

**小矢部市避難所運営マニュアル
(新型コロナウイルス感染症対策編)**

**令和2年11月
小矢部市**

目次

はじめに

1 事前対策

- (1) 住民への広報 1
- (2) 物資・資材等の準備 1
- (3) 三つの密を避けるための避難所の確保 2
- (4) 避難所のレイアウトの検討 2
- (5) 感染者等の避難方法の具体化 3
- (6) 発熱や体調不良のある方への対応 3
- (7) 感染者が確認された場合の検討 3
- (8) 避難所運営委員会の設置 3
- (9) 避難所運営マニュアルの作成・修正や訓練 3

2 初動期の対応（発災後24時間）

- (1) 居住スペース、専用スペースの設置 3
- (2) 事前受付の設置 4

3 展開期以降の対応

- (1) 運営の留意点 4
 - ① 予防
 - ② 感染者が確認された場合
 - ③ 長期の避難生活への対応
- (2) 専用スペースにおける運営の留意点 6

4 撤収期

- (1) 避難所の閉鎖の準備 6
- (2) 避難所の清掃・消毒の実施 6
- (3) 施設管理者、避難所担当市職員の健康観察 6

様式及び資料集

（様式）

【様式第19号】受付時 健康状態チェックリスト

【様式第20号】体調チェック表

（資料）

【資料1】住民へのチラシ（例）

【資料2-1】新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）〈避難受付時〉

【資料2-2】新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）〈避難受付時以降〉

【資料2-3】健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト（例）

【資料2-4】発熱・咳等のある人や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）

【資料3】事前受付のレイアウト（例）

【資料4】居住スペース掲示（例）

（その他参考資料）

はじめに

新型コロナウイルス感染症の拡大のおそれがある中、災害が発生し、避難所を開設、運営する際は、手洗いや咳エチケット等の基本的な感染症対策を行うとともに、三つの密（密接・密閉・密集）を避ける等、新型コロナウイルス感染症対策を徹底する必要があります。

小矢部市では、「小矢部市避難所運営マニュアル」を避難所運営の基本としておりますが、避難所内での感染症対策を強化するため、前途のマニュアルを補完する目的で本マニュアルを作成しました。

1 事前対策

(1) 住民への広報

- ・住民が避難する前に準備、検討することを事前に周知する。【資料1】

- ・避難とは難を避けること、つまり安全を確保することであり、まずは自宅の災害の危険性をハザードマップ等で事前に確認し、自宅で安全確保ができる場合は自宅避難も検討する。
- ・避難所以外への避難を検討する。（親戚や友人の家、宿泊施設等）
- ・生活必需品やマスク、ハンドソープ（消毒液）、体温計、スリッパ、ビニール手袋等を用意する。
- ・服薬している薬や体調管理のためのサプリメントを用意する。
- ・避難所に行く際はマスクを着用する。

- ・避難所の感染症対策（可能な限り1～2m間隔の確保等）を周知する。
- ・避難警戒レベル情報を基に早期避難を徹底するよう周知する。

(2) 物資・資材等の準備

- ① 物資・資材等の準備状況をリスト化するとともに必要数を把握する。

また、新型コロナウイルス感染症に有効と考えられる物資・資材等を可能な限り準備する。

- ② 事前に準備しておく物資・資材等

- ・基本的な感染症対策用
マスク、消毒液、ペーパータオル、ティッシュ、ポンプ式ハンドソープ、家庭用洗剤、次亜塩素酸ナトリウム など
- ・避難者等の健康管理用
体温計、非接触型体温計 など
- ・避難所運営スタッフの防護用
使い捨て手袋、防護服（代用品としてレインコート）、ゴーグル、フェイスシールド など

- ・その他資材
パーティション、ビニールシート、テント、仮設トイレ、段ボールベッド、分別用ごみ袋、メジャー、養生テープ、PPロープ など

(3) 三つの密を避けるための避難所の確保

避難所の過密状態を避け、人と人の距離を確保するため、これまでの災害発生時よりも可能な限り多くの避難所を確保する。また、災害の状況により本市の避難所の開設が困難な場合は、近隣自治体と協議し、広域避難も検討する。

【指定避難所以外の避難所の確保】

- ・指定避難所以外の施設として民間施設、宿泊施設（ホテル・旅館等）の活用を検討する。
- ・要配慮者の避難先として、宿泊施設（ホテル・旅館等）の確保を検討する。
- ・各自治会の公民館・集会所を活用する。
- ・車中泊は推奨しないが、感染を恐れて車中泊が増えることが想定されるため車中泊、テント泊に備えた場所の確保を検討する。

(4) 避難所のレイアウト等の検討【資料2-1～資料2-4】

- ・可能な限り1～2m間隔で占有場所を確保するレイアウトを作成する。
- ・学校（体育館）等の大規模な避難所の場合、教室等を活用した「居住スペース」の分散化を検討する。

- ・トイレ、洗面所、洗濯場や携帯電話の充電場所等では、密集にならない運用が重要である。
- ・教室を活用する際は、机や椅子の移動、児童生徒の私物の扱い等に配慮する。

- ・発熱や体調不良のある方を早期発見できるよう、避難所入口の外に「事前受付」を設置する。
- ・発熱や体調不良のある方の「専用スペース」を設置する。専用スペースは個室が望ましいが、教室等を活用する場合はパーティションや簡易テントを設け感染防止を図る。

- ・専用スペースには、専用トイレを確保することが望ましい。携帯トイレ（段ボールトイレ等）の設置も検討する。
- ・飛沫感染防止のためパーティションの高さは1.4m以上を確保する。
- ・専用スペースには、家族用の待機スペースを確保し、その場合は、発熱等の方と別部屋にするのが望ましい。

- ・パーティションや簡易テントは、専用スペースを優先するが、居住スペースにおいても積極的に活用する。

- ・専用スペースと居住スペースの動線を分け、分離したレイアウトを検討し、全ての動線は交差を避け一方通行とすることが望ましい。

(5) 感染者等の避難方法の具体化

自宅療養者（感染者）や自宅待機者（濃厚接触者等）の避難先や方法等を含めた避難方針は、富山県砺波厚生センター小矢部支所の指示に従う。

(6) 発熱や体調不良のある方への対応

- ・学校等の大規模な避難所は、教室等を活用し、専用スペースの設置を検討する。
- ・小規模な避難所の専用スペースは、個室とすることが望ましいが、個室がない場合は、医療機関を受診するまで一時的に車中待機等を検討する。
- ・発熱や体調不良のある方について、医療機関を受診等のための手順を医療関係者の協力体制を含め事前に決定しておく。

・医療機関を受診等までの間、専用スペースで待機

(7) 感染者が確認された場合の検討

感染者が確認された場合に備え、富山県砺波厚生センター小矢部支所と連携の上、消毒方法やその範囲、その他避難者の移動先を事前に検討する。

(8) 避難所運営委員会の設置

小矢部市避難所運営マニュアルに記載のとおり、避難所運営委員会の設置について、事前に確認し、避難所の開設や運営に係る市、地域住民、施設管理者等の役割を事前に決定しておく。

(9) 避難所運営マニュアルの作成・修正や訓練

- ・本マニュアル（新型コロナウイルス感染症対策編）を現行の小矢部市避難所運営マニュアルに補完し、適宜修正する。
- ・地域住民と市、施設管理者等は、マニュアルに沿って訓練を実施する。

2 初動期の対応（発災後24時間）

(1) 居住スペース、専用スペースの設置【資料2-1～資料2-4】

- ・事前に決めた避難所開設者（市、施設管理者、自治会長等）は、早めに避難所を開設する。
- ・事前に検討したレイアウトを基に、メジャーや養生テープ、PPロープ等を使用し、居住スペースや専用スペースを設置する。

- ・避難者が居住スペースに入る前には、2m間隔を養生テープ等で示しておく。
- ・トイレ、洗面所、洗濯場や携帯電話の充電場所等は、密にならないよう運用する。
- ・「専用スペース」には、パーティションや簡易テントを設置する。

- ・発熱や体調不良のある方を分離する。

- ・トイレや洗面所等も含め、居住スペースと専用スペースを分離する。
- ・居住スペースと専用スペースの動線は交わらず、一方通行が望ましい。

- ・パーティションや簡易テントは専用スペースへの設置を優先するが、少しでも多くの方が避難できるよう居住スペースにおいても積極的に活用する。

(2) 事前受付の設置【資料3】

- ・避難者の健康状態を確認するために、避難所入口の外に事前受付を設置する。

- ・避難所開設と同時に事前受付を設置し、運営する。
- ・アルコール消毒液を設置し、雨天時はテントを設営する。
- ・体育館に接続する廊下を使用する等、各避難所に応じて設置する。
- ・避難者のマスク着用、手洗い（消毒）、間隔の確保を徹底する。

- ・発熱の有無や問診（受付時 健康状態チェックリスト【様式第19号】を活用）により、健康状態を確認する。

- ・非接触型体温計が望ましい。
- ・接触型の体温計を使用する場合、感染防止のため毎回消毒を実施する。
- ・検温するスタッフは、マスクに加え、使い捨て手袋、防護服等を装着する。

- ・事前受付の結果により、専用スペース又は総合受付へ誘導する。
⇒発熱や体調不良のある方は、専用スペースへ誘導する。
⇒発熱や体調不良のない方は、総合受付へ誘導する。

- ・避難者自らが移動できるよう、案内看板や養生テープ等を用意しておく。
- ・発熱や体調不良のある方は、診察が必要であるため市本部と連携し、事前に検討した医療機関等へ搬送する。
- ・医療機関等へ搬送するまでの間、専用スペースで待機させる。

- ・事前受付の設置前に避難者が居住スペースに入った場合は、改めて1～2m間隔の区割りをを行うとともに、各避難者の体温等の健康状態を確認する。

- ・体育館に接続する廊下を使用する等、改めて事前受付を実施する。

3 展開期以降の対応

(1) 運営の留意点

① 予防

- ・事前受付を継続し、避難所に人の出入りがある毎に、体温と体調を確認する。
- ・衛生環境について指導する環境衛生班を避難者（住民）の中から配置する。

- ・保健師や救護班の定期的な巡回により、避難所内や車中泊等の避難者の健康管理を徹底する。
- ・トイレ、洗面所、洗濯場や携帯電話の充電場所等では、密にならないよう対応する。
- ・避難者の相談窓口を開設し、ストレス等の心のケアを実施する。

・電話やSNSの活用を検討する。

- ・避難者に体調チェック表【様式第20号】を配布し毎日体温と体調を確認する。（1日2回）
- ・発熱や体調不良のある方が発生した場合は、事前に検討した手順により、保健師等と連携し富山県砺波厚生センター小矢部支所へ連絡し、医療機関への受診を手配する。
- ・ポスターやチラシ、呼びかけにより避難者への感染症防止のための運営上の留意点を周知する。【資料4】

【個人の留意点】

- ・2m以上の間隔を確保する。
- ・手洗い、マスク常用（睡眠中もできる限り）、毎日の体温・体調を確認。（ドアノブ等の共有部分に触れた後は、特に手洗いを徹底）
- ・飛沫感染を最小限にするため、居住スペース以外で食事をとらない。

【避難所の留意点】

- ・アルコール消毒薬を各入口やトイレ等に設置する。
- ・30分に1回以上、数分間程度、窓を全開する定期的な換気を実施する。
- ・手すり、ドアノブ等の人が接触する共有部分は1日最低1回消毒する。
- ・トイレや洗面所は、1日最低1回清掃及び消毒する。
- ・清掃・消毒を行うときは十分な換気を行い、手袋、マスクを着用で行う。
- ・施設の清掃・消毒は避難者を中心に関係者が協力して実施する。
- ・消毒方法に関しては、富山県砺波厚生センター小矢部支所から事前に指導を受けたうえで施設管理者にも説明を行っておく。
- ・物品や食事の配給時は、一度机に置くこと等により接触感染を回避する。
- ・ごみは家族で管理し、密閉して廃棄する。

② 感染者が確認された場合

事前に検討した内容を踏まえ、富山県砺波厚生センター小矢部支所の指示に従い、消毒やその他の避難者の移動等を実施する。

③ 長期の避難所生活への対応

住民と協力して、長期的な避難所のレイアウトを検討する。

(2) 専用スペースにおける運営の留意点

- ・専用スペースは、個室が望ましいが、部屋を分けられないときはパーティションや簡易テント等で仕切りを設置する。
- ・発熱や体調不良のある方の看護は、できるだけ限られた方で実施する。

4 撤収期

(1) 避難所の閉鎖の準備

- ・避難所生活が長引くことは、感染症を含めた二次的健康被害のリスクが高まるため、ライフラインの復旧状況等をみながら早期の避難所閉鎖を目指す。
- ・避難者の減少等に伴い、可能な限り個室の使用や世帯当たりの避難スペースを広げる等の三密を避ける取り組みを継続する。
- ・災害等により住宅を失った避難者などの退所後の生活の場の確保を図るため、市災害対策本部と協議調整を図る。

(2) 避難所の清掃・消毒の実施

- ・清掃・消毒を行うときは十分な換気を行い、手袋、マスク着用で行う。
(避難スペース、共有スペース、その他使用した部屋、トイレ、手洗い場等)
- ・施設の清掃・消毒は避難者を中心に関係者が協力して実施する。
- ・消毒方法に関しては、富山県砺波厚生センター小矢部支所から事前に指導を受けたうえで施設管理者にも説明を行っておく。

(3) 施設管理者、避難所担当市職員の健康観察

- ・施設管理者、市担当者等は、避難所閉鎖からの2週間、朝・夕の2回の体温測定及び自身の健康観察を行う。
- ・健康観察は、体調チェック表【様式第20号】を参考に実施する。
- ・発熱や体調不良などがある場合には、早めに医療機関を受診する。
- ・発熱や体調不良などで医療機関を受診する場合は、あらかじめ市対策本部に連絡し、受診後は結果を報告する。

様式及び資料集

(様式)

【様式第19号】受付時 健康状態チェックリスト	8
【様式第20号】体調チェック表	9

(資料)

【資料1】住民へのチラシ(例)	10
【資料2-1】新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト(例)〈避難受付時〉	11
【資料2-2】新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト(例)〈避難受付時以降〉	12
【資料2-3】健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト(例)	13~14
【資料2-4】発熱・咳等のある人や濃厚接触者専用室のレイアウト(例)	15
【資料3】事前受付のレイアウト(例)	16
【資料4】居住スペース掲示(例)	17

(その他参考資料)

・感染症対策へのご協力をお願いします	18
・新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。	19~20
・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	21~22
・避難所でのごみの捨て方について	23
・知っておくべき5つのポイント	24
・避難行動フロー	25

受付時 健康状態チェックリスト

◎太枠の中の項目についてご記入ください。

受付日：令和 年 月 日

避難所名	氏名（ふりがな）	年齢

チェック項目		
1	あなたの家族や知人に新型コロナウイルス感染者が居て、15分以上の接触歴(1m以内の距離)は、ありますか？ (はいの方・・・その時に不織布マスクは着用していましたか？)	はい・いいえ (いいえ・はい)
2	普段より熱っぽく感じますか？	はい・いいえ
3	呼吸の息苦しさ、胸の痛みはありますか？	はい・いいえ
4	においや味を感じにくいですか？	はい・いいえ
5	咳やたん、のどの痛みはありますか？	はい・いいえ
6	全身がだるいなどの症状はありますか？	はい・いいえ
7	吐き気がありますか？	はい・いいえ
8	下痢がありますか？	はい・いいえ
9	からだにぶつぶつ(発疹)が出ていますか？	はい・いいえ
10	目が赤く、目やにが多くないですか？	はい・いいえ
11	現在、医療機関に通院をしていますか？(症状：)	はい・いいえ
12	現在服薬をしていますか？(薬名：) (はいの方・・・その薬は持参していますか？)	はい・いいえ (いいえ・はい)
13	そのほか気になる症状はありますか？ ※「はい」の場合、具体的にご記入ください	はい・いいえ
14	呼吸器疾患、高血圧、糖尿病、その他の基礎疾患はありますか？ ※「はい」の場合、具体的にご記入ください	はい・いいえ
15	てんかんはありますか？	はい・いいえ
16	避難所での行動に際し、介護や介助が必要ですか？	はい・いいえ
17	避難所での行動に際し、配慮を要する障害がありますか？ ※「はい」の場合、障害の内容をご記入ください	はい・いいえ
18	乳幼児と一緒にですか？(妊産婦も含む)	はい・いいえ

(以下は、受付担当者が記入します)

体温	℃	受付者氏名	
滞在スペース・区画			

※滞在スペース・区画欄には、避難する建物や部屋の名称および区画番号などを記入する。

体調チェック表

- 避難者は氏名等を記入し、各自保管してください。
- 避難者は自身の体調に関する項目について、毎日記入し受付にて確認してもらってください。

避難所名	(フリガナ) 氏名											
	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日
体 温	朝	℃	朝	℃	朝	℃	朝	℃	朝	℃	朝	℃
	タ	℃	タ	℃	タ	℃	タ	℃	タ	℃	タ	℃
・息苦しさや、胸の痛みがある	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・においや味を感じられない	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・咳やたん、のどの痛みがある	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・全身がだるい	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・嘔吐や吐き気がある	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・下痢が続いている	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・	はい	・
・その他の症状												
受付確認欄 ※受付担当者が記入します	：		：		：		：		：		：	

避難所における新型コロナウイルス感染症対策
平時の準備と早めの避難

避難所には多くの避難者が集まり、感染症のリスクが高まります。

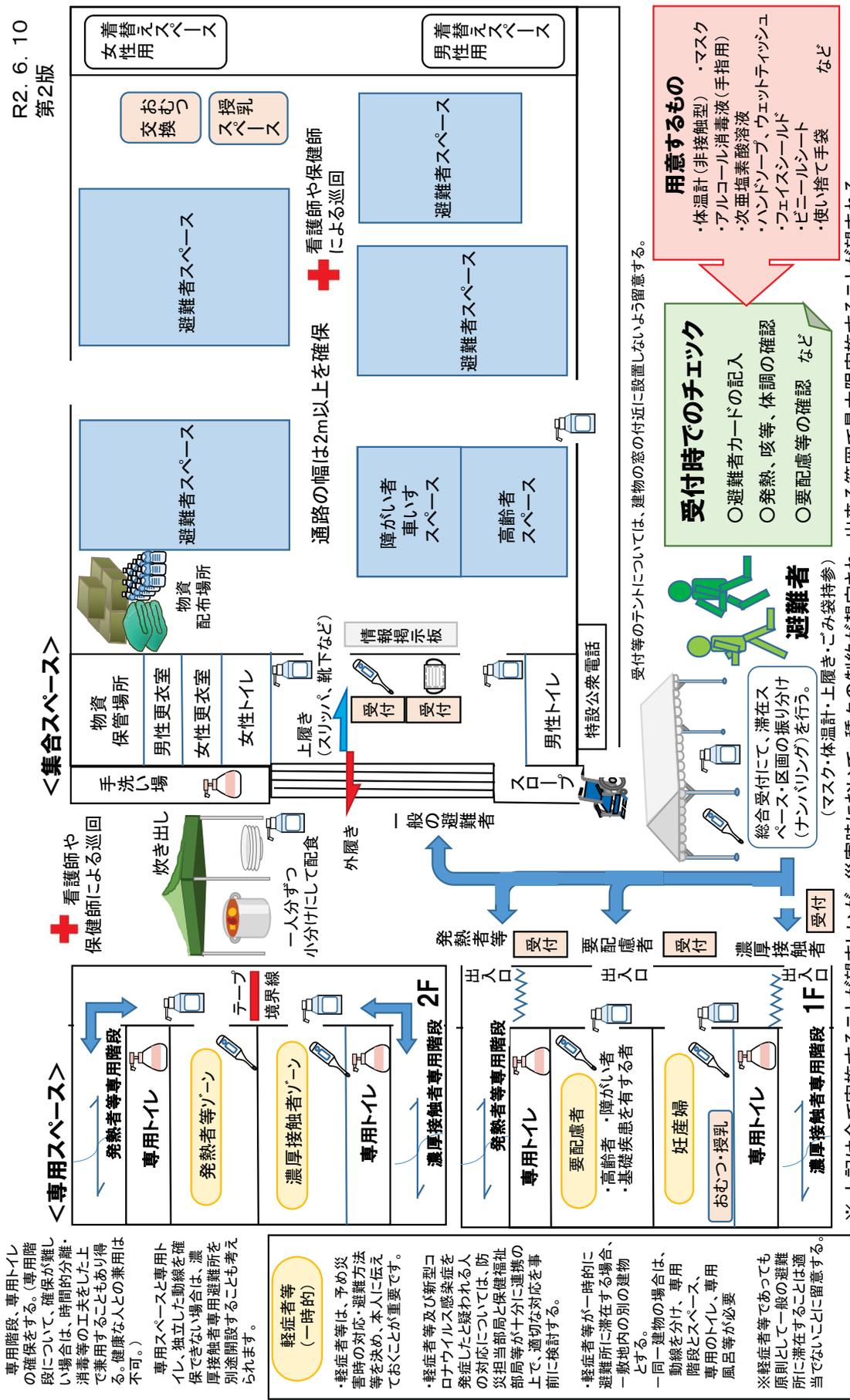
自分の身は自分で守る「自助」の備えを行うとともに、早めの避難を心がけましょう。

次の「準備」をお願いします

- ① 自宅の災害の危険性を確認
- ② 親せきや友人宅等、避難所以外への避難の検討
- ③ 生活必需品やマスク、石鹼(消毒液)、体温計、スリッパ、ビニール手袋等の用意

令和 年 月 日 小矢部市

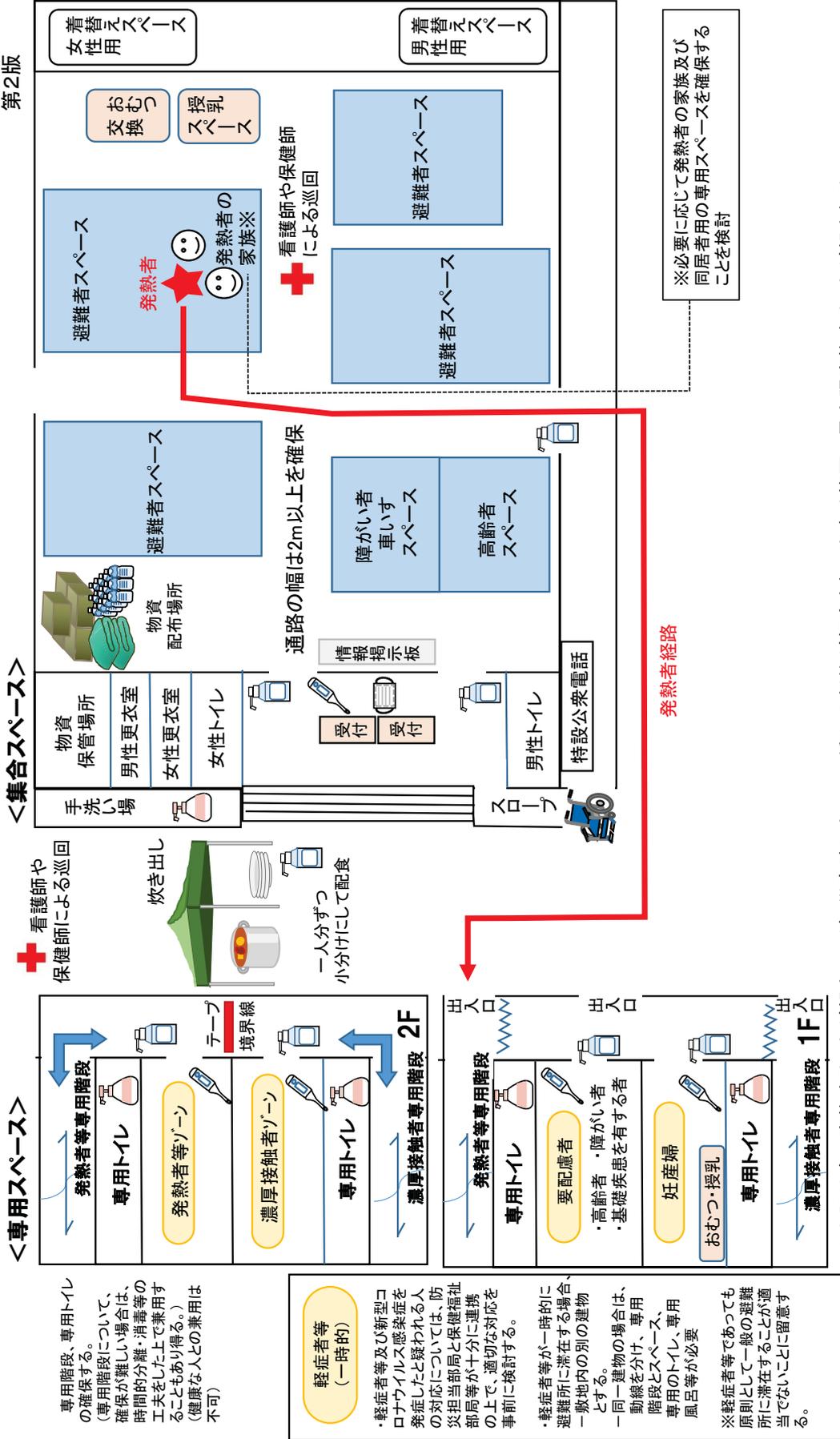
新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）〈避難受付時〉



出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料」（第2版）について
（令和2年6月10日付け府政防第1262号）

新型コロナウイルス感染症対応時の避難所レイアウト（例）〈避難受付以降〉

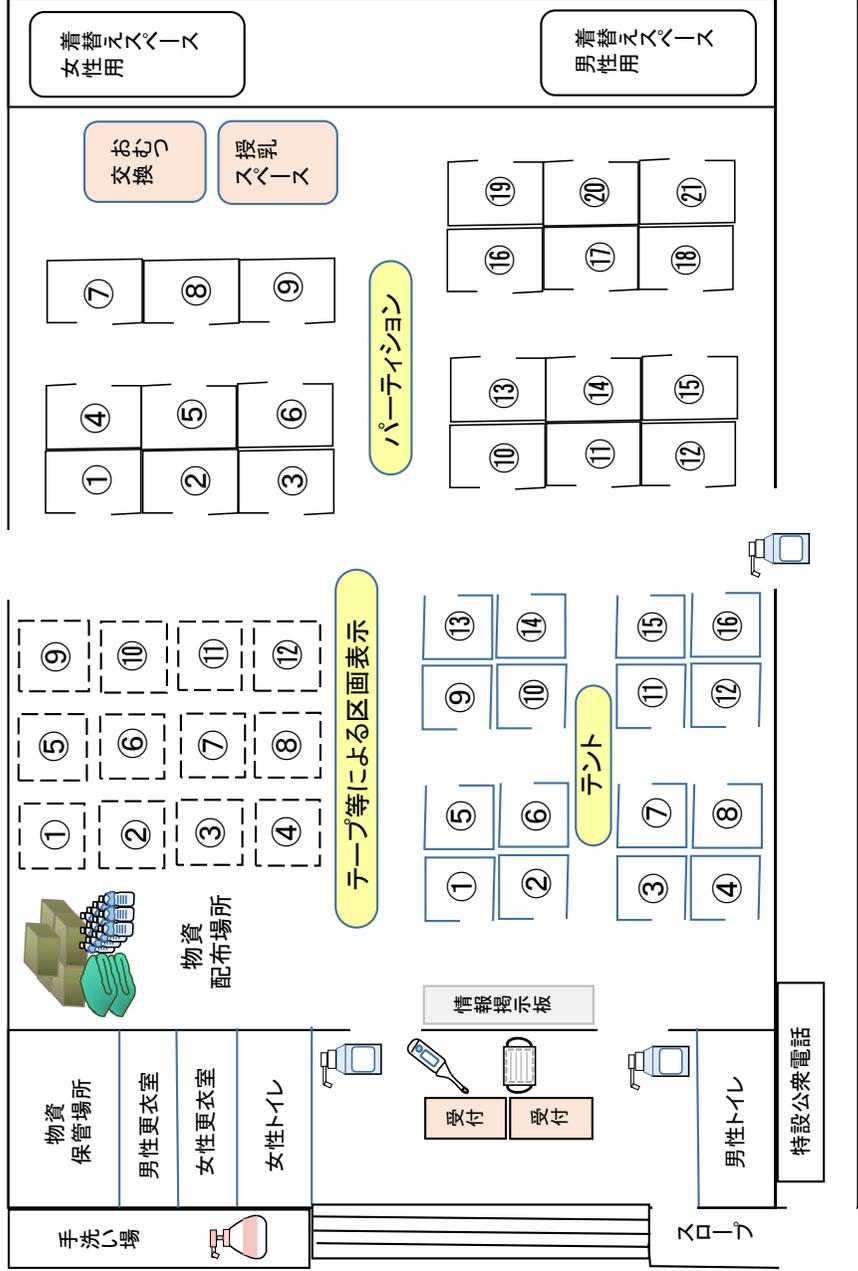
R2.6.10
第2版



健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト（例）

R2. 6. 10
第2版

- テープ等による区画表示やパーティション、テントを利用する場合は、番号等を付し、誰がどの番号等の区画等に滞在しているか分かるように管理する。

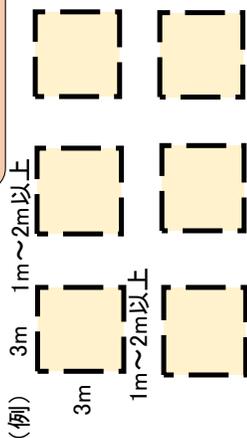


出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料」（第2版）について
（令和2年6月10日付け府政防第1262号）

健康な人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、健康な人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。感染対策やプライバシー保護の観点からは、パーティションやテントを用いることが望ましい。
- 感染リスクの高い高齢者・基礎疾患を有する人・障がい者・妊産婦等が滞在する場合には、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。

テープ等による区画表示

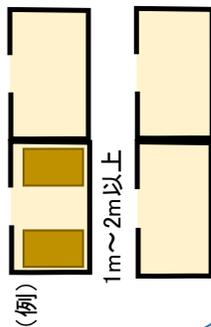


- 一家族が一区画を使用し、人数に応じて区画の広さは調整する
- 家族間の距離を1m以上あげる

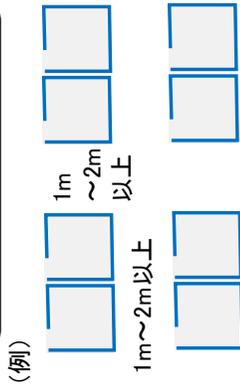
※スペース内通路は出来る限り通行者がすれ違わないように配慮する必要がある

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。



テントを利用した場合



- 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、熱中症対策が必要な際には、取り外す。



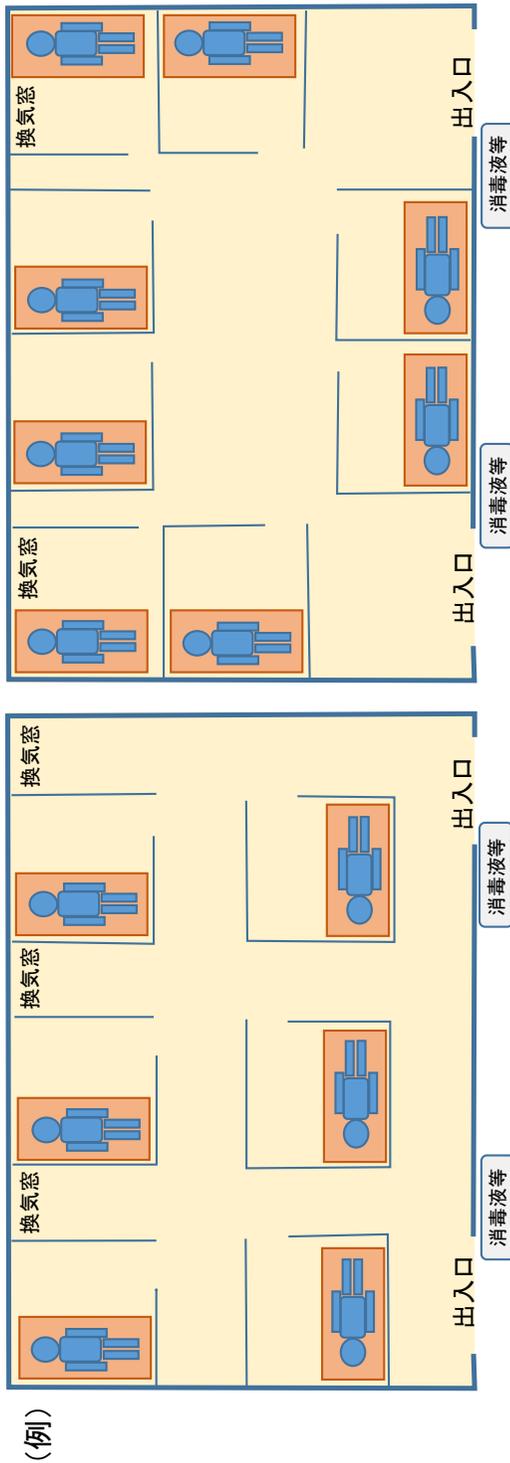
- ※ 人と人の間隔は、できるだけ2m(最低1m)空けることを意識して過ごしていただくことが望ましい。
- ※ 避難所では、基本的にマスクを着用することが望ましい。特に、人と人の距離が1mとなる区域に入る人はマスクを着用する。
- ※ 上記は全て実施することが望ましいが、災害時において、種々の制約が想定され、出来る範囲で最大限実施することが望まれる。

出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料」（第2版）について
(令和2年6月10日付け府政防第1262号)

発熱・咳等のある人や濃厚接触者専用室のレイアウト（例）

R2. 6. 10
第2版

- 発熱・咳等のある人や濃厚接触者は、それぞれ一般の避難者とはゾーン、動線を分けること。
- 発熱・咳等のある人は、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、発熱・咳等のある人より優先して個室管理とする。
- 人権に配慮して「感染者を排除するのではなく、感染対策上の対応であること」を十分に周知する。



※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)

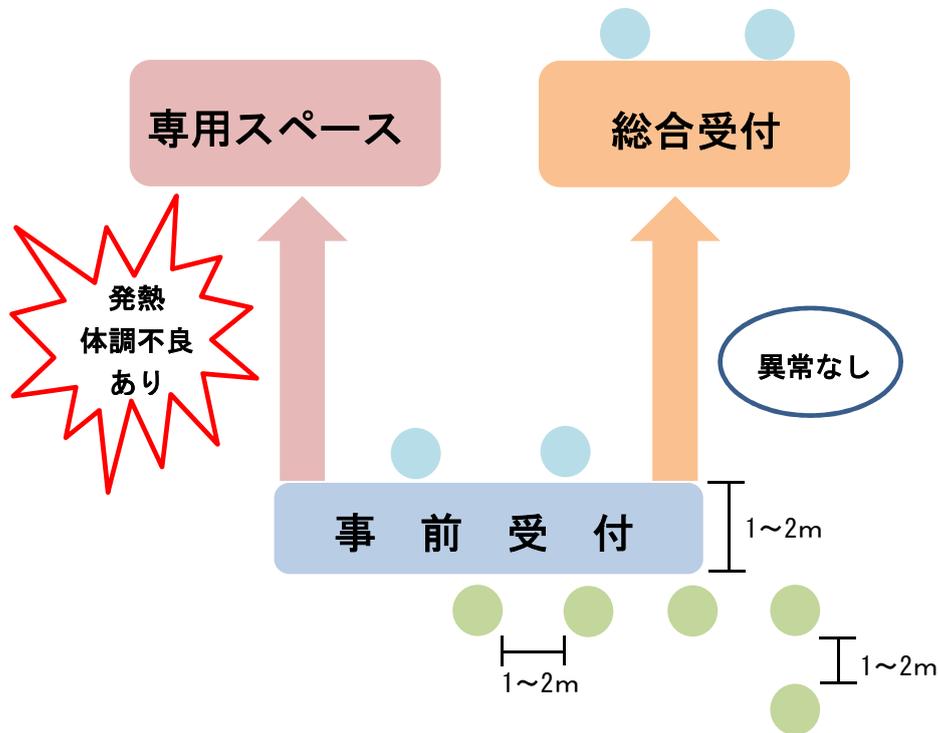
※ 発熱・咳等のある人や濃厚接触者は、マスクを着用する。

※ 上記は全て実施することが望ましいが、災害時に於いて、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。

出典：「避難所における新型コロナウイルス感染症への対応の参考資料」（第2版）について
(令和2年6月10日付け府政防第1262号)

【資料2-4】

事前受付のレイアウト（例）



- ①検温、問診を実施（「受付時 健康状態チェックリスト」を活用する）
- ②発熱や体調不良のある方は、専用スペースへ誘導
- ③発熱や体調不良のない方は、総合受付へ誘導

- ・非接触型体温計等を設置
- ・接触型の体温計を使用する場合、感染症防止のため毎回消毒を実施
- ・検温するスタッフは、マスクに加え、使い捨て手袋、防護服等を装着
- ・避難者が自ら行動できるよう、案内看板等を用意
- ・アルコール消毒液を設置
- ・避難者のマスク常用、手洗い（消毒を徹底）
- ・避難者の人と人との距離を確保

新型コロナウイルス

感染症対策

へのご協力を
お願いします！

ほかの人にうつさないために

- ・ 隣の人とは、2メートル以上離れて過ごしましょう。
- ・ 常にマスクを着用しましょう
- ・ ドアノブ等の共有部分に触れた後は、手洗い、消毒を徹底しましょう
- ・ 毎日、体温・体調チェックをしましょう
 - ➡ 朝、夕最低2回実施
 - ➡ 発熱や体調が良くないときは、避難所運営委員会へ報告してください
- ・ 居住スペース以外で食事をとらないようにしましょう

避難所運営上の協力のお願い

- ・ 定期的に換気しましょう
 - ➡ 30分に1回以上、数分間、窓を全開
- ・ ドアノブ等の共有部分の消毒、トイレの清掃は毎日、こまめに実施しましょう
 - ➡ 共有部分は、家庭用塩素系漂白剤で拭いた後に水拭き
- ・ 物品や食事の提供時は、手渡しを避けましょう
- ・ ごみは各家族で、ごみ袋の口を縛って捨てましょう



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



1 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。



2 手の甲をのばすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 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対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。

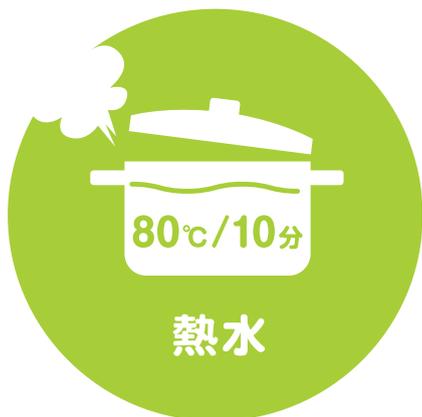


手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんやハンドソープで 10 秒もみ洗い後 流水で 15 秒すすぐ	1 回	約 0.01% (数百個)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です。



食器や箸などは、80°Cの熱水に10分間さらすと消毒ができます。火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、拭くと消毒ができます。ハイター、ブリーチなど。裏面に作り方を表示しています。

※目や肌への影響があり、取り扱いには十分注意が必要です。
※必ず製品の注意事項をご確認ください。
※金属は腐食することがあります。



有効な界面活性剤が含まれる「家庭用洗剤」を使って消毒ができます。NITE ウェブサイトで製品リストを公開しています。

[NITE 洗剤リスト](#) [検索](#)

[こちらをクリック](#)



参考

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



【使用時の注意】

- ・換気をしてください。
- ・家事用手袋を着用してください。
- ・他の薬品と混ぜないでください。
- ・商品パッケージやHPの説明をご確認ください。

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 (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター 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) [※] ※次亜塩素酸ナトリウムは、一般的にゆっくりと分解し、濃度が低下して いきます。購入から3ヶ月以内の場合は、水 1L に本商品 10ml (商品 付属のキャップ 1/2 杯) が目安です。
カネヨ石鹼	カネヨブリーチ 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 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)

(プライベートブランド)

ブランド名 (五十音順)	商品名	作り方の例
イオングループ (トップバリュ)	キッチン用漂白剤	水 1L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
西友 / サニー / リヴィン (きほんのき)	台所用漂白剤	水 1L に本商品 12mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
セブン&アイ・ ホールディングス (セブンプレミアム ライフスタイル)	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)

※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。

洗剤の使い方はこちら▶▶▶
[こちらをクリック](#)



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_aisaku20200522.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

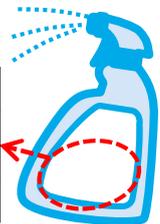
- 効果が確認された界面活性剤が使われている洗剤のリストをNITEウェブサイトで公開しています(随時更新)
<https://www.nite.go.jp/information/osirasedetergentlist.html>



- 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。

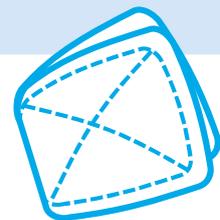
※製品本体の成分表は関連法令に基づいて表示されているため、含有濃度などの条件によっては、ウェブサイト上のリストと製品本体の成分表が一致しないことがあります。

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	正味量	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？

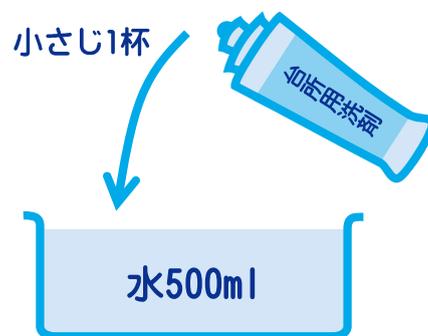
台所用洗剤を使って代用することもできます。

「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）。

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、適切な避難行動をとりましょう

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、
災害時には、**危険な場所にいる人は
避難することが原則**です。

知っておくべき5つのポイント

- 避難とは[難]を[避]けること。
安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、小中学校・公民館だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。
- マスク・消毒液・体温計が不足しています。できるだけ自ら携行して下さい。
- 市町村が指定する避難場所、避難所が変更・増設されている可能性があります。災害時には市町村ホームページ等で確認して下さい。
- 豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認して下さい。



今のうちに、 自宅が安全かどうかを 確認しましょう！



ハザードマップ

検索

避難行動判定フロー

スタート!

あなたがとるべき避難行動は？

ハザードマップ*で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

*ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、市区町村からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として*、自宅の外に避難が必要です。

例外

※浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまう
おそれの高い区域の外側である
②浸水する深さよりも高いところにいる
③浸水しても水がひくまで我慢できる、
水・食糧などの備えが十分にある
場合は**自宅に留まり安全確保することも可能**です。

※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は**自宅に留まり安全確保することも可能**です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

警戒レベル**3**が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

いいえ

警戒レベル**3**が出たら、市区町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

警戒レベル**4**が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

いいえ

警戒レベル**4**が出たら、市区町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう