

避難所における感染症拡大防止のための対策

令和6年4月19日作成(随時更新)

避難所は、災害の規模により多数の避難者が集まり共同生活をする場となることから、新型コロナウイルスやノロウイルス、インフルエンザウイルス等の感染症(以下、感染症)への感染拡大リスクが高くなります。通常の避難所運営においても衛生管理の徹底は必要不可欠ですが、感染症等の流行状況を踏まえ、一層の感染症対策を行うことが重要です。

1. 「在宅避難」を第一に考える

避難所は、災害による家屋の損壊、滅失などにより生活の場を失った場合、あるいは危険を避けるために、避難者が一定期間滞在するための施設です。スペースや物資が限られた中での共同生活となるため、感染症のリスクが高まるだけでなく、慣れない環境での生活により体調を崩す恐れもあります。そのため、自身と自宅の安全が確保できるのならば、住み慣れた自宅での生活を続ける「在宅避難」を第一に考えることが重要です。また、自宅が危険な場合でも、安全な親戚・知人宅に避難することも選択肢に入れ、感染リスクを負ってまで避難所に行く必要があるか、検討する必要があります。

2. 衛生用品等の備蓄・携行の呼びかけ

避難所の衛生環境を保つためのマスクや消毒液などは、避難所にも最低限の備蓄はあるものの、数に限りがあることから、避難者が多い場合や避難が長期にわたる場合などは、避難所の備蓄品だけでは不足することが想定されます。避難の際には、それぞれの避難者が衛生用品等を携行することが重要です。

そのため、平常時における避難所運営委員会や訓練などの機会を通じ、基本的な災害時持出し品に加えて、以下のような衛生用品等についてできるだけ備蓄を行うよう、また避難所への避難の際にこれらを携行するよう、地域の中で呼びかけ、周知を図っていくことが必要です。

【携行が望ましい衛生用品の例】

・使い捨てマスク ・消毒液 ・石鹼(ハンドソープ) ・ウェットティッシュ ・室内履き
・ハンドタオル ・ペーパータオル ・使い捨て手袋 ・体温計 ・ビニル袋 など

【避難所に備蓄している主な感染症対策物資】 ※要配慮者優先避難所を除く

品名	数量	品名	数量
使い捨てマスク	550 枚	非接触型体温計	4 台
ビニル手袋	400 枚	フェイスシールド	30 枚
防護服	50 枚	シューズカバー	50 足
手指消毒液	4 本	ゴミ袋(45L)	30 枚
塩素系漂白剤	1.5L	レジ袋	300 枚
非常用排便袋	1,200 枚	雑巾	10 枚

3. 居住スペースのレイアウトについての検討

感染症の拡大防止には、通常予定されている避難所の居住スペースに加え、避難者の受け入れスペースをできるだけ多く確保し、密集を避けることが重要です。また、濃厚接触者や発熱、咳等の症状のある避難者は、他の避難者と物理的に隔離されたスペースに受け入れる必要があります。そのため、施設の利用方法について予め検討をしておきます。

- 避難者(家族)同士の距離をできるだけ離し(1～2m 程度)、養生テープ等で区画を示す。また、可能であれば仕切りを設ける。
- 濃厚接触者や発熱、咳等の症状のある避難者については、その他の避難者の居住スペースと棟あるいは階を分けるようにし(隔離スペース)、出入口などの動線も重ならないようにする(ゾーニング)。また、施設に余裕がある場合は、要配慮者(特に感染した際に重症化しやすい方や妊婦など)の居住スペースを、他の避難者と分ける。(別紙1「居住スペースのゾーニング例」を参照)
- 同じ兆候・症状のある避難者もできるだけそれぞれの個室を用意し、やむを得ず同室にする場合は、十分な換気とスペースの確保に努める(避難所開設2日目以降、必要に応じて区災害対策本部にパーティションの要請を行う)。
- ゾーン同士の境界はテープや障害物、案内板等により明示し、原則として人の行き来をしないようにする。
- ゾーニングに際しては、トイレや手洗い場、ゴミ捨て場をゾーンごとに分ける。また、隔離スペースで発生したゴミの搬出は、隔離スペースの専用出入口を使用する。
- 避難所運営の班員が隔離スペースに出入りする場合は、履物を変え、使い捨てのマスクや手袋、フェイスシールドを着用する。終わった後は、ゾーンの境界でマスクや手袋を脱いで専用のゴミ箱に捨てるとともに、手指の消毒を徹底する(別紙2「感染予防具の脱ぎ方」を参照)。
- 物資や食糧の配布の際も、直接の手渡しはせず、各居室の前やゾーンの境界付近に置き配のための机を用意するなど、できるだけ濃厚接触者や発熱、咳等の症状のある避難者との接触を避けるようにする。

4. 避難所運営で気を付けること

(1) 避難者の受け入れ

感染症の流行時には、受け入れ時における健康状態の確認が重要となります。発災当初は避難者が次々と避難してくるため、避難者の把握が困難となる恐れがありますが、できる限り確認を行うようにし、濃厚接触者や発熱、咳等の症状のある避難者は、他の避難者と分けて受け入れるようにします(P6のフロー図を参照)。

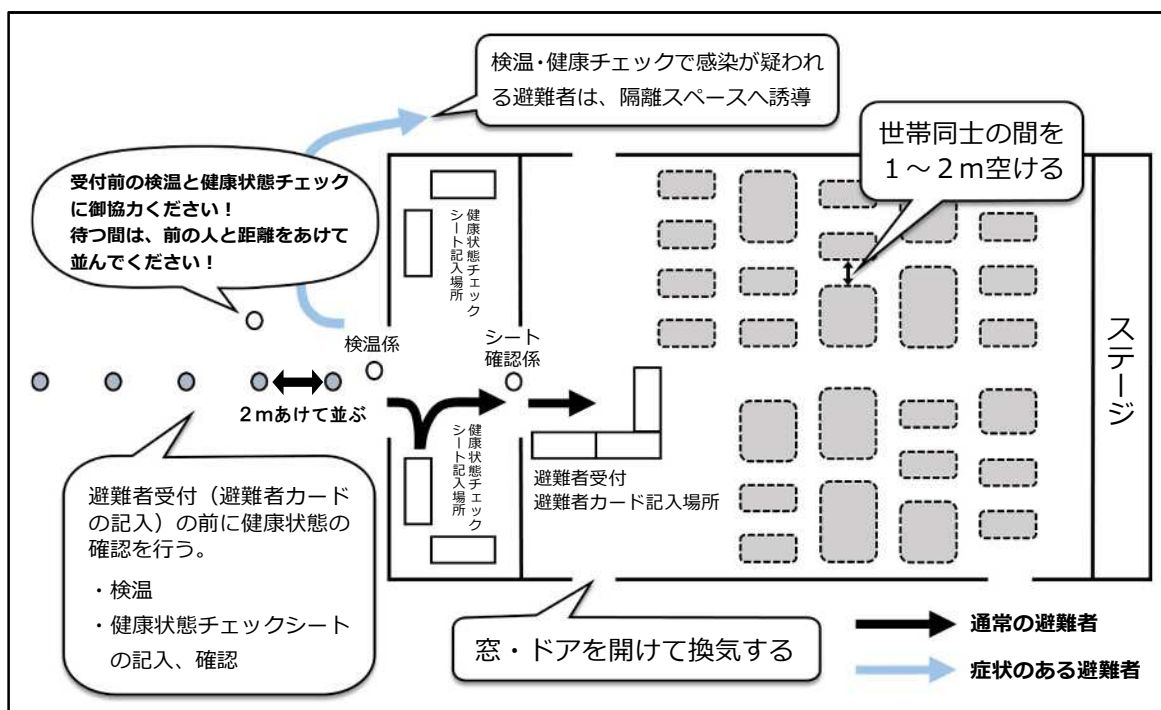
- 避難者の受け入れ時に「**健康状態チェックシート**」(別紙3)、非接触型体温計を使って避難者の健康状態を確認した上で受付を行う。また、受付で避難者が密の状態にならないよう、設置場所を事前に検討するとともに、受付を待つ避難者同士の距離が保たれるよう配慮する(P4のレイアウト例を参照)。
- 濃厚接触者や発熱、咳等の症状のある避難者は、他の避難者と物理的に隔離されたスペースに受け入れる。可能であれば、受付場所を他の避難者と分けるなど、受け入れ時から出来るだけ動線が重ならないよう配慮する。
- 受け入れ時の「**健康状態チェックシート**」(別紙3)は、受け入れ先の区画や部屋等の情報を備考欄に記載し、避難者カードと一緒に保存することで、避難者それぞれがどの区画に滞在しているか分かるように管理する。
- 受け入れ時の検温や受付、誘導を行う担当者は、使い捨てのマスク、手袋、フェイスシールドを着用する。
- 風雨がある場合など、避難者を屋外で長時間待たせておくことが適当でない場合は、自宅療養者(陽性者)や濃厚接触者については申し出てもらうよう呼びかけた上で、それ以外の避難者はいったん屋内に避難させた上で健康状態のチェックを行う。
- 受け入れ後も、定期的に体調を確認する等、避難所運営委員会メンバーを含めた避難者の健康状態に配慮し、体調が悪い場合はすぐに申し出てもらうよう周知する。
- 感染症の自宅療養者(陽性者)であり、自宅外に避難する必要がある人は、原則として宿泊療養施設に避難することとなっている。ただし、緊急を要する場合など、万が一避難所へ避難してきた際は、保健所へ連絡するとともに、移送の準備が整うまで専用のスペースで待機をしてもらう。
- 上記のほか、感染症の感染が疑われる場合、緊急時(重篤な症状)以外は、救急車の要請は行わず、まず区保健センターや保健所に相談する。

【参考】新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる症状（厚生労働省HPから）

- 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続いている場合

※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD 等)等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

避難者の受付・居室スペース(体育館)のレイアウト例(イメージ)



(2) 居住スペースの環境管理

感染症は、感染者のくしゃみや咳などによる飛沫感染と、それが付着した物に触れることによる接触感染が主な感染ルートです。居住スペース内では、感染症予防の基本的な対策に加え、飛沫を避けるため避難者同士の距離を十分に取るとともに、共用部分の清掃・消毒を徹底することが重要です。

- 密集状態を作らないよう配慮し、食糧を配給する際なども分散して取りに行くようにし、並ぶ場合は2m以上の距離をあけるよう呼びかける。
- 1時間に2回以上、二方向の窓(窓が一つしかない場合はドア)を数分間全開にし、換気を行う。
- 避難所内のよく手が触れる場所(ドアノブや手すりなど)は、次亜塩素酸ナトリウム等で消毒する(別紙4「塩素系消毒液の使い方」を参照)。
- 炊事場やごみ置き場については毎日、トイレについては1時間に1回程度清掃を行うよう当番を配置する。清掃の際には、使い捨ての手袋やマスクを使用する。
- 使用済みのマスク、手袋、ティッシュ、弁当の容器など、ウイルスが付着している可能性の高いごみを取り扱う際には、マスクや手袋、フェイスシールドを着用し、ごみ袋をしっかりと縛って封をする(別紙5「避難所でのごみの捨て方について」を参照)。
- 水道管損壊時(水が使えない場合)のトイレについて、トイレの便器が感染経路となることがあることから、便器との接触を避けるため、原則、非常用排便袋を便座に被せて使用する(別紙6「災害用トイレ(排便袋)の使い方」を参照)。

(3) 手洗い・消毒・咳エチケットの励行

手洗いや咳エチケットは感染症対策の基本です。掲示板やトイレ付近、食糧の配給場所などの目につきやすい場所に、これらの注意を張り出すなどし、避難者に周知します。

- ☐ アルコール消毒液、可能であれば流水と石鹸を用いた手洗いを励行する。特に、居室スペースの入退室時、食糧等の配給時、トイレ使用や清掃の後などに手洗い・消毒を行うよう周知徹底する。
- ☐ 手を拭く際にタオルの共用はせず、個人用タオル又はペーパータオルを使用する。
- ☐ 飛沫による感染を防ぐため、居住スペースではマスクの着用や咳エチケットを徹底するよう呼びかける。マスクが無い場合はタオルや手ぬぐいで代用する。

(4) 症状のある避難者及び重症化のおそれのある要配慮者等への配慮

感染症に感染した場合に重症化しやすい方((1)の※)や妊婦などの要配慮者については、特に注意が必要です。また、濃厚接触者や症状のある避難者など感染の疑いがある避難者やその家族が差別や偏見を受けることがないよう配慮する必要があります。

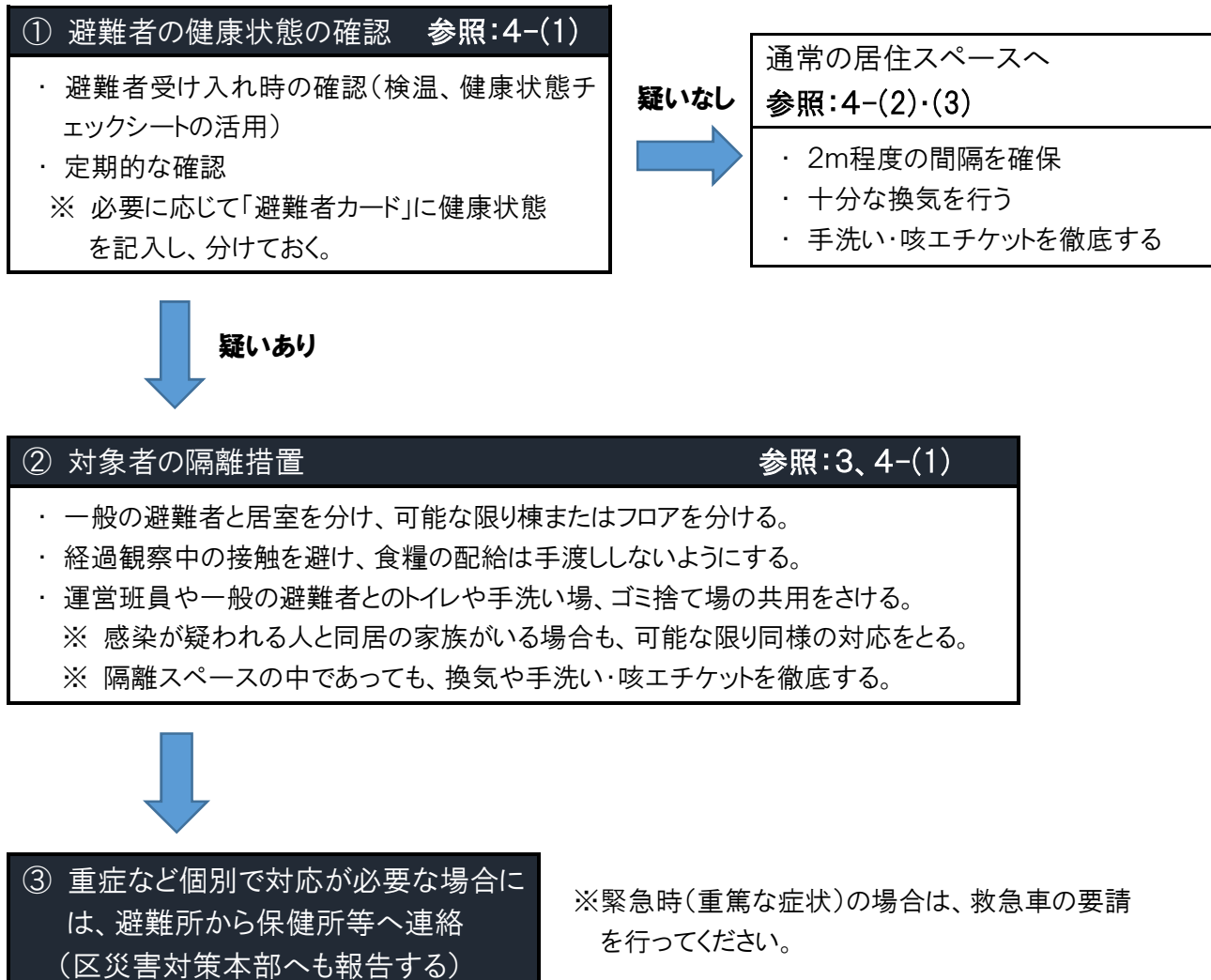
- ☐ 要配慮者(特に重症化しやすい方や妊婦など)について、可能であれば他の避難者と分けてゾーニングするなど、居住スペースの配置や衛生環境に配慮し、定期的に体調を確認します。
- ☐ 居住エリアの拡大やパーティション等の設置により避難所内の把握が困難になるおそれがあるため、要配慮者等の体調の変化を見逃さないよう、また避難所内の安全・安心が確保できるよう、定期的な巡回や声かけなどを実施する。
- ☐ 症状があり感染の疑いがある避難者やその家族について、居住スペースの区分(隔離)といった対応が差別や偏見につながらないよう、注意を払う。避難所の感染症予防対策について避難者に十分周知した上で、誰もが発症する可能性がある病気であることへ理解を促す。

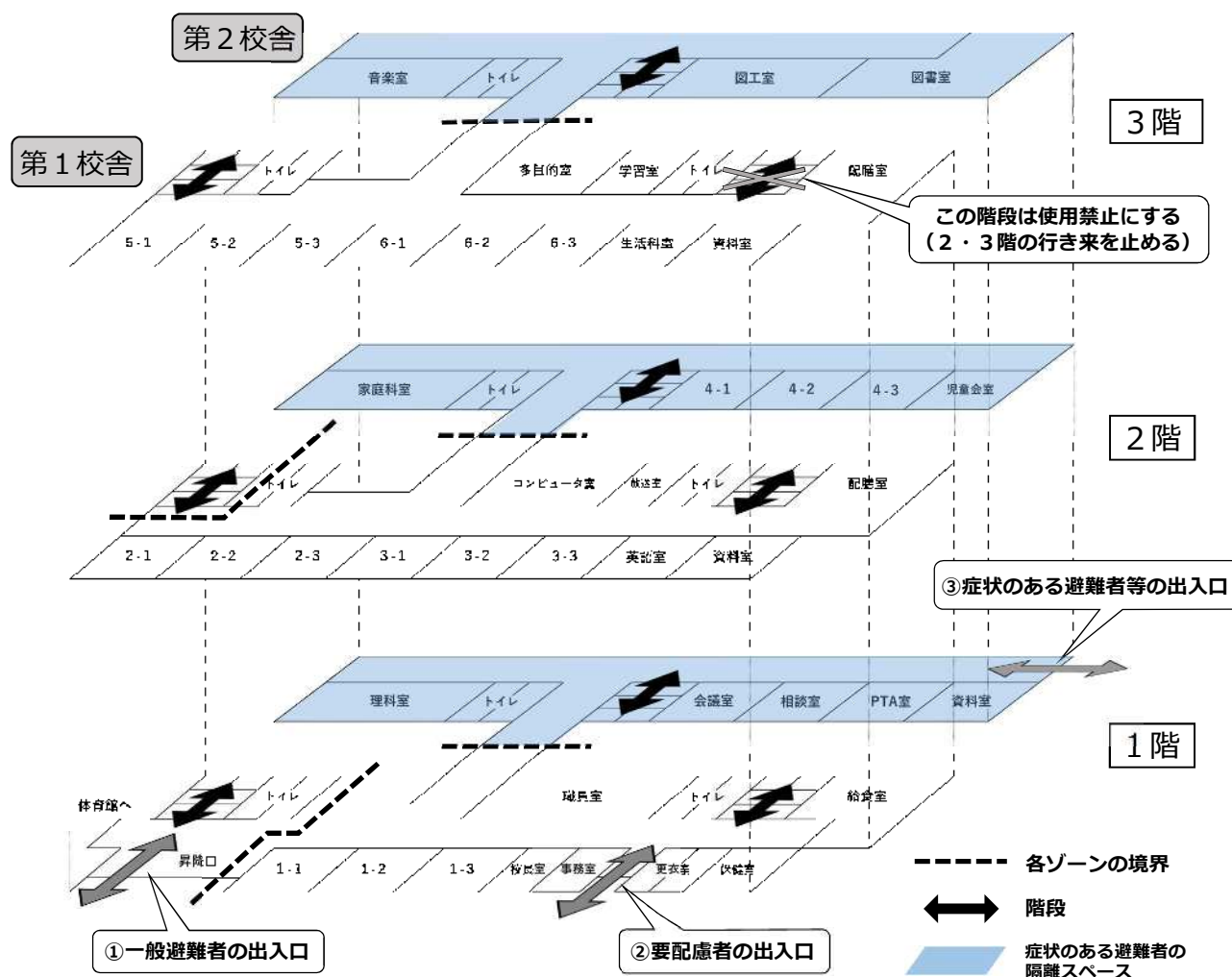
(5) 避難所の閉鎖

避難所を閉鎖する際は、避難所施設を原状回復することが原則です。特に、避難所の多くは小中学校などの教育施設であることから、教育活動などの平常業務を早期に再開させるため、あらためて清掃・消毒等を行います。

- ☐ 使用した部屋や共用部分は十分に換気をし、ドアノブや手すりなど避難者等の手が触れた場所は、次亜塩素酸ナトリウム等で消毒する。
- ☐ 特に避難所開設が短期であった場合は、避難者が排出したゴミについては、原則として避難者に持ち帰ってもらう(必要に応じてレジ袋等を配布する)。また、毛布を支給した場合も、可能な限り避難者に持ち帰ってもらう。

5. 感染症罹患の疑いがある場合の対応(フロー図)





《避難者のゾーニング区分》

① 一般の避難者・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 体育館、第1校舎

昇降口等から出入りし、第2校舎には入らない。可能であれば、②要配慮者（特に重症化しやすい避難者と妊婦など）を更に区分し、その他の避難者と居住スペースを分ける。その場合、①一般の避難者は昇降口側の階段を使い3階を利用し（1・2階には立入らない）、②要配慮者は玄関から入り、1・2階を利用する（給食室横の階段を使う）。

③ 濃厚接触者・発熱、咳等の症状のある避難者・・・・・・・・ 第2校舎（1～3階）

第2校舎の、体育館とは反対側から出入りし、第1校舎には立入らない（渡り廊下は通行禁止）

《注意点》

- ・棟や階を分けることでゾーニングを行い、各ゾーンの動線が重ならないようにする。複数の棟がない施設は、階を分けた上で利用する階段を分けることでゾーニングを行う。
- ・ゾーンの境界（点線）はテープを張るなどして明示する。
- ・各ゾーンで発生したごみの搬出については、隔離スペースの専用出入口を使う。
- ・各ゾーンの間では、運営係員を除き原則として人の行き来をしない。
- ・トイレや手洗い場などはゾーンごとに分ける。
- ・要配慮者については、身体状況に応じて階や部屋を決める（トイレとの距離など）。

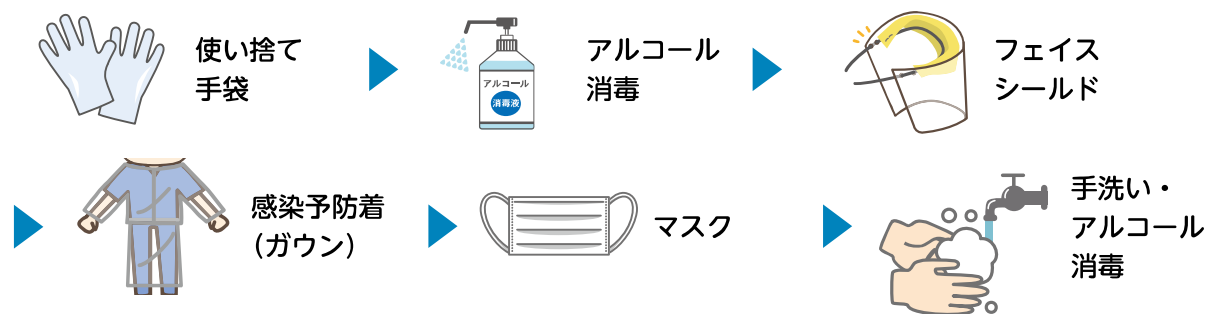
※ 上記のレイアウト例はイメージです。実際の各施設の状況に応じ、できる範囲で最大限の対策を実施するようにしてください。

感染予防具の脱ぎ方



汚染されている外側の表面を素手で触らないこと

脱ぐ順番



使い捨て手袋の脱ぎ方



感染予防着(ガウン)の脱ぎ方





適当な大きさにまとめ廃棄する

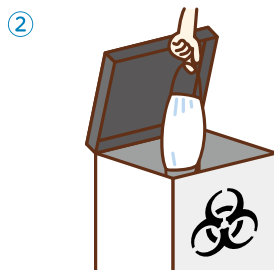


手洗い・アルコール消毒する

マスクの脱ぎ方



ゴムひもを持って外す



マスクを捨てる



手洗い・アルコール消毒する

想定されるそれぞれの使用場面例

	マスク	使い捨て手袋	感染予防着 (ガウン)	フェイスシールド
トイレの掃除	◎	◎	◎	○
吐物や排泄物の片づけ	◎	◎	◎	○
感染・症状のある人の介護や介助	◎	◎	◎	○
受付	◎	○		
食事づくり・配膳	◎	◎		
寝床・共用スペースの掃除	◎	○		
ゴミの片づけ	◎	○		
物資の仕分け	◎	○		

◎ 原則として使用する

○ 状況により使用する

例えば

使い捨て手袋……手荒れがひどい場合（ただし作業時は、こまめにアルコール消毒を行うこと）

フェイスシールド…吐物や排泄物などのしぶきをあびる危険がある場合

出典：認定NP0法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JV0AD）
避難生活改善に関する専門委員会 発行
「新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック（第2版）」

健康状態チェックシート

●太枠の中の項目についてご記入ください。

受付日：令和 年 月 日

避難所名

氏名	年齢

	チェック項目	回答欄
1	あなたは新型コロナウイルスの感染が確認されている人の濃厚接触者で、現在、健康観察中ですか？	はい ・ いいえ
2	普段より熱っぽく感じますか？	はい ・ いいえ
3	呼吸の息苦しさ、胸の痛みはありますか？	はい ・ いいえ
4	においや味を感じないですか？	はい ・ いいえ
5	せきやたん、のどの痛みはありますか？	はい ・ いいえ
6	全身がだるいなどの症状はありますか？	はい ・ いいえ
7	吐き気がありますか？	はい ・ いいえ
8	下痢がありますか？	はい ・ いいえ
9	からだにぶつぶつ(発疹)が出ていますか？	はい ・ いいえ
10	目が赤く、目やにが多くないですか？	はい ・ いいえ
	そのほか気になる症状はありますか？	はい ・ いいえ
11	※「はい」の場合、具体的にご記入ください	

(以下、受付担当者記入欄)

体 温	℃	受付者名	
備 考			

※備考欄には避難者カードの管理番号、避難所での受け入れ場所の情報等を記載する。

塩素系消毒液の使い方

- インフルエンザやノロなどのウイルス、多くの細菌には加熱や次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が有効です。
- 次亜塩素酸ナトリウムは、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。製品の表示で成分が「次亜塩素酸ナトリウム」であることを確認してください。
- 次亜塩素酸ナトリウムの濃度は、製品により異なります。製品の表示で濃度を確認してください。また、使用の際は、製品の「使用上の注意」を確認し、十分に換気を行ってください。

★一般的な希釈方法★ 次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「消毒液」を作り使用します。

作りたい消毒液の濃度	製品の濃度	希釈方法		用途
		製品の量	水の量	
200ppm(0.02%)	6%	10mL	3L	床、ドアノブ、手すりなどの拭き取りや食器、衣類などの消毒
	1%	60mL	3L	
1000ppm(0.1%)	6%	50mL	3L	嘔吐物、便の処理 (袋の中で廃棄物を浸す)
	1%	300mL	3L	

★嘔吐物の処理方法(基本)★ 消毒の際は十分に換気を行ってください。

※二次感染を防ぐためにも、使い捨ての手袋（二重に着用）、マスク、エプロンを着用しましょう。

※嘔吐物は飛散するので、半径3m程度を汚染区域として消毒しましょう。

- ①嘔吐物に新聞紙をかぶせ、上から嘔吐物と同量程度の消毒液（1000ppm）を注ぎます。嘔吐物を新聞紙と一緒に取り除きます。ここで、外側の手袋を外して捨てます。
- ②嘔吐物を取り除いた場所を消毒液を浸み込ませた布やペーパータオルで覆うか浸すように拭きます。10分程度経ったら布やペーパータオルを取り除き、水拭きしてください。次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させる性質があるため、特に金属に使用したときは念入りに拭いてください。
- ③嘔吐物が付着した衣類、シーツ等は、洗剤を入れた水の中で静かに下洗いし、消毒液に浸します。その後、他のものと分けて最後に洗濯します。高温の乾燥機などを使うとより効果的です。
- ④消毒後は、手袋、エプロン、マスクの順に外し、流水と石けんで十分に手洗いをしましょう。

注意点



- 次亜塩素酸ナトリウムは時間が経つと効果が低下しますので、最近購入した使用期限内のものを使います。また、作りおきせずにその都度希釈し使い切ってください。
- 次亜塩素酸ナトリウムは皮膚に対して刺激作用があるので、手指・皮膚の消毒には使用しないでください。
- 嘔吐物の拭き取りに使用した新聞紙や布、ペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れ、袋の口をしっかりと閉めます。さらにもう一重ビニール袋に入れ、密閉して廃棄します。
- 色落ちが心配なものは、他の方法（熱水消毒など）で消毒しましょう。

新型コロナウイルスなどの感染症対策のためのご家庭でのごみの捨て方

— 家庭ごみを出すときに心がける5つのこと —

その1 ごみ袋は しっかり縛って 封をしましょう!

ごみが散乱せず、
収集運搬作業において
ごみ袋を運びやすく
なります。



その2 ごみ袋の 空気を抜いて 出しましょう!

収集運搬作業において
ごみ袋を運びやすく、
収集車での破裂を
防止できます。



その3 生ごみは 水切りを しましょう!

ごみの量を
減らすことが
できます。



その4 普段から ごみの減量を 心がけましょう!

購入した食品は食べきるなど、ごみを出さない
ことも大切です。家庭での食事機会が増える中、
料理を楽しみながら、できることがあります。
環境省の「[食品ロスポータルサイト](#)」
をご覧ください。▶▶▶



その5 自治体の 分別・収集ルールを 確認しましょう!

粗大ごみの持ち込みを停止している場合や、
資源物の分け方・出し方が
普段と異なる場合があります。
また、マスクなどごみのポイ捨ては
絶対にやめましょう。



新型コロナウイルスなどの感染症の感染者又はその疑いのある方の使用済みマスク等の捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方がご家庭にいらっしゃる場合、
鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下のことを心がけてごみを出しましょう。

①ごみ箱にごみ袋をかぶせ、 いっぱいにならない ようにしましょう!

ごみは、いっぱいになる前に
早めに出しましょう。



②ごみに直接触れることの ないよう、しっかり縛って 出しましょう!

ごみは、空気を抜いてから
しっかり縛って出しましょう。
万一、ごみが袋の外面に触れた
場合や、袋が破れている場合は、
ごみ袋を二重にしてください。



③ごみを捨てたあとは しっかり手を 洗いましょう!

石けんを使って、
流水で
手をよく
洗いましょう。



以上の点に気を付けてごみを出していただくことが、ご家族にとっても、
ごみを収集・処理する作業員にとっても、ごみの円滑・安全な収集・処理を行う上で大切な行動です。
皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



災害用トイレ(排便袋)の使い方



①排便袋上部のヒモをミシン目に沿って切り取ります。



②切り取ったヒモを穴部に通しヒモの中央で軽く結び固定します。



③ヒモが前になるように、便座に被せます。



④用を足します。
※写真は色のついた水を使用。



⑤凝固剤をまんべんなく振り掛けます。
※トイレットペーパーを入れる前に凝固剤を振り掛けてください。



⑥凝固剤の効果で水分がゼリー状に固まります。



⑦使用済トイレットペーパーも排便袋に入れて構いません。



⑧袋を便器から取り外し、ヒモで開口部をしっかりと結びます。できるだけ空気を抜いてください。



⑨使用済み排便袋保管用のフレキシブルコンテナバックへ入れて廃棄します。