

様式1 避難所施設被害状況チェックリスト
(簡易版一学校施設)

結果の判定はA、B、Cで行う。

(Aは使用可、Bは使用注意、Cは使用不可)

点検実施にあたっては形式に流れることなく被害状況を考慮し、子供の目の高さで見たり、薬品が漏れていないかなどを具体的にみる。

避難所名

年 月 日 実施

該当施設	区分	評価			確認事項	備考
		A	B	C		
体育館・校舎	天井の破損				亀裂がないか。壁が落ちていないか。ゆがみがないか。	
	床の破損					
	腰板の破損					
	窓枠の破損					
	出入口のドア					
	窓ガラスの破損				破損は何枚か。飛散したりしていないか。	
教室・職員室	ロッカー、机、椅子、教卓、黒板、テレビ、戸棚、スピーカー、傘立て、靴箱				転倒したり、移動したりしていないか。	
階段	防火シャッター				通れるか。閉まっていないか。	
	非常階段					
理科実験室 保健室 給食室 調理室	電気器具				電線が切断していないか。 蛍光灯が破損していないか。	
	水道				水道管が破損していないか。 水漏れがないか。	
	ガス				元栓に損傷がないか。	
	薬品類、ガラス器具				収納棚が転倒していないか。 薬品が流出していないか。 容器が破損していないか。	
手洗い場 便所	水道				水道管が破損していないか。 水漏れがないか。	
調理室 給食室 技術室	食器類				転倒、落下し、流出していないか。	
	油類					
実習室 音楽室 視聴覚室	工作機械・用具、ピアノ、コンピューター、放送器具、視				転倒したり、移動したりしていないか。	
校庭	体育固定施設、遊具施設				転倒したり、移動したりしていないか。亀裂がないか。ぐらつきがないか。ゆがみがないか。曲がっていないか。	
プール	シャワー、浄化消毒装置、排水口				亀裂がないか。水漏れがないか。水道管が破損していないか。	

様式 2

避難所開設チェックリスト

避難所名

項目	緊急対応	確認
1 避難所の開設		
避難者による自主開錠	建物内にいる避難者をまとめ、建物の安全を確認する。	<input type="checkbox"/>
2 建物の安全確認が済むまで避難者を入れない。	建物は傾いているか。	<input type="checkbox"/>
	火事は発生していないか、ガス漏れはないか。	<input type="checkbox"/>
	建物に大きなひび割れはないか。	<input type="checkbox"/>
	窓ガラスなどの危険な落下物があるか。	<input type="checkbox"/>
	自動車乗り入れの規制。	<input type="checkbox"/>
3 施錠管理者の到着報告及び対応協議	いない時は、そのまま業務遂行。	<input type="checkbox"/>
4 避難者受入スペースの確保・指定	事前計画に基づき安全な部屋を確保し、誘導する。	<input type="checkbox"/>
	室内の倒壊物などは、避難者に協力を求めて処理する。	<input type="checkbox"/>
5 避難所の本部を設置	施設管理者と共に、業務場所の安全確認	<input type="checkbox"/>
	放送設備、非常用設備などの確認	<input type="checkbox"/>
6 ライフラインの確認		<input type="checkbox"/>
電気が使えるか。	放送設備が使用できるか	<input type="checkbox"/>
	無線が使用できるか	
上水道が使えるか	上水道が使えるか	<input type="checkbox"/>
電話が使えるか	FAXが使えるか	<input type="checkbox"/>
道路状況の把握	避難者からの情報収集	<input type="checkbox"/>
7 本部への報告	FAX、電話、伝令などの手段を用いて災害対策本部へ連絡を取る。	<input type="checkbox"/>
8 避難者の登録	避難者の世帯ごとの登録。	<input type="checkbox"/>
9 避難者へ ・施設被害状況 ・避難者のスペースなどの説明	混乱時のため、冷静な態度でゆっくり説明する。混乱を極力沈静化させる。	<input type="checkbox"/>
	「避難所共通理解ルール」のコピーを配布	<input type="checkbox"/>
	トイレの使用場所と火気についての注意をする。	<input type="checkbox"/>
	避難者の未登録者への再登録依頼 (必要とするものを記入してもらう)	<input type="checkbox"/>
10 非常用設備及び物資の確認	水、食料、生活物資の有無を確認する。	<input type="checkbox"/>
本部への要請事項の整理	応援職員の必要性	<input type="checkbox"/>

地震発生後の避難施設被害状況チェックリスト

(鉄筋及び鉄骨鉄筋コンクリート造建築物などの応急危険度判定調査表)

調査方法: (1. 外観調査のみ実施) (2. 内観調査も併せて実施)

1 一見して危険と判定される。
(該当する場合は○を付け危険と判定し調査を終了し総合判定へ)

1. 建築物全体又は一部の崩壊・落階
2. 基礎の著しい破壊、上部の構造との著しいずれ
3. 建築物全体又は一部の著しい傾斜
4. その他()

判定	Aランク	Bランク	Cランク
① 損傷度Ⅲ以上の損傷部材の有無	1. なし	2. なし	①

② 隣接建築物・周辺地盤の破壊による危険	1. 危険なし	2. 不明確	3. 危険あり
③ 地盤破壊による建築物全体の沈下	1. 0.2m以下	2. 0.2m~1.0m	3. 1.0m超
④ 不同沈下による建築物全体の傾斜	1. 1/60以下	2. 1/60~1/30	3. 1/30超
柱の被害 [下記の⑤⑥:被害最大の階 階] (壁構造の場合:柱を壁の重さに読みかえる)	損傷度Ⅴの柱本数 / 調査柱本数	本 調査柱 本 (調査率 %)	⑤
⑤ 損傷度Ⅴの柱本数 / 調査柱本数	1. 1%以下	2. 1%~10%	3. 10%超
⑥ 損傷度Ⅵの柱本数 / 調査柱本数	損傷度Ⅵの柱本数 本 (調査率 %)	本 (調査率 %)	⑥
判定 (2)	1. 10%以下	2. 10%~20%	3. 20%超
	1. 調査済 全部Aの場合	2. 要注意 Bが1つ場合	3. 危険 Cが1以上 又はBが2以上
			判定 (2)

危険度の判定	1. 調査済み (要内観調査)	2. 要注意	3. 危険
判定 (1)と(2)のうち大きな方の危険度で判定する			判定

3 落下危険物・転倒危険物に関する危険度

	Aランク	Bランク	Cランク
①窓枠・窓ガラス	1.ほとんど無被害	2.歪み、ひび割れ	3.落下の危険あり
②外装材・湿式の場合	1.ほとんど無被害	2.部分的なひび割れ・隙間	3.顕著なひび割れ、剥離
③外装材・乾式の場合	1.目地の亀裂程度	2.板に隙間	3.顕著な目地ずれ、板剥離
④看板・機器類	1.傾斜なし	2.わずかな傾斜	3.落下の危険あり
⑤屋外階段	1.傾斜なし	2.わずかな傾斜	3.明確な傾斜
⑥その他()	1.安全	2.要注意	3.危険
危険度の判定	1.調査済み 全部Aランク	2.要注意 Bが1つ以上	3.危険 Cが1つ以上
			判定

総合判定

(調査の1で危険と判定された場合は危険、それ以外は調査の2と3の大きい方の危険度で判定する。)

1. 調査済み (緑) 2. 要注意 (黄) 3. 危険 (赤)

総合判定

コメント (構造躯体などが危険か、落下物などが危険かなどを危険かなどを記入する。)

損傷度分類	
損傷度Ⅲ	比較的大きなひび割れ(ひび割れ2mm程度)が生じているが、コンクリートの剥離は極めてわずかである。
損傷度Ⅳ	大きなひび割れ(ひび割れ2mm以上)が多数生じ、コンクリートの剥離も激しく、鉄筋がかなり露出している。
損傷度Ⅴ	鉄筋は座屈や破断、破壊面に沿ってコンクリートのつぶれやすさ、及び柱の高さ方向の変形が生じている。開口部ではサジが曲がり、床が沈下している。

コメントは判定ステッカーの注記と同じとする。

避難所状況報告書（初動期用）
災害対策本部： FAX () TEL () 避難所名

開設日時	月 日 時 分	開設日時	月 日 時 分
避難種別		避難所名	
勧告・指示・自主避難			
第1報（参集後すぐ）			
送信者名	送信者名	送信者名	送信者名
災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名
災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()
受信手段	受信手段	受信手段	受信手段
受信先番号	受信先番号	受信先番号	受信先番号
人数	人数	人数	人数
世帯	世帯	世帯	世帯
建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認
人命救助	人命救助	人命救助	人命救助
延焼	延焼	延焼	延焼
土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ
ライフライン	ライフライン	ライフライン	ライフライン
道路状況	道路状況	道路状況	道路状況
建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊
※ 第1報においては、わかるものだけでよい。			
緊急を要する事項（具体的に簡条書き）			
建物安全確認で危険と判定された時の対応措置（具体的に簡条書き）			
第2報（3時間後）			
送信者名	送信者名	送信者名	送信者名
災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名
災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()
受信手段	受信手段	受信手段	受信手段
受信先番号	受信先番号	受信先番号	受信先番号
人数	人数	人数	人数
世帯	世帯	世帯	世帯
建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認
人命救助	人命救助	人命救助	人命救助
延焼	延焼	延焼	延焼
土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ
ライフライン	ライフライン	ライフライン	ライフライン
道路状況	道路状況	道路状況	道路状況
建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊
※ 第1報においては、わかるものだけでよい。			
緊急を要する事項（具体的に簡条書き）			
建物安全確認で危険と判定された時の対応措置（具体的に簡条書き）			
第3報（6時間後・閉鎖）			
送信者名	送信者名	送信者名	送信者名
災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名	災害対策本部受信者名
災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()	災害日時 FAX ・ 電話 ・ 伝令 ・ その他 ()
受信手段	受信手段	受信手段	受信手段
受信先番号	受信先番号	受信先番号	受信先番号
人数	人数	人数	人数
世帯	世帯	世帯	世帯
建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認	建物安全確認
人命救助	人命救助	人命救助	人命救助
延焼	延焼	延焼	延焼
土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ	土砂崩れ
ライフライン	ライフライン	ライフライン	ライフライン
道路状況	道路状況	道路状況	道路状況
建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊	建物倒壊
※ 第1報においては、わかるものだけでよい。			
緊急を要する事項（具体的に簡条書き）			
建物安全確認で危険と判定された時の対応措置（具体的に簡条書き）			
参集した行政担当者	参集した行政担当者	参集した行政担当者	参集した行政担当者
参集した施設管理者	参集した施設管理者	参集した施設管理者	参集した施設管理者

避難所状況報告書 〔第 報〕

避難所名

送信者名		災害対策本部受信者名	
報告日時	月 日 時 分	避難所FAX/TEL	
世帯数	現在数 (A)	前日数 (B)	差引 (A-B)
内 訳	避難者	(※) 世帯	(※) 世帯
	被災者	(※) 世帯	(※) 世帯
	合計	(※) 世帯	(※) 世帯
人数			
内 訳	避難者	(※) 人	(※) 人
	被災者	(※) 人	(※) 人
	合計	(※) 人	(※) 人
運 営 状 況	(避難者)組	編成済み・未編成	地 域 状 況
	避難所運営委員会	編成済み・未編成	
	運営班	編成済み・未編成	
		土砂崩れ	未発見 ・ あり ・ 警戒中
		ライフライン	断水・停電・ガス停止・電話不通
		道路状況	通行可・渋滞・片側通行・通行不可
避難所運営会長名			
連絡先 (TEL/FAX)			
		対応状況	今後の要求、展開
連 絡 事 項	総務班		
	名簿班		
	救護班		
	衛生班		
	連絡・広報班		
	屋外班		
	誘導班		
	行政担当者		
	施設管理者		
対処すべき、予見される事項 (水、食料の過不足/物資の過不足/風邪などの発生状況 /避難所の生活環境/避難者の雰囲気など)			

※ () には屋外避難者を記入のこと

様式6 応急救護に関する様式

医療救護班診療記録

医療救護班診療記録

市町村名: 豊明市No. /

救護所名	地区	医師氏名	班長
			班員
	担当職員名		

年月日	住所	患者氏名	性別	年齢	傷病名	程度	措置概要	備考
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
						重・中・軽		
小計・合計			人			.	.	

- 1 「小計・合計」欄は、該当しないものを二重線で消すこと。
- 2 重症:入院1月以上を要する。 中症:入院治療を要する。
軽症:入院治療を要しない。
- 3 措置概要は、特に他病院等への「転送」の有無について、記入漏れのないよう注意すること。

この様式を使う場合は、**表面**と**裏面**を両面コピーしてください。

様式 7

ひなんしゃめいぼ
避難者名簿

表面

				避難所名		受付番号	
記入日	年 月 日 ()	記入者氏名					
住 所	〒 -	自治会・町内会名					
電 話	() -	自宅の被害状況		ぜんかい / はんかい / いちぶそんかい ぜんしょう / はんしょう / ゆかうえしんすい 流出/その他()			
携帯電話	() -						
F A X	() -						
メール	@	滞在を希望する場所		<input type="checkbox"/> 避難所 <input type="checkbox"/> テント(避難所敷地内に設営) <input type="checkbox"/> 車両(避難所敷地内に駐車) <input type="checkbox"/> 避難所以外の場所 (自宅 / 他())			
その他連絡先(親戚など)	〒 - () -						
避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入)				けがや病気・障害・アレルギーの有無、妊娠中、使用できる言語など、特に配慮が必要なこと		運営に協力できること(特技・免許)	
氏名		生年月日・年齢		性別		必ず確認! 安否確認への対応※	
世帯主	ふりがな	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 (歳)				公 開 ・ 非公開	
	ふりがな	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 (歳)				公 開 ・ 非公開	
ご家族	ふりがな	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 (歳)				公 開 ・ 非公開	
	ふりがな	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 (歳)				公 開 ・ 非公開	
	ふりがな	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 (歳)				公 開 ・ 非公開	
ペットの状況	<input type="checkbox"/> 飼っていない <input type="checkbox"/> 飼っている→右欄へ		種類(頭数)		<input type="checkbox"/> 同伴希望(ペット台帳に記入) <input type="checkbox"/> 置き去り <input type="checkbox"/> 行方不明		
自家用車(避難所に駐車する場合)	車種		色		ナンバー		

- ・世帯(家族)ごとに記入して、受付または名簿班に提出してください。
- ・ご記入いただいた情報は、食料や物資の配給や健康管理などの支援を行うため、避難所運営のために必要最低限の範囲で共有します。また豊明市災害対策本部にも提供し、被災者支援のために豊明市が作成する「被災者台帳」にも利用します。

※安否の問い合わせがあった場合に、**住所(〇〇町〇〇丁目まで)**と**氏名**、**ふりがな**を公開してもよいか個人ごとに必ず確認してください。

様式 7

ひなんしゃめいほ 避難者名簿

この様式を使う場合は、**表面**と**裏面**を両面コピーしてください。

表面		避難所名	豊明小学校	受付番号		
		きにゆうび 記入日 〇〇年〇〇月〇〇日(〇〇)	きにゆうしゃしめい 記入者氏名 豊明 太郎			
じゅうしょ 住所 〒 470 - 1195 豊明市新田町子持松1-1	じちかい 自治会・ ちょうないかいめい 町内会名 豊明町内会					
でんわ 電話 (0562) 92 - 0000	じたく 自宅の ひがいじょうきょう 被害状況 全壊 / 半壊 / 一部損壊 全焼 / 半焼 / 床上浸水 流出/その他()					
けいたいでんわ 携帯電話 (000) 0000 - 0000						
FAX (0000) 00 - 0000	ひなんじょ <input checked="" type="checkbox"/> 避難所 たいざい 滞在を きぼう 希望する ばしよ 場所 <input type="checkbox"/> テント(避難所敷地内に設営) <input type="checkbox"/> 車両(避難所敷地内に駐車) <input type="checkbox"/> 避難所以外の場所 (自宅 / 他())					
メール 0000 @ 00.00.000						
その他 連絡先 (親戚など) 〒 000 - 0000 〇〇県〇〇市〇〇町〇〇-〇 〇〇アパート〇〇室 愛知 豊(長男) (000) 0000 - 0000						
ひなんじょ 避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入)		けがやびょうき・しょうがい 障害・アレルギー の有無、妊娠中、使用できる言語 など、特に配慮が必要なこと	うんえい 運営に協力 できること (特技・免許)	かなら 必ず確認! あんびかくにん 安否確認 への対応※		
しめい 氏名	せいねんがっぴ 生年月日・年齢	せいべつ 性別				
せ帯主	ふりがな とよあけ たろう 豊明 太郎	明/大/昭/平/西暦 〇年〇月〇日 (66 歳)	男	高血圧(薬があと5日分 しかなく、不安)	フォークリ フトの運転 (免許あり)	公開 ・ 非公開
	ふりがな とよあけ あいこ 豊明 愛子	明/大/昭/平/西暦 〇年〇月〇日 (60 歳)	女	老眼鏡を失い、細かいも のがよく見えない	介護福祉士 英語も少し 話せる	公開 ・ 非公開
ご家族	ふりがな とよあけ のぶお 豊明 信夫	明/大/昭/平/西暦 〇年〇月〇日 (91 歳)	男	自力で歩けず、トイレや 食事で介助が必要(やわ らかい食事)	なし	公開 ・ 非公開
	ふりがな () 歳	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 () 歳				公開 ・ 非公開
	ふりがな () 歳	明/大/昭/平/西暦 年 月 日 () 歳				公開 ・ 非公開
ペットの 状況	<input type="checkbox"/> 飼っていない <input checked="" type="checkbox"/> 飼っている→右欄へ	しゅるい 種類(頭数) 犬(1)、ネコ(1)	<input checked="" type="checkbox"/> 同伴希望(ペット台帳に記入) <input type="checkbox"/> 置き去り <input type="checkbox"/> 行方不明			
じかようしゃ 自家用車(避難所 に駐車する場合)	しゃしゅ 車種 0000	いろ 色 シルバー	ナンバー 00300 さ〇〇-〇〇			

- ・世帯(家族)ごとに記入して、総合受付に提出してください。
- ・ご記入いただいた情報は、食料や物資の配給や健康管理などの支援を行うため、避難所運営のために必要最低限の範囲で共有します。また豊明市災害対策本部にも提供し、被災者支援のために豊明市が作成する「被災者台帳」にも利用します。

※安否の問い合わせがあった場合に、**住所(〇〇町〇〇丁目まで)**と**氏名**、**ふりがな**を公開してもよいか個人ごとに必ず確認してください。

Formulário de registro de pessoas que utilizarão o local de refúgio **frente** **表面**

		避難所名 Nome do Local de Refúgio		受付番号 Nº de Recepção			
記入日 Data de inscrição	ano mês dia ()			記入者 Nome do inscrito			
住所 Endereço	〒 —			自治会・町内会名 Nome da Associação de Moradores/Bairro			
電話 Telefone residencial	() —			自宅の被害状況 Situação atual de sua casa	<input type="checkbox"/> 全壊 Destruição por completa / <input type="checkbox"/> 半壊 Destruição de 50% / <input type="checkbox"/> 一部損壊 Destruição parcial / <input type="checkbox"/> 全焼 Perda total por motivos de incêndio / <input type="checkbox"/> 半焼 Perda de 50% por motivos de incêndio / <input type="checkbox"/> 床上浸水 Alagamento no chão da casa / <input type="checkbox"/> 流出 Os utensílios da casa foram arrastados e levados pela inundação/ <input type="checkbox"/> その他 Outros ()		
携帯 Celular	() —						
FAX	() —						
E-mail	@						
その他連絡先 Outro contato (por exemplo, parentes)	〒 — () —			滞在を希望する場所 Local de estadia	<input type="checkbox"/> 避難所 Local de refúgio <input type="checkbox"/> テント (避難所敷地内に設営) Tenda (no terreno do local de refúgio) <input type="checkbox"/> 車両 (避難所敷地内に駐車) Carro (no terreno do local de refúgio) <input type="checkbox"/> 避難所以外の場所 Outro lugar (自宅 Casa / 他 Outros [])		
避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入) Pessoas que utilizarão o local de refúgio (Também escrever os dados das pessoas que não irão utilizar o local de refúgio)				日本語 Você fala Japonês Sim/não (はい/いいえ)	特に配慮が必要なこと Caso tenha alguma preocupação, favor escrever aqui, por exemplo, ferimentos, doenças, deficiência, alergias, gravidez, religião, idioma que possa utilizar, entre outros.	避難所運営に協力できること Caso você possa ajudar em alguma coisa, escrever aqui (habilidade, certificados)	安否確認必須 Veja com atenção! Informar ou não informar sobre seu paradeiro. (はい/いいえ)
氏名 Nome		生年月日/年齢 Data de nascimento Idade	性別 Sexo 男 Masculino / 女 Feminino				
		国籍 Nacionalidade	在留資格 Qualificação de Permanência (Tipo de Visto)				
世帯主 Chefe da Família							
Nome (furigana)		(ano/mês/dia)	Masculino / Feminino	Sim/ Não	Informar / Não informar		
		/ / Idade ()	Nacionalidade				
			Qualificação de Permanência				
家族 Membro da Família							
Nome (furigana)		(ano/mês/dia)	Masculino / Feminino	Sim/ Não	Informar / Não informar		
		/ / Idade ()	Nacionalidade				
			Qualificação de Permanência				
Nome (furigana)		(ano/mês/dia)	Masculino / Feminino	Sim/ Não	Informar / Não informar		
		/ / Idade ()	Nacionalidade				
			Qualificação de Permanência				
Nome (furigana)		(ano/mês/dia)	Masculino / Feminino	Sim/ Não	Informar / Não informar		
		/ / Idade ()	Nacionalidade				
			Qualificação de Permanência				
ペット Animais de estimação	<input type="checkbox"/> Não tem (いいえ) <input type="checkbox"/> Tem (はい) →Responder as perguntas da direita.		種類 (頭数) Raça e quantidade	<input type="checkbox"/> 同行希望 (ペット台帳に記入) Deseja ficar junto com seu animal. (Deseja registrar na lista de animais de estimação.) <input type="checkbox"/> 置き去り Abandonar <input type="checkbox"/> 行方不明 Desaparecido			
自家用車 (避難所に駐車する場合) Carro (caso for utilizar o estacionamento do local de refúgio)	車種 Tipo do carro:		色 Cor:	ナンバーNº da Placa:			

- Preencher os dados por família e entregar na Recepção Geral.
- Estes dados serão utilizados para distribuição de utensílios e comidas, cuidados de saúde, iremos compartilhar o mínimo possível e somente para a manutenção do local de refúgio. Também oferecemos os seus dados para o TOYOAKESHI SAIGAI TAISAKU HONBU de cada cidade e utilizaremos no HISAISHA DAICHO (lista de pessoas evacuadas controlada por cada município).
- Preencher a qualificação de permanência (tipo de visto) somente quem não tem a nacionalidade japonesa.

*Caso houver pedidos de informações de segurança da pessoa, favor confirmar sem falta se podemos passar os dados de endereço (até nome do bairro, por exemplo, 〇〇cho 〇choume), nome e furigana.

Formulário de registro de pessoas que utilizarão o local de refúgio **frente** **表面**

		避難所名 Nome do Local de Refúgio	Toyoake Shogakkou		受付番号 Nº de Recepção		
記入日 Data de inscrição	〇〇 ano 〇〇 mês 〇〇 dia ()		記入者 Nome do inscrito	Toyoake Tarou			
住所 Endereço	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 Toyoake shi Shinden cho Komotimatsu 1 - 1		自治会・町内会名 Nome da Associação de Moradores/Bairro	Toyoake Chonikai			
電話 Telefone residencial	(〇〇〇) 〇〇〇 - 〇〇〇〇		自宅の被害状況 Situação atual de sua casa	<input checked="" type="checkbox"/> 全壊 Destruição por completa / <input type="checkbox"/> 半壊 Destruição de 50% / <input type="checkbox"/> 一部損壊 Destruição parcial / <input type="checkbox"/> 全焼 Perda total por motivos de incêndio / <input type="checkbox"/> 半焼 Perda de 50% por motivos de incêndio / <input type="checkbox"/> 床上浸水 Alagamento no chão da casa / <input type="checkbox"/> 流出 Os utensílios da casa foram arrastados e levados pela inundação / <input type="checkbox"/> その他 Outros ()			
携帯 Celular	(〇〇〇) 〇〇〇〇 - 〇〇〇〇						
FAX	(〇〇〇) 〇〇〇 - 〇〇〇〇						
E-mail	△△△ @ 〇〇. ××. □□						
その他連絡先 Outro contato (por exemplo, parentes)	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 〇〇 ken 〇〇 shi 〇〇 cho Nome Aichi Yutaka (filho) (〇〇〇) 〇〇〇 - 〇〇〇〇		滞在を希望する 場所 Local de estadia	<input checked="" type="checkbox"/> 避難所 Local de refúgio <input type="checkbox"/> テント (避難所敷地内に設営) Tenda (no terreno do local de refúgio) <input type="checkbox"/> 車両 (避難所敷地内に駐車) Carro (no terreno do local de refúgio) <input type="checkbox"/> 避難所以外の場所 Outro lugar (自宅 Casa / 他 Outros [])			
避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入) Pessoas que utilizarão o local de refúgio (Também escrever os dados das pessoas que não irão utilizar o local de refúgio)							
氏名 Nome		生年月日/年齢 Data de nascimento / Idade	性別 Sexo 男 Masculino / 女 Feminino	日本語 Você fala Japonês Sim/não (はい/いいえ)	特に配慮が必要なこと Caso tenha alguma preocupação, favor escrever aqui, por exemplo, ferimentos, doenças, deficiência, alergias, gravidez, religião, idioma que possa utilizar, entre outros.	避難所運営に協力できること Caso você possa ajudar em alguma coisa, escrever aqui (habilidade, certificados)	安否確認必須 Veja com atenção! Informar ou não informar sobre seu paradeiro. (はい/いいえ)
世帯主 Chefe da Família							
Nome (furigana) とよあけ たろう		(ano/mês/dia) / / Idade (66)	Masculino / Feminino Nacionalidade japonês Qualificação de Permanência	Sim / Não	Hipertensão	Informar / Não informar	
Membro da Família							
Nome (furigana) とよあけ あいこ		(ano/mês/dia) / / Idade (60)	Masculino / Feminino Nacionalidade japonês Qualificação de Permanência	Sim / Não	Não estou enxergando bem	Informar / Não informar	
Nome (furigana) とよあけ ゆきえ		(ano/mês/dia) / / Idade (91)	Masculino / Feminino Nacionalidade japonês Qualificação de Permanência	Sim / Não	Minha mãe é idosa e as pernas são fracas	Informar / Não informar	
Nome (furigana)		(ano/mês/dia) / / Idade ()	Masculino / Feminino Nacionalidade Qualificação de Permanência	Sim / Não		Informar / Não informar	
ペット Animais de estimação	<input checked="" type="checkbox"/> Não tem (いいえ) <input type="checkbox"/> Tem (はい) →Responder as perguntas da direita.		種類 (頭数) Raça e quantidade	<input type="checkbox"/> 同行希望 (ペット台帳に記入) Deseja ficar junto com seu animal. (Deseja registrar na lista de animais de estimação.) <input type="checkbox"/> 置き去り Abandonar <input type="checkbox"/> 行方不明 Desaparecido			
自家用車 (避難所に駐車する場合) Carro (caso for utilizar o estacionamento do local de refúgio)	車種 Tipo do carro:	色 Cor:	ナンバー№ da Placa:				

- Preencher os dados por família e entregar na Recepção Geral.
- Estes dados serão utilizados para distribuição de utensílios e comidas, cuidados de saúde, iremos compartilhar o mínimo possível e somente para a manutenção do local de refúgio. Também oferecemos os seus dados para o TOYOAKESHI SAIGAI TAISAKU HONBU de cada cidade e utilizaremos no HISAISHA DAICHO (lista de pessoas evacuadas controlada por cada município).
- Preencher a qualificação de permanência (tipo de visto) somente quem não tem a nacionalidade japonesa.
- *Caso houver pedidos de informações de segurança da pessoa, favor confirmar sem falta se podemos passar os dados de endereço (até nome do bairro, por exemplo, 〇〇cho 〇choume), nome e furigana.

Evacuee Registration Card

避難所名	受付番号
------	------

記入日 Date recorded	YY / MM / DD	記入者 Name
住所 Address	〒 —	自治会・町内会名 Residents' association/ town council
電話 Tel.	() —	自宅の被害状況 Post-disaster home condition
携帯 Cell phone	() —	
FAX	() —	
E-mail	@	
その他連絡先 Other contacts (Relatives, etc.)	〒 — () —	滞在を希望する場所 Desired location of stay

- 全壊 Completely destroyed
- 半壊 Half-destroyed
- 一部損壊 Partially destroyed
- 全焼 Completely burned
- 半焼 Half-burned
- 床上浸水 Flooding above floor level
- 流出 Washed away その他 Other

- 避難所 Evacuation site
- テント (避難所敷地内に設営)
Tent (on evacuation site grounds)
- 車両 (避難所敷地内に駐車)
Vehicle (on evacuation site grounds)
- 避難所以外の場所
Location outside evacuation site
(自宅 home / 他 other)

避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入)
Family members using evacuation site facilities (including those staying outside the site).

日本語能力 Do you speak Japanese?	特に配慮が必要なこと Special circumstances (Injury, illness, disabilities, allergies, pregnancy, languages you can speak, etc.)	安否確認 必須 Would you like confirmation of your safety made publically available?
---------------------------------	---	---

氏名 Name	生年月日/年齢 Date of birth and age yy/mm/dd (yrs)	性別 Sex	国籍 Nationality	在留資格 Status of residence
世帯主 Head of household	/ / ()	男 M 女 F		
	/ / ()	男 M 女 F		
	/ / ()	男 M 女 F		
	/ / ()	男 M 女 F		

避難所運営に協力できること Ways you can contribute to evacuation shelter operations (Qualifications, licenses, skills, etc.)

ペットの状況 Do you have any pets?	<input type="checkbox"/> yes <input type="checkbox"/> no	種類 (頭数) Type and no. of animals	<input type="checkbox"/> 同行希望 (ペット台帳に記入) We want to keep our pet(s) with us (please complete pet registration) <input type="checkbox"/> 置き去り We left our pet(s) at home <input type="checkbox"/> 行方不明 We do not know the whereabouts of our pet(s)
---------------------------------	---	---------------------------------	---

自家用車 (避難所に駐車する場合) Family car (if parked within the evacuation site)	車種 Type	色 Color	ナンバー License plate no.
--	---------	---------	------------------------

Complete one sheet per household (family) and submit it to the general reception desk. Since the information recorded will be used for support purposes, such as the distribution of food/supplies and healthcare management, it will be shared as needed for evacuation site operations. It will also be submitted to the municipal disaster control headquarters and used for the disaster victim ledger the municipality maintains.

Evacuee Registration Card

避難所名	Toyoake Shogakkou	受付番号
------	-------------------	------

記入日 Date recorded	YY / MM / DD	記入者 Name	Toyoake Tarou	
住所 Address	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 Toyoake shi Shinden cho Komotimatsu 1 - 1		自治会・町内会名 Residents' association/ town council	
			Toyoake Chonakai	
電話 Tel.	(〇〇〇) 〇〇〇 - 〇〇〇〇	自宅の被害 状況 Post-disaster home condition	<input checked="" type="checkbox"/> 全壊 Completely destroyed	
携帯 Cell phone	(〇〇〇) 〇〇〇〇 - 〇〇〇〇		<input type="checkbox"/> 半壊 Half-destroyed	
FAX	(〇〇〇) 〇〇〇 - 〇〇〇〇		<input type="checkbox"/> 一部損壊 Partially destroyed	
E-mail	△△△ @ 〇〇. ××. □□		<input type="checkbox"/> 全焼 Completely burned	
その他連絡先 Other contacts (Relatives, etc.)	〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇 〇〇 ken 〇〇 shi 〇〇 cho Aichi Yutaka (son)		滞在を希望 する場所 Desired location of stay	<input type="checkbox"/> 床上浸水 Flooding above floor level
				<input type="checkbox"/> 流出 Washed away <input type="checkbox"/> その他 Other
			<input checked="" type="checkbox"/> 避難所 Evacuation site	
			<input type="checkbox"/> テント (避難所敷地内に設営) Tent (on evacuation site grounds)	
			<input type="checkbox"/> 車両 (避難所敷地内に駐車) Vehicle (on evacuation site grounds)	
			<input type="checkbox"/> 避難所以外の場所 Location outside evacuation site (自宅 home / 他 other)	

避難所を利用する人 (避難所以外の場所に滞在する人も記入) Family members using evacuation site facilities (including those staying outside the site).					日本語 能力 Do you speak Japanese?	特に配慮が必要なこと Special circumstances (Injury, illness, disabilities, allergies, pregnancy, languages you can speak, etc.)	安否確認 必須 Would you like confirmation of your safety made publically available?
氏名 Name	生年月日/ 年齢 Date of birth and age yy/mm/dd (yrs)	性別 Sex	国籍 Nationality	在留資格 Status of residence			
世帯主 Head of household Toyoake Tarou	/ / (66)	男 (M) 女 (F)	Japanese		yes / no / a little	High blood pressure	yes / no
Toyoake Aiko	/ / (60)	男 (M) 女 (F)	Japanese		yes / no / a little	Presbyopia	yes / no
Toyoake Yukie	/ / (91)	男 (M) 女 (F)	Japanese		yes / no / a little	With disabilities in the foot	yes / no
	/ / ()	男 (M) 女 (F)			yes / no / a little		yes / no

避難所運営に協力できること Ways you can contribute to evacuation shelter operations (Qualifications, licenses, skills, etc.)

ペットの状況 Do you have any pets?	<input type="checkbox"/> yes <input checked="" type="checkbox"/> no	種類 (頭数) Type and no. of animals	<input type="checkbox"/> 同行希望 (ペット台帳に記入) We want to keep our pet(s) with us (please complete pet registration) <input type="checkbox"/> 置き去り We left our pet(s) at home <input type="checkbox"/> 行方不明 We do not know the whereabouts of our pet(s)
自家用車 (避難所に駐車する場合) Family car (if parked within the evacuation site)	車種 Type	色 Color	ナンバー License plate no.

Complete one sheet per household (family) and submit it to the general reception desk. Since the information recorded will be used for support purposes, such as the distribution of food/supplies and healthcare management, it will be shared as needed for evacuation site operations. It will also be submitted to the municipal disaster control headquarters and used for the disaster victim ledger the municipality maintains.

様式 8

避難所 → 対策本部 → 業者 → 対策本部

物資依頼伝票

発信日時		月 日 時 分		発信先業者名		FAX : TEL :	
ふりがな 避難所名				伝票No.		伝票枚数	
避難所住所				受付日時		月 日 () AM・PM 時 分	
発信依頼者 (役職名)		FAX : TEL :		本部受信者名		FAX : TEL :	
	品 名	規格等 (サイズ・性別など)	数量	単位 ケ・箱 ケース	個口	備考	
①	1			②			
	2						
	3						
	4						
	5						
	6						
	7						
	8						
	9						
	10						

個口合計

- 一行につき一品、サイズごとに記入し、数量はキリのいい数で注文して下さい。
- 物資班の人はこの伝票に記入し、行政担当者に配達・注文を要請して下さい。
- 行政担当者は、原則としてFAXで依頼を行って下さい。
- FAXが使えない場合は、必ず控えを残しておいて下さい。
- 物資班は 物資を受領後、「避難所用物品受払簿」に記入して下さい。

③	出荷日時	月 日 () AM・PM	時 分
	配達者名	FAX (TEL)	
	お届け日時	月 日 () AM・PM	時 分

④	
避難所	
受領サイン	

《【物資依頼伝票（様式8）】、【避難所用等物品受払簿（様式9）】の記載及び使用方法》

①. 必要物資の記入「避難所の物資班」

□災害対策本部に要求する物資について、品名や数量を【物資依頼伝票】の①欄に記入し「行政担当者」に渡す。

※物資依頼伝票（様式8）（記載例）

①	品名		規格等 (サイズ・性別など)	数量
	1	子供用紙おむつ		新生児用 58枚入り/袋

②. 物資依頼送付「避難所の行政担当者」

□物資班から渡された【物資依頼伝票】の①欄の記入内容を確認する。

⇒問題がなければ、①欄の「発注依頼者」欄に署名して、「災害対策本部（物流班）」にFAXで送付する。

③. 物資の調達、避難所への供給「災害対策本部の物流班」

□避難所から送付された【物資依頼伝票】を確認し、②欄の「発注先業者」「伝票No」「受日時」「本部受信者名」を記入する。

※「発注先業者」とは、物資の供給先となる協定企業、物資集積拠点及び備蓄倉庫の管理者などを指す。

□【物資依頼伝票】を発注先業者にFAXで送付し、避難所への物資供給を依頼する。

④. 物資の供給「発注先業者」

□災害対策本部から送付された【物資依頼伝票】の①欄を確認し、商品の在庫を確認する。

□【物資依頼伝票】の②欄に、供給する「単位」「個口」を記入する。

※在庫不足等により供給できない場合や遅れる場合は「備考」欄にその旨を記入する。

□【物資依頼伝票】の③欄に、「出荷日時」「配達者名」「お届け日時」を記入する。

※「配達者」が他の機関となる場合は、当該機関と調整して決定する。

□上記事項を記入した【物資依頼伝票】の複写を配達者に渡す、また、「災害対策本部（物流班）」にFAXで送付する。

⑤. 物資供給予定の連絡「災害対策本部の物流班」

□発注先業者から送付された【物流依頼伝票】を確認し、問題がなければ、避難所の行政担当者にFAXで送付する。

⇒避難所の行政担当者に、受け入れの準備を依頼する。

⑥. 物資の搬送（配達者）

□発注先業者から送付された【物流依頼伝票】を確認し、物資を避難所に搬送する。

□避難所への物資の搬入が完了したら【物流依頼伝票】の④欄に、避難所の行政担当者又は物資班長の受領サインをもらう。

□サインされた【物資依頼伝票】を「災害対策本部（物流班）」にFAXで送付する。

⑦. 物資の確認（避難所の行政担当者）

□災害対策本部から送付された【物資依頼伝票】と、配達者によって搬入された物資が一致するか確認する。

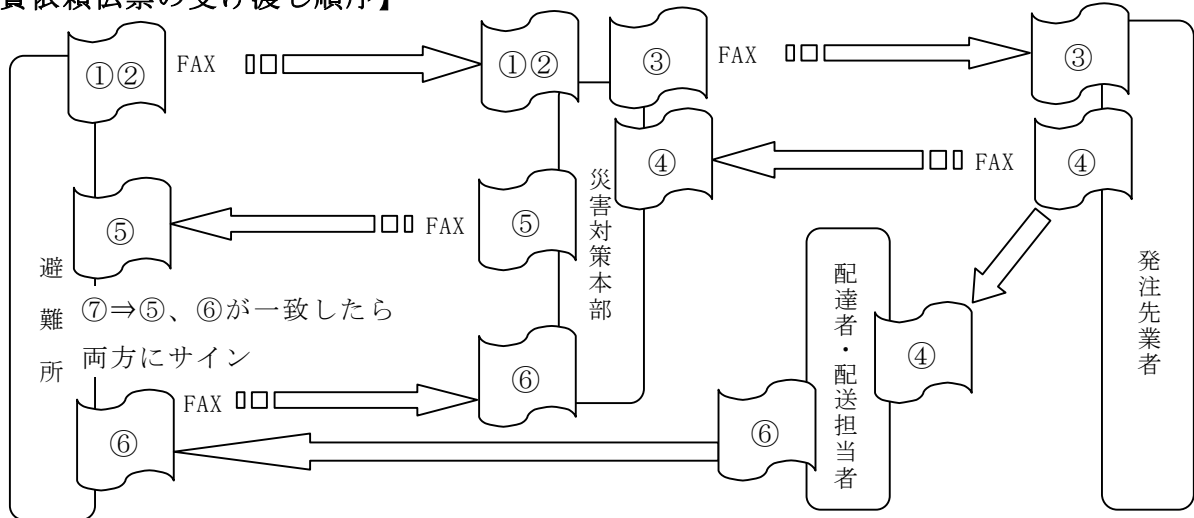
⇒一致する場合は、⑤項「災害対策本部」から送付された【物資依頼伝票】及び⑥項の「配送担当者」の【物資依頼伝票】の両方にサインする。

□物資は商品ごとに用意した【避難所用等物品受払簿（様式9）】に、受け入れた数量等を記入する。

※避難所用等物品受払簿（様式9）（記載例）

品名	1項の「商品コード表（例）」参照
単位呼称 （商品コード）	〇〇個又は△△箱（□□人分）など
年月日	受け入れた年月日
受入先	搬入した保管スペースの名称（□□教室、△△倉庫など）
払出先	配布した相手
受	受け入れた数量
払	払い出した数量（避難者に配った数）
残	在庫量（「受」－「払」）
記入者	記入した行政担当者又は物資班の氏名
備考	代金の決済が必要な場合【物資依頼伝票】②欄の「伝票No」を記入

【物資依頼伝票の受け渡し順序】



※FAXが使用できない場合は必ず“控え”を残してください

様式10

避難所 → 災害対策本部

派遣職員依頼書

発信日時	月 日 時 分
避難所名	
避難所住所	
発注依頼者	FAX TEL
依 頼 内 容	
自治体職員関係	(業務の内容を具体的に記入)
ボランティア関係	(業務の内容を具体的に記入)

災害対策本部 → 避難所

発信日時	
本部受信者名	FAX TEL
回 答 内 容	
自治体職員関係	名派遣できる
ボランティア関係	名派遣できる

事 務 引 継 書

避難所

年 月 日

引継時間		
引継者	前任者	後任者
収容者の 移動状況		
避難者からの要 望事項		
行政の 対応状況		
ボランティアの対 応状況		
打合せ事項		
その他		

食料供給関係受信票 兼 処理表

No.

避難所	発信時刻 月 日 午前・午後 時 分							
	避難所	避難所名(住所)						
		発注依頼者(役職名)			FAX 電話			
	依頼	避難者用		食	計	食	うち柔らかい食事	食
在宅被災者用		食	食	アレルギー食		食		
その他の依頼内容								
災害対策本部	受信者名			本部食料担当受信票受取者名				
	処理時刻 日 午前・午後 時 分						処理担当者	
	処理結果・内容							
	避難者用		食	計	食	うち柔らかい食事	食	
	在宅被災者用		食		食	アレルギー食		食
	発注業者			TEL FAX				
	配送業者			TEL FAX				
到着確認時間 日 午前・午後 時 分						処理担当者		

- 行政担当者は、FAXで依頼を行うことを原則とする。
- FAXでの依頼を行うことができない場合は、必ず控えを残す。
- 避難所の行政担当者は、受領時にその旨を災害対策本部へ連絡する。
- 災害対策本部の担当者は、受領確認時に「食料処理台帳」に記入する。
- 避難者用の中には、行政担当者、施設管理者の人数も含めるものとする。

避難所運営委員会等名簿

年 月 日現在

かいちょう 会長	
ふくかいちょう 副会長	
ぎょうせいたんとうしゃ 行政担当者	
しせつかんりしゃ 施設管理者	

うんえいはん
(運営班) はんちよう はんちよう きにゆう
班長に◎、副班長に○を記入する

はんめい 班名	しめい 氏名	くみめい 組名	しめい 氏名	くみめい 組名
そうむはん 総務班				
めいぼはん 名簿班				
れんらく こうほうはん 連絡・広報班				
しょくりょうはん 食料班				
ぶつしはん 物資班				
きゆうごはん 救護班				
えいせいはん 衛生班				

ひなんじょりようしゃ くみ
(避難所利用者でつくる組 (避難所以外の場所に滞在する人でつくる組を含む) の長) ちよう

くみめい 組名	くみちよう しめい 組長の氏名	くみめい 組名	くみちよう しめい 組長の氏名

様式 1 5 避難所における情報伝達資機材など

時期	必要となる主な情報	必要な機材など
初期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 安否情報 ・ 医療救護情報 ・ 被害情報 ・ ライフラインなどの復旧情報 ・ 水・食料など生活物資供給情報 ・ 葬儀・埋葬に関する情報 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防災無線（電話、F A X） ・ 電話（衛星電話、携帯電話） F A X ・ パソコン通信機材一式、ワープロ ・ テレビ、ラジオ ・ 複写機 ・ 掲示板 ・ 情報収集、連絡用自転車・バイク ・ 非常用電源（発電機、バッテリー）
復旧過程期	<ul style="list-style-type: none"> ・ ライフラインなどの復旧情報 ・ 応急仮設住宅に関する情報 ・ 生活子ども再建に関する情報 ・ 学校の教育に関する情報 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 上記機材 ・ 特設公衆電話 ・ 特設講習 F A X

様式 1 6 災害時要援護者への情報伝達資機材

- ・視覚障害者に配慮した対応として

点字による掲示板、トイレへの案内用のロープの設置などの工夫が必要である。

- ・聴覚障害者に配慮した対応として

文字や光による伝達方法（例えば呼び出しの際に赤色ランプを点滅させて知らせるなどの工夫が必要となる）

- ・外国人に配慮した対応として

ボランティアの他に翻訳機、パソコンの翻訳ソフトなどを用いた伝達方法の検討が必要である。

避難所ペット登録台帳

(避難所名:)

No.	飼育者	登録日	退所日	種類	性別	体格	毛色	ペット名
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			
	氏名: 住所: 電話:				オス メス			

ペットの飼い主の皆さんへ

避難所では、多くの人達が共同生活を送っていますので、ペットの飼い主の皆さんは、次のことを守って避難所生活を送って下さい。

- ① ペットは、指定された場所に必ずつながりか檻の中で飼ってください。
- ② 飼育場所や施設は、飼い主の手によって常に清潔にし、必要に応じて消毒を行ってください。
- ③ ペットの夜苦情、危害防止に努めてください。
- ④ 屋外の指定された場所で必ず排便させ、後始末を行ってください。
- ⑤ 給餌は時間を決めて、その都度きれいに片づけてください。
- ⑥ ノミの駆除に努めてください。
- ⑦ 運動やブラッシングは、必ず屋外で行ってください。
- ⑧ 飼育困難な場合は、愛知県動物保護管理センターに相談してください。
- ⑨ 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに避難所運営組織（総務班・衛生班）まで届け出てください。

災害対策本部

様式 1 9

避難所ボランティア受付表

受付日	年	月	日
-----	---	---	---

No. _____

(避難所名: _____)

No.	氏名・住所・電話	性別	職業	過去のボランティア経験の有無とその内容
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無
	氏名 住所 電話	男 女		有 (活動内容) 無

様式20

ボランティア活動時の持参品と注意事項

- 動きやすい服装 帽子・ジャンパー、底の厚い靴、軍手、防塵マスク
- 懐中電灯、雨具（カッパ）、携帯ラジオ
- 飲料水、弁当、ゴミ持ち帰り用袋
- タオル、救急用品（傷薬、痛み止め、ガーゼ、テープなど）、
ティッシュ、保険証のコピー、テレホンカード、小銭、地図、
筆記用具、メモ帳
- ※ 災害の種類・気候により、必要なものを修正する。
- ※ 食事や宿泊場所は提供できないことを伝える。
- ※ ボランティア保険に加入の上、活動に参加していただく。

エコノミークラス症候群を予防しましょう！

車中で生活している方は、できるだけ避難所などに移りましょう。やむを得ず車中泊をされる場合は、以下の予防法を実践しましょう。



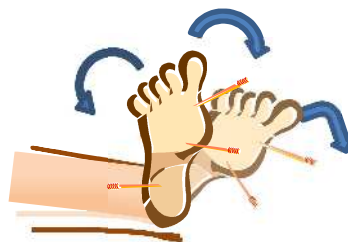
エコノミークラス症候群とは？

食事や水分を十分とらない状態で、車の中など狭い座席で長い間同じ姿勢をとっていると、血行不良が起こり、足にある静脈に小さな血のかたまりができてやすくなります。急に立ち上がって動いた時などに、血のかたまりが足から肺や脳、心臓に飛び、血管を詰まらせ、肺塞栓や脳卒中、心臓発作などを起こす恐れがあります。



どんな症状なの？

片側の足の痛み・赤くなる・むくみ・胸の痛み・呼吸困難などの症状が起こります。この症状は中年以上の方や肥満体質の方に出やすいといわれています。異常に気づいたら早めに医師に相談しましょう。



予防のポイントは？

●足首などの運動をしましょう！

- ・かかとの上げ下ろし・ふくらはぎを軽く揉む・足の指を開いたり閉じたり
- ・座ったままで足首をまわしたり、足を上下につま先立ちしたりしましょう。
- ・できるだけ歩くように心がけましょう。

●水分を十分にとりましょう！

ただし、ビールなどの酒類やコーヒーの飲みすぎは、飲んだ以上に尿を出すことがあるので、逆効果となることがあります。

- できるだけゆったりした服を着て、からだをしめつけないようにしましょう。
- たばこは、血管を収縮させるので、注意が必要です。できれば禁煙しましょう。



連絡欄

健康に関するご相談など、巡回の保健師等に気軽にご相談ください。

() で保健師が健康相談を実施していますのでご相談ください。

ひ な ん じ ょ

避難所でのルール

避難所

避難所を利用される方は、以下のルールを守るよう心がけるとともに、当番に参加するなど、避難所運営にご協力ください。



基本事項

- この避難所は、地域の防災拠点です。

避難所以外の場所に滞在する被災者も含めた生活支援を行います。

- 避難所は、避難所を利用する人全員が協力して運営します。

年齢や性別に関係なく、避難所を利用する人々が、できる限り役割を分担し、より多くの方が避難所の運営に参画できるようにします。

- 避難所を利用する人の増減に合わせ部屋の移動を行います。

利用者数の増減などにより、部屋の移動をお願いすることがあります。

- 立ち入りを制限した部屋には入らないでください。

施設管理や、避難者全員のために必要となる部屋または危険なものがある部屋など、立ち入りを制限する部屋があります。

- この避難所は、電気・水道などライフラインが復旧した後、すみやかに閉鎖します。



防火

- 出入口や階段、通路などに、避難の妨げとなる物を置かないでください。

避難所内外の整理整頓を行い、燃えやすいものを放置しないでください。

- ストーブなどの暖房器具は、転倒防止をし、燃えやすいものから離れた場所で使い、換気にも注意してください。



たばこ・酒

- 施設内は禁煙です。また、飲酒も控えてください。

たばこは屋外の決められた場所で吸い、吸殻は水が入ったバケツに入れるなど、完全に消火してください。



避難所の運営に必要なことを話し合うため、
避難所運営委員会を組織します。

- 避難所運営委員会は、避難所を利用する人の代表者などで組織します。

定例会議：毎日午前 時 分と午後 時 分に開催

- 具体的な業務は、避難所を利用する人などで編成する各運営班が行います。



総合受付

総合受付では、各種手続きや相談受付を行います。

対応時間：午前 時 分から午後 時 分まで



登録

避難所を利用する人の情報を家族(世帯)ごとに登録します。
個人情報、公開してもよいとした人の分のみ公開します。

- 生活支援を適切に行うことができるよう、避難所以外の場所に滞在する被災者も含め、避難所を利用する人の情報を登録します。
- 障害者、難病・アレルギー・その他慢性疾患をお持ちの方、妊娠中の方や乳幼児をお連れの方、宗教上の理由や言語などで特に配慮が必要な方は、登録の際にお申し出ください。
- 犬や猫などのペットの情報も登録します。
- 避難所を退所するときは、総合受付にお申し出ください。



電灯

点灯は : 、消灯は : です。

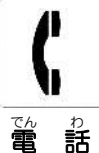
安全のため、廊下、トイレ、施設管理に使用する部屋は夜間も点灯します。



放送

放送は : で終了します。

ただし、緊急時には夜間に放送を行うこともあります。



電話

- 避難所あてに電話があった場合は放送により呼び出し、伝言を行います。(: ~ :)
- 携帯電話はマナーモードにしてください。

携帯電話での通話は公共の場のみとし、生活場所ではご遠慮ください。

食料・物資



食料や物資は、原則、組ごとに配給します。

- 配給は、避難所以外の場所に滞在する被災者にも等しく行います。

食料を配る
時間（原則）

朝

.....:.....頃

昼

.....:.....頃

夜

.....:.....頃

特別な物資の
配布場所

物資：粉ミルク・おむつ

場所：.....

物資：女性用衣類や生理用品

場所：.....

物資：.....

場所：.....



トイレ

- 利用者全員が、清潔に使用することを心がけてください。
- トイレの清掃は避難所を利用する人が交代で行います。
- 清掃時間は、原則 : : : とします。
(清掃時間が近づきましたら放送でお知らせします。)



ごみ

分別して、指定された場所へ出してください。



ペット

ペットは、他の避難所利用者の理解と協力のもと、飼い主が責任をもって飼育してください。

ペットは決められた場所で飼育し、他の部屋には入れないでください。