

感染症対策における指定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、受付で避難所運営スタッフに申し出てください。

- ① 発熱や風邪の症状がある方。
- ② 3月以降の海外渡航歴を有する方、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、消毒等、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 「避難者健康チェックシート」に体の状況を記入してください。
※ 「避難者健康チェックシート」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、トイレ用の履物を履きましょう。
- 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、家族ごとに2m程度離れ、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、または強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある場合は、速やかに避難所運営スタッフ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。