

# 避難所でのルール

避難所

避難所を利用される方は、以下のルールを守るよう心がけるとともに、当番に参加するなど、避難所運営にご協力ください。



基本事項

## この避難所は、地域の防災拠点です。

避難所以外の場所に滞在する被災者も含めた生活支援を行います。

## 避難所は、避難所を利用する人全員が協力して運営します。

年齢や性別に関係なく、避難所を利用する人々が、できる限り役割を分担し、より多くの方が避難所の運営に参画できるようにします。

## 避難所を利用する人の増減に合わせ部屋の移動を行います。

利用者数の増減などにより、部屋の移動をお願いすることがあります。

## 立ち入りを制限した部屋には入らないでください。

危険なものがある部屋など、立ち入りを制限する部屋があります。

## この避難所は、電気・水道などライフラインが復旧した後、すみやかに閉鎖します。

住家をなくした人は、応急仮設住宅などの長期受入れ施設で対処します。



感染症予防

## 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。

石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎましょう。

断水の場合は消毒用アルコールを使いましょう。

避難所では常にマスクを着用してください。

## 身の周りを清潔にするとともに、十分な換気を行きましょう。

居住スペースの掃除は、避難者各自が行い、定期的な換気（30分に1回以上、数分間、窓を全開）を実施しましょう。

ドアノブ、手すり、蛇口等の共用部分はこまめに消毒しましょう。

## 3密(密閉・密集・密接)を避けましょう。

人と人の間隔はできるだけ2m、最低1m空けることを意識してすごしましょう。



けんこうかんり  
健康管理

・ **毎日の体温と体調を確認してください。**

はつねつ たいちよう よ とく か き しょうじょう ひと そうごうけつけ  
発熱や体調が良くないとき、特に、下記の症状がある人は総合受付  
ひなんじょうんえいほんぶ もう で  
や避難所運営本部に申し出てください。

【新型コロナウイルス感染を疑う症状】

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方等（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- （※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方、妊婦の方
- 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐ相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）

きおん たか ばあい ねっちゆうしょうたいさく すいぶんほきゅう  
気温が高い場合は熱中症対策のため、こまめに水分補給しましょう。



ぼう 防火

・ **出入口や階段、通路などに、避難の妨げとなる物を置かないでください。**

ひなんじょうないがい せいりせいとん おこな も ほうち  
避難所内外の整理整頓を行い、燃えやすいものを放置しないでください。

・ **ストーブなどの暖房器具は、転倒防止をし、燃えやすいものから離れた場所で使い、換気にも注意してください。**



たばこ・酒

**建物内は禁煙です。また、飲酒も控えてください。**

たばこは屋外の決められた場所で吸い、吸殻は水が入ったバケツに入れるなど、完全に消火してください。



運営

**避難所の運営に必要なことを話し合うため、避難所運営委員会を組織します。**

- ・ 避難所運営委員会は、避難所を利用する人の代表者などで組織します。

定例会議：毎日午前.....時.....分と午後.....時.....分に開催

- ・ 具体的な業務は、避難所を利用する人などで編成する各運営班が行います。



そうごうけつけ  
総合受付

そうごうけつけ かくしゅてつづ そうだんうけつけ おこな  
総合受付では、各種手続きや相談受付を行います。

たいおうじかん  
対応時間：午前 時 分から午後 時 分まで



とうろく  
登録

ひなんじょ りよう ひと じょうほう かぞく(せたい) とうろく  
避難所を利用する人の情報を家族(世帯)ごとに登録します。

こじんじょうほう こうかい ひと ぶん こうかい  
個人情報、公開してもよいとした人の分のみ公開します。

- せいかつしえん てきせつ おこな ひなんじょいがい ぼしよ たいざい  
生活支援を適切に行うことができるよう、避難所以外の場所に滞在する被災者も含め、避難所を利用する人の情報を登録します。
- しょうがい かつ なんびよう ほかまんせいしっかん も かつ  
障害のある方、難病・アレルギー・その他慢性疾患をお持ちの方、妊娠中の方や乳幼児をお連れの方、宗教上の理由や言語などで特に配慮が必要な方は、登録の際にお申し出ください。
- いぬ ねこ じょうほう とうろく  
犬や猫などのペットの情報も登録します。
- ひなんじょ たいしよ そうごうけつけ もう で  
避難所を退所するときは、総合受付にお申し出ください。



でんとう  
点灯

てんとう しょうとう  
点灯は : 、消灯は : です。

あんぜん ろうか しせつかんり しょうへや やかん てんとう  
安全のため、廊下、トイレ、施設管理に使用する部屋は夜間も点灯します。



ほうそう  
放送

ほうそう しゅうりよう  
放送は : で終了します。

きんきゆうじ やかん ほうそう おこな  
ただし、緊急時には夜間に放送を行うこともあります。



でんわ  
電話

ひなんじょあて でんわ ばあい ほうそう よだ でんごん  
避難所あてに電話があった場合は放送により呼び出し、伝言を行います。( : ~ : )

けいたいでんわ  
携帯電話はマナーモードにしてください。

けいائدんわ つうわ こうきよう ば せいかつばしよ えんりよ  
携帯電話での通話は公共の場のみとし、生活場所ではご遠慮ください。



食料や物資は、原則、組ごとに配給します。

- ・ 配給は、避難所以外の場所に滞在する被災者にも等しく行います。
- ・ 特別な事情がある場合は、避難所運営委員会の理解と協力を得ます。

食料を配る  
時間（原則）

朝

..... : ..... 頃

昼

..... : ..... 頃

夜

..... : ..... 頃

特別な物資の  
配布場所

物資：粉ミルク・おむつ

場所：.....

物資：女性用衣類や生理用品

場所：.....

物資：.....

場所：.....



トイレ

- ・ 利用者全員が、清潔に使用することを心がけてください。
- ・ トイレの清掃は避難所を利用する人が交代で行います。
- ・ トイレのふたを閉めてから流してください。



ごみ

分別して、指定された場所へ出してください。ゴミは各家庭で  
密閉して廃棄してください。



ペット

ペットは、他の避難所利用者の理解と協力のもと、飼い主が  
責任をもって飼育してください。

ペットは決められた場所で飼育し、他の部屋には入れないでください。