

【市職員用】

避難所運営マニュアル 資料集



平成31年4月1日

阿賀野市

目 次

被災者へのトリアージ(判断基準の参考例)	1
避難所運営のために必要な部屋・場所	2
避難所利用者の事情に合わせた配慮の方法	5
避難所利用者の事情に配慮した情報伝達の例	1 4
食物アレルギーや文化・宗教上の理由で食べられないもの	1 5
配給食品の受け入れ、配布時の注意点	1 6
災害時のトイレ対策	1 7
トイレの清掃当番がやること	2 0
災害時のごみ対策	2 1
こころの健康	2 2

被災者へのトリアージ(判断基準の参考例)

判断基準は災害規模や被災地の状況により異なるため、あくまでも参考とすること。

区分	区分	対象者の具体例	
I	専門的なケアが必要	医療機関へ 医療依存度が高く医療機関への早急な受診が必要	人工呼吸器を装着している人 酸素療法をしている人 人工透析を行っている人 気管切開などがあり、吸引などの医療行為が常時必要な人
		福祉施設へ 福祉施設での介護が常に必要	重度の障がい者のうち、医療的なケアが必要でない人 寝たきりで介護が常時必要な人
II	他の被災者と区別した対応が必要	医療的な対応が必要 医療的なニーズが高く、医療やケアが必要	医療的なケアの継続が必要な人(インスリン注射など)
			感染症で集団生活からの隔離が必要な人(インフルエンザ、ノロウイルスなどの診断を受けている人、診断前の発熱・下痢・おう吐などの症状がある人)
		福祉的な対応が必要 福祉的なニーズが高く、介護援助の継続が必要	感染症の防御が特に必要な人(新生児、乳児、妊婦など)
			親族の死亡、PTSDなどで精神的に不安定で個別の支援が必要な人(状況に応じて医師の判断により被災地を離れる必要性がある)
III	定期的な専門家の見守りや支援が必要	医療的なニーズ	日常的な疾患があるが、服用薬の確保ができれば生活が可能の人
			精神的に不安定さや不眠などの症状はあるが、見守りや傾聴などの支援が必要な人
		福祉的なニーズ	見守りレベルの介護が必要で、ヘルパーや家族などの支援の確保ができれば、避難所や在宅生活が可能の人
			高齢者のみ世帯など、ライフラインの途絶により在宅生活継続のために生活物資の確保に支援が必要な人
保健的なニーズ	骨関節系疾患や立ち座りに支障がある高齢者など、生活不活発病予防のために、椅子の配置や運動の促しなどの支援が必要な人		
IV	現状において生活が自立していて、避難所や在宅での生活が可能の人		

避難所運営のために必要な部屋・場所

※避難所によって利用できる部屋・場所が変わるので、あくまでも参考とすること。

必要な部屋・場所	用途や設置のポイント	備考
救護室 1	応急の医療活動を行う <input type="checkbox"/> 保健室や医務室が使用可能であれば利用 <input type="checkbox"/> 感染症に罹患している人以外で、医療機関搬送前などの体調不良者が一時的に利用	<input type="checkbox"/> 簡易ベッド <input type="checkbox"/> 布団
救護室 2 【(疑)感染症患者用】	感染症に罹患している疑いのある人がいる場合に設置 <input type="checkbox"/> 人通りが少ない部屋を選ぶ <input type="checkbox"/> 感染症の疑いがある人、又は感染症に罹患している人を分ける(可能な限り症状別に分ける) <input type="checkbox"/> 入室前にマスク着用 <input type="checkbox"/> 入室後に手洗いと消毒 <input type="checkbox"/> なるべくベッドなどで安静にさせる	<input type="checkbox"/> 暖房器具(冬季) <input type="checkbox"/> 簡易ベッド <input type="checkbox"/> 布団 <input type="checkbox"/> 加湿器 <input type="checkbox"/> 消毒
医療・介護	トイレ使用時に配慮が必要な人が優先的に利用 <input type="checkbox"/> 配慮が必要な人の優先的使用を表示 <input type="checkbox"/> 段差がなく移動できる場所に洋式トイレを設置(段差がある場合はスロープなどを設置) <input type="checkbox"/> 男女別に配置し、プライバシーに配慮 <input type="checkbox"/> 介助者同伴や性的マイノリティの人などが気兼ねなく利用できるよう男女共用(多目的)も設置 <input type="checkbox"/> その他、 災害時のトイレ対策(P17) も参照	<input type="checkbox"/> 仮設トイレ(洋式) <input type="checkbox"/> 簡易トイレ(洋式) <input type="checkbox"/> テント <input type="checkbox"/> 間仕切り <input type="checkbox"/> 照明(灯光器) <input type="checkbox"/> トイレレットペーパー <input type="checkbox"/> 消毒用アルコール <input type="checkbox"/> ハンドソープ <input type="checkbox"/> ふた付きごみ箱 <input type="checkbox"/> 手すり <input type="checkbox"/> 蛇口付のタンク <input type="checkbox"/> 流し台 <input type="checkbox"/> 手荷物置場 <input type="checkbox"/> 鏡
	自力歩行が困難な人 <ul style="list-style-type: none"> ・ 出入口の幅は80cm以上 ・ 車いすで使える広さの確保 ・ 手すりがあるとよい 	
	目が見えない人(見えにくい人) <ul style="list-style-type: none"> ・ 壁伝いに移動できる場所や点字ブロックで誘導できる場所に設置 ・ 補助犬と利用できる広さの確保 	
	オストメイト(人工肛門・人口膀胱保有者) <ul style="list-style-type: none"> ・ ストーマ部位用の流し場 ・ 補装具、付属品を置く棚 ・ 下腹部を写す鏡等の設置 ・ 排泄処理時の椅子の設置 ・ 汚物入れ、汚物袋の準備 	
	発達障がいがある人(自閉症等) <ul style="list-style-type: none"> ・ 感覚の鈍さなどからトイレを我慢し、順番を守ることができない場合がある ・ 嗅覚が敏感で臭いのきついトイレを使用できない場合は、簡易トイレ(ポータブルトイレ)の活用を検討 	
補助犬同伴者用の場所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身体障がい者補助犬(盲導犬、介助犬、聴導犬)同伴者が、補助犬とともに過ごすための部屋や場所 ・ 動物アレルギーのある人などに配慮し、なるべく個室を用意する 	<input type="checkbox"/> 毛布や敷物 <input type="checkbox"/> ペット用シーツ
健康相談室	医師や保健師などが巡回健康相談を行う際に利用(発災後3日目以降)	<input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> 机
介護室	介護が必要な人などが利用	<input type="checkbox"/> 簡易ベッド

	(ベッドルーム)	<input type="checkbox"/> 運営側の目の届きやすい場所にある部屋を確保(なければ、間仕切りやテントを利用) <input type="checkbox"/> 室内に車いすで相互通行できる通路を確保 <input type="checkbox"/> 移動可能な間仕切りはオムツ替え時に利用 <input type="checkbox"/> 男女同室となる場合は、ベッドの配置の工夫、間仕切りやついたてなどでプライバシーに配慮	<input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> 手すり <input type="checkbox"/> 消毒用アルコール <input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> ふた付きごみ箱 (□間仕切り) (□テント)
生活環境	災害用トイレ(災害用便槽・仮設トイレ・簡易トイレなど)	施設のトイレが使えない場合などに設置 <input type="checkbox"/> 男女別に設置 <input type="checkbox"/> 夜も安全に利用できるよう照明を設置 <input type="checkbox"/> 介助者同伴や性的マイノリティの人などが気兼ねなく利用できるよう「多目的トイレ」も設置 <input type="checkbox"/> サニタリーボックス(ふた付きごみ箱)を設置 <input type="checkbox"/> なるべく洋式トイレを設置 <input type="checkbox"/> 仮設トイレを設置する場合は、収集車が通行できる場所に設置(幅200cm、高さ240cm以上を確保する) <input type="checkbox"/> その他、 災害時のトイレ対策(P17) を参照	<input type="checkbox"/> 災害用トイレ ・災害用便槽 ・仮設トイレ ・簡易トイレ <input type="checkbox"/> 照明(投光器) <input type="checkbox"/> トイレトッパー <input type="checkbox"/> 消毒用アルコール <input type="checkbox"/> ふた付きごみ箱
	更衣室	着替えなどで利用(テントや間仕切りでの設置も可) <input type="checkbox"/> 男女別に設置 <input type="checkbox"/> 介助者同伴や性的マイノリティの人などが気兼ねなく利用できるよう「個室」も設置	(□間仕切り) (□テント)
	手洗い場	避難所内の衛生環境の維持、防疫対策のため設置 <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコールを設置 <input type="checkbox"/> 生活用水の確保後は、蛇口のあるタンクを机などの上に設置し、流水と石鹸で手洗いできるようにする ・使用後の水は、なるべく浄化槽や下水管に流す(できない場合は、バケツなどで受ける) ・感染症予防のため、タオルの共用は厳禁	<input type="checkbox"/> 消毒用アルコール <input type="checkbox"/> 蛇口のあるタンク <input type="checkbox"/> 流し台 <input type="checkbox"/> 石鹸 <input type="checkbox"/> ペーパータオル
	風呂洗濯場	生活用水の確保による仮設風呂や洗濯機の設置 ・使用後の水は、なるべく浄化槽や下水管に流す ・プライバシーに配慮した洗濯物干し場も決める ・なるべく乳幼児用の小型の風呂、手すり付きの風呂なども用意する	(□仮設風呂) (□洗濯機) (□物干し用の道具)
	ごみ置き場	避難所で出たごみを一時的に保管する場所 <input type="checkbox"/> 生活場所から離れた場所(臭いに注意) <input type="checkbox"/> 直射日光が当たりにくく、屋根のある場所 <input type="checkbox"/> ごみ収集車が出入りできる場所に設置(幅250cm以上、高さ300cm以上の通路を確保) <input type="checkbox"/> 優先的に収集する必要がある腐敗物とその他の物の保管スペースを分ける <input type="checkbox"/> その他、 災害時のごみ対策(P21) も参照	
		飼い主とともに避難したペットの場所 ※事前に避難所担当職員と施設管理者が決めた場所で	<input type="checkbox"/> テント <input type="checkbox"/> ペット用ケージ

	ペットの受け入れ場所	飼育する <input type="checkbox"/> アレルギーや感染症予防のため、避難所利用者の生活スペースとは別の場所で受け入れる(動線も交わらないように注意) <input type="checkbox"/> 敷地内の屋根のある場所を確保(テントも可) <input type="checkbox"/> ペットは必要に応じケージに入れ、犬、猫などの種類ごとに区分して飼育できるようにする	ジ <input type="checkbox"/> ペット用シート <input type="checkbox"/> 餌・水用食器 <input type="checkbox"/> 首輪・リード <input type="checkbox"/> 餌 ※飼育に必要な資材・餌は飼い主が準備
食料・物資	荷下ろし・荷捌き場所	運搬されてきた物資などを荷下ろし・荷捌きする場所 <input type="checkbox"/> トラックなどによる物資の運搬がしやすい場所 <input type="checkbox"/> 風雨を防げるような屋根のある場所	<input type="checkbox"/> 台車
	保管場所	食料や物資を保管する場所 <input type="checkbox"/> 高温・多湿となる場所は避ける <input type="checkbox"/> 風雨を防げる壁や屋根のある場所 <input type="checkbox"/> 物資の運搬や配給がしやすく施錠可能な場所がよい	<input type="checkbox"/> 台車
育児・保育ほか	授乳室	女性用の更衣室を兼ねる場合は、移動できる間仕切りを設置	<input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> 間仕切り
	おむつ交換場所	乳幼児のおむつ交換のための場所で男女共用 (大人のおむつ交換は介護室で実施)	<input type="checkbox"/> 机(おむつ交換台) <input type="checkbox"/> おしりふき
	子ども部屋	育児や保育(遊び場、勉強部屋)、被災後の子どもの心のケア対策用に利用 <input type="checkbox"/> 生活場所とは少し離れた場所に設置 <input type="checkbox"/> テレビを設置(可能であればDVDなども)	<input type="checkbox"/> 机 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> テレビ
	談話室	人々が集まり交流するための場所 <input type="checkbox"/> 生活場所とは少し離れた場所に設置 <input type="checkbox"/> テレビや給湯設備があるとよい	<input type="checkbox"/> 机 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> テレビ <input type="checkbox"/> 湯沸し用ポット
運営用	避難所運営本部室	避難所運営委員会の会議などで利用 運営側(当直者)の休憩・仮眠室としても利用 生活場所とは別室に設置	<input type="checkbox"/> 机 <input type="checkbox"/> 椅子
	総合受付	避難所利用者の受付や相談窓口などを設置 避難所となる施設の入口や生活場所近くに設置 (生活場所とは扉などで仕切れる場所がよい)	<input type="checkbox"/> 机 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/> 筆記用具
	相談室(兼静養室)	相談対応やパニックを起こした人が一時的に落ち着くために利用 (パニック対策には本人や家族の同意を得て、個室利用や福祉避難所への移送も検討)	<input type="checkbox"/> 机 <input type="checkbox"/> 椅子 (<input type="checkbox"/> テント)
	外部からの救援者用の場所	自衛隊や他の自治体からの派遣職員、ボランティアなど外部からの救援者が利用 <input type="checkbox"/> 外から出入りしやすい屋外の一部を確保(車両用) <input type="checkbox"/> 必要に応じて拠点となる部屋を確保	

避難所利用者の事情に合わせた配慮の方法

要介護度の高い人(寝たきりの人など)		
特徴	・食事、排泄、衣服の脱着、入浴など生活上の介助が必要	
主な配慮事項	配置・設備	・簡易ベッドやトイレを備えた介護室など
	食料・物資	・介護用品(紙おむつなど)、衛生用品(使い捨て手袋)、毛布、柔らかく温かい食事など
	情報伝達	・本人の状態に合わせてゆっくり伝える、筆談を行うなど
	人的支援	・看護師、ホームヘルパー、介護福祉士など
	その他	・感染症対策を講じる ・医療機関や福祉避難所へ連絡し、必要に応じて搬送する

自力歩行が困難な人(体幹障がい、足が不自由な人など)		
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・段差があると一人では進めない ・歩行が不安定で転倒しやすい ・脊髄を損傷している人は感覚がなくなり、周囲の温度に応じた体温調節が困難 ・脳機能障がいによる麻痺の人の中には、言語理解、発語の障がいに加え、顔や手足などが自己の思いとは関係なく動くため、自分の意思を伝えるににくい ・飲食物の飲み込みや自然排泄が困難な人で、管を体に入れて栄養摂取や排泄をしている人もいる 	
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・身体の安全を守ることや自力避難が困難な場合がある ・車いすや歩行補装具を使用している場合があり、移動に時間がかかったり、広い道幅が必要になったりする ・周囲に迷惑をかけると思い、トイレを我慢することがある 	
主な配慮事項	配置・設備	・段差がなく車いすでも往来できる場所、通路の確保
	食料・物資	・杖、歩行器、車いすなどの補助器具、介護ベッド、洋式トイレなど
	情報伝達	・車いすからも見やすい位置に情報を掲示
	支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・どのような支援が必要か、障がいの部位によって相違する ・本人や家族に確認し、手や肩を貸す ・段差のあるところ、幅の狭いところでの移動がしやすいよう、手を貸したり、スペースを確保したりする
	その他	・車いすでも使用できる洋式トイレの優先使用

内部障がいのある人(心臓、呼吸器、腎臓、膀胱、直腸、小腸、免疫機能障がいなど) ※さまざまな器具や薬を使用していることが多い	
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・補助器具や薬の投与、通院などが必要 ・配慮の方法を本人に確認する必要がある(定期的通院、透析、栄養輸血の補給の必要性など) ・飲食物の飲み込みや自然排泄が困難で、管を体に入れて栄養摂取や排泄をしている人もいる
災害時に起こりやすいこと	・見た目では分かりにくい場合が多く、自力歩行や素早い避難行動が困難な場合がある

支援方法		<ul style="list-style-type: none"> ・素早い行動ができない場合があるので手を貸す ・装具、医療機器で人工呼吸器、酸素ボンベなど生死に関わるものがある ・持ち運びの仕方もあるため、本人に確認して運ぶ ・携帯電話がペースメーカーに影響を及ぼす場合があるため、携帯電話を近づけない
主な配慮事項	配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的な場所
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろ服用している薬、使用している装具など ◇人工肛門、人口膀胱の人……ストーマ用装具など ◇咽頭摘出者……気管孔エプロン、人口咽頭、携帯用会話補助装置など ◇呼吸器機能障がい……酸素ボンベなど ◇腎臓機能障がい……食事への配慮(タンパク質、塩分、カリウムを控える)
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関関係者、保健師、関係支援団体など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症対策を講じる ・医療機関や医療機器メーカーへの連絡(器具や薬の確保) ・必要に応じて医療機関に搬送する ◇人工肛門、人口膀胱の人……装具の洗浄場所を設置したトイレの優先使用

難病の人 (治療方法が未確立で、生活面で長期にわたり支障が生じる疾病をもつ人)		
※さまざまな疾患があり、人それぞれ状態が異なる		
特 徴		
<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスや疲労での症状悪化や定期的な通院が必要な点が共通する ・見た目では分かりにくい場合もあり、配慮の方法を本人に確認する 		
主な配慮事項	配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的で段差などのない場所 ・防寒、避暑対策
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろ服用している薬、使用している支援機器など
	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・本人の状態に合わせる(ゆっくり伝える、筆談など)
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関関係者、保健師、関係支援団体など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症対策を講じる ・医療機関や医療機器メーカーへの連絡(器具や薬の確保) ・必要に応じて医療機関に搬送する

アレルギーのある人 (ぜんそく、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、動物アレルギーなど)		
特 徴		
<ul style="list-style-type: none"> ・環境の変化で悪化する人もいて、生命に関わる重症発作に注意が必要 ・見た目では分かりにくい場合もある 		
主な配慮事項	配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・アレルギー発作の引き金になるものを避けた衛生的な場所
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろ服用している薬、使用している補助具など ◇食物アレルギー……アレルギー対応食品や原因となる食物を除去した食事(調味料などにも注意)
	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・食物アレルギー……食事の材料や調味料などの成分を表示した献立表の掲示
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関関係者、保健師、管理栄養士など
		<ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じて医療機関に搬送 ・周囲の理解を求める

その他	<ul style="list-style-type: none"> ◇ぜんそく……ほこり、煙、強いにおいなどが発作の引き金になる ◇アトピー性皮膚炎……シャワーや入浴で清潔を保つ ◇動物アレルギー……動物に近づかない
-----	--

目の見えない人(見えにくい人)		
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・全く見えない人と見えづらい人がいる ・暗いところで見えにくい、見える範囲が狭い、特定の色が分かりにくい人もいる ・視覚による情報収集や状況把握が困難なので、音声や手で触れることで情報を入手する 	
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・情報を得にくいため、緊急事態や周囲の危険が分からず、うろうろしたりその場で動けなくなったりする可能性がある ・非常時は自分で動けないことがある 	
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・危険の少ないところまで誘導する ・白杖を上にあげているのはSOSのサインなので、「何かお手伝いしましょうか」と声を掛け、手助けする 	
主な配慮事項	配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・壁際(位置が把握しやすく、壁伝いに移動可能)で段差のない場所 ・出入口に近すぎずほどよい場所を確保し、移動距離を少なくする配慮をする ・仮設トイレを屋外に設置する場合、壁伝いに行くことができる場所に設置するなど、容易に移動ができるよう配慮する
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・白杖、点字器、携帯ラジオ、携帯型の音声時計、携帯電話、音声出力装置、文字の拡大鏡、ルーペなど
	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・音声、点字、指点字、音声出力装置、音声変換可能なメールなど ・放送、拡声器などにより繰り返し音声情報を提供する ・肩や手に触れて情報を伝える
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ガイドヘルパー、視覚障がい者団体など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じて視覚障がい者団体などに連絡 ・必要に応じて医療機関などに連絡 <p>【盲ろう者について】 全盲で全く聞こえない人や盲難聴者、弱視ろう者、弱視難聴者の人がいる。聴覚からの情報も視覚からの情報も制限されるため、その人に合わせた情報提供(手話、点字、指点字、手書きなど)と介助が必要になる</p>

耳の聞こえない人(聞こえにくい人)	
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・人によって聞こえる程度、補聴器の効果、言語障がいの有無などが異なる ・音による情報収集や状況把握が困難で視覚による情報伝達が必要 ・見た目では分かりにくい場合もある
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲の音での判断が難しく緊急事態への理解が困難になることがある ・テレビやラジオから情報を得ることが難しく、状況がつかめないまま家の中で閉じこもってしまうことがある ・話しかけても返事をしない(できない)ため、孤立することがある
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・プラカードを持って回り、聴覚障がい者がいるか確認する
配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・情報掲示板や本部の付近など、目から情報が入りやすい場所
	食料・物資

主な 配慮 事項		A X、テレビ(文字放送・字幕放送)、救助用の笛やブザーなど
	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーション支援ボード、情報掲示板、手話、筆談、要約筆記、メール、文字放送など ・文字による情報は分かりやすく表現し、漢字にはルビを振る ・情報は要点をまとめ、紙に書いて伝える ・唇の動きで分かる人もいるため、ゆっくりと大きく口を開けて話す
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・手話通訳者、要約筆記者、聴覚障がい者団体など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じて聴覚障がい者団体へ連絡 ・本人の希望に応じて「支援が必要」である旨を表示(シールなど) <p>【盲ろう者について】 全盲で全く聞こえない人や盲難聴者、弱視ろう者、弱視難聴者の人がいる。聴覚からの情報も視覚からの情報も制限されるため、その人に合わせた情報提供(手話、点字、指点字、手書きなど)と介助が必要になる</p>

身体障がい者補助犬を連れて来た人											
※補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬をいう											
主な 配慮 事項	<table border="1"> <tr> <td>特 徴</td> <td>・補助犬同伴の受け入れは身体障害者補助犬法で義務付けられている</td> </tr> <tr> <td>配置・設備</td> <td>・補助犬同伴で受け入れるが、アレルギーに配慮し別室にするなどの工夫が必要</td> </tr> <tr> <td>食料・物資</td> <td>・ドッグフード、ペットシートなど飼育管理に必要なもの(原則飼育者本人が準備)</td> </tr> <tr> <td>人的支援</td> <td>・補助犬団体など</td> </tr> <tr> <td>その他</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・補助犬を使用する人もいるので、一緒に生活できるように配慮する ・補助犬に触ったり、気を引いたりしないようにする ・補助犬関係団体に連絡 </td> </tr> </table>	特 徴	・補助犬同伴の受け入れは身体障害者補助犬法で義務付けられている	配置・設備	・補助犬同伴で受け入れるが、アレルギーに配慮し別室にするなどの工夫が必要	食料・物資	・ドッグフード、ペットシートなど飼育管理に必要なもの(原則飼育者本人が準備)	人的支援	・補助犬団体など	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・補助犬を使用する人もいるので、一緒に生活できるように配慮する ・補助犬に触ったり、気を引いたりしないようにする ・補助犬関係団体に連絡
特 徴	・補助犬同伴の受け入れは身体障害者補助犬法で義務付けられている										
配置・設備	・補助犬同伴で受け入れるが、アレルギーに配慮し別室にするなどの工夫が必要										
食料・物資	・ドッグフード、ペットシートなど飼育管理に必要なもの(原則飼育者本人が準備)										
人的支援	・補助犬団体など										
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・補助犬を使用する人もいるので、一緒に生活できるように配慮する ・補助犬に触ったり、気を引いたりしないようにする ・補助犬関係団体に連絡 										

知的障がいのある人												
主な 配慮 事項	<table border="1"> <tr> <td>特 徴</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・複雑な話や抽象的な表現の理解が苦手 ・人に尋ねたり、自分の考えや気持ちを言ったりすることが苦手 ・一つの行動に執着したり、同じ質問を繰り返したりする ・読み、書き、計算が苦手 ・自分で判断することが苦手 ・困ったことがあっても自分から助けを求めることができない ・環境の変化が苦手 ・個人差が大きく、見た目では分からないため、家族や介助者に配慮方法などを確認する </td> </tr> <tr> <td>災害時に起こりやすいこと</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・一人では理解や判断することが難しく、急激な環境変化に順応しにくい ・人にうまく話しかけられないため、孤立する可能性がある ・状況判断ができないため、混乱してうろうろしたり、その場で動けなくなったりすることもある </td> </tr> <tr> <td rowspan="3">主な</td> <td>配置・設備</td> <td>・パニックになったら落ち着ける場所(空き部屋など)に移動</td> </tr> <tr> <td>食料・物資</td> <td>・携帯電話、自宅の住所や連絡先の書かれた身分証など</td> </tr> <tr> <td></td> <td>・一度にたくさんのことを覚えるのが苦手なため、大事なことは紙に書いて渡す</td> </tr> </table>	特 徴	<ul style="list-style-type: none"> ・複雑な話や抽象的な表現の理解が苦手 ・人に尋ねたり、自分の考えや気持ちを言ったりすることが苦手 ・一つの行動に執着したり、同じ質問を繰り返したりする ・読み、書き、計算が苦手 ・自分で判断することが苦手 ・困ったことがあっても自分から助けを求めることができない ・環境の変化が苦手 ・個人差が大きく、見た目では分からないため、家族や介助者に配慮方法などを確認する 	災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・一人では理解や判断することが難しく、急激な環境変化に順応しにくい ・人にうまく話しかけられないため、孤立する可能性がある ・状況判断ができないため、混乱してうろうろしたり、その場で動けなくなったりすることもある 	主な	配置・設備	・パニックになったら落ち着ける場所(空き部屋など)に移動	食料・物資	・携帯電話、自宅の住所や連絡先の書かれた身分証など		・一度にたくさんのことを覚えるのが苦手なため、大事なことは紙に書いて渡す
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> ・複雑な話や抽象的な表現の理解が苦手 ・人に尋ねたり、自分の考えや気持ちを言ったりすることが苦手 ・一つの行動に執着したり、同じ質問を繰り返したりする ・読み、書き、計算が苦手 ・自分で判断することが苦手 ・困ったことがあっても自分から助けを求めることができない ・環境の変化が苦手 ・個人差が大きく、見た目では分からないため、家族や介助者に配慮方法などを確認する 											
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・一人では理解や判断することが難しく、急激な環境変化に順応しにくい ・人にうまく話しかけられないため、孤立する可能性がある ・状況判断ができないため、混乱してうろうろしたり、その場で動けなくなったりすることもある 											
主な	配置・設備	・パニックになったら落ち着ける場所(空き部屋など)に移動										
	食料・物資	・携帯電話、自宅の住所や連絡先の書かれた身分証など										
		・一度にたくさんのことを覚えるのが苦手なため、大事なことは紙に書いて渡す										

配慮事項	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・絵や図、メモ、コミュニケーション支援ボードなどを使用する ・難しい言葉を使わず、具体的に、ゆっくりと、やさしく、丁寧に、なるべく分かりやすい肯定的な表現で繰り返し伝える。 【例】「あっちへ行ってはダメ」⇒「ここにしようね」と場所を示す
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・知的障がい者施設や特別支援学校関係者、保健師など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じて本人が通う施設や特別支援学校に連絡 ・トイレ利用時に介助者をつけるなど、配慮が必要な場合もある

発達障がいのある人(自閉症など)		
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・マイペースで対人関係が苦手 ・読み、書き、計算が苦手 ・落ち着きがなく、うろうろ歩き回ったり、そわそわして休みなく動いたりする ・環境の変化で不安になりやすい ・困っていることを説明できない ・集団行動が苦手 ・個人差が大きく、見た目では分からないため、家族や介助者に配慮方法などを確認する 	
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・パニックになり、精神的に不安定になったり、騒いだりする可能性がある ・自分をたたいたりすることがある ・状況判断ができず、理解できない行動(多動、場所や行動への強いこだわり)をとる場合があり、情緒的にも不安定になることがある ・障がいが理解されず、孤立する可能性がある 	
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・家族など本人の状態をよく分かっている人が近くにいる場合は、関わり方を確認する ・精神的に不安定な時は、周囲に危険物がないことを確認し、無理に押さえつけたり、叱ったりせず、落ち着くまで待つ ・クールダウンのため、一人になれる静かな場所に連れていく ・音に敏感な人が多いため、大声で注意したり、強く叱ったりしない 	
主な配慮事項	配置・設備	<ul style="list-style-type: none"> ・居場所を示し、間仕切りなどを設置 ・パニックになったら、落ち着ける場所(空き部屋など)に移動
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・感覚過敏で特定のものしか食べられない人、食べ物の温度にこだわりのある人、重度の嚥下障がいやペースト食が必要な人もいる ・配給の列に並べない人もいる ・日頃服用している薬など
	情報伝達	<ul style="list-style-type: none"> ・難しい言葉を使用せず、ゆっくりと丁寧に分かりやすい表現で伝える ・必要に応じてコミュニケーション支援ボードを使用し、短い文字や絵で情報を伝える ・「もうしばらく」などの抽象的な表現でなく、「あと3分」など具体的な表現で伝える ・人のものを勝手に使うなど、やってはならないことをやっている場合は、「それは触れません」などと具体的にはっきり言う
	人的支援	<ul style="list-style-type: none"> ・保健師、精神保健福祉相談員など
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・けがや病気に注意(痛みに鈍感な人もいる) ・必要に応じて医療機関などに連絡する(薬の確保など) ・トイレの利用方法(割り込みの許可など)を検討

精神障がいのある人		
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスに弱く、疲れやすく、環境の変化や対人関係、コミュニケーションが苦手 ・病気のことを人に知られたくないと思っている人も多い ・警戒心が強く、妄想、幻聴、幻覚を持っている人もいる ・気分の変動が激しい ・外見からは障がいのあることが分かりにくいいため、障がいについて理解されず、孤立することがある ・障がいのことを自ら言わない ・よく眠ることができず、昼夜逆転の傾向があるため、午前中は体調にすぐれないことがある ・適切な治療と服薬が必要 	
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・精神的に不安定になる ・対人関係が苦手なため、孤立する可能性がある ・不安なため、何度も同じことを聞く ・状況判断ができないため、混乱してうろうろしたり、その場を動けなくなったりすることがある ・疲れやすいため、素早い行動ができない場合がある ・服薬が不規則になったり、飲まなくなったりすると症状が悪化することがある 	
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・身体の障がいがなくとも、疲れて動けなくなる場合があるので、移動時には手や肩を貸す ・妄想、幻覚と思われる話をしてきた場合、否定や安易な同意をせず、相手の気持ちになって話を聞き、本人が落ち着いた後、「大丈夫だよ」と話しかけ「ところで」と具体的な要件、内容を話してみる ・話をする場合、一度に多くの内容を盛り込まず、一つのことを簡潔に伝える 	
主な配慮事項	配置・設備	・パニックになったら落ち着ける場所(空き部屋など)に移動
	食料・物資	・日ごろ服用している薬など
	情報伝達	・話す内容を理解できない人もいるので、本人の状態に合わせやさしく、ゆっくりと丁寧に繰り返し伝える
	人的支援	・保健師、精神保健福祉相談員など
	その他	・必要に応じて医療機関などに連絡(薬の確保など)

高次脳機能障がいのある人	
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> ・交通事故による脳外傷や脳血管疾患などが原因で、身体障がいを併せ持つ場合と、そうでない場合があり、外見からは障がいがあることがほとんど分からない場合がある ・物事をすぐに忘れてしまい、新しいことを覚えられなくなり、ケアレスミスなどが多くなる ・相手の気持ちになって考えられず、自己主張が強くなり、些細なことにこだわるようになる ・多少のことでイライラしたり、怒りっぽくなったり、欲しいと思うと我慢できなくなるなど、感情・欲求のコントロールの低下がみられる ・話すことや言葉の理解が難しく、書くことや読むことが難しい場合がある

災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲で起こっていることを正しく理解できず、感情や行動の抑制が利かなくなり、周囲の状況にあった適切な行動ができなくなる場合がある ・外見からは障がいがあることが分かりにくいいため、障がい理解されず、その場で動けなくなったりすることがある ・新しいことを覚えなくなるため、一人で避難所から出ると自分がどこにいるのか分からなくなる場合がある 	
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の物と他人の物との区別がつかない場合があり、分かるように説明する ・避難所では、本人の居所、トイレ、給水所などの位置が分かる図を持たせ、必要な場所を分かりやすく提示する ・けがをしていても気付かないこともあるため、本人に伝える 	
主な配慮事項	配置・設備	・パニックになったら落ち着ける場所(空き部屋など)に移動
	食料・物資	・日ごろ服用している薬など
	情報伝達	・新しいことを覚えられなく忘れてしまうため、何度も聞く場合もあるが、その都度ゆっくり丁寧に説明するか、紙に書いて説明する
	人的支援	・保健師、精神保健福祉相談員など

てんかんの人		
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・何らかの発作が継続的に起こる ・発作の状況は、急に倒れる人、激しいけいれんを起こす人、ぼーっとしてふらふらと歩き回る人などさまざま ・大きな発作(激しいけいれんなど)を起こす前、小さな発作を起こしている場合があり、ぼんやりと1点を見つめていることが多い ・何の予兆もなく、急な発作が起こることもある 	
災害時に起こりやすいこと	<ul style="list-style-type: none"> ・精神的に不安定になりやすく、そのため発作が起こりやすくなる ・障がい理解されず、孤立してしまう可能性がある 	
支援方法	<ul style="list-style-type: none"> ・発作時には、これといった応急処置はなく、慌てず、落ち着き、強くゆすったり、押さえつけたり、ハンカチなどを口に詰めたりしない ・大きなけいれん発作の場合、衣服の襟元を緩めたり、ベルトを緩めたりする ・暴れて段差から落ちたり、壁などに体をぶつけてけがをしないよう、周囲の安全を確保する ・薬の飲み忘れがないように配慮する 	
主な配慮事項	配置・設備	・落ち着ける場所(空き部屋など)
	食料・物資	・日ごろ服用している薬など
	人的支援	・保健師、精神保健福祉相談員など

妊産婦		
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・自力で行動できる人が多いが、出産まで心身の変化が大きく、安静が必要な場合がある ・出産に対する不安に加え、避難生活に対する大きなストレスが加わる 	
主な	配置・設備	・衛生的で段差などのない場所、防寒・避暑対策をする
	食料・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろ服用している薬、妊婦用の衣類・下着、毛布、衛生用品など ※女性特有の物資の配布は女性担当者が行うなど、受け取りやすいよう配慮する

配慮事項	人的支援	・助産師、医療機関関係者、保健師など
	その他	・洋式トイレの優先使用、感染症対策を講じる ・必要に応じて医療機関に連絡 ・妊婦には腹圧のかかる作業は控えるよう配慮する

乳幼児・子ども		
	特 徴	・災害時には、風邪などの疾患にかかりやすかったり、赤ちゃん返りする子ども多い ・大人と比較して、災害や突発の生活環境の変化などによるストレスを十分受け止めることができない
主な配慮事項	配置・設備	・衛生的な場所で、防寒・避暑対策をし、騒いでもよい場所を作る
	食料・物資	・紙おむつ、粉ミルク(アレルギー対応含む)、ミルク調整用の水、哺乳瓶、離乳食、おしりふきなどの衛生用品、日ごろ服用している薬など
	情報伝達	・絵や図、実物を示し、分かりやすい言葉で具体的にゆっくりやさしく伝える
	人的支援	・保育士、保健師、管理栄養士など
	その他	・授乳室や子どもが遊べる部屋の確保 ・感染症対策を講じる(特に新生児) ・子どもの特性に応じたメンタルケア

女性		
	特 徴	・避難所利用者の約半数を占めるが、避難所運営への意見が反映されないこともある
主な配慮事項	食料・物資	・女性用の衣類・下着、生理用品、暴力から身を守る防犯ブザーや笛など ※女性特有の物資の配布は女性担当者が行うなど、受け取りやすいよう配慮する
	その他	・避難所運営への参画、DV、性暴力などの暴力防止対策、トイレや更衣室などを男女別にする

外国人		
	特 徴	・日本語の理解力により情報収集が困難なので、多言語での情報支援が必要
主な配慮事項	配置・設備	・宗教によっては礼拝する場所が必要
	食料・物資	・災害や緊急時の専門用語が対訳されたカード、多言語辞書、音声翻訳器など
	情報伝達	・通訳、翻訳、コミュニケーション支援ボード、絵や図・実物を示し、分かりやすい短い言葉(ひらがな)でゆっくり伝える。
	人的支援	・通訳者など
	その他	・日本語が理解できる人には、避難所運営に協力してもらう ・文化や風習、宗教による生活の習慣の相違もある

その他	
区分	対応など
けがや病気の人	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的な場所で安静に過ごせるように配慮し、防寒・避暑対策をする ・感染症の疑いがある場合は、「救護室2【(疑)感染症患者用】」に移動させる ・必要に応じて応急救護所や医療機関に搬送するか、避難所担当職員を通じて医療機関の情報を確認する(原則、搬送は対象者の家族や介助者が行う)
車両やテント生活を希望する人	<ul style="list-style-type: none"> ・目が届きにくく、情報伝達にも工夫が必要 ・エコノミークラス症候群などの可能性があるため、なるべく避難所の建物内に移動するよう勧める ・やむを得ず、車両生活をする人がいる場合は、エコノミークラス症候群の防止や排気ガスによる一酸化炭素中毒などを防ぐため、注意を呼び掛ける
避難所以外の場所に滞在する被災者	<ul style="list-style-type: none"> ・情報や支援物資が行き届かないことがあるため、必要に応じて戸別訪問などで状況を把握する ・家族等の支援者がなく、避難所などに自力で避難することができない人の情報を把握し、食料や物資の配布方法や情報の提供方法を検討する
帰宅困難者	<ul style="list-style-type: none"> ・自宅までの距離が遠く、帰宅を断念した人や帰宅経路の安全が確認されるまでの間、一時的に滞在する場所を用意する ・受け入れについては、施設内に地域住民とは別のスペース(なるべく別室)に受け入れるなど配慮する
性的マイノリティに該当する人	<ul style="list-style-type: none"> ・性的マイノリティに該当する人が利用しやすくするため、なるべく災害用トイレは多目的トイレを、更衣室は個室を設置する ・生理用品などの物資を配給する際には、性的マイノリティに該当する人のプライバシーが守られるように配慮する

避難所利用者の事情に配慮した情報伝達の例

避難所利用者全員に伝える必要がある情報は、できる限り簡潔にまとめ、難しい表現や用語を避け、漢字にはふりがなをつけたり、絵や図を利用したりして分かりやすい表現になるよう工夫する。さらに、複数の手段を組み合わせる。

【配慮の例】

目の見えない人 (見えにくい人)	<ul style="list-style-type: none"> ・音声による広報 ・点字の活用 ・サインペンなどで大きくはっきり書く ・トイレまでの案内用ロープの設置 ・トイレの構造や使い方を音声で案内する
耳の聞こえない人 (聞こえにくい人)	<ul style="list-style-type: none"> ・掲示物、個別配布による広報 ・筆談 ・コミュニケーション支援ボードの活用 ・手話通訳者の派遣依頼 ・要約筆記者の派遣依頼 ・光による伝達(呼び出しの際、ランプを点滅させる) ・テレビ(文字放送・字幕放送が可能なもの)
外国人	<ul style="list-style-type: none"> ・通訳、翻訳 ・コミュニケーション支援ボードの活用 ・避難所から通訳者を募る ・絵や図、やさしい日本語の使用 ・翻訳ソフトの活用 ・通訳者の派遣依頼

【さまざまな情報伝達手段】

音声による広報	・館内放送、屋外スピーカー、拡声器、メガホンなど
掲示による広報	・情報掲示板への掲示、避難所の前や町内の掲示板への掲示など
個別配布	・チラシなどを作成し、各グループや各世帯などへ配布する
個別の声掛け	・情報伝達の支援者を募り伝えてもらう 自宅への戸別訪問など
メールなどを活用	・メール、SNS、インターネットを活用する
通訳・翻訳	<ul style="list-style-type: none"> ・外国語、手話、点字などへの変換 ・筆談、絵や図の活用など

食物アレルギーや文化・宗教上の理由で食べられないもの

1 原材料の表示

(1) 表示するもの

【食物アレルギー】(食品衛生法関係法令より)

必ず表示	卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに
なるべく表示	いくら、キウイフルーツ、くるみ、大豆、バナナ、山芋、カシューナッツ、桃、ごま、さば、さけ、いか、鶏肉、りんご、松茸、あわび、オレンジ、牛肉、ゼラチン、豚肉

【宗教上の理由などへの対応】

宗教上の理由による食べ物の禁忌は、アレルギーと同様の取扱いが必要

ベジタリアン	肉全般、魚介全般、卵、一部の乳製品、一部の根菜・球根類などの地中の野菜、一部の五葷(ニンニク、ニラ、ラッキョウ、玉ねぎ、アサツキ)
イスラム教徒	豚、アルコール、血液、宗教上の適切な処理が施されていない肉、ウナギ、いか、たこ、貝類、漬物などの発酵食品 【ハラール(HALAL)】 ハラールとは、イスラム教の教えで許された健全な商品や活動(サービス)全般のこと。ハラール認証を受けた食品もある
仏教徒	一部は肉全般、一部は牛肉、一部は五葷(ニンニク、ニラ、ラッキョウ、玉ねぎ、アサツキ)
キリスト教	一部は肉全般、一部はアルコール類、コーヒー、紅茶、お茶、タバコ
ユダヤ教	豚、いか、たこ、エビ、かに、ウナギ、貝類、ウサギ、馬、宗教上の適切な処理が施されていない肉、乳製品と肉料理の組み合わせなど

(2) 表示の仕方

- ・加工食品、調味料、出汁などの原材料にも注意が必要。輸入品などで和訳がない、原材料表示がないものは食べない。
- ・各食材の原材料表示部分を切り取り掲示する。切り取りづらい場合は、コピーする。

2 調理時の工夫や注意点

個別に対応が必要な人の家族に調理場の一部を開放し、自分たちで作ってもらう。

【家族以外の人を作る場合】

- ・調理の手順を決め、複数人で確認する。
- ・調理台、食器を分ける。(食器は色で分けておく)
- ・鍋やフライパンなどの調理器具や食器、エプロンを使い回さない。
- ・和え物などは、アレルゲン抜きのを先に作り、取り分けておく。

配給食品の受け入れ、配布時の注意点

被災者に対する生活支援の一環として、弁当などの食品が配布されることがあるが、食品は生活用品のような支援物資と違い、不適切な取り扱いによっては食中毒事故を引き起こす危険性がある。

以下の事項に留意し、様式集の「食料管理簿」で確認を行ってから配布する。

【受入時のポイント】

- ① 賞味期限(消費期限)の分からない食品は受け入れない。
- ② 検品してから、受入日時と期限を外箱のダンボールなどにマジックで目立つように記入し、先入れ、先出しを徹底する。
- ③ 食品は他の支援物資と別にして管理する。

【配布時のポイント】

- ① ロットごとにおいて、外観、容器の破損などの異常がないか確認して、様式集の「食料管理簿」に記入してから配布する。
- ② 傷みやすい食品(おにぎり、弁当など)は涼しい場所で保管し、できるだけ早めに配布する。
- ③ 配布時に「涼しい場所に保管する」、「できるだけ早めに食べきる」、「次の食事に回さない」ことを周知する。

災害時のトイレ対策

1 施設のトイレを使用できるか確認

施設のトイレ内のチェック

室内が安全でない
(落下物など危険箇所がある)

便器が使用可能な状態でない
(便座やタンクなどが破損)

が該当したときの対処法

**施設のトイレは
使用しない**

災害用トイレを設置
(仮設トイレ、簡易トイレなど)

安全が確認されたら下水のチェック

下水が流れない
・排水管から漏水する
・汚水枡やマンホールからあふれる
・上階から水を流すと下の階のトイレからあふれる

施設のトイレに簡易トイレを付けて使用
(便器にビニール袋を付け、使用のたびに取り換える)
 災害用トイレを設置

下水が確認できたら上水のチェック

水(上水)が出ない
又は周辺が断水している

プールや河川の水を汲んで、施設のトイレを使用する
※手洗いの水としては使用しない

すべてに問題がなければ、普段どおり施設のトイレを使用

トイレの使用の際は、「使用時の注意」を掲示する

2 トイレの設置

(1) トイレの設置

- 既存のトイレが使用できず避難生活が長期化する場合は、仮設トイレ(汲取式)を設置する。
- 仮設トイレが設置されるまでの間は、簡易トイレを使用する。
- 仮設トイレの設置場所については、あらかじめバキュームカーでの収集を考慮する。
※幅員200cm以上の動線を確保し、高さ240cm以内に障害物がないようにする。また、搬出の際に旋回が必要と考えられる場合、旋回スペースがとれるような場所での設置を検討する。

【トイレの数の確保】

区分	設置数の例	参考・出展
災害発生直後	避難者50人当たり1基	平成28年4月内閣府(防災担当)「避難所におけるトイレの確保・管理ガイドライン」
長期化する場合	避難者20人当たり1基	

【トイレの種類】

- ① 仮設トイレ……1基独立型で主に汲取式となっている
流す水、におい対策が必要
- ② 簡易トイレ……既存のトイレの便座にビニール袋をかぶせ、用をたす
使用後に凝固剤、消臭剤をふりかける
使用したビニール袋は、毎回取り替える
※ビニール袋、凝固剤、消臭剤がセットになっている

(2) トイレの区分け

- ・男女別に区分けし、男性用、女性用の表示を行う。
- ・女性用にはサニタリーボックス(ふた付きごみ箱)を設置する。
- ・使用時間を考慮し、女性用トイレの数を多めに設置する。
- ・介助同伴や性的マイノリティの人が気兼ねなく利用できるよう、可能であれば多目的トイレも設置する。
- ・下痢などの感染症拡大防止のため、感染症患者用トイレも設置する。

(3) 要配慮者用トイレの設置

- ・本編2ページからの「要配慮者用トイレ」を参考に、トイレの使用で配慮が必要な人専用のトイレを設置する。
- ・マークや表示などによって、要配慮者が優先使用できることを明確に掲示する。

(4) その他

- ・安全面を考慮し、人目につきやすい場所に設置する。
- ・夜間でも使用できるように、トイレの内外に照明を設置する。
- ・屋外であれば、トイレを待つ人のために屋根や椅子を設置する。
- ・「使用中」「空き」の札を下げる。

3 トイレの衛生対策

(1) 生理用品、オムツの捨て方

- ・使用済みの生理用品、おむつ(処理に支障があるため付着したし尿はトイレに流す)は、専用のサニタリーボックス(ふた付きごみ箱で、足踏み開閉式が望ましい)に入れる。
- ・特に下痢症状のある場合のおむつは、個別にビニール袋に入れてからサニタリーボックスに入れる。
- ・ごみ箱からのなおいに注意し、ごみは定期的に処分する。

(2) トイレ後の手洗い

- ・感染症の蔓延を防止するため、トイレ使用後の手洗いを徹底する。
- ・生活用水として使用できる水がある場合は、蛇口付タンクを活用し、簡易手洗い場を設置する。
- ・水がない場合は、ウェットティッシュや消毒用アルコールを使用する。

(3) トイレ用の履物

- ・トイレの汚染を避難所利用者の生活場所に持ち込まないように、「トイレ用スリッパ」などを使用し、トイレの内外で履物を分ける。

(4) トイレの清掃

- ・トイレの清掃は、避難所利用者自身が交代で毎日実施する。
- ・次ページ以降の「トイレの清掃当番がやること」を参照する。

(5) し尿の保管、管理

- ・使用済みの簡易トイレは、避難所利用者の生活場所から離れたごみ置き場で、できるだけ密閉した状態で保管する。
- ・仮設トイレのし尿が満杯になった場合は、し尿の回収が終わるまでの間「使用不可」の表示を行い、使用を停止する。

(6) し尿の回収

- ・仮設トイレでし尿が満杯になりそうな場合は、避難所担当職員が災害対策本部に汲み取りを要請する。

トイレの清掃当番がやること

装備

マスク、使い捨て手袋・ゴム手袋、前掛け、トイレ掃除専用の履物(使い捨て)

掃除 道具

ほうき、ちりとり、バケツ、トイレたわし、消毒薬、トイレ掃除シート、
ごみ袋、新聞紙、布など

- ① マスクと使い捨て手袋(ゴム手袋)を着用する
 - ② トイレのドアや窓を開け、風通しをよくする
 - ③ ほうきで床をはく
 - ④ 汚物の入ったごみ袋を交換する
 - ⑤ バケツの水で消毒薬を希釈する
※バケツの水1杯(約5ℓ)にキャップ4杯(20cc)程度
 - ⑥ ドアノブ、手すり、水洗レバー、タンク、フタ、便座、便器の外側、床の順で消毒薬を布などに浸し、しっかり絞ってから拭く
 - ⑦ 複数のトイレの掃除を行う際は、各々の環境を掃除してから、便器の掃除をまとめて行う
 - ⑧ 便器の内側は、消毒薬の原液をかけ、2～3分後にこすらずに水で流す(汚れにはトイレたわしなどを使用する)
 - ⑨ 手袋をはずし、なくなっているトイレトペーパーを補充する
 - ⑩ 掃除が終わったら、手洗いを行う
- ※消毒薬の原液やたわし、ブラシなどを使用する際には、厚手のゴム手袋が望ましい
※清掃時に使用する布や紙は、便器とその他の清潔な部位は分けて使用すること
※塩素系消毒薬や塩酸系消毒薬がある
※水道が復旧していない場合には、速乾性アルコール消毒薬を使用する

消毒薬を使用する際の注意

- ・有機ガスが発生するため、酸と塩素系は混ぜて使用しないこと
- ・消毒薬を希釈するペットボトルは「清掃専用」と明記し、誤飲がないように注意する

後片付け

- ① マスク、手袋、前掛けなど着用していたものをごみ袋に入れ、トイレから出たごみと同じ場所に置く
- ② 泥落としマットなどで靴の汚れを落とし、消毒液をしみこませたマットで靴の底を消毒する
- ③ 石鹸で1分間、よく手を洗う
※水がない場合、手指消毒用アルコールを使用する
- ④ うがいをする

トイレから出た ごみの保管

衛生・安全のため、袋を二重にして持ち運び、他のごみと混ざらないように注意する
※トイレ用のごみ置き場は、あらかじめ決めておき、分かるようにしておく

災害時のごみ対策

1 基本的な考え方

- ・避難所の衛生環境を保つため、腐敗物やし尿付着物を優先して収集する。
- ・ごみの収集、処理を適切かつ迅速に行うため、適切な分別を行う。

2 ごみ集積所の設置場所

- ・生活場所から離れた場所にごみ集積所を設置する。
- ・本編2ページ「避難所運営のために必要な部屋・場所」を参照し、ごみ収集車が通行できる場所に設置する。
- ・腐敗性のない物、し尿が付着していない物(資源ごみなど)は、段ボールなどに入れて屋内保管を検討する。
- ・分別したごみごとに分けて保管する。

3 ごみの分別

- ・分別区分は、基本的に平常時のごみの分別と同じ

分別	例	留意点
燃やすごみ	生ごみ、使用済携帯トイレ、トイレットペーパー	腐敗物、し尿付着物はビニール袋などで密閉後、ごみ袋に入れて出す
プラスチック製容器包装	食品の容器包装	汚物が付着しているものは、保管すると衛生上問題があり、リサイクルできないため、汚れのとれないものは燃やすごみ
金属ごみ	缶詰の缶	
ペットボトル	飲料水容器	汚れのとれないものは燃やすごみ フタ、ラベルは、プラスチック製容器包装
古紙	段ボール、紙コップ、新聞紙	濡れている物、破れた物、汚れや臭いのひどい物は燃やすごみ
古布	衣類、毛布	
危険ごみ	カセットボンベ	中身を使い切ってから出す

こころの健康

悲惨な体験の後には、心身に思いがけないさまざまな変化が起こる。このような変化のすべてを病的なものとしてとらえる必要はなく、身体的健康管理と同時に安全、安心、安眠と栄養が確保されるよう、支援を行うことが望ましい。

1 被災者のこころのケア

(1) 災害時の心的反応プロセス

被災者に起こる変化は、態度、しぐさ、表情、口調などから分かるものや、実際に面談して明らかになるものまで多様であること、また災害によって引き起こされたさまざまな被害や影響がもたらすものには個人差があることに注意が必要。

初期	不安	態度が落ち着かない、じっとできない、怖がる/おびえる、ふるえ、動悸
	取り乱し	話がまとまらない、行動がちぐはぐ、興奮している、涙もろい
	茫然自失	ぼんやりしている、無反応、記憶があいまい
	その他	睡眠障がい
中長期	緊張状態が続く(過覚醒)	常に警戒した態度をとる、些細な物音や気配にハッとする
	過去に経験したことを思い出す(想起)	悲惨な情景をありありと思い出す 悲惨な情景を夢に見る
	回避、麻痺	災害を連想させる場所、物、人、話題を避けようとする 感情が湧かず何事にも興味が持てない
	気分の落ち込み(抑うつ)	憂鬱な気分、絶望感、無力感、孤独感、自分を責める
	その他	睡眠障がい、アルコール摂取量が増える、他者を責める

※「初期」とは、発災後1か月まで

※「中長期」とは、発災後1か月以降

(2) 対応

- ・被災者が自発的に支援を求めることは少ない。
- ・話したい人がいれば共感をもって聴くが、無理やり話をさせない。
(話を聴く場所は、プライバシーに配慮した部屋(相談室など)とする)
- ・被災体験を聴くよりも、日常生活での支障や困っていることを聴き、支援することが望ましい。
- ・医師や保健師、精神保健福祉相談員に相談し、声掛けを行う。

2 支援者(避難所運営側)のこころのケア

被災者を支援する人は、自分自身の健康問題を自覚しにくい上、その使命感のために休息や治療が後手に回りやすい。支援者には、被災者とは違うストレスが生じていることを認識し、十分な健康管理を行う必要がある。

(1) 支援者のストレスの要因

- ・自分自身や家族、知人など身近な人も被災者である場合、特に身近な人より

- も他者の支援を優先することが、心理的な緊張や疲労感をもたらす。
- ・不眠不休で活動するなど、災害直後の業務形態が慢性化してしまう。
 - ・自身の使命感と物資や資機材の不足など、現実の制約との間で葛藤が生じやすい。
 - ・被災者から怒りや不安など感情を向けられることがある。
 - ・災害現場を目撃することでトラウマ反応を生じる。

(2) 支援者のストレス症状のチェック

下記のいくつかに該当すると大きなストレスを抱えている可能性がある。

<input type="checkbox"/> 疲れているのによく眠れない	<input type="checkbox"/> いつもより食欲がない
<input type="checkbox"/> 動悸、胸痛、胸苦しさを感ずる	<input type="checkbox"/> 物事に集中できない
<input type="checkbox"/> 涙もろくなる	<input type="checkbox"/> 身体が動かない
<input type="checkbox"/> イライラする	<input type="checkbox"/> 朝起きるのがつらい
<input type="checkbox"/> 酒の量が増えた	<input type="checkbox"/> 無力感を感じる
<input type="checkbox"/> 強い罪悪感をもつ	<input type="checkbox"/> 自分の身だしなみに関心が持てない
<input type="checkbox"/> 人と口論することが多くなった	

(3) 支援者のセルフケアのための留意点

活動しすぎない	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の限度をわきまえて、活動のペースを調整する ・現場に長時間とどまったり、1日にあまり多くの被災者と関わったりしないよう「仕事を人に任せる」「断る」などする
ストレスに気付く	<ul style="list-style-type: none"> ・「支援者のストレス症状チェック」などを実施して自分の健康を管理し、ストレスの兆候に早めに気付くようにする
ストレス解消に努める	<ul style="list-style-type: none"> ・リラクゼーションや身体的ケア、気分転換、仕事以外の仲間(家族、友人など)との交流でストレスの解消に努める ・ストレスや疲労解消のための食物や医薬品の過剰摂取は避ける(カフェインはむしろ不安を増強させることがあるので要注意)
孤立を防ぐ	<ul style="list-style-type: none"> ・活動はペア(2人1組)で行い、1人では活動しない ・自分の体験を仲間と話し合い、他者からアドバイスを受ける機会を定期的に設ける
考え方を工夫する	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の行動をポジティブに評価し、ネガティブな考えは避ける ・セルフケアを阻害する態度(休憩をとるなんて自分勝手だ、みんな1日中働いているから自分も働かなければならない)を避ける