

京都市 避難所運営マニュアル

改定版

資料編（参考資料集、様式集）

平成 24 年 10 月策定（令和●年●月改定）

2025.12.24（素案）



1 参考資料集

2 様式集

1 参考資料集

●地域概況

- ①地域概況
- ②災害時協力井戸
- ③地域の集合場所・避難所位置図

●避難所開設準備・開設

- ④施設管理者の連絡先
- ⑤避難所開設セットの使い方
- ⑥トイレ用マンホール蓋の開け方
- ⑦名簿づくりの進め方

●運営体制づくり・各班の役割

- ⑧指定避難所等の運営における責任
- ⑨非常通信システム操作マニュアル
- ⑩伝言ダイヤルの使い方
- ⑪避難所生活のルール
- ⑫消毒液の作り方
- ⑬避難所における口腔ケア
- ⑭要配慮者の特性ごとの対応
- ⑮避難所でのペットの受付と管理について
- ⑯外国人対応
- ⑰高齢者、子ども、乳幼児等の個別対応
- ⑱性的マイノリティ対応
- ⑲炊き出し
- ⑳食物アレルギー
- ㉑区災害ボランティアセンターとは

① 地域概況

※ 地域で作成し、貼り付けます。

＊ 学区内の町会別または町丁目別人口、世帯数

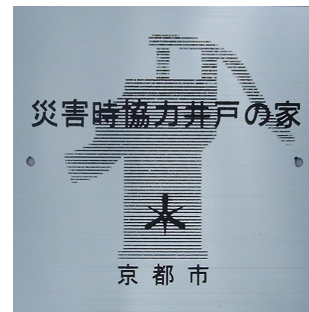
② 災害時協力井戸

京都市では、地震の際の水道施設の損傷等により、生活のための水が不足した場合に備えて、市民の皆様が所有されている井戸を「**災害時協力井戸**」として登録し、災害時に地域の皆さんに生活水（洗濯、掃除、トイレに使用する水です。飲料用の水ではありません。）として井戸水を提供していただく制度を、平成 16 年 12 月にスタートさせ、多くの市民や事業者の方等に登録いただいています。

「災害時協力井戸の家」として登録された住宅



この標識がついて
います。



- 地域の「災害時協力井戸」を事前に確認し、「参考資料集」⑦地域概況等に記載してください。
- 登録されている家のリストを、地元の自主防災会へお渡ししています。
- また、およその場所は、京都市 Web 版ハザードマップ（土砂災害、水害、地震の全てのページから御確認いただけます。）でも御覧いただけます。

京都市防災ポータルサイト

<http://www.bousai-kyoto-city.jp/bousai/>

③ 地域の集合場所・避難所位置図

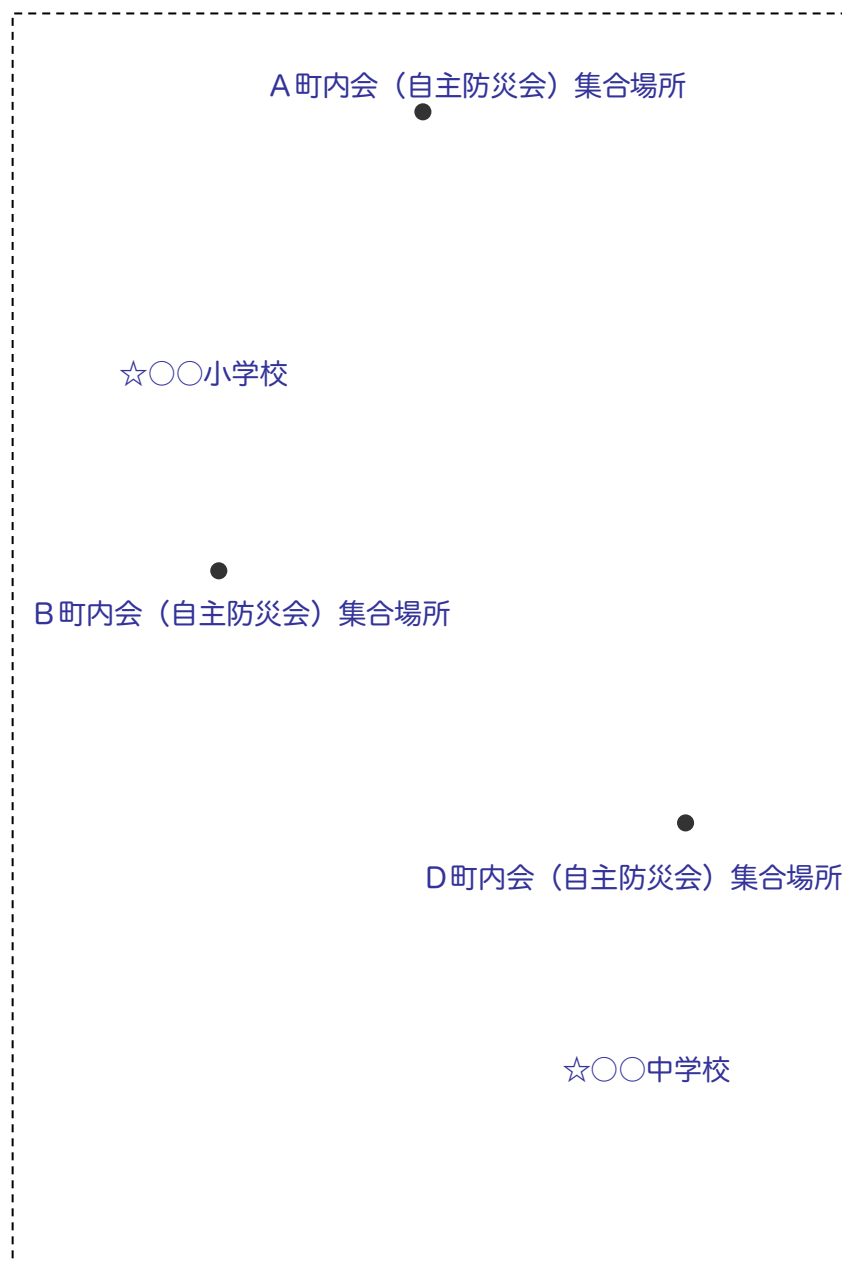
地域の集合場所

※ 地域で作成し、貼り付けます。

* 学区内の各「地域の集合場所」位置図、避難ルート、避難所一覧と位置図、該当町内会一覧等の明記



□□学区地図



避難所	該当町内会 (自主防災会)
○○小学校	A町内会 (自主防災会)
	B町内会 (自主防災会)
	C町内会 (自主防災会)
○○中学校	D町内会 (自主防災会)
○○	

④ 施設管理者の連絡先

施設管理者の連絡先

○施設管理者代表[]（連絡先 ）

※毎年必ず確認しておきましょう。

施設管理者の在中(勤務時間)状況

○平日：

○休日：

⑤ 避難所開設セットの使い方

ポイント

○各避難所に配置されている運営資機材・感染拡大防止対策用物品等は、次ページの一覧のとおりです。

○避難所開設セット（⑩）には、a～r の物品が入っています。

(見本)

※写真を追加（市から入手予定）

解説

レイアウトでの利用例

- ①床にテープをはり、通路等の位置をレイアウトします。
- ②ブルーシートを敷きます。
- ③立入禁止箇所等を紙に書いて表示します。
- ④トイレ等を掲示します。



受け入れ時の利用例

- ①咳が出る等の症状がある避難者にマスクを装着してもらう等、配慮します。
- ②役割分担が分かりやすいように簡易ゼッケンをつけます。

避難所運営資機材・避難所等における感染拡大防止対策用物品等一覧

1 避難所運営資機材			2 避難所等における感染拡大防止対策用物品		
配備場所：指定避難所			配備場所：指定避難所、指定緊急避難場所		
品目		数量	品目		数量
①	非常用発電機（カセットボンベ式）	1	①	キャリーケース	1
②	可搬式照明器具	2	②	手指アルコール消毒液（ジェルタイプ）	2
③	コードリール	2	③	ハンドソープ	3
④	屋内用間仕切りテント	1	④	次亜塩素酸ナトリウムスプレー（ハイター）	1
⑤	屋内用パーティション	1	⑤	マスク	50
⑥	LEDランタン	1	⑥	ペーパータオル	200
⑦	テレビ受信用アンテナ及びアンテナケーブル	1	⑦	使い捨て手袋	200
⑧	公共安全モバイルシステム及び MCA アドバンス無線 ※2	1	⑧	カップ	2
⑨	280MHz デジタル同報無線	1	⑨	フェイスシールド	2
⑩	避難所開設セット	—	⑩	ゴミ袋	20
a	キャリーケース	1	⑪	ビニール袋	1000
b	簡易トイレ	2	⑫	養生テープ	4
c	凝固剤（簡易トイレ用）	80	⑬	非接触型体温計	2
d	静電気式ホワイトボード	1	⑭	単3形乾電池	1
e	ホワイトボードマーカー	5	⑮	リチウムボタン電池	1
f	布テープ	3	⑯	メジャー	1
g	白タオル	5	⑰	はさみ	1
h	ビニール袋	200	⑱	段ボールベッド※1	(5)
i	ゴミ袋	10	⑲	屋内用間仕切りテント※1	(5)
j	マスク	100	⑳	スノコ（ラバー）※1	(20)
k	シャープペンシル	10			
l	紙ファイル	10			
m	クリアブック	1			
n	本部への報告様式類	10			
o	カセットコンロ	1			
p	カセットボンベ	9			
q	ブルーシート	5			
r	ラジオ	1			

※1 備蓄数量は、避難所等の規模等に応じて異なる。

※2 公共安全モバイルシステムへの順次変更を予定しており、令和8年度は市街地では公共安全モバイルシステム（一部地域でMCAアドバンス無線）、令和9年度には全市で公共安全モバイルシステムに変更する。

⑥ トイレ用マンホール蓋の開け方

ポイント

- 京都市では、断水時でも衛生的なトイレを確保できるよう、災害用マンホールトイレを整備しています。
- 災害用マンホールトイレは、下水道に直結した複数のマンホールを避難所等に設置しておき、災害時にマンホール蓋を開けてトイレとして利用できるシステムです。
- あらかじめ便槽となる管を地中に布設し、一定間隔で縦管とマンホール蓋が設けられています。便槽の管内に一定の水を貯留しておき、1日に1回程度、下流に設置したゲートを開くことにより、溜まった汚物（し尿）を下水道本管に排出します。貯水槽には、3日分の水の容量を確保しており、便槽分の貯水槽と併せて4日分の排出が可能です。
- 災害用マンホールトイレを使用時には、①トイレ用マンホール蓋を開け、②マンホールトイレ上屋を組み立て、マンホールの上に設置します。上屋の組み立て方については、保管されている箱の中に説明書があります。
- トイレ用マンホール蓋の開け方は、種類によって必要な道具や手順が異なり、下記のようなパターンがあります。

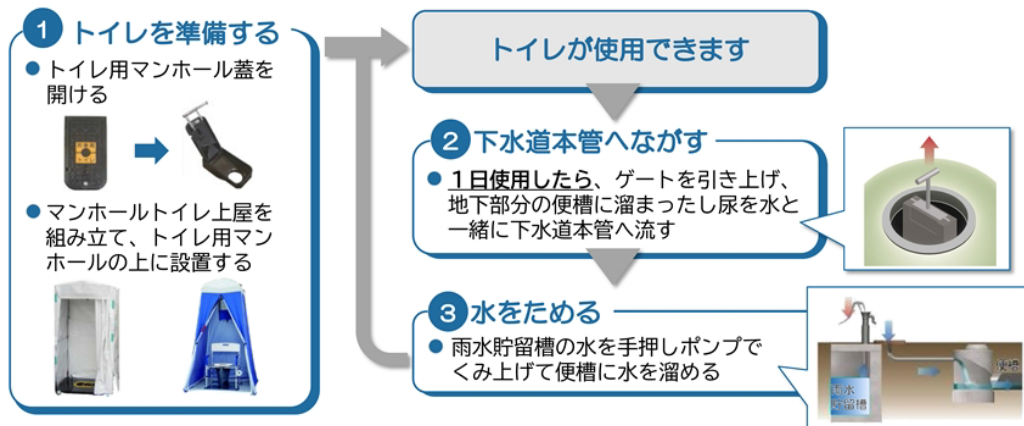
解説

◆◆ マンホールトイレ概要 ◆◆

災害用マンホールトイレの仕組み



災害用マンホールトイレの運用

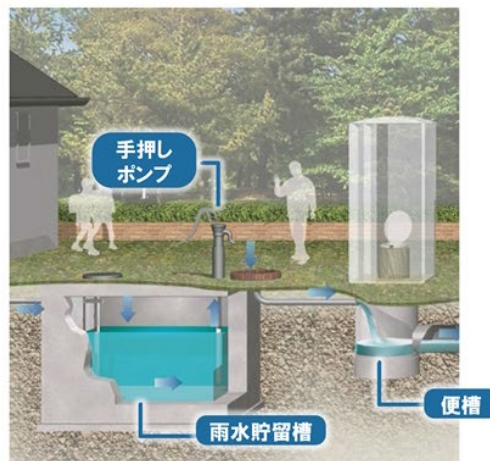


<雨水貯留槽>

- マンホールトイレの使用に必要な水を貯留
1日1回排水して約3日分を貯められる
便槽の水と併せて計4日分の排水が可能
- 雨が降れば自動的に雨水が貯まる

<手押しポンプ>

- ハンドルを上下させて、雨水貯留槽に貯めてある水をくみ上げ、便槽に移す

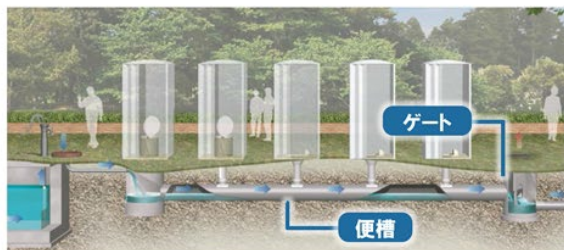


<便槽>

- 便槽に水を貯めて使用
※下流のゲート部でオーバーフローするまで水を貯める

<ゲート>

- 使用時はゲートを閉じて(下げて)便槽に水を貯める
- 概ね1日間使用したら、ゲートを開いて(上げて)便槽内の水とし尿を一気に下水道本管に排水する



ゲート蓋



ゲート蓋の内部
(取っ手を引き上げ排水)

◆◆ マンホールトイレ蓋の開け方(例) ◆◆

パターン①

トイレ用マンホールのフタをあける

対象となるフタ



必要になる道具



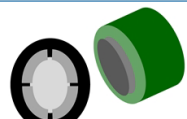
① マイナスドライバーでゴム栓を外す



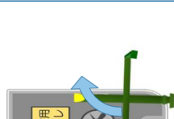
ゴム栓と枠の間に
マイナスドライバー
を差し込み、持ち上げる

※ゴム栓は、元に戻す際に使用するので、保管しておいてください。

② 開閉バーでフタのロックを解除する



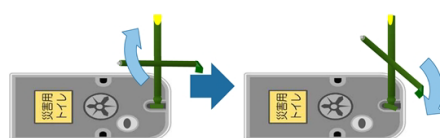
開閉バーを形に合うように
鍵部に差し込む。



1807-フタD

③ 開閉バーでフタをあける

① 開閉バーを鍵穴に入れ90度回転させ、バーを下にたおすと、
ロックが外れる

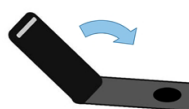


② 開閉バーでフタを持ち上げる

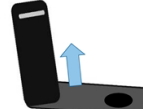


④ フタを取り外す

① フタを垂直に立てる



② フタを上引き上げる



パターン②

ゲート用マンホールのフタをあけ、ながす

対象となるフタ



必要になる道具



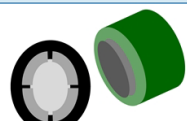
① マイナスドライバーでゴム栓を外す



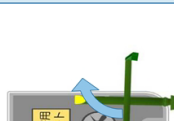
ゴム栓と枠の間に
マイナスドライバー
を差し込み、持ち上げる

※ゴム栓は、元に戻す際に使用するので、保管しておいてください。

② 開閉バーでフタのロックを解除する



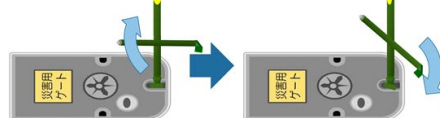
開閉バーを形に合うように
鍵部に差し込む。



1807-ゲートC

③ 開閉バーでフタをあける

① 開閉バーを鍵穴に入れ90度回転させ、バーを下にたおすと、
ロックが外れる



② 開閉バーでフタを持ち上げる



④ ゲートを手で引き上げる

① ゲートを
引き上げる



② トイレを
流す



③ ゲートを
元に戻す



⑦ 名簿づくりの進め方

ポイント

- 地域での安否確認、避難者への物資・食料等の配給、外部からの問い合わせ等へ対応するため、「避難者名簿」等はできるだけ早く作成する必要があります。
- 避難者へ「避難所入退所届」の記入を依頼し、名簿の作成を進めます。

解説

- 手書きでの作成が基本になると思われますが、五十音順の並べ替えや目的別の一覧表の作成等が必要になることもあります。状況により、パソコン等を利用できる環境であれば、データを作成しましょう。

避難所で名簿を作成する場合

- 避難者名簿

町単位で「避難者名簿」を作成します。安否確認を容易にするため、他地域からの避難者については別に名簿を作成します。

- 帰宅困難者名簿

地域住民とは別に名簿を作成します。

帰宅困難者とは

- * 勤務先や学校で災害にあい、自宅へ帰ることが困難になった者
- * 外出先、旅行先で災害にあい、自宅へ帰ることが困難になった者

様式

資料編2
②町(町内会)別避難者名簿

- 在宅避難者名簿

事前に地域住民の名簿を作成している場合

- 事前に作成している名簿（京都市消防局「自主防災会 防災行動マニュアルガイドライン」に基づき作成したもの等）に基づいて、避難者、在宅避難者の確認をして避難者名簿、在宅避難者名簿を作成します。

⑧ 指定避難所等の運営における責任

ポイント

- 指定避難所等は、基本的に地域コミュニティと集まった避難者が避難所運営マニュアルに沿って開設・運営を行っていただきますが、運営上の活動で生じた損害に関する責任は、原則として、本市に帰するものです。（ただし、故意による場合等、行為者に責任を問うケースもあります。）
- 本市では、自主防災会役員等地域の皆様が安心して運営に従事いただけるよう、万一の事故等に備え、傷害保険及び損害賠償責任保険に加入しています。

解説

◆◆ 避難所等の開設時 ◆◆

平常時の手続は不要ですが、避難所等を開設した場合、保険会社に対し、事故等の有無にかかわらず、全ての避難場所等運営従事者（保険の対象となる方）の「従事人数」及び「従事日数」の報告が必要となります。

別紙「従事者報告書」（様式集⑩-2）に必要事項を記載し、避難場所等の運営に従事する京都市の担当者（区役所等職員）にお渡しください。

指定緊急避難場所等運営従事者の傷害保険及び損害賠償責任保険 従事者報告書

記入日 令和 年 月 日

避難場所等名

避難場所等開設期間 令和 年 月 日 ～ 令和 年 月 日

従事者氏名	従事者住所	従事日数
(例) 京都 太郎	(例) 京都市中京区中京通御所上る上本町南側〇〇〇	(例) 2 日
(例) オイケ ハナコ	(例) 中京区上本町南側〇〇〇	(例) 1 日
1		日
2		日
3		日
4		日
5		日
6		日
7		日
8		日
9		日
10		日
合計	人	日

※ 事故等の有無にかかわらず、全ての避難場所等運営従事者（保険対象者）の氏名、住所及び従事日数を記載してください。
また、「合計」欄には、従事人数及び従事日数の合計を記載してください。

※ 「従事日数」は、午前0時から午後12時までの24時間を1日として（暦日数で計算）、従事日数の合計を記載してください。（指定緊急避難場所等運営従事者の傷害保険及び損害賠償責任保険の「条約」に従事日数の考え方の例を記載していますので、そちらも参照してください。）

○「従事者報告書」の提出はなぜ必要？

* 京都市から保険会社に対して支払う保険料は、避難所等運営従事者の「従事人数」及び「従事日数」に基づき算定されることから、これらの内容を「従事者報告書」に記載いただき、提出をお願いしています。

○「従事日数」の考え方は？

- * 午前0時から午後12時までの24時間を1日とします（暦日数で計算）。
- * 例1：午前9時から午後12時まで避難所の運営に従事した。＜従事日数1日＞
- * 例2：午後10時から翌午前7時まで避難所の運営に従事した。＜従事日数2日＞
- * 例3：午前7時から午前10時まで避難所の運営に従事した後、避難場所運営と無関係な用事をしに一時的に自宅に戻り、再び午後3時から午後9時まで避難所の運営に従事した。＜従事日数1日＞

◆◆ 事故発生時の対応 ◆◆

行事中に万一事故等が起きてしまった場合、速やかに避難所等の運営に従事する京都市の担当者（区役所等職員）又は区役所・支所に報告してください。ただし、不測の事態により、担当者による聞取りが困難な場合は、事故の当事者等から区役所・支所に直接連絡してください。

事故発生時の報告事項

（傷害保険）

- ①事故発生の日時・場所
- ②事故の原因・状況・傷害の程度
- ③ケガ等をされた方の氏名・住所・連絡先・年齢など

（損害賠償保険）

- ①事故発生の日時・場所及び事故の状況並びに被害者の住所及び氏名又は名称
- ②事故の状況等について証人となる者の住所及び氏名又は名称（ある場合）

⑨ 非常通信システム操作マニュアル

ポイント

○京都市では、非常時の通信手段として、防災無線から公共安全モバイルシステムへの順次変更を予定しており、令和8年度は市街地では公共安全モバイルシステム（一部地域ではMCAアドバンス無線）、令和9年度には全市で公共安全モバイルシステムに変更します。

解説

公共安全モバイルシステム

◆◆ 端末の外観 ◆◆



- ① **スピーカー**: 耳を当てることで電話の音声を聞くことができます。
- ② **前面カメラ**: 操作者側の写真を撮ることができます。
- ③ **タッチパネル**: 画面の表示に従って端末を操作できます。
- ④ **音量ボタン**: 音量の上げ下げができます。
- ⑤ **電源ボタン**: 長押しで電源のオン・オフができます。起動中は1回押すことで画面をオフにできます。
- ⑥ **背面カメラ**: 端末を向けた方向の写真を撮ることができます。
- ⑦ **背面カバー**: バッテリーとSIMカードが入っています。開けないでください。
- ⑧ **USBポート**: 充電ケーブルを接続して充電します。

◆◆ 端末を起動する ◆◆




【電源をつける】


- ① 電源が切れている（電源ボタンを押しても画面がつかない状態）場合は、電源ボタンを5秒間長押しすることで、電源をオンにすることができます。

※ 電源がオンの場合は、(2)に進んでください。

【端末を起動する】

- ③ キーパッドが表示されます。「261009」を入力し「」を押すことで端末を起動することができます。

【パスワードを入力する】

- ② 起動直後の画面となります。画面下部のを触ったまま、上にスライドすることでパスワード入力画面に遷移します。

◆◆ LINE WORKS を使う ◆◆

○ メッセージを見る



② LINE WORKS を起動する

ホーム画面上の「LINE WORKS」のアイコン（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。



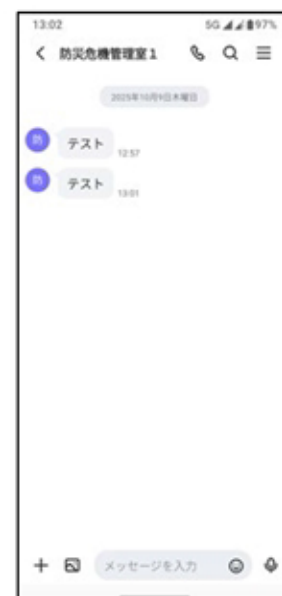
④ トーク一覧を開く

LINE WORKS を起動すると左の画面が表示されます。画面下の「トーク」のアイコン（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。
※メッセージを受信している場合は、左の例のように赤色で数字が表示されます。



① メッセージを開く

やり取りしたことのある人の一覧が表示されますので、確認したい人を選択します。なお、未読のメッセージがある場合は画面右端に赤色で数字（左の赤で囲んだ箇所）が表示されます。



③ メッセージを見る

最新のメッセージは一番下に表示されます。

○ メッセージを送る



① メッセージを開く

メッセージを送りたい人を選択（p3～4 参照）し、下の「メッセージを入力」（左の赤で囲んだ箇所）をタップすると、キーボード（左の黄で囲んだ箇所）が表示されます。

② メッセージを送る

送信するメッセージを入力してください。メッセージを入力すると、画面中央右端にマーク（左の黄で囲んだ箇所）が表示されますので、タップすることでメッセージを送ることができます。



④ トークにメッセージを送りたい相手がないときは

LINE WORKS 右下の「アドレス帳」(左の赤で囲んだ箇所) をタップします。



③ メッセージを送りたい人を選択する

アドレス帳に登録された人の一覧が表示されますので、メッセージを送りたい相手を選択します。

選択すると上記の画面が表示されますので、チャットを行う場合は「トー」(左の赤で囲んだ箇所) を押してください。


※遷移した画面の操作方法は、P5 参照

○ LINE 電話をかける

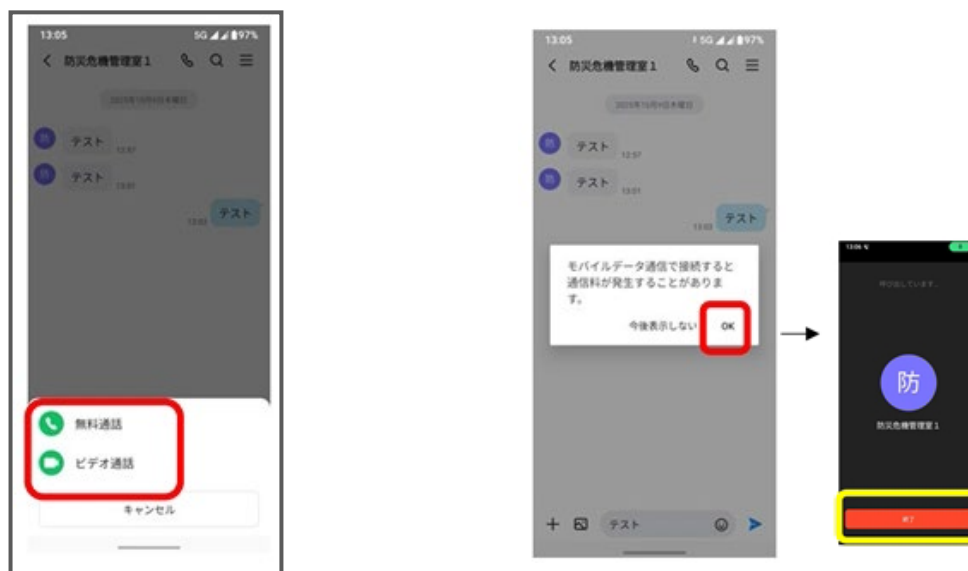


① LINE 電話をかけたい相手を選択する

メッセージ画面から電話をかける場合は、画面右上の  マーク（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。

アドレス帳に登録された人の一覧から相手を選択し電話をかける場合は、アドレス帳（左の赤で囲んだ箇所）から相手を選択します。選択すると上記の画面が表示されますので、「無料通話 」（左の黄で囲んだ箇所）をタップしてください。

※タップした後の操作は P8 参照



③ 電話の方法を選択する

無料通話かビデオ通話を選択する画面（左の赤で囲んだ箇所）が表示されますので、使いたい方法を選択してください。

- 無料通話：音声のみ
- ビデオ通話：音声と動画

② 通話を開始する

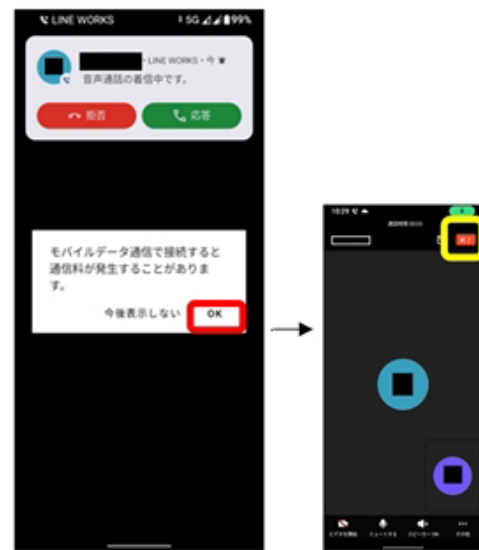
「モバイルデータ通信で接続すると通信料が発生することがあります。」と表示された場合は「OK」（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。

選択すると上記の画面が表示され、相手呼び出します。相手が応答すると通話が開始されます。

○ LINE 電話に出る



① LINE 電話がかかってきたときは画面上に通知が表示されますので（左の赤で囲んだ箇所）、応答する場合は **応答** を、応答しない場合は **拒否** をタップしてください。



② LINE 通話に応答する場合

「モバイルデータ通信で接続すると通信料が発生することがあります。」と表示された場合は「OK」（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。

選択すると左の画面が表示され、通話が始まります。通話を終了したい場合は、「終了」（左の黄で囲んだ箇所）をタップします。

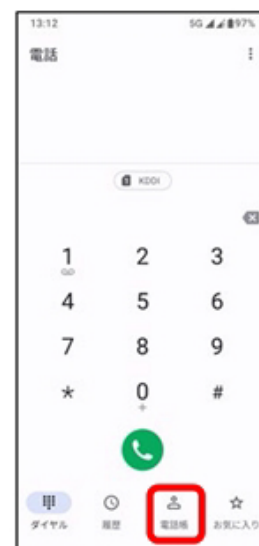
◆◆ 電話アプリを使う ◆◆

○ 電話をかける



① 電話を起動する

ホーム画面上の「**電話**」のアイコン（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。



② 連絡先を開く

電話を起動すると左の画面が表示されます。右下の「電話帳 **連絡先**」（左の赤で囲んだ箇所）を押してください。



④ 相手を選択する

電話をかけたい相手を選択します。



③ 電話をかける

相手を選択すると左の画面が表示され、通話ボタン（左の赤で囲んだ箇所）を押すことで電話を開始します。発信すると右側の画面となります。



* 電波状況が悪く電話をかけることができないときは、以下の手順で「電話番号の切り替え」をお試しください。



電話アプリのダイヤル画面から、ダイヤル上部のボタン（左の赤で囲んだ箇所）をタップし、発信する電話番号を切り替えます（左の黄で囲んだ箇所）。





ダイヤル上部のボタン（左の赤で囲んだ箇所）の携帯会社が変わっていることを確認し、電話をかけます。

○ 電話に出る



① 電話に出る

着信時は、左の画面に自動で切り替わりますので、「 応答」のアイコン（左の赤で囲んだ箇所）をタップすることで電話に出ることができます。

※ 電話に出たくない場合は、「 拒否」（左の黄で囲んだ箇所）のアイコンを押してください。



② 電話を切る


電話を切る場合は、画面下部「」のアイコン（左の赤で囲んだ箇所）をタップします。

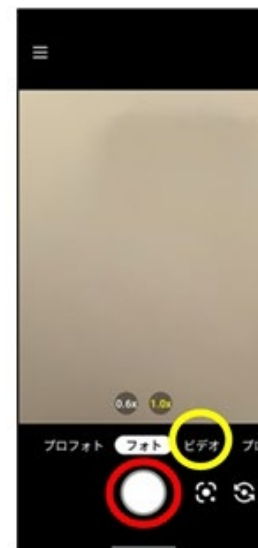
◆◆ 写真・動画を撮る ◆◆

* 写真や動画の撮影は、ホーム画面の「」で行います。



① カメラを起動する

ホーム画面上の「カメラ 」のアイコン（左の赤○で囲んだ箇所）をタップします。



② 写真を撮る

被写体にカメラを向けた状態で、シャッター（左の赤で囲んだ箇所）をタップすると写真を撮ることができます。


また、ビデオ（左の黄で囲んだ箇所）を押すことで動画撮影モードに切り替えることができます。

※撮影方法は写真と同じ

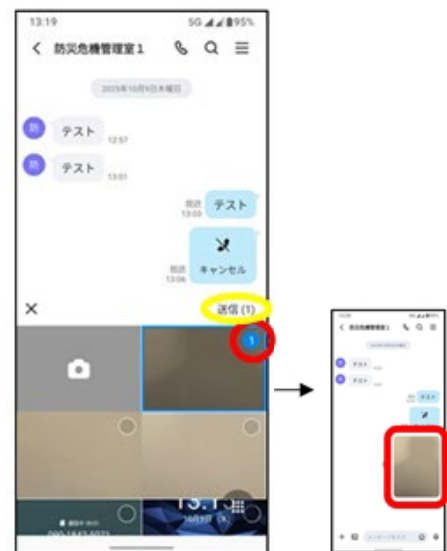
* 写真や動画は、LINE WORKS で送ることができます。



④ LINE WORKS のトークを開き、写真を表示する

トーク画面から  マーク（左の赤で囲んだ箇所）をタップすると、端末に保存された写真一覧が表示されます。

※ LINE WORKS のトーク画面への進み方は P3～4 参照








③ 写真を選択し、送信する

写真の右上の○(左の赤で囲んだ箇所)をタップし、送りたい写真を選択します。複数選択することも可能です。選択後、送信（左の黄で囲んだ箇所）をタップすることで写真を送ることができます。

送信が完了するとトーク画面内に送信した画像ファイルが表示されます。（上記の赤で囲んだ箇所）

◆◆ その他の機能 ◆◆

* ホーム画面に配置された各アイコンから様々な機能が利用できます。

アプリアイコン	説明
	京都市防災ポータルサイト 京都市ホームページのリンクです。
	Google chrome インターネットを閲覧できます。
	Google map 位置情報を確認できます。
	時計 ホーム画面に表示されているため基本使用しません。
	Radiko インターネットラジオを視聴できます。
	デジタルアメダス 天気を確認できます。
	G mail ウェブメールを使用できます。
	連絡先 連絡先の閲覧・登録等ができます。

MCA アドバンス

◆◆ 無線機の外観 ◆◆



◆◆ タッチパネルの基本操作 ◆◆



① タップ
液晶画面を押し
てください。



② スワイプ
液晶画面を指定
方向になぞって
ください。

◆◆ 電源を入れる ◆◆

- ① 電源ボタンを2秒以上長押しします。
- ② 約30秒待つと、待ち受け画面（ホーム画面）が表示されます。



◆◆ 呼出しを行う ◆◆



- ① 着信音が鳴動し、「待受中」が「着信中」に変わります。
- ② 「着信中」ボタンをタップすると、「通信中」に変わり通話ができます。
- ③ 通話を終了する際は「切断」ボタンをタップします。

◆◆ 呼出しを受ける ◆◆



- ① 着信音が鳴動し、「待受中」が「着信中」に変わります。
- ② 「着信中」ボタンをタップすると、「通話中」に変わり通話ができます。
- ③ 通話を終了する際は「切断」ボタンをタップします。

◆◆ グループ呼び出しを行う ◆◆

* グループ通信・・・1:N のプレストークによる通話を行います。



- ① ホーム画面で左側にスワイプし、電話帳を表示します。
- ② 電話帳から発信したいグループを選択します。
- ③ 「グループ」ボタンをタップすると通話ができます。
- ④ 送話ボタンを長押しし、「ピッ」となったら話してください。
(話している間は、送話ボタンを押し続けてください。)
- ⑤ グループ通話が終了したら発信者が「切断」ボタンをタップしてください。

◆◆ グループ呼び出しを受ける ◆◆

＊ グループ通信・・・1:N のプレトークによる通話を行います。



- ① 着信音が鳴動し、「待受中」が「受信中」に変わります。
⇒「受信中」ボタンをタップしなくても、通話ができる状態となります。
- ② 画面に「待機中」と表示されているときはこちらから送話ができます。
⇒送話ボタンを長押しし、「ピッ」となったら話してください。
(話している間は、送話ボタンを押し続けてください)

※ グループ通話が終了したら発信者から「切断」します。

◆◆ 写真を撮影する ◆◆

＊ カメラ撮影(QVGA 画質・240×320 ピクセル)

端末のカメラを用いて画像を撮影します。

- ① メニューをタップします。
- ② アプリをタップします。
- ③ カメラをタップします。
- ④ 撮影ボタンをタップします。



◆◆ メールを作成・送信する ◆◆

○メールの作成・送信

任意のテキストメッセージ、添付ファイルの送受信を行います。

- ① メールをタップします。
- ② メールをタップします。
- ③ 作成をタップします。
- ④ 送信先を選択し、電話帳から送信する宛先をすべて選択します。
- ⑤ 添付を選択し、送信したい画像を選択します。
- ⑥ 件名、本文を入力します。
※件名は 50 文字まで、本文は 950 文字までの字数制限があります。
- ⑦ 送信ボタンをタップします。



◆◆ 受信したメールを確認する ◆◆

○受信したメールの確認

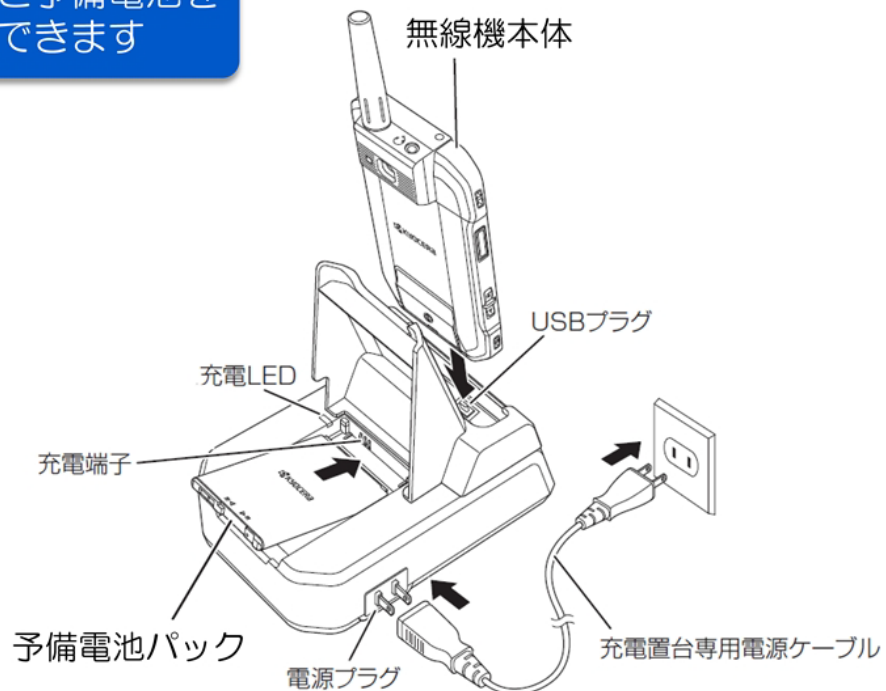
任意のテキストメッセージ、添付ファイルの送受信を行います。

- ① メールを受信すると画面に が表示されますので、メールをタップします
- ② メールをタップします。
- ③ 受信履歴をタップします。
- ④ 読みたいメールを選択します。
- ⑤ 受信メールが表示されます。



◆◆ 充電する ◆◆

無線機本体と予備電池を同時に充電できます



◆◆ プレゼンスを変更する ◆◆

○プレゼンスを変更する

区役所・支所の指令局（地図）に表示される自分の状態表示を変更します。

- ① 画面右上の「変更」をタップします。
- ② 自分の状況をタップします。
- ③ 「はい」をタップします。
- ④ 自分の状況が変更されます。
⇒指令局（地図）にも自動反映されます。



◆◆ 困ったときは ◆◆

○ 発信または着信ができない場合

1	アンテナ表示は圏外か	はい	2 に進む
		いいえ	3 に進む
2	サービスエリアに移動すると圏内になるか	はい	3 に進む
		いいえ	6 に進む
3	ホーム画面の表示は「待機中」か	はい	2 に進む
		いいえ	4 に進む
4	発信番号は正しいか	はい	5 に進む
		いいえ	正しい番号にかけ直す (End)
5	アンテナ表示は弱電界か (アンテナの本数は 0～1 本か)	はい	強電界地点に移動する (アンテナの本数が 3～4 本の場所に移動する) (End)
		いいえ	6 に進む
6	アンテナ接栓が緩んでいるか	はい	アンテナを正しく実装する (End)
		いいえ	7 に進む
7	通知バーに SIM カードエラーが表示されているか	はい	SIM カードを再度装着する (End)
		いいえ	8 に進む
8	端末の再起動で現象が改善するか	はい	トラブルシューティング完了 (End)
		いいえ	通信インフラ側に障害発生の可能性あり (End)

⑩ 伝言ダイヤルの使い方

■ 災害用伝言ダイヤル **171** を使う



～あなたの無事を伝えましょう！～

【毎月1日及び15日】、「正月三が日」、
「防災週間」、「防災とボランティア週間」
体験利用

電話を利用して被災地の方の安否
情報を確認する『声の伝言板』です。

ご利用方法



災害用伝言ダイヤル（171） ご利用の注意

- ！** **ご利用できる電話**
加入電話、INS ネット、公衆電話、ひかり電話及び
災害時用公衆電話。なお、携帯電話等はご利用の通
信事業者へ確認をお願いします。
- 🕒** **録音時間・保存期間・蓄積数**
録音時間：1伝言あたり30秒以内
保存期間：災害用伝言ダイヤルの運用終了まで
蓄 積 数：電話番号あたり1～20伝言
（提供時にお知らせいたします。）
- ¥** **ご利用料金**
NTT 東日本・NTT 西日本の電話サービスから伝言
の録音・再生をする場合の通話料は無料です。
（体験利用時も同様です。）
他通信事業者の固定電話、携帯電話から発信する
場合、通話料については各通信事業者等にお問い合わせください。
- 📄** **ご利用の詳細案内**
<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>



～あなたの無事を伝えましょう！～

【毎月1日及び15日】、「正月三が日」、
「防災週間」、「防災とボランティア週間」
体験利用

インターネットを利用して被災地の方の安否情報を確認する
『Web 伝言板』です。

ご利用方法



災害用伝言板（web171） ご利用の注意

- ！** **ご利用できる環境**
インターネットへ接続できるパソコン
または、携帯電話でもご利用できます。
- 🔊** **伝言情報のサイズ**
テキスト情報：1伝言あたり100文字
登 録 件 数：最大20件
- ¥** **ご利用料金**
安否情報の登録、確認に伴う使用料金は
無料です。
なお、インターネット接続費用やダイヤル
アップ接続の場合の通信料等はお客様
負担となります。
- 📄** **ご利用の詳細案内**
<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/>
K25-01988

（出典：NTT 東日本ウェブサイト「災害用伝言ダイヤル（171）」）

■ 携帯電話会社の災害用伝言板サービスを使う

⑪ 避難所生活のルール

避難所生活のルールの周知

- 避難所生活において、避難者の方に守っていただきたいルールについては、必要事項を話し合い決定します。
- 必要事項を記入し、情報掲示板に掲示、放送等で周知します。



掲示例(イメージ)

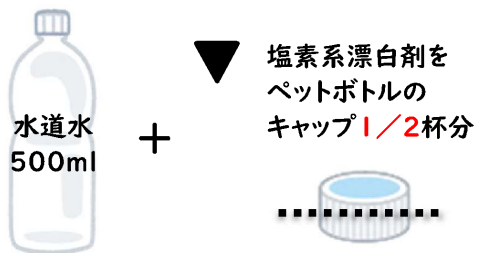
ひなんじょせいかつ の る - る
避難所生活のルール
 Rules for living in an evacuation shelter

<p style="text-align: center;">せいかつじかん 生活時間などのこと Please notes the following:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○点灯は 6:00、消灯は 21:00 Lights on at 6:00, lights out at 21:00 ○朝の食料の配布は 7:00 から Breakfast will be distributed at 7:00 ○20:00 に点呼 Roll call at 20:00 ○ 	<p style="text-align: center;">えいせいかんり 衛生管理 Hygiene management</p> <ul style="list-style-type: none"> ○手洗い、うがいを徹底しましょう Wash your hands and gargle regularly ○残飯やごみは分別して決められた場所に捨ててください Please short out your leftovers food or garbage at designated areas. ○配給や配食は食べられる分だけもらうようにしましょう Take as much rations as you can eat. ○残り物は捨てましょう Throw away your leftovers ○
<p style="text-align: center;">ひなんじょ しせつ 避難所の施設のこと About evacuation shelter</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「立入禁止」場所には入らない Do not enter "No Entry" areas ○トイレは決められた場所を使う Use the toilets in designated areas ○靴はポリ袋に入れて運びましょう Carry your shoes in a plastic bag ○ 	<p style="text-align: center;">うんえい 運営 operation</p> <ul style="list-style-type: none"> ○掃除当番表 Cleaning duty roster ○自主的に避難所運営に参加しましょう Actively participate in evacuation shelter management ○

※掲示する際は、重要ポイントを赤字にする、アンダーラインを引く等工夫しましょう。

⑫ 消毒液の作り方

環境消毒用液 (0.02%希釈)



水道水 500ml (500ml のペットボトル1本分)
に2.5ml (ペットボトルのキャップ1 / 2 杯分) の
塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)
を入れる

吐物・便処理用 (0.1%希釈液)



水道水 500ml (500ml のペットボトル1本分)
に、10ml (ペットボトルのキャップ2 杯分) の
塩素系漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)
を入れる

⑬ 避難所における口腔ケア

災害時に高齢者の肺炎(誤嚥性肺炎)が増加します

大規模災害が発生し、被災者の避難所生活が長引くと、口腔内の細菌を唾液や時に食物と一緒に誤嚥(吸引)し被災高齢者の肺炎が増加します。

- 長期の水不足による口腔清掃不良
- 口腔清掃不良による口腔内細菌を増殖→感染源となる細菌が増える。
- 長期にわたる避難所生活による体力の低下→誤嚥を誘発
- 精神的ストレス等による免疫力の低下

誤嚥性肺炎が多発

熊本地震・能登半島地震における震災関連死の実態

○平成 28 年に発生した熊本地震では 273 人の死者・行方不明者が発生

「直接死」：家屋の倒壊による圧死や窒息死等・・・50人

豪雨による二次災害死・・・5人

「関連死」：震災後の避難生活中的の死・・・218人（総死亡者の約8割）

※発災3か月以内に亡くなられた人は177名（内訳 約8割）

○令和 6 年に発生した能登半島地震では 587 人の死者が発生（令和 7 年 5 月 13 日時点）

「直接死」：家屋の倒壊による圧死や窒息死等・・・223人

「関連死」：震災後の避難生活中的の死・・・364人（総死亡者の約6割）

※「関連死」のうち105人（内訳 約6割）は呼吸器系（肺炎、気管支炎など）・循環器系（心不全、くも膜下出血など）

避難常備品

○歯ブラシ（家族分、子どもは子ども用）や歯みがき剤及び、水がなくても大丈夫なように液体ハミガキを常備しましょう。

○入れ歯は日常の食生活を維持するために重要ですので、避難時には必ず持ち出しましょう。入れ歯洗浄液や保管ケースも忘れずに。

注）大規模災害時には入れ歯の作製が、しばらく不可能となる可能性があります。

避難所での口腔ケアのポイント

○食事を終えたら、歯みがきやブクブクうがいを行い、歯や口の清潔を保ちましょう。京都市では、高齢者向けに、1日3回分のペーパー歯磨きを備蓄しています。

○取りはずしのできる入れ歯も、清掃・洗浄し清潔を保ちましょう。

○御自身の口腔ケアが困難な方は、御家族や介護にあたる周囲の方が歯や口、入れ歯の清掃・洗浄を行ってください。

○避難所では、洗面所（歯みがきスペース）を確保しましょう。

⑭ 要配慮者の特性ごとの対応

避難に関して

	避難行動等の特徴	避難誘導時の配慮事項
視覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○被害の状況を知ることができない。(視覚による緊急事態の察知が不可能な場合が多い。) ○災害時には、住み慣れた地域でも状況が一変し、いつもどおりの行動ができなくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○日常の生活圏外では、介護者がいないと避難できないため、避難誘導等の援助が必要である。 ○日常の生活圏であっても災害時には環境の変化から認知地図が使用不能となる場合があることに配慮する。 ○白杖等を確保する。 ○安否確認及び避難所への歩行支援を行う。
聴覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○音声による情報が伝わらない。(視覚外の異変・危険の察知が困難。音声による避難誘導の認識ができない。) ○緊急時でも言葉で人に知らせることが難しい。 ○外見からは障害のあることが分からない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○手話や文字情報によって状況説明を行い避難所等へ誘導する。(筆記用具等を用意しておく。) ○聴覚障害があることを伝えること自体が難しい可能性があることを理解しておく。
言語障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急時でも言葉で人に知らせることが難しい。 ○外見からは障害のあることが分からない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○手話や文字情報によって状況説明を行い避難所等へ誘導する。(筆記用具等を用意しておく。) ○言語障害があることを伝えること自体が難しい可能性があることを理解しておく。
肢体不自由のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の安全を守ることが難しい。 ○自力で避難することが難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自力で避難することが困難な場合には、車いすやストレッチャー等の移動用具等を確保することが望ましいが、移動用具等が確保できない場合には、担架やリヤカーの使用、おんぶ等により避難する。

	避難行動等の特徴	避難誘導時の配慮事項
内部障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合がある。 ○外見からは障害のあることが分からない。 ○心臓、腎臓、呼吸器等に機能障害があり、人工透析等医療的援助が必要な場合がある。 ○医薬品を携帯する必要がある。 ○常時医療機材（人工呼吸器、酸素ボンベ等）を必要とする人がいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○常時使用している医療機材を確保するほか、医薬品を携帯するとともに、自力で避難することが困難な場合には、車いすやストレッチャー等の移動用具等を確保することが望ましい。移動用具等が確保できない場合には、担架やリヤカーの使用、おんぶ等により避難する。
知的障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○急激な環境の変化に順応しにくい。 ○一人では理解や判断することが難しく（緊急事態等の認識が不十分な場合）、環境の変化による精神的な動揺が見られる場合がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○一人でいるときに危険が迫った場合には、緊急に保護する。 ○災害の状況や避難所等の位置を短い言葉や文字、絵、写真等を用いてわかりやすく説明する。必要に応じて誘導する。 ○また、動揺している場合には、日常の支援者が同伴する等して、気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。
精神障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○災害発生時には、精神的動揺が激しくなる場合がある。 ○自分で危険を判断し、行動することができない場合がある。 ○普段から服用している薬を携帯する必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○災害の状況や避難所等の位置を伝えるとともに、必要に応じて無理のないやり方で誘導する。 ○また、動揺している場合には、時間を取り気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。
認知症の人	<ul style="list-style-type: none"> ○日時や場所、人物などがわからなくなることがある。 ○言葉が出てこなかったり、意味を理解できないことがある。 ○急激な環境の変化への対応が難しい。 ○被災したために、自宅とは違う見慣れない場所に避難しているということを理解できなかったり、忘れてしまったりすることがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○動揺している場合は、日常の支援者が同伴する等して、気持ちが落ち着くよう支援することが大切である。

情報伝達、避難生活に関して

	特徴的なニーズ	情報伝達の際の配慮事項	避難生活における配慮事項
視覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○視覚による緊急事態等の覚知が不可能な場合や瞬時に覚知が困難な場合が多いため、音声による情報伝達及び状況説明が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ○役所からの広報、その他生活に関する情報等が来た時には、必ず知らせる。 ○分かりやすい口調で伝える。 ○音声情報で複数回繰り返す。 ○点字や拡大文字のほか、指点字や触手話、指文字、手のひら書き等、一つないし複数の組み合わせでコミュニケーションをとり情報提供に努める。 ○盲ろう者通訳・介助員を避難所等に派遣する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○避難所内の案内を行う。特にトイレや水道等の場所確認のための誘導を行う。 ○仮設トイレを屋外に設置する場合は、壁伝いに行くことができる場所に設置する等、移動が容易にできるよう配慮する。
聴覚障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○音声による避難・誘導の指示が認識できないため、手話・要約筆記・文字・絵図等を活用した情報伝達及び状況説明が必要である。 ○重視聴覚障害のある人の場合には、さらに併せ持つ障害に応じたニーズがあることに留意する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○コミュニケーション手段を本人にまず確認する。 ○正面から口を大きく動かして話す。 ○文字や絵を組み合わせた筆談で情報を伝える。(常時筆記用具を用意しておく。) ○盲ろう者通訳・介助員・手話通訳者及び要約筆記者を避難所等に派遣する。 ○掲示板、ファクシミリ、Eメールを活用した情報提供を行うとともに、文字放送専用テレビを避難所に設置することに努める。 ○聴覚障害があることを伝えること自体が難しい可能性があることを理解しておく。 ○聴覚障害がある人の中には、筆談を苦手とする人がいることを理解しておく。 	<ul style="list-style-type: none"> ○伝達事項は、紙に書いたりタブレット端末等を活用して知らせ、相手が理解しているか、確認しながら伝達する。また、手話ができなくても、空書(文字や数字を空間に書く)や五十音の指文字でコミュニケーションを取れる場合があることを知っておく。 ○筆談だけで十分と考えず、積極的に盲ろう者通訳・介助員及び要約筆記者を活用する。 ○派遣された手話通訳者、要約筆記者等にも協力を求める。
言語障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の状況等を伝える際の音声による会話が困難であるため、手話・筆談等による状況把握が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ○言語障害があることを伝えること自体が難しい可能性があることを理解しておく。 ○言語障害がある人の中には、筆談を苦手とする人がいることを理解しておく。 	<ul style="list-style-type: none"> ○伝達事項は、紙に書いたりタブレット端末等を活用して知らせ、相手が理解しているか、確認しながら伝達する。また、手話ができなくても、空書(文字や数字を空間に書く)や五十音の指文字でコミュニケーションを取れる場合があることを知っておく。 ○筆談だけで十分と考えず、積極的に盲ろう者通訳・介助員及び要約筆記者を活用する。 ○派遣された手話通訳者、要約筆記者等にも協力を求める。

	特徴的なニーズ	情報伝達の際の配慮事項	避難生活における配慮事項
肢体不自由のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合が多く、車いす等の補助用具が必要である。メンテナンスキット（空気入れ、パンク修理、工具）も必需品である。 		<ul style="list-style-type: none"> ○車いすが通れる通路を確保する。 ○家具の転倒防止等の安全を確認する。 ○車いす用のトイレを確保する。
内部障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○自力歩行や素早い避難行動が困難な場合があるため、車いす等の補助用具が必要である。 ○医薬品や医療機材を携帯する必要があるため、医療機関等による支援が必要である。 ○ストマ装用者にあってはストマ用装具が必要である。（※ストマ用装具：蓄便袋、蓄尿袋など） 		<ul style="list-style-type: none"> ○医療機関等の協力により巡回診療を行うほか、定期的な治療の継続のための移送サービスを実施する。 ○医療機材の消毒や交換等のため、清潔な治療スペースを設ける。 ○食事制限の必要な人の確認も必要となる。 ○薬やケア用品の確保も必要となる。 ○ストマ装用者にあってはトイレや水道等の水洗い場・補装具置き場等が必要となる。 ○各種装具・器具用の電源確保が必要となる。（人工呼吸器の予備電源確保も含む）
知的障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急事態等の認識が不十分な場合や環境の変化による精神的な動揺が見られる場合があるため、何が起こったかを短い言葉や文字、絵、写真等を用いてわかりやすく伝えて事態の理解を図るとともに、日常の支援者が同伴する等して、気持ちを落ち着かせながら安全な場所へ誘導する必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、短い言葉で、わかりやすく情報を伝える。 ○絵、図、文字等を組み合わせ、理解しやすい方法で情報を伝える。 ○精神的に不安定になる場合があることに配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○環境の変化を理解できずに気持ちが混乱したり、精神的に不安定になる場合があるので、短い言葉や文字、絵、写真等を用いて避難所での生活をわかりやすく伝えて理解を図るとともに、日常の支援者が適切に話しかける等、気持ちを落ち着かせるように配慮する。

	特徴的なニーズ	情報伝達の際の配慮事項	避難生活における配慮事項
精神障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ○災害発生時には、精神的動揺が激しくなる場合があるため、気持ちを落ち着かせることが必要である。 ○服薬を継続することが必要な人が多いため、日ごろから自ら薬の種類を把握するよう指導するとともに、医療機関による支援が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、分かりやすく簡単に情報を伝える。 ○精神的に不安定になる場合、専門的知識のある人に連絡をとる等配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○孤立してしまうことが多いため、知人や仲間と一緒に生活できるよう配慮する。 ○服薬を継続するため、本人及び援助者は薬の名前、量を知っておくこと、例えばお薬手帳等の利用が必要である。 ○関係医療機関との連絡・支援体制が必要である。
認知症の人	<ul style="list-style-type: none"> ○緊急事態等の認識が不十分な場合や、環境の変化による精神的な動揺が見られる場合があるため、日常の支援者が同伴する等、気持ちを落ち着かせる必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○具体的に、短い言葉で、分かりやすく理解しやすい方法で情報を伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ○被災したために、自宅とは違う見慣れない場所に避難しているということを理解できなかったり、忘れてしまったり、気持ちが混乱したり、精神的に不安定になる場合があるので、日常の支援者が適宜話しかける等、気持ちを落ち着かせるよう配慮する。 ○困難な状況でも、「あなたは私達とここに居て良い、ひとりではない」とのメッセージを発信することが重要である。 ○食事をしたことを忘れて要求する等、最近の出来事をすっかり忘れることがある。 ○身の回りの物の用途がわからなくなることがある。 ○服の着替えがうまくできないことがある。 ○環境の変化にうまく対応できないことがある。

アレルギー疾患のある人	<p>【気管支喘息】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ほこり、ダニ、煙（タバコ・焚き火・粉塵など）が発作の引き金になるため、マスクの着用が必要である。 ○犬アレルギーや猫アレルギーがある場合、ペットのフケや唾液などで症状が誘発されるため、ペットがいる場所から離れた場所を確保する。 ○避難所の掃除の時は一旦退出してもらう必要がある。 <p>【食物アレルギー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食べることができない食品があるため、アレルギー対応食品を確保する。 ○原材料が不明な食品の摂取を避ける必要がある。 	<p>【食物アレルギー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○アレルギーがあることを言いだせない方が多いため、その都度「アレルギーで食べられないものを教えてください。」などと積極的に声掛けを行う。 ○本人または保護者からの食品表示に関する問い合わせには正確な情報を提供する。 	<p>【気管支喘息】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○電動の吸入器（ネブライザー）を使用する場合、電源が使えるように配慮する。 <p>【アトピー性皮膚炎】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○清潔な皮膚を保つことが大切であるため、水やシャワーを使用できるように配慮する。 <p>【食物アレルギー】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○偏食ではなく、食物アレルギーで食べられないということを理解する。 ○アナフィラキシー補助治療薬（エピペン®）所持について確認する。 ○アナフィラキシーショックにより急速に重篤な状態になることがあるので、様子がおかしい場合は救急医療につなげられるよう配慮する。 ○アレルギー対応食品が必要となる。
-------------	--	--	---

＊ 避難所のスペース、支援物資等が限られた状況においては、避難者全員、または要配慮者全員に対する機会の平等性や公平性だけを重視するのではなく、介助者の有無や障害の種類・程度、医療的ケアの有無に加え、性別、環境が変わったことによる健康状態や声の出しやすさ、本人の理解、家族や周囲の状況等、様々な事情を考慮して優先順位をつけ、高齢者、障害者等の枠組みにとらわれず、「一番困っている人」から柔軟に、機敏に、そして臨機応変に対応することが望ましい。（内閣府「避難生活における良好な生活環境の確保に向けた取組指針 平成25年8月（令和6年12月改定）」から）

⑮ 避難所でのペットの受付と管理について

* ペットの受付について *

- 人とペットの混乱を避けるため、同行避難者用の受付窓口を設置します。
- 飼い主が落ち着いて受付できるよう、受付が終わっていないペットを置いておく「ペットの一時待機場所」を設けるようにしましょう。

* ペットの把握・ペット情報の明示 *

- ペットの受付票に、飼い主とペットの情報を記載してもらいます。この際、「ペット札」も併せて記載してもらい、ケージやキャリーケースに装着してもらいましょう。

◆ 受付で聞き取る情報の一例 ◆

- * 飼育者の住所、氏名及び緊急連絡先
- * ペットの種類と特徴（名前、性別、毛色、避妊去勢の有無など）
- * 犬の狂犬病予防注射の有無、混合ワクチン接種の有無
- * 病気の有無、かかりつけ動物病院など

* 基本ルール順守の説明 *

- 受付で飼い主が守るべき「飼育管理の基本ルール」を周知します。あらかじめチラシを準備し、受付時に配布すると良いでしょう。

* ペット飼育スペースへの移動 *

- 受付後、飼い主とペットを飼育スペースに誘導します。あわせて、一般受付が必要な場合は、飼い主だけを誘導します。

* 避難所でのペットの管理 *

- 飼い主同士で「飼い主の会」を結成し、協力して世話をを行うことで、飼い主の負担軽減や適切な飼育の徹底を図ります。

* ペットのための救援物資の管理 *

- ペットに関する物資については、避難所運営協議会の物資班の指示の下、飼い主の会が数量などの把握や物資の管理を行い、飼い主に分配します。

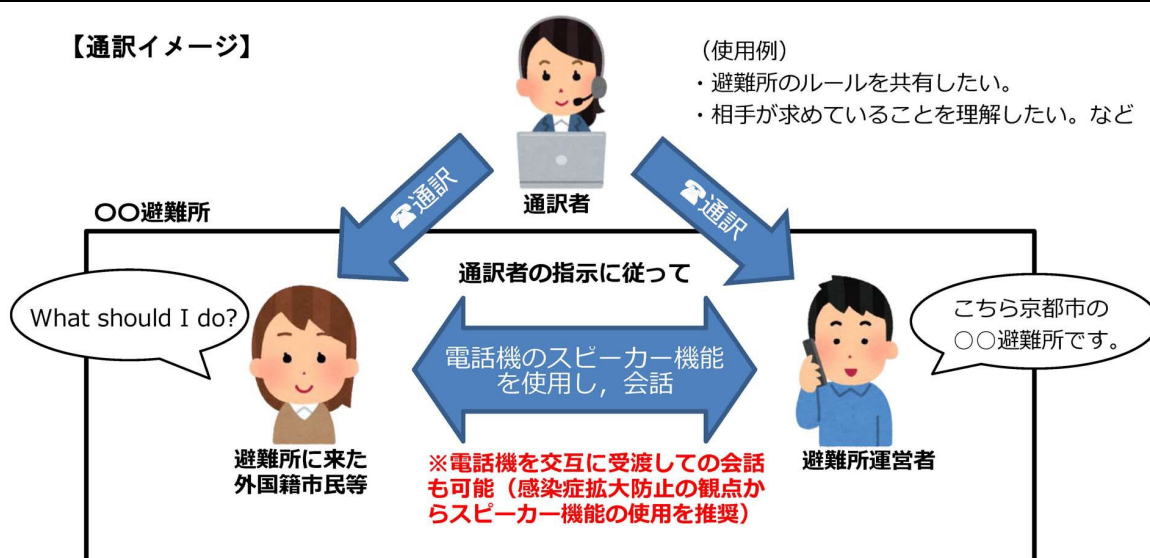
※ 詳細は、「ペットの避難どうしよう？」（京都市発行）を参照

⑯ 外国人対応

京都市災害時多言語電話通訳サービスの活用

○京都市災害時多言語電話通訳サービスを利用することで、避難所等の運営者と来所された外国籍市民等とが電話の先の通訳者を介して、コミュニケーションをとることができます。

利用可能期間	避難所等の開設期間中、24 時間対応
利用対象	避難所等に来所された日本語でのコミュニケーションが困難な方及び避難所等の運営者
対応言語	19 言語（英語、中国語、韓国・朝鮮語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、マレー語、タガログ語、ネパール語、クメール語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、モンゴル語、ミャンマー語、シンハラ語）
利用料	無料
その他	・相談窓口ではありませんので、通訳以外の対応はできません。 ・電話番号は、地域の自主防災会等の災害対応を行う方や市職員のみへ通知します。
問い合わせ先	総合企画局国際化推進室（Tel: 075 -222 -3072、Fax:075 -222 -3055）



避難所における外国人への配慮のポイント

■ことば

- 難しい用語、言い回しに注意しましょう。図やイラストを使用することで、翻訳しなくても伝えられる場合もあります。
- ルビや「やさしい日本語」を使用することにより、外国人だけでなく、子どもや高齢者等より多くの人にとってわかりやすいものとなります。（やさしい日本語→普通の日本語よりも簡単で、外国人もわかりやすい日本語）
- 避難所内部の施設や、よく使われるフレーズ等を多言語化して掲示、放送することは、日本語を母語としない方の情報収集やルール理解のために必要です。また、日本語を母語としない方が避難していることを可視化するうえでも重要となります。翻訳には、「災害時多言語表示シート」を活用しましょう。様式集⑭「多言語指差しボード」も活用してください。

《災害時多言語表示シート》

- 避難所内の施設名や簡単なフレーズを多言語で印刷することができるツールです。
- （一財）自治体国際化協会のホームページで無料ダウンロードが可能です。

<https://dis.clair.or.jp/>

■習慣

○日本では当たり前のことが当たり前でない場合もあります。就寝・起床時間等の生活リズム、声の大きさやトーン等、文化が違えば習慣も違います。

■宗教

○宗教上食べられないもの、できないこと、しなくてはならないことがあります。例えば、イスラム教では、お祈りの時間や場所の確保は大変重要で、ラマダーン（断食期）の際の食事時間も厳格に定められています。避難所では保障できない場合も多いですが、宗教が生活に不可欠である人達がいるかもしれないことを知っておくことは大切です。

■食事

○宗教上、食事制限のある人がいます。（例：豚肉、アルコール等）

○ベジタリアン（菜食主義者）の方でも色々なパターンがあります。（例：卵や魚も食べる人もいれば、魚でとった出汁も駄目という人もいます）

■必要とする情報

○世界には地震のない国もあり、パニックに陥ることも想定されます。冷静に正確な状況判断のための情報や知識を伝えることが必要となります。

○大使館、領事館、自国への連絡方法、在留資格に関する手続き等の情報が必要となります。

○避難生活が長期化すれば、お金や仕事のことで、日本人被災者と同じような生活相談も増えます。

○自衛隊や消防の災害救助の役割についての理解や知識が日本人と異なる場合があります。

○コミュニティFM等、災害時にラジオが貴重な情報源になることを知らない外国人は多いです。（普段ラジオを聞いていない可能性が高い）

○情報伝達の補助に役立つ、スマートフォンアプリ等のツールを活用しましょう。

《Safety tips》

○観光庁が無料で提供している、外国人旅行者向け災害時情報提供アプリ。対応言語は5言語（英語・中国語（簡体字 / 繁体字）・韓国語・日本語）で、日本政府観光局のウェブサイトやSNSによる周知や災害情報のプッシュ通知が可能。

《NHK ワールド Japan》（<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>）

○日本やアジアの最新ニュースを発信する24時間英語チャンネル。地震や台風等の大きな災害時に英語による情報源として活用可能。

《VoiceTra》

○話しかけると外国語に翻訳してくれる、無料の音声翻訳アプリ。対応言語は、日本語・英語・韓国語・中国語（簡体字 / 繁体字）をはじめとした31言語。

＊ その他、Google 翻訳、DeepL 等

通訳の確保のためのアイデア

- 避難所開設時のできるだけ早い段階で、掲示板等による募集を行いましょう。
- 地域で事前に把握している場合は、その人材を活用しましょう。
- 様式集⑤「避難所入退所届」の“特技や資格”に記入してもらい、協力してもらいましょう。

サポーターとしての外国人

- 要配慮者ではあるが、通訳ができる・体力がある・何かの専門家である、外国の文化に通じており、他の被災者に説明することができる等、避難所運営にとって重要な存在となる人材である可能性もあります。避難所内の問題解決、意志決定にも一緒に参加してもらうことが大切です。

外国人コミュニティの存在

- 出身国や文化を同じくする外国籍市民等の方々は、コミュニティとして定期的集まっておられることがあります。こうした方々は、災害時には、避難所以外にも、日頃から利用している外国人学校や教会等の施設に避難することも考えられます。
- 地域にどういった外国籍市民が住んでおられ、どのように生活しておられるのか、日頃からのお付き合いのなかで把握するよう心がけておくことが望ましいです。

「災害時における外国人支援ネットワークに関する協定書」について

- 近畿地域国際化協会連絡協議会を構成する10の協会（2府4県4政令市）では、近畿圏内で大規模災害が発生した際には、相互に協力して円滑に外国人支援を行うことを目的に、「災害時における外国人支援ネットワークに関する協定書」を締結しています。コーディネーター及び通訳者の派遣や、翻訳による支援、またボランティア情報の相互共有等について、災害発生時には相互に支援します。（公財）京都市国際交流協会、（公財）京都府国際センターもこのネットワークに所属しており、京都市内で大規模な災害が発生した場合は、（公財）京都市国際交流協会が「災害時多言語支援センター」を開設し、近畿地域の他の国際交流協会等の協力を得て、被災者支援を行います。

公益財団法人京都市国際交流協会

京都で暮らす外国籍市民を支援する事業に取り組んでいます。相談対応、通訳派遣、日本語講座、イベント開催、災害情報提供等を行っています。

外国籍の避難者についての相談対応が可能です。

○ 連絡先 代表 075-752-3010/事業課 075-752-3511

○ 行政通訳相談 075-752-1166

英語（火・水・木）、中国語（水・金）、ベトナム語対応（火）

*行政通訳相談対応は通常は9：00-17：00（ただし、災害時の対応は変動の可能性あり。）

⑰ 高齢者、子ども、乳幼児等の個別対応

* 高齢者に対する対応 *

○個別の物資要請

- ① オムツ

○気をつけること

- ① 脱水症状の予防
- ② 衣服の着替えや入浴の状況の確認
- ③ できる限り、身の回りのことは自分でしてもらうこと
- ④ 転倒に注意
- ⑤ 見当識障害の予防
- ⑥ コミュニケーションの取り方を工夫
- ⑦ 洋式トイレ（ポータブルトイレ）の設置・確保



* 子どもに対する対応 *

○個別の物資要請

- ① 遊べるもの

○気をつけること

- ① 生活リズムを整え、安全な遊びの場や時間の確保
- ② 日常生活を送れるように支援
- ③ スキンシップをとって安心感を
- ④ 声かけ等によって外見上では判断できない身体的問題を把握
- ⑤ 脱水症状の兆候に注意、こまめな水分摂取



* 妊婦・産後間もないお母さん・乳幼児に対する対応 *

○個別の物資要請

- ① オムツ、おしり拭き
- ② ほ乳瓶、液体ミルク、粉ミルク・湯
- ③ 離乳食（レトルトパウチやびん詰めのもの等）、スプーン
- ④ 生理用品

○気をつけること

- ① 清潔、保温、栄養等の健康面への配慮
- ② ストレス等による心や行動の変化に配慮
- ③ 着替えや授乳・搾乳時にプライベートな空間確保、話しかけやスキンシップを図ること
- ④ 粉ミルクは衛生的な水を用意

⑤ 注意したほうがよい症状

妊婦：お腹の張り・腹痛、膣からの出血、胎動の減少、むくみ、頭痛、目がチカチカ、発熱、下痢、がんこな便秘、めまい、はきけ、嘔吐、普段と違ったおりもの等

産婦：発熱、悪露（出血）の急な増加、傷の痛み、乳房の腫れ・痛み、母乳分泌量の減少、気が滅入る、イライラする、疲れやすい、不安や悲しさに襲われる、不眠、食欲不振等

乳児：発熱、下痢、食欲低下、ほ乳力の低下、夜泣き、寝付きが悪い、音に敏感になる、表情が乏しくなる等

幼児：赤ちゃん返り、食欲低下、落ち着きのなさ、無気力、爪かみ、夜尿、自傷行為等

⑱ 性的マイノリティ対応

「性的マイノリティ」とひと括りにしがちですが、望む支援は一人ひとり異なります。また、自分が性的マイノリティの当事者であることを他者に知らせるかどうかは、個々人の選択です。

だれにも知られたくない人、限られた人には知らせている人など様々です。支援を届けようと思うあまり、個人の選択をないがしろにしたりすることがないように配慮が必要です。普段から多様な性を生きる人たちやその人たちの災害時のニーズについて理解を深めたり備えることが大切です。

性的マイノリティにおける災害の段階ごとの困りごとと対応策

災害の段階ごとに困りごとと対応策をまとめました。「災害直後・避難期」に挙げた困りごとを「復旧・復興期」に経験することもあります。対応策はひとつのご提案です。

※は、特に支援者や防災担当の方に知っていただきたい内容です。

発 災 直 後 ・ 避 難 期	困 り ぐ と	対 応 策
	同性パートナーやなかまと連絡が取れない。	災害が起きたら、まずは自分の体を守りましょう。大きな災害が起きたときは、災害用伝言板などのサービスが使えるようになります。このサービスを利用するには、安否を確認したい人の電話番号の入力が必要です。緊急時に連絡を取り合いたい人とは、ふだんから連絡先を確認しあひましよう。災害時の安全な待ち合わせ場所を決めておくのもよいでしょう。
	避難所で記入を求められた名簿に性別を選択する欄があり、戸籍の性別を書くべきか性別自認を書いてよいのか考えてしまう。選択欄は精神的に苦痛。	※避難した順に一覧に記入するのではなく、個別に記入できるように用意しておきましょう。性別欄は任意欄とし、自由記述欄にしましょう。
	避難所でも性別自認に従って生活したい。同性パートナーと逃げてきた。プライバシーが保たれるのか心配。	※「セクシュアルマイノリティ」に限らず、被災者にとってプライバシーが守られる環境は避難生活での安心につながります。間仕切りを用意しましょう。
	生理用品、下着、ヒゲソリなど、男女別の物資を受け取りにくい。性別自認や性別表現（見た目）にそった物資をもらいにいったら、不審がられた。	※性別自認や性別表現と公的身分証や身体の性が異なる人もいます。まずはそのことを知ってください。周囲に人がいる中で物資を受け取りにくい人に配慮して、ボランティアや相談の専門家などを通じて個別に届けられるような仕組みを検討しましょう。
	男女別に設置されたトイレ、更衣室、入浴施設は使えない。性別自認や性別表現（見た目）にそって利用しようとしたら、不審がられた。	※男女別のトイレのほか、だれもが使えるユニバーサルトイレも設置しましょう。更衣室や入浴施設は、ひとりずつ使える時間帯を設けるなどしましょう。
	性別自認ではなく、身体の性や戸籍の名前で呼ばれることが苦痛。	※性別自認や性別表現と公的身分証や身体の性が異なる人もいます。まずはそのことを知ってください。その人が呼ばれた名前や、どのように対応されることを希望しているかにできるだけそってください。
	相談したいけれど、自分が「セクシュアルマイノリティ」であることを理解したうえで相談に乗ってもらえるか不安。トランスジェンダー女性だが、女性相談を利用してよいかわからない。	※「心の相談」では、相談サービスについて知らせるチラシの中で「このような相談を受け付けます」と例示する際に「セクシュアルマイノリティ」の相談も歓迎する旨を書き込むと、相談しやすくなります。相談前に相談受付票を記入する場合には、「相談したい内容」の中に「セクシュアルマイノリティ」の項目を入れると、話しやすくなります。また、トランスジェンダー女性は女性ですので、女性相談での相談を歓迎してください。ふだんから、緊急時に災害地に派遣される可能性のある人たちは、研修などを通じて理解を深めておくことが期待されます。
復 旧 ・ 復 興 期	被災地ボランティアに参加したが、性別のことをめぐって差別された。	被災者と同様に、ボランティアの人たちの安全や尊厳も守られるべきです。職員・ボランティアの行動規範を定める際、性的指向・性別自認を含めた被災者の多様なニーズに言及しましょう。（参考文献の「災害支援事例集」に例があります）
	仮設住宅や災害公営住宅の入居要件に「世帯」と書かれている。同性パートナーと暮らせるのか不安。	※応急仮設住宅の設置は災害救助法に基づいて厚生労働省の指示により都道府県知事が定めますが、具体的な入居条件は各市町村が地域の実情に応じて決める場合もあります。都道府県や市町村レベルにおいて、同性カップルが一緒に暮らせるようふだんから制度設計をしておく必要があります。
	仮設住宅や災害公営住宅に申し込む際、性別自認や性別表現と戸籍の性別が異なることを説明するのが精神的に負担。	※支援の窓口で業務にあたる人も、性別自認や性別表現と公的身分証や身体の性が異なる人がいることを知っている必要があります。申し込みに来た人の性別自認を尊重した対応をしてください。

図28. 性的マイノリティにおける災害の段階ごとの困りごとと対応策

（出典：岩手レインボー・ネットワーク「にじいろ防災ガイド」）

（内閣府の避難生活支援リーダー／サポーター研修資料抜粋）

⑱ 炊き出し

気をつけること

- 栄養バランスのとれたメニューにしましょう。
- 持病のある人や小さな子どもも食べられるよう、塩分を控えめにしましょう。
- 小さな子どもと高齢者も食べられるよう、食材は小さく切りましょう。
- アレルギーや宗教上の理由等で食べられない物がある人にも配慮しましょう。
- 衛生面に気を付けましょう。



- *食中毒や感染症予防のため、体調不良（下痢や腹痛、吐き気や嘔吐、発熱等）がある人や、手指に傷がある人は、調理や食事の提供をしないようにしましょう。
- *調理や食事を提供する前は、できるだけ石けんなどで十分に手洗いをしましょう。十分な水を確保できない場合は、手指の汚れをウェットティッシュで拭き取り、アルコールで消毒しましょう。
- *食品を直接手で触らないようにしましょう。（おにぎりはラップで握る。食品を取り扱う際には使い捨て手袋を着用する。）
- *できるだけ提供直前に加熱調理を行うものにし、加熱しないもの（生野菜サラダや生もの）や、加熱後に手を加えるもの（お浸し等）は避けましょう。
- *調理後、おおむね2時間以内に食べることができるよう配給しましょう。
- *原材料の鮮度や消費期限等を確認し、臭いや容器の破損等の異常があれば、提供するのをやめましょう。
- *冷蔵品や冷凍品は、クーラーボックス（保冷剤入り）に保管しましょう。常温保存食品は、直射日光の当たらないところに保管しましょう。
- *調理器具は使用後によく洗い乾燥させましょう。水が使えない場合は、ペーパータオル等で汚れを拭き取り、アルコールで消毒しましょう。

要配慮者への対応

○炊き出し時の調理での対応

子ども・高齢者	食材を軟らかく煮る。
飲み込みにくい方	別鍋で軟らかく煮たものに、水溶き片栗粉でとろみをつける。
塩分を控えている方	別鍋で、野菜を多めにし、缶詰の煮汁や調味料を少なめに煮る。

○アレルギー疾患のある方への対応 ※「⑳食物アレルギー」参照

- *提供する時には、「食物アレルギーで食べられない物はありませんか？」と一声かけましょう。
- *炊き出しに使用する食品に、食品表示の対象となるアレルギー物質（特定原材料やそれに準ずるもの）が含まれているか確認しましょう。
- *献立表の掲示や、使用した加工食品の食品表示が記載された包装そのものを掲示し、食物アレルギーのある人が確認できるようにしましょう。

<特定原材料(8品目)>

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生（ピーナッツ）
----	----	-----	----	----	---	---	------------

炊き出しの進め方

○公的機関からいつ食料・水が届くのかは災害の状況によって異なりますが、できれば、公的機関からの支援を待つのみではなく、発災から 48 時間以内に避難者等が自分たちで食材を持ち寄り、炊き出しを行うことが望まれます。

炊き出し献立例(1 日分)

	主食 (ご飯、パンなど)	主菜 (肉、魚、卵、大豆製品)	副菜 (野菜、芋類、海藻、きのこ)	その他 (果物、牛乳・乳製品等)
朝食	ソーセージパン (1 個/120g) あんパン (1 個/100g)		野菜ジュース (200ml)	
昼食	おにぎり (鮭、梅)	みそ汁 (★)		牛乳 (200ml)
夕食	α化米 (100g) (出来上がり 270g)	ツナじゃが (★)		果物缶詰 (100g)
間食	ビスケット (30g)		オレンジジュース (200ml)	

* 備蓄食料や支援物資と合わせて、炊き出しを提供します。

* ★のメニューを炊き出しで作ることを想定しています。

◆栄養価◆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	ビタミン B1 (mg)	ビタミン B2 (mg)	ビタミン C (mg)
朝食	679	19.1	25.3	2.0	0.32	0.21	17
昼食	528	19.1	12.5	3.2	0.2	0.46	15
夕食	548	12.2	5.6	1.2	0.16	0.07	29
間食	219	3.7	3.2	0.2	0.18	0.11	84
1 日計	1974	54.1	46.6	6.6	0.86	0.85	145
参照量※1	2,000	55	—	男性 7.5g 未満 女性 6.5g 未満	0.9	1.0	80

※1 令和 2・3 年度厚生労働行政推進調査事業費 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「大規模災害時における避難所等での適切な食事の提供に関する研究」

炊き出しレシピ例

①みそ汁

◆材 料◆

材料	1 人分	30 人分	100 人分	備考
大根	50g	1.5kg	5kg	M サイズ 1 本 1kg
にんじん	20g	600g	2kg	M サイズ 1 本 150g
カットわかめ	1g	30g	100g	
油揚げ (又は麩)	10g (2g)	300g (60g)	1kg (200g)	
みそ	小さじ 1	180g	600g	
煮干し (又は顆粒だし)	1～2 本 (1g)	150g (30g)	500g (100g)	
水	150ml	4.5 ℓ	15 ℓ	

◆用意するもの◆

・大鍋（蓋つき） ・包丁 ・まな板 ・玉杓子
・カセットコンロ等 ・使い捨て容器 ・割りばし又はスプーン

◆作り方◆

- ① 野菜は浅い、皮をむく。（十分に水が使えない場合は、新聞紙等で土や汚れを取り除き、ため水で洗う。）
- ② 野菜を食べやすい大きさに切る。油揚げは、短冊に切る。
- ③ 鍋に水と煮干しを入れて 30 分ほど置く。煮干しが柔らかくなったら強火にかけ、沸騰する直前に煮干しを取り出す。
- ④ ②の大根とにんじんを加えて煮る。柔らかくなったら油揚げとカットわかめを加え、最後にみそを溶き入れる。

◆ポイント◆

- * 野菜をたっぷりとれるよう、季節の野菜を使いましょう。
- * 顆粒だしを使う場合は、みその量を控え目にしましょう。
- * 具材が均等になるように盛り付けましょう。

<特定原材料(8品目)>

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生（ピーナッツ）
			● (麩)				

②ツナじゃが

◆材 料◆

材料	1 人分	30 人分	100 人分	備考
ツナ（缶詰）	20g	600g	2kg	
じゃがいも	70g	2.1kg	7kg	M サイズ 1 個 100 g
たまねぎ	30g	900g	3kg	M サイズ 1 個 150 g
にんじん	20g	600g	2kg	M サイズ 1 本 150 g
めんつゆ （ストレート）	30ml	900ml	3ℓ	
水	30ml	900ml	3ℓ	

◆用意するもの◆

- ・大鍋（蓋つき）
- ・包丁
- ・まな板
- ・玉杓子
- ・カセットコンロ等
- ・使い捨て容器
- ・割りばし又はスプーン

◆作り方◆

- ① 野菜・芋は、洗い、皮をむく。（十分に水が使えない場合は、新聞紙等で土や汚れを取り除き、ため水で洗う。）
- ② 野菜・芋を食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋に②を入れ、ひたひたの水を加えて火にかける。
- ④ 沸騰したら弱火にし、ツナとめんつゆを加える。野菜が柔らかくなるまで煮る。

◆ポイント◆

- ＊ 主菜と副菜を兼ねるため、野菜をたくさん使いましょう。
- ＊ ツナは、缶詰の焼鳥やささみ、魚の味付け缶詰、魚肉ソーセージなどに変更しても構いません。
- ＊ めんつゆがない場合は、顆粒だしとしょうゆ・砂糖で調味しましょう。
- ＊ 具材が均等になるように盛り付けましょう。

<特定原材料(8品目)>

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生（ピーナッツ）
			● (めんつゆ)				

②0 食物アレルギー

食物アレルギーとは？

- 食べたり、触ったり、吸い込んだりした食物に対して、体を守るはずの免疫のシステムが、過剰に反応して起きる有害な症状をいいます。
- 最も多い症状は「かゆみ・じんましん」「唇の腫れ」「まぶたの腫れ」「嘔吐」「咳・ぜん鳴（ぜいぜい・ひゅうひゅう）」等ですが「意識がなくなる」「血圧が低下してショック状態になる」という重篤な場合もあり、最悪、死に至ることもあります。
- 人によってその原因とその反応を引き起こす量が異なります。また体調によってその反応も変わります。
- 避難所では、今までと違う環境で生活することにより、アレルギー症状が出やすくなったり、発作が起こりやすくなったりすることがあります。

アナフィラキシーとは？

- 複数の臓器に急速に強い症状が現れる状態がアナフィラキシーです。血圧が低下して意識が低下するような場合をアナフィラキシーショックとよび、生命に関わる重篤な状態です。

* 個別に聞き取り * ※「食物アレルギー対応把握表の例」参照

① 聞き取りするときの注意事項

- プライバシーに配慮しながら状況を把握します。
- アレルゲン（食物アレルギーを起こす原因食品）は卵、牛乳、小麦、木の実等があります。
- アレルゲンが1種類でなく、複数の食品が食べられない人もいます。
- アレルギーがあるかどうかの判断は相手の申し出で決めます。聞き取り側で判断しないようにします。
- 避難所での集団生活では、個別対応等の細やかな対応は困難であり、誤食する可能性もあるので、基本は「少しなら食べられる」場合でも「食べられない」とします。
 - 例1 卵アレルギーで生卵は食べられないが、パン等に少し入っている程度なら食べられる場合
⇒ふだんなら食べられるものでも、避難所生活の中でアレルギーを起こす可能性があるため、把握表の「卵」のアレルゲンの「食べられない」に○をつけます。
 - 例2 乳アレルギーで牛乳が飲めないが、ヨーグルトは食べられる場合
⇒把握表の「乳」のアレルゲンの「食べられない」に○をつけます。特記事項にヨーグルトは食べられると記入します。
- 避難所生活のなかで、「食べられない」と「食べられる」が変わるケースがあるので、随時対応します。

②聞き取り内容

- 氏名、性別、年齢
- アレルギーの種類
- 間違っって食べた時の対処方法（連絡先）
- アナフィラキシー歴とその対応方法
- 服薬状況
- アレルギー用ミルクの種類

避難場所の情報集約 ※様式②町(町内会)別避難者名簿、様式③避難所入退所届

- ① 食物アレルギーのある方の人数
- ② アレルギーの種類ごとの人数
- ③ アナフィラキシー歴のチェック

アレルギーに対応した物資の配給の際の注意点

- ① 受け取った食物アレルギー対応食品の原材料等を確認後、対象者（子どもの場合は保護者）に直接渡す。
- ② 食物アレルギー対応食品は賞味期限等を確認する。
（食物アレルギー対応食品は保存料等を使用していないものが多いため、賞味期限が短いものに注意する。）

その他注意事項

- ① 避難生活が長期化する場合等は、食物除去対応による保護者等のストレスが大きくなるため、医師・保健師・管理栄養士等による指導や相談につなげるようにします。
- ② 食物アレルギーは偏食等とは関係ありません。周囲への理解を図るようにします。
- ③ 各種情報、外部で物資提供や相談などに対応してもらえるところなどの情報提供をしましょう。（※外部からの支援情報提供の例）

<加工食品のアレルギー表示の主なルール>

（令和6年3月現在）

加工食品の表示	名 称	理 由
必ず表示されるもの （特定原材料）	えび、かに、くるみ、小麦、 そば、卵、乳、 落花生（ピーナッツ）	特に発症数、重篤度から勘案して表示する必要性の高いもの
表示が勧められているもの （特定原材料に準ずるもの）	アーモンド、あわび、いか、 いくら、オレンジ、カシュー ナッツ、キウイフルーツ、牛 肉、ごま、さけ、さば、大豆、 鶏肉、バナナ、豚肉、マカダ ミアナッツ、もも、やまいも、 りんご、ゼラチン	症例数や重篤な症状を呈する者の数が継続して相当数みられるが、特定原材料に比べると少ないもの

※特定原材料（表示義務）は、容器包装されている加工食品中にごく微量（数 ppm、数 μ g/g 以上）含まれた場合に必ず表示される。

※特定原材料に準ずるものは、特定原材料に準じた表示が推奨されているが、表示されない場合がある。

食物アレルギー対応把握表の例

食物アレルギー対応把握表（個人）

年 月 日 調査 担当

氏名 性別 男・女 年齢 歳 箇月

アレルギー	食べられない場合○	対応方法（具体的に）
卵		・間違って食べた時の対応方法（具体的に）
乳		
小麦		
えび		
かに		・かかりつけの医療機関
そば		
落花生 （ピーナッツ）		・アナフィラキシー歴（有・無） ・服薬等（有・無） ・アナフィラキシー補助治療薬（エピペン®） （有・無）
くるみ		
		・その他特記事項

食物アレルギー用ミルクの種類 （ ）

外部からの支援情報提供の例

特殊栄養食品ステーション(日本栄養士会)

連絡先: 日本栄養士会災害支援チーム (JDA-DAT)

(連絡先 03-5425-6555)

https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/guidebook/pdf/need_consideration_stockguide-27.pdf

大規模災害時に、被災地の栄養士会事務局等に設置されます。

被災地自治体等と連携し、被災された方からのご相談に応じて、アレルギー対応食品、乳児用ミルク、離乳食などを提供しています。



NPO 法人 日本アトピー協会

(連絡先 06-6204-0002)

アトピー性皮膚炎およびアレルギー諸疾患に対して、安心と安全、そして快適と向上を目指す人々により組織された団体で、的確な情報の提供と、相互の理解を求め活動することを目的としています。被災地への物資提供などの支援にも取り組んでいます。

②① 区災害ボランティアセンターとは

- 市内での大規模災害時に、被災地から最も近い地域において、ボランティア活動が行えるように、開設の準備が整った段階で（概ね3日～1週間を目途）各区に立ちあがるのが区災害ボランティアセンターです。
- 区災害ボランティアセンターは、市災害ボランティアセンターと連携を図りながら、被災者や避難所のニーズの把握、ボランティアの受け入れ、コーディネート等を行う体制を確保します。

区災害ボランティアセンターの役割

- 被災住民のボランティア支援情報の収集・集約
- ボランティアの登録及びボランティア保険の加入手続
- ニーズとボランティア活動のコーディネート（調整）
- 区災害対策本部、京都市災害ボランティアセンター、関係団体等との連絡調整
- その他区内における災害ボランティア活動の推進に必要な業務

具体的な例…

- * 泥かきやがれき撤去といった力仕事
- * 汚れた家の拭き掃除やゴミ出しといった清掃活動
- * 被災者の方の話をうかがう傾聴ボランティア
- * 避難所等での食事提供等を行う炊き出し
- * 避難所の中の生活支援を行う避難所支援
- * 子どもの遊び場をつくったりする子ども支援
- * 仮設住宅の訪問やイベント等の仮設住宅支援
- * 被災地のための募金活動
- * 風化させないための啓発活動
- * 被災地から避難してこられた方々への支援 等

運営

- 「区社会福祉協議会」が運営します。

設置場所

行政区	設置候補場所	所在地
北区	国立大学法人京都教育大学附属京都中学校 (ランチルーム内)	北区小山南大野町 1
	京都府立清明高等学校体育振興施設	帰宅小山南大野町
上京区	同志社大学寒梅館	上京区今出川通烏丸東入玄武町 601
左京区	国立大学法人京都工芸繊維大学 (大規模)	左京区松ヶ崎橋上町 1
	左京区役所 1 階ロビー (中規模)	左京区松ヶ崎堂ノ上町 7-2
	山村都市「交流の森」(北部山間地域)	左京区花脊八桝町 250
中京区	京都御池創生館地下研修室	中京区御池通柳馬場東入東八幡町 579
	花園大学	中京区西ノ京壺ノ内町 8-1
	佛教大学二条キャンパス	中京区西ノ京梅尾町 2-7
東山区	東山区役所ホール (B 1 F)	東山区清水五丁目 130-6
	東山開晴館	東山区六波羅裏門通東入多門町 155
山科区	山科青少年活動センター	山科区竹鼻四丁野町 42
下京区	京都リサーチパーク東地区 1 号館 (会議室)	下京区中堂寺南町 134
	京都産業大学 むすびわざ間 3 階教室・ 共有スペース及び 1 階出入口前	下京区中堂寺南命婦町 1-10
南区	南区役所ホール (区役所別館)	南区西九条南田町 1-2
右京区	サンサ右京 1 階区民ロビー (中規模)	右京区太秦下刑部町 12
	右京ふれあい文化会館及び太秦安井公園 (大規模)	右京区太秦安井西裏町 11-6
	京北合同庁舎	右京区京北周山町上寺田 1-1
西京区	京都市西文化会館ウエスティ	西京区上桂森下町 31-1
	ホテル京都エミナースアニバーサリーホール 2 階及び駐車場	西京区大原野東境谷町 2 番地 4
伏見区	株式会社京都科学 京都本社	伏見区北寝小屋町 15
	龍谷大学 深草学舎	伏見区深草塚本町 67
	パセオ・ダイゴロー西館	伏見区醍醐高畑町 30-1
	京阪淀口ジスティスクヤードの一部	伏見区淀美豆町 555-1

(令和 6 年 7 月 1 日現在)

2 様式集

- ①避難者数集計表
- ②町(町内会)別避難者名簿
- ③在宅避難者名簿
- ④帰宅困難者名簿
- ⑤避難所入退所届
- ⑥安否確認シート
- ⑦訪問者管理簿
- ⑧郵便物等受付票
- ⑨物資一覧・物資管理簿
- ⑩ボランティア依頼票
- ⑪健康調査票
- ⑫体調チェック表
- ⑬避難所での性暴力防止等ポスター
(出典：熊本市男女共同参画センターはあもにい「性暴力・DV防止ポスター・チラシ」)
- ⑭ペット受付票・ペット札
- ⑮備蓄チェックシート
- ⑯男女共同参画の視点からの避難所チェックシート
(出典：内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」)
- ⑰多言語指さしボード
(出典：一般財団法人自治体国際化協会(CLAIR/クレア)「多言語指さしボード」)
- ⑱指定緊急避難場所等運営従事者の傷害保険及び損害賠償保険のご案内

(区 避難所)

避難者数集計表

月日	町名(町内会)	人数	小計	備考
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		
		人		

様式②

御記入いただいた情報は、物資等の必要数、健康に関する支援などを行うため、避難所運営の目的に利用します。また、京都市の必要部署にも提供します。被災者台帳のデータとしても利用します。

(区 避難所)

町(町内会)別避難者名簿

[町 町内会] /

番号	氏名	住所	性別 (任意)	年齢	備考(要配慮者等) ※該当する場合○				台帳 番号	入所	退所
					高齢者	乳幼児	負傷者	その他			
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											

※物資等の必要数を把握するため、備考欄で要配慮者をチェックします。

様式③

御記入いただいた情報は、物資等の必要数、健康に関する支援などを行うため、避難所運営の目的に利用します。
また、京都市の必要部署にも提供します。被災者台帳のデータとしても利用します。

(区 避難所)

在宅避難者名簿

[町 町内会] /

番号	氏名	住所	性別 (任意)	年齢	要配慮者等 ※該当する場合○				備考
					高齢者	乳幼児	負傷者	その他	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

※物資等の必要数を把握するため、要配慮者等をチェックします。

様式④

御記入いただいた情報は、物資等の必要数、健康に関する支援などを行うため、避難所運営の目的に利用します。
また、京都市の必要部署にも提供します。被災者台帳のデータとしても利用します。

(区 避難所)

帰宅困難者名簿

番号	氏名	住所	性別 (任意)	年齢	要配慮者等 ※該当する場合○				備考
					高齢者	乳幼児	負傷者	その他	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

※物資等の必要数を把握するため、要配慮者等をチェックします。

様式⑤

避難者 → 避難所運営協議会（管理班）

(避難所名)

No.

避難所入退所届

避難組名

①	ふりがな 世帯代表者氏名		電話		
	住所				
②	入所年月日	年 月 日	所属町内会名		
	※ここに避難した人だけ書いてください。				
	家族	ふりがな 氏 名	性別(任意)	年齢	備考(要配慮者等)
家屋被害状況	1全壊 2全焼 3半壊 4半焼 5一部損壊 6流失 7床上浸水 8床下浸水 9なし 1断水 2停電 3ガス停止 4電話不通				
親族など連絡先					
何か(アレルギーなど)					
特技や資格をお持ちの方は、氏名と特技・資格の内容をお書きください。					
氏名	特技・資格				
③	他からの問い合わせに、住所、氏名を公表してもいいですか？			よい・よくない	
	退所年月日	年 月 日			
④	転出先 氏名 電話	住所			

登録日(入所日)		登録解除日(退所日)	
----------	--	------------	--

- ◎ この名簿は、世帯代表の方が書いて避難所運営協議会にお渡しください。
◎ 要配慮者は、備考欄に○印をお書きください。
◎ 外国籍の方は、自国の大使館・領事館からの問い合わせに対応するため、国籍をお書きください。

[避難者の方へ]

- ・入所にあたり、この名簿を記入し提出することで避難者として登録され、避難所での生活支援が受けられるようになります。
- ・内容に変更がある場合は、速やかに名簿係に問い合わせて修正してください。
- ・他からの問い合わせに対し、住所と氏名を公表してよいか、お書きください。名簿の内容を公表することによって、ご親族の方々に安否を知らせるなどの効果があります。しかしプライバシーの問題がありますので、公表の可否についてはご家族で判断してください。

様式⑥

安否確認シート

月日	氏名	年齢	性別	住所	情報連絡先
／					
／					
／					

月日	氏名	年齢	性別	住所	情報連絡先
／					
／					
／					

月日	氏名	年齢	性別	住所	情報連絡先
／					
／					
／					

月日	氏名	年齢	性別	住所	情報連絡先
／					
／					
／					

月日	氏名	年齢	性別	住所	情報連絡先
／					
／					
／					

訪問者管理簿

年 月 日

避難所名				
番号	氏名	訪問時刻	退所時刻	用件
1		:	:	
2		:	:	
3		:	:	
4		:	:	
5		:	:	
6		:	:	
7		:	:	
8		:	:	
9		:	:	
10		:	:	
11		:	:	
12		:	:	
13		:	:	
14		:	:	
15		:	:	
16		:	:	
17		:	:	
18		:	:	
19		:	:	
20		:	:	

注) 外部からの訪問者の管理簿を作成する。
「訪問時刻」、「退所時刻」を記入してもらう。(介助など、やむを得ない事情で避難所で泊まりたいという要望がある場合は、スペースの状況等も考慮し判断する。泊まりが可能な場合は、備考欄に退所予定日を記入してもらう。)

(区 避難所)

郵便物等受付票

No.	受付月日	宛て名	避難組	郵便物等の種類	受取月日	受取人
1	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
2	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
3	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
4	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
5	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
6	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
7	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
8	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
9	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
10	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
11	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
12	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
13	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
14	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	
15	月 日		組	葉書・封書・小包・その他 ()	月 日	

受付担当者は「受付月日」～「郵便物等の種類」欄に記入します。

受取の際は、「受取月日」と「受取人」欄に記入してもらいます。

避難組欄には、居住スペースの単位ごとの避難者のグループの組番号等を定めて記入します。

避難組の付け方は、参考資料集⑨健康な人の避難所滞在スペースのレイアウト(例)を参考にしてください。

受付年月日	年 月 日	受付番号	
受付時間	午前・午後 時 分	受付者名	

依頼者	氏名	(フリガナ) 男・女			
	属性	<input type="checkbox"/> 本人⇒独居・高齢者世帯・障害者世帯・一般・その他（ ） ※本人以外からの依頼の場合、本人の同意を確認⇒同意・未確認・不同意 <input type="checkbox"/> 親族（ ） <input type="checkbox"/> 地域（民生委員・学区社協・町会長・（ ）） <input type="checkbox"/> 専門機関（ ） <input type="checkbox"/> その他（ ）]			
	住所 (現在)				
	連絡先	TEL — — 携帯 — —			
活動場所	住所・ 連絡先 ※依頼者と同じ なら省略	<input type="checkbox"/> 本人宅 <input type="checkbox"/> その他（ ） 京都市 区 様宅 TEL — — 携帯 — —			
	被災の 状況等	避難指示 <input type="checkbox"/> 発令されている <input type="checkbox"/> 発令されていない 建物応急危険度判 <input type="checkbox"/> 緑(調査済) <input type="checkbox"/> 黄(要注意) <input type="checkbox"/> 赤(危険) <input type="checkbox"/> 不明（ ） 建物内・外の危険箇所等			
	目標となる 建物・目印				
	希望日時	年 月 日（ ） ～ 時 ～ 時 月 日（ ）			
活動内容	希望内容				
	希望人数	合計 人（内訳：男性 人、女性 人、どちらでも 人）			
資器材	活動場所にある物				
	VCから持参する物				
活動結果の 確認		完了 継続		備考（「継続」の場合の引継ぎ事項等）	

66

健 康 調 査 票

※ 当日の体調等を記入してください。

氏 名 _____

1	発熱はありますか 【 °C】	はい・いいえ
2	鼻水・鼻づまりはありますか	はい・いいえ
3	せきやたんはありますか	はい・いいえ
4	のどの痛みはありますか	はい・いいえ
5	息苦しさはありますか	はい・いいえ
6	胸の痛みはありますか	はい・いいえ
7	全身倦怠感(からだがとてもだるい)はありますか	はい・いいえ
8	味の感じ方・においの感じ方に異常はありますか	はい・いいえ
9	下痢・腹痛はありますか	はい・いいえ
10	嘔吐・吐き気はありますか	はい・いいえ

体 調 チ ェ ッ ク 表

氏 名 _____

		月 日()	月 日()	月 日()	月 日()	月 日()	月 日()	月 日()
1	発熱はありますか	朝 ℃	朝 ℃	朝 ℃	朝 ℃	朝 ℃	朝 ℃	朝 ℃
		夕 ℃	夕 ℃	夕 ℃	夕 ℃	夕 ℃	夕 ℃	夕 ℃
2	鼻水・鼻づまりはありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
3	せきやたんはありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
4	のどの痛みはありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
5	息苦しさはありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
6	胸の痛みはありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
7	全身倦怠感(からだがとてもだるい)はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
8	味の感じ方・においの感じ方に異常はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
9	下痢・腹痛はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
10	嘔吐・吐き気はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
11	筋肉痛はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
12	頭痛はありますか	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
13	その他気になる症状があれば、記入してください							

避難所に更衣する場所がないので
更衣室をダンボールで作ったところ上から
のぞかれた。その更衣室を使うときは
見張りを立てるようにした (13 ~ 16 歳女子)

避難所で成人男性からキスしてと言われた。
トイレまでついてくる。着替えをのぞかれる。
母親を含めて誰にも知られたくない。
加害者が避難所にいられなくしてほしい。 (6 ~ 12 歳女子)

男子が同じ避難所にいる男性に
わいせつな行為をされた。
ほかの男子数名も被害に遭った。
家族が、避難所の宿直だった役場職員
に相談し (中略)、加害者には避難所
から出てもらうことにきまつたが、その前に
加害者は避難所を出た。
(6 ~ 12 歳男子)

避難所で夜になると
男の人が毛布に入ってくる。
周りの女性も
「若いからしかたないね」
と見て見ぬふりをして助けてくれない
(20 代女性)

授乳しているのを男性に
じっと見られる。
警察に連絡したら
巡回の回数が増やされた。
その後、授乳スペースが設けられた。
(30 代女性)

熊本地震の際も起きたことです！

避難所・避難先では、性被害・性暴力 DVなどが発生するリスクが高まります

引用：災害時における性暴力（DV以外）の事例シート（阪神淡路大震災・東日本大震災）

東日本大震災女性ネットワーク調査チーム 2015『東日本大震災「災害・復興における女性と子どもへの暴力」に関する調査報告書

自分を大切にしてください

単独行動はしない
ようにしましょう！

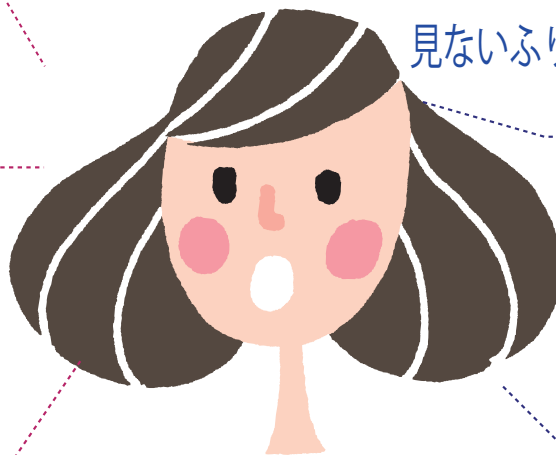
性的な嫌がらせやいたずらなど
尊厳を傷つける行為も犯罪です

被害をうけたら相談を！

周囲の目と支えがたよりです

見ないふり・知らないふりをせず
助け合いましょう

ストレスをためず
不安な気持ちも声
に出しましょう



③ ペット 受付票

避難所への受入時に、飼い主に記載してもらうペット受付票の例です。

ペット 番号	ペットの種類	ペットの名前	ペットの性別・ 毛色・特徴など	飼い主氏名・住所・ 連絡先
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			
	犬・猫・ その他()			

④ ペット札

飼い主やペットの情報を明示するためのペット札の例です。

ケージなどに付けるなどし、ペットの情報を明らかにしましょう。

ペット札

ペット番号	
ペットの名前	
ペットの種類	犬 ・ 猫 ・ その他()
ペットの毛色	
ペットの性別	オス ・ メス ・ 避妊去勢済
ペットの特徴	
飼い主の名前	
飼い主の連絡先	
備考	

ケージやキャリーケース等に付けましょう。

大人 1 人、3 日分の備蓄物資（例）

食料品・飲料水

【飲料水】＜9L＞ 大人1人1日3L×3日分（調理用含む）

☐ 飲料水（500ml）：18 本 ☐ 健康飲料粉末：3 本

【主食】＜9 食＞ 大人1人1日3食×3日分

☐ レトルトご飯：3 食 ☐ お粥：1 食 ☐ パン：1 食
☐ 乾麺・即席麺：1 食 ☐ レトルトパスタ：1 食 ☐ 加水等不要な食料：2 食

【主菜】＜9 食＞ 大人1人1日3食×3日分

☐ レトルト食品：2 食 ☐ フリーズドライスープ：2 食 ☐ 缶詰め（肉・野菜）：5 缶

【副菜、果物】＜適量＞

☐ 野菜ジュース：3 食 ☐ 缶詰め（フルーツ）：1 食 ☐ インスタント野菜スープ：1 食

【お菓子、補助食料（長期保管用が望ましい）】＜適量＞

☐ ビスケット等：3 食 ☐ ようかん：2 食 ☐ 飲むゼリー：1 食

生活用品

【ご家庭にて備蓄】

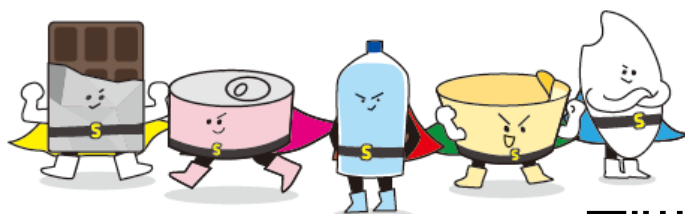
☐ カセットコンロ ☐ カセットボンベ：6 本 ☐ 紙コップ、皿、割り箸
☐ 鍋、やかん等 ☐ アルミホイル、ラップ ☐ 衣類、下着類
☐ 乾電池 ☐ 乾電池式モバイルバッテリー ☐ 手回し充電式ラジオ

【持出用リュックサック】

☐ 防災ブザー・ホイッスル ☐ 2WAY ドライバー ☐ ミニカッターナイフ
☐ 圧縮袋 ☐ 予備袋（小銭入れ） ☐ メモ帳、ボールペン
☐ 非常用給水バック ☐ ポリ袋（45L） ☐ ボディタオル
☐ 懐中電灯 ☐ ラバー手袋 ☐ ティッシュ
☐ 布テープ ☐ レインポンチョ ☐ サンダル
☐ アルミシート ☐ アルミブランケット ☐ エア枕
☐ 通帳、印鑑、キャッシュカード、保険証等の貴重品 ☐ 扇子・うちわ等の熱中症対策グッズ

家族の命を備蓄で守る！

ソナエルンジャー



※ 詳しくは、京都市防災ポータルサイト
『備蓄のすすめ』をご覧ください。



し尿・衛生用品

【し尿用品】大人1人1日5回×3日分 ※ トイレの平均的な使用回数：1日5回

☐ 携帯トイレ・便袋：15回分
 ☐ 簡易トイレ：1個
 ☐ おしりふき（40枚入）：3袋

【衛生用品】

<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> アルコール消毒液	<input type="checkbox"/> 口内洗浄液
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> 綿棒	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 救急セット	<input type="checkbox"/> 常備薬、お薬ケース	<input type="checkbox"/> 使い捨てコンタクトレンズ

その他必要なもの

【女性のための持ち出しグッズ】

<input type="checkbox"/> 生理用品・パンティライナー	<input type="checkbox"/> 携帯用ビデ	<input type="checkbox"/> 防災ブザー・ホイッスル
<input type="checkbox"/> 化粧品	<input type="checkbox"/> エッセンシャルオイル	<input type="checkbox"/> ヘアゴム
<input type="checkbox"/> ストール	<input type="checkbox"/> ポーチ	<input type="checkbox"/> 汗拭きシート
<input type="checkbox"/> ブラジャー・パンツ	<input type="checkbox"/> サプリメント	<input type="checkbox"/> ドライフルーツ

※ 詳しくは、『KYOTO わたしの防災ノート（女性視点で「暮らすように、備える」）』をご覧ください。

【妊産婦・乳幼児のための持ち出しグッズ】

<input type="checkbox"/> 母子健康手帳（コピーでも可）	<input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> 診察券
<input type="checkbox"/> 下着	<input type="checkbox"/> 生理用品（大ナプキン）	<input type="checkbox"/> 清浄綿
<input type="checkbox"/> タオル・バスタオル	<input type="checkbox"/> 飲料水（軟水）	<input type="checkbox"/> スティック・キューブタイプの粉ミルク
<input type="checkbox"/> 液体ミルク	<input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶	<input type="checkbox"/> ベビーフード
<input type="checkbox"/> 紙おむつ	<input type="checkbox"/> 全身・おしりふき	<input type="checkbox"/> 赤ちゃんの肌着・服・靴
<input type="checkbox"/> タオルやガーゼのハンカチ	<input type="checkbox"/> 抱っこひも・頭カバー	<input type="checkbox"/> ビニール袋
<input type="checkbox"/> おもちゃ（最低限）	<input type="checkbox"/> カイロ・アルミシート（保温用）	

※ 詳しくは、『妊産婦・乳幼児のための災害時の備え』をご覧ください。

『妊産婦・乳幼児のための災害時の備え』

『KYOTO わたしの防災ノート（女性視点で「暮らすように、備える」）』



避難所チェックシート

確認日：_____

確認者：_____

① 避難所のスペース	
プライバシー	<input type="checkbox"/> 授乳室（椅子、授乳用の枕やクッション、おむつ替えスペース）がある <input type="checkbox"/> 男女別更衣室、男女別休養スペースがある <input type="checkbox"/> 男女別更衣室、男女別休養スペースが離れた場所にある <input type="checkbox"/> 間仕切り・パーティションがあり、その高さや大きさなどが、プライバシーの保護の観点から、十分である
要配慮者	<input type="checkbox"/> 適切な通路が確保され、段差が解消されている <input type="checkbox"/> 乳幼児のいる家庭用エリアがある <input type="checkbox"/> 介護・介助が必要な人のためのエリアがある <input type="checkbox"/> 単身女性や女性のための世帯用エリアがある <input type="checkbox"/> 女性専用スペース（女性用品の配置・女性相談）がある <input type="checkbox"/> キッズスペース（子供たちの遊び場・勉強・情報提供）や保育エリアがある <input type="checkbox"/> 足腰が悪い人のための寝具（段ボールベッド等）が提供されている
トイレ	<input type="checkbox"/> 安全で行きやすい場所に設置されている <input type="checkbox"/> 女性トイレと男性トイレは離れた場所にある <input type="checkbox"/> 女性トイレ：女性用品・防犯ブザーの配置、仮設トイレは女性用を多め <input type="checkbox"/> 男性トイレ：尿取りパット等の配置 <input type="checkbox"/> 多目的トイレが設置されている <input type="checkbox"/> 洋式トイレが設置されている <input type="checkbox"/> 屋外トイレは暗がりにならない場所に設置されている <input type="checkbox"/> トイレの個室、トイレまでの経路に夜間照明が設置されている <input type="checkbox"/> トイレに錠がある
入浴施設	<input type="checkbox"/> 安全で可能な限りバリアフリーに対応した入浴施設がある <input type="checkbox"/> 男女問わず一人で（又は付き添いを受けながら）入浴できる施設がある
安全	<input type="checkbox"/> 避難所の危険箇所や死角となる場所の把握・立入制限がされている <input type="checkbox"/> 間仕切り・パーティションが高い場合は個室の定期確認がされている
その他	<input type="checkbox"/> 各部屋に部屋札（ピクトグラム、やさしい日本語）が設置されている <input type="checkbox"/> 掲示板による情報提供（インターネットが使用できない人・情報が届きにくい人向け）がされている

（出典：内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」）

② 避難所の運営体制・運営ルール	
運営体制	<input type="checkbox"/> 管理責任者には男女両方を配置している <input type="checkbox"/> 自治的な運営組織の役員に女性が3割以上参画している <input type="checkbox"/> 運営組織に、多様な立場の代表が参画している ・介護・介助が必要な人 ・PTA ・障害者 ・中学生・高校生 ・乳幼児がいる家庭の人 ・外国人（居住者が多い場合）
運営ルール	<input type="checkbox"/> 避難者による食事作り・片付け、清掃等の負担が、特定の性別や立場の人に偏っていない（男女を問わずできる人で分担） <input type="checkbox"/> 女性用品（生理用品、下着等）は女性担当者が配布を行っている
ニーズ把握	<input type="checkbox"/> 避難者から要望や困りごとを受けられる仕組み体制がある（トイレ等への意見箱の設置） <input type="checkbox"/> 女性や子育て・介護中の家庭の要望や困りごとを積極的に聞き取り、運営に反映させている <input type="checkbox"/> 避難者名簿を作成し情報管理が徹底されている （氏名、年齢、性別、健康状態、保育や介護を要する状況、避難場所、在宅・車中泊、外部からの問い合わせに対する情報の開示／非開示の可否） <input type="checkbox"/> 相談体制の整備、専門職と連携したメンタルケア・健康相談が実施されている
③ 暴力防止・安全の確保	
<input type="checkbox"/> 配偶者からの暴力の被害者等の避難者名簿の作成と情報管理が徹底されている <input type="checkbox"/> 男女一緒に行う防犯体制がある <input type="checkbox"/> 就寝場所や女性専用スペース等へ巡回警備が行われている <input type="checkbox"/> 避難所の校庭など、敷地内に車中泊がある場合は、車中泊エリアの巡回警備が行われている <input type="checkbox"/> 暴力を許さない環境づくりが整備されている （啓発ポスターの掲示、相談カードの設置、照明の増設、女性や子供は2人以上で行動する、移動する際はまわりの人に声を掛け合う） <input type="checkbox"/> 防犯ブザーやホイッスルが配布されている <input checked="" type="checkbox"/> 不安や悩み、女性に対する暴力等に対する相談窓口、男性相談窓口が周知されている	
④ 衛生環境・感染症予防	
<input type="checkbox"/> 感染症予防（手洗い・消毒・マスク）対策がされている <input type="checkbox"/> トイレの使用方法・汚物の処理などの衛生対策が行われている <input type="checkbox"/> トイレ専用の履物（スリッパ等）が使用されている <input type="checkbox"/> ゴミの収集や分別が徹底されている <input type="checkbox"/> 炊き出しを行う際は、調理の手順の表示や食品の管理、主要なアレルギーの有無の表示、残食の廃棄が徹底されている <input checked="" type="checkbox"/> 育児用ミルク（粉ミルク／液体ミルク）を配布する際は、授乳アセスメントシートに基づき説明した後に配布している	
⑤ 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への支援	
<input type="checkbox"/> 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者情報も登録されている（特に要配慮者の把握のため） <input type="checkbox"/> 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への食料・物資配布の時間や場所がある <input type="checkbox"/> 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者への支援情報等を伝達する体制が整っている <input type="checkbox"/> 在宅避難者を含む指定避難所以外の避難者のニーズを把握する体制がある	

（出典：内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」）

多言語指差しボードの使い方

全言語共通

避難所などで外国人対応をされる方へ

避難所で日本語が苦手な外国人と最低限の意思疎通を図るための多言語指差しボードの使い方を説明します。ボードは、この裏面を含めて3種類あります。また、自治体国際化協会が別途提供している多言語の『避難者登録カード』も一緒に使用しますので、以下4種類をご用意ください。

- ☐ ボード1『言語の確認』（このボードの裏面）
- ☐ ボード2『避難所スタッフ用』
- ☐ ボード3『被災外国人用』
- ☐ 同時に使用『避難者登録カード』

ボードの使い方

はじめに

ボード1『言語の確認』を外国人に見せ、「日本語がわかるか」を確認します。
日本語が分からない場合に、「どの言語がわかるか」を確認します。

【外国人が分かる言語が言語リストにない場合】

翻訳アプリを活用するか、避難所運営責任者から自治体や国際交流協会などに連絡してもらい、通訳や翻訳の対応について確認してください。

つぎに

ボード2『避難所スタッフ用』を使って、外国人の意思を確認します。
ボード2『避難所スタッフ用』の「③何か困っていることはありますか?」、「④欲しいものはありますか?」の質問に対する答えは、ボード3『被災外国人用』を使って外国人に指差ししてもらいます。

【外国人に持病がある場合や、外国人の体調が悪い場合】

ボード2『避難所スタッフ用』の「⑤避難者登録カードに記入してください」を指差して、『避難者登録カード』の裏面にある、体調や持病などの欄に記入してもらってください。

【外国人に食べられないものがある場合】

ボード2『避難所スタッフ用』の「⑥避難者登録カードに記入してください」を指差して、『避難者登録カード』の裏面にある、食べられないものの項目にチェックをしてもらってください。

※『避難者登録カード』は、言語リストの①～⑭の言語に対応しています。
同カードにチェックしてもらった内容は、避難所運営責任者に引き継いでください。

便利なアプリの紹介

すべてのアプリは、QRコードから無料でダウンロードできます。利用も無料です。

音声翻訳アプリ

<Voice Tra>

話しかけると翻訳してくれるアプリ
(日本語→外国語、外国語→日本語)



<Google 翻訳>

話しかけると翻訳してくれるアプリ
(日本語→外国語、外国語→日本語)



参考アプリ

<Safety Tips>

災害、外国人受入可能な医療機関、交通等の多言語情報アプリ



<NHK WORLD-JAPAN>

最新の災害ニュースを英語、中国語、その他の言語で提供するアプリ



1. 言語の確認

全言語共通

にほんご

日本語は わかりますか？

- ① Do you understand Japanese?

② 您懂日语吗？

③ 會日語嗎？

④ 일본어를 할 줄 압니까?

⑤ Nakakaintindi ba kayo ng wikang Hapon?

⑥ Você entende japonês?

⑦ ¿Entiende japonés?
- ⑧ Comprenez-vous le japonais ?

⑨ Вы понимаете по-японски?

⑩ Bạn có hiểu tiếng Nhật không?

⑪ เข้าใจภาษาญี่ปุ่นหรือไม่

⑫ ဂျပန်ဘာသာစကား နားလည်ပါသလား။

⑬ Apakah Anda memahami bahasa Jepang?

⑭ जापानी भाषा बुझ्नुहुन्छ?

はい / YES

いいえ / NO



なにご

何語が わかりますか？

- ① Which language(s) do you speak?

② 您懂什么语言？

③ 會什麼語言？

④ 어떤 언어를 할 줄 압니까?

⑤ Anong wika ang inyong naiintindihan?

⑥ Quais idiomas você entende?

⑦ ¿Qué idioma entiende?
- ⑧ Quelle(s) langue(s) comprenez-vous ?

⑨ Какой язык вы понимаете?

⑩ Bạn biết ngôn ngữ gì?

⑪ เข้าใจภาษาอะไร ?

⑫ ဘယ်ဘာသာစကား နားလည်ပါလဲ။

⑬ Anda memahami bahasa apa saja?

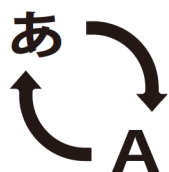
⑭ कुन भाषा बुझ्नुहुन्छ?

英語 English	ポルトガル語 Português	タイ語 ภาษาไทย
中国語（簡体字） 中文（简体字）	スペイン語 Español	ミャンマー語 မြန်မာဘာသာ
中国語（繁体字） 中文（繁體字）	フランス語 Français	インドネシア語 Bahasa Indonesia
韓国・朝鮮語 한국・조선어	ロシア語 Русский язык	ネパール語 नेपाली भाषा
タガログ語 Tagalog	ベトナム語 Tiếng Việt	その他 Others

2. 避難所スタッフ用 | 表面

英語、中国語（簡体／繁体）、韓国語、タガログ語

① 翻訳アプリを使っていますか？



- ① Do you use a translation app?
 ② 您是否使用翻译软件（或 APP）？
 ③ 有使用翻譯 APP 嗎？
 ④ 번역 앱을 사용하고 있습니까？
 ⑤ Gumagamit ba kayo ng translation app?

はい / YES

いいえ / NO



翻訳アプリ（参考）

- ① (Reference) Translation apps
 ② (参考) 翻译软件
 ③ (参考) 翻譯 APP
 ④ (참고) 번역 앱
 ⑤ (Sanggunian) Translation App

<Voice Tra>



Download on the App Store



GET IT ON Google play

<Google 翻訳>



Download on the App Store



GET IT ON Google play

② 私は 避難所の スタッフ です



- ① I am staff at the evacuation shelter.
 ② 我是避难所的工作人员
 ③ 我是避難所的工作人員
 ④ 저는 대피소 직원입니다
 ⑤ Ako ay kawani ng shelter.

③ 何か 困っていることは ありますか？



- ① Do you have anything that troubles you?
 ② 您有什么需要帮助的吗？
 ③ 有什麼困擾嗎？
 ④ 도와드릴 일 없습니까？
 ⑤ May problema ba kayo?

④ 欲しいものは ありますか？



- ① Is there anything you want?
 ② 您需要什么东西？
 ③ 有什麼想要的嗎？
 ④ 필요하신 거 없습니까？
 ⑤ May kailangan ba kayo?

⑤ 避難者登録カードに 記入してください



- ① Please complete an Evacuee Registration Card.
 ② 请填写避难者登记卡
 ③ 請填寫避難者登記卡
 ④ 피난자 등록 카드를 작성해주시요
 ⑤ Paki-sulatan lamang ang refugee registration card.

⑥ 手伝うことが できますか？



- ① Can you help us at the evacuation shelter?
 ② 您能帮我们做些什么吗？
 ③ 您可以幫忙嗎？
 ④ 대피소 업무를 도와주실 수 있습니까？
 ⑤ Maaari ba kayong tumulong?

⑦ 困ったことが あれば 受付に 来てください



- ① When you need help, please come to the reception.
 ② 如果遇到困难请到登记处
 ③ 如果遇到困難，請到櫃檯來求助
 ④ 도움이 필요하면 접수 창구로 오십시오
 ⑤ Magtungo lamang po sa aming tanggapan kung may problema.

2. 避難所スタッフ用 | 裏面

英語、中国語（簡体／繁体）、韓国語、タガログ語

メモ
MEMO

れんらくさき
連絡先

3. 被災外国人用 | 表面

英語、中国語(簡体/繁体)、韓国語、タガログ語

① 食べられないものがあります



- ① I cannot eat certain food.
 ② 有不能吃的东西
 ③ 有不能吃的東西
 ④ 못 먹는 음식이 있습니다
 ⑤ May mga pagkain akong hindi nakakain.

② 長い間 持っている 病気が あります



- ① I have a chronic illness.
 ② 您患有慢性疾病吗
 ③ 病了很長一段時間了
 ④ 장기간 앓고 있는 지병이 있습니다
 ⑤ May sakit akong matagal nang dinaramdam.

③ 妊娠 しています



- ① I am pregnant.
 ② 怀孕中
 ③ 正懷孕著
 ④ 임신 중입니다
 ⑤ Nagdadalang-tao ako.

④ 障害 があります



- ① I have a disability.
 ② 残障人士
 ③ 有身(心)障礙
 ④ 장애를 가지고 있습니다
 ⑤ May kapansanan ako.

⑤ 体の 調子が 悪いです



- ① I am not well.
 ② 身体不适
 ③ 身體不舒服
 ④ 몸 컨디션이 좋지 않습니다
 ⑤ Hindi maganda ang pakiramdam ko.

⑥ お祈りを したいです



- ① I would like to pray.
 ② 想做禱告
 ③ 想祈禱
 ④ 기도를 하고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang manalangin.

⑦ 授乳を したいです



- ① I would like to breastfeed/
 bottle feed my baby.
 ② 想给孩子喂奶
 ③ 想餵奶
 ④ 수유를 하고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang magpasuso.

⑧ 短い間 個室を 使いたいです



- ① I would like to use a private room for a short time.
 ② 想用一下单间
 ③ 想短時間使用私人房間
 ④ 잠깐 독실을 이용하고 싶습니다
 ⑤ Gusto kong sanang gamitin ang pribadong silid sa loob lamang ng maikling panahon.

⑨ ペットを 連れてきたいです



- ① I would like to bring my pet(s).
 ② 允许带宠物吗
 ③ 想帶寵物一起來
 ④ 애완동물을 데려오고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang dalhin ang aking pet.

⑩ Wi-Fi を 使いたいです



- ① I would like to use wifi.
 ② 想使用 Wi-Fi
 ③ 想用Wi-Fi
 ④ Wi-Fi를 이용하고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang gumamit ng Wi-Fi.

⑪ 携帯電話を 充電したいです



- ① I would like to charge my mobile phone.
 ② 想给手机充电
 ③ 想給手機充電
 ④ 휴대폰을 충전하고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang i-charge ang aking mobile phone.

⑫ 家族に 連絡したいです



- ① I would like to contact my family.
 ② 想跟家里人联系
 ③ 想和家人聯絡
 ④ 가족에게 연락하고 싶습니다
 ⑤ Gusto ko sanang kontakin ang aking pamilya.

3. 被災外国人用 | 裏面

英語、中国語(簡体/繁体)、韓国語、タガログ語

⑬ 大使館に 連絡したいです



- ① I would like to contact the embassy.
- ② 想跟大使馆联系
- ③ 想和大使館聯絡
- ④ 대사관에 연락하고 싶습니다
- ⑤ Gusto ko sanang kontakin ang aking embahada.

⑭ すぐに 帰国 したいです



- ① I would like to go back to my country immediately.
- ② 想马上回国
- ③ 想立刻回自己的國家
- ④ 바로 귀국하고 싶습니다
- ⑤ Gusto ko sanang umuwi kaagad sa sarili kong bansa.

⑮ 移動方法を 知りたいです



- ① I would like to know which transportation to use.
- ② 想知道目前可以使用的交通方式
- ③ 想知道交通方式
- ④ 이동방법을 알고 싶습니다
- ⑤ Gusto ko sanang malaman kung paano lumipat.

⑯ ○○○が 欲しいです



- ① I want ○○○.
- ② 需要○○○
- ③ 想要○○○
- ④ ○○○가 필요합니다
- ⑤ Gusto ko ng ○○○.

欲しいもののリスト (無料 / 0YEN)

- ① List of items that I need (Free of charge). ② 所需物品清單 (免費) ③ 想要的物品清單 (免費)
④ 필요한 물품 목록 (무료) ⑤ Listahan ng mga nais na bagay (Libre).

<div>みず 水</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Water ② 水 ③ 水 ④ 물 ⑤ Tubig 	<div>た 食べもの</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Food ② 食品 ③ 食物 ④ 먹을 것 ⑤ Pagkain
<div>もうふ 毛布</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Blanket ② 毯子 ③ 毯子 ④ 담요 ⑤ Kumot 	<div>しょうひん ハラール食品</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Halal food ② 清真食品 ③ 清真食品 ④ 할랄 식품 ⑤ Halal na Pagkain
<div>おむつ</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Diapers ② 尿不湿 ③ 尿布 ④ 기저귀 ⑤ Diaper 	<div>くすり</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Medicine ② 药 ③ 藥 ④ 약 ⑤ Gamot
<div>せいりょうひん 生理用品</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Sanitary pads ② 卫生巾 ③ 生理用品 ④ 생리용품 ⑤ Gamit para sa Regla 	<div>ミルク</div> <ol style="list-style-type: none"> ① Baby formula milk ② 嬰兒奶粉 ③ 奶粉、液體奶 ④ 분유, 액상분유 ⑤ Gatas ng Sanggol

指定緊急避難場所等運営従事者の 傷害保険及び損害賠償責任保険のご案内

■ 報告・手続等

(1) 避難場所等の開設時

平常時の手続は不要ですが、避難場所等を開設した場合、保険会社に対し、事故等の有無にかかわらず、全ての避難場所等運営従事者（保険の対象となる方）の「従事人数」及び「従事日数」の報告が必要となります。

別紙「従事者報告書」に必要事項を記載し、避難場所等の運営に従事する京都市の担当者（区役所等職員）にお渡しください。

○「従事者報告書」の提出はなぜ必要？

→ 京都市から保険会社に対して支払う保険料は、避難場所等運営従事者の「従事人数」及び「従事日数」に基づき算定されることから、これらの内容を「従事者報告書」に記載いただき、提出をお願いしています。

○「従事日数」の考え方は？

→ 午前0時から午後12時までの24時間を1日とします（暦日数で計算）。

例1：午前9時から午後12時まで避難場所の運営に従事した。＜従事日数1日＞

例2：午後10時から翌午前7時まで避難場所の運営に従事した。＜従事日数2日＞

例3：午前7時から午前10時まで避難場所の運営に従事した後、避難場所運営と無関係な用事をしに一時的に自宅に戻り、再び午後3時から午後9時まで避難場所の運営に従事した。＜従事日数1日＞

(2) 事故発生時

行事中に万一事故等が起こってしまった場合、速やかに避難場所等の運営に従事する京都市の担当者（区役所等職員）又は区役所・支所に報告してください。ただし、不測の事態により、担当者による聞取りが困難な場合は、事故の当事者等から区役所・支所に直接連絡してください。

【事故発生時の要報告事項】

（傷害保険）

- ①事故発生の日時・場所
- ②事故の原因・状況・傷害の程度
- ③ケガ等をされた方の氏名・住所・連絡先・年齢など

（損害賠償保険）

- ④事故発生の日時・場所及び事故の状況並びに被害者の住所及び氏名又は名称
- ⑤事故の状況等について証人となる者の住所及び氏名又は名称（ある場合）
- ⑥損害賠償の請求を受けた場合は、その内容

指定緊急避難場所等運営従事者の傷害保険及び損害賠償責任保険 従事者報告書

記入日 令和 年 月 日

避難場所等名

避難場所等開設期間 令和 年 月 日 ～ 令和 年 月 日

	従事者氏名	従事者住所	従事日数
	(例) 京都 太郎	(例) 京都市中京区寺町通御池上る上本能寺前町〇〇〇	(例) 2 日
	(例) オイケ ハナコ	(例) 中京区上本能寺前町×××	(例) 1 日
1			日
2			日
3			日
4			日
5			日
6			日
7			日
8			日
9			日
10			日
合計	人		日

※ 事故等の有無にかかわらず、全ての避難場所等運営従事者（保険対象者）の氏名、住所及び従事日数を記載してください。

また、「合計」欄には、従事人数及び従事日数の合計を記載してください。

※ 「従事日数」は、午前0時から午後12時までの24時間を1日として（暦日数で計算）、従事日数の合計を記載してください。「指定緊急避難場所等運営従事者の傷害保険及び損害賠償責任保険のご案内」に従事日数の考え方の例を記載していますので、そちらも参照してください。

