

避難所運営マニュアル
(感染症等対策編)

様式・資料

様式目次

様式 3-1 (感染症等対策用) 避難者(在宅避難者・車中泊者)名簿	4-1
様式 3-2 (感染症等対策用) 避難所収容記録簿	4-3
様式 4 (感染症等対策用) 避難所状況報告書(第 報)	4-4
様式 19-1 (感染症等対策用) ボランティア受付表	4-5
様式 21 (感染症等対策用) 受付時健康チェックシート	4-6
様式 22 (感染症等対策用) 健康チェックシート	4-7
様式 23 (感染症等対策用) 傷病者及び体調不良者名簿	4-8
資料 1 避難所感染予防対策について	4-9
資料 2 避難所のゾーニング	4-10
資料 3 清掃・消毒の方法	4-12
資料 4 トイレの清掃方法	4-14
資料 5 ごみの分別・管理方法	4-15
資料 6 手袋・マスクの正しい着脱方法	4-16
資料 7 避難行動判定フロー	4-17
資料 8-1~3 感染症等対策リーフレット	4-19

様式 3-1 (感染症等対策用)

避難者 (在宅避難者・車中泊者) 名簿

避難所名 _____

名簿 No. _____

該当する番号に○をつけてください		1 避難者 (避難所で生活を希望する方) 2 在宅避難者 (自宅等で生活するが、配給等を希望する方) 3 車中泊避難者						
入所年月日		年 月 日 午前・午後 時 分 ころ						
住所	〒 -					自治会名		
	電話 () 携帯 ()							
氏名 (ふりがな)	続柄	年齢	性別	アレルギーの有無 (物質名)	氏名公開の可否※	体温	体調不良	
(世帯代表者)			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
			男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無	
ご家族に、病気や障がい者などの特別の配慮を必要とする人 (要配慮者) や、注意点があつたらお書きください。								
車 使用者のみ		・メーカー： ・色： ・ナンバー：		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・被害なし・その他 ()				
緊急連絡先 (親族等)		住所： 氏名： 電話：						
避難所運営等のルールを守り、生活することに同意しますか？		退所年月日 年 月 日 午前・午後 時 分 ころ						
はい・いいえ		転出先 住所： 氏名： 電話：						

※ 体温、体調不良の欄は入所現在の状況を記入してください。

※ 氏名を公表することによって、ご親族の方々等に安否をお知らせできるなどの効果がありますが、プライバシーの問題がありますので、公表の可否はご家族で判断してください。

様式 3 - 1 (感染症等対策用) (記入例)

避難者 (在宅避難者・車中泊者) 名簿

避難所名 〇〇小学校

名簿 No. _____

該当する番号に○をつけてください		<input checked="" type="radio"/> 1 避難者 (避難所で生活を希望する方) <input type="radio"/> 2 在宅避難者 (自宅等で生活するが、配給等を希望する方) <input type="radio"/> 3 車中泊避難者					
入所年月日		令和 〇年 〇〇月 〇〇日 午前 <input checked="" type="radio"/> 午後 〇時 〇〇分 ころ					
住所	〒 3 2 9 - 1 2 9 2 高根沢町大字石末 2 0 5 3		自治会名 天神坂				
	電話 〇〇〇 (〇〇〇) 〇〇〇〇 携帯 〇〇〇 (〇〇〇) 〇〇〇〇						
氏名 (ふりがな)	続柄	年齢	性別	アレルギーの有無 (物質名)	氏名公開の可否※	体温	体調不良
(世帯代表者) 高根沢 太郎 (たかねざわ たろう)	世帯主	56	<input checked="" type="radio"/> 男・女	有・無 ()	<input checked="" type="radio"/> 可・否	36.4℃	有・無 <input checked="" type="radio"/> 有
花子 (はなこ)	妻	55	<input checked="" type="radio"/> 男・女	有・無 ()	<input checked="" type="radio"/> 可・否	37.6℃	有・無 <input checked="" type="radio"/> 有
二郎 (じろう)	長男	26	<input checked="" type="radio"/> 男・女	有・無 ()	<input checked="" type="radio"/> 可・否	36.6℃	有・無 <input checked="" type="radio"/> 有
花実 (はなみ)	長女	24	<input checked="" type="radio"/> 男・女	有・無 そば	<input checked="" type="radio"/> 可・否	35.8℃	有・無 <input checked="" type="radio"/> 有
栃木 ハナ (とちぎ はな)	妻の母	81	<input checked="" type="radio"/> 男・女	有・無 ()	<input checked="" type="radio"/> 可・否	36.0℃	有・無 <input checked="" type="radio"/> 有
			<input type="radio"/> 男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無
			<input type="radio"/> 男・女	有・無 ()	可・否	℃	有・無
ご家族に、病気や障がい者などの特別の配慮を必要とする人 (要配慮者) や、注意点があつたらお書きください。							
<p>例 ハナ (妻の母) は、介添えがないと移動できない。 花子 (妻) が昨日から、発熱がある。保健所に相談しているが、疑いなしと言われた。</p>							
車 使用者のみ	・メーカー: 〇〇〇 ・色: 白 ・ナンバー: 〇〇〇〇		家屋の 被害状況	全壊・半壊・一部損壊・断水・ <input checked="" type="radio"/> 停電・ガス停止 電話不通・被害なし・その他 ()			
緊急連絡先 (親族等)	住所: 高根沢町大字石末 1 8 2 5 氏名: 〇〇 〇〇 電話: 〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇						
避難所運営等のルールを守り、生活することに同意しますか?	退所年月日	年 月 日 午前・午後 時 分 ころ					
<input checked="" type="radio"/> はい <input type="radio"/> いいえ	転出先	住所: 氏名: 電話:					

※ 体温、体調不良の欄は入所現在の状況を記入してください。

※ 氏名を公表することによって、ご親族の方々等に安否をお知らせできるなどの効果がありますが、プライバシーの問題がありますので、公表の可否はご家族で判断してください。

避難所収容記録簿

避難所名 _____

日付 _____ / _____

番号	入所時間	住 所	氏 名	年齢	性別	要配慮	情報公開	体温 体調不良	退所日 退所時間
1	:							℃ 有・無	/ :
2	:							℃ 有・無	/ :
3	:							℃ 有・無	/ :
4	:							℃ 有・無	/ :
5	:							℃ 有・無	/ :
6	:							℃ 有・無	/ :
7	:							℃ 有・無	/ :
8	:							℃ 有・無	/ :
9	:							℃ 有・無	/ :
10	:							℃ 有・無	/ :
11	:							℃ 有・無	/ :
12	:							℃ 有・無	/ :
13	:							℃ 有・無	/ :
14	:							℃ 有・無	/ :
15	:							℃ 有・無	/ :
16	:							℃ 有・無	/ :
17	:							℃ 有・無	/ :
18	:							℃ 有・無	/ :
19	:							℃ 有・無	/ :
20	:							℃ 有・無	/ :

※ 要配慮欄は「対象者」の場合、情報公開欄は「公開可」の場合に○を記入すること。

※ 体温、体調不良欄は入所現在の状況を記入すること。

様式4（感染症等対策用）

避難所状況報告書（第 報）

避難所名							
報告者							
報告日時		年	月	日() 時 分			
避難所開設日時 ※初回のみ		年	月	日() 時 分			
避難所閉設日時 ※最終のみ		年	月	日() 時 分			
報告事項		現在数	前回報告数	差引増減			
避難者	避難者数		名	名	名		
	内 訳	男		名	名	名	
		女		名	名	名	
		要 配 慮 者	子ども(7~18)		名	名	名
			乳幼児(0~6)		名	名	名
			障がい者		名	名	名
			高齢者(75~)		名	名	名
	その他()		名	名	名		
	負傷者	軽傷		名	名	名	
		重傷		名	名	名	
	在宅避難者数		名	名	名		
車中泊避難者数		名	名	名			
体調不良者数		名	名	名			
ライフライン	電気使用の可否		可・否	特記事項			
	水道使用の可否		可・否				
	ガス使用の可否		可・否				
	電話使用の可否	IP	可・否				
		NTT(特設)	可・否				
施設	被害		有・無				
	避難所としての使用		可・不可				
その他	体調不良者の状況等						

様式 19 - 1 (感染症等対策用)

ボランティア受付表

避難所名						
No.	受入日時	氏名・住所・電話番号	性別	体温 体調	職業	過去のボランティア経験
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容
	/ :	氏名: 住所: 電話:	男・ 女	℃ 良・不良		有・ 無 活動内容

様式 2 1 (感染症等対策用)

受付時健康状態チェックリスト

記入日		氏名	年齢
年 月 日()			歳
チェック項目			
1	あなたは新型コロナウイルスの感染が確認されている人の濃厚接触者で、 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	吐き気はありますか？		はい・いいえ
8	下痢はありますか？		はい・いいえ
9	からだにぶつぶつ(発疹)は出ていますか？		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？		はい・いいえ
	※「はい」の場合、具体的に記入ください		
14	避難所での行動に際し、介護や介助は必要ですか？		はい・いいえ
15	避難所での行動に際し、配慮を要する障がいがありますか？		はい・いいえ
	※「はい」の場合、障がいの内容をご記入ください		
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
	※「はい」の場合、具体的に記入ください		
18	てんかんはありますか？		はい・いいえ

様式 2 2 (感染症等対策用)

健康状態チェックシート

避難所名		氏 名						年 齢		
								歳		
日付	体温測定	息苦しさ	におい・味	せき・たん	だるさ	吐き気	下痢	その他	チェック欄	
		<ul style="list-style-type: none"> ★ひとつでも該当すれば「はい」に○ ・息が荒くなった (呼吸数が多くなった) ・急に息苦しくなった ・少し動く息があがる ・胸の痛みがある ・横になれない ・座らないと息ができない ・肩で息をしたり、ゼーゼーする。 	においや味を感じない	せきやたんがひどい	全身のだるさがある	吐き気がある	下痢がある	<ul style="list-style-type: none"> ★その他の症状がある ・食欲がない ・鼻水・鼻づまり・のどの痛み ・頭痛・関節痛や筋肉痛 ・一日中気分がすぐれない ・体にぶつぶつ(発疹)が出ている ・目が赤く。目やにが多い など 		
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								
/ ()	朝	℃	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい ・ いいえ	はい・いいえ (症状)	
	昼	℃								
	夜	℃								

様式 2 3 (感染症等対策用)

傷病者及び体調不良者名簿

避難所名					
氏名	生年月日・年齢	性別	住所	傷病等の程度・状況 搬送の有無	搬送先住所 搬送日時
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	/ :
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:
ふりがな	年 月 日 (歳)			有 / 無	:

※避難所状況報告書の添付資料として、災害対策本部に送付する。

資料 1 避難所感染予防対策について

新型コロナウイルスの感染拡大が心配されています。避難所で新型コロナウイルスの感染が広がらないよう、ご協力をお願いいたします。

〈個人が行う感染予防〉

- ・ 避難所では、必ずマスクを着けましょう。
- ・ 避難所や各部屋に出入りする時は、手指消毒をしましょう。
- ・ こまめな手洗い、咳エチケットの実施を徹底しましょう。
- ・ 他の避難者との距離を十分に保ちましょう。
- ・ 体調がすぐれない方は、避難所担当者に申し出てください。
- ・ 避難スペースの清掃・消毒は各自で行いましょう。

〈避難所全体で行う感染予防〉

- ・ 常に換気を行うため、窓や戸は開放します。
- ・ 定期的に避難所内の清掃や消毒を行います。
- ・ 発熱や咳、下痢や嘔吐等の症状がある方は別室に移動していただきます。

資料2 避難所のゾーニング

(1) 避難所全体のゾーニング

- ① 施設管理者と協議し、避難所として利用可能となった場所に基づき、以下のポイントに注意しながら、受け入れ場所を決める。
- ② 施設管理者と相談し、新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）を参考に場所を指定する。
- ③ ゾーニングは、専門家（感染症専門医や保健所など）の確認を受けることが重要で、事前の確認が困難な場合でも、運用後に専門家の確認を受けるようにする。

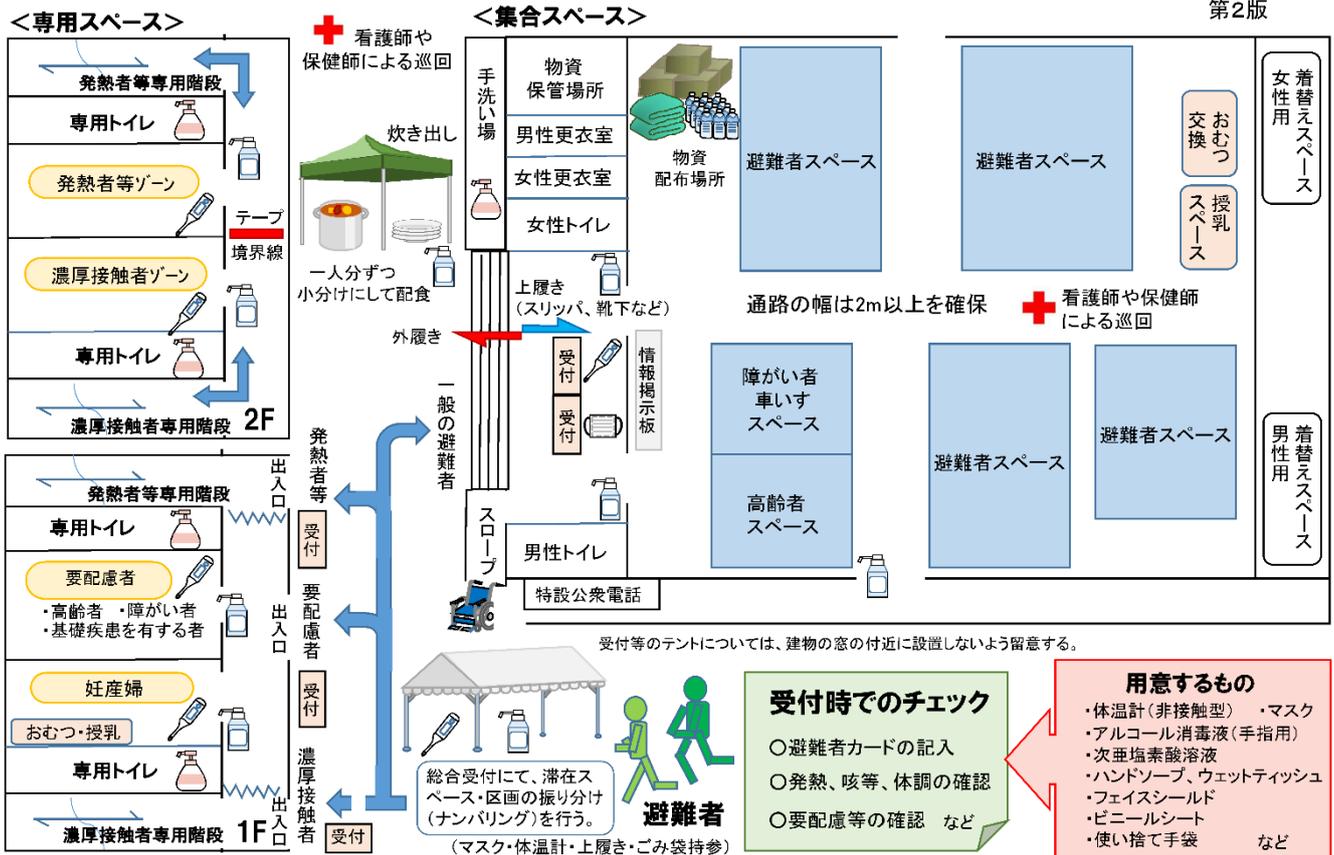
<感染症対応時のゾーニングのポイント>

受付	事前受付（事前検温や健康チェック）と各一般受付（一般避難者、発熱や咳などの症状がある者、濃厚接触者、要配慮者など）を設置し、各受付で避難者が滞留し、密にならないように配置する。
避難所出入口	できる限り密になりにくい場所を設定し、可能であれば出口と入り口を分ける。
通路の確保	通路は一方通行とし、できる限り通行者がすれ違わないようにする。 車いすも通れるよう幅 130cm 以上（できれば 2m 以上）の通路を確保し、各世帯の区画が必ず 1 箇所は面するようにする。
個室管理（配慮すべき人を優先的に受け入れる場所）及び動線の検討	発熱や咳などの症状ある者や濃厚接触者のほか、感染症リスクの高い高齢者・基礎疾患を有する方の専用スペース、障がい者、妊産婦などを受け入れる要配慮者スペースや個室などの場所を検討し、予め指定する。 また、一般避難者、濃厚接触者、発熱や咳などのある者の通路（動線）をそれぞれ分ける。

※ 食事スペースは飛沫感染を防ぐため、できる限り占有スペース内での食事をするのが望ましい。

新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）

R2. 6. 10
第2版



(2) 一般避難者のゾーニング

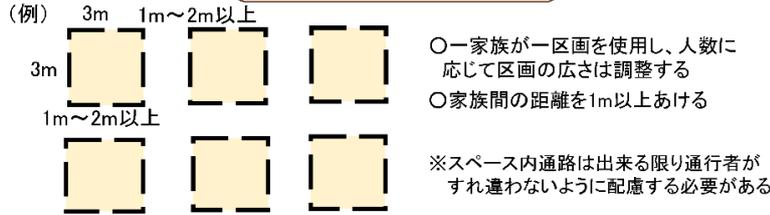
健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト（例）を参考に、一家族が、目安で3m×3mの1区画を使用し、人数に応じて区画の広さを調整する。

- ① 1区画（一家族）の距離は1～2m以上空け、個人間の距離も1m以上空ける。
- ② 個別スペースの割振りの際は、お住まいのコミュニティ、性別、要配慮者の状況などを考慮した割振りに配慮する。
- ③ 避難所管理や個人情報保護の観点から、区画に番号を振る。

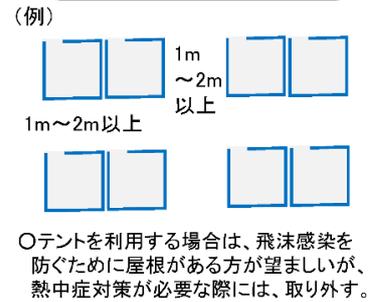
駐車スペースのある避難所ではペット同伴やプライバシー確保など様々な理由により車中泊を選択される避難者がおり、感染症等対策として受付の際に車と車の間のスペースを十分取るよう案内する。

健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト（例）

テーブル等による区画表示

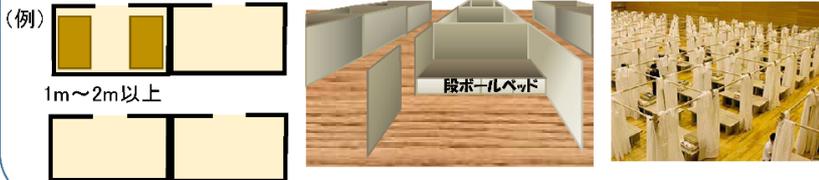


テントを利用した場合



パーティションを利用した場合

○飛沫感染を防ぐため、少なくとも座位で口元より高いパーティションとし、プライバシーを確保する高さにすることが望ましい。また、換気を考慮しつつ、より高いものが望ましい。

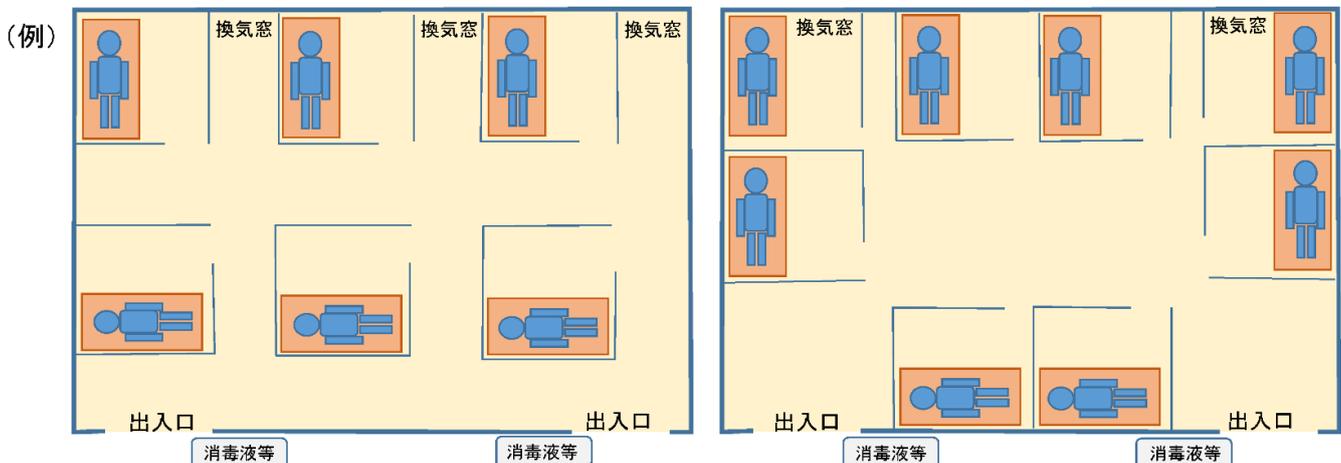


出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料について（内閣府（防災担当）」

(3) 濃厚接触者等を受け入れる場所のゾーニング

- ① 発熱や咳などの症状がある者や濃厚接触者は、可能な限り個室対応とします。換気できる部屋であることが必須条件です。
- ② 個室対応が難しい場合は、パーティションで区切るなど、専用のスペースと専用トイレ、独立した動線をできるだけ確保する。
- ③ 一般避難者、濃厚接触者、発熱や咳などの症状がある者の空間（ゾーン）はそれぞれ分ける。
- ④ 発熱・咳等の症状がある者同士を同室にする場合で、濃厚接触者をやむを得ず同室にする場合は、発熱・咳など症状がある者や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）を参考する。
- ⑤ なお、当該避難所で十分な個室管理ができない場合には、災害対策本部に相談し、別の施設での濃厚接触者等の対応を依頼する。

発熱・咳など症状がある者や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）



出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料について（内閣府（防災担当）」

資料3 清掃・消毒の方法

多くの人が利用する避難所は、衛生環境が悪くなりやすいため、定期的に消毒・清掃を行い、感染症の原因となる細菌やウイルスを除去します。

【避難所での注意事項】

- ① 避難所の清掃・消毒はなるべく多くの回数を実施するのが良いとされるため、1日3回以上は時間を決めて清掃・消毒を行います。
- ② トイレ、出入口、ドアノブや手すりなど、多くの人が触れる場所は、頻回に清掃・消毒を行います。
- ③ 消毒の場所に応じた消毒液を準備して使用します。
- ④ 各世帯の避難スペースは、各自で清掃・消毒を行います。
- ⑤ 通路や出入り口などの共有スペース、トイレや手洗い場の清掃・消毒は避難者を中心に関係者が協力して行います。

【手袋、ガウン等の使用上の注意】

- ① 手袋、ガウンは原則使い捨てです。やむを得ず繰り返し使用する場合は適切に消毒を行い、破損が無いことを確認します。
- ② 手袋、ガウンを使用する前は、破損（穴が開いていないか等）がないかを確認し、隙間ができないよう正しく着用することが必要です。
- ③ ガウンやエプロンが無い場合には、ビニールのレインコート等で代用します。
- ④ 使用した手袋やエプロンの表面には、細菌やウイルスに汚染されています。手袋やエプロンを外すときが最も感染しやすいため、表面に触れないよう十分注意をして、正しい外し方を徹底してください。
- ⑤ 手袋、マスク、ガウン等の脱衣後はかならず手指消毒か流水で手洗いを行います。

資料4 トイレの清掃方法

装 備 品：マスク、フェイスシールド、手袋（清掃用）、前掛けなど（使い捨てできるものを利用）
掃除道具：ぞうきん、バケツ、洗剤、ビニール袋、ごみ袋、新聞紙などのいらぬ紙
消毒液（水1Lに台所用塩素系漂白剤24ml(キャップ1杯)を混ぜる）など

- ① 入口のドアや窓を開けて、換気する
- ② 汚物をとる
 - ・ 汚物は新聞紙などで包んで取り、ビニール袋に入れる。
 - ・ 汚物を入れたビニール袋に消毒液を入れて密封し、ごみ袋に入れる。
 - ・ 排泄物で汚染された部位の表面には消毒液を使用する。
- ③ 高いところから順番に、拭き掃除をする
- ④ 床掃除をする
 - ・ トイレの床は新型コロナウイルスが検出されやすいため、注意が必要。
- ⑤ 個室内や便器の掃除をする
 - ・ 消毒液で濡らしたぞうきんなどで、汚れの少ない場所から順に拭く。
（例：便座→ふた→タンク→便器の外側）
 - ・ 詰まり以外の原因で流れていない汚物があればバケツなどの水で流す。（例：和式では2～3Lの水を上から勢いよく流し込む。）
 - ・ 水が流れる場合は塩素系洗剤を便器内につけ、数分後に水で流す。
- ⑥ 人の手が触れる部分の掃除をする
 - ・ ドアノブ、手すり、水洗レバーなど人の手が触れる部分を、これまでの手順で使用していない消毒液で濡らしたぞうきんなどでこまめに拭く。
 - ・ 手洗い場の水アカなどをふき取る。
- ⑦ 消耗品の補充・設置
 - ・ 掃除用の手袋を外側が内側になるように外し、ごみ袋に入れる。
 - ・ トイレトーパー、消臭剤、手洗い用の消毒液などを補充・設置する。

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裏を消毒する。
- ③ 石けんで1分間、よく手を洗う。（指先、指の間、親指のまわり、手首などを念入りに！）水がない場合は手指消毒用アルコールを使う。
- ④ うがいをする。

トイレから出たごみの処理

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予め決め、わかるようにしておく。）

資料5 ゴミの分別・管理方法

- ① 感染症等対策として、普通廃棄物（一般ごみ）と感染性廃棄物（マスクなど）は分けるようにする。
- ② 感染性廃棄物はゴミ袋を2重にする。
- ③ ゴミ箱は蓋を触らず捨てられる、足踏み式を可能な限り準備する。
- ④ ゴミ処理を行う際は、掃除用手袋とマスク、フェイスシールド、長袖ガウンを着用する。

《感染性廃棄物の主なもの》

- ① 使用済みのマスク
- ② ティッシュ
- ③ 使い捨て手袋
- ④ 発熱・咳等の症状がある人の容器

新型コロナウイルスなどの感染症の感染者又はその疑いにある方の使用済みマスク等の捨て方



出典：「新型コロナウイルスなどの感染症等対策のためのご家庭でのごみの捨て方（環境省）」

資料6 手袋・マスクの正しい着脱方法

(1) 装着方法

- ① 手指を消毒する。
- ② マスクを鼻の形に合わせて装着する。
- ③ 手袋を装着する。手袋をした手で顔を触らないよう注意する。

(2) 脱ぎ方 (※特に重要)

ア 手袋の脱ぎ方

- ① 片方の手袋を脱ぐ、内側（清潔部分）に触れないように注意する。
- ② 脱いだ手袋の内側部分でもう片方の手袋を脱ぐ。
- ③ 感染性廃棄物入れに距離を保って捨てる。

イ マスクの脱ぎ方

- ① マスクを脱ぐ前に、あらためて手指消毒をする。
- ② マスクのゴム部分を持ってマスクを外す。マスク本体には触れないように留意。
- ③ 感染性廃棄物入れに距離を保って捨てる。

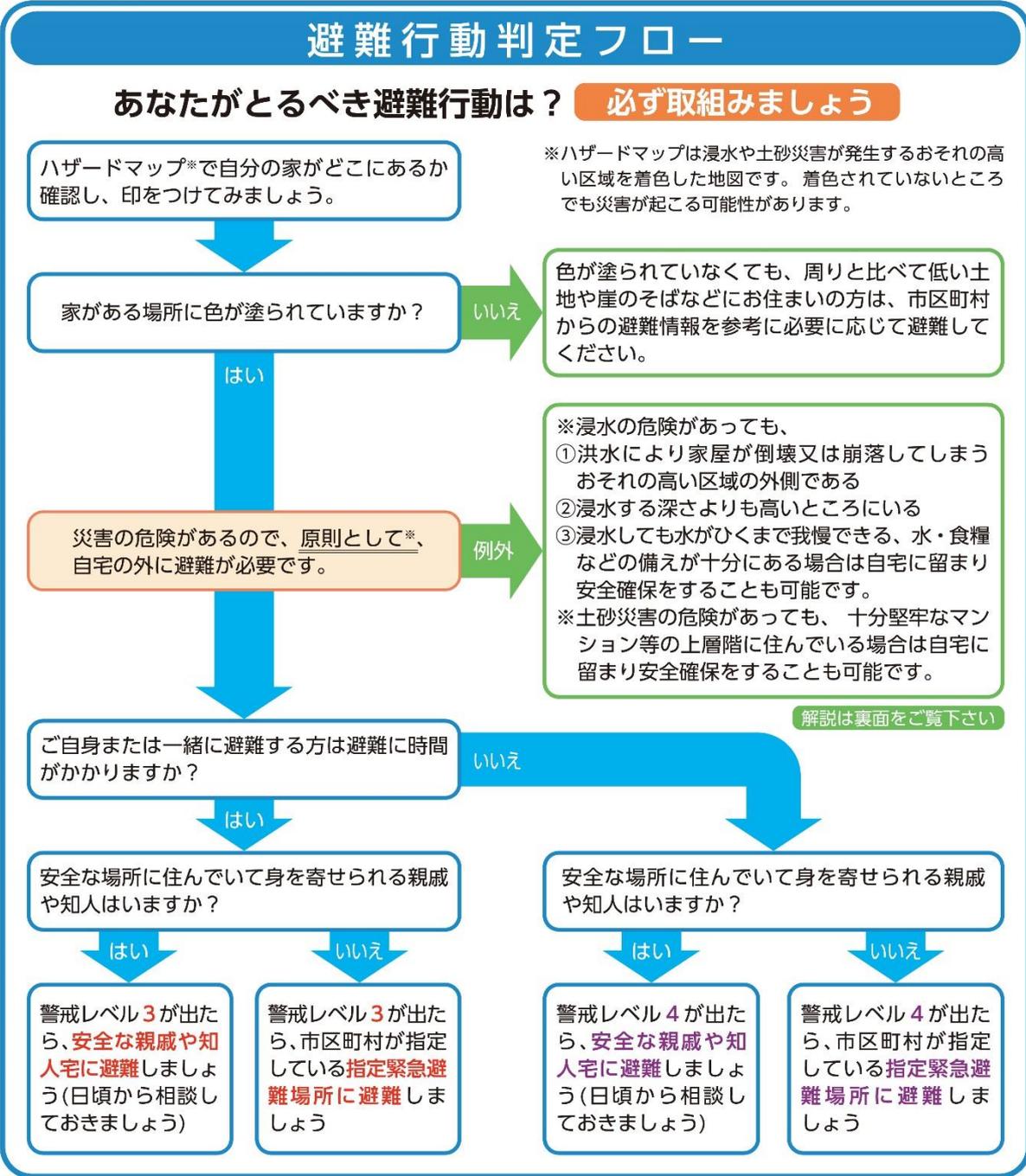


出典：手袋・マスクの脱ぎ方「新型コロナウイルスから皆さんの安全を守るために（防衛省統合幕僚監部）」

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に「避難行動判定フロー」を確認しましょう

平時に確認

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自宅の災害リスクととるべき行動を確認しましょう。

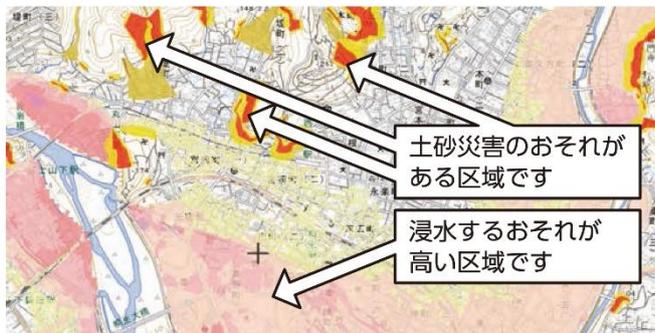


出典：「避難行動判定フロー（内閣府（防災担当）」）

避難行動判定フローの参考情報

ハザードマップの見方

必ず確認してください



※ハザードマップの着色や凡例は市町村によって異なる場合があります。

水害

洪水浸水想定区域
(浸水深)

3~4階	5m~10m未満 (3階床上浸水~4階軒下浸水)
2階	3m~5m未満 (2階床上~軒下浸水)
1階	0.5m~3m未満 (1階床上~軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

凡例

土砂災害

土砂災害警戒区域：
土砂災害のおそれがある区域土砂災害特別警戒区域：
建造物に損壊が生じ、住民等の生命又は身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

ハザードマップポータルサイト

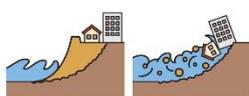
検索

ハザードマップの見方

もっと詳しく知りたい人向け

次の3つが確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないか

流速が早い場合、
木造家屋は倒壊する
おそれがあります地面が削られ家屋は
建物ごと崩落する
おそれがあります

② 浸水深より居室は高いか

3~4階	5m~10m未満 (3階床上浸水~4階軒下浸水)
2階	3m~5m未満 (2階床上~軒下浸水)
1階	0.5m~3m未満 (1階床上~軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢できるか、
水・食糧などの備えは十分か

※①家屋倒壊等氾濫想定区域や、③浸水継続時間はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。なお、重ねるハザードマップには記載がありません。

※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。



警戒レベル3や4が出たら、危険な場所から避難しましょう

「避難」とは「難」を「避」けることです
安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません避難先は小中学校・公民館だけではありません
安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう

※緊急時に身を寄せる避難先は、市町村が指定する「指定緊急避難場所」や、安全な親戚・知人宅など様々です。普段からどこに避難するかを決めておきましょう。

※「指定緊急避難場所」は、災害の種類ごとに安全な場所が指定されています。(小中学校、公民館など)

※災害が落ち着いた後に、自宅が被災し、帰宅できない場合には、しばらく避難生活を送るため、「指定避難所」に行きましょう。

わからないことがありましたらお住まいの市区町村にお問い合わせください。

(参考) 内閣府防災ホームページ「令和元年台風第19号等による避難に関するワーキンググループ」
<http://www.bousai.go.jp/fusuigai/typhoonworking/index.html>

！ 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでよろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する（口・鼻を覆う）

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生省 検索



感染症対策へのご協力をおねがいします

！ 手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗いします。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



感染症対策へのご協力をおねがいします

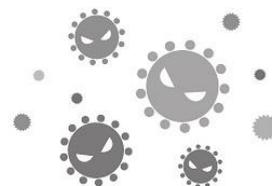
せき 咳エチケット

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

■ほかの人にうつさないために

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。次のような咳エチケットを心がけましょう。

- ・**マスク**を着用します。
- ・ティッシュなどで**鼻と口を覆います。**
- ・とっさの時は**袖や上着の内側で覆います。**
- ・周囲の人から**なるべく離れます。**



3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

3 隙間がないよう
鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索

