

地区防災センター運営マニュアル

様式・資料

番号	名称	備考
様式1-7	被害状況等一覧表	
様式3-1	報告事項記録用紙	地区防災センターからの第一報記入用紙
様式3-2	避難所チェックリスト（体育館用）	体育館チェックリスト
様式3-3	避難所チェックリスト（校舎内用）	校舎等チェックリスト
様式3-4	報告事項記録用紙（第二報以降）	第二報以降の記入用紙
様式3-5	連絡事項記録用紙	必要に応じて活用
様式3-7	郵便物等受取簿	郵便物を預かった場合に活用
様式4-1	避難者カード （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	避難所を利用する避難者全員が記入し回収
様式4-2	避難者名簿	避難所利用者の一覧表
様式6-12	避難所物資要望シート	避難所等で必要な物資を要望する際に使用
様式6-13	物品受入・払出整理簿	避難所等で物品の受入・払出を把握する
様式7-1	医療関係者参集報告書	各中学校等に参集した医療関係者を記入
様式7-2	医療救護所開設状況	各中学校に医療救護所が開設された場合に使用
様式10-1	避難所ペット登録カード	地区防災センターでペットを受け入れる際に飼い主が記入
様式10-2	ペット台帳	地区防災センターで受け入れたペットの一覧表
様式7-5	健康チェックシート （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	自宅療養者等が記入し回収
様式7-6	毎朝の健康管理チェックリスト	入所受付時に配布し，健康な避難者は毎朝記入する
様式12-1	ボランティア派遣依頼票	災害ボランティアセンターへの提出書式

※様式番号は「国分寺市震災時の職員行動マニュアル（令和3年3月修正）」より地区防災センター運営に関する様式に基づく

番号	名称	備考
資料-1	防災備蓄品保管場所一覧（資機材）	毎年度情報を更新する
資料-2	防災備蓄品保管場所一覧（食料品）	毎年度情報を更新する
資料-3	各地区防災センター図面	地区防災センター毎に内容が異なる
資料-4	地区防災センタールール（案）	
資料-5	ペットルール（案）	
資料-6	物品整理表	
資料-7	避難者意向調査用紙（案）	
資料-8	初動期活動内容（地震）	
資料-9	避難所の収容可能人数	
資料-10	災害時に活用できる施設備品類一覧	
資料-11	ゾーニングを中心とした避難所のレイアウトイメージ（例）	スタッフのレイアウトイメージ醸成に使用
資料-12	感染症対策版避難所受入れ可能人数	ソーシャルスペースを確保した場合の値
資料-13	エコノミークラス症候群の予防のために （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	車中泊者に配布し注意喚起する
資料-14	避難者問診票	全避難者の検温・問診所で使用
資料-15	感染を広げないための避難所のルール （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	健康な避難者に配布
資料-16	専用区域で生活されている方へのお願い （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	自宅療養者等に配布
資料-17	避難者案内表示	

NO. _____

報告事項記録用紙

施設名

発信先		
情報日時	年 月 日 () 時 分現在	
報告者		

◎報告内容

1, 初動要員参集状況 ※氏名を記入

--

2, 避難者数 (概数)

負傷者数 (概数)

名

名

3, 避難者及び施設の状況と対応

--

4, 負傷者情報 (風水害時は浸水状況)

--

5, その他の報告事項 ※重傷者情報、必要物資要請等

--

避難所チェックリスト(体育館用)

チェック基準(カッコ内は風水害時)

「A」・・・安全性は特に問題なし(浸水なし)

「B」・・・散乱物(雨漏り)はあるが、建物全体の構造(避難所としての使用)に問題なし

「C」・・・被害甚大(施設全体の浸水)につき使用不能

チェック項目(風水害対応は(※)のみ)

該当施設	区分	確認事項	チェック
施設全体	外観 ☆	傾斜、ゆがみ	
	柱 ☆	亀裂、破断、傾斜	
	壁 ☆	亀裂、ズレ、変形、剥離	
	屋根 ☆	落下、破損	
施設全体(※)	外観	浸水	
施設内	天井 ☆	亀裂、壁の落下、ゆがみ	
	床		
	内壁		
	窓枠		
	窓ガラス		
	出入口のドア		
	照明		
施設内(※)	全体	雨漏り	
総合評価 (ABCのうち数量が多いものを記入する。☆の項目に「C」が一つでもあれば、使用不可能とする。)			
備考			

避難所チェックリスト(校舎用)

チェック基準(カッコ内は風水害時)

「A」・・・安全性は特に問題なし(浸水なし)

「B」・・・散乱物(雨漏り)はあるが、建物全体の構造(避難所としての使用)に問題なし

「C」・・・被害甚大(施設全体の浸水)につき使用不能

チェック項目(風水害対応は(※)のみ)

該当施設	区分	確認事項	チェック	
			地震	風水害
施設全体	外観 ☆	傾斜、ゆがみ		
	柱 ☆	亀裂、破断、傾斜		
	壁 ☆	亀裂、ズレ、変形、剥離		
	屋根 ☆	落下、破損		
施設全体(※)	外観	浸水		
施設内	天井 ☆	亀裂、壁の落下、ゆがみ		
	床 ☆			
	内壁			
	窓枠			
	窓ガラス			
	出入口のドア			
施設内(※)	各部屋	雨漏り		
廊下(※)	窓ガラス	破損、飛散(雨漏り)の有無		
給湯・調理室	ガス	元栓の損傷(ガスの臭気)		
総合評価	(ABCのうち数量が多いものを記入する。☆の項目に「C」が一つでもあれば、使用不可能とする。)			
備考				

報告事項記録用紙（第二報以降）

施設名	
情報日時	年 月 日 () 時 分現在
報告者名	

項目()内は風水害の場合	報告内容	
初動要員の参集状況	() () () () ()	
その他運営スタッフ	<input type="checkbox"/> 市職員：____人 <input type="checkbox"/> 関係機関スタッフ：____人 <input type="checkbox"/> 市民：____人 <input type="checkbox"/> その他()：____人	
避難者数	____人	うち要配慮者数____人
負傷者（傷病者）数	____人	うち重症者数____人
負傷者（傷病者）への対応状況	<input type="checkbox"/> 医師による医療活動実施 <input type="checkbox"/> 避難者等による応急手当実施	
発熱者等の情報	人数 ____人	体温等避難者の様子
避難者の様子		
建物被害（浸水状況）調査結果	①体育館総合評価 <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C ②校舎総合評価 <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C	
ライフライン被害情報	<input type="checkbox"/> 断水 <input type="checkbox"/> 停電 <input type="checkbox"/> ガス停止 <input type="checkbox"/> トイレ使用不可 <input type="checkbox"/> 電話不通	
避難所開設情報	<input type="checkbox"/> 体育館開放済み <input type="checkbox"/> 教室開放済み	
地域の被害状況	<input type="checkbox"/> 特に情報無し <input type="checkbox"/> 別紙「被害状況等一覧表」のとおり	
避難行動要支援者の安否確認結果	<input type="checkbox"/> 特に情報無し <input type="checkbox"/> 別紙のとおり	
不足物資の要請	<input type="checkbox"/> 特に要望無し <input type="checkbox"/> 別紙「物資要望シート」のとおり <input type="checkbox"/> その他の要請物資（品名・必要量）	
ボランティアの要請	<input type="checkbox"/> 特に要望無し <input type="checkbox"/> 別紙「ボランティア派遣依頼票」のとおり	
その他緊急を要する事項	<input type="checkbox"/> 特に無し <input type="checkbox"/> 以下のとおり	

連絡事項記録用紙

No. _____

施 設 名	
記 録 作 成 日 時	月 日 () 時 分
記 録 者 氏 名	
災害対策本部への報告日時	月 日 () 時 分

◎連絡内容

--

避難者カード

避難所名： _____

受付番号： _____

世帯代表者	氏名				
	住所				
	携帯電話番号				
	入所年月日	年 月 日			
	所属自治会・町内会名				
	親族などの連絡先	氏名			
		住所			
		電話			
	安否確認のための情報開示	同意する ・ 同意しない			
	自家用車等駐車の有無	有・無	→有の場合 ナンバー () 色 () 車種 ()		
	家屋の被害状況	全壊 ・ 半壊 ・ 一部損壊 断水 ・ 停電 ・ ガス停止 ・ 電話不通			
退所年月日	年 月 日				
転出先	住所				
	電話				
家族	ふりがな氏名	性別	年齢	「避難行動要支援者登録制度」の登録の有無	配慮すべき事項などの特記事項
		男 ・ 女		有 ・ 無	
		男 ・ 女		有 ・ 無	
		男 ・ 女		有 ・ 無	
		男 ・ 女		有 ・ 無	
		男 ・ 女		有 ・ 無	

必要な場合には医療機関、福祉避難所等への個人情報の提供に同意します。

新型コロナウイルス感染症の感染が発覚した場合には、濃厚接触者の特定のため個人情報を使用することに同意します。

※内容に変更が出た場合や、退所する場合は、市担当者に必ず連絡してください。

受理日時： 年 月 日 () 時 分

受理者名： _____

ひなんじょうえい
【避難所運営スタッフが、あなた（あなたの 家族）のことを知るための紙】

ひなんじよ なまえ
避難所の名前

うけつけばんごう
受付番号

かぞく だいひょう ひと
家族の代表の人のことを教えてください。

① 家族の代表の人の名前：

② 住所<=住んでいる 所>：

③ 携帯 電話 番号：

④ 入所した<=避難所での生活を始めた>日： 年 月 日

⑤ あなたが入っている 自治会・町内会<=回覧板をまわしている 会>の名前：

⑥ 困ったことが起きたときに、連絡できる人：

1) 名前：

2) 住所<=住んでいる 所>：

3) 電話番号：

⑦ あなたがこの避難所に いるか、いないか について、誰かが 聞いてきたとき、あなたが いることを 教えても いいですか？

[はい][いいえ]

⑧ あなたは、避難所に、自分の 車で 来ましたか？ 自分の 車を 置いておく 場所が 必要 ですか？ [はい][いいえ]

→[はい]と 答えた 人は、次のことを 教えてください。

1) 車の ナンバー<=車の 前と 後ろに ついて いる 板に 書いてある数字>：

2) 車の 名前・種類：

3) 車の 色：

⑨ あなたの 家について 教えてください。あなたの 家は、どのくらい こわれましたか？

1) 家・ たてものが、全部 こわれました。住むことが できません。

2) 家・ たてものが、半分 こわれました。なおさないと 住むことが できません。

3) 家・ たてものが、少し こわれました。住むことは できますが、少し なおす 必要が あります。

つぎ 次のことについて おし 教えてください。

- 1) 家の 水道が 使えません。
 - 2) 家の 電気が 使えません。
 - 3) 家の ガスが 使えません。
 - 4) 家に ある 電話が 使えません。
- ⑩ 退所した<=避難所での生活を 終えた>日: 年 月 日
- ⑪ 避難所から 退所した 後のことについて おし 教えてください。
- 1) 住所<=住む 所>:
 - 2) 電話番号:

かぞく 家族 について おし 教えてください。

- ① 家の 代表の人との 関係:
 - ② 名前:
 - ③ 性別: 男 ・ 女
 - ④ 年齢:
 - ⑤ 「避難行動要支援者登録制度」の登録: 登録をしている 登録をしていない
- * 避難行動要支援者登録制度: 災害<=台風 や 大雨、地震>のとき、自分では 避難所に 行くことが できない 人のための 仕組みです。あなたが 避難することを、他の人が 助けてくれる 仕組みです。
- ⑥ 避難所運営スタッフが 特に 気をつける 必要が あることを、教えてください。
- たとえば、「日常生活の 介助<=からだを 動かすために 手助けして もらうこと>が 必要」、「アレルギーを 持っている」、「持病が ある」など。

()

つぎ 次のことに 同意する<=「良い」と 思う> ときは に を 書いて ください。

- あなたや 家族が 病気や、特別の 支援が 必要に なったとき、病院や 特別の 支援の ある 避難所に、あなたや 家族の 個人情報<=名前、住所など>を 伝えても いいです。
- 避難所で、新しい コロナウイルスの 感染が 出たとき、他にも 感染した人が いるのかを 調べるために、あなたの 個人情報<=名前、住所など>を 保健所に 伝えても いいです。

※この紙に書いたことが変わったときや、避難所を退所する<=避難所での生活を終える>ときは、避難所にいる国分寺市役所の人に、必ず言ってください。

.....
受理日時： 年 月 日() 時 分

受理者名：

わからないことがあるときは、避難所運営スタッフに相談してください。

		center)	number		
Family	Name	Gender	Age	※Are you registered with the RSPRADD?	Any special requirements that we should know? (daily life assistance, chronic disease, allergies etc.)
		M · F		Yes · No	
		M · F		Yes · No	
		M · F		Yes · No	
		M · F		Yes · No	
		M · F		Yes · No	

※RSPRADD :Registration System for People Requiring Assistance During a Disaster

I agree to provide my personal information to medical institutions and welfare institutions if necessary.

In case I am exposed or have been in direct contact with a person diagnosed with COVID-19 at the center, I agree that my personal information may be used to contact and identify people I have met or interacted with recently.

※If there is any change in your information during your stay or when you are leaving the evacuation center permanently, please inform the city official.

Date of acceptance : 年 月 日 () 時 分

Name of person in charge : _____

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

避难人员卡

避难所名: _____

受理号码: _____

家族代表者	姓 名				
	地 址				
	手 机 电 话 号 码				
	入 所 年 月 日	年 月 日			
	所属自治会・居委会名				
	亲 戚 等 紧 急 联 络 方 式	姓 名			
		地 址			
		电 话			
	公开信息用于确认安否	同意 · 不同意			
	私 家 车 等 存 车 有 无	有 · 无	→有 车牌号 () 车型 () 车色 ()		
	自 家 受 害 状 况	全坏 · 半坏 · 一部分损坏 断水 · 停电 · 煤气停止 · 电话不通			
退 所 年 月 日	年 月 日				
退 所 后 地 址	地 址				
	电 话				
家 庭 成 员	上注假名 姓名	性别	年龄	「避难行动 要支援者登 记制度」上 登记有无	需要照顾的事情等特别记载事项
		男 · 女		有 · 无	
		男 · 女		有 · 无	
		男 · 女		有 · 无	
		男 · 女		有 · 无	
		男 · 女		有 · 无	

有必要向医疗机关，福利避难所等提供个人信息时，如果同意，请在打勾。

如果发现已感染新型冠状病毒时，为了特定密切接触者，使用个人信息。如果同意请在打勾。

※上列内容有变更时，或退所时，请必须向市政府的担任职员联系。

受理日時: 年 月 日 () 時 分

受理者名: _____

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。

避難者名簿

(例) 戸倉-1

避難所名： _____

町名： _____

受付番号	入所日	避難者氏名 (ひらがなで記入)	性別	年齢	住所	特記事項	避難行動要支援者登録	情報開示	退所日	滞在スペース
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	
	月 日		男・女				有・無	可・不可	月 日	

避難者名簿は毎日定時に本部班に報告すること。

医療救護所開設状況

救護所名	
作成日時	年 月 日 () 時 分現在
作成者	

開設日時	月	日	時	分	閉鎖日時	月	日	時	分
担当職員	班名		氏名		備考				
医療関係者	診療所・薬局名		氏名		備考				
ボランティア等	氏名		担当業務		氏名		担当業務		
スタッフの要請等									

健康チェックシート

避難所の感染症流行を防ぐため、ご提出をお願いいたします。

氏名 _____

チェック項目		
1	あなたは新型コロナウイルス感染者の濃厚接触者で、現在、健康観察中ですか？	はい ・ いいえ
2	普段より熱っぽく感じますか？	はい ・ いいえ
3	呼吸の息苦しさ、胸の痛みはありますか？	はい ・ いいえ
4	においや味を感じないですか？	はい ・ いいえ
5	せきやたん、のどの痛みはありますか？	はい ・ いいえ
6	全身がだるいなどの症状はありますか？	はい ・ いいえ
7	吐き気がありますか？	はい ・ いいえ
8	下痢がありますか？	はい ・ いいえ
9	からだにぶつぶつ（発疹）が出ていますか？	はい ・ いいえ
10	目が赤く、目やにが多いですか？	はい ・ いいえ
11	現在、医療機関に通院をしていますか？ (症状：)	はい ・ いいえ
12	現在、服薬をしていますか？ (薬名：)	はい ・ いいえ
13	そのほか気になる症状はありますか？ (症状：)	はい ・ いいえ
14	避難所での行動に際し、介護や介助が必要ですか？	はい ・ いいえ
15	避難所での行動に際し、配慮を要する障害がありますか？ (内容：)	はい ・ いいえ
16	乳幼児と一緒にいますか？（妊娠中も含む）	はい ・ いいえ
17	呼吸器疾患、高血圧、糖尿病、その他の基礎疾患はありますか？	はい ・ いいえ
18	てんかんはありますか？	はい ・ いいえ
19	かかりつけ医はいますか？ (医療機関・主治医名：)	はい ・ いいえ
20	緊急時の連絡を受けてくれる人はいますか？	はい ・ いいえ

~~~~~ (以下は受付担当者が記入します。) ~~~~~

|        |   |      |      |
|--------|---|------|------|
| 体温     | ℃ | 受付者名 | 受付番号 |
| 滞在スペース |   |      |      |

## 健康チェックシート

【避難所運営スタッフが、あなたの健康<=体の調子>を知るための紙】

避難所で、新しいコロナウイルスの病気が広がらないようにするために、あなたの健康について質問します。

[はい]か [いいえ]のどちらかに○を書いてください。  
書き終わったら、避難所運営スタッフに渡してください。

| あなたへの質問 |                                                                                             |          |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1       | あなたの家族や友だちで、新しいコロナウイルスの病気になった人はいますか？ 保健所などから、あなたも新しいコロナウイルスの病気かもしれないので、家から外に出ないように言われていますか？ | はい ・ いいえ |
| 2       | いつものときより、体温<=体の熱>が高いと感じますか？                                                                 | はい ・ いいえ |
| 3       | 息が苦しいこと、胸が痛いことがありますか？                                                                       | はい ・ いいえ |
| 4       | においや、食べ物の味が、わからないことがありますか？                                                                  | はい ・ いいえ |
| 5       | せきが出ますか？ 痰（せきをしたときにのどから出てくる液体）が出ますか？ のどが痛いことがありますか？                                         | はい ・ いいえ |
| 6       | 体がとてもだるいですか？                                                                                | はい ・ いいえ |
| 7       | 吐き気<=食べた物が口から出るかもしれないこと>がありますか？                                                             | はい ・ いいえ |
| 8       | 下痢<=何度もトイレに行き、水のような便（うんち）が出ること>がありますか？                                                      | はい ・ いいえ |
| 9       | 体に発疹<=小さな赤いもの>が出ていますか？                                                                      | はい ・ いいえ |
| 10      | 目が赤くなっていますか？ 目やに<=目から出てくる白い物>が多いですか？                                                        | はい ・ いいえ |
| 11      | 今、病院に通っていますか？<br>→ [はい]と答えた人： 病気の名前<br>( )                                                  | はい ・ いいえ |
| 12      | 毎日、薬を飲んでいませんか？<br>→ [はい]と答えた人： 薬の名前を書いてください。<br>( )                                         | はい ・ いいえ |
| 13      | 体の調子で、他に気になることがありますか？<br>→ [はい]と答えた人： 体の調子で気になることを書いてください。<br>( )                           | はい ・ いいえ |

|    |                                                                                                                |          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 14 | 避難所で生活するときに(歩く、食べる、トイレに行く、寝るときなどに)、介護(他の人の助け)が必要なのがありますか?                                                      | はい ・ いいえ |
| 15 | 避難所で生活するときに、避難所運営スタッフが特に気をつける必要がある障害<=体や心の病気>がありますか?<br>→ [はい]と答えた人: 避難所運営スタッフが気をつける必要がある障害の内容を書いてください。<br>( ) | はい ・ いいえ |
| 16 | 0歳から3歳の子どもと一っしょですか?(お腹に赤ちゃんはいますか?)                                                                             | はい ・ いいえ |
| 17 | 次のような病気はありますか?<br>・ のどや肺の病気<br>・ 高血圧<br>・ 糖尿病<br>・ その他の病気(がん、心臓病、肝臓・腎臓の病気など)                                   | はい ・ いいえ |
| 18 | てんかん<=体が固くなる、急に手・足が激しく動く、急に倒れる、急に眠るような病気>はありますか?                                                               | はい ・ いいえ |
| 19 | 病気になったとき、いつも行く病院はありますか?<br>→ [はい]と答えた人: 病院の名前を書いてください。<br>( )                                                  | はい ・ いいえ |
| 20 | 避難所にいる間、急に困ったことが起きたときに、連絡することができる人はいますか?                                                                       | はい ・ いいえ |

~~~~~ (次は、避難所運営スタッフが書きます。) ~~~~~

| | | | |
|--------|---|------------------|------------------|
| 体温 | ℃ | 受け付けしやめい
受付者名 | 受け付けばんごう
受付番号 |
| 滞在スペース | | | |

わからないことがあったときは、避難所運営スタッフへ相談してください。

Health Check

To prevent the spread of an infectious disease at the evacuation center, please fill in this form and bring it to the reception desk.

| Check Item | | |
|------------|--|----------------------|
| 1 | Is there anyone in your family or do you have any friends etc. that have been diagnosed with COVID-19?
And have you been contacted and told by the public health center to remain at home and self-isolate? | Yes · No
Yes · No |
| 2 | Do you have a fever higher than usual ? | Yes · No |
| 3 | Any difficulty breathing or any chest pain ? | Yes · No |
| 4 | A loss of taste or smell ? | Yes · No |
| 5 | Any cough, sputum or sore throat ? | Yes · No |
| 6 | Do you have extreme tiredness/fatigue ? | Yes · No |
| 7 | Do you have any nausea ? | Yes · No |
| 8 | Do you have any diarrhea ? | Yes · No |
| 9 | Do you have any skin rashes ? | Yes · No |
| 10 | Do you have red eyes or a lot of eye mucus ? | Yes · No |
| 11 | Are you currently seeing a doctor ?
(For what symptom :) | Yes · No |
| 12 | Do you take any medicine regularly ?
(Name of the medicine :) | Yes · No |
| 13 | Do you have any other symptoms that you are worried about ?
(specify :) | Yes · No |
| 14 | Do you need nursing care or assistance while staying at the evacuation center ? | Yes · No |
| 15 | Do you require any physical or mental support while staying at the evacuation center ?
(specify :) | Yes · No |
| 16 | Are you with an infant under the age of 3 years old ? (includes pregnancy) | Yes · No |
| 17 | Do you have a respiratory illness, high blood pressure, diabetes or any other underlying illness ? | Yes · No |
| 18 | Do you have epilepsy ? | Yes · No |
| 19 | Do you have a family doctor ? | Yes · No |

| | | |
|----|---|----------|
| | (Name of Medical institution ·
Doctor : _____) | |
| 20 | Is there a person you can contact in case of an emergency ? | Yes · No |

~~~~~ (Receptionist will fill in the following) ~~~~~

|              |    |              |                  |
|--------------|----|--------------|------------------|
| Temperature  | °C | Receptionist | Reception<br>No. |
| Staying area |    |              |                  |

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

## 健康检查表

为了在避难所防止感染症流行，请提交检查表。

| 检查项目 |                                         |       |
|------|-----------------------------------------|-------|
| 1    | 你是新型冠状病毒感染者的密切接触者，正在健康状态观察中吗？           | 是 · 否 |
| 2    | 感到有比正常体温高些吗？                            | 是 · 否 |
| 3    | 有呼吸困难，胸痛吗？                              | 有 · 无 |
| 4    | 嗅觉或味觉迟钝吗？                               | 是 · 否 |
| 5    | 有咳嗽，痰，喉咙痛吗？                             | 有 · 无 |
| 6    | 有浑身乏力等症状吗？                              | 有 · 无 |
| 7    | 有恶心吗？                                   | 有 · 无 |
| 8    | 有腹泻吗？                                   | 有 · 无 |
| 9    | 身上有出皮疹吗？                                | 是 · 否 |
| 10   | 眼睛充血，眼睛分泌物多吗？                           | 是 · 否 |
| 11   | 现在定期去医疗机关吗？<br>(症状)                     | 是 · 否 |
| 12   | 现在有没有在吃药？<br>(药名： )                     | 有 · 无 |
| 13   | 还有其他不安的症状吗？<br>(症状： )                   | 有 · 无 |
| 14   | 在避难所行动时，需要护理和护助吗？                       | 是 · 否 |
| 15   | 在避难所行动时，有需要照顾（身体上或精神上）的残障吗？<br>(内容 )    | 有 · 无 |
| 16   | 身边有婴幼儿吗？（包括怀孕中）                         | 是 · 否 |
| 17   | 有呼吸器官疾病，高血压，糖尿病，其他基础疾患吗？                | 有 · 无 |
| 18   | 有癫痫吗？                                   | 有 · 无 |
| 19   | 有经常就诊的医生吗？（经常给自己看病的医生）<br>(医疗机关·主治医生名 ) | 有 · 无 |
| 20   | 有可以紧急联系的人吗？                             | 有 · 无 |

~~~~~ (以下受理人填写) ~~~~~

| | | | |
|------|---|-----|------|
| 体温 | ℃ | 受理人 | 受理号码 |
| 居住空间 | | | |

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

Daily Health Checklist

Name _____

- Please check your body temperature every morning and fill it, the date, time in the boxes below.
- Please try to keep your hands clean and consider others when you cough.(coughing etiquette)
- If you have any of the symptoms below, please make sure to inform the evacuation management staff.
 - Have a fever higher than 37.5°C.
 - Have extreme tiredness/fatigue.
 - Have extreme difficulty breathing(shortness of breath).

| | |
|------------------|----------|
| Date | / |
| Time | : |
| Body temperature | °C |
| Fatigue | Yes • No |
| Short of breath | Yes • No |

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

每天早晨的健康管理检查表

姓名 _____

- 每天早晨，请测量体温，填写框内。
- 请勤洗手，遵守咳嗽礼节。
- 有下列症状时，请要向避难所运营人员报告。
 - 发烧 37, 5 度以上
 - 浑身乏力
 - 呼吸困难

| | |
|------|-----|
| 日期 | / |
| 时间 | : |
| 体温 | 度 |
| 浑身乏力 | 无·有 |
| 呼吸困难 | 无·有 |

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

国分寺市 避難所ペット登録カード

入所： 年 月 日

退所： 年 月 日

NO.

| | | | | |
|-----|--------------------------------|------|----|------------|
| 飼い主 | 氏名 | フリガナ | | |
| | | | | |
| | 住所 | | | |
| | 連絡先 | | | |
| ペット | 名前 | | 性別 | おす めす |
| | 種類 | | | |
| | 特徴 | | | |
| | 過去1年以内の狂犬病予防注射の接種有無
※犬の場合のみ | 有り | 無し | 不明 |

こくぶんじし ひなんじよ とうろく
国分寺市 避難所ペット登録カード

【^{ひなんじよ}避難所で ^{せいかつ}いっしょに生活する ペットを ^{とうろく}登録する ^{かみ}紙】

^{にゆうしょ}入所した<=^{ひなんじよ}避難所での ^{せいかつ}生活を ^{はじ}始めた> ^ひ日: ^{ねん}年 ^{がつ}月 ^{にち}日

^{たいしょ}退所した<=^{ひなんじよ}避難所での ^{せいかつ}生活を ^お終えた> ^ひ日: ^{ねん}年 ^{がつ}月 ^{にち}日

^か飼主<=^{ぬし}ペットを ^か飼っている ^{ひと}人>と、^{おし}ペットについて 教えてください。

| | |
|-----|--|
| NO. | |
|-----|--|

| | | | | |
|---|---|--|---|----------------------|
| ^か 飼主<=
ペットを
^か 飼っている
人> | ^{なまえ}
名前 | フリガナ (あなたの ^{なまえ} 名前を ひらがなで ^か 書いてください。) | | |
| | ^{じゆうしょ}
住所<= ^す 住
んでいる ^{ところ}
所> | | | |
| | ^{でんわばんごう}
電話番号 | | | |
| ペットにつ
いて | ^{なまえ}
名前 | | ^{せいべつ}
性別 | おす (男)

めす (女) |
| | ^{しゆるい}
種類 | <input type="checkbox"/> ^{いぬ} 犬 <input type="checkbox"/> ^{ねこ} 猫 <input type="checkbox"/> ^た その他 () | | |
| | ^{とくちよう}
特徴 | ^み 見た だけで、あなたの ペットだと ^{わかるところを} わかるところを ^か 書いてください。 | | |
| | ^{いぬ} 犬を ^か 飼っている ^{ひと} 人だけ ^{おし} 教えてください。
^{きようけんびようよ ぼうちゆうしゃ} 狂犬病予防注射<= ^{いぬ} 犬が ^{よくかかる} よくかかる ^{びようき} 病気に ^{ならないための} ならないための ^{ちゆうしゃ} 注射>は ^{いつ} いつ ^{しま} しましたか? | | <input type="checkbox"/> 年 月に、
^{きようけんびようよ ぼうちゆうしゃ} 狂犬病予防注射を ^{しま} しました。
<input type="checkbox"/> ^{きようけんびようよ ぼうちゆうしゃ} 狂犬病予防注射を ^し したことはありません。
<input type="checkbox"/> ^{きようけんびようよ ぼうちゆうしゃ} 狂犬病予防注射を ^い いつ ^{したか、} したか、 ^{わかりま} わかりません。 | |

^わ分からないことがあったときは、^{ひなんじょうんえい}避難所運営スタッフへ ^{そうだん}相談してください。

国分寺市 避难所宠物登记卡

入所： 年 月 日
 退所： 年 月 日

| | |
|----|--|
| NO | |
|----|--|

| | | | | |
|-------|-------------------------------|-------|-----|-----------|
| 宠物的主人 | 姓名 | 上注片假名 | | |
| | 地址 | | | |
| | 联系电话 | | | |
| | 名字 | | 公/母 | 公 母 |
| 宠物 | 种类 | | | |
| | 特征 | | | |
| | 过去 1 年中是否注射过狂犬疫苗

※只限于狗 | 有 | 无 | 不明 |

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

ボランティア派遣依頼票

【様式】

ニーズNo. -

※ボランティアセンターへお越しの方は、太枠内のみ記入してください。

| | | | | | |
|-------|--------------------|------------|----------------------------|-----|----|
| 受付年月日 | 年 月 日(曜日)午前/午後 時 分 | | 来所 電話 郵便 メール
無線 現地で聞き取り | | |
| 依頼者 | フリガナ
氏名 | | | 男・女 | 歳代 |
| | 住所 | 都・道
府・県 | 市・町
村 | | |
| | 電話 | - - | 携帯電話 | - - | |
| | メール | @ | | | |

| 依頼者からの聴取内容 | | | | | |
|---------------------------------|--|---|----------|------|------|
| 救援の
必要な人 | フリガナ
氏名 | | | 男・女 | 歳代 |
| | 依頼場所 | <input type="checkbox"/> 被災者宅 <input type="checkbox"/> 避難所(避難所名:) <input type="checkbox"/> その他()
当センターから依頼場所までの距離(km)→車で約 分 徒歩で約 分 | | | |
| | 依頼場所
の住所等 | 国分寺市 (周辺の目印:) | | | |
| | 電話 | - - | 携帯電話 | - - | |
| | 家族の状況 | 独居・高齢者(人暮らし)・その他(人世帯) | | | |
| | 家屋の形態 | <input type="checkbox"/> 木造 <input type="checkbox"/> 軽量鉄骨 <input type="checkbox"/> 鉄筋 / <input type="checkbox"/> 平屋 <input type="checkbox"/> 2階建 <input type="checkbox"/> 3階建 | | | |
| | 家屋の状態 | 全壊・半壊・一部損壊【応急危険度判定:済→(緑・黄・赤)・未】 | | | |
| 依頼者と救援の必要な人との関係 | 本人・家族・親戚
その他() | 依頼についての了解 | | 済・未 | |
| 特記事項
(要介護度, 障害区分, 心身
状況等) | 介護度(□要支援1 □要支援2 □要介護1 □要介護2 □要介護3 □要介護4 □要介護5)
□知的障害 □精神障害 □身体障害 ※障害手帳名・等級()
心身状況() | | | | |
| 依頼日時 | 年 月 日(曜日) | | 午前
午後 | 時頃から | 時間程度 |
| 希望救援活動の内容 | <input type="checkbox"/> 要配慮者の支援(高齢・障害) <input type="checkbox"/> 清掃(屋外・屋内) <input type="checkbox"/> 片付け(屋外・屋内)
<input type="checkbox"/> 救援・救護 <input type="checkbox"/> 搬送 <input type="checkbox"/> 医療支援 <input type="checkbox"/> 手話通訳 <input type="checkbox"/> 外国語通訳(語)
<input type="checkbox"/> 幼児・子どもの世話 <input type="checkbox"/> ペット等の世話
<input type="checkbox"/> 専門的知識による相談支援(弁護士・会計士・税理士・その他)
<input type="checkbox"/> その他 | | | | |
| | 具体的な内容: | | | | |
| 必要資機材 | <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 革手袋 <input type="checkbox"/> スコップ <input type="checkbox"/> コープ <input type="checkbox"/> 工具() | | | | |
| | <input type="checkbox"/> その他() | | | | |
| 希望依頼人数 | 男性(名)・女性(名)・性別問わず(名) | | | | |

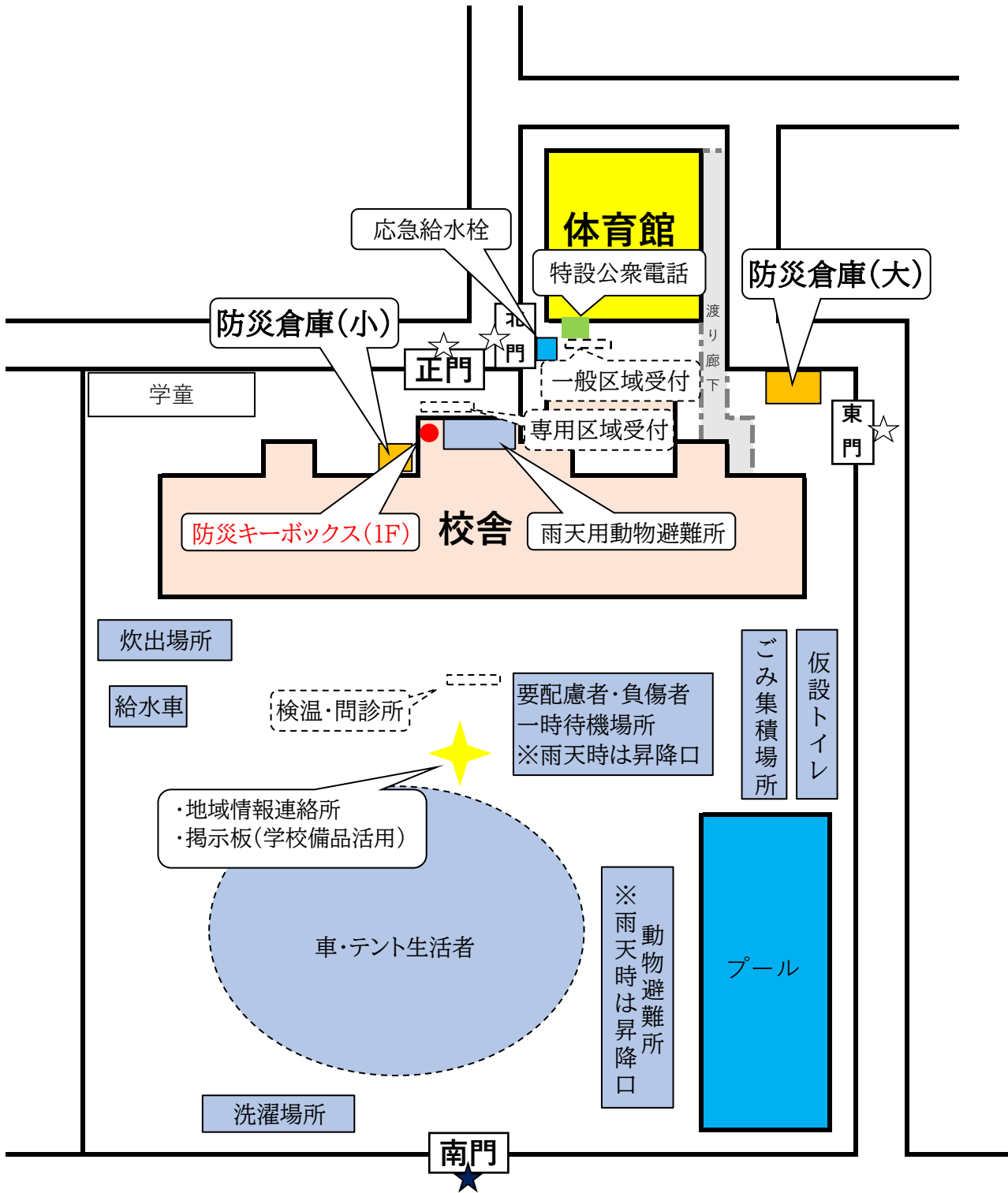
防災備蓄品

| 品目 | 単位 | 数量 | 品目 | 単位 | 数量 |
|---------------|-----|----|------------|----|----|
| 体育館シート | 枚 | | 油圧ジャッキ | 基 | |
| 災害用簡易トイレ | 基 | | リヤカー | 台 | |
| 災害用簡易トイレ汚物処理袋 | 枚 | | 炊飯釜 | 台 | |
| 車いす対応仮設トイレ | 基 | | 無菌浄水器 | 台 | |
| 仮設トイレ | 基 | | コードリール | 台 | |
| 毛布 | 枚 | | ブルーシート | 枚 | |
| ろうそく | 本 | | 担架 | 台 | |
| 食器 100 人用 | セット | | 救急医療セット | 台 | |
| プライベートテント | 張 | | 救急箱 | 箱 | |
| テント | 張 | | おむつ(S・M・L) | 枚 | |
| 車両積載用給水タンク | 基 | | 生理用品 | 枚 | |
| ポリ容器 | 個 | | ベビーローション | 本 | |
| 発電機 | 台 | | カイロ | 枚 | |
| 投光器 | 基 | | マスク | 枚 | |
| 救急工具 | 個 | | | | |

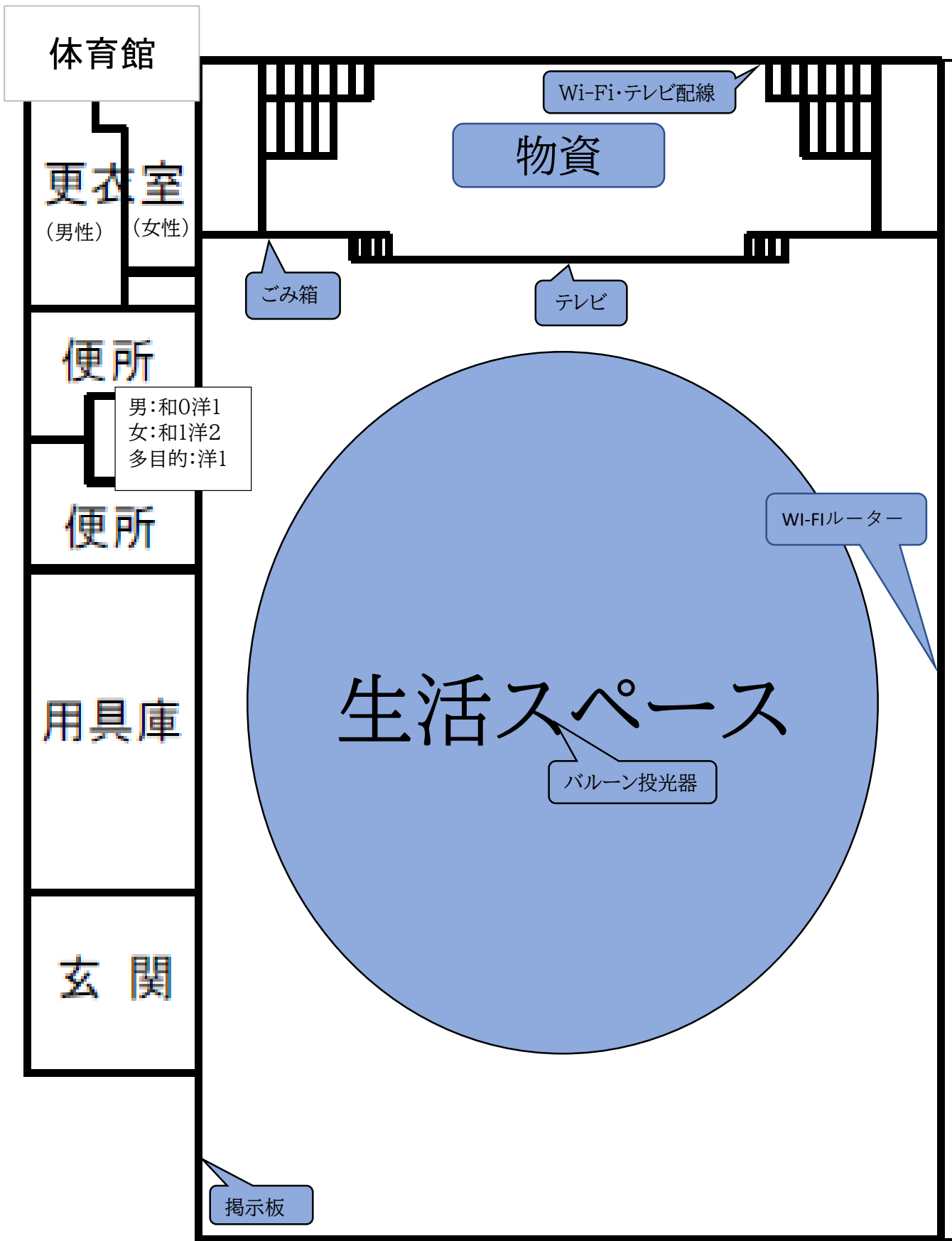
備蓄食料一覧

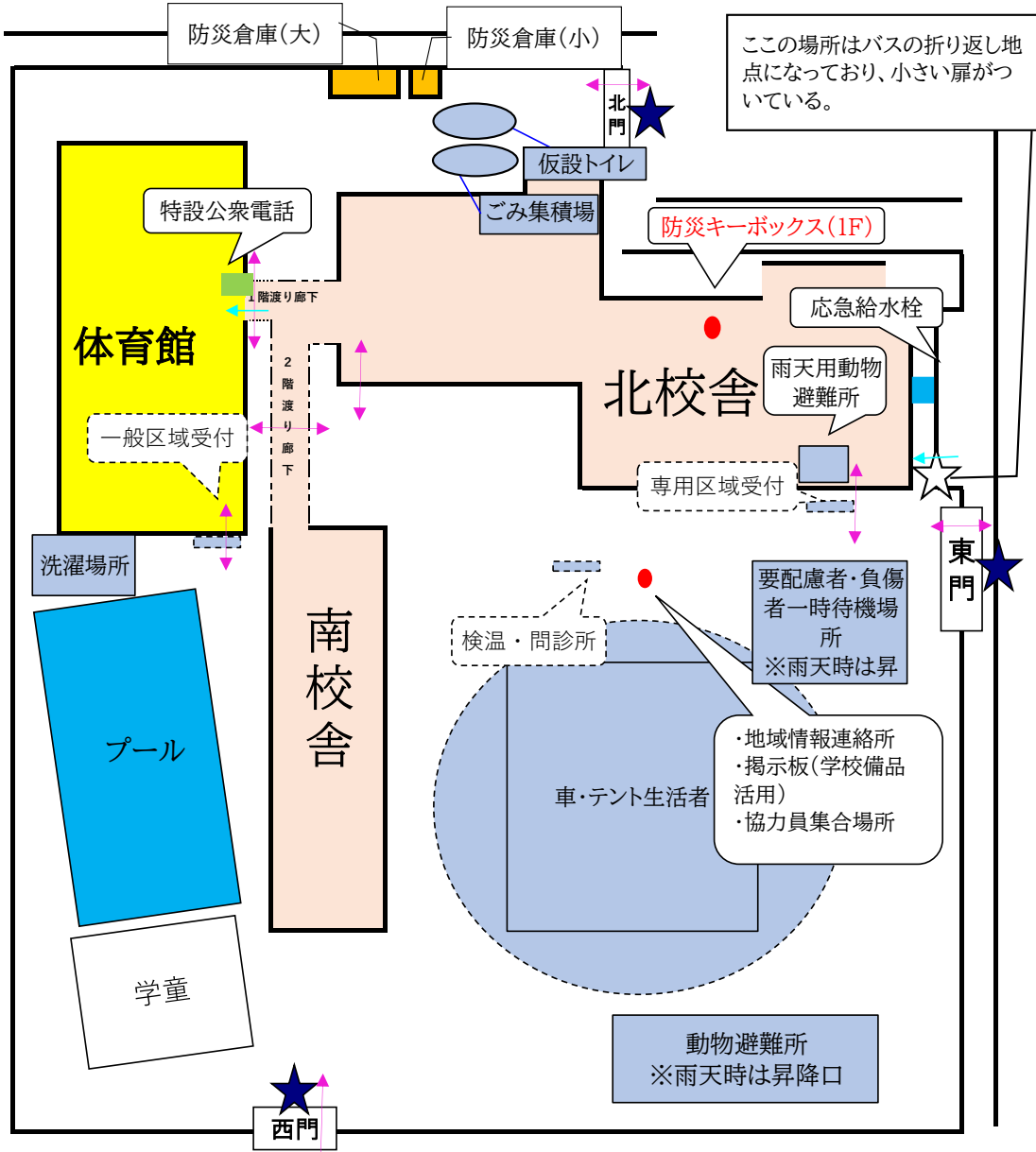
| 品目 | 容量／単位 | 保存年数 | 単位 | 数量 |
|------------|--------|------|----|----|
| アルファ米 | 50 食入 | 5 年 | 箱 | |
| おかゆ | 50 食入 | 5 年 | 箱 | |
| パン | 50 食入 | 5 年 | 箱 | |
| ビスケット | 80 食入 | 5 年 | 缶 | |
| けんちん汁・とん汁 | 180 食入 | 5 年 | 箱 | |
| ライスクッキー | 48 食入 | 5 年 | 箱 | |
| 保存水(2.0 ㍓) | 6 本入 | 5 年 | 箱 | |







地区防災センター図面



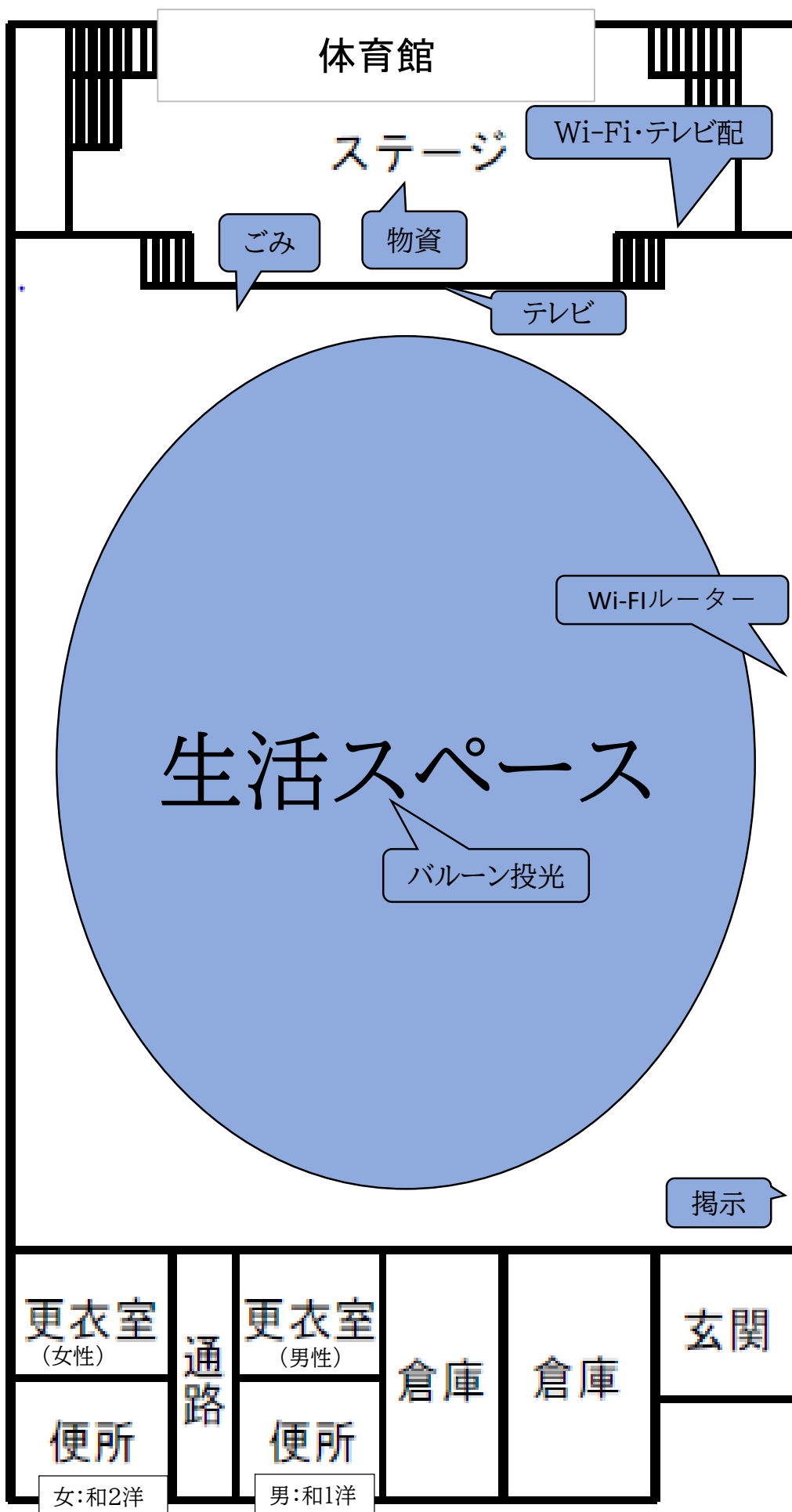
★ …通常施錠されている
 ☆ …通常施錠されていない
 - - - - - …感染症対策時のみ設置
 ✨ …投光器設置場所





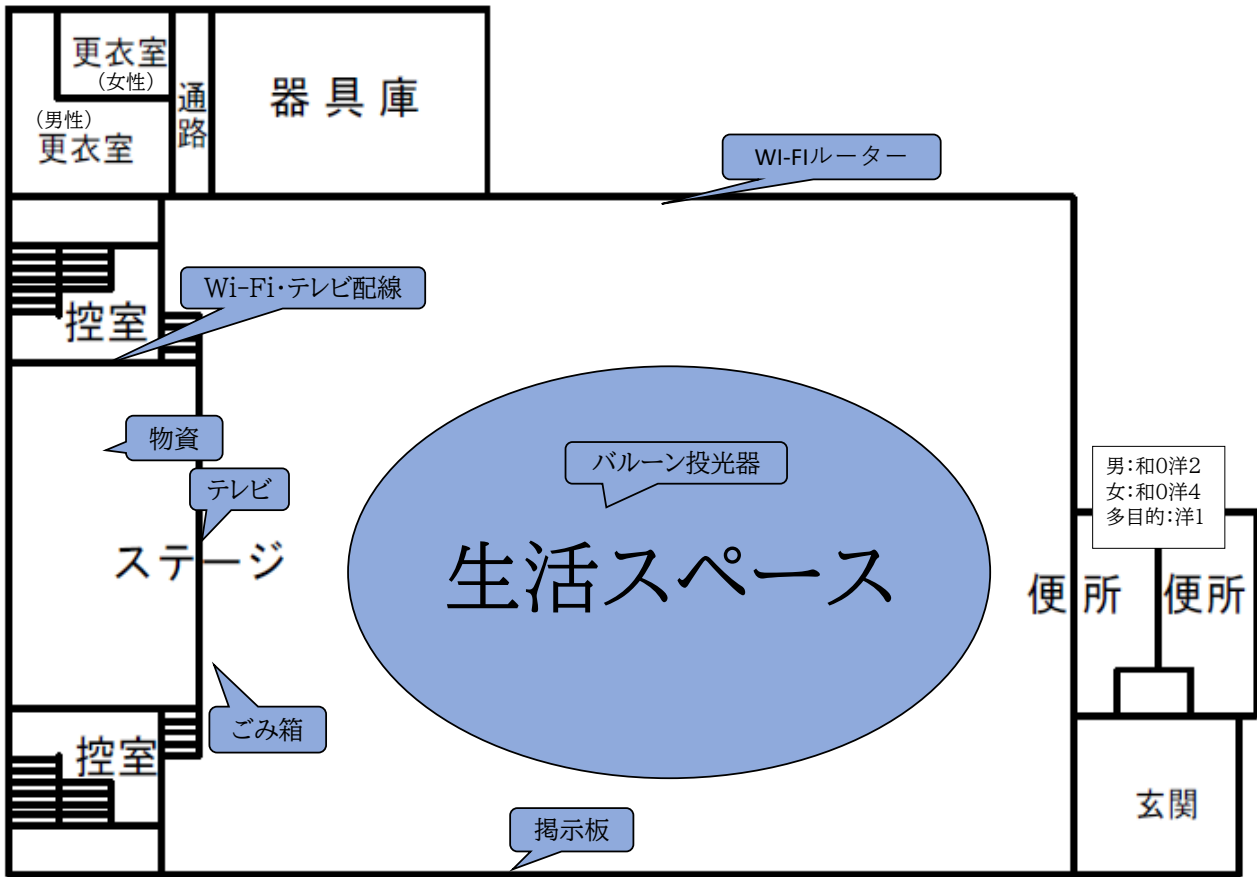
-  ...通常施錠されている
-  ...通常施錠されていない
-  ...初動要員進入路
-  ...市民避難路
-  ...感染症対策時のみ設置
- 

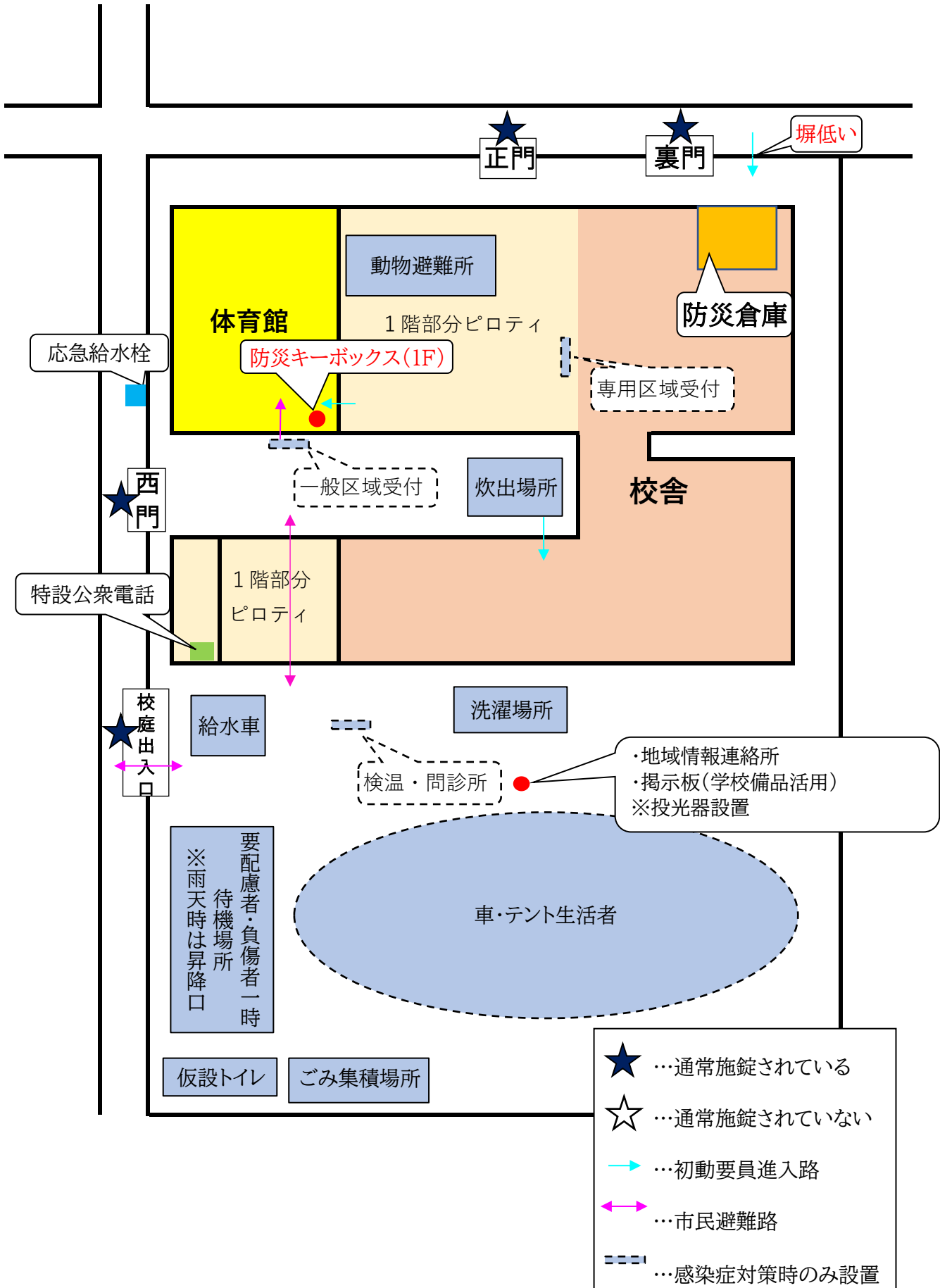


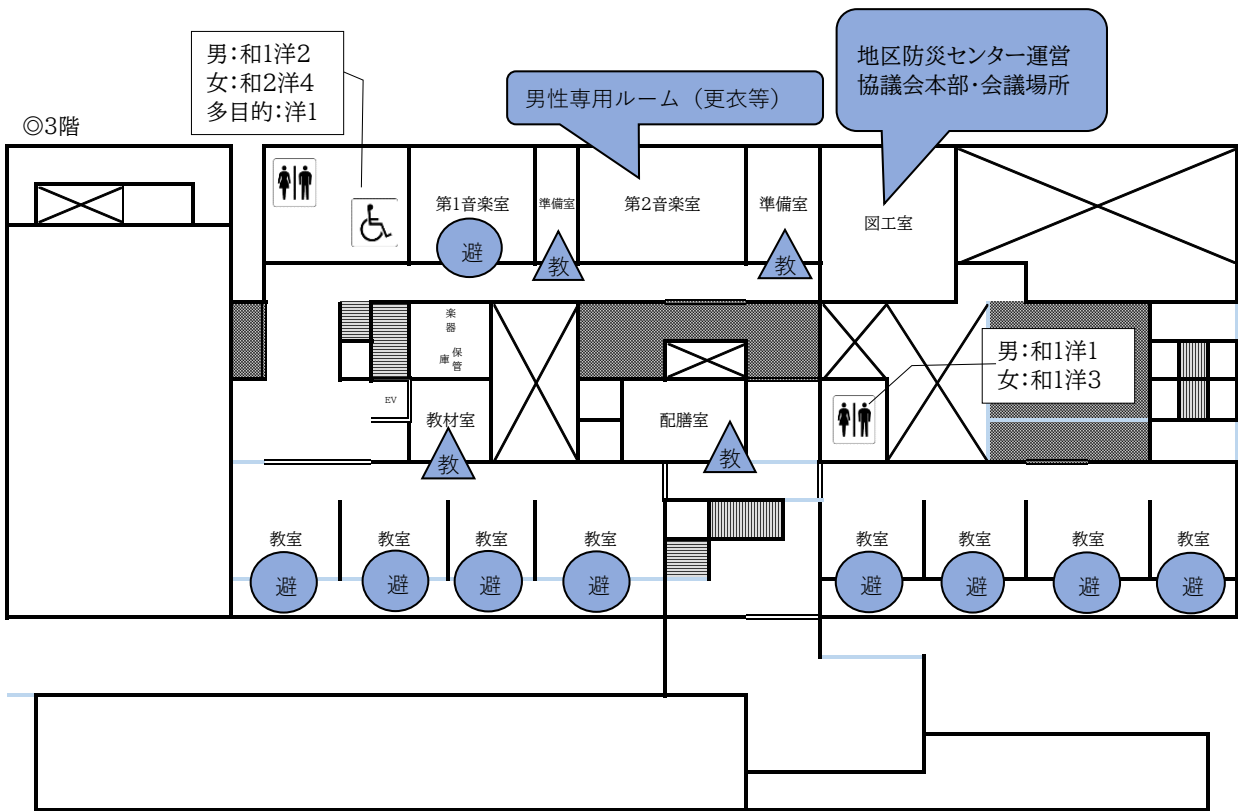




- ★ …通常施錠されている
- ☆ …通常施錠されていない
- …初動要員進入路
- ↔ …市民避難路
- …感染症対策時のみ設置



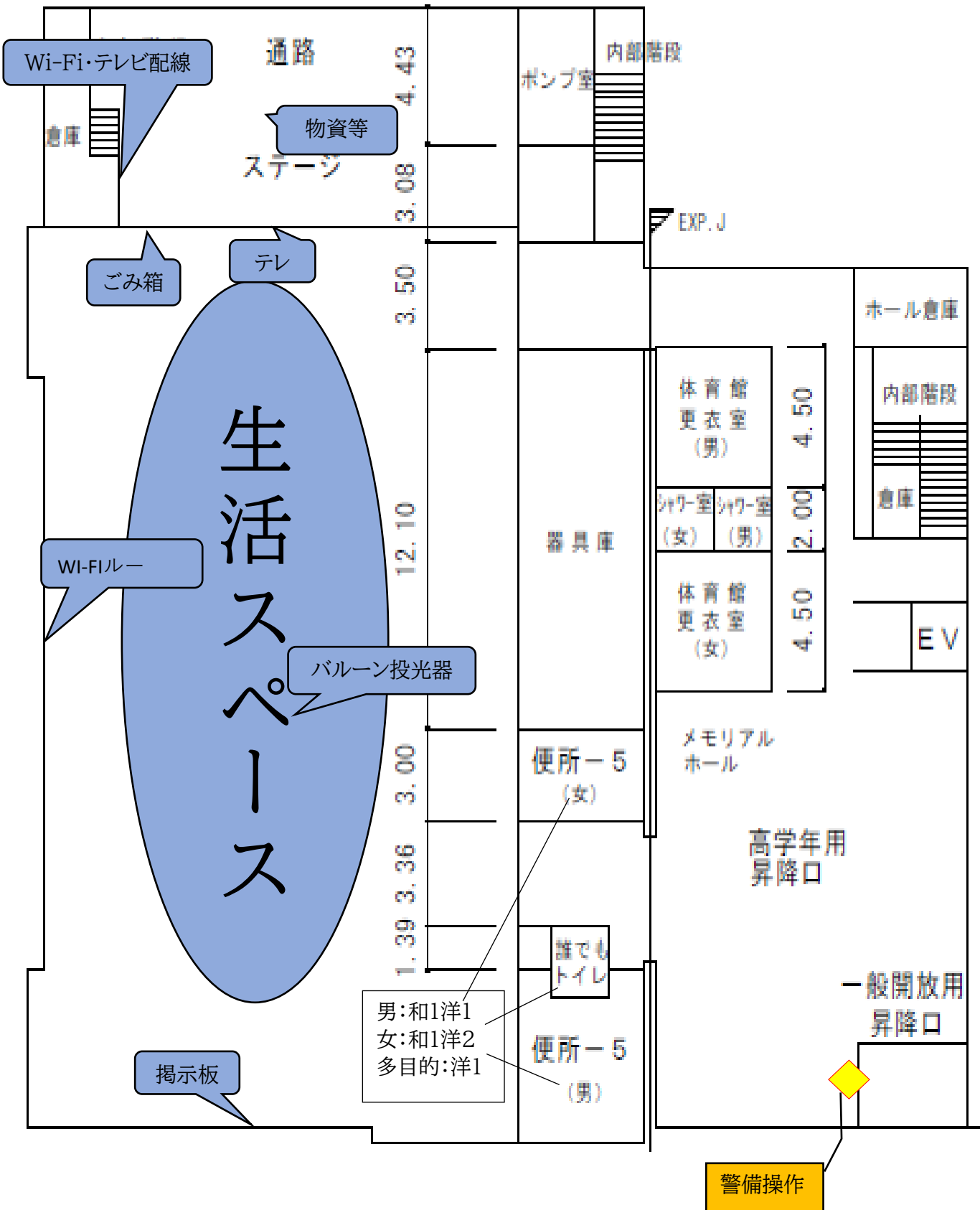




| | | | |
|--|-------------|--|--------------------------------------|
| | …要配慮者保護スペース | | …感染症等専用区域(感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用) |
| | …一般避難者スペース | | …避難所管理機能スペース |
| | …教育機能維持スペース | | …「立入禁止テープ」を貼る箇所 |

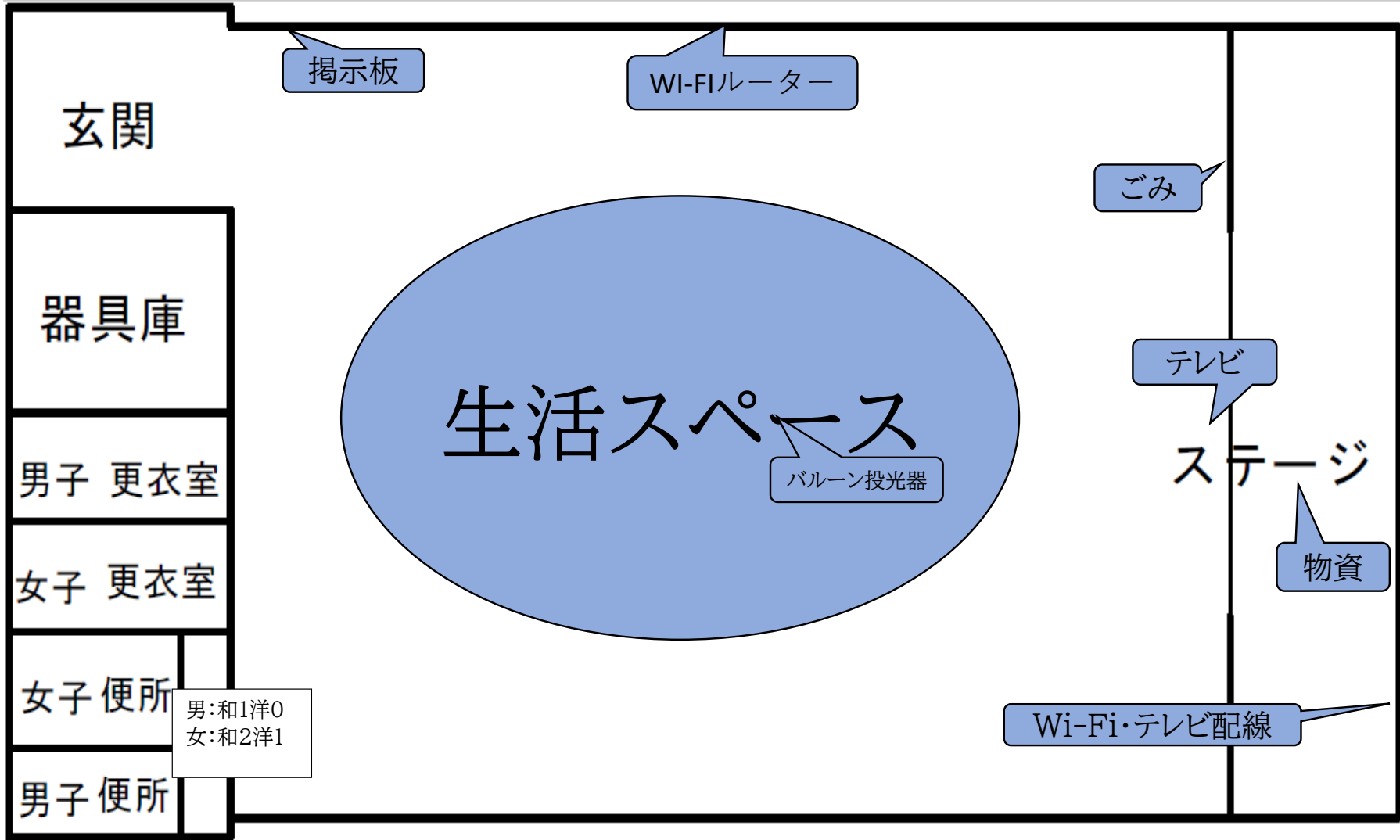
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

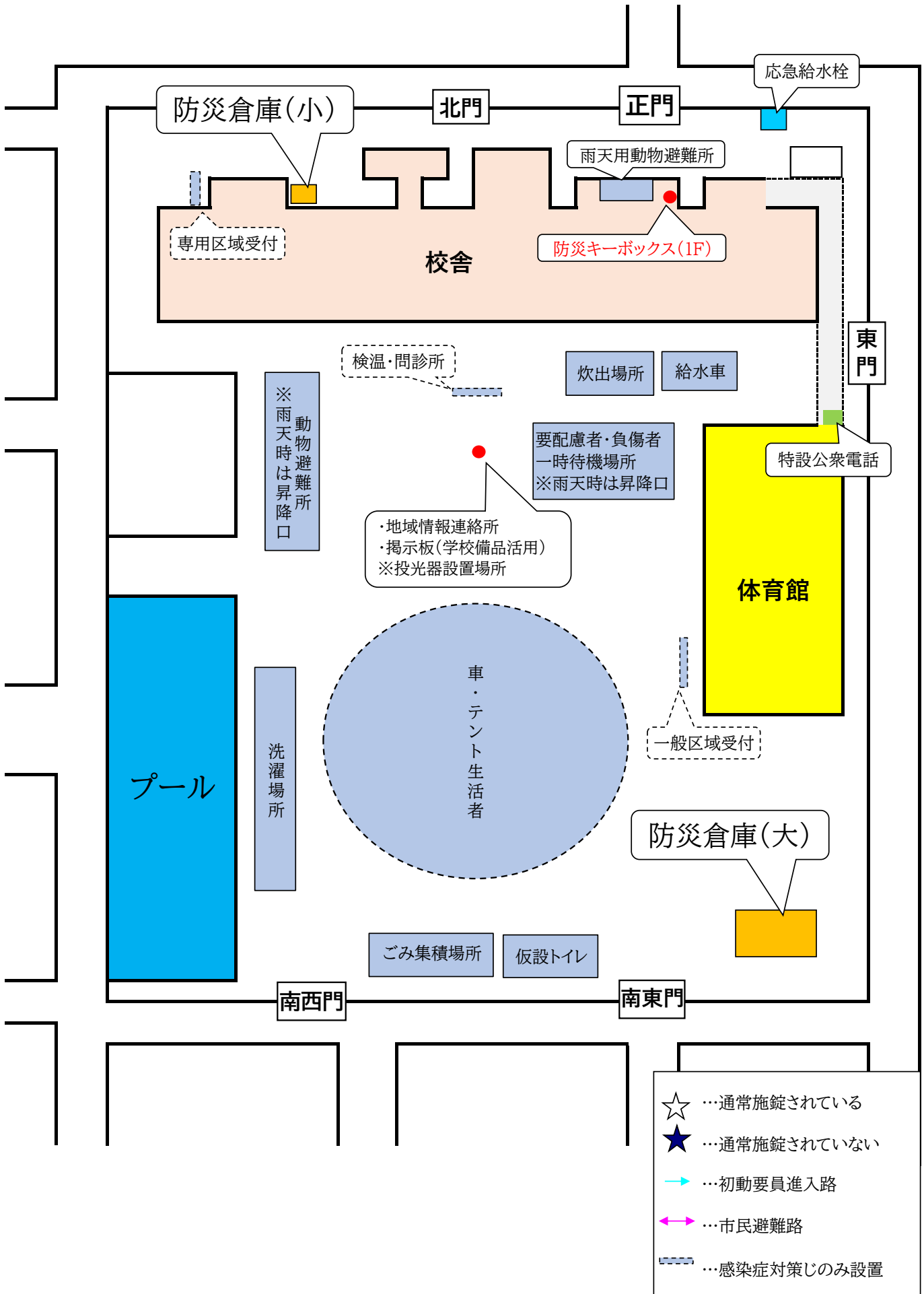
※全教室を使用せず済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

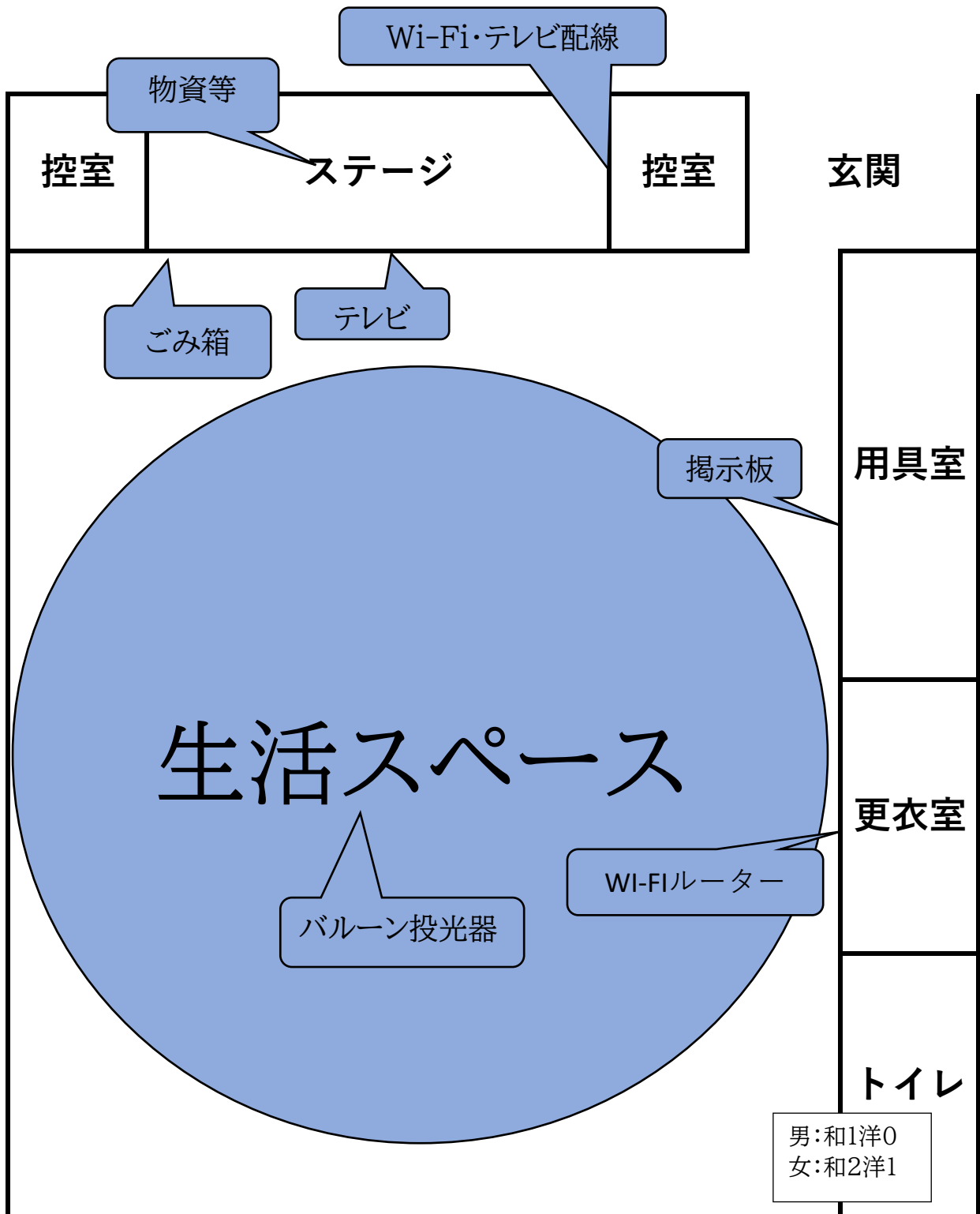


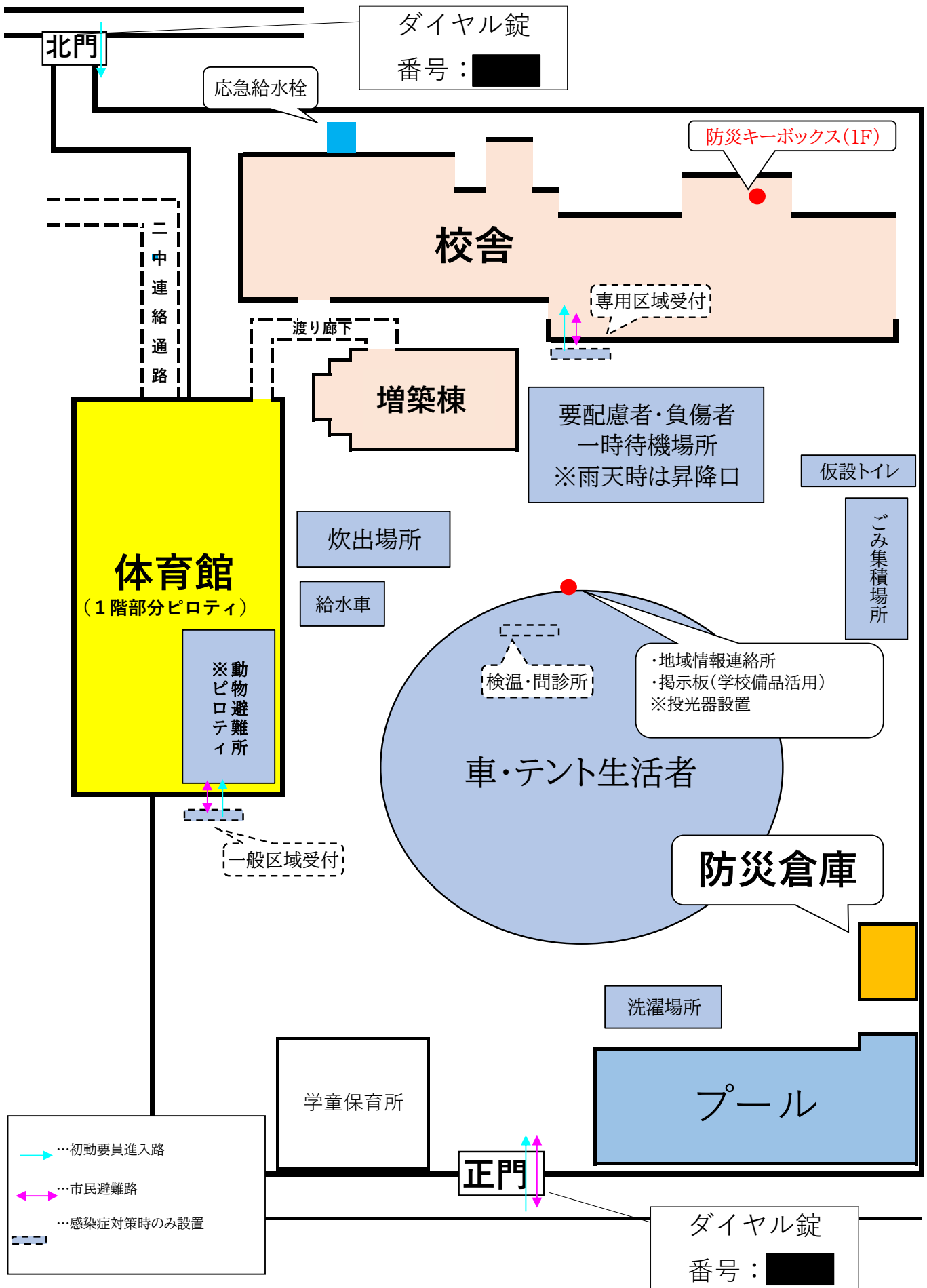


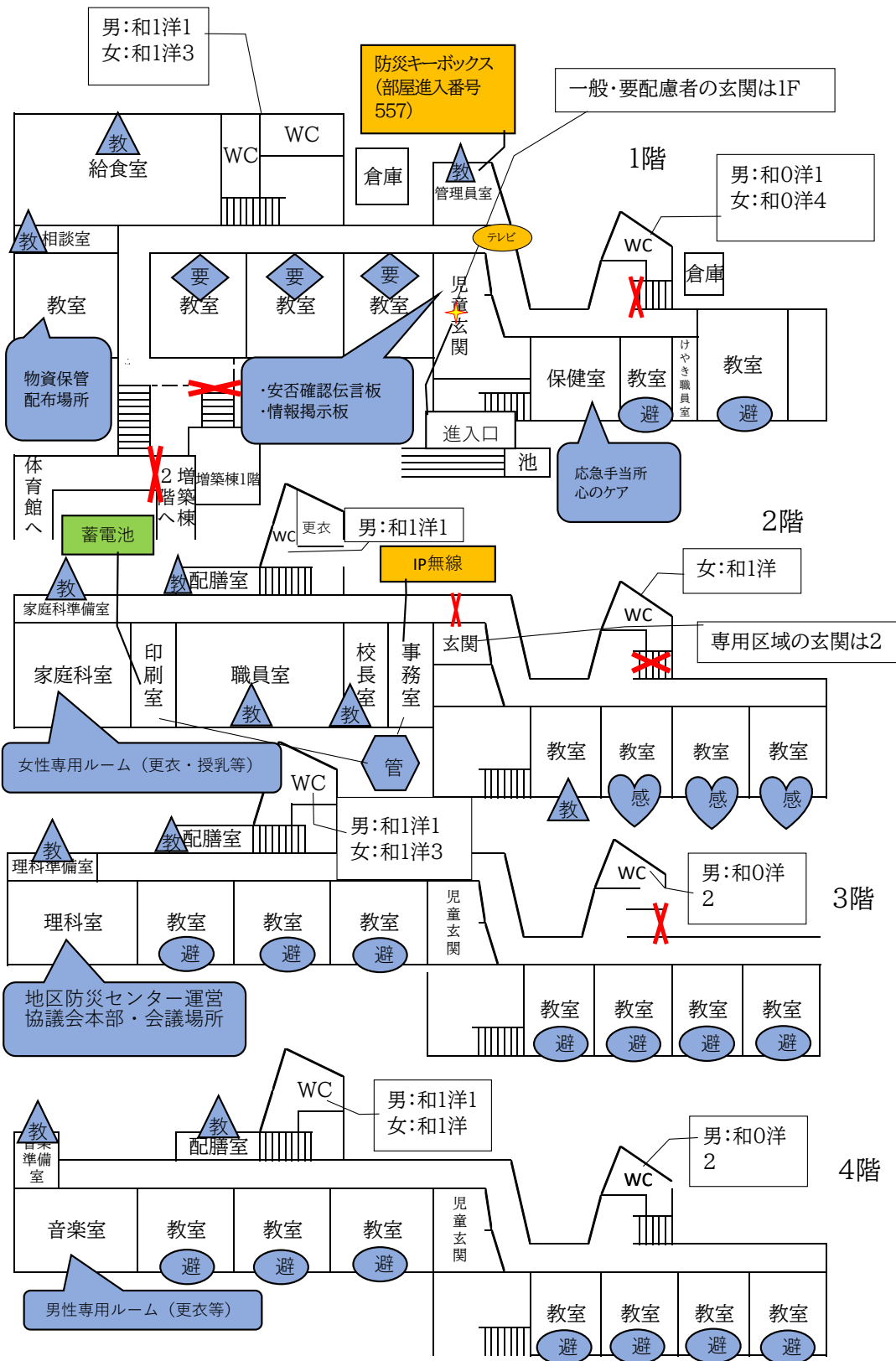
体育館





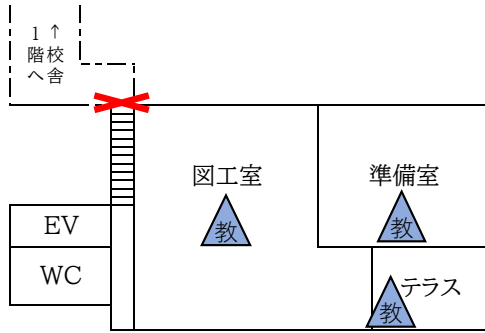




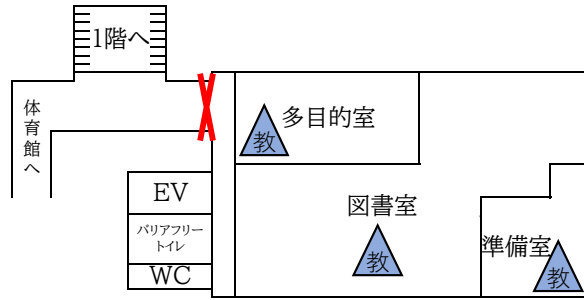


| | | | |
|--|-------------|--|--------------------------------------|
| | …要配慮者保護スペース | | …感染症等専用区域(感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用) |
| | …一般避難者スペース | | …避難所管理機能スペース |
| | …教育機能維持スペース | | …「立入禁止テープ」を貼る箇所 |

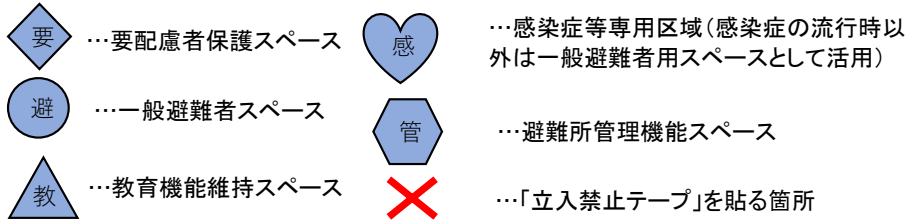
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
 ※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。



増築棟1階

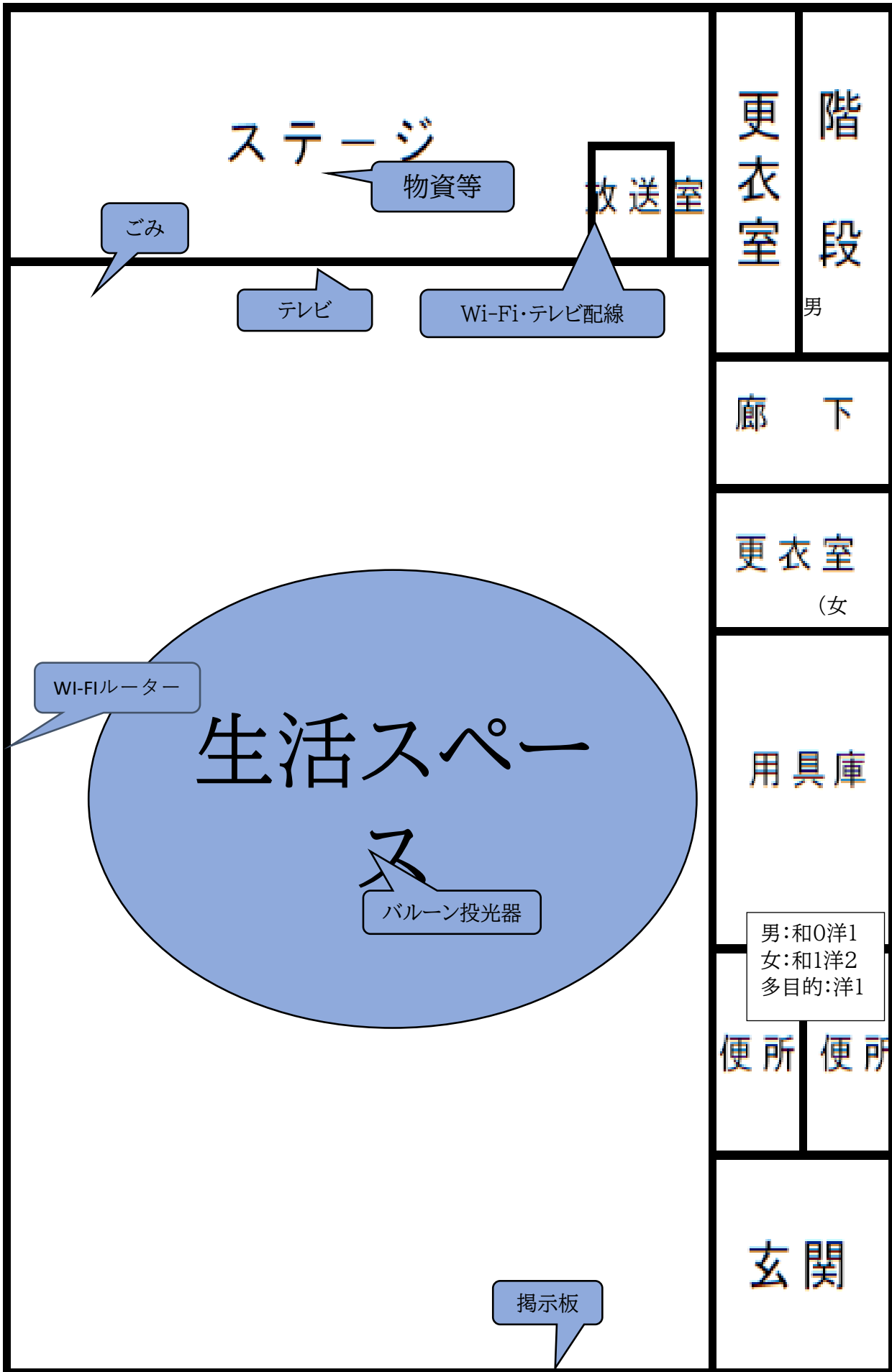


増築棟2階

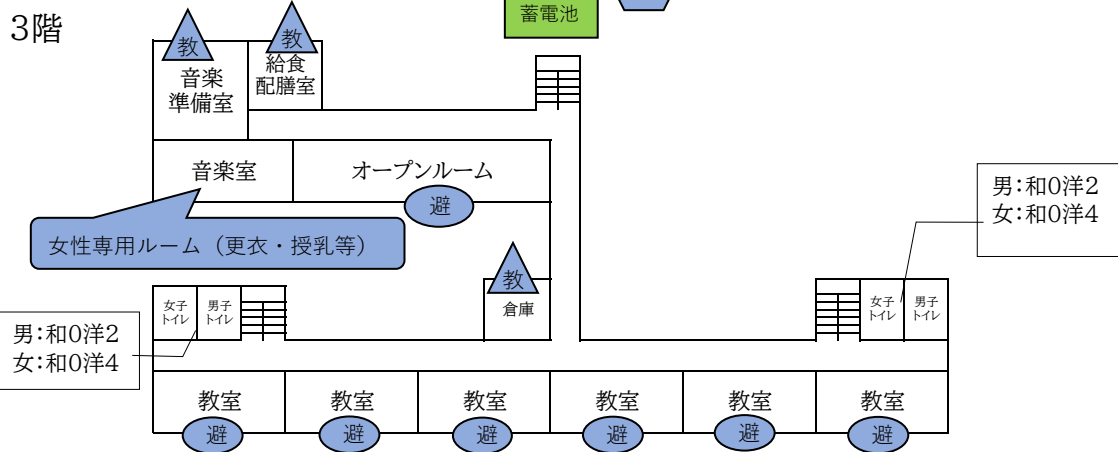
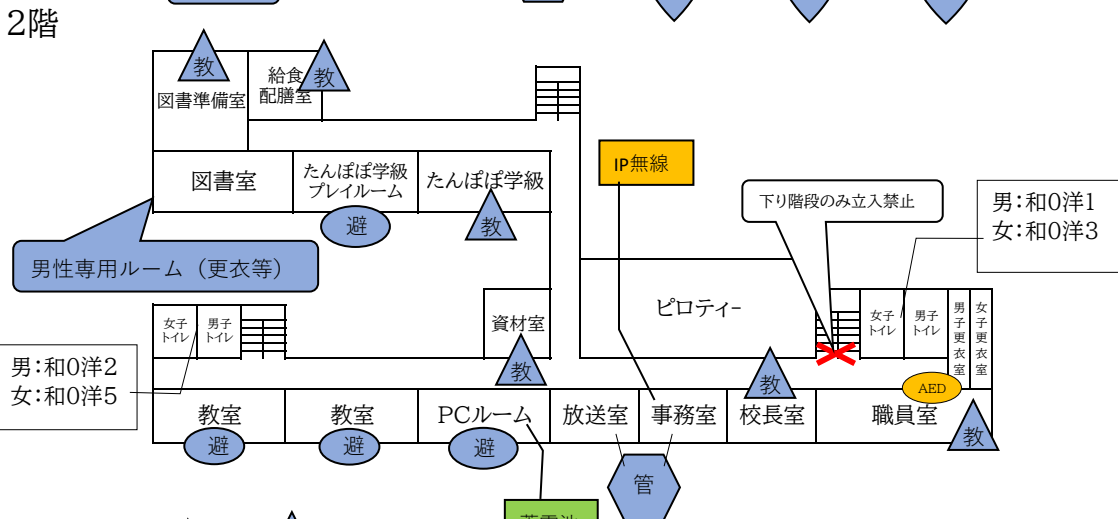
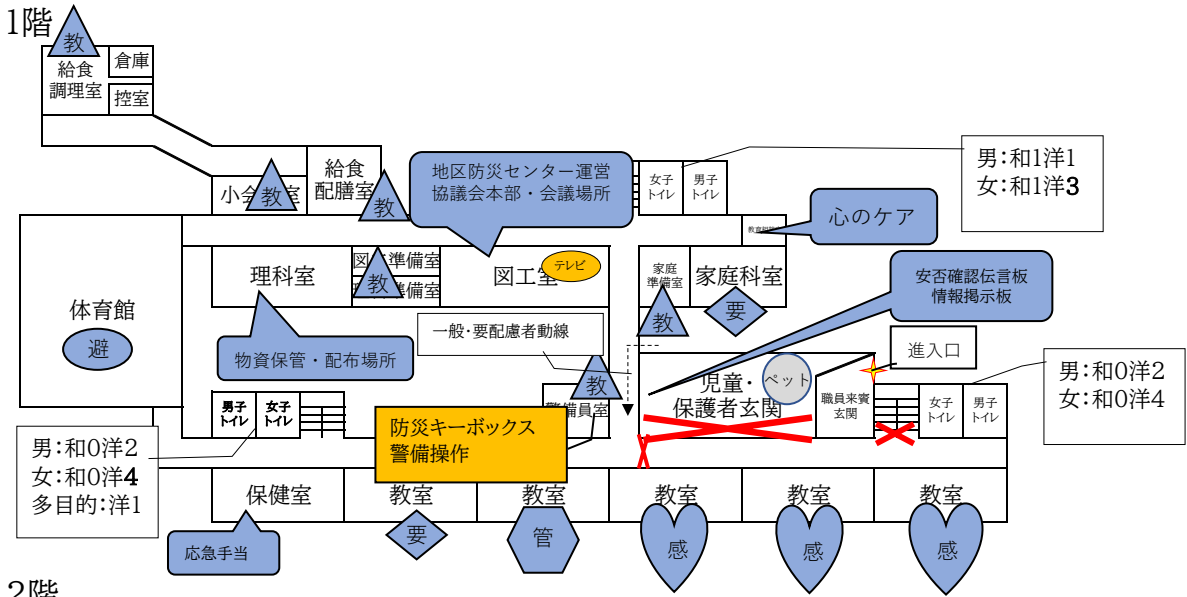


※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。







◆ 要 ……要配慮者保護スペース

● 避 ……一般避難者スペース

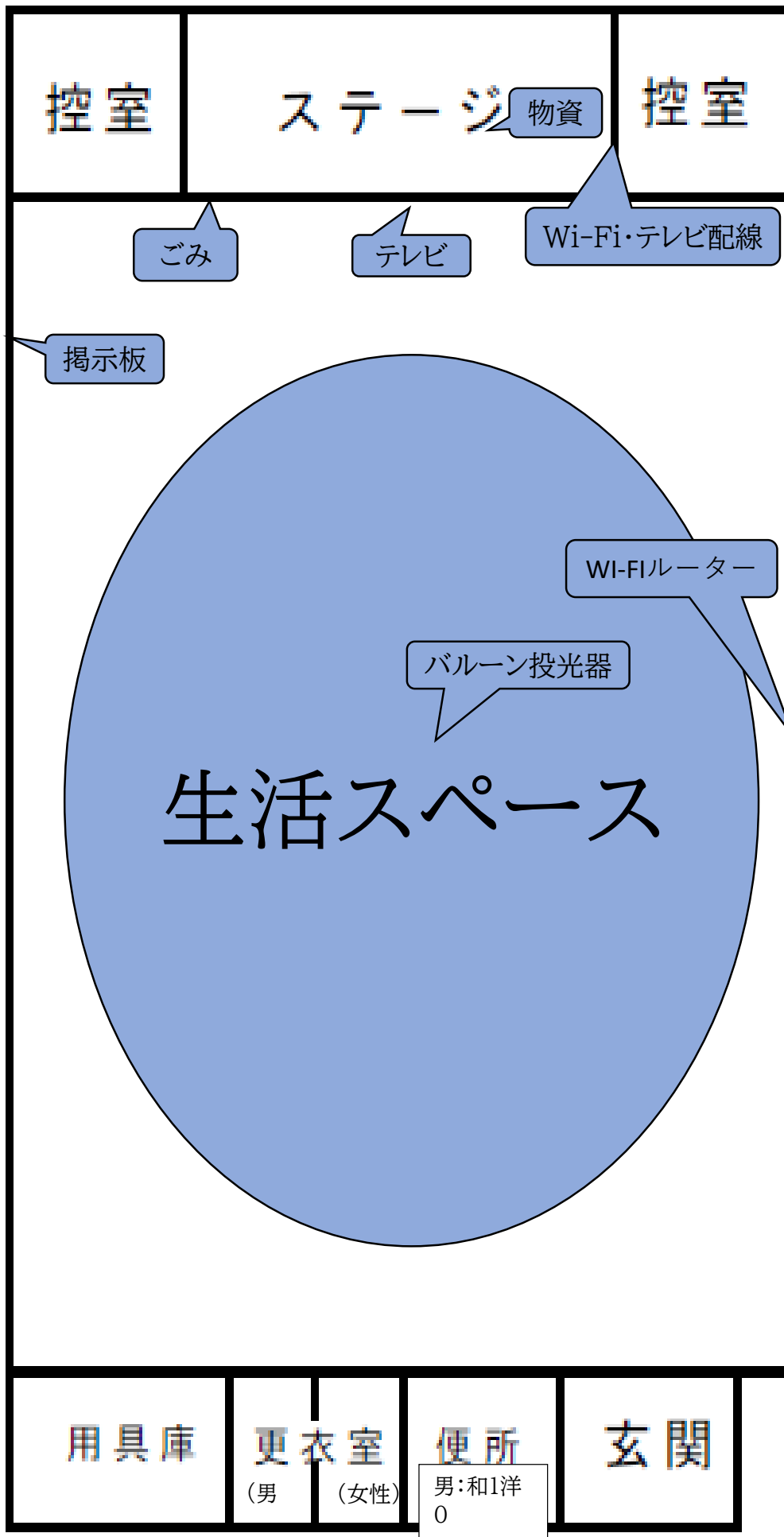
▲ 教 ……教育機能維持スペース

♥ 感 ……感染症等専用区域 (感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用)

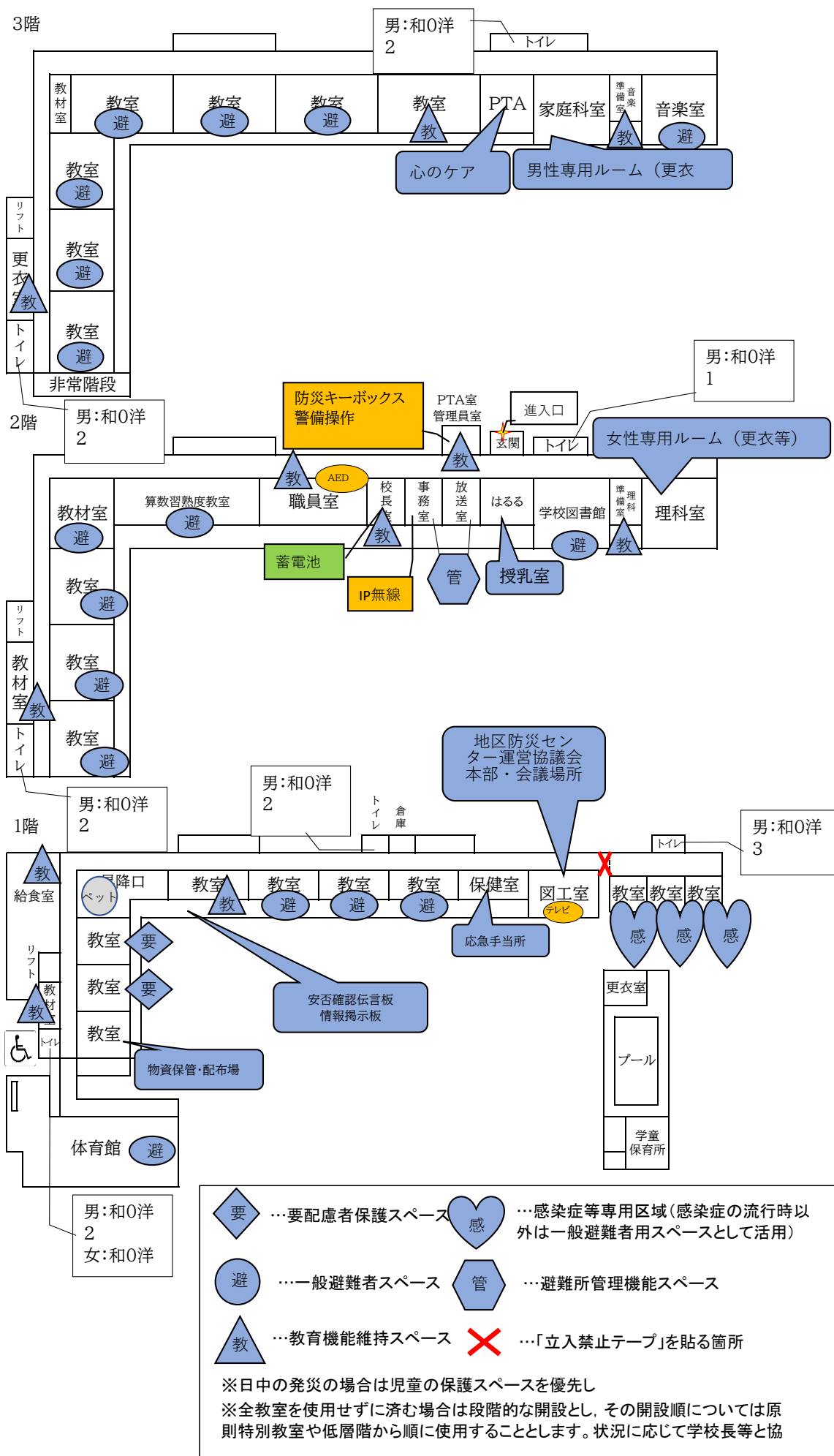
⬡ 管 ……避難所管理機能スペース

✖ ……「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先し
 ※全教室を使用せず済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

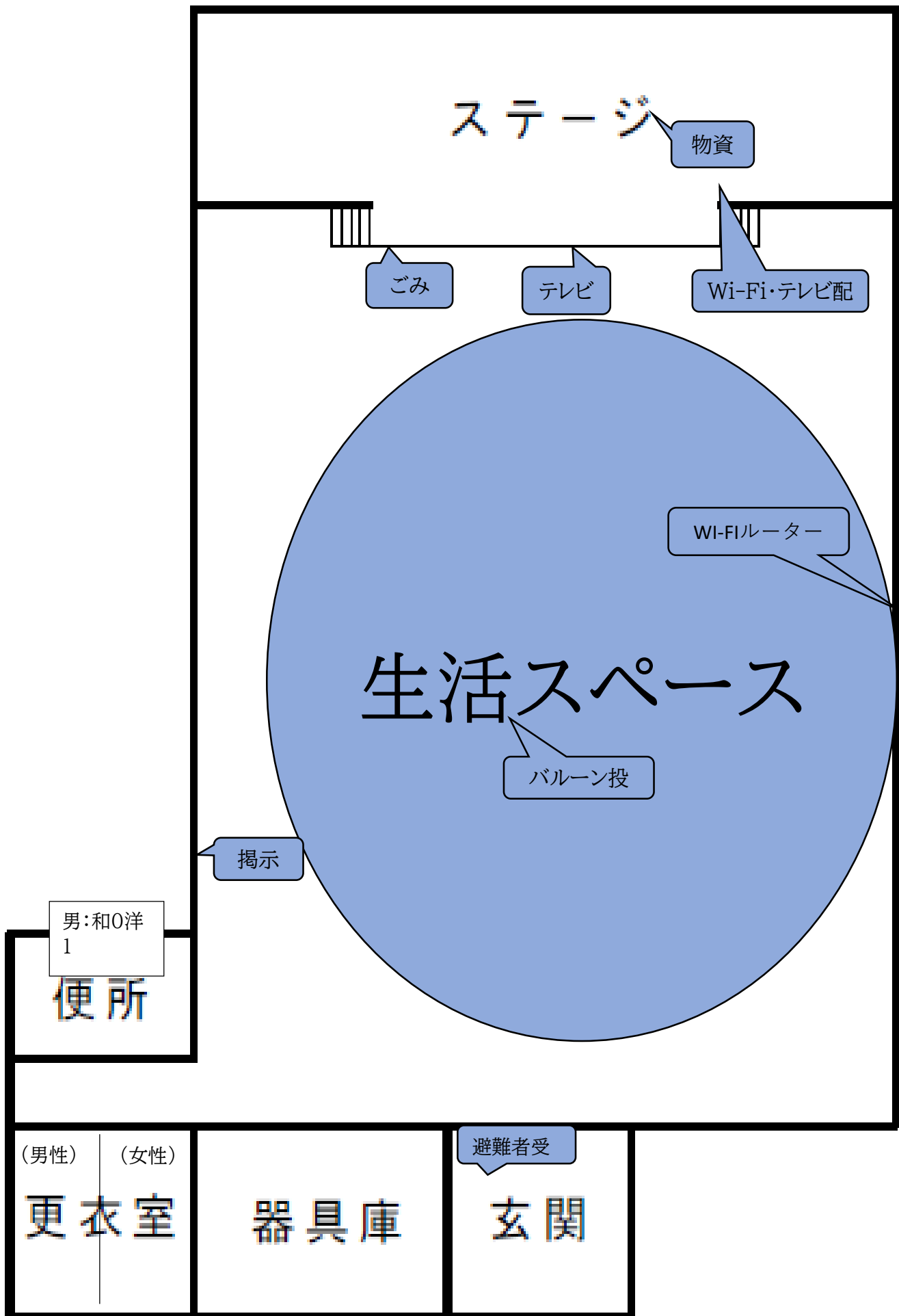


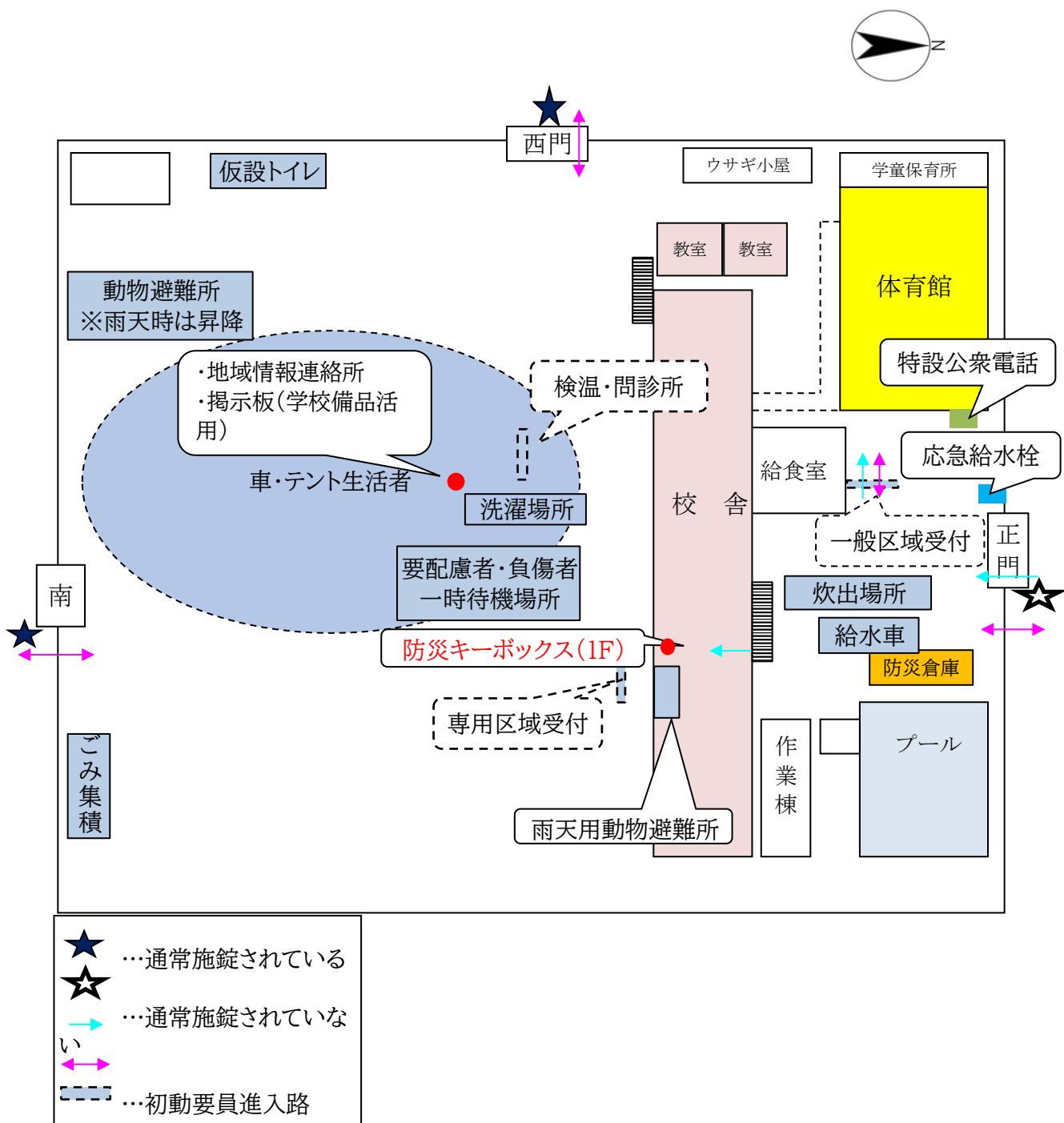


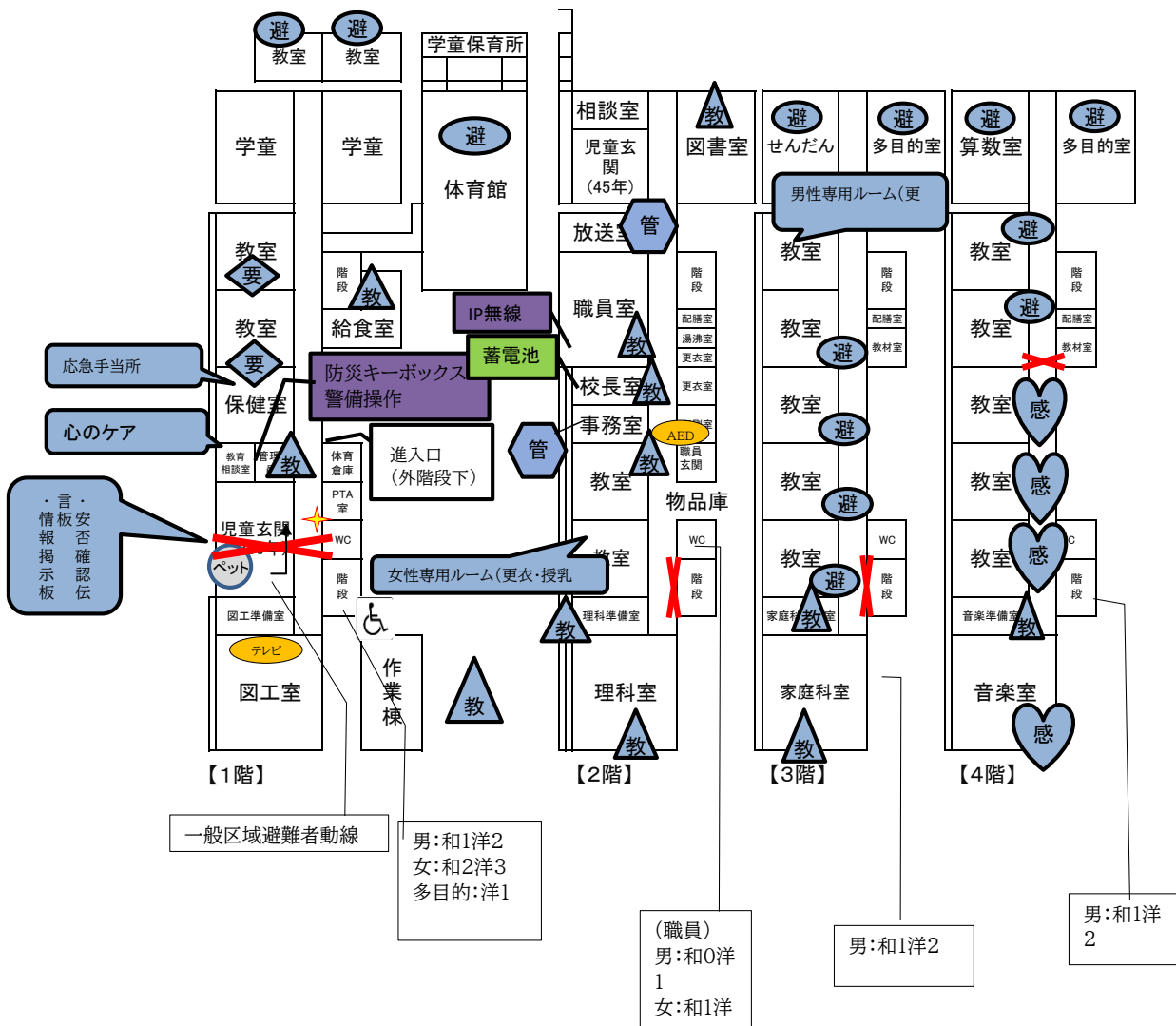


- ◆ 要 ……要配慮者保護スペース
- 避 ……一般避難者スペース
- ▲ 教 ……教育機能維持スペース
- ♥ 感 ……感染症等専用区域(感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用)
- ⬡ 管 ……避難所管理機能スペース
- ✖ ……「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先し
 ※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協

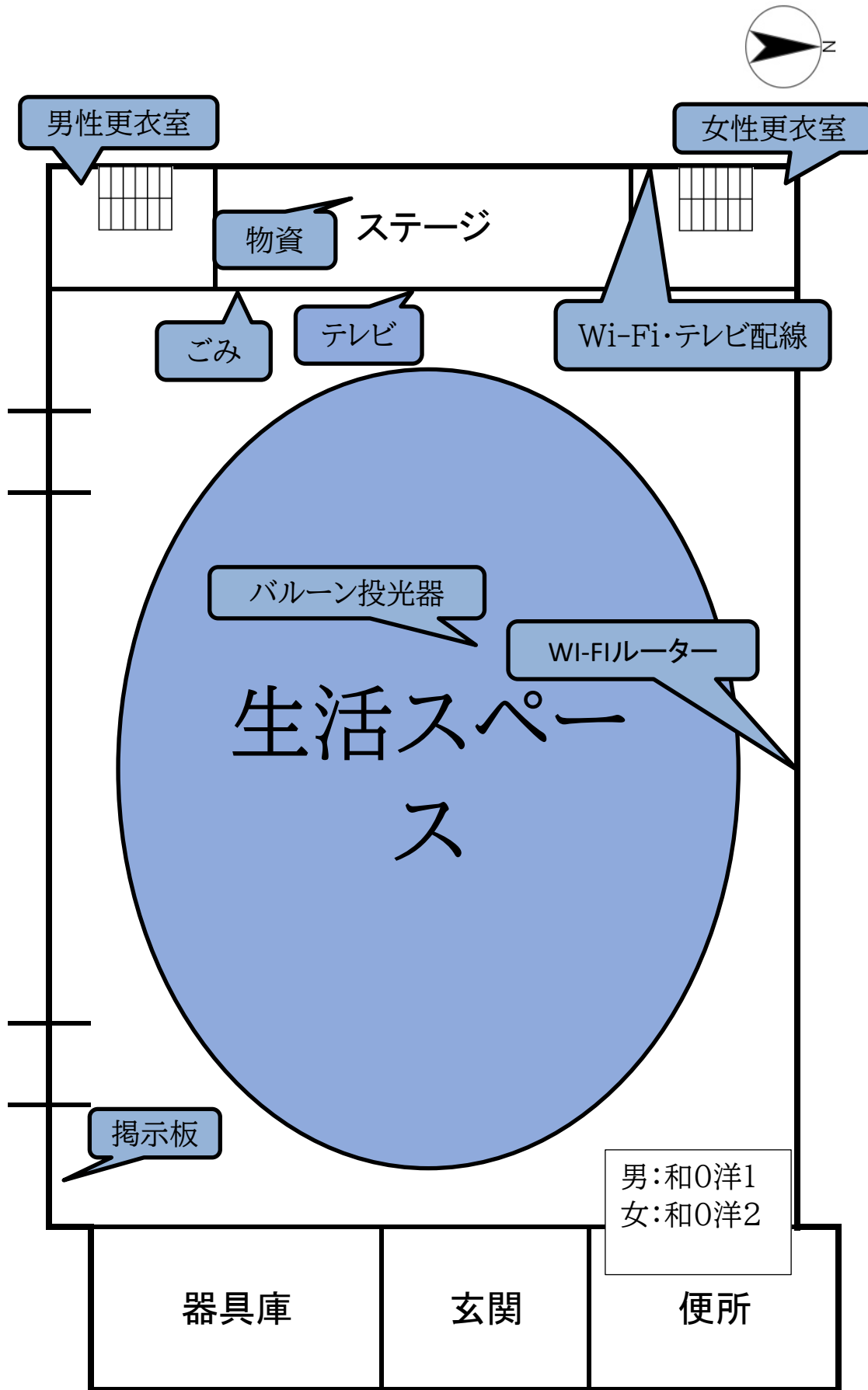


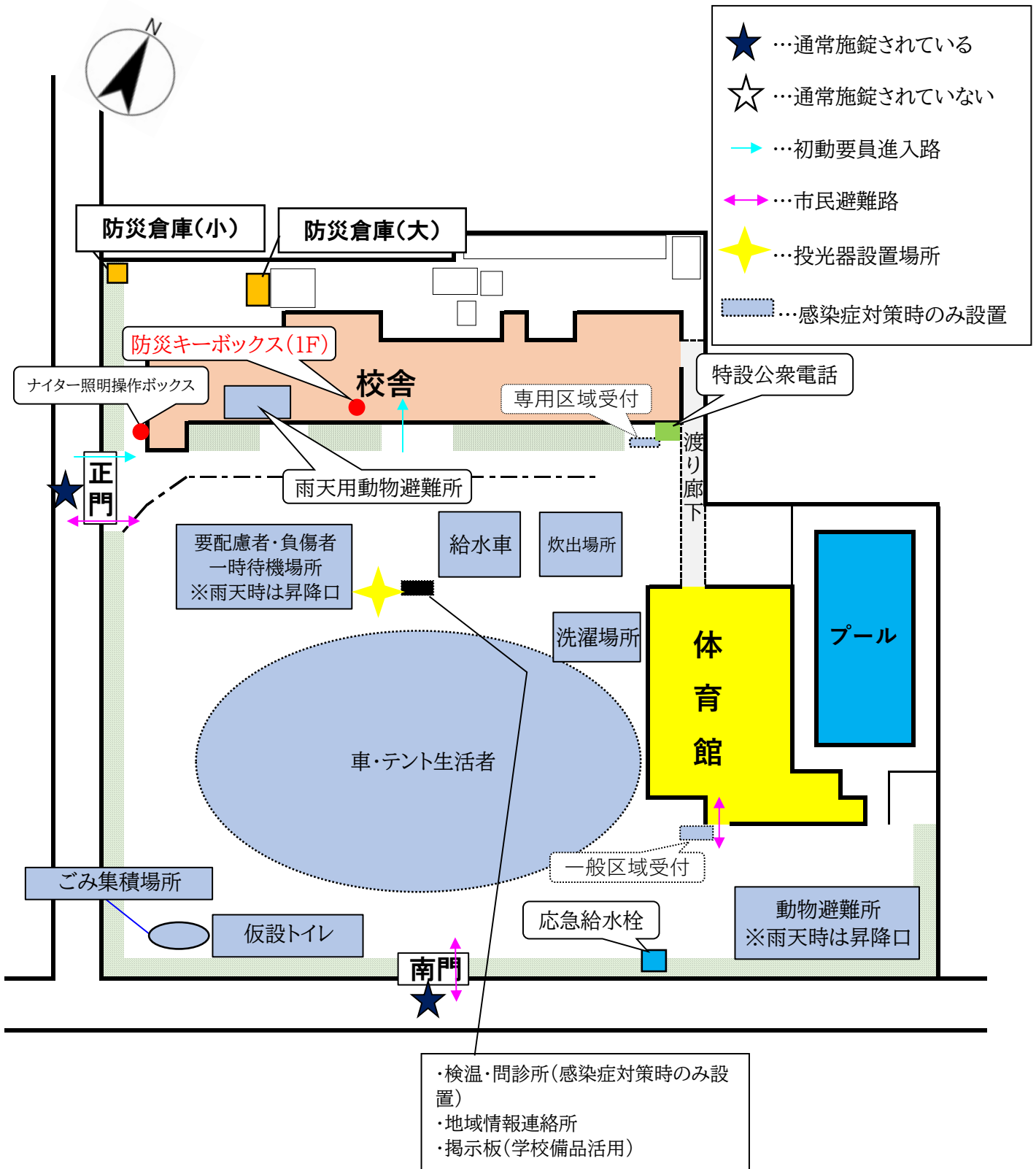


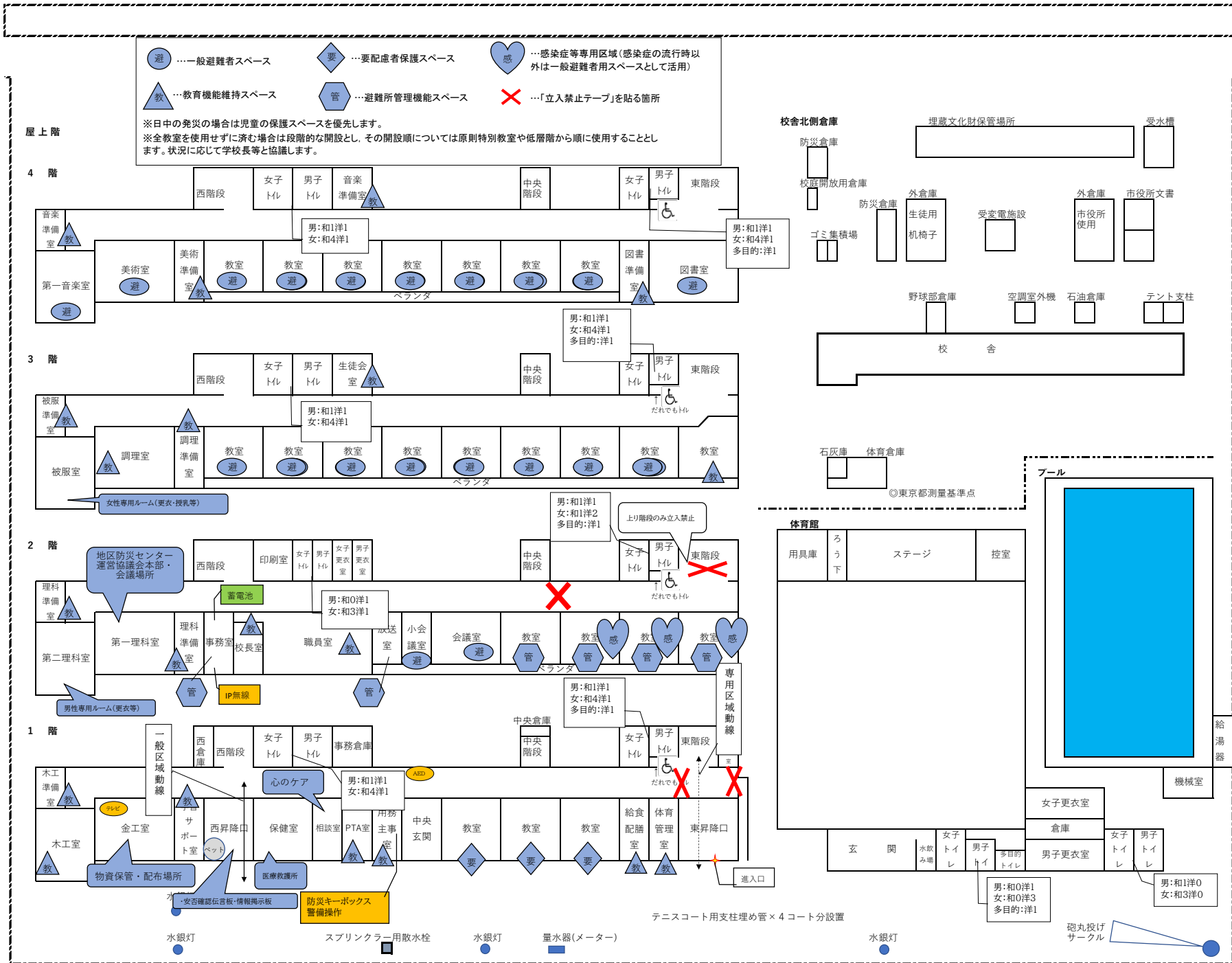


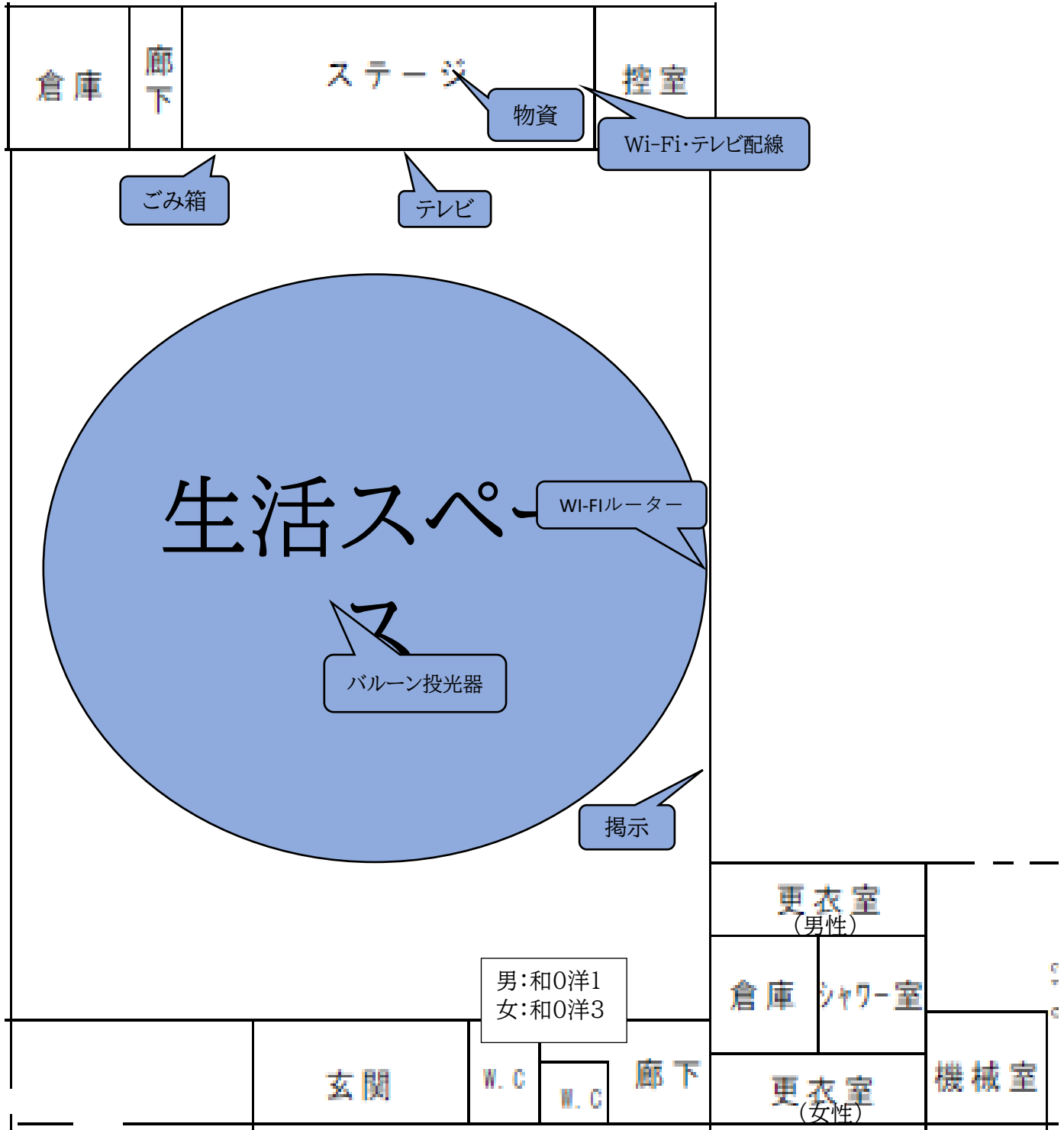
| | | | |
|--|-------------|--|---------------------------------|
| | …要配慮者保護スペース | | …感染症等専用区域
(感染症の流行時以外は一般避難者用) |
| | …一般避難者スペース | | …避難所管理機能スペース |
| | …教育機能維持スペース | | …「立入禁止テープ」を貼る箇所 |

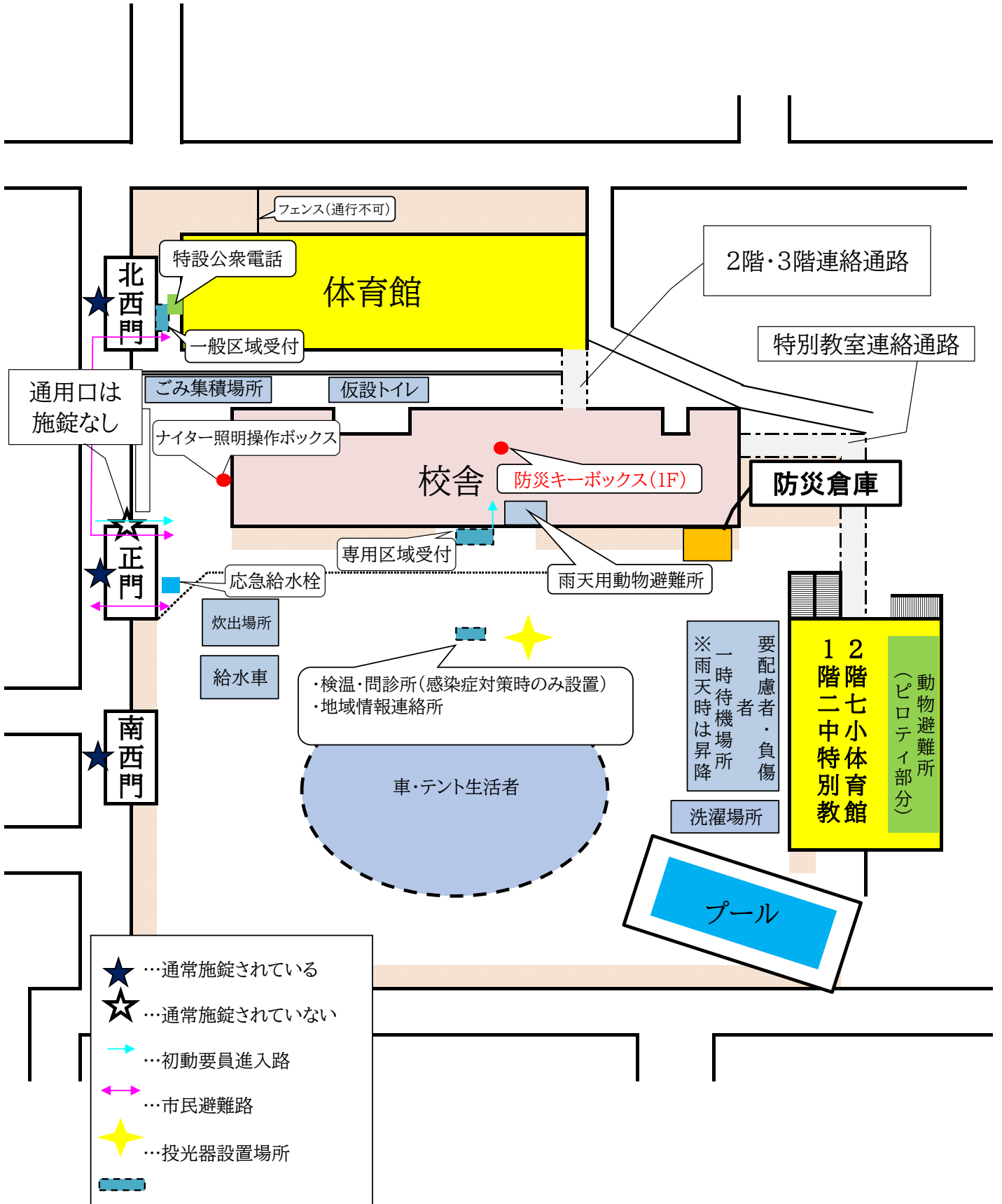
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
 ※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用する

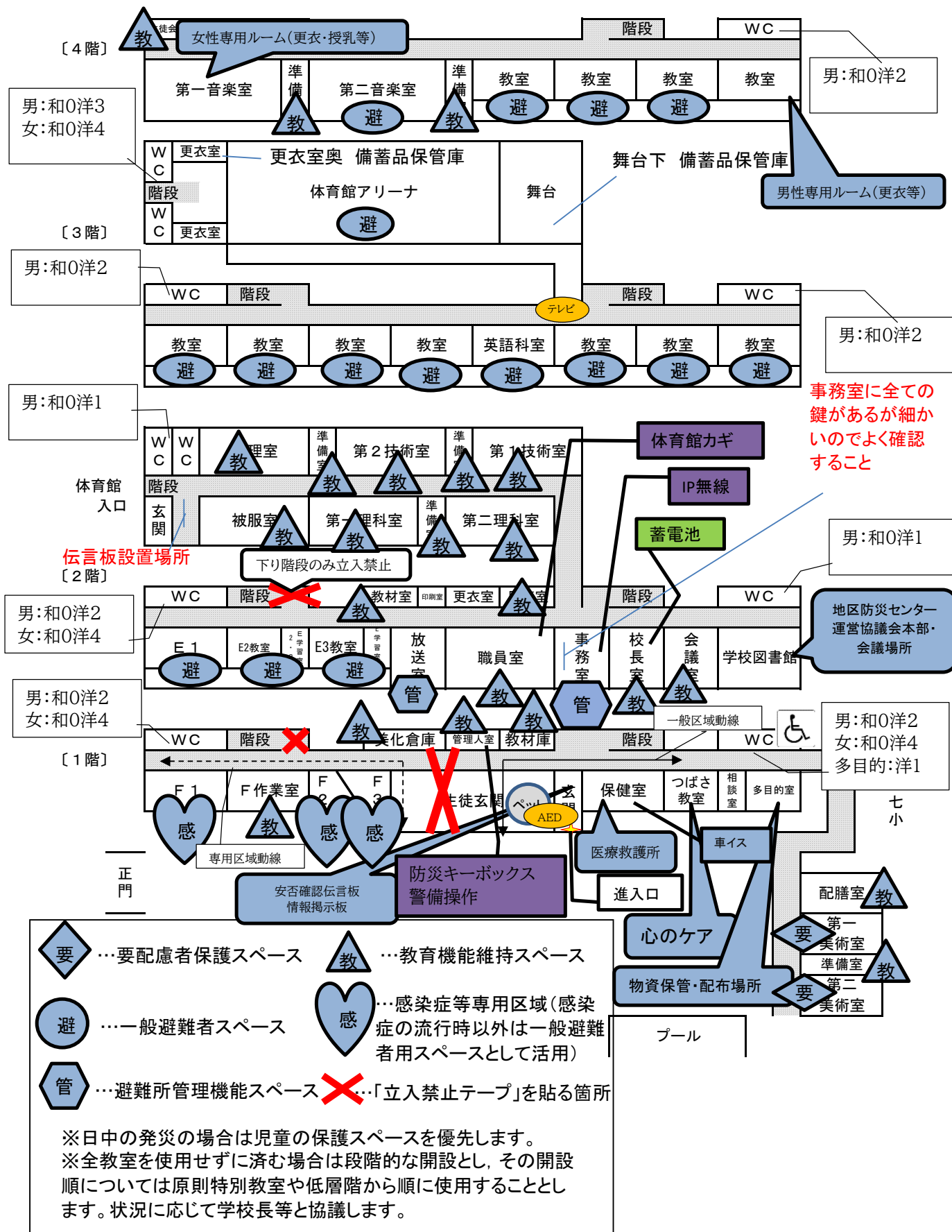


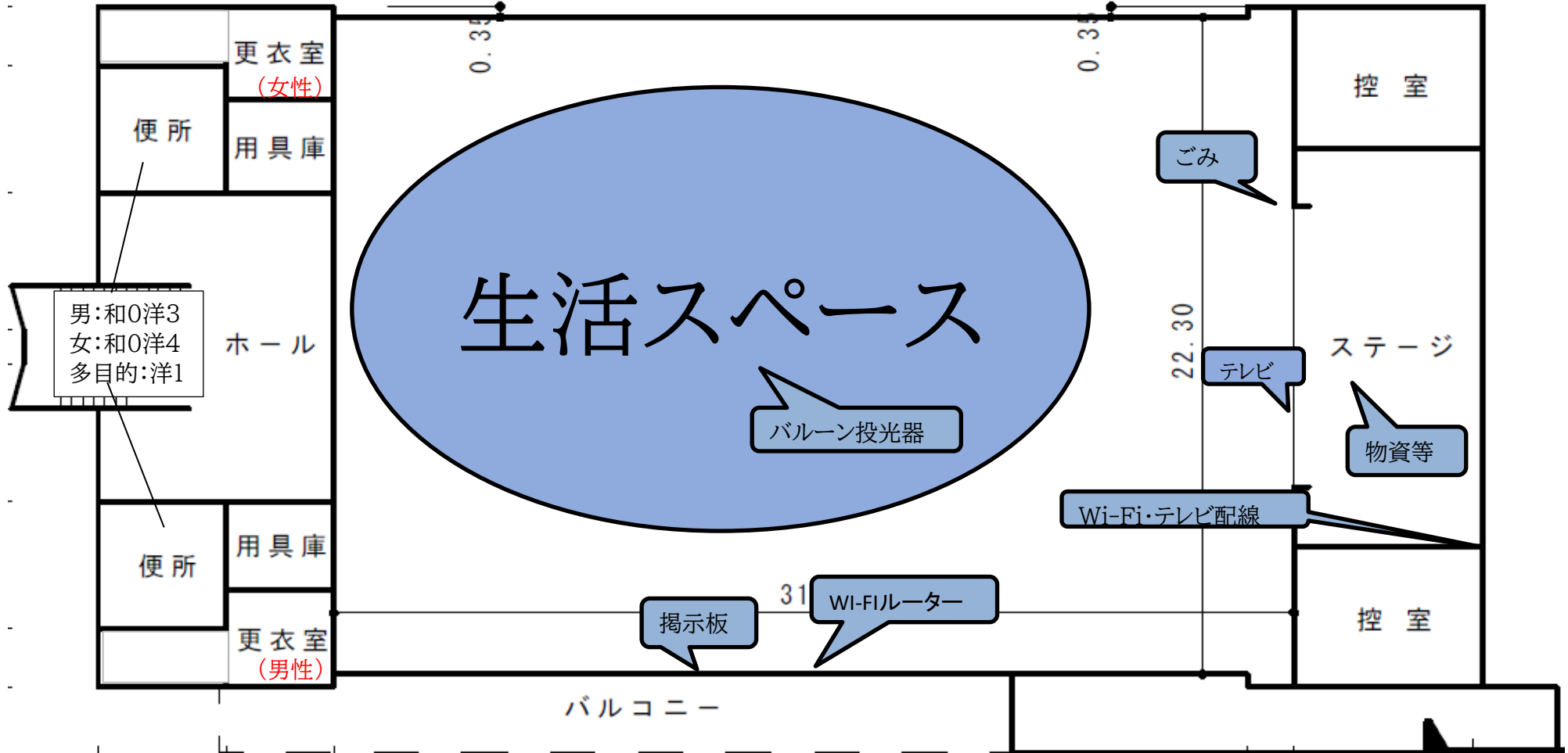


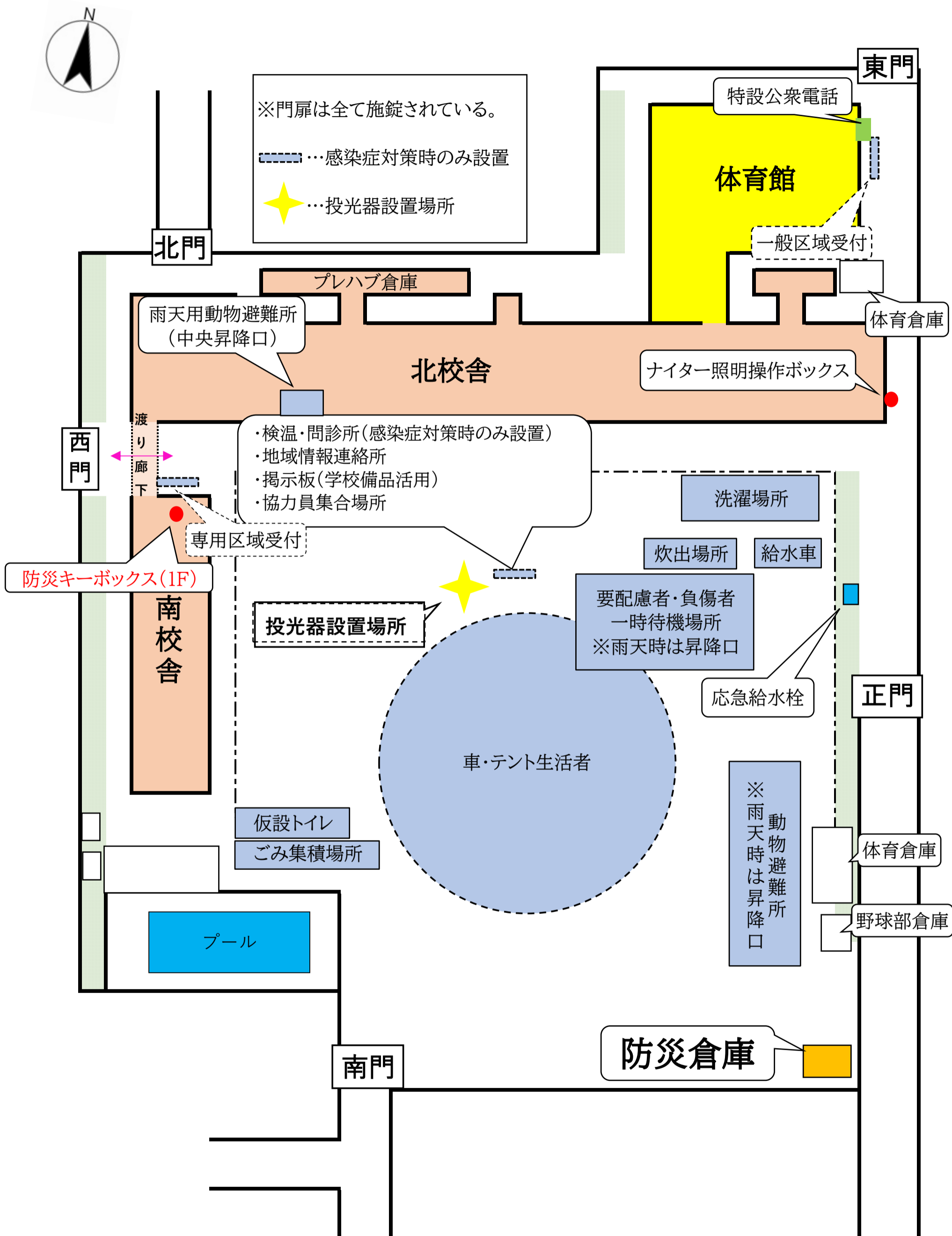


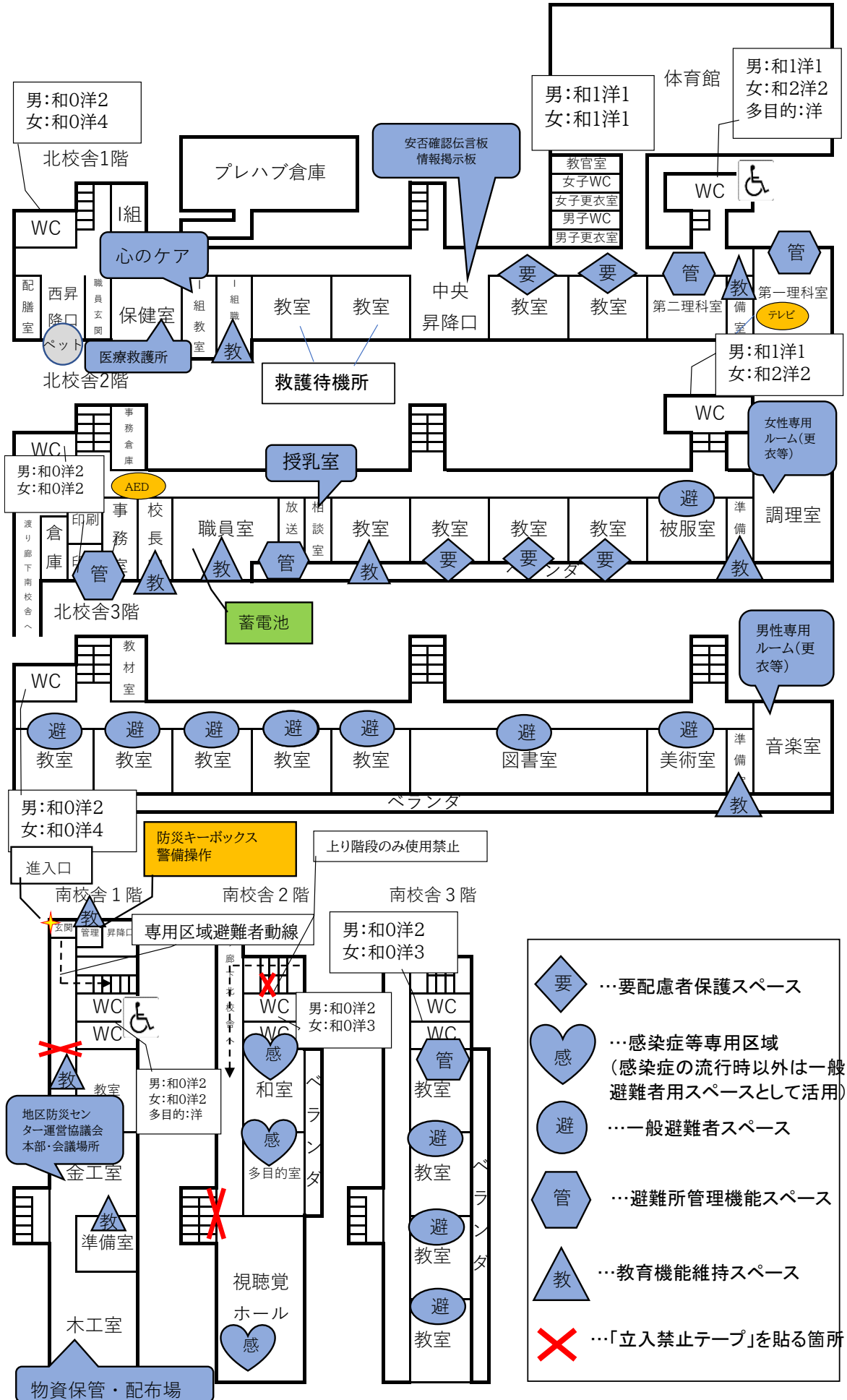






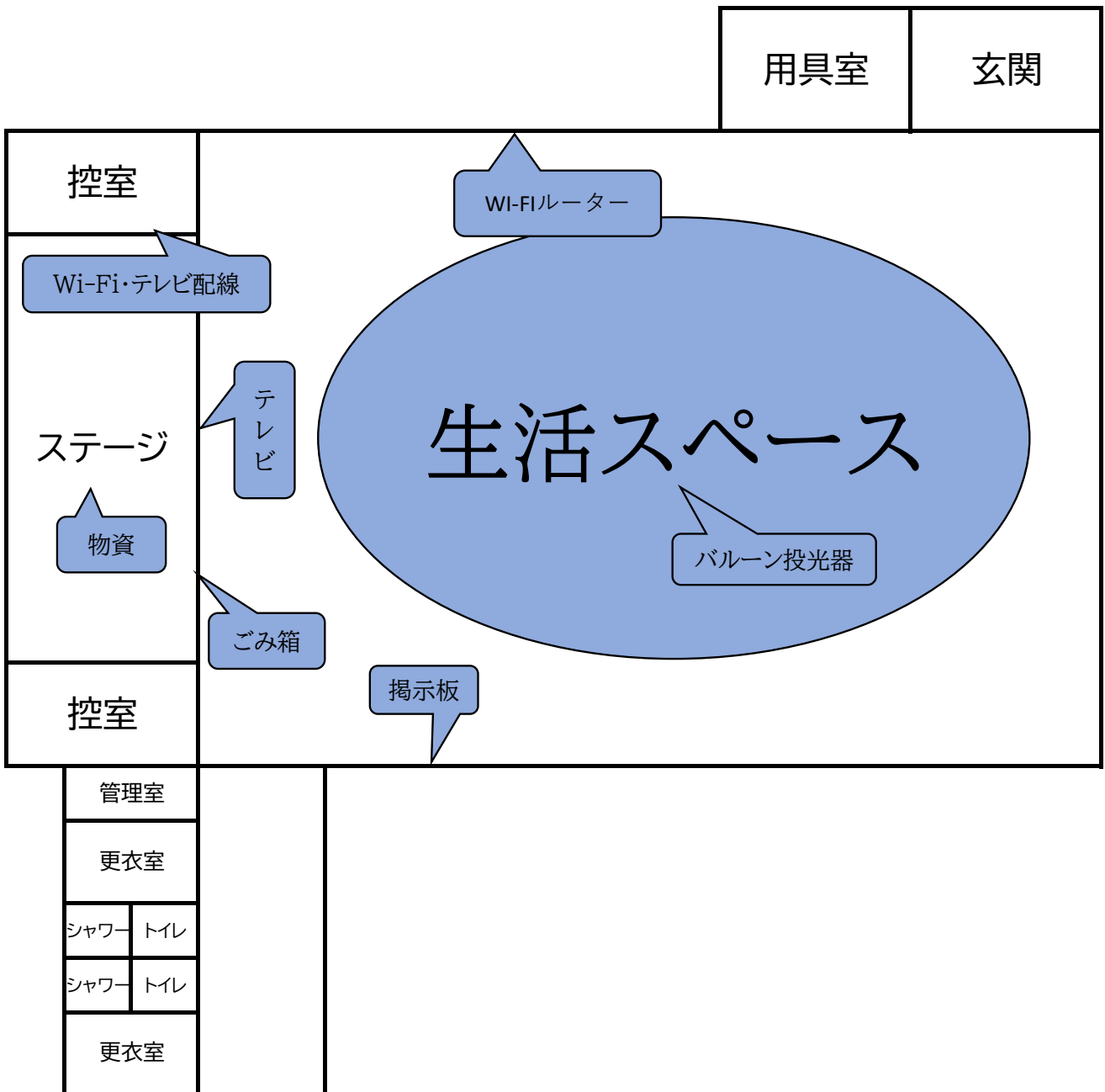


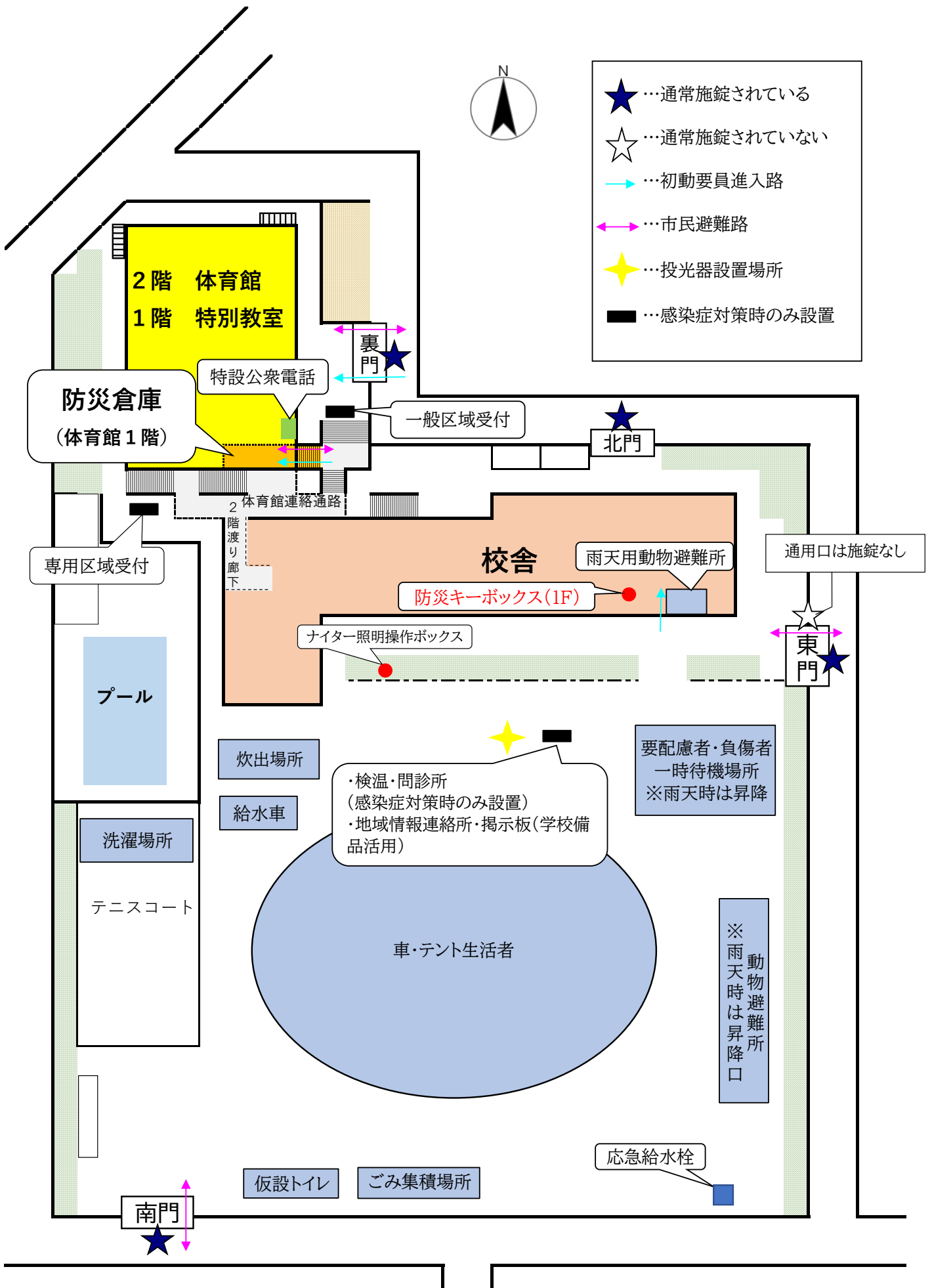




※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

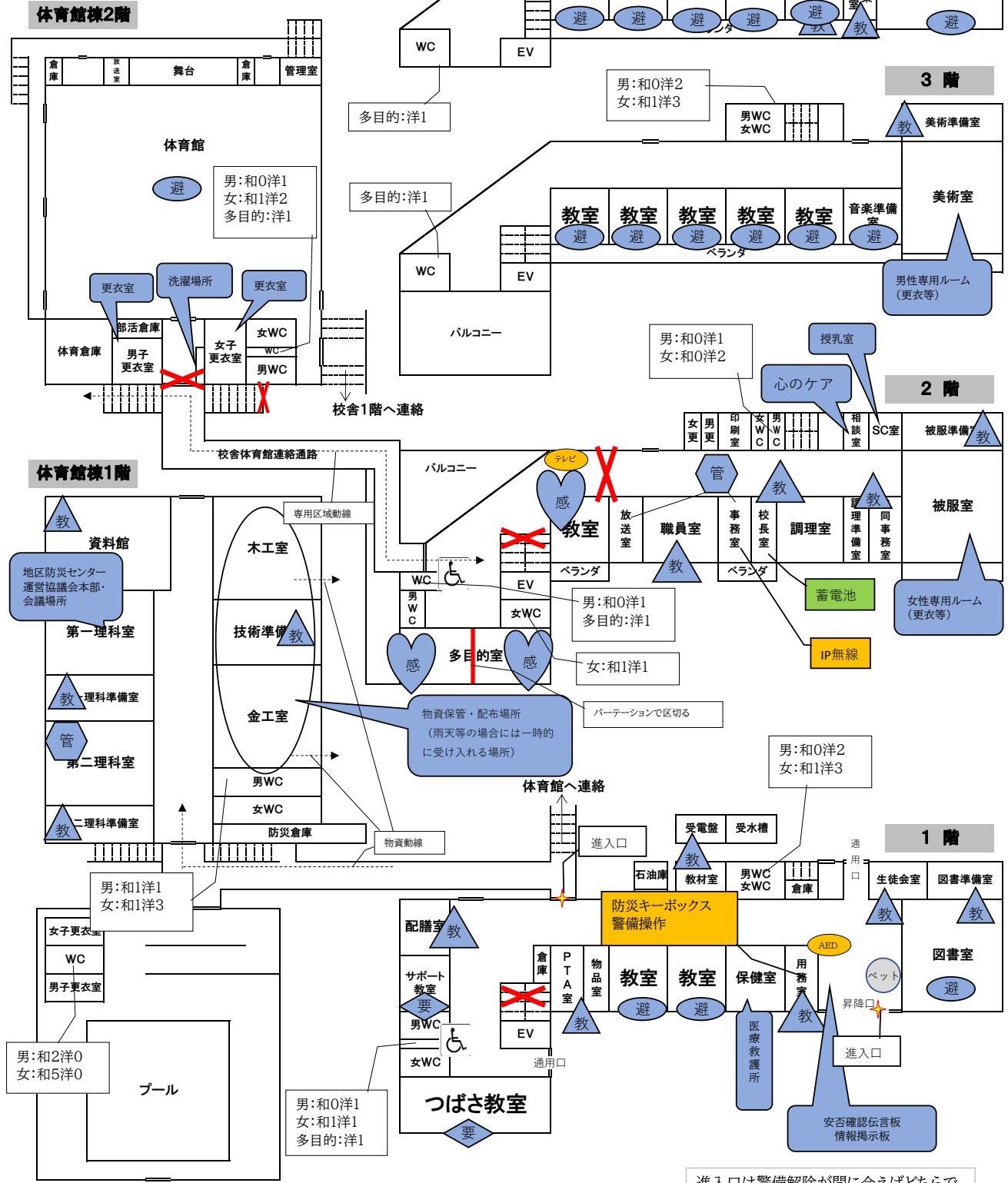
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。



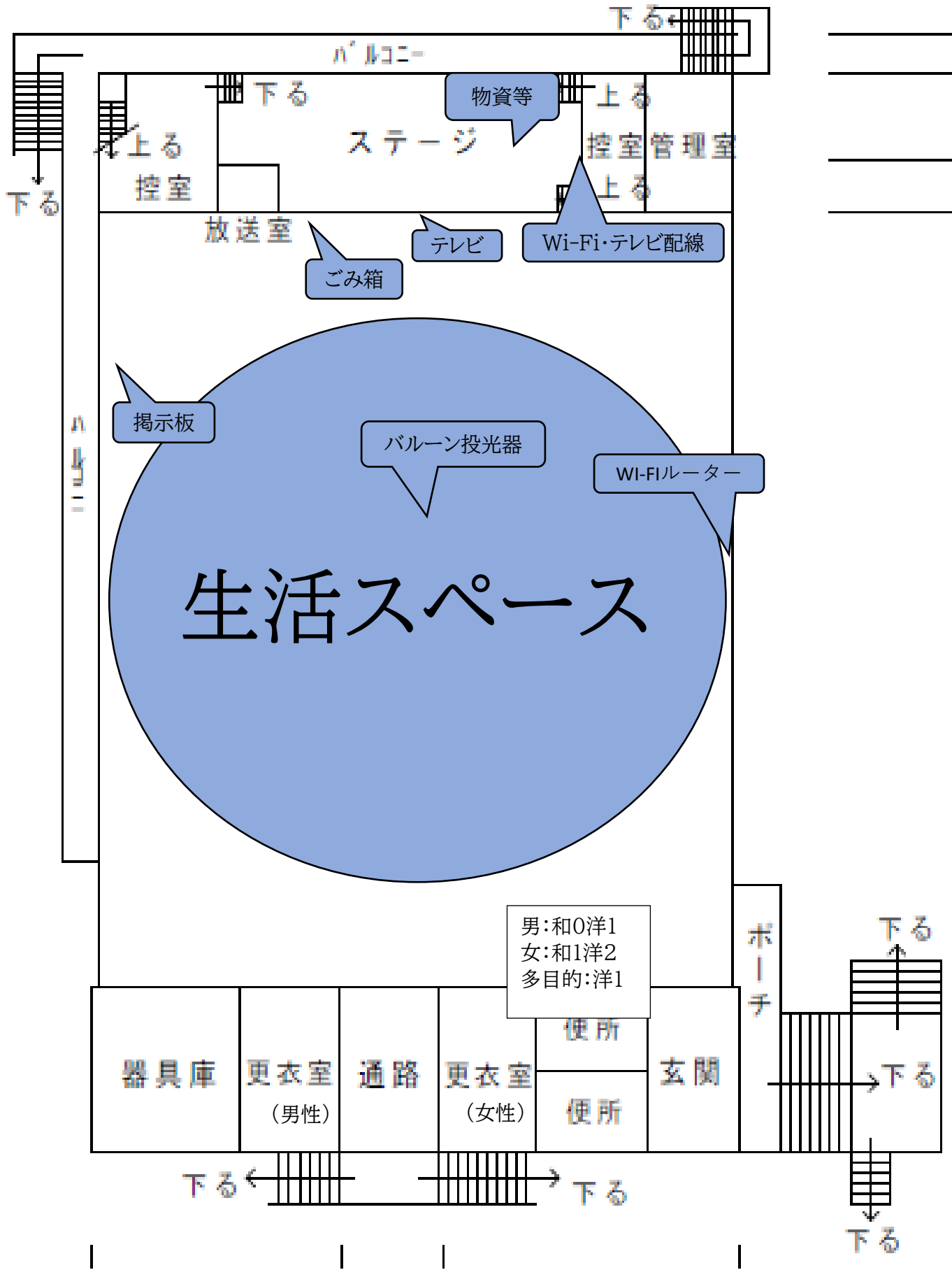


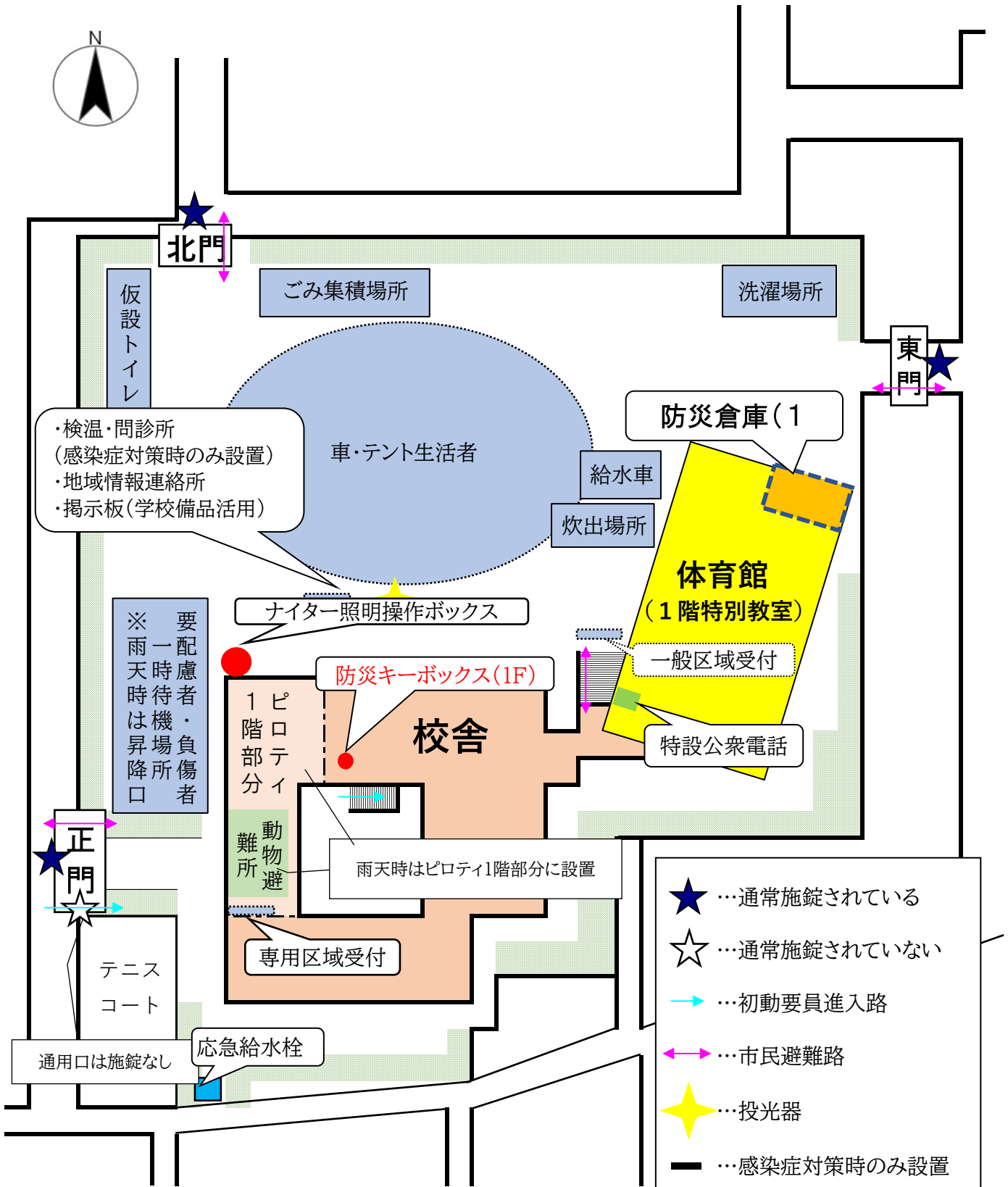
要 …要配慮者保護スペース 感 …感染症等専用区域(感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用)
避 …一般避難者スペース 管 …避難所管理機能スペース
教 …教育機能維持スペース ✗ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

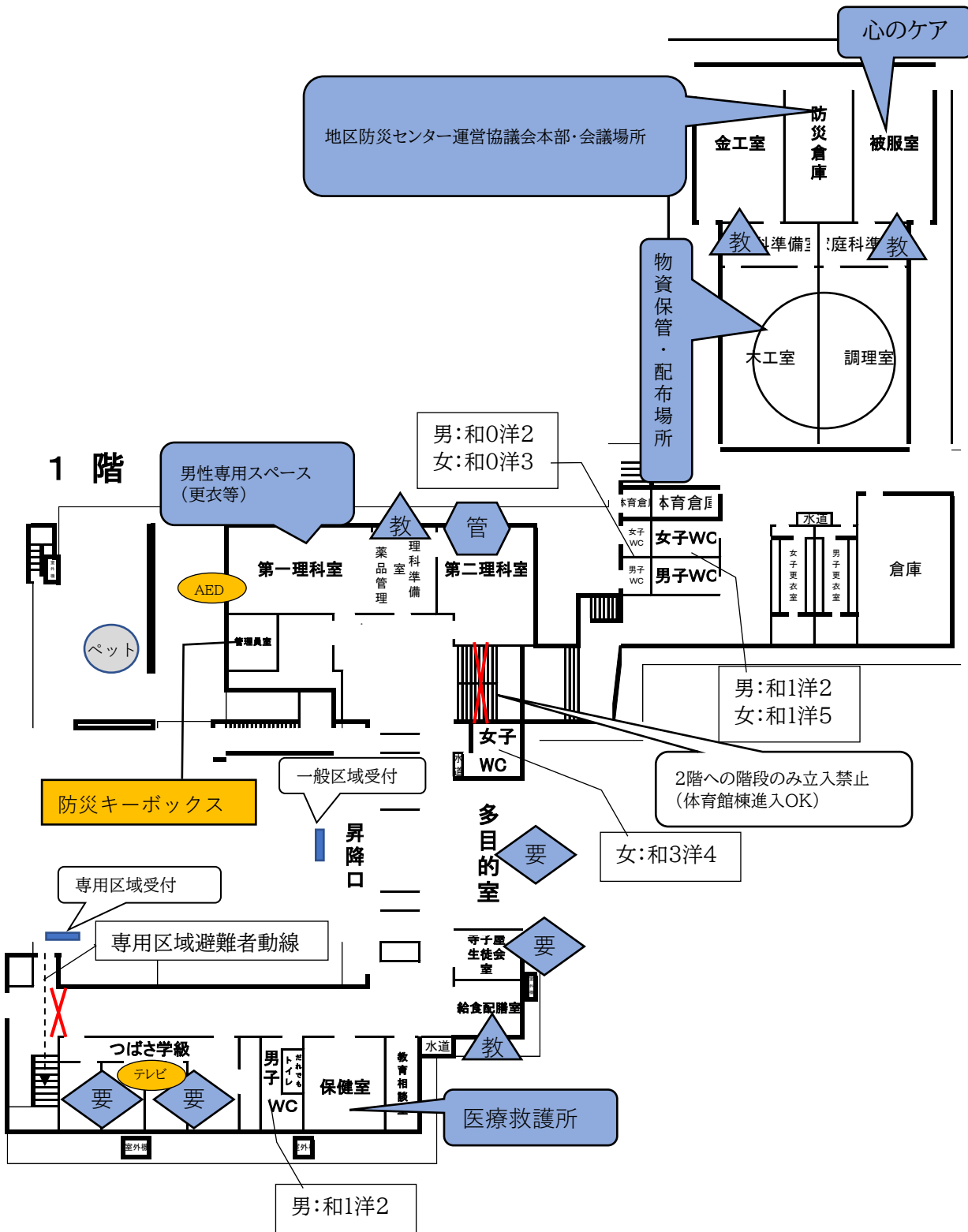
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
 ※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし、その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

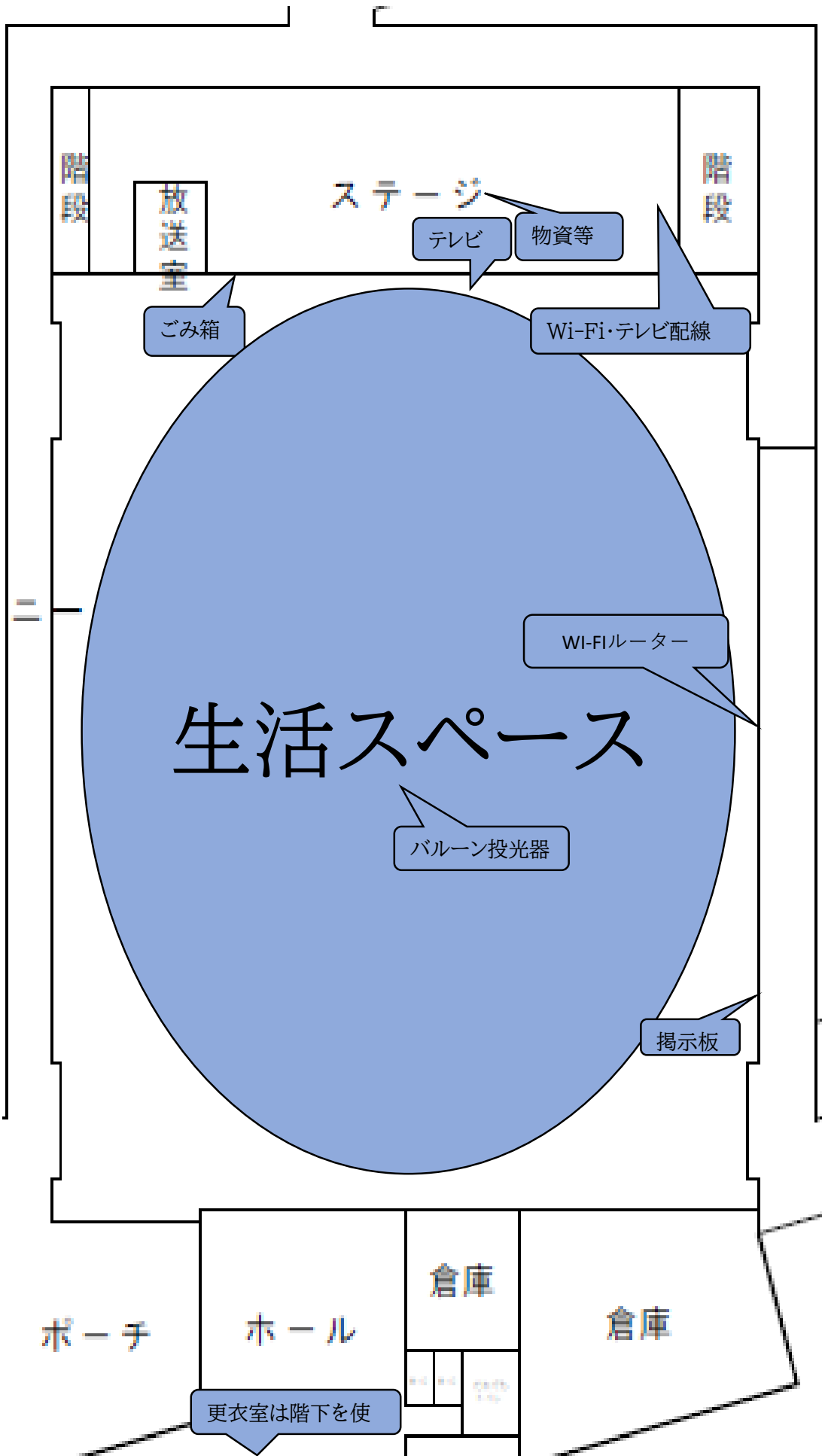


進入口は警備解除が間に合えばどちらでもOK。

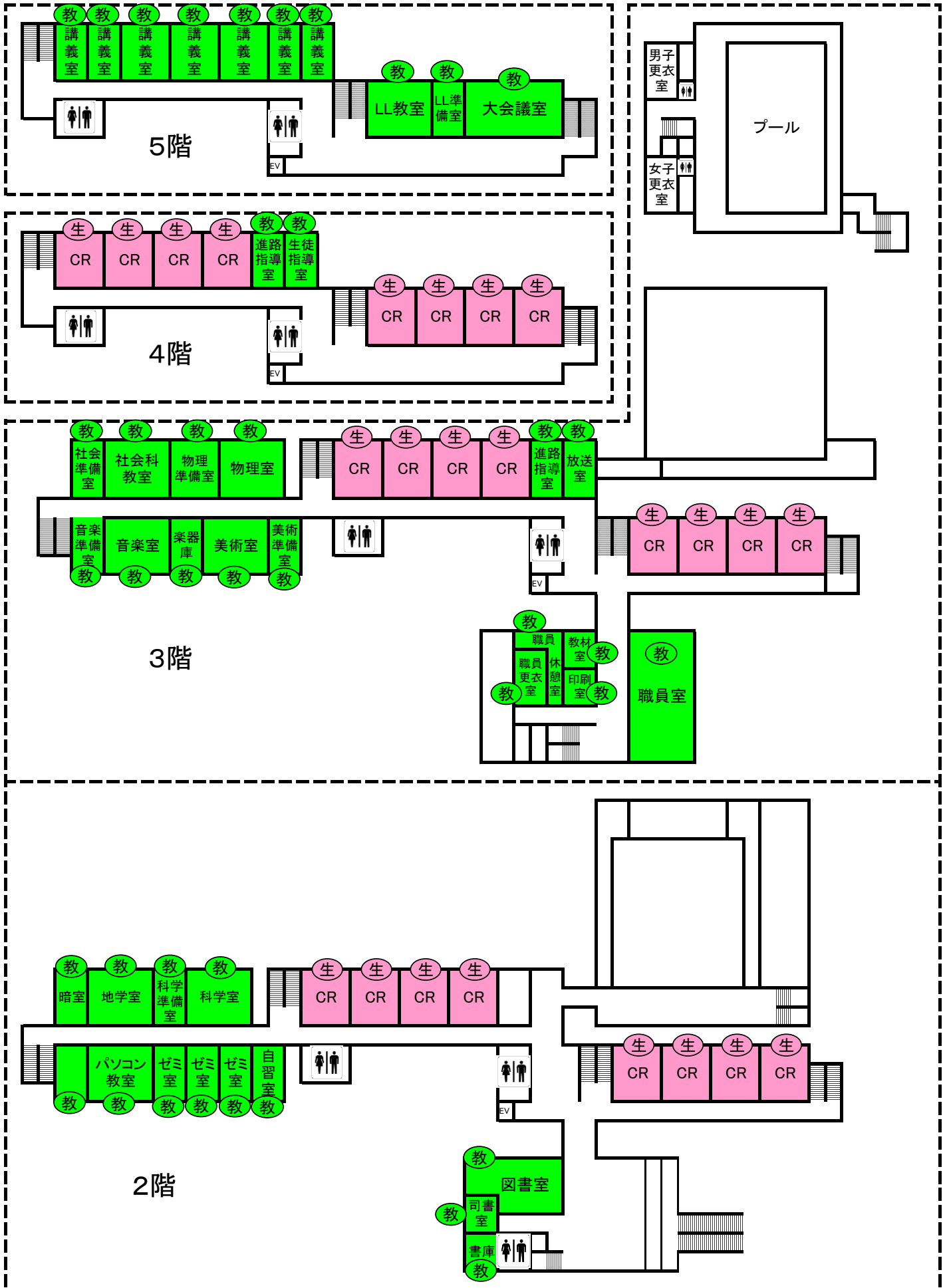




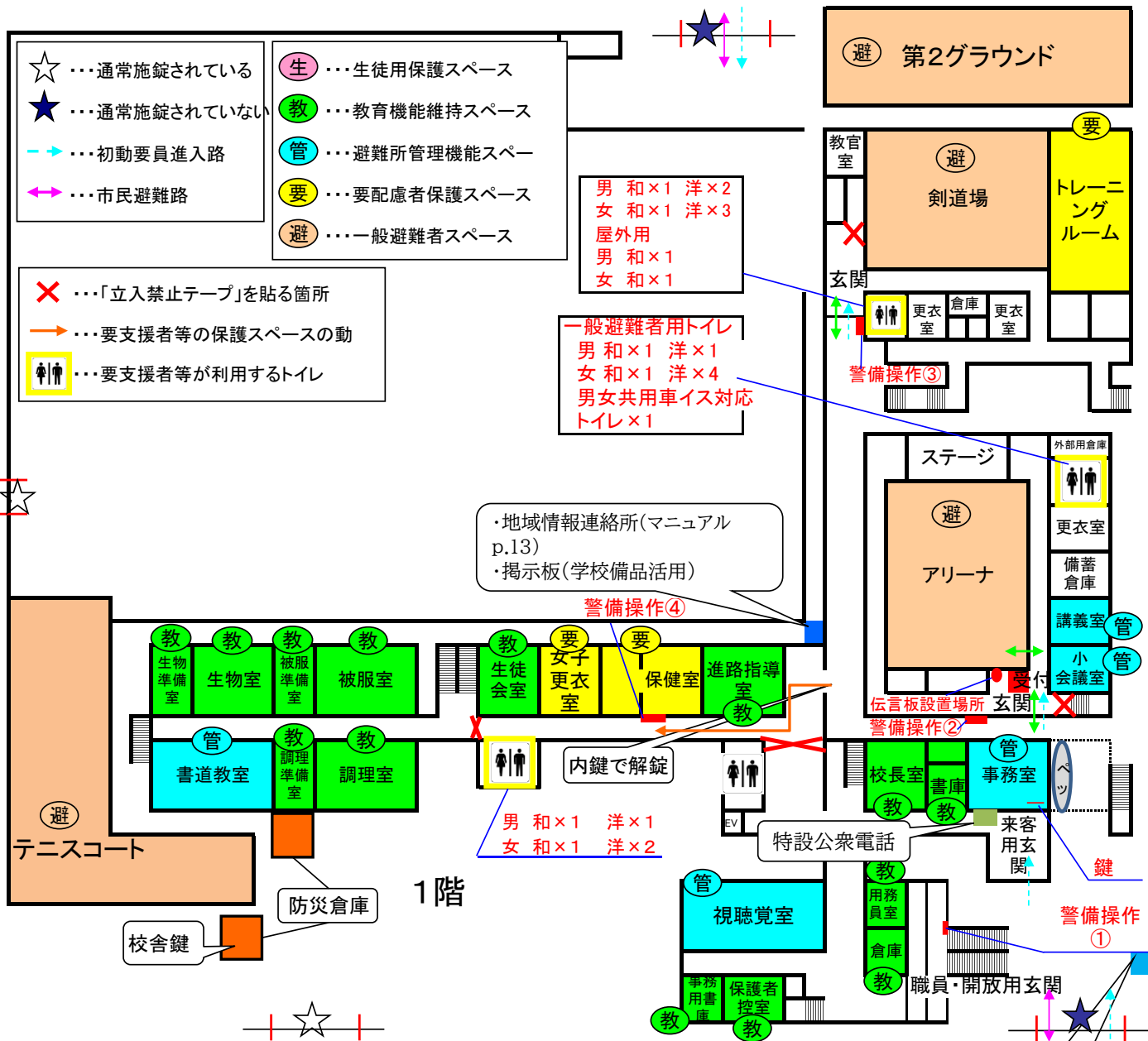




国分寺高校 施設利用計画図

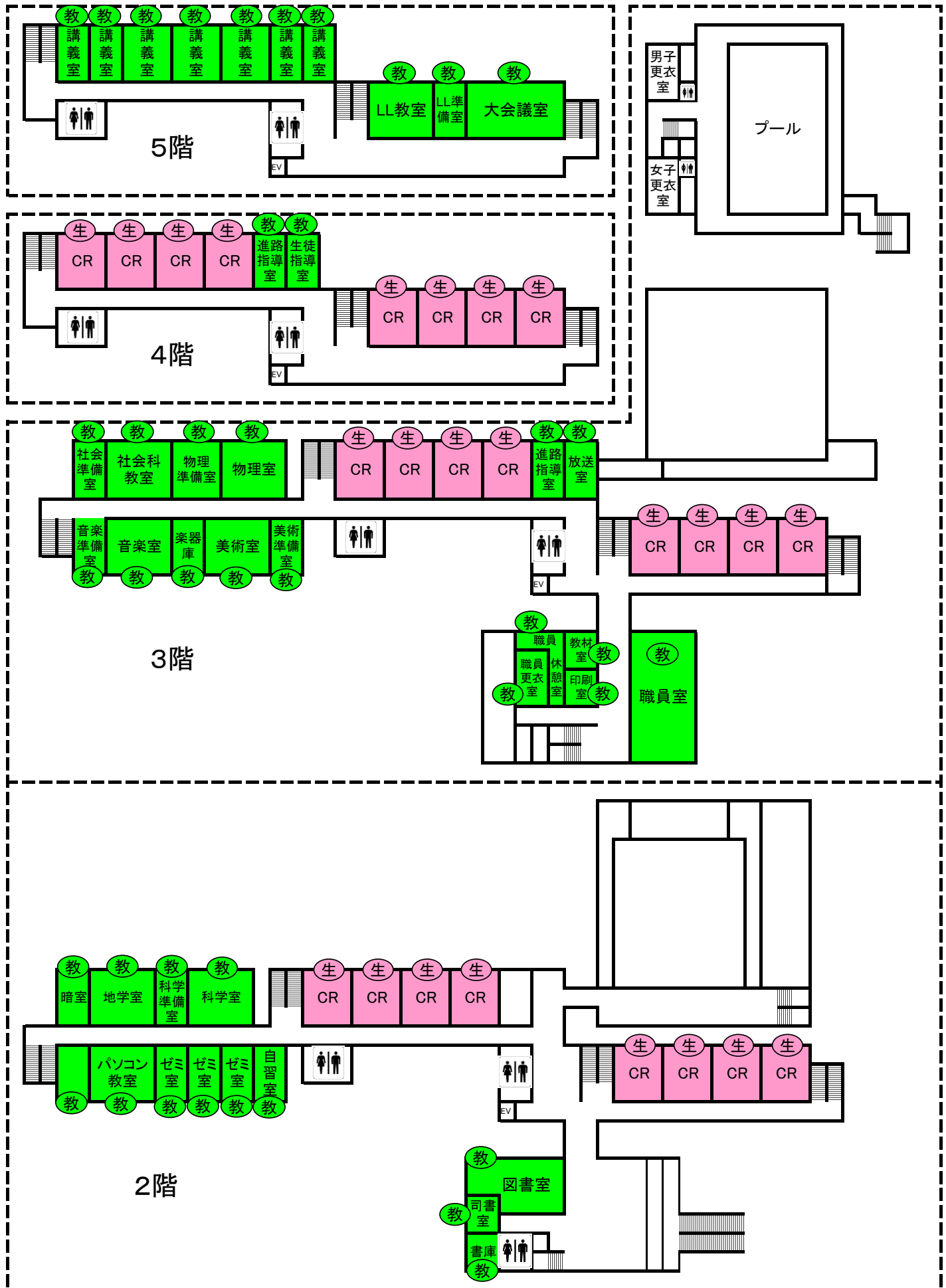


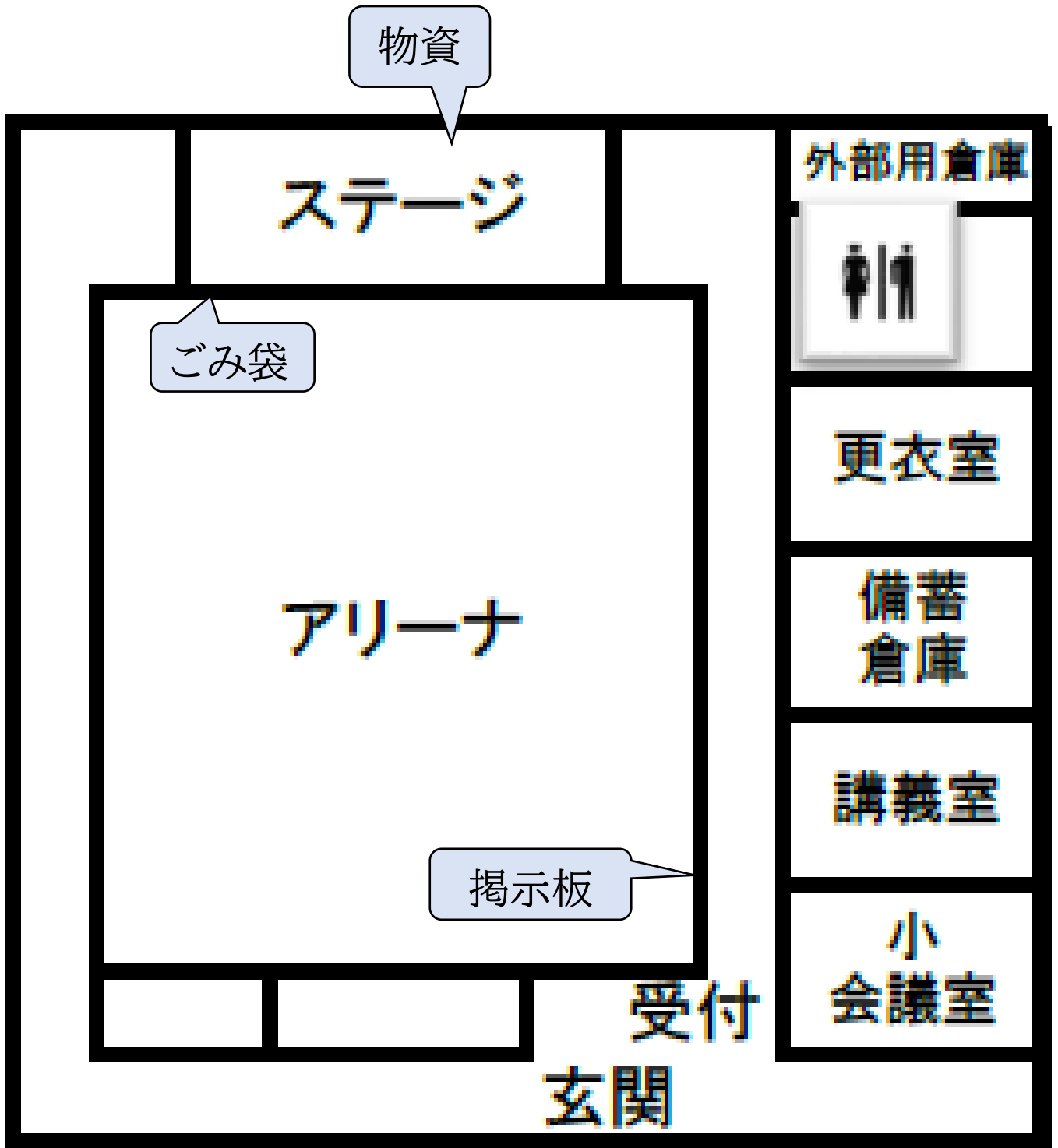
国分寺高校 施設利用計画図



警備操作①: 右端の扉が開錠される。オートロックのため、進入したら左手の全ての扉を開錠すること。
 警備操作②: 左端の扉が開錠される。オートロックなし。
 警備操作③: 左端の扉が開錠される。オートロックなし。

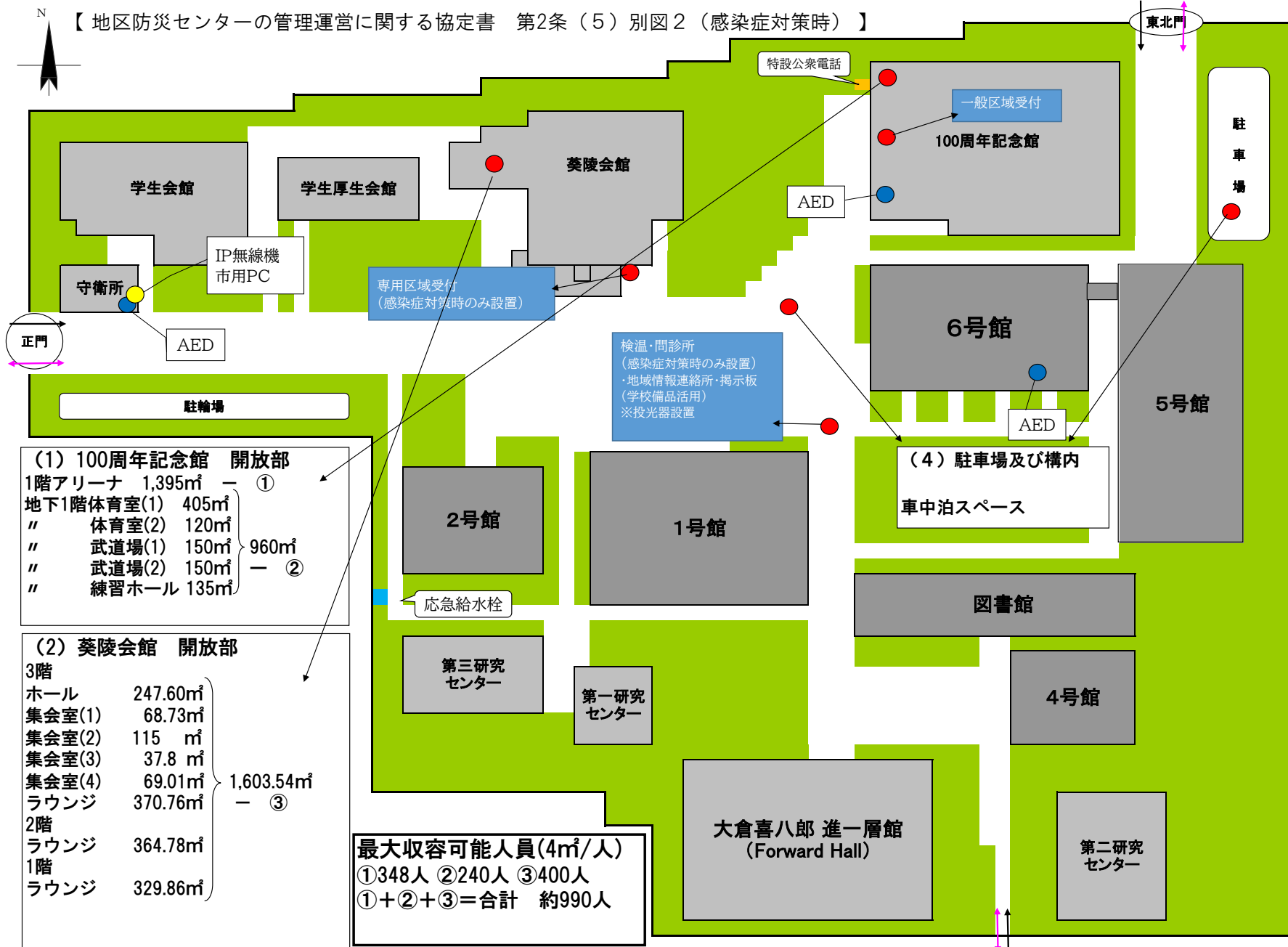
国分寺高校 施設利用計画図(感染症対策時)





東京経済大学 施設利用計画図（感染症対策時）

【 地区防災センターの管理運営に関する協定書 第2条（5）別図2（感染症対策時） 】



(1) 100周年記念館 開放部

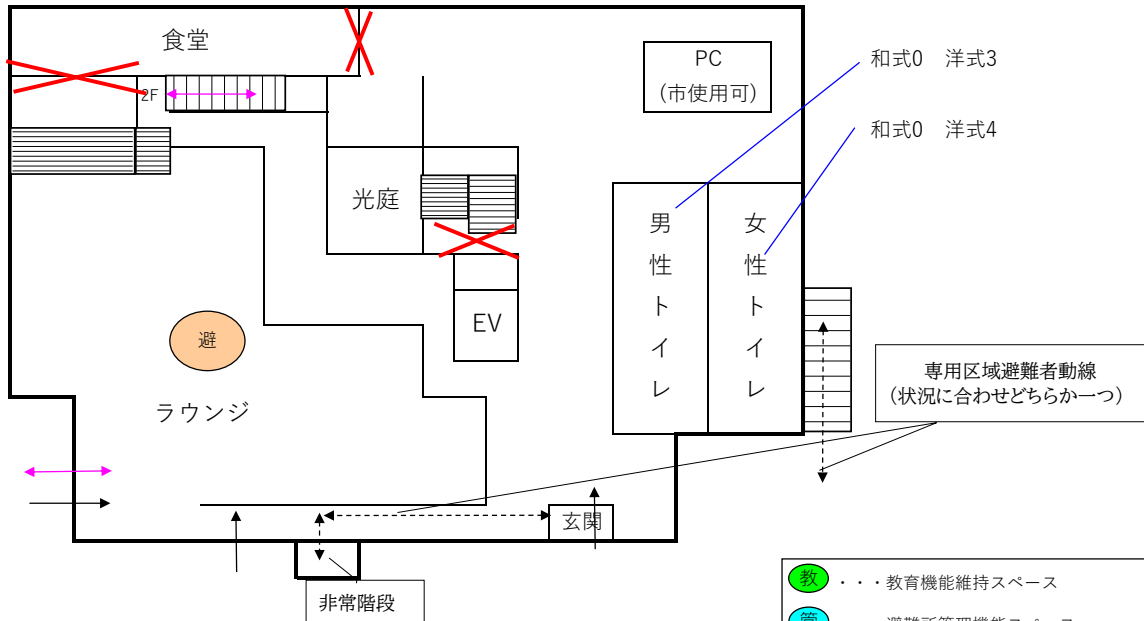
| | | |
|------------|--------|--------|
| 1階アリーナ | 1,395㎡ | ① |
| 地下1階体育室(1) | 405㎡ | } 960㎡ |
| 地下1階体育室(2) | 120㎡ | |
| 地下1階武道場(1) | 150㎡ | |
| 地下1階武道場(2) | 150㎡ | |
| 地下1階練習ホール | 135㎡ | |
| | | ② |

(2) 葵陵会館 開放部

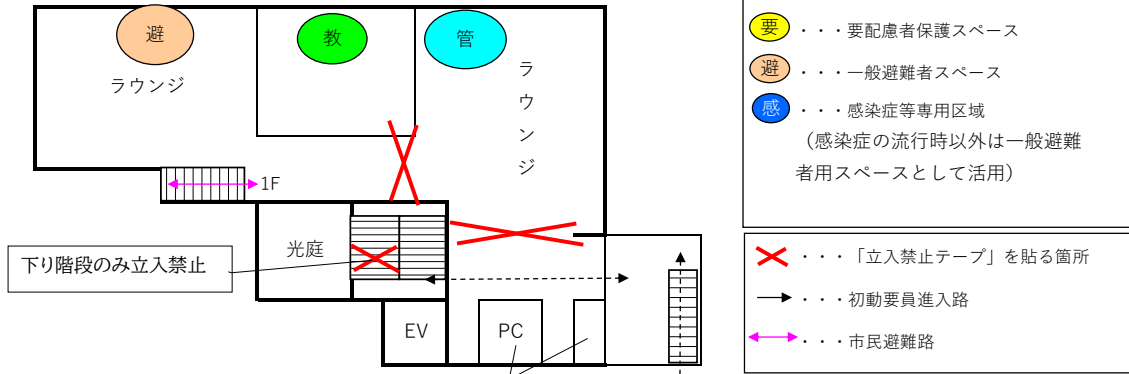
| | | |
|--------|---------|-------------|
| 3階 | | } 1,603.54㎡ |
| ホール | 247.60㎡ | |
| 集会室(1) | 68.73㎡ | |
| 集会室(2) | 115㎡ | |
| 集会室(3) | 37.8㎡ | |
| 集会室(4) | 69.01㎡ | } ③ |
| ラウンジ | 370.76㎡ | |
| 2階 | | |
| ラウンジ | 364.78㎡ | |
| 1階 | | |
| ラウンジ | 329.86㎡ | |

最大収容可能人員(4㎡/人)
 ①348人 ②240人 ③400人
 ①+②+③=合計 約990人

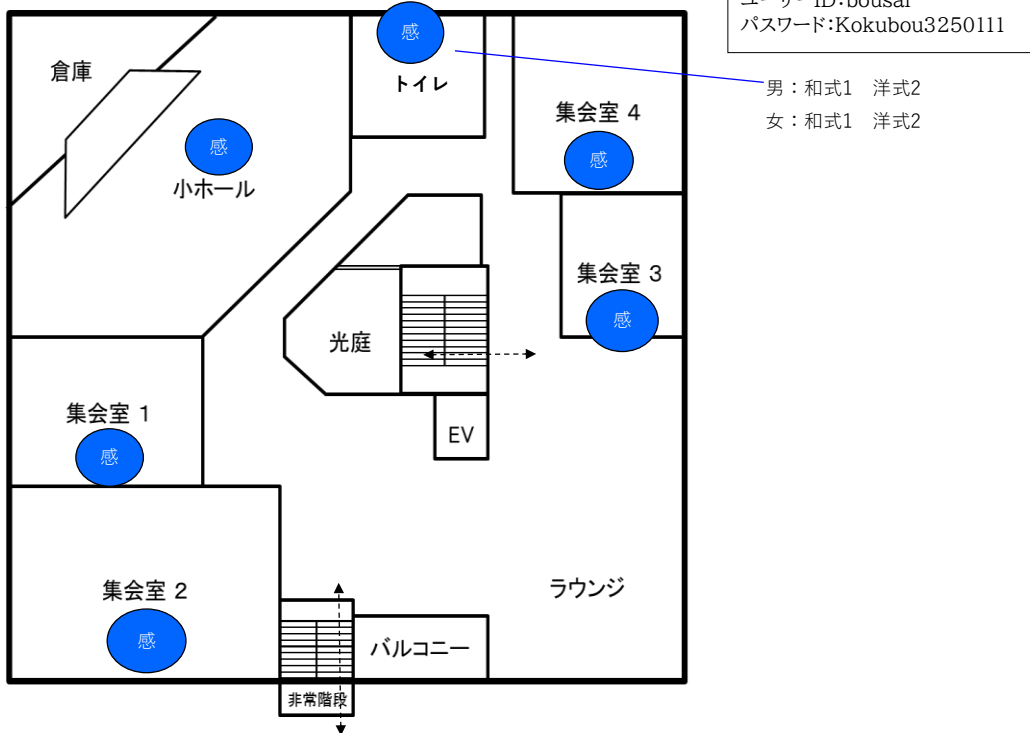
1階



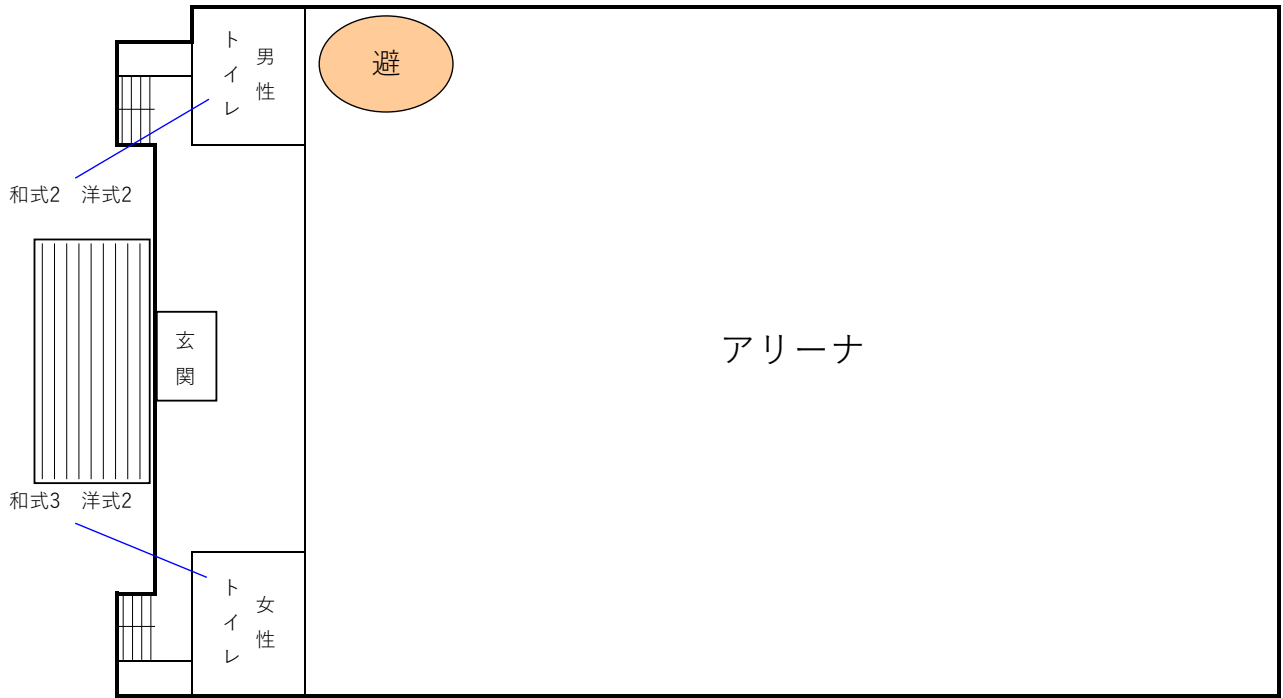
2階



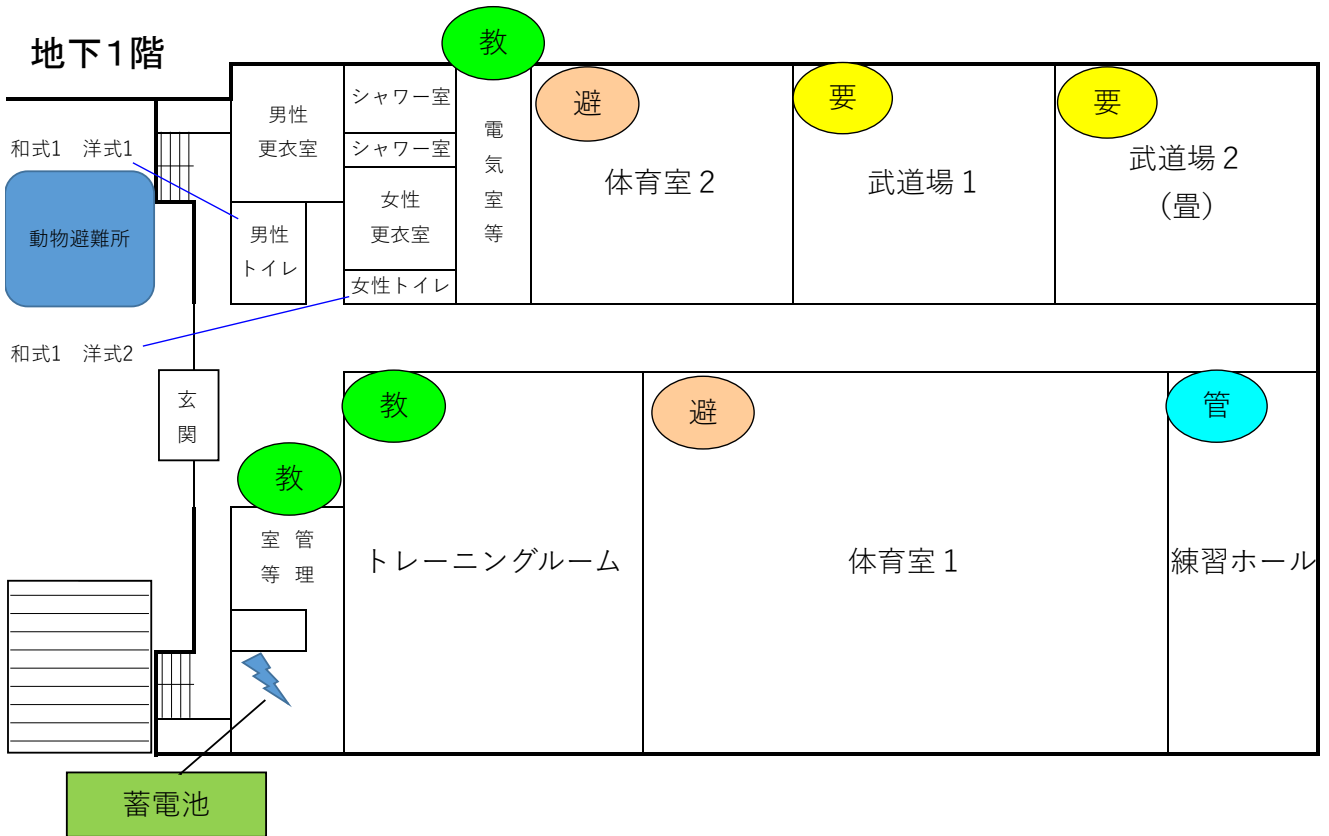
3階(専用区域)



1階



地下1階



〇〇学校地区防災センター（避難所）ルール（案）

この国分寺市立第〇〇学校地区防災センター（以下「防災センター」という。）におけるルールは次のとおりです。避難した方は、守るようお願いいたします。

国分寺市災害対策本部
〇〇学校地区防災センター運営協議会

- 1 この防災センターは、地域の防災拠点です。
- 2 この防災センターの運営に必要な事項を協議するため、市職員、学校教職員、自治会・町内会、PTA、避難者の代表等からなる地区防災センター運営協議会（以下「運営協議会」という。）を組織します。
 - (1) 運営協議会は、毎日〇時に定例の会議を〇〇室で行います。
 - (2) 運営協議会のもとに実務を執行する以下の担当を置き、地区協力員（地域住民の協力者）、ボランティア、避難者等で組織します。
 - ① 情報連絡担当…連絡調整、情報の収集・提供など情報関連業務全般
 - ② 避難誘導等担当…避難者誘導・対応など避難所管理業務全般
 - ③ 物資・要配慮者担当…物資管理業務及び要配慮者対応業務全般
- 3 防災センターは、電気・水道・ガス等のライフラインが復旧する頃を目途に廃止を検討します。
- 4 避難者は、世帯単位で受付（避難者カードの提出）する必要があります。
 - (1) 防災センターを転出するときは、避難誘導等担当に転出先を連絡してください。
 - (2) 避難者受付に当たって、以下の事項は禁止します。
 - ① 校庭等に自動車を乗り入れ、避難すること
 - ② 犬、猫等のペットの室内への持ち込み、放し飼い、動物避難所以外での飼育
 - ③ 他の避難者に迷惑がかかること
- 5 避難生活をする場所は、要配慮者に関しては指定された教室等、その他の避難者に関しては体育館及び教室です。なお、立入禁止テープが貼られている廊下、教室等については、立入ることを禁止します。
- 6 食料・物資は、公平に配給します。
 - (1) 原則として全員に配給できるまでは、配布しません。
 - (2) やむを得ず数量が不足する物資を配給する場合は、幼児、児童、高齢者、障害者、その他の順に配分します。
 - (3) 食料・生活物資は、原則として班長に配布しますので、班長はグループ内で世帯ごとに分配してください。
 - (4) 配布は、毎日〇時頃に、場所は〇〇で物資・要配慮者担当が行います。
 - (5) 配布する物資等の内容と数量は、その都度、館内放送や掲示を行います。
 - (6) 配給は、周辺の在宅の被災者にも等しく行います。
 - (7) ミルク、オムツなど特別な要望は、物資・要配慮者担当に申し出てください。
- 7 消灯は、〇時とします。
 - (1) 廊下・通路は点灯したままとし、体育館は最小の照度とします。
 - (2) 〇〇室等管理に必要な部屋は、防犯等のため点灯したままとします。
- 8 館内放送は、〇時から〇時までとします。
- 9 電話は〇時から〇時まで受付のみ行い、原則として取次ぎは行いません。
 - (1) 館内放送により呼び出しを行いますので、改めてかけ直しをお願いします。
 - (2) 私用電話は特設公衆電話等を利用してください。
 - (3) 携帯電話は、屋外等で使用してください。
- 10 トイレは、〇時に避難者が交替で清掃を行い、その使用は掲示してある注意事項に従って使用してください。
- 11 地区防災センター敷地内は原則として全面禁煙です。
- 12 ごみは、分別して指定された場所に出してください。
- 13 各種関連情報は、館内放送や掲示等で連絡します。
- 14 避難者の皆さんは、当番等を通じて自主的に地区防災センター運営に参加してください。

〇〇学校地区防災センターにおけるペットの飼育ルール（案）

避難所では、多くの方が共同生活を送っていますので、ペットの飼い主の皆さんは、次のことを守ってください。

国分寺市災害対策本部
国分寺市立第〇〇学校地区防災センター運営協議会

- 1 ペットは、指定された飼育スペースで必ずケージの中に入れてください。
- 2 飼育スペースやケージ等は、飼い主が常に清潔にしてください。
- 3 ペットに関する苦情の予防、危険の防止に努めてください。
- 4 給餌は時間を決めて行い、その都度きれいに片付けてください。
- 5 ノミの駆除等に努めてください。
- 6 運動やブラッシングは、必ず地区防災センター外で行ってください。
- 7 飼育が困難になった場合は、専門の施設等への一時預かり等を検討してください。
- 8 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに運営協議会に届出てください。

〇〇学校地区防災センターにおけるペットの飼育ルール（案）

【避難所と なった 学校で ペットと いっしょに 生活をする ときの 決まり】

避難所は 災害<=台風 や 大雨、地震>のとき みんなが 安全に 生活する 場所
です。

国分寺市には、 災害が 起きたとき、 避難所になる 学校が あります。

避難所に なった 学校を、 「(学校の名前) 学校地区防災センター」と 言います。

たくさんの 人が 避難所で 生活を します。

みんなが 気持ちよく 生活する ために、 ペットを 飼っている<=いっしょに
生活している> 人は、 決まりを 守って ください。

国分寺市 災害 対策 本部

国分寺市立 第〇〇学校 地区 防災 センター 運営 協議会

1 ペットの ための 場所は 決まっています。

避難所が 決めた 場所に、ペットを 必ず つなぎます。 または、 ケージ<=ペ
ット用の 家>の中に 入れます。ペットが その場所から 出ないように してくだ
さい。

2 ペットを つないでいる場所や、 ケージは、 あなたが 掃除します。 いつも き
れいに してください。

3 避難所では たくさんの 人が 生活します。 避難所で 生活する 人が いやな
気持ちに ならないように、 あなたの ペットの 世話を してください。あなたの
ペットが、 避難所で 生活する 人へ けがを させないように 気を付けてくださ
い。

4 時間を 決めて ペットに 食事を させます。 食事が 終わったら、 きちんと
かたづけます。 いつも きれいに してください。

5 ペットの 体は、いつも きれいに します。 のみ<=ペットの 体に 悪い こ
とをする 虫>が、 ペットの 体に つかないように してください。

- 6 ペットの散歩^{さんぽ}や、ブラッシング^け＜＝ペットの毛をきれいにすること＞は、
かならず^{かならず}避難所^{ひなんじょ}になっている^{がっこう}学校の^{そと}外でしてください。
- 7 ペットの世^せ話が^わできなくなったときは、ペットを別の^{べつ}施設^{しせつ}に^{あず}預けること
を^{かんが}考えてください。避難所^{ひなんじょうんえい}運営^{そうだん}スタッフに相談^{そうだん}してください。
- 8 避難所^{ひなんじょ}で生活^{せいかつ}している^{ひと}人^{ひと}たちと、ペットのことで^{もんだい}問題^おが^お起きたときは、
すぐに^{ひなんじょうんえい}避難所^{ひなんじょうんえい}運営^{そうだん}スタッフに^い言^いってください。

^わ分からないことがあつたときは、避難所^{ひなんじょうんえい}運営^{そうだん}スタッフへ^{そうだん}相談^{そうだん}してください。

Rules to Follow when Staying at the ○○ School District Disaster Prevention Center
(Evacuation Center) with Your Pet (Draft)

Kokubunji City Disaster Management Headquarters
Kokubunji City Dai-○○ School Area Disaster Prevention Center Management Committee

1. Keep your pet on a leash, at all times, in the designated pet area or keep it inside a cage.
2. The pet owner is responsible for keeping the pet area, cage, and other such areas clean.
3. As a pet owner, you are responsible for taking care of and controlling your pet. In order to avoid any pet-related problems or complaints, please make sure your pet does not cause any trouble, disturb, or display any aggressive behavior towards other evacuees staying at the evacuation center.
4. Try to feed your pet at a fixed time, and always clean up after feeding them.
5. Keep your pet free of parasites, such as fleas or ticks.
6. Walking or brushing your pet must be done outside of the evacuation center property. The property includes the entire school grounds.
7. If it is difficult for you to keep your pet by your side at the evacuation center, please consider taking your pet to a specialized facility (e.g.: a pet hotel, a kennel) for a temporary stay.
8. If any trouble occurs with other evacuees at the center, please report it to the management committee immediately.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

〇〇学校地区防灾中心饲养宠物的规则（草案）

避难所是大家共同生活的场所，请各位宠物的主人遵守下列规则。

国分寺市灾害对策总部
国分寺市第〇〇学校地区防灾中心运营协会

1. 宠物一定要拴系在指定的饲养场所，或放在笼子里。
2. 请宠物的主人时常保持饲养场所或笼子内的清洁。
3. 请注意避免有关宠物的投诉，预防危险。
4. 请每次定时喂食后，收拾干净。
5. 请尽力驱除跳蚤等。
- 6 必须在防灾中心的外面遛狗或刷狗。
7. 如果不能再照顾宠物了，请考虑到专门设施等暂时寄养。
8. 与其他避难者发生纠纷时，请立刻与运营协会联系。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

物品整理表

| 分類 | 小分類 | 物品内容 |
|----------|------|--|
| 食料品 | 食料品 | 米, α 米, カンパン類, パックご飯, おにぎり, カップ麺, レトルトカレー, パン, お菓子, 野菜, 肉, 果物 等 |
| | 調味料 | 塩, 味噌, 醤油, 砂糖, だしの素, 酢, 油 等 |
| | 飲料品 | 水, ジュース, お茶 等 |
| 赤ちゃん・子ども | 食料品 | 粉ミルク(新生児用・乳児用), ほ乳瓶, 離乳食 等 |
| | おむつ | 紙おむつ(S・M・L・ビッグ) |
| | 服 | 乳児用肌着・服 等 |
| | その他 | 絵本・おもちゃ 等 |
| 生活・衛生用品 | 生活用品 | 歯ブラシ, 歯磨き粉, ひげそり, 石けん, ボディソープ, シャンプー, ドライシャンプー, 洗面器, タオル, バスタオル, 洗濯用洗剤, ハンガー, 洗濯ひも, ティッシュペーパー, ウエットティッシュ, マスク, ゴム手袋, ハイター, うがい薬, 消毒用アルコール, ゴミ袋, ほうき, ちりとり, ポリタンク, 軍手 等 |
| | 衛生用品 | 生理用品, 大人用おむつ, 簡易トイレ, トイレットペーパー 等 |
| 調理用品 | | カセットコンロ, なべ, やかん, 皿, おわん, 紙コップ, はし, ラップ, アルミホイル, 食器用洗剤 等 |
| 燃料・電気 | 燃料 | 灯油, 給油ポンプ, プロパンガス, カセットボンベ 等 |
| | 電気 | 乾電池, 発電機, 延長コード, ラジオ 等 |
| 照明・暖房・冷房 | 照明 | ろうそく, ライト, 懐中電灯 等 |
| | 冷暖房 | カイロ, ストーブ, チャッカマン, 毛布, 扇風機 等 |
| 衣類等 | 下着 | 下着(男上下・女上下・男子上下・女子上下) 等 |
| | 衣類・靴 | 靴下, 上着, ズボン, 防寒着, 長靴 等 |

避難者意向調査用紙（案）

1 氏名、年齢、住所、家族構成

| | | | | | |
|------------------|------------|--------|--------|--------------------|------------------|
| 世帯主
氏名 | | 住
所 | | | |
| 家
族
構
成 | ふりがな
氏名 | 性
別 | 年
齢 | 避難行動要支援者
登録の有無等 | そ の 他
特 記 事 項 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

2 住居の見通し

| | | | | |
|--------------------------|----------------|---|---|----|
| <input type="checkbox"/> | 住居の修理・建替え（完了予定 | 年 | 月 | 日） |
| <input type="checkbox"/> | 公営住宅等への入居（入居予定 | 年 | 月 | 日） |
| <input type="checkbox"/> | 親族等との同居（同居予定 | 年 | 月 | 日） |
| <input type="checkbox"/> | その他（ | | | ） |

3 応急仮設住宅への入居希望（有・無）

4 今後の生活の見通しや希望

| |
|--|
| |
|--|

初動期（参集決定から概ね 24 時間以内）の活動



避難所の収容可能人数

平成 24 年 7 月 1 日現在

| 学校名 | 体育館
(概算) | 収容人数
(3.3 m ² に 2 人) | 教室等合計
(概算) | 収容人数
(3.3 m ² に 2 人) | 合計 (人) |
|-------|-------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 小 | 405 m ² | 245 | 1,273 m ² | 772 | 1,017 |
| 2 小 | 493 m ² | 299 | 1,576 m ² | 955 | 1,254 |
| 3 小 | 432 m ² | 262 | 1,436 m ² | 870 | 1,132 |
| 4 小 | 504 m ² | 305 | 1,834 m ² | 1,112 | 1,417 |
| 5 小 | 405 m ² | 245 | 1,406 m ² | 852 | 1,097 |
| 6 小 | 423 m ² | 256 | 1,168 m ² | 708 | 964 |
| 7 小 | 420 m ² | 255 | 1,165 m ² | 706 | 961 |
| 8 小 | 411 m ² | 249 | 976 m ² | 592 | 841 |
| 9 小 | 388 m ² | 235 | 1,009 m ² | 612 | 847 |
| 10 小 | 423 m ² | 256 | 825 m ² | 500 | 756 |
| 1 中 | 741 m ² | 449 | 1,080 m ² | 655 | 1,104 |
| 2 中 | 697 m ² | 422 | 1,129 m ² | 684 | 1,106 |
| 3 中 | 600 m ² | 364 | 1,079 m ² | 654 | 1,018 |
| 4 中 | 741 m ² | 449 | 954 m ² | 578 | 1,027 |
| 5 中 | 720 m ² | 436 | 915 m ² | 555 | 991 |
| 国分寺高校 | 832 m ² | 504 | 480 m ²
(※ 1) | 291 | 795 |
| 東経大 | 2,355 m ²
(※ 2) | 1,427 | 908 m ²
(※ 3) | 550 | 1,977 |
| | 小計 | 6,658 | 小計 | 11,646 | 18,304 |

※ 1 : 格技棟 (剣道場及び柔道場)

※ 2 : 100 周年記念館

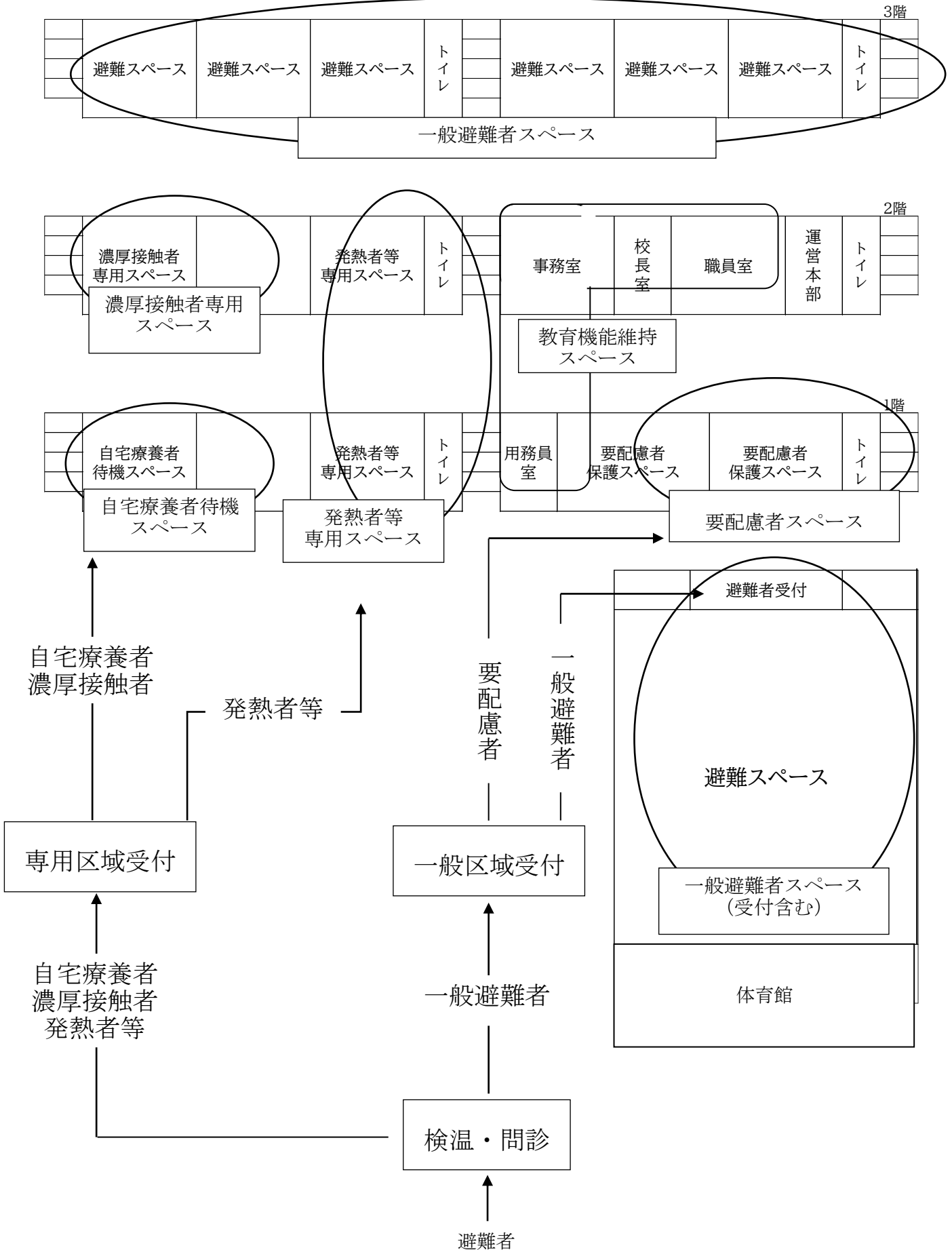
※ 3 : 葵陵会館 3 階

災害時に活用できる施設備品類一覧

| 品名 | 有無 | 置いてある場所 | 数量 | 単位 | 備考 |
|-----------------------------|----|---------|----|-----|----|
| コピー機 | 有 | | | 台 | |
| 印刷機 | 有 | | | 台 | |
| イントラネット接続パソコン | 有 | | | 台 | |
| IP 無線機 | 有 | | | 台 | |
| 災害対策用PHS | 有 | | | 台 | |
| FAX | 有 | | | 台 | |
| 移動式大型テレビ | 有 | | | 台 | |
| その他テレビ | 有 | | | 台 | |
| ポータブルアンプ(ワイヤレス
or有線マイク付) | 有 | | | 台 | |
| 拡声器(トランジスタメガホン) | 有 | | | 台 | |
| 移動式ホワイトボード(大型) | 有 | | | 台 | |
| 移動式ホワイトボード(案内板
サイズ) | 有 | | | 台 | |
| コードリール | 有 | | | 台 | |
| 投光器 | 有 | | | 基 | |
| リヤカー | 有 | | | 台 | |
| ネコ(一輪車) | 有 | | | 台 | |
| 台車 | 有 | | | 台 | |
| 作品展示用パネル | 有 | | | 枚 | |
| 運動用マット | 有 | | | 枚 | |
| 洗濯機 | 有 | | | 台 | |
| 洗濯ばさみ | 不明 | | | 個 | |
| 洗濯ロープ | 不明 | | | 本 | |
| 生徒用給食食器 | 有 | | | セット | |
| その他食器類(皿, 箸等) | 有 | | | セット | |
| やかん(大) | 無 | | | 個 | |
| 大鍋 | 無 | | | 個 | |
| ラインカー・石灰 | 有 | | | 台 | |
| ガムテープ | 有 | | | | |
| 養生テープ | 有 | | | | |
| セロテープ | 有 | | | | |
| はさみ・カッター | 有 | | | | |
| マジックペン | 有 | | | | |
| 画びょう | 有 | | | | |

| 品名 | 有無 | 置いてある場所 | 数量 | 単位 | 備考 |
|-----------------|----|---------|----|----|----|
| 扇風機 | 有 | | | 台 | |
| 脚立 | 有 | | | 台 | |
| 長テーブル | 有 | | | | |
| 保温ポット | 有 | | | 台 | |
| カセットコンロ・カセットボンベ | 有 | | | | |
| 灯油 | 有 | | | 個 | |
| 懐中電灯 | 有 | | | 個 | |
| ボール | 有 | | | 本 | |
| スコップ | 有 | | | 本 | |
| ハンマー | 有 | | | 本 | |
| バケツ | 有 | | | 個 | |
| 自転車 | 有 | | | 台 | |
| 卓球台 | 有 | | | 台 | |
| 布団 | 有 | | | 組 | |
| ベッド | 有 | | | 台 | |
| 車いす | 有 | | | 台 | |
| 担架 | 有 | | | 台 | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

ゾーニングを中心とした避難所のレイアウトイメージ（例）



感染症対策版避難所受入れ可能人数

○地区防災センター（屋内）

| 施設名 | 体育館（㎡） | 受入人数（4㎡に1人） | 教室等合計（㎡） | 受入人数（4㎡に1人） | 合計（人） |
|-------|----------------|-------------|--------------|-------------|--------|
| 一小 | 405㎡ | 101人 | 1,273㎡ | 318人 | 419人 |
| 二小 | 493㎡ | 123人 | 1,576㎡ | 394人 | 517人 |
| 三小 | 432㎡ | 108人 | 1,436㎡ | 359人 | 467人 |
| 四小 | 504㎡ | 126人 | 1,834㎡ | 458人 | 584人 |
| 五小 | 405㎡ | 101人 | 1,406㎡ | 351人 | 452人 |
| 六小 | 423㎡ | 105人 | 1,168㎡ | 292人 | 397人 |
| 七小 | 420㎡ | 105人 | 1,165㎡ | 291人 | 396人 |
| 八小 | 411㎡ | 102人 | 976㎡ | 244人 | 346人 |
| 九小 | 388㎡ | 97人 | 1,009㎡ | 252人 | 349人 |
| 十小 | 423㎡ | 105人 | 825㎡ | 206人 | 311人 |
| 一中 | 741㎡ | 185人 | 1,080㎡ | 270人 | 455人 |
| 二中 | 697㎡ | 174人 | 1,129㎡ | 282人 | 456人 |
| 三中 | 600㎡ | 150人 | 1,079㎡ | 269人 | 419人 |
| 四中 | 741㎡ | 185人 | 954㎡ | 238人 | 423人 |
| 五中 | 720㎡ | 180人 | 915㎡ | 228人 | 408人 |
| 国分寺高校 | 832㎡ | 208人 | 480㎡
（※1） | 120人 | 328人 |
| 東経大 | 2,355㎡
（※2） | 588人 | 908㎡
（※3） | 227人 | 815人 |
| 合計 | 10,990㎡ | 2,743人 | 19,213㎡ | 4,799人 | 7,542人 |

※1：格技棟（剣道場及び柔道場）

（全校の設営比率が4小1Fと同等の場合は3074人）（5817人）

※2：100周年記念館

※3：葵陵会館3階

○地区防災センター（屋外）

| 学校名 | 運動場面積 | 使用可能面積 | テント（4×4m） | 車中泊（6×8m） |
|-------|---------|---------|-----------|-----------|
| 一小 | 6,880㎡ | 4,587㎡ | 287組 | 96組 |
| 二小 | 8,266㎡ | 5,511㎡ | 344組 | 115組 |
| 三小 | 3,950㎡ | 2,633㎡ | 165組 | 55組 |
| 四小 | 4,957㎡ | 3,305㎡ | 207組 | 69組 |
| 五小 | 6,825㎡ | 4,550㎡ | 284組 | 95組 |
| 六小 | 5,483㎡ | 3,655㎡ | 228組 | 76組 |
| 七小 | 6,207㎡ | 4,138㎡ | 259組 | 86組 |
| 八小 | 5,481㎡ | 3,654㎡ | 228組 | 76組 |
| 九小 | 4,555㎡ | 3,037㎡ | 190組 | 63組 |
| 十小 | 7,198㎡ | 4,799㎡ | 300組 | 100組 |
| 一中 | 7,334㎡ | 4,889㎡ | 306組 | 102組 |
| 二中 | 7,254㎡ | 4,836㎡ | 302組 | 101組 |
| 三中 | 8,641㎡ | 5,761㎡ | 360組 | 120組 |
| 四中 | 5,877㎡ | 3,918㎡ | 245組 | 82組 |
| 五中 | 7,019㎡ | 4,679㎡ | 292組 | 97組 |
| 国分寺高校 | 2,486㎡ | 1,657㎡ | 104組 | 35組 |
| 東経大 | 該当箇所なし | 該当箇所なし | 該当箇所なし | 該当箇所なし |
| 合計 | 98,413㎡ | 65,609㎡ | 4,101組 | 1,367組 |

○二次避難所

| 施設名 | 延床面積（㎡） | 受入人数（4㎡に1人） |
|---------------------|--------------|-------------|
| 西町プラザ | 362㎡ | 90人 |
| 内藤地域センター | 144㎡ | 36人 |
| 北町地域センター | 69㎡ | 17人 |
| 北の原地域センター | 83㎡ | 20人 |
| 本町・南町地域センター | 126㎡ | 31人 |
| もとまちプラザ | 326㎡ | 81人 |
| 福祉センター・生きがいセンターとくら | 150㎡ | 37人 |
| 室内プール・生きがいセンターこいがくぼ | 150㎡ | 37人 |
| さわやかプラザもとまち | 1,318㎡ | 329人 |
| 障害者センター | 2,359㎡ | 589人 |
| いきいきセンター | 147㎡ | 36人 |
| 恋ヶ窪公民館・図書館 | 176㎡ | 44人 |
| 光公民館・図書館 | 445㎡ | 111人 |
| もとまち公民館・図書館 | 383㎡ | 95人 |
| 本多公民館・図書館 | 1,279㎡ | 319人 |
| 並木公民館・図書館 | 390㎡ | 97人 |
| いずみホール | 1,708㎡ | 427人 |
| ひかりプラザ | 161㎡
（※4） | 40人 |
| こくぶんじ保育園 | 887㎡ | 221人 |
| ひかり保育園 | 1,285㎡ | 321人 |
| 恋ヶ窪保育園 | 1,185㎡ | 296人 |
| 合計 | 13,133㎡ | 3,274人 |

※4：203・204会議室

エコノミークラス症候群の予防のために

○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



エコノミークラス^{しょうこうぐん}症候群^{びょうき}の病気にならないために

○ 「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」という 病気:

「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」の「エコノミー クラス」は、飛行機^{ひこうき}の せまい 座席^{ざせき}のことです。車^{くるま}などの せまい 座席^{ざせき}に 長い 時間^{なが} すわって、足^{あし}や 体^{からだ}を 動か^{うご}すことを しないと、「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」の 病気^{びょうき}に なることがあります。特に、食べ物^{たべもの}を あまり 食べていない、水^{みず}を あまり 飲んでいないときに、この 病気^{びょうき}に なることがあります。血^ちの 流れ^{なが}が悪^{わる}くなって、血管^{けっかん}<=血^ちが なが 流^{なが}れるところ>の 中^{なか}に 血^ちの かたまり^ちができる 病気^{びょうき}です。死ぬ^しことがある 病気^{びょうき}です。

○ 「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」の 病気^{びょうき}に ならないために すること:

「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」の 病気^{びょうき}に ならないために、次^{つぎ}のことをしてください。

- ① ときどき、軽い^{かる} 運動^{うんどう}をします。足^{あし}や 体^{からだ}を 動か^{うご}します。
- ② 何度も、水^{みず}を 少しずつ^{すこ} 飲^のみます。
- ③ できるだけ、酒^{さけ}は 飲^のみません。たばこは 吸^すいません。
- ④ 服^{ふく}は、動き^{うご}やすい、ものを 着^きます。ベルトは きつく 締^しめません。
- ⑤ 足^{あし}の 血^ちの 流れ^{なが}が 良^よくなるように、かかとを 上げ^{うへ}る・下^さげる 運動^{うんどう}を します。ふくらはぎを 軽^{かる}く もみます。
- ⑥ 眠^{ねむ}るときは 足^{あし}の 先^{さき}の方^{ほう}を 少^{すこ}し 高^{たか}く して 寝^ねます。

○ 「エコノミー クラス^{しょうこうぐん} 症候群^{びょうき}」の 病気^{びょうき}に ならないための 足^{あし}の 運動^{うんどう}

- ① 足^{あし}の 指^{ゆび}を、下^{した}に 曲^まげます。
- ② 足^{あし}の 指^{ゆび}と 指^{ゆび}のあいだを、開^{ひら}きます。
- ③ 足^{あし}の 指^{ゆび}の 先^{さき}だけを、床^{ゆか}に つけて、かかとを 上^あげたり、下^さげたりします。
- ④ かかとを 床^{ゆか}に つけたまま、足^{あし}の 指^{ゆび}を 上^{うへ}に 上^{うへ}げます。
- ⑤ 足^{あし}の 指^{ゆび}の 先^{さき}で 大^{おお}きな円^{えん}を かくように、足^{あし}を 回^{まわ}します。この時^{とき}、ひざが 動^{うご}かないように、ひざを 両^{りょうて}手で おさえます。
- ⑥ ふくらはぎを 軽^{かる}く もみます。



わからないことがあったときは、避難所運営スタッフへ相談してください。

How to Prevent Economy Class Syndrome

○What is economy class syndrome?

When you sit in the same position for a long time, such as in a car or on an airplane, without moving your legs and not taking enough food or liquids, this can cause poor blood circulation which may lead to the formation of a blood clot. If the blood clot enters your bloodstream, there is a possibility it may trigger a pulmonary embolism.

A pulmonary embolism is a serious health condition and can be life-threatening.

○Tips for prevention

Suggestions to help prevent economy class syndrome:

- ① Do some light exercise or stretch occasionally.
- ② Frequently take enough water.
- ③ Avoid drinking alcohol. If possible, avoid smoking as well.
- ④ Wear loose-fitting clothing. Don't fasten your belt too tight (around your waist).
- ⑤ Do a heel up and down exercise or massage your lower legs softly.
- ⑥ When sleeping, place your legs in a higher position.

○Leg exercise for prevention

- ① Curl your toes.
- ② Spread your toes.
- ③ Move your heel up and down.
- ④ Raise your feet while keeping your heels on the ground.
- ⑤ Bring your knees up high to your stomach and move your feet in circles.

⑥ Massage your lower legs.



※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

为了预防经济舱综合症

○什么是经济舱综合症

在没有摄取充分的食物和水分的状态下腿脚不动而且长时间地坐在窄小的车座上等，就会易引起血液循环不良，血液凝固，形成血块。血块（血栓）在血管中流动，造成肺阻塞，有导致成肺栓塞等危险。

○注意以下事项有助于进行预防

预防事项

- ① 时常做些轻度的运动和伸展体操
- ② 频繁地摄取充分的水分
- ③ 节制饮酒，尽可能戒烟
- ④ 穿宽松的衣服，不要把皮带系的过紧。
- ⑤ 做抬起和放下脚跟的运动，揉一揉腿肚子
- ⑥ 睡觉时，抬起脚来等

○做预防腿脚运动

- ① 缩脚趾
- ② 开脚趾
- ③ 抬起和放下脚跟
- ④ 抬起脚趾
- ⑤ 用两手揽膝盖，放松双腿，转动脚腕子
- ⑥ 揉一揉腿肚子



※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

避難者問診票

以下の項目を確認して、
あてはまる項目を指してください。

- 陽性者で自宅療養中ですか？
 - 濃厚接触者で健康観察中ですか？
(咳・発熱等)
 - 37.5℃以上の発熱がありますか？
 - 息苦しさはありますか？
 - 味やにおいを感じられない状態ですか？
 - 咳がありますか？ ※ぜんそくの方は除きます。
 - 倦怠感がありますか？
 - その他（頭痛，下痢，結膜炎等の症状）
- 上記で1つでも該当する方は、専用スペースへ
-
- 上記に該当する症状等はありません

ひなんしゃもんしんひょう 避難者問診票

資料—14

【あなたの ^{からだ} 体の ^{ちょうし} 調子を ^き 聞く ^{かみ} 紙】

つき 次の1から9を ^よ 読んで、あなたが [はい]と ^{こた} 答えるものを ^{おし} 教えてください。

- 1 あなたは、^{あた} 新しい ^{びょうき} コロナ ウイルスの 病気に なっていますか？ ^{いえ} 家から ^{そと} 外に ^で 出ないよ
うにして、^{びょうき} 病気が ^よ 良くなるのを ^ま 待つように、^{ほけんじょ} 保健所などから ^い 言われましたか？
- 2 あなたの ^{かぞく} 家族や ^{とも} 友だち で、^{あた} 新しい ^{びょうき} コロナ ウイルスの 病気に なった ^{ひと} 人は います
か？ ^{ほけんじょ} 保健所などから、あなたも ^{あた} 新しい ^{びょうき} コロナ ウイルス の 病気かも しれないので、
^{いえ} 家から ^{そと} 外に ^で 出ないように ^い 言われていますか？
- 3 ^{たいおん} 体温 < = ^{からだ} 体の ^{ねつ} 熱 > は、^{どいじょう} 37.5度以上ですか？
- 4 ^{いき} 息が ^{くる} 苦しいことが ありますか？
- 5 ^た 食べ物 ^{もの} の におい、^{あじ} 味が、わからないですか？
- 6 ^{せき} せきが ^で 出ますか？ ^{せき} せきが ^{なんど} 何度も ^で 出ますか？（※「ぜんそく < = ^{あた} 新しい ^{びょうき} コロナ ウイルス の 病気でなく、
^{せき} せきが ^で 出る ^{びょうき} 病気 >」の人は、^{のぞ} 除きます < = 「いいえ」です >。）
- 7 ^{からだ} 体が とても ^{だるい} だるい ですか？
- 8 ^{ほか} 他に、^{からだ} 体の ^{ちょうし} 調子が ^{わる} 悪いところ はありますか？
^{あたま} 頭が ^{いた} 痛い、^{げり} 下痢 < = ^{なんど} 何度も ^い トイレに 行って、^{みず} 水のような ^{べん} 便(うんち)が ^で 出る >、^{けつまくえん} 結膜炎
< = ^め 目が ^{いた} 痛い・^め 目から ^{なみだ} 涙が ^{たくさん} たくさん ^で 出る・^め 目が ^{あか} 赤く なっている > などは あり
ますか？

→1から8で、1つでも [はい]がある ^{ひと} 人は、^{ひなんじょ} 避難所の 「^{せんよう} 専用スペース」に ^{はい} 入ります。

.....
9 1から8は、^{ぜんぶ} 全部 [いいえ]です。

^わ 分からないことがあったときは、^{ひなんじょうんえい} 避難所運営スタッフへ ^{そうだん} 相談してください。

Evacuee Medical Questionnaire

Please check the following items and tick the box if any of these apply to you.

- I have been tested positive for COVID-19 and I am self-isolating at home while receiving treatment from medical staff.
- Are there any members of your family or any friends etc. that have been diagnosed with COVID-19? Or have you been contacted and told by the public health center to remain at home and self-isolate?
 - A fever over 37.5°C
 - Shortness of breath or breathing difficulties
 - Loss of taste or smell
 - A Cough (excluding asthma)
 - A feeling of extreme tiredness/fatigue
- Other symptoms:(headache, diarrhea, conjunctivitis etc.)

If you ticked one of the above items, please go to the designated zone.

-
- I have none of these symptoms.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

避难人员问诊票

请确认下列项目，在相符的项目□上打勾。

- 阳性者，正在居家疗养吗？
- 密切接触者，正在健康状况观察中吗？
(咳嗽·发烧等)
- 发烧 37.5 度以上吗？
- 有呼吸困难吗？
- 嗅觉或味觉迟钝吗？
- 有咳嗽吗？ ※除了哮喘患者以外
- 有倦怠感吗？
- 有其他症状吗？(头痛，腹泻，结膜炎等)

上述症状中只要有一项相符，就要请进专用居住空间

没有上列等状况

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

感染を広げないための避難所のルール

感染症対策にご協力をお願いします。

- 1 物資には限りがあります。入所するときは、食料、飲料等の他、マスク、消毒液、体温計も可能な限り持参してください。
- 2 毎朝検温の上で「健康管理チェックリスト」に体温などを記入してください。
- 3 37.5度以上の熱がある、または強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、速やかに避難所運営スタッフに申し出てください。
また、それ以外にも咳や嘔吐、下痢が続くなど、感染症が疑われる場合には速やかに申し出てください。
- 4 食事の前、トイレの後は手を洗い、消毒液で消毒しましょう。
- 5 炊き出しや配食に従事する場合は、手を洗い消毒液で消毒しましょう。また、手袋及びマスクを着用しましょう。
- 6 室内と屋外で履物を履き替えましょう。また、室内トイレを使用する際は、トイレ用の履物を使用しましょう。
- 7 避難所内の皆さんで協力し合い、交代で清掃を行いましょう。
- 8 嘔吐者が出た場合は、消毒液や塩素系漂白剤で消毒しましょう。また、嘔吐などで汚染した衣類も感染源となるため、脱いだ衣類をビニール袋に入れるなどの措置を行ってください。
- 9 原則マスクを着用しましょう。マスクがない場合は、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆いましょう。また、咄嗟に咳が出るときは袖や上着の内側で覆いましょう。
- 10 ほかに人に飛沫が飛ばないように、他の避難者とは2メートルほど離れるか、向かい合わせではなく背を向けて座るようにしましょう。
- 11 避難所から退所するときは、居住していたスペースの掃除をしてください。その際、床や壁は消毒液などを使用して消毒もしてください。ごみは袋に入れて封をしてから所定の位置に捨ててください。
- 12 関係者以外は感染症対策の専用区域には立ち入らないでください。

感染を 広げないための 避難所の 決まり

【感染<＝人から 人に ウイルスの 病気が うつること>が 避難所に 広がらないように するための 決まり】

避難所は 災害<＝台風 や 大雨、地震>のとき みんなが 安全に 生活する 場所です。

避難所で、感染が 広がらないように します。

避難所の 決まりを 守ってください。

1 避難所に 入所する<＝避難所での 生活を 始める>とき、次のものが 家にあるときは できるだけ 持ってきてください。

① 食べ物

② 飲み物

③ マスク

④ 消毒液<＝ウイルスを 殺す 水>

⑤ 体温計<＝体の 熱を 測るもの>

2 毎日、朝、体温<＝体の 熱>を 測ります。測った 体温を、「毎朝の健康管理チェックリスト」に 書いてください。

3 次の①から⑦で、[はい]が あるときは、感染症<＝ウイルスの 病気>かも しれません。避難所運営スタッフに すぐに 言ってください。

① 体温は、37.5度以上です。[はい] [いいえ]

② 体が とても だるいです。[はい] [いいえ]

③ 息が とても 苦しいことがあります。[はい] [いいえ]

④ せきが 何度も 出ます。せきが 止まりません。[はい] [いいえ]

⑤ 体の 調子が 悪いです。嘔吐<＝食べた物が 口から 出ること>、吐き気<＝食べた物が 口から 出ること>が あります。[はい] [いいえ]

⑥ お腹が 痛いです。下痢<＝何度も トイレに 行って、水のような 便(うんち)が 出ること>が 続いています。[はい] [いいえ]

⑦ 感染症<＝ウイルスの 病気>に かかっているかも しれません。[はい] [いいえ]

4 手をきれいにします。食事を^{しょくじ}する前^{まえ}、トイレから^で出た後^{あと}は、手をよく^て洗^{あら}います。手を、^{しょうどくえき}消毒液^{しょうどく}で消毒^{しょうどく}します。

5 避難所^{ひなんじょ}で、食事^{しょくじ}の手伝い^{てつだい}をする人^{ひと}は、手伝い^{てつだい}をする前^{まえ}に次^{つぎ}のことをします。

① 手をよく^て洗^{あら}います。手を、^{しょうどくえき}消毒液^{しょうどく}で消毒^{しょうどく}します。

② 手袋^{てぶくろ}をつけます。

③ マスクをつけます。

6 避難所^{ひなんじょ}では履物^{はきもの}<=靴^{くつ}、サンダルなど>に注意^{ちゅうい}してください。

① 避難所^{ひなんじょ}の建物^{たてもの}の中^{なか}と、外^{そと}では、違^{ちが}う靴^{くつ}を使^{つか}います。外^{そと}で使^{つか}った靴^{くつ}で、避難所^{ひなんじょ}の中^{なか}に入^{はい}りません。

② トイレでは、トイレにある履物^{はきもの}を使^{つか}います。避難所^{ひなんじょ}の中^{なか}で使^{つか}っている靴^{くつ}で、トイレに^{はい}入りません。

7 避難所^{ひなんじょ}では、みんな^{みんな}で掃除^{そうじ}<=きれいにすること>をします。みんな^{みんな}で順番^{じゅんばん}を^き決めて、掃除^{そうじ}をします。

8 嘔吐^{おうと}した<=食べ物^{たべもの}が口^{くち}から出^でた>人^{ひと}がいたときは、次^{つぎ}のことをします。

① 消毒液^{しょうどくえき}や、塩素系^{えんそけい}漂白剤^{ひょうはくざい}で消毒^{しょうどく}します。

② 嘔吐物^{おうとぶつ}<=口^{くち}から出^でた物^{もの}>で、服^{ふく}など、汚^{よご}れた物^{もの}はビニール袋^{びにールぶくろ}に入^いれて、捨^すてます。

9 避難所^{ひなんじょ}では、いつもマスクをつけます。

マスクを^も持っていないときは、マスクの^か代わりに、ティッシュやハンカチを^{つか}使^{つか}います。

マスクを^{つか}つけていないときに、せき、くしゃみを^{うで}するときは、腕^{うで}や肘^{ひじ}の内側^{うちがわ}を^{つか}使^{つか}って、口^{くち}と鼻^{はな}を^{おさ}えます。

10 感染^{かんせん}は、せき、くしゃみ、つばと^でいっしょに出^でるウイルスで^{ひろ}広がります。他^{ほか}の人^{ひと}が^{ちか}近くに^{つぎ}いるときは、次^{つぎ}のことに注意^{ちゅうい}します。

① 人^{ひと}と人^{ひと}の間^{あいだ}を、2メートル以上^{いじょう}空^あけます。

② 顔^{かお}と顔^{かお}が、直接^{ちよくせつ}向^むき合^あわないように^{すわ}座^{すわ}ります。

11 避難所^{ひなんじょ}から退所^{たいしょ}する<=避難所^{ひなんじょ}での生活^{せいかつ}を終^おえる>ときは、あなた^{あなた}が生活^{せいかつ}していた場所^{ばしょ}を^{そうじ}掃除^{そうじ}してください。掃除^{そうじ}をするとき、次^{つぎ}のことをしてください。

① 消毒液^{しょうどくえき}を^{つか}使^{つか}って、床^{ゆか}や壁^{かべ}を^{しょうどく}消毒^{しょうどく}します。

② ごみはビニール袋^{びにールぶくろ}に入^いれて、口^{くち}を^と閉^とじます。ごみを^い入れたビニール袋^{びにールぶくろ}は、

避難所^{ひなんじょ}の 決ま^きっている 場所^{ばしょ}に 捨^すてるか、あなたの 家^{いえ}に 持^もって行^いって 捨^すてます。

12 感染^{かんせん}した人^{ひと} または 感染^{かんせん}しているかもしれない 人^{ひと}だけが 使^{つか}う「専用^{せんよう}スペース」に 入^{はい}る
ことは できません。

わ 分^わからないことがあ^あったときは、避難所^{ひなんじょうんえい}運営^{えんえい}スタッフへ 相^{そう}談^{だん}してくださ^さい。

Rules to Prevent Infection at the Evacuation Center

Thank you for your cooperation in helping to prevent infection

- 1 A few, basic goods are provided at the center for evacuees, but are limited. Please bring the following necessary items when starting your stay at the evacuation center ; some food, beverages, a mask, disinfectant liquid/hand sanitizer, and a clinical thermometer etc.
- 2 Please check your body temperature every morning and write it down on your [Daily Health Care Checklist].
- 3 In case you have a fever higher than 37.5°C or have extreme fatigue, and/or difficulty breathing, please inform the evacuation management staff immediately. If you have any other symptoms that may be infectious, such as coughing, nausea or diarrhea, please inform the staff immediately as well.
- 4 Wash your hands frequently, especially before meals and after using the toilet. Also use the hand sanitizer to disinfect your hands.
- 5 When helping out to serve meals, make sure you wash your hands and use a hand sanitizer for disinfection. You must wear gloves and a mask, too.
- 6 Please do not wear outdoor shoes inside the evacuation center. Make sure you change your shoes before entering the evacuation center. Please bring indoor slippers or shoes that haven't been worn outdoors. In addition, when you use the indoor toilet, please use the toilet slippers that are provided.
- 7 Please cooperate with other evacuees and take turns to clean up the evacuation center.
- 8 In case someone vomits, wear disposable gloves to clean up and disinfect the area by using disinfectant liquid or Chlorine bleach. Contaminated clothes could also become a source of infection, so please put the dirty clothes in a plastic bag and seal it right away.
- 9 The basic rule is to wear a mask at all times. When you remove your mask to eat, drink or brush your teeth etc. and if you suddenly have to cough, please

don't use your hands, but cover your mouth with a tissue, handkerchief, or your sleeve.

- 10 To avoid droplets spreading to others, practice social distancing by keeping 2 meters apart from other evacuees.
- 11 Once you are ready to leave the evacuation center permanently, please clean the living area you used. Also disinfect the floor and walls of the area with a disinfectant liquid. Put all the garbage in a bag, seal it and then place it in the designated area or take it home with you.
- 12 Only authorized persons are permitted to enter the designated zone specialized for people who are suspected and/or infected with the infectious disease.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

请协助执行感染症对策

1. 储备的物资是有限的。入所时，除了食料和饮料等以外，还请尽可能自带口罩，消毒液，体温计。
2. 每天早晨请测量体温，把体温等记在「健康管理检查表」上。
3. 发烧 37.5 度以上或有很强的倦怠感（浑身乏力）或有呼吸困难时，请即刻与避难所运营人员联系。另外有咳嗽，呕吐，腹泻不止等可疑感染症状时，也需要立刻联系。
4. 在吃饭之前和上厕所之后，请把手洗干净并用消毒液消毒。
5. 在做饭和分饭之前都要洗手并进行消毒，还要戴手套和口罩。
6. 进入屋内时，请换室内鞋。 在厕所要穿专用拖鞋。
7. 在避难所，请全体人员相互合作，轮流地清扫卫生。
8. 如有人呕吐，就用消毒液或漂白剂消毒。
呕吐时被污染的衣服有可能成为感染源， 请把脱下来的脏衣服放进塑料袋里进行处置。
9. 原则上请戴上口罩。没有口罩时，用纸巾或手帕捂住嘴和鼻子。突然咳嗽时，要用衣袖或上衣的内侧代替。
10. 为了防止飞沫感染，人与人之间保持两米距离，或者不要面对面地坐，而要背靠背地坐。
11. 退所时，请打扫自己的居住空间，还要用消毒液等消毒地板和墙。请把垃圾放在袋子里后封好袋口，然后在指定场所扔掉或带走处理。
12. 请无关人员不要进入感染症被疑症状者专用空间。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

専用区域で生活されている方へのお願い

避難所での感染拡大防止にご協力いただき、ありがとうございます。

専用区域での生活では、以下のことにご協力をお願いします。

- 1 体調が悪化した場合は、すぐに運営スタッフに申し出てください。
- 2 毎日、朝と夕に健康状態を確認します。
- 3 原則として各スペース内に留まってください。万が一、各スペースを出るときは運営スタッフに声をかけ、マスクを着用し、他の避難者とのソーシャルディスタンスを確保してなるべく接触を避けてください。元のスペースに戻る際には、必ず石けんで手洗いをするか、アルコールで手指消毒をしてください。
- 4 トイレは、専用トイレ以外は使用しないでください。使用後は、便座などを消毒してください。
- 5 生活スペースの清掃は各自で行ってください。
- 6 ごみは、専用区域内の専用ごみ箱に分別して廃棄してください。
- 7 家族を含めて、来訪者と面会を行わないでください。
- 8 避難所を退所する場合は、運営スタッフにご相談ください。
- 9 避難所の利用にあたっては、運営スタッフの指示に従ってください。

「専用スペース」で生活しているあなたにお願いします。

避難所で感染＜＝人から人にウィルスの病気がうつること＞を広げないために、あなたの協力が必要です。

「専用スペース」では、次のことをしてください。

- 1 体の調子が悪くなったときは、すぐに避難所運営スタッフに言ってください。
- 2 毎日、朝と夕方に、避難所運営スタッフがあなたの体の調子を確認します。
- 3 「専用スペース」の外に出ないでください。

「専用スペース」の外に出るときは、必ず次のことをしてください。

- ① 避難所運営スタッフに、『専用スペース』の外に出ることを言います。
- ② マスクをつけます。
- ③ 避難所にいる他の人と2メートル以上はなれます。できるだけ他の人と話をしません。

「専用スペース」の外から、「専用スペース」の中に入るときは、次のことをしてください。

- ① 石けんと水で手をよく洗います。
- ② 消毒液で手、指を消毒します。

- 4 トイレは、専用トイレだけを使ってください。

トイレを使った後は、あなたがすわったところ、手でさわったところなどを消毒してください。

- 5 あなたが生活する場所は、自分で、毎日、掃除をしてください。

- 6 ごみは、専用スペースの決められた場所に置いてある専用のごみ箱に捨ててください。

ごみ箱に捨てるときは、分別して＜＝ごみの種類に合ったごみ箱を選んで＞捨ててください。

- 7 家族や、避難所に来た人と、会わないでください。話をしないでください。

- 8 避難所からの退所＜＝避難所での生活を終えること＞をしたいときは、避難所運営

スタッフに ^{そうだん}相談してください。

9 ^{ひなんじょ}避難所で ^{せいかつ}生活している あいだは、^{ひなんじょうんえい}避難所運営スタッフの ^い言うことを ^{まも}守ってください。

^わ分からないことが あったときは、^{ひなんじょうんえい}避難所運営スタッフへ ^{そうだん}相談してください。

For those who are living in the designated zone

Thank you for your cooperation in preventing the spread of the infection COVID-19 at the evacuation center. During your stay in the designated zone, we ask that you follow these rules.

- 1 In case your condition gets worse, please inform the evacuation management staff immediately.
- 2 The evacuation management staff will check your health condition twice every day once in the morning and again in the evening.
- 3 As a general rule, you must not leave the designated zone. If for any reason you have to go out, please inform the evacuation management staff and wear a mask. Also, please keep your social distance from other evacuees and avoid any contact with other people. When you come back, please wash your hands with soap or use the hand sanitizer to disinfect your hands.
- 4 You are only allowed to use the assigned toilet for those who are staying in the designated zone. Please do not use any other toilets. Also, make sure to disinfect the seat after using the toilet. There will be a disinfection liquid available, but in case there is none, please bring your own.
- 5 You are responsible for cleaning your living area by yourself.
- 6 Use the allocated garbage can within the designated zone. Please follow the garbage separation rules when you dispose of your garbage.
- 7 To protect your loved ones, you are not allowed to meet or have any visitors that includes all of your family members.
- 8 When you are ready to leave the evacuation center permanently, please consult the evacuation management staff.

9 Please follow the instructions of the evacuation management staff during you stay and use of the evacuation center.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

致在专用空间生活的各位

感谢您对在避难所进行防止感染扩大的协助。

在专用空间生活中，请遵守下列事项，谢谢合作。

- 1 身体状况变差时，请立刻向运营人员报告。
- 2 每天早晨和傍晚，请确认健康状态。
- 3 原则上，请留在专用居住空间内。万一离开专用空间，请告诉运营人员，戴口罩，与其他避难者之间保持充分的距离，尽可能避免接触。返回时必须要用肥皂洗手或用酒精消毒手指。
- 4 专用厕所以外请不要使用。使用后请消毒便座等。
- 5 请各自清扫生活空间。
- 6 请把垃圾分类后再扔进专用区域内的专用垃圾桶里。
- 7 包括家人，请不要跟来访者会面。
- 8 退所时，请跟运营人员商量。
- 9 在利用避难所时，请遵从运营人员的指示。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

避難所での感染症拡大防止にご協力をお願いします

① 避難者

検温・問診所

検温・問診後、

- 一般避難者の方は、②総合受付に進んでください。
- 濃厚接触者・発熱等のある方は、**専用区域**に進んでください。

感染症予防のため

避難所内では

マスクを着用



こちらで **手指消毒** をして、

検温・問診を

受けてください。



順次案内します。間隔を1m程度開けてお待ちください。

②避難者受付

(避難スペースを指定します)

- 妊婦や障害者など配慮が必要な方は、お申し出ください。

順次案内します。間隔を1 m程度開けてお待ちください。

③発熱者等受付

(避難スペースを指定します)

- 妊婦や障害者など配慮が必要な方は、お申し出ください。

感染予防にご協力をお願いします

施設内は**土足禁止**



ここで室内履きに、履き替えてください。
靴はビニール袋に入れて、お持ちください。

感染予防にご協力をお願いいたします

入室時はここで
手指消毒をしましょう



↑ ここから先 ↑

専用区域

(立ち入る方は、必ず防護具を装着してください)

関係者以外 **立入禁止**

自宅療養者待機スペース

出入口

(自宅療養者ゾーン)

濃厚接触者専用スペース

出入口

(濃厚接触者ゾーン)

発熱者等専用スペース

出入口

(発熱者等ゾーン)

A

B1

B2

B3

B4

B5

B6

01

C2

03

C4

一般区域

(要配慮者)

一般区域

(一般避難者)



避難者受付



專用区域

情報連絡

揭示板

物資配布場所

物資保管場所

入口専用

出口専用

授乳室

応急手当所

物 資

自宅療養者

専用搬送口

教育機能維持スペース

職員以外立ち入り禁止

一般区域 (要配慮者)

一般区域

(一般避難者)