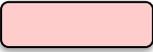
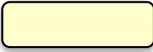
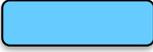


第3章 平常時準備編

いつ起こるかわからない災害に備え、各市民や地域が平時から準備・確認しておくべき事項を取りまとめています。普段から各家庭や地域で確認しておきましょう。

<行動主体別の色の分類>

 ・・・全員で行うこと (または複数の主体で担当すること)	 ・・・主に施設管理者が行うこと (学校職員・施設職員等)
 ・・・主に避難者が行うこと	 ・・・主に宮古市職員が行うこと (避難所運営班)
 ・・・主に住民組織が行うこと (自治会町内会・自主防災組織等)	 ・・・主に市災害対策本部が行うこと

3-1. 避難場所(高台)・避難所の位置と避難経路を確認しよう【避難者(家庭)】

宮古市ハザードマップや、宮古市津波避難計画を確認し、自宅や職場からの避難場所(高台)・避難所と、それまでの避難経路を確認しておきましょう。

3-2. 非常用持ち出し袋・備蓄を準備しよう【避難者(家庭)】

発災時のいざという時に必要最低限のものを持ち出せるよう、「非常用持ち出し袋」を用意しておきましょう。持ち出し袋の中には例えば以下のようなものを入れておきます。

種類	持ち物	備考
食料	 非常食：保存性が高く火を通さなくて食べられるモノ（乾パン・クラッカー・缶詰・レトルト食品・インスタント食品など） 飲料水：1人1日3リットルが目安	避難所に備蓄あり。
医薬品	 常備薬・三角巾・包帯・ガーゼ・脱脂綿・ばんそうこう・はさみ・ピンセット・消毒薬・整腸剤・持病のある方は医者からの薬(薬品名のメモなども)、お薬手帳	「医者からの薬」は使用後の空袋でも可。それで種類が判別できます。
衣類	 衣類・防寒具・毛布・下着類・靴下・軍手・雨具・カイロ	毛布は避難所に備蓄あり
懐中電灯	 懐中電灯・予備の電池・ろうそく・マッチ	
携帯ラジオ	 AM/FM が聴ける携帯ラジオ・予備の電池	
その他	 タオル・ティッシュ・ウエットティッシュ・ビニール袋や布・生理用品・筆記具(油性ペン)・食器類・スプーンなど・携帯電話用の予備バッテリー・家族の写真	
サバイバルグッズ	 笛・コンパス・ナイフ・ロープ・ライター	
貴重品	 現金（公衆電話用に10円硬貨も）・身分証明書・預貯金通帳・印鑑・権利書・各種カード・保険証など	

(参考 出典：地震情報サイト JIS <http://j-jis.com/bousai/emergencykit.shtml>)

また、日常から非常時に備え、3日間は自力で生活できるよう次のものを備蓄しましょう。

- ・食料・飲料水（家族3日分）
- ・燃料（卓上コンロ・ガスボンベ（予備ガスは多めに用意）・固形燃料など）
- ・その他日用品（マスク・寝袋・洗面用具・トイレトペーパー・古新聞紙・ビニールシート）

3-3. 応急手当のやり方を身に付けよう【避難者(家庭)】

宮古消防本部管内消防署、分署で、救命講習を実施しています(修了者には修了証を発行)。また、インターネット(WE B)による応急手当講習(e-ラーニング)も行なっています(<http://www.fire.miyako.iwate.jp/frame-11.html>)。応急手当のやり方を身に付けるために、ぜひ参加してみましょう。

3-4. 避難所の鍵の保有者とキーボックスを確認しよう【住民組織】

各避難所には右の写真のような暗証番号式の避難所キーボックスを設置しており、キーボックスの暗証番号は予め決められた人に共有されています。キーボックスの場所を予め確認しておきましょう。



避難所キーボックス

3-5. 避難所の資機材を確認しよう【住民組織】

☆宮古市の指定避難所には次のような設備があります。予め場所を確認すると共に、訓練等の機会を通じて実際に使ってみましょう。



移動系防災行政無線
(災害対策本部と避難所との通信用)



特定小電カトランシーバー
(避難所内の通信用：通信距離は約 100m)



発電機

主な資機材の保管場所

資機材の種類	保管場所
移動系防災行政無線	()
特定小電カトランシーバー	()
発電機	()
その他 ()	()
その他 ()	()
その他 ()	()

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

△暖房器具や照明器具が不足している（田老地区、千徳地区、重茂地区など）

→◎学校や地域にあるストーブが活用できる（藤原・小山田地区、磯鷄・河南地区）

→◎3.11 の時、投光器や発電機など、漁師の人から借りてきた（重茂地区）

△本来発電機にガソリンを入れるべきところ、灯油を入れて壊してしまった

→◎機器使用マニュアルが必要（河南地区）

◎病人が出たとき（一般回線では）病院との連絡が取れなかったが、移動系の防災行政無線を使って連絡を取ることができた（津軽石・赤前・堀内・白浜地区）

◎太陽光発電設備がある場合、停電時に活用できる可能性がある（鉾ヶ崎地区、中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区）

3-6. 避難所の備蓄を確認しよう【住民組織】

備蓄倉庫等に保管されている備蓄食料・物資の内容を確認しましょう。また、訓練等の機会を通じて、実際に倉庫から取り出してみましよう。



＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

△3.11 の時、食料や水、毛布が足りなかった（田老地区、崎山地区、鉾ヶ崎地区など）

→◎学校の備蓄と、地区にある備品を有効に使うべき（磯鷄・河南地区）

△非常用トイレや仮設トイレの増設が必要（田老地区、藤原・小山田地区、津軽石地区）

△パーティションが必要（崎山地区、花輪地区、）

→◎パーティション用や寒さ対策用に段ボールや発砲スチロールがあるとよい（藤原・小山田地区）

◎段ボールで工夫してパーティションを作った（千徳地区）

◎体育館にある体操マット、カーテンを使う（津軽石地区）

◎携帯電話の充電器があると良い（千徳地区）

3-7. 避難所運営に必要な物品を準備しよう【住民組織】

☆ 避難所の開設・運営には以下のような物品の事前準備が必要です。

準備した物品は「避難所運営ボックス」として、ひとまとめにして保管しておきましょう。

⇒ 避難所運営ボックスの保管場所：()

＜避難所運営に必要な（またはあると便利な）物品＞

避難所運営に必要な物品

項目	チェック欄
避難所看板	
避難者名簿カード	
様式書類つづり	
災害初動期対応 チェックリストつづり	
ゼッケンや腕章、ビブス	
貼り紙	
筆記用具	
施設平面図	
地域の住宅地図	
養生テープ	
体温計	
手指用消毒液(表示含)	

避難所運営にあると便利な物品

項目	チェック欄
ガムテープ	
ブルーシート	
ロープ	
タオル・雑巾	
軍手	
ビニール袋（下足用）	
灯油用のポンプ	
やかん	
ろうそく	
電池	

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

- ◎お湯をわかすためのやかんがあるとよい（藤原・小山田地区、鍬ヶ崎地区）
- ◎ロープやブルーシートは運営上様々な場面で活用可能（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区）
- ◎役職用のビブスが必要。開設するときに着てもらうことで役割が明確になる（田老地区）
- △3.11 の時、体育館に土足で入ったため汚くなった。
 - ◎履き物を入れるビニール袋があるとよい(中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区)
- △名簿作成用紙等がなかったため、避難者名簿が作れなかった（津軽石地区）

3-8. 避難所準備委員会を編成し、開催しよう【住民組織】

避難所の運営は、平常時からの十分な話し合いと理解により、避難所開設当初から円滑な運営を行う事が可能となります。

避難所毎に、自治会町内会・自主防災組織の代表、避難所運営班第1班、施設管理者で構成された「避難所準備委員会」を定期的に関催し、避難所の状況を把握し、避難所開設・運営の

手順・ルールを確認すると共に、必要に応じてマニュアルを更新しましょう。

なお、2016年に実施した「避難所開設・運営ワークショップ」で作成した、「避難所運営協議シート」(資料編2)は、避難所ごとに主に以下の事項を取りまとめています。

これらの項目を定期的に確認すると共に、変更があった場合は「避難所準備委員会」にて修正しましょう。

- 避難所としての施設の利用範囲／立入禁止場所
- 避難者の受入れスペース
- 避難所内のレイアウト（間取り図）
- 避難所運営上の課題、東日本大震災時の教訓

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

△地元の人たちと市職員の普段からの情報共有、交流が必要（崎山地区）

△非常時なので、避難所の広さ的にも、学校には是非前回と同程度に協力してもらいたい。

→◎施設管理者との事前協議が必要（津軽石地区）

△定期的に関係者が集まるために、市に音頭をとって欲しい（鍬ヶ崎地区）

3-9. 初動期の開設担当を事前に決めておこう【住民組織】

「2-3.(1) 初動期（概ね発災 24 時間後まで）における役割分担」に示した、初動期の開設を担当する人を、予め事前に決めておくか、もしくは災害発生後すみやかに決めましょう。

町内会の各係を当てはめる場合には、年度が変わるたびに人が代わることがあります。その際は、「町内会の規約に定めている係」などを当てはめる方法もあります。

(⇒災害時初動期編「4-4. 避難所開設の分担の割り振り」)

開設リーダー	()	()	()	()
総務情報担当	()	()	()	()
	()	()	()	()
施設管理担当	()	()	()	()
	()	()	()	()
物資食料担当	()	()	()	()
	()	()	()	()
保健衛生担当	()	()	()	()
	()	()	()	()

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

◎消防団、市職員は、発災後すぐにかげつけることができないので、地元の自治会等の協力が必要（田老地区）

△被災していない地区からの協力を求めるのは難しいだろうか？（鍬ヶ崎地区）

◎校舎を使う可能性があるので、学校関係者をリーダーに入れてはどうか。また、重荷にならないよう複数人でやるべき（鍬ヶ崎地区）

◎(学校関係者以外は) 開設担当は自治会長とし、会長不在の場合は副会長や役員等が対応してはどうか。名前を定めず、役職で引き継いでいくようにする。（鍬ヶ崎地区）

3-10. 避難所内のスペースの配置を事前に決めておこう【住民組織】

(1) 避難所利用範囲について

市が指定する避難所のうち、学校施設では原則として**体育館のみを開放**します。

しかし、体育館だけでは避難者を収容しきれない、または避難所としての機能が不足する場合は、施設管理者との協議の上で校舎の一部を開放することもあります。

ただし、その場合においても、学校教育の早期再開を目指すという観点から、**教室を避難施設として利用することはできるだけ避ける**ものとします。

校舎内で開放する部屋・スペースは、避難所準備委員会等の場を通じて、事前に施設管理者との協議をしておくことが望ましいです。

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

△学校の設備、備品が使えたらよいが…（例えば、保健室、学童の家）（鍬ヶ崎地区）

△校舎の調理室（冷蔵庫）も使えるといい（花輪地区）

△特別教室棟（視聴覚室）をできれば使いたい（藤原・小山田地区）

△「校舎は全く使えない」というのは、どうなのか。

→機械警備が入っている

→非常時は校長先生の判断

→教育委員会を通して、相談してはどうか（以上、津軽石地区）

◎3.11 の時、学校の給食室を利用できた。（津軽石地区）

(2) 立入禁止場所の設定

校長室・職員室などは、児童・生徒の個人情報などの学校運営上重要な情報があるため、**立入を禁止**します。このほか、危険物（薬品等）がある部屋も立入禁止とします。

(3) 避難所機能配置の考え方

施設管理者との協議の上、避難所を運営するための部屋やスペースを決め、「**避難所運営協議シート**」（資料編3）に記載します。配置における基本的な考え方は以下のとおりです。

なお、スペースは必ずしも専用スペースである必要はありません。カーテンやホワイトボードで仕切ることで兼用スペースにしたり、時間帯で使用目的を分けたりするなどの工夫により、

空間確保ができます。(3.11では、「ダンボールで作った部屋」などの事例がありました)

＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）＞

◎震災の経験上、更衣スペースを部屋の中に設けてしまうと、逆に死角ができて、防犯上等の不安がある。オープンスペースに仕切りカーテンやパーテーションを使って分けたほうがよいかもしれない(田老地区)

1) 避難所運営用

避難所機能	配置の基本的な考え方
① 本部スペース	<ul style="list-style-type: none"> • 運営委員会の本部スペースを配置します。 • 必要に応じて、避難所運営委員会や避難所運営班用のスペースを確保します。 • 体育館の場合、全体を見渡せる入口近くやステージ上などが適しています。
② 受付	<ul style="list-style-type: none"> • 避難所の正面玄関近くに設けます。ただし、発災直後の初動期において、入口の混雑や混乱が予想される場合は、ステージ上など別の場所に設置することも検討します。 ※ 感染症等まん延時には、自覚症状(体調)の有無と検温を行うこと。(受入れ時以外も朝・夕2回) • 来訪者には用向きを確認し、面会場所や立入禁止区域など避難所でのルールを簡単に案内します。 • 必要に応じて、対象ごと(避難者受付、安否確認対応、取材対応、郵便物等受付、ボランティア受付など)に受付窓口を設けます。 <div data-bbox="464 1312 1458 1621" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎3.11の時、入口の混雑防止のため、受付はステージ上でやった。(磯鷄・河南地区)</p> <p>◎初期の受付は、整備できない。(入口付近でない方がよい)(津軽石地区)</p> <p>◎受付と本部は一緒にやってもらった(重茂地区)</p> </div>
③ 情報スペース (掲示板・掲示場所)	<div data-bbox="464 1671 1458 2114" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎情報スペースは、見に来た人が中に入らなくても良いように、入口の外に置く。(鵜ヶ崎地区・重茂地区)</p> <p>◎避難者の名簿はステージ背後の壁に貼り出した(磯鷄・河南地区)</p> <p>◎当時は、ドアのガラスを情報スペースとして利用(重茂地区)</p> <p>◎3.11の時は、廊下に情報を貼り出していた(藤原・小山田地区)</p> <p>◎情報スペースは、黒板を利用(津軽石地区)</p> <p>◎壁を使って図面などを貼り出す(田老地区)</p> </div>

<p>④ 物資集積場所</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 食料の管理場所は食品ごとに整理整頓し、保存期限等を確認しやすくしておきます。 • 避難所のスペースは限られており、物資に溢れかえります。デッドストックを作らないような工夫（配給など）が必要です。 • また、頻繁に出し入れをする物資（食料など）と、そうではない物資で、設置場所を変えることで、スペースを有効活用できます。 • 物によって、あるいは物資が不足しているなどの時期によって、「あえて物を見せない」ことも必要です。（物資集積場所を体育館ステージに設置する場合、緞帳で隠すなど） <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎食料、水などはすぐ取り出せるところに置く（花輪地区） ◎物資スペースは、常に目の届く所に。勝手な持ち出しを防ぐ。（磯鷄・河南地区、鍬ヶ崎地区、津軽石地区など） ◎物資は見えない所で、できればカギをしめられるところがよい（3.11の時は、職員室に置かせてもらった）（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区） ◎古い体育館を支援物資の倉庫にした。内部は、一部の人にしか見せなかった。（重茂地区） ◎スペース確保のため、物資の保管は、校舎内の教室へ収容する（磯鷄・河南地区） </div>
<p>⑤ 物資配布場所</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 混雑しないようにできるだけ広い場所を確保します。 • 「自由に持って行って良い物」と「管理の下、申し出により配布する物」をきちんと分けて配布しましょう。 • 東日本大震災の時には、「好きに持って行ってよい」としたら、一部の人がたくさん持ち帰り、不平等を巡っての不満が発生しました。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎物資の配布は混雑しないように。→スペースを広くとる。（重茂地区） </div>

2) 避難生活用

※ 感染症等まん延時には、密集、密接を避けるため、開設時にあらかじめ生活スペースを養生テープで2m四方に仕切っておくこと。(畳、毛布等の利用も可)

避難所機能	配置の基本的な考え方
<p>⑥ 共用スペース (面会スペース・談話スペース)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 子どもたちの遊び場、来訪者との面会、避難者同士の話し合いの場などのスペースを設けます。 • 1部屋の確保が困難な場合は、一角に椅子などを置いたり、屋外にテントを張ってテーブルや椅子を置き、コミュニティスペースとしてもよいでしょう。 <div style="border: 2px solid #8B4513; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎3.11 のとき、共用・雑談スペースがあって、そこで話していた(田老地区)</p> <p>◎(避難生活が)3日を越えるようなときは、話せるスペースが必要⇒共有スペース(花輪地区)</p> <p>△静かな環境がなかった。子供たちが宿題する場など。</p> <p>◎子供たちが遊ぶスペースを作る。柔道の畳を借りるなど。(以上、重茂地区)</p> </div>
<p>⑦ 相談スペース</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 避難者(在宅避難者含む)からの健康、生活支援、就労などに関する相談や、高齢者、障がい者、乳幼児や妊産婦、外国人など特別の配慮を要する避難者からの相談について、プライバシーに配慮して対応するため、相談スペースを設けます。 • プライバシーが守られ相談できるスペース(できれば個室)が望ましいです。 • 相談を受けた方が問題を抱えることがあります。速やかに災害対策本部に連絡しましょう。
<p>⑧ 特設公衆電話</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 「特設公衆電話」とは、あらかじめNTTで避難所に電話回線を引いておき、災害時に迅速に通信手段の確保をする災害時公衆電話です。 • 避難所には電話線とモジュラージャックまでを災害対策本部が引いておき、災害時には電話機を設置してください。 • 学校体育館には主に玄関付近にモジュラージャックが付いています。(具体の場所については、各避難所の「避難所運営協議シート」に記載) • 特設公衆電話は、優先電話になっていて、通信が混みあっても最後まで使用できます。 • 特設公衆電話は着信ができません。発信専用の電話になります。 • 避難所内の就寝スペースに電話の話し声が聞こえないように配慮します。

<p>⑨ 救護スペース</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・初動期においてはケガ人の手当をする場所として使う他、展開期においては（特に救護所が設置されていない避難所では）巡回や応急の医療活動場所として活用します。 ・救護スペースは、病人の安静にも使用します。 ・できるだけ静かなところを選ぶほか、救急車のアプローチも考え、出入り口に近いところに設置します。 ・感染症患者が出た場合は、救護スペースや独立した部屋の使用を検討するとともに、速やかに災害対策本部（医療機関に連絡）に連絡してください。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎救護スペースは水が有る場所に近いところで、出入口に近いところが良い（救急車のアプローチ）（千徳地区） ◎救護スペースは、病気の方の隔離等必要なため、保健室が望ましい（磯鷄・河南地区） ◎器具室の器具を外に出したり、整理することで、救護スペースを作る（花輪地区） ◎救護スペースは、カーテンで仕切る。（鍬ヶ崎地区） ◎静かな場所を確保する（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区） </div>
<p>⑩ 福祉スペース</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・要介護高齢者、在宅療養者、障がい者、妊産婦、乳幼児、感染症患者など特別の配慮を要する避難者に対応するためには、専用の居室を設けることが望ましいです。しかし、設置が困難な場合、避難所での生活が困難な場合には、災害対策本部（福祉避難所に連絡）してください。 ・本部に連絡が付かない場合、なんとかしなければならない場合は、保健室などの使用を検討します。 ・日当たりや換気がよく、トイレに近い部屋を選び、床に断熱材や簡易ベッドを敷くなど、要援護者に配慮します。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎助けが必要な人は、入口の近くに→医療できる人を近くに置いて、見てもらう（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区） ◎要配慮者は出入りがしやすいように、またトイレの近くに配置するのがよい。また救護スペースや本部の目が届くところが良い。（崎山地区） </div>

<p>⑪更衣スペース・授乳スペース</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・特に女性用更衣室は、授乳場所も兼ねる場合もあるため、速やかに個室を確保します。（又は仕切りを設ける） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎更衣、授乳スペースは重要である。仕切られたスペースがよい（津軽石地区）</p> <p>◎扉がある部屋を更衣、授乳スペースにした。（鍬ヶ崎地区）</p> </div>
<p>⑫ 調理スペース（給食室、校庭など）</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・調理室（給食室）等がある場合、施設管理者と協議し、炊出しや自炊のための調理室として活用を考えましょう。 ・使用できない場合は、屋外に調理スペースを設置します。
<p>⑬ 食事スペース</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生面を考え、できるだけ寝起きする居住空間と食事の空間は分け、食事専用の空間（食堂）を設置するとよいでしょう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎天候がよければ外にテントを張って食事をするというやり方がある。寝泊りするところで食事するよりもよい（重茂地区総合交流センター）</p> </div>
<p>⑭ トイレ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・原則、施設内のトイレを使用します。 ・施設内のトイレが使えない場合（破損、不存在）には、備蓄の非常用トイレを使用します。

3) 屋外

避難所機能	配置の基本的な考え方
<p>⑮ 洗濯場、物干し場</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・生活水の確保と排水に適した場所を選び、共同の洗濯場を確保し、洗濯物を干すことができる場所を確保します。 ・女性等への配慮として、洗濯機や物干し場などの管理と利用ルールを工夫し、その徹底を図りましょう。 ・たとえば、洗濯場については、男女別の洗濯機の設置や男女別に使用時間帯を区分するなどの工夫が考えられます。 ・物干しに布を回すだけでもプライバシーが確保できます。
<p>⑯ 仮設トイレ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋外に設置します。また、バキュームカーが入りやすいように道路の近くに設置するのがよいでしょう。 ・居住空間から距離をとり、臭いなどの問題が起こらないように注意しますが、高齢者や障がいのある人など、体の不自由な人のいる居室からは、あまり遠くならないようにすることも必要です。

	<p style="text-align: center;"><u>＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</u></p> <p>◎3.11 の時、女性のことを考えて、明るくて近い所にトイレ設置した（津軽石地区）</p> <p>◎非常用トイレ、ゴミ捨て場は、車が入りやすいように道路の近くに配置（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区）</p> <p>◎トイレスペースは管理しやすい場所に設置したほうがよいと思った。（田老地区）</p>
⑰ ゴミ置き場	<ul style="list-style-type: none"> • ごみ収集車が近づきやすい位置に、ごみ置き場を設置します。 • 分別収集を原則とし、種類別に集積所を区別します。
⑱ 発電機	<ul style="list-style-type: none"> • 発電機はコードを屋内に引き込めるように設置場所を検討します。 <p style="text-align: center;"><u>＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</u></p> <p>◎発電機からコードをすぐ中に引き込めるように（藤原・小山田地区）</p>
⑲ 喫煙スペース	<ul style="list-style-type: none"> • 非喫煙者への影響を考慮し、また、火の元を管理するという意味で、原則として屋内は禁煙とします。灰皿は屋外に設け、喫煙は喫煙場所のみで行うことを避難者に呼びかけます。 • 特に学校の場合、生徒への影響も考慮し、学校職員との話し合いの上で設置場所を決定します。（原則、敷地内禁煙） • 屋外に喫煙場所を設置する場合、風上や出入り口付近を避けるなど、避難スペースに煙が流れ込まないように配慮します。 <p style="text-align: center;"><u>＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</u></p> <p>◎風上に喫煙スペースはダメ！！（花輪地区）</p> <p>◎生徒への影響を考えると、敷地外に喫煙スペースを置いた方がよいかもしれない（花輪地区）</p> <p>◎喫煙スペースは、3.11 の時(施設管理者の)許可をもらって設置した。（磯鶏・河南地区）</p> <p>◎喫煙スペースは、心の安定の為に重要(崎山地区)</p>
⑳ 駐車スペース	<ul style="list-style-type: none"> • 施設管理者と相談し、必要最小限のスペースを確保します。 • 食料・物資の運搬車や緊急車両の出入りを妨げることのないよう注意します。

<p>②1 ペットの 飼育場所</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 原則として、屋外にスペースを設けます。 • 鳴き声や臭いが他の避難者の迷惑にならないよう、ペットを飼育していない避難者と動線が交わらない場所で、かつ雨がしのげる屋根がついているところが望ましいです。 • 室内犬などはケージ生活に慣れさせておきましょう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">＜避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見＞</p> <p>◎ペットを連れては中に入れない。3.11 の時は車の中で飼っていた。(中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区、重茂地区、崎山地区など)</p> <p>◎ペットを車の中で飼っていた人もいる。ペット OK にするにしても、アレルギーへの配慮が必要。(磯鷄・河南地区)</p> <p>◎ペットは、屋根の有るところ⇒駐輪場(千徳地区)</p> <p>◎寒さに弱いペットをどうするか？ ⇒室内の空いている所(用具庫)などを使う(津軽石地区)</p> </div>
-------------------------	--

※ グリーピア三陸みやこをペット同行(ドッグホテル)、同伴(たろちゃんハウス)避難所に指定しています。

3-11. 避難所の運営ルールを事前に決めておこう【住民組織】

避難所において秩序ある生活を保つため、いくつかのルールを設定する必要があります。例えば以下のようなものがあります。

- 1) 避難所共通ルール
- 2) 避難所生活上のルール
- 3) 避難所の一日のスケジュール
- 4) トイレ使用ルール
- 5) 火気使用のルール
- 6) 夜間警備体制のルール
- 7) ペット飼育のルール

災害時の混乱時に慌てないよう、以上のルールを予め決めておき、避難者に伝達するための貼り紙を作成しておくことが望ましいです。

次ページ以降に各ルールの例を掲載します。これを基に、各避難所におけるルールを作成してみましょう。

1) 避難所共通ルール

() 避難所の生活上のルール

<避難所について>

- この避難所は、地域の応急避難生活の拠点です。
- 避難所は、避難所運営委員会及び避難者が主体となって運営します。自主的に避難所運営に参加して下さい。
 - ・避難所の運営に必要な事項を協議するため、毎日()時に運営会議を開催します。
 - ・運営本部組織として、総務情報班、物資食料班、施設管理班、保健衛生班、居住グループを組織し、それぞれに班(グループ)長を1人、副班(グループ)長を2人置きます。
- 避難所の開設は、水道・ガスなどのライフラインが復旧する頃までを目途とします。
- この避難所は、避難所の避難者のほか、在宅避難者も支援します。

<避難者の登録について>

- 避難者は、世帯(家族)単位で登録を行ってください。
 - ・避難所の円滑な運営のため、避難者はいずれかの居住グループに属することとします。
 - ・避難所を退所するときは、転居先を連絡してください。
 - ・避難所は共同生活です。匿名での避難生活は、運営上支障が生じるのでお断りします。

<避難所の利用範囲>

- 「立入禁止」「使用禁止」「利用上の注意」等の貼り紙の内容には必ず従ってください。
本避難所の立ち入り禁止箇所は()です。
- 車を駐車したい方は受付に届け出て下さい。

<避難生活上の注意事項>

- ・犬・猫など動物類は決められた場所で飼育していただくようお願いします。
本避難所におけるペットスペースは()です。
- ・各自の靴は()とします。

<食料の配布について>

- 食料・物資等は、運営委員会の判断の下、提供することとします。
 - ・子供、妊産婦、高齢者、障害者の方々などに優先して配付します。
 - ・食料・物資は、個人ではなく、居住グループごとに配付します。
 - ・在宅避難者については、原則として避難所に受け取りにきてください。
 - ・粉ミルク・お粥・紙おむつなどの要望は、個別に対応しますので、担当者に申し出て下さい。

<その他>

- * 指定場所()を除き、敷地内の喫煙は厳禁とします。

以上のルールは、必要に応じて避難所運営委員会で見直しを行います。

2) 避難所生活上のルール（例）

区分	内容
生活時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 起床時間：（ ）時（ ）分 （*仕事や体調などで起床の早い遅いがあるので、起床時間を設定しない選択もあります） ● 食事時間 朝食：（ ）時（ ）分 昼食：（ ）時（ ）分 夕食：（ ）時（ ）分* 食料の配付は、居住組単位で行います。 ● 放送時間：（ ）時で終了します。 ● 電話通話：午前（ ）時から午後（ ）時 ● 消灯時間：（ ）時（ ）分 * 廊下は点灯したままとし、体育館などは照明を落とします。
清掃	<ul style="list-style-type: none"> ● 世帯単位の割当スペースは、原則として世帯の方が清掃してください。 ● 自分で清掃をできない方にはみんなで助け合いましょう。 ● 世帯スペース間の通路など、居住グループ単位で共用する部分については、相互に協力して清掃します。 ● 避難所全体で使用する共用部分については、衛生班の指示に従って、避難者全員で協力して実施します。 ● トイレについては、使用ルールを厳守し、環境美化に努めてください。
洗濯	<ul style="list-style-type: none"> ● 洗濯は原則として、世帯単位で行ってください。 ● 洗濯機や物干し場などの共用施設は、長時間の占有を避け、他人の迷惑にならないようにしてください。
ごみ処理	<ul style="list-style-type: none"> ● 世帯ごとに発生したごみは、原則として、それぞれの世帯がごみ捨て場に搬入します。 ● ごみの分別を行ってください。 ● 共同作業で発生したごみは、作業を担当した人が責任をもって捨てます。
プライバシーの保護	<ul style="list-style-type: none"> ● 居住スペース及び世帯スペースは、一般の「家」同様、みだりに立ち入ったり覗いたりしないようにします。 ● 居室内での個人のテレビ・ラジオは、周囲の迷惑にならないよう、使用する場合には、イヤホンを使用してください。 ● 携帯電話は、居住スペースではマナーモードにし、特に夜間は居室内で使用しないでください。

<避難所開設・運営ワークショップで出された主な意見（△：課題、◎：工夫・教訓）>

【生活時間】

- ◎活動時間は 6:00～21:00 だった(高浜・金浜地区)
- ◎自衛隊の食料配布と同時に起きる感じだった(高浜・金浜地区)
- ◎全体の活動開始は、6:00 くらいからだった（朝食は、7:00 くらいから）(重茂地区)
- △職業による、生活時間帯の遅い⇒起床時間等は？(花輪地区)
- △食事が AM8:00～9:00 で食べられなかった。早く仕事に出るので。(磯鶏・河南地区)

【班長会議】

- ◎朝、夕の班長会議で連絡(田老地区)

【プライバシーの保護】

- ◎パーティションの高さが、座った時に頭が半分出るくらいだった。プライバシーがある程度確保されつつ、隣同士の交流もでき、安心感があった（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区）
- ◎高いパーティションを使っていた。プライバシーがしっかり守れる安心感があった一方、交流スペースが別途あったため、他の人との交流という点は問題なかった（田老地区）
- △避難者のプライベートを守るため、区画割りは、1. 5m位のダンボール等で囲って欲しい（津軽石地区）

【お酒】

- ◎酒等回りに迷惑にかけないように(花輪地区)
- ◎お酒の場所、時間を決めたらどうか？(花輪地区)
- △中でタバコや飲酒をする人がいた。（中心市街地・愛宕・築地・光岸地・山口地区）

【その他】

- ◎貴重品を管理するいい方法はないか？→原則は自己管理だろう(花輪地区)

3) 避難所の一日のスケジュール

時刻	主な行動

避難所における 1 日の流れ（例）

時刻	主な行動
6:00	開錠(出入口)、体育館投光器消灯 窓明け、布団干し
6:40	朝食
8:30	体育館の窓明け
9:00	最新名簿の掲示(必要な場合)
	清掃 ■フロアのモップ水拭き ■換気 ■給油 ■ゴミの分別、ゴミ袋補充 ■玄関掃除 ■湿度調整 など
適宜	各部屋清掃
10:00	ボランティアの到着
12:00	昼食
14:00 頃	物資受取、連絡票引継
14:00	トイレ清掃
15:00 までに	翌日分の弁当個数連絡
17:00	体育館、ホールの窓閉め
17:30	夕食
18:45	体育館照明点灯(両端のみ)
21:00	体育館照明消灯、投光器点灯 各部屋消灯(21:00～22:00 適宜)
22:00	戸締り、施錠確認(玄関、窓)

※ 1 日の流れは、季節や避難所の状況により変化します。

4) トイレ使用ルール (例)

トイレの使用について

- * 使用する際は、中に人がいないかノックをして確認しましょう。
 - * トイレを使用する際は、使用していることが分かるよう、入り口にある札を「使用中」にしてから入りましょう。
 - * 和式のトイレの上板（便器にまたがる部分）は、2人以上が乗って使用しないでください。
介添えが必要な方は、洋式のトイレを使用してください。
 - * 使用後は、便器のそばにあるレバーをまわして、排泄物をならしてください。
 - * 皆さんが使用するトイレですので、清潔な使用を心がけましょう。
- * 汲み取り業者の手配が必要なトイレですので、排泄物が溜まってきたら、気づいた人が健康衛生班に報告してください。

5) 火気使用のルール (例)

火気使用上の注意

- * 避難所で火気を使用するスペースは原則として（ ）室と屋外の（ ）とします。
 - 居住スペースでの火気の使用は行わないでください。
 - 火気を使用する際は、消火バケツや消火器を用意して使用してください。
 - * 夜間（ ）時以降は、避難所内で火気を使用しないでください。
使用する必要がある場合は、総務情報班に申し出てください。
 - * 居住スペースで使用するストーブは、居住グループで責任を持って管理してください。
燃料を交換する際は、物資食料班に申し出てください。
 - * ストーブの周りには、燃えるものを置かないでください。
 - * 避難所内は決められた場所以外は禁煙です。
（ ）を喫煙スペースとしていますので、そこをお願いします。
きちんと消火し吸殻入れに捨ててください。ポイ捨ては絶対に行わないでください。
- * 吸殻入れの処理は、喫煙者が協力して実施しましょう。
集めた吸殻を捨てる際も、水を入れるなど火の気がないか確認してから処理しましょう

6) 夜間警備体制のルール (例)

夜間警備について

- * 夜間は共有部分は消灯せず、() 時に居住スペースのみ消灯します。
- * 夜間は不審者の侵入を防止するために、() の入口以外を施錠しますので、ご協力ください。緊急時には他の入口も開放しますが、あわてず指示に従って行動してください。
- * 夜間は避難所受付に当直者を配置し、また、防火・防犯のために避難所内の巡回を行いますので、緊急時や何かあった際には、そちらまで一声かけてください。
- * 当直は交代制で行います。皆さんの協力を得ながら行いますのでご協力ください。

7) ペット飼育のルール (例)

ペット飼育上のルール

避難所では、多くの人たちが共同生活を送っています。

ペットの飼い主の皆さんは、次のことを守って避難所生活を送ってください。

- * ペットは、指定された場所で、必ずケージに入れるかリードにより繋ぎとめて飼育してください。
- * 飼育場所や施設は、飼い主が常に清潔にし、必要に応じて消毒を行ってください。
- * ペットによる危害や避難者からの苦情の防止に努めてください。
- * ペットの排便等は、飼い主の管理のもと、指定された場所で排便させ、後片付けを必ず行ってください。
- * 給餌は時間を決めて、その都度きれいに片づけてください。
- * ノミ・ダニ等の発生防止等の衛生管理、健康管理に努めてください。
- * 運動やブラッシングは、必ず屋外で行ってください。
- * 飼育困難な場合は、保健衛生班に相談してください。

※ グリーピア三陸みやこをペット同行(ドッグホテル)、同伴(たろちゃんハウス)避難所に指定しています。

3-12. 避難所開設・運営の訓練を実施（参加）しよう【避難者・住民組織】

避難所の開設・運営に携わる関係者で集まり、定期的に避難所開設・運営訓練を実施しましょう。例えば、地域で行う訓練として、以下のようなメニューが考えられます。

【総務情報班】

- 避難所運営本部の設営
- 避難者の受付登録（ペット台帳の記入）
- ボランティアの受入表の記入
- 情報板の設置
- （避難所外の）備蓄倉庫や、給水拠点の位置の確認

【物資食料班】

- 備蓄倉庫の備品リスト確認と不足物のリスト化
- 炊き出し、または炊き出し拠点作り
- 物資ニーズ集約と物資救援依頼票の作成

【施設管理班】

- ライフライン（電力・ガス・上下水道）の確認
（例：マンホールの開閉、ブレーカー位置の確認 等）
- 発電機の始動、投光器の点灯
- 避難所運営協議シートに基づく、避難者受入れスペースのレイアウト

【保健衛生班】

- 仮設トイレの組み立て
- 担架等の救助用具の場所確認／使用
- 救急薬品の備蓄確認（リストとの照合）
- 傷病者リストの作成



その他、内閣府が「地域主役の避難所開設・運営訓練 ヒント集」を公開していますので、訓練の参考にしてみてください。

（参考ホームページ：http://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/.../hinto_web_2013_all.pdf）