

東久留米市

避難所運営マニュアル



令和7年11月

環境安全部防災防犯課

はじめに

日本は、世界でも有数の地震大国であるとともに台風による風水害も毎年多発しています。

令和6年元日に発生した能登半島地震では、家屋倒壊や火災、津波、土砂災害などが発生し、多くの方が亡くなりました。そして、今もなお、不自由な避難生活を強いられている方々がいらっしゃいます。

災害は、いつ起きるか分かりませんが、南海トラフ地震や首都直下型地震などが今後発生すると予想されています。このような災害により、自宅での生活が困難となった方々が共同で生活する場所が、指定避難所です。

東久留米市では、26か所の指定避難所を設けています。指定避難所の開設は、市職員である初期活動班員が施設の安全等を確認のうえ、実施します。しかし、その後の避難所の運営は避難された皆さんや地域の方などで構成する避難所運営連絡会を中心に行うこととなります。

いざ災害が起きたときには、日頃からの「顔の見える関係づくり」や「地域とのつながり」が、「共助」につながります。災害に備えて、市民一人ひとりが備蓄を含む「自助」の準備をしっかりとおくことはもちろん、指定避難所を利用する際には指定避難所の円滑な開設と運営を行えるよう、「共助」の精神により避難者自身も自主的かつ積極的に参加することが重要です。

この避難所運営マニュアルは、地震、風水害等の発生により指定避難所を開設・運営する際の基本事項を記したものであり、各指定避難所において地域の実情を踏まえたマニュアルづくりや運営の際の一助となることを願ってやみません。

東久留米市環境安全部防災防犯課

目 次

1 指定避難所の目的	2
2 避難所に関する基本的な考え方	3
① 避難所の開設と運営	
② 避難所開設期間	
③ 避難所の役割	
④ 避難上の留意事項	
⑤ 避難所開設の流れ	4
3 避難所の開設	5
① ファーストミッショントラック～避難所開設手順～	6
② 避難者の居場所振分けルール	12
③ 避難所開設時に必要な資器材	14
④ 主な避難所資器材	15
4 避難所の運営	27
① 避難所運営連絡会の立ち上げ	
② 避難所運営連絡会の役割	28
③ 避難直後から夜間までの生活のおおまかな流れ	29
④ 避難所に設けるべきスペース	30
⑤ 避難所で提供する生活支援の主な内容	32
5 災害発生時における市の体制（地震の場合、風水害の場合）	34
① 避難指示	36
② 市内の危険箇所	
③ 災害発生時の行動（地震時、台風・豪雨時の避難の流れ）	37
資料	39

- 避難所でのルール
- 避難所案内
- 避難者カード
- トイレの使い方（携帯トイレ、電動式トイレ、7人用トイレテント）
- ペットの対応
- 土のう作成要領
- 女性の視点に配慮した避難所チェックシート（東京都避難所運営指針より）
- 避難生活に配慮を要する方への対応（東京都避難所運営指針より）

1 指定避難所の目的

指定避難所(以下、避難所)とは、市があらかじめ指定している避難施設で、災害による家屋の損壊、滅失等により避難を必要とする住民を臨時に収容することを目的とします。

市内の指定避難所は26か所、二次避難所は35か所あります。

No	指定避難所施設名	地震時	風水害時
1	第一小学校	○	○
2	第二小学校	○	○
3	第三小学校	○	○
4	第五小学校	○	○
5	第六小学校	○	○
6	第七小学校	○	○
7	第九小学校	○	×
8	第十小学校	○	×
9	小山小学校	○	○
10	神宝小学校	○	×
11	南町小学校	○	○
12	本村小学校	○	×
13	旧下里小学校	○	×
14	東中学校	○	○
15	西中学校	○	○
16	南中学校	○	○
17	下里中学校	○	×
18	中央中学校	○	○
19	東久留米市スポーツセンター	○	×
20	都立東久留米総合高等学校	○	×
21	都立久留米西高等学校	○	×
22	自由学園	○	○
23	クリスチャン・アカデミー・イン・ジャパン	○	○
24	東京学芸大学付属特別支援学校	○	×
25	浅間町地区センター	×	○
26	野火止地区センター	×	○

★住所による避難所の指定はありません。

いざというときに落ち着いて行動できるよう
に事前に確認しましょう。

周辺市の避難所が近い場合は、そちらへの避
難も可能です。

二次避難所は、災害による被害が大きな場合
に、指定避難所での生活が困難であると市が
判断した人が避難する場所です。

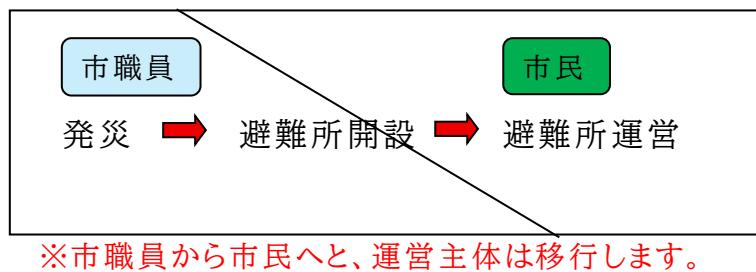
No	二次避難所施設名
1	わくわく健康プラザ
2	西部地域センター
3	南部地域センター
4	東部地域センター
5	けんちの里
6	シャローム東久留米
7	マザース東久留米
8	多摩の里けやき園
9	ケア東久留米
10	のぞみの家
11	広域地域ケアセンターバオバブ
12	さいわい福祉センター
13	すばる
14	えいぶる
15	ライフパートナーこぶし
16	どんぐりの家
17	はくさん保育園
18	はちまん保育園
19	まえさわ保育園
20	ちゅうおう保育園
21	わかくさ学園
22	上の原さくら保育園
23	ひばり保育園
24	あそか保育園
25	下里しおん保育園
26	滝山しおん保育園
27	くるみ保育園
28	Nicot東久留米
29	わらべみなみ保育園
30	みどりの丘
31	たきやま保育園
32	久留米みのり保育園
33	ひばりが丘ふれあいの里
34	東久留米おひさま保育園
35	都立東久留米特別支援学校

2 避難所に関する基本的な考え方

① 避難所開設と運営

避難所は、避難所初期活動班員（市職員）と、施設管理者（学校長等）、避難者（住民）の三者が協力して開設します。

大規模な災害等により、避難所生活が長期化する場合は、避難者同士がお互いの助け合いや協働の精神に基づき自主的に避難所を運営することになります。



※市職員から市民へと、運営主体は移行します。

② 避難所開設期間

避難所の開設期間は災害発生の日から7日以内とします。ただし、状況により期間を延長する必要がある場合には、都知事の事前承認を受け開設を延長します。

③ 避難所の役割

- 災害発生直後は、命を守るために緊急的に避難する施設
- 住居等に被害を受け、自宅での生活が困難な状況にある場合に一時的に生活する施設
- 発災後の地域の支援拠点

④ 避難上の留意事項

避難所に駐車場はありません。自動車による避難や家財の持出しありません。

避難所開設及び運営には、多くの人手が必要になりますので、避難された方にもご協力いただることになります。

避難所での生活は、高齢者、障害者、乳幼児連れの家族などの要配慮者や、外国人など多様なニーズをもつ人々との共同生活です。

トイレの不便さや、騒音、臭いなど、ストレスを感じることが多いと思いますが、ルールとマナーを守り、互いに協力し、助け合って困難な状況を乗り越えることが大切です。

健康や他の避難者とのコミュニケーションを大切にし、心を落ち着かせて過ごしましょう。



避難所生活を送る際の心得

● ルールを守る

避難所には、皆が安全・快適に過ごすためのルールがあります。管理者の指示に従い、ルールを守って生活しましょう。

● 思いやりを持つ

他の避難者も不安な気持ちを抱えています。お互いを思いやり、助け合う気持ちを持つことが大切です。

● 感謝の気持ちを忘れない

支援物資や行政・管理者の対応、ボランティアの活動などに対し、感謝の気持ちを持つことが、良好な人間関係を築く上で重要です。

● 過度な期待をしない

避難所は、一時的な生活空間であり、普段の生活とは異なります。過度な期待はせず、与えられた環境の中でできることを考えましょう。

● 正確な情報を得る

不確かな情報に惑わされず、行政や管理者からの正式な情報を確認するようにしましょう。

在宅避難について

被災後、自宅が安全であれば、避難所に行く必要はありません。自宅で過ごすことができます。これを**在宅避難**といいます。

在宅避難には、以下ののようなメリットがあります。

- ・ 住み慣れた環境で過ごせる
- ・ トイレ・食事・就寝などは自分のタイミングができる
- ・ 感染症にかかるリスクを減らせる
- ・ プライバシーを守って生活できる

在宅避難をするためには、自分や家族の身を守れるように、日頃から十分な備蓄をしておくことが必要です。

なお、物資の供給拠点は、避難所となります。

在宅避難をする場合は、近くの避難所に「避難者カード」を提出することで、食糧等の支援を受けることができます。発災後、状況が落ち着いたときに、避難所へ行ってみましょう。

⑤ 避難所開設の流れ

震度5以上の震災が発生した場合、もしくは、災害対策本部が指定避難所の開設を決定した場合、避難所初期活動班員及び施設管理者を中心に開設準備を行います。

【災害対策本部】 災害発生により避難所を開設することを決定

東久留米市域内に情報を発信

(東久留米市ホームページ、防災行政無線、安心くるめーる、LINEなど)

避難所初期活動班員が各避難所に参集



① 施設の解錠・開門

(施設管理者又は初期活動班班長もしくは副班長)



② 避難者を指定緊急避難場所へ誘導(校庭ほか)

準備が整うまで避難所(体育館等)へは入れません。



③ 避難所開設準備 ファーストミッションボックス(開設手順書)を使用

★ 災害対策本部へ報告(第1報)

防災無線を取り出し、参集状況を報告

★ 作業を分担して準備を行う

本部班、住民班、安全班、物資搬入班、区画整備班、トイレ班、受付班を設置し、開設準備を開始



④ 災害対策本部へ報告(第2報)

★ 防災無線で避難所開設準備が整ったことを報告

★ 避難者を避難所(体育館等)へ誘導



⑤ 避難者の受入れ

1 受付

2 避難所内の区画割当・誘導

3 ルール等の周知

4 避難状況を把握し、災害対策本部へ報告(第3報)

3 避難所の開設

① ファーストミッションボックス～避難所開設手順書～

災害が発生した際の避難所の開設は、市職員だけでは困難です。このことから市では、初動で対応にあたる市職員、施設管理者、避難者が協力し、避難所の開設を行えるよう、ファーストミッションボックス(避難所開設手順書)を設置しています。

ファースト ミッション ボックス

避難所開設の手順書が
入っている
3人集まつたら箱を開け
手順書の指示に従う
仲間を増やして、担当を
割り振り！

「ファーストミッションボックス」は、誰でも避難所を開設できるように、初めに(ファースト)やるべき任務(ミッション)が記載された「避難所開設マニュアル」です。



ファーストミッションボックスは、防災倉庫に設置した避難所開設時に最低限必要となる物品を入れた初動BOX（5段積みの箱）の上に置いてあります。

本部班 初めにこの箱を開けた人がリーダーになる

- ① 指揮を執る(各班への指示)
- ② 全体の状況把握
- ③ 本部への無線連絡
- ④ 避難所を開設する際は、避難者の居場所の振分に細心の注意をすること。



【本部班】

初めにファーストミッションボックスを開けるのは、初期活動班班長又は副班長を想定しています。

初期活動班班長が本部班のリーダーとなって、集まったメンバーで班を作り、任務を分担して避難所を開設します。

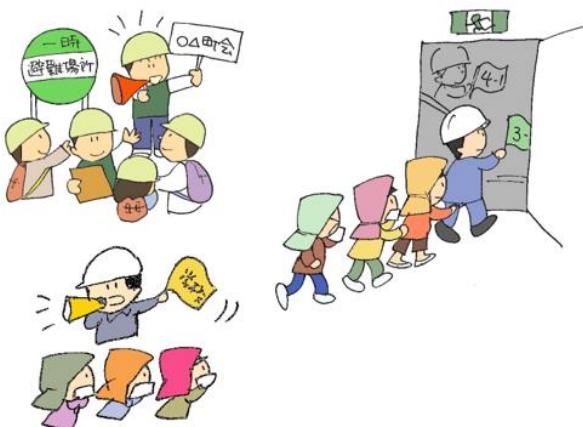
初期活動班員の人数が不足する場合は、避難者にもお手伝いいただくことがあります。

任務を振分け、作業を分担することにより、迅速な避難所開設が期待できます。

各班は、任務が完了したら、必ず本部班長に報告をし、次の指示に従ってください。

住民班 震災の場合は校庭に避難誘導し、その後避難所へ誘導する

- ① 避難者を避難場所へ誘導する。
状況によって、自治会ごとに集まるなど、避難者を把握しやすいようにする。
- ② 避難所開設準備ができたら、避難者を避難所へ誘導する。
- ③ 受付を通過した避難者に対し、居住スペースを指定し案内する。



【住民班】

震災の場合は、避難場所である校庭に避難します。安全のため、校庭の真ん中に集まるよう誘導することや、安否確認のためなるべく地域ごとに集まれるように声を掛け合うことが大切です。

学校以外の避難所でも、駐車場などの広い場所に避難します。

風水害の場合は、避難者が直接体育館に避難してくるため、体育館入口付近の混雑等が想定されます。傘やレインコート置き場を用意するほか、濡れた衣類の始末用にタオルやビニール袋を用意するなど、状況に応じた対応が必要となります。

安全班 建物の安全確認をする 体育館

- ① 建物は傾いていないか
- ② ひび割れはないか
- ③ 火災は発生していないか
- ④ 鍵を開ける
- ⑤ 窓ガラス等の危険な落下物はないか
- ⑥ 倒木はないか、雨漏りはないか
- ⑦ リーダーに状況を報告する

教室棟

- ⑧ ①～⑦同様、教室等の安全確認をする
- ⑨ 発熱者、要配慮者が使用する教室の鍵を開ける
- ⑩ 立ち入り禁止の部屋に、立ち入り禁止テープを貼る



【安全班】

体育館のほか、要配慮者が滞在することになる教室棟の安全確認も必要です。また、職員室や事務室など、施設の中で重要な部屋には立ち入らないように、はっきりとわかるように表示を設置します。

物資搬入班

防災倉庫から物資を体育館へリヤカーで運ぶ

- ① 初動 BOX（青蓋 No.1～2と透明ケース1個）
- ② ピクトグラム
- ③ 受付用テーブル2台
- ④ トイレ用便袋
- ⑤ プライベートルーム
- ⑥ 段ボールベッド
- ⑦ ブルーシート
- ⑧ ウエットティッシュ
- ⑨ 蓋つきごみ箱



【物資搬入班】

防災倉庫には、収納可能な範囲で様々なものを配備しています。

避難所開設の際に最低限必要となる物品は初動BOXに収納してあります。

なお、初動BOXは倉庫入口付近に設置しています。

《初動BOXの内容物(上から順に)》

初動BOXの上: ファーストミッショナーボックス、ピクトグラム

1段目・透明BOX: 避難者カード、文房具、無線

2段目・青BOX①: 感染症対策グッズ

3段目・青BOX②: 感染症対策グッズ

4段目・青BOX③: 投光器、携帯充電器、電池

5段目 青BOX④: 感染症対策補充用品

区画整備班

トイレの近くに要配慮者用スペース

トイレと遊具倉庫などの近くに乳幼児用スペース

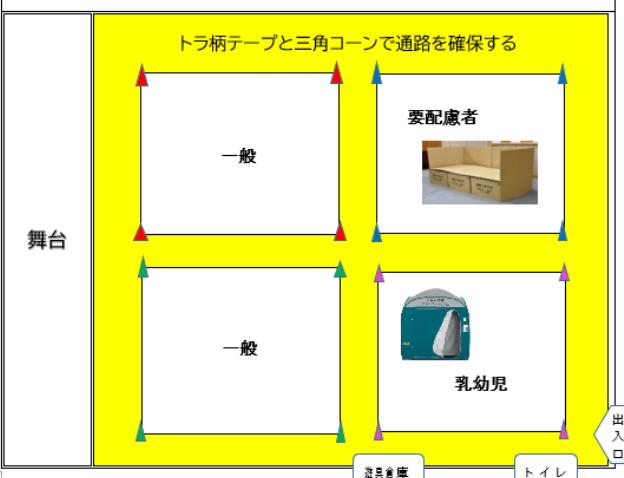
その他を一般用スペースとする

① 通路の確保

トラ柄テープ、▲コーンなどを使用

② 案内表示を設置

③ 段ボールベッド、プライベートルームを設置



【区画整備班】

避難所では通路を確保し、一般、要配慮者、乳幼児連れなどの居場所を考慮し、居場所を指定する必要があります。また、女性や外国人への配慮など、避難者の状況を見ながら臨機応変に対応することが求められます。

舞台上は、避難者から見えるように配給物資置き場としたり、授乳用テントや更衣室を設置したりすると防犯対策として有効です。

なお、指定避難所の中には、会議室や和室等の小部屋で構成された施設もあります。

この場合も、通路を確保することや、避難者の状況に応じて居場所に配慮するなど、基本的な配慮事項は同様となります。

トイレ班

トイレの使用確認と 使用準備をする

- ① 水道が使用できるか、水は流れるか
- ② 扉や便座の破損はないか
- ③ トイレットペーパーはあるか
- ④ トイレの使用案内ポスターを設置する
- ⑤ 便器に大きなビニール袋(受け袋)を設置する
- ⑥ 男性用小便器は使用禁止テープを貼って
使用不可とする
- ⑦ ゴミ袋とゴミ箱を用意する



【トイレ班】

避難所で一番注意が必要な場所がトイレです。震災時には、下水管が破損する可能性などもあるため、当面の間、水の使用を禁止し、便袋を使用することになります。

市では、避難所の受付で配布するよう便袋と使い方のセットを用意しています。



トイレのルールがある程度浸透するまではトイレ係を配置し、使用方法をサポートする必要があります。



受付班

テーブルを使って受付を 2箇所設営する

- ① 体育館の外で、屋根のある場所に感染症対策用テーブルを設置する。
手指消毒液、体温計、マスクを用意
- ② ①の場所で「避難者の居場所振分けルール」に基づき、居場所を指定する。
- ③ 体育館の中にテーブルを設置し、避難者カード、鉛筆、ブルーシート、便袋セットを配付する。
- ④ ピクトグラムや書き方見本を設置する。



【受付班】

避難所は、集団生活をする場です。手指消毒、検温、体調確認をするほか、靴を脱いで入ることを徹底し、感染症対策をすることが必要です。



受付で避難者カードを配布します。

各自居場所が決まったら、必要事項を記入し、カードを受付に提出します。

避難者カードは、2枚綴りになっており避難所と災害対策本部（市役所）で管理します。

② 避難者の居場所振分けルール

避難所は、集団生活の場です。避難者を受け入れる際には、人命の安全確保と安全な避難場所を提供するため、以下の点に注意しましょう。

- 体調不良者への早期対応

発熱や咳などの症状がある人を早期に発見し、専用のスペースに隔離する必要があります。また、必要に応じて本部へ連絡し医療機関への連絡体制をとります。

- 情報共有

感染症の発生状況や予防策に関する情報を、分かりやすく避難者全体に周知します。

- 避難所の環境整備

スペースの確保：可能な限り、避難者間の距離を確保します。パーテーションなどで区切ることも有効です。

区分け：健康な人と体調不良者を分離できるよう、区分けすることも必要です。



避難者の居場所振分けルール①

1 発熱等症状があるが、在宅避難できない避難者は、段階に応じて教室等に案内する

発熱等の症状のある人は体育館へ入れず、校舎1階の出入口に近い教室やトイレを利用するよう案内する。

段 階	内 容	使用可能な教室等
第 1 段 階	避難所開設初期の段階 ・発熱等の症状がある者、要配慮者の収容を考慮	1箇所程度
第 2 段 階	体育館のみでは避難者の収容が困難な場合	上記に加え 2箇所程度追加
第 3 段 階	第2段階の対応では収容が困難な場合	状況に応じて追加
使用禁止箇所	使用禁止箇所には立ち入らないよう、立ち入り禁止テープを貼る。 (安全班担当)	



2 発熱等症状がある場合は、医療機関の受診を案内する

医療機関受診の対象症状

発熱症状、息苦しさやだるさ、咳・たん、におい・味の異常、吐き気、嘔吐、下痢、頭痛、関節痛、筋肉痛、その他症状

医療救護所が開設された場合

スポーツセンター、久留米中学校、生涯学習センター、わくわく健康プラザのいずれかへ案内

医療救護所が開設されない場合

自分で医療機関を受診

3 その他、避難者から様々な事情を伝えられた場合

- ・薬や粉ミルクなど、忘れ物をした場合は、居場所が決まり次第取りに帰ってもらう。
- ・ペットと同行避難された場合は、ペットをゲージに入れてペットの居場所に案内する。
- ・車で避難してきた場合は、同乗者を降ろした後、車は家に置いてきてもらう。
- ・テントを持参した場合は、設置場所を指定したうえで使用可能とする。

感染症蔓延時には、避難所(体育館)への受け入れができないこともあります。

避難者の居場所振分けルール② 指定感染症蔓延時

1 発熱等症状がある場合は、避難所(体育館)には入れないこと

感染予防の第一歩は「できるだけウイルスを持ち込まない」ことにある。

可能な限り早期に医療機関の受診を促す。ただし、暴風雨等の悪天候に伴い受診することが困難な状況の場合は、一時的な対応として他の避難者と一定の間隔を置いて離す措置を講ずるものとし、悪天候等の状況が改善した後に受診するよう促す。

医療機関受診の対象症状

発熱症状、息苦しさやだるさ、咳・たん、におい・味の異常、吐き気、嘔吐、下痢、頭痛、関節痛、筋肉痛、その他症状

医療救護所が開設された場合	医療救護所が開設されない場合
スポーツセンター、久留米中学校、生涯学習センター、わくわく健康プラザのいずれかへ案内	医療機関で受診し、経過観察後避難



2 発熱等症状があるが、在宅避難できない避難者は、段階に応じて教室等に案内する

発熱等の症状のある人は体育館へ入れず、校舎1階の出入口に近い教室やトイレを利用するよう案内する。

段 階	内 容	使用可能な教室等
第 1 段 階	避難所開設初期の段階 ・発熱等の症状がある者、要配慮者の収容を考慮	3箇所程度
第 2 段 階	体育館のみでは避難者の収容が困難な場合	上記に加え 2箇所程度追加
第 3 段 階	第2段階の対応では収容が困難な場合	状況に応じて追加
使 用 禁 止 箇 所	使用禁止箇所には立ち入らないよう、立ち入り禁止テープを貼る。 (安全班担当)	

3 その他、避難者から様々な事情を伝えられた場合

- ・薬や粉ミルクなど、忘れ物をした場合は、居場所が決まり次第取りに帰ってもらう。
- ・ペットと同行避難された場合は、ペットをゲージに入れてペットの居場所に案内する。
- ・車で避難してきた場合は、同乗者を降ろした後、車は家に置いてきてもらう。
- ・テントを持参した場合は、設置場所を指定したうえで使用可能とする。

③ 避難所開設時に必要な資器材

防災倉庫内に設置してある、以下のものを体育館へ運びます。

物資搬入班

防災倉庫から物資を体育館へ リヤカーで運ぶ

- ① 初動 BOX（青蓋 No.1～2と透明ケース1個）
- ② ピクトグラム
- ③ 受付用テーブル2台
- ④ トイレ用便袋
- ⑤ プライベートルーム
- ⑥ 段ボールベッド
- ⑦ ブルーシート
- ⑧ ウエットティッシュ
- ⑨ 蓋つきごみ箱



④ 主な避難所資器材　※写真の商品と異なる場合があります。

《運営用品》



扇風機
避難所内の換気用



電源ドラム(コードリール)
扇風機、サーチライト、投光器等の電源延長用



バルーン投光器
受付付近室内照明用



発動発電機、ガソリン、エンジンオイル
投光器等の電源用
使用方法について、事前の確認が必要。
※室内での使用設置は厳禁(一酸化炭素中毒になる恐れあり)



サーチライト
室内照明用



蓄電池・ソーラーパネル
室内用電源



立入禁止テープ

学校側から制限を受けている区域や部屋に避難者等の立入りを禁止するために使用



ランタン(乾電池式)

夜間の手元の照明用



スマートフォン充電器一式

4 ポート AC 充電器

3 inスマートフォン用USBケーブル

電源コードOAタップ

《生活用品(水、食料品を除く)》

電動備蓄型自動パック式トイレ
トイパック II Neo



簡易トイレ

自動で汚物の入った袋を密封するため衛生的



小テント

簡易トイレ設置用



仮設集合トイレ
男女別仮設トイレ



便袋
非常時のトイレで使う汚物袋と吸水・防臭シートが入ったセット



乳児用おむつ

老人用おむつ



生理用品

体拭きシート
入浴困難時に使用
ノンアルコール、乳児のおしり拭きも可。除菌



段ボールベッド

避難者用ベッド。数量限定(10台)
段ボールベッド等支援物資が到着までの間
は優先順位の高い者から使用



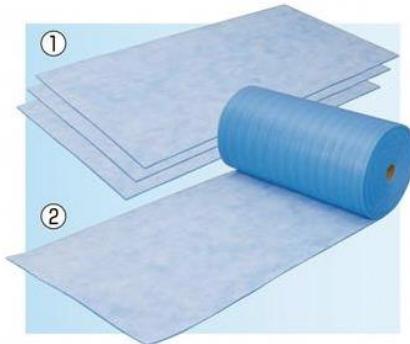
ワンタッチパーテーション

避難者用個室。数量限定(10台)
段ボールベッド等支援物資が到着までの間
は優先順位の高い者から使用



段ボール製間仕切り

避難者用個室設定
数量限定(20台)



カーペット

床の緩衝、寒冷対策用



非常用保温アルミシート

寒冷時の保温用



瞬間冷却剤

熱中症、発熱対策用



毛布
寒冷時の保温用



防水シート
雨漏り、窓ガラス破損等の様々な必要な場面で使用



非常用給水袋



バケツ(給水用)



ホース(給水用)



トイレットペーパー

《受付用》

	 <p>手指消毒用アルコールスプレー 避難所入所前に手指消毒できる位置に設置</p> <p>折りたたみ式机 受付時(記入用、受付用)の机として使用 ※不足時は学校から長テーブルを借用する。</p>
 <p>非接触型体温計 感染症対策として使用 避難所入所時の検温用</p>	 <p>不織布マスク 感染症対策(スタッフ・避難者用)として使用 マスクを持参している人は避難所内では必ずマスク着用をお願いする。持参していない人には入所時に1枚配付する。</p>
 <p>フェイスシールド スタッフ用</p>	 <p>ゴム手袋 スタッフ用</p>

避難者カード(2枚複写式)

避難世帯ごとに記入してもらう。受付時に内容(健康状態含む)を必ず確認し、避難種別、受付番号、指定した居住スペース番号、入退所時刻等を記入し台帳に綴る。

健康チェックシート

受付時に1人1枚配り、避難生活中における健康管理をお願いする。

■避難所内滞在区域(居住スペース)番号の割り振り									
- 下図は、「(A)」、「(B)」、「一般ソーン」、「避難連絡ソーン」のレイアウトを示す。									
- 避難連絡ソーンに避難スペースを設定するとともに、番号を避難連絡カードに記載する。									
- 下図は、(A)を例とした避難連絡ソーン(番号)の割り振り。各スペースに避難連絡カードの受け付けを記載する。									
(一般スペース、避難連絡)									
(図示)	1	5	9	13	17	21	25	26	27
	2	6	10	14	18	22			
	3	7	11	15	19	23	27		
	4	8	12	16	20	24	28		

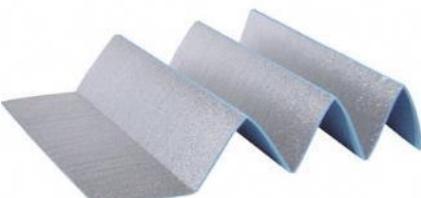
避難所内滞在区域(居住スペース)番号の割り振り

受付時の滞在スペースの割り振りを行う時に活用するシート
スペースを指定し、記録する。

《発熱等症状のある避難者対応用》



プライベートルームテント
症状がある場合は、専用スペースに移動して
もらい、テントを使用
(世帯単位、2~3名用)



折りたたみアルミマット
テント内に敷くマットとして使用



毛布 寒さ対策、保温用

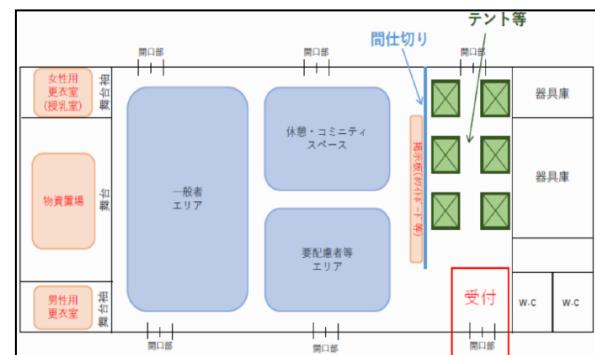
専用スペースで生活されている方へのお願い
専用スペースに移動する方へ配る。
専用スペースでの守ってほしいルールを記載
している。

医療機関受診の説明記録票

発熱等症状のある者が来所又は発生した場合、このシートを活用して医療機関を可能な限り受診してもらうよう説明する。不承諾時は署名を努めてもらう。経過を記録し、避難者カードとあわせて保存する。

醫療機關等情報

案内する医療機関を複数伝える際に活用する（※受診前に必ず本人が電話連絡して受診できるか確認する）。



ブルーシート(10mx10m、2枚)、トラロープ、養生テープ

発熱者等症状のある者を学童保育所や教室等で隔離することが困難で、やむを得ず体育館内に専用スペースを作る際に使用。

ブルーシートを 2 階通路部分からロープを通して吊り下げ、壁を作る。

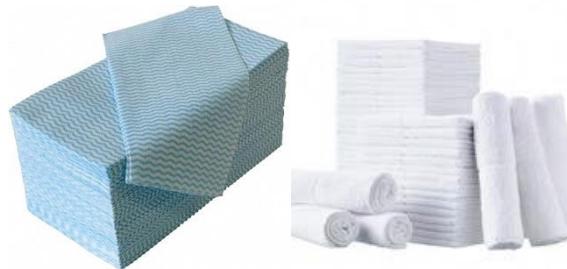
《消毒等衛生管理用》



台所用漂白剤(ハイター)
机、ドア、トイレ等の共有部分のほか、筆記具
や使用資器材等の消毒液として使用



霧吹きスプレー容器
消毒剤(薄めた次亜塩素酸等)を入れて使
用



カウンタークロス、おしごり
消毒剤(薄めた次亜塩素酸等)を含ませて
使用



蓄圧式噴霧器
施設内を広範囲に消毒する場合に使用



バケツ
消毒時に活用



ごみ袋(色付き:シルバー)
感染の危険性がある場合で、消毒に使用し
たカウンタークロス、おしごり等を捨てる際に
使用。しっかり密封し廃棄する。



除菌クロス(本体、詰替え用)

机、ドア、トイレ等の共有部分のほか、筆記具や使用資器材等の消毒液として使用



手洗い用洗剤

トイレや手洗い場に設置し、手洗いの励行を推奨する。



ペーパークロス

トイレや手洗い場に設置し、手拭き用として使用



※画像は45Lです。

ごみ袋(90L)

トイレや手洗い場、その他施設内のごみ袋として使用

案内表示1

避難者へ分かりやすい箇所に掲示する。



啓発資料

各種、適当な箇所に掲示する。



案内表示2(ピクトグラム)

各種、適当な箇所に掲示する。

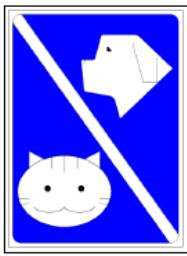




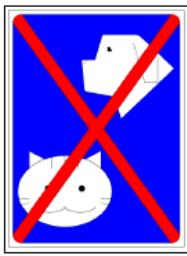
給水所



授乳室・オムツ交換所



ペット飼育場所



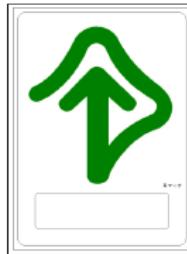
ペット進入禁止



物資配給場所



インフォメーション



耳マーク



立ち入り禁止



携帯電話充電



公衆電話



救護所



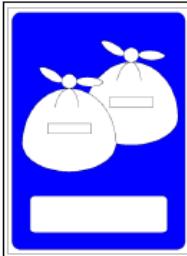
要配慮者



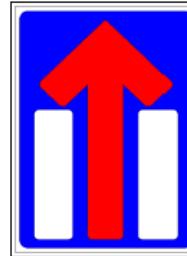
注意場所



バリアフリー



ゴミ集積所



矢印



4 避難所の運営

大規模な災害等により、避難所における生活の長期化が予想される場合は、避難者同士のお互いの助け合いや協働の精神に基づく自主的な避難所運営が必要となります。

そこで、市民が中心となる「避難所運営連絡会」を設置し、自主的な避難所の運営を行います。行政や施設の管理者は、避難所の管理や運営の支援を行うものとします。

災害時の避難所での生活は、普段とは大きく異なる環境下での共同生活となります。安全・安心に過ごすためには、事前の心構えと、避難所でのルールを守ることが大切です。

また、特別な環境下での共同生活を円滑に過ごすためには、**女性や子どもの視点に立った運営が必要です。**女性や子どもに配慮した避難所運営を心掛けることは、誰にとっても過ごしやすい避難所運営に役立つものとなるとも言われています。本マニュアルには資料として「女性の視点に配慮した避難所チェックシート」を添付していますので、避難所運営に活用してください。

なお、避難所避難者だけでなく、在宅避難者についても、必要に応じて公平にサービスが受けられるようにすることが必要です。

① 避難所運営連絡会の立ち上げ

各避難所に派遣する市職員の数は限られており、避難者の意見を取り入れたきめ細やかな避難所運営まで行うことは、実際には困難です。

のことから、市では地域住民で構成される自主防災組織や自治会などの協力を得て、避難所を運営する組織(避難所運営連絡会。以下「運営連絡会」という。)を各避難所にできるだけ早く設置することを目指します。初期段階では応急的な組織としてこの運営連絡会を立ち上げ、体制が整った時点で本格的な運営連絡会組織への移行を検討します。

運営連絡会立ち上げ段階では、必要に応じて市職員や避難所の施設管理者と連携を図りながら運営連絡会の設置に努めます。

班の編制

避難所運営にあたり必要になると想定される班は、28 ページ「②避難所運営連絡会の役割」とおりです。班の編制にあたっては、日常の自治組織の活用など、できる限り組織的に機能するよう努めます。女性や乳幼児のニーズを把握するため、窓口には女性も配置するよう努めましょう。

班に班長を置く

避難所内でのトラブル発生を防止するには、各班に班長を置くことが求められます。当該班長が避難所を出る際には、代わりの者を指定します。

避難所運営では、誰が、何を、どのように行うのかを明確に、具体的な行動レベルで決めておくことが重要です。

② 避難所運営連絡会の役割

運営連絡会は、避難者の公平性や班員の健康状態などを考慮し、適宜班員の交替を行うようにします。

会長・副会長：運営連絡会運営総括（男女両方を配置する）

総務班：避難所の管理、ボランティアの受け入れ、市職員との連絡調整、運営連絡会事務局

名簿班：名簿の登録・管理

食糧班：食糧の管理・配給、炊き出し等

物資班：物資の管理・配給

救護班：救援、保育活動の支援

衛生班：ごみ、トイレの衛生管理、掃除、生活用水の管理

要配慮者対策班：要配慮者の支援

連絡・広報班：情報の収集、避難者への伝達、記録

在宅避難者班：在宅避難など、避難所以外の避難者への支援



③ 避難直後から夜間までの生活のおおまかな流れ

避 難 直 後	受付	避難所に到着したら、まず受付で氏名、連絡先、健康状態などを登録します。これにより、安否確認や情報伝達がスムーズに行われます。
	避難場所の確保	指定されたスペースで、他の避難者と協力しながら、自分の寝る場所を確保します。プライバシー保護のため、毛布や段ボールなどで簡易的な仕切りを作ることもあります。
	情報収集	災害情報、避難所のルール、支援物資の配布時間など、掲示板や管理者からのアナウンスに注意を払い、積極的に情報を収集しましょう。
日 中 の 生 活	食事	配給される食糧は、決められた時間に指定された場所で受け取ります。アレルギーや宗教上の理由で食事に配慮が必要な場合は、管理者に早めに申し出ましょう。
	水分補給	水は貴重です。節水を心がけ、管理者からの指示に従って計画的に利用しましょう。
	手洗い	感染症予防のため、こまめな手洗い(手指消毒)を心がけましょう。
	トイレ	避難所のトイレは混雑することがあります。譲り合って使い、清潔に保つように心がけましょう。
	ごみ処理	管理者の指示に従い、分別して指定の場所に捨てましょう。
	健康管理	体調の変化に注意し、具合が悪くなったら管理者や巡回医療チームに相談しましょう。持病のある方は、薬を忘れずに服用し、必要に応じて管理者に申し出てください。
	情報共有 コミュニケーション	他の避難者と協力し、情報交換や助け合いを行いましょう。 ただし、プライバシーにも配慮し、過度な詮索は避けましょう。
	ボランティア活動	体力に余裕があれば、避難所の運営をサポートするボランティア活動に協力することもできます。管理者に申し出てみましょう。
夜 間 の 生 活	休 息	可能な範囲で休息を取り、体力を温存しましょう。
	就寝準備	指定された時間になったら、明かりを消し、静かに就寝します。消灯時間は厳守しましょう。
	防犯	貴重品は肌身離さず持ち歩き、不審な人物や行動を見かけたら管理者報告しましょう。
	緊急時の対応	夜間に災害が発生した場合に備え、避難経路や管理者の連絡先などを再確認しておきましょう。

④ 避難所に設けるべきスペース

下記「○」は当初から設けること、「△」は独立させることが望ましいもの。

区分	設置場所等	
① 避難所運営用		
○ 避難者の受付所	避難所入口(避難者が入る門)から避難スペース(体育館等)に向かう途中に1か所、避難スペース内に1か所設置する。	
△ 事務室	<ul style="list-style-type: none"> ・避難スペースの入口近くに、受付と共に設ける。 ・部屋を確保できない場合は、長机等で囲って事務スペースを設け、重要物品や個人情報は別室(施錠できるロッカー等)で保管する。 	
広報場所	<ul style="list-style-type: none"> ・避難スペースの入り口近くに、受付と共に設ける。 ・避難者や在宅避難者に市災害対策本部等からの情報を伝えるための「広報掲示板」と避難所運営用の「伝言板」を区別して設置する。 	
会議場所	<ul style="list-style-type: none"> ・事務室や休憩所等など、避難所運営連絡会のミーティングが行える場所を確保する。(専用スペースとする必要はない) 	
仮眠所	<ul style="list-style-type: none"> ・事務室等において、管理者用の仮眠所を確保する。 	
② 救護活動用		
救護所	・すべての避難所に行政機関等の救護所が設置されるとは限らないが、救護テントの設置や施設の保健室等を利用するなどして応急の医療活動ができる空間を作る。	
△ 育児室	<ul style="list-style-type: none"> ・就寝場所から離れた場所をできるだけ早く確保する。(乳幼児の泣き声など、両親や家族の心理的なプレッシャーを和らげるほか、周辺の避難者の安眠を確保する) 	
○ 物資等の保管場所	<ul style="list-style-type: none"> ・救援物資などを収納・管理する場所(舞台や倉庫など) 	
○ 物資等の配布場所	<ul style="list-style-type: none"> ・舞台の上など、避難者からよく見える場所に設ける。 	

	特設公衆電話の設置場所	<ul style="list-style-type: none"> ・当初は、屋根のある屋外など、在宅被災者も利用できる場所に設置する。 ・日が経過するにつれ、避難所内の就寝場所に声が聞こえない場所に設ける。
③ 避 難 生 活 用		
○	更衣室 (兼授乳場所)	<ul style="list-style-type: none"> ・女性用更衣室は、授乳場所も兼ねることがあるため、個室を確保する。(プライベートルーム等の活用)
△	相談室	<ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ早く、個人のプライバシーが守られて相談できる場所(個室)を確保する。
	休憩所	<ul style="list-style-type: none"> ・共用の多目的スペースとして設ける。当初は部屋でなくとも、いすなどを置いたコーナーを作ることでもよい。会議場所、娯楽場所などとしても活用する。
	調理場 (電気調理器具)	<ul style="list-style-type: none"> ・電気が復旧してから、電気湯沸しポット、電子レンジ等を設置するコーナーを設ける。(電気容量に注意が必要。)
	遊戯場、勉強場所	<ul style="list-style-type: none"> ・昼間は子どもたちの遊び場として、夜間は勉強の場として使用する。就寝場所からは少し離れた場所に設置する。
④ 屋 外		
	仮設トイレ	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋外で就寝場所に臭いが届かない所、し尿収集車の進入しやすい所、就寝場所から壁伝いで行ける(高齢者や障害者が行きやすい)場所とする。
	ごみ集積場	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋外で就寝場所に臭いが届かない所、ごみ収集車が進入しやすい所に、分別収集に対応できるスペースを確保する。
○	喫煙場所	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋外に設ける。ただし、学校など敷地内禁煙の施設については、喫煙スペースを設けない。
	物資等の荷下ろし場	<ul style="list-style-type: none"> ・トラックが進入しやすい所に確保する。 ・屋内に広い物資等の保管・配布場所が確保できないときは、屋外に仮設テント等を設ける。
	炊事・炊き出し場	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生状態が安定してから、避難者が自ら炊事、炊き出しができる仮設設備等を屋外に設置する。
	仮設入浴場 洗濯・物干場	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋外でトラックが進入しやすく、ボイラー等の使用や排水の確保ができる場所とする。
○	駐輪場	<ul style="list-style-type: none"> ・自転車で避難する人もいるため、駐輪スペースを設ける。
○	ペット飼育場所	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として、屋根のある場所に設ける。

① 避難所で提供する生活支援の主な内容

衛生管理の徹底

手洗い:流水と石鹼による手洗いを励行し、アルコール消毒液を複数箇所に設置する。手洗いの手順や重要性を分かりやすく掲示する。

咳工チケット:咳やくしゃみをする際は、ティッシュや肘の内側で口鼻を覆うことを周知する。使用済みティッシュの適切な処理方法を示す。

清掃・消毒:避難所内の共用部分(トイレ、ドアノブ、手すりなど)を定期的に清掃・消毒する。消毒液の種類と使用方法を明確にする。

換気:定期的な換気を実施し、可能な限り窓やドアを開放する。換気が難しい場合は、扇風機などを活用して空気の循環を促す。

ごみ処理:適切な分別と処理方法を定め、感染源とならないよう管理する。



健康管理と早期発見

健康チェック:避難者に対して、定期的な体温測定や健康状態の確認を行う。

体調不良者の早期対応:発熱や咳などの症状がある人を早期に発見し、専用のスペースに隔離する。必要に応じて医療機関への連絡体制を構築する。

情報共有:感染症の発生状況や予防策に関する情報を、分かりやすく避難者全体に周知する。

避難所の環境整備

スペースの確保:可能な限り、避難者間の距離を確保できるようなレイアウトを検討する。パーテーションなどで区切ることも有効。

区分け:健康な人と体調不良者を分離できるような区分けを検討する。

物資の備蓄:マスク、消毒液、体温計、使い捨て手袋などを十分に備蓄する。

多様性への配慮

避難者には、年齢、性別、国籍、障害の有無、宗教、性的指向など、さまざまな背景を持つ人々がいます。誰もが尊厳を持って過ごせるよう、以下の点に配慮が必要です。

【情報提供の多様化】

多言語対応:外国語での情報提供(掲示、翻訳ボランティアの活用など)を行う。

情報伝達手段の多様化:文字情報だけでなく、音声や図などを用いた情報提供も検討する。

【アクセシビリティ】

視覚障害者、聴覚障害者など、情報取得に困難のある人への配慮を行う。

聴覚障害者とのコミュニケーションを支援するための筆談具や意思伝達ボードなどの準備や障害のある人や高齢者、乳幼児連れの人などが利用しやすいスペースや介助体制を整える。

【プライバシーの確保】

パーテーションの活用:着替えや休憩のためのプライベート空間を確保できるよう、パーテーションなどを活用する。

【性別配慮】

トイレや更衣室の設置場所や利用方法について、性自認に配慮した運用を行う。

生活支援の多様化・食事:アレルギーを持つ人や宗教上の制約がある人への配慮(代替食の提供など)を行う。

【精神的なサポート】

不安やストレスを感じている人への相談窓口を設置する。特別な配慮を必要とする人への支援、障害のある人、必要な介助や情報提供、移動のサポートなどを行う。

高齢者、健康状態の把握や生活支援、見守り体制を整える。

【その他】

乳幼児連れ:授乳やおむつ替えのスペース、ミルク用のお湯の提供などを行う。

外国人:言葉の壁を取り除くための支援(翻訳ボランティアの配置など)については、本部に連絡し関係機関の協力を得る。

食糧の提供について

食糧の提供等の救援対策を実施するに当たっては、避難所内外にかかわらず、必要とする被災者に同様に対応します。「避難所にいなければ損をする」状況とならないよう、自宅にいても必要な支援が受けられる体制を整え、それを住民に周知する必要があります。

その他

避難所が長期にわたり開設される場合は、避難所での各サービスが単に仮住まいの場を提供するという機能ではなく、生活再建・復興への支援として機能するよう留意する必要があります。

また、大規模災害時の避難所運営において重要なことは、避難者が単にサービスの受け手ではなく、災害弱者を支えながら、お互いに助け合い、避難所運営に参加することによって初めて避難所の機能を発揮できることを住民に理解してもらうことが必要です。

5 災害発生時における市の体制

大地震や台風などによる風水害等の災害が発生した場合、市民の安全を守るため、東久留米市では、下記の体制が組まれます。

地震の場合

区分	配備態勢	参集基準	態勢
災害警戒体制	情報監視態勢 (危機管理室)	震度4の地震の発生又は災害が発生するおそれがある場合	市内の災害発生状況等の情報収集活動、関係機関との情報連絡を主とする態勢とする。
	危機管理対策会議 (※庁議等の設置及び運営に関する規則第4条に規定する構成員)	震度5弱の地震の発生又は局地的災害が発生した場合	災害情報の監視を強化し、局地的災害に直ちに対処できる態勢で、かつ社会的混乱の防止、情報の収集連絡及び広報活動に対処できる態勢とする。
災害対策本部	非常配備態勢	震度5強以上の地震の発生	市の全力をもって対処する態勢とする。
	夜間、休日等における災害発生時の非常配備態勢	夜間、休日等の勤務時間外に震度5強以上の地震が発生したとき、若しくは発生するおそれがある場合	1 各部の避難所初期活動班員は、あらかじめ指定された避難所等に速やかに出動し、所定の活動を行う。 2 上記を除く職員は、災害即応態勢又は特別非常配備態勢に準じ速やかに勤務場所に参集し、災害状況を報告するとともに災害応急対策に従事する。

※庁議等の設置及び運営に関する規則第4条に規定する構成員とは、市長、副市長、教育長、企画経営室長、総務部長、市民部長、環境安全部長、福祉保健部長、子ども家庭部長、都市建設部長、議会事務局長、教育部長及び部長に相当する職にある者。

風水害の場合

水防本部の設置(※危機管理対策会議を経て設置)

【水防配備態勢】該当職員は自席待機、また、執務時間外においては自宅待機

- (1)暴風、大雨又は洪水の警報・特別警報が発表され、風水害が発生するおそれがあるとき。
- (2)落合川又は黒目川に洪水が発生するおそれがあるとき。
- (3)前記に定めるもののほか、市長が風水害の発生するおそれがあると認めたとき又は風水害が発生したとき。

監視及び警戒	<ul style="list-style-type: none"> ・市内の河川等を巡視、監視警戒を開始 ・気象状況等を踏まえ、風水害のおそれがある場合は、監視警戒隊を配備して厳重に警戒
水防活動	<p>ア. 出動準備</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 水防警報により出動の準備又は待機の警告があったとき。 ② 河川等の状況により出動の必要が予測されるとき。 <p>イ. 出動</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 水防警報により出動又は指示の警告があったとき。 ② 水位が氾濫注意水位相当に達するなど、水害の危険のおそれがあるとき。 ③ その他水防上必要と認めるとき。

災害対策本部の設置

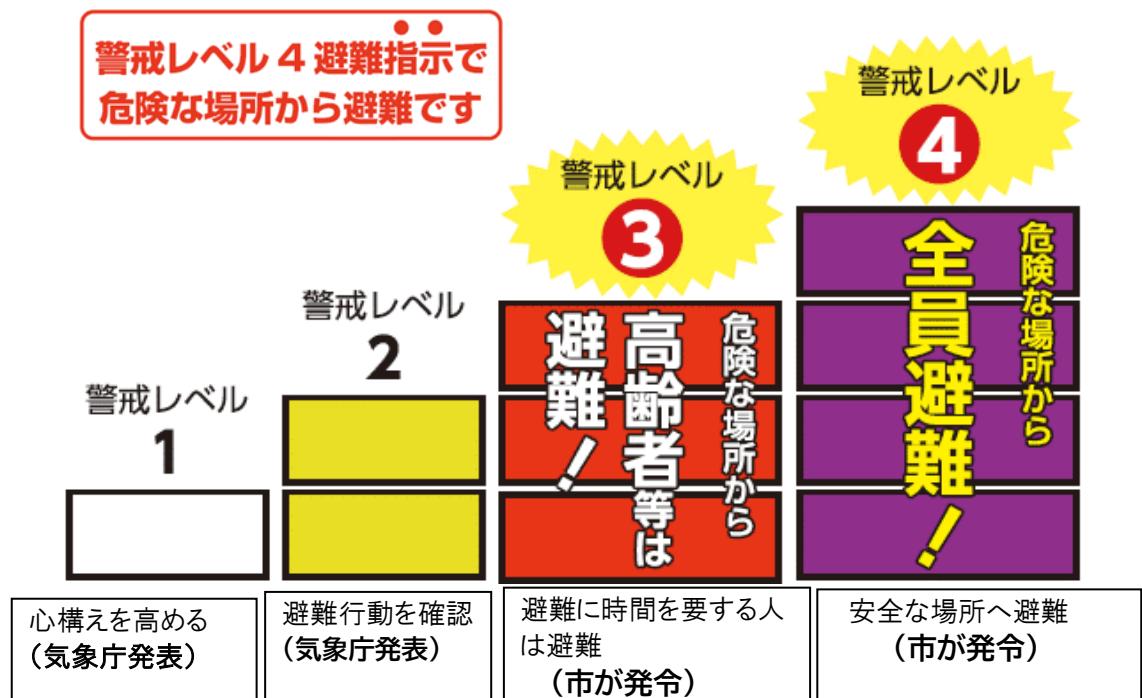
水防配備態勢での対応が困難な程度の風水害等が発生した際は、市長の判断により災害対策本部を設置して、全職員が水防作業に当たるものとする。

水防作業において必要がある場合は、他の水防管理者に対し、応援を求めるものとする。

警戒区域の設定	水防作業の必要がある場合、市長、消防団員又は消防機関に属する者は、警戒区域を設定し、一般市民等の立入りを禁止・制限できるとともに、その区域内の居住者の退去を命ずることができる。この場合、警視庁田無警察署長に対し、遅滞なく、その旨を通知しなければならない。
居住者の水防義務	水防作業のために止むを得ない必要がある場合、市長は、その区域内の居住者又は現場に居る者をして、作業に従事させることができる。
警察官の援助	水防のため必要があると認めるとき、市長は、現場の秩序あるいは保全維持のため、警視庁田無警察署長に対して、警察官の出動を求めることができる。

① 避難指示

「警戒レベル」は、気象庁などが発表し、住民の皆さんが主体的に避難行動等を判断するための危険情報です。危険な場所にいる方は、避難のタイミングや避難先を検討しておきましょう。

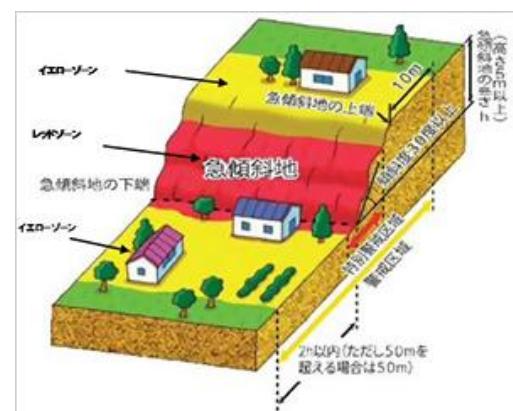


② 市内の危険区域

土砂災害警戒区域等:「土砂災害警戒区域等における土砂災害対策の推進に関する法律」により指定

土砂災害警戒区域(イエローゾーン)15箇所

急傾斜地の崩壊等、土砂災害が発生した場合に住民の生命または身体に危険が生じる恐れのある区域



土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン。上記のうち9か所)

急傾斜地の崩壊等、土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民の生命または身体に著しい危険が生じる恐れのある区域。

市内の土砂災害特別警戒区域は次の地域の一部です。

野火止二丁目、小山二丁目・四丁目、新川町一丁目、浅間町一丁目～三丁目、金山町二丁目、神宝町二丁目、南沢一丁目・二丁目

③ 災害発生時の行動



「台風・豪雨時」避難の流れ

平时に
確認

「自らの命は自ら守る」意識を持ち、自宅の災害リスクととるべき行動を確認しましょう。



- 市の洪水ハザードマップを確認して自宅がある場所は、浸水・洪水・土砂災害が発生する恐れが高いと想定された地域か確認しましょう。想定地域外でも、周りと比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、風水害時には自宅周辺状況の変化などに十分注意が必要です。
- 非常時持ち出し品や感染症対策の準備・点検を平時から行いましょう。



豪雨・台風接近



避難をする際は、自宅周辺の状況や気象情報、市からの情報等に留意し、安全に避難するために、夜間や豪雨の中を避け、自主的に早めの避難をしましょう。

自宅がある場所では浸水・洪水・土砂災害の発生は想定されますか？

自宅は安全な場所である

**在宅避難
(垂直避難)**



避難をする必要がある。

体調が悪い場合は、極力避難を行う
前に医療機関の受診を受けましょう。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

はい

いいえ

高齢者等避難で避難（警戒レベル3）

避難指示で避難（警戒レベル4）

避難に時間要する高齢者等が一緒にあれば分散避難など早めの避難が重要。



安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか。

はい

いいえ

安全な親戚や知人宅に避難

ホテル、親戚宅、
友人・知人宅、など

分散避難



市指定の避難所に避難

小中学校など

避難所避難

ペットの避難（※）

