



一般社団法人

ADI 災害研究所

# 新型コロナウイルスの感染を防ぐ 「避難所開設・運営」のヒント

新型コロナウイルスの感染が収束しない時期に、大規模な災害が発生して、避難所を開設することになった場合、避難所における感染拡大を防ぐ対策は、生死に関わる大切なことです。密閉・密着・密集にならないことを基本に、避難所開設と運営のヒントをまとめました。

新型コロナウイルスの感染拡大への警告として、ある内科医が、目に見えないウイルスを塗りたてのペンキに例えています。「電車の座席に座ったら、背中とお尻にベッタリ塗りたてペンキが付いたと思ってください。エレベーターのボタンを押したら、指先にペンキが付いたと思ってください。どこでもいつでもウイルスは感染するのです。」

# 1 避難所内の居住空間は、土足禁止

- ◆ 入口に、消毒液を浸したマットで靴底の殺菌  
靴底は雑菌だらけです。入場する人の靴底の殺菌のために、入口に消毒液に浸したマットを敷き、必ず踏んでから入るようにします。消毒液は次亜塩素酸ナトリウム液を使います。ハイター、ブリーチなど塩素系漂白剤を濃度0.05%に薄めて作ることができます。マットが無い場合は、廃棄するような毛布やバスタオル等で代用できます。車いすは、室内に入る場ときは、消毒液のマットを通過し、できれば車輪などを拭き取ります。
- ◆ 靴はそれぞれ靴袋を利用  
避難所内には、靴を脱いで上がることにはなりますが、下駄箱は多数の人が触れるので、個人別の靴袋を用意することが望ましいです。  
(レジ袋等で代用できます)

## 2 避難所に入る前に手洗いを必須に

### ◆ 手洗いを習慣化

避難室内に入る前に、手洗いは必須です。手洗いは30秒程度しっかり洗います。

### ◆ 手洗いは石鹼で

手洗いは石鹼又はハンドソープを使います。石鹼の場合は、キッチン用水きり袋等に入れて、蛇口に取り付けておきます。（ハンドソープ等は良いが高つくので石鹼でOK）

### ◆ タオルは共有しない

手を拭くタオルは共有せず、各自で用意するか、使い捨てペーパータオルを使用し、ペーパータオルは、ゴミ袋に破棄します。

### ◆ 水道レバーに注意

手で操作が必要な水道の場合は、手洗い後、レバーなどに触れたら手が再び汚れてしまいますので、ペーパータオルなどを使って止める等の工夫が必要です。

# 3 避難者は、毎日健康チェックを

- ◆ 基本的に毎日朝、夕体温測定をします。体温測定で、37.5℃以上ある場合は、直ちに隔離場所に誘導し、保健所や役所に通報して指示を仰ぎます。
- ◆ 既往症や健康状態を避難時に申告してもらいます。
- ◆ 発熱、倦怠感、臭覚・味覚障害など体調に異変を感じた場合は、すぐに申告してもらい、申告を受けたらすぐに隔離場所に誘導し、保健所や役所に通報して指示を仰ぎます。
- ◆ 体調不良者が出た場合などに備え、あらかじめ、隔離場所（別の個室）を確保しておきます。
- ◆ 役所を通じて、医師、保健師、看護師等に巡回してもらうようお願いしましょう。

# 4 感染者の避難について

- ◆ 感染者で自宅待機中に、避難の必要がある場合は、基本的に避難所で受け入れないようにします。避難の相談を受けたときは、保健所や役所に連絡して、対応を仰ぎます。感染者が自宅にいる家族についても、避難所で受け入れるかどうかは保健所や役所に連絡して対応を仰ぎます。なるべく、感染リスクを軽減させるため、一般の避難所では受け入れないようにします。
- ◆ 感染者の家族で感染が不明の場合は、感染していないことが確認されるまで、2週間程度は一般避難所では受け入れないようにします。
- ◆ 自宅待機中の感染者およびその家族の避難場所は、一般の避難所とは別に設定する必要があります。感染拡大を防ぐため、なるべく隔離できる場所とします。

# 5 避難スペースについて

- ◆ 避難所でのスペースは、1人当たり畳1枚のスペース（1.62㎡）を基本にします。
- ◆ 避難生活が長くなると、手荷物の置き場所も必要になるので、3人の場合で、畳4～5枚のスペースが必要となります。
- ◆ 避難スペースでは、避難者の密着を避けるため、一定の距離を保てるように配慮する必要があります。隣接家族とは、最低1mの間隔が取れるように配置し、パーティション等で隔壁を造ってください。
- ◆ 体育館等での配置が困難になるほどの収容者数になる場合は、教室やその他の部屋への振り分けが必要となります。
- ◆ 福祉避難スペース（要配慮者用スペース）の設置は、体育館内では仕切り壁の設置をしてください。または、教室等に家族ごと分離することも有効です。基礎疾患を持つ高齢者や障がい者、乳幼児等が感染リスクにさらされないように配慮してください。

# 6 感染防止のために①

- ◆ 受付担当は、感染予防のため、必ずマスクと手袋等を着用します。
- ◆ 受付等の筆記用具は、使い捨てタイプの物が理想ですが、使用した後は必ず手洗いを励行します。共有している筆記具などは、随時消毒液を含ませたペーパータオル等でふき取ります。
- ◆ 避難者は、マスクは終日着用し、食事などでマスクを外した時はポケットに入れたり、机などに放置したりしない。マスクを触ったときは、必ず手洗いを行ってください。
- ◆ ハンカチ・タオル等を活用した手作りマスクも咳エチケットの効果があります。
- ◆ 手洗時のタオルは、避難者が各自で自分専用を持参します。使い捨てペーパータオルを利用する場合は、使用後にゴミ袋に破棄して、他の人に触れないようにします。

## 6 感染防止のために②

- ◆ 外出から戻った際には、上着や荷物、カバン等は部屋に持ち込む前に、入口の外でほこりを払い、濡れているときは拭きます。また必ず、石鹸での手洗いを励行します。
- ◆ 感染予防の観点からも口腔内を清潔に保つため、避難者に歯磨きを進めます。
- ◆ 面談する場合は、最低2mあけて、テーブルなどでは、向い合わせにならないように、対角になるように着席します。15分以上長くないようにします。
- ◆ 感染の可能性のある人などに接触したら、マスク取り替えて、手洗いを励行し、衣服なども可能であれば消毒します。
- ◆ 避難所内の掲示板には、関係者以外接触しないようにします。
- ◆ 室内履きやスリッパは共有しないでください。



## 6 感染防止のために③

- ◆ 食事は同じ方向に並んで座るようにしてください。特に向い合せは禁止します。
- ◆ 食事は、家族単位として、他の避難者と集まったりしなでください。集団で食事をすることは感染リスクがあります。
- ◆ 食器は使い捨てにしてください。
- ◆ 寝る場所は床から少し高くして、床からほこりなどを吸い込まないようにします。
- ◆ 誰でも触るところ（ドアノブ、引き戸口、テーブル、窓ガラス、手すり、受話器、プッシュボタン、リモコン、水道栓など）は、できれば30分毎に消毒液で拭き取ります。コロナウイルスは金属やプラスチック等では長時間感染力を維持するといわれています。そのため、可能な限り共有物を減らすことが有効です。
- ◆ 車いすなど共有物は使用後に消毒します。

## 6 感染防止のために④

- ◆ 車いすなど共有物は使用後に消毒します。
- ◆ ゴミ袋を配布して、家族単位でゴミを集めて密封後、ゴミ収集場所へ破棄します。
- ◆ ペットについては、飼い主以外は触らないようにして、放し飼いは禁止します。餌は器に入れることと、世話の後は、必ず手洗いを励行してください。
- ◆ 簡易トイレの袋は、使用のたびに交換します。
- ◆ 避難スペースは、密集を避けて換気してください。換気はできれば1時間に1回以上してください。

# 7 隔離部屋

- ◆ 隔離部屋の周辺を立ち入り制限エリアとし、目で見えてわかるようにします。
- ◆ 隔離部屋の汚物やゴミなどは、その場でゴミ袋に破棄し密封します。
- ◆ 巡回する医師や看護師なども隔離場所に行った後は、一般避難スペースに入らないようにします。
- ◆ 隔離部屋は、あくまで一時的な場所ですから、役所の指示で入院するか、感染対策の整った施設に移動することになります。

# 8 避難所内の消毒について

- ◆ 避難所内の消毒には次亜塩素酸ナトリウム液で行います
- ◆ 次亜塩素酸ナトリウム液は、ハイター、ブリーチなど塩素系漂白剤を濃度0.05%に薄めて作ることができます。次亜塩素酸ナトリウム液は、手足や身体には使わないでください。また、空中噴霧しないでください。
- ◆ 次亜塩素酸ナトリウム液で清拭した後は、必ず拭き取りを行ってください。素材によっては腐食などの可能性があります。

# ※参考資料

内閣官房 [https://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel\\_coronavirus.html](https://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel_coronavirus.html)

経済産業省 <https://www.meti.go.jp/covid-19/mask.html>

経済産業省 手洗い [https://www.meti.go.jp/covid-19/pdf/0327\\_poster.pdf](https://www.meti.go.jp/covid-19/pdf/0327_poster.pdf)

厚生労働省 [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

厚生労働省 手洗い <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf>

山中伸弥による新型コロナウイルス情報発信 <https://www.covid19-yamanaka.com/index.html>

国立感染症研究所 <https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-01-200407.pdf>

一般社団法人 日本環境感染学会

[http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content\\_id=328](http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content_id=328)

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター

<https://www.ncgg.go.jp/hospital/news/20200319.html>

花王 [https://www.kao.com/jp/soudan/topics/topics\\_107.html](https://www.kao.com/jp/soudan/topics/topics_107.html)

お問合せ 一般社団法人ADI災害研究所 [info@adi-saigaikenkyusyo.com](mailto:info@adi-saigaikenkyusyo.com)

〒530-0015 大阪市北区中崎西1-8-24 アインズビル梅田807

参考資料などを基に取りまとめていますが、間違いなどがありましたら、お問合せ先にご連絡ください。