に共有します。

また、避難者や在宅避難の方にも、避難所運営のお手伝いを募ります。

本部会議

(避難所運営本部)

本部会議は、本部長を中心として、避難所の開設や閉鎖、各部長や施設管理者、区職員からの情報などにより、避難所を運営していくための総合調整を担います。

避難所内で解決できない問題は、地域本部(区民活動センター)を通じ、区災害対策本部へ要請します。

1. 本部会議

本部会議は、本部長を中心として、避難所の開設や閉鎖、各部長や施設管理者、区職員からの情報などにより、避難所を運営していくための総合調整を担います。

避難所内で解決できない問題は、地域本部(区民活動センター)を通じ、区災害対策本部へ要請します。

(1) 主な役割

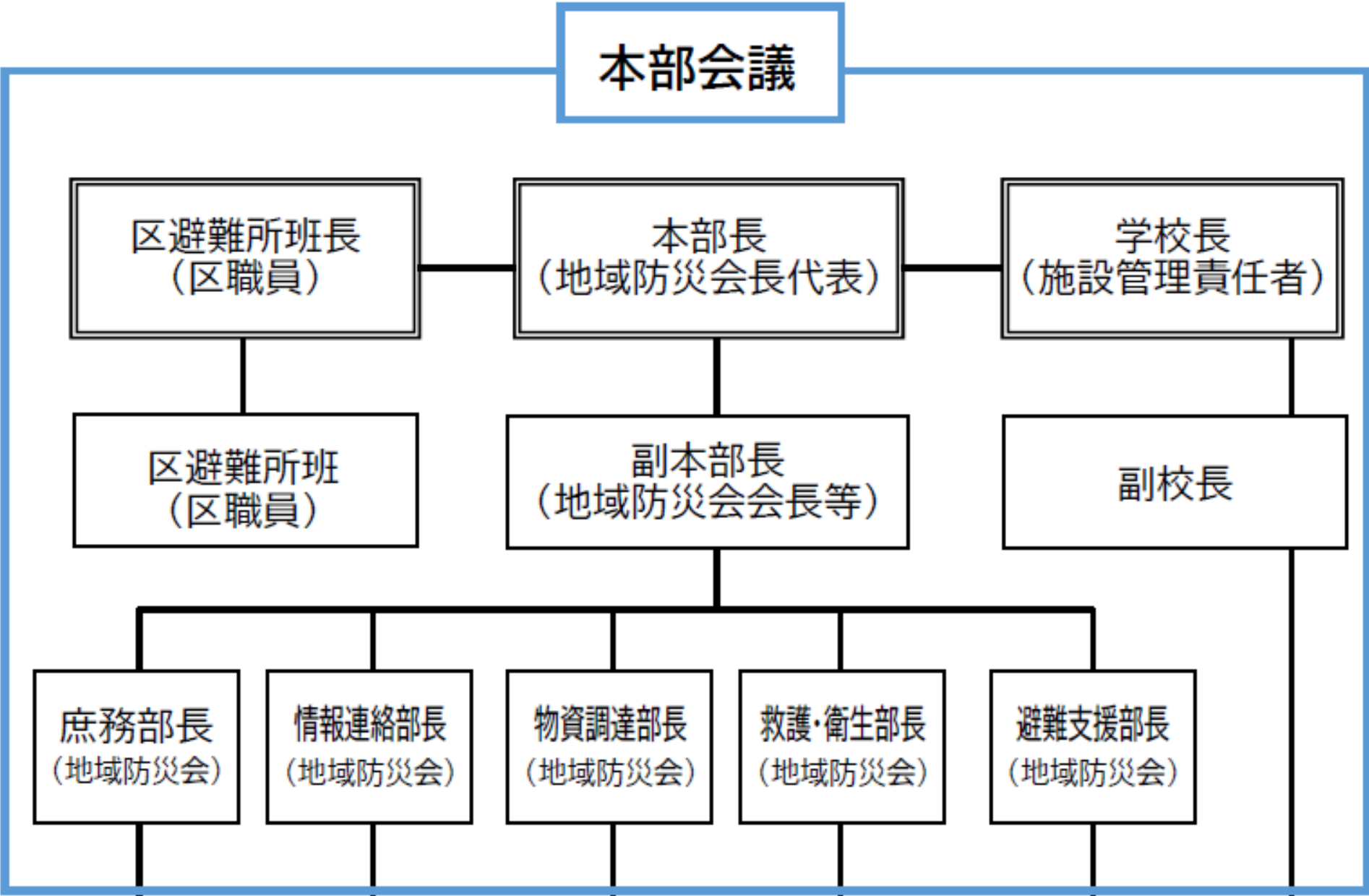
- 避難所の開設・閉鎖に関すること
- 避難所運営管理の総合調整に関すること

(2) 本部会議の構成員

構成員は下図のとおりですが、必要に応じ各部の副部長などを追加します。

(3) 本部会議の開催

- 避難所開設後は、1日に2回程度開催
- 避難者の状況や各部の行動、本部からの指示などを共有します。



庶務部

庶務部は、避難者の人数や状況、要望(困りごと)などを把握し、各部の委員や多様な避難者、地域が全体で助け合うことで、皆で困難な状況を乗り越えるためのお手伝いを担います。

2. 庶務部

庶務部は、避難者の人数や状況、要望(困りごと)などを把握し、各部の委員や多様な避難者、地域が全体で助け合うことで、皆で困難な状況を乗り越えるためのお手伝いを担います。

(1) 主な役割

- ☐ 各部や施設管理者(学校)との連絡調整
- ☐ 避難者の受付に関する事。
- ☐ 避難者名簿の作成や管理に関する事。
- ☐ 避難場所の割振りや誘導、避難スペースの管理・調整に関する事。
- ☐ 要配慮者への保護や配慮に関する事。
- ☐ 避難所内の防火・防犯に関する事。
- ☐ 動物飼育場所の管理に関する事。
- ☐ その他

(2) 各部や施設管理者（学校）との連絡調整

- ☐ 避難スペースの調整など、施設管理者(学校)との連絡調整を行います。
- ☐ 避難者が多く、体育館では収容スペースが不足する場合に、空き教室などの使用について、学校や施設管理者と調整します。
- ☐ 区からの情報や、避難者からの要望などについて、各部の委員と共有します。

(3)-① 受付の準備

【受付の種類】

- ☐ 一般用及び体調不良者用の2系統で実施すること。
※体調不良者の受付は、「マスク」を着用すること。

【受付の設置場所】

- ☐ P50に記載のとおり

2-⑥. 庶務部 避難者の受入

(1) 受付場所

避難所施設内の、入り口周辺で安全な場所に設置します。

受付の設置場所

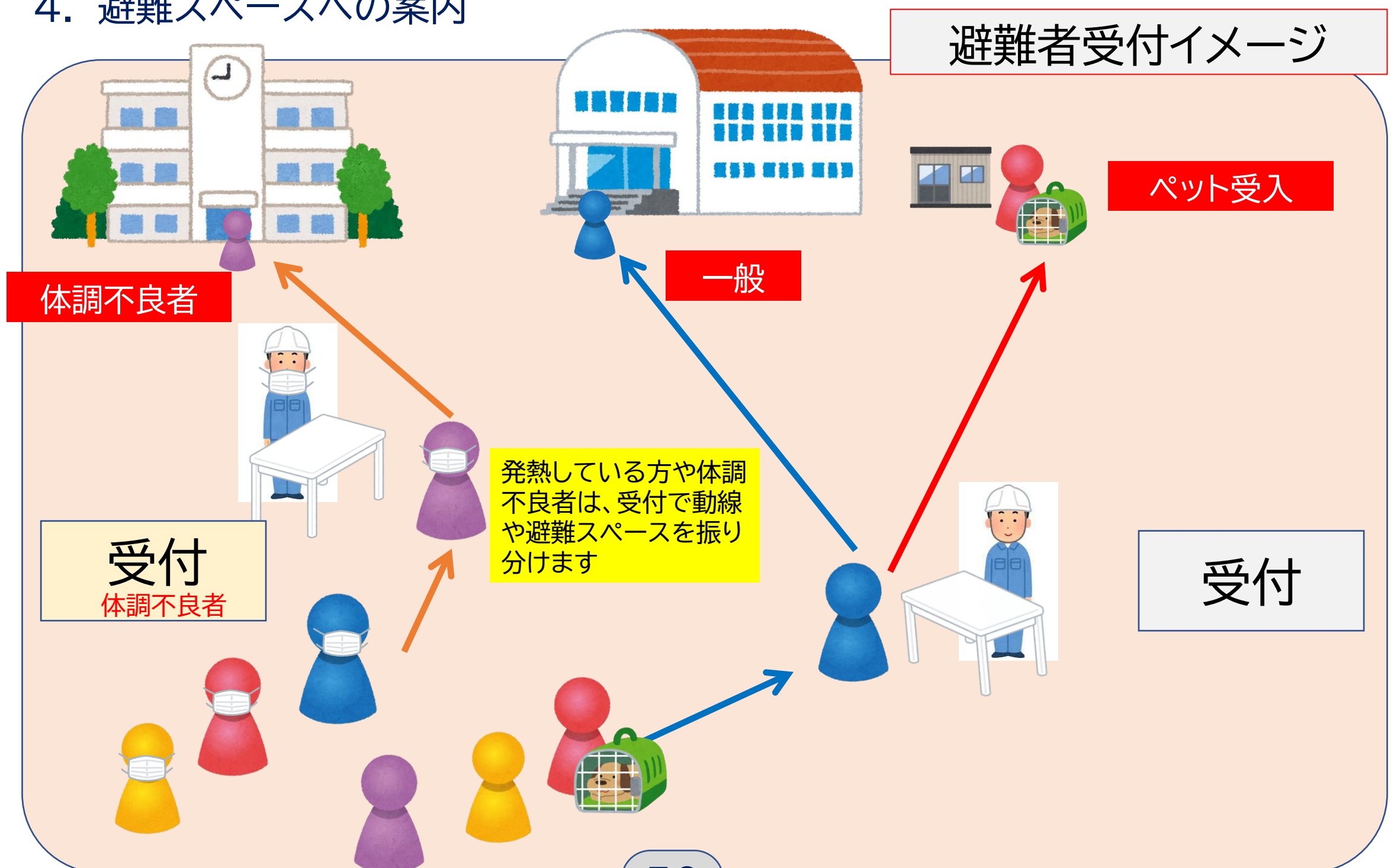
第1候補

第2候補

第3候補

(2) 受入手順

1. 体調不良の有無を確認
2. 健康な方と、体調不良者の受付を別にする。(体調不良者の受付はマスクを着用すること。)
3. 「避難者受付カード」への記入又はスマートフォン(調整中)で受付
4. 避難スペースへの案内



情報連絡部

情報連絡部は、避難所の状況や要請などを区に伝えたり、物資配布などの生活情報を、避難所内や地域へお知らせすることを担います。

3. 情報連絡部

情報連絡部は、避難所の状況や要請などを区に伝えたり、物資配布などの生活情報を、避難所内や地域へお知らせすることを担います。

(1) 主な役割

- ☐ 地域本部(区民活動センター)との無線連絡に関すること。
- ☐ 避難者と地域への生活情報等の提供に関すること。
- ☐ 災害時特設公衆電話の設置・管理に関すること。

(2) 地域本部（区民活動センター）との無線連絡

- ☐ 「避難者情報(人数、状況など)」を、地域本部へ無線で報告します。
- ☐ 避難所運営本部から区への要請などを、地域本部に伝えます。
- ☐ 報告事項(避難者情報、避難所運営本部からの要請など)は、庶務部からの情報を報告します。

無線機の設置場所

※無線機操作マニュアルは、無線機と同じ場所に保管しています。

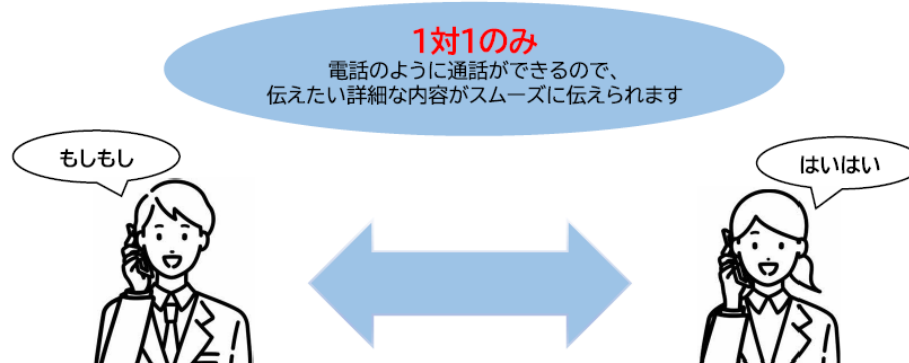


連絡先

区民活動センター

複信通話（電話方式）

複信通話とは……電話と同じように同時通話が可能です。
自局が呼ばれると、「トゥルルルル」と着信音が鳴動しますので
【着信中】ボタンを押下することで双方向で話すことができます。



※通話は、「復信通話」で行います。

スマホと同様に会話できます。

(3) 避難所内への情報周知

- 本部からのお知らせや、物資の配給時間などを避難所内に周知します。
・【方法】口頭、メガホン、お知らせの掲示など
- 広報・伝言板の設置場所 P36のとおり

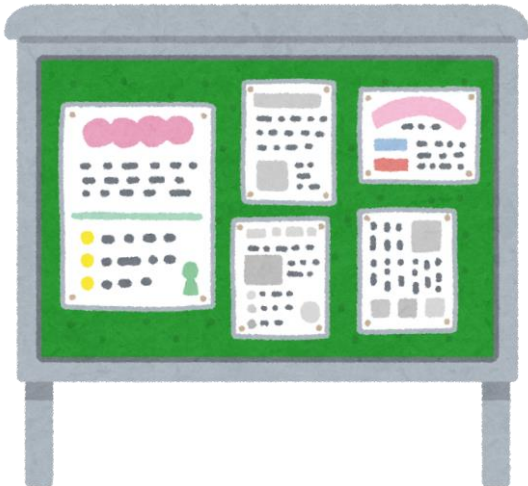


(4) 地域内への情報周知と情報収集

- 在宅避難者に対する生活の物資支援も、避難所で行います。
- 本部からのお知らせや、物資の配給時間などを地域内に周知します。
・【方法】口頭、メガホン、お知らせの掲示など
- 地域内に情報を伝えながら、在宅避難者からの要望も収集します。
- 在宅避難者に対しても、避難所運営をお手伝いいただくよう伝えます。

掲示板の場所	

【在宅避難者の皆さまへ】
食べ物や飲み水でお困りの場合は、避難所で物資をお配りします。
避難所は地域の皆さんが協力しあって運営します。
在宅避難の方も、避難所運営にご協力ください。

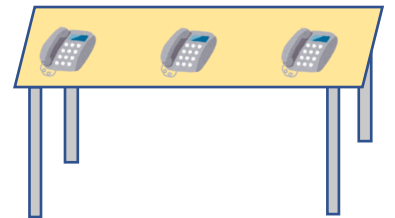


3-③. 情報連絡部

(5) 特設公衆電話の設置と管理



- 各避難所に特設公衆電話を3台配備しています。
- 特設公衆電話は、**備蓄倉庫**に保管しています。
- 出入り口の周辺など、避難者が使いやすい場所に設置します。
- 発信専用とします。
- 皆で共有するため、「1人5分間まで(仮)」などのルールを定めます。
- 災害用伝言ダイヤル「171」の使用を推奨します。

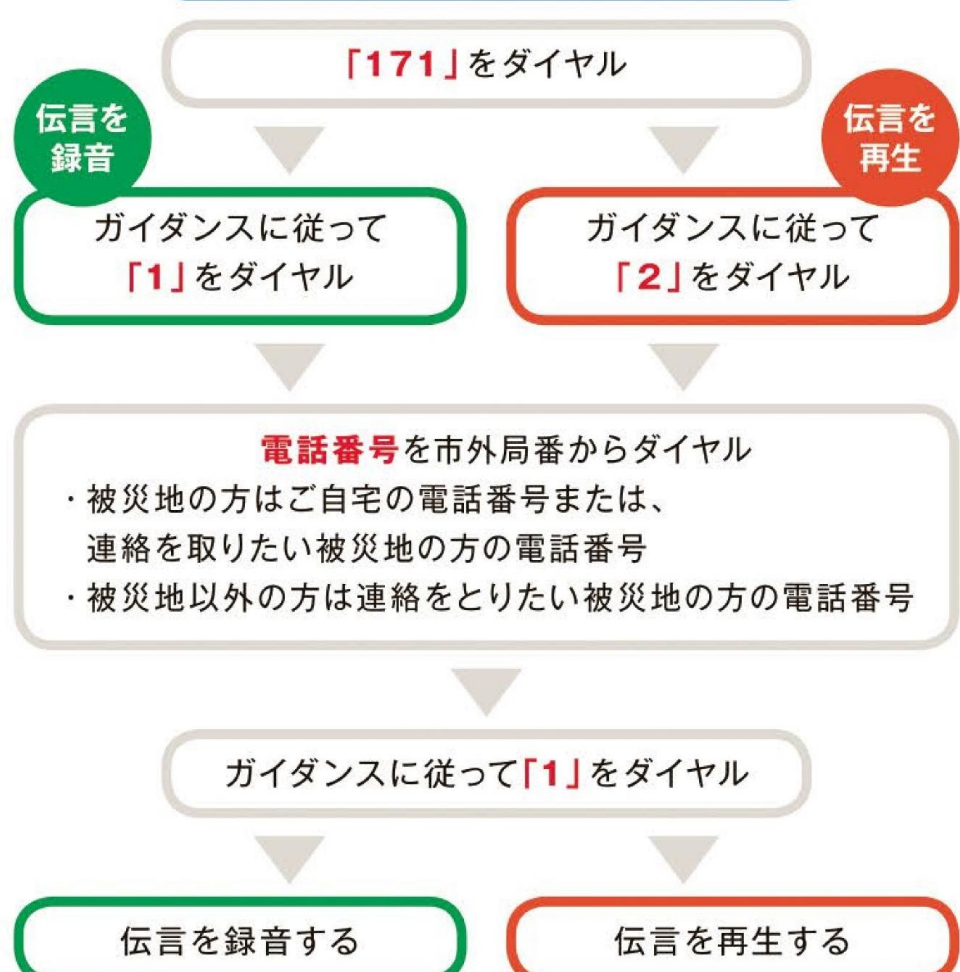


特設公衆電話の設置場所

災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言ダイヤル「171」は、災害時に被災地への通信が増加しつながりにくい状況になった場合に提供が開始される、声の伝言板です。

災害用伝言ダイヤル「171」の使い方



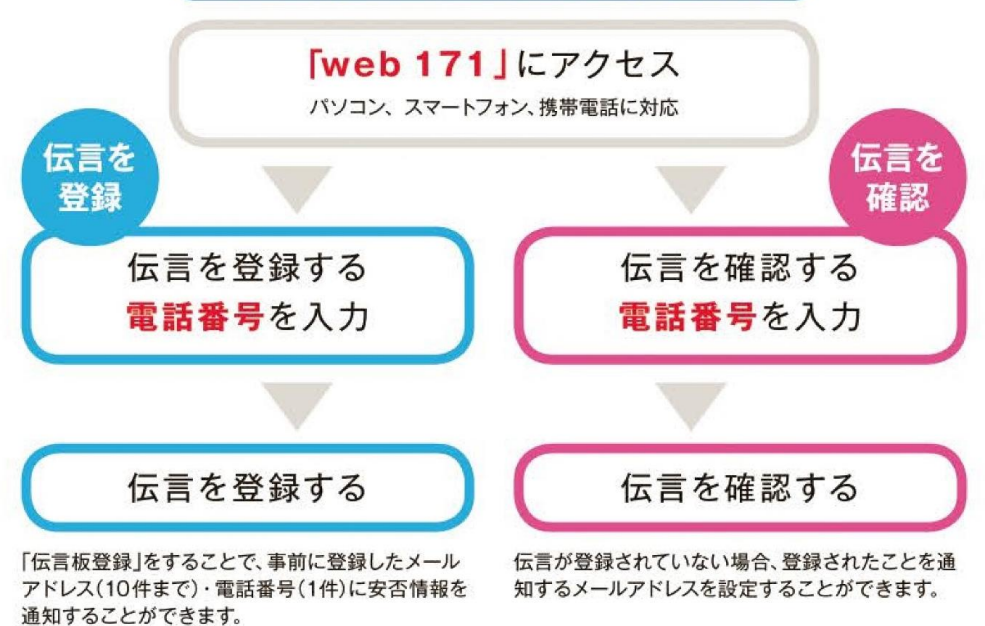
30秒以内で伝言を録音します。
例：〇〇です。家族皆無事です。××避難所にいます。
(電話を途中で切っても録音されています)
録音内容を訂正したい場合はガイダンスに従って「8」をダイヤルします。

30秒以内で伝言が再生されます。
再度再生したい場合はガイダンスに従って「8」をダイヤルします。次の伝言を再生したい場合は「9」をダイヤルします。メッセージを録音することもできます(「3」をダイヤル)。

災害用伝言板 web171

災害用伝言板「web171」は、災害時に被災地への通信が増加しつながりにくい状況になった場合に提供が開始される、インターネットを使う伝言板です。

災害用伝言板「web171」の使い方



「伝言板登録」をすることで、事前に登録したメールアドレス(10件まで)・電話番号(1件)に安否情報を通知することができます。

伝言が登録されていない場合、登録されたことを通知するメールアドレスを設定することができます。

「web171」に登録した伝言を「171」で再生したり、「171」で録音した音声を、「web171」で再生することもできます。

「171」「web171」いずれも電話番号をキーに利用します。日頃から家族、親戚、友人間でキーになる電話番号を確認しておくことが重要です。

※携帯電話各社による、インターネットを経由して文字を登録する災害用伝言板もあります。

物資調達部

物資調達部は、備蓄している物資や追加支援物資の配布・受入・管理を担います。また、状況に応じて炊き出しを実施します。

4. 物資調達部

物資調達部は、備蓄している物資や追加支援物資の配布・受入・管理を担います。また、状況に応じて炊き出しを実施します。

(1) 主な役割

- ☐ 備蓄倉庫(食糧・生活用品等)を管理すること。
- ☐ 食糧・水・生活物資などを配布すること。
- ☐ 不足する物資を、区へ要請すること。
- ☐ 追加搬送された物資の、受入・管理・配布すること。
- ☐ 防災倉庫(発電機等の資機材)を管理・運用すること。
- ☐ 炊き出しの実施と配布 など

(2) 備蓄倉庫の管理及び物資の配布

- ☐ 備蓄物資の一覧は、85ページを参照
- ☐ 物資の配布は、避難所運営本部と調整し、配布する品目や数量、配布場所を決めること。
- ☐ **配慮が必要な物資配布**について、生理用品や成人用紙おむつなどは、一般の物資とは違う場所で、女性が配布するなどの配慮を願います。
- ☐ 物資の配布は、避難者や在宅避難者にもお手伝いをお願いします。

備蓄倉庫の場所

物資を配布する場所

配慮が必要な物資配布の場所

救護・衛生部

救護・衛生部は、負傷者の応急手当や病人の看護などの救護所運営や、仮設トイレの設置・管理など、避難所内の衛生管理を担います。

5. 救護・衛生部

救護・衛生部は、負傷者の応急手当や病人の看護などの救護所運営や、仮設トイレの設置・管理など、避難所内の衛生管理を担います。

(1) 主な役割

- 救護所の運営:負傷者の応急手当、救急要請に関すること。
- 病人の看護:体調不良者避難スペースでの対応、救急要請に関すること。
- 仮設トイレの設置と管理に関すること。
- 避難所内を衛生的に保つこと。など

(2) 備蓄物資（救護衛生部用物資）

備蓄倉庫の場所

品名（詳細は備蓄物資一覧を参照）

救急カバン	仮設トイレ（ため込み式）	防護服
救護ベッド	マンホールトイレ	クレゾール
簡易ベッド	トイレットペーパー	消毒薬噴霧器
担架	消石灰（消毒用）	次亜塩素酸ナトリウム
レスキューカー	手指消毒剤	赤テープ（境界用）
簡易トイレ	ペーパータオル	マスク
便袋	非接型触体温計	

救護所の設置場所

体調不良者の収容スペース

5-②. 救護・衛生部

(3) 救護所の運営（応急手当など）

- 「救急カバン」などの備蓄物資を活用し、可能な範囲で応急手当を行います。
- 応急手当では対応困難な負傷の場合は、「119番通報」により救急車を要請します。
- 電話がつかない場合には、無線機で地域本部に対し「救急要請」をします。
- 地域本部へ伝えられた救急要請は、区災害対策本部から消防庁へ伝えます。

(4) 病人（体調不良者）の看護

- 発熱している方や体調不良者は、受付で動線や避難スペースを振り分けます。
- 体調不良者の看護を行う方は、マスクなどを使用し感染予防に努めます。
- 症状が重い場合は、「119番通報」により救急車を要請します。
- 電話がつかない場合には、無線機で地域本部に対し救急要請を伝えます。
- 地域本部へ伝えられた救急要請は、区災害対策本部から消防庁へ伝えられます。
- 体調不良者の避難スペースでは、可能な限り避難者同士の間隔を広くとり、必要に応じ「間仕切り」等を活用し、感染予防に配慮します。



【感染症予防に活用する備蓄物資(一例)】

- 左:「布製間仕切り(パーテーション)」
- 右:マスク、使い捨て手袋、非接触型体温計、手指消毒剤など

5-③. 救護・衛生部

(9) 医療救護所の開設支援について

医療救護所が設置される避難所では、医療資機材「医療資機材7点セット」の搬送などをお手伝いをお願いいたします。

(10) 医療資機材について

【医療資機材7点セット】

- 医療資機材は、医師が使用するための資機材です。
- 心肺蘇生や創傷、熱傷や骨折などを治療するための資機材を備蓄しています。
- 資機材は、備蓄倉庫に保管しています。

(11) 医療救護所を設置する避難所

19ページのとおり

(12) 日ごろの備え（助け合う技術を身につける）

普段から、応急手当やAEDの使用方法、消火訓練や起震車による震度体験などを体験することで、災害時の行動力や意識(判断力)が向上します。

ご家族やお友達を守る力を身につけるためにも、地域の防災訓練や中野区総合防災訓練、防災体験デーなどに、ぜひご参加ください。



消火訓練



起震車による震度体験



三角巾を使った包帯法訓練



心肺蘇生・AED訓練

5-③. 救護・衛生部

(5) トイレの利用（避難所トイレの確認）

- トイレの確保は、避難所運営の中でも重要な課題です。
- 下記の要領で、仮設トイレの設置などについて検討していきます。

【トイレ確保の確認事項】

1 避難所のトイレが使えるか？

- ・便器やトイレ室内が壊れていないか？
- ・水が流れるか？（1階や最低層階のトイレで確認します。）

※見た目は壊れていなくても、下水道管が破損していると、排せつ物が流れず、下層階のトイレからあふれることとなります。



【トイレのチェックポイント】

第1段階

- ・便器破損なし
- ・室内被害なし
- ・水は流れる

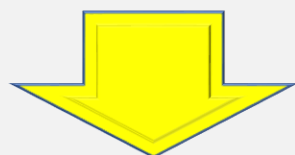


避難所施設のトイレを
そのまま利用します。
ただし、大きな揺れが
あったら再び点検しま
す。



第2段階

- ・便器破損なし
- ・室内破損なし
- ・水が流れない

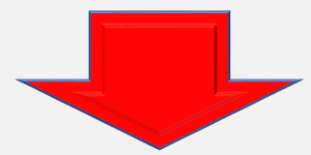


避難所施設のトイレに「**便
袋**」かぶせて利用します。
ただし、大きな揺れがあっ
たら再び点検します。



第3段階

- ・便器破損あり
- ・室内破損あり



簡易トイレ、仮設トイレ、
マンホールトイレを設置
します。
※簡易トイレには便袋
をかぶせて利用します。



5-⑤. 救護・衛生部

(5) 要配慮者用のトイレ

- 歩行が困難な方のトイレは、避難スペース内などに「簡易トイレ」に「便袋」をかぶせて利用します。
- 簡易トイレには、小型 TENT をあわせて利用します。



「簡易トイレ」に「便袋」を装着した様子

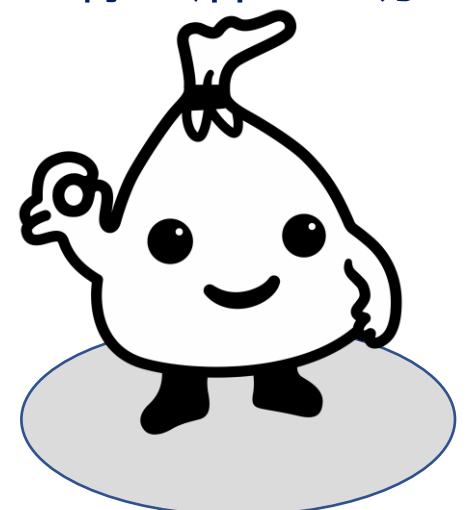
「便袋」をご家庭に用意することで、トイレの心配が改善されます。

(6) 仮設トイレ設置・利用にかかる注意事項

- 仮設トイレの設置が間に合わない場合は、上図「簡易トイレ・便袋」を応急的に活用します。
- **【重要】**仮設トイレは、校庭の隅などに設置することが想定されますが、女性や子ども、高齢者が、夜間でも安全に使えるよう配慮します。
- 防犯のために、仮設トイレまでの通路を明るくして、トイレ内などに防犯ブザーを配備することも有効です。(防犯ブザーは、備蓄倉庫に配備予定です。)
- 配慮のイメージは70ページ以降をご覧ください。

(7) 使用済み便袋の処理

- 「簡易トイレ」や避難所のトイレに使用した「便袋」は、袋の上部を線に沿って切り取り、においが漏れないようにしっかり結びます。
- 便袋専用の集積所(ごみ置き場)を決めて一時保管します。
- 清掃事務所が、「し尿専用の車両」で収集します。



5-⑤. 救護・衛生部

(8) 仮設トイレの設置方法

- 仮設トイレの設置方法は、本体と一緒に説明書を用意しています。
- スマートフォンやモバイル端末などが使える場合は、「中野区防災YouTube」から、組み立て方などを確認できます。
- 事前にご覧いただき、発災時にお役立てください。

簡易トイレ

(便袋とあわせて使用します。)

要配慮者避難スペースにも有効です。



ため込み式トイレ

(ベンチャー)

便槽がいっぱいになったら、予備の便槽に交換します。



マンホールトイレ

耐震化された下水道本管に設置します。

一部は、避難所施設の敷地内に設置する場合があります。



簡易トイレとあわせて使用する「**便袋**(サニタクリーン・簡単トイレ)」を、自宅に用意することで、**トイレ**の**心配が低減**します。

「サニタクリーン・簡単トイレ」は、[「中野区防災用品のあっせん」](#)から購入可能

避難支援部

避難支援部は、災害発生時に自力で避難することが困難な方の、安否確認や避難行動の支援を担います。

避難支援部が組織的な活動が始める前の、発災直後における、**隣近所に声を掛け合い助けあう「共助」**が、地域全体の被害を減らす重要な活動です。

6. 避難支援部

避難支援部は、災害発生時に自力で避難することが困難な方(災害時避難行動要支援者)の、安否確認や避難行動の支援を担います。

(1) 主な役割

- 自力で避難することが難しい方(災害時避難行動要支援者)の、安否確認や避難を支援すること。
- 「災害時避難行動要支援者名簿」(以下、「要支援者名簿」と表記)を、管理すること。
- 「要支援者名簿」を基に、地域(エリア)ごとに活動範囲を分け、安否確認・避難支援の実施に向けた調整をすること。(活動エリアや支援グループの編成など)
- 避難者や在宅避難者から、ともに活動できる方を募ること。

(2) 活動概要

【重要】避難支援部の組織的な活動を始める前の、発災直後における、**隣近所に声を掛け合い助けあう「共助」**が、地域全体の被害を減らす重要な活動です。

- 避難支援部の活動では、**単独行動を禁じ**、二次災害の危険がないよう活動すること。

◆「火災拡大」等により、支援者(自身)の命が危険にさらされる場合は、自身の命を守る行動を優先してください。

- 「要支援者名簿」は、地域本部(区民活動センター)に保管されています。
- 「要支援者名簿」は、災害発生後に、区職員により避難所に届けられます。
- 民生児童委員とともに「見守り名簿」を活用して、安否確認・避難支援を行うことも有効です。

- **専門的な救助**が必要な場合は、速やかに地域本部や**消防**などに**要請**します。

◆ 避難支援部としての活動中に、「負傷」「死亡」された場合は、災害対策基本法に基づき、損害補償の対象となります。

6. 避難支援部

(3) 活動手順

- 役割を分担し、効率よく活動します。
- 避難支援部の役員は、全体を把握し、活動を指示します。
- 可能であれば複数の避難支援班を編成し、地域ごとに活動します。
- 避難支援グループ編成の目安は下表のとおり

避難支援グループの編成(例)

名称	特性	活動内容	人数(目安)
案内係	地域や地理に詳しい人	・名簿や地図により誘導 ・消防要請の連絡 など	2～4人
救出・救助係	体力のある方	・簡易な救助活動 ・担架や車いすでの搬送 など	4～6人

- 救助を待つ方(要救助者、要支援者)を、「見逃さない」ことが最も重要です。
- **専門的な救助**が必要な場合は、速やかに地域本部や**消防**などに**要請**します。
- 避難支援班グループのみの力で救助が不可能な場合は、地域や避難所からお手伝いを募ります。
- 救助や搬送のための資機材は、防災会が管理している防災資機材を活用してください。

(P17「防災資材倉庫の配備機材」を参照)

6. 避難支援部

(5) グループの編成

□ 運営役員や避難者、在宅避難者も含め、グループを編成します。

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第1グループ	案内係	○ ○ ○ ○	
	救出・救助係	□ □ □ □ □ □	

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第2グループ	案内係	○ ○ ○ ○	
	救出・救助係	□ □ □ □ □ □	

6. 避難支援部

(5) グループの編成

□ 運営役員や避難者、在宅避難者も含め、グループを編成します。

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第3グループ	案内係	☐ ☐ ☐ ☐	
	救出・救助係	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第4グループ	案内係	☐ ☐ ☐ ☐	
	救出・救助係	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	

6. 避難支援部

(5) グループの編成

□ 運営役員や避難者、在宅避難者も含め、グループを編成します。

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第5グループ	案内係	○ ○ ○ ○	
	救出・救助係	□ □ □ □ □ □	

避難支援グループ編成			
グループ名	役割	お名前	人数
第6グループ	案内係	○ ○ ○ ○	
	救出・救助係	□ □ □ □ □ □	

第7章 要配慮者への配慮

第7章では、避難所生活における、必要な配慮（心配り）について説明しています。

(1) 要配慮者への配慮や対応

【要配慮者とは】

高齢者、乳幼児、児童、妊産婦、外国人、傷病者

肢体不自由の方、視覚障がいの方、聴覚障がいの方、知的障がいの方 など

- 居住空間の配慮
- 移動の配慮
- おむつをしている高齢者などには、プライバシー確保への配慮
- 情報やコミュニティから隔離しないこと。
- 障がい者・要介護者への対応や支援
- 外国人(言葉が理解しづらい方)への配慮
- LGBTQの方への配慮
- 身体障害者補助犬(盲導犬、介助犬、聴導犬)への対応 身体障害者補助犬は、要配慮者との同室を認めます。
- 状況に応じた配慮(心配り)を、お願いいたします。



(2)-1 高齢者への配慮

下記は一例となります。状況に応じた配慮(心配り)をお願いいたします。
保健師などと連携することも必要です。

移動の配慮

- ☐ トイレに行きやすい場所の確保
- ☐ 段差がない(少ない)場所の提供 など

生活の配慮

- ☐ 体調への配慮(声がけ)
- ☐ 紙おむつを使われる方には、間仕切りや個室の確保など
- ☐ 情報やコミュニティから疎外されていないか。(コミュニケーションの確保)

食べ物の配慮

- 備蓄食糧のクラッカー噛むことが困難な場合には、アルファ化米やおかゆ(白粥・野菜粥)などの、食べやすい備蓄食糧をご提供ください。



ポイント

避難所生活では、体調悪化を招く恐れがある場合は、二次避難所(福祉避難所)への搬送を検討します。

避難所運営役員で判断が難しい場合は、地域本部(区民活動センター)に、保健師などの派遣を依頼してください。

急激な体調悪化の場合は、救急要請します。(119番通報)

電話が使えない場合は、無線を使って地域本部へ救急車を要請してください。



(2)-2-① 妊産婦・乳幼児親子への配慮

下記は一例となります。状況に応じた配慮(心配り)をお願いいたします。
保健師などと連携することも必要です。

移動の配慮

- ☐ 移動しやすい場所の確保
- ☐ 段差がない(少ない)場所の提供 など

生活の配慮

- ☐ 体調への配慮(声がけ)
- ☐ 授乳室や着替えなど、間仕切りや個室でプライバシーの確保
- ☐ 乳幼児のなき声に関して、気兼ねをしない個室の提供
- ☐ 育児をお手伝いいただける方を募ることで、ママの負担を軽減すること。など



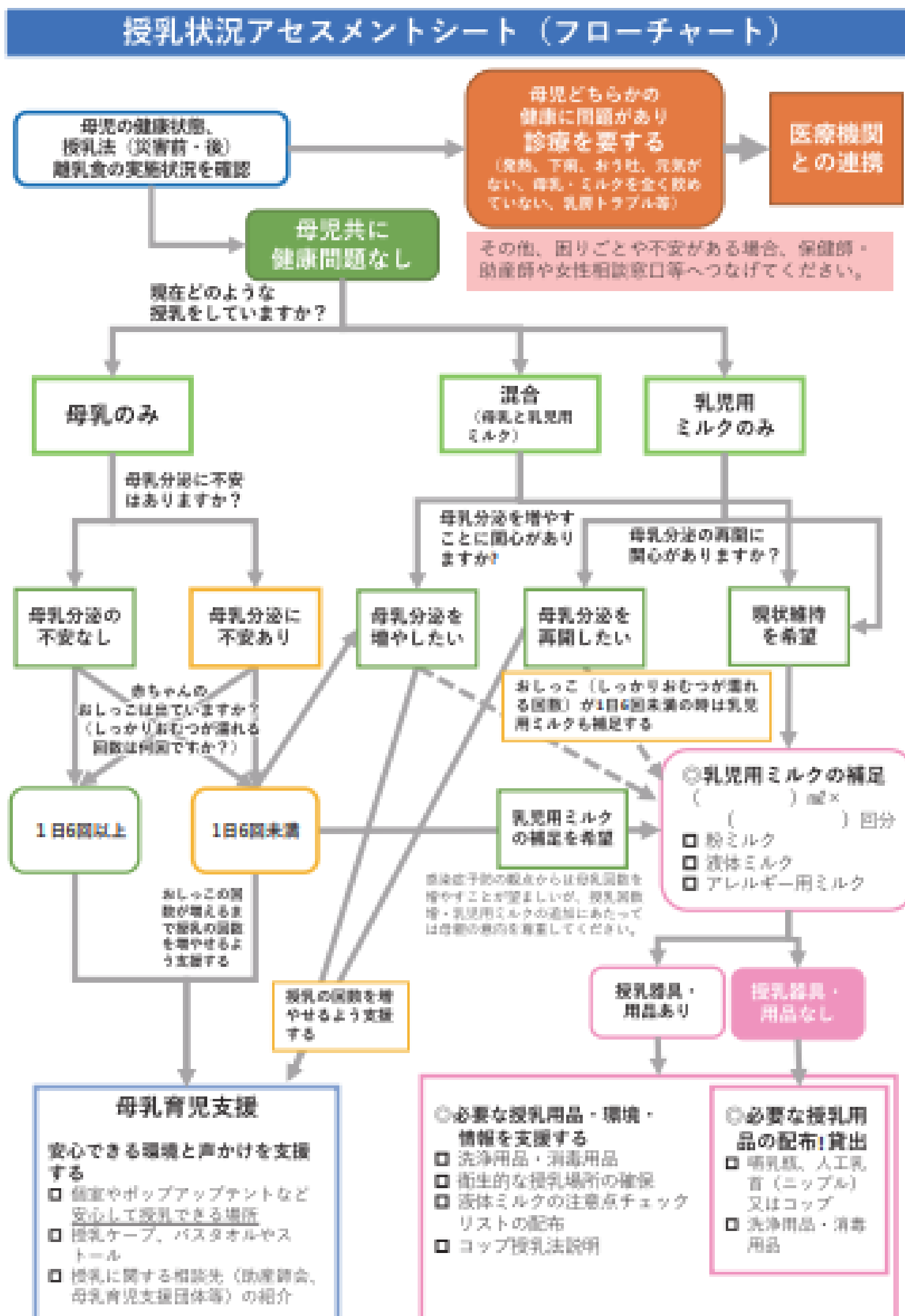
授乳室や更衣室として個室が用意できない場合は、
布製間仕切りや簡易トイレ用のテントなどでプライ
バシーを確保します。

(2)-2-② 妊産婦・乳幼児親子への配慮

その他

- 保健師・助産師が巡回し、「授乳アセスメントシート」により聞き取りを行い、お母さんや赤ちゃんの状態を確認いたします。また、お気軽にご相談ください。

授乳アセスメントシート② (フローチャート)



内閣府男女共同参画局
防災・復興ガイドラインより

(2)-2-③ 妊産婦・乳幼児親子への配慮

災害時の赤ちゃんの栄養

リーフレットは、備蓄倉庫に配備(予定)しています。

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

母乳をあげているお母さんへ

母乳には免疫が含まれていますので、あげ続けていると赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。

＊ 欲しがるときに欲しがるだけ吸ってもらいましょう。

＊ スキンシップをたくさん取りましょう。

＊ できるかぎり、リラックスして過ごしましょう。

一時的に母乳が出にくくなったと感じても、大丈夫。

赤ちゃんがひんぱんに飲むことで母乳の量は増えていきます。

足していたミルクが少なくてすむようになり、足さなくてすむよう

になることもあります。赤ちゃんが十分に母乳を飲めていないのではと不安

になったら、おしっことウンチの回数を数えます。

“おしっことウンチがいままでと同様に出ている”なら飲んでいる証拠です。

もし、いつもより少ないと感じたら……、医療者や相談窓口、遠慮なく相談しましょう。



赤ちゃんを落ち着かせ、 ママも肩の力を抜くために

＊ たくさん抱っこ

＊ 肌と肌をふれあわせスキンシップ

＊ 乳房を何回でも含ませてみる

＊ 深呼吸

＊ 子育てママが集まって情報交換

＊ 肩や背中中のマッサージ

＊ 気持ちを聴いてもらう



困ったときに

＊ 災害時の授乳～よく聞かれる質問

<https://i-hahatoko.net/faq/>



＊ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口

<https://lll-japan.org/tel/>



乳児用ミルクをあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月
2024年3月一部改訂

母と子の育児支援ネットワーク 「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本

<https://lll-japan.org/>

母乳育児支援ネットワーク

<https://bonyuikuji.net/>

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

<https://jalc-net.jp/>

イラスト：Tomo Miura
写真：Sannomiya, Rieko

ポイント

育児経験者のサポート
などで、ママの負担を減
らすことができる場合
があります。

孤立させない育児にご
協力ください。



災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

乳児用ミルクをあげている お母さんへ

ミルクを確保し、できるかぎり清潔に調乳しよ
うと気を張りつめておられることでしょう。

＊ 粉ミルクは70度以上で調乳する（一度沸騰
させて熱いうちに溶かす）ことができれば、
細菌を死滅させることができます。

＊ 容器を洗って消毒・殺菌することが難しいと
きは、使い捨ての紙コップが役に立ちます。

＊ 調乳後の粉ミルクも液体ミルクも飲まな
かった分は破棄します。

コップで飲ませる方法

＊ コップが下唇に
軽くふれ、コップの
縁が上唇の外側に
ふれるように

＊ コップを唇につけた
まま、赤ちゃんが
自分で飲むようにする

＊ 赤ちゃんの口の中にミルクを注ぎ込まない
ようにしましょう



赤ちゃんを落ち着かせ、 ママも肩の力を抜くために

＊ たくさん抱っこ

＊ 肌と肌をふれあわせ

スキンシップ

＊ 乳房を何回でも含ませてみる

＊ 深呼吸

＊ 子育てママが集まって

情報交換

＊ 肩や背中中のマッサージ

＊ 気持ちを聴いてもらう



困ったときに

＊ 災害時の授乳～よく聞かれる質問

<https://i-hahatoko.net/faq/>



＊ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口

<https://lll-japan.org/tel/>



母乳をあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月
2024年3月一部改訂

母と子の育児支援ネットワーク 「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本

<https://lll-japan.org/>

母乳育児支援ネットワーク

<https://bonyuikuji.net/>

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

<https://jalc-net.jp/>

イラスト：Tomo Miura
写真：Sannomiya, Rieko

内閣府男女共同参画局 防災・復興ガイドラインより

母と子の育児支援ネットワーク作成

「災害時の赤ちゃんの栄養」リーフレット転載

(2)-3 障害者への配慮

1. 視覚障害の方への配慮

□ 配慮事項

- ・周囲の状況や情報を理解しづらいため、日頃の生活空間と異なる環境(避難所生活)では、自力で生活・移動することが大変困難です。
- ・物資の配布を受けても、自力で運ぶことが困難です。
- ・**在宅避難**の場合でも、家屋被害や道路陥没などの影響により、自力での生活・移動が困難になることも想定されます。

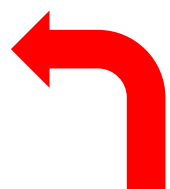
ポイント

□ サポート

- ・配布物資は、希望する場所へ運んであげましょう。
- ・品物を手渡すときは、相手がつかんだことを確認しましょう。
- ・誘導は、杖を持った手はとらず、肘のあたりに触れたり、サポーターの肘につかまってもらいながら誘導します。
- ・文字の情報は、声に出して伝えます。

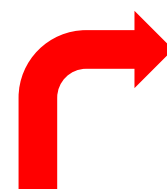
(サポートの一例)

- ・進む方向や障害物を説明するときには、時計の文字盤の位置を想定して伝えることで、視覚障がい者の方がわかりやすい場合もあります。
- ・段差や障害物、自動車・歩行者などに気を付けて誘導しましょう。
- ・協力者を募り、皆でサポートしましょう。



左に進む場合

「9時の方向に進みます。」



右に進む場合

「3時の方向に進みます。」

(2)-3 障害者への配慮

2. 聴覚障害の方への配慮

□ 配慮事項

- ・声による案内(お知らせ)を理解することが困難です。
- ・自分の要望を伝えることが困難です。

□ サポート

◆手話によるコミュニケーション

- ・避難者や地域の方で「手話」を身につけている人に協力いただきます。

◆筆談(器)によるコミュニケーション

- ・「筆談器」「筆記用具」は、避難所開設キットに配備されています。

◆口話(こうわ)によるコミュニケーション

- ・口の形や補聴器を通して聞こえる音、話の文脈によって会話を理解できる場合もあります。
- ・口元が見える状態で、母音のアイウエオの形を見分けられように、口を大きく開けてゆっくり話します。

ポイント

- 情報(お知らせ)を、個別に伝える配慮が必要です。



(2)-3 障害者への配慮

3. 車いすの方への配慮

□ 配慮事項

- ・小さな段差でも越えることが困難です。
- ・せまい通路を通ることが困難です。
- ・自力で物を運ぶことが困難です。
- ・高い場所にあるものを取ることが困難です。



□ サポート

- ・避難スペースに、車いすが通れる通路を確保すること。
- ・トイレなどへの動線を確保すること。
- ・車いすで使えるトイレを確保すること。
- ・食事を届けたり、テーブルへ案内するなど。

ポイント

- ・女性の要配慮者の着替えやトイレ・入浴などは女性が支援してください。



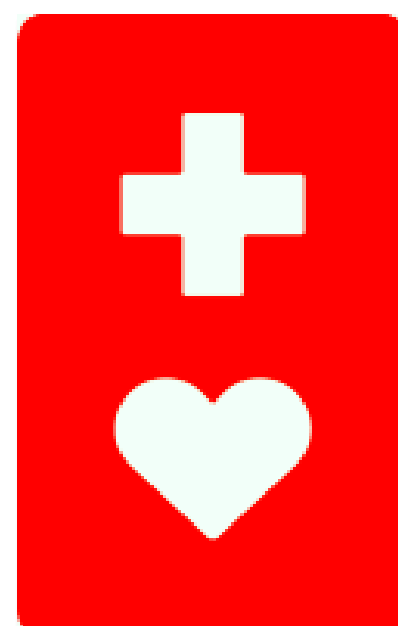
必ず、ご本人に
ご意向を確認ください。

4. 知的障害・内部障害などの方への配慮

- ◆ 知的障害や内部障害などの方は、外見からは障害があることがわからない場合があります。その人にあわせたサポートをお願いします。

ポイント

- ヘルプカードをお持ちの場合は、記載の内容に合わせてサポートします。



ヘルプカード

(3)-4 外国人への配慮

外国人の方は、日本でおきる災害について、あまり理解されていない場合があります。

また、日本語があまりわからないことや宗教・文化の違いから、日本の避難所で過ごすことに混乱をきたしている場合があります。

お互いに助け合える環境を作り、外国人の方にも、避難所運営にご協力いただきますよう。

【コミュニケーションの方法】

- ・やさしい日本語を使ってゆっくり話す
- ・外国語が分かる人に協力いただく。(通訳者の協力)
- ・外国人の中で日本語が分かる人に協力いただく。
- ・コミュニケーション支援ボードを使う(避難所開設キットに配備)
- ・スマートフォンの「翻訳アプリ」を使う
- ・身ぶり手ぶり(ジェスチャー)で伝える など



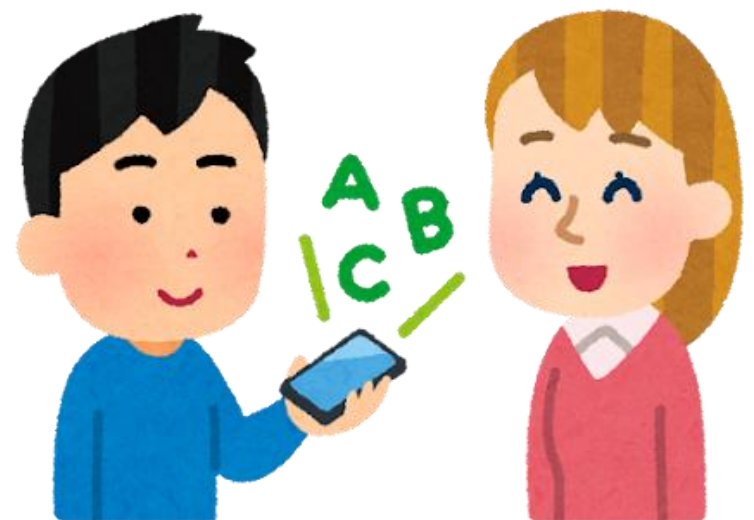
ポイント

「自分は外国語が分からない」などで、伝えることをあきらめず、周囲の人に協力を仰ぎます。

外国人の方々にも、避難所運営に参加いただき、皆で困難を乗り越えましょう。



「コミュニケーション支援ボード」の活用



「翻訳アプリ」の活用

ポイント

「避難所で配られるものは、ただ(¥0)であること。」や、皆で協力することなど、をやさしい日本語で伝えます

避難所では

- ☐ 食べ物や生活に必要な物資を配ります。
- ☐ 寝る場所を提供します。
- ☐ ケガや病気があれば、避難所のスタッフにご相談ください。
- ☐ 困ったことがあれば、避難所のスタッフにご相談ください。
- ☐ 避難所の活動にご協力ください。

やさしい日本語(例)

ひなんじょ

避難所には

「口頭」「掲示板」共通です

- ☐ 食べるもの・飲み物、毎日使うものがあります。

「¥0(ゼロえん)」または「ただ」です。

- ☐ 寝る ところが あります。

- ☐ ケガや 病気の 時、避難所の人に 言います。

- ☐ 困ったことを、避難所の人に 言います。

- ☐ 皆、一緒に 仕事を します。

(2)-5 LGBTQ（性的マイノリティ）の方への配慮

性的指向に関して、異性愛でないことなどに対して、根強い偏見や差別があり、苦しんでいる方々があります。

また、「からだの性」と「こころの性」の食い違いに悩みながら、周囲の心ない行動や言動に苦しんでいる方々があります。

こうした性的指向や性自認を理由とする、偏見や差別をなくし、理解を深める必要があります。



ポイント

- トイレや更衣室を男女別だけではなく、男女**共用**のトイレや更衣室を設置します。
- 避難所施設内のトイレが使用できる場合は、共用トイレを指定します。
- 避難所受付カードの「性別欄」は、任意記入（必須ではない）とします。



(2)-6 身体障害者補助犬への対応

身体障害者補助犬とは

身体障害者の自立と社会参加に資するものとして、身体障害者補助犬法に基づき・訓練・認定された犬のことです。

- ・**盲導犬** 視覚障害の方が、安全に歩けるようサポートします。
- ・**介助犬** 肢体不自由の方の、日常生活の動作をサポートします。
- ・**聴導犬** 聴覚障害の方に、生活の中の必要な音を知らせ、音源まで誘導します。

ポイント

【必要な対応】

- ・身体障害者補助犬は、介助を必要とする方と同じスペースで受け入れます。
 - ・要配慮者スペースや個室の確保を検討します。
 - ・避難スペースに、車いすが通れる通路を確保すること。
 - ・身体障害者補助犬に対するケアは、被介助者※の方に確認したうえで手伝います。
- ※被介助者とは、介助犬を必要としている人のこと。



大地震をきっかけに、突然、日常と異なる生活環境になった状態では、ケガや病気をしていない健康な人でも、正しい判断や行動ができなくなる場合も想定されます。

お互いに寄りそう気持ちを持つことが、震災復興の始まりです。

まずは声をかけあうことから、サポートが始まります。
状況に応じた配慮(心配り)をお願いいたします。
みんなの力で、災害を乗り越えましょう。

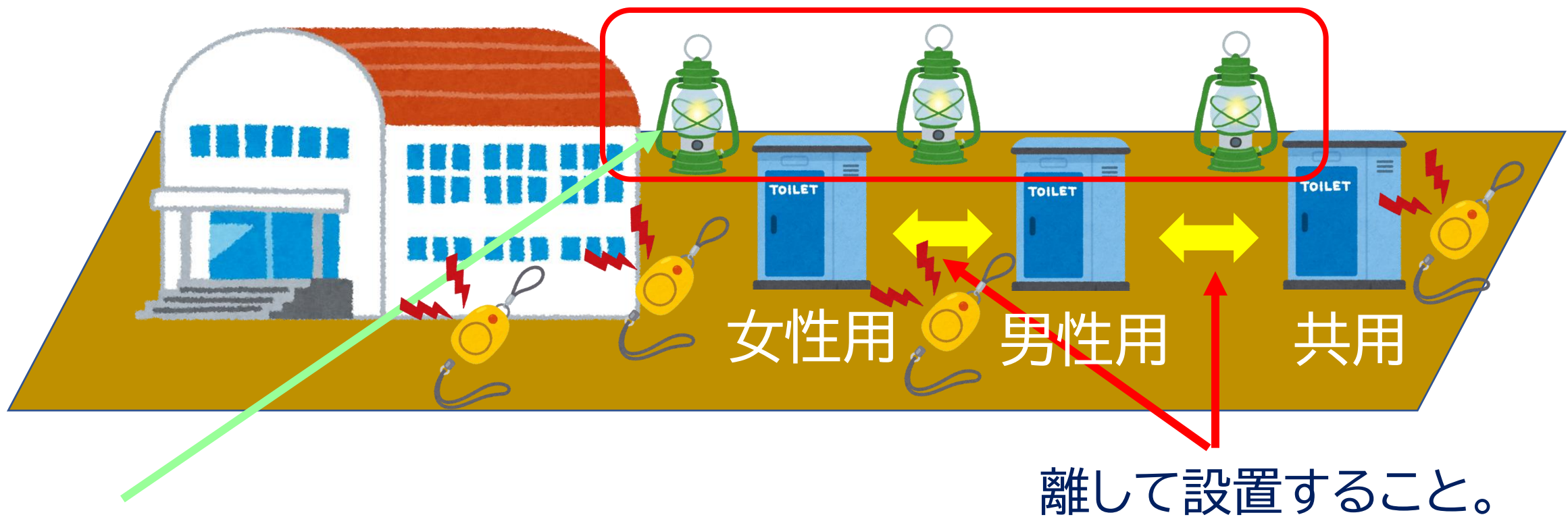


(3) その他の配慮 犯罪防止など

【重要】性犯罪の防止のために
災害時にも「性犯罪・性暴力」が発生しています。

- ◆仮設トイレは、人目の届く場所に設置することや、暗がりや死角を作らないこと。
- ◆女性の夜間のトイレは、二人以上で行くこと。
- ◆避難所運営委員や避難者による見回りを行うこと。 など

仮設トイレ周辺に照明設置(イメージ)



「ランタン」は50台備蓄しています。
(乾電池含む)

ポイント

- 照明器具は、備蓄倉庫に「ランタン(乾電池含む)」を50台備蓄しています。
- 防災倉庫には、発電機×1台と投光器×3基が備蓄されています。
- 避難所施設の照明が使用可能であれば、さらに安心です。
- 防犯ブザーを備蓄しています。トイレ内や通路に配備すると安心です。

備蓄物資一覧

避難者収容「約1,000人」を想定した備蓄数です。
備蓄数量は、避難所ごとに異なります。

避難所生活用品

一般生活用品(就寝関係)			
毛布	1,280	枚	
サバイバルブランケット	1,430	枚	
エアーマット	1,000	枚	
敷マット	440	枚	
避難所用ボード(コルク素材)	20	枚	

衛生用品			
ウェットティッシュ	20	個	
ポリ袋	10,000	枚	
マスク	3,000	枚	
圧縮タオル	1,380	枚	
紙おむつ			
成人用(Mサイズ)	80	枚	
成人用(Lサイズ)	70	枚	
新生児用	160	枚	体重 ~5kg
乳幼児(Sサイズ)	225	枚	体重4~8kg
乳幼児(Mサイズ)	270	枚	体重6~10kg
乳幼児(Lサイズ)	225	枚	体重9~14kg
乳幼児(ビッグサイズ)	345	枚	体重12~20kg
生理用品	2,250	枚	

一般生活用品(その他)			
室内用テント	2	張	授乳・更衣用
ランタン	50	個	単一電池200本含む
灯油ストーブ	4	台	灯油は防災倉庫に備蓄

間仕切り			
間仕切り(段ボール製)	90	枚	接続部品2箱含む (90cm×180cm/1枚)
間仕切りテント(布製)	10	セット	1セット4部屋 (1部屋2m×2m)

食料品

一般用			
クラッカー	4, 032	食	1食5枚(健常者用)
アルファ化米(わかめ・五目)	900	食	1食1袋
おかゆ(白粥)	960	食	
おかゆ(野菜)	80	食	
レトルトリゾット(カレー味)		食	
レトルトリゾット(カレー味)		食	
栄養補助食品		食	カロリーメイト
野菜ジュース		本	

乳児用			
粉乳	22	缶	300グラム入
ミルクアレルギー用粉乳	2	缶	850グラム入
ほ乳瓶(150ml用)	6	本	
ほ乳瓶(240ml用)	22	本	

給食用品

給食用品			
割りばし	2, 500	膳	
スプーン	240	本	
紙ボウル	2,000	個	
紙コップ	2,500	枚	
食品用ラップ	2	本	50m巻
ゴム手袋	100	枚	
非常用炊飯袋	2,400	枚	炊出しバーナー炊飯用

給水用品

給水用品			
給水袋	200	枚	
給水ポンプ	1	本	
ひしゃく	10	本	

その他

その他			
災害時特設公衆電話	3	台	情報連絡部設置管理
手回し充電式非常用ラジオ	16	台	
応急給水栓用資機材 (黄色カバン) ※防災倉庫に配備している場合 もあります。	1	セット	【内容物】 ・スタンドパイプ ・蛇口アダプター ・マンホール蓋カギ ・開栓器 ・開栓器ハンドル ・採水用ホーローカップ ・簡易水質検査キット
避難所用蓄電池	1	台	通常電源及びソーラー充 電対応

避難所開設キット

避難所開設キット			
垂れ幕「避難所開設中」	1	枚	
食中毒予防ブック	2	冊	
簡易筆談器	2	台	
腕章(運営本部)	10	枚	
腕章(各部)	各15	枚	
腕章(避難支援部)	22	枚	
応急給水栓訓練マニュアル	1	冊	
外国人のためのヘルプカード	5	冊	
コミュニケーション支援ボード	1	式	
簡易問診票(日本語/英語)	2	枚	
【表示類】			
避難所開設中			
避難所施設安全点検中			
立入禁止			
避難者受付			
避難者受付(体調不良者)			

炊出し用品

炊出し用品			
かまどセット	3	セット	
かまどセット燃料	45	kg	
固形燃料	16	缶	

トイレ用品

トイレ用品			
ため込み式トイレ	5	台	ベンチャー ベンクイック 六角パクト のいずれか
マンホールトイレ	4	セット	大型テント付き1セット
ポータブルトイレ	5	台	テント付き (便袋を併用)
便袋	3,800	袋	凝固シート一体型
トイレットペーパー	300	巻	



救護用品

救護用品			
救護ベッド			医療救護所配備品
簡易ベッド	5	台	
ヘルパーカー	2	台	
担架	1	台	
レスキューカー	1	台	車輪付き担架 (ストレッチャー)
車いす用スロープ	1	台	

薬品類ほか

薬品等			
救急カバン	2	箱	応急手当用 ※救護・衛生部活用
消石灰(25kg入り)	3	袋	仮設トイレ等消毒用
次亜塩素酸ナトリウム	1	本	消毒・殺菌用
クレゾール	1	本	トイレ殺菌用
消毒薬噴霧器	1	台	クレゾール散布用
手指消毒剤	30	本	500ml入り
ペーパータオル	200	枚	
感染予防物品			
非接触温度計	2	個	
防護服	10	セット	防護服、ゴーグル、靴袋 KN95マスク
ディスポガウン			飛沫感染などを予防する 使い捨てガウン
フェイスシールド	10	個	
赤テープ	1	巻	ゾーニング境界作成用

緊急用品

緊急用品			
防水シート	50	枚	ブルーシート
ロープ	2	巻	200m/1巻
懐中電灯	30	台	LED式
単一電池	120	本	懐中電灯用
ハンドメガホン	1	台	単三電池6本 同梱
立入禁止表示テープ	10	巻	危険箇所、校舎使用制限 等に使用

飲料水について

区立小中学校など、通常に学校運営がなされている避難所では、飲料水の備蓄はありません。断水の場合には、避難所敷地内に設置された「**応急給水栓**」から飲料水を確保することとなります。

旧鷺宮小学校などの、現在学校として活用されていない避難所については、校舎内の水道を**飲料水**として**使用不能**であるため、ペットボトルの水を備蓄しています。

【備蓄数】収容人数×3ℓ×1日分

なお、「応急給水栓」も避難所敷地内に配備されています。



「応急給水栓」は、上水道本管から直接飲料水を確保できる資機材です。

【上図】応急給水栓から取水している様子

防災倉庫の資機材

資機材

揚水機(手動式)	1	台	6t/1時間
組立水槽(1t)	1	基	
組立水槽(1.5t)	1	基	
小型発電機	1	台	2.300w以上
投光器セット	1	組	300W×3灯
組立式煮炊レンジセット (通称:炊き出しバーナー)	2	組	釜容量 2斗(約36ℓ)
灯油 (煮炊きレンジ、灯油ストーブ用)	108	缶	1ℓ入り
ガソリン(発電機用)	18	缶	1ℓ入り

発電機

2.300W程度の発電力
ガソリンは缶詰で備蓄



炊出しバーナー

(組立式煮炊レンジセット)

大釜(36ℓ)で炊出しを行います。



布間仕切り

プライバシー確保等に利用します。



避難所 施設点検マニュアル

区の職員が、安全点検を行うことができない場合には、避難所を運営する皆さまが、避難所施設の安全点検を行う必要があります。

避難所は、被災者の生活を支える拠点となりますが、避難所の建物自体が被害をうけていると、壁や天井の崩落などで、二次被害の発生も予想されます。

安全点検を行う際に、本マニュアルをご活用ください。

また、安全点検は必ず複数の人で行ってください。

避難所施設安全点検マニュアル

(1) 前提

震災発生時、区は職員や協定団体と連携し、施設の安全点検を行うこととしています。しかし、地震が発生したタイミングにより、区が安全点検を実施する前に避難者が多く集まることも想定されます。

天候や負傷者の有無などによっても、区の点検を待たず避難所の開設が必要とされる場合もあります。

この場合、避難所運営役員や避難者が自ら施設の安全を点検し、屋内への収容を判断することとなります。

二次被害を発生させないためにも、複数の人での的確な点検を行ってください。
(単独行動は禁止)

(2) 点検方法

【注意事項】

余震が続く場合には、危険箇所には近づかないこと。

【順番】 ①建物外観→②建物内部

① 建物外観の点検

ア 目で見てわかる異常がないか点検

◆一見して建物に被害(異常)が感じられる場合は、点検は行わない。

◆建物には近づかず、地域本部に連絡し、判断を仰いでください。

(建物に近づかないこと)

☆外観の点検により、大きな被害が認められない場合に、内部の点検を行います。

② 建物内部の点検

ア 天井、柱、カベ、梁(はり)、床の被害(異常)を確認

イ 窓ガラスの破損(割れ)を確認

ウ 落下物(照明器具など)の確認

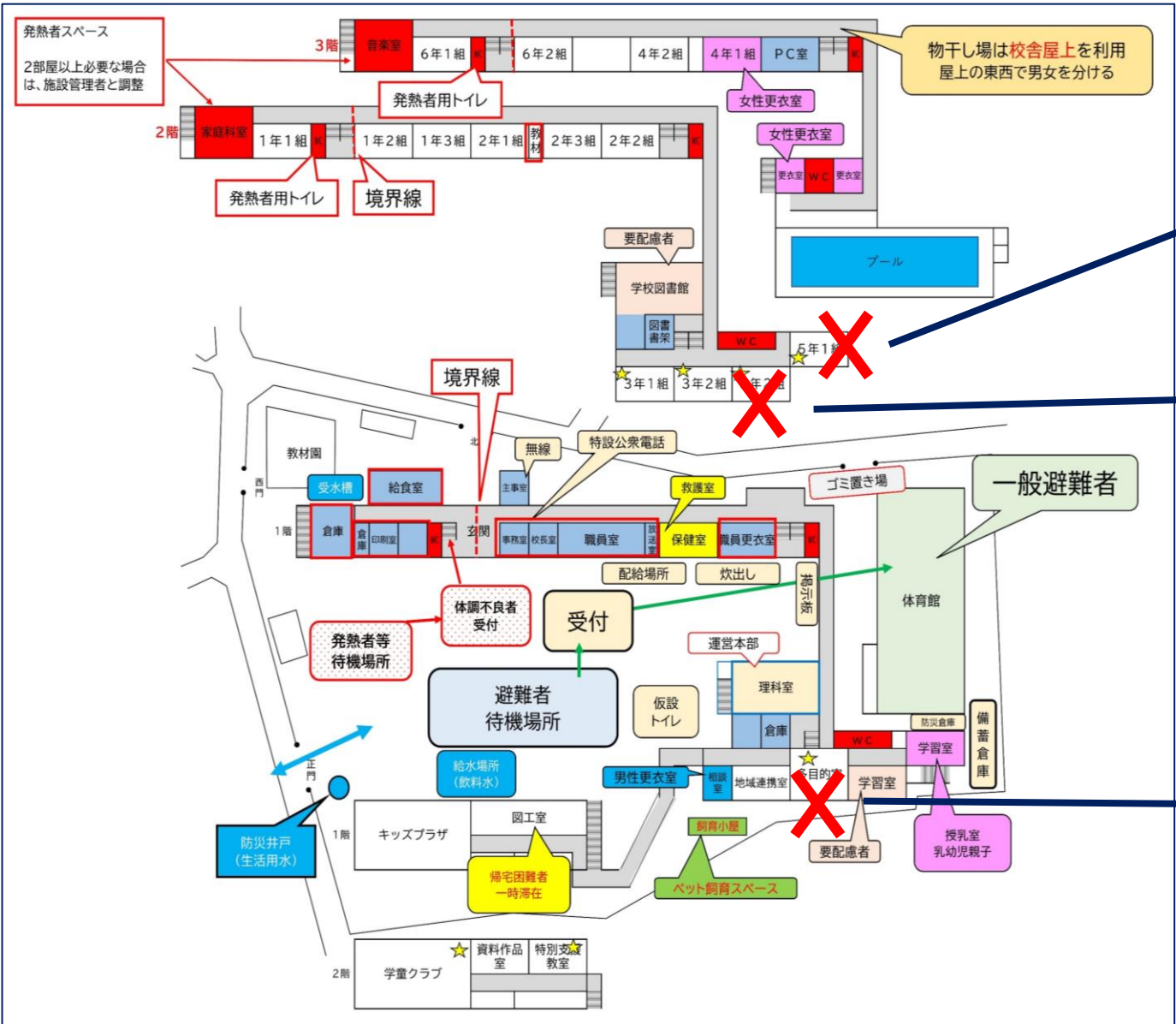
エ ガス漏れ(ガスの臭いを感じるか)

(3)－1 点検項目 建物の外観

点検内容は、「避難所施設利用図」に危険箇所を記録し情報を共有します。

建物の外観

内容	被害状況		備考
土台(基礎部)	☐ あり	☐ なし	
柱	☐ あり	☐ なし	
カベ	☐ あり	☐ なし	
梁(はり)	☐ あり	☐ なし	
窓ガラス	☐ あり	☐ なし	
校庭(敷地)の陥没	☐ あり	☐ なし	
近隣被害の影響	☐ あり	☐ なし	家屋倒壊など
その他	☐ あり	☐ なし	



危険箇所記録(イメージ)

カベにヒビ2m

柱に亀裂 1m

土台にヒビ 10cm

(4) 危険箇所 (建物の外観) つづき

[illegible]

被害が分かりづらい場合(場所)は、危険箇所として記録し、安全が確認されるまでは近づかないこと。

(3)－2 点検項目 建物の内部

建物の内部

内容	被害状況		備考
床	☐ あり	☐ なし	
カベ	☐ あり	☐ なし	
柱	☐ あり	☐ なし	
梁(はり)	☐ あり	☐ なし	
天井	☐ あり	☐ なし	
窓ガラス	☐ あり	☐ なし	
落下物	☐ あり	☐ なし	
ガス漏れ(臭い)	☐ あり	☐ なし	
その他	☐ あり	☐ なし	

(4) 危険箇所

危険箇所

場所(どこが)	状況(どのように)ヒビ、破損、傾き、ゆがみ など	備考

(4) 危険箇所 (建物の内部) つづき

危險箇所

(4) 危険箇所 (建物の内部) つづき

危險箇所

(4) 危険箇所 (建物の内部) つづき

危険箇所		
場所(どこが)	状況(どのように)ヒビ、破損、傾き など	備考



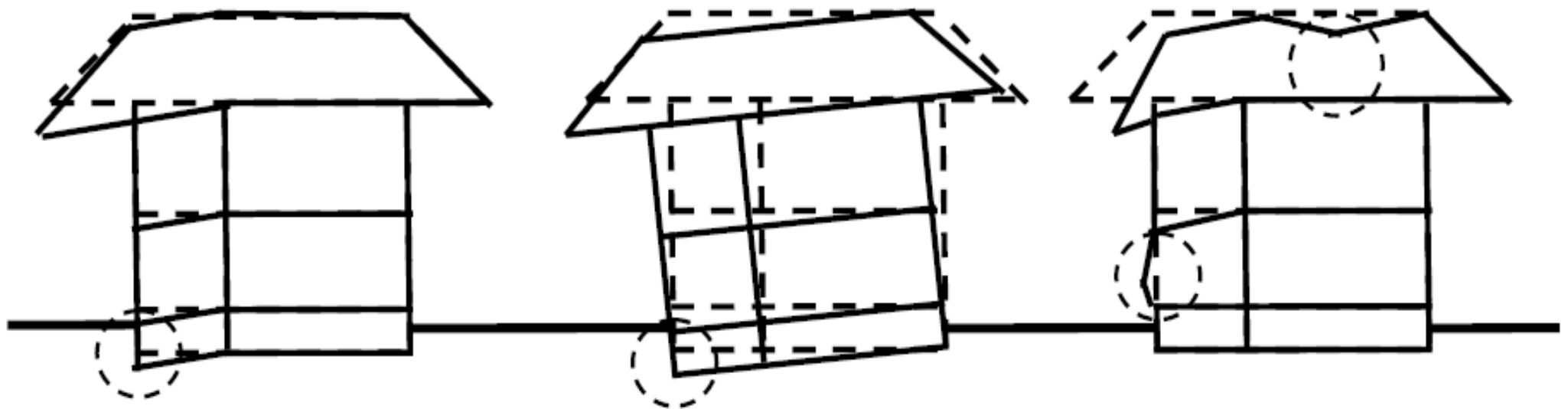
(5) 危険箇所への対応

危険箇所は、「立ち入り禁止テープ」などで、避難者が近づかないようにします。

対応状況			
内容	対応状況		備考
立入禁止表示 ()	☐ 実施済み	☐ 未	
立入禁止表示 ()	☐ 実施済み	☐ 未	
立入禁止表示 ()	☐ 実施済み	☐ 未	
立入禁止表示 ()	☐ 実施済み	☐ 未	
運営委員の共有	☐ 実施済み	☐ 未	
避難者への周知	☐ 実施済み	☐ 未	
地域本部への報告	☐ 実施済み	☐ 未	

(6) 被害のイメージ

(6)-1 建物の沈下



建物の一部や全部が、不均等に沈み込んだ状態など

(6)-2 基礎(土台)の破損

基礎の亀裂



基礎の破損



(6)-3 柱の破損(亀裂)



(6) 被害のイメージ

(6)-4 カベの破損(亀裂)

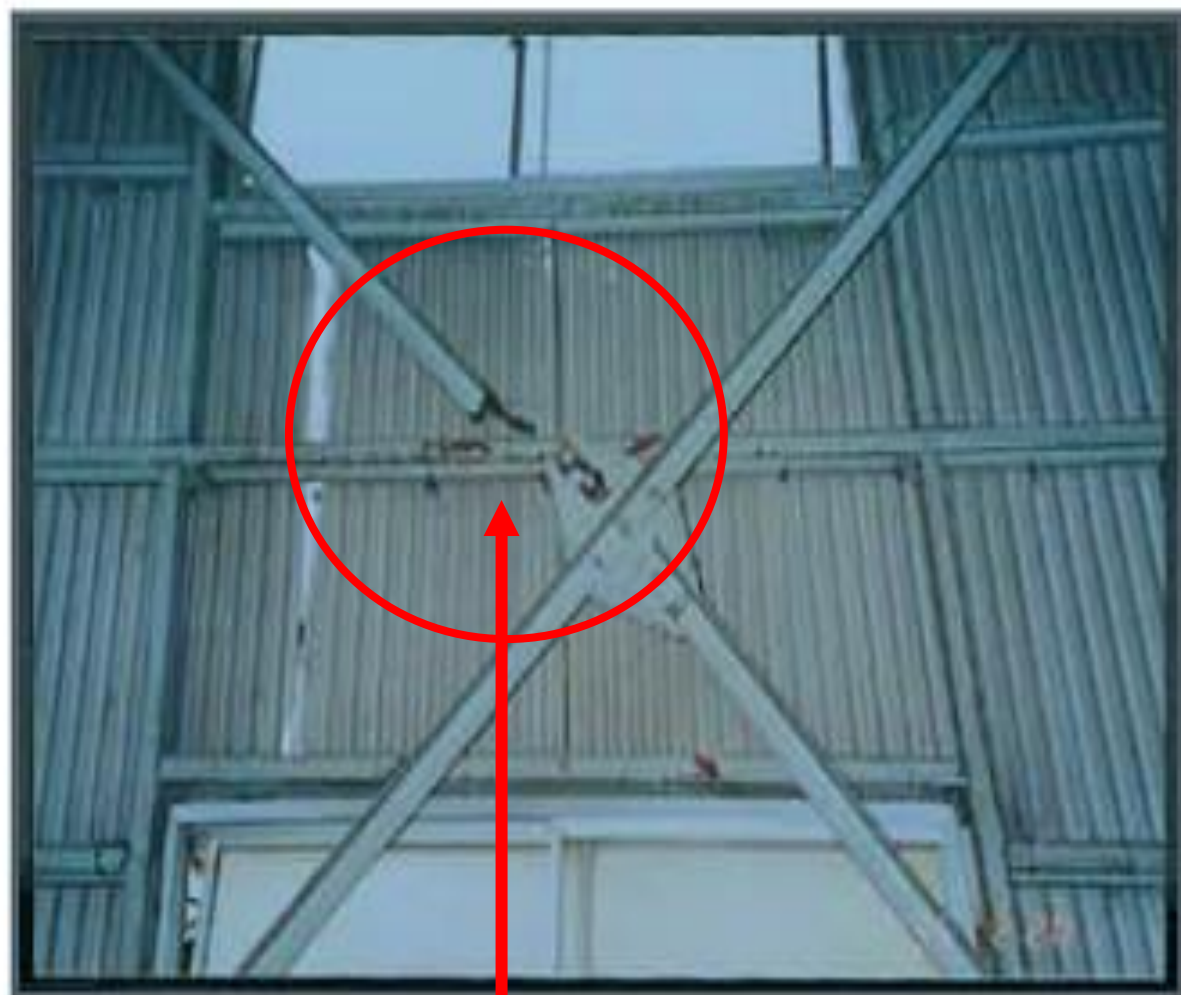


(6)-5 天井仕上げ材の落下



天井仕上げ材が散乱した
体育館内

(6)-6 筋交いの破損



筋交いの破断部分