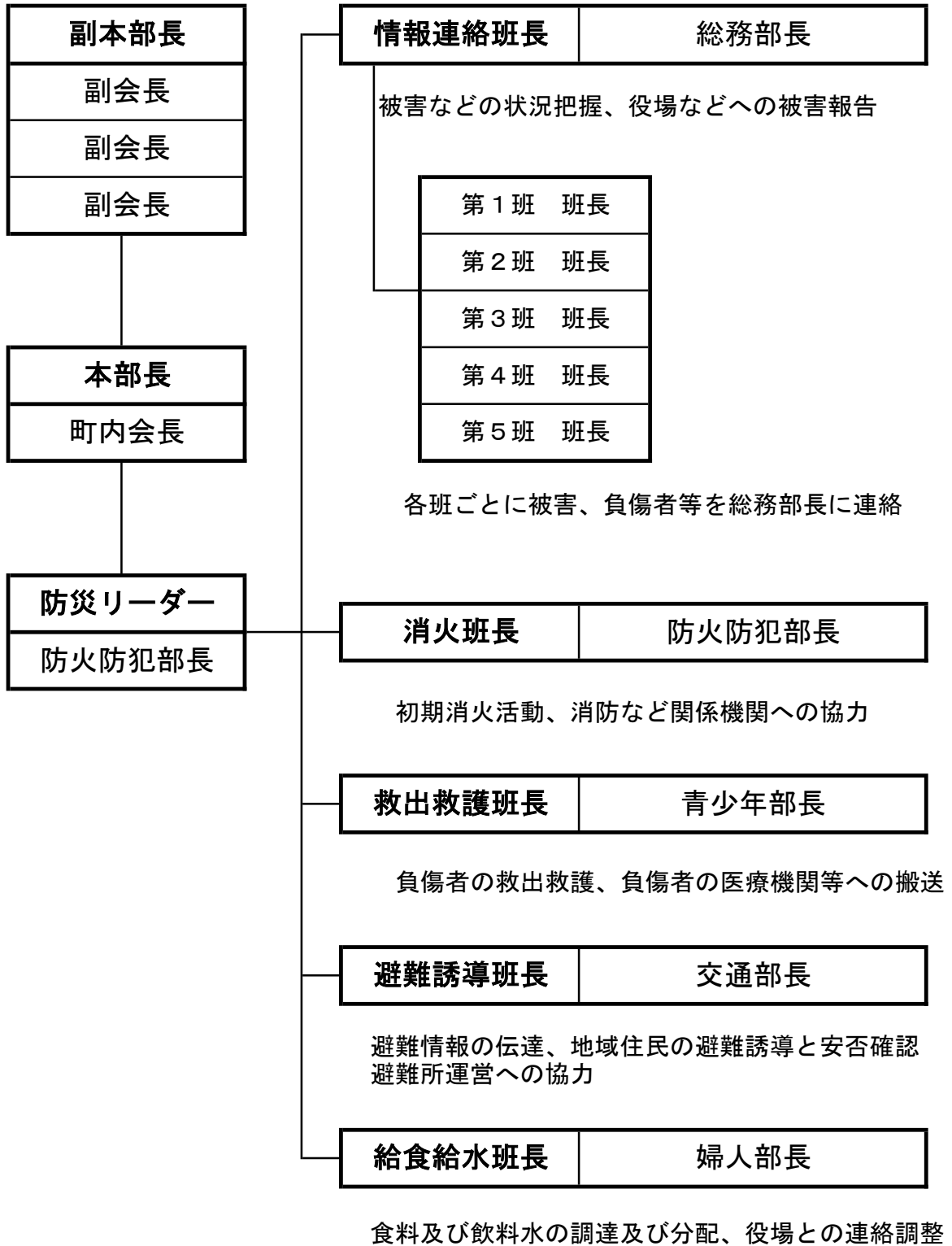




米通19・20丁目町内会

Sakaetoori19・20.t

南郷みそら町内会自主防災組織図





	まちづくりセンター
	町内会館
	幼稚園
	保育所
	児童会館
	介護予防センター
	老人ホーム
	地域包括支援センター
	ケアハウス
	グループホーム
	障がい者サロン
	地域サロン
	子育てサロン
	高齢者サロン
	障がい者サロン
	病院
	消防
	交番
	郵便局
	広域遊遊場所
	基幹遊遊場所
	地域遊遊場所
	応急給水拠点施設
	コンビニエンスストア
	公園・緑地
	信号機
	駅

南郷みそら町内会

Nannougou Misora.t

白石東地区防災訓練及び宿泊体験

実施日：令和元年 10 月 13 日～14 日

場 所：札幌市立大谷地小学校

参加人数：避難訓練参加者 185 名

宿泊体験参加者 36 名

添付資料

- 1、タイムテーブル
- 2、活動班別マニュアル
- 3、訓練体験後アンケート集計結果
- 4、啓発用配布物
 - ・被災した場所別対応
 - ・ダンボールベット制作資料
 - ・段ボール簡易トイレ制作資料
 - ・新聞スリッパ作成資料
 - ・緊急連絡先一覧

白石東地区町内会連合会
避難訓練要領

開催日程 令和元年 10 月 13 日(日)～14 日(月)
白石東地区町内会連合会 会長 板垣 俊夫
白石東地区防災計画検討委員会 委員長 小笠原忠雄
(総合司会) 白石東地区民生委員児童委員協議会会長 林 由美子

10 月 13 日

- 12 : 00 発 災 (訓練の為の仮称) 「第一部開始」
◎各町内避難集合準備と順次避難行動開始
- 12 : 30 開錠・避難所開設
◎各町内避難所集合開錠迄待機・受付体制完了・情報発信物掲示完了
◎(情報記入表・水・発災時資料・鉛筆・レジメ・ティッシュ・マスク)全員袋詰め
- 13 : 00 受付開始
- 14 : 00 会長挨拶
◎町内会毎の人数掌握と受付番号(町内会明記)及び情報記入用紙配布
- ◎主旨説明会
◎白石東地区町内会連合会 会長 板垣 俊夫
◎白石東地区防災計画検討委員会 委員長 小笠原 忠雄
◎札幌市危機管理対策室地域防災担当 係長 早川 直喜 様
◎白石区総務企画課地域安全担当 係長 尾崎 司 様
- 15 : 00 研修開始
◎エコノミークラス症候群予防体操(未定)
◎段ボールベッド・簡易トイレ作成・新聞紙によるスリッパ作成等
- 16 : 00 「第一部終了」
◎避難所設置・設備班主導の基、体育館にブルーシート敷設(全員協力)
◎場内外情報の収集と集約
- 17 : 00 定時本部会議
◎各班との調整・ルール決め、(案)マスコミ対応
◎負荷疑似体験
◎災害時の避難機材等協賛商社より説明会
- 18 : 00 非常食炊き出し体験
- 18 : 30 全体会議
◎各班からの情報収集取纏め
◎宿泊以外の人々にも参加呼掛け実施・Q & A等避難時の研修
- 20 : 00 就寝準備
◎段ボールベッド・マット・寝袋・毛布等準備
- 21 : 00 ランタン消灯
◎本部は消灯しない
- 就寝 ①21 : 00 屋外巡回 ②1 : 00 屋内外巡回 ③3 : 00 屋内外巡回

10 月 14 日

- 6 : 00 起床
- 6 : 30 朝食準備 ◎炊出し班
- 7 : 30 朝食
- 8 : 00 後片付け
- 8 : 30 訓練振り返り・アンケート協力確認
- 9 : 00 解散

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6	7	8	9
				発災	避難所開設					炊出し			就寝									起床			解散
タイムスケジュール	●菊水倉庫他			●避難Lv4 ●避難所安全確認 ●解説と伝達	●受付 ●研修 ●講和等開始(主旨説明、会長挨拶、委員長挨拶)			●エコノミークラス症候群予防体操 ●体験(段ボールベッド作成、新聞スリッパ等)		●夕食(非常食)		●就寝準備(段ボールベッド、寝袋、毛布)	●ランタン消灯												
本部				●本部立上げ 行政と打合せ(仮)				●第一次終了		●各係との調整(定時本部会議、ルール決めと周知、マスコミ対応)			●各班から出された情報をもとに対策会議												
情報班	●スタート (掲示物有)			●発災情報収集 ●町内会への避難 ●情報発信(貼付)	見本→段ボールベッド等設置手伝い			●内外情報を確認、必要情報の貼りだし					・在宅情報 ・車中泊情報												
(受付)	●町内会毎の人数把握の上、情報記入用紙用意 (掲示物有)			●準備終了 ●受付用机等用意(机、用紙(各)、筆記具)																					
名簿班				●準備終了				●16時以降に残る人の情報用紙、全員提出(夜間帰宅の人も)																	
救護班					●受付担当(誘導補助、情報補助)			●ケガ、体調不良者のケア開始 ●不安を訴える人の情報をサポートへ廻す				●アセスメント(聞き取り)開始		●車中泊、テント泊→体調確認 ●遺体安置に関すること											
食料物資班	●スタート			マットレス等運び込み 訓練に必要な物を運び込む				●調達、管理、配給 ・不足品の確認/避難者のニーズ→本部へ連絡																	
炊出し班					●受付と同時に開始(受付並びに体育館の指定ブースへ誘導) ●炊出しに必要な物資確認(食材、ラップ、etc..) ●避難食の試食準備			●炊出し準備				●飲料水の確保(ヤカン、紙コップ) マジックで紙コップに名前を書く													●朝食準備
施設管理班				(掲示物有) ●準備終了 体育館を15分割→1~15ナンバリング(養生テープで区切る、ブルーシートはまだ敷かない)								●見回り活動の当番と時間を決め貼る(見回りルート、注意点の確認) ●温度管理、チェック ●ストーブの位置、ランタン設置													
衛生班				(掲示物有) ●準備終了	・除菌スプレー等の確認 (受付①、トイレ①、体育館① 等) ・トイレの確認 ・タオル、マスクの確認					●避難者名簿(本部)を基に、トイレ、手洗い場、避難ブース各所の掃除当番作成・貼りだし→掃除ポイント等指示 ●定時巡回 ●汚物処理の二次対応(限界が来たらどうなる?) 検討			●生活水の確保、検討												
交通班				(掲示物有) ●準備終了	・正門前と避難所入口付近に立ち、誘導 ・車で来た人の交通整理 ・入口付近の混雑整理(外のプラカード)					●物資車専用駐車スペース確保 ●グラウンド、校舎裏等の割り振りを図上で検討															
サポート班										●不安感を持った人(一人で来た高齢者、子供だけの避難、妊婦など) 必要に応じて話相手や相談相手になる→各部署につなぐ															

— 発災(11:00~)
— 第一次終了、避難所設置・施設主導の基、体育館にブルーシートを敷く等の作業 ※全員(16:00~)
— 予想される混乱、困難等を書き出し本部へ(19:00~)
— 各係毎に決めた活動に従って夜間も必要に応じて活動(21:00~)
※詳細は各担当毎のマニュアルによる

避難場所の開錠、施設確認に関するフロー図

20190610 白石区総務企画課

避難場所の開錠については、以下の手順で行う。本資料では①、②についての手順を記載する。**太字**は、地域のみなさまに行っていただく作業等。

① 施設の開錠 → ② 施設の安全確認 → ③ 避難所の開設準備 → ④ 避難所の開設

①-(1) 施設の開錠フロー パターン1【地震】

勤務時間内	職員(施設管理者又は市職員、以下同じ)が開錠							
勤務時間外	職員が到着している	職員が開錠						
	職員が到着していない	区役所に連絡	区と施設管理者で連絡が取れており、施設に職員が向かっている	天候等の条件を見て、外で待っていて問題がない	職員の到着まで外で待機			
				天候等の条件が悪く、外で待機できる状態でない	キーボックスで開錠し、玄関などすぐに外に退避ができる場所で待機			
	区役所と連絡が取れない	区と施設管理者で連絡が取れず、職員が到着する見込が立たない	天候等の条件を見て、外で待っていて問題がない	天候等の条件を見て、外で待っていて問題がない	いったん外で待機	待機後、職員到着	到着した職員が開錠	
			天候等の条件が悪く、外で待機できる状態でない	天候等の条件が悪く、外で待機できる状態でない	キーボックスで開錠し、玄関などすぐに外に退避ができる場所で待機	待機後、職員到着	待機後、暫くしても職員が来ない	区役所に再度連絡
			天候等の条件を見て、外で待っていて問題がない	天候等の条件を見て、外で待っていて問題がない	いったん外で待機	待機後、職員到着	待機後、暫くしても職員が来ない	到着した職員が開錠
		天候等の条件が悪く、外で待機できる状態でない	天候等の条件が悪く、外で待機できる状態でない	窓を破って施設に入り、玄関などすぐに外に退避ができる場所で待機		区役所に再度連絡		

* 勤務時間は8:45～17:15だが、職員が施設にいる場合は全て『勤務時間内』のフローで処理を行う。以下同じ

* 破つてよい窓は施設ごとに決まっているので、事前に確認しておくこと。以下同じ

①-(2) 施設の開錠フロー パターン2【風水害】

勤務時間内	職員が開錠		
勤務時間外	職員が到着している	職員が開錠	
	職員が到着していない	区役所に連絡	キーボックスで開錠
		区役所と連絡が取れない	窓を破って施設に入る

暗証番号キーボックスの暗証番号伝達に関する考え方

<p>キーボックスによる開錠の連絡があった際は、区役所で都度開錠を認めるか判断する。</p> <p>その際は、</p> <p>① 天候等の諸条件に照らして、すぐに屋内に入ることが必要かどうか</p> <p>② 学校のセキュリティを考慮した上で、開錠の連絡を行った方に開錠を認めて構わないかの2点を考慮して総合的に判断する。</p>

②-1 施設の安全確認フロー

施設管理者がいる	施設管理者を中心とした施設の安全確認	
施設管理者がいない	市職員がいる	市職員を中心とした施設の安全確認
	市職員がいない	管理者等職員がくるまで玄関等に一時的に滞在し待機

* 避難者は、安全確認が終了するまで避難場所には入らず待機

* 基本的には外で待機するが、悪天候の場合等については、玄関などすぐに外に退避ができる場所で待機する

②-2 施設の安全確認後のフロー

施設の安全を確認	避難所開設準備
安全が確認できない	他の避難場所への誘導を検討(区と協議)
危険であることを確認	他の避難場所へ誘導(区と協議)

* 「安全が確認できない」のは「わからない」ということ

避難所の役割分担

① 本部	<ul style="list-style-type: none"> ・区災害対策本部との連絡調整 ・避難所のレイアウト ・運営委員会の事務局 ・取材（マスコミ）対応 ・避難所でのルールの取決め・周知 	町連会長・副会長 防災リーダー・副リーダー 社協会長・副会長 日赤分団長
② 受付・名簿・誘導	<ul style="list-style-type: none"> ・受付は行政が行う（避難者受付簿） ・避難者名簿の作成、管理⇄救護班との連携 ・郵便物・宅配物の取次ぎ ・安否確認等問い合わせ、訪問者への対応 	各単町の誘導班 救護班
③ 情報	<ul style="list-style-type: none"> ・情報収集 ・情報発信（在宅被災者・車中泊避難者を含む） ・（避難所内における）情報伝達・掲示物 	下白石東町内会 栄通 19.20 丁目町内会 栄通 18 丁目町内会 柏町内会
④ 食糧・物資	<ul style="list-style-type: none"> ・食料・物資の調達、食料・物資の受入、管理、配給 	大谷地第一町内会 下白石町内会 東白石町内会 南郷みそら町内会 白樺自治会
⑤ 施設管理	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所の安全確認と危険箇所への対応 ・防火、防犯 ・夜間の巡回 	大谷地第二町内会 みつば町内会 栄通 17 丁目町内会
⑥ 救護	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所内の救護室の設置 ・病人、けが人、要配慮者等への対応 ・要配慮者相談窓口の設置 ・遺体の安置 	日赤奉仕団 民生委員・児童委員協議会
⑦ 炊出し	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の準備 	日赤奉仕団 町連女性部
⑧ 衛生	<ul style="list-style-type: none"> ・生活用水の確保 ・トイレに関すること ・疾病などの予防 ・掃除に関すること ・ペットに関すること 	栄自治会
⑨ 交通	<ul style="list-style-type: none"> ・車両の整理 ・緊急車両駐車スペースの確保 	体育スポーツ振興会 交通実践会 交通安全母の会
⑩ 避難者サポート	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者や児童のケア・話し相手など 	5 老人クラブ 青少年育成委員会 保護司会

① 本部マニュアル

初動期（発災当日）の対応

- 施設管理者への報告
- 施設の開錠
- 施設の安全確認
- ライフラインと通信機器の確認

※市若しくは区災害対策本部が行う条件とする

受付の設置と避難者の滞在スペースの設定（体育館等）

- 施設管理者から長机、イス、筆記用具を借用し、受付を設置する。また、「避難者受付簿」、「避難者名簿」、「在宅被災者・車中泊避難者名簿」を準備する。
 - 滞在スペース等に「避難者名簿」の記載場所を作り、記載例を掲示する。（机、イス、筆記用具を準備する。）また、受付に「在宅被災者・車中泊被災者名簿」の記載例を用意しておく。
 - 避難者1人当たりの面積は大人が横になって寝ることができるよう、概ね2㎡を目安とする。
 - 避難者の滞在スペース内は、通路を80cm以上確保するようにする。
 - 滞在スペース内に、間仕切り等を使用して、女性専用スペースを作る。
 - 避難所情報整理表にある学校平面図や避難所のルールを受付や滞在スペースに掲示する。
- ・ 避難者の滞在スペースの1人当たりの面積や、通路の広さは目安ですので、避難者の状況に応じて広げるなど、柔軟に対応してください。
 - ・ 車いすの方向転換には、130cmほどのスペースが必要となる場合もあるため、必要に応じて方向転換用のスペースを確保してください。

《避難所滞在スペース》

①	②	③	④	①栄自治会	⑨柏町内会
				②下白石東町内会	⑩栄通17丁目町内会
⑤	⑥	⑦	⑧	③下白石町内会	⑪栄通18丁目町内会
				④東白石町内会	⑫栄通19・20丁目町内会
⑨	⑩	⑪	⑫	⑤白樺自治会	⑬南郷みそら町内会
				⑥大谷地第一町内会	⑭各種団体
⑬		⑭	⑮	⑦大谷地第二町内会	⑮一般
				⑧みつば町内会	

避難所の表示及び区対策本部への開設報告

- 避難所の出入口に外から見て分かるように、避難所であることを表示する。
- 避難所の開設準備が整ったら、ただちに区災害対策本部（避難所班本部）に報告する。その際に、施設やライフラインの状況なども報告する。

避難所開設期（～3日目）の対応

- 避難所運営の協力者を募る
- 地域住民（避難者・町内会等）と協力し、避難者の中から、医療・介護従事者や備蓄物資の搬入など避難所運営の協力者を募る。
（避難者名簿の「資格・特技」も参考にする）

② 情報班マニュアル

初動期（発災当日）の対応

避難所の表示及び区災害対策本部への開設報告

- 避難所の出入口に外から見て分かるように、避難所であることを表示する。
- 避難所の開設準備が整ったら、ただちに区災害対策本部（避難所班本部）に報告する。その際に、施設やライフラインの状況なども報告する。

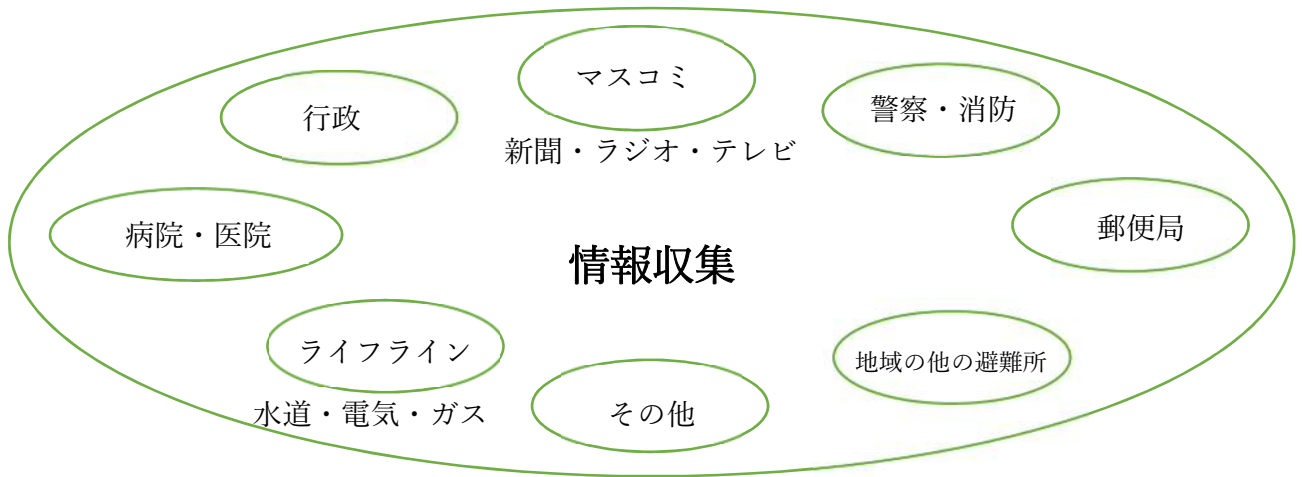
避難所開設期（～3日目）の対応

在宅被災者・車中泊避難者等への対応

- 様々な事情により避難所で生活することができず自宅等に留まる方や車中泊を希望する方には受付で「在宅被災者・車中泊避難者名簿」に記載してもらい食料・物資を提供する。
- 余震の発生時に自宅に被害が発生した場合などは、無理しないで避難所に避難してくるよう伝える。
- 避難所内で共有している情報は避難所の掲示板に掲示していること、食料が必要な場合は、毎食ごとに受け取りに来てもらうよう伝える。（避難者数変動する中で、全体の食料を管理しなくてはならないため。）

避難者等への情報提供

- 施設管理者と協議し、テレビやホワイトボードなどを借用する。
- テレビを使用させてもらう際は、テレビの利用時間についてのルールを決める。（消灯時間帯は使用不可等）
- 掲示板（ホワイトボードなどを活用）には、避難所のルール、ライフラインの復旧状況、災害による被害状況、公共交通機関の運行状況などを掲示する。
- 掲示物には、「ふりがな」を振るなどの配慮をする。また、視覚障がい者の方には、掲示物に掲示した内容を、口頭で伝える。（介助者がいる場合は、介助者に伝える）
- 外国語情報が必要な場合には、「避難所多言語シート」の活用や「札幌市災害多言語支援センター」に連絡する
- 外国語の情報（例：外国大使館等から届いた情報、区災害対策本部から届いた情報を外国語に翻訳したもの）は、言語数や掲示物の枚数等に応じて、言語ごとに掲示する



地域の被害状況

避難所内の要望

ライフラインの復旧

交通機関の復旧

生活関連情報 (スーパー・銭湯など)

情報整理

運営会議で報告及び討議

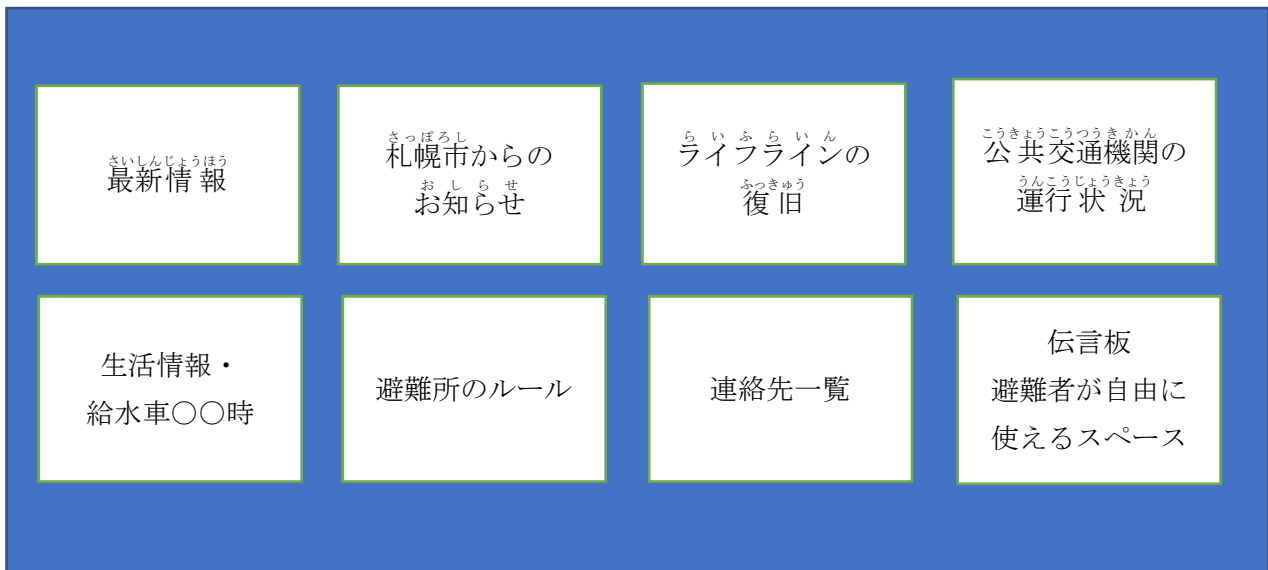
情報発信

避難所内

在宅避難者

行政

スペースを分けるなどの工夫をする。



③ 名簿班マニュアル

初動期（発災当日）の対応

避難者の受付

- 受付で避難者に避難者数（可能であれば男女の内訳も確認する）、要配慮者数を聞き取り、「避難者受付簿」に記載し、「避難者名簿」を避難者に渡す。その際に、記載できる項目のみの記載で構わないこと、後で回収することを伝える。
- 『要配慮者』に人数の記載がある場合は、福祉避難スペースの利用希望があるか確認し、避難者名簿の⑨『要配慮者の身体状況の確認が必要』にチェックする。
- 在宅避難や車中泊避難を希望する方には、「在宅被災者・車中泊避難者名簿」に記入してもらい、情報は掲示板に掲示していること、食料は毎食ごとに取りに来てもらうことを伝える。
- 避難以外の目的で来た方には、滞在スペース等、避難者がいるスペースには絶対に立ち入らないことを伝える。（避難者名簿の記載は不要）
- できるだけ所属する町内会や顔見知りなどで集まってもらう。（避難所の状況・必要性に応じて、避難者の受付が落ちついた段階で、適宜スペースの割り当て・誘導を行う。その際、町内会関係者に協力を求めることも検討する。）
- ・ 要配慮者の身体状況等に応じて、トイレに近い場所や寒い風が入り込まない場所などを割り当てるなど、可能な限り配慮してください。
- ・ 帰宅困難者（地域住民以外の避難者）には、状況に応じて一時滞在施設があることを案内します。（特に団体旅行者が避難して来た場合には、地域住民の避難スペースがなくなってしまう可能性もあるため、団体バス等の交通手段が確保できる場合には、一時滞在施設を利用してもらうよう伝えます。）
- ・ 帰宅困難者がいる場合には、滞在スペースに地域住民以外の避難者用スペースを作り、当該スペースに集まってもらいます。

避難所開設期（～3日目）の対応

避難者名簿の更新・管理

<入所者の避難者名簿の管理>

- 避難者の受入が落ち着いた頃に、受付で渡した「避難者名簿」を回収する。
- 避難者名簿を50音順に並び替えて、【避難者名簿ファイル】に綴る。
- 要配慮者のいる「避難者名簿」には付箋を貼付するなどし、目印をつけておく。

<在宅被災者・車中泊避難者の管理>

- 受付で記入してもらった、「在宅被災者・車中泊避難者名簿」は、【在宅被災者・車中泊避難者ファイル】に綴る。
- 避難者の受入が落ち着いた頃に、「在宅被災者・車中泊避難者名簿」を基に、在宅被災者・車中泊被災者受付簿」を作成する。（任意）
- 支援が不要となった旨の申出があった場合は、【在宅被災者・車中泊避難者ファイル】から対象者の「在宅被災者・車中泊避難者名簿」を取り出し、【退所者ファイル】に綴る。また、「在宅被災者・車中泊被災者受付簿」を作成している場合は、当該被災者欄に斜線を引き、消し込む。

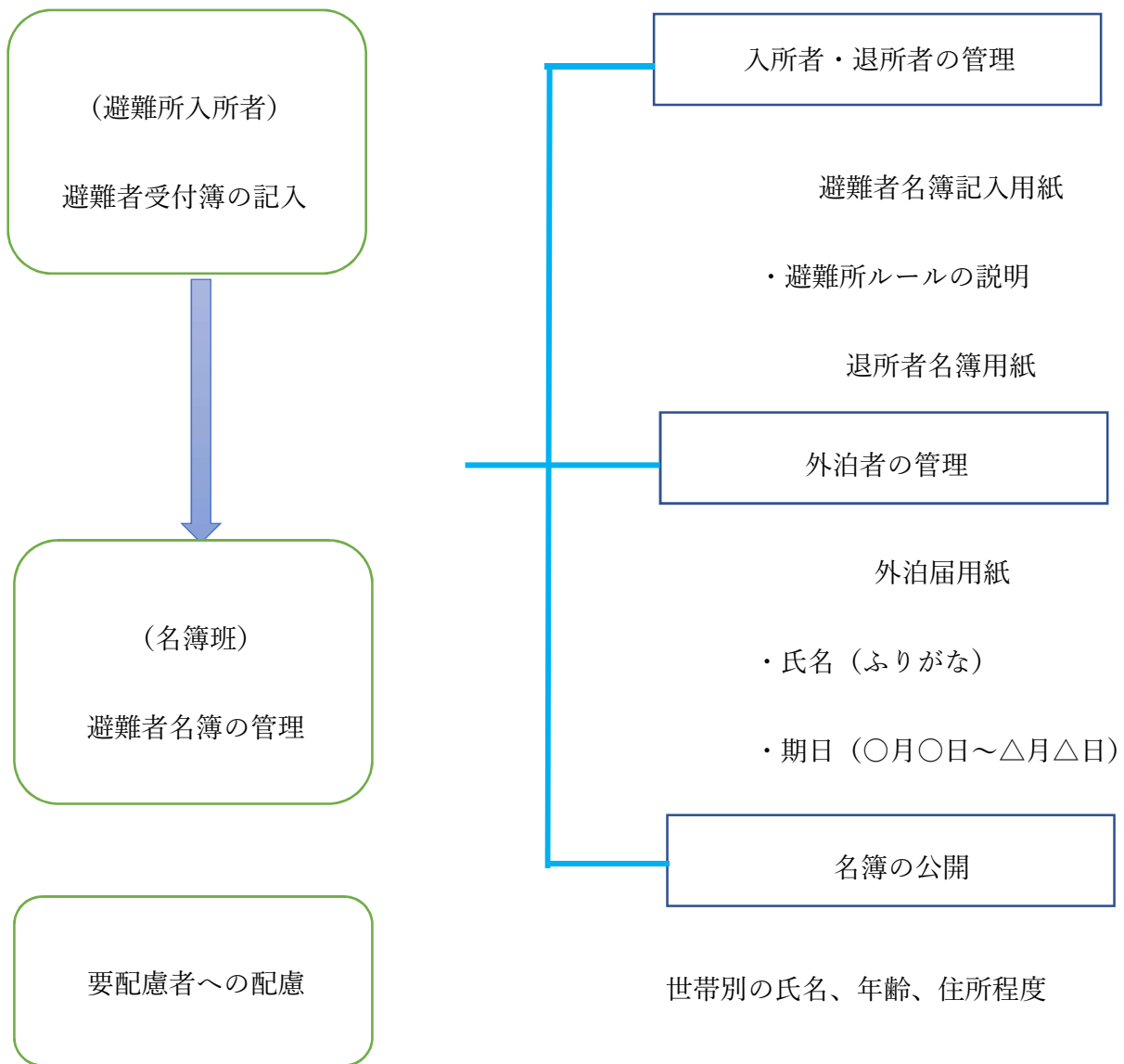
<外出・外泊者の管理>

※外出の管理は、避難所の状況に応じて行う

- 避難者から外出・外泊の申出があった場合は、氏名を聞き取り、【避難者名簿ファイル】から、対象者の「避難者名簿」を取り出す。
- 「避難者名簿」の裏面『外出・外泊記載欄』に記入してもらう。
- 避難者に、外出・外泊から戻ったら、必ず受付に申し出るよう伝える。
- 外出の場合は「外出者整理簿」、外泊の場合は「外泊者整理簿」に記入し、避難者名簿と一緒に【外出・外泊者ファイル】に綴る。
- 当該避難者が外出・外泊から戻ってきた際は、氏名を聞き取り、「外出（外泊）者整理簿」の『帰宅（日）時間』を記入する。また、【外出・外泊者ファイル】から避難者名簿を取り出し、帰宅日、時間等を記入し【避難者名簿ファイル】に戻す。

<退所者の管理>

- 避難所から退所する旨の申出があった場合は、氏名を聞き取り、【避難者名簿ファイル】から、対象者の「避難者名簿」を取り出す。
- 「避難者名簿」の裏面『退所記載欄』に退所後の住所、新たな支援制度ができたときの案内の可否を記入してもらう。
- 退所者の「避難者名簿」を、【退所者ファイル】に綴る。



福祉避難スペースへの移動

- ・トイレの近いところ
- ・寒い風が入り込まないところ

④ 名簿班マニュアル

避難所開設期（～3日目）の対応

要配慮者等への対応・福祉避難スペース利用者の確認

- 福祉避難スペースの利用を希望する避難者に対し、「スクリーニングの基準となる考え方」を参照し、対象となる場合は福祉避難スペースに誘導する。
 - ※ 要配慮者の身体状況等に応じて、臨機応変に対応する。
- 福祉避難スペース利用者に、介助者が同行している場合は、原則、介助者に対応してもらう旨を伝える。また、介助者が不在の場合は、地域住民（介護知識のある方など）の協力を求め対応する。

- 杖・車いす利用者、介助の有無など、要配慮者の身体状況に応じて、スペースを広げるなど配慮する。(2 m²~4 m²程度)
- 要配慮者のプライバシーに配慮するため、パーティションなどの借用について施設管理者と協議するほか、協定に基づくテントや間仕切り等を区災害対策本部に要請し、必要としている避難者に配付する。
- 必要に応じて、備蓄されている段ボールベッドを配付する。足りなくなる見込みの場合は、区災害対策本部に要請する。

※ 不足分は、民間企業や関係団体から調達しますが、すぐに対応が困難な場合もあるので、段ボールベッドが届く見込みを確認し、当該要配慮者に伝える。

- 食料を配給する際に、配給場所まで取りに来れない要配慮者がいる場合は、地域住民(避難者・町内会等)の協力を得て、要配慮者に届ける。(介助者がいる場合は、介助者に配給場所に取りにきてもらう。)

【妊産婦、乳幼児への配慮】

- 必要に応じて、授乳室の場所や粉ミルク用のお湯を沸かす場所等を伝える。
- 妊産婦の症状が急変した場合は、かかりつけ医のいる病院に連絡し、受入が可であれば、タクシー等で移送する。(協定に基づくタクシーの利用が可能) かかりつけの病院で受け入れができない場合は、受入可能な病院を、市公式ホームページや救急安心センターさっぽろ、区災害対策本部(保健医療班本部)に確認する。

【女性への配慮】

- 滞在スペース内で女性専用のエリアを確保し、パーティション等でプライバシーに配慮する。
- 女性向けの日用品等の配付は、トイレや更衣室などの女性専用スペースで行うなど配慮する。

【性的マイノリティへの配慮】

- 多目的トイレを設置するほか、更衣室は個室を設け、一人で安心して利用できるような配慮をする。設置する個室には、誰でも利用できるような表示をしておくことで、利用しやすい環境を作る。

【外国人への配慮】

- 避難所内に、避難所運営用品として備蓄している「避難所多言語シート」を掲示する。
- 日本語の理解が十分ではない外国人に対しては、簡単な日本語でゆっくり話したり、身振り・手振りを交えたり、外国語が話せる方に協力を得るなどして、情報の伝達を行う。
- 食事など、文化や習慣に、できる範囲で配慮する。
- 通訳や外国人への情報が必要な場合は、「札幌市災害多言語支援センター(011-211-2105)」又は国際班(011-211-2032・所管は総務局国際部交流課)に連絡する
- 外国語の情報(例：外国大使館等から届いた情報、区災害対策本部から届いた情報を外国語に翻訳したもの)は、言語数や掲示物の枚数等に応じて、言語ごとに掲示するスペースを分けるなどの工夫をする。

<スクリーニングの基準となる考え方>

<p>想定される 避難先</p>	<p>基準となる考え方※1 (○具体例)</p>
<p>滞在スペース (体育館等)</p>	<p>滞在スペースでの避難生活が可能な要配慮者 ○ 食事・排泄・移動・服薬行為等、日常生活行為が自分でできる方 ○ 避難所の滞在スペースにおいて、家族、地域住民等（避難者、町内会等）の支援を受けることができれば生活が可能な方</p>
<p>福祉避難 スペース</p>	<p>滞在スペースでの避難生活（食事・排泄・移動等）が困難な要配慮者 ○ 食事・排泄・移動・服薬行為等の日常生活行為において、家族や近隣の支援者などの介助者による見守りや部分的な支援が必要な方 ○ 他の避難者と同じ空間にいと、パニックや精神的不安定になりやすい方 ○ 福祉避難スペースにおいて、家族等による医療的ケア※2を受ければ生活が可能な方 ○ 産前（概ね予定日の8週間前。多胎は14週間前）産後（概ね8週まで）の妊産婦 ○ 授乳中の親子 ○ 体調不良がある妊産婦（常時の医学的管理は不要）や家族の支援がない妊婦及び乳幼児のいる親子 等</p>
<p>要配慮者 二次避難所</p>	<p>指定避難所での避難生活が困難な要配慮者 ○ 食事・排泄・移動・服薬行為等の日常生活行為の大半において、付添者や施設職員による一部介助又は全介助等の支援が必要な方 ○ 要配慮者二次避難所において、医療的ケア※2を受ければ生活が可能な方 ○ 流早産のリスクを指摘される等、安静を要する妊婦（常時の医学的管理は不要） ○ 臨月（妊娠36週～）の妊婦 ○ 新生児（生後4週間まで）のいる親子 等</p>
<p>医療機関</p>	<p>医師による治療が必要な要配慮者 ○ 常時の医学的管理を要する方 ○ 身体的な怪我を負い治療が必要な方 ○ 急性期（発熱、嘔吐、下痢等）の症状がある、又は症状の急変がある方 ○ 精神疾患（緊急かつ重度）がある方等 ※1 要配慮者の身体状況に応じて、臨機応変に対応する。 ※2 「医療的ケア」とは、人工呼吸器の管理、気管切開部の処置、たん吸引、経管、栄養、中心静脈栄養、導尿、点滴の管理、浣腸、摘便等の医療行為を指す</p>

⑤ 食料・物資班マニュアル

避難所開設期（～3日目）の対応

備蓄物資の搬入・配布

- 地域住民（避難者・町内会等）と協力して備蓄物資を滞在スペースに搬入する。
- 高規格寝袋、毛布など当面必要なものを避難者に配布する。
- 備蓄物資が不足する場合は、「食料・物資依頼伝票」により、区災害対策本部（避難所班本部）に要請する。

備蓄物資一覧（令和元年9月現在）

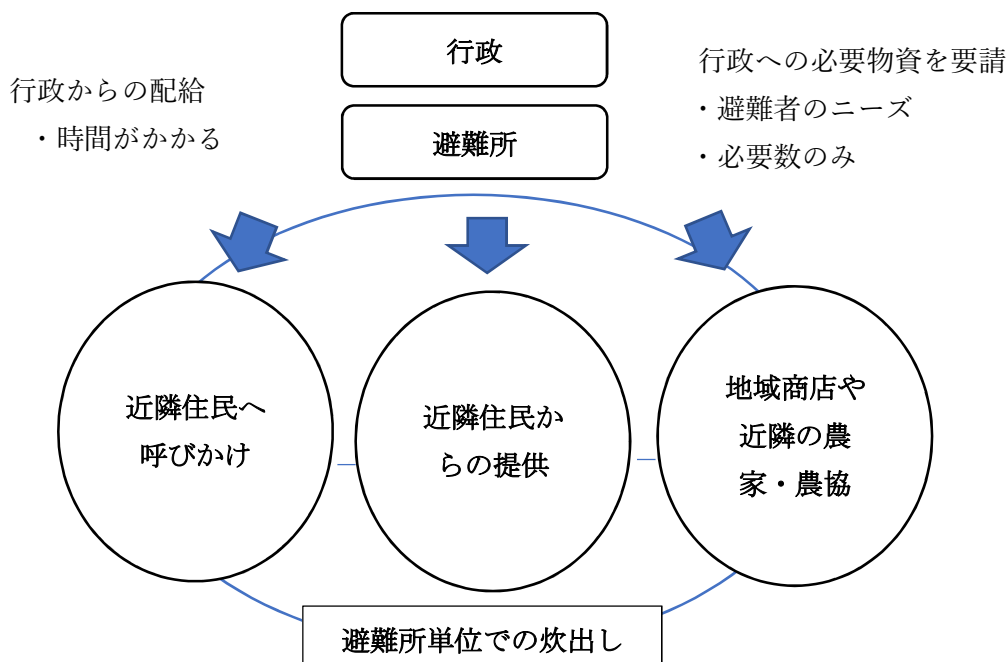
区分	品目	備考
食糧対策	アルファ化米	
	クラッカー	
	粥※	高齢者、離乳食期の幼乳児用
	レトルト食品※	
	カセットコンロ※	
	カセットコンロ用ボンベ※	
	LP ガスコンロ	
	粉ミルク	各区役所に配置
	アレルギー用粉ミルク	
	哺乳瓶	
寒さ対策	高規格寝袋	
	毛布	
	段ボールベッド※	福祉避難スペースで使用
	移動式灯油ストーブ	採暖室・福祉避難スペースで使用
	灯油用ポリタンク	
	灯油用ポンプ	
停電対策	可搬型発電機	
	LED ランタン	
	LED 投光器※	避難場所入口・男女トイレで使用
衛生対策	消毒剤※	
	マスク※	
	プラスチック手袋※	
	歯ブラシ※	
	生理用品（昼用・夜用※）	
トイレ対策	簡易便座	
	排便収納袋	
	し尿処理剤	

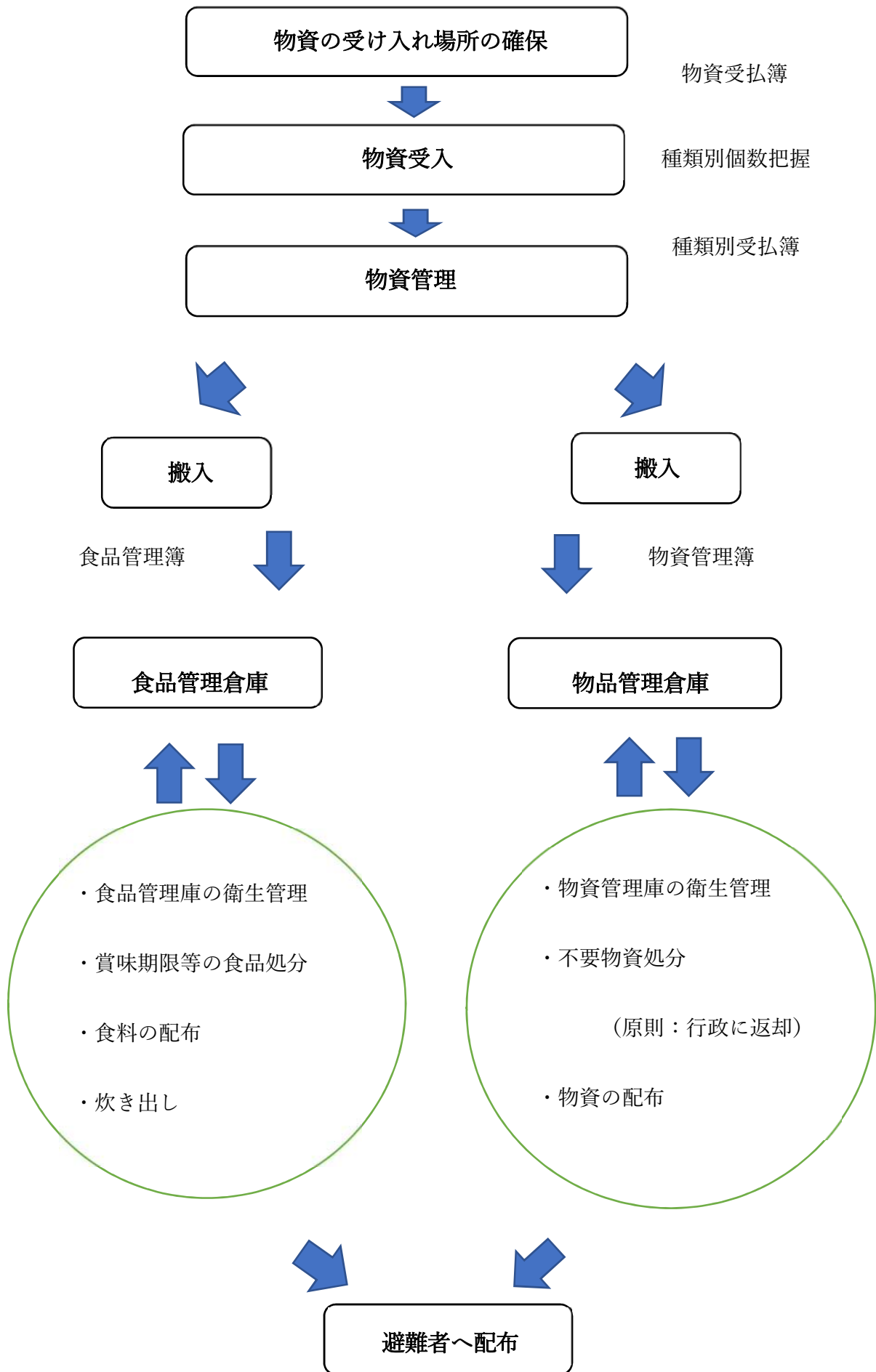
	身障者用便座	多目的トイレが無い施設のみ配置
	乳児用紙おむつ (S・M※・L)	
	大人用紙おむつ	
その他	手廻しラジオライト	

※が付いた備蓄物資については今後整備予定

食料の配給

- 食料は原則、避難者、在宅被災者、車中泊避難者に対し配給する。
※自宅から持参した食料がある避難者には、持参した食料から消費してもらう。
- 食料が不足する見込みの場合は、区災害対策本部（避難所班本部）に様式10「食料・物資依頼伝票」を送付する。
- 食料の配給時間や場所は事前に決めておき、掲示板等により周知する。
- 食料を取り扱う際は、食中毒防止の観点から、必ず手洗いと消毒を行い、プラスチック手袋を使用する。
※おなかの調子が悪いなどの症状がある人には、食料の取り扱いをさせない。
- 避難者に、できるだけ温かい食事を提供するため、備蓄されているLPガスコンロやカセット式ガスコンロの使用場所について施設管理者と協議する。また、家庭科室等でのガスの使用や、お湯を沸かすための電気ポット、やかん等の使用についても施設管理者と協議する。
- ガスが使えないなど、食料を温めることができない場合は、備蓄されている、湯や水がなくても食することのできるレトルト食品も活用しながら食料を配給する。
- 地域住民、避難者と協力して、備蓄されている食料を、避難者数に応じて準備する。
- 食料は、原則、避難者に均等に配給する。(在宅被災者、車中泊避難者にも均等に配給する。)
- 食料が不足し全体に配給できない場合は、要配慮者を優先して配給する。また、区災害対策本部に電話等で連絡し、他の避難所等から食料を搬送できないか調整する。
- 配給の際は、食物アレルギーについて注意喚起を行う。





⑥施設管理班マニュアル

初動期（発災当日）の対応 滞在スペース以外の設置

(案)

1階	プレイルーム	本部・会議室・仮眠室
1階	避難所入口正面廊下	受付
1階	このみ学習室	救護室・要配慮者・障がい者・病院・けが人
1階	便所	トイレ
2階	多目的室	妊産婦
2階	物品庫	物品庫
3階	家庭科室	調理場
		感染症者
		ペット飼育スペース
		更衣室
		霊安室
外部	グラウンド	緊急車両等用の駐車（体育館に近い場所）
外部	外部（体育館そば）	ゴミ置き場

- 施設の各部屋（スペース）は、施設管理者と事前協議により、避難所情報整理表にまとまっているが、ほかに必要な部屋（スペース）が出てきた場合は、施設管理者と協議する。（「避難所の開放スペース等確認表」に記入し、受付に掲示しておく。）なお、学校再開に向けて普通教室の利用は極力控える。
- 立入禁止区域を確認する。
立入禁止区域に貼紙やコーン、ロープを使用して表示する。
- 救急車両や物資搬入車両の駐車スペースを確保する。
※その他、新たに部屋（スペース）が必要になった場合は、施設管理者と協議してください。
※上記については、平常時に適宜に施設管理者と協議し、避難所情報整理表や施設平面図を整備しておくことが望ましいです。
※いずれ施設本来の機能に回復することを意識し、清潔な利用を心がけてください。

避難所開設期（～3日目）の対応

冬期間における寒さ対策

- 移動式灯油ストーブについては、施設の暖房燃料が灯油の場合は、備蓄されているポリタンクとポンプを使用して、灯油タンクから灯油を補給し、避難者の状況に応じて採暖室や福祉避難スペースに設置する。
- 施設の暖房燃料が灯油以外の場合は、関係団体との協定により調達する。なお、関係

団体との協定による調達を行う場合は、「燃料給油依頼伝票」により区災害対策本部（避難所班本部）に要請する。

- 開放する扉は必要最低限とするなど、できるだけ冷たい空気が滞在スペース内に入り込まないように工夫する。
- 厳冬期に施設の暖房が使用できない場合は、滞在スペースで避難者に高規格寝袋を配布するほか、施設管理者と協議し、移動式灯油ストーブ等を活用しながら、特別教室等の使用も検討する。なお、高規格寝袋が不足する場合は、区災害対策本部に連絡し、他の避難所から調達できないか等を調整する。
- ・大規模な地震により電力やガスが停止した場合、完全に復旧するまで、電力は 7 日程度、都市ガスは 7～10 日程度要する見込みです。
- ・移動式灯油ストーブを使用する場合は、定期的に換気をするよう心がけてください。

（一酸化炭素中毒の防止）

- ・灯油は災害時の協定により調達し、避難所に配送するが、状況に応じて配送が困難な場合や遅延する場合があります。（スタンドや販売店で直接給油を行う場合もある。）

停電時の対応

- 施設管理者と協議し、可搬型発電機や太陽光発電を使用させてもらう。
発電機等は、次の対応をする。
 - ・LED 投光器の設置場所（施設管理者と LED 投光器の設置場所の協議）
 - ・携帯電話の充電（希望者の人数を見て、10 分交代などのルールを決める）
- ※医療的ケアに必要な機器の充電が必要な方が避難してきた場合は、優先して利用できるよう配慮してください。また、あくまでも一時的な利用に過ぎないので、医療機関や要配慮者二次避難所への移送について、区災害対策本部と協議してください。
- ・施設（学校）の通信機器や職員のパソコン等
- 発電機の燃料が不足する見込みの場合は、下記の対応をする
 - ・「燃料給油依頼伝票」に「燃料の用途」（発電機の給油を記載する）、「発電機燃料種別」（ガソリン、LP ガス等）、「タンク容量」（LP ガスの場合はガスボンベの kg 数）、「給油が必要な量」（LP ガスの場合はガスボンベの本数）、「現在の燃料をすべて消費する見込み日数時」（優先順位を検討するために必要）等を記載し、区災害対策本部へ F A X 等で送付してください。
 - ・なお、ガソリンは配達による給油ができないため、ガソリンスタンドにガソリン携行缶を持って給油をしに行くことになります。

⑦炊出し班マニュアル

行政から食料等が支給されるまでの間、避難者自ら行う炊出しは食料確保に重要な役割を担います。

避難者全員で協力して炊出しを行い、健康食生活に努めましょう。

- 炊出しに必要な道具を調達します。

ア、薪、カセットコンロ、炊飯器などの調理用熱源

イ、なべ、フライパンなどの調理用具

ウ、包丁、まな板、菜箸などの調理用具

エ、皿、割箸、スプーンなどの食器

(衛生状態が確保できない状況では、使い捨てが望ましい)

- 炊出しの実施には多大な労力を必要とします。できるだけ避難者全員に呼び掛けて、一部の人に作業が集中しないよう、人員を確保します。
- 避難者だけで手が足りない場合には、ボランティア協力を仰ぎ、人員を確保します。
- 炊出しの献立を決定します。
- 避難者から出された食事に対する要望を考慮して、避難者が必要としている食事を提供します。
- 炊出しを行う際には以下のような点に十分留意してください。
 - ・炊出しは施設管理者の了解を得た上で実施します。
 - ・炊出しの実施、食事管理に際しては避難者の中から調理師・栄養士など有資格者を募り、栄養のバランスには気を配りましょう。また、夏場は食中毒を避けるためにも、以下のようなことに留意しましょう。
 - ア、調理は衛生的な場所で行うこと
 - イ、原則として加熱するもの、生は避けること
 - ウ、肉・魚などは冷蔵保管すること
- 炊出しの際、火気の使用には十分気をつけましょう。
- 避難所の食事は献立や栄養面が偏る傾向にあります。
 - ・不足しがちな食品を献立に加えていきましょう。
 - ア、野菜・果物 イ、汁物
 - ウ、温かい食べ物 エ、やわらかい食べ物（高齢者・乳幼児用）

⑧衛生班マニュアル

避難所開設期（～3日目）の対応

避難所開設期における衛生管理

- ノロウィルス等の感染症予防のため、トイレは土足厳禁とし、生活スペースにそのまま立ち入ることの無いよう注意する。
- トイレの入口付近にイスを用意し、身体が不自由な方でもスリッパ等への履き替えがしやすくなるよう配慮する。
- 食中毒などを予防するため、トイレ後や食事前などには、手洗い、消毒を徹底するよう掲示板を貼るなどし、周知する。
- 感染症予防のため、うがい・手洗い・歯磨き・水分補給を心がけるよう周知する。
- 感染症の疑いがある避難者には、マスクの着用を促すなど、感染症予防の協力を得る。また、感染症室に誘導するなど、感染症が広まらないよう配慮する。

避難所運営期（4日目以降）の対応

避難者の健康管理

- 避難生活が長期化すると、身体を動かす機会が減少し、エコノミッククラス症候群や生活不活発病などの健康リスクが高まることから、保健師等により定期的に避難者の健康状態の確認を実施する。
- 避難所生活では、口の中が不衛生になり、虫歯や口内炎、嚥下による肺炎の危険性が高まることから、うがい・歯磨きの励行を周知する。また、歯科医療チームや保健師等の巡回により、「口腔ケア相談」を実施する。
- 災害によるストレス関連障がい者への対応として、専門職により相談等、こころのケアの機会を設ける。
- 上記のように支援が入る場合は、施設管理者と協議し、支援者の活動スペース（相談室等）や支援者の休憩スペースを設置するほか、掲示板等で支援が入ることを避難者に周知する。

避難所生活が長期化した場合の要配慮者等への配慮

- 地域住民（避難者・町内会等）の協力を得て、福祉避難スペースの巡回を定期的に行う。
- 体調がすぐれない要配慮者がいる場合は、かかりつけの病院に連絡を取るなどし、医療機関で受診してもらう。
- 必要に応じて、上記項目の健康相談や口腔ケア相談、心のケアにより不安やストレスの軽減を図る。
- 避難所において、様々な視点での困りごとなどを共有できる場を設置し、解決方法などを検討してもらう。

【小児への配慮】

- 施設管理者と協議し、小児が大きな声を出しても他の避難者の迷惑にならない場所（滞在スペースと離れた場所）に、キッズスペースを設置する。
- 小児をキッズスペースで遊ばせる際は、保護者が付き添うよう伝える。
- 保護者の子育て疲れの軽減のため、避難者（保育経験者）やボランティアによる育児支援などにより、キッズスペースで小児と遊んでもらう時間を作るなどし、保護者が休憩できるような時間を作る。

【外国人への配慮】

- 外国人が多い避難所には、札幌市災害多言語支援センターのスタッフが、区災害対策本部に連絡のうえ、避難所を巡回することがあります。
- 礼拝など、宗教信仰上のスペースの設置が必要なときは、施設管理者と協議する。（スペースのみの提供）

ペット同行避難者への対応

- ペット飼育のルールを、ペット飼育スペースに掲示する。
- 避難所ペット登録台帳」に記載してもらう。
- 「避難所ペット識別票」をペットのケージ又は付近に掲示する。
- 避難者に以下の点を伝える。

- ・避難所情報整理表で決められている飼育スペースで飼育すること。
 - ・ペットと一緒に滞在スペースに入ることはできないこと。
 - ・避難所運営者はペットの飼育はできないので、避難者が責任をもって飼育すること。
 - ・避難所内ではペットはゲージに入れるか、ロープ等でつないでおくこと。
 - ・ペットシートを敷き糞尿が床につかないように配慮すること。
- トイレの水が流れない場合や、ペットの散歩時など、糞の後始末をするためのものを持っていない避難者には、備蓄庫にある排便収納袋を配布する。
 - 復旧後は、施設本来の機能の場として利用することから、ペットの飼育及び市域場所の清掃は、飼い主が全責任を持って行うようにする。

⑨交通班マニュアル

初動期（発災当日）の対応

- 駐車スペースの確保と誘導をする。
- 緊急車両
- 一般車両
- 車中泊
- テント
- 物資搬入
- 炊出し・焚火・屋外トイレ

※図面参照

⑩サポート班マニュアル

- 会話を通してのコミュニケーション
(不安になっている人・我慢している人・諦めている人)
- 避難者の困りごと…同年齢だから理解できること

↓

救護班や情報班に報告してください。

チェックを行う前に必ず読んでください。

- 避難所を開設するにあたり、避難所となる施設の安全性を確認します。
- 市職員、施設管理者などが2人以上で、危険箇所に注意しながら、このチェックシートを使って目視による点検を行います。
- 一見して危険と判断できる場合は、区災害対策本部へ連絡し、他の避難所への移動等、必要な対応を検討します。
- 質問1から順番に点検を行います。
- 質問1～8（外部の状況）までで、B又はCと判断された場合は、建物に入らず、質問9以降については調査する必要はありません。
- 危険と認められる場所には、貼り紙をするなどして立入禁止とします。
- このチェックシートの質問項目に関わらず、少しでも建物の状況に不安がある場合は、区災害対策本部へ連絡し確認を受けましょう。
- 質問1～13を集計し、下記「チェック結果」に該当項目の合計数を記入します。
- 以下の判定により、必要な対応をとります。

状況	判定	対応
Cが一つ以上ある	危険	施設内へは立ち入らず、災害対策本部へ連絡し、他の避難所へ誘導する等必要な対応を検討する。
Cはないが、Bが一つ以上ある	要注意	施設内へは立ち入らず、区災害対策本部へ連絡し、専門家による応急的な補強を行う等、必要な措置を講じる。
Aのみである	使用可	危険箇所に注意し、施設を使用する。

- 余震により被害が進んだと思われる場合は、再度チェックシートで被災状況を点検する。
- このチェックシートによる判断は、あくまで臨時的なものであり、区災害対策本部に連絡し、早急に調査・確認を受けること。

建物被災状況チェックシート

チェック結果

避難所名	確認日時	確認者名
Aの数	Bの数	Cの数

開設準備チェックシート

項目	内容	確認
施設の安全確認	2人以上で施設の安全確認。安全確認が済むまで避難者に施設の外で待機するよう呼びかけ	<input type="checkbox"/>
ライフラインの確認	電気の使用	<input type="checkbox"/>
	上下水道の使用	<input type="checkbox"/>
	ガスの使用	<input type="checkbox"/>
	暖房器具の使用	<input type="checkbox"/>
トイレの使用確認	使用できない場合は表示と代替設備の手配	<input type="checkbox"/>
通信機器の確認	電話、FAX、インターネットの使用	<input type="checkbox"/>
	防災行政無線の使用	<input type="checkbox"/>
AEDの確認	AEDの設置場所の確認	<input type="checkbox"/>
区災害対策本部へ連絡（状況報告）	施設の状況、避難者の人数などを報告	<input type="checkbox"/>
避難スペースの設定	施設管理者と協議し、避難スペースを設定	<input type="checkbox"/>
	立入り禁止スペースの指定・表示（貼り紙やロープ）	<input type="checkbox"/>
受付の設置	場所の確定 [場所：]	<input type="checkbox"/>
	備品の準備（長机、椅子、筆記用具等）	<input type="checkbox"/>
	避難者名簿の準備	<input type="checkbox"/>
	受付付近に、避難所の利用範囲や各種ルールの表示	<input type="checkbox"/>
生活班の編成	町内会などできるだけ同じ地域の方で集まってもらう	<input type="checkbox"/>
	観光客など、もともと地域内に居住していない避難者で集まってもらう	<input type="checkbox"/>
避難所の表示	避難所の出入口に「避難所」と掲示する	<input type="checkbox"/>
区災害対策本部に連絡（開設）	区災害対策本部へ避難所の開設を報告	<input type="checkbox"/>
寝袋等の配布	備蓄庫から寝袋や毛布などを取り出し配布	<input type="checkbox"/>
受付への誘導	受付が済むまでは、玄関やロビー等で待機してもらう。	<input type="checkbox"/>

避難所状況報告書（第 報）

避難所名：

送 信 者 名			
報 告 日 時	月 日 時 分		
避 難 者 数	現在数 A	前回報告数 B	差引 A-B
	名(男性 名、女性 名)		
要配慮者の避難状況 (福祉避難スペース利用者)	高齢 (名) 身障 (名) 知的 (名) 精神 (名) 妊産婦 (名) 乳幼児 (名) 外国人 (名)		
運 営 状 況	生活班 (編成済 ・ 未編成)		
	避難所運営委員会 (設置済 ・ 未設置)		
地 域 状 況	二次災害の恐れ (なし ・ あり ())		
	ライフラインの途絶 (なし ・ あり ())		
	付近の道路 (通行可 ・ 渋滞 ・ 不通)		
避難所運営委員会 代表者名・連絡先			
		対応状況	今後の要求・展開
連 絡 事 項	本 部		
	情 報 班		
	名 簿 班		
	食 料 ・ 物 資 班		
	施 設 管 理 班		
	救 護 班		
	衛 生 班		
	炊 出 し 班		
	交 通 班		
	サ ポ ー ト 班		
	ボランティア統括グループ		
	市 職 員		
	施 設 管 理 者		
施 設 管 理 者			

避難所の開放スペース等確認表

◎印 事前に施設管理者と協議済み（避難所情報整理表）の部屋（スペース）

◎印以外 被災者の数や災害の状況に応じて設置

分 類		部 屋 名
◎滞在スペース		体育館
◎福祉避難スペース	高齢者	
	障がい者	身体： 知的： 精神：
	妊産婦・乳幼児	
避難所運営用	◎受付場所	
	◎広報場所	
	◎事務室	
	会議場所	
	仮眠場所	
	ボランティア・応援職員の待機場所	
避難生活用	◎多目的トイレ（ユニバーサルトイレ）	
	◎救護室	
	◎更衣室	男性： 女性： 個室：
	◎授乳室	
	◎採暖室	
	◎感染症室（感染症り患者隔離）	
	物資保管室	
	相談室	
	仮設洗濯場・物干し場	男性： 女性：
	◎ペット飼育スペース	
	キッズスペース	
	礼拝スペース	
分 類		部 屋 名

屋 外	仮設トイレ	
	ごみ集積場	
	物資の荷下ろし場	
	仮設入浴場	
<p>《利用しない部屋》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 校長室、職員室、事務室等の施設管理に必要な部屋 ・ 理科準備室、機械室など危険物のある部屋 		
<p>《予備スペース》</p> <p>応急遺体安置場所（原則として避難所には遺体を安置しないが、避難者の死亡等、やむを得ない場合には、施設管理者と協議のうえ、避難スペースと隔離した位置に確保する）</p>		

避難者受付簿

受付 No.

避難所名：

年 月 日 () _____ ページ

受付 No.	名 前	避難者数	要配慮者 (左記の内数)	摘 要
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	
		人 (男性 人・女性 人)	人	

ページ計	人 (男性 人・女性 人)	内要配慮者 人
------	---------------	---------

避難者名簿

避難所名：

避難者名簿（同居家族等单位）太枠内をご記入ください

①入所年月日	年 月 日				
(ふりがな) ②同居家族等の氏名	年 齢	生年月日	性別	この避難所 にいる (○・×)	備 考 (現在いる場所等)
代表者 (ふりがな)			男・女	○	
(ふりがな)			男・女		
(ふりがな)			男・女		
(ふりがな)			男・女		
(ふりがな)			男・女		
(ふりがな)			男・女		
③住所・電話番号	〒 _____ 電話 (_____) _____				
④町内会・自治会				⑤ペットの同行	有 ・ 無
⑥家屋の被害状況 ※分かるものに○	1. 全壊 2. 大規模半壊 3. 半壊 4. 一部損壊 5. 床上床下浸水 6. 停電 7. 断水 8. ガス停止				
⑦緊急連絡先 (親族などの連絡先)	電話 (_____) _____				
⑧資格・特技	※協力いただけることがあれば、氏名と内容を記入してください。 氏名： _____ 内容： _____ 氏名： _____ 内容： _____				
⑨特別な配慮	<input type="checkbox"/> 要配慮者の身体状況の確認が必要				
⑩特記事項					
⑪安否の問い合わせに、避難所にいることを答えてもいいですか？ (「いいえ」の場合、ご家族に対してもお答えしません)	はい ・ いいえ				

※記載できる項目のみ記載してください。

※記載内容は個人情報となるため、厳重に保管・取扱い、避難所運営の目的以外には使用しません。

※内容に変更があった場合は、速やかに受付にお申し出ください。

—裏面あり—

【外泊記載欄】

氏名	外泊期間	連絡先	帰所確認
	月 日～ 月 日		
	月 日～ 月 日		
	月 日～ 月 日		
	月 日～ 月 日		
	月 日～ 月 日		

※外泊する際、外泊から戻った際は、受付にお申し出ください。

※受付担当者は、外泊から戻ってきたことを確認したら「帰所確認」に「レ」を入れてください。

【退所記載欄】

①退所年月日	年 月 日
②退所後の行き先	1. 自宅に戻る 2. 転居する 〒 電話 () —
③新たな被災者支援制度 ができた時などにご連絡 してもいいですか？	はい ・ いいえ

※退所する際には、受付にお申し出ください。

※受付担当者は、退所後に新たな支援制度ができた場合などに、退所後の行き先に案内等を送付してよいか確認してください。

<「避難者名簿」の保管・取扱に関する注意点>

この避難者名簿に記載された内容は、個人情報となることから、保管や取扱には十分留意する必要があります。そのため、以下のような点に配慮します。

- (1) 不特定多数の人の目につかないように保管します。
- (2) 本人の同意なしに、記載内容を第三者へ提供しないこと。(家族への提供も不可)

外泊者整理簿

避難所名：

年 月 日 () _____ ページ

受付 No	氏 名	出発日・時間	帰宅予定日・ 時間	帰宅日・時間 (実際)	確認	備考
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	
		月 日 :	月 日 :	月 日 :	<input type="checkbox"/>	

※この様式の作成は任意です。一覧表のほうが管理しやすい場合は作成してください。

受付 No.

--

在宅被災者・車中泊避難者名簿

避難所名：

在宅被災者名簿（同居家族等単位）太枠内をご記入ください

①記入年月日	年 月 日	②避難場所	在宅 ・ 車中泊
(ふりがな) ③同居家族等の氏名	年 齢	生年月日	性別
備考 (必要な支援等)			
代表者 (ふりがな)			男・女
(ふりがな)			男・女
(ふりがな)			男・女
(ふりがな)			男・女
(ふりがな)			男・女
(ふりがな)			男・女
④被害状況 ※分かるものに○	1. 全壊 2. 大規模半壊 3. 半壊 4. 一部損壊 5. 床上床下浸水 6. 停電 7. 断水 8. ガス停止		
⑤住所・電話番号	〒 _____ 電話 (_____) _____		

※記載できる項目のみ記載してください。

※避難所内で共有している情報は、避難所の掲示板に掲示しています。

※食料は毎食ごとに避難所に取りにきてください。

※支援が不要となった場合は、受付にお申出ください。

避難所受付使用欄	
支援不要の連絡があった日	/

避難所状況報告書（第 報）

避難所名：

送 信 者 名			
報 告 日 時	月 日 時 分		
避 難 者 数	現在数 A	前回報告数 B	差引 A - B
	名(男性 名、女性 名)		
要配慮者の避難状況 (福祉避難スペース利用者)	高齢 (名) 身障 (名)	知的 (名) 精神 (名)	
	妊産婦 (名)	乳幼児 (名)	外国人 (名)
運 営 状 況	生活班 (編成済 ・ 未編成)		
	避難所運営委員会 (設置済 ・ 未設置)		
地 域 状 況	二次災害の恐れ (なし ・ あり ())		
	ライフラインの途絶 (なし ・ あり ())		
	付近の道路 (通行可 ・ 渋滞 ・ 不通)		
避難所運営委員会 代表者名・連絡先			
	対応状況	今後の要求・展開	
連 絡 事 項	本 部		
	情 報 班		
	名 簿 班		
	食 料 ・ 物 資 班		
	施 設 管 理 班		
	救 護 班		
	衛 生 班		
	炊 出 し 班		
	交 通 班		
	サ ポ ー ト 班		
	ボランティア統括グループ		
	市 職 員		
	施 設 管 理 者		
施 設 管 理 者			

避難所運営委員会記録用紙

避難所名：

	記載者名	
	記載日時	年 月 日 時 分
連絡事項	本部	
	情報班	
	名簿班	
	食料・物資班	
	施設管理班	
	救護班	
	衛生班	
	交通班	
	サポート班	
対処すべき事項、予見される事項		

取材者用受付用紙

避難所名：

受付日時	月 日 時 分			
退所日時	月 日 時 分			
代表者	氏名		所属	
	連絡先（所在地、電話番号等）			
同行者	氏名			所属
主な取材事項				
放送・掲載等 予 定				
避難所側の付添者	（名刺貼付場所）			
特記事項				

※お帰りの際にも必ず受付へお寄りください。

郵便物等受取簿

台帳 No.

避難所名：

No.	受付月日	宛 名	郵便物等の種類	受取月日	受取人名
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	
	月 日		はがき・封書・ 小包・その他 ()	月 日	

・ 名簿グループの担当者は、「受付月日」～「郵便物等の種類」欄に記入します。
受取に来た方に「受取月日」と「受取人」欄に記入してもらいます。

食料・物資依頼伝票

伝票No.

避難所名 大谷地小学校				依頼日時 月 日 時 分			
住所				担当者名 電話 F A X			
分類	品名	必要数	配送数	分類	品目	必要数	配送数
食料品	アルファ化米	個	個	物資	子ども用紙おむつ Sサイズ	人分	人分
	アルファ化米 (アレルギー対応)	個	個		子ども用紙おむつ Mサイズ	人分	人分
	アルファ化米 (ハラル認証品)	個	個		子ども用紙おむつ Lサイズ	人分	人分
	クラッカー	袋	袋		大人用紙おむつ	人分	人分
	お粥 (高齢者、離乳食期の乳幼児)	個	個		消毒剤	本	本
	レトルト食品	個	個		マスク	箱	箱
	粉ミルク (大缶)	缶	缶		プラスチック手袋	箱	箱
	アレルギー用粉ミルク (大缶)	缶	缶		歯ブラシ	本	本
	哺乳瓶	本	本		生理用品 (昼用)	袋	袋
					生理用品 (夜用)	袋	袋
飲料	飲料水 (500ml)	名分	名分	手廻しラジオライト	個	個	
物資	高規格寝袋	個	個				
	毛布	枚	枚				
	段ボールベッド	枚	枚				
	移動式灯油ストーブ	基	基				
	LED ランタン	個	個				
	簡易便座	個	個				
	排便収納袋	袋	袋				
	し尿処理剤	個	個				
	身障者用便座	個	個				
配送担当者 氏名：				受領者サイン 氏名：			

※FAX等により送信してください。

※食料・物資グループは、受領時に「物資受払簿」に記入してください。

食料・物資要望票

生活班名

班長名

①要望提出日時	年	月	日	時	分
②要望品名・摘要・数量ほか					
品名	数量	備考			

- ・ 1行につき1品、サイズごとに記入してください。
- ・ その他必要な事項（説明しておくべき事情や緊急に要する物であるのか等）は、備考欄に記入してください。

燃料給油依頼伝票

依頼日時	年 月 日 時 分
避難所名	
住 所	
担当者名	
電 話	F A X
燃料の用途	・ 移動式灯油ストーブ ・ 可搬型発電機
燃料種別	・ 灯油 ・ ガソリン ・ LP ガス ・ その他 ()
タンク容量 (ℓ) ※LP ガス (Kg)	
給油量 (ℓ) ※LP ガス (本)	
現在の燃料をすべて 消費する見込日時	月 日 時頃 ※何時頃までなら燃料がもつかを記入して下さい
備考	

事務引継書

日時	年 月 日 ()
引継者 (前任)	部署 :
	氏名 :
引継者 (前任)	部署 :
	氏名 :
避難所のルール	起床 時 / 消灯 時 朝食 時 / 昼食 時 / 夕食 時 避難所内の巡回 時 電灯のスイッチの場所等
配慮が必要な 避難者 (要配 慮者等)	(食事やお手洗い等で配慮が必要な方などの情報を記載)
備蓄物資の状 況	(今後不足しそうな物資などを記載)
避難所運営の 協力者	(避難所運営に協力してくれている避難者の情報を記載)
その他	

在宅被災者・車中泊避難者受付簿

避難所名：

令和 年 月 日 () _____ ページ

No	住 所	ふりがな 代表者氏名	物資等 必要人 数	連絡先	在宅・車中泊	備考 (必要な支援等)	支援不用の 申出日
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／
					在宅・車中泊		／

この名簿に記載された内容は、個人情報となることから、保管や取扱には十分留意する必要があります。そのため、以下のような点に配慮します。

- (1) 不特定多数の人の目につかないように保管します。
- (2) 本人の同意なしに、記載内容を第三者へ提供しないこと。(家族への提供も不可)

避難所運営及び宿泊体験アンケート結果について

タイムテーブル並びに活動班別マニュアルに基づいて実施された今回の防災訓練に対し、アンケート調査をしたところ、様々な意見が出され評価の良かったもの、改善すべきものを含め今後に向けての指針となった。

アンケートでは、災害や避難に対する不安、災害の種類、災害時の情報連絡、人的不安などについて問いかけたり、日々家庭での準備状況など、現状での対応策と実際の災害とのギャップを感じる他、組織体として企画、連携、実施状況を振り返って見ると、マニュアル通りには行動が伴わないことや、それぞれの活動班の考え方、本部と活動班・避難者との連絡調整の不備など問題が浮き彫りにされました。

今後はこれらの検討すべき事柄について真摯に向き合い、次年度以降も引き続き協議と訓練を重ねながら住民の安心と支援のために整備していきたいと考えております。

次ページ、アンケート結果をご覧ください。

ライフラインについての不安 31
 (電気・ガス・水道)
 ・ライフラインの停止 (29)
 ・寒さ (2)

避難に対する不安 28
 ・家にとどまるかどうか (1)
 ・動けるかどうか (2)
 ・子づれの移動 (1)
 ・避難時の荷物の多さ (1)
 ・高齢 (1)
 ・一人暮らし (1)
 ・トイレ3)
 ・避難所場所不明 (5)
 ・車での移動 (1)
 ・避難所での居場所 (4)
 ・災害の種類による選択5)
 ・避難方法 (2)
 ・食料等の支援物資 (1)

災害の種類による不安 27
 ・家屋倒壊 (12)
 ・水害 (7)
 ・火災 (3)
 ・地震 (2)
 ・大型災害 (2)
 ・夜間災害 (1)

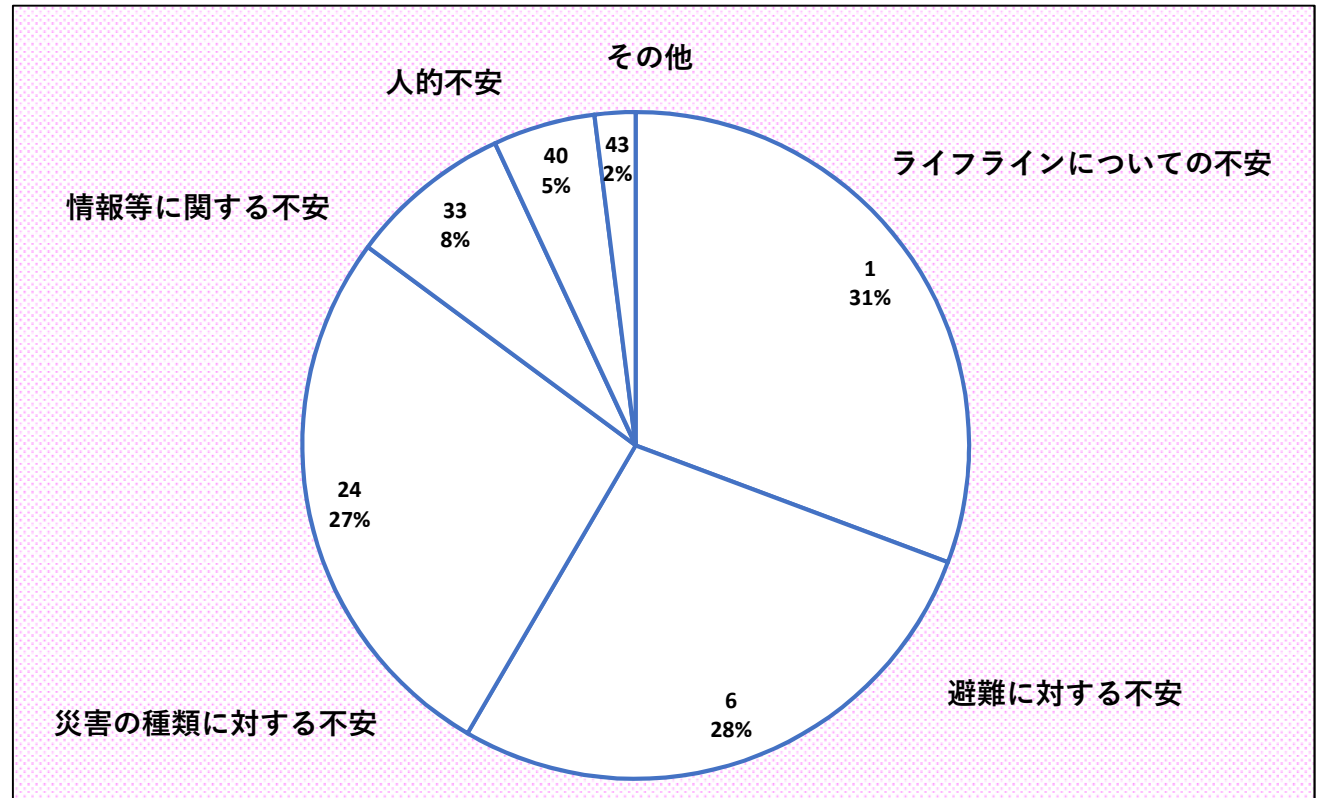
情報・連絡等に関する不安 8
 ・正しい情報収集 (3)
 ・保障 (1)
 ・家族との連絡 (1)
 ・安否確認 (1)
 ・いつどこで (2)

人的不安 5
 ・災害への意識の薄さ (1)
 ・避難所での役割分担 (1)
 ・共助のむずかしさ (2)
 ・災害を想定した時の不安感 (1)

その他 2
 ・ペットの扱い (2)

<避難訓練後アンケート回答>

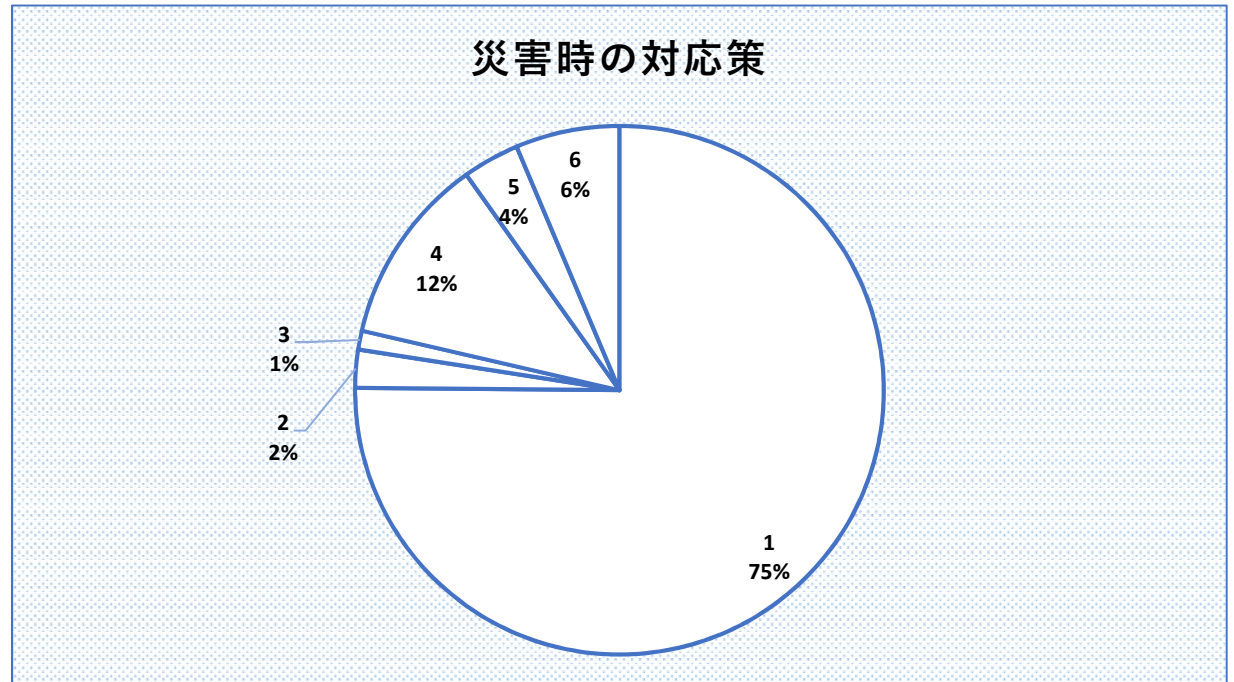
①あなたが災害に対して感じてる不安はなんですか？



②災害時の為に何か対応策を取っていますか？

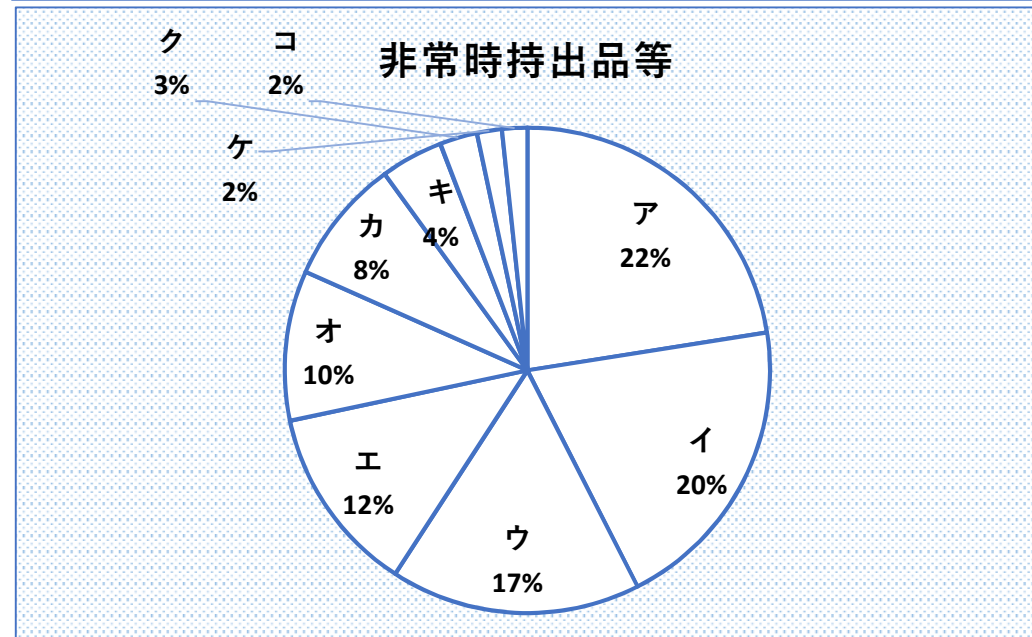
物資

1 非常時持出品・身の回り品	130
2 家屋や家具への整備や防止	4
3 車（ハイブリッド・キャンピングカー）	2
4 その他（6～9）	20
5 なし・あきらめ	6
6 避難所確認	(5) 11
7 近隣と仲良く 平常心	(2)
8 職場安全確保	(1)
9 家族との共有	(3)



-147-

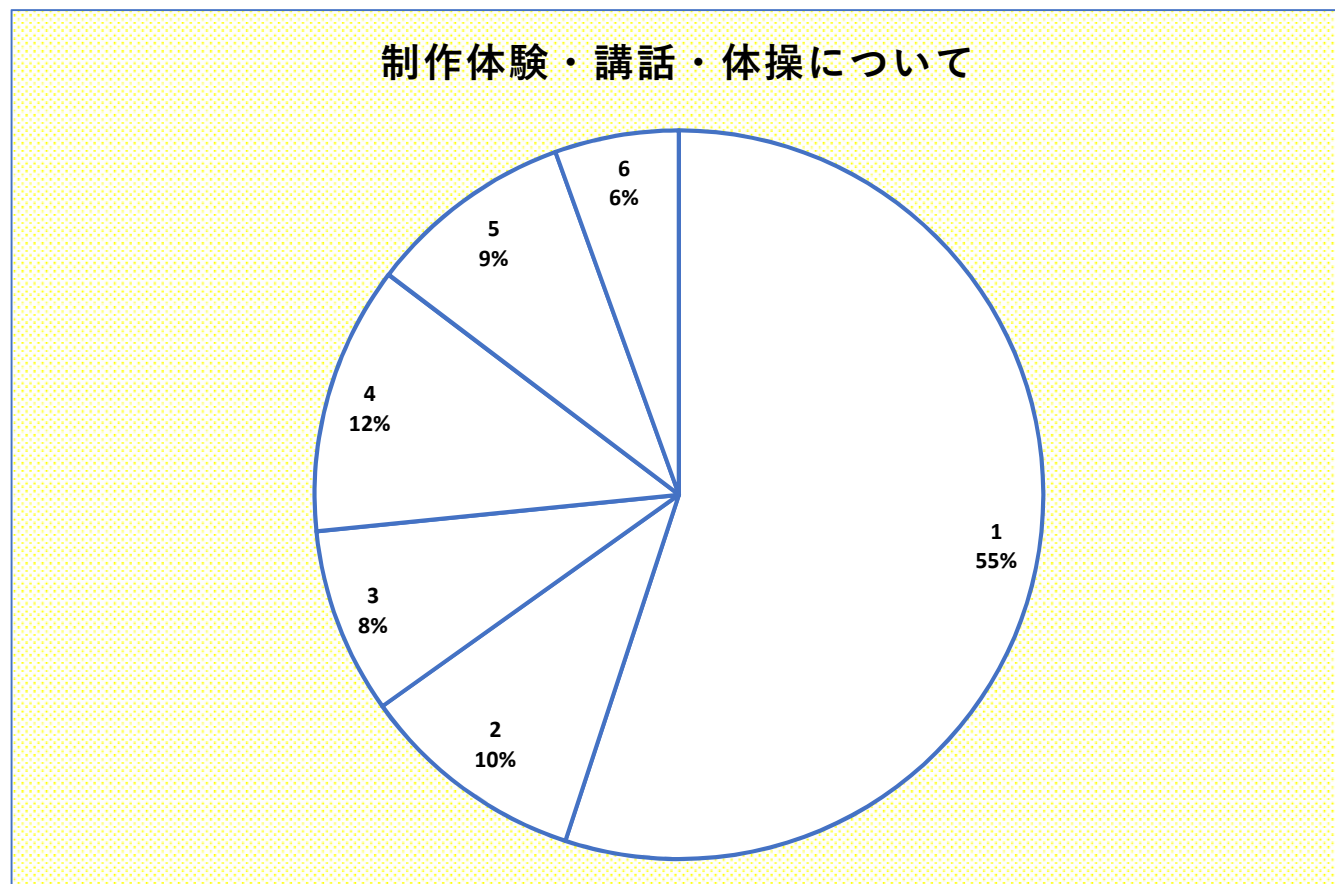
1-ア 非常食	27
1-イ 水	24
1-ウ ランタン・ランプ	20
1-エ ラジオ	15
1-オ 電池	12
1-カ ガスコンロ	10
1-キ ストープ	5
1-ク 防寒用品	3
1-ケ 簡易トイレ	2
1-コ 薬	2



制作体験が参考になりよかった
 講話がとても勉強になった
 体操が楽しかった、すっきりした
 映像や音響が良くなかった
 説明の仕方を工夫してほしい
 その他

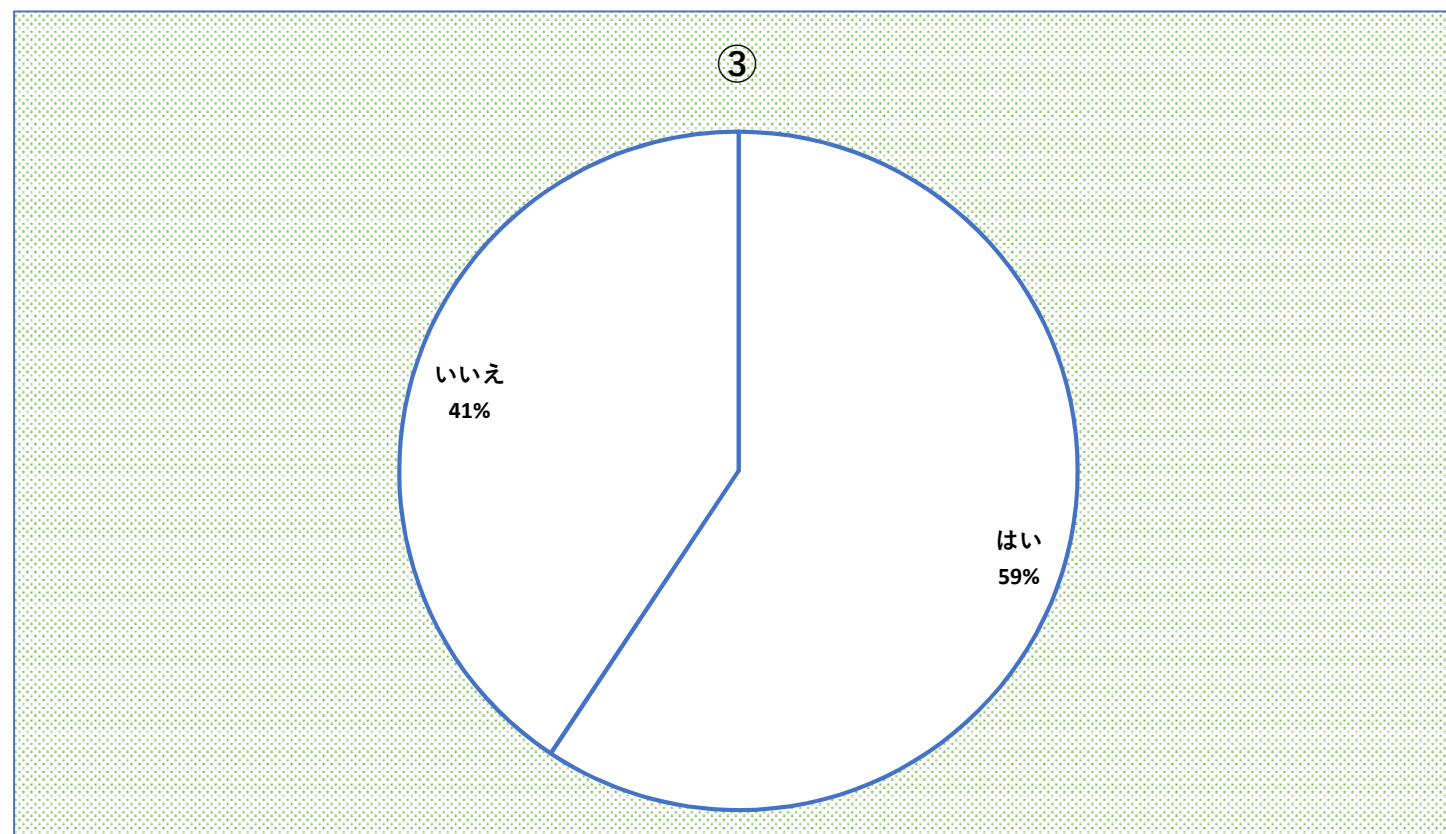
時間のロス 2
 体操のリズムが速い 2
 スリッパが使いづらい 1
 椅子がほしい

60
 11 ④製作体験・講和・体操についての感想は？
 9
 13
 10
 6



③大規模災害で避難所が立ち上がった場合、自宅にとどまった時の支援物資は避難所に申請し、取りに行かなければならない事をしていましたか？

はい 54
いいえ 37



白石東地区避難訓練参加者名簿

No.1

町内 会名	受付番号	性別		参加		帰宅	宿泊	名簿	摘要	団体名
				町内	団体					
栄自治会	1-1	男		●			●			
	1-2	男		●			●			
	1-3		女	●		16:15				
	1-4	男								
	1-5		女	●			●			
	1-6	男		●			●			
	1-7	男		●		16:15				
	1-8	男							小6	
	1-9		女	●			●			
	1-10	男		●			●			
				8			6			
下白石東町内会	2-1	男		●		16:30				
	2-2	男		●		16:25				
	2-3	男		●		16:20				
	2-4		女	●		16:30				
	2-5	男		●		16:30				
	2-6	男		●			●			
	14-1		女		●	18:30				女性部
				7			1			
下白石町内会	3-1	男		●			●			
	3-2	男		●		16:30				
	3-3	男		●		16:30				
	3-4	男		●		16:35				
	3-5	男		●		16:30				
	3-6		女	●		16:27				
	3-7	男		●		16:30				
	3-8	男		●		16:30				
	3-9		女	●		16:30				
	3-10	男		●		16:30				写真
	3-11	男		●		16:30				
	14-13		女		●					日赤
	14-18		女		●	19:00				民児協
	14-19		女		●	19:00				民児協
14-2		女		●	18:30				女性部	
				15			1			
東白石町内会	4-1	男		●			●			
	4-2	男		●		16:25				
	4-3	男		●		16:25				
	4-4	男		●		16:25				
	4-5	男		●		16:25				
	4-6	男		●		16:15				
	4-7	男		●		16:25				
	4-8	男		●		16:25				
	4-9	男		●		16:25				
	4-10	男		●		16:25				
	4-11		女	●		16:15				
				11			1			

町内 会名	受付番号	性別		参加		帰宅	宿泊	名簿	摘要	団体名
				町内	団体					
白樺自治会	5-1	男		●			●			
	5-2		女	●			●			
	5-3	男		●		16:30				
	5-4	男		●			●			
	5-5		女	●		16:30				
	5-6	男								
	5-7		女							
	5-8	男		●		16:30				
	5-9	男		●		16:30				
	5-10		女	●		16:30				
	5-11		女	●		16:30				
				9			3			
大谷地第一町内会	6-1	男		●			●			
	6-2	男		●		16:00				
	6-3	男		●		16:30				
	14-14		女		●	18:30				体振 日赤 実践会 母の会
	14-9	男								
	14-6		女		●	16:30				
				5			1			
大谷地第二町内会	7-1	男		●			●	●		
	7-2	男		●		16:30				
	7-3	男		●			●			
	7-4	男		●		16:30				
	7-5	男		●		16:30				
	7-6	男		●		16:35				
	7-7		女	●		16:30				
	7-8		女	●		16:25		●		
	7-9		女	●		16:30				
	7-10		女	●		16:30				
	7-11	男		●		16:30				
	7-12	男		●		16:30				
	14-3		女		●	18:30				女性部
	14-20		女		●	16:30				民児協
	14-10	男			●	16:30				実践会
	14-24	男			●	16:30				友愛会
	14-25		女		●	16:30				友愛会
	14-26		女		●	16:30				友愛会
	14-27	男			●	16:30				友愛会
14-28	男			●	15:00				友愛会	
14-29		女		●	17:25				民児協	
				21			2			

町内 会名	受付番号	性別		参加		帰宅	宿泊	名簿	摘要	団体名
				町内	団体					
み つ ば 町 内 会	8-1	男		●			●			
	8-2	男		●		16:30				
	8-3	男		●		16:30				
	8-4	男		●		16:30				
	8-5	男		●			●			
	8-6	男		●		16:30	●			
	8-7	男		●		16:30				
	8-8	男		●		16:30				
	8-9	男		●		16:30				
	8-10		女		●		16:30			
	8-11		女		●		16:30			
	14-4		女			●	18:30			
				12			3			民児協
柏 町 内 会	9-1	男		●			●	●		
	9-2		女	●			◎	●	車中泊	
	9-3	男		●			●	●		
	9-4		女	●		16:25				
	9-5	男		●		16:25				
	9-6	男		●		16:25				
	9-7	男		●		16:25				
	9-8		女	●		16:35				
	9-9	男		●		16:15				
	9-10		女	●		16:15				
	14-5		女		●	18:45				
	14-21		女		●	16:20				
	14-15		女		●			●		
				13			4			女性部 介護 日赤
栄 通 1 7 丁 目 町 内 会	10-1	男			●		●	●		
	10-2	男			●		●	●		
	10-3	男			●	16:50				
	10-4	男			●	16:30		●		
	10-5	男			●	16:30		●		
	10-6	男			●	16:30		●		
	10-7	男			●	16:20		●		
	10-8		女		●	16:30		●		
	10-9	男			●	16:30		●		
	10-10	男			●	16:30		●		
	10-11	男			●	16:30		●		
	14-7		女		●	16:35				
	14-8		女		●	16:35				
				13			2			母の会 民児協・母の会

町内 会名	受付番号	性別		参加		帰宅	宿泊	名簿	摘要	団体名	
				町内	団体						
栄通18丁目町内会	11-1	男		●			●	●			
	11-2	男		●			●	●			
	11-3	男		●		16:00		●			
	11-4	男		●			●	●			
	11-5	男		●		16:30		●			
	11-6		女	●		16:30		●			
	11-7		女	●			●	●			
	11-8		男								
	11-9		女								
	11-10		女	●		16:30		●			
	11-34		男	●		16:05					
	11-11		女	●		16:05		●			
	11-12		男	●		16:05				小1	
	11-13		女	●		16:05				小2	
	11-14		女	●		16:30		●			
	11-15		女	●		20:00		●			
	11-16		女	●			●	●			
	11-17		女	●		17:30		●		車いす	介護士
	11-33		女	●		17:30		●		車いす	
	11-18		女	●			●	●			介護士
	11-19		女	●		17:00		●		車いす	
	11-35		女	●		17:00		●			介護士
	11-20		女	●		16:30		●			
	11-21		女	●		16:30		●			
	11-22		女	●		16:00					
	11-23		女	●		16:00		●			
	11-24		女	●		16:00					
	11-25		女	●		16:30		●			
	11-26		女	●		16:30					
	11-27							●			
	11-28							●			
	11-29			重複				●			
11-30							●				
11-31		女	●		16:30		●			介護士	
11-32		女	●		16:30				小1		
14-11		男					●	●		実践会	
14-12		男					●	●		実践会	
14-30		男					●			民児協	
				32			7				

町内会名	受付番号	性別		参加		帰宅	宿泊	名簿	摘要	団体名
				町内	団体					
栄通19・20丁目町内会	12-1	男		●		16:20		●		
	12-2	男		●		16:25		●		
	12-3	男		●		16:30		●		
	12-4	男		●			●	●		
	12-5	男		●		16:20		●		
	12-6	男		●		16:20		●		
	12-7	男		●		16:25		●		
	12-8	男		●		16:25				
	12-9	男		●		16:15		●		
	12-10	男		●		16:00		●		
	12-11		女	●		16:25		●		
	12-12		女	●		16:25		●		
	12-13		女	●		16:20		●		
	12-14		女	●		16:25		●		
	12-15		女	●		16:25		●		
	12-16		女	●		16:25		●		
	12-17		女	●		16:20		●		
	12-18		女	●		17:15		●		
	12-19		女	●		16:00		●		
	12-20		女	●		16:40		●		
	12-21	男		●		16:00		●		
	14-16		女		●			●		日赤
	14-17		女		●	18:30				日赤
	14-22		女		●	17:20				民児協
	14-23		女		●			●		民児協
				25			3			
南郷みそら町内会	13-1	男		●			●	●		
	13-2		女	●		16:30				
	13-3	男		●		21:00				
	13-4		女	●		16:30				
	13-5		女	●		16:30				
	13-6		女	●		16:30				
				6			1			

避難訓練参加人数177人 うち宿泊 35人
 男性102名 女性75名

その他	札幌市	男		●						
	札幌市	男		●						
	白石区	男		●						
	白石区	男		●						
	まちセン	男		●						
	大谷地小	男		●						
	大谷地小	男		●						
	市議	男		●				●		
				8			1			

被災した場所別対応

- ★ドーン！グラッ！ときたら
- ★自宅に踏みとどまる
- ★避難所に向かう
- ★自宅に戻る

ドーン！グラッ！ときたら

「自分の身は自分で守る」が基本
自分が大丈夫なら、その後すぐに周りの人を助けられます。

幼児は地震が起きてもよく理解できません。
高齢者もとっさの判断が鈍ることがあります。
揺れを感じたら、「地震だ」とすぐに知らせます。
大声で泣き叫ぶと更に不安や恐怖を誘うので落ち着いて冷静に伝えましょう。
最初の揺れはせいぜい1分以内です。
揺れが収まったら火のもとを確認して、ドアなどを開け出口を確保

家の中で

1、居間

机の下にもぐりこみ、落下物から身を守る。
机が移動しないように、机の脚を持つ。
もぐりこむところがなければ、ソファー等低い家具や壁際に寄り合い、体を丸くして頭部を守ります。

2、台所

冷蔵庫、電子レンジ、食器棚など危険なものがいっぱい。
火を使っていて、火元から離れていたら、無理して消火しない。
ただし、揺れが収まったら速やかに消火しましょう。
この時、天上に火が回っていたら、素人に消火は困難です。
速やかに大声で火事を知らせ避難しましょう。

3、お風呂・トイレ

その場を動かず、低い姿勢で出口を確保します。
揺れが収まったら身づくろいして出ます。

4、家族が別の部屋にいたら

「机の下にもぐって」「フトンをかぶって」「じっとして」「ソファーの下に」
など具体的な指示を出します。
「逃げて」などあいまいな指示はかえって混乱を招きます。

戸外にいたら

1、家の周りで

高い建物がなければ比較的安全ですが、電線や電柱、門扉には要注意です。頭部を守りながら速やかに離れましょう。

2、商店街で

アーケード街ではたくさんの看板、飾り物、プラスチックの屋根など落下物がいっぱいです。買い物袋を頭に覆い、出来るだけ速やかに抜け出ます。出口まで遠い時は、頑丈なビルに入り揺れが収まるのを待ちます。

3、狭い道から広い道に

狭い道は逃げる場所も限られます。なるべく広い通りに出ましょう。ブロック塀、自販機が倒れることも想定しましょう。

4、ビルの中、外

ビル外装のガラスやタイルが割れたりはがれたりして凶器となって降って来ます。持っているカバンなどで頭部を守り、大きなビルの中に逃げましょう。ただし、陳列棚などに注意を。

5、陸橋を渡る

揺れで振り回されたり滑りおちたりしないよう、姿勢を低くして手すりにしっかりつかまります。

郊外

1、遊園地、公園

離れ離れになったらどこで落ち合うかあらかじめ決めます。従業員の指示に従い、アトラクションで遊んでいるときは手ちかにある手すりをしっかりつかみ、とにかく姿勢を低くして指示を待ちます。

指示があるまで決して立ち上がってはいけません。

2、海

揺れの大小に関係なく、高台（なければ頑丈なビル）に避難します。津波は第一波よりそのあとに来る波のほうが高いこともあり、また、何回も押し寄せることも多いので、警報が解除されるまで決して気を緩めないでください。

3、山

山崩れ崖崩れに注意しながら平らな所に避難します。

人が大勢いるところ

1、電車やバスの中

立っているときは進行方向に向かって必ず手すりにつかまるよう普段から心がけましょう。子どもやお年寄りも座っていたほうがより安全です。ホームでは端を歩くのは危険です。

2、スーパーやデパート

大きな商品棚の下敷きにならないよう注意しましょう。瓶ものなどは落下後に割れてけがをすることがあります。

カート置き場では、カートが動いて押しつぶされることがありますので注意しましょう。

パニックを起こした人が出口に殺到し、転倒、将棋倒しになることが一番危険です。

柱や壁際に身を寄せ、係り員の指示に従い階段で避難しましょう。

3、地下街

耐震構造になっており比較的安全です。停電になっても非常灯がつき、出口は最低60mおきにあり、すべての出口がふさがれる心配はありません。

火災などの発生に備え、体をかがめ、ハンカチやタオルで口と鼻をふさぎ、煙を吸わないように、壁伝いに煙の流れる方向に逃げましょう。

4、エレベーター

使わないのが大原則です。

万が一閉じ込められたら、すべての階のボタンを押し、最寄りの階で降りられないか試し、止まったら降りますが、ダメだった場合、非常ボタンを押し続け、救出を呼び掛けます。全く連絡が取れなくても、メーカーはあらかじめ決められたルートで巡回点検を行いますので、悲観せずに冷静に待ちましょう。停電してもあわてないでください。

高層住宅

- 1、地震には強い構造が多いですが、ライフライン（電気、ガス、水道、電話の寸断など）断絶のリスクが大きいため、非常灯の準備、水、食料、簡易トイレの準備と、長周期の揺れに備え、家具の固定は必須です。

震災が起きてから

救急車・消防車

- 1、こないと思ってください。
- 2、近隣住民と協力し、初期消火を心がけましょう
バケツの水、消火器を出来るだけ集め、火や煙、物が焼ける臭いに注意し、大声で「火事だ」と叫んで消火活動を開始します。
- 3、自分の身の安全を確保したら
隣近所に「大丈夫ですか」と一件ずつ声をかけます。
生き埋めになっている人には、「見捨てない」「あきらめない」「がんばれ」の掛け声大切です。バール、のこぎり、スコップ、車のジャッキ、鉄パイプや丸太などが大変役に立ちます。二次災害を避けるためにも出来るだけ大勢の人の助けを借りましょう。
- 4、自分が下敷きになったら
負傷部分を更に傷めないよう動かず、大声や周りの物（石やコンクリート、木など）を叩いて人に知らせます。
大小便は我慢せず、構わずその場にしてしまう。希望を捨てない。
- 5、救急車が到着したら
年齢、負傷の状況、どれくらいの時間が経ったかなどを伝える。また、負傷の度合いが軽くてもクラッシュ症候群をおこす可能性があります。病院で診てもらってください。

子どもが保育園や学校にいる

- 1、保育園や学校のマニュアルに従って保護者が迎えに行きます。
- 2、塾にいたら
事業者との取り組み確認のほか、どこで落ち合うかあらかじめ連絡方法、集合場所などを決めておくほうがいいでしょう。
- 3、通学路
あらかじめ一緒に歩いて危険個所をチェックしましょう。
頭上、目の高さ、足元、交通量、逃げ込める場所などがチェックポイント。

家族と連絡を取る

- 1、落ち合う場所を決めておく。
- 2、近くはみんな同じ被害と考え、遠くの親せきや友達を連絡の拠点にする。
「〇〇に電話をして、今どこにいるか、どんな状況か伝える」
日頃から連絡先の拠点になる場所を確保しておいておきましょう。

家に帰れない

- 1、自宅から10キロ以内なら全員歩いて帰れるが、10～20キロなら半分、20キロ以上ではほとんど難しく帰宅困難者になるといわれています。
- 2、とどまる勇氣
一刻も早く帰りたいという思いはよくわかりますが、情報収集を心がけ、状況がよくなるのを待つほうが結果的にいいかもしれません。
- 3、職場のロッカーに靴底の厚いスニーカーと着替え、軽食、飲み物の準備をしておくといいですね。余裕があれば帽子、軍手なども用意しましょう。

日頃の備え

- 1、居間にもぐる場所を作る（頑丈で家族全員が潜れるサイズのダイニングテーブルが最適）。
- 2、テーブルの裏に懐中電灯、脚に滑り止め（テーブルの強度が心配な場合は裏側中央と床の間にシェルターポール・第5の脚をつける）
- 3、子供部屋には子どもの身長より高い家具を極力置かない（学習机は潜れる場所）。
- 4、箆箆と天井までの間に発泡ブロックやツッパリポールで転倒防止（さらに家具の正面の底に前倒ストッパーや木片をかませるとより安心）。
- 5、窓やベランダはレースと厚めのカーテンで、ガラスが割れても飛散を最小限に（昼間もレースのカーテンを引いておく習慣を）
- 6、防災グッズのうち、懐中電灯、ラジオ、携帯電話、財布はすぐに手が届き、暗闇でもわかる場所に置く。

非常持ち出し

- 1、大人
家族一日分の非常食、数日分の下着、特に長袖長ズボン、軍手、タオル、小銭を含めた現金、大きめのゴミ袋、カギ、懐中電灯と乾電池、通帳番号のコピー、缶切りや栓抜き、子どものためのかさばらないおもちゃ
- 2、子ども
幼児は2キロ、小学生は3～5キロまで、ささやかな憩いになるものも入れておく。
- 3、ベッド、布団の横に少し大きめの靴を用意して、それをはいて逃げよう。
非常時は案外足がむくむものです。

備蓄品は最低3日分

- 1、生活用水
お風呂に水をためておく。
- 2、飲料水

一人1日3リットルが目安。

3、燃料

卓上コンロとボンベが手軽。電池、ろうそく、ライター、マッチも忘れずに。

4、衣類

上着は替えがなくてもがまんできますので、下着を多めに持ちましょう。またジャンパーなど防寒出来るものを一枚持つと便利です。体力が落ちると通常以上に寒さを感じます。

5、すべてひとまとめにするのではなく、押し入れ、物置、車のトランクなどに分散しておくのがおすすめ。

とっさの時のお役立ちアイデア

1、懐中電灯に半透明のレジ袋をかぶせると乱反射と屈折で周りを明るく照らします。

2、靴の裏にカットバンを2か所貼り付けると滑りずらくなります。

3、ラップは止血などの応急手当だけでなく、何かと使えるすぐれもの。

4、リュックの下側に軽いもの、上に重いものを入れると、全体の重心が上がり軽く感じます。

5、エコノミークラス症候群の予防に、脚を伸ばしたり曲げたり、廻したり、ふくらはぎを拳でたたくと効果的。

6、尿の出方をチェックして脱水症状に注意

7、粉塵などの影響や栄養不足、ストレスから肺炎を起こす人が急増することを念頭に置いて行動しましょう。

8、怪我や病気など動けない人を運ぶ場合、布団や段ボールの上にシーツを広げて寝かせた後、上の端、下の端どうしを結び、脚側のシーツを持って布団や段ボールごと引きずるように引っ張ると、一人でも移動させることができます。

9、子どもをおんぶすると、とっさに頭部を守った時など、直接危険にさらす体制になります。

可能な限り前に抱っこするような形でひもなどで固定するといいでしょう。ただし、落下物などの危険が去った後に避難所に向かうときは、両手の使えるおんぶのほうがいい場合もあります。

ベビーカーを使う場合は、道路の状態をよく見ましょう。

10、新聞紙は体に巻いて防寒に、バケツに広げて簡易トイレに、敷物になど使い道がたくさん。2～3日分あると重宝します。

自宅に踏みとどまる

家族と連絡が取れない、ペットがいる、被害が少ない、…いろいろな理由で自宅にとどまる場合

- ① 避難所に向かう人や安否確認に訪れた人に、自宅にとどまることを伝えましょう。
- ② 家の中を再確認し、居住可能かどうかよく考えましょう。
家が傾いている、柱が折れている、水道管やガス管が破損しているなどの状況があれば避難所へ向かった方が安全です。
- ③ どうしても離れられない場合は、屋外（庭や車の中など）に避難スペースを確保しておきましょう。
- ④ 夜間のローソク使用は危険です。どうしてもローソクを使用する場合は、ローソクの長さの3分の1以上の長さがあるアルミ缶やスチール缶などを利用しましょう。
- ⑤ 支援物資は発災後、3～4日目くらいから徐々に避難所に届くことが予想されます。自宅にとどまっていて支援物資を受けたいときは、住所、氏名、自宅にいる人数、支援してほしい項目と必要数などをメモにして避難所に取りに行きます。但し、希望したものがすべて配られるわけではありません。
- ⑥ 自宅にいる間も、2次被害を考え、常に避難できるよう準備と心構えをしておきましょう。

避難所に向かう

- ① ガスの元栓を閉め、電気ブレーカーなどを落としてから、必ず鍵をかけて避難しましょう。
- ② 一目散に避難所に向かうのではなく、隣近所に声をかけ、一緒に避難しましょう（単独より複数人のほうが安全です）。町内会によっては集合場所が決まっている場合もあります。但し、道路や橋、建物の崩壊によってかなり迂回しなければならないとか、ルートを確保できない場合はより安全な避難場所に向かってください。
- ③ 避難所までの道路状況、家屋やビルなどの崩壊状況なども確認しながら歩き、避難所本部に情報を伝えて頂けると助かります。
- ④ 泣き声、叫び声、助けを求める声、また、がれきや倒壊家屋の中から **SOS** の発信情報（物をたたいて居所を知らせているようだ等）がありましたら、協力して救助に当たしましょう。
1人の時　—その場所がわかるように目印をつけ、救援を呼びに行く。

2人の時 — 1人はその場にとどまり、もう1人が救援を呼びに行く。

3人以上の時—救助をこころみる。但し多人数、専門知識や技術などが
必要な時は必ず救援を呼んでください。

いずれの場合も被災者には「助けを呼んでくる・もう少しで助かる・」など
必ず声掛けをしてください。

- ⑤ 途中で安否確認を行っている町内会役員、民生委員などに出会ったら、情報提供をお願い致します。
- ⑥ 避難所に着いたら受付を済ませ、指示に従ってスペースを確保しましょう。避難所では猫の手も借りたいほどたくさんの役割があります。ぜひ積極的に動いてください。
本部や各係運営はできなくても、例えば1人で避難してきた人は心細く思っています。話し相手にはなれますよね。
- ⑦ 災害が少し落ち着いてきたら、日中は自宅に帰り片づけをして夜だけ避難所で寝泊まりするという状況になってきます。外出する時は必ず届出をしてください。日中訪問者があった場合お互いに困ります。
- ⑧ 支援物資は3～4日後から徐々に集まってきます。何がどのくらい必要か、たくさんの人と分け合えるようお互い様の気持ちで考えると良いでしょう。「我先に、人よりたくさん」は集団の避難所生活を乱す原因となります。
- ⑨ 避難所に親類や知人が訪ねてきた場合、家族と連絡が取れない人や家族を失った人には計り知れない精神的な負担をかけてしまいます。面会室を利用したり、外に出て話すなど、配慮をお願いいたします。
- ⑩ 避難所生活ではみんなが大変な思いをしています。運営本部や各係で決められたルールを守りながら、みんなが少しでも負担が少なく生活できるようアイデアがあったら出し合う、協力するなどして過ごしましょう。

自宅に帰る

- ① 避難所を退去する時は、自分の使ったブースを掃除してから帰りましょう。
- ② すぐに家の中に入るのは危険です。まず外側から状況を確認してみましょう。
- ③ くつや、厚手の靴下、スリッパなどをはいて入ります。
- ④ すぐに電気をつけてはいけません。まず、家じゅうの電化製品のコンセントを抜き、ブレーカーを入れてから一つずつコンセント差しして安全を確保しましょう。
- ⑤ 水はすぐに飲めないかもしれません。お風呂に貯めるなど、しばらく出してから、飲料水にする場合は、できれば1～2日は煮沸後冷ましたした水を使ってください。
- ⑥ 家の中の確認をします。家具や柱、壁、煙突など、時間をかけて丁寧に確認してください。

- ⑦ 家屋の損傷が大きかったり、重い家具が倒れていると、家族だけではどうにもならないことがたくさんあります。
隣近所や町内会、災害ボランティアなどの協力を要請して、みんなで一軒ずつかたづけると効率よく復旧できるようです。
- ⑧ ゴミ置き場を町内会ごとに決めましょう。通常のごみと違い、災害ゴミはびっくりするくらいの量が出ます。
- ⑨ しばらくはフラッシュバックがあったり、体調不良になったり、あるいは伝染性疾患が蔓延することがあります。
体調管理には十分気をつけましょう



段ボールで作る!!

★段ボールベット

★簡易トイレ

★新聞スリッパ

発災時場所別対応資料

避難訓練用資料

©fumira

段ボールベット 作ってみよう



簡易ベッドは体育館問題となっているエコノミークラス症候群の改善にも使える。

避難所で使用すると、床のほこりを吸い込むのを少なくするほか、足腰への負担を和らげ、寝起きが楽になるといった効果がある。



まずは段ボールの箱を組み立てて、その中に斜めの段ボールを入れる



段ボール箱を組み立て、強度を増すために箱の中に斜めに段ボール板を差し込む。



「斜めに段ボール板を入れた箱」を12個並べる、その上に段ボールの板を敷く

12個の箱自体はガムテープ等でしっかり止めたうえで敷き詰める

ベッドは、段ボール12個を並べ、その上に同じく段ボールの板を敷くだけで完成



寝ているときに動いてしまうと問題なので、できるだけ強固に固定できるようにしてください。



寝る人の重量が分散され、段ボールが崩れにくくなる。その上に布団を敷けばベッドになる。

プライバシー保護のためのパーティションも段ボールで作る事が可能

作成時間は10分ほどで、耐久性は9.8 tまで耐えられるとのこと。



子供でも高齢者でも、工具なしでテープを貼るだけで簡単に作れます。

段ボールで作る簡易トイレ

<材料>

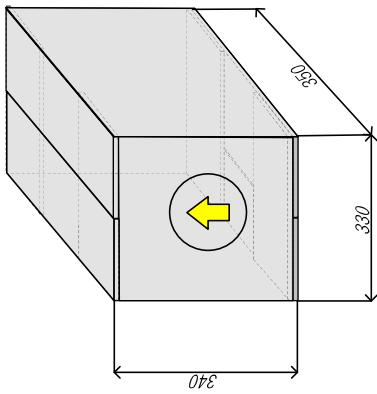
段ボール 330×350×340 1枚

段ボール 330×410 4枚

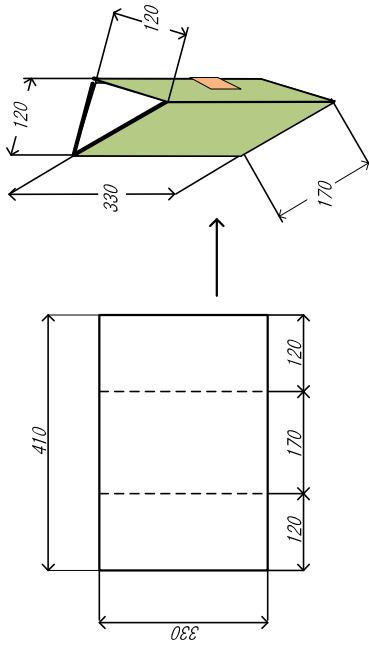
段ボール 290×350 2枚

ガムテープ

カッター



① ダンボール箱を用意する。

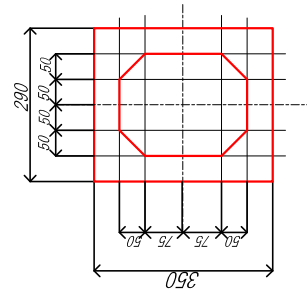


② ダンボールで 補強材をつくる。
(製作数 4個)

三角柱

ダンボールを330×410でカットする。

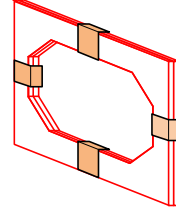
点線部分にカッターでかく切れ目を入れ、切れ目を内側にして三角柱をつくる、合わせ目をカッターでとめる。



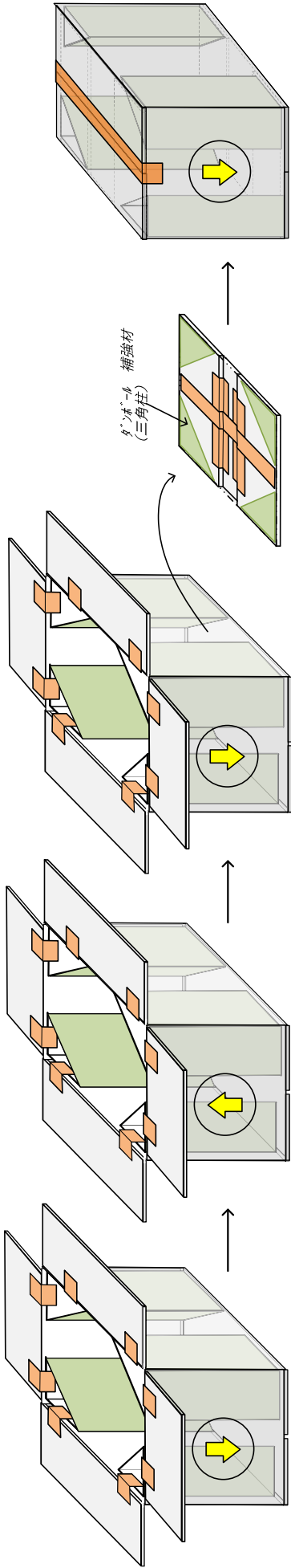
③ ダンボール便座を作る 製作数(2枚)

ダンボールを290×350でカットする。

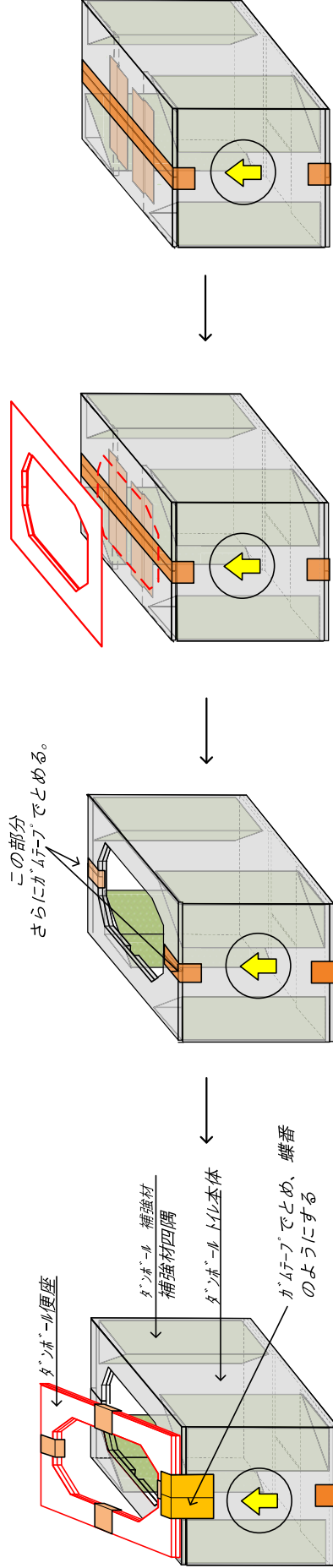
カットしたダンボールに上の図の図のように線をひき、内側の赤線部分をカッターで穴を開ける。



④ ダンボール便座を2枚合わせてカッターでとめる。



- ① ダンボール箱を逆さにして上を開封する。ダンボール箱を逆さにした状態で補強材をダンボール箱の四隅に置いて上の図のようにガムテープでとめる。ダンボール補強材の三角柱が長すぎて飛び出るようであればカットできる。
- ② ダンボール箱の逆さの状態を元に戻し、上を開封して補強材をダンボール箱の四隅に、上の図のようにガムテープでとめる。
- ③ ダンボール箱をまた逆さにして、内側のダンボールの重なり部分をガムテープでとめる。
- ④ 蓋をしてガムテープでとめる。



- ⑤ ダンボール箱の逆さの状態を元に戻し、ガムテープでとめる。
- ⑥ ダンボール箱にダンボール便座をあてて便座の開口部を書き写す。
- ⑦ 便座の開口部を書き写したのをカッターで穴をあける。開口部の上、下の合わせ目部分を、さらにガムテープでとめる。
- ⑧ ダンボール便座を図のように根本をガムテープでとめ、蝶番のようにする裏側からとめる。ダンボール便座を閉じた状態で外側を、ダンボール便座開いた状態裏側を、両方からガムテープでとめたほうがいい。

これで完成です。

新聞紙を折るだけ、新聞スリッパの作り方

二分で作れる新聞紙スリッパ、旅行や掃除、また大地震発生時にガラスやがれきが散乱し、室内が危険な状況などの簡易用として活躍します。ぜひ手順を覚えておきましょう

材料: (新聞スリッパ1個辺り)

新聞紙: 1枚 (1足分作る場合は2枚必要です)

※新聞を半分に折った大きさの紙があればスリッパを作成できますので、新聞1枚を半分に割けば1足(1組)作れますが、ある程度厚みがないとすぐ破れてしまうため、新聞1枚でスリッパ片方を作るのがオススメです。

なお、この状態でもう一度折ってさらに半分にしてから以下の手順に進むと、子ども用サイズの新聞スリッパが作れます。



①開いた新聞紙を半分に折り、
横向きに置く



②真ん中に向かって右から左に
1度折る



⑤3分の1の幅で右から左に
向かって折る



⑥さらに左から右に折る



⑨スリッパの底面が完成



⑩四隅に三角の折り目をつける



③同じ方向にもう1度右から左へ



④新聞紙を裏返す



⑦折った片方を、もう片方の中に折り入れる



⑧上面を内側に向かって三角に折り入れる



⑪四隅を内側に折り入れる



完成!!



注意事項

大地震で被害が出た際には足下に注意

大きな地震で窓ガラスが割れたり、戸棚が倒れて食器が割れたりするなど、室内にモノが飛び散っている状態であるときは、絶対に素足で歩かず、スリッパや靴を履いて移動するようにします。

またガラス、釘、画鋲などを踏み抜いて足の裏にケガをしないように、足下には注意をしながら安全な場所へ移動したり、片付けをするようにしましょう。

新聞紙スリッパはあくまでも簡易用

この新聞紙スリッパはあくまでも簡易用です。震災時のスリッパ作成用に新聞紙を用意しておくなどは本末転倒ですから、最初からスリッパや使っていない靴を、部屋や寝室の枕元に用意するようにしましょう。

むしろ、旅行やレジャー、片付けや大掃除などの日常の方が、新聞スリッパを活用するシーンは多くあります。普段から作り慣れておくといざというときにも慌てずに済みますから、練習がてら便利グッズとして新聞スリッパを活用することが望ましいです。

綺麗な床で使う場合はインクの汚れに注意

新聞紙ですので、床の材質や履き方によっては、床にインクが付着する場合があります。拭き取ればすぐ落ちますが、綺麗な室内で使う場合にはご注意ください。

スリッパをアレンジ！！



中敷きを入れて底面を補強

余った新聞や段ボールがあれば、スリッパの中に入れることで底が丈夫になり、鋭利な物や割れたガラスを踏み抜く危険性を下げることができます。

緊急連絡先一覧

警察		事件事故の急報	110	
		北海道警察	011-251-0110	
		警察への相談	011-241-9110	
		白石警察署	011-814-0110	
		東白石交番	011-861-2970	
		厚別警察署	011-896-0110	
消防		火事・救急	119	
		白石消防署	011-861-2100	
		東白石消防署	011-864-4614	
		厚別消防署	011-892-2100	
		札幌市防災協会	011-861-1211	
		火災・救助出動情報	011-201-0011	
電気		北海道電力（株）		
	災害時		0120-060-327	
ガス		北ガス	011-233-5533	
	災害時	札幌東ネットワーク	0120-060-339	
水道		水道局	011-891-7300	
	夜間・救急		011-211-7770	
医療情報		緊急医療機関 フリーダイヤル	0120-208-699	
		〃 PHF	011-221-8699	
		災害救急病院案内	011-201-0099	
		市医師会夜間急病センター	011-641-4316	
		歯科医師会口腔医療センター	011-511-7774	
		救急安心センター	#7119（有料）	
		〃	011-272-7119	
		産婦人科救急相談	011-290-3299	
		産婦人科救急	011-622-3299	
		精神科緊急情報センター	011-204-6010	
	病院		市立札幌病院	011-726-2211
			北海道大学病院	011-716-1161
			札幌医科大学病院	011-611-2111
			札幌市下水道河川管理課	011-818-3415
			河川局事業推進部施設管理課	011-818-3421
			道開発局札幌道路	011-854-6111
			日本道路交通情報センター	050-3396-6666
			札幌方面情報	050-3396-6601
			東日本高速道路	011-896-5211
			日本道路交通情報センター	050-3369-6760
	JR 東日本 相談室	0570-005-733		

緊急連絡先一覧

札幌市		危機管理対策室	011-211-3062	
		社会福祉協議会	011-614-3345	
		札幌市交通局	011-232-2277	
		コールセンター	011-222-4894	
		動物管理センター	011-736-6134	
		白石区	白石区役所総務企画課(代表)	011-861-2400
			白石区社会福祉協議会	011-861-3700
			白石保健センター	011-862-1881
			白石東まちづくりセンター	011-862-0813
			第一地域包括支援センター	011-864-4614
			第二地域包括支援センター	011-837-6800
			第三地域包括支援センター	011-860-1611
			市立大谷地小学校	011-863-5790
			市立平和通小学校	011-863-0235
			市立東白石中学校	011-864-0984
		厚別区	厚別区役所総務企画課(代表)	011-895-2400
			厚別区社会福協議会	011-895-2483
			厚別保健センター	011-895-1881
			第一地域包括支援センター	011-896-5077
	第二地域包括支援センター		011-375-0610	
航空		新千歳空港	0123-23-0111	
		札幌丘珠空港	011-785-7871	
		エア・ドゥ	0120-057-333	
		日本航空	0570-025-071	
放送		札幌テレビ放送 STV	011-241-1181	
		北海道放送 HBC	011-232-5800	
		北海道文化放送 UHB	011-214-5200	
		北海道テレビ放送 HTB	011-820-5536	
		日本放送協会札幌放送局	011-232-4000	
通信	回線故障	NTT	0120-444-113	
	電話線故障		113	
	ひかり電話の故障		0120-000-113	
	災害用		171	
消費者トラブル			188	
天気予報		管区气象台天気相談所	011-611-0170	

4. あとがき

白石東地区町内会連合会所属 13 単位町内会及び各種団体との協力の下、平成 30 年 8 月 17 日白石東地区防災計画検討委員会が発足し、当委員会において自主防災組織の在り方、災害時の組織体制、役割分担、連絡体制、避難誘導等を検証しながら、関係各位の協力により、令和元年 10 月 13 日、14 日の両日に跨って、大谷地小学校の体育館を使用しての白石東地区防災訓練を行ったところであります。

13 日から 14 日に掛けての 1 泊宿泊体験を初めて取り入れ、宿泊した夫々の人が実体験を踏まえて、今後の避難活動にどのように対応し、取り組んでいかなければならないのか認識を新たにしたいのではないのでしょうか。

この避難訓練はこの場限りのものではなく、次年度に引き継いでいかなければならないものであり、今回行った防災訓練をモデルとして、一つ一つ積みかさねていかなければならないでしょう。皆様から頂いたアンケートが示す通り、不十分な点が多々あったことはお気づきの通りであります。さらに精度を高めていく必要があるものと思います。その結果、各種団体及び 13 町内会の会員の方々が安心して避難ができる道筋が生まれてくるのではないのでしょうか。

又、地域における自主防災組織のあり方としましても、このような訓練を重ねていくことにより、地域の方々と連携を深めていく努力が必要であろうし、昔ながら言われております向こう 3 軒両隣という意識を高める事が必要であると思われ、災害時の住民の支えあいこそが一人でも多くの命を救うものと思慮するところであります。

今後の防災訓練におきましては、積み重ねてきたものが避難活動における行動規範として、役立つような報告書を作成し、マニュアルとして機能できるものを皆様にお渡しすることができれば、委員会として望外の喜びであります。

白石東地区町内会連合会会長 板垣俊夫

★編集委員★

板垣俊夫 長井和幸 小笠原忠雄 市橋敏夫
林由美子 岩本茂美 石山きよみ