

參考資料

- 1 避難所生活のルール例
- 2 トイレ使用上の注意例
- 3 食料・物資配布のルール例
- 4 ペット飼育のルール例
- 5 ごみ捨てるのルール例
- 6 火気使用のルール例
- 7 夜間警備体制のルール例
- 8 感染予防のルール例
- 9 災害時の衛生管理の方法
- 10 トイレの清掃方法
- 11 災害用伝言ダイヤルの使用方法
- 12 こころの健康
- 13 防災訓練案
- 14 段ボールトイレの作り方
- 15 応急担架の作り方
- 16 主な関係機関連絡先一覧
- 17 指定避難所一覧
- 18 地区本部一覧
- 19 医療機関一覧
- 20 防災倉庫一覧
- 21 東日本大震災における避難所の状況事例

避難所は、避難を必要としている方々が集まってくる場所です。避難所がスムーズに運営されるようになるまではしばらく時間がかかり、不便を感じることも多くあると思われませんが、節度のある行動をお願いいたします。

- 1 この避難所の運営に必要な事項を協議するため、避難者で組織する避難所運営委員会を設置します。
 - ・運営会議は、毎日（ ）時に開催します。
 - ・委員会に、総務班、避難者管理班、食料・物資班、施設管理班、保健・衛生班、要配慮者支援班の各活動班を設置します。
- 2 避難所は、電気、水道などのライフラインが復旧し、仮設住宅等が整備された段階で閉鎖されます。（状況により、規模の縮小や統合もあります。）
- 3 避難所に入所するときは、世帯単位で避難者名簿を提出してください。
- 4 避難所を退所するときは、退所者名簿を提出してください。
- 5 立ち入りを制限した場所には入らないでください。
 - ・「立入禁止」、「使用禁止」、「利用上の注意」などの指示には必ず従ってください。
 - ・避難所では、利用する部屋を移動していただくことがあります。
- 6 飲酒は禁止します。所定の場所以外での喫煙は禁止します。

- 7 食料・物資の配布に際してはルールを定めます。
 - ・食料・物資が不足する場合は、運営委員会で配布基準を決定します。
 - ・食料・物資は、在宅の被災者にも配布します。
 - ・ミルク・おむつなどは、必要な方に配布します。

- 8 消灯は、夜（ ）時です。
 - ・廊下は点灯したままとし、居住スペースは消灯します。
 - ・避難所の運営・管理に必要な部屋は、点灯したままとします。
 - ・携帯はマナーモードに設定し、着信音の鳴動や通話は禁止とします。
 - ・毎日（ ）時から清掃を行います。

- 9 施設の固定電話は、受信のみを行います。（伝言を受け、呼び出して伝えます。）
 - ・発信は、公衆電話や各自の携帯電話でお願いいたします。
 - ・携帯電話での通話については所定の場所でのみ可能とします。

- 10 ペットはルールに従って飼い主が責任を持って飼育してください。
 - ・盲導犬、介助犬以外の犬、猫などの動物類を居住スペースに入れることは禁止します。
 - ・ペットは決められた場所で飼育してください。

施設のトイレを使用する場合（水を確保して使用する場合）

- 皆さんが使用するトイレですので、清潔な使用を心がけましょう。
- トイレトーパーは、詰まる可能性がありますので、便器に流さず、備え付けのごみ箱に捨ててください。捨てた後は、悪臭防止のため必ずふたを閉めてください。
- トイレを使用したら、ポリバケツに汲み置きしてある水（流し用）を使用し、流してください。
- ポリバケツに汲み置きしてある水を使用した場合は、使用者が補充してください。
- ポリバケツに汲み置きしている水は、手洗いには使用しないでください。
- 手洗いは、手洗い場に備え付けてある水（手洗い用）を使用してください。

仮設トイレを使用する場合

- 皆さんが使用するトイレですので、清潔な使用を心がけましょう。
- 汲み取り業者の手配が必要なトイレですので、排泄物が溜まってきたら、気づいた人が保健・衛生班に報告してください。

- 食料・物資は、公平に分配します。
- 食料の受け取り時は、必ず手洗いか手指消毒をしましょう。
- 数量が不足する物資などは、高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児、子どもなどに優先して配布します。
- 物資の配布は、世帯代表の方にお渡ししますので、世帯で分配するようにしてください。
- 食料は、原則毎日朝()時、昼()時、夜()時に場所は、()で食料・物資班が配布します。
- 物資などは、原則毎日()時に、場所は、()で食料・物資班が配布します。
- 生理用品など女性特有品につきましては、()で女性が配布いたします。男性は立ち入らないようお願いいたします。
- 食料品の中には、アレルギーを引き起こす食材が含まれている場合があります。受け取る際、必ず確認をしてください。
- 各自必要な物資などは、食料・物資班に連絡してください。

- ペットは、指定された場所で、必ずケージに入れるかリードにより繋ぎとめて飼育してください。
- 飼育場所や施設は、飼い主が常に清潔にし、必要に応じて消毒を行ってください。
- ペットの苦情及び危害防止に努めてください。
- ペットの排便等は、飼い主の管理のもと、指定された場所で排便させ、後片付けを必ず行ってください。
- エサは時間を決めて、その都度きれいに片づけてください。
- エサの確保は、飼い主が行なってください。
- ノミ・ダニ等の発生防止等の衛生管理、健康管理に努めてください。
- 運動やブラッシングは、必ず屋外で行ってください。
- 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに保健・衛生班まで届け出てください。

- 世帯毎に発生するごみは、原則として各世帯が、共有のごみ捨て場に捨てます。
- 共同作業で発生したごみは、その作業を担当した人が責任を持って捨てます。
- ごみは、必ず分別して捨てます。
- 汚物・吐物等処理した場合のごみは、内容物が漏れ出さないよう密閉します。

- 避難所で火気を使用する場所は原則として（ ）とします。
- 居住スペースでの火気の使用は行わないでください。
- 火気を使用する際は、必ず消火バケツや消火器を用意してください。
- 夜間（ 時以降）は、避難所内で火気を使用しないでください。
- 使用する場合は、施設管理班に申し出てください。
- 居住スペースでストーブ等暖房器具を使用する際は、使用者が責任を持って管理してください。燃料が不足した際は、施設管理班に申し出てください。
- ストーブの周りには、燃えるものを置かないでください。
- 避難所内は禁煙です。
- 喫煙場所は（ ）です。
- タバコはきちんと消火し、吸殻入れに捨ててください。ポイ捨ては絶対に行わないでください。
- 吸殻入れの処理は、喫煙者が協力して実施してください。
- 吸殻を捨てる際は火の気がないか確認してから捨ててください。

- 夜間、共有部分は消灯せず、() 時に居住スペースのみ消灯しますので、ご協力ください。
- 夜間は不審者の侵入を防止するために、() の入口以外を施錠します。
- 夜間は避難所受付に施設管理班を配置し、また、防火防犯のために避難所内の巡回を行います。

- 食事の前・トイレの後は手を洗ってください。水の確保が困難な場合は、手指消毒用アルコールで消毒してください。
- 炊き出しや配食の時は、手洗いし、手指消毒用アルコールで消毒した上で、使い捨て手袋及びマスクを装着してください。
- 屋外・室内の履物は履き替えてください。また、室内トイレを使用の際はトイレ用の履物を利用してください。
- 嘔吐者が出た場合は、消毒し、嘔吐等で汚染した衣類も、感染源となるため、脱いだ衣類をビニール袋に入れるなどの措置を行なってください。
- 嘔吐・下痢が続く場合は、保健・衛生班に申し出てください。
- 咳が出る場合は、マスクを着用してください。発熱・長引く咳（2週間以上）等感染症が疑われる場合は、保健・衛生班に申し出てください。

1 感染症予防のポイント

(1) 換 気

○避難所では、狭い空間で多くの人が生活するため、空気がよどみがちになります。

同室の人と話し合い、定期的に空気の入れ換えをしましょう。

(2) 清 掃

○避難所では掃除機などを使うことは困難な場合があります。

○新聞紙を細かくちぎって、水にぬらして床へ撒き、ホコリがたたないようにして1日に1回は清掃しましょう。

(3) マスクの着用

○風邪などの感染症予防のため、マスク（ハンカチでも代用可）でのどの保護をしましょう。せき・くしゃみの際にはハンカチなどで口と鼻を押さえ、他の人から1メートル以上はなれましょう。

(4) 手洗い

○感染症予防には手洗いが一番ですが、災害時には水の確保が困難です。作業時の手袋の着用は手の汚れと怪我を同時に防いでくれます。

○消毒用アルコールが配給された場合には使用を周知しましょう。

○手や体を清潔に保てるよう、避難用品の中にウェットティッシュを入れておくとよいでしょう。

(5) ご み

○ごみは決められた場所に分別して収集しましょう。

○ごみの処理が不適切だと、ハエなど害虫の発生につながります。決められた場所に、分別してビニール袋に入れ廃棄しましょう。

(6) 消 毒

○感染症を予防するためには、トイレやごみの集積場、また、吐物などで汚染された場所の消毒が重要です。

(7) トイレ

○トイレ利用のルールを作り、みんなで守りましょう。

○当番を決めて、定期的に清掃・消毒を実施しましょう。

2 消毒液の作り方

家庭にある塩素系漂白剤を利用し、消毒液を作ることが出来ます。一般的な家庭用の塩素系漂白剤の塩素濃度は、5～6%です。

【消毒液の調製の注意点】

○塩素系の漂白剤は酸性の物質と混ぜ合わせると、塩素ガスが発生し大変危険です。

絶対に酸性の物質と混ぜ合わせないでください。

○調製時には、必ずゴム手袋を着用してください。

【消毒液の濃度（約 1000ppm）】

【用途】

嘔吐物・糞便が付着した床、衣類の漬け置き

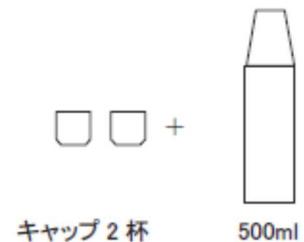
【消毒液の作り方】

①キャップ2杯分の塩素系漂白剤（約 10ml）を 500ml のペットボトルに入れます。

②水を肩口まで入れ 50 倍の水溶液を作ります。

③キャップを閉めて、よく振り混ぜます。

- ・出来上がった消毒液をジョーロなどに入れ、汚染された場所にまいた後、ふき取ります。
- ・汚染した衣類等は消毒液に漬けたあと洗濯します。
- ・作業時はマスク（ハンカチ可）などを着用してください。



【消毒液の濃度（約 200ppm）】

【用途】

まな板、ふきん等の食器・器具類、トイレの便座、ドアノブ、手すり、床等

【消毒液の作り方】

①キャップ2杯分の塩素系漂白剤（約 10ml）を 2ℓ のペットボトルに入れます。

②水を肩口まで入れ 250 倍の水溶液を作ります。

③キャップを閉めて、よく振り混ぜます。

- ・食器・器具類：消毒液に 10 分程度付漬けたあと水洗いします。
- ・まな板など：ティッシュ等に消毒液を含ませて消毒します。
- ・ドアノブ・テーブルなど：消毒液を染み込ませたタオル等で拭きます。



間違って飲まないようペットボトルの取り扱いには注意しましょう
ペットボトルには、**消毒液・飲用不可**等の表示をしっかりと！！

装備 マスク、手袋、前掛けなど（使い捨てできるものを利用）

**掃除
道具**

ぞうきん、バケツ、洗剤、ビニール袋、ごみ袋、新聞紙などのいらぬ紙
消毒液（水1Lに台所用塩素系漂白剤24ml（キャップ1杯）を混ぜる。）

- ① 入口のドアや窓を開けて、換気する。
- ② 汚物をとる。
 - ・汚物は新聞紙などで包んで取り、ビニール袋に入れる。
 - ・汚物を入れたビニール袋に消毒液を入れて密封し、ごみ袋に入れる。
- ③ 高いところから順番に、拭き掃除をする。
- ④ 床掃除をする。
- ⑤ 個室や便器の掃除をする。
 - ・消毒液で濡らしたぞうきんなどで、汚れの少ない場所から順に拭く。
（例：便座→ふた→タンク→便器の外側）
 - ・詰まり以外の原因で流れていない汚物があればバケツなどの水で流す。
（例：和式では2～3Lの水を上から勢いよく流し込む。）
 - ・水が流れる場合は塩素系洗剤を便器内につけ、数分後に水で流す。
- ⑥ 人の手が触れる部分を掃除する。
 - ・ドアノブ、手すり、水洗レバーなど人の手が触れる部分を、これまでの手順で使用していない消毒液で濡らしたぞうきんなどで拭く。
 - ・手洗い場の水アカなどをふき取る。
- ⑦ 消耗品を補充する。
 - ・掃除用の手袋を外側が内側になるように外し、ごみ袋を入れる。
 - ・トイレットペーパー、消臭剤、手洗い用の消毒液などを補充する。

後片付け

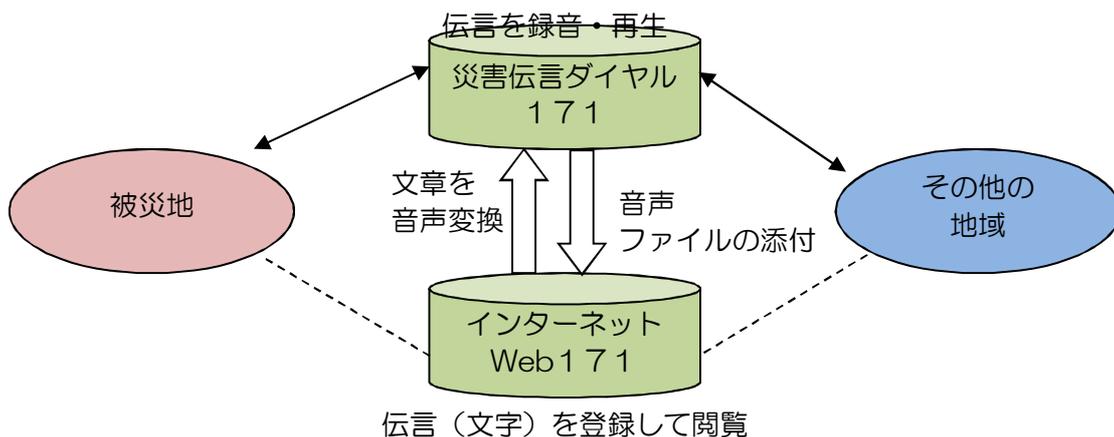
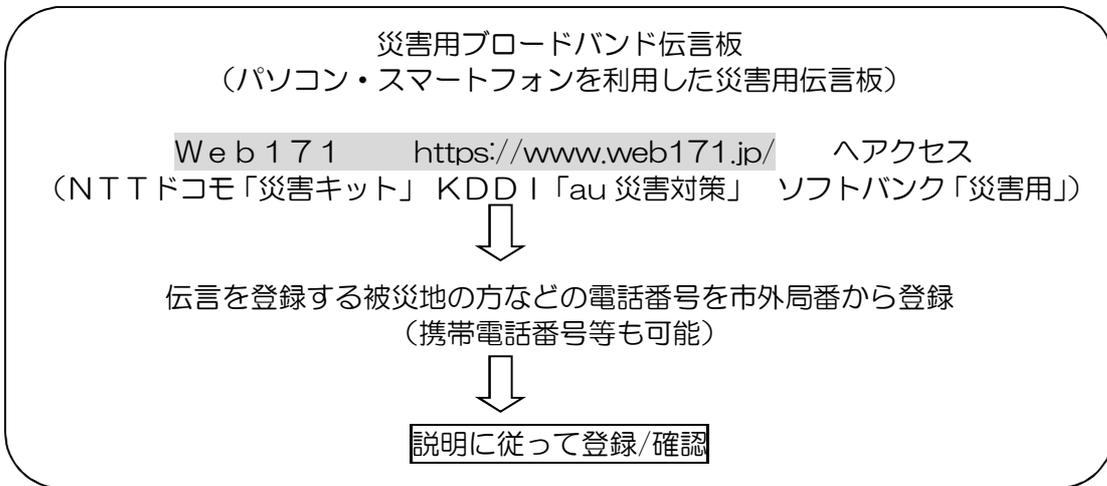
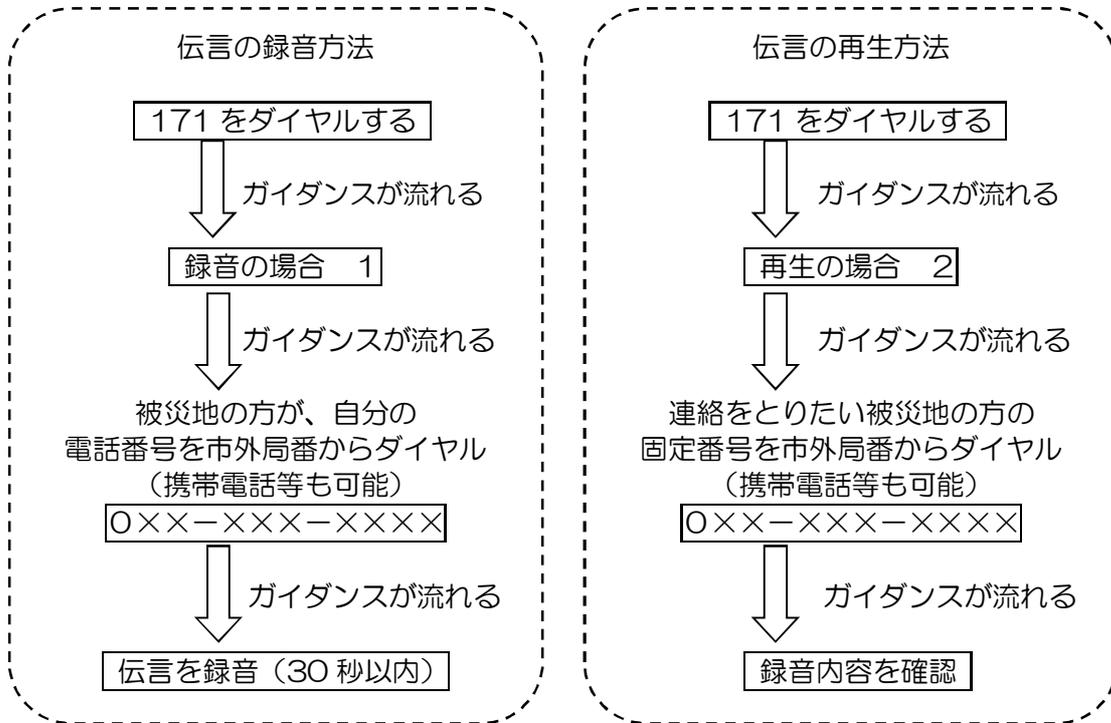
- ① マスク、手袋、前掛けなど着用していたものをごみ袋に入れ、トイレから出たごみと同じ場所に置く。
- ② 泥落としマットなどで靴の汚れを落とし、消毒液をしみこませたマットで靴の裏を消毒する。
- ③ 石けんで1分間、よく手を洗う。（指先、指の間、親指のまわり、手首などを念入りに！）水がない場合は手指消毒用アルコールを使う。
- ④ うがいをすする。

トイレから出たごみの処理

衛生・安全のため、袋を二重にして持ち運び、他のごみと混ざらないように注意する。（トイレ用のごみ置き場は予め決め、わかるようにしておく。）

【参考資料 1 1】 災害用伝言ダイヤルの使用方法

災害用伝言ダイヤルは大規模な災害が発生した場合に利用が開始されます。災害時は、全国から被災地への電話がつながりにくくなります。災害用伝言ダイヤルは、被災住民の安否を伝える声の伝言板です。



【参考資料 1 2】 こころの健康

悲惨な体験の後には、心身に思いがけない様々な変化が起こります。このような変化の全てを病的なものとして捉える必要はなく、身体的な健康管理と同時に、安全、安心、安眠と栄養が確保されるよう、支援を行うことが望ましいでしょう。

1 被災者のこころのケア

(1) 災害時の心的反応プロセス

被災者に起こる変化は、態度、しぐさ、表情、口調などからわかるものや、実際に面談して明らかになるものまで多様であること、また、災害によって引き起こされた様々な被害や影響がもたらすものには個人差があることに注意しましょう。

初期 (発災後 一ヶ月まで)	不安	態度が落ち着かない、じっとできない、怖がる、おびえる、ふるえ、動機
	取り乱し	話がまとまらない、行動がちぐはぐ、興奮している、涙もろい
	茫然自失	ぼんやりしている、無反応、記憶があいまい
	その他	睡眠障害
中長期 (発災後 一ヶ月以降)	緊張状態が続く(過覚醒)	常に警戒した態度をとる、些細な物音や気配にハットする
	過去に経験したことを思い出す(想起)	悲惨な情景をたびたびありありと思い出す、悲惨な情景を夢に見る
	回避、麻痺	災害を連想させる場所・もの・人・話題を避けようとする 感情がわからず何事にも興味が持てない
	気分の落ち込み(抑うつ)	憂鬱な気分、絶望感、無力感、孤独感、自分を責める
	その他	睡眠障害、アルコール摂取量が増える、他者を責める など

(2) 対応

- 被災者が自発的に支援を求めることは少ないです。
- 話したい人がいれば共感をもって聴くが、無理やり話をさせることはしません。(話を聴く場所は、プライバシーを配慮した部屋(相談室など)とします。)
- 被災体験を聴くよりも、日常生活での支障や困っていることを聴き、支援することが望ましいでしょう。
- 医師や保健師、精神保健福祉相談員に相談し、災害のあとの気持ちの変化などを活用しながら声かけをしましょう。

2 支援者(避難所運営側)のこころのケア

被災者を支援する人は、自分自身の健康問題を自覚しにくい上、その使命感のために休息や治療が後手に回りやすくなります。支援者には、被災者とは違うストレスが生じていることを認識し、十分な健康管理を行う必要があります。

(1) 支援者のストレスの要因

- 自分自身や家族、知人など身近な人も被災者である場合、特に身近な人よりも他者の支援を優先することが、心理的な緊張や疲労感をもたらします。
- 不眠不休で活動するなど、災害直後の業務形態が慢性化してしまいます。
- 自身の使命感と、物資や資機材の不足など現実の制約との間で葛藤を生じやすくなります。
- 被災者から、怒りや不安などの感情を向けられることがあります。
- 被害現場を目撃することでトラウマ反応を生じます。

(2) 支援者のストレス症状のチェック

下記のいくつかに当てはまると、大きなストレスを抱えている可能性があります。

<input type="checkbox"/> 疲れているのに、夜よく眠れない	<input type="checkbox"/> いつもより食欲がない
<input type="checkbox"/> 動悸、胸痛、胸苦しさを感ずる	<input type="checkbox"/> 物事に集中できない
<input type="checkbox"/> 涙もろくなる	<input type="checkbox"/> 身体が動かない
<input type="checkbox"/> イライラする	<input type="checkbox"/> 朝起きるのがつらい
<input type="checkbox"/> 酒の量が増えた	<input type="checkbox"/> 無力感を感じる
<input type="checkbox"/> 強い罪悪感を持つ	<input type="checkbox"/> 自分の身だしなみに関心が持てない
<input type="checkbox"/> 人と口論することが多くなった	

(3) 支援者のセルフケアのための留意点

活動しすぎない	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の限度をわきまえて、活動のペースを調整しましょう。 ・現場に長時間留まったり、1日にあまりに多くの被災者と関わったりしないよう「仕事を人に任せる」「断る」などしましょう。
ストレスに気付く	「(2) 支援者のストレス症状チェック」などを実施して自分の健康を管理し、ストレスの兆候に早めに気づくようにしましょう。
ストレス解消に努める	<ul style="list-style-type: none"> ・リラクゼーションや身体的ケア、気分転換、仕事以外の仲間（家族、友人等）との交流などでストレスの解消に努めましょう。 ・ストレスや疲労解消のための食物や医薬品の過剰摂取は避けましょう。（カフェインもかえって不安を増強させることがあるので注意。）
孤立を防ぐ	<ul style="list-style-type: none"> ・活動はペア（2人1組）で行いましょう。（1人で活動しない。） ・自分の体験を仲間と話し合い、先輩からアドバイスを受ける機会を定期的に設けましょう。
考え方を工夫する	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の行動をポジティブに評価しネガティブな考えは避けましょう。 ・セルフケアを阻害する態度（休憩を取るなんて自分勝手だ、みんな一日中働いているから私もしなければいけないなど）を避けましょう。

【参考資料 1 3】防災訓練案

各地域で行なう防災訓練の案です。

①避難訓練、②避難所開設訓練、③避難所運営訓練など組み合わせて実施すると効果的です。

①避難訓練	自宅からの避難訓練 ○【地震津波等】自宅～第一避難場所での安否確認～避難所への移動 ○【土砂災害等】自宅～避難所への移動
②避難所開設訓練	避難所へ到着後の避難所開設訓練 ○「建物の安全確認」：チェックリストを用いて確認、立入禁止場所の表示 ○「避難者受け入れ準備」：避難者の受け入れ体制の準備 ○「避難所レイアウト作成」：居住・共有スペース等の作成 ○「備蓄品等の確認」：備蓄品・資器材等の場所・内容確認 ○「避難者の受け入れ」：避難者受付・避難者名簿記入、居住スペースへの誘導
③避難所運営訓練	各活動班の運営訓練等 ○「運営会議」：各種情報の確認（想定）、避難所運営方針の決定・確認 ○「簡易トイレ等作成」：段ボールトイレ等の作成 ○「応急救護」：仮想での負傷者への対応、負傷者の搬送対応 ○「要配慮者支援」：要配慮者を想定した対応 ○「ペット対応」：ペットを連れた避難者を想定した対応 ○「炊き出し」：持参した食材を使用して炊き出し ○「情報伝達」：無線機の操作、情報伝言板の設置 ○「資機材」：発電機の操作、資機材の搬出

避難所運営訓練・タイムスケジュールの例

時間	内容
9:00～	<p>～地震発生～（自身の安全確保、火の元確認、非常持ち出し品確認等）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 「第一避難場所へ参集」・・・自宅から第一避難場所への道を確認 2 「安否確認」・・・地域で相互に安否の確認 3 「避難所へ移動」・・・避難所への道を確認
9:30～	<p>～ 避難所の開設 ～ 避難所運営委員を中心とした訓練</p> <ol style="list-style-type: none"> 4 「建物の安全確認」・・・チェックリストを用いて確認、立入禁止場所の表示 5 「避難者受け入れ準備」・・・避難者の受け入れ体制の準備 6 「避難所レイアウト作成」・・・居住・共有スペース等の作成 7 「備蓄品等の確認」・・・備蓄品・資器材等の場所・内容確認
10:00～	<p>～ 避難者の到着 ～</p> <ol style="list-style-type: none"> 8 「避難者の受け入れ」・・・避難者受付・避難者名簿記入、居住スペースへの誘導 <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <p>～避難所の運営～</p> <p>【年度ごとに取り組む項目を調整して実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 「運営会議」・・・各種情報の確認（想定）、避難所運営方針の決定・確認 ○ 「簡易トイレ等作成」・・・段ボールトイレ等の作成訓練 ○ 「応急救護」・・・仮想での負傷者への対応、負傷者の搬送対応 ○ 「要配慮者支援」・・・要配慮者を想定した対応 ○ 「ペット対応」・・・ペットを連れた避難者を想定した対応 ○ 「炊き出し」・・・持参した食材を使用して炊き出し ○ 「情報伝達」・・・無線機の操作、情報伝言板の設置 ○ 「資機材」・・・発電機の操作、資機材の搬出
12:00	<p>～ 各種訓練の終了・避難所の閉鎖 ～</p> <p>訓練終了後、課題等を抽出し、避難所運営マニュアルを更新</p>

実施上の注意・ポイント

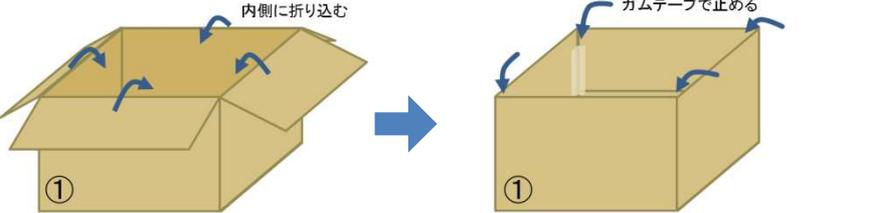
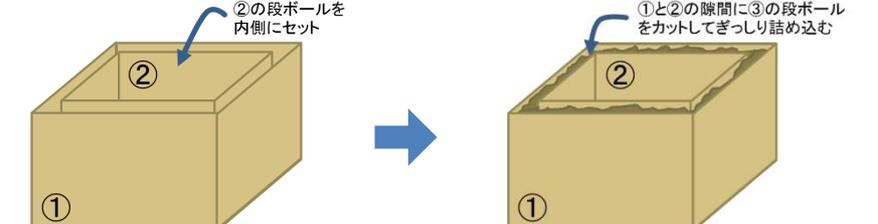
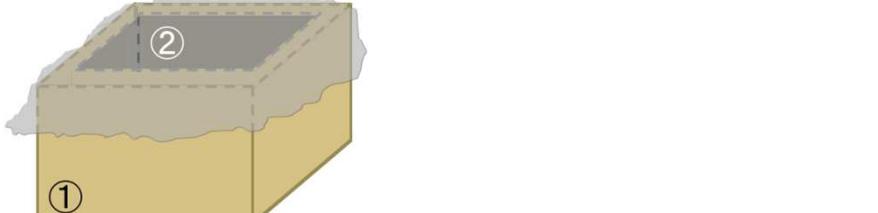
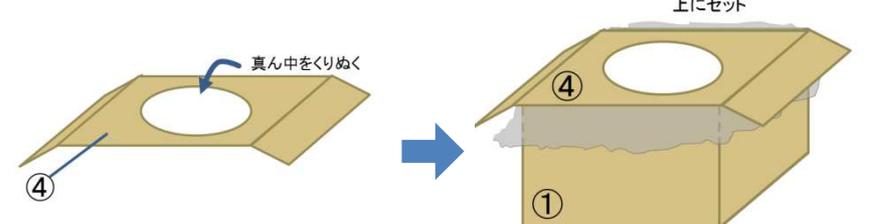
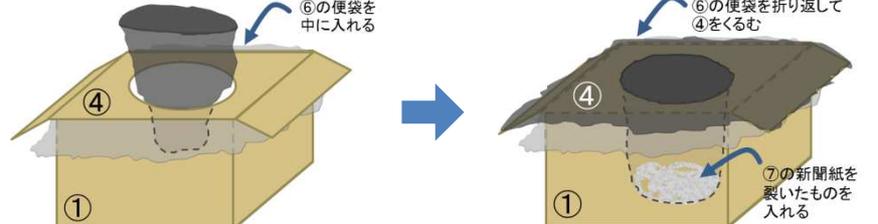
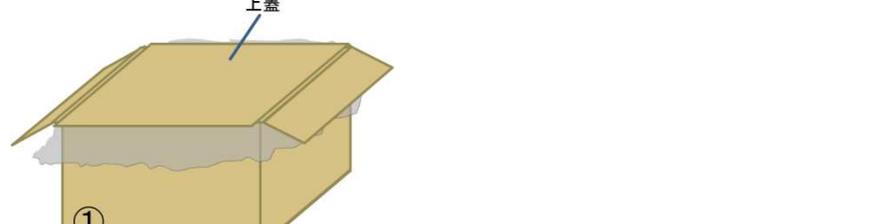
①避難訓練	
1 第一避難場所へ参集	<p>自宅から第一避難場所までの移動を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・持参品の確認（防災グッズ、備蓄食、常備薬など） ・移動経路の確認（場所、距離、所要時間など） ・移動経路上の危険箇所の確認（塀の倒壊、崖崩れ、津波の方向など） ・季節、時間帯、天候を想定して様々な時間帯に実施してみる
2 安否確認	<p>第一避難場所での安否確認を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自治組織ごとに確認 ・確認できなかった場合はどうするかの話し合いを実施
3 避難所へ移動	<p>避難所までの移動を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年度によって、「自宅～第一避難場所～避難所」と「自宅～避難所」を交互に実施 ・移動経路の確認（場所、距離、所要時間など） ・移動経路上の危険箇所の確認（塀の倒壊、崖崩れ、津波の方向など）
②避難所開設訓練	
4 建物の安全確認	<p>「安全点検チェックリスト」を用いて確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・施設の外を確認 ・事前に準備している鍵により、避難所の扉を開錠 ・施設の中を確認 ・電気・水道等の使用可否の確認
5 避難者受け入れ準備	<p>避難者を受け入れるための準備手順の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難者名簿、筆記用具など必要資機材の準備 ・各班の割り振り・役割の確認
6 避難所レイアウト作成	<p>居住スペースの作成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・居住スペースの区割りの確認、テープ等を用いて区割りの作成
7 備蓄品等の確認	<p>備蓄品・資器材等の場所・内容確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・備蓄品・資器材の置き場所とどんなものがあるのかを確認 ・有効期限等の確認、入れ替え
8 避難者の受け入れ	<p>避難者の受け入れを開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難者を受付後、居住スペースへ誘導し名簿に記入してもらう ・仮想で負傷者、要援護者、ペット連れ避難者等を事前に役割分担し、これらの方の対応について想定訓練を実施

③避難所運営訓練	
運営会議	<p>各種情報の確認（想定）、避難所運営方針の決定・確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地区本部からの情報等の伝達 ・避難所の状況確認（避難者の状況、施設の状況、防災資機材の状況） ・テレビ・ラジオ等により収集した災害状況の確認 ・今後の避難所の運営方針の決定と確認 <ul style="list-style-type: none"> 配布物資の種類、配布対象者 避難所のルールの決定・確認等 活動班の組織・役割分担・人員構成の再検討等 ・今後の会議の開催予定
簡易トイレ等作成	<p>段ボールトイレ等の作成訓練</p> <ul style="list-style-type: none"> ・段ボール、ビニール袋、ガムテープ、カッターで段ボールトイレを作成
応急救護	<p>仮想での負傷者への対応、負傷者の搬送対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・備蓄医薬品の確認、補充 ・応急担架等の作成、使用訓練
要配慮者支援	<p>要配慮者を想定した支援訓練</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自宅～避難所までの移動支援 ・避難所内での要配慮者移動困難箇所の検討
ペット対応	<p>ペットを連れた避難者を想定した対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペットスペースの確認 ・ペットスペースの設置
炊き出し	<p>持参した食材を使用して炊き出し訓練</p> <ul style="list-style-type: none"> ・火を起こす訓練（ガスボンベ等の操作訓練） ・米を炊く訓練、お湯を沸かし持参したレトルト食品を食べるなど
情報伝達	<p>無線機の操作訓練、情報伝言板の設置訓練</p> <ul style="list-style-type: none"> ・無線機の操作訓練（事前に市と調整） ・情報伝言板の設置箇所の確認 ・情報伝言板の設置・情報掲示訓練
資機材	<p>発電機の操作、資機材の搬出</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発電機がある場合は操作 ・テント等の設置

【参考資料 14】段ボールトイレの作り方

○準備するもの

- ①便器用の段ボール 1個（人が座れる大きさのもので、できるだけ頑丈なもの）
- ②内箱用の段ボール 1個（①の段ボールの高さと同程度のもので、①に入る大きさのもの）
- ③補強用の段ボール 適宜（段ボールの隙間を埋めるために用いるものでサイズは問わない）
- ④便座用、上蓋用の段ボール 1個（①の段ボールの上部の面を覆うことができるもの）
- ⑤大型の保護用ゴミ袋 2枚
- ⑥中型の便袋用ゴミ袋 1枚（※黒色のものが望ましい。交換用に複数枚必要）
- ⑦新聞紙等を細かく裂いたもの（水分を吸収するもの）
- ⑧ガムテープ
- ⑨カッターナイフ（はさみ）

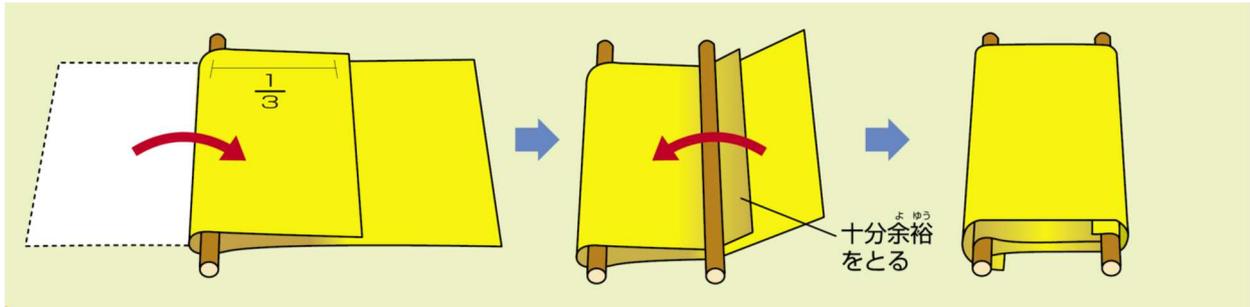
<p>1 ①の便器用の段ボールの上蓋を内側に折り込み、ガムテープで止める</p>	 <p>内側に折り込む</p> <p>ガムテープで止める</p>
<p>2 ①の中に、②の内箱用段ボールを入れる。強度を上げるため、①と②の隙間に、③の補強用段ボールをぎっしりと詰め込む。</p>	 <p>②の段ボールを内側にセット</p> <p>①と②の隙間に③の段ボールをカットしてぎっしり詰め込む</p>
<p>3 ⑤のごみ袋を二重にして、②の段ボールの内側に入れ、①の段ボールの外側を覆うようにする。</p>	
<p>4 ④の段ボールを、①の段ボールの上面のサイズよりひとまわり大きくカットし、中心に穴を開け、①の段ボールの上にセットする。</p>	 <p>真ん中をくりぬく</p> <p>上にセット</p>
<p>5 ⑥の便袋を箱の中に入れて④を包み込むようにくるみ、袋の中に⑦の新聞紙等を細かく裂いたものを入れる。</p>	 <p>⑥の便袋を中に入れる</p> <p>⑥の便袋を折り返して④をくるむ</p> <p>⑦の新聞紙を裂いたものを入れる</p>
<p>6 ④の段ボールの余りを使って、上蓋を作成し、上に載せる。 ※高さはブロックを置くなどして調整する。</p>	 <p>上蓋</p>

【参考資料 15】 応急担架の作り方

1. 毛布と棒を利用した応急担架

○準備するもの：毛布（もしくは厚手のカーテン等）1枚、約2mの丈夫な棒（物干し竿等）2本

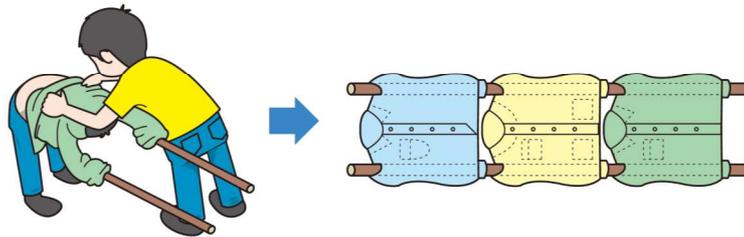
毛布の1/3のところを棒を置いて、毛布をおり返してつくります。



2. 服と棒を利用した応急担架

○準備するもの：洋服3~4枚、約2mの丈夫な棒（物干し竿等）2本

1 上着やトレーナーなどを裏返しにして袖を棒に通し、少しずつ重ねて、すきまなく並べます。前あわせの上着などは、必ずボタンをかけておきます。



【出典】総務省消防庁『防災・危機管理 e-カレッジ』<http://open.fdma.go.jp/e-college/>

【参考資料 16】主な関係機関連絡先一覧

災害時優先電話番号一覧表

平成 29 年 4 月 1 日現在

No.	施設名	電話番号	所在地	備考
1	大船渡市役所本庁舎	27-3113	盛町字宇津野沢 15	
2	大船渡市役所本庁舎	27-3114	盛町字宇津野沢 15	
3	大船渡市役所三陸支所	44-2112	三陸町越喜来字所通 26-1	
4	大船渡市役所三陸支所	44-2118	三陸町越喜来字所通 26-1	
5	大船渡市役所綾里地域振興出張所	42-2121	三陸町綾里字平館 75-2	
6	大船渡市役所吉浜地域振興出張所	45-2001	三陸町吉浜字上野 93-1	
7	大船渡消防署	27-2119	盛町字下館下 35-1	
8	大船渡消防署	27-3161	盛町字下館下 35-1	
9	大船渡消防署	27-3546	盛町字下館下 35-1	
10	大船渡市立赤崎小学校	26-3625	赤崎町字山口 8-4	
11	大船渡市立日頃市小学校	28-2301	日頃市町字関谷 48	
12	大船渡市立綾里小学校	42-2100	三陸町綾里字平館 21	
13	大船渡市立越喜来小学校	44-2102	三陸町越喜来字小出 24-4	
14	大船渡市立吉浜小学校	45-2016	三陸町吉浜字扇洞 185	
15	大船渡市立赤崎中学校	26-3525	赤崎町字山口 107-1	
16	大船渡市立日頃市中学校	28-2302	日頃市町字関谷 60-1	
17	大船渡市立綾里中学校	42-2300	三陸町綾里字黒土田 99-1	
18	大船渡市立越喜来中学校	44-2104	三陸町越喜来字前田 41	
19	大船渡市立吉浜中学校	45-2153	三陸町吉浜字扇洞 127-2	
20	綾里こども園	42-2224	三陸町綾里字中曾根 113-1	
21	吉浜こども園	45-2320	三陸町吉浜字扇洞 185	
22	越喜来こども園	44-3080	三陸町越喜来字小出 24-4	
23	大船渡市国民健康保険越喜来診療所	44-2103	三陸町越喜来字所通 26-1	
24	大船渡市国民健康保険綾里診療所	42-2132	三陸町綾里字平館 75-2	
25	大船渡市国民健康保険吉浜診療所	45-2007	三陸町吉浜字上野 93-1	
26	三陸 B&G 海洋センター	42-3201	三陸町綾里字黒土田 56	
27	大船渡市立中央公民館	26-2990	盛町字内ノ目 4-2	
28	大船渡市立三陸公民館	44-2510	三陸町越喜来字前田 36-1	
29	大船渡市立大船渡地区公民館	26-3819	大船渡町字明神前 10-14	
30	大船渡第一浄水場	27-3290	大船渡町字猪頭 34-5	
31	大船渡第二浄水場	27-2822	赤崎町字諏訪前 4-5	
32	大船渡第三浄水場	27-0862	盛町字東町 3-1	
33	気仙広域連合衛生センター	26-3739	盛町字田中島 13-15	
34	綾里地区生産物直売所	42-2541	三陸町綾里字宮野 40-3	

【参考資料 17】指定避難所一覧

(1) 第一避難場所（津波によるもの）

地区	避難場所	対象地区
盛町	天神山公園	本町、愛宕町、八幡町
	盛小学校グラウンド	桜場
	貴船神社付近高台	八幡町、桜場、田茂山一区
	リアスホール駐車場	田茂山一区、田茂山二区、盛中央団地、みどり町団地、下館下団地
大船渡町	海の星幼稚園園庭	地ノ森二区、中央通
	地ノ森公園	地ノ森一区、地ノ森二区
	岩淵内科医院付近	赤沢、中央通
	台町鉄道西側高台	台町、茶屋前
	大船渡保育園園庭	台町、茶屋前
	大船渡北小学校グラウンド	台町
	大船渡地区公民館付近	南町、明土、屋敷、田中、須崎
	加茂神社境内	南町、田中、川原、須崎、浜町
	大船渡中学校グラウンド	北笹崎、南笹崎、浜町
鉄道線路上高台	永沢、平一区、平二区、宮ノ前、下船渡	
末崎町	船河原高台	船河原
	長源寺境内	峰岸、内田、細浦、中野
	熊野神社境内（神坂）	神坂、小細浦
	末崎保育園園庭	小河原
	梅神高台	梅神
	門之浜高台	門之浜
	大豆沢高台	西館、泊里、碁石、三十刈
市立博物館付近高台	碁石	
赤崎町	主要地方道上高台	中井一区、沢田
	佐野高台	佐野
	八坂神社境内	宿、生形
	赤崎小学校グラウンド	大洞、生形、山口
	赤崎駅付近高台	大洞、生形
	赤崎中学校グラウンド	山口
	主要地方道上高台	大立、永浜
	主要地方道上高台	清水
	蛸ノ浦高台	上蛸ノ浦
	鳥沢高台	下蛸ノ浦
	担い手センター高台	長崎、外口
合足高台	合足	

地区	避難場所	対象地区
三陸町綾里	小石浜公民館付近	小石浜
	砂子浜生活改善センター付近	砂子浜
	岡田荘駐車場	白浜
	野々前ポンプ置場	野々前
	綾里駅前広場	宮野西、宮野東
	旧綾里地域振興出張所付近	港下、港上、岩崎下
	旧綾里こども園グラウンド	岩崎下（綾里川左岸）
	長林寺境内	岩崎上（綾里川右岸）
	綾里中学校グラウンド	港上（綾里川左岸）
	田浜地内 市道・避難道交差箇所手前付近高台	田浜
	市道川上線 田浜上1号橋付近	田浜
	主要地方道八ヶ森方向高台	石浜（石浜川右岸）
	主要地方道トンネル入口付近	石浜（石浜川左岸）
	小路部落公民館付近	小路
三陸町越喜来	市道佐須の沢線上 砂防ダム付近	崎浜東
	旧崎浜小学校駐車場	崎浜西、崎浜東
	正源寺境内	崎浜西
	山村広場	浦浜東
	越喜来小学校グラウンド	浦浜仲、浦浜西
	仲区公民館付近	浦浜仲
	ローソン大船渡越喜来店駐車場	浦浜西
	南区公民館付近	浦浜南
	泊地区公民館付近	泊
	ビアン駐車場	泊（館）
甫嶺地域防災コミュニティセンター付近	甫嶺東、甫嶺西	
鬼沢地区集会所付近	甫嶺東（鬼沢）	
三陸町吉浜	千歳部落公民館付近	千歳
	真称寺山門前	根白西、根白東
	扇洞会館付近	扇洞
	吉浜地区拠点センター付近	下通、上通
	旧中井ドライブイン付近	中通（吉浜川左岸）
	横石地内 市道吉浜越喜来線高台	中通（吉浜川右岸）
増館会館付近	増館	

※注 津波以外の水災、火災等の災害による場合の緊急避難場所は、市内の保育園、小・中学校、高等学校、公民館、神社、寺院及びその他適当な施設、広場、高台とする。

(2) 第二避難場所（避難所）

地区	避難場所	管理者	電話	対象地区	設備の状況					
					収容人員	自動車の出入	共同炊事施設	飲料水	暖房	畳
盛町	盛小学校 (屋内体育館)	校長	26-3624	地区本部 吉野町、上木町、旭町、 田茂山一区、田茂山二区、 御山下、盛中央団地	150人	可	有	上水道	有	無
	盛保育園	園長	26-3020	木町、本町、桜場	100人	不可	有	上水道	有	無
	洞雲寺	住職	26-2517	愛宕町、八幡町	150人	不可	有	上水道	有	有
	リアスホール	館長	26-4478	本町、愛宕町、八幡町、 桜場、田茂山一区、田茂 山二区、御山下、盛中央 団地、みどり町団地、下 館下団地	200人	可	有	上水道	有	有
大船渡町	大船渡地区公民館	地区公民館長	26-3819	地区本部 南町、明土、屋敷、明神 前、田中、川原、明神前 団地	300人	可	有	上水道	有	有
	大船渡北小学校 (屋内体育館)	校長	27-7107	富沢一区、富沢二区、地 ノ森一区、地ノ森二区、 雇用住宅、赤沢団地、赤 沢、上山、中央通、台町、 県立病院合同公舎	300人	可	有	上水道	有	無
	大船渡中学校 (屋内体育館)	校長	27-6850	須崎、北笹崎、南笹崎、 浜町、永沢、平一区、平 二区、宮ノ前、下船渡、 平三区	600人	可	有	上水道	有	無
	大船渡保育園	園長	27-7518	台町、茶屋前	150人	可	有	上水道	有	無
末崎町	ふるさとセンター	地区公民館長	29-2955	地区本部	200人	可	有	上水道	有	有
	末崎中学校 (屋内体育館)	校長	29-3926	峰岸、内田、細浦、神坂、 中野、平、小田、小河原、 平南団地	300人	可	有	上水道	有	無
	船河原公民館	公民館長		船河原	30人	可	有	上水道	有	有
	長源寺	住職	29-3622	内田、細浦	50人	可	有	上水道	有	有
	熊野神社(神坂)社 務所	宮司	29-3650	神坂、小細浦	50人	可	無	上水道	有	有
	末崎小学校 (屋内体育館)	校長	29-3928	小細浦、小河原、門之浜	300人	可	有	上水道	有	無
	碁石地区コミュニテ ィセンター	公民館長	29-3701	中井、西館、泊里、碁石、 三十刈、山根	100人	可	有	上水道	有	有
梅神公民館	公民館長		梅神	30人	可	有	上水道	有	有	
赤崎町	赤崎小学校 (屋内体育館)	校長	26-3625	地区本部 宿、後ノ入、大洞、生形、 山口	250人	可	有	上水道	有	無
	赤崎中学校 (屋内体育館)	校長	26-3525	山口、大立、永浜	350人	可	有	上水道	有	無
	蛸ノ浦保育園	園長	27-9847	上蛸ノ浦、下蛸ノ浦	100人	可	有	上水道	有	無
	蛸ノ浦漁村厚生施設	地区公民館長	27-7500	地区本部 上蛸ノ浦、下蛸ノ浦	100人	可	有	上水道	有	有
	清水地域防災コミュ ニティセンター	公民館長		清水	20人	可	有	上水道	有	有

地区	避難場所	管理者	電話	対象地区	設備の状況					
					収容人員	自動車の出入	共同炊事施設	飲料水	暖房	畳
赤崎町	担い手センター (長崎地域公民館)	長崎契約会	27-9089	長崎、外口	100人	可	有	上水道	有	有
	合足地域防災コミュニティセンター			合足	20人	可	有	上水道	有	有
猪川町	猪川地区公民館	地区公民館長	26-3465	地区本部 大野、上久名畑、下久名畑、新道、下権現堂	200人	可	有	上水道	有	有
	猪川小学校 (屋内体育館)	校長	26-3628	中井一区、沢田、佐野、中井二区、前田、下富岡、上富岡	150人	可	有	上水道	有	無
	大船渡高校 (屋内体育館)	校長	26-4441	長谷堂、長谷堂団地、上中井、下中井	200人	可	有	上水道	有	無
立根町	生活改善センター	地区公民館長	27-9271	地区本部	50人	可	有	上水道	有	有
	立根小学校 (屋内体育館)	校長	26-3627	上手、平田、田谷、町場、大畑野	300人	可	有	上水道	有	無
	大船渡第一中学校 (屋内体育館)	校長	26-3527	菅生、下欠	200人	可	有	上水道	有	無
	立根保育園	園長	26-3645	上手、平田、田谷	50人	可	有	上水道	有	無
	大船渡東高校 (屋内体育館)	校長	26-2380	久保、川原	300人	可	有	上水道	有	無
	安養寺	住職	26-4242	和村	100人	不可	有	自家水	有	有
日頃市町	日頃市地区公民館	地区公民館長	28-2943	地区本部	100人	不可	有	上水道	有	有
	日頃市保育園	園長	28-2340	宿、川内、関谷	50人	可	有	上水道	有	有
	長安寺	住職	26-3391	平山、小通、長安寺、板用	200人	可	有	自家水	有	有
	鷹生地域多目的集会センター (鷹生地域公民館)	公民館長	28-2122	甲子、鷹生	30人	可	有	自家水	有	有
	坂本沢林業構造改善センター (坂本沢地域公民館)	公民館長		坂本沢、大森、田代屋敷、石橋	30人	可	有	自家水	有	有
三陸町綾里	小石浜公民館	公民館長	42-2944	小石浜	30人	可	有	簡易水道	有	有
	砂子浜生活改善センター	協栄会長		砂子浜	20人	可	有	自家水	有	有
	綾里漁村センター	契約会長	42-2900	白浜	50人	可	有	自家水	有	有
	野々前しおさい会館	契約会長	42-2414	野々前	50人	可	有	簡易水道	有	有
	宮野地区多目的集会施設	公民館長	42-2943	宮野西、宮野東	100人	可	有	簡易水道	有	有
	長林寺	住職	42-2058	岩崎上、野形	100人	可	有	簡易水道	有	有
	野形郷土文化保存伝習施設(野形不動七福会館)	公民館長		野形	50人	可	有	簡易水道	有	有

地区	避難場所	管理者	電話	対象地区	設備の状況					
					収容人員	自動車の出入	共同炊事施設	飲料水	暖房	畳
三陸町綾里	綾姫ホール	所長	42-2121	地区本部 港下、港上、岩崎下	200人	可	有	簡易水道	有	有
	綾里こども園	園長	42-2224	岩崎下	150人	可	有	簡易水道	有	有
	綾里中学校 (屋内体育館)	校長	42-2300	港上	300人	可	有	簡易水道	有	有
	田浜地域防災コミュニティセンター	契約会長		田浜	20人	可	有	簡易水道	有	有
	石浜地区多目的集会施設	方正会長	42-2941	石浜	50人	可	有	簡易水道	有	有
	小路部落公民館	契約会長		小路	30人	可	有	簡易水道	有	有
三陸町越喜来	崎浜公民館	公民館長	44-3380	崎浜西、崎浜東	50人	可	有	簡易水道	有	有
	越喜来小学校 (屋内体育館)	校長	44-2102	地区本部 泊、浦浜西、浦浜東	300人	可	有	簡易水道	有	無
	特産品生産施設	市		浦浜西	100人	可	無	自家水	有	有
	仲区公民館	公民館長	44-2670	浦浜仲	30人	可	有	簡易水道	有	有
	遊 you 亭夏虫	三陸ふるさと 振興株式会社	44-3711	浦浜西	200人	可	有	自家水	有	有
	南区公民館	公民館長	44-2945	浦浜南	30人	可	有	簡易水道	有	有
	上甫嶺研修集会施設	公民館長		上甫嶺	30人	可	有	簡易水道	有	有
	甫嶺地域防災コミュニティセンター	自治会長		甫嶺東、甫嶺西	50人	可	有	簡易水道	有	有
	鬼沢地区集会所	公民館長		甫嶺東(鬼沢)	30人	可	有	自家水	有	有
矢作集会所	公民館長		甫嶺西(矢作)	20人	可	有	自家水	有	有	
三陸町吉浜	千歳部落公民館	部落会長	45-2813	千歳	60人	可	有	簡易水道	有	有
	根白会館	部落会長	45-2292	根白	30人	可	有	簡易水道	有	有
	扇洞会館	公民館長		扇洞	30人	可	有	簡易水道	有	有
	吉浜荘	愛生会	45-2111	後山	30人	可	有	自家水	有	有
	吉浜地区拠点センター	所長	45-2001	地区本部 中通、下通、上通	200人	可	有	簡易水道	有	有
	大野部落公民館	部落会長		大野	30人	可	有	簡易水道	有	有
増館会館	公民館長		増館	30人	可	有	自家水	有	有	
市内全域	市民体育館 (※)	市	27-1001	市内全域	600人	可	無	上水道	有	無

※ 市民体育館を避難所として開設する場合は、地震や土砂災害で他の第二避難場所が使用できなくなり、避難者を収容できないなどの場合に、市本部長が総合的に判断して開設を決定する。

【参考資料 18】地区本部一覧

地 区	施設名	住所	電 話	F A X
盛町	盛小学校（屋内体育館）	岩手県大船渡市盛町字沢川 30	26-3624	26-5512
大船渡町	大船渡地区公民館	大船渡市大船渡町字明神前 10-14	26-3819	26-3819
末崎町	ふるさとセンター	大船渡市末崎町字平林 81	29-2955	29-2955
赤崎町	赤崎小学校（屋内体育館）	大船渡市赤崎町字山口 8-4	26-3625	26-3676
	蛸ノ浦漁村厚生施設	大船渡市赤崎町字鳥沢 219-5	27-7500	—
猪川町	猪川地区公民館	大船渡市猪川町字下権現堂 8-11	26-3465	26-3465
立根町	生活改善センター	大船渡市立根町字関谷 69-8	27-9271	27-9271
日頃市町	日頃市地区公民館	大船渡市日頃市町字関谷 21-5	28-2943	28-2943
三陸町綾里	綾姫ホール	大船渡市三陸町綾里字平館 75-2	42-2121	42-2076
三陸町越喜来	越喜来小学校（屋内体育館）	大船渡市三陸町越喜来字小出 24-4	44-2102	44-3102
三陸町吉浜	吉浜地区拠点センター	大船渡市三陸町吉浜字上野 93-1	45-2001	—

【参考資料 19】医療機関一覧

(平成 28 年 4 月 1 日現在)

名 称	責 任 者	所 在 地	電 話	診療科目
岩手県立大船渡病院	伊藤 達朗	大船渡町字山馬越 10-1	26-1111	総合
国民健康保険吉浜診療所		三陸町吉浜字上野 93-1	45-2007	内科
国民健康保険越喜来診療所	佐々木 道夫	三陸町越喜来字所通 26-1	44-2103	内科
国民健康保険綾里診療所		三陸町綾里字平館 75-2	42-2131	内科
山浦医院	山浦 玄悟	盛町字内ノ目 2-4	26-3121	内科
山崎内科医院	山崎 一郎	盛町字内ノ目 7-20	26-4448	内科
鳥羽整形外科医院	鳥羽 義紀	盛町字館下 4-18	27-1280	外科
大津医院	大津 定子	盛町字東町 11-11	27-2673	内科
飯塚眼科医院	飯塚 和彦	盛町字東町 5-5	21-3011	眼科
岩渕内科医院	岩渕 正之	大船渡町字新田 49-4	26-5355	内科
石倉クリニック	石倉 功一	大船渡町字茶屋前 55-3	21-2525	内科
菊田外科医院	菊田 裕	大船渡町字明神前 11-1	26-4075	外科
菊池医院	菊池 洋	大船渡町字山馬越 183-5	21-1620	内科
地ノ森クリニック	蔵本 純一	大船渡町字山馬越 188	27-1721	内科
滝田医院	滝田 有	末崎町字平林 75-1	29-3108	内科
星こどもクリニック	星 篤樹	猪川町字前田 6-5	21-2611	小児科
及川皮膚科クリニック	及川 東士	猪川町字中井沢 10-10	21-1227	皮膚科
えんどう消化器科内科クリニック	遠藤 稔弥	猪川町字中井沢 7-2	21-1555	内科
いとう耳鼻咽喉科クリニック	伊藤 俊也	猪川町字中井沢 7-7	21-1333	耳鼻科
うのうらクリニック	鶴浦 哲朗	立根町字中野 40-5	21-3636	内科
ちば内科診療所	千葉 誠	立根町字宮田 64-2	21-2255	内科
国民健康保険歯科診療所	熊谷 優志	三陸町綾里字平館 75-2	42-3228	歯科
広沢歯科医院	廣澤 聡	盛町字宇津野沢 5-2	27-4310	歯科
及川歯科医院	及川 理	盛町字みどり町 3-15	27-5582	歯科
いいだ歯科クリニック	飯田 浩之	大船渡町字富沢 31-1	26-0082	歯科

名 称	責 任 者	所 在 地	電 話	診 療 科 目
橋爪歯科医院	橋爪 正一	大船渡町字上山 11-18	27-8282	歯科
いわぶち歯科	岩渕 由之	大船渡町字新田 48-22	21-3377	歯科
細川歯科医院	細川 貴孝	大船渡町字台 16-2	27-4158	歯科
菊池歯科クリニック	菊池 万里子	大船渡町字山馬越 182-5	26-2108	歯科
峰岸歯科医院	熊谷 英人	大船渡町字笹崎 15-9	27-5535	歯科
気仙訪問歯科診療所	大阿久 国賢	大船渡町字笹崎 59-2	47-4533	歯科(訪問)
後藤歯科医院	後藤 俊明	末崎町字平林 72-26	29-3888	歯科
渡辺歯科クリニック	渡辺 美紀	猪川町字前田 3-3	26-5100	歯科
ちば歯科医院	千葉 寛子	猪川町字轆轤石 10-13	27-8727	歯科
ほりのうち歯科医院	菊池 正広	立根町字堀之内 24-3	27-5666	歯科
阿部歯科医院	阿部 幸一	立根町字宮田 70-9	27-0787	歯科
くまかみ歯科クリニック	熊上 亮	赤崎町字諏訪前 37-2	21-1888	歯科
越喜来歯科診療所	小松 賀一	三陸町越喜来字所通 26-1	44-2143	歯科

【参考資料 20】防災倉庫一覧

(平成 28 年 4 月 1 日現在)

No.	設置箇所	住 所	サイズ	設置 年度	備考
1	盛小学校	盛町字沢川 30	m ² 6.6	H25	
2	リアスホール①	盛町字下館下 18-1	9.9	H25	
3	大船渡北小学校	大船渡町字山馬越 68-2	6.6	H25	
4	大船渡地区公民館	大船渡町字明神前 10-14	9.9	H25	
5	大船渡中学校	大船渡町字永沢 94-1	6.6	H25	
6	末崎小学校	末崎町字山岸 122	6.6	H25	
7	ふるさとセンター	末崎町字平林 81	9.9	H25	
8	漁村センター	赤崎町字山口 80-38	9.9	H25	
9	蛸ノ浦漁村厚生施設	赤崎町字鳥沢 219-5	9.9	H25	
10	猪川小学校	猪川町字轆轤石 23	6.6	H25	
11	猪川地区公民館	猪川町字下権現堂 8-11	9.9	H25	
12	立根地区公民館	立根町字関谷 69-8	9.9	H25	
13	日頃市地区公民館	日頃市町字関谷 21-5	9.9	H25	
14	三陸 B & G 海洋センター	三陸町綾里字黒土田 56	9.9	H25	
15	山村広場	三陸町越喜来字杉下 56-4	9.9	H25	
16	越喜来中学校	三陸町越喜来字前田 41	6.6	H25	
17	吉浜地区拠点センター	三陸町吉浜字上野 93-1	9.9	H25	
18	リアスホール② (西側駐車場)	盛町字下館下 26-4	9.9	H25	

第2章 避難所

1 避難所の開設

■事実経過

H23/3/11	各避難所で開設準備・避難者の受入
3/15	避難所60カ所、避難者8,737人
3/18	避難者の入浴支援開始（～8/31）
4/26	県立福祉の里センターに福祉避難所を開設（～7/25）
8/28	全ての避難所を閉鎖

1. 避難所の開設

本市では地域防災計画において、第一避難場所（津波によるもの）として58カ所を指定していたが、このうち6カ所が津波によって浸水した。第一避難場所の一つである大船渡小学校は、校庭や校舎が津波で浸水したが、校庭に避難していた児童らは、土手を登るなどして全員無事に避難することができた。

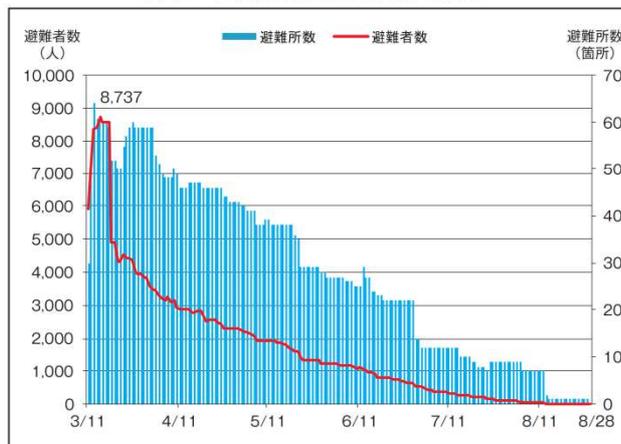
第二避難場所（収容所）は68カ所が指定されており、このうち8カ所が津波の浸水により使用できなかった。また、第二避難場所に指定されていないリアスホール、末崎小学校体育館、県立福祉の里センター、旧花菱縫製三陸工場なども、避難所として開設した。

2. 避難者の収容

各避難所では、周辺の住民らが避難し、避難所への避難者数のピークは3月15日、8,737人

（食事支援のみの方も含む）、避難所の開設数のピークは3月13日の64カ所であった。

図表 避難所数と避難者数の推移



	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15	3/16	3/19	4/11	5/11	6/11	7/11	8/11	8/28
避難所数	30	52	64	61	60	60	52	46	39	25	12	7	0
避難者数	5,960	7,545	8,353	8,437	8,737	8,572	5,169	2,831	1,907	1,102	335	54	0

2 避難所の運営

1. 避難所の運営形態

避難所の運営形態は、避難所ごとに異なり、自主防災組織や地域公民館役員を中心に、自主的な運営が行われた避難所や、常駐した市職員が中心となって運営が行われた避難所など様々

であった。主な避難所運営の例として、赤崎地区の「漁村センター」と盛地区の「リアスホール（大船渡市民文化会館・市立図書館）」の運営について紹介する。

2. 避難所の取組：漁村センター

■事実経過

H23/3/11	赤崎地区本部の設置及び避難所の開設 地区公民館長及び地区本部長から避難者全員に対して今後の避難生活等について説明
3/12	避難者全員による朝礼（情報の伝達）（以降、避難所閉鎖まで行う） 避難者名簿の作成、物資・食料の確保
3/13	ストーブ及び灯油が市災害対策本部から届く。 漁村センター内を土足禁止とする。
3/14	米軍ヘリコプターにより救援物資が届く。
3/15	ラジオ体操開始 災害派遣医療チーム（DMAT）が漁村センターで診療開始 避難者外出時の入退室管理開始（手書き用紙）
3/17	衛星電話を設置 避難者外出時のパソコン入力による入退室管理開始
3/19	五葉温泉入浴者の取りまとめ開始
3/20	9時から17時まで大広間のテレビの放映を開始 避難所の夜間施設を開始
3/23	漁村センターの電気復旧 地元業者の申し出によりシャワー室設置
3/25	シャワー室の利用を利用者名簿管理で実施（1人20分以内、13時～20時）
4/22	入浴施設設置
4/24	漁村センター津波避難検証訓練を実施
5/2	漁村センターの上水道復旧
6/1	夜間警備員を配置（市委託）
7/25	避難所の閉鎖準備（借用物品の返却等）を開始
7/30	漁村センターの大掃除・避難所閉鎖

①避難所の開設・避難者の収容

漁村センターは、赤崎地区本部の設置場所となっており、地震発生後、津波が襲来する前に地区本部長及び地区本部長1名が参集することができ、地区本部を設置するとともに、避難所を開設し、避難者の受入れ体制を整えた。漁村センターには、児童や保育園児、近隣事業所の従業員、近隣住民等300人を超える人が避難してきた。その後、隣接する公園まで津波がせまってきたため、避難者を施設の2階や屋根に避難させた。漁村センター玄関前まで津波によって浸水したものの、施設内への津波の浸水は免れた。

漁村センターには備蓄していた毛布が200枚あり、さらに、敷地内で隣接する赤崎保育園から幼児用の毛布や布団を調達し、避難者におおむね1人1枚の毛布を配ることができた。暖房器具はほとんどが電気を使用するものであったが、ダルマ式ストーブが2台あり、重宝した。

避難者は、1階の大広間（80畳）と2階の中会議室（40畳）、小会議室（27畳）に分かれ、身を寄せ合って一夜を過ごした。

②避難所の運営

発災当日、午後5時頃に避難者を1階の大広

間に集め、地区公民館長と地区本部長から今後の避難生活等について説明を行った。地区公民館長は「前代未聞の未曾有の事態である。皆で助け合ってこの難局を乗り切っていかなければならない。非常に大変だと思うが、諦めずに頑張っていこう。」、地区本部長は「想像を絶する状況であり、ここでの避難生活がどのくらいに及ぶか分からない。長期の避難を覚悟せざるを得ない状況と考えている。いずれ、皆で協力し合って頑張っていくしかない。なお、今夜のうちに避難者名簿を作成するので、回覧する用紙に住所・氏名を記入願いたい。」という内容を伝えた。

その後、地区公民館長と地区本部長との間で話し合い、赤崎地区全体の支援を行っていくこと、支援の体制は地区公民館を主体とし、地区本部は事務局的作用として後方支援を行うこと等を確認しあった。住民への対応は、住民に身近な地区公民館が担うことで住民の理解も得られやすく、円滑な運営を行うことができるということ考えた上での判断であった。避難者は食事係、清掃係、衛生係、物資係等の役割を分担するとともに、手製の黄色い腕章を付けることにより識別を行った。そして、毎晩、地区公民館長、地区本部員、各係の代表者、地区消防団代表等でミーティングを開き、様々な課題について協議を行った。

12日には午前8時から、13日には午前7時から、施設の玄関口で避難者全員を集めて朝礼を行った。この朝礼は、避難所が閉鎖されるまで毎朝行い、地区公民館長のあいさつの後に、地区本部長からの諸連絡やそれに対する質疑応答等を継続して実施した。朝礼には、赤崎地区内の地域公民館代表者も出席し、赤崎地区全体で情報共有が図られる体制を構築した。朝礼後は地域公民館代表者との打合せを行い、各地域からの要望や課題等を聴き、現状の把握に努めた。地区本部では、ここで出た内容について市災害対策本部から情報を得たり、関係機関への伝達を行うなどして、課題等の解決を図った。朝礼前には、避難者による館内清掃が毎朝行われた。こうして漁村センターでは、地区公民館



漁村センター

長を中心とした運営体制が構築され、避難者とともに助け合いながら、規律ある避難生活を送った。

12日以降は、ばらばらに避難していた家族の再会などにより、避難者の出入りが多くなり、避難者名簿もこれに応じて更新された。安否確認を求める人が多く、避難者名簿の管理は重要な役割であった。

漁村センターにおける通信環境については、11日の地震発生後、移動系防災行政無線で市災害対策本部に地区本部設置の報告を行ったものの、津波襲来後は、移動系防災行政無線や携帯電話も利用できなくなり、市災害対策本部との連絡手段がなくなった。このため、市災害対策本部へ直接出向いて赤崎地区の情報を報告するとともに、必要な情報の収集に努めた。その後、13日に消防団が小型発電機を調達して、移動系防災行政無線の使用が可能となった。

③物資・食料の供給

漁村センターには、米10kgと500mlペットボトルの水が200本備蓄されていた。プロパンガスが利用できたため、3月11日には女性が中心となってご飯を炊き、小さいおにぎりをつくって避難者に1個ずつ支給することができた。津波によって漁村センター周辺にはがれきが山積みになり、陸の孤島と化していた。12日早朝に市役所から地区本部員が到着したことで、後ノ入まで行けば、山田林道から車で赤崎町外に行けることが分かり、消防団員2名と地区本部員1名が物資・食料の調達に向かった。これにより、午後には、ホームセンターから調達したローソクや粉ミルク、おむつ、食料品が届き、さらに市役所からは200個程度のパンや飲料水

が届いた。こうして、13日の朝食分までの食料を確保することができた。その後は、地元業者等の重機による道路の啓開が急速に進み、県道の開通により食料の車両輸送が可能となったことで、13日以降は毎日食料が届くようになった。

飲料水は、大洞地域の湧水をポリ容器を使って確保した。トイレ用水は、漁村センター東側階段下の店舗内のタンクに大量の海水が貯まっていることが分かり、数十名でバケツリレーをして当面の必要量を確保した。

14日になると米軍のヘリコプターが隣接する公園に着陸し、水、食料、日用品等大量の救援物資が提供された。その後も、米軍のヘリコプターは1週間にわたって20回程、救援物資を提供した。そして、時間が経過するにつれ、市災害対策本部や各所から大量の救援物資が届くようになった。3月末頃からは、ボランティアによる炊き出し支援等も行われた。こうして、震災当初数日間、食料・物資確保に奔走したものの、救援物資が多くなるにつれて、赤崎保育園やJAおおふなど赤崎支店も借りて物資を保管するようになった。

④保健・衛生・防犯

漁村センターは、普段は土足禁止であるが、震災後は畳の部屋を除いて、土足利用としていたため、衛生状態に不安が残った。このため、3月13日から施設内を土足禁止に戻すこととし、施設内の清掃を行った。

15日には、長野県佐久市の医療チーム（医師2名、保健師・看護師等7名）が到着し、10畳ほどの応接室を診察室として午前8時頃から診療を行った。前日、あらかじめ赤崎地区全域に連絡をしていたことから、多くの住民が訪れた。震災以降、体調を崩す方が多く、また、処方薬を流失してしまった方も大勢いたため、医療活動の開始は、避難者や住民に安心感を与えた。この日以降、継続して様々な医療チームによる医療活動が行われた。また、こころのケアチームによる活動も行われ、避難者の話し相手となり心のケアも行われた。

避難者は市災害対策本部が手配するバスに乗って週2回程度、五葉温泉での入浴が可能となった。さらに、漁村センターには23日に地元業者からの提供でシャワー室が設置され、4月には同じく支援で薪の循環風呂が設置された。個室シャワーは、仕事勤めの方を中心に利用され、風呂は五葉温泉の入浴支援が行われない日に沸かすこととして、裏手の民家の井戸水を利用し、薪集め、薪割、薪焚きをして対応した。入浴は衛生面だけでなく、心身に安らぎをもたらす上でも非常に有効であった。

漁村センターには多くの被災者が避難していたが、地元住民ではない方の出入りが目立つようになったため、3月20日から夜間施錠を開始した。また、6月1日からは、夜間警備員を配置した。

4月7日には、震度6弱の地震が発生し、津波注意報が発表されたことから、夜のミーティングで協議を重ねた結果、津波警報以上が発表された場合にはさらなる避難が必要であるとの結論に至り、避難訓練を実施することとなった。4月24日午前10時、震度6強の地震が発生し、大津波警報が発表、15分後に10m以上の津波が来襲するという想定のもと、津波避難検証訓練を実施した。高齢の方も多数参加したが、14分で全員が避難所から400m先の山口高台に到着することができた。避難生活を送る中でのこうした取組は、被災者の団結心を培う上でも有効であった。

6月を過ぎて気温が高くなってくると、浸水した地域を中心に被災した冷蔵庫から流出した魚類の悪臭が漂うようになり、ハエも大量に発生した。このため手製ハエ捕り器を用いて駆除を図る等、衛生面での対応を行った。



津波避難検証訓練の様子（4/24）

3. 避難所の取組：リアスホール

■事実経過

H23/3/11	来館者、施設利用者等を職員が手分けして屋外（玄関前駐車場）へ避難させた。 停電のため電動シャッターが開かず、ピアノ楽器庫に閉じ込められた調律師が消防署のレスキュー隊により救出される 非常灯のバッテリー切れにより全館消灯。リアスホール前駐車場に避難者が集まる。 避難所の準備及び避難者の受入れ開始 災害用仮設トイレ設置
3/12	発電機設置完了（2基）。各避難スペースにストーブ設置
3/13	災害派遣医療チーム（DMAT）到着 電気が復旧
3/14	エントランス等にテレビ設置
3/15	節電のため館内照明を一部消灯
3/16	NTTドコモから衛星電話を提供され正面入口外に設置 レストランで市内ボランティアグループが炊き出し活動開始
3/17	避難者居住スペースを土足禁止とする
3/19	ラジオ体操を開始（午前と午後の2回）
3/21	避難者の入浴支援開始（バスでの送迎開始）
3/22	水道が復旧
8/18	避難所閉鎖

①避難所の開設・避難者の収容

リアスホールは、避難所に指定されていなかったが、周辺事業所の従業員や住民等多くの人々がリアスホール駐車場に避難してきたため、午後4時頃から避難所の開設準備を開始した。

大ホールは、天井の破損が確認されたため、使用を禁止した。マルチスペースは天井裏のネジの緩み等の確認を行った上で、使用可能と判断した。これにより、マルチスペース、ホワイエ、アトリエの床にスタイロ畳や地緋、ブルーシート等を敷き、避難スペースを確保した。午後4時40分頃に受入準備が完了し、これと前後して避難者が館内に入り始め、その数は470人に上った。避難者は、和室やマルチスペース、ホワイエに避難させた。県立大船渡病院に近いこともあり、医療を必要とする避難者が多く、

自宅からの通院が困難な透析患者なども避難していた。

館内は、停電により照明が使用できなかったため、夕方に救援物資として届いたロウソクを階段等に設置して館内の明かりを確保した。また、市災害対策本部から配布された移動系防災行政無線を事務室に設置して、市災害対策本部との通信手段を確保した。

このほかにも、屋外への災害用仮設トイレの設置や、発電機、ストーブの設置を行った。

避難者の把握は、発災当日は数取り器による避難者数の把握と避難者の氏名、住所等の聞き取りを夜10時過ぎまで行い、翌12日の早朝からは、避難者名簿の作成にとりかかった。安否確認のために、多くの人の出入りがあることから、エントランスに掲示スペースを設けて、伝



地震発生直後のリアスホールの様子（3/11）



正面入口に設置された受付

言メモを貼ることができるようにした。さらに、受付を設置して、避難者の入退室の記録を行い、安否情報を求めて来る人への対応ができるようにした。避難者名簿は、電気が復旧してからはパソコンで作成し、避難者や職員だけでなく、家族や知人を訪ねて来る人の問い合わせに対応した。

②避難所の運営

リアスホールには、市内外から様々な地域の避難者が避難していたこともあり、8月18日に避難所が閉鎖されるまでの間、避難者による主体的な運営は行われず、リアスホールの職員や常駐している施設維持管理等業者により避難所の運営が行われた。当初の対応は、市職員15名（臨時職員を含む。）と施設維持管理等業者4名で行った。

3月13日に電気が復旧したため、14日からはエントランスに設置されたモニターでテレビを見ることができるようにした。さらに、避難者の居住スペースとなっていたマルチスペース、会議室、和室にもテレビを設置した。16日にはNTTドコモから提供された衛星電話を正面入口外に設置し、避難者の連絡手段を確保した。

また、避難している子供たちの学習スペースの確保が必要となり、警察が常駐している場所に近い図書館のエントランス付近を開放した。

図表 リアスホールでの標準的な1日の記録

時 間	内 容
7:00	館内点灯、新聞配達（物資配付所）
7:30	朝のあいさつ及び連絡事項の放送
7:30～8:00	保健師及び医師チームが館内医療ミーティング
8:30	事務局朝礼
9:00	トイレ清掃・床拭き（職員・委託業者）
9:20	市災害対策本部への連絡事項等の交換（自衛隊連絡班）
11:00	職員による生ごみ処理
12:00	昼食配布
13:00～	夕方にかけて入浴出発の放送
17:30	夕食、朝食配布
18:30	郵便物の配布
21:00	館内消灯、学習スペース点灯
22:00	学習スペース消灯

こうして施設の使用方法を、避難者の生活様態の変化に対応させた。

③物資・食料の供給

食料は、炊き出しのおにぎりなどが、発災当日の夜から継続して届けられた。

16日からはリアスホール内のレストランで市内のボランティアグループによる炊き出し活動が開始された。物資及び食料の要請は、職員が必要な物資や食料の数量を把握し、市災害対策本部に報告することにより行った。食事の配布については、1階と2階に配布場所を設け、館内放送により周知し、避難者に取りに来てもらった。

生活必需品等の物資については、随時、避難者に配布を行った。

図表 リアスホールにおける食料の供給

H23/3/11	夜 おにぎり100個程度
3/12	日中～夕方 おにぎり到着
3/13	9:00 おにぎり到着 かもめの玉子到着
3/16	牛丼・牛乳到着 夕食に初めてバナナを配布
3/31～	食料の配布回数を昼1回、夜2回に変更（昼に昼食、夜に夕食と翌日の朝食を配布）
4/20～	牛乳が月・水・金・日に届くこととなる。
6/12	食料の配布対象について告知掲示（仮設住宅居住者、自宅や避難先の水道等が復旧している方は食料の配布対象にならない。）
6/13	レトルト惣菜配布開始
7/11	市の食料の配布が弁当に変更（昼・夜が弁当、朝はパン・牛乳等）

④保健・衛生・防犯

リアスホールでは、発災当日の夜から市保健師が宿泊し、館内の要支援者の見回りなどに従事し、その後も、市保健師や支援自治体等の保健師、看護師、医師が医療・保健活動を行った。特にリアスホールには、医務室が設置され、市内の避難所を巡回する医師の拠点としても活用された。ここでは、民間の医療チームが診療等を担当した。

当初土足で出入りしていたが、支援自治体の保健師の指導で感染症予防のために、3月17日



避難者居住スペース（3/16）

に、敷いていた地氈を回収し、細かくちぎった新聞紙を水で濡らし、床にまいて回収することで土埃等を掃除した。この後、避難者居住スペースを土足禁止として、土足エリアとの分けを行った。また、19日からは、午前10時と午後3時にラジオ体操を行って避難者の健康管理に努めた。また、他の避難所と違って部屋が多くあることから、インフルエンザや水痘などに感染した方を隔離することが容易であった。

楽屋付近に公演者用のシャワー室があったが、施設内の死角となる場所にあり安全性を確保できないことから、使用しないこととした。また、21日から市の入浴支援が開始され、入浴希望者を募って名簿によって取りまとめを行い、入浴施設までバスによる送迎を行った。

発災当初から断水と停電によって水道が使用できなかった。13日に電気が復旧してからは、トイレの清掃の際にのみ通水して清掃に使用した。15日から17日までは、受水槽にポリ容器を用いて手作業で給水作業を行い、18日以降は給



土足禁止エリアのための床掃除の様子（3/17）

水車から直接受水槽に給水を行うことができるようになった。この作業は水道が復旧する22日まで続けられた。

4月になると長期化する避難生活に対するストレスの影響からか避難者によるトラブル（暴力、物を投げる、精神不安定による大声等）が相次いで発生したため、避難者全員に防犯ブザーを配布するとともに、更衣室にも設置した。

また、警察官の常駐や夜間の警備員の配置により、避難所における治安の維持を図った。



2階に設置された物資配付所（3/16）

3 物資・食料の供給

発災当初は、各避難所において備蓄物資等の配布やそれぞれ可能な方法での物資・食料の調達を試みられた。同時に、市災害対策本部からおにぎりの配給や物資の供給が開始された。これらの配達と同時に各避難所の避難者数の確認

と必要な物資の確認が行われた。

調理場がある避難所では、炊き出しが行われ、市から届くおにぎりに加えて、支援物資の中から味噌汁等を一緒に配給するなどした。

4 入浴支援

市の入浴支援は3月18日から避難所毎に順次開始された。各避難所では、入浴希望者の取りまとめが行われ、入浴施設までは市が手配する

バスで送迎を行い、1人40分の入浴が可能となった。

5 避難所における保健・衛生活動

停電・断水が発生し、手洗いができなくなったことに加え、避難所では集団生活となったため、インフルエンザや感染性胃腸炎等の感染症の集団発生が懸念された。このため、3月12日から市の保健師等で編成したチームで各避難所を巡回し、避難者の健康状態のチェック、マスク・手指消毒剤の設置及び利用の呼びかけ、健康相談等の保健活動を開始した。14日以降は、全国の支援チームの保健師も含め、市内を5カ所のブロックに分けて行われた。中心となる避難所を拠点として、ブロック内の避難所を医療チーム及び保健チームが巡回するとともに、必要に応じて医師や看護師が自宅に往診に向かう体制で活動を行った。避難所では、保健師は健康相談のほか避難所の衛生面の指導（土足禁止

等）等を行った。

避難所におけるインフルエンザ等の集団発生はなかったものの、散発的にインフルエンザが発生し、り患者の隔離を行うための部屋の確保に苦慮した。感染性胃腸炎についても下痢症状を呈する者が確認されたが、集団発生には至らなかった。

また、食事の改善については、4月3日に栄養士が避難所を巡回して、炊き出し状況の確認をし、11日には岩手県栄養士会、大船渡保健所、市栄養士で市内全避難所の栄養調査を開始した。この結果を受けて、5月11日から避難所へ献立表を配布するとともに、自衛隊の炊き出しに強化米の混入を開始し、避難者の栄養改善に努めた。

6 福祉避難所

本市では福祉避難所を指定していなかったが、発災直後から高齢者施設と連携して福祉避難所を13カ所開設したほか、県立福祉の里セン

ターにも福祉避難所を開設した。

開設期間は、最長で8月25日まで開設し、344人（実人員）を受け入れた。

7 避難所の閉鎖

ライフラインの復旧や応急仮設住宅への入居開始等に伴い、徐々に各避難所の避難者は減少

していき、8月28日に全ての避難所を閉鎖した。