

# 避難所運営マニュアル

～いのちを守り、希望を見い出す拠点となるよう、次のような避難所づくりを目指しましょう～

## 避難所開設・運営の基本方針

### ▶ 避難所は住民の自治による開設・運営を目指します。

まず「地域の集合場所」へ！  
避難は原則町会単位で！

「地域の集合場所」を拠点とした安否確認、初期消火活動、救出・救護活動を実施。避難は原則として町会単位で行うことが、その後の迅速で円滑な救出活動や避難所運営につながります。

3日間は地域で助け合うこと  
行政は体制が整い次第、支援に！

過去の災害事例から、大規模災害の発災直後における住民自治による迅速な取組みが重要になります。行政は、職員の被災、行政機能の低下や人命救助等の応急措置の実施などにより、3日間は地域に入ることが難しい状況もありますが、体制が整い次第、支援に入れます。

### ▶ 避難所は被災者が暮らす場所と考え、 自立支援、コミュニティ支援の場として取り組みます。

避難所は長期化も見越して運営

過去の災害事例から避難所生活の長期化(数箇月)は避けられないほどの大規模な災害が発生すると考えられています。地域コミュニティの再生・更なる活性化につながる避難所運営に取り組みましょう！

### ▶ 要配慮者にも優しい避難所づくり、 男女共同参画の視点に配慮した避難所づくりに取り組みます。

要配慮者(避難行動要支援者)  
とは

災害時に自力での避難等が困難で、配慮や支援が必要な、高齢者、障がいのある人、乳幼児、妊娠婦、外国人など災害時には、誰もが要配慮者になる可能性があります。誰もが配慮し合い関連死を予防することが避難所運営の大きな目標です。

#### 『3・3・3の原則』

災害発生から避難生活期に至るまでの時間経過と対応の目安

~3分	30分	3時間	3日間	3週間
自身の身の安全を確保	救助体制の確保、「地域の集合場所」に集まる！安否確認、救出・救護	自身や家族の安全を確保した上で危険な人の発見・救出	全ての人の安否確認と安全な避難を行うことが理想。避難所運営委員会の立ち上げや生活のルールや役割分担の設定など	(地震の場合) 避難生活の安定へ(避難所統廃合検討など)

# 地域住民による 避難所開設手順・運営のポイント

## 避難所開設準備のための開錠・受入準備(安全点検)避難所開設の第一歩!

※事前に決められた鍵保管者が避難所に駆けつけ、必要な箇所を開錠

## レイアウトづくり あらかじめきちんとレイアウトすることが混乱をなくします!

### ポイント

- みんなが活動しやすい場所に（まず、通路をつくる）
- プライバシーを配慮（男女別更衣室は重要！）
- みんなに情報が行き届くように！  
(複数の掲示板や立て看板等の工夫)
- トイレが使いやすいように（要配慮者は通路側に！）

「福祉スペース」や「体調不良者等の一時休息スペース」も大切！

### (レイアウト例)

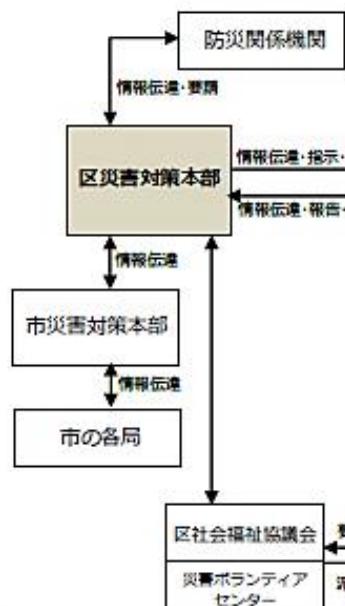


## 避難所名簿づくり 人数把握を迅速に行なうことが円滑な避難所運営につながります！

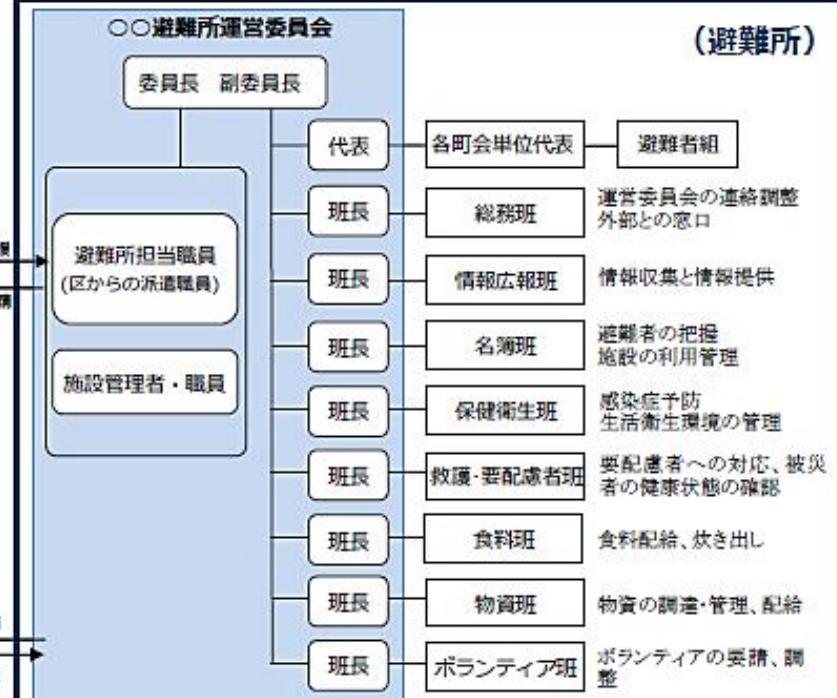
原則として、町会単位で受付けをし、まず避難者の概算人数(総数)を把握

## 運営体制づくり 円滑な避難所運営のために、しっかりとした体制づくりが重要です！

### 避難所の運営体制



### (避難所)



## 避難所運営で配慮が必要なこと 運営のルールづくりやお互いに配慮・工夫が必要！

※不特定多数の人が混乱状態の中で避難し、生活する避難所では、お互いに配慮しあえるよう工夫が必要になります。

### ● 3つの管理が大切

#### 衛生管理

- 手洗い場(洗面場)と調理場は分けましょう。
- 配食時などは必ず手洗い、消毒しましょう。
- マスクを用意！
- 残飯とごみの分別、残飯のバケツには蓋をする。
- 手洗い、うがいの徹底  
…など

#### 食事管理

- 身体に優しい食事(塩分控えめ、野菜多め)の提供
- 地域の協力で炊き出しができるようにしましょう。
- 時間を決めて食事をする。
- みんなで一緒に食べるよう心がけましょう！

#### 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る。
- 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)
- 避難所は原則として、飲酒は禁止します。

### ● その他配慮が必要なこと ~これだけはチェック~

円滑な運営のために…

- 情報をは常に"見える化"を！
- ペットへの対応
- 生活リズムを決め、生活のルールをつくりましょう。  
(起床や消灯などの生活時間、朝礼・健康体操の時間、避難者参加の掃除当番や配食当番など)
- 在宅被災者への情報提供、炊き出し・救援物資の配給

要配慮者に配慮した、みんなに優しい避難所にするために…

- トイレに工夫(洋式トイレは高齢者や障がいのある人を優先に！)
- 座位確保(座った姿勢で過ごせるよう工夫しましょう)
- プライバシーと見守り(プライバシーの確保と声かけなどの見守りへの配慮)
- 子どもの居場所づくり
- 外国人への情報伝達を工夫

# 災害発生～避難所開設・運営・撤収の流れ

