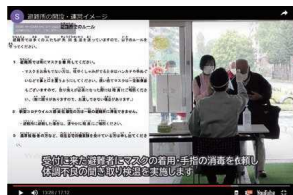


動画と資料でイメージしよう

避難所の開設・運営 イメージ動画 札幌市危機管理局



災害が発生した時の避難所を開設・運営するためのイメージ動画です。イラストが多く、運営の流れをつかむことができます。

豊平区防災訓練 (避難所開設訓練) 動画 札幌市豊平区役所



区職員と地域の方が、令和4年1月に豊園小学校で避難所の運営訓練を行った動画です。実際に避難所を開設・運営しており、避難所のイメージがより具体的になります。

ハザードマップやパンフレットなど

豊平区防災マップ



- 浸水の想定
 - 崖崩れの警戒箇所
 - 避難所
- などが確認できます



さっぽろ防災ハンドブック



災害の知識や災害発生時の行動など、家庭での備えに役立つ情報がまとめられています



札幌市 洪水ハザードマップ [豊平区版]

- 洪水(川・大雨)の被害想定
- 内水氾濫(下水道)の被害想定



札幌市 地震防災マップ [豊平区版]

- 揺れの強さ
- 液状化の危険度
- 家屋全壊率



無事ですカード

在宅かどうかに関わらず、このカードを玄関ドアに貼って無事を知らせると、安否確認がしやすくなります。
*ダウンロード可能です



はじめに

冬季に月寒断層直下型地震が発生したら、豊平区の避難所へ避難する方は8,000名を超え、1つの避難所に200名を超える方が避難する可能性があります。避難所を運営する市職員は2~4名程度で、職員だけで避難所を運営することは難しく、地域の皆さんの協力が欠かせません。

このパンフレットは、地域の皆さんに避難所運営の全体の流れをイメージしてもらうように整理した「イメージブック」です。

日頃から避難所運営をイメージしていただき、万が一の災害時には、このイメージブックを活用して、一緒に困難を乗り越えていきましょう。



もくじ

0~1時間 地震発生! 02

まずは、動かない!
避難の仕方を考えよう
周りの人に声を掛けよう

1~3時間 避難所を開設しよう 03

重要 過ごしやすい避難所の全体イメージ 03
避難所開設の流れをイメージしよう 05

1~3日目 避難所での過ごし方をイメージしよう 08

避難者名簿を整理しよう
入退室の記録をとろう
避難所のルーティンを決めよう
車中泊・ベットとの過ごし方

4日目~ 避難生活が長くなりそうなときに 09

「生活班」をつくろう
「避難所運営チーム」をつくろう
担当チームの役割をイメージしよう
4日目以降に必要なこと

災害の前に 減災をイメージしよう 11

「冬の避難」をイメージしよう 11
浸水時の避難をイメージしよう 12
備蓄を知り、自分に必要なものをイメージしよう 13
動画と資料でイメージしよう 裏表紙



0~1時間 地震発生!

1 まずは、動かない!

- 大きな揺れが収まるまで安全な場所で身の安全を確保しよう
- 揺れが収まってから動こう
 - まずは動かず、周りを見渡そう
 - 危険なものがないか確認しよう
 - けがをしないようにスリッパなどを履こう
 - 火元・電源を落とそう
- 自宅やご近所の被災状況を確認しよう

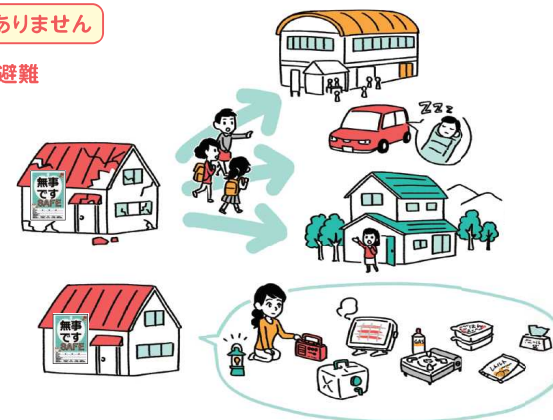


2 避難の仕方を考えよう

避難所に行くだけが「避難」ではありません

- 自宅で安全に過ごせるなら**在宅避難**
- 車中泊避難**
- 知人や親族宅での避難など

日頃から備蓄を準備し、避難の仕方話し合っておきましょう



3 周りの人に声を掛けよう

- 自分や家族の無事を確認したら**無事ですカード***を玄関ドアに貼ろう
- 周りの人に声を掛けて、互いの安否を確認しよう
- 避難所には声を掛けあって一緒に避難しよう

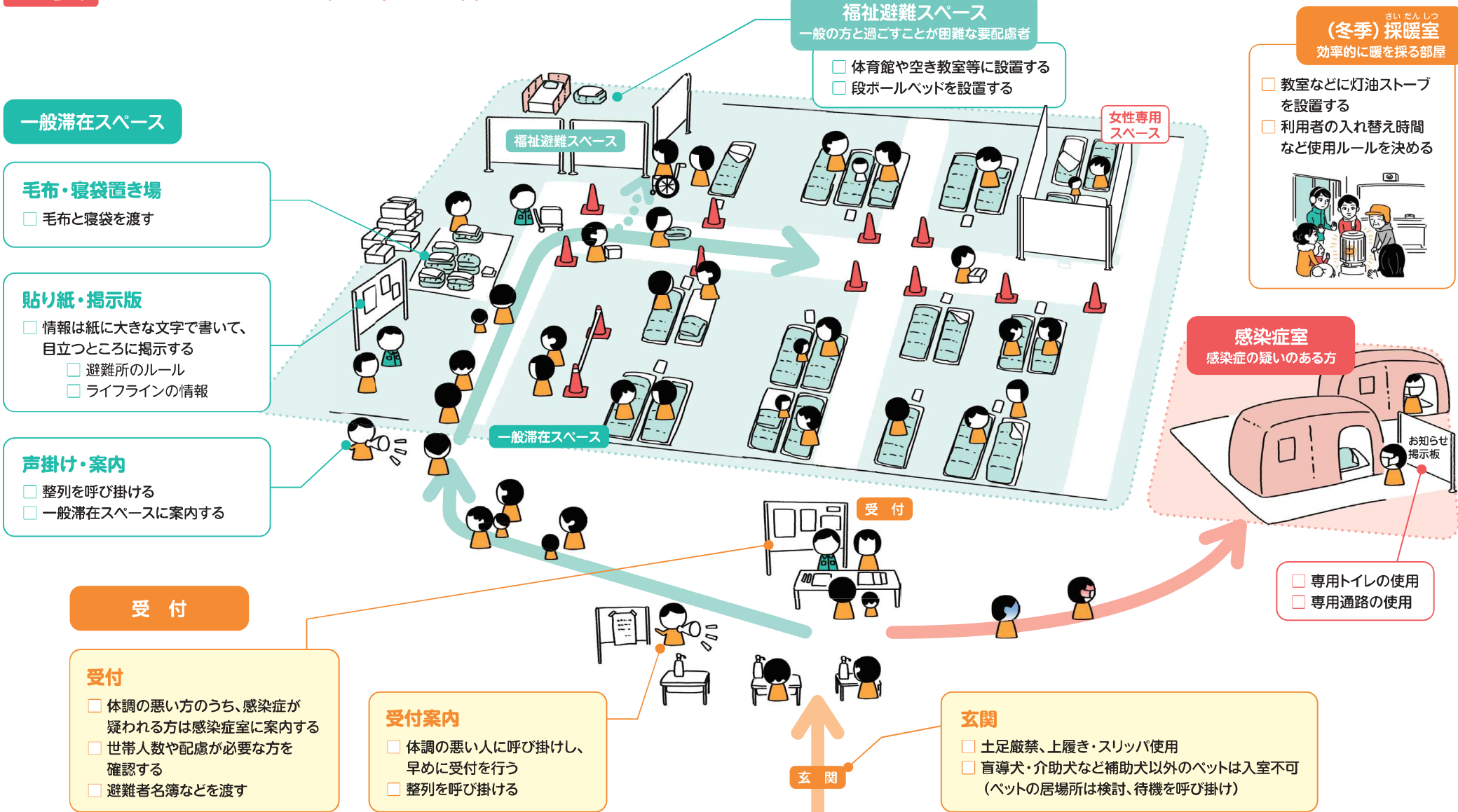
*無事ですカード

自分や家族の無事をご近所に知らせるためのカード。皆さんが自宅にいる・いないに関わらず掲示することで安否確認がスムーズになります。



1~3時間 避難所を開設しよう

重要 過ごしやすい避難所の全体イメージ

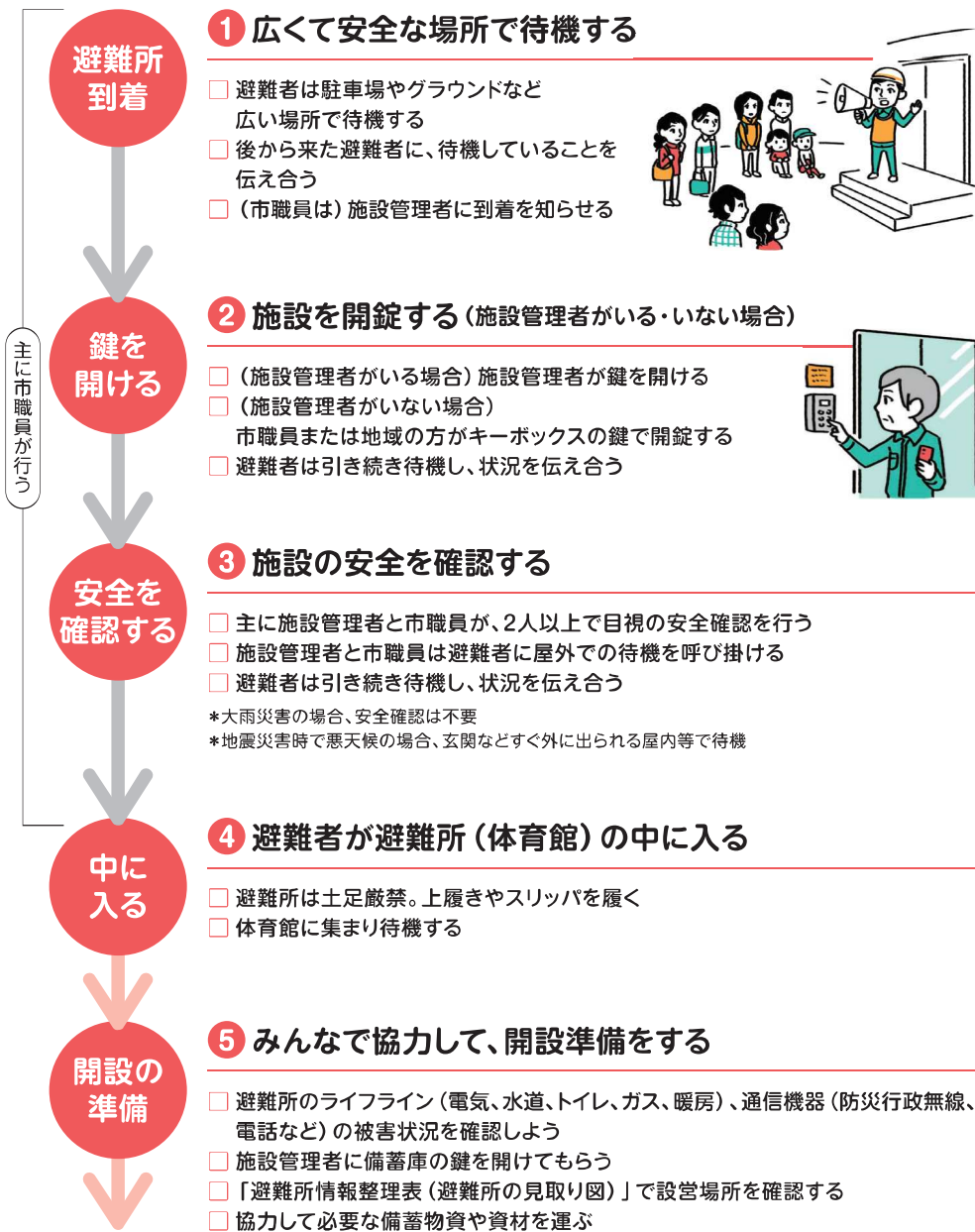


市職員だけでは、できることに限りがあります。

地域の方の協力が、過ごしやすい避難所づくりの基盤です。避難所の運営は市職員が中心となって行いますが、1つの避難所を担当する市職員は2~4名です。そのため、市職員だけで避難所運営を行うことは難しく、迅速な避難所運営には地域の方の協力が欠かせません。

避難所開設の流れをイメージしよう

避難所に到着してから、受付を始めるまでの大まかな流れを整理しました。



6 グループに分かれて、並行して設営を始める



受付
対応へ

0〜1時間 地震発生
1〜3時間 避難所開設
1〜3日目 避難所の過ごし方
4日目 避難の長期化
災害の前に 減災イメージ

1～3日目 避難所での過ごし方をイメージしよう

避難所の過ごし方には、決まりごとが必要です。車中泊の方やペット連れの避難者もいるでしょう。避難所での過ごし方をイメージしてみましょう。

1 避難者名簿を整理しよう

- 名簿を管理しよう
- 車中泊・在宅避難・ペット連れの避難者を確認しよう
- 要配慮者二次避難所(福祉避難所*)への移動が必要な方の情報を整理しよう

2 入退出の記録をとろう

- 避難所から外出、外泊、退所する方は必ず「受付」に申し出てもらう
- 避難所からの退去 など



3 避難所のルーティンを決めよう

- 時間**
 - 点灯・消灯時間を決めよう
 - 食事の時間を決めよう
 - 携帯電話などの充電ルールを決めよう(10分交代など)
- 役割**
 - 掃除の時間と役割分担を決めよう
 - 要配慮者をみんなで気にかけてよう
 - 医療や介護関係者など専門家に協力をお願いしよう



4 車中泊・ペットとの過ごし方

- 車中泊の方**
 - 車中泊でも「避難所でのルール」を守ろう
 - 車のエンジンはなるべく切っておこう(一酸化炭素中毒防止)
 - こまめに体を動かそう(エコノミークラス症候群防止)
 - 冬季は車体周りをこまめに除雪しよう
- ペット連れの方**
 - ケージやペットフードなどは飼い主が必ず準備しよう
 - 施設管理者と相談して、ペットの居場所を用意しよう
 - ペットの世話(エサ、糞尿の始末、飼育スペースの掃除、体調管理)は飼い主が責任をもって行う



*要配慮者二次避難所(福祉避難所)

一般の滞在スペースや福祉避難スペースでの生活が困難な要配慮者のための避難所(社会福祉施設等)です。要配慮者に対して生活支援等を行います。



札幌市公式HP
福祉避難スペース・要配慮者二次避難所のご案内

受付開始



避難所に到着!!

受付のポイント

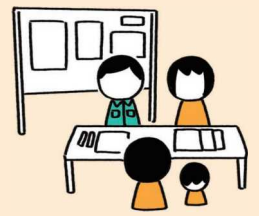
- 避難者数を確認する
- 要配慮者の有無を確認する
- 体調が悪い方の有無を確認する

受付で確認

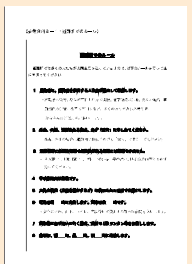
- 世帯人数の確認
- 要配慮者の有無を確認する

要配慮者とは

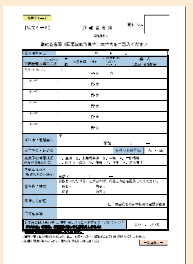
高齢者や障がい者(身体・知的・精神障がい等)、難病患者、妊産婦、乳幼児等、一般の避難所での生活に配慮が必要な方のことをいいます



受付で配布



避難所でのルール

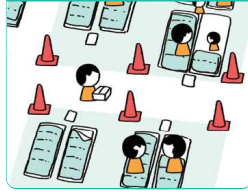


避難者名簿(後ほど回収)

要配慮者で他の方と一緒に過ごすことが困難な場合

体調が悪く、感染症が疑われる場合

一般滞在スペース



福祉避難スペース



感染症室



滞在スペースに案内

避難生活が長くなりそうなときに

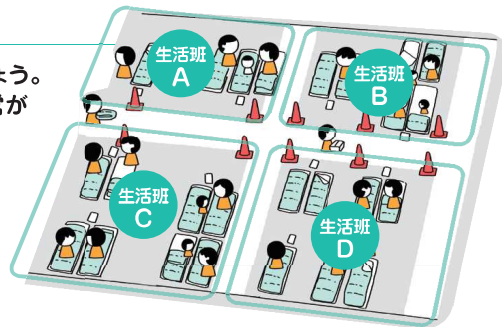
避難所での生活が4日目を過ぎると、少しずつ1日の流れが整ってきます。
また、市職員は「復興支援」のために職場に戻り始めます。
避難所の運営は少しずつ市職員から避難者中心に切り替えていくことになります。

1 「生活班」をつくろう

避難所の区画を生かして、班分けをしましょう。
人数確認や食事の配膳など、避難所の運営がスムーズになります。

●生活班のイメージ

- 区画を生かし10名前後で構成する
- 班長・副班長を決める



2 「避難所運営チーム」をつくろう

避難所の運営も担当を分けるほうが効率的です。
発災から1週間くらいを目処に運営チームを作りましょう

●運営チームの役割

- 避難所を過ごしやすいように
- 区災害対策本部との連絡調整をスムーズにする
- 避難所の課題に対応する

●運営チームの作り方

- 各生活班に一人、役割の担当者を置く
- 各役割の担当者が集まり担当チームになる
- 担当チームごとにリーダー・副リーダーを決める
- 各生活班長と担当リーダーが集まり運営チームを作る

	班長	副班長	総務	名簿	情報	食料物資	施設管理	救護	衛生
生活班A	●	●	●	●	●	●	●	●	●
生活班B	●	●	●	●	●	●	●	●	●
生活班C	●	●	●	●	●	●	●	●	●
生活班D	●	●	●	●	●	●	●	●	●
生活班E	●	●	●	●	●	●	●	●	●

避難所運営チーム

各班長		担当リーダー						
会 長	副 会 長	総 務	名 簿	情 報	食 料 物 資	施 設 管 理	救 護	衛 生
●	●	●	●	●	●	●	●	●

3 担当チームの役割をイメージしよう

担当チームの役割分担は、避難者の人数などにより2~3チームをまとめるなど避難所の状況に合わせてみましょう。
また、誰かに負担がかかり過ぎないように、避難所の皆さんで協力しましょう。

総務 <input type="checkbox"/> 区災害対策本部との連絡係 <input type="checkbox"/> 取材への対応など 	施設管理 <input type="checkbox"/> 避難所の安全安心づくりなど
名簿 <input type="checkbox"/> 名簿の管理など 	救護 <input type="checkbox"/> けが、病気、要配慮者への対応など
情報 <input type="checkbox"/> 避難所の情報伝達など 	衛生 <input type="checkbox"/> ごみ処理 <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> ペットなど
食料物資 <input type="checkbox"/> 食料の配給 <input type="checkbox"/> 物資の担当など 	

4 4日目以降に必要なようになってくること

●滞在スペースの再配置

●避難所の移動・閉鎖

- 避難者の減少による避難所の統合、閉鎖の準備

●避難者の健康への配慮

- 定期的な運動を促進する
- こまめなうがい・歯みがきを励行する
- 互いの心身をそっと見守り、支え合う

●要配慮者への配慮

- 高齢者・妊産婦などの見守り
- かかりつけ医など専門家への連絡・相談
- 相談しやすい関係づくり
- 子どもが元気に過ごせる場の設置



避難所の運営を自分ごとへ

避難者の一人ひとりが無理なくできる役割をもつことが災害を乗り越える一歩につながっていきます

災害の前に 減災をイメージしよう

「冬の避難」をイメージしよう

冬季災害ではストーブが原因の火災や積雪による通行障害、低体温症・凍死による死傷者数の増加が想定されています。

最も被害が大きくなると考えられている「冬の避難」をイメージして減災につなげましょう。

1 冬の避難ルートを確認しよう

- 日頃の積雪・路面の状況を確認しておこう
- 積雪・路面の影響で移動時間が長くなるイメージを持とう
- 道幅の広い道を選ぼう



2 低体温症に気をつけよう

- 避難中に体を濡らさないようにしましょう
- 体が汗や雪で濡れたときは、早く拭いて着替えをしよう
- 防寒着はなるべく上下を用意しよう
- 帽子・マフラー・手袋を装着しよう
- 体が温まる食品や体温を保つグッズを用意しよう
- 低体温症は自分で気付かない時も、避難者同士で体調を気遣おう



3 冬の避難所開設をイメージしよう

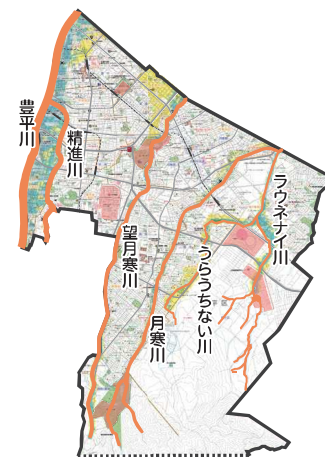
- 「さいだんしつ採暖室」を早く準備しよう
- 避難所の資機材や消耗品で冷気を防げないか検討しよう
- 冬でも換気をしよう



浸水時の避難をイメージしよう

豊平区は河川が豊かなまちです。一方で浸水災害の可能性もあります。特に豊平川・精進川・望月寒川・月寒川・うらうちない川・ラウネナイ川流域にお住まいの方は「豊平区防災マップ」*を確認して、避難のイメージを持ちましょう。

*各マップの詳細は裏表紙でご確認ください



1 避難ルートを確認しよう

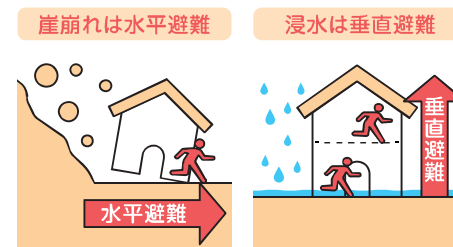
- 浸水をイメージして避難ルートを歩いてみよう
- 崖崩れの危険箇所を確認しておこう
- 浸水に対応している避難所を確認しておこう

以下の避難所は、**浸水・土砂災害時に避難できません!**

あやめ野小学校	月寒東1条11丁目7-32
旭小学校	水車町3丁目1-22
中の島小学校	中の島2条1丁目1-22
平岸中学校	平岸1条21丁目3-1

2 危険を感じたら、早めに自主避難しよう

- テレビ・ラジオ・インターネットで気象情報を随時確認しよう
- まだ大丈夫と思わずに、すぐ避難をしよう
- 浸水時は**垂直避難**、土砂災害時の**崖崩れは水平避難**で命を守ろう



3 浸水・土砂災害時の避難所開設をイメージしよう

地震と浸水・土砂災害時の基本的な避難所開設の流れはほぼ同じです。異なるのは早く準備できること。その他、浸水時に気を付けたいことをイメージしましょう。

- 浸水の可能性がある避難所は校舎の2階以上に避難しよう
- 避難した後も気象情報の確認を続けよう (避難所の移動が必要になることもあります)
- 避難所内は土足厳禁
- 泥水をなるべく中に入れないように工夫しよう (玄関にブルーシートを敷く、泥だらけの衣服を脱ぎ着する・捨てる場所を用意するなど)



備蓄を知り、自分に必要なものをイメージしよう

① 避難所の備蓄を知ろう

避難所（小中学校など）には備蓄物資がありますが、最低限の物資しかありません。
避難所の備蓄物資を確認して、自分に必要な物を備えましょう。

豊平区の小・中学校（基幹避難所）1校分の備蓄

*令和5年3月現在

備蓄庫のスペースの都合等から、一部の避難所については、物資の品目や数量に増減があります。

休息、防寒用品



最優先 札幌式高規格寝袋
330枚



最優先 毛布330枚



段ボールベッド5台
避難が長期間に渡る場合は
後から追加調達



冬は最優先
灯油ストーブ6台
20ℓポリタンク・ポンプ各1
約20量用。体育館でなく
「採暖室」などで使おう

トイレ関連用品

最優先 排便収納袋セットと
便凝固剤
1000個
トイレに袋を入れ用を足し、凝固剤で
固めて専用ゴミ箱に保管する



簡易便座
20台
トイレが足りない
ときなどに使用



障がい者用
ポータブルトイレ
1台
多目的トイレの
無い学校のみに
設置



必ずご自身で用意を！

衛生関連グッズ

赤ちゃん用
おむつ
M64枚



大人用68枚



生理用品
150枚



食料と関連用品

アルファ化米
800食



クラッカー385食か
ビスケット360食



哺乳瓶
5本



ゼリー食品
80食



おでん缶
120食

おかゆ
250食



カセットコンロ
3台



カセットガスボンベ
15本

④ 電気・通信関連



手廻ラジオライト
10個



LED
ランタン
20個



LED投光器
3台



可搬式発電機
（ガソリン使用）
1台
投光器や携帯電話の
充電などに
使用する

⑤ 感染症対策・衛生用品



フェイスシールド
10枚



使い捨て手袋
400枚



非接触型体温計
2個



アルコール
消毒液7本



ペーパータオル
800枚



マスク800枚



歯ブラシ
250本



パーティション
4個

⑥ 自分に必要なものは、最低限3日分を用意しましょう

衛生用品など

- 生理用品・ライナー
- 歯みがきセット
- 上履き・スリッパ
- タオル・てぬぐい
- 薬・お薬手帳
- 眼鏡

など

介護・療養中の方は

- かかりつけ医の
連絡先
- 大人用おむつ
- 入れ歯
- 補聴器
- 介護食

など

赤ちゃんのいる方は

- おむつ・おしりふき
- ミルク・哺乳瓶
- ベビーフード

など

ペットのいる方は

- ケージ
- ペットフード
- トイレ用品

など

水を流せないときのトイレの使い方

避難所のトイレは、下水管の安全が確認できるまでは水を流さないで下記の要領でトイレを使いましょう。

- ① 便座をあげて袋をかける（下地袋）
- ② 用を足すときに自分の使う 排便袋を便座にかける
- ③ 凝固剤を入れて固め、排便袋を外し口をしぼり、し尿ごみとして10～15個程度でまとめる

