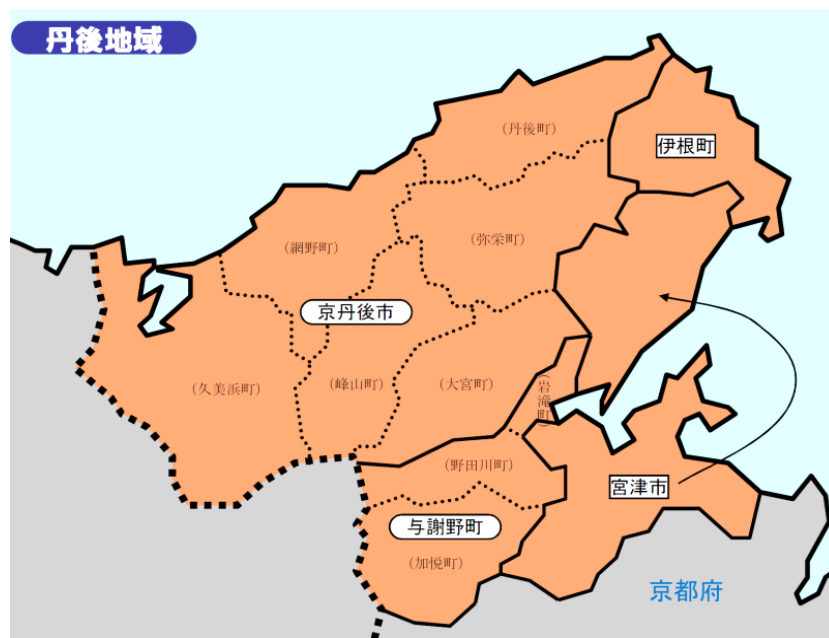


# 災害時保健活動支援ブック

令和8年6月（第1版）



## 災害対策ワーキングチーム (京都府丹後保健所)

<参考資料>  
「災害時保健活動の準備をしよう！  
～市町村災害時保健活動支援ブック～」  
東京都西多摩保健所

# 目 次

1	災害時保健活動支援ブックについて	1
2	丹後保健所 Google マイマップ	2
3	災害時情報シート	3
4	京都府における保健活動体制とその流れ	8
5	保健医療福祉調整地域本部 体制図	9
6	保健医療福祉調整地域本部の設営例	10
7	避難所へ行くための準備	11
8	避難所での保健活動	12
9	災害時保健活動訓練	13
10	防災シミュレーション・体験ツール	18

## ・災害対策ワーキングチームの立ち上げ

令和6年1月1日、石川県で能登半島地震（M7.6、震度7）が発生しました。当所のある丹後半島は、能登半島と同様、地震発生時には、道路寸断による孤立地域の発生、水道や電気などのライフラインが長期停止する恐れがあります。

令和6年度、所内各課で災害対策に取り組む中で、①共通したビジョンが持っていない ②受援体制の構築が必要 ③災害対策の歩みが残せていない という課題を感じ、災害時の保健・医療・福祉に関する体制を整えるため、災害対策ワーキングチームを立ち上げました。

## ・災害対策ワーキングチームの取組

年数回全体で取組の方向性を確認し、具体的な活動は、各部会で行っています。

- 災害対策NEWS部会
- 受援ガイドブック部会
- ホームページ部会
- マニュアル・訓練部会（令和7年10月～）

## ◇災害時保健活動支援ブックについて

令和7年度の受援ガイドブック部会の活動として、災害時保健活動支援ブック（当ブック）を作成しました。

保健所や市町等が災害時保健活動の訓練を企画する際、参考となる情報を掲載しています。

災害時の備えとして、平時の訓練がとても重要であることから、当所では、マニュアル・訓練部会の活動として、同ブックを活用し、訓練を行うこととしています。



避難所HUG体験



保健医療福祉調整地域本部訓練



避難所訓練

# 丹後保健所Googleマイマップ

右の二次元バーコードをスマホ等で読み取ることで、関係機関の情報にアクセスできます。  
ナビ機能により目的地までの音声案内が可能です。  
災害時情報シートは、管内全体と2市2町の情報を確認できます。



行政機関



入所系施設



医療機関



災害時情報  
シート



# 災害時情報シート

# 丹後管内概要

令和7年10月24日作成

## 職員数

保健師(市町54+保健所11)	65
栄養士(市町10+保健所2)	12
その他( )	

## 災害時要配慮者

小児慢性特定疾病受給者数	未掲載
指定難病受給者数	
結核有病者数	
身障手帳保持者数	
療育手帳保持者数	
精神手帳保持者数	
(再掲)透析患者数:身障手帳1級(腎)	
(再掲)在宅酸素療法患者:身障3級4級(呼吸器)	
(再掲)在宅人工呼吸器装着患者:身障1級(呼吸器)	

## 地域の情報

ボランティアセンター数	13
民生委員数、主任児童委員数	340

## 地域の健康課題及び特徴

災害時に必要と考えられる以下の情報を入れてください。

### ・地域の特徴

地理…京都府の最北端に位置し、日本海に面している。  
 地域の約76%は森林であり、中央を中国山脈の流れを受けた標高400～600mの山々が連なる。  
 地域特性…宮津の天橋立や伊根の舟屋の里など観光資源が豊かである。  
 交通事情…公共交通機関が少なく、車が必要な地域である。  
 京都丹後鉄道(伊根町除く)、  
 丹後海陸交通(路線・高速バス(伊根町除く))運行  
 京都縦貫自動車道が、宮津天橋立IC～大山崎JCTまで開通している。  
 山陰近畿自動車道が京丹後大宮IC～宮津天橋立ICまで開通している。  
 人口構成…高齢化率38.5%の少子高齢化地域である。

京都府平均よりも高齢化率が高く、避難所への移動に課題がある。

### ・災害時の危険状況

台風23号(H16年)により管内の主要河川は警戒水位を超え、冠水した地域も見られた。

想定:地震は山田断層帯、郷村断層帯による震度7の被害  
 宮津市・伊根町の大部分が高浜発電所から概ね30km圏(UPZ)である。

### ・医療圏…丹後医療圏

### ・災害時の医療機関(他市利用等)

宮津・与謝:北部医療センター、宮津武田病院  
 京丹後市:弥栄病院、久美浜病院、丹後中央病院、丹後ふるさと病院

## 人口等

総面積	844.51km <sup>2</sup>
人口	81,408
世帯数	35,692
出生数	409
65歳以上人口(高齢化率)	39.4%
死亡数	1683
一人暮らし高齢者数	5883
介護認定者数	8,070
生活保護受給者数/世帯数	750/587
外国人居住者数	901



## その他

飲食店営業許可数	1,756
特定給食施設数	46
水道施設	10
下水処理施設数	6
し尿処理施設	4
公衆浴場数	55
温泉数	63
ごみ処理施設数	2
火葬場数	6
旅館	496

## 医療機関等

医師会名称	与謝医師会・北丹医師会
歯科医師会名称	丹後歯科医師会
薬剤師会名称	丹後薬剤師会
病院数(再掲:災害拠点、災害支援、精神科)	6
診療所数	53
歯科診療所数	34
(再掲)透析施設数	6
薬局数	41
産科	2

## 教育機関等

保育所数	28
幼稚園数	4
小学校数	29
中学校数	12
高等学校数	9
短期大学数(専門学校)	1
大学数	—

## 介護施設等

介護施設数(特養、老健、地域密着特養)	24
訪問看護ステーション数	11
居宅介護支援事業所	30
地域包括支援センター数	6
有料老人ホーム、養護老人ホーム数	3

## 福祉施設等

母子生活支援施設	—
児童養護施設数	1
障害者支援施設・障害者グループホーム	13
救護施設数	—

## 避難所・医療救護所

指定避難所数	194
福祉避難所数	50
医療避難所数	1



天橋立(文珠側)



夕日ヶ浦



伊根の舟屋・伊根湾



三河内曳山行事

写真の出典:丹後広域振興局

<参考>「愛知県災害時保健師活動マニュアル～保健活動推進に向けて～(令和3年3月)」より一部改訂

## 災害時情報シート

## 宮津市概要

令和7年10月24日作成

### 職員数

保健師	10
栄養士	2
その他( )	

### 災害時要配慮者

小児慢性特定疾病受給者数	未掲載
指定難病受給者数	
結核有病者数	
身障手帳保持者数	
療育手帳保持者数	
精神手帳保持者数	
(再掲)透析患者数:身障手帳1級(腎)	
(再掲)在宅酸素療法患者:身障3級4級(呼吸器)	
(再掲)在宅人工呼吸器装着患者:身障1級(呼吸器)	

### 地域の情報

ボランティアセンター数	1
民生委員数、主任児童委員数	76

### 地域の健康課題及び特徴

災害時に必要と考えられる以下の情報を入れてください。

- ・地域の特徴
  - 地理…南部と北部が天橋立の砂州によってつながっている。
  - 地域特性…若狭湾に面した日本三景の天橋立で知られる。自然豊かな観光地域である。
  - 地域産業…水稲、花き、山の芋などの地域特産物の生産、定置網漁業を中心とした沿岸漁業が営まれている。
- ・過去の災害情報
  - 大手川では台風23号(H16年)の水害により改修作業が行われた。
- ・昼間人口
  - 昼間人口比率は107であり、昼間に人口が増加している。
- ・生活習慣病における服薬の有無
  - 男性では脂質異常症治療薬、女性では血糖降下薬の使用が府平均より高い。
- ・標準化死亡比(H25～29年)
  - 男性:心不全、老衰、気管・気管支がん、肺がんが多い。
  - 女性:脳内出血、腎不全、肝がん、肝内肝管がんが多い。

### 人口等

総面積	172.74km <sup>2</sup>
人口	15,023
世帯数	6,957
出生数	53
65歳以上人口(高齢化率)	44.2%
死亡数	356
一人暮らし高齢者数	1400
介護認定者数	1838
生活保護受給者数/世帯数	106/99
外国人居住者数	226



### その他

特定給食施設数	6
水道施設	4
下水処理施設数	1
し尿処理施設	1
温泉数	12
ごみ処理施設数	1

### 医療機関等

医師会名称	与謝医師会
歯科医師会名称	丹後歯科医師会
薬剤師会名称	丹後薬剤師会
病院数(再掲:災害拠点、災害支援、精神科)	1
診療所数	16
歯科診療所数	6
(再掲)透析施設数	2
薬局数	10

### 教育機関等

保育所数	7
幼稚園数	3
小学校数	5
中学校数	2
高等学校数	3
短期大学数	—
大学数	—

### 介護施設等

介護施設数(特養、老健、地域密着特養)	6
訪問看護ステーション数	1
居宅介護支援事業所	4
地域包括支援センター数	2
有料老人ホーム、養護老人ホーム数	2

### 福祉施設等

母子生活支援施設	—
児童養護施設数	—
障害者支援施設・障害者グループホーム	2
救護施設数	—

### 避難所・医療救護所

指定避難所数	38
福祉避難所数	9
医療避難所数	—



天橋立(文珠側)



天橋立(府中側)



上世屋集落

写真の出典:丹後広域振興局

# 災害時情報シート

# 京丹後市概要

令和7年10月24日作成

## 職員数

保健師	28
栄養士	4
その他( )	

## 災害時要配慮者

小児慢性特定疾病受給者数	未掲載
指定難病受給者数	
結核有病者数	
身障手帳保持者数	
療育手帳保持者数	
精神手帳保持者数	
(再掲)透析患者数:身障手帳1級(腎)	
(再掲)在宅酸素療法患者:身障3級4級(呼吸器)	
(再掲)在宅人工呼吸器装着患者:身障1級(呼吸器)	

## 地域の情報

ボランティアセンター数	7
民生委員数、主任児童委員数	187

## 地域の健康課題及び特徴

災害時に必要と考えられる以下の情報を入れてください。

- ・地域の特徴
  - 地理…丹後半島の大部分を占め、京都府の最北端に位置する。
  - 地域特性…河川流域により盆地が形成され、海岸では断崖絶壁と砂浜が特徴的で豊かな自然環境と観光資源を有する。
  - 地域産業…小型底曳網漁船で水揚げされる間人ガニが有名である。果物産地であり、メロン、ぶどう、桃、梨などが収穫される。
- ・過去の災害情報
  - 台風23号(H16年)では竹野川、福田川、佐濃谷川、川上谷川などが警戒水位を超えた。
- ・生活習慣病における服薬の有無
  - 男女ともに血糖降下薬の使用が府平均より高い。
- ・標準化死亡率(H25～29年)
  - 男性:心不全、腎不全、肺がん、自殺、脳梗塞が多い。
  - 女性:肝がん、心不全、脳内出血、大腸がんが多い。

## 人口等

総面積	501.44km <sup>2</sup>
人口	46,591
世帯数	20,111
出生数	261
65歳以上人口(高齢化率)	37.7%
死亡数	924
一人暮らし高齢者数	3,087
介護認定者数	4,088
生活保護受給者数/世帯数	478/357
外国人居住者数	529



京都府

## その他

特定給食施設数	31
水道施設	2
下水処理施設数	5
し尿処理施設	2
温泉数	40
ごみ処理施設数	1

## 医療機関等

医師会名称	北丹医師会
歯科医師会名称	丹後歯科医師会
薬剤師会名称	丹後薬剤師会
病院数(再掲:災害拠点、災害支援、精神科)	4
診療所数	23
歯科診療所数	19
(再掲)透析施設数	3
薬局数	19
産科	1

## 教育機関等

保育所数	15
幼稚園数	—
小学校数	16
中学校数	6
高等学校数	4
短期大学数	—
大学数	—

## 介護施設等

介護施設数(特養、老健、地域密着特養)	13
訪問看護ステーション数	5
居宅介護支援事業所	18
地域包括支援センター数	2
有料老人ホーム、養護老人ホーム数	1

## 福祉施設等

母子生活支援施設	—
児童養護施設数	1
障害者支援施設・障害者グループホーム	8
救護施設数	—

## 避難所・医療救護所

指定避難所数	105
福祉避難所数	14
医療避難所数	—



夕日ヶ浦



宇川溪流



兜山(かぶとやま)

写真の出典:丹後広域振興局

<参考>「愛知県災害時保健師活動マニュアル～保健活動推進に向けて～(令和3年3月)」より一部改訂

# 災害時情報シート

# 伊根町概要

令和7年10月24日作成

## 職員数

保健師	3
栄養士	1
その他( )	

## 災害時要配慮者

小児慢性特定疾病受給者数	未掲載
指定難病受給者数	
結核有病者数	
身障手帳保持者数	
療育手帳保持者数	
精神手帳保持者数	
(再掲)透析患者数:身障手帳1級(腎)	
(再掲)在宅酸素療法患者:身障3級4級(呼吸器)	
(再掲)在宅人工呼吸器装着患者:身障1級(呼吸器)	

## 地域の情報

ボランティアセンター数	1
民生委員数、主任児童委員数	16

## 地域の健康課題及び特徴

災害時に必要と考えられる以下の情報を入れてください。

- ・地域の特徴
  - 地理…東から北は日本海に面し、南は宮津市、西は京丹後市に隣接している。
  - 地域特性…豊かな自然に恵まれ、舟屋と伝説(浦島)に彩られた町
  - 地域産業…基幹産業は第1次産業である。近年は、地域資源である舟屋など観光業も水産業と肩を並べる規模となっている。
- ・過去の災害情報
  - 台風23号(H16年)では堤川が警戒水位を超えた。
- ・生活習慣病における服薬の有無
  - 男女ともに血糖降下薬の使用が府平均より高い。
- ・標準化死亡比(H25~29年)
  - 男性:心不全、老衰、肺がん、肝がん、胃がんが多い。
  - 女性:肺がん、脳内出血、脳梗塞が多い。

## 人口等

総面積	61.95km <sup>2</sup>
人口	1,728
世帯数	822
出生数	9
65歳以上人口(高齢化率)	47.7%
死亡数	46
一人暮らし高齢者数	181
介護認定者数	251
生活保護受給者数/世帯数	7/7
外国人居住者数	11



## その他

特定給食施設数	—
水道施設	3
下水処理施設数	—
し尿処理施設	—
温泉数	6
ごみ処理施設数	—

## 医療機関等

医師会名称	与謝医師会
歯科医師会名称	丹後歯科医師会
薬剤師会名称	丹後薬剤師会
病院数(再掲:災害拠点、災害支援、精神科)	—
診療所数	2
歯科診療所数	—
(再掲)透析施設数	—
薬局数	—

## 教育機関等

保育所数	2
幼稚園数	—
小学校数	2
中学校数	1
高等学校数	—
短期大学数	—
大学数	—

## 介護施設等

介護施設数(特養、老健、地域密着特養)	1
訪問看護ステーション数	1
居宅介護支援事業所	1
地域包括支援センター数	1
有料老人ホーム、養護老人ホーム数	—

## 福祉施設等

母子生活支援施設	—
児童養護施設数	—
障害者支援施設・障害者グループホーム	—
救護施設数	—

## 避難所・医療救護所

指定避難所数	2
福祉避難所数	7
医療避難所数	—



伊根の舟屋・伊根湾



新井の棚田



カマヤ海岸

写真の出典:丹後広域振興局

<参考>「愛知県災害時保健師活動マニュアル～保健活動推進に向けて～(令和3年3月)」より一部改訂

## 災害時情報シート

### 職員数

保健師	13
栄養士	3
その他( )	

### 災害時要配慮者

小児慢性特定疾病受給者数	未掲載
指定難病受給者数	
結核有病者数	
身障手帳保持者数	
療育手帳保持者数	
精神手帳保持者数	
(再掲)透析患者数:身障手帳1級(腎)	
(再掲)在宅酸素療法患者:身障3級4級(呼吸器)	
(再掲)在宅人工呼吸器装着患者:身障1級(呼吸器)	

### 地域の情報

ボランティアセンター数	4
民生委員数、主任児童委員数	61

### 地域の健康課題及び特徴

災害時に必要と考えられる以下の情報を入れてください。

- ・地域の特徴  
地理…南は福知山市、東は宮津市、北は京丹後市に隣接している。  
地域特性…大江山連峰をはじめとする山並みに抱かれ、野田川流域には平野が広がり、阿蘇海へと続く景観を堪能できる。  
地域産業…高級絹織物「丹後ちりめん」は基幹産業として地域を支えている。また、稲作に適した環境であり米作りが盛んである。
- ・過去の災害情報  
台風23号(H16年)では旧加悦町の中心市街地が冠水した。  
野田川では水害により改修作業が行われた。
- ・昼間人口  
昼間人口比率は90であり、昼間に人口が減少している。
- ・生活習慣病における服薬の有無  
男女ともに血糖降下薬の使用が府平均より高い。
- ・標準化死亡比(H25～29年)  
男性:腎不全、老衰、肝がん、肝疾患、脳内出血が多い。  
女性:脳梗塞、脳内出血、胃がん、肺がん、肝疾患が多い。

## 与謝野町概要

### 人口等

総面積	108.38km <sup>2</sup>
人口	18,066
世帯数	7,802
出生数	86
65歳以上人口(高齢化率)	38.8%
死亡数	357
一人暮らし高齢者数	1,215
介護認定者数	1,893
生活保護受給者数/世帯数	159/124
外国人居住者数	135



京都府

### その他

特定給食施設数	9
水道施設	1
下水処理施設数(農業排水用)	—
し尿処理施設	1
温泉数	5
ごみ処理施設数	—

### 医療機関等

医師会名称	与謝医師会
歯科医師会名称	丹後歯科医師会
薬剤師会名称	丹後薬剤師会
病院数(再掲:災害拠点、災害支援、精神科)	1
診療所数	12
歯科診療所数	9
(再掲)透析施設数	1
薬局数	12
産科	1

### 教育機関等

保育所数	4
幼稚園数	1
小学校数	6
中学校数	3
高等学校数	2
短期大学数(専門学校)	1
大学数	—

### 介護施設等

介護施設数(特養、老健、地域密着特養)	4
訪問看護ステーション数	4
居宅介護支援事業所	7
地域包括支援センター数	1
有料老人ホーム、養護老人ホーム数	—

### 福祉施設等

母子生活支援施設	—
児童養護施設数	—
障害者支援施設・障害者グループホーム	3
救護施設数	—

### 避難所・医療救護所

指定避難所数	49
福祉避難所数	20
医療避難所数 <sup>※</sup>	1

※北部医療センター(地域災害拠点病院)

令和7年10月24日作成



三河内曳山行事



ちりめんの道の機屋の町並み



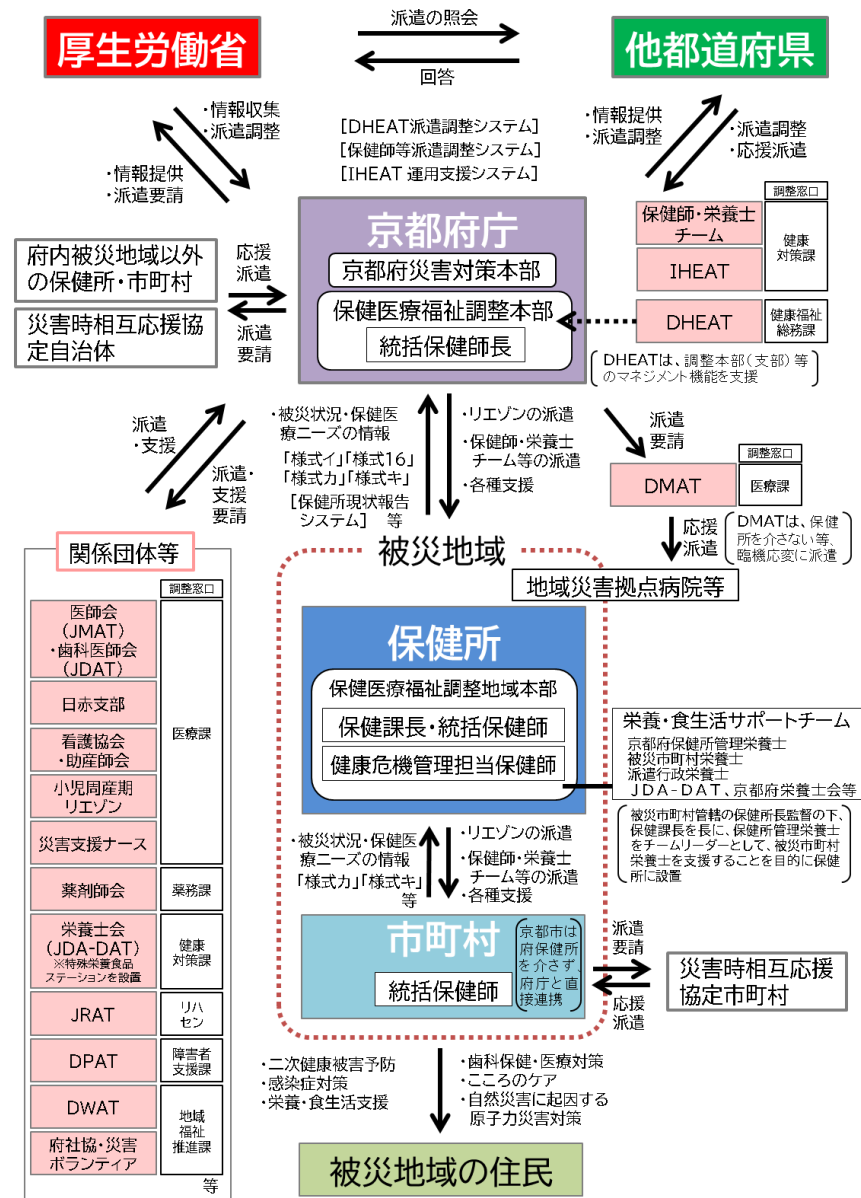
大内峠一字観公園

写真の出典:丹後広域振興局

<参考>「愛知県災害時保健師活動マニュアル～保健活動推進に向けて～(令和3年3月)」より一部改訂

# 京都府における保健活動体制とその流れ

京都府 災害時保健活動体制図



出典：京都府災害時保健活動マニュアル（第2版）

一部修正

大規模災害の発生に伴い、京都府災害対策本部が設置されると、その組織下に健康福祉部長を本部長とした保健医療福祉調整本部が自動設置される。

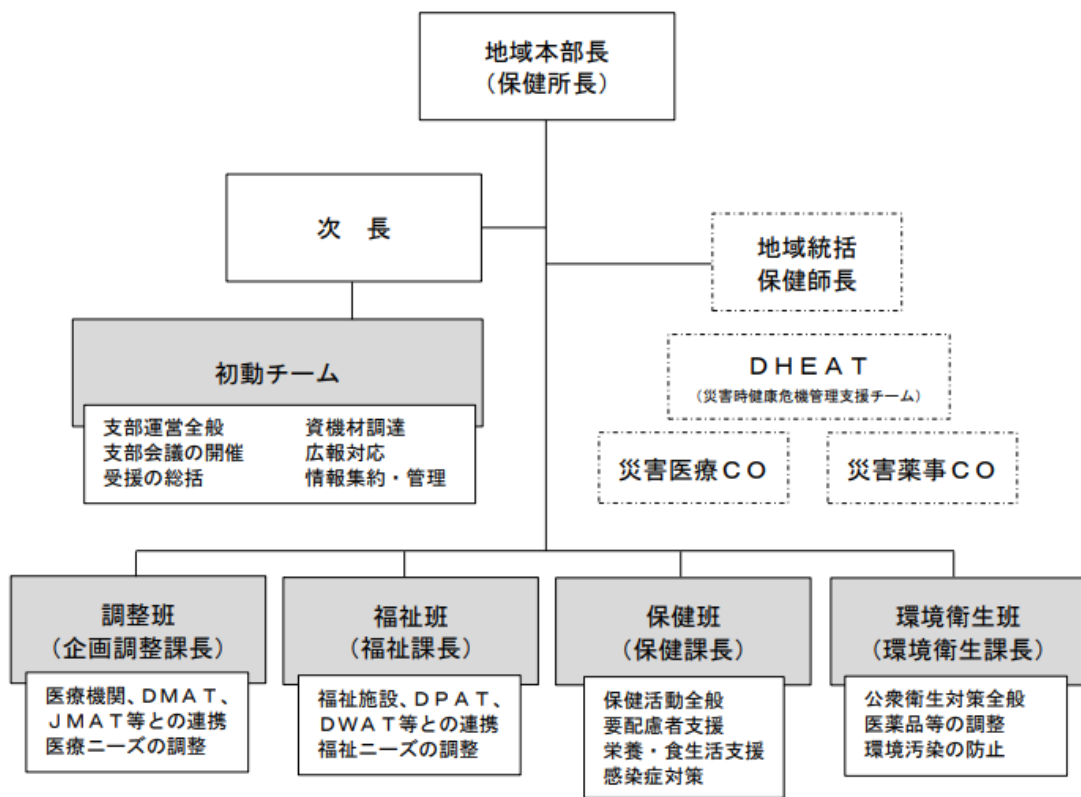
また、広域振興局内に京都府災害対策支部が設置されると、その組織下に保健所長を地域本部長とした**保健医療福祉調整地域本部**が、保健所に自動設置される。

## －保健所（保健医療福祉調整地域本部）－

- 調整地域本部の機能
  - 保健所（調整地域本部）は、保健所の各対策班の指揮命令を行うとともに、管内の保健・医療・福祉等に係る情報を統括し、関係機関と情報共有する。また、管内に派遣された保健医療福祉活動チームへの指揮・連絡を行うとともに、現地活動を支援する。
  - 保健所保健課長・統括保健師は、調整地域本部において、調整班（企画調整課）等と連携を図りながら、調整本部（統括保健師長）及び市町村（統括保健師）との間で保健活動の情報収集や支援業務を統括する。
  - 健康危機管理担当保健師は、保健課係長や所内職員、関係機関と協働して健康被害の防止や感染拡大防止に向けて、保健課長・統括保健師業務を補佐する。
- 連携体制の構築と情報収集・共有
  - 保健所（調整地域本部）は、災害対策支部、調整本部及び市町村との連携体制を構築し、被災状況に係る情報収集及び情報伝達を行う。
- 保健医療福祉活動チーム等の派遣調整
  - 保健所（調整地域本部）は、被災市町村の被災状況や保健医療福祉ニーズを取りまとめ、保健医療福祉活動チームの応援要請等、調整本部に支援を要請する。
  - 保健所保健課長・統括保健師は、保健師・栄養士チームの派遣調整を行う。また、保健師・栄養士チームに指揮又は連絡を行う等、避難所への派遣等に向けた受援準備を行う。

出典：京都府災害時保健活動マニュアル（第2版）

## 保健医療福祉調整地域本部 体制図



※CO：コーディネーター

### ■平常時の対応

- 1 災害時に燃料調達が困難な事態が生じても一定対応できるよう、公用車は給油メーターが1/2以下にならないようこまめな給油に努める。
- 2 災害時の登庁に備え、自宅に災害時の持ち出し鞆を準備しておくとともに、食料や飲料水を職場に備蓄するよう努める（個人の努力目標）。
- 3 災害時の登庁ルートを確認しておく。

### ■災害時の基本的な対応

- 1 発災直後の業務  
所定の班にこだわることなく、保健所が作成したアクションカードに基づき参集した人員で実施することとし、ある程度の人員が揃ってから所定の班体制をとることとする。
- 2 災害応急対策活動の実施（CSCAの確立）  
保健・医療・福祉ニーズなどに関する情報の収集・分析、それを踏まえた保健医療福祉活動チーム等などの指揮・調整といったマネジメントを行う。災害時には、災害医療におけるマネジメントの原則であるCSCAをまずは保健所の組織として確立し、その後、個別の支援活動に取り組むことが重要である。

- ①指揮と統制(Command & Control)
- ②安全確保、活動場所の確保(Safety)
- ③情報伝達(Communication)
- ④評価と対応計画 (Assessment)

### 3 通常業務の縮小・中止・延期の決定

指揮者は、『丹後広域振興局地震災害対策業務マニュアル』に基づき、非常時優先業務以外の保健所業務の縮小・中止・延期等を判断し、その決定を宣言する。

# 保健医療福祉調整地域本部の設営例

(フェーズ0)

# 保健医療福祉調整地域本部設営の前に・・・

京都府丹後保健所災害時対応マニュアル・アクションカードに基づき、庁舎の安全確認後、指揮者の指示に従い設営を行う。

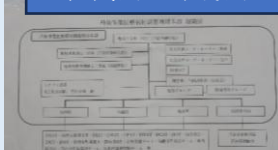
(安全確認事項例)

- 庁舎の安全確認(事務室の危険箇所、電気の使用の可否など)
- 職員の参集・安否確認

## 掲示物

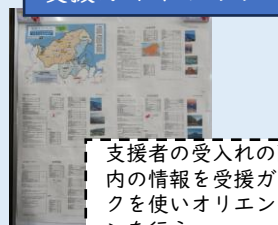
管内の状況を把握できるものや所内体制図を掲示

### 組織図・体制図



体制図には、参集した職員を付箋で明記し貼ってわかるようにする。

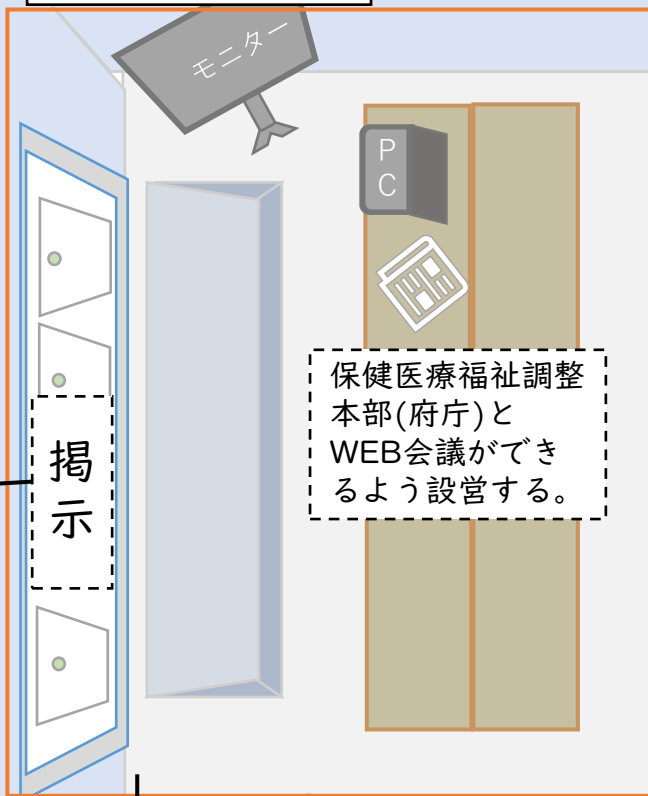
### 受援ガイドブック



支援者の受入れの際は、管内の情報を受援ガイドブックを使いオリエンテーションを行う。

- 所内体制図
- 管内地図
- 関係機関連絡先
- 管内災害基礎資料
- 受援ガイドブック等...

## 設営例(講堂)



掲示

環境衛生班

福祉班

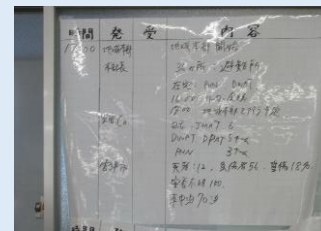
調整班

保健班

ホワイトボード  
(ライティングシート)

## クロノロジー(経時活動記録)

ホワイトボードやライティングシートを使い、日時、発信元、発信先、内容を発災時より経時的に記載します。記録は専属の記録員が記載。記載したクロノロジーは速やかに電子化(写真等)し、外部と共有できるようにする。また、クロノロの情報より必要に応じリスト化を行う。



## 【CSCAとは・・・】

- C**ommand & Control(指揮・統制)
- S**afety(安全)
- C**ommunication(連絡・連携)
- A**ssessment(評価)

災害・危機管理対応の確立に必要な項目としてまずCSCAが求められます。初動の地域本部設営時には、CSCAを意識し対応する。

## 【準備物】

- 行政支援端末一式
- 延長コード

アクションカード「行動者カード No.1」に記載のもの

【保健所複事務室の記録体制を準備する】

チェック	必要物品
<input type="checkbox"/>	ホワイトボード2枚(講堂1枚、第5会議室2枚、2階機械室4枚あり、1階予診室2枚(縦長))
<input type="checkbox"/>	長机1台(講堂に複数、間接機影室にキャン用机1台)
<input type="checkbox"/>	下配防災用セット(階段下スペース)
	ライティングシート(ホワイトボードに貼る横道紙)
	はさみ
	マグネット8個(ライティングシートを貼る)
	マーカー(黒・赤・青)×2
	連絡先一覧(A3サイズ)
	保健所体制図(A3サイズ)
	管内地図
	ボールペン10本
	閉き取り用紙100枚
	布ガムテープ(注意喚起張り紙、補強用)
	マーカー(注意喚起張り紙用)赤×5
	軍手20組
	ごみ袋
	メモ用A4用紙(無地1箱)
<input type="checkbox"/>	上記用紙配布用かご3個(物品庫)
<input type="checkbox"/>	決数板12枚(行動者カードNo.2~No.3用)
<input type="checkbox"/>	ヘルメット、現在の参集人数分(物品庫)

その他必要に応じて物品の準備を行う。

(例)



## 避難所へ行くための準備

ロジスティクスとは、連絡調整、運転など保健活動を行うための後方支援全般を行う人

### 活動のための確認事項

避難所等へ出向くことが決まったら、チーム（例：保健師2名+ロジスティクス1名）を編成し、現地での活動内容を検討します。

- 災害状況・天候・気温  
道路が通れるか ⇒ 現地までのルートを選定  
被災者がどのような状況か  
⇒ 現地での活動内容を想定し、持参する物品・資料を選定
- 医療機関・福祉避難所の稼働状況や搬送等の情報  
医療機関や福祉避難所へ移送する必要がある被災者への対応に備え、EMIS、医療活動拠点、災害本部等より医療関係の情報、福祉避難所の稼働状況等を確認します。
- 活動期間・スケジュール  
避難所における大まかな活動予定をあらかじめ検討しておきます。

### 携行品等の準備

平常時等に準備していたものを、災害の状況や活動内容に合わせて足し引きします。（次ページ参照）

- ① 自身の安全確保  
保健師チーム自身が身の安全を守れるよう準備します。
- ② 所属や職種明示  
ビブスなどで保健師チームであることを示します。
- ③ 移動や連絡手段の確保  
現地への移動手段と連絡方法を確保します。
- ④ 保健師訪問リュック等携行品  
リュックに一式入れておきます
- ⑤ 資料・様式等  
出向く際に拠点のストックより選択します。

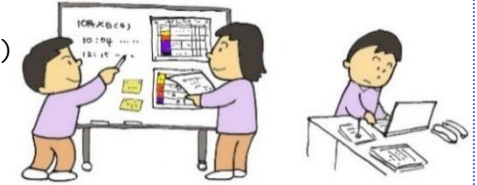
### 避難所での保健活動で注意すること

災害による停電、断水、通信障害、道路の通行止め等によって、いつもと全く違う状況の中で、避難者の健康調査・健康相談・健康教育・衛生管理等を行わなければなりません。また、余震や河川の決壊等で保健師の二次被害も予想されます。そんな状況下でも十分な活動ができるような準備が必要です。

### 避難所での活動例

#### 避難所に到着したら…

- 避難所状況の確認（目視や管理者と打合せ）
  - ① 避難所の管理者・運営組織
  - ② ライフライン
  - ③ 生活環境の衛生面様式 2-1（ラピッドアセスメントシート）、様式 2-2（感染管理アセスメントシート）、様式 2-3（避難所状況）、様式 3（避難者状況）  
[様式リンク](#)（京都府災害時保健活動マニュアル）



- 避難所管理者との健康相談の実施方法の打合せ

### 個別健康相談の実施

- 被災直後の健康相談では、支援の必要性が高い避難者（①医療が必要な人（人工透析・在宅酸素等）、②要介護度の高い人など）をアセスメントし、保健ニーズの把握を主眼に実施します。  
様式 1-1、様式 5 [様式リンク](#)（京都府災害時保健活動マニュアル）

### 健康相談が終わったら

- 活動内容をとりまとめ  
相談結果を集計し、避難所管理者への報告事項等まとめます。
- 避難所管理者への報告・対応依頼
  - ① 健康相談の実施状況報告と処遇調整、② 生活・衛生用品の不足の確認、③ 今後の見通し、④ 健康管理や衛生管理についての助言、⑤ 健康相談があった場合の対応依頼
- 日報等の作成  
帰庁後、リーダー保健師に報告するとともに日報等を作成します。

# 避難所での保健活動

## 受援側・支援側双方の準備（平時～フェーズⅠまでに準備）

### ①自身の安全確保

- ヘルメット
- 軍手
- 安全靴
- 懐中電灯
- ホイッスル

### ②所属や職種の明示

- ビブス、腕章
- 名札
- 身分証明書（運転免許証等）
- 名刺（公用携帯電話番号記載）



### ③移動や連絡手段の確保

- 巡回のための車の確保（常に燃料は半分以上確保）
- 被災地に入る許可証（取得方法、手続きを確認）
- 緊急車両通行証「京都府災害時緊急車両」のステッカー
- 連絡ルートの確認
- インターネット接続回線（Wi-Fi等）

### ④保健師訪問用リュック等携行品

- 健診用  血圧計  体温計  聴診器  パルスオキシメーター
- 救急用品  アルコール綿  滅菌ガーゼ  テープ  カットバン  はさみ
- ピンセット  爪切り  毛抜き  弾性包帯  三角布  消毒液（傷、うがい用）
- 衛生用品  速乾性手指消毒薬  消毒液（エタノール・次亜塩素酸ナトリウム等）
- ボディーシート  虫よけ  マスク  使い捨てエプロン・手袋
- 筆記用具  油性マジック  シャープペン・鉛筆  ボールペン  消しゴム
- その他  デジタルカメラ  A4クリップボード  ビニール袋  ゴミ袋
- シューズカバー  ティッシュペーパー  ウェットティッシュ

### ⑤資料・様式類

拠点に準備している資料、様式類から活動に応じて選択

- 健康相談表（様式1-1、様式5）
- 被災者アセスメント調査票（様式1-2）
- 避難所日報（様式2-1、2-2、2-3、3）
- 仮設住宅入居世帯調査票（様式6）
- 仮設住宅入居者健康調査票（様式7）
- 被災地域健康調査票（様式10）
- 健康調査連名簿（様式11）
- 被災地域健康訪問調査票（様式12）
- 災害診療記録（様式13）

[様式リンク](#)（京都府災害時保健活動マニュアル）

## 応援要請による派遣支援が決まったら

応援要請があり、被災地へ派遣支援に行く場合は、現地で必要となるものは全て派遣元自治体で準備します。

- ①自身の安全確保
- ②所属や職種の明示
- ③移動・連絡手段の確保
- ④保健師訪問用リュック等の携行品
- ⑤資料・様式類
- ⑥事務用品等（ パソコン  プリンター  乾電池）

### 各自で用意（派遣日数、被災状況等により物品を追加）

- 防災服  雨具  帽子  履きなれた靴・長靴
- 上履き・室内履き  洗面用具・着替え  常備薬
- 目薬  健康保険証  お薬手帳  食事・飲料水

#### 【停電・断水等発生時】

- 採光器具（ランタン等）  使い捨て食器  ラジオ
- 調理器具（カセットガスコンロ等） 等

#### 【夏季】

- 日焼け止め  保冷バック  保冷剤  ネッククーラー

#### 【冬季】

- 使い捨てカイロ  防寒具  リップクリーム

災害対応がスムーズに出来るように **災害時保健活動訓練** をやろう！

大規模災害時の多くは勤務時間外に発災しています。いつもと違う状況下でも保健活動が出来るよう、準備と訓練を業務に組み込みましょう。練習していないことはいざというときに出来ません。業務上の役割や職種、災害支援経験などにより、また、何を獲得するかにより訓練の内容も手段も違うので、目的や目標を確認しながら訓練を実施します。

参考

京都府災害時保健活動マニュアル  
第2版 第9章 P126～132

[05dai6~dai10.pdf](#)



## I 訓練の企画

まずは5W1Hで必要な訓練を考えます。下記にチェックしながら、また、訓練の取組例を参照しながら、優先順位や効果を考え計画しましょう。

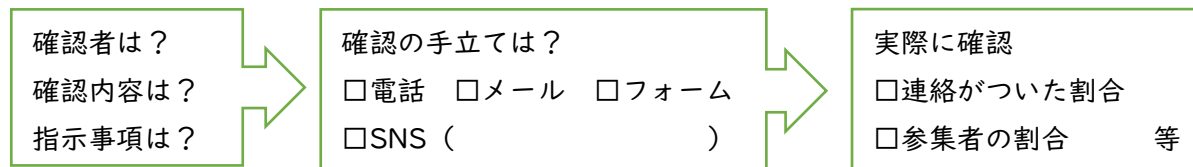
When	いつ	<input type="checkbox"/> 毎週 <input type="checkbox"/> 毎月 <input type="checkbox"/> 年（   ）回 <input type="checkbox"/> その他（   ） →実施日：   年   月   日（   曜日）   ：   ～   ：   （   分）
Where	どこで	<input type="checkbox"/> 係内 <input type="checkbox"/> 課内 <input type="checkbox"/> 市町村内 <input type="checkbox"/> 保健所内 <input type="checkbox"/> 圏域内 <input type="checkbox"/> 府内   →会場：
Who	誰に 誰と	<input type="checkbox"/> 事務担当 <input type="checkbox"/> 技術職（職種   ） <input type="checkbox"/> 関係機関（行政・医療・福祉・民間；具体的には？   ） <input type="checkbox"/> 地域住民（想定地区：   ） <input type="checkbox"/> その他
What	何を	<input type="checkbox"/> スキル向上（クロノロ、救命法、トリアージ、ケースメソッド、リーダーシップ等） <input type="checkbox"/> 体制づくり（参集訓練、避難所設置・運営、調整本部設置等） <input type="checkbox"/> 資器材の確認（資材点検、情報収集様式等準備、外部バッテリー動作確認） <input type="checkbox"/> 安全確保（避難誘導、職員緊急メール伝達、避難訓練、要配慮者避難訓練） <input type="checkbox"/> 情報管理（EMIS 入力、D24H 活用、各システム入力、情報伝達等） <input type="checkbox"/> 連携（派遣要請、支援要請、DMAT と DHEAT 連携、医療救護、受援体制） <input type="checkbox"/> 活動のイメージづくり（HUG、アクションカード作成、DVT 健康教育、除染、救護等）
Why	なぜ	<input type="checkbox"/> 知識獲得 <input type="checkbox"/> 技術獲得 <input type="checkbox"/> 手順の習慣化 <input type="checkbox"/> 思考・判断・行動力向上
How	どのよう に	目的 目標 具体的な内容・手段

## 2 訓練の取組例

### (1) 安全確保・確認訓練（まずは準備しよう）

#### ① 職員の確認

突然の災害時、まずは自身や家族などの安全確保の後は、災害の状況を確認しつつ地域の安全・安心に向けて保健活動を開始します。平時に各職員への連絡・確認・参集の手立てを決め、訓練で確認。



#### ② 要配慮者の確認

人工呼吸器など電源依存のある方など要配慮者の災害対応に向けて、当事者やご家族とともに個別避難計画作成をしましょう。

そして、関係機関や地域の方の参加のもと個別訓練を実施します。



電源が必要な方は停電を想定した発電機の訓練を行います。有事に備えて、外部バッテリーの有無や使い方、稼働時間などを患者家族や関係者と確認します。また、搬送方法を実際にも実施する場合があります。

### (2) 情報伝達、情報管理訓練（重要なスキルを獲得しよう）

情報を制することが出来れば災害をより小さく抑えられるといえます。これまでの災害経験からオンラインでの集約システムが整えられつつあるので、各種システムを知ること・慣れること、集まった情報を共有する方法やその活用について訓練を通じて習得します。



・D24H（災害時保健医療福祉活動支援システム）  
・EMIS（広域災害救急医療情報システム）  
・介護サービス情報管理システム  
などがあります。  
どのようなものか、どう使うのかを試します。  
既存データの掲示や、電話などで聞き取った情報を板書して共有するスキル（クロノロ技術）も訓練しましょう



情報は多いほど有益ではありますが、多すぎるとわかりにくくなり、理解に時間を要します。  
情報整理のスキルを、日ごろから身につけておくと非常時に役立ちます。

### (3) 活動のイメージづくり訓練 (机上訓練で想定しよう)

#### ●避難所運営ゲーム (HUG) で体験

避難所を運営する立場になった時、最初の段階で殺到する人々や出来事にどのように対応すれば良いのかをカードゲームで疑似体験できます。グループに分かれての演習となるため、参加者同士の交流や連帯感が生まれます。



避難所運営をみんなで作るためのアプローチとして、静岡県が開発した図上訓練です。



#### ●D24H を活用した机上訓練

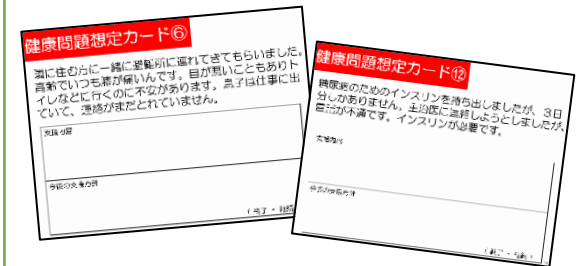
D24H (ディートウエンティーフォーエイチ) は災害時保健医療福祉活動支援システムといい、災害時に避難所や医療機関などの情報を集約し、関係機関間で情報共有することで被災地での迅速かつ的確な支援活動を可能にします。D24H Map では地図上で震度分布や避難所情報、停電情報、EMIS 情報が確認できます。それをもとに、どれほどのマンパワーが必要か、どんな支援があるのか、どこに救護所を設置したらよいかなどを想定します。



訓練時に、担当地域の被害を実感出来れば、対策もより実践的に検討できます。

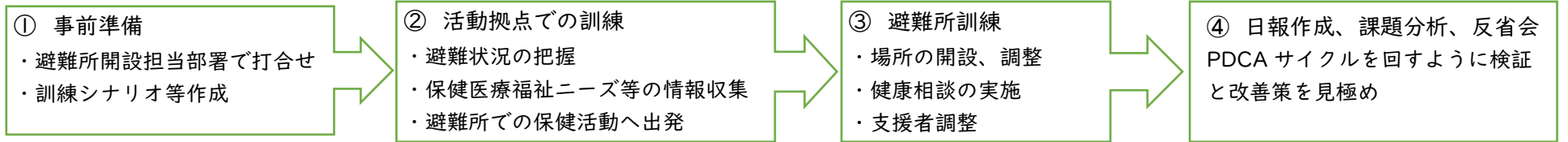
#### ●健康課題への想定対応の机上訓練

避難所には、「高血圧の方」「出産間近の妊婦さん」「糖尿病治療中の方」「車いすを使用する方」「日本語が得意ではない方」「発達面でサポートが必要な方」「精神科に通院する方」など様々な健康課題をもつ住民が訪れます。場所もツールも十分でない中で、どのように判断するかを時間制限しながら検討します。保健医療のスキルや連携先などを気づきます。



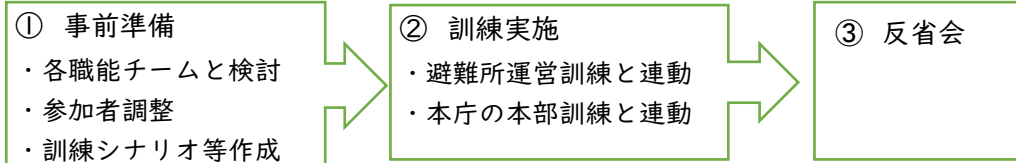
#### (4) 避難所運営訓練（実際に場を設定して体験しよう）

避難所の主な開設者は市町村ですが、大規模災害時には多くの避難所の立ち上げや、様々な支援者の派遣や調整などが重なります。平時から「住民による避難所開設訓練」をすすめるとともに、災害関連死など二次被害防止にも向けて、様々な設定で避難所運営訓練をしてみましょう。



#### ▶保健医療福祉調整地域本部訓練（保健医療福祉の各団体が連携を取れるよう備えよう）

災害状況により専門家の派遣が必要となるので、地元保健所が核となり DHEAT と協働し、各種チームを参集の上、情報の整理や支援方向を検討・調整する訓練を実施。



## (5) 総合防災訓練（各訓練の連動と住民への周知を広げよう）

防災部局や保健医療福祉部局が協働して、大規模災害や複合災害が発災した時を想定した訓練です。

避難所運営訓練や保健医療福祉調整地域本部訓練の時に、航空訓練、船舶訓練、土砂・座屈ビルからの救出訓練、合同救護所訓練、物資輸送訓練、防災展示・防災車両展示、災害ボランティアセンター運営訓練などを合同開催し、住民にも参加してもらい、日ごろの防災意識を高める機会になります。



(参考) 原子力災害訓練と新型インフルエンザ等との複合災害を想定した訓練



# 防災シミュレーション・体験ツール

(東北大学 災害科学国際研究所 藤本慎也特任研究員ほか より提供)

本資料では、地域住民への防災普及啓発、母子保健や高齢者支援の現場、学校・保育施設との連携など、多様な場面で活用しやすい防災シミュレーション・体験ツールを紹介しています。対象者の年齢や実施場面に応じて、適宜ご活用ください。

## I. 成人・地域防災全般

- HUG (避難所運営ゲーム) :
  - 災害時の避難所運営を疑似体験する図上訓練。避難所運営スキルや判断力を養うための実践的ツールとして使えます。
  - (詳細情報・実施動画)
    - <https://www.pref.shizuoka.jp/bosaikinkyu/sonae/earthquake/bosaicenter/1003638/1043919/1030041.html>
    - <https://www.isad.or.jp/video/video13/>
  
- 災害図上訓練 DIG (Disaster Imagination Game) :
  - 地図に地域の特徴や資源を書き込んでいき、災害リスクや対応方法を学ぶ図上訓練。地域防災力を高めるための実践的なツールとして使えます。
  - (詳細情報・実施動画)
    - <https://www.saitaiken.com/%EF%BC%90-%E7%81%BD%E5%AE%B3%E5%9B%B3%E4%B8%8A%E8%A8%93%E7%B7%B4dig%E6%B4%BB%E7%94%A8%E3%81%AE%E6%89%8B%E5%BC%95%E3%81%8D/>
    - <https://www.isad.or.jp/video/video16/>
  
- クロスロード :
  - 災害時に迫られるさまざまな選択を体験するシミュレーションカードゲーム。災害対応を自らの問題として考え、また様々な意見や価値観を参加者同士で共有するためのツールとして使えます。
  - (詳細情報・実施動画)
    - <https://amzn.asia/d/0iZsCYy>
    - [https://www.bousai.go.jp/kohou/kouhoubousai/h20/11/special\\_02\\_1.html](https://www.bousai.go.jp/kohou/kouhoubousai/h20/11/special_02_1.html)
    - <https://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/cat66/cat62/cat59/1-30.html>

- 逃げトレ：
  - 津波浸水シミュレーションをもとに、実際に歩きながら津波避難訓練ができるアプリケーション。訓練結果やメモを記録して自分だけの「避難カルテ」を作り、よりよい避難を考えるためのツールとして使えます。  
(ウェブサイト) <https://nigetore.jp/app/>
- スマホ避難シミュレーション：
  - スマホを使って地震や水害発生時の避難体験ができるシミュレーションコンテンツ。とるべき防災行動や、災害時に防災アプリケーションを使って情報収集する方法を学ぶためのツールとして使えます。  
(ウェブサイト) <https://www.sp-hinan.jp/pc/> <https://www.sp-hinan.jp/suigai/pc/>
- ヤフー防災模試：
  - ウェブ上で地震や台風・豪雨時に身を守るための知識を試せるクイズコンテンツ。災害時に身を守るための備えや行動を学ぶために使えます。  
(ウェブサイト) <https://bousai.yahoo.co.jp/exam/>

## Ⅱ. 乳幼児・親子向け（親子教室、子育て世代包括支援センターなど）

- ぼうさいダック：
  - 安全・安心の「最初の第一歩」（地震時の頭を守る行動、津波発生時の避難行動など）を、実際に身体を動かして遊びながら学ぶゲーム。特に幼児などがとっさの安全行動を身につけるためのツールとして使えます。  
(詳細情報・実施動画) <https://www.sonpo.or.jp/about/efforts/reduction/bousai-duck/index.html>  
<https://www.sonpo.or.jp/report/publish/education/0008.html>
- なまずの学校：
  - 地震などの災害で発生する様々なトラブルを紙芝居形式で出題し、トラブル解決につながると思うカードを出して得点を競うカードゲーム。小学生などが災害時の問題対処方法を学ぶためのツールとして使えます。  
(詳細情報・実施動画) <https://www.bousai.go.jp/kohou/kouhoubousai/h26/76/bousaitaisaku.html>  
<https://www.youtube.com/watch?v=e44Js115uLQ>  
<https://www.youtube.com/watch?v=49wP-WdQPxs>