

感染症対策における避難所入所時のルール

【避難所に入所する前に】

以下に該当する方は、受付で避難所配備職員に申し出てください。

- ① 発熱や風邪の症状がないか。
- ② 3月以降の海外渡航歴を有する方、または、東京、関西圏など感染拡大地域から帰られた方で2週間経過していない方。

※ 避難する際には、食料、飲料等の他、マスク、消毒液、体温計も持参してください。

【避難所に入所するとき】

- ① 受付で「避難者カード」を記入してください。
 - ② 「健康管理チェックリスト」に体の状況を記入してください。
- ※「健康管理チェックリスト」は、入所後も保管し、体調を継続して記入してください。
- ③ 下記の「避難所生活のルール」を確認してください。

避難所生活のルール

○食事の前、トイレの後など、こまめに手を洗い、消毒液で消毒しましょう。

○炊き出しや配食に従事する場合は、手を洗い消毒液で消毒しましょう。また、ゴム手袋及びマスクを装着しましょう。

○室内と屋外で履物を履き替えましょう。また、室内トイレを使用する際は、トイレ用の履物を使用しましょう。

○避難所内の皆さんで協力し合い、交代で清掃を行いましょう。

○嘔吐者が出た場合は、消毒液や塩素系漂白剤で消毒しましょう。また、嘔吐など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ってください。

○原則マスクを着用しましょう。マスクがない場合は、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆いましょう。また、咄嗟に咳が出るときは袖や上着の内側で覆いましょう。

○飛沫感染を防止するため、他の避難者とは2 mほど離れ、向かい合わせではなく背を向けて座るようにしましょう。

○熱がある、又は強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、速やかに避難所配備職員に申し出てください。また、それ以外でも咳やのどの痛み、嘔吐、下痢が続くなど、感染症が疑われる場合についても申し出てください。

○エコノミークラス症候群予防のため、ストレッチを行うなど適度な運動に努めましょう。