

4 避難所運営

避難所運営のルール

不特定多数の人が混乱状態の中で避難し、生活する避難場所ではできるだけ避難者の負担が大きくなるように、工夫が必要になります。

運営にあたって次の点を考え、必要に応じて、運営方針などを情報掲示板などで避難者にお知らせしましょう。避難者への理解を求め、未然にトラブルを回避し、適切な運営を進めましょう。

これだけは！チェック ～運営に当たってみんなで配慮！～

●情報

情報が平等に伝わらないことがトラブルの原因になります。

- 情報は常に“見える化”を！



●トイレの利用と水分補給

トイレが利用しづらいため、トイレにできるだけ行かなくてすむように水分補給を控えると体調を壊す危険があります。

- 洋式トイレは高齢者や障がいのある人を優先に
- トイレ利用を我慢するような状況になっていないか

※トイレが使用できない場合は p43

※参考：1回のトイレに必要な水の量：和式6リットル、洋式8リットル



●座位確保

避難所生活の中で、横になって過ごす時間が多くなると体が弱ってしまいます。(椅子や背もたれグッズを配置するなど工夫を)

- 座った体勢で過ごせるよう工夫をしましょう

●プライバシーと見守り

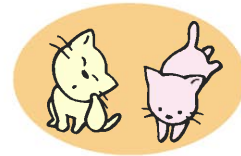
避難所生活の中では、プライバシーを確保することが重要で、ついたてを立てるなどの配慮が必要であると同時に、それによる孤立化の心配もあります。見守りの目がなくなり、ちょっとした様子の変化にお互いに気づきにくくなってしまいます。

- 声かけなどの見守りの工夫をしましょう
- 体操の時間など、共有体験の時間をつくりましょう

●ペットと衛生管理

ペットは飼い主である避難者にとって家族の一員であり、心のよりどころとなっている場合があると同時に、衛生管理や他の避難者への影響に配慮が必要でもあります。

※ペットの管理については p37



●子どもの居場所

被災体験、避難所生活、子どもにおけるダメージは非常に大きいものです。子どもが「思いっきり声を出す」「体を動かす」などができる居場所をつくりましょう。

●子どもの居場所づくりを考えましょう



●外国人への対応

外国人は言葉の壁によって、状況把握などが難しく不安な状況に陥ることが考えられます。情報伝達の工夫が大切です。

●通訳者の確保などにより、外国人への情報伝達を工夫しましょう



●在宅被災者への対応

避難所は、在宅被災者支援も含めた支援拠点です。情報提供、炊き出しや救援物資の配給など、在宅被災者への対応もしっかり行うことが求められます。

●避難所に訪れる在宅被災者へも情報提供、炊き出し・救援物資の配給を行いましょ



●観光客等帰宅困難者への対応

避難所には、観光客等帰宅困難者が避難し、一時的に滞在することもあります。

●観光客等帰宅困難者へも情報提供など配慮を！

●面会への対応

避難所は、不特定多数の人が生活しています。できるだけ避難者の負担にならないよう面会への配慮が必要です。

●面会は原則、屋外で行いましょう

避難所運営

●避難所における女性への配慮について

- 女性を運営に参画させる。
- 女性に必要な物資を調達する。(生理用品やおむつの準備など)
- 乳幼児をかかえた母親、妊婦のニーズを反映させる。
- 避難所にはお湯をわかすためにカセットコンロややかん、水の備蓄・確保。
- 子どもの遊ぶ部屋の確保。
- 調理や洗濯場の確保。
- 性別に配慮した避難所の設計ー男女別のトイレや着替えの部屋の確保。
- 女性や子どもを性被害から守る。
- 女性の医師によるクリニックの開設、助産師の相談員を配置する。
- 身体的、精神的を問わず気軽に相談しやすい環境をつくる。
- トイレ使用についての安全の問題(男女別のしきり、明るい場所に設置など)女性への配慮を。

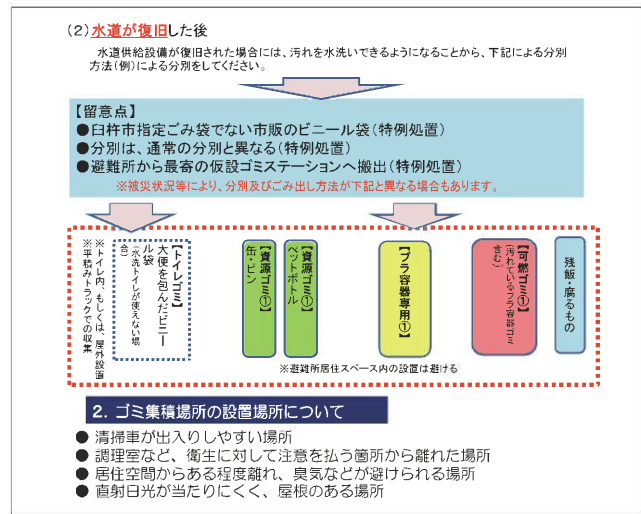
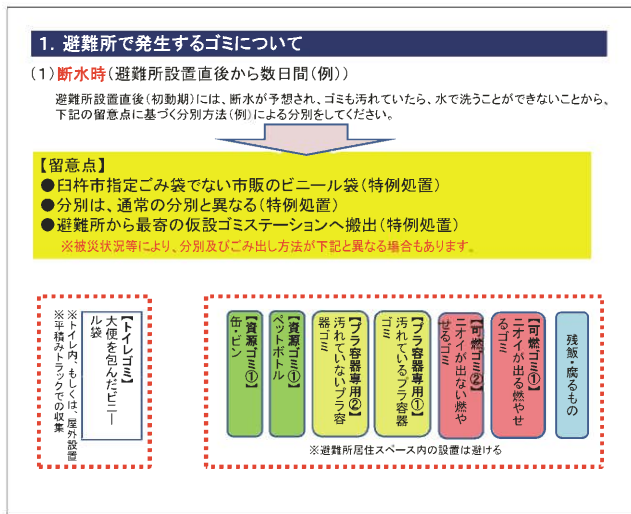
管理

避難所において、誰もができるだけ利用しやすいように、次の管理に気を付けます。

●衛生管理

- 手洗い場(洗面場)と調理場は分けましょう。
- 配食時など食べ物に触れるときには、必ず手洗い、消毒しましょう。
- マスクを用意しましょう。
- 残飯やゴミは分別して所定の場所に廃棄しましょう。(分別は右記図)
- 汁物や残飯を捨てるバケツにふたをしましょう。
- 残り物は捨てるよう指導しましょう。(配給や配食は食べられる分だけもらうよう指導しましょう)
- 手洗い、うがいを徹底しましょう。(トイレや洗面台等に貼り紙で周知)
- 手洗い用消毒液を子どもの手の届かない場所に設置しましょう。
- 清拭・足浴で清潔にしましょう。

※入浴については p42



●食事管理

- 身体にやさしい食事(塩分控えめ、野菜多め)を提供しましょう。
- 地域の協力で炊き出しができるようにしましょう。
(目標は48時間以内に開始できるようにすること!)
- 時間を決めて食事をするようにしましょう。
- みんなで一緒に食べるよう心がけましょう。

●ペットの管理

- ペットである動物を嫌いな人やアレルギーを持っている人もいます。
- 盲導犬は、ペットではありませんが、「身体障がい者補助犬法」により、公共的な施設を身体障がい者が利用する場合に同伴を認められています。ただし、避難所内に同伴することにより、他の避難者がアレルギー等を起こす可能性がある場合は、身体障がい者と補助犬に別室を準備する必要があります。

①避難所の居室部分には、原則としてペットの持ち込みは禁止します。

多種多様な価値観を持つ人が共同生活を行う場では、ペットの飼育をめぐるトラブルが発生しがちです。また、動物アレルギーの人がいる可能性を考慮すると、居室へのペットの持ち込みは禁止することが望めます。

②ペットは敷地内の屋外(余裕がある場合には屋内も可)にスペースを設け、その場所で飼育します。

ペットと避難所で共同生活を行うためには、ペット専用のスペースを設ける必要があり、飼育場所の清掃は、飼い主が全責任を負って管理します。

避難所運営

●健康管理

- 1日5分でも体を動かす体操などの時間をつくりましょう。エコノミークラス症候群を防ぎます。また、避難所で1日1回、決まった時間にみんなで行うことは共有体験としても有効です。 ※エコノミークラス症候群予防はp33
- 個人の健康管理についてもルールを定め、注意を促しましょう。
(口腔衛生管理、喫煙、飲酒など)
- アルコール依存症の発症を防ぐため、避難所は原則として、飲酒は禁止します。

●その他の避難所生活のルール

- 起床・消灯などの生活時間を決めておきます。
- 朝礼・健康体操の時間を決めておきます。
- 掃除をする日や時間を決めておきます。
- 掃除当番や配食当番等、避難者が参加できるようにします。
- 人数確認（点呼）の時間を設定します。
- 避難所内は火気厳禁とします。
- 貴重品の管理について自己責任で行うよう周知します。
- その他、必要に応じて話し合い、ルールを決めます。
- 自分勝手に不必要なクレーム等の発言に対しては受け入れない姿勢が大事。

避難所生活において避難者の方に守ってほしい
ルールについては、必要事項を話し合い決定します。



必要事項を記入し、情報掲示板に掲示、放送などで周知します。

避難所生活のルール

ルールの掲示例（イメージ）

生活時間などのこと

- 起床は **6 時**、消灯は夜 **9 時**
- 朝の食料の配給は **7 時から**
- 夜 **8 時** に点呼

衛生管理

- 手洗い、うがいを徹底しましょう。
- 残飯やごみは**分別して所定の場所**に廃棄してください。
- 配給や配食は**食べられる分だけ**貰うようにしましょう。
- 残リ物は捨てましょう。

避難所の施設のこと

- 「立入禁止」場所には入らない。
- トイレは決められた場所を利用して
ください。
- 靴はポリ袋に入れて運びましょう。

運 営

- 掃除当番表
- 自主的に避難所運営に参加しま
しょう。

※掲示する際は、重要ポイントを赤字やアンダーラインを引くなど工夫しましょう。

避難所運営

福祉避難所・福祉スペース

次のような考え方で福祉避難所、福祉スペース（福祉避難室(仮称)）が設置されます。福祉班を中心に連携を図りましょう。

●福祉避難所の考え方

福祉避難所とは

- 一般の避難所において、避難所生活が困難な高齢者や障がいのある人など、特別な配慮を必要とする方が避難する施設です。
- 福祉避難所は、必要に応じて開設される二次的避難所です。

対象

- 高齢者、障がいのある人、妊産婦、乳幼児、病弱者など、避難所生活において特別な配慮を要する方で、介護保険施設や医療機関などに入所・入院するに至らない程度の在宅の要援護者が対象です。
- 要援護者の状態に応じて、要援護者の介助者1名についても、福祉避難所への避難が可能です。

福祉避難所への避難の流れ

身の安全の確保を最優先に、まず一般の避難所に避難

一般の避難所において、保健師等が介助者の有無や障がいの種類・程度に応じて、福祉避難所への受入れを調整し、対象者を決定

スタッフの配置など受入態勢が整ったところで対象者を福祉避難所へ（搬送は家族や地域支援者等。但し、家族の方などで搬送ができない場合など、状況に応じ福祉車両等での搬送）

●福祉スペース（福祉避難室（仮称））の考え方

福祉避難所において、対象者すべてを収容することは困難であるとともに、避難所生活の長期化等により、特別な配慮を要する方が増加することが想定されるため、一般の避難所の中の福祉スペースとして「福祉避難室（仮称）」を設置します。

対象となる方の状態と収容施設のイメージ

	軽度	中度	重度	対 象
福祉避難室（仮称）	○			比較的介護度が軽度で専門的なケアは必要ではないが、配慮を必要とする方
福祉避難所		○		要介護・障がいの程度が高く、専門的なケアなどの特別な配慮を必要とする方
緊急入所		○	○	身体状況の悪化等により、福祉避難所での避難生活が困難な方
緊急入院		○	○	医療的な処置や治療が必要な方

福祉スペースに必要なもの

【物資】

発電機、燃料
 照明器具（懐中電灯、ランタンなど）
 寝具類（ベッド、毛布など）
 暖房器具
 介護、育児用物資（紙オムツ、粉ミルクなど）
 その他（漂白剤、パーテーションなど）

【食料】

おかゆ、水など



避難所運営

入浴できない場合の対処について ～仮設風呂（シャワー含む）がない場合～

臼杵市内の避難所の殆どは、入浴設備がなく、また、断水も予想されますので、被災初動期の入浴は困難であると考えられます。

しかしながら、避難所生活における健康保持には、身体を清潔に保つことが大切であることから、下記のような方法を入浴の代替手段としてください。

●清拭による身体の清潔保持

清拭による身体の清潔保持

清拭（せいしき）とは、身体を拭く保清手段です。身体の清潔には入浴が一番ですが、入浴環境が整っていない場合や体調不良等で入浴ができない場合は清拭を行い清潔を保ちます。

仮設風呂設置後の対処について

被災後、一定期間を経てから、仮設風呂や温水シャワーの共用が開始されることが予想されますが、使用に関して下記のような点に留意して使用しましょう。

多数の避難者が共同生活する避難所において、避難者が公平かつ平等及び快適に入浴の機会を得るためには、様々なルールが必要です。

●避難所内に仮設風呂・シャワーが設置されない場合

①もらい湯を勧めます。

- ・最も頼りになるのは、知人や親戚宅での「もらい湯」です。

②市内の入浴施設を利用します。

- ・市内の入浴施設の状況を把握し、避難者に利用するよう呼びかけます。
- ・ボランティアなどによる入浴ツアーの申し入れがあった場合には、参加者を募りましょう。募集方法は、次の「仮設風呂使用方法」に準じ、公平に行います。

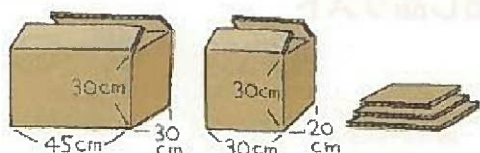
●避難所内に仮設風呂・シャワーが設置された場合

①男女別に利用時間を設定します。

- 希望者が多いときには次のように調整しましょう。
 - ◇利用時間は1人15分程度に制限する。
 - ◇風呂の規模に応じた利用可能人数分の入浴券を発行する。
- 希望者が落ち着いてきたら利用時間を区切った一覧表を作成し、希望者の自己申告を受け付けます。また、利用時間も必要に応じて30分程度に延長します。

②浴室の清掃は当番を決めて交替で行います。

段ボールトイレの作り方



重ねた段ボールの隙間を、板状に切った段ボールできっちりと埋めることで座り心地が良くなります。排泄物を入れる45ℓのビニール袋は何回か使用后、可燃物(生ごみ)として処分できます。新聞紙を細かく裂けば、排泄物の水分を吸収してくれます。



●材料（※段ボールの大きさは目安です。）

段ボール（大：幅45×高さ30×奥行30cm）1個
 段ボール（小：幅30×高さ30×奥行20cm）＜2ℓペットボトル×6本入りがおすすめ＞ 1個
 段ボール（隙間を埋めるため）適宜
 布ガムテープ、カッターナイフ、ハサミ、ビニール袋（90ℓと45ℓ）各1枚、新聞紙、あれば紙おむつ、猫用トイレの砂

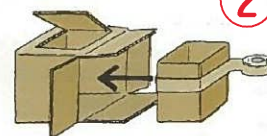
1



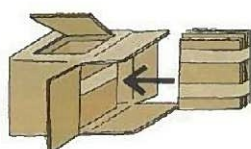
段ボール（大）の側面が上下になるように、横向きに置く。上面の中央に、段ボール（小）の底を当てて印をつけ、短いほうの一边を残して5cm内側をカッターナイフで切る。

段ボール（小）の開口部のふたはすべて外側に折り、布テープでぐるっと留めて、1の中に入れる。

2



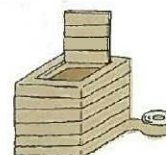
3



2の、外側段ボールと内側段ボールの開口部を合わせたら、四隅の隙間のサイズを測り、隙間用の段ボールを切る。重ねたものを布ガムテープで留めると扱いやすい。

四隅の隙間を全部埋めたら、外側段ボールのふたを布ガムテープで覆うと強度が増す。続いて、便座の周辺や裏面、内側も留める。

4



5



便座の中に90ℓのビニール袋を入れてかぶせたら、45ℓのビニールを入れる。その中に、細かく裂いた新聞紙（あれば紙おむつも）を入れる。

使用方法

用を足したら、細かく裂いた新聞紙を足すと繰り返し使用可。消臭効果のある猫用トイレの砂や消臭剤、乾いた茶殻などを入れてもよい。



ワンポイント

便座の中に90ℓのビニール袋を入れてかぶせたら、45ℓのビニール袋を入れる。その中に、細かく裂いた新聞紙（あれば紙おむつ）を入れる。

