

新型コロナウイルス感染症に対応した
避難所開設・運営マニュアル

令和3年11月

上越市

感染症発生時において災害が発生した場合の避難所運営については、本マニュアルに基づき、**3密（密閉・密集・密接）の回避**や**衛生管理を徹底**し、避難者の感染リスクを低減するための対策に万全を期すこと。

※現行の上越市避難所開設・運営マニュアル(避難所対応編・資料編)も参照すること

【目次】

1. 事前準備	2
2. 受付	3
3. 体調不良者への対応	4
4. 救急対応	5
5. 定時連絡	5
6. 健康状態の把握	6
7. 衛生管理の徹底	6
①手指消毒の徹底	
②換気	
③清掃・消毒	
④ごみの管理	
8. 食事	7
9. 避難所開設・運営チェックリストの活用	7

【配布物】

- (別紙1) 避難者情報カード
- (別紙2) 避難所内における6つの約束（裏面）健康チェック問診表
- (別紙3) 健康観察カード（体調不良者用）
- (別紙4) エコノミークラス症候群予防のために
- (別紙5) 感染症予防に係る避難所開設・運営チェックリスト

【掲示用】

- (別紙6) 感染症対策へのご協力をお願いします
- (別紙7) トイレ使用時の注意点に関するポスター
- (別紙8) トイレ清掃時の注意点に関するポスター
- (別紙9) 体調不良者専用スペース表示用紙
- (別紙10) 体調不良者専用トイレ表示用紙
- (別紙11) 福祉避難スペース表示用紙
- (別紙12) 一般避難者スペース
- (別紙13) 黙食表示
- (別紙14) 手洗いで感染予防（断水時などに掲示）

【参考資料】

- (別紙15) 119番通報の目安（15歳未満、成人、高齢者）

【初動対応職員 参集時携行品一覧】・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 卷末掲載

1. 事前準備

①一般避難者用と体調不良者用（②と③へ）のゾーンの区分

- ・原則として動線が重ならないようにすること

②体調不良者の専用のスペースの確保・表示

- ・専用スペースは、個室又は間仕切りで区分する
- ・表示用紙を入口付近に掲示する（別紙9）

③体調不良者の専用トイレの確保・表示

- ・トイレが不足する場合は、簡易トイレを設置する

④福祉避難スペースの確保・表示

- ・専用スペースは、個室又は間仕切りで区分する

⑤個室や福祉避難スペースに段ボールベッドと間仕切りを配置

- ・対象者が多く不足した場合は、各避難所からの報告をもとに市災害対策本部で用意する

⑥受付の設置・配布準備（準備リスト）

受付備品	配布物
机	(別紙1)避難者情報カード
椅子	(別紙2)避難所内における6つの約束
体温計	(別紙3)健康観察カード(体調不良者用)
アルコール消毒液	(別紙4)エコノミークラス症候群予防のために
筆記用具	(配布用)マスク ※マスクをしていない人
受付者用手袋	
フェイスシールド	

- ・避難者から間隔をあけて並んでもらうための目印を床面にテープ等で表示する

⑦アルコール消毒液の設置

- ・受付（出入口）
- ・トイレ・手洗い場付近
- ・体調不良者専用の個室またはスペースの入口
- ・（適宜）食事を配布する際の配膳台付近

⑧ポスターの掲示

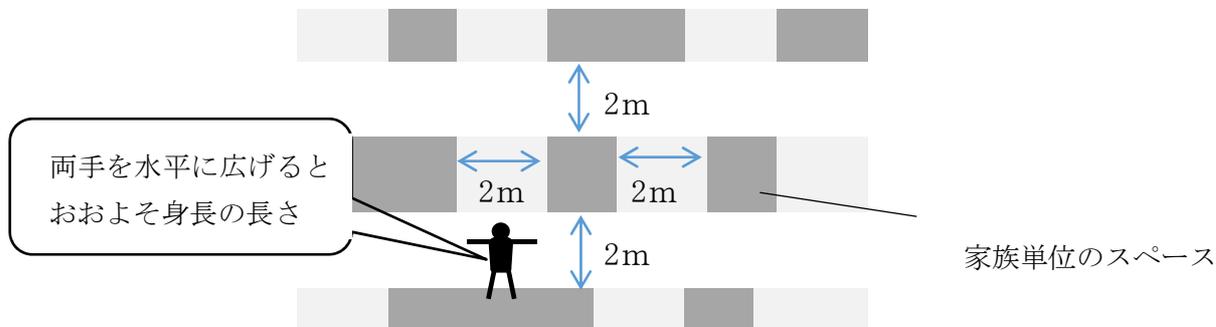
- ・手洗い、咳エチケットなどの徹底を呼び掛ける啓発ポスター（別紙6）
- ・トイレ使用時の注意点及び清掃時の注意点に関するポスター（別紙7、8）

⑨避難所外避難者（車中泊、テント泊）用のスペースの決定

- ・浸水の状況やスペースが確保できない場合は、決めなくてもよい

【一般避難者用の避難スペースのイメージ】

- ・ 家族単位のスペースごとに間隔を 2m 程度離すこと
- ・ 一家族当たりの占有スペースは、20 m²/3 人（他の家族と 2m 程度離す間隔を含む）を目安に確保すること
- ・ 可能な限り避難者が向き合う状態とならないよう呼び掛けること



2. 受付

(1) 初動対応職員で対応

- ① 体温計測
- ② 体調不良者の誘導
- ③ 一般避難者の誘導（自主防災組織と協力して実施） 各 1 人 計 3 人

※避難者が多い場合は災害対策本部へ職員の増員を要請する。

大規模災害等で避難者が多いことが見込まれる際は、予め職員を増員して配置。
（必要に応じて 6 人体制とする）

(2) 受付手順

- ① 避難者に受付でのマスクの着用と手指の消毒をお願いする
- ② 体温を計測し、避難者へ測定結果を伝える

避難者	誘導スペース	備考
発熱、咳等の症状がある人 （発熱：体温 37.5° 以上）	体調不良者スペース	必要に応じて、健康づくり推進課（福祉・医療班）に連絡
発熱、咳等の症状がない人	一般避難者スペース	
配慮が必要な人	福祉避難スペース	

③ 避難者へ配布物を渡す

配布先	配布物
全 世 帯 （一 般 避 難 者）	（別紙 1）避難者情報カード （別紙 2）避難所内における 6 つの約束
体 調 不 良 者	（別紙 3）健康観察カード
施設外避難者 （車中泊、テント泊等）	（別紙 4）エコノミークラス症候群予防のため

④その他

- （別紙1）「避難者情報カード」の記入は避難スペース案内後をお願いする。
 - ・記入後に受付まで提出してもらうか、職員が回収するかは避難者数や職員参集状況等により判断する
 - ・避難者で車中泊をする人に所定の場所を案内する。併せて、避難者情報カードに車中泊である旨と車のナンバーを記載してもらう
- マスクを持参していない人には備蓄品のマスクを配布
- ゴミ袋を持参していない世帯にはゴミ袋を配布

(3) 受付時の感染対策

避難時には、受付に多くの避難者が並び、密集・密接といった状況になることが予想されます。感染拡大を防ぐために、以下のポイントを踏まえて受付を行います。

【ポイント】

- ①受付職員は、フェイスシールドとマスク、使い捨て手袋を着用する。
- ②養生テープ等で1～2m程度ごとに印をつけて、避難者同士の間隔をあけるように呼びかけを行う。



②養生テープ等で印を設け、距離を保つ

【その他】

避難者が落ち着いた段階で、避難スペースに番号を割り振り、避難者が自らの避難スペースを把握しやすいようにすることも方法の一つです。

3. 体調不良者への対応

- ①体調不良者スペースに案内する
- ②「健康観察カード」（別紙3）を配布し記入してもらう
- ③病院に行ける場合は、かかりつけ医又は最寄りの病院に行ってもらう
- ④健康づくり推進課（福祉・医療班）に体調不良者の状況や対応を報告する

4. 救急対応

(1) 救急車の要請

- ・体調不良者の中で、別紙 15 のような症状がある場合は、すぐに 119 番する。
- ・通報後、健康づくり推進課（福祉・医療班）に 119 番通報を行った旨連絡する。

(2) 消防機関（消防職(署)員）への連絡事項

確認事項	回答事項
①火事又は救急	・「救急です」と伝える。
②住所はどこ？	・市町村名から伝える ・住所がわからない場合は、建物の名前や交差点など目印になるものを伝える
③症状は？	・(別紙 3) 健康観察カードを参考にどのようにして、どうなったかを簡潔に伝える。
④年齢は？	・(別紙 3) 健康観察カードを参考に年齢を伝える。
⑤電話した人の名前と連絡先	・対応した初動対応職員の名前と連絡先を伝える

5. 定時連絡

1 時間毎に避難所対策班へ下記について連絡すること

連絡事項	備考
①避難者総数	・(別紙 1)「避難者情報カード」により集計
②避難世帯数	・(別紙 1)「避難者情報カード」により集計
③一般避難者数	・発熱、咳等の症状が <u>ない</u> 人
④体調不良者数	・発熱、咳等の症状が <u>ある</u> 人 (発熱：体温 37.5℃以上の人)
⑤施設外避難者数	・施設敷地内の車中やテント等の避難者 (健康状態の区分なし)
⑥避難者総数の内、外国人避難者数	・初動対応時は、日本語の会話や読み書きが困難であるなど、明らかに支援が必要な外国人の人数を報告 ・初動対応が落ち着いてから、全ての外国人(日本語に精通している外国人も含む)の人数を把握する

以下の計算となるよう各数値を報告する

$$\text{①避難者総数} = \text{③一般避難者数} + \text{④体調不良者数} + \text{⑤施設外避難者数}$$

※物資の不足や職員の応援など、急を要する件は、災害対策本部に連絡すること

6. 健康状態の把握

- ①1日に2回（朝、夕）の検温と問診を実施して健康状態を把握する
- ②（別紙2）「避難所内における6つの約束」裏面の「問診の項目」に従い各自でチェックしてもらう
- ③体調不良者が発生した場合は専用のスペースへ誘導する
- ④車中泊、テント泊者等世帯も忘れずに行うこと

7. 衛生管理の徹底

(1) 手指消毒の徹底

- アルコール消毒液を設置した箇所を通過する際は、手指消毒を徹底する
【消毒液設置箇所】・受付（出入口）
 - ・トイレ・手洗い場付近
 - ・体調不良者専用の個室またはスペースの入口
 - ・（適宜）食事を配布する際の配膳台付近
- 手が濡れている場合は、清潔なタオルやペーパータオル等でよく拭き取ってから、手指消毒を行うことを徹底する（手拭きタオルは共有しない）

■断水時の手指消毒

- ・目に見える汚れなどは、ウェットティッシュなどで拭きとる
- ・①から⑥の順にアルコール消毒液を手指、手首にすりこむ（別紙14を掲示）
①両手の指先 ⇒ ②手のひら ⇒ ③手のこう
⇒ ④指の間 ⇒ ⑤親指 ⇒ ⑥手首

(2) 換気

- ・気候上可能な限り常時、風が通るよう2方向の窓を開けて換気する。（困難な場合は30分に1回程度換気する。）
- ・窓が一つしかない場合は、ドアを開ける
- ・換気扇がある場合は、換気扇と窓の開閉を併用する

(3) 清掃・消毒

箇所	清掃・消毒回数	具体例	装備品(※)
特に多くの人 が手を触れる箇所	こまめに (2時間に1回以上)	・ドアノブ ・手すり ・スイッチ 等	・マスク ・使い捨て手袋
共有スペース	1日2回 (午前・午後)	・避難スペース ・玄関 ・廊下 等	

トイレ	1日3回 (午前・午後・夕) ※目に見える汚物が あれば都度	<ul style="list-style-type: none"> ・洗浄レバー、ボタン ・ふた ・ホルダー ・蛇口 ・ドアの取っ手 ・手すり ・便座 ・スイッチ 	<ul style="list-style-type: none"> ・マスク ・使い捨て手袋 ・雨合羽 ・ゴーグル ・フェイスシールド ・長靴
-----	---	--	--

(※) 装備品は、使用后、都度廃棄（長靴は消毒し再使用）

■拭き掃除用消毒液（ピューラックス濃度約6%使用時）

[水1ℓに対する希釈量]

- 拭き掃除使用：キャップ1.5杯(8.5ml)の液を入れて使用
- 吐物や便を処理：キャップ0.3杯(17ml)の液を入れて使用

(4) ごみの管理

- ・原則としてごみ箱は設置しない
- ・鼻水、唾液等が付いたごみは、ビニール袋で密閉し各自で管理し、持ち帰る

8. 食 事

- ①作業前には手洗い・アルコール消毒を行い、マスクと使い捨て手袋を着用
- ②食事の配膳台を準備の前後に拭き掃除用消毒液で拭く
- ③配膳台付近にポンプ式のアルコール消毒液を配置
- ④食料配布時混み合うことがないように養生テープなどで2m間隔に印をつける等、列に並ぶ際に密にならないように工夫する。
- ⑤避難者は必ず手指消毒を行ってから食事を受け取ってもらう
- ⑥食事をするときには、向かい合わないようにして食べるようにする
- ⑦食事中は黙食を促す。(必要に応じて、別紙13を掲示)

9. 避難所開設・運営チェックリストの活用

都度又は定期的に、項目ごとにチェックし遺漏がないか確認すること
「感染症予防に係る避難所開設・運営チェックリスト」(別紙5)

避難者情報カード

記入日	年 月 日	行政区 区		計 人
ふりがな	性別	町内会	生年月日	年齢
家族代表者 氏 名				
住 所	上越市		電話番号	
緊急連絡先	氏 名			
	住 所	電話番号		
家族構成	氏 名	性別	年齢	体温・健康状態（症状をチェック）
				℃：□咳 □鼻水・鼻づまり □くしゃみ □息苦しさ □のどの痛み □頭痛 □倦怠感 □吐き気・嘔吐 □下痢 □味覚臭覚障害 □胸痛 □関節・筋肉痛
				℃：□咳 □鼻水・鼻づまり □くしゃみ □息苦しさ □のどの痛み □頭痛 □倦怠感 □吐き気・嘔吐 □下痢 □味覚臭覚障害 □胸痛 □関節・筋肉痛
				℃：□咳 □鼻水・鼻づまり □くしゃみ □息苦しさ □のどの痛み □頭痛 □倦怠感 □吐き気・嘔吐 □下痢 □味覚臭覚障害 □胸痛 □関節・筋肉痛
				℃：□咳 □鼻水・鼻づまり □くしゃみ □息苦しさ □のどの痛み □頭痛 □倦怠感 □吐き気・嘔吐 □下痢 □味覚臭覚障害 □胸痛 □関節・筋肉痛
				℃：□咳 □鼻水・鼻づまり □くしゃみ □息苦しさ □のどの痛み □頭痛 □倦怠感 □吐き気・嘔吐 □下痢 □味覚臭覚障害 □胸痛 □関節・筋肉痛
<p>家族の中で次の項目にあてはまる方がいましたら「はい」を○で囲んでください</p> <ul style="list-style-type: none"> 過去2週間以内に発熱（平熱より高い体温、あるいは体温が37.5℃以上）した はい いいえ 2週間以内に外国への渡航歴（及びそれらの方と家族や職場内接触歴）がある はい いいえ 2週間以内に、新型コロナウイルスの患者やその疑いのある患者（同居者・職場内での発熱含む）との接触歴がある はい いいえ 新型コロナウイルスの患者に濃厚接触の可能性があり、待機期間内（自主待機も含む）である はい いいえ 				
上記の人の中で、既往症のある人や妊娠している人がいれば記入してください。				
その他、特別な要望があれば記入してください。				
安否確認のための情報開示（どちらかに○をしてください。）				
親族・同居者からの照会に対し情報を提供することに		同意する	同意しない	
避難所対応職員等の記入欄【避難所利用が不可となった場合の対応等】				
健康づくり推進課等への連絡・救急要請・その他（ ）				

～避難者の皆様へ～

避難所内における6つの約束

○マスクを着用する



○互いに適度な距離を保つ
向き合う状態にならない
不要な私語は慎む



○こまめな手洗い
手指のアルコール消毒
タオルは自分の物を使う



○鼻水や唾液のついたごみは
ビニール袋で密閉し、自分で
管理する



○みんなで協力して定期的に
換気と清掃をする



○熱が出たり、体調が優れない時
は、すぐに市職員へ申し出る



裏面チェックリストの問診
項目を確認しましょう

健康チェック問診表

◎ 1日2回（朝・夕）世帯全員の健康状態を確認しましょう		
○体温	○咳	○鼻水・鼻づまり
○くしゃみ	○息苦しさ	○のどの痛み
○頭痛	○倦怠感	○吐き気・嘔吐
○下痢	○味覚・嗅覚障害	○胸痛
○関節・筋肉痛		

上越市

健康観察カード（体調不良者用）

氏名（ふりがな）	性別	年齢

	1日目	2日目	3日目
確認日	月 日（ ）	月 日（ ）	月 日（ ）
体温	朝： ℃	朝： ℃	朝： ℃
	夕： ℃	夕： ℃	夕： ℃
下記項目で症状のある場合は「はい」に○を付けてください			
咳	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
鼻水・鼻づまり	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
くしゃみ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
息苦しさ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
のどの痛み	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
頭痛	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
倦怠感	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
吐き気・嘔吐	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
下痢	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
味覚嗅覚障害	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
胸痛	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
関節・筋肉痛	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ

エコノミークラス症候群 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



(出典：厚生労働省ホームページ)

感染症予防に係る避難所開設・運営チェックリスト

項 目	対 応 事 項	確認
事前準備	体調不良者と一般避難者との動線（ゾーン）を区分したか。	<input type="checkbox"/>
	発熱や咳症状のある避難者に、専用スペース又は個室、専用トイレを確保したか。また、専用トイレの表示表紙（別紙 10）を掲示したか。	<input type="checkbox"/>
	福祉避難スペースを準備及び表示用紙（別紙 11）を掲示したか。	<input type="checkbox"/>
	個室や福祉避難スペースに段ボールベッドと間仕切りをセットしたか。	<input type="checkbox"/>
	受付に必要物品を設置したか。	<input type="checkbox"/>
	所定の場所にアルコール消毒液を設置したか。	<input type="checkbox"/>
	手洗い、咳エチケットなどの徹底を呼び掛ける啓発ポスター（別紙 6）を掲示したか。	<input type="checkbox"/>
	トイレ使用時及び清掃時の注意点に関するポスター（別紙 7、8）を掲示したか。	<input type="checkbox"/>
	避難所外避難者（車中泊、テント泊）用のスペースを決定したか。	<input type="checkbox"/>
受付対応	避難者情報カード（別紙 1）により健康状態を把握したか。	<input type="checkbox"/>
	「避難所における 6 つの約束」（別紙 2）を配布したか。	<input type="checkbox"/>
	家族単位のスペースごとに間隔を 2 メートル確保しているか。	<input type="checkbox"/>
	居住スペースは 20 m ² /3 人を基準としているか。	<input type="checkbox"/>
	車中泊の避難者へ「エコノミークラス症候群予防のために」（別紙 4）を配布したか。	<input type="checkbox"/>
体調不良者への対応	体調不良者を専用のスペースへ案内したか。	<input type="checkbox"/>
	「健康観察カード」（別紙 3）を配布したか。	<input type="checkbox"/>
	災害対策本部に体調不良者に関する事項を報告したか。	<input type="checkbox"/>
健康状態の把握	2 回/日の検温と問診を実施して健康状態を把握しているか。	<input type="checkbox"/>
	体調不良者を専用のスペースへ案内したか。	<input type="checkbox"/>
	災害対策本部に体調不良者の発生を報告したか。	<input type="checkbox"/>
衛生管理の徹底	1 回/30 分を基準に風が通るように換気をしているか。	<input type="checkbox"/>
	清掃・消毒を適宜実施しているか。（共有スペース、トイレ）	<input type="checkbox"/>
	1 回/2 時間を基準に手すり、ドアノブ等の消毒を実施しているか。	<input type="checkbox"/>
	鼻水、唾液等が付いたごみは、ビニール袋で密閉し各自で管理されているか。	<input type="checkbox"/>
食 事	配膳台は準備の前後に次亜塩素酸ナトリウムで消毒しているか。	<input type="checkbox"/>
	配膳台付近にポンプ式アルコール消毒液を配置しているか。	<input type="checkbox"/>

！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やろう



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



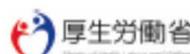
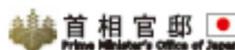
1 鼻と口の両方を
確実に覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
鼻まで覆う



厚労省 検索



新型コロナウイルス感染症予防(トイレ編)

トイレ使用時の注意点

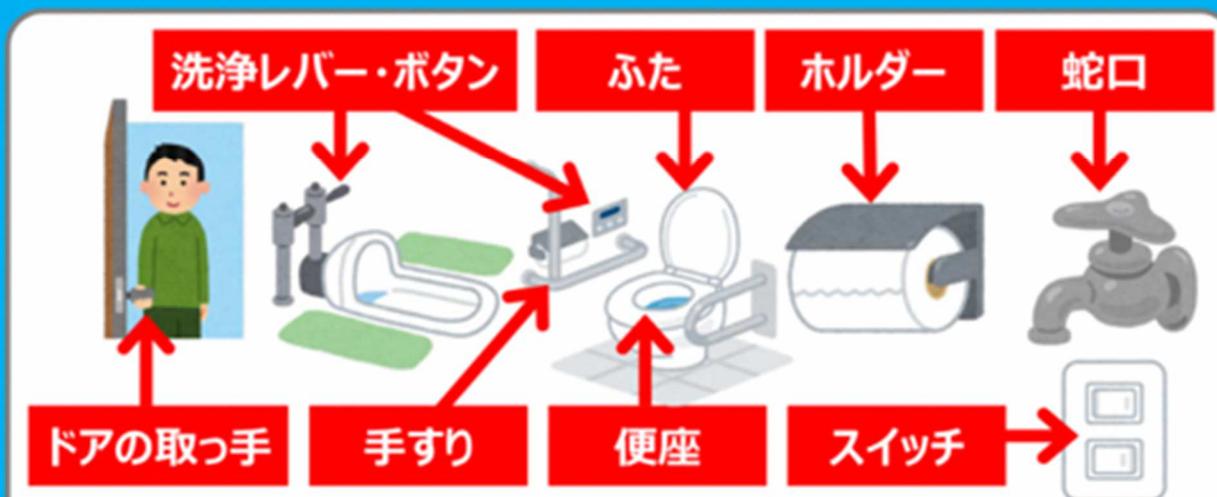
- ・トイレを使用する時には、蓋を閉めてから洗い流す。
- ・洗い流す際は可能な限り、手袋やペーパータオルを使用してハンドルに触れない。



（株）食環境衛生研究所 【新型コロナ対策】トイレ使用時の注意点についてを参考に作成

新型コロナウイルス感染症予防（トイレ編）

トイレ消毒の8箇所



特に多くの方が触れる箇所は、適宜、消毒液（消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム等）を使用して清掃を行うなどして環境衛生を良好に保つ。

新型コロナウイルス感染症予防（トイレ編）

トイレも換気が大事



換気扇



ガラリ（扉下部）



ガラリ（窓上部）

換気の悪い密閉空間にしないため、こまめな換気を実施する（可能であれば2方向の窓を同時に開ける）。換気扇やガラリなどにホコリが詰まっていると空気が流れなくなるので清掃する。

作成 NPO法人日本トイレ研究所 <http://toilet-magazine.jp/>

参考 新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドライン（令和2年3月24日）文部科学省

体調不良の方の
専用スペースです

※一般避難者の立ち入りは
「遠慮ください」

体調不良の方 専用トイレ

※一般避難者は使用できません

福祉避難

スペース

一般避難者 スペース

もくしよく
黙食

にご協力ください

**マスクを外しての会話は
飛沫感染リスクになります**

※マスクを着用していても、近接した距離や
大声での会話を控えましょう

手洗いで感染症予防

手指消毒薬



流水で手洗いができない場合には、アルコールを含んだ手指消毒薬を使用しましょう。

画像出典：厚生労働省（<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou01/keihatu.htm>）

手指消毒の手順

出典：「日本環境感染学会教育ツールVer.3.1より引用」

1 <p>消毒薬約3mLを手のひらに取ります（ポンプを1回押すと霧状に約3mLでます）。</p>	2 <p>初めに両手の指先に消毒薬をすりこみます。</p>	3 <p>次に手のひらによくすりこみます。</p>	4 <p>手の甲にもすりこんでください。</p>
5 <p>指の間にもすりこみます。</p>	6 <p>親指にもすりこみます。</p>	7 <p>手首も忘れずにすりこみます。乾燥するまでよくすりこんでください。</p>	指先から消毒するのがポイントです。

とくに
食事前や調理前、
トイレ使用後には
手洗いを！



こんなときにはすぐに119番!!

子ども (15歳以下)

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

頭

- 頭を痛がって、けいれんがある
- 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

胸

- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い

おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいおなかの痛みで苦しがる
- 嘔吐が止まらない
- 便に血がまじった

手・足

- 手足が硬直している



意識の障害

- 意識がない (返事がない) またはおかしい (もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった



やけど

- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど



事故

- 交通事故にあった (強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

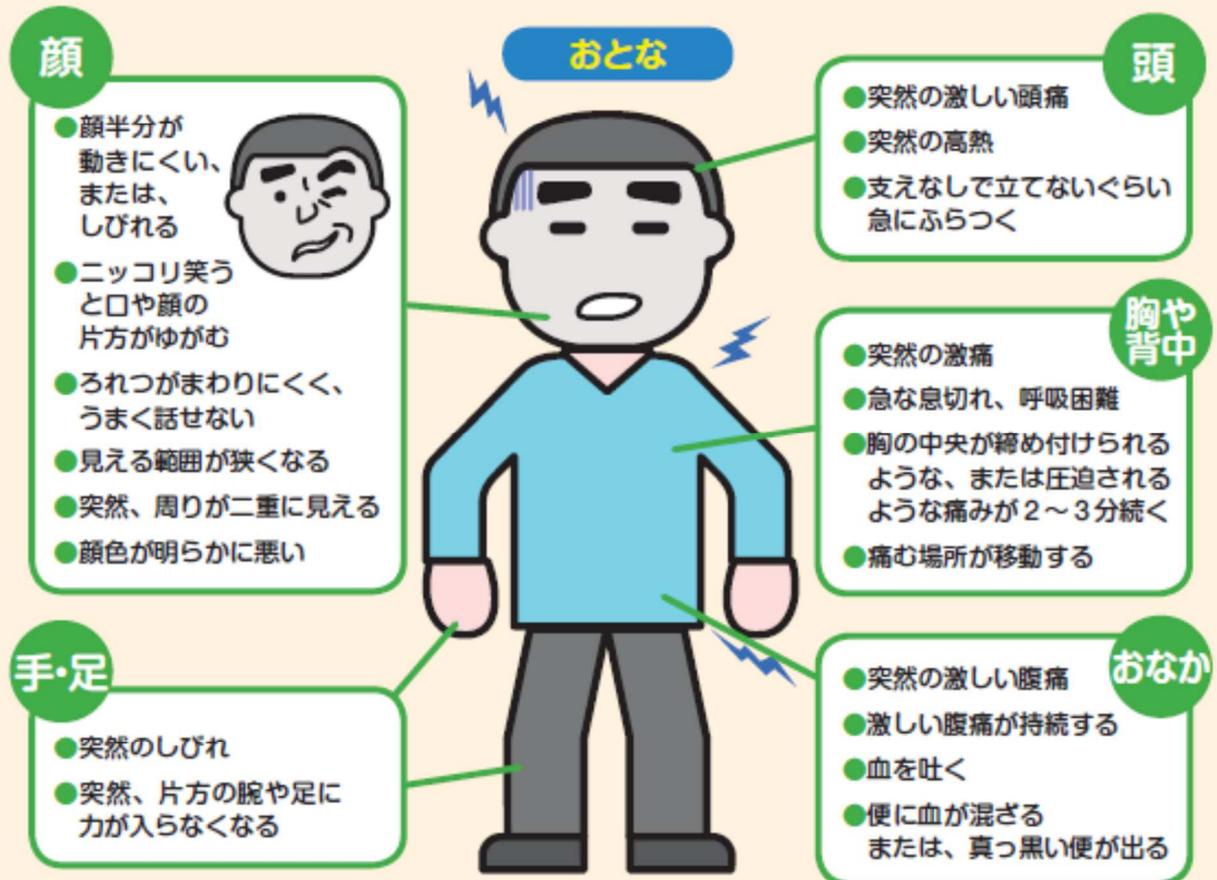


生まれて3カ月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

重大な病気やけがの可能性がります!



意識の障害

- 意識がない (返事がない) またはおかしい (もうろうとしている)
- ぐったりしている

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

事故

- 交通事故にあった (強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

突然のこんな症状の時にはすぐ119番!!

高齢者



顔

- 顔半分が動きにくい、しびれる
- 笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくい
- 見える範囲が狭くなる
- 周りが二重に見える

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 急にふらつき、立ってられない

胸や背中

- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 旅行などの後に痛み出した
- 痛む場所が移動する

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 血を吐く

手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

意識の障害

- 意識がない(返事がない)又はおかしい(もうろうとしている)

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

けいれん

- けいれんが止まらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせた

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

事故

- 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合◎
高齢者は自覚症状が出にくい場合もありますので注意しましょう。

※迷ったら「かかりつけ医」に相談しましょう!

メモ

【初動対応職員 参集時携行品一覧】

避難所情報台帳・マニュアル関係	チェック
避難所情報台帳	<input type="checkbox"/>
新型コロナウイルス感染症に対応した避難所開設・運営マニュアル	<input type="checkbox"/>
避難所開設・運営マニュアル【事前準備編】	<input type="checkbox"/>
避難所開設・運営マニュアル【避難所対応編】	<input type="checkbox"/>
避難所開設・運営マニュアル【資料編】	<input type="checkbox"/>

物品関係	チェック	物品関係	チェック
マスク	<input type="checkbox"/>	筆記用具	<input type="checkbox"/>
長靴	<input type="checkbox"/>	ビニール袋（ゴミ袋）	<input type="checkbox"/>
内履き	<input type="checkbox"/>	スマートフォン・携帯電話	<input type="checkbox"/>
タオル	<input type="checkbox"/>		

新型コロナウイルス感染症に対応した
避難所開設・運営マニュアル

発行年月 令和2年7月

改編年月 令和3年11月

編集・発行 上越市 防災危機管理部 危機管理課