

**【三浦市避難所運営マニュアル別冊】**  
**新型コロナウイルス感染症を踏まえた**  
**避難所の開設・運営のポイント**  
(各施設共通)

三浦市  
総務部防災課

# 目次

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| <b>I 共通事項</b> .....                  | 2  |
| 避難所にいるすべての人が実践すること                   |    |
| <b>II 事前準備</b> .....                 | 3  |
| 1 事前に市民の皆さんが準備すること                   |    |
| 2 感染症対策物資                            |    |
| <b>III 避難所の開設</b> .....              | 5  |
| 1 避難者の受入れ                            |    |
| 2 避難所全体レイアウト                         |    |
| 3 健康な避難者スペースのレイアウト                   |    |
| 4 発熱者等専用スペースのレイアウト                   |    |
| <b>IV 避難所の運営</b> .....               | 11 |
| 基本的な感染症対策の徹底                         |    |
| <b>V 参考資料</b> .....                  | 13 |
| 資料1：一般的な感染症対策について                    |    |
| 資料2：共用場所の掃除のポイント                     |    |
| 資料3：「ご家庭にある洗剤を使って身近な物の消毒をしましょう」      |    |
| 資料4：0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方          |    |
| 資料5：新型コロナウイルスなどの感染症対策のためのご家庭でのごみの捨て方 |    |

## はじめに

新型コロナウイルス感染症が終息しない中、地震が発生し、自宅が倒壊するなどして家に住めなくなった方は、避難所等で避難生活を送ることになります。

このような状況下において、避難所での3密（密閉・密集・密接）を避け、避難者が協力し合い、感染拡大の防止策を行いながら、安心して避難所生活が送れるように、避難所の開設・運営のポイントをまとめました。

## I 共通事項

### 避難所にいるすべての人が実践すること

新型コロナウイルス感染拡大を防止するために、避難所においても「新しい生活様式」を実践しましょう。避難所での避難生活は、長期間にわたる集団生活となります。避難者一人ひとりが「新しい生活様式」を意識して、そして、避難者同士が協力して、自分が感染しないこと、人に感染させない意識を持つことが大切です。

また、避難所で感染者を出さないためには、平時の段階で感染しないことが重要です。そのため、常に「新しい生活様式」を強く意識して、日頃から感染防止に努めましょう。

### 「新しい生活様式」の実践例

#### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- ☐ 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける。
  - ☐ 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - ☐ 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。**
  - ☐ 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
  - ☐ **手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に洗う**（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

#### 移動に関する感染対策

- ☐ 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- ☐ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- ☐ 地域の感染状況に注意する。

#### (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- ☐ まめに**手洗い・手指消毒** ☐ 咳エチケットの徹底
- ☐ こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） ☐ 身体的距離の確保
- ☐ 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- ☐ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- ☐ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



「新しい生活様式」の実践例

（厚生労働省）抜粋

## II 事前準備

### 1 事前に市民の皆さんが準備すること

「避難」とは【難】を【避】けることであり、自宅での安全確保が可能な人は、感染リスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。地震が発生しても、安全に自宅で生活できるよう、各家庭で今できることをしっかりと準備して、自助力を高め、なるべく避難所に避難しないことで感染リスクを抑えましょう。

#### (1) 自宅で生活ができるように準備する

- ・ 必要に応じて、耐震診断、耐震補強工事を実施し自宅の耐震化を図りましょう。
- ・ 家具の転倒防止を実施しましょう

#### (2) 避難所以外の避難先も検討する

- ・ 避難先は、避難所だけではなくありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えておきましょう。

#### (3) 避難先へ持参が必要な物資を準備する

- ・ 食料や飲料水、生活用品など従来から避難者が持参する物資に加えて、感染症対策として持参が必要な衛生用品（マスク・体温計・消毒液等）を準備しましょう。
- ・ 災害時には食料、飲料水、生活用品、衛生用品等は、店頭ですぐに購入することが難しくなります。平時から少し多めに買い置きして、古いものから使用、消費しながら家庭内で備蓄をしましょう。

#### (4) 日頃から体調管理に気を配る

- ・ 各家庭で、今まで以上に体調管理に気を配り、検温もこまめに実施しましょう。

## 2 感染症対策物資

従来の備蓄品に加えて、新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営に必要な物資を備蓄します。（予定含む）

### （１）マスク

飛沫感染防止のために、避難所ではマスク着用となります。避難者の自助によるマスク着用と持参が原則ですが、未持参者には配布します。

### （２）フェイスシールド

受付時の飛沫感染防止のために、着用します。

### （３）アルコール消毒液等

手指用及び清拭用の消毒液です。

### （４）非接触型体温計

受付時に避難者の体温を測定し、感染拡大を防止します。

### （５）間仕切り・テント

避難者同士の飛沫感染防止のために使用します。

### III 避難所の開設

#### 1 避難者の受入れ

##### (1) 避難所開設初期の受入れ

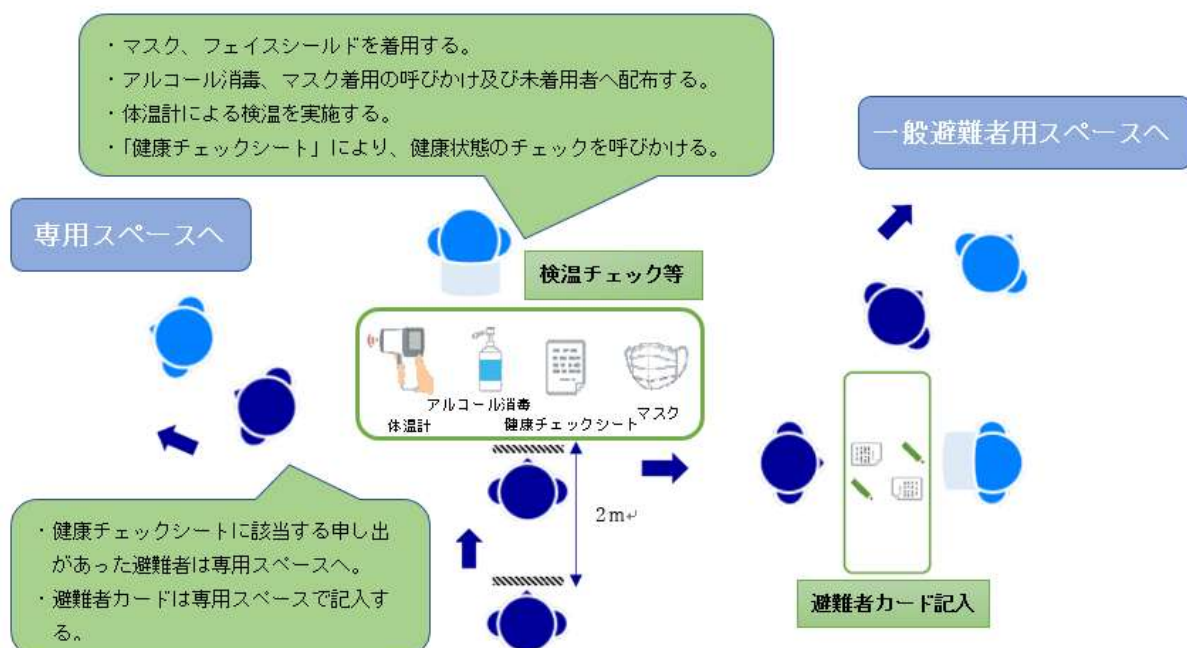
避難所運営マニュアルに記載のとおり、「避難所運営委員会」を組織し、以下により、避難所運営委員会ごとに避難所到着時の避難者の健康状態を確認します。

- ① 避難者にアルコール消毒液、マスク着用の声掛けをして、マスクを着用していない避難者にマスクを配布します。
- ② 非接触型体温計による検温を実施します。
- ③ 次ページの「健康チェックシート」により、各自で健康状態のチェックを呼び掛け、該当する症状がある場合には申し出るように促します。

##### (2) 受付を設置しての受入れ

避難所開設からしばらくしたら、下記の受付レイアウト（例）により、受付を設置します。マスク、フェイスシールドを着用して対応します。受付で前記「(1) 避難所開設初期の受入れ」を実施します。

受付レイアウト図（例）



## 健康チェックシート

次のいずれかの症状がある場合には、すぐにお知らせください

- ①熱（37.5度以上）がある
- ②強いだるさ（倦怠感）がある
- ③息苦しさ（呼吸困難）がある
- ④味やにおいを感じにくい

※避難所開設初期は、「健康チェックシート」の内容を読み上げ、健康状態のチェックを呼びかけます。

※受付設置後は、「健康チェックシート」を張り出し、確認してもらい、健康状態のチェックを呼びかけます。

## 2 避難所全体のレイアウト

体育館等のほかに、各避難所で事前に指定されている校舎の避難スペースを早期に開放して、感染の拡大防止を図ります。

## （１）飛沫感染防止策を講じる

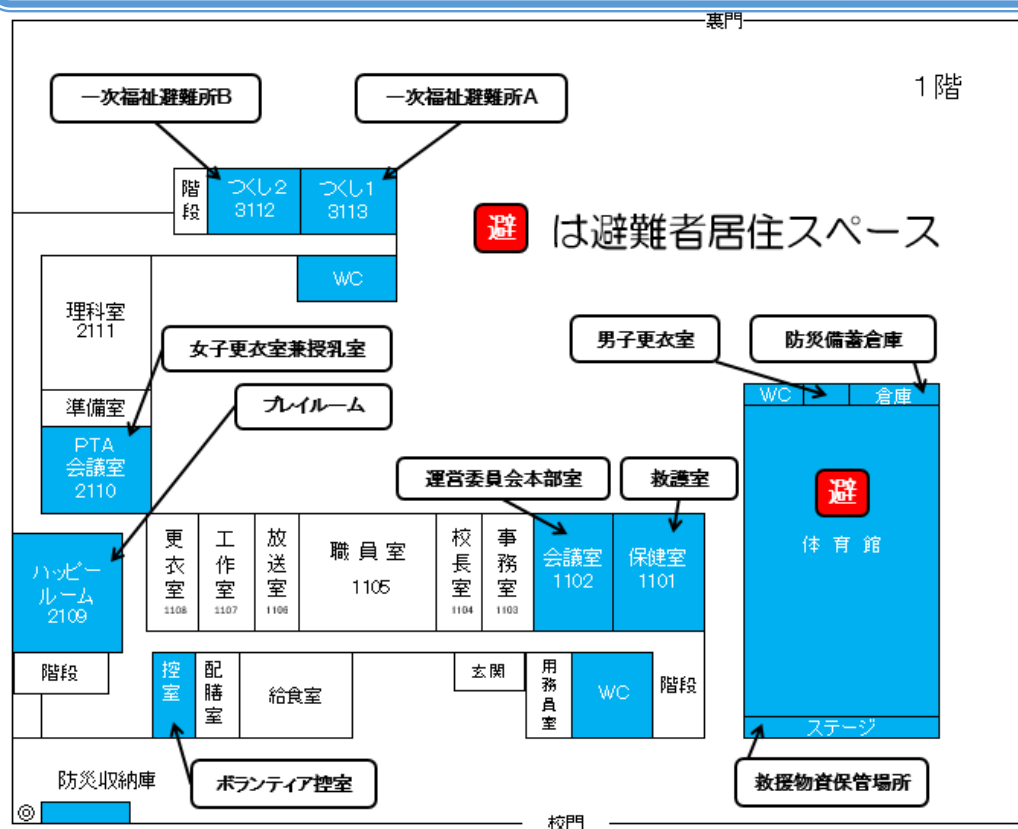
間仕切りやテントの使用、避難者の間隔を空ける（1 m以上）等の飛沫感染防止策をとります。

(2) 発熱者等の専用スペースを設ける

受付時の体温測定で発熱があった避難者や、「健康チェックシート」により、発熱等の申し出があった避難者の専用スペースを用意します。

専用スペースは、階段やトイレ等を発熱者等専用とし、健康な避難者と接触しない様にします。

## 避難所全体のレイアウト（例）





### 3 健康な避難者スペースのレイアウト

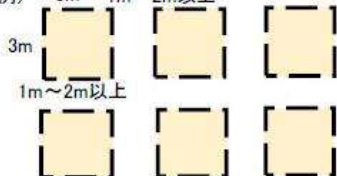
- (1) 間仕切りやテントで避難者の滞在スペースを区切るか、避難者の間隔を1m以上空けるようにしましょう。
- (2) 1m以上の幅の通路を設け避難者の間隔をとりましょう。

#### 健康な者の避難所滞在スペースのレイアウト（例）

- 体育館のような広い空間において、健康な者が滞在するスペースとしては、以下のような方法が考えられる。
- 感染リスクの高い高齢者・基礎疾患を有する者・障がい者・妊産婦等が滞る場合には、避難所内に専用スペースを設けることが望ましいが、体育館内に専用ゾーンを設け、以下と同様の考え方で利用することも考えられる。

##### テーブル等による区画表示

(例) 3m 1m～2m以上

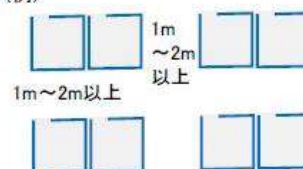


- 一家族が一区画を使用し、人数に応じて区画の広さは調整する
- 家族間の距離を1m以上あける

※スペース内通路は出来る限り通行者がすれ違わないように配慮する必要がある

##### テントを利用した場合

(例)

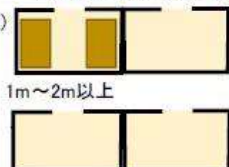


- テントを利用する場合は、飛沫感染を防ぐために屋根がある方が望ましいが、熱中症対策に十分注意することが必要

##### パーティションを利用した場合

- 飛沫感染を防ぐため、少なくとも座位で口元より高いパーティションとし、プライバシーを確保する高さにするのが望ましい。また、換気を考慮しつつ、より高いものが望ましい。

(例)



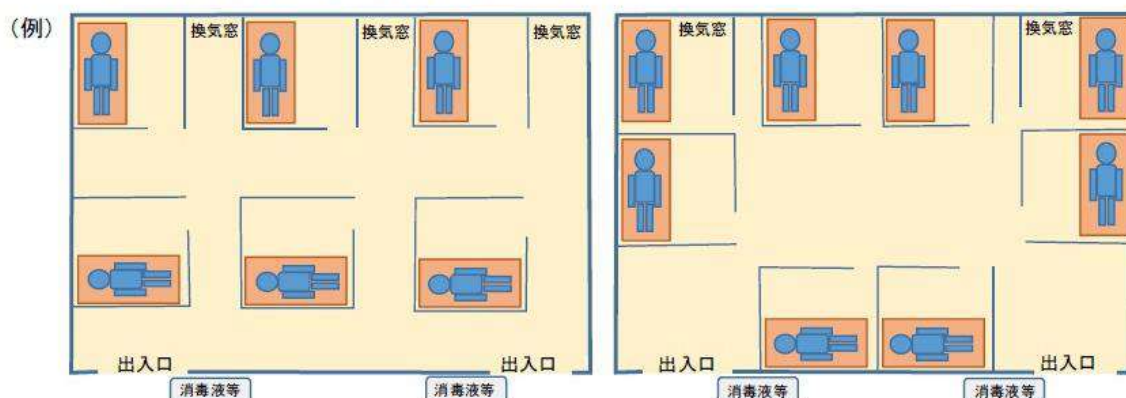
新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営ガイドライン  
(神奈川県くらし安全防災局 防災部災害対策課) 抜粋

## 4 発熱者等専用スペースのレイアウト

- (1) 校舎の教室等を使用し発熱者等専用スペースを確保しましょう。
- (2) できる限り、健康な避難者との接触の機会をなくしましょう。
- (3) 1 m以上の幅の通路を設け避難者の間隔をとりましょう。

### 発熱・咳等のある者や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）

- 発熱・咳等のある者は、可能な限り個室にすることが望ましいが、難しい場合はそれぞれ専用のスペースを確保する。  
やむを得ず同室にする場合は、パーティションで区切るなどの工夫をする。
- 濃厚接触者は、可能な限り個室管理とする。難しい場合はそれぞれ専用のスペースを確保する。  
※濃厚接触者は、発熱・咳等のある者より優先して個室管理とする。



※飛沫感染を防ぐため、少なくとも座位で口元より高いパーティションとし、プライバシーを確保する高さにすることが望ましい。また、換気を考慮しつつ、より高いものが望ましい。

- ・軽症者等は、予め災害時の対応・避難方法等を決めておくことが望ましいが、避難所に一時的に滞在する場合がある。
- ・感染予防および医療・保健活動のしやすさの観点から、地域における感染拡大状況や、各避難所、活用するホテル・旅館等の状況を踏まえ、防災担当部局や保健福祉部局等の連携のもと、必要に応じて特定の避難者の専用の避難所を設定することも考えられる。  
(例：高齢者・基礎疾患を有する者・障がい者・妊産婦用、発熱・咳等の症状のある者用、濃厚接触者用)

※上記は全て実施することが望ましいが、災害時において、種々の制約が想定され、出来る範囲で最大限実施することが望まれる。

新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営ガイドライン  
(神奈川県くらし安全防災局 防災部災害対策課) 抜粋

## Ⅳ 避難所の運営

### 基本的な感染症対策の徹底

新型コロナウイルスへの感染は、飛沫感染（ウイルスを含む飛沫が口、鼻や眼などの粘膜にふれること）、または、接触感染（ウイルスがついた手指で口、鼻や眼などの粘膜にふれること）により起こります。感染症対策の基本は、「マスク着用」による飛沫感染防止、「手洗い」などによる手指衛生の徹底です。避難所にいるすべての人がこの2点をしっかりと行うことで、感染症の拡大を防止することができます。

#### 避難所運営のポイント

##### ① 手洗いや咳エチケットの徹底（別添資料1参照）

ア 基本的な感染症対策である手洗いやマスクの着用などを徹底します。

イ 手洗いの基本は、「石けん」と「流水」ですが、災害時は、断水により難しい場合が想定されます。その際は、アルコール消毒液等による手指消毒を行います。

ウ 食事をする際は、マスクを外すため、互い違いに座ったり、同じ方向を向いて座るなどしましょう。会話の際にウイルスを含んだつばが飛ぶことがあるため、食事中の会話は自粛するよう指示します。

##### ② 定期的な清掃（消毒）や換気（別添資料2～4参照）

ア 避難所の衛生環境の確保として、定期的な清掃（消毒）や換気を徹底します。

イ 清掃（消毒）は、アルコール消毒液や洗剤（界面活性剤）、次亜塩素酸ナトリウムによる拭き掃除を基本とします。ドアノブやテーブルなど人がよく触る場所をこまめに拭き取ります。

ウ 換気は常時、天候により困難な場合はこまめに（1時間に2回以上数分程度、窓を全開にする）、2方向の窓や扉を開け、避難スペース内に空気が通るようにします。

③ 使用済みマスク等の捨て方（別添資料5参照）

ア 使用後のマスクや鼻水等が付着したティッシュ等の廃棄方法を徹底します。

イ ごみ箱にごみ袋をかぶせ、いっぱいにならない様にします。

ウ 使用後のマスク等に直接触れることがないように、しっかりとごみ袋を縛ります。

エ ごみを捨てた後は、手洗いやアルコール消毒液等による手指消毒を行います

④ 避難者の健康観察等の実施

ア 避難者の健康観察は、入所時だけでなく、毎日継続的に実施する必要があります。「健康チェックシート」を避難所内に掲出して、周知を図り、毎日行いましょう。

イ 避難者のみならず、避難所に出入りする全ての人を対象となります。

ウ 避難者に、「健康チェックシート」に該当する症状が出た場合には、申し出るように周知し、申し出があった場合には、発熱者等専用スペースに移します。また、市の災害対策本部へ報告します。

エ 発熱者等専用スペースの避難者は、保健師等により定期的に症状の観察を行い、必要に応じて医療機関に搬送し、検査及び治療を受けさせます。

## V

## 参考資料

資料 1 : 一般的な感染症対策について

資料 2 : 共用場所の掃除のポイント

資料 3 : 「ご家庭にある洗剤を使って身近な物の消毒をしましょう」

資料 4 : 0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

資料 5 : 新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのごみの捨て方

# ！ 感染症対策 へのご協力をお願いします

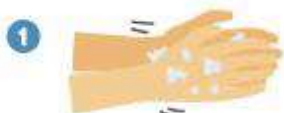
新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

## 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。



手の甲をのば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

首相官邸  
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



## 【資料2】共用場所の掃除のポイント

### 共用場所の掃除のポイント

不特定多数の人が触る場所は、1時間に1回など、時間を決めてアルコールや次亜塩素酸ナトリウムで拭き掃除をしましょう。

#### トイレの清掃・除菌すべき箇所



#### 人の手がよく触れる箇所



## 新型コロナウイルス対策

# ご家庭にある洗剤を使って 身近な物の消毒をしましょう

洗剤に含まれる界面活性剤で新型コロナウイルスが効果的に除去できます

### 試験で効果が確認された界面活性剤

- ▶ 直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム（0.1%以上）
- ▶ アルキルグリコシド（0.1%以上）
- ▶ アルキルアミノオキシド（0.05%以上）
- ▶ 塩化ベンザルコニウム（0.05%以上）
- ▶ 塩化ベンゼトニウム（0.05%以上）
- ▶ 塩化ジアルキルジメチルアンモニウム（0.01%以上）
- ▶ ポリオキシエチレンアルキルエーテル（0.2%以上）
- ▶ 純石けん分（脂肪酸カリウム）（0.24%以上）
- ▶ 純石けん分（脂肪酸ナトリウム）（0.22%以上）

※ 新型コロナウイルスに、0.01～0.2%に希釈した界面活性剤を20秒～5分間反応させ、ウイルスの数が減少することを確認しました。詳細はNITEウェブサイトをご覧ください。  
<https://www.nite.go.jp/information/koronat/aisaku20200622.html>

※ これ以外の界面活性剤についても効果がある可能性があり、さらに確認を進めています。

ご家庭にある洗剤に、どの界面活性剤が使われているか確認しましょう

- 効果が確認された界面活性剤が使われている洗剤のリストをNITEウェブサイトで公開しています（随時更新）

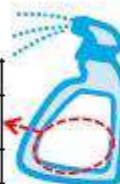
<https://www.nite.go.jp/information/osirasedetergentlist.html>



- 製品のラベルやウェブサイトなどでも、成分の界面活性剤が確認できます。

※製品本体の成分表は関連法令に基づいて表示されているため、含有濃度などの条件によっては、ウェブサイト上のリストと製品本体の成分表が一致しないことがあります。

|    |                              |
|----|------------------------------|
| 品名 | 住宅・家具用合成洗剤                   |
| 成分 | 界面活性剤（0.2% アルキルアミノオキシド）、泡調整剤 |
| 液性 | 弱アルカリ性 正容量 400ml             |



使用上の注意を守って、正しく使いましょう

- 身近なものの消毒には、台所周り用、家具用、お風呂用など、用途にあった「住宅・家具用洗剤」を使いましょう。
- 安全に使用するため、製品に記載された使用方法に従い、使用上の注意を守って、正しく使いましょう。
- 手指・皮膚には使用しないでください。



本資料は、2020年6月26日現在の知見に基づいて作成されたものです。随時修正されます。

「住宅・家具用洗剤」が手元にはない場合には？

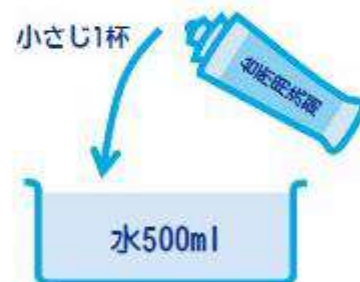
## 台所用洗剤を使って 代用することもできます。

「住宅・家具用洗剤」を使用する場合は、製品に記載された使用方法どおりに使用してください。

### (1) 洗剤うすめ液を作る。

たらいや洗面器などに500mlの水をはり、台所用洗剤\*を小さじ1杯（5g）入れて軽く混ぜ合わせる。

（\*食器洗い機用洗剤ではなく、スポンジなどにつけて使う洗剤です。有効な界面活性剤が使われているかも確認しましょう。）



### (2) 対象の表面を拭き取る。

キッチンペーパーや布などに、(1)で作った溶液をしみこませて、液が垂れないように絞る。汚れやウイルスを広げないように、一方方向にしっかり拭き取るようにする。

### (3) 水拭きする。

洗剤で拭いてから5分程度たったら、キッチンペーパーや布などで水拭きして洗剤を拭き取る。特に、プラスチック部分は放置すると傷むことがあるので必ず水拭きする。



### (4) 乾拭きする。

最後にキッチンペーパーなどで乾拭きする。

台所用洗剤で代用する場合は…

#### 安全上の注意

- 手指・皮膚には使用しないでください。
- スプレーボトルでの噴霧は行わないでください。

#### 効果的に使うためのポイント

- 作り置きした液は効果がなくなるので、洗剤うすめ液は、その都度使い切りましょう。
- 台所用洗剤でプラスチック部分（電話、キーボード、マウス、TVリモコン、便座とフタ、照明のスイッチ、時計など）を拭いた場合、そのまま放置すると傷むことがあります。必ず、すぐに水拭きしましょう。
- 塗装面（家具、ラッカー塗装部分、自動車の塗装面など）や、水がしみこむ場所や材質（布製カーテン、木、壁など）には使わないでください（シミになるおそれがあります）。

【資料4】参考 0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方（厚生労働省）

参考

## 0.05% 以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。  
商品によって濃度が異なりますので、以下を参考に薄めてください。

| メーカー<br>(五十音順) | 商品名         | 作り方の例                        |
|----------------|-------------|------------------------------|
| 花王             | ハイター        | 水1Lに本商品 25mL (商品付属のキャップ1杯)   |
|                | キッチンハイター    | 水1Lに本商品 25mL (商品付属のキャップ1杯)   |
| カネヨ石鹸          | カネヨブリーチ     | 水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯) |
|                | カネヨキッチンブリーチ | 水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯) |
| ミツエイ           | ブリーチ        | 水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯) |
|                | キッチンブリーチ    | 水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯) |

【注意】

- 使用にあたっては、商品パッケージやHPの説明をご確認ください。
- 上記のほかにも、次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。  
表に無い場合、商品パッケージやHPの説明にしたがってご使用ください。

## 新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのマスク等の捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方などがご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下の『**ごみの捨て方**』に沿って、  
「**ごみに直接触れない**」「**ごみ袋はしっかりしばって封をする**」そして  
「**ごみを捨てた後は手を洗う**」ことを心がけましょう。

### ごみの捨て方

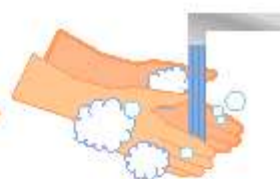
①ごみ箱にごみ袋をかぶせます。いっぱいになる前に早めに②のとおりごみ袋をしばって封をしましょう。



②マスク等のごみに直接触れることがないようにしっかりしばります。



③ごみを捨てた後は石鹸を使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。

- 『ごみの捨て方』に沿っていただくことにより、ご家族だけでなく、皆様が出したごみを扱う市町村の職員や廃棄物処理業者の方にとっても、新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどの感染症対策として有効です。
- ごみを捨てる際は自治体のルールに従うとともに、ポイ捨ては絶対にやめましょう。使用済みのマスク等のごみを捨てる際にも、『ごみの捨て方』を参考に、「ごみに直接触れない」「ごみ袋はしっかりしばって封をする」そして「ごみを捨てた後は手を洗う」ことに注意しましょう。



環境省公式HP



【三浦市避難所運営マニュアル別冊】

新型コロナウイルス感染症を踏まえた

避難所の開設・運営のポイント

令和2年11月発行

三浦市総務部防災課

〒238-0298 三浦市城山町1-1

TEL : 046 (882) 1111 FAX : 046 (864) 1166

e-mail : gyouseikanri1001@city.miura.kanagawa.jp