地区防災センター運営マニュアル
様式・資料

番号	名称	備考
様式１－７	被害状況等一覧表	
様式３－１	報告事項記録用紙	地区防災センターからの第一報記入用紙
様式３－２	避難所チェックリスト（体育館用）	体育館チェックリスト
様式３－３	避難所チェックリスト（校舎内用）	校舎等チェックリスト
様式３－４	報告事項記録用紙（第二報以降）	第二報以降の記入用紙
様式３－５	連絡事項記録用紙	必要に応じて活用
様式３－７	郵便物等受取簿	郵便物を預かった場合に活用
様式４－１	避難者カード （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	避難所を利用する避難者全員が記入し回収
様式４－２	避難者名簿	避難所利用者の一覧表
様式 6-12	避難所物資要望シート	避難所等で必要な物資を要望する際に使用
様式 6-13	物品受入・払出整理簿	避難所等で物品の受入・払出を把握する
様式７－１	医療関係者参集報告書	各中学校等に参集した医療関係者を記入
様式７－２	医療救護所開設状況	各中学校に医療救護所が開設された場合に使用
様式 10-1	避難所ペット登録カード	地区防災センターでペットを受け入れる際に飼い主が記入
様式 10-2	ペット台帳	地区防災センターで受け入れたペットの一覧表
様式７－５	健康チェックシート （外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	自宅療養者等が記入し回収
様式７－６	毎朝の健康管理チェックリスト	入所受付時に配布し，健康な避難者は毎朝記入する
様式 12-1	ボランティア派遣依頼票	災害ボランティアセンターへの提出書式

※様式番号は「国分寺市震災時の職員行動マニュアル（令和３年３月修正）」より地区防災センター運営に関する様式に基づく

番号	名称	備考
資料－１	防災備蓄品保管場所一覧（資機材）	毎年度情報を更新する
資料－２	防災備蓄品保管場所一覧（食料品）	毎年度情報を更新する
資料－３	各地区防災センター図面	地区防災センター毎に内容が異なる
資料－４	地区防災センタールール（案）	
資料－５	ペットルール（案）	
資料－６	物品整理表	
資料－７	避難者意向調査用紙（案）	
資料－８	初動期活動内容（地震）	
資料－９	避難所の収容可能人数	
資料－10	災害時に活用できる施設備品類一覧	
資料―11	ゾーニングを中心とした避難所のレイアウトイメージ（例）	スタッフのレイアウトイメージ醸成に使用
資料－12	感染症対策版避難所受入れ可能人数	ソーシャルスペースを確保した場合の値
資料－13	エコノミークラス症候群の予防のために（外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	車中泊者に配布し注意喚起する
資料－14	避難者問診票	全避難者の検温・問診所で使用
資料―15	感染を広げないための避難所のルール（外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	健康な避難者に配布
資料―16	専用区域で生活されている方へのお願い（外国人用やさしい日本語，英語，中国語）	自宅療養者等に配布
資料―17	避難者案内表示	

様式１－７

被害状況等一覧表【　　】

番号	情報の受付		情報提供者		情報の内容		対応内容	市へ報告	
	時間	受付者	氏名	住所	場所	内容		チェック	報告者

様式３－１

ＮＯ，

報告事項記録用紙

施設名	

発信先		
情報日時	年　月　日（　）　時　分現在	
報告者		

◎報告内容

１，初動要員参集状況　※氏名を記入

２，避難者数（概数）

名

負傷者数（概数）

名

３，避難者及び施設の状況と対応

４，負傷者情報（風水害時は浸水状況）

５，その他の報告事項　※重傷者情報、必要物資要請等

様式３－２

避難所チェックリスト（体育館用）

チェック基準（カッコ内は風水害時）

「A」・・・安全性は特に問題なし（浸水なし）

「B」・・・散乱物（雨漏り）はあるが、建物全体の構造（避難所としての使用）に問題なし

「C」・・・被害甚大（施設全体の浸水）につき使用不能

チェック項目（風水害対応は（※）のみ）

該当施設	区分	確認事項	チェック
施設全体	外観　☆	傾斜、ゆがみ	
	柱　☆	亀裂、破断、傾斜	
	壁　☆	亀裂、ズレ、変形、剥離	
	屋根　☆	落下、破損	
施設全体（※）	外観	浸水	
施　設　内	天井　☆	亀裂、壁の落下、ゆがみ	
	床		
	内壁		
	窓枠		
	窓ガラス		
	出入口のドア		
	照明		
施　設　内（※）	全体	雨漏り	
総　合　評　価	（ABCのうち数量が多いものを記入する。☆の項目に「C」が一つでもあれば、使用不可能とする。）		

備　考

避難所チェックリスト（校舎用）

チェック基準（カッコ内は風水害時）

「A」・・・安全性は特に問題なし（浸水なし）
「B」・・・散乱物（雨漏り）はあるが、建物全体の構造（避難所としての使用）に問題なし
「C」・・・被害甚大（施設全体の浸水）につき使用不能

チェック項目（風水害対応は（※）のみ）

該当施設	区分	確認事項	チェック	
			地震	風水害
施設全体	外観　☆	傾斜、ゆがみ		／
	柱　☆	亀裂、破断、傾斜		／
	壁　☆	亀裂、ズレ、変形、剥離		／
	屋根　☆	落下、破損		／
施設全体（※）	外観	浸水	／	
施　設　内	天井　☆	亀裂、壁の落下、ゆがみ		／
	床　☆			／
	内壁			／
	窓枠			／
	窓ガラス			／
	出入口のドア			／
	照明			／
施　設　内（※）	各部屋	雨漏り	／	
廊　下（※）	窓ガラス	破損、飛散（雨漏り）の有無		
給湯・調理室	ガス	元栓の損傷（ガスの臭気）		／
総　合　評　価	（ABCのうち数量が多いものを記入する。☆の項目に「C」が一つでもあれば、使用不可能とする。）			

備　考

様式３－４

報告事項記録用紙（第二報以降）

施設名	
情報日時	年　　月　　日（　　）　　時　　分現在
報告者名	

項目()内は風水害の場合	報告内容	
初動要員の参集状況	（＿＿＿＿）（＿＿＿＿）（＿＿＿＿）（＿＿＿＿）（＿＿＿＿）	
その他運営スタッフ	□市職員：＿＿＿人　□関係機関スタッフ：＿＿＿人 □市　民：＿＿＿人　□その他（＿＿＿＿＿＿＿＿）：＿＿＿人	
避難者数	＿＿＿＿人	うち要配慮者数＿＿＿＿人
負傷者（傷病者）数	＿＿＿＿人	うち重症者数＿＿人
負傷者（傷病者）への対応状況	□医師による医療活動実施　□避難者等による応急手当実施	
発熱者等の情報	人数 ＿＿＿＿人	体温等避難者の様子
避難者の様子		
建物被害（浸水状況）調査結果	①体育館総合評価　□A　□B　□C ②校舎総合評価　□A　□B　□C	
ライフライン被害情報	□ 断水　□停電　□ガス停止　□トイレ使用不可　□電話不通	
避難所開設情報	□ 体育館開放済み　□教室開放済み	
地域の被害状況	□ 特に情報無し □ 別紙「被害状況等一覧表」のとおり	
避難行動要支援者の安否確認結果	□ 特に情報無し □ 別紙のとおり	
不足物資の要請	□ 特に要望無し □ 別紙「物資要望シート」のとおり □ その他の要請物資（品名・必要量）	
ボランティアの要請	□ 特に要望無し □ 別紙「ボランティア派遣依頼票」のとおり	
その他緊急を要する事項	□ 特に無し □ 以下のとおり	

様式３－５

連絡事項記録用紙

Ｎｏ，＿＿＿＿＿

施設名	
記録作成日時	月　日（　）　時　分
記録者氏名	
災害対策本部への報告日時	月　日（　）　時　分

◎連絡内容

様式３－７

郵便物等受取簿

No	日付	時間	預かり担当者名	宛先		郵便物特記事項	受取者		備考
				住所	名前	ワレモノ・なまもの	受取日	サイン	

様式４－１

避難者カード

避難所名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　受付番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

世帯代表者	氏名		
	住所		
	携帯電話番号		
	入所年月日	年　月　日	
	所属自治会・町内会名		
	親族などの連絡先	氏名	
		住所	
		電話	
	安否確認のための情報開示	同意する　・　同意しない	
	自家用車等駐車の有無	有・無	→有の場合　ナンバー（　　） 車種（　　）色（　　）
	家屋の被害状況	全壊　・　半壊　・　一部損壊 断水　・　停電　・　ガス停止　・　電話不通	
	退所年月日	年　月　日	
	転出先	住所	
		電話	

家族	ふりがな 氏名	性別	年齢	「避難行動要支援者登録制度」の登録の有無	配慮すべき事項などの特記事項
		男・女		有・無	
		男・女		有・無	
		男・女		有・無	
		男・女		有・無	
		男・女		有・無	

□必要な場合には医療機関，福祉避難所等への個人情報の提供に同意します。

□新型コロナウイルス感染症の感染が発覚した場合には、濃厚接触者の特定のため個人情報を使用することに同意します。

※内容に変更が出た場合や、退所する場合は、市担当者に必ず連絡してください。

受理日時：　　年　　月　　日（　）　　時　　分

受理者名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

避難者カード　　様式４－１

【避難所運営スタッフが、あなた（あなたの家族)のことを知るための紙】

避難所の名前

受付番号

家族の代表の人のことを教えてください。

① 家族の代表の人の名前:

② 住所＜＝住んでいる所＞:

③ 携帯電話番号:

④ 入所した＜＝避難所での生活を始めた＞日:　　年　　月　　日

⑤ あなたが入っている自治会･町内会＜＝回覧板をまわしている会＞の名前:

⑥ 困ったことが起きたときに、連絡できる人:

1）名前:

2）住所＜＝住んでいる所＞:

3）電話番号:

⑦ あなたがこの避難所にいるか、いないかについて、誰かが聞いてきたとき、あなたがいることを教えてもいいですか？

[はい][いいえ]

⑧ あなたは、避難所に、自分の車で来ましたか？ 自分の車を置いておく場所が必要ですか？ [はい][いいえ]

→[はい]と答えた人は、次のことを教えてください。

1）車のナンバー＜＝車の前と後ろについている板に書いてある数字＞:

2）車の名前･種類:

3）車の色:

⑨ あなたの家について教えてください。あなたの家は、どのくらいこわれましたか？

1）家･たてものが、全部こわれました。住むことができません。

2）家･たてものが、半分こわれました。なおさないと住むことができません。

3）家･たてものが、少しこわれました。住むことはできますが、少しなおす必要があります。

次の ことについて 教えてください。

1） 家の 水道が 使えません。

2） 家の 電気が 使えません。

3） 家の ガスが 使えません。

4） 家に ある 電話が 使えません。

⑩ 退所した＜＝避難所での 生活を 終えた＞日： 年 月 日

⑪ 避難所から 退所した 後のことについて 教えてください。

1） 住所＜＝住む 所＞：

2） 電話番号：

家族 について 教えてください。

① 家の 代表の人との 関係：

② 名前：

③ 性別： 男 ・ 女

④ 年齢：

⑤「避難行動要支援者登録制度」の登録： □登録をしている □登録をしていない

＊ 避難行動要支援者登録制度： 災害＜＝台風 や 大雨、地震＞のとき、 自分では 避難所に 行くことが できない 人のための 仕組みです。 あなたが 避難することを、 他の人が 助けてくれる 仕組みです。

⑥ 避難所運営スタッフが 特に 気をつける 必要が あることを、 教えてください。

たとえば、「日常生活の 介助＜＝からだを 動かすために 手助けして もらうこと＞が 必要」、「アレルギーを 持っている」、「持病が ある」 など。

（ ）

次のことに 同意する＜＝「良い」と 思う＞ ときは □に ✔を 書いて ください。

□ あなたや 家族が 病気や、 特別の 支援が 必要に なったとき、 病院や 特別の 支援の ある 避難所に、 あなたや 家族の 個人情報＜＝名前、 住所など＞を 伝えても いいです。

□ 避難所で、 新しい コロナウイルスの 感染が 出たとき、 他にも 感染した人が いるのかを 調べるために、 あなたの 個人情報＜＝名前、住所など＞を 保健所に 伝えても いいです。

※この 紙に 書いた ことが 変わった ときや、 避難所を 退所する＜＝避難所での 生活を 終える＞ときは、 避難所にいる 国分寺市役所の 人に、 必ず 言ってください。

……

受理日時:　　年　　月　　日(　)　　時　　分

受理者名:

分からないことが　あるときは、　避難所運営スタッフに　相談してください。

Form 4 － 1

Registration Card for Evacuees

Name of evacuation center：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　Reception No. ：＿＿＿＿＿＿

Household representative	Name		
	Address		
	Mobile phone		
	Date of entry to the center	／　　／	
	Name of the evacuee's residential association/*Jichikai*		
	In case of an emergency, please provide a contact number of a close family member.	Name	
		Address	
		Phone number	
	Information disclosure agreement for safety confirmation	Agree ・ Disagree ※In case someone contacts us regarding your safety. If you have any concerns regarding the disclosure of your personal information, please let us know.	
	Did you come by car to the evacuation center and is it parked at the center?	Yes ・ No	→if Yes License Plate Number（　　） Car Maker & Name of car （　　） Color（　　）
	House and other facility damage information	Total collapse ・ Half collapsed ・ Partially collapsed ・ Water cutoff ・ Black out ・ No Gas supply ・ Telephone disconnected	
	Departure date from the center	／　　／	
	New address (Where you will settle after you leave the	Address	
		Telephone	

	center)	number	

Family	Name	Gender	Age	※Are you registered with the RSPRADD?	Any special requirements that we should know? (daily life assistance, chronic disease, allergies etc.)
		M ・ F		Yes・No	
		M ・ F		Yes・No	
		M ・ F		Yes・No	
		M ・ F		Yes・No	
		M ・ F		Yes・No	

※RSPRADD :Registration System for People Requiring Assistance During a Disaster

□I agree to provide my personal information to medical institutions and welfare institutions if necessary.

□In case I am exposed or have been in direct contact with a person diagnosed with COVID-19 at the center, I agree that my personal information may be used to contact and identify people I have met or interacted with recently.

※If there is any change in your information during your stay or when you are leaving the evacuation center permanently, please inform the city official.

Date of acceptance： 年 月 日（ ） 時 分

Name of person in charge：

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

式４－１

避难人员卡

避难所名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　受理号码：＿＿＿＿＿＿＿＿

家族代表者	姓名		
	地址		
	手机电话号码		
	入所年月日	年　月　日	
	所属自治会・居委会名		
	亲戚等紧急联络方式	姓名	
		地址	
		电话	
	公开信息用于确认安否	同意　・　不同意	
	私家车等存车有无	有・无	→有　车牌号（　　） 车型（　　）车色（　　）
	自家受害状况	全坏　・　半坏　・　一部分损坏 断水　・　停电　・　煤气停止　・电话不通	
	退所年月日	年　月　日	
	退所后地址	地址	
		电话	

家庭成员	上注假名 姓名	性别	年龄	「避难行动要支援者登记制度」上登记有无	需要照顾的事情等特别记载事项
		男・女		有・无	
		男・女		有・无	
		男・女		有・无	
		男・女		有・无	
		男・女		有・无	

□有必要向医疗机关，福利避难所等提供个人信息时，如果同意，请在□打勾。
□如果发现已感染新型冠状病毒时，为了特定密切接触者，使用个人信息。如果同意请在□打勾。

※上列内容有变更时，或退所时，请必须向市政府的担任职员联系。

受理日時：　　年　　月　　日（　）　　時　　分

受理者名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。

様式４－２

避難者名簿

（例）戸倉－１

避難所名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　町名：＿＿＿＿＿＿－＿＿＿＿

受付番号	入所日	避難者氏名（ひらがなで記入）	性別	年齢	住所	特記事項	避難行動要支援者登録	情報開示	退所日	滞在スペース
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	
	月　日		男・女				有・無	可・不可	月　日	

避難者名簿は毎日定時に本部班に報告すること。

様式６－１２

作成者名

月　　日　物資要望シート

要望者（施設名等）：

	品目	数量	単位		品目	数量	単位		品目	数量	単位		品目	数量	単位		品目	数量	単位
食料品	米			生活・衛生用品	歯ﾌﾞﾗｼ			調理用品	ｶｾｯﾄｺﾝﾛ			衣類等	下着　男　上			その他			
	ﾊﾟｯｸご飯				歯磨き粉				なべ				下着　男　下						
	水				ひげそり				やかん				下着　女　上						
	おにぎり				石けん				皿				下着　女　下						
	ｶｯﾌﾟめん				ﾎﾞﾃﾞｨｿｰﾌﾟ				おわん				下着　男子　上						
	ﾚﾄﾙﾄｶﾚｰ				ｼｬﾝﾌﾟｰ				紙ｺｯﾌﾟ				下着　男子　下						
	しお				ﾄﾞﾗｲｼｬﾝﾌﾟｰ				はし				下着　女子　上						
	みそ				洗面器				ﾗｯﾌﾟ				下着　女子　下						
	しょうゆ				ﾀｵﾙ				ｱﾙﾐﾎｲﾙ				下着　乳児						
	さとう				ﾊﾞｽﾀｵﾙ				ｺﾞﾑ手袋				くつ下						
	だしの素				洗濯用洗剤				食器用洗剤				上着						
	酢				ﾊﾝｶﾞｰ								ｽﾞﾎﾞﾝ						
	お菓子				洗濯ひも			燃料・電気	灯油				防寒着						
	ﾊﾟﾝ				ﾃｨｯｼｭﾍﾟｰﾊﾟｰ				給油ﾎﾟﾝﾌﾟ				長靴						
	ｼﾞｭｰｽ				ｳｪｯﾄﾃｨｯｼｭ				ﾌﾟﾛﾊﾟﾝｶﾞｽ				軍手						
	お茶				ﾏｽｸ				ｶｾｯﾄﾎﾞﾝﾍﾞ				毛布						
	果物				ｺﾞﾑ手袋				乾電池（単１）			その他							
					ﾊｲﾀｰ				乾電池（単２）										
					うがい薬				乾電池（単３）										
赤ちゃん・子ども	ﾐﾙｸ（新生児用）				消毒用ｱﾙｺｰﾙ				乾電池（単４）										
	ﾐﾙｸ（乳児用）				ごみ袋				発電機										
	紙おむつ（S）				ほうき				ﾄﾞﾗﾑｺｰﾄﾞ										
	紙おむつ（M）				ちりとり				ﾗｼﾞｵ										
	紙おむつ（L）																		
	ﾍﾞﾋﾞｰﾌｰﾄﾞ				ﾅﾌﾟｷﾝ			照明・暖房	ﾛｰｿｸ										
	ほ乳瓶				大人用おむつ(S)				ﾗｲﾄ（ﾗﾝﾀﾝ）										
	乳幼児肌着				大人用おむつ(M)				懐中電灯										
	乳幼児　服				大人用おむつ(L)				ｶｲﾛ										
	絵本				簡易トイレ				ｽﾄｰﾌﾞ										
	おもちゃ				ﾄｲﾚｯﾄﾍﾟｰﾊﾟｰ				ﾁｬｯｶﾏﾝ										

物品受入・払出整理簿

様式６－１３

品名・規格ごとに作成すること。

（例）【品名：子ども用紙おむつ】，【規格：Ｓサイズ】，【受入・払出単位：パック】

施設名		No,	
品名:		規格:	
受入･払出単位:			

日付	受入or払出	受入数	払出数	残数	備考
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	
				0	

様式７－１

医療関係者参集報告書

施　設　名	
作成日時	年　月　日（　）　時　分現在
作成者名	

職種	氏名	勤務先	住所	備考

受理時間：　年　月　日（　）　時　分　受理者：

様式７－２

医療救護所開設状況

救護所名	
作成日時	年　月　日（　）　時　分現在
作成者	

開設日時	月　日　時　分	閉鎖日時	月　日　時　分

担当職員	班名	氏名	備考

医療関係者	診療所・薬局名	氏名	備考

ボランティア等	氏名	担当業務	氏名	担当業務

スタッフの要請等

様式７－５

健康チェックシート

避難所の感染症流行を防ぐため，ご提出をお願いいたします。

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

	チェック項目	
1	あなたは新型コロナウイルス感染者の濃厚接触者で，現在，健康観察中ですか？	はい　・　いいえ
2	普段より熱っぽく感じますか？	はい　・　いいえ
3	呼吸の息苦しさ，胸の痛みはありますか？	はい　・　いいえ
4	においや味を感じないですか？	はい　・　いいえ
5	せきやたん，のどの痛みはありますか？	はい　・　いいえ
6	全身がだるいなどの症状はありますか？	はい　・　いいえ
7	吐き気がありますか？	はい　・　いいえ
8	下痢がありますか？	はい　・　いいえ
9	からだにぶつぶつ（発疹）が出ていますか？	はい　・　いいえ
10	目が赤く，目やにが多いですか？	はい　・　いいえ
11	現在，医療機関に通院をしていますか？ （症状：　　）	はい　・　いいえ
12	現在，服薬をしていますか？ （薬名：　　）	はい　・　いいえ
13	そのほか気になる症状はありますか？ （症状：　　）	はい　・　いいえ
14	避難所での行動に際し，介護や介助が必要ですか？	はい　・　いいえ
15	避難所での行動に際し，配慮を要する障害がありますか？ （内容：　　）	はい　・　いいえ
16	乳幼児と一緒ですか？（妊娠中も含む）	はい　・　いいえ
17	呼吸器疾患，高血圧，糖尿病，その他の基礎疾患はありますか？	はい　・　いいえ
18	てんかんはありますか？	はい　・　いいえ
19	かかりつけ医はいますか？ （医療機関・主治医名：　　）	はい　・　いいえ
20	緊急時の連絡を受けてくれる人はいますか？	はい　・　いいえ

～～～～～～～～～～（以下は受付担当者が記入します。）～～～～～～～～～～

体温	℃	受付者名		受付番号	
滞在スペース					

健康チェックシート

【避難所運営スタッフが、　あなたの　健康＜＝体の　調子＞を　知る　ための　紙】

避難所で、　新しい　コロナウイルスの　病気が　広がらないように　するために、あなたの健康について　質問します。

［はい］か　［いいえ］の　どちらかに　○を　書いてください。

書き終わったら、　避難所運営スタッフに　渡してください。

	あなたへの　質問	
1	あなたの　家族や　友だち　で、　新しい　コロナウイルスの　病気に　なった　人は　いますか？　保健所などから、　あなたも　新しい　コロナウイルス　の　病気かも　しれないので、　家から　外に　出ないように　言われていますか？	はい　・　いいえ
2	いつものとき　より、　体温＜＝体の　熱＞が　高いと　感じますか？	はい　・　いいえ
3	息が　苦しいこと、　胸が　痛いことが　ありますか？	はい　・　いいえ
4	においや、食べ物の　味が、　わからないことが　ありますか？	はい　・　いいえ
5	せきが　出ますか？　痰（せきをしたときに　のどから　出てくる　液体）が　出ますか？　のどが　痛いことが　ありますか？	はい　・　いいえ
6	体が　とても　だるい　ですか？	はい　・　いいえ
7	吐き気＜＝食べた物が　口から　出るかもしれないこと＞が　ありますか？	はい　・　いいえ
8	下痢＜＝何度も　トイレに　行って、　水の　ような　便（うんち）が　出ること＞　がありますか？	はい　・　いいえ
9	体に　発疹＜＝小さな　赤いもの＞が　出ていますか？	はい　・　いいえ
10	目が　赤く　なっていますか？　目やに＜＝目から　出てくる　白い物＞が　多いですか？	はい　・　いいえ
11	今、　病院に　通っていますか？ →［はい］と　答えた　人：　病気の　名前 （　　）	はい　・　いいえ
12	毎日、薬を　飲んでいますか？ →［はい］と　答えた　人：　薬の　名前を　書いてください。 （　　）	はい　・　いいえ
13	体の　調子で、　他に　気に　なることが　ありますか？ →［はい］と　答えた　人：　体の　調子で　気になることを　書いてください。 （　　）	はい　・　いいえ

14	避難所で　生活するときに（歩く、　食べる、　トイレに行く、　寝るとき　などに）、　介護（他の　人の　助け）が　必要なことがありますか？	はい　・　いいえ
15	避難所で　生活するときに、　避難所運営スタッフが　特に　気をつける　必要がある　障害　＜＝体や　心の　病気＞が　ありますか？ →［はい］と　答えた　人：　避難所運営スタッフが　気をつける必要がある　障害の　内容　を　書いてください。 （　　）	はい　・　いいえ
16	0歳から　3歳の　子どもと　いっしょですか？　（お腹に　赤ちゃんは　いますか？）	はい　・　いいえ
17	次のような　病気は　ありますか？ ・のどや　肺の　病気 ・高血圧 ・糖尿病 ・その他の病気（がん、心臓病、肝臓・腎臓の病気など）	はい　・　いいえ
18	てんかん＜＝　体が　固く　なる、　急に　手・足が　激しく　動く、　急に　倒れる、　急に　眠るような　病気＞は　ありますか？	はい　・　いいえ
19	病気に　なったとき、　いつも　行く　病院は　ありますか？ →［はい］と　答えた　人：　病院の　名前を　書いてください。 （　　）	はい　・　いいえ
20	避難所にいる間、　急に　困ったことが　起きたときに、　連絡することが　できる　人はいますか？	はい　・　いいえ

～～～～～～（次は、避難所運営スタッフが　書きます。）～～～～～～～～

体温	℃	受付者名		受付番号	
滞在スペース					

分からないことが　あったときは、避難所運営スタッフへ　相談してください。

Health Check

To prevent the spread of an infectious disease at the evacuation center, please fill in this form and bring it to the reception desk.

	Check Item	
1	Is there anyone in your family or do you have any friends etc. that have been diagnosed with COVID-19? And have you been contacted and told by the public health center to remain at home and self-isolate?	Yes ・ No Yes ・ No
2	Do you have a fever higher than usual？	Yes ・ No
3	Any difficulty breathing or any chest pain？	Yes ・ No
4	A loss of taste or smell？	Yes ・ No
5	Any cough, sputum or sore throat？	Yes ・ No
6	Do you have extreme tiredness/fatigue？	Yes ・ No
7	Do you have any nausea？	Yes ・ No
8	Do you have any diarrhea？	Yes ・ No
9	Do you have any skin rashes？	Yes ・ No
10	Do you have red eyes or a lot of eye mucus？	Yes ・ No
11	Are you currently seeing a doctor？ （For what symptom：　　）	Yes ・ No
12	Do you take any medicine regularly？ （Name of the medicine：　　）	Yes ・ No
13	Do you have any other symptoms that you are worried about？ （specify：　　）	Yes ・ No
14	Do you need nursing care or assistance while staying at the evacuation center？	Yes ・ No
15	Do you require any physical or mental support while staying at the evacuation center？ （specify：　　）	Yes ・ No
16	Are you with an infant under the age of 3 years old？（includes pregnancy）	Yes ・ No
17	Do you have a respiratory illness, high blood pressure, diabetes or any other underlying illness ？	Yes ・ No
18	Do you have epilepsy？	Yes ・ No
19	Do you have a family doctor？	Yes ・ No

	（Name of Medical institution・ Doctor：　　）	
20	Is there a person you can contact in case of an emergency？	Yes ・ No

～～～～～～～～～～（Receptionist will fill in the following）～～～～～～～～～～

Temperature	℃	Receptionist		Reception No.	
Staying area					

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

式７－５

健康检查表

为了在避难所防止感染症流行，请提交检查表。

	检查项目	
1	你是新型冠状病毒感染者的密切接触者，正在健康状态观察中吗？	是　・　否
2	感到有比正常体温高些吗？	是　・　否
3	有呼吸困难，胸痛吗？	有　・　无
4	嗅觉或味觉迟钝吗？	是　・　否
5	有咳嗽，痰，喉咙痛吗？	有　・　无
6	有浑身乏力等症状吗？	有　・　无
7	有恶心吗？	有　・　无
8	有腹泻吗？	有　・　无
9	身上有出皮疹吗？	是　・　否
10	眼睛充血，眼睛分泌物多吗？	是　・　否
11	现在定期去医疗机关吗？ （症状	是　・　否
12	现在有没有在吃药？ （药名：　　）	有　・　无
13	还有其他不安的症状吗？ （症状：　　）	有　・　无
14	在避难所行动时，需要护理和护助吗？	是　・　否
15	在避难所行动时，有需要照顾（身体上或精神上）的残障吗？ （内容　　）	有　・　无
16	身边有婴幼儿吗？（包括怀孕中）	是　・　否
17	有呼吸器官疾病，高血压，糖尿病，其他基础疾患吗？	有　・　无
18	有癫痫吗？	有　・　无
19	有经常就诊的医生吗？（经常给自己看病的医生） （医疗机关・主治医生名　　）	有　・　无
20	有可以紧急联系的人吗？	有　・　无

～～～～～～～～～～～（以下受理人填写）～～～～～～～～～～～

体温	℃	受理人		受理号码	
居住空间					

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

様式７－６

毎朝の健康管理チェックリスト

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

〇毎朝，体温を測定して記入してください。
〇こまめな手洗いを行い，咳エチケットを守りましょう。
〇以下の場合は，必ず避難所運営スタッフに報告してください。
・37.5 度以上の発熱がある。
・強いだるさがある。
・強い息苦しさ（呼吸困難）がある。

日付	/	/	/	/	/	/	/
時間	:	:	:	:	:	:	:
体温	度	度	度	度	度	度	度
強いだるさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
強い息苦しさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有

日付	/	/	/	/	/	/	/
時間	:	:	:	:	:	:	:
体温	度	度	度	度	度	度	度
強いだるさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
強い息苦しさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有

日付	/	/	/	/	/	/	/
時間	:	:	:	:	:	:	:
体温	度	度	度	度	度	度	度
強いだるさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
強い息苦しさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有

日付	/	/	/	/	/	/	/
時間	:	:	:	:	:	:	:
体温	度	度	度	度	度	度	度
強いだるさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有
強い息苦しさ	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有	無・有

毎朝の健康管理チェックリスト

【毎日、　朝、　元気か　どうかを　書く　紙】

あなたの　名前：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

○毎日、　朝、　体温＜＝体の　熱＞を　測って、　書いて　ください。

○いつも　手を　きれいに　します。　何度も　洗ってください。　せきエチケット＜＝せきをするときは、　ハンカチなどで　口、　鼻　を　おさえること＞を　守ってください。

○次の　①から③で、［はい］が　あった　人は、　避難所運営スタッフに　言ってください。

① 体温は、　37.5度以上ですか？　［はい］　［いいえ］

② 体が　とても　だるいですか。　［はい］　［いいえ］

③ 息が　とても　苦しいことが　ありますか？　［はい］　［いいえ］

この　紙に　書いた日	月　日
この　紙に　書いた　時間	：
今日の　体温	度
体が　とても　だるいですか？	はい・いいえ
息が　とても　くるしい　ですか？	はい・いいえ

分からないことが　あったときは、避難所運営スタッフへ　相談してください。

Form 7 － 6

Daily Health Checklist

Name _____

○Please check your body temperature every morning and fill it, the date, time in the boxes below.
○Please try to keep your hands clean and consider others when you cough.(coughing etiquette)
○If you have any of the symptoms below, please make sure to inform the evacuation management staff.
・Have a fever higher than 37.5℃.
・Have extreme tiredness/fatigue.
・Have extreme difficulty breathing(shortness of breath).

Date	/
Time	:
Body temperature	℃
Fatigue	Yes・No
Short of breath	Yes・No

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

式７－６

每天早晨的健康管理检查表

姓名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

〇每天早晨，请测量体温，填写框内。
〇请勤洗手，遵守咳嗽礼节。
〇有下列症状时，请要向避难所运营人员报告。
・发烧 37，5 度以上
・浑身乏力
・呼吸困难

日期	/
时间	：
体温	度
浑身乏力	无・有
呼吸困难	无・有

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

様式１０－１

国分寺市　避難所ペット登録カード

入所：　　年　　月　　日
退所：　　年　　月　　日

ＮＯ.	

<table>
<tr><td rowspan="4">飼い主</td><td rowspan="2">氏名</td><td colspan="3">フリガナ</td></tr>
<tr><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>住所</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>連絡先</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">ペット</td><td>名前</td><td></td><td>性別</td><td>おす　　めす</td></tr>
<tr><td>種類</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>特徴</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">過去１年以内の狂犬病予防注射の接種有無
※犬の場合のみ</td><td colspan="2">有り　　無し　　不明</td></tr>
</table>

様式１０－１

国分寺市　避難所ペット登録カード

【避難所で　いっしょに生活する　ペットを　登録する　紙】

入所した＜＝避難所での　生活を　始めた＞　日：　　年　　月　　日

退所した＜＝避難所での　生活を　終えた＞　日：　　年　　月　　日

飼い主＜＝ペットを　飼っている　人＞と、　ペットについて　教えてください。

NO.	

飼い主＜＝ペットを飼っている人＞	名前	フリガナ（あなたの名前を　ひらがなで　書いてください。）		
	住所＜＝住んでいる　所＞			
	電話番号			
ペットについて	名前		性別	おす（男） めす（女）
	種類	□犬　□猫　□その他（　　）		
	特徴	見た　だけで、あなたの　ペットだと　わかるところを　書いてください。		
	犬を　飼っている　人だけ　教えてください。 狂犬病予防注射＜＝犬が　よくかかる　病気に　ならないための　注射＞は　いつ　しましたか？		□　年　月に、狂犬病予防注射を　しました。 □　狂犬病予防注射を　したことはありません。 □　狂犬病予防注射を　いつ　したか、　わかりません。	

分からないことがあったときは、避難所運営スタッフへ　相談してください。

Form１０－１

Kokubunji City Evacuation Registration Card for Pets

Arrival date :　　/　　/

Exit date :　　/　　/

NO.	

Pet owner	Name	Ruby (syllabic pronunciation)		
	Address			
	Contact No.			
Pet	Name		Gender	Male　Female
	Type			
	Description			
	Had Rabies vaccination or not in the past 1 year. ※Only for dogs		Yes　No	Unknown

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

式１０－１

国分寺市　避难所宠物登记卡

入所：　　年　　月　　日
退所：　　年　　月　　日

NO	

<table>
<tr><td rowspan="4">宠物的主人</td><td rowspan="2">姓名</td><td colspan="3">上注片假名</td></tr>
<tr><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>地址</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>联系电话</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">宠物</td><td>名字</td><td></td><td>公/母</td><td>公　　母</td></tr>
<tr><td>种类</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>特征</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">过去１年中是否注射过狂犬疫苗
※只限于狗</td><td colspan="2">有　　无　　不明</td></tr>
</table>

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

様式１０－２

ペット台帳

避難所名：

No,	飼い主　氏名	住所	連絡先	ペットの名前	性別	注射	入所日	退所日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日
					おす・めす	有・無・不明	月　日	月　日

様式１２－１

ボランティア派遣依頼票

【様式　　】

ニーズNo.　　－

※ボランティアセンターへお越しの方は，太枠内のみ記入してください。

受付年月日	年　月　日(　曜日)午前/午後　時　分		来所　電話　郵便　メール 無線　現地で聞取り	
依頼者	フリガナ 氏 名		男　・女	歳代
	住所	都・道　　市・町 府・県　　村		
	電話	－　－	携帯電話	－　－
	メール	@		

依頼者からの聴取内容

救援の必要な人	フリガナ 氏名		男　・女	歳代
	依頼場所	□被災者宅　□避難所(避難所名:　　)　□その他(　　) 当センターから依頼場所までの距離(　km)→車で約　分　徒歩で約　分		
	依頼場所の住所等	国分寺市　　(周辺の目印:　　)		
	電話	－　－	携帯電話	－　－
	家族の状況	独居　・　高齢者(　　人暮らし)　・　その他(　　人世帯)		
	家屋の形態	□木造　□軽量鉄骨　□鉄筋　／　□平屋　□２階建　□３階建		
	家屋の状態	全壊　・　半壊　・　一部損壊　【応急危険度判定:済→(緑・黄・赤)・未】		
依頼者と救援の必要な人との関係		本人・家族・親戚 その他(　　)	依頼についての了解	済　・　未
特記事項 (要介護度，障害区分，心身状況等)		介護度(□要支援1　□要支援2　□要介護1　□要介護2　□要介護3　□要介護4　□要介護5) □知的障害　□精神障害　□身体障害　※障害手帳名・等級(　　) 心身状況(　　)		
依頼日時		年　月　日(　曜日)　午前 午後　時頃から　時間程度		
希望救援活動の内容		□要配慮者の支援(高齢・障害)　□清掃(屋外・屋内)　□片付け(屋外・屋内) □救援・救護　□搬送　□医療支援　□手話通訳　□外国語通訳(　　語) □幼児・子どもの世話　□ペット等の世話 □専門的知識による相談支援(弁護士・会計士・税理士・その他) □その他		
		具体的な内容:		
必要資機材		□軍手　□革手袋　□スコップ　□コープ　□工具(　　)		
		□その他(　　)		
希望依頼人数		男性(　　名)　・　女性(　　名)　・　性別問わず(　　名)		

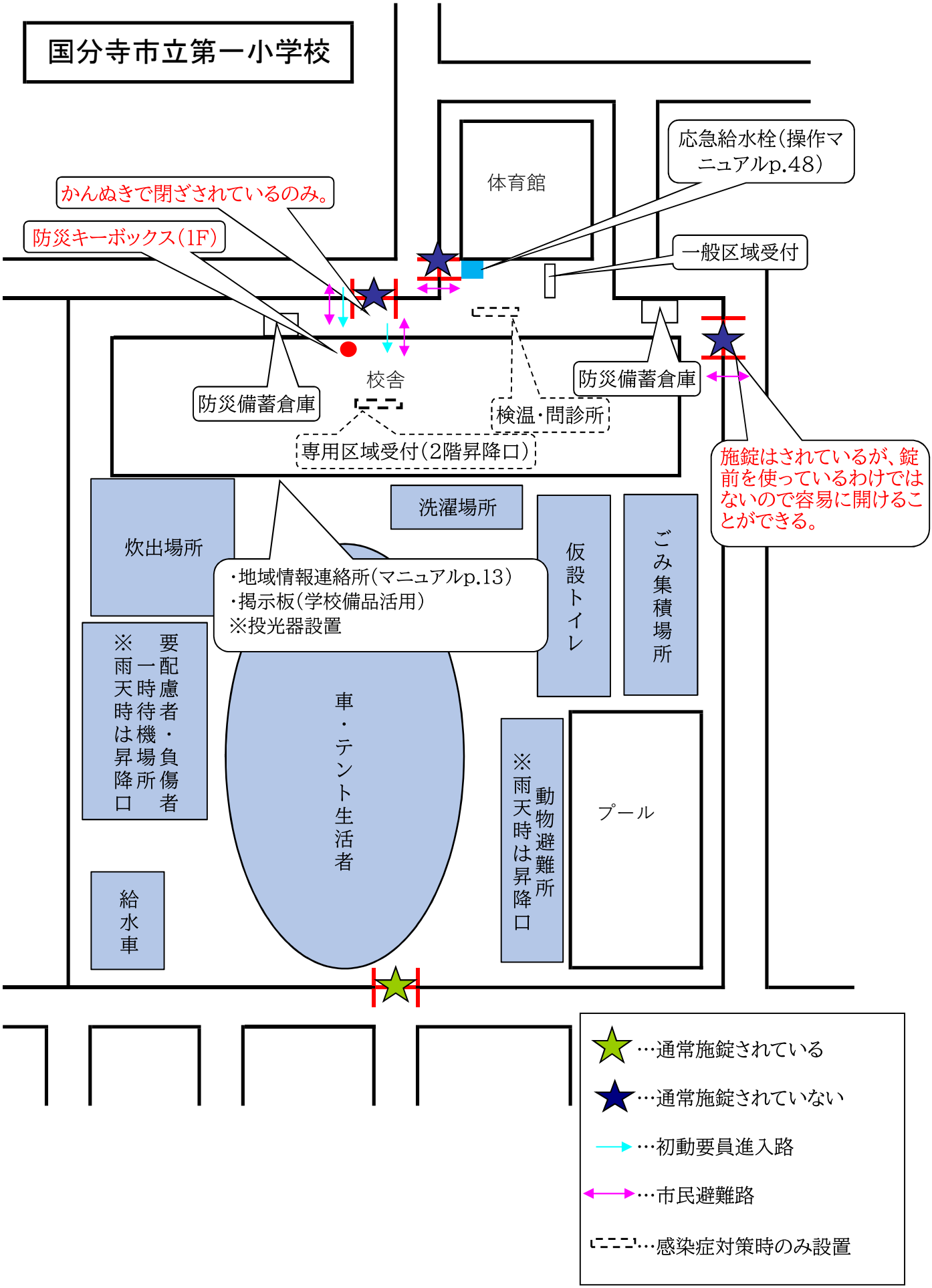
防災備蓄品

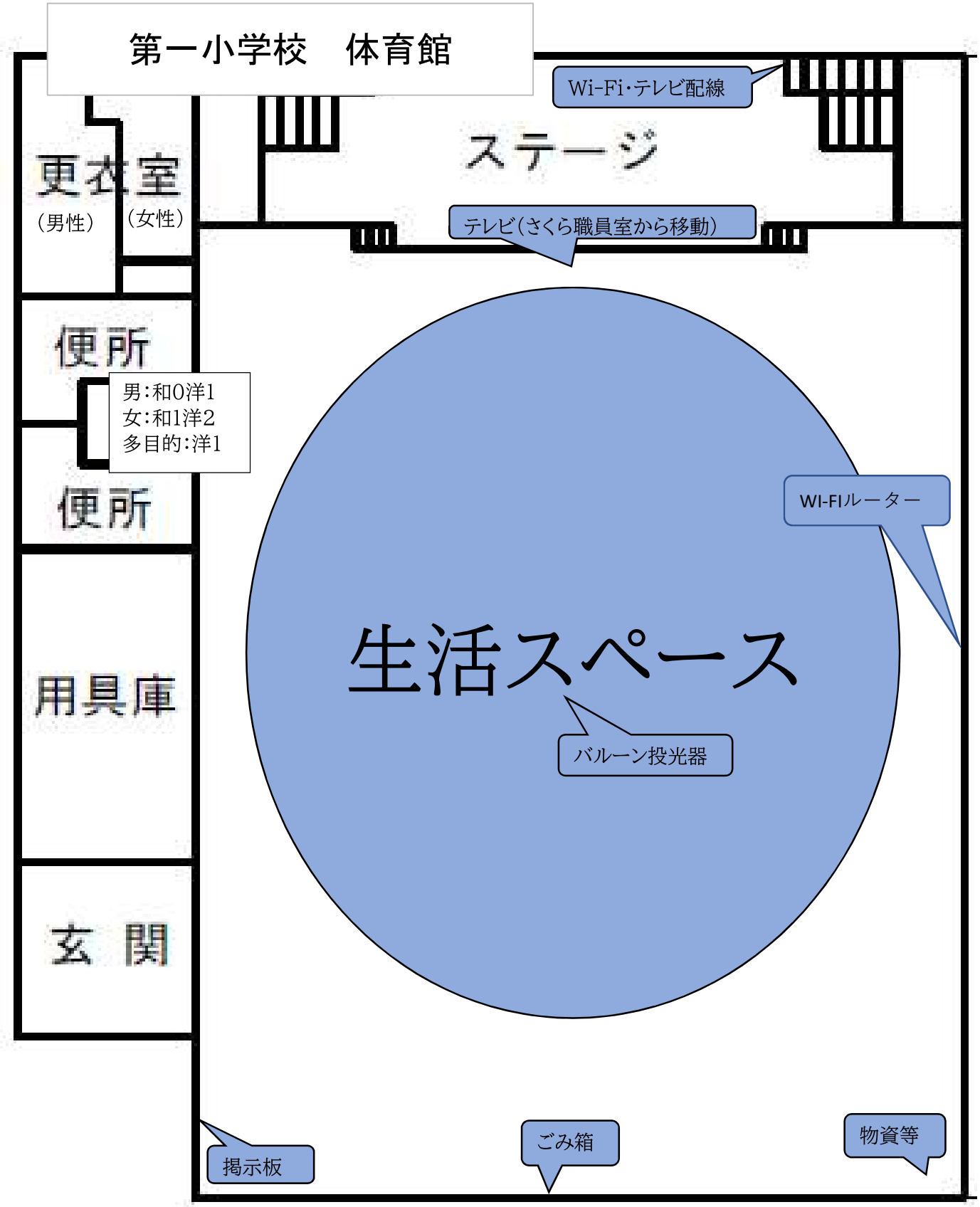
品目	単位	数量	品目	単位	数量
体育館シート	枚		油圧ジャッキ	基	
災害用簡易トイレ	基		リヤカー	台	
災害用簡易トイレ汚物処理袋	枚		炊飯釜	台	
車いす対応仮設トイレ	基		無菌浄水器	台	
仮設トイレ	基		コードリール	台	
毛布	枚		ブルーシート	枚	
ろうそく	本		担架	台	
食器 100 人用	セット		救急医療セット	台	
プライベートテント	張		救急箱	箱	
テント	張		おむつ（S・M・L）	枚	
車両積載用給水タンク	基		生理用品	枚	
ポリ容器	個		ベビーローション	本	
発電機	台		カイロ	枚	
投光器	基		マスク	枚	
救急工具	個				

備蓄食料一覧

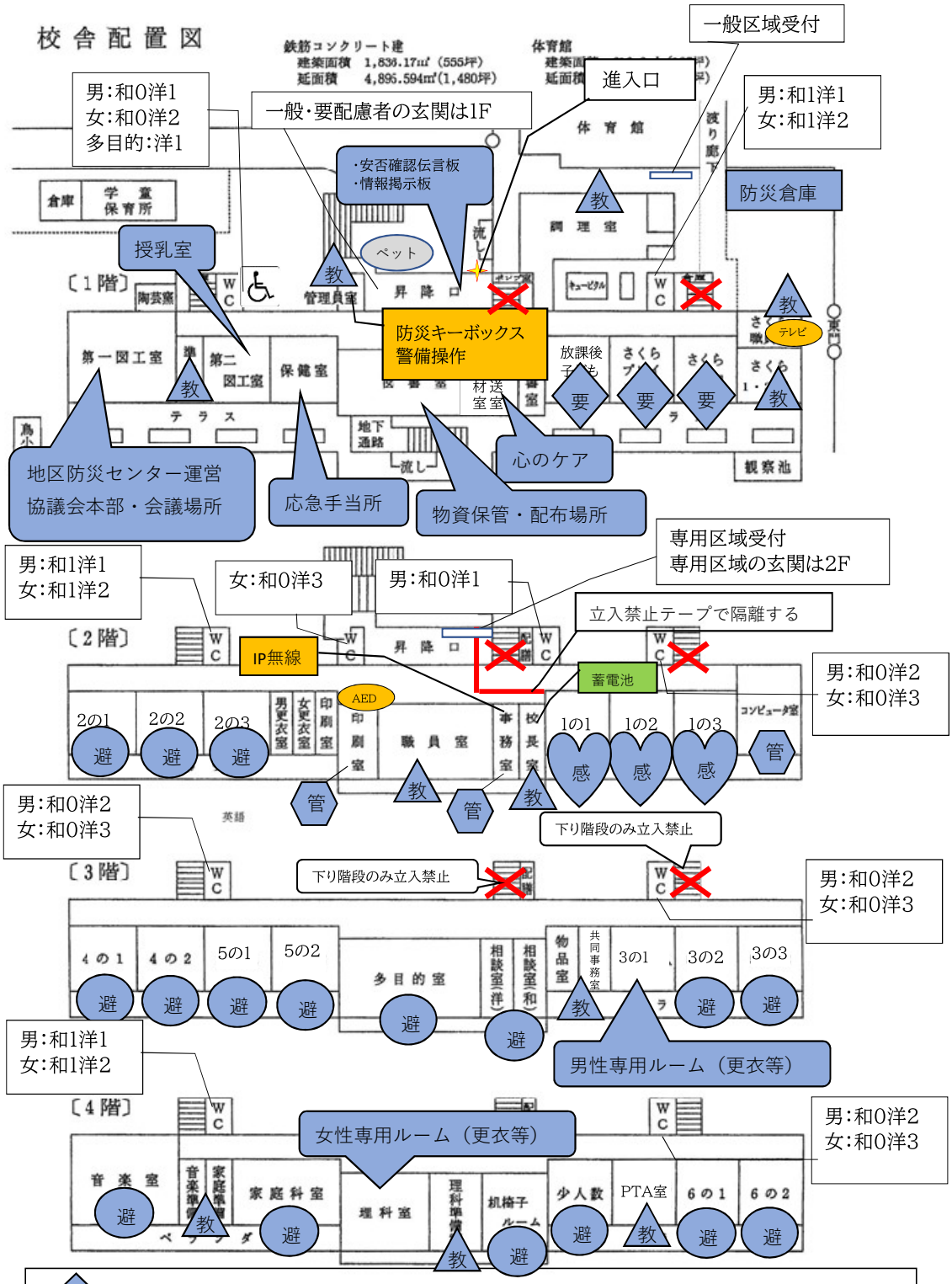
品目	容量／単位	保存年数	単位	数量
アルファ米	50 食入	5 年	箱	
おかゆ	50 食入	5 年	箱	
パン	50 食入	5 年	箱	
ビスケット	80 食入	5 年	缶	
けんちん汁・とん汁	180 食入	5 年	箱	
ライスクッキー	48 食入	5 年	箱	
保存水（2.0 ﾘｯﾄﾙ）	6 本入	5 年	箱	

地区防災センター図面


国分寺市立第一小学校
体育館
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
かんぬきで閉ざされているのみ。
防災キーボックス（1F）
一般区域受付
校舎
防災備蓄倉庫
防災備蓄倉庫
検温・問診所
専用区域受付（2階昇降口）
施錠はされているが、錠前を使っているわけではないので容易に開けることができる。
炊出場所
洗濯場所
仮設トイレ
ごみ集積場所
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
※雨天時は昇降口
要配慮者・負傷者一時待機場所
車・テント生活者
※雨天時は昇降口
動物避難所
プール
給水車
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置


第一小学校　体育館
Wi-Fi・テレビ配線
ステージ
更衣室
（男性）
（女性）
テレビ（さくら職員室から移動）
便所
男：和0洋1
女：和1洋2
多目的：洋1
便所
WI-FIルーター
用具庫
生活スペース
バルーン投光器
玄　関
掲示板
ごみ箱
物資等

第一小学校校舎図



要 …要配慮者保護スペース

避 …一般避難者用スペース

教 …教育機能維持スペース

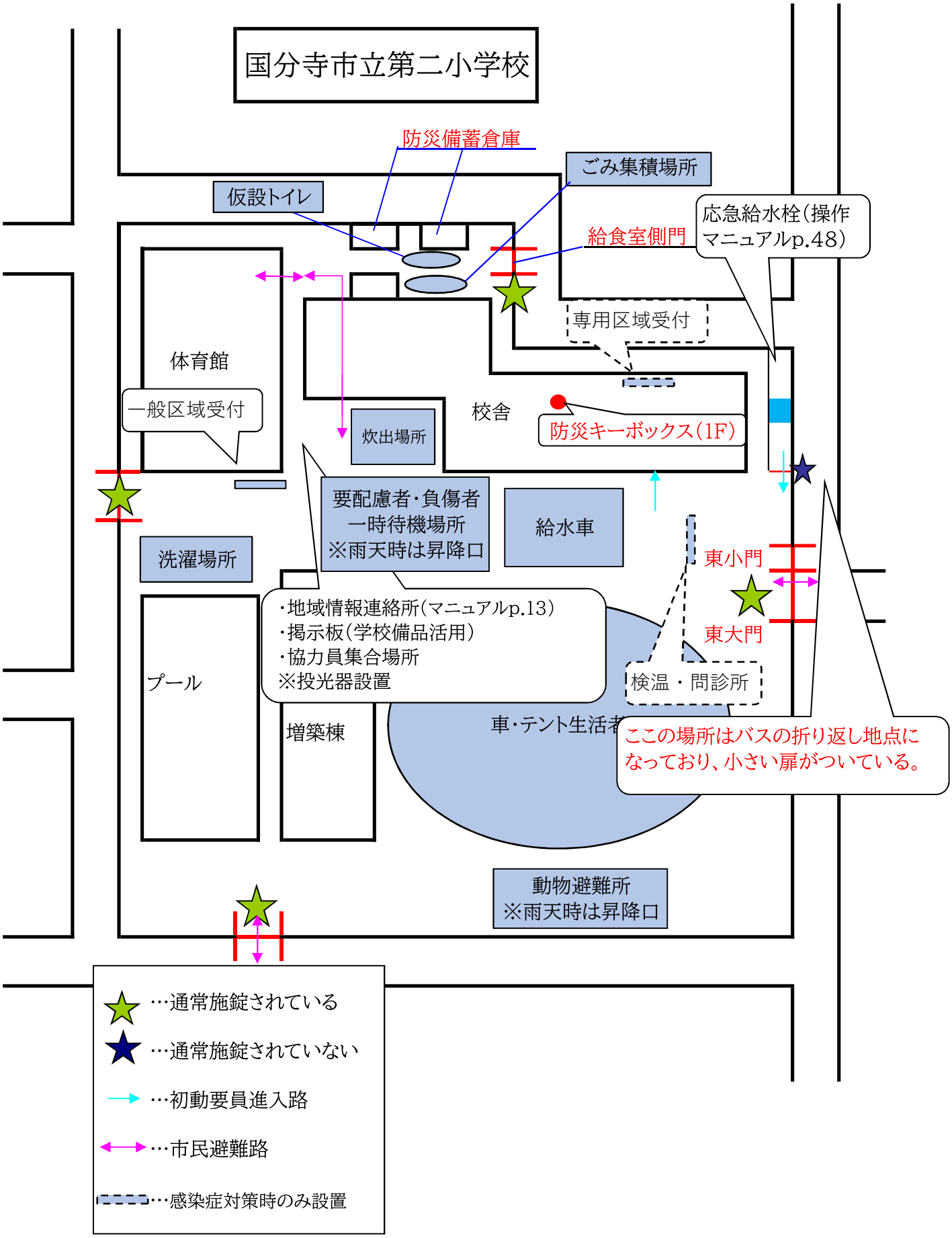
感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

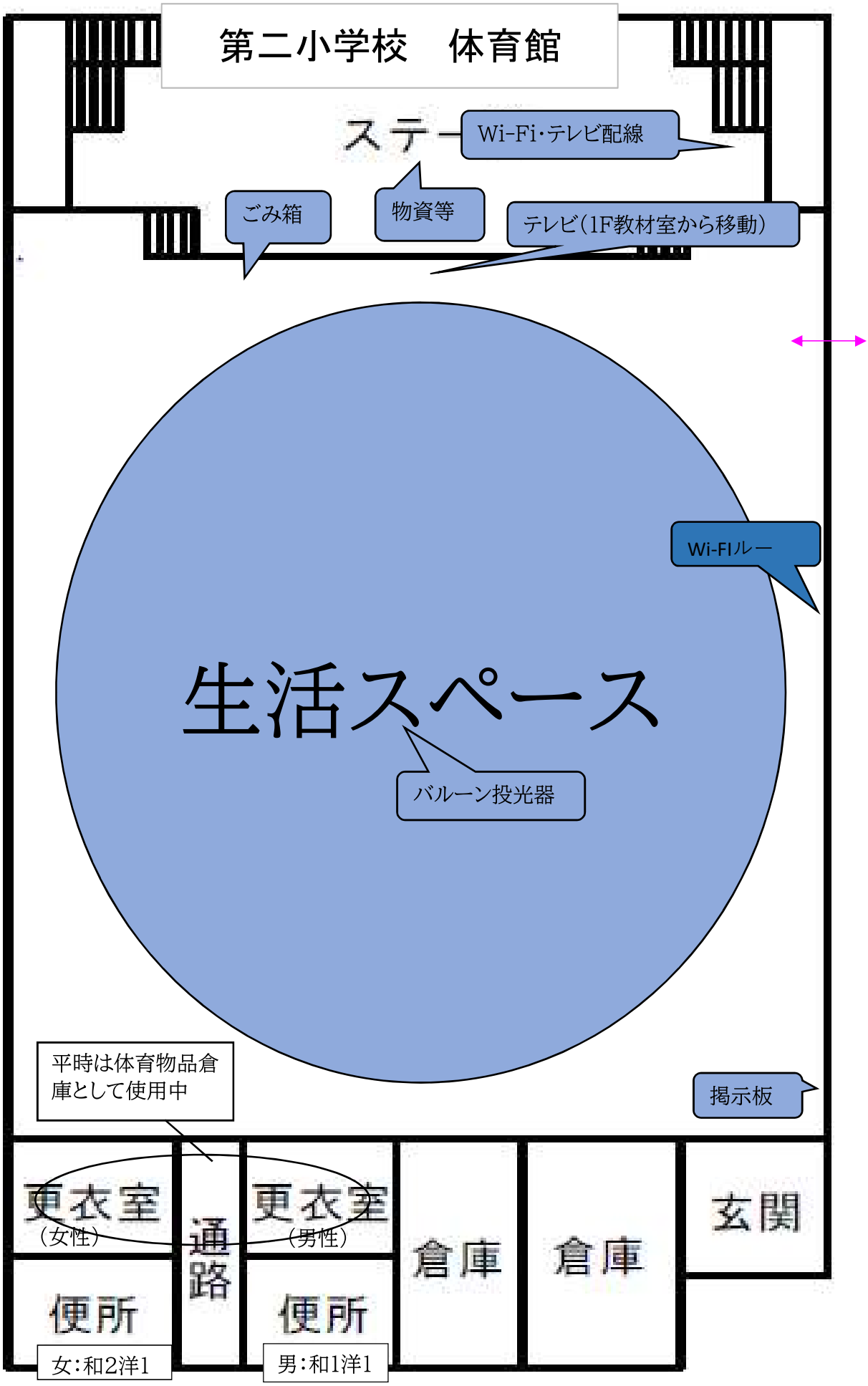
管 …避難所管理機能スペース

✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

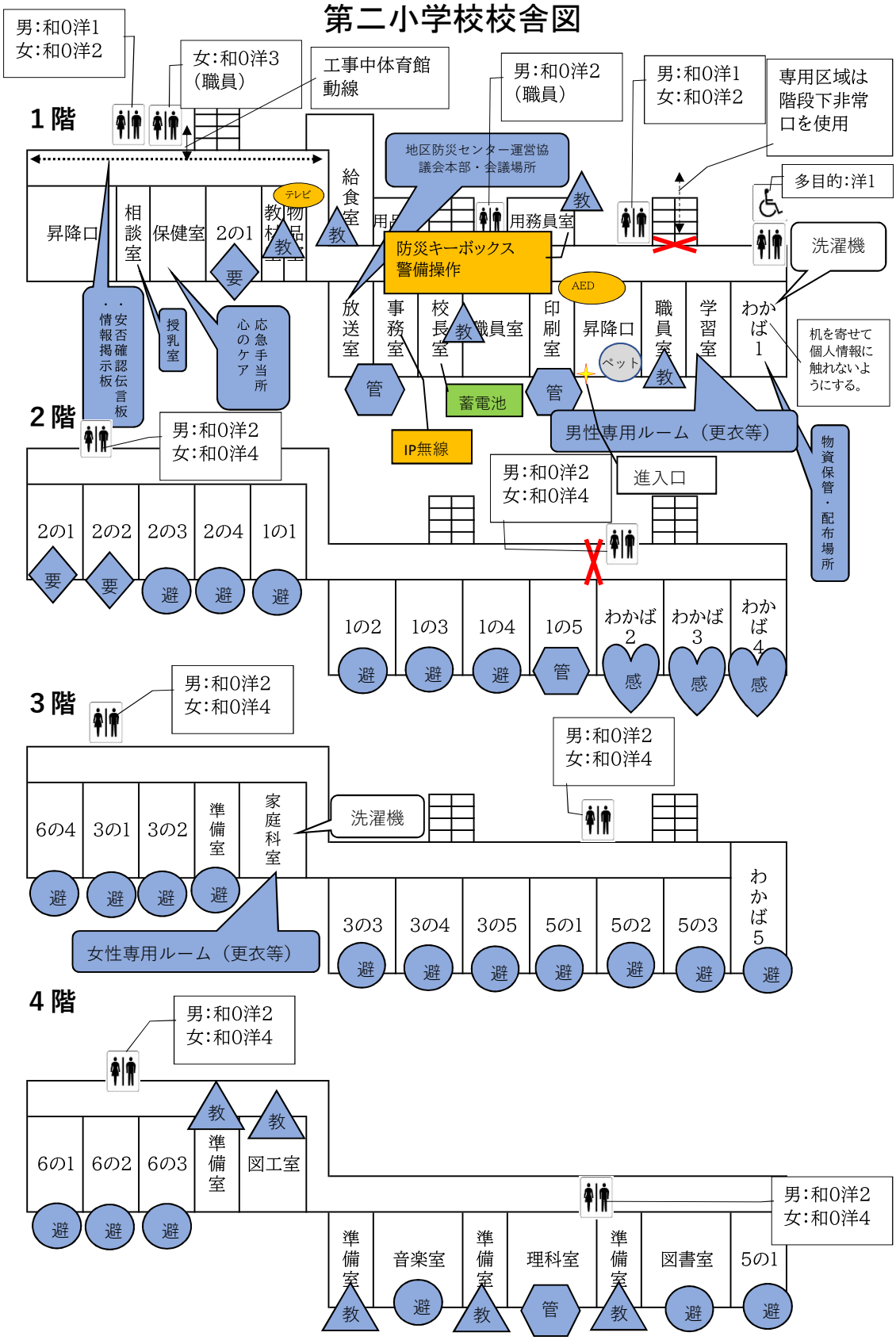
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第二小学校
防災備蓄倉庫
ごみ集積場所
仮設トイレ
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
給食室側門
専用区域受付
体育館
一般区域受付
校舎
防災キーボックス（1F）
炊出場所
要配慮者・負傷者一時待機場所※雨天時は昇降口
給水車
洗濯場所
東小門
東大門
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
・協力員集合場所
※投光器設置
プール
検温・問診所
増築棟
車・テント生活者
ここの場所はバスの折り返し地点になっており、小さい扉がついている。
動物避難所※雨天時は昇降口
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置


第二小学校　体育館
ステー
Wi-Fi･テレビ配線
ごみ箱
物資等
テレビ（1F教材室から移動）
Wi-FIルー
生活スペース
バルーン投光器
平時は体育物品倉庫として使用中
掲示板
更衣室
（女性）
通路
更衣室
（男性）
倉庫
倉庫
玄関
便所
女:和2洋1
便所
男:和1洋1

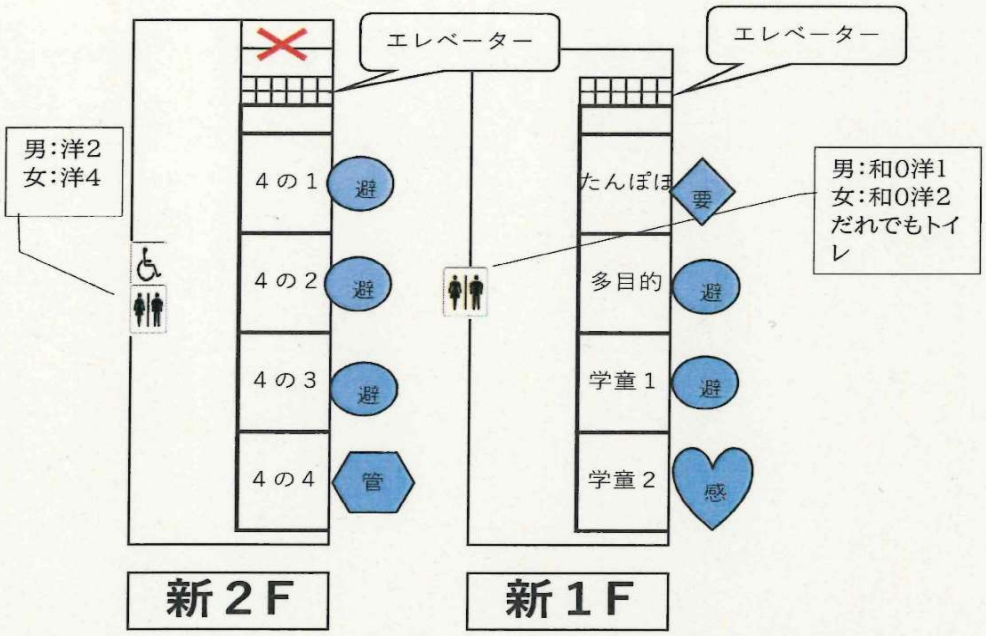
第二小学校校舎図



※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

第二小学校校舎図



要 …要配慮者保護スペース

感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

管 …避難所管理機

避 …一般避難者スペース

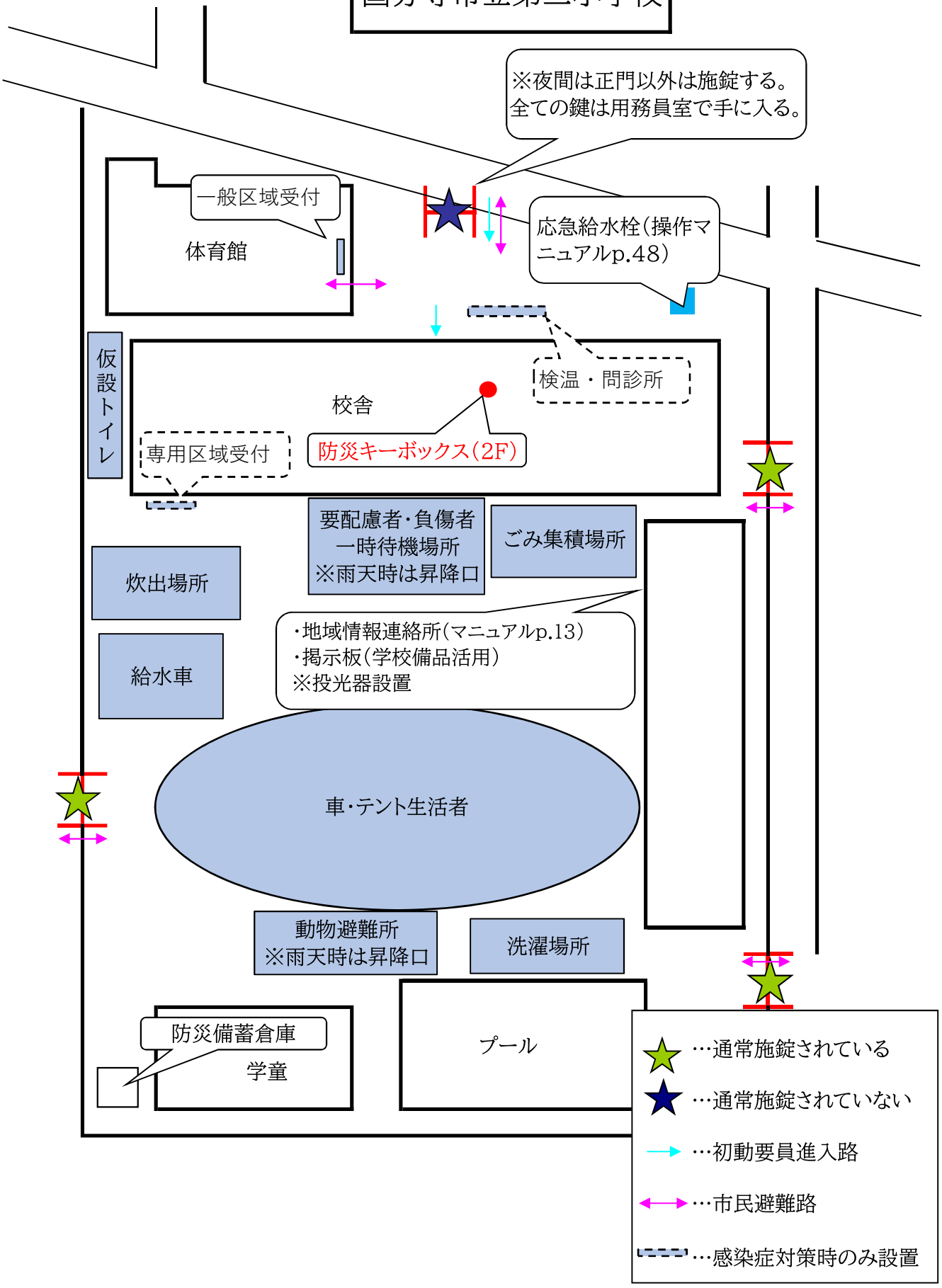
教 …教育機能維持スペース

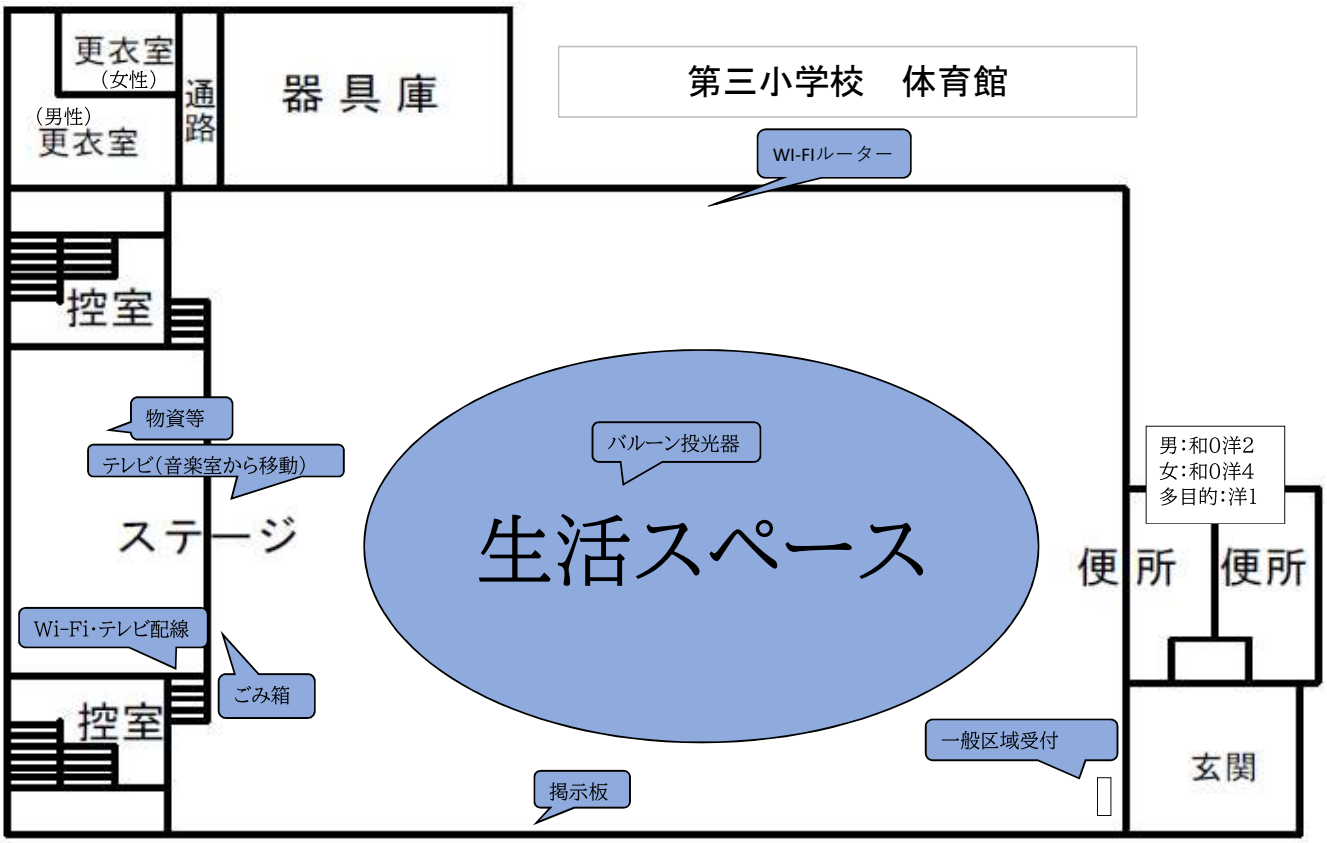
✕ …「立入禁止

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

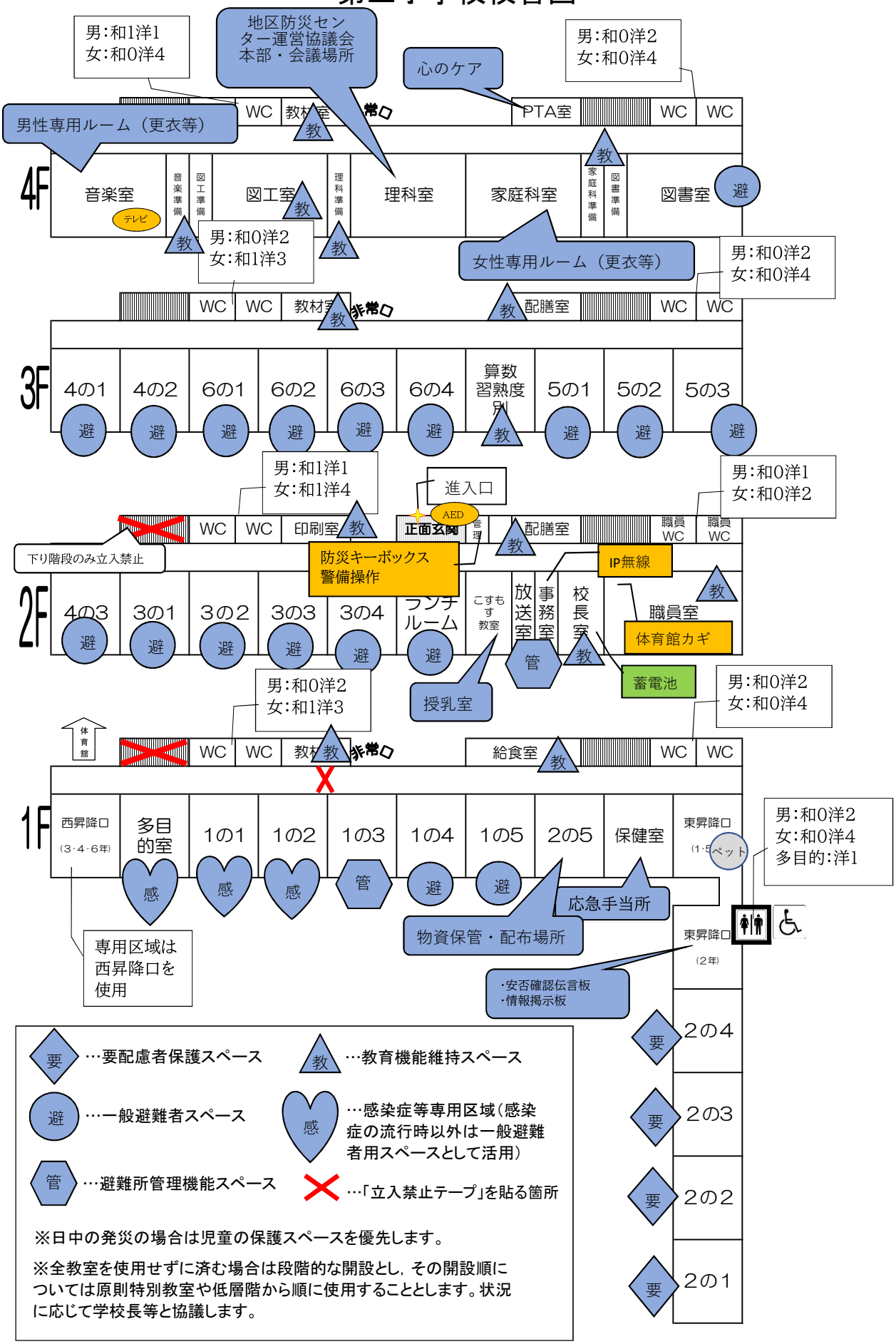
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

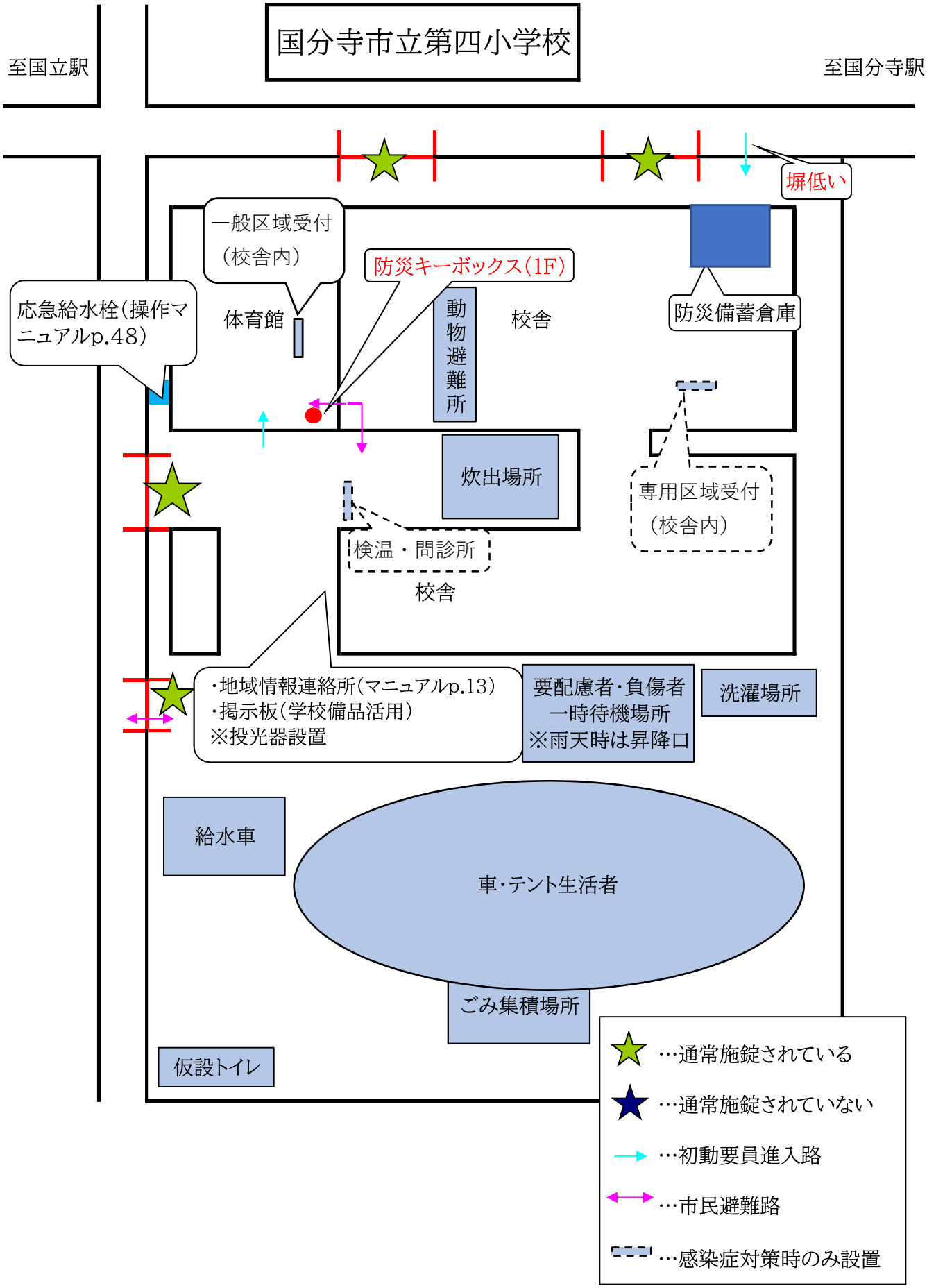
国分寺市立第三小学校


※夜間は正門以外は施錠する。
全ての鍵は用務員室で手に入る。
一般区域受付
体育館
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
仮設トイレ
検温・問診所
校舎
専用区域受付
防災キーボックス（2F）
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
ごみ集積場所
炊出場所
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
給水車
車・テント生活者
動物避難所
※雨天時は昇降口
洗濯場所
防災備蓄倉庫
学童
プール
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

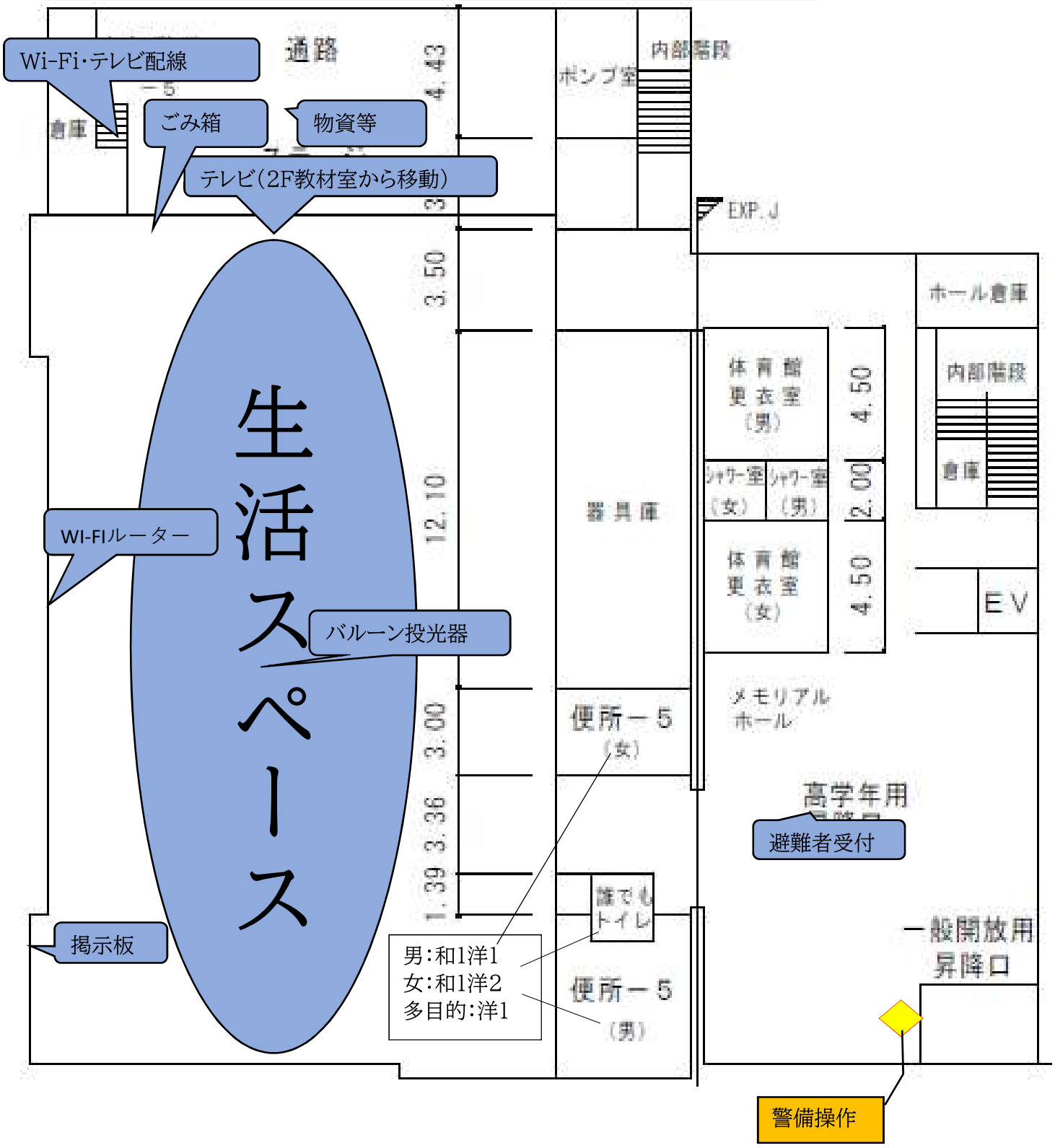

第三小学校　体育館
更衣室
（女性）
（男性）
更衣室
通路
器具庫
WI-FIルーター
控室
物資等
テレビ（音楽室から移動）
ステージ
バルーン投光器
生活スペース
男：和0洋2
女：和0洋4
多目的：洋1
便所
便所
Wi-Fi・テレビ配線
ごみ箱
控室
一般区域受付
玄関
掲示板

第三小学校校舎図


男:和1洋1
女:和0洋4
地区防災センター運営協議会本部・会議場所
心のケア
男:和0洋2
女:和0洋4
男性専用ルーム（更衣等）
WC
教材室
非常口
PTA室
WC
WC
4F
音楽室
テレビ
音楽準備
図工準備
図工室
理科準備
理科室
家庭科室
家庭科準備
図書準備
図書室
避
教
男:和0洋2
女:和1洋3
女性専用ルーム（更衣等）
男:和0洋2
女:和0洋4
WC
WC
教材室
非常口
配膳室
WC
WC
3F
4の1
4の2
6の1
6の2
6の3
6の4
算数習熟度別
5の1
5の2
5の3
男:和1洋1
女:和1洋4
進入口
男:和0洋1
女:和0洋2
WC
WC
印刷室
AED
正面玄関
管理
配膳室
職員WC
職員WC
下り階段のみ立入禁止
防災キーボックス
警備操作
IP無線
2F
4の3
3の1
3の2
3の3
3の4
ランチルーム
こすもす教室
放送室
事務室
校長室
職員室
体育館カギ
蓄電池
授乳室
管
男:和0洋2
女:和1洋3
男:和0洋2
女:和0洋4
体育館
WC
WC
教材室
非常口
給食室
WC
WC
1F
西昇降口
（3・4・6年）
多目的室
1の1
1の2
1の3
1の4
1の5
2の5
保健室
東昇降口
（1・5年）
ペット
男:和0洋2
女:和0洋4
多目的:洋1
応急手当所
物資保管・配布場所
東昇降口
（2年）
専用区域は西昇降口を使用
・安否確認伝言板
・情報掲示板
2の4
2の3
2の2
2の1
要
…要配慮者保護スペース
教
…教育機能維持スペース
避
…一般避難者スペース
感
…感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
管
…避難所管理機能スペース
…「立入禁止テープ」を貼る箇所
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第四小学校
至国立駅
至国分寺駅
塀低い
一般区域受付
（校舎内）
防災キーボックス（1F）
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
体育館
動物避難所
校舎
防災備蓄倉庫
炊出場所
専用区域受付
（校舎内）
検温・問診所
校舎
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
洗濯場所
給水車
車・テント生活者
ごみ集積場所
仮設トイレ
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

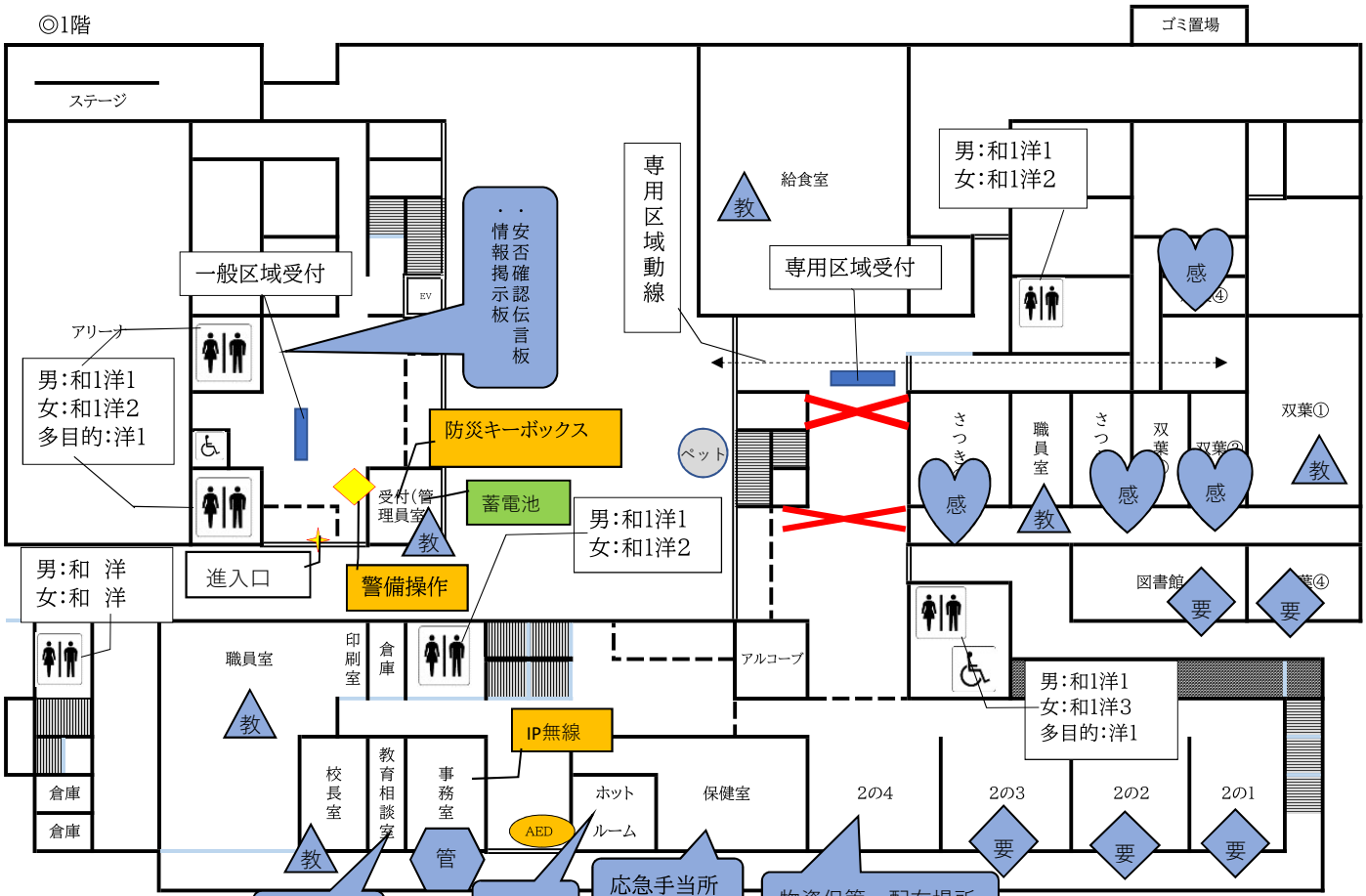
第四小学校　体育館


Wi-Fi･テレビ配線
ごみ箱
物資等
テレビ（2F教材室から移動）
生活スペース
WI-FIルーター
バルーン投光器
掲示板
男：和1洋1
女：和1洋2
多目的：洋1
避難者受付
警備操作
通路
倉庫
ポンプ室
内部階段
EXP.J
ホール倉庫
体育館更衣室（男）
シャワー室（女）
シャワー室（男）
体育館更衣室（女）
器具庫
便所－5（女）
便所－5（男）
誰でもトイレ
メモリアルホール
高学年用
一般開放用昇降口
EV
4.43
3.50
12.10
3.00
3.36
1.39
4.50
2.00
4.50

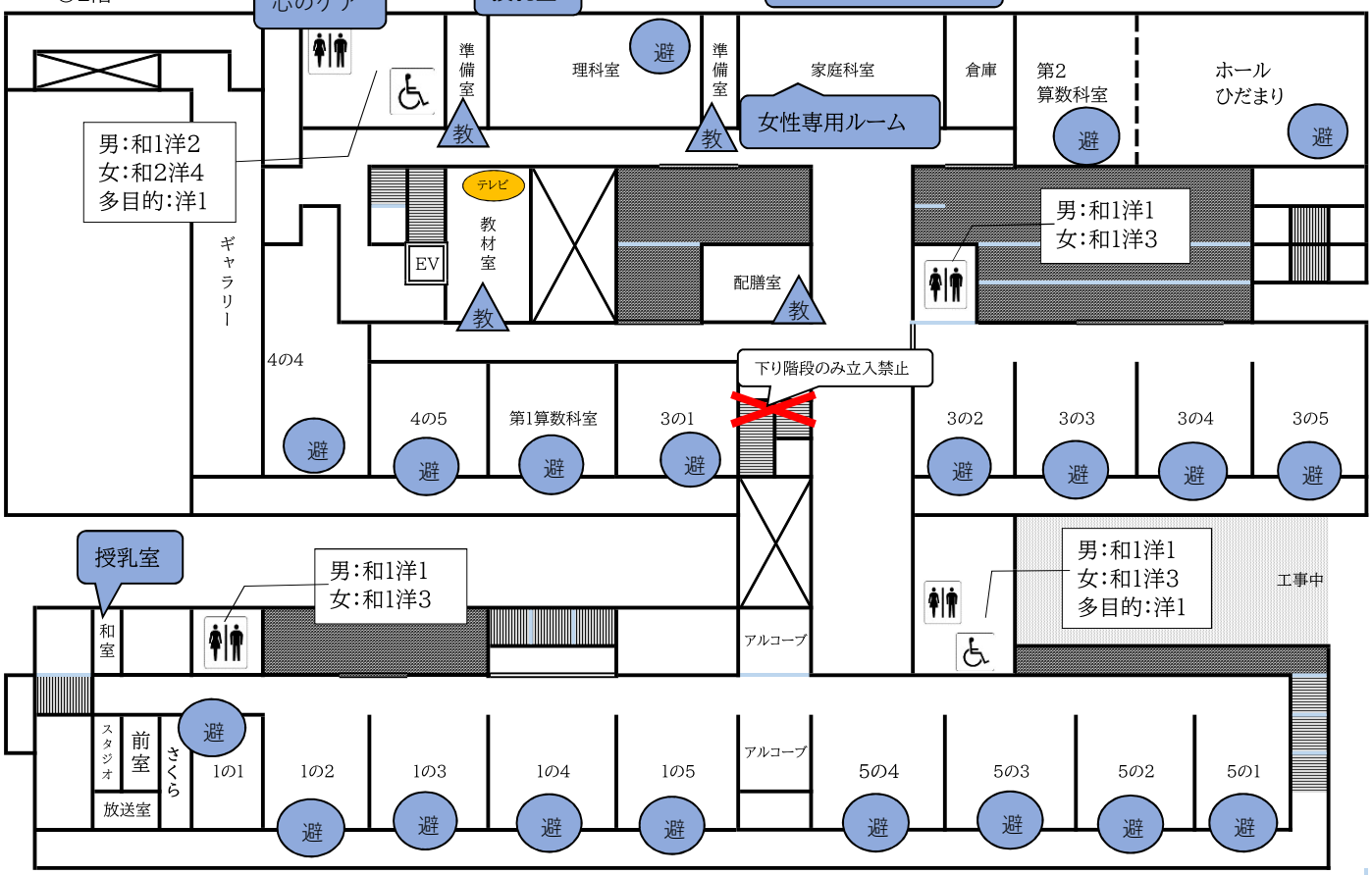
第四小学校校舎図

令和4年度　校内配置図

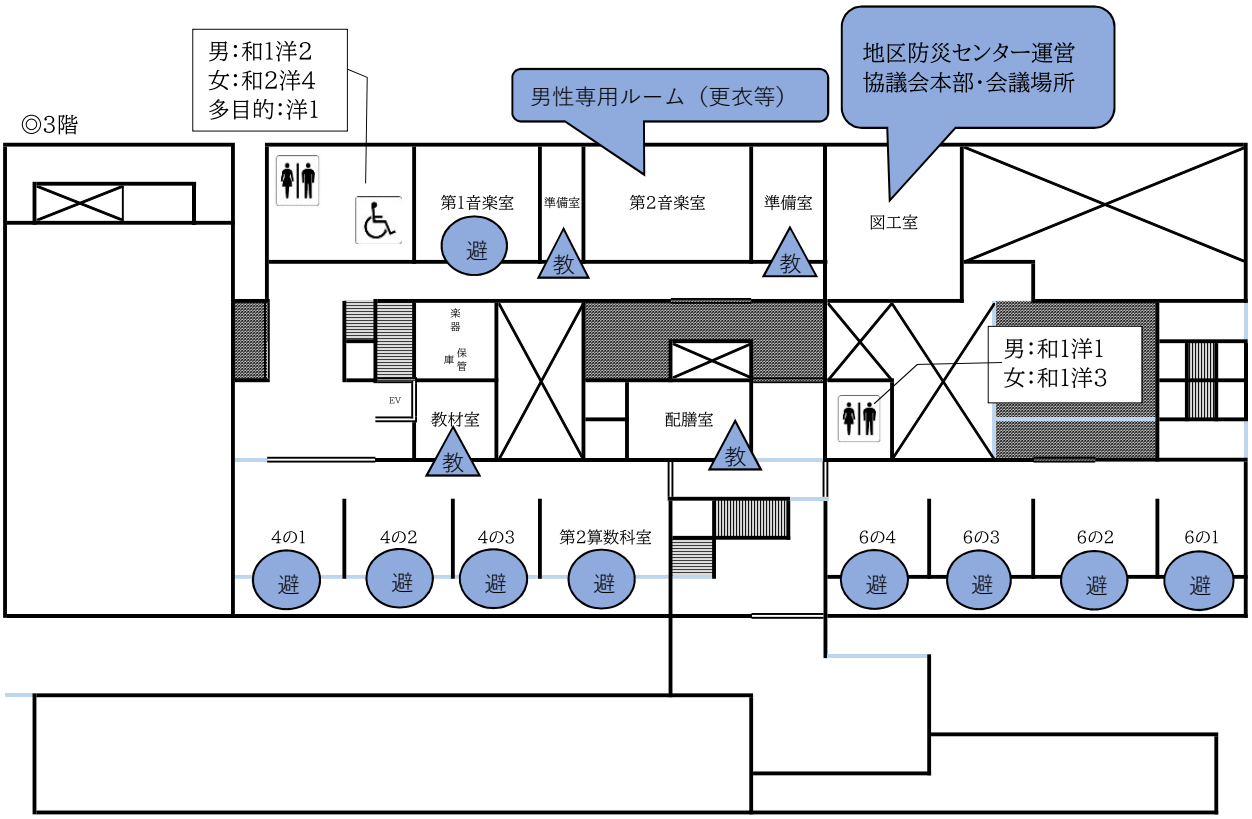
◎1階



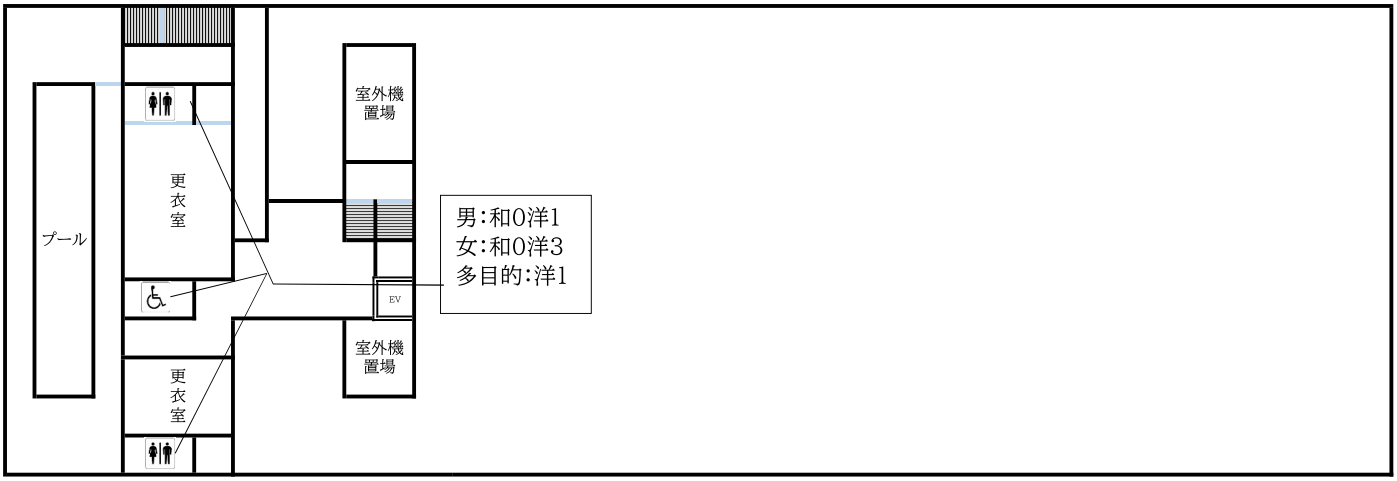
◎2階



◎3階



◎屋上



要 …要配慮者保護スペース

感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

避 …一般避難者スペース

管 …避難所管理機能スペース

教 …教育機能維持スペース

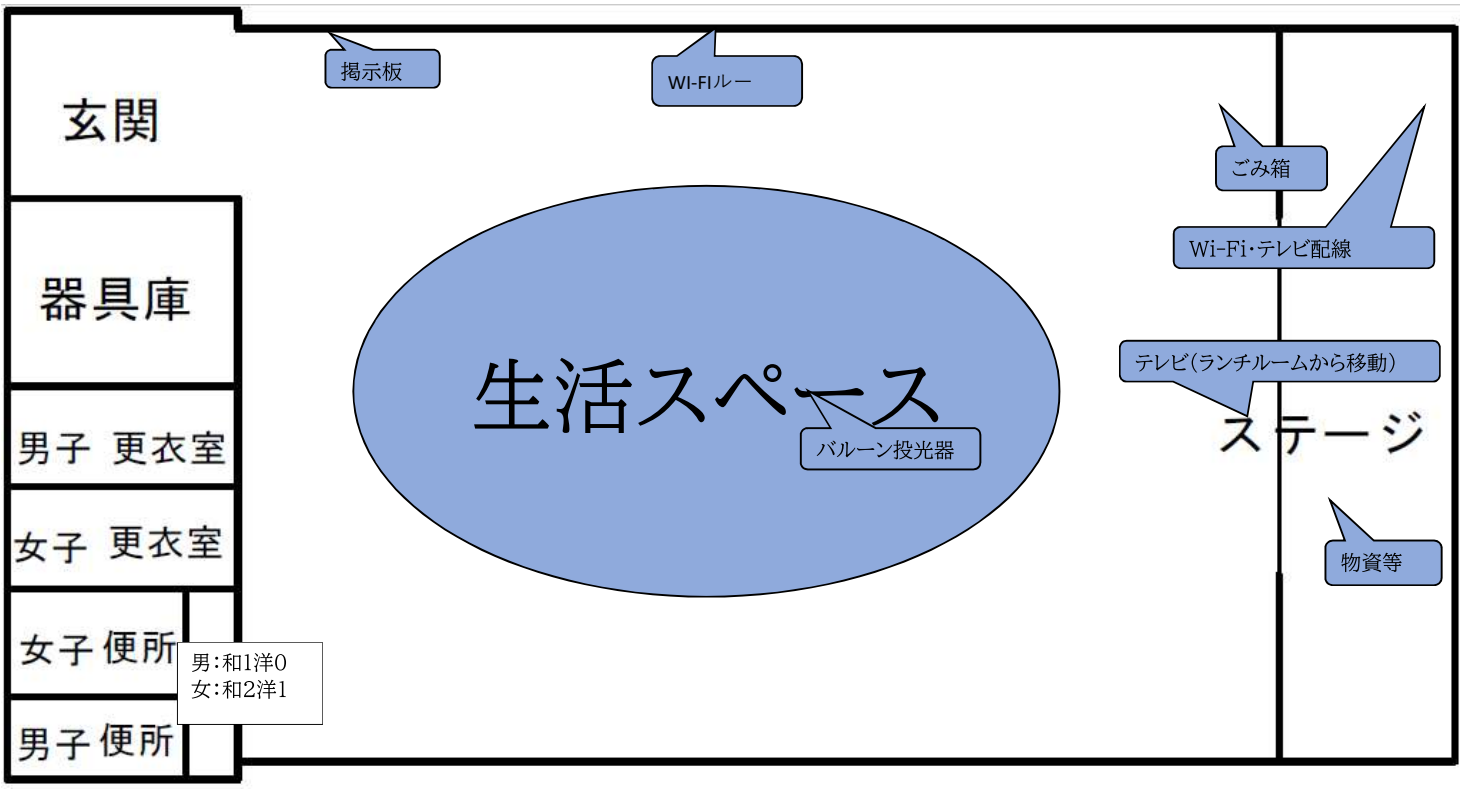
✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

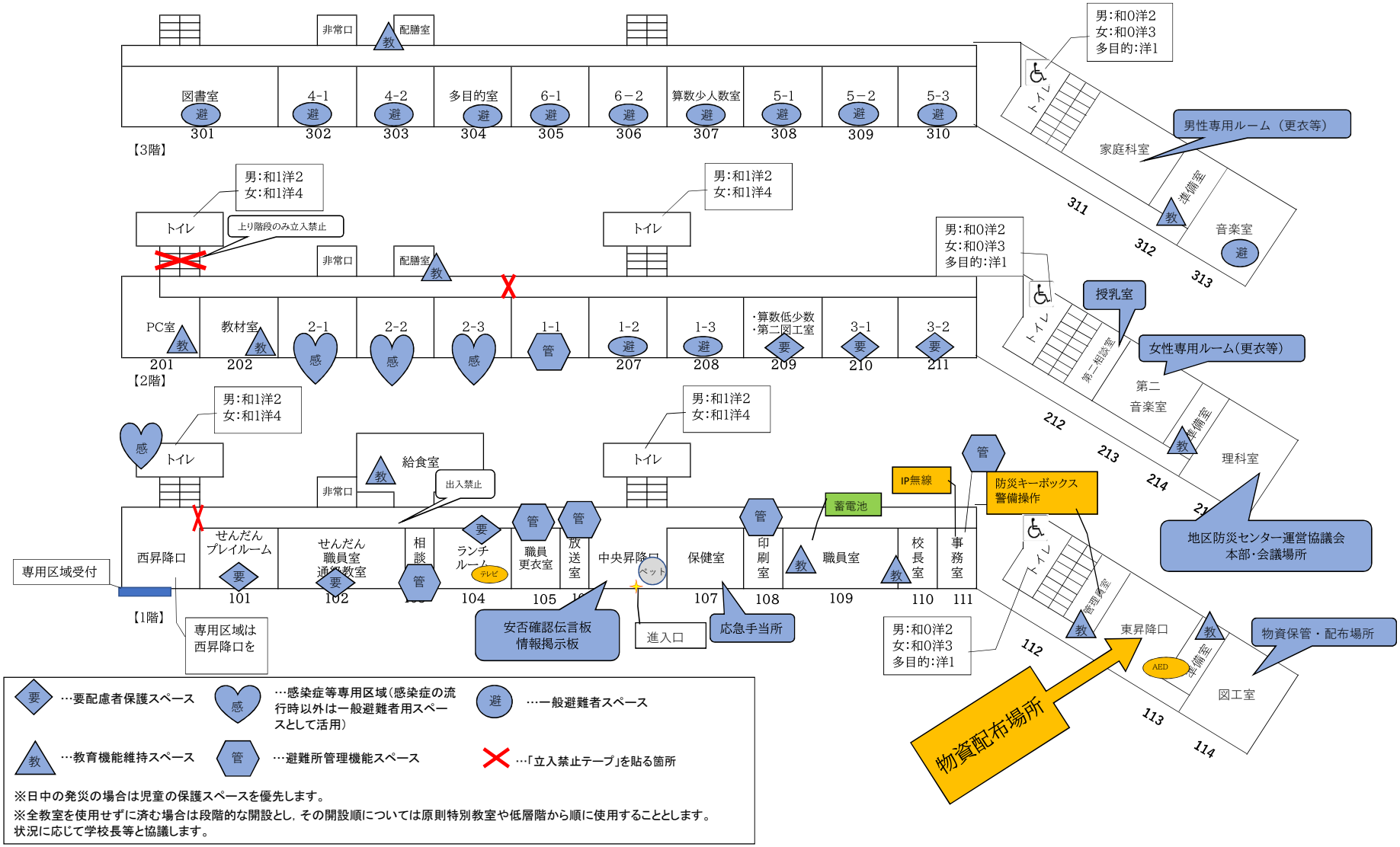
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

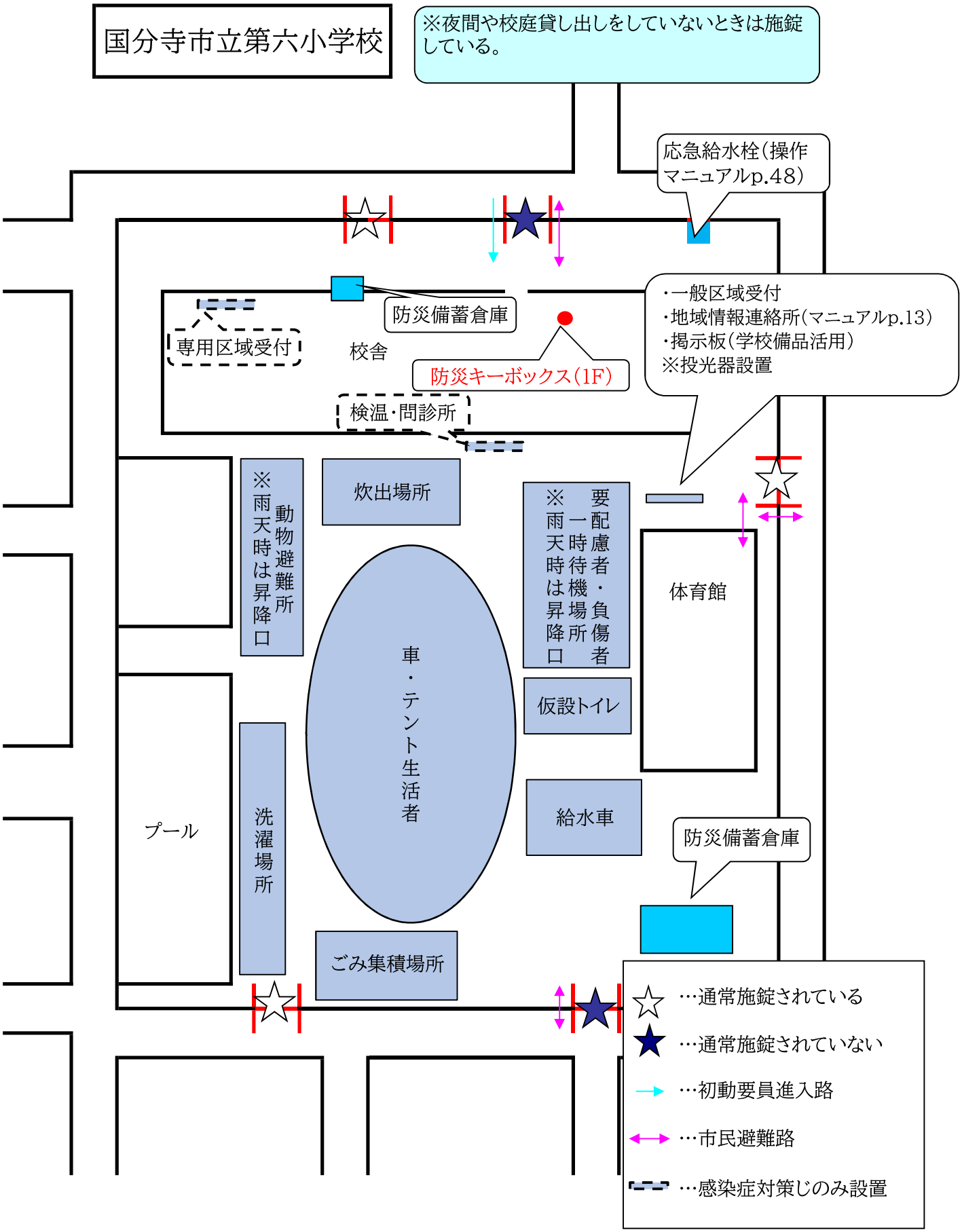
国分寺市立第五小学校
※管理員室にある西門マスターで全部の門が解錠できる。
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
ごみ収集用出入り口。
校舎
防災キーボックス（1F）
専用区域受付
防災備蓄倉庫
要配慮者・負傷者一時待機場所
※雨天時は昇降口
動物避難所
※雨天時は昇降口
検温・問診所
炊出場所
給水車
体育館
西門
車・テント生活者
洗濯場所
・一般区域受付
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
仮設トイレ
ごみ集積場所
防災備蓄倉庫
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

第五小学校　体育館

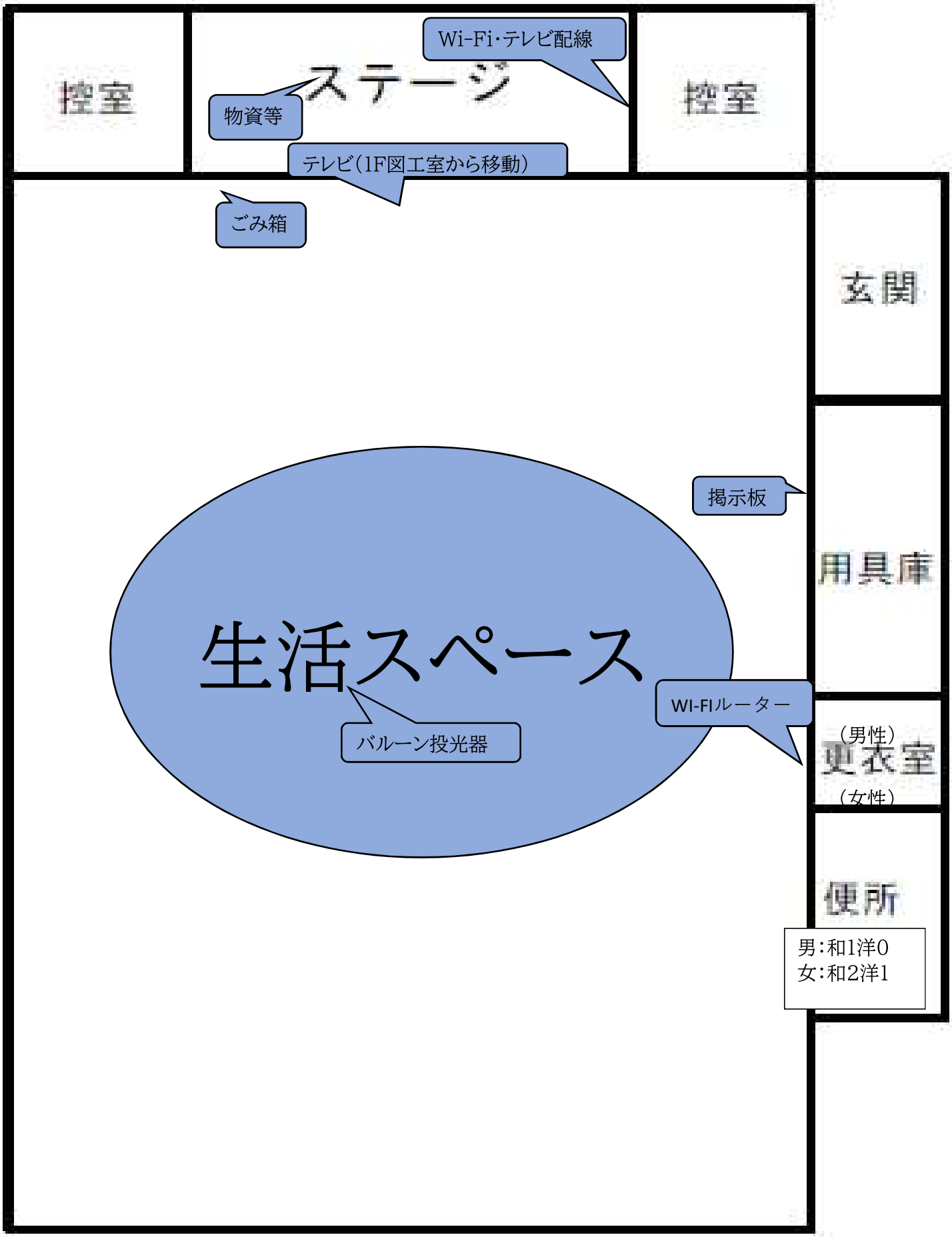

玄関
器具庫
男子 更衣室
女子 更衣室
女子便所
男子便所
男:和1洋0
女:和2洋1
掲示板
WI-FIルー
生活スペース
バルーン投光器
ごみ箱
Wi-Fi･テレビ配線
テレビ(ランチルームから移動)
ステージ
物資等

第五小学校校舎図

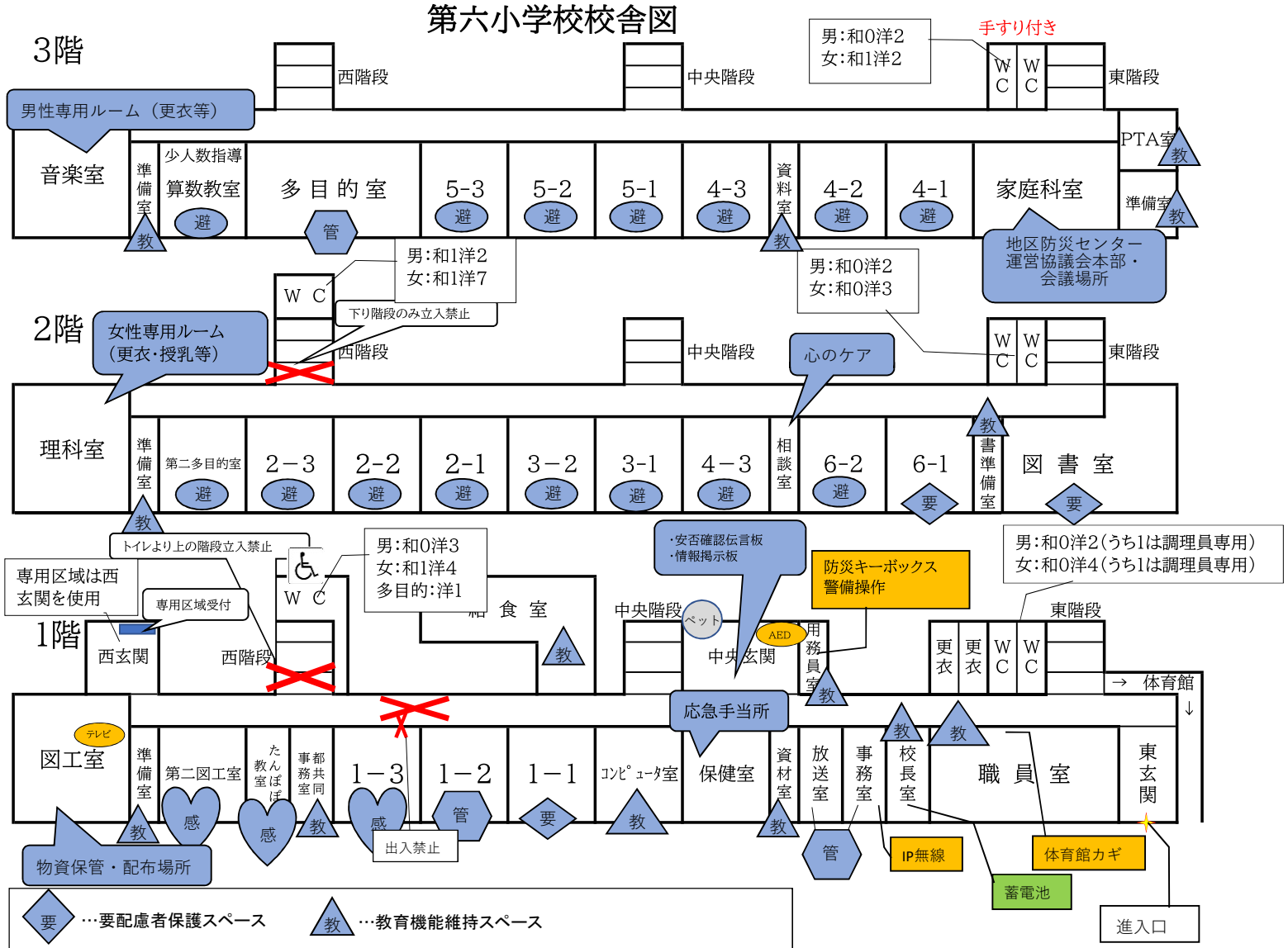

【3階】
図書室 301
4-1 302
4-2 303
多目的室 304
6-1 305
6－2 306
算数少人数室 307
5-1 308
5－2 309
5-3 310
非常口
配膳室
男:和0洋2
女:和0洋3
多目的:洋1
家庭科室
男性専用ルーム（更衣等）
準備室
音楽室
311
312
313
【2階】
PC室 201
教材室 202
2-1
2-2
2-3
1-1
1-2 207
1-3 208
・算数低少数
・第二図工室 209
3-1 210
3-2 211
男:和1洋2
女:和1洋4
トイレ
上り階段のみ立入禁止
授乳室
第二相談室
第二
音楽室
女性専用ルーム(更衣等)
212
213
214
【1階】
西昇降口
せんだん
プレイルーム 101
せんだん
職員室
通級教室 102
相談
ランチ
ルーム 104
テレビ
職員
更衣室 105
放送室
中央昇降口
ペット
保健室 107
印刷室 108
職員室 109
校長室 110
事務室 111
給食室
出入禁止
専用区域受付
専用区域は
西昇降口を
安否確認伝言板
情報掲示板
進入口
応急手当所
蓄電池
IP無線
防災キーボックス
警備操作
地区防災センター運営協議会
本部・会議場所
管理員室
東昇降口
AED
物資保管・配布場所
図工室
112
113
114
物資配布場所
要 …要配慮者保護スペース
感 …感染症等専用区域(感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用)
避 …一般避難者スペース
教 …教育機能維持スペース
管 …避難所管理機能スペース
…「立入禁止テープ」を貼る箇所
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。
状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第六小学校
※夜間や校庭貸し出しをしていないときは施錠している。
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
防災備蓄倉庫
専用区域受付
校舎
防災キーボックス（1F）
・一般区域受付
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
検温・問診所
動物避難所
※雨天時は昇降口
炊出場所
要配慮者・負傷者一時待機場所
※雨天時は昇降口
体育館
車・テント生活者
仮設トイレ
プール
洗濯場所
給水車
防災備蓄倉庫
ごみ集積場所
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策じのみ設置

第六小学校　体育館

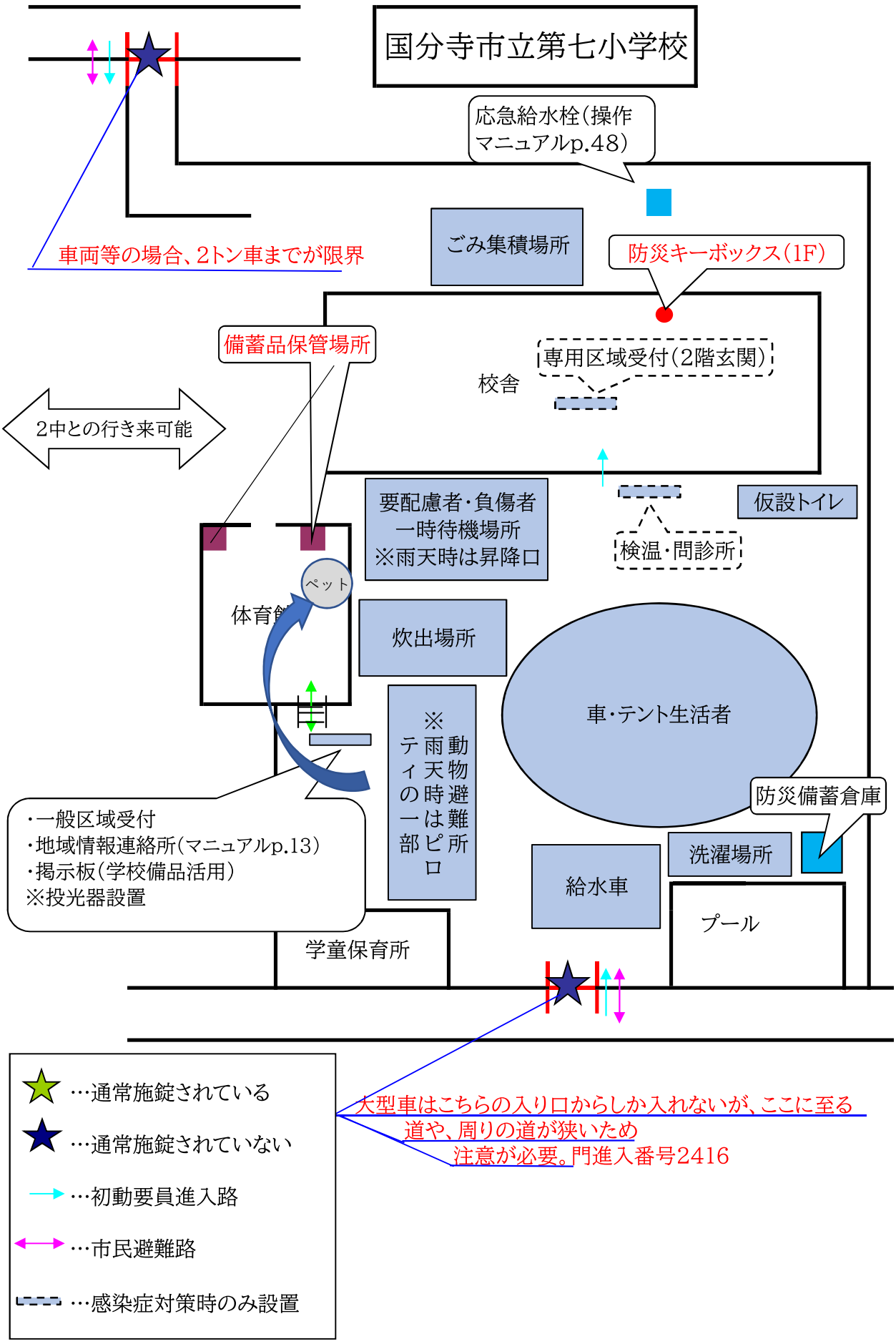

控室
ステージ
Wi-Fi･テレビ配線
物資等
テレビ（1F図工室から移動）
ごみ箱
控室
玄関
掲示板
用具庫
生活スペース
バルーン投光器
WI-FIルーター
（男性）
更衣室
（女性）
便所
男：和1洋0
女：和2洋1

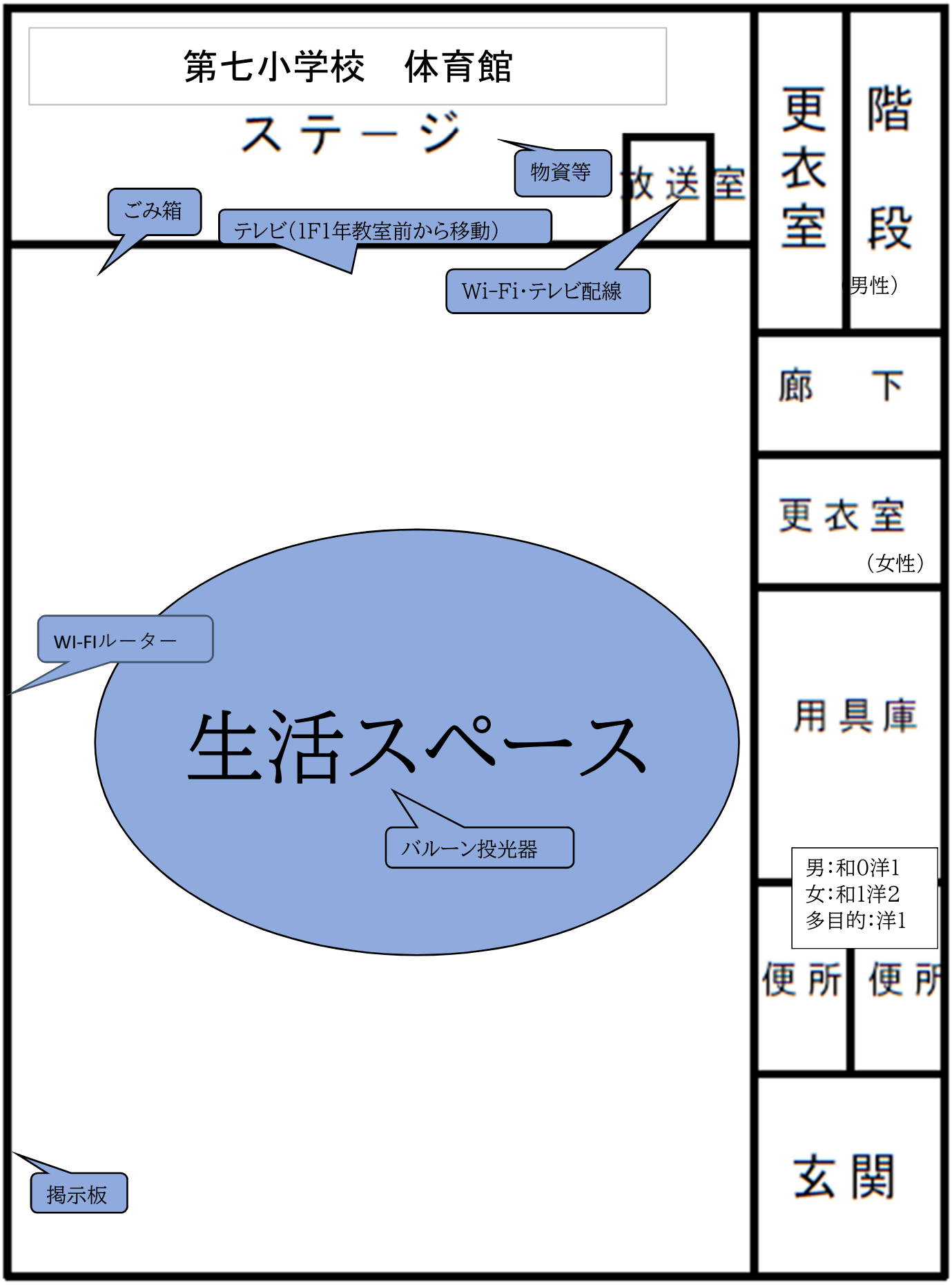
第六小学校校舎図



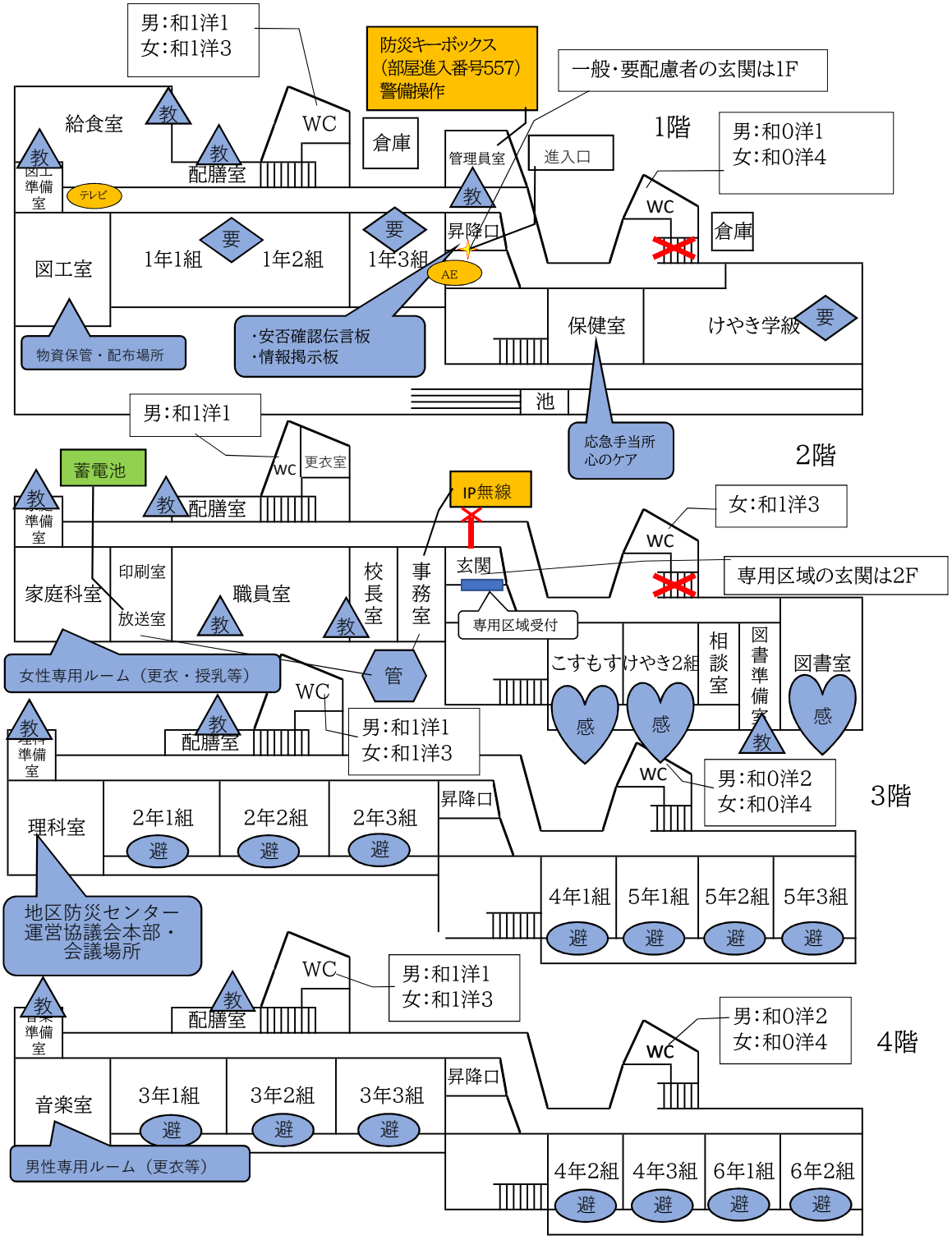
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第七小学校
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
車両等の場合、2トン車までが限界
ごみ集積場所
防災キーボックス（1F）
備蓄品保管場所
専用区域受付（2階玄関）
校舎
2中との行き来可能
要配慮者・負傷者一時待機場所※雨天時は昇降口
仮設トイレ
検温・問診所
ペット
体育館
炊出場所
車・テント生活者
※雨天時は動物避難所ピロティの一部
防災備蓄倉庫
・一般区域受付
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
洗濯場所
給水車
プール
学童保育所
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置
大型車はこちらの入り口からしか入れないが、ここに至る道や、周りの道が狭いため注意が必要。門進入番号2416


第七小学校　体育館
ステージ
物資等
放送室
ごみ箱
テレビ（1F1年教室前から移動）
Wi-Fi･テレビ配線
更衣室
階段
（男性）
廊下
更衣室
（女性）
WI-FIルーター
生活スペース
バルーン投光器
用具庫
男:和0洋1
女:和1洋2
多目的:洋1
便所
便所
玄関
掲示板

第七小学校校舎図



要 …要配慮者保護スペース

感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

避 …一般避難者スペース

管 …避難所管理機能スペース

教 …教育機能維持スペース

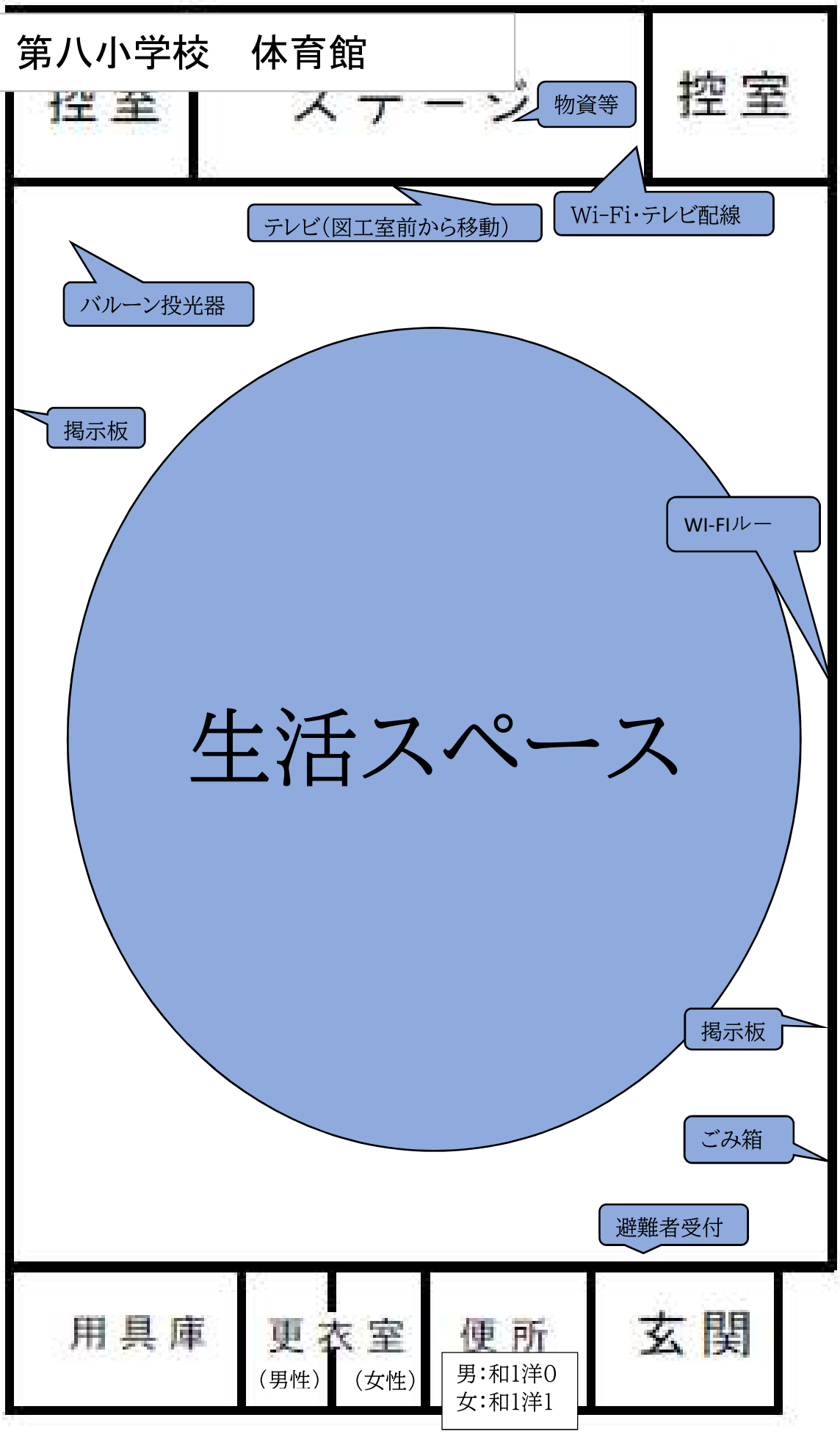
✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

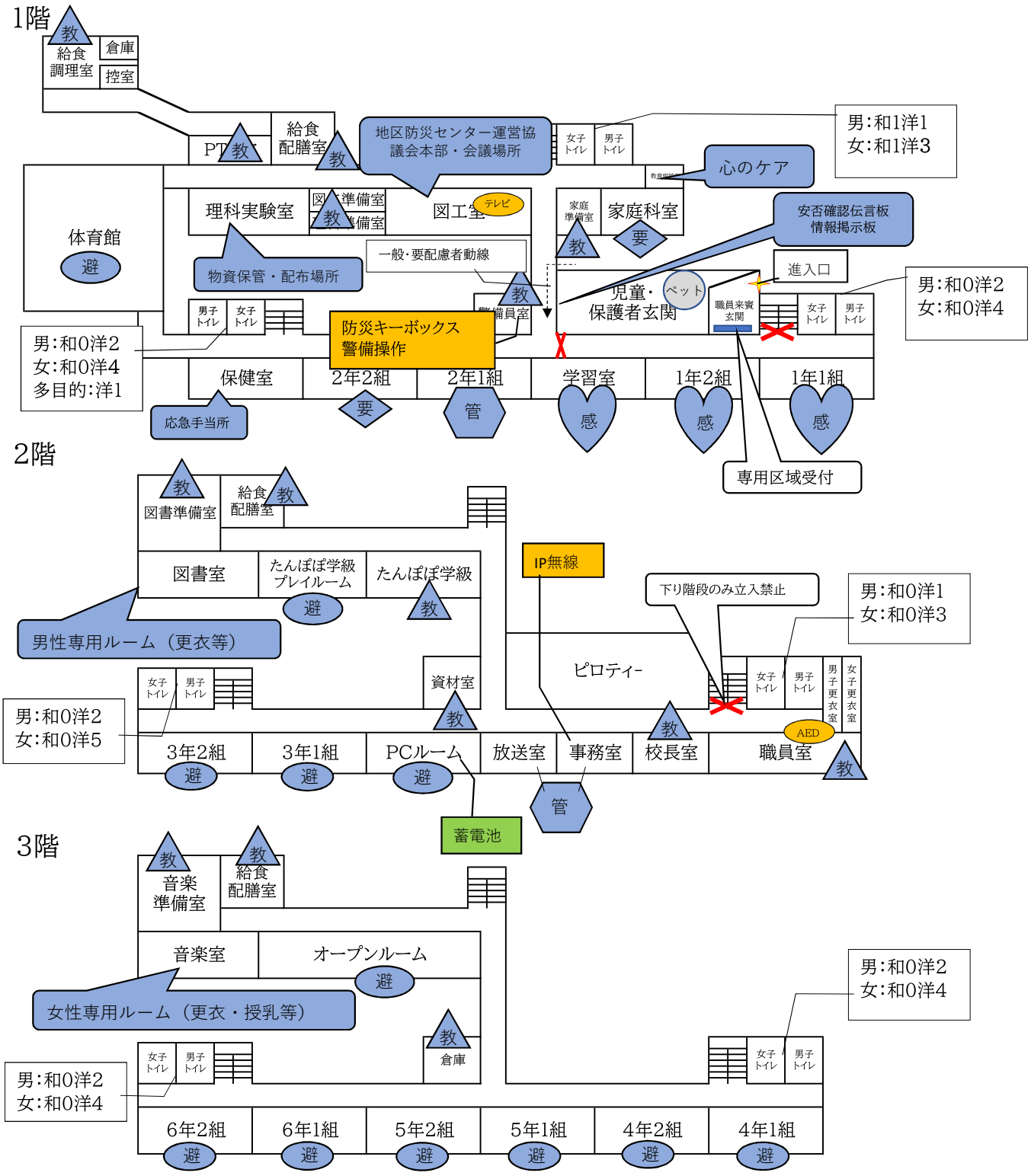
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

国分寺市立第八小学校
カラビナが
かかっている
防災備蓄倉庫
・検温・問診所
（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
・協力員集合場所
※投光器設置
校舎
体育館
もし番号鍵がかかっていたら、「634」で解錠する
一般区域受付
炊出場所
防災キーボックス（1F）
専用区域受付
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
防災備蓄倉庫
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
ごみ集積場所
プール
洗濯場所
車・テント生活者
給水車
仮設トイレ
動物避難所
※雨天時は昇降口
… 通常施錠されている
西暦下2桁 月1桁
例：2022.3月→ 223
2022.11月、12月→221
… 通常施錠されていない
… 初動要員進入路
… 市民避難路
… 感染症対策時のみ設置

第八小学校　体育館

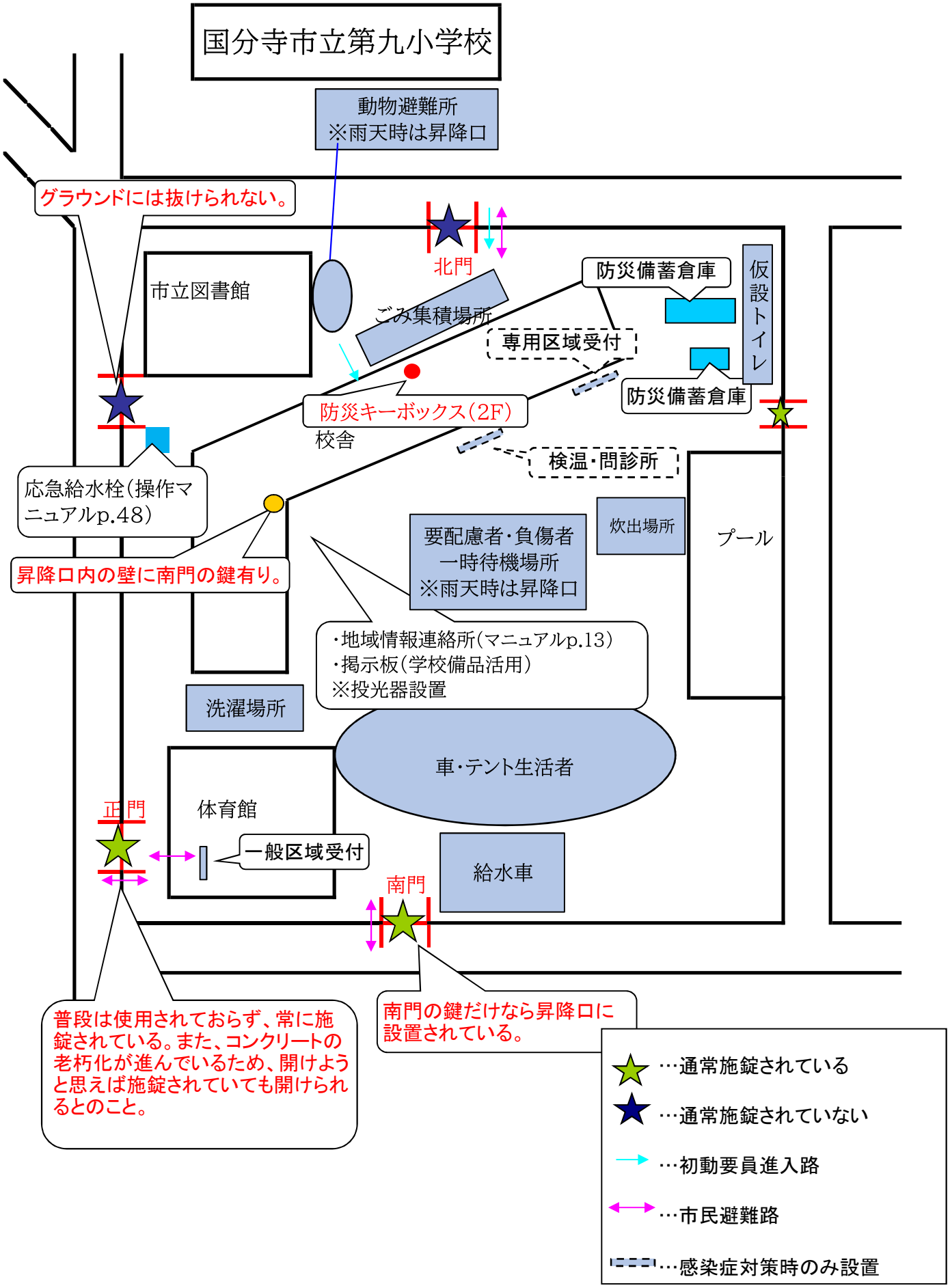

控室
ステージ
物資等
控室
テレビ（図工室前から移動）
Wi-Fi・テレビ配線
バルーン投光器
掲示板
WI-FIルー
生活スペース
掲示板
ごみ箱
避難者受付
用具庫
更衣室
（男性）
（女性）
便所
男：和1洋0
女：和1洋1
玄関

第八小学校校舎図

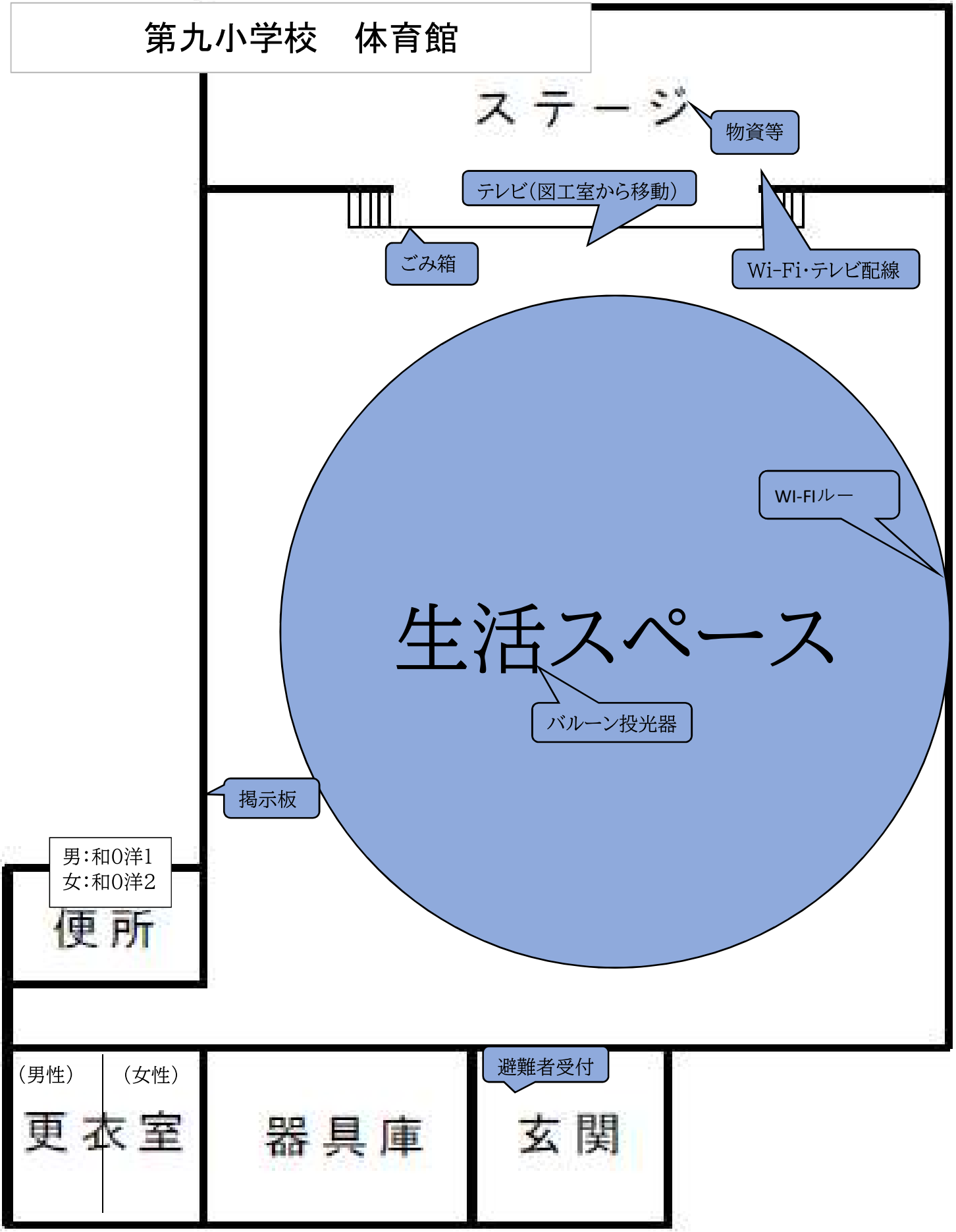


※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

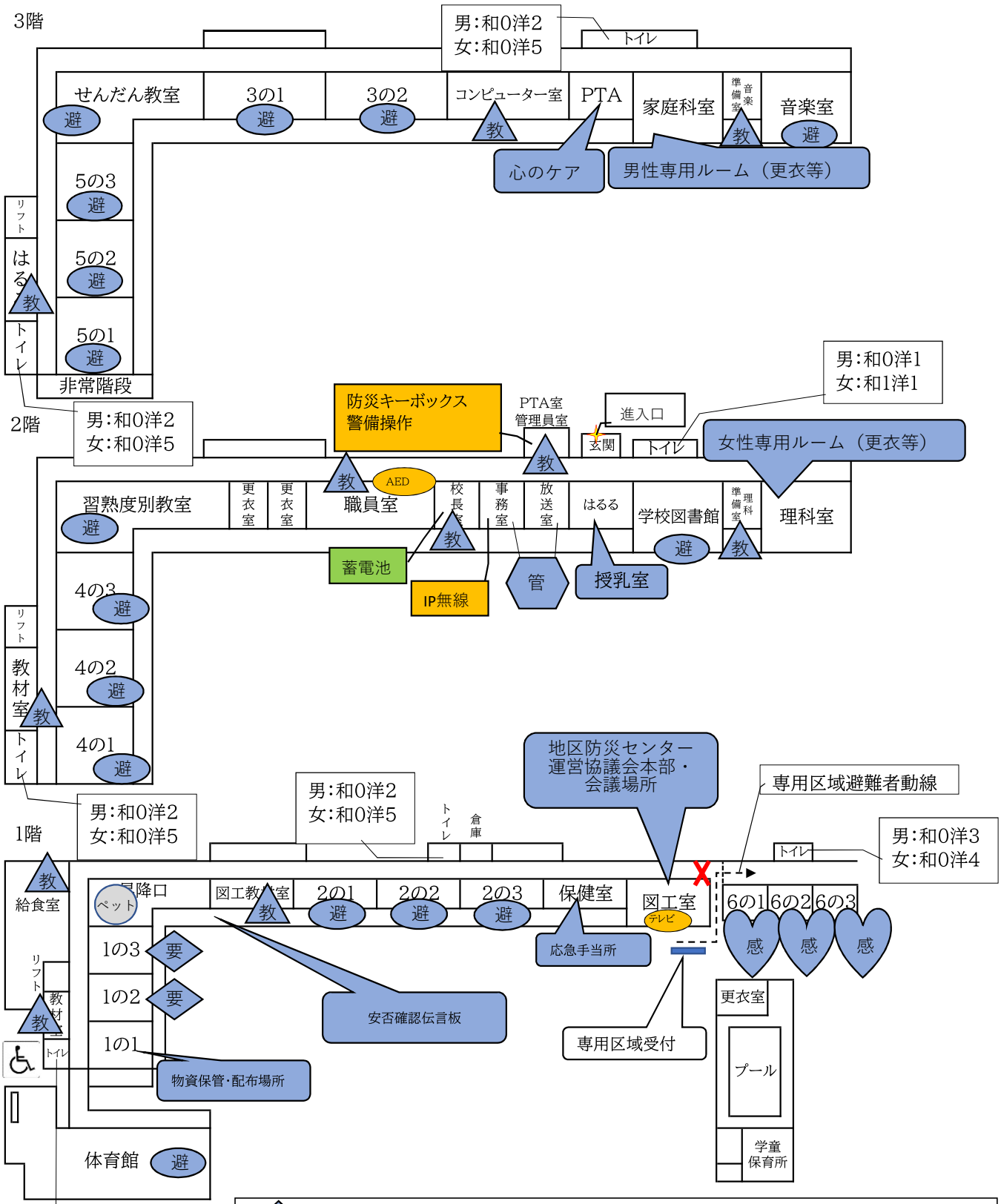
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

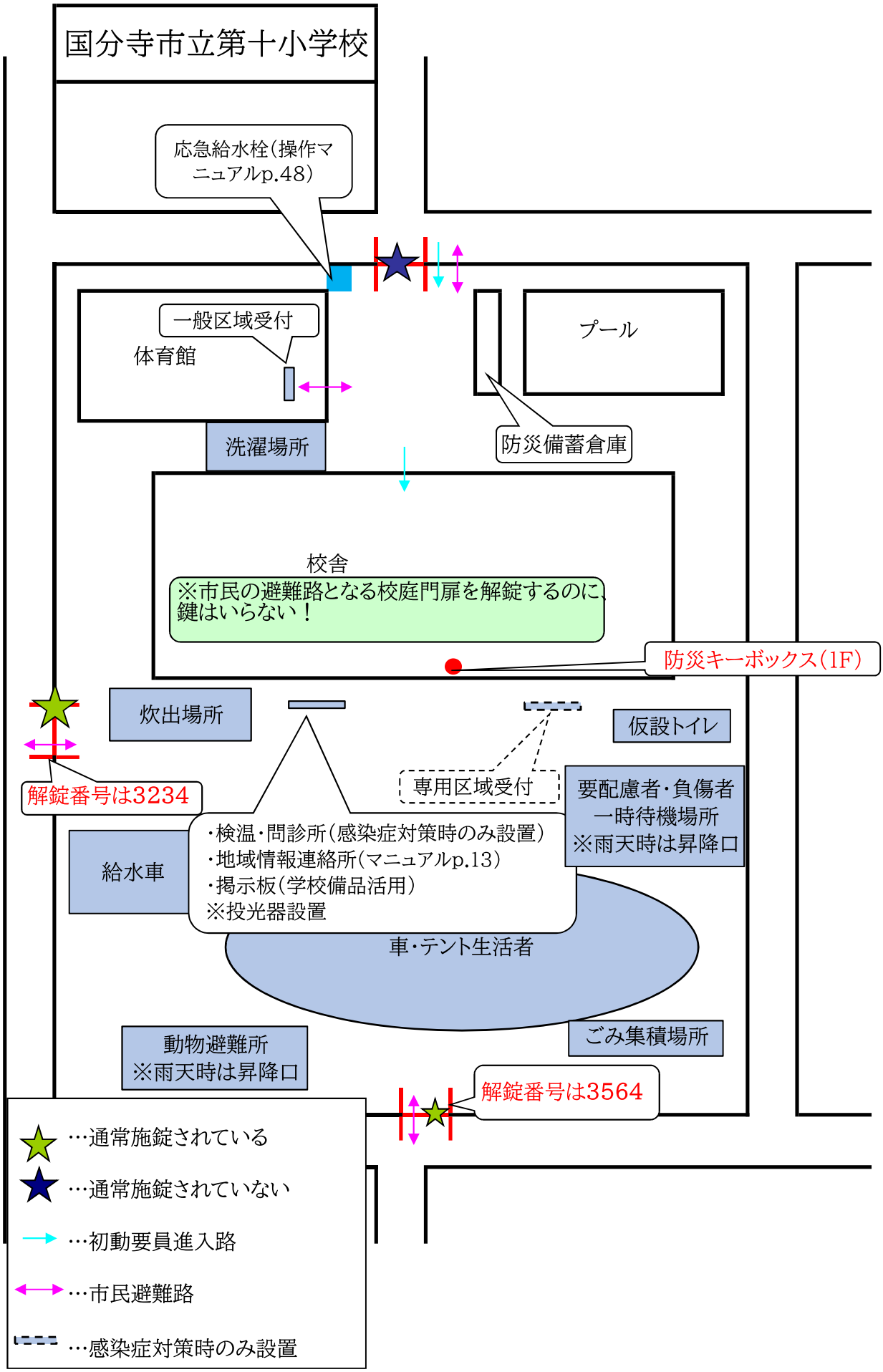

国分寺市立第九小学校
動物避難所
※雨天時は昇降口
グラウンドには抜けられない。
北門
市立図書館
ごみ集積場所
防災備蓄倉庫
仮設トイレ
専用区域受付
防災備蓄倉庫
防災キーボックス（2F）
校舎
検温・問診所
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
昇降口内の壁に南門の鍵有り。
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
炊出場所
プール
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
洗濯場所
車・テント生活者
正門
体育館
一般区域受付
給水車
南門
普段は使用されておらず、常に施錠されている。また、コンクリートの老朽化が進んでいるため、開けようと思えば施錠されていても開けられるとのこと。
南門の鍵だけなら昇降口に設置されている。
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

第九小学校　体育館

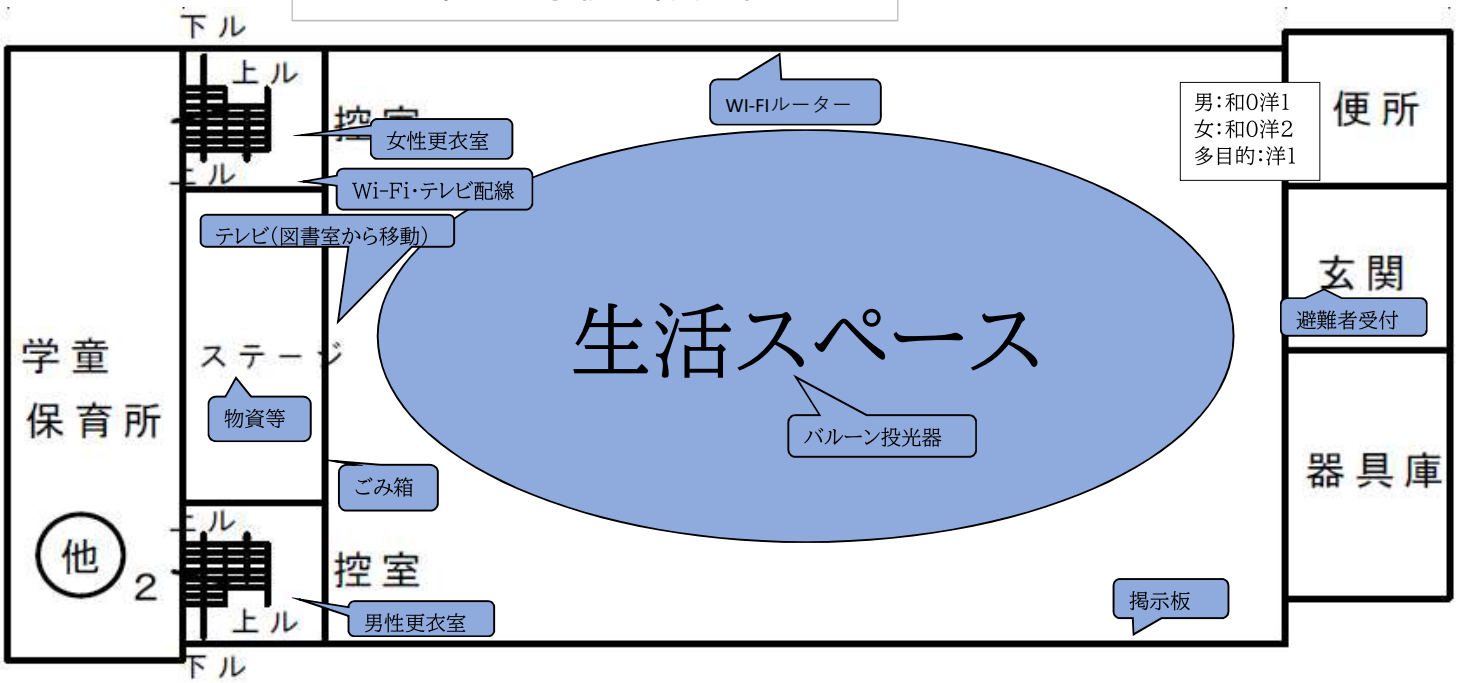

ステージ
物資等
テレビ（図工室から移動）
ごみ箱
Wi-Fi・テレビ配線
WI-FIルー
生活スペース
バルーン投光器
掲示板
男：和0洋1
女：和0洋2
便所
（男性）
（女性）
更衣室
器具庫
避難者受付
玄関

第九小学校校舎図

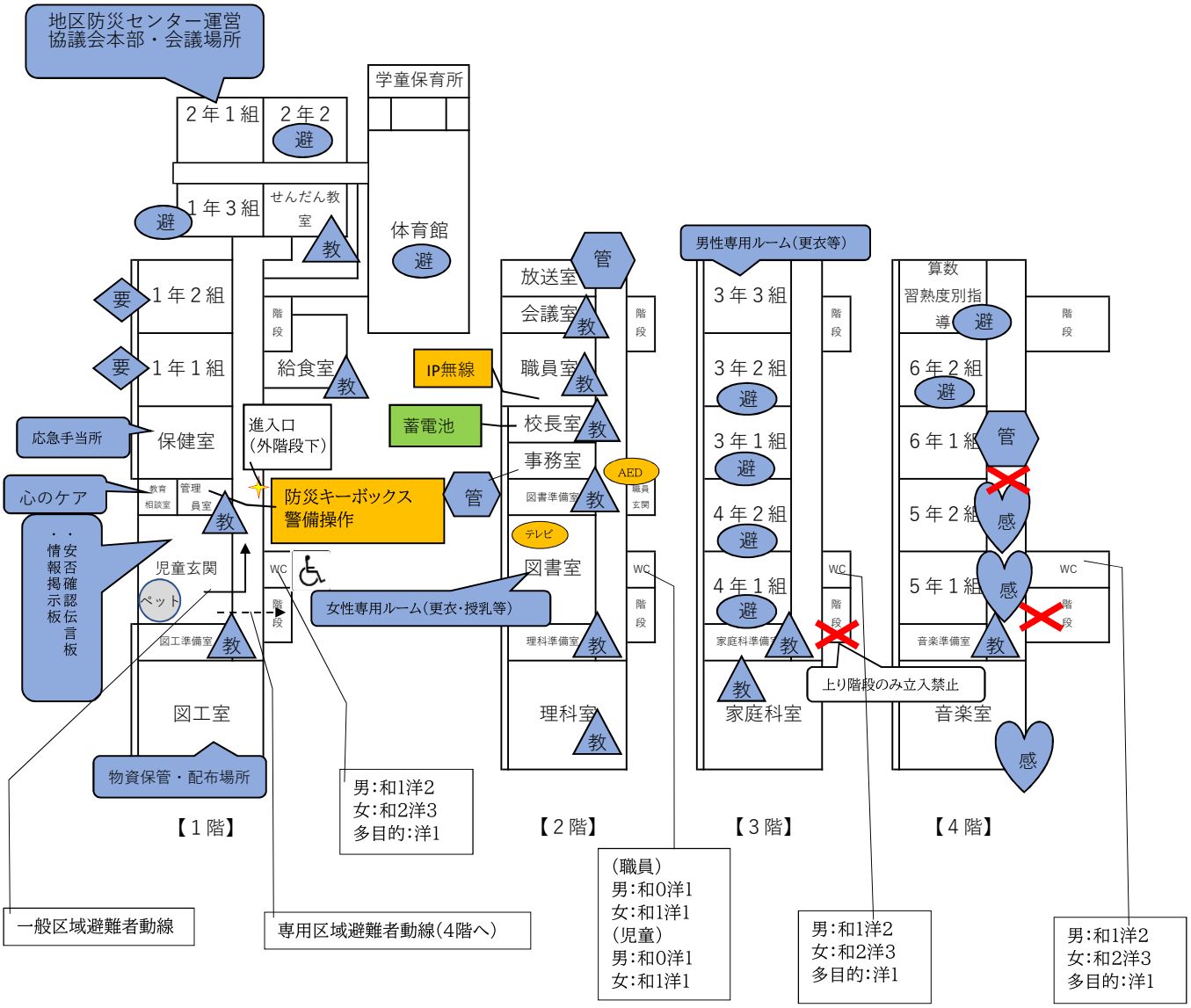

3階
男:和0洋2
女:和0洋5
トイレ
せんだん教室
避
3の1
避
3の2
避
コンピューター室
教
PTA
心のケア
家庭科室
音楽準備室
教
音楽室
避
男性専用ルーム（更衣等）
5の3
避
5の2
避
5の1
避
リフト
はるる
教
トイレ
非常階段
2階
男:和0洋2
女:和0洋5
防災キーボックス
警備操作
PTA室
管理員室
教
進入口
玄関
トイレ
男:和0洋1
女:和1洋1
女性専用ルーム（更衣等）
習熟度別教室
避
更衣室
更衣室
職員室
教
AED
校長室
事務室
放送室
はるる
学校図書館
避
教
理科準備室
理科室
蓄電池
IP無線
管
授乳室
4の3
避
4の2
避
4の1
避
リフト
教材室
教
トイレ
1階
男:和0洋2
女:和0洋5
男:和0洋2
女:和0洋5
トイレ
倉庫
地区防災センター
運営協議会本部・
会議場所
専用区域避難者動線
男:和0洋3
女:和0洋4
トイレ
教
給食室
昇降口
ペット
図工教室
教
2の1
避
2の2
避
2の3
避
保健室
図工室
テレビ
6の1
6の2
6の3
感
感
感
応急手当所
1の3
要
1の2
要
1の1
安否確認伝言板
専用区域受付
リフト
教材室
教
トイレ
物資保管・配布場所
更衣室
プール
学童保育所
体育館
避
男:和0洋2
女:和0洋5
要 …要配慮者保護スペース
感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
避 …一般避難者スペース
管 …避難所管理機能スペース
教 …教育機能維持スペース
…「立入禁止テープ」を貼る箇所
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第十小学校
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
一般区域受付
体育館
プール
防災備蓄倉庫
洗濯場所
校舎
※市民の避難路となる校庭門扉を解錠するのに、鍵はいらない！
防災キーボックス（1F）
炊出場所
仮設トイレ
解錠番号は3234
専用区域受付
要配慮者・負傷者一時待機場所
※雨天時は昇降口
給水車
・検温・問診所（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
車・テント生活者
ごみ集積場所
動物避難所
※雨天時は昇降口
解錠番号は3564
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

第十小学校　体育館


下ル
上ル
控室
女性更衣室
上ル
Wi-Fi・テレビ配線
テレビ（図書室から移動）
WI-FIルーター
男：和0洋1
女：和0洋2
多目的：洋1
便所
玄関
避難者受付
生活スペース
バルーン投光器
学童
保育所
ステージ
物資等
ごみ箱
器具庫
他
2
上ル
控室
男性更衣室
上ル
掲示板
下ル

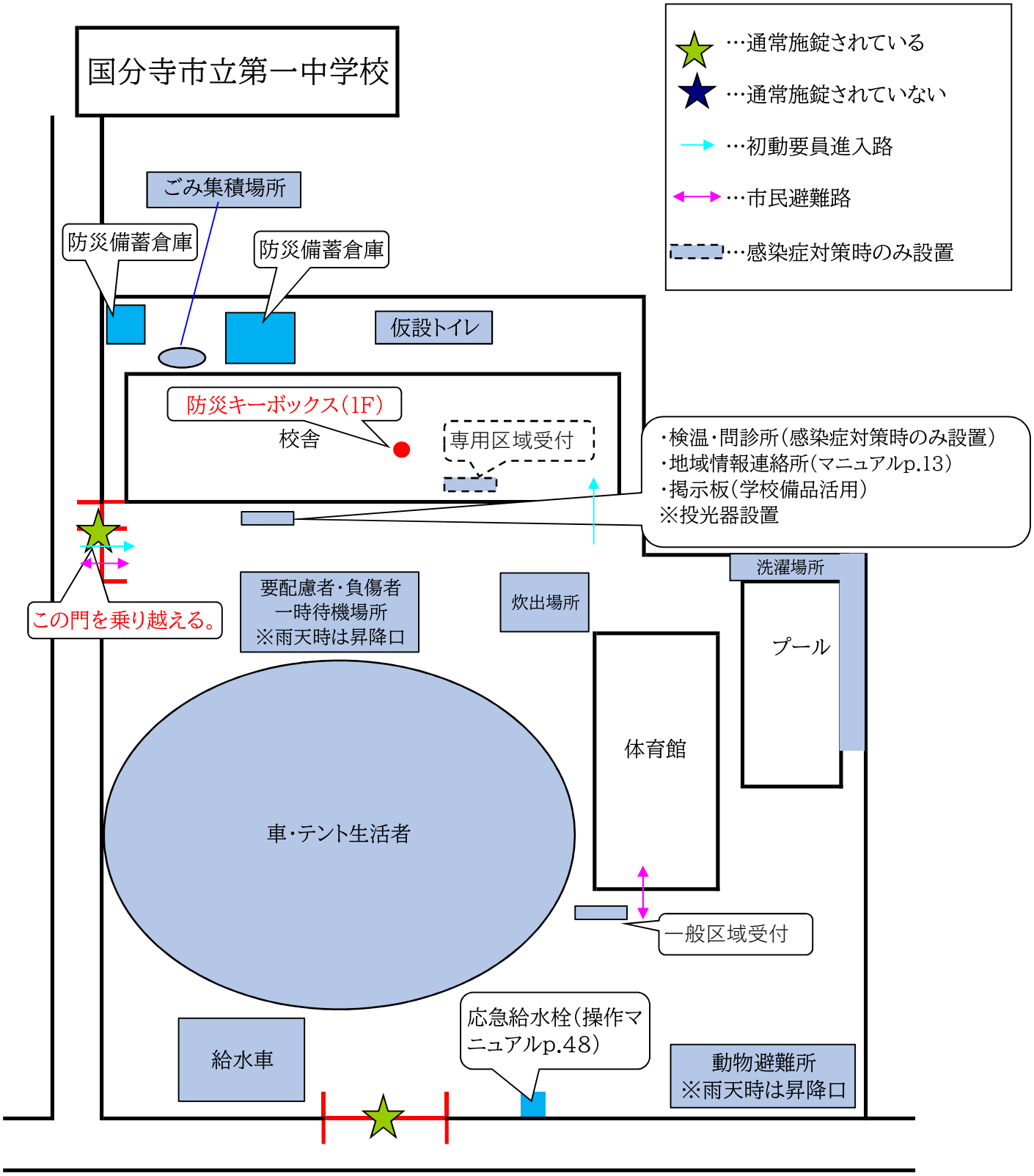
第十小学校校舎図



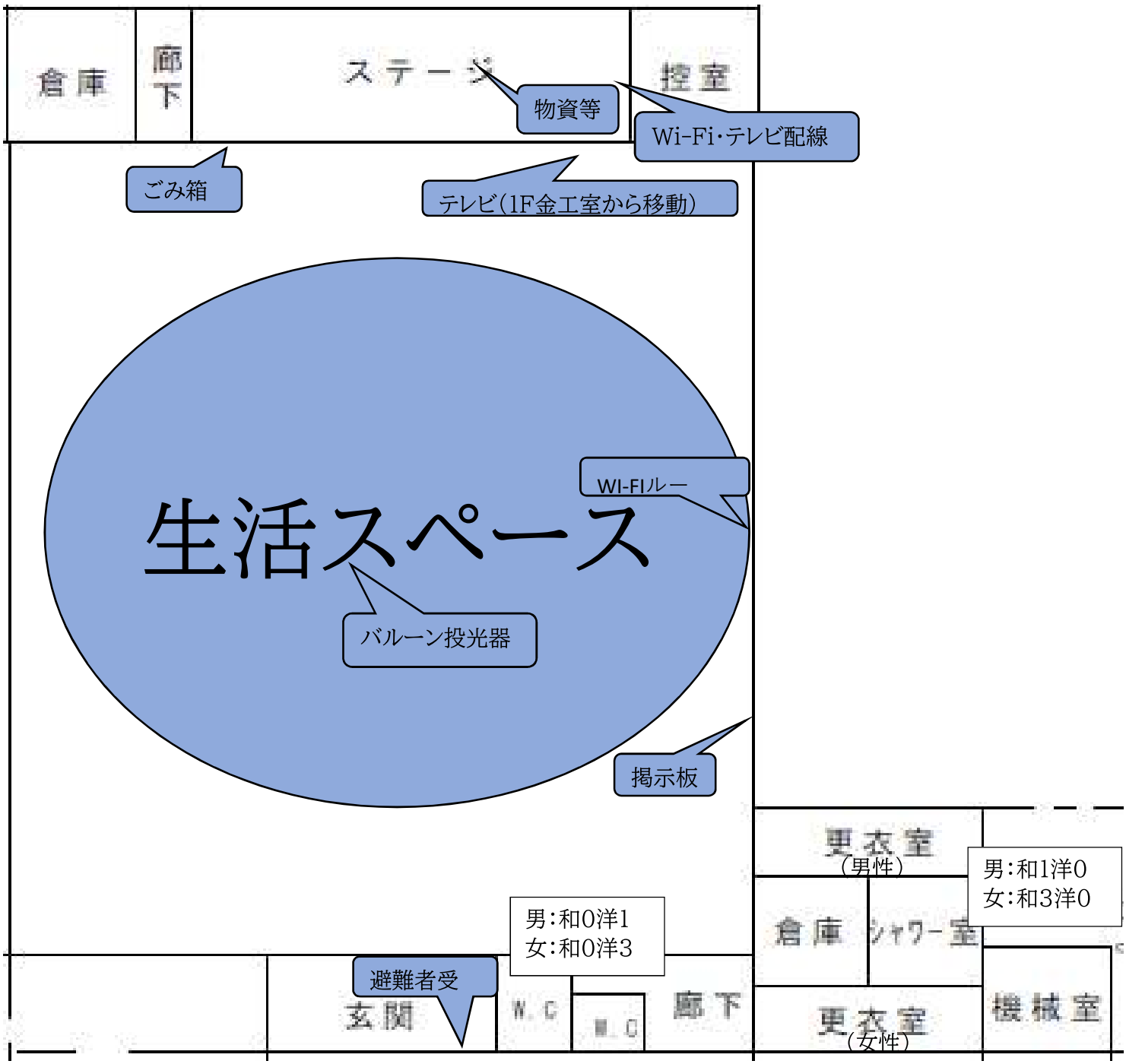
要	…要配慮者保護スペース	感	…感染症等専用区域 （感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
避	…一般避難者スペース	管	…避難所管理機能スペース
教	…教育機能維持スペース	✕	…「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第一中学校
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置
ごみ集積場所
防災備蓄倉庫
防災備蓄倉庫
仮設トイレ
防災キーボックス（1F）
校舎
専用区域受付
・検温・問診所（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
この門を乗り越える。
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
炊出場所
洗濯場所
プール
体育館
車・テント生活者
一般区域受付
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
給水車
動物避難所
※雨天時は昇降口

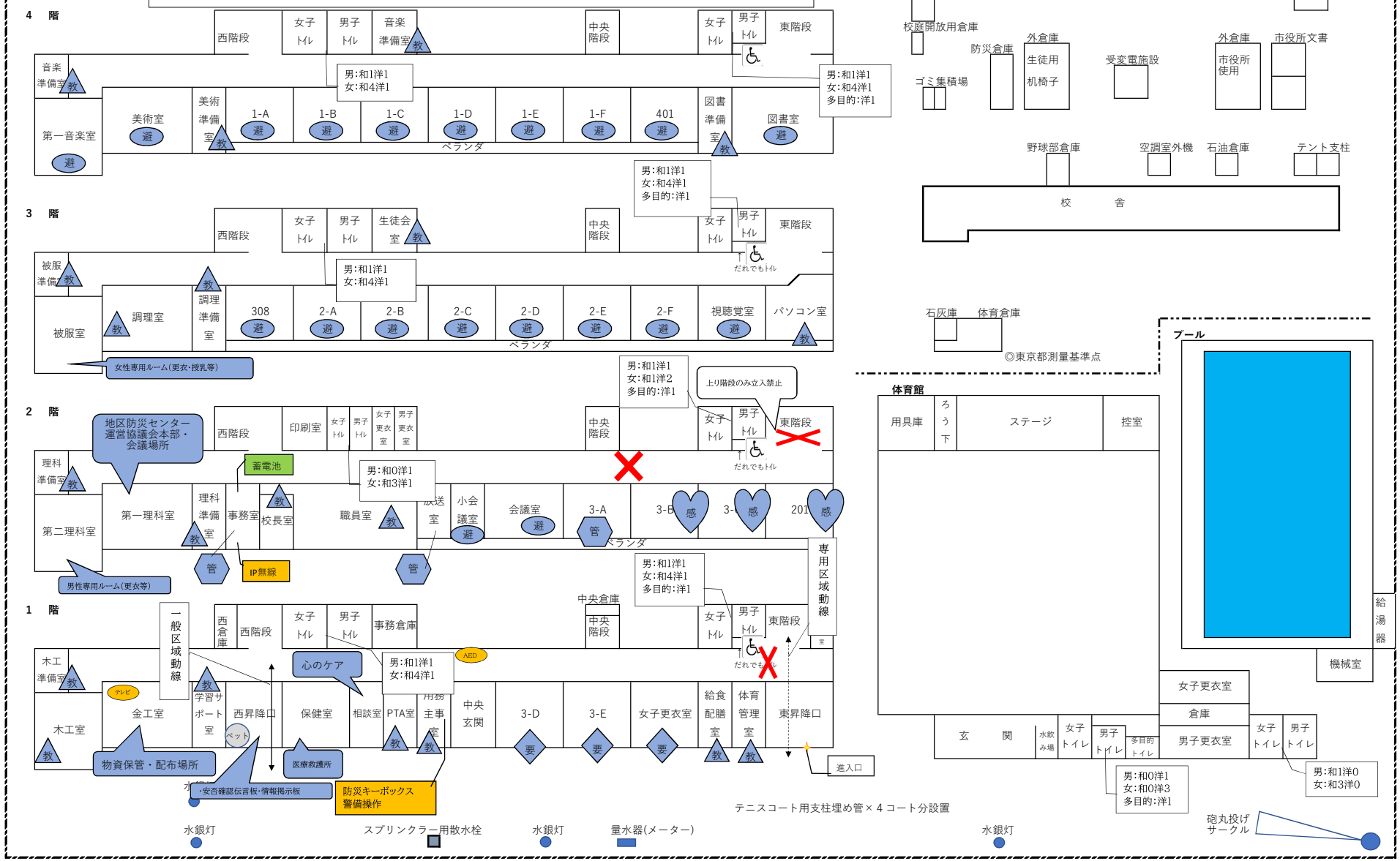
第一中学校　体育館

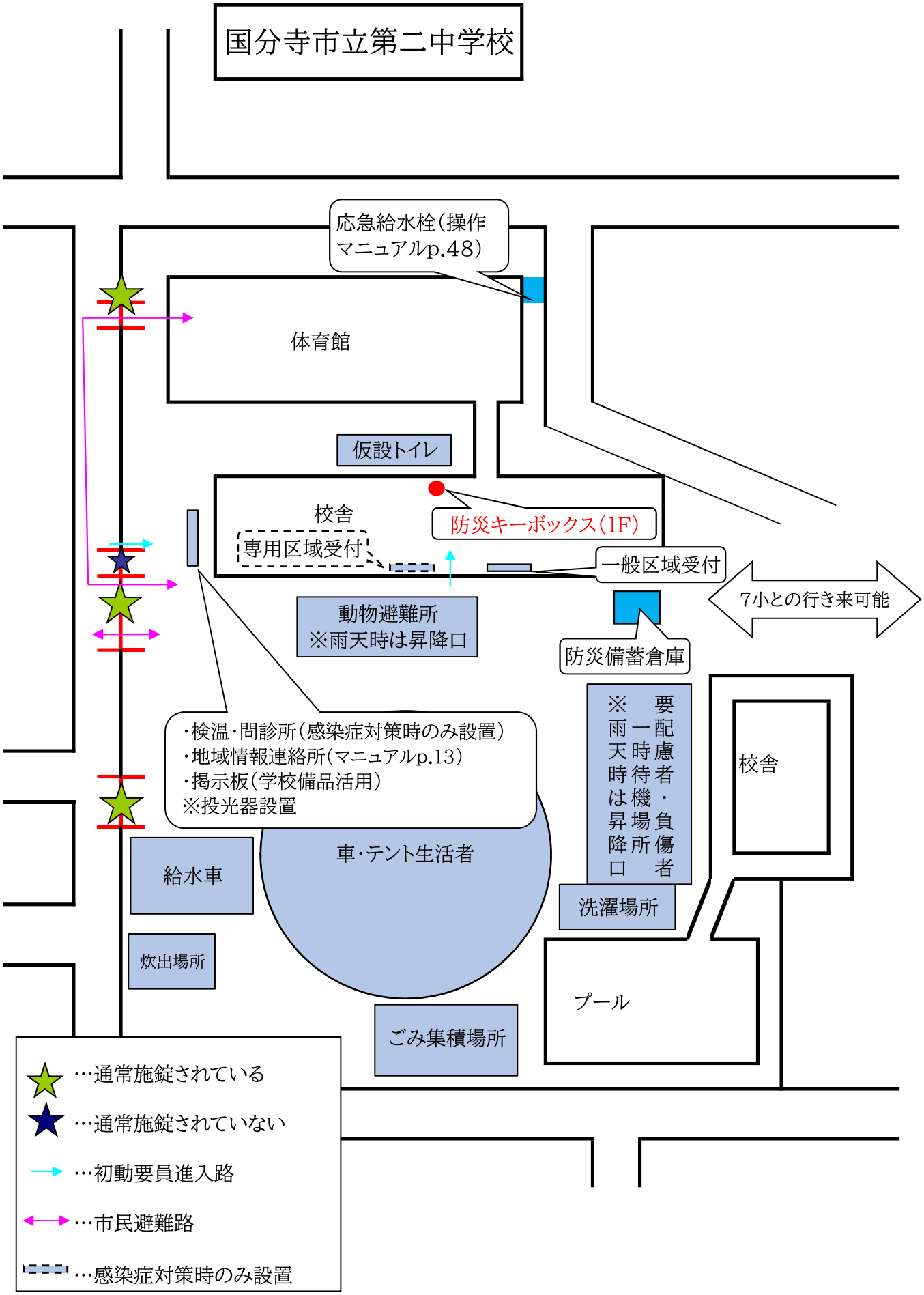

倉庫
廊下
ステージ
控室
物資等
Wi-Fi・テレビ配線
ごみ箱
テレビ（1F金工室から移動）
生活スペース
WI-FIルー
バルーン投光器
掲示板
更衣室
（男性）
男：和1洋0
女：和3洋0
倉庫
シャワー室
男：和0洋1
女：和0洋3
避難者受
玄関
W.C
W.C
廊下
更衣室
（女性）
機械室

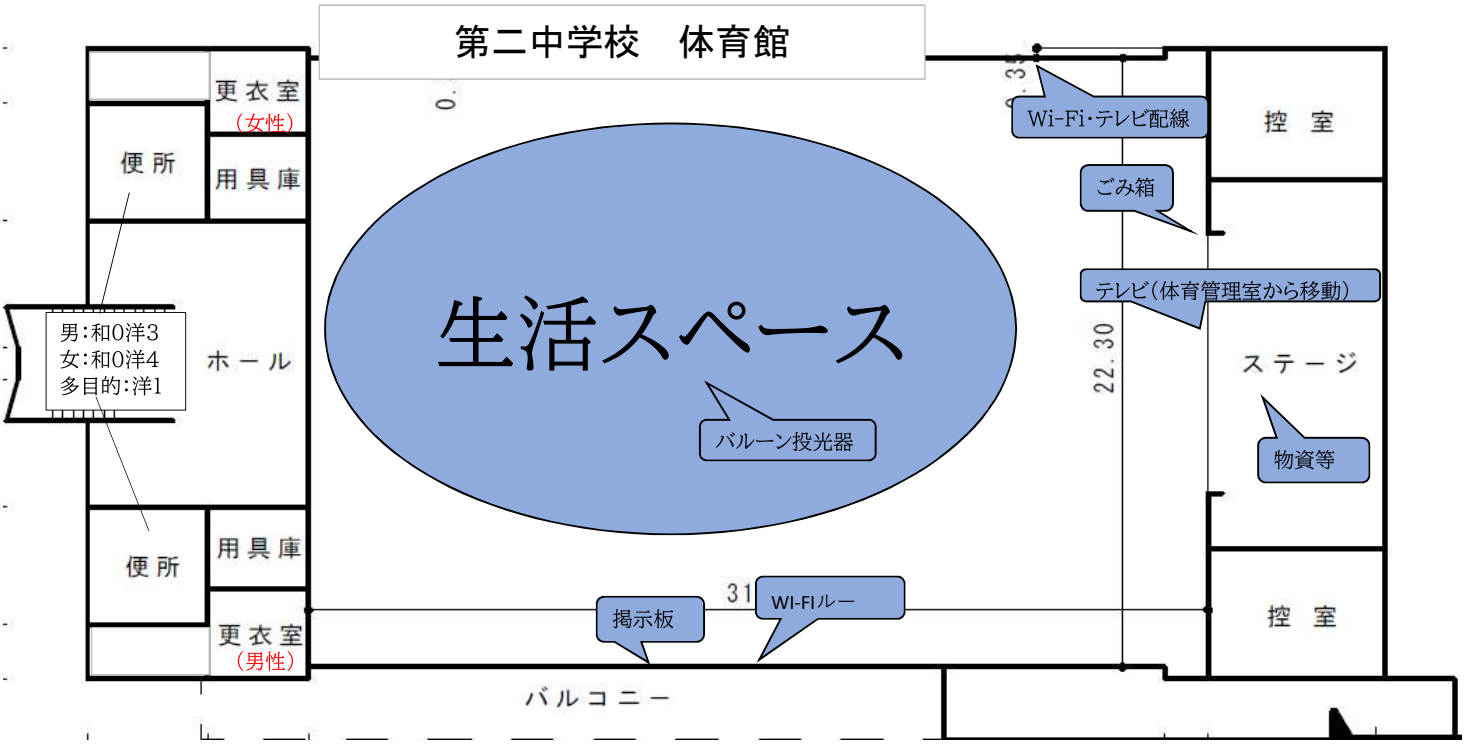
第一中学校校舎図

避 …一般避難者スペース
要 …要配慮者保護スペース
感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
教 …教育機能維持スペース
管 …避難所管理機能スペース
✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

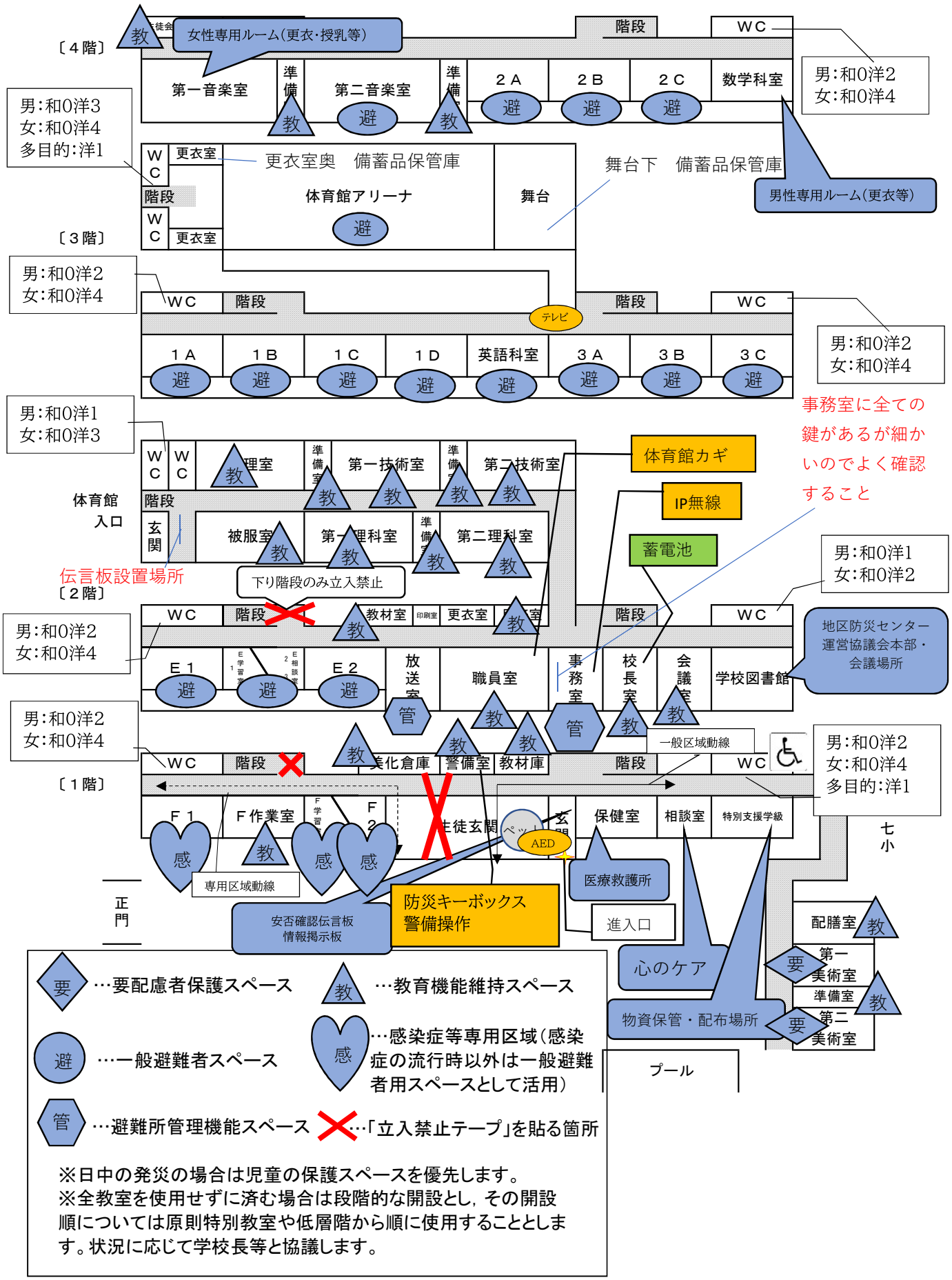
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

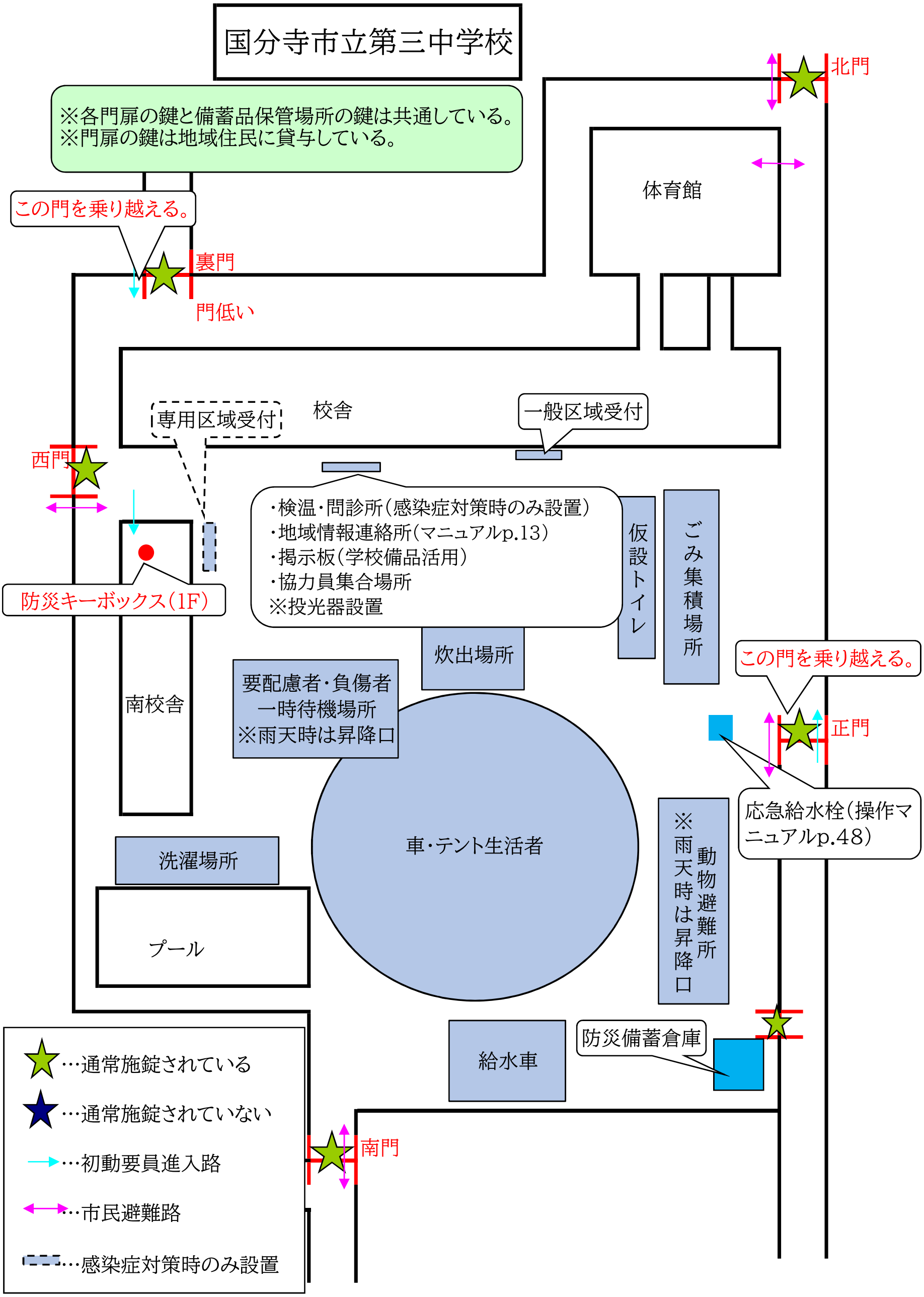



国分寺市立第二中学校
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
体育館
仮設トイレ
校舎
専用区域受付
防災キーボックス（1F）
一般区域受付
7小との行き来可能
動物避難所
※雨天時は昇降口
防災備蓄倉庫
※雨天時は昇降口
要配慮者・負傷者
・検温・問診所（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
車・テント生活者
給水車
炊出場所
洗濯場所
校舎
プール
ごみ集積場所
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

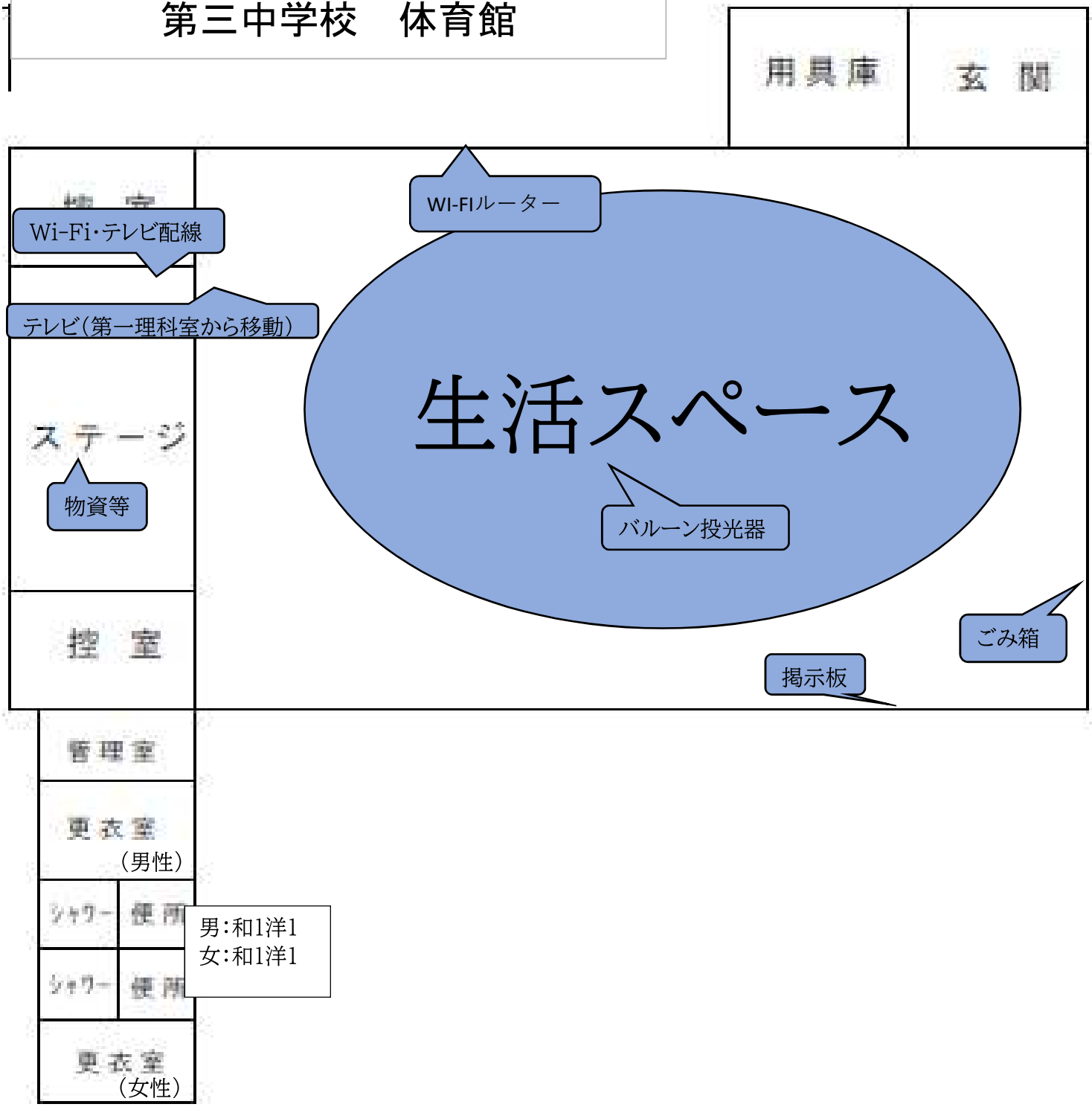

第二中学校　体育館
更衣室
（女性）
便所
用具庫
男:和0洋3
女:和0洋4
多目的:洋1
ホール
便所
用具庫
更衣室
（男性）
生活スペース
バルーン投光器
Wi-Fi･テレビ配線
ごみ箱
テレビ（体育管理室から移動）
22.30
ステージ
物資等
控　室
控　室
掲示板
31
WI-FIルー
バルコニー

第二中学校校舎図

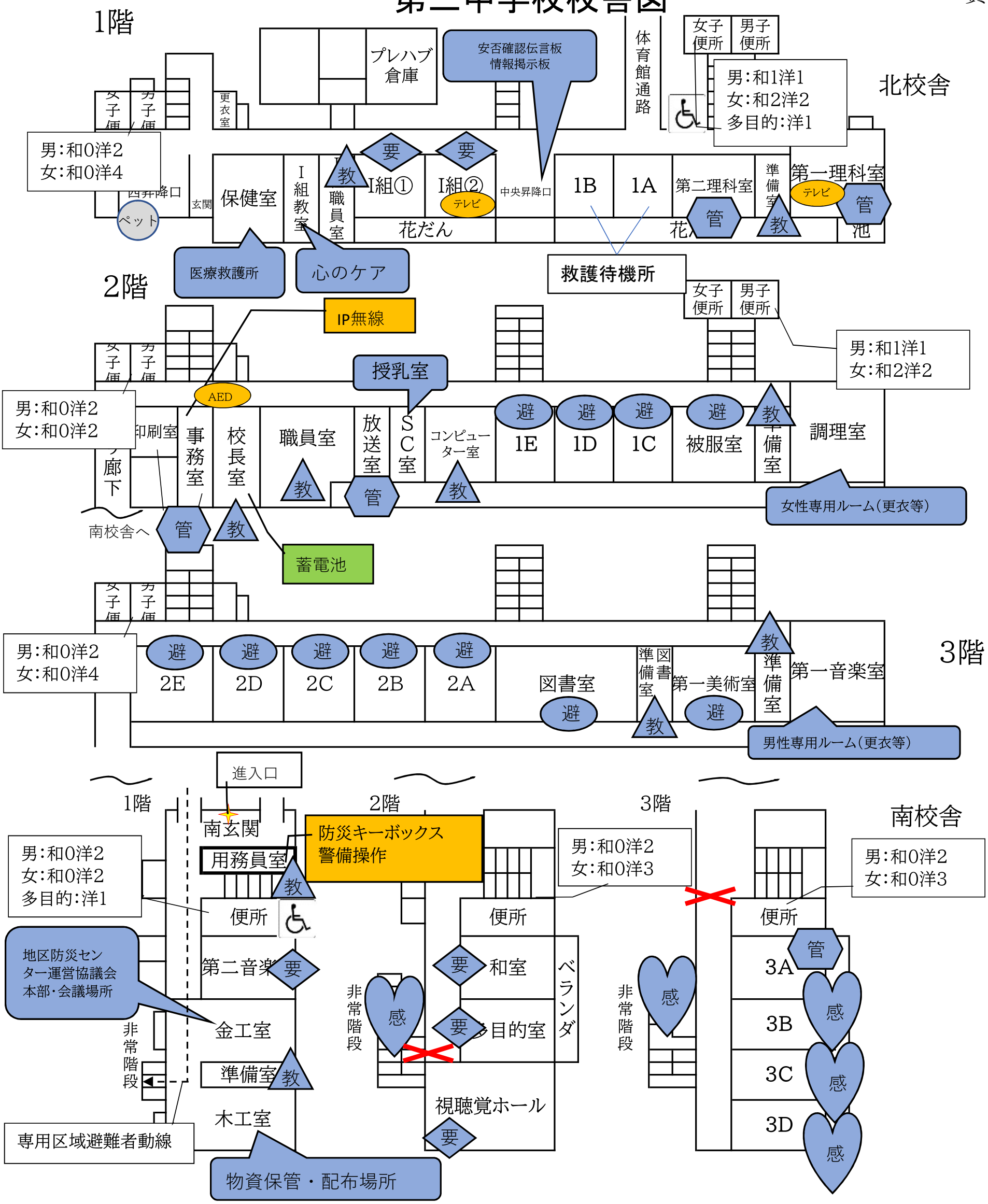

〔４階〕
女性専用ルーム（更衣・授乳等）
階段
ＷＣ
男：和0洋2
女：和0洋4
第一音楽室
準備室
第二音楽室
２Ａ
２Ｂ
２Ｃ
数学科室
男：和0洋3
女：和0洋4
多目的：洋1
男性専用ルーム（更衣等）
更衣室
更衣室奥　備蓄品保管庫
体育館アリーナ
舞台
舞台下　備蓄品保管庫
〔３階〕
男：和0洋2
女：和0洋4
テレビ
１Ａ
１Ｂ
１Ｃ
１Ｄ
英語科室
３Ａ
３Ｂ
３Ｃ
男：和0洋2
女：和0洋4
事務室に全ての鍵があるが細かいのでよく確認すること
男：和0洋1
女：和0洋3
体育館カギ
IP無線
蓄電池
体育館入口
理室
第一技術室
第二技術室
玄関
被服室
第一理科室
第二理科室
伝言板設置場所
下り階段のみ立入禁止
〔２階〕
男：和0洋1
女：和0洋2
教材室
印刷室
更衣室
男：和0洋2
女：和0洋4
Ｅ１
Ｅ２
放送室
職員室
事務室
校長室
会議室
学校図書館
地区防災センター運営協議会本部・会議場所
男：和0洋2
女：和0洋4
一般区域動線
美化倉庫
警備室
教材庫
〔１階〕
男：和0洋2
女：和0洋4
多目的：洋1
Ｆ１
Ｆ作業室
Ｆ２
生徒玄関
AED
保健室
相談室
特別支援学級
七小
専用区域動線
正門
安否確認伝言板
情報掲示板
防災キーボックス
警備操作
医療救護所
進入口
心のケア
物資保管・配布場所
配膳室
第一美術室
準備室
第二美術室
プール
…要配慮者保護スペース
…教育機能維持スペース
…一般避難者スペース
…感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
…避難所管理機能スペース
…「立入禁止テープ」を貼る箇所
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第三中学校
※各門扉の鍵と備蓄品保管場所の鍵は共通している。
※門扉の鍵は地域住民に貸与している。
北門
体育館
この門を乗り越える。
裏門
門低い
専用区域受付
校舎
一般区域受付
西門
・検温・問診所（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
・協力員集合場所
※投光器設置
仮設トイレ
ごみ集積場所
防災キーボックス（1F）
炊出場所
南校舎
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
この門を乗り越える。
正門
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
車・テント生活者
洗濯場所
プール
動物避難所
※雨天時は昇降口
給水車
防災備蓄倉庫
南門
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置

第三中学校　体育館


用具庫
玄関
WI-FIルーター
Wi-Fi･テレビ配線
テレビ（第一理科室から移動）
生活スペース
ステージ
物資等
バルーン投光器
ごみ箱
掲示板
控室
管理室
更衣室
（男性）
シャワー
便所
男：和1洋1
女：和1洋1
シャワー
便所
更衣室
（女性）

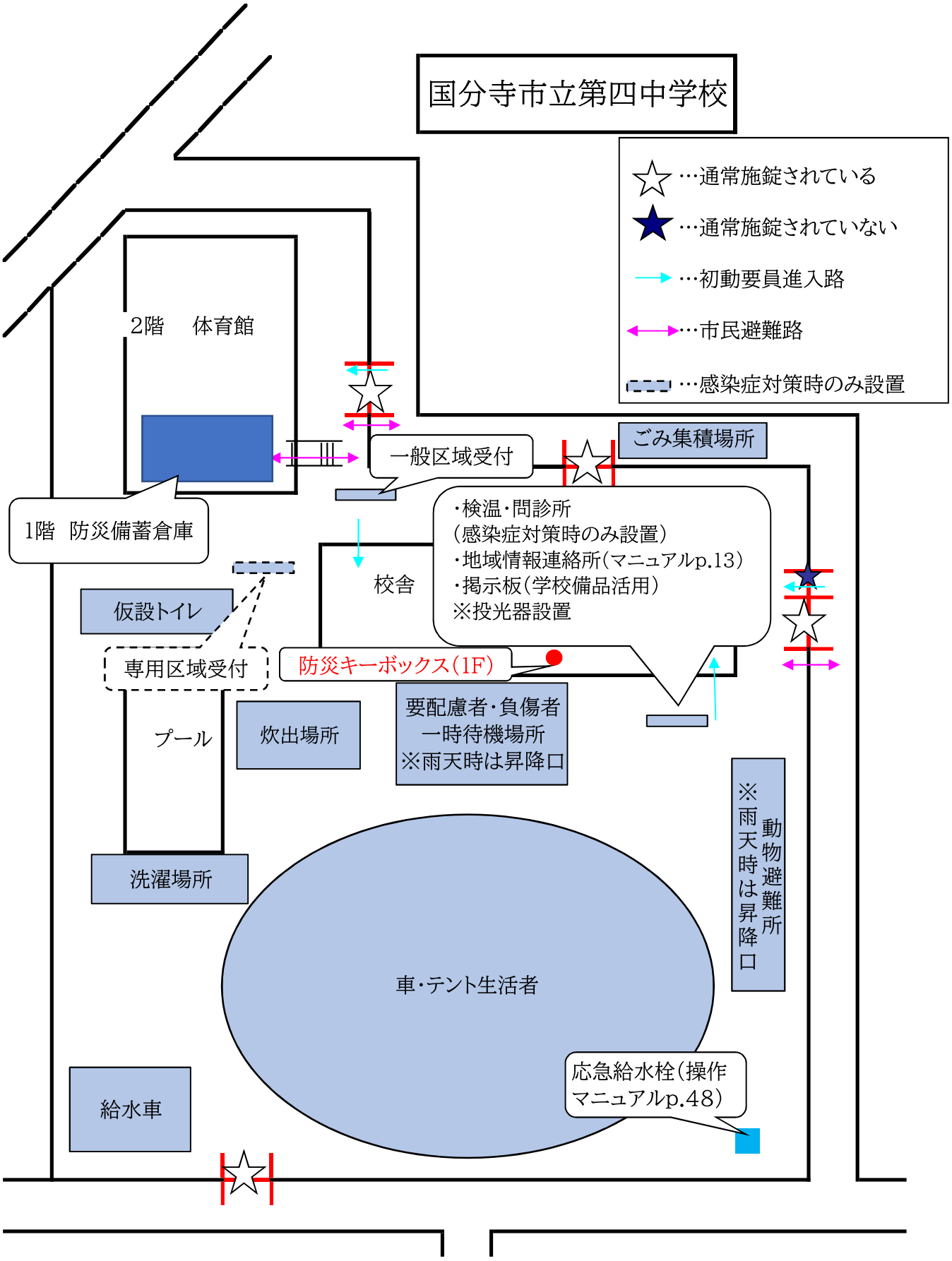
第三中学校校舎図



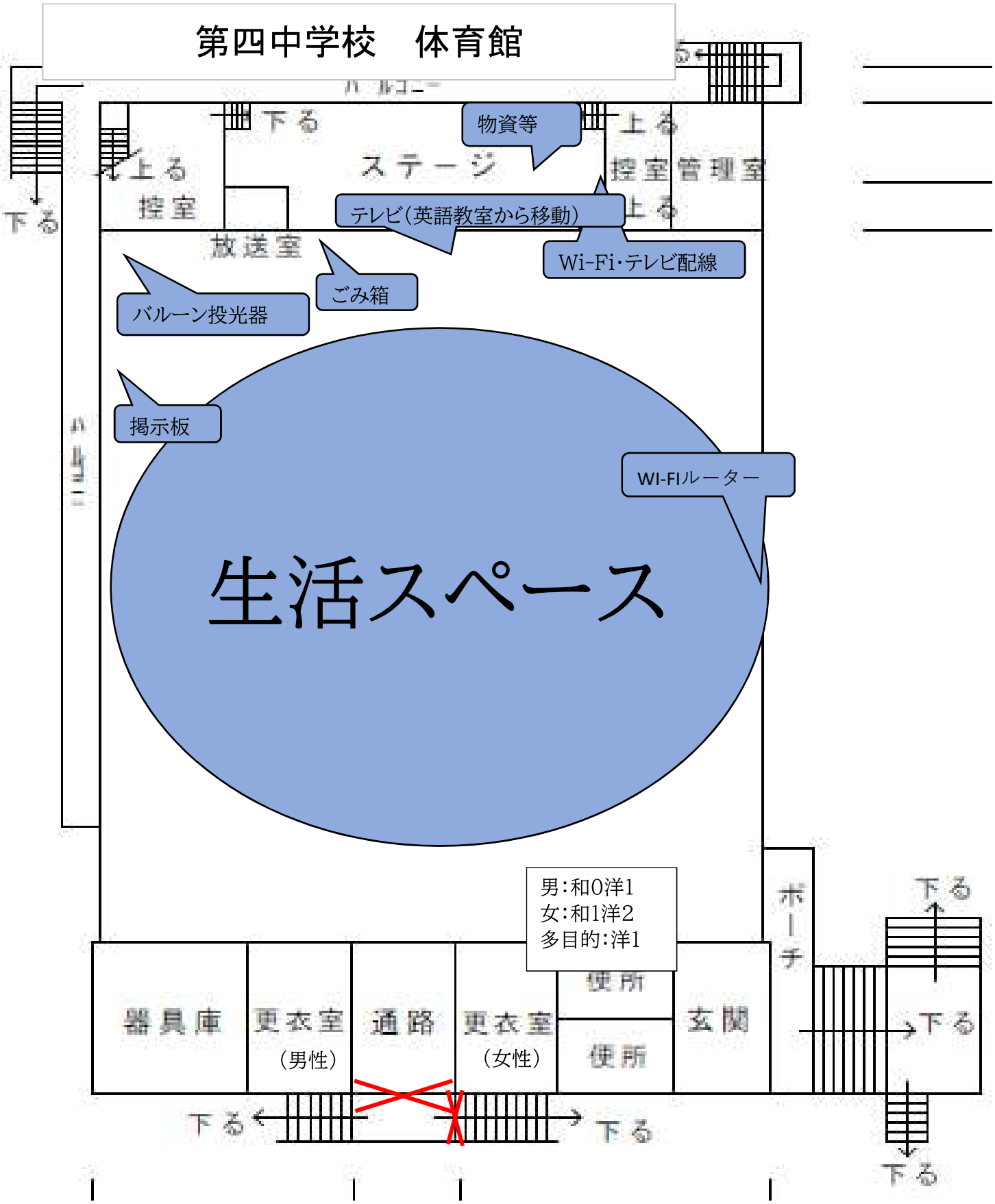
要	…要配慮者保護スペース	感	…感染症等専用区域 （感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
避	…一般避難者スペース	管	…避難所管理機能スペース
教	…教育機能維持スペース	✕	…「立入禁止テープ」を貼る箇所

※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。


国分寺市立第四中学校
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置
2階　体育館
1階　防災備蓄倉庫
一般区域受付
ごみ集積場所
・検温・問診所
（感染症対策時のみ設置）
・地域情報連絡所（マニュアルp.13）
・掲示板（学校備品活用）
※投光器設置
校舎
仮設トイレ
専用区域受付
防災キーボックス（1F）
プール
炊出場所
要配慮者・負傷者
一時待機場所
※雨天時は昇降口
動物避難所
※雨天時は昇降口
洗濯場所
車・テント生活者
応急給水栓（操作マニュアルp.48）
給水車

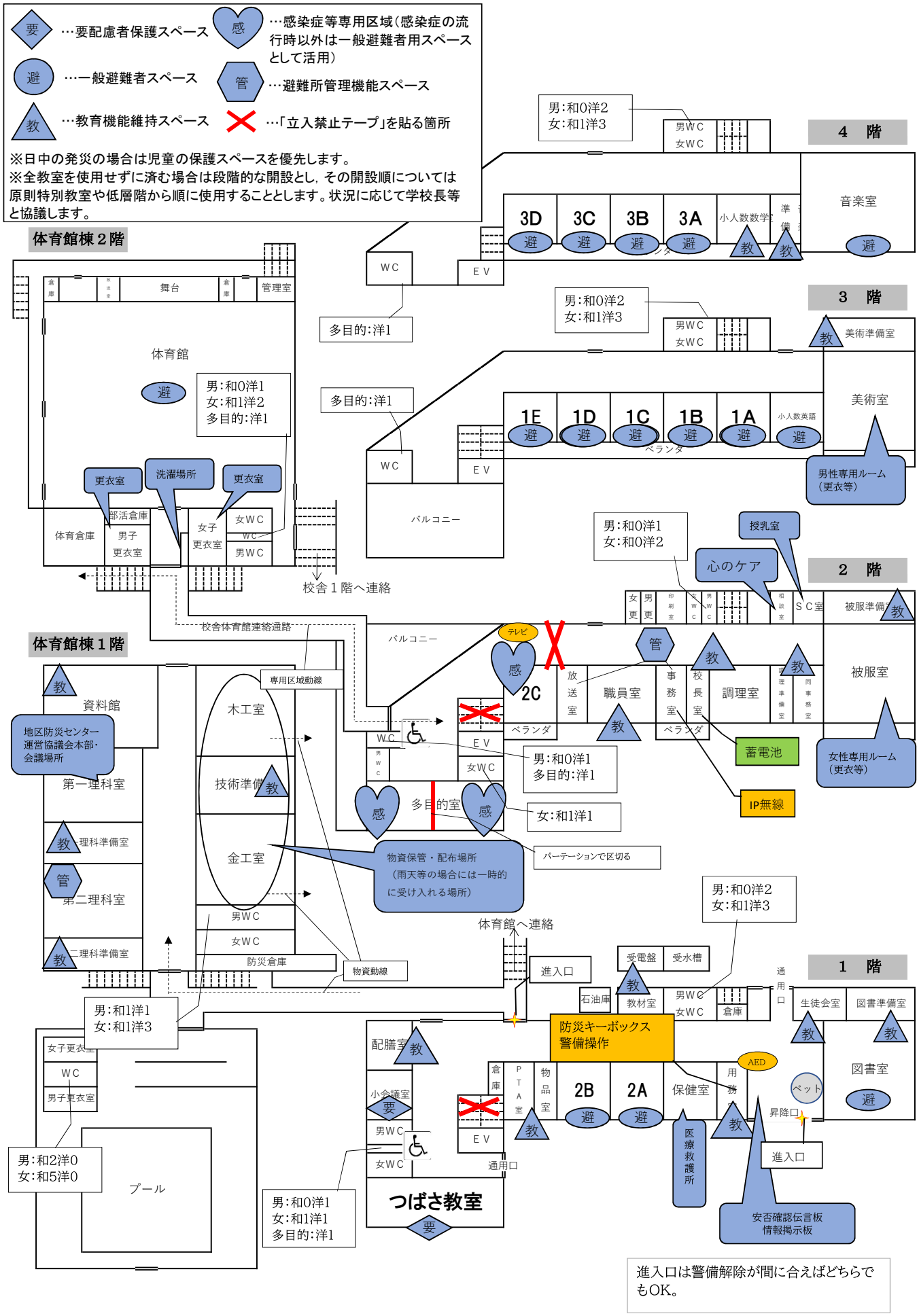
第四中学校　体育館


物資等
ステージ
控室
控室管理室
テレビ（英語教室から移動）
放送室
Wi-Fi・テレビ配線
ごみ箱
バルーン投光器
掲示板
WI-FIルーター
生活スペース
男：和0洋1
女：和1洋2
多目的：洋1
器具庫
更衣室
（男性）
通路
更衣室
（女性）
便所
便所
玄関
ポーチ
下る
上る

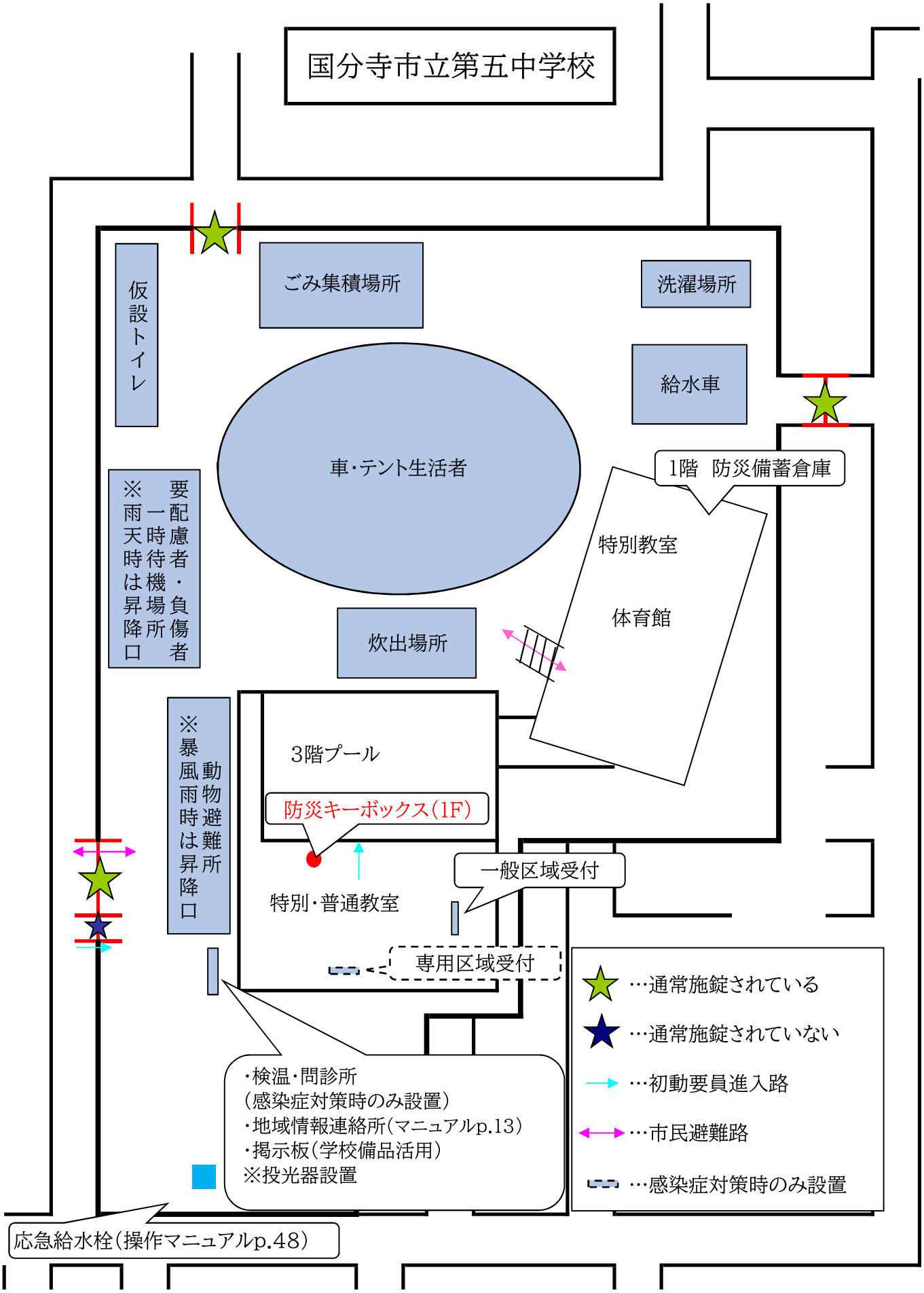
第四中学校校舎図

要 …要配慮者保護スペース
感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）
避 …一般避難者スペース
管 …避難所管理機能スペース
教 …教育機能維持スペース
✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

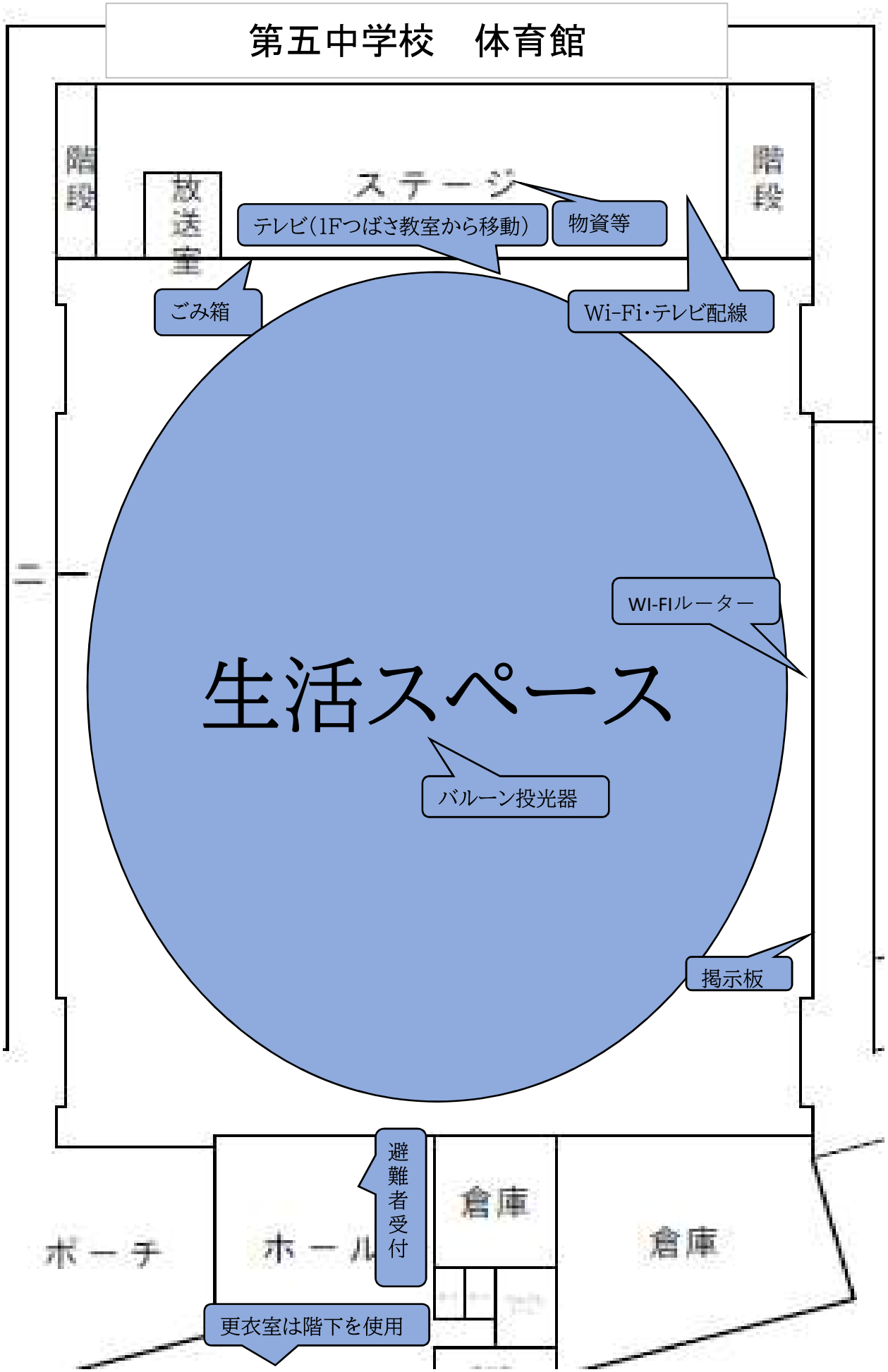
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。
※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。



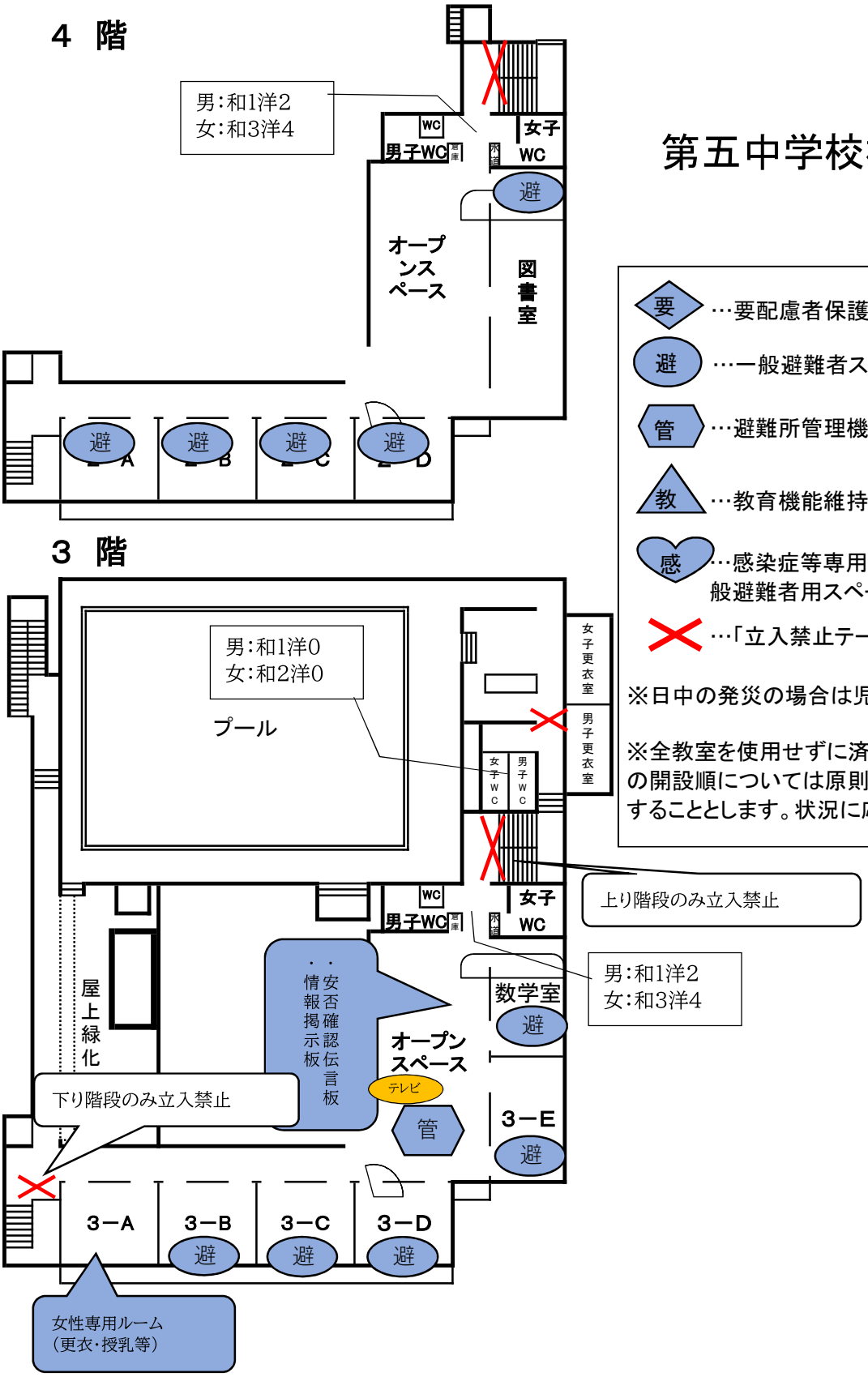
進入口は警備解除が間に合えばどちらでもOK。


国分寺市立第五中学校
仮設トイレ
ごみ集積場所
洗濯場所
給水車
車・テント生活者
1階　防災備蓄倉庫
特別教室
体育館
※雨天時は昇降口
要配慮者・負傷者一時待機場所
炊出場所
※暴風雨時は昇降口
動物避難所
3階プール
防災キーボックス(1F)
一般区域受付
特別・普通教室
専用区域受付
…通常施錠されている
…通常施錠されていない
…初動要員進入路
…市民避難路
…感染症対策時のみ設置
・検温・問診所
(感染症対策時のみ設置)
・地域情報連絡所(マニュアルp.13)
・掲示板(学校備品活用)
※投光器設置
応急給水栓(操作マニュアルp.48)

第五中学校　体育館


階段
放送室
ステージ
階段
テレビ（1Fつばさ教室から移動）
物資等
ごみ箱
Wi-Fi・テレビ配線
WI-FIルーター
生活スペース
バルーン投光器
掲示板
避難者受付
倉庫
倉庫
ポーチ
ホール
更衣室は階下を使用

第五中学校校舎図



要 …要配慮者保護スペース

避 …一般避難者スペース

管 …避難所管理機能スペース

教 …教育機能維持スペース

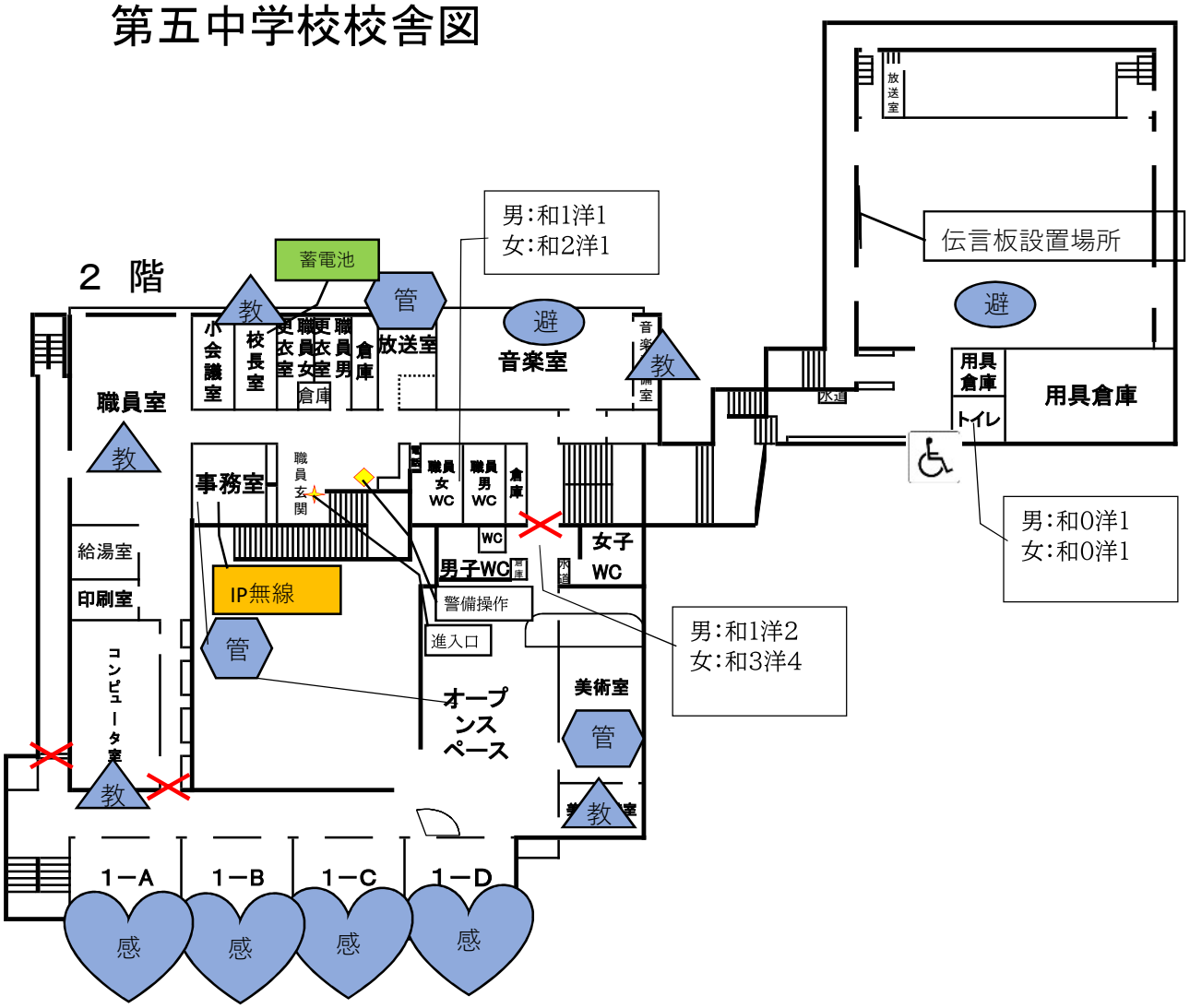
感 …感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

✕ …「立入禁止テープ」を貼る箇所

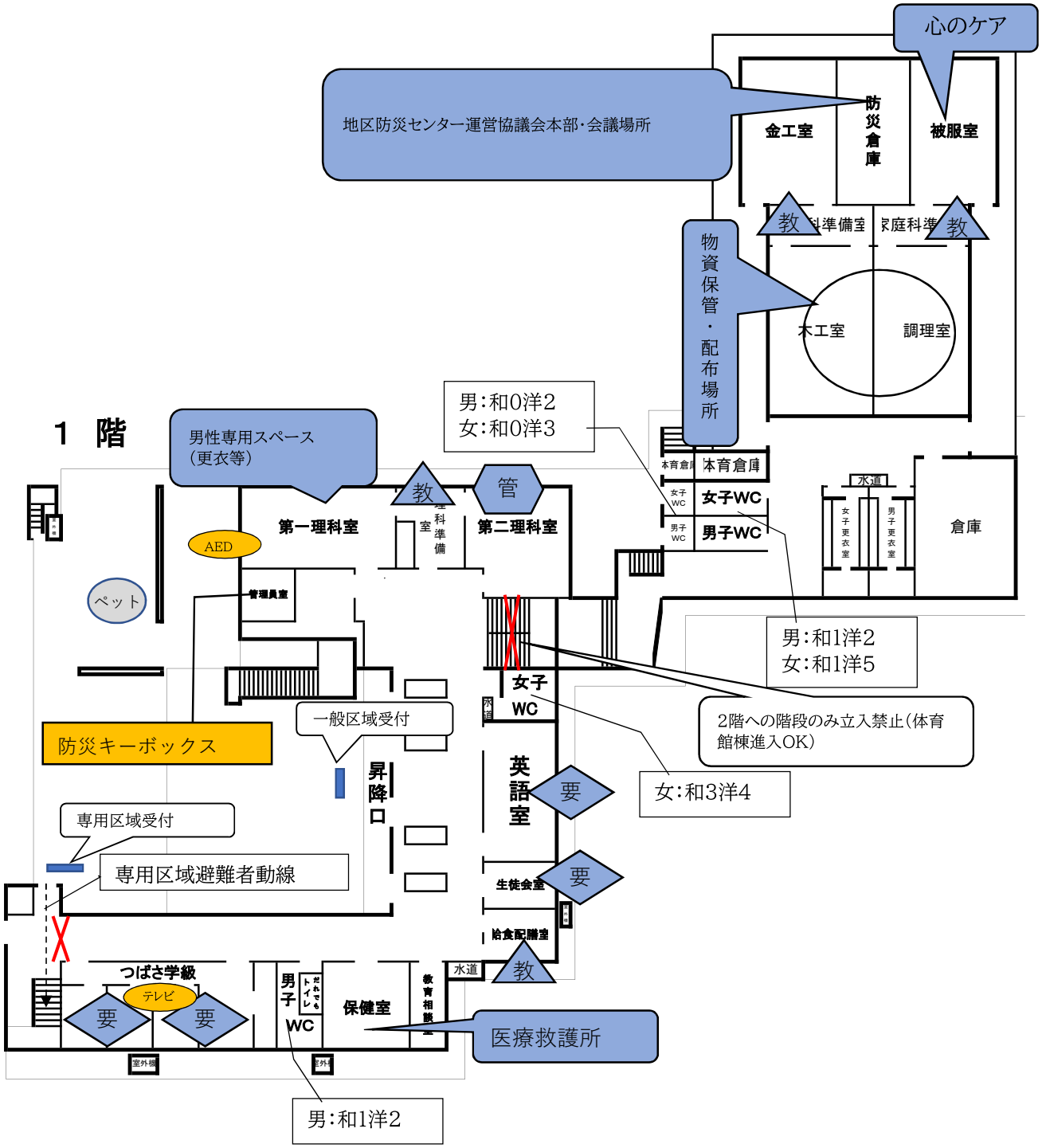
※日中の発災の場合は児童の保護スペースを優先します。

※全教室を使用せずに済む場合は段階的な開設とし，その開設順については原則特別教室や低層階から順に使用することとします。状況に応じて学校長等と協議します。

第五中学校校舎図

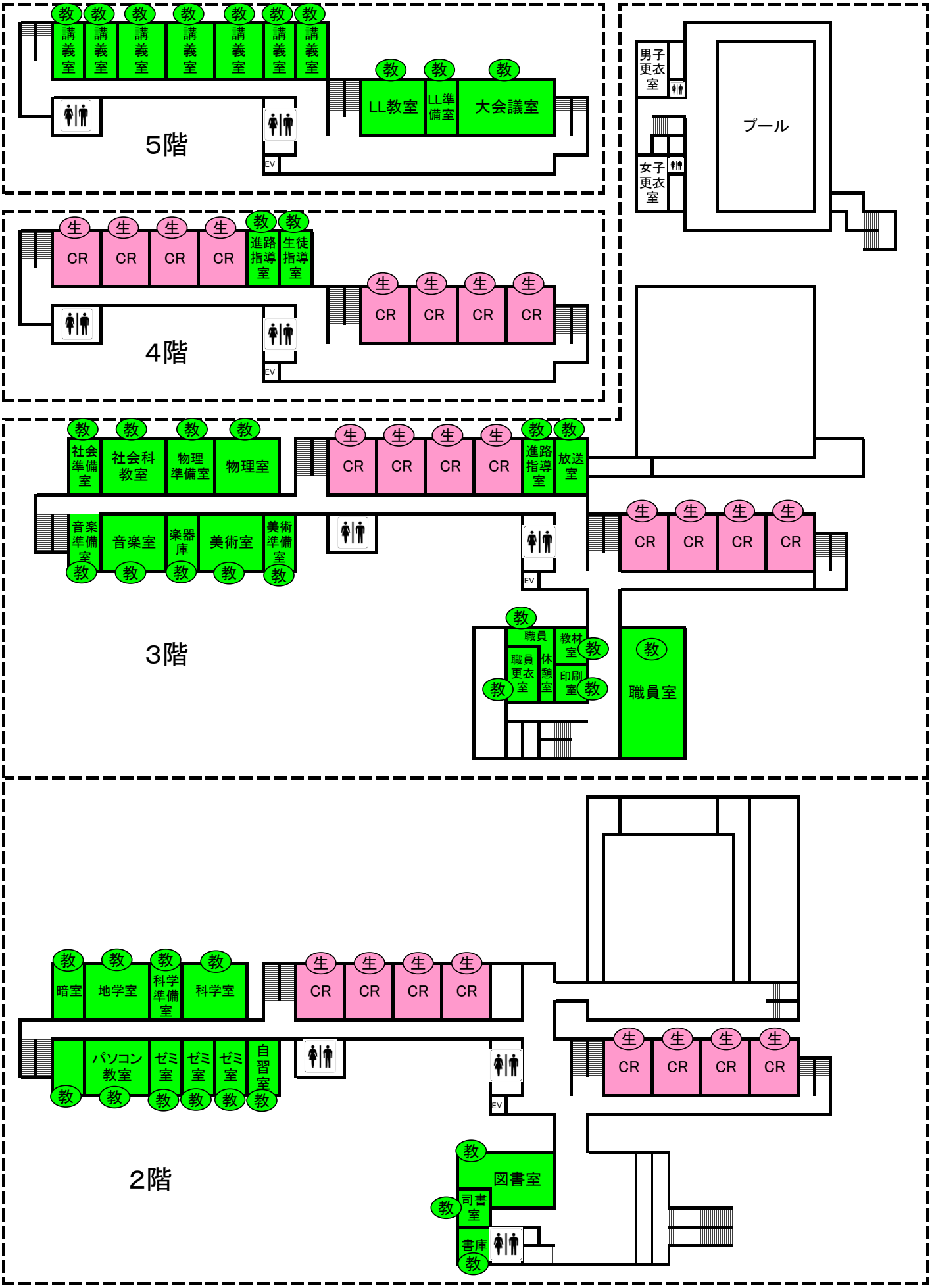

２ 階
蓄電池
教
管
避
小会議室
校長室
更衣室
職員女室
職員男室
倉庫
放送室
音楽室
音楽準備室
職員室
事務室
職員玄関
職員女WC
職員男WC
倉庫
WC
男子WC
女子WC
給湯室
印刷室
IP無線
警備操作
進入口
コンピュータ室
オープンスペース
美術室
1ーA
1ーB
1ーC
1ーD
感
男:和1洋1
女:和2洋1
男:和1洋2
女:和3洋4
放送室
伝言板設置場所
用具倉庫
トイレ
水道
男:和0洋1
女:和0洋1

第五中学校校舎図


心のケア
地区防災センター運営協議会本部・会議場所
金工室
防災倉庫
被服室
教
家庭科準備室
教
物資保管・配布場所
木工室
調理室
男：和0洋2
女：和0洋3
1 階
男性専用スペース
（更衣等）
教
管
第一理科室
理科準備室
第二理科室
体育倉庫
女子WC
男子WC
水道
女子更衣室
男子更衣室
倉庫
AED
ペット
管理員室
男：和1洋2
女：和1洋5
女子WC
2階への階段のみ立入禁止（体育館棟進入OK）
一般区域受付
防災キーボックス
昇降口
英語室
要
女：和3洋4
専用区域受付
専用区域避難者動線
要
生徒会室
給食配膳室
教
つばさ学級
テレビ
要
要
男子WC
だれでもトイレ
保健室
教育相談室
水道
医療救護所
室外機
男：和1洋2

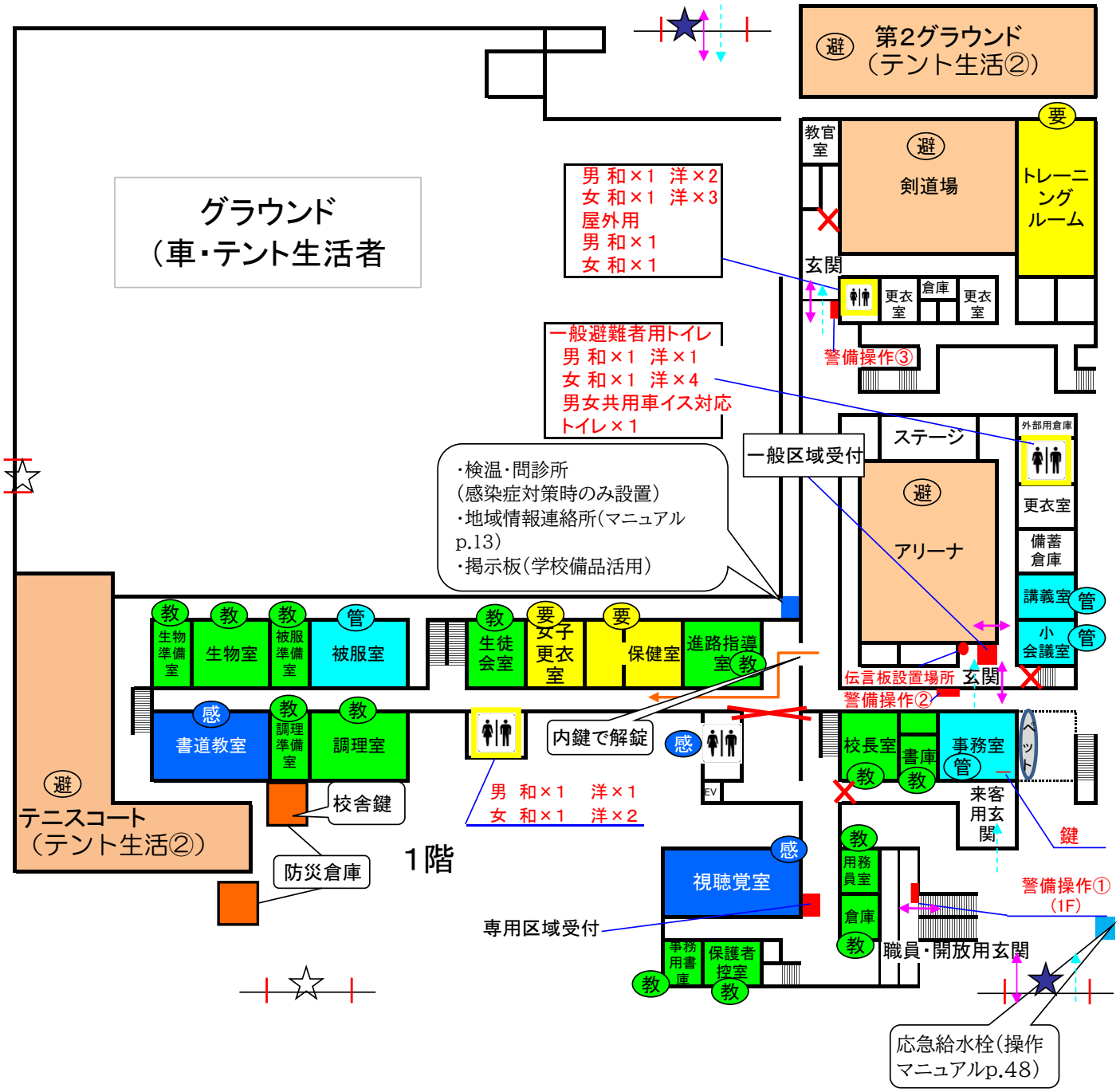
都立国分寺高校

資料ー３



都立国分寺高校

資料ー３



☆・・・通常施錠されている

★・・・通常施錠されていない

→・・・初動要員進入路

↔・・・市民避難路

✕・・・「立入禁止テープ」を貼る箇所

→・・・要配慮者保護スペースの動線

・・・要配慮者が利用するトイレ

生・・・生徒用保護スペース

教・・・教育機能維持スペース

管・・・避難所管理機能スペース

要・・・要配慮者保護スペース

避・・・一般避難者スペース

感・・・感染症等専用区域（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

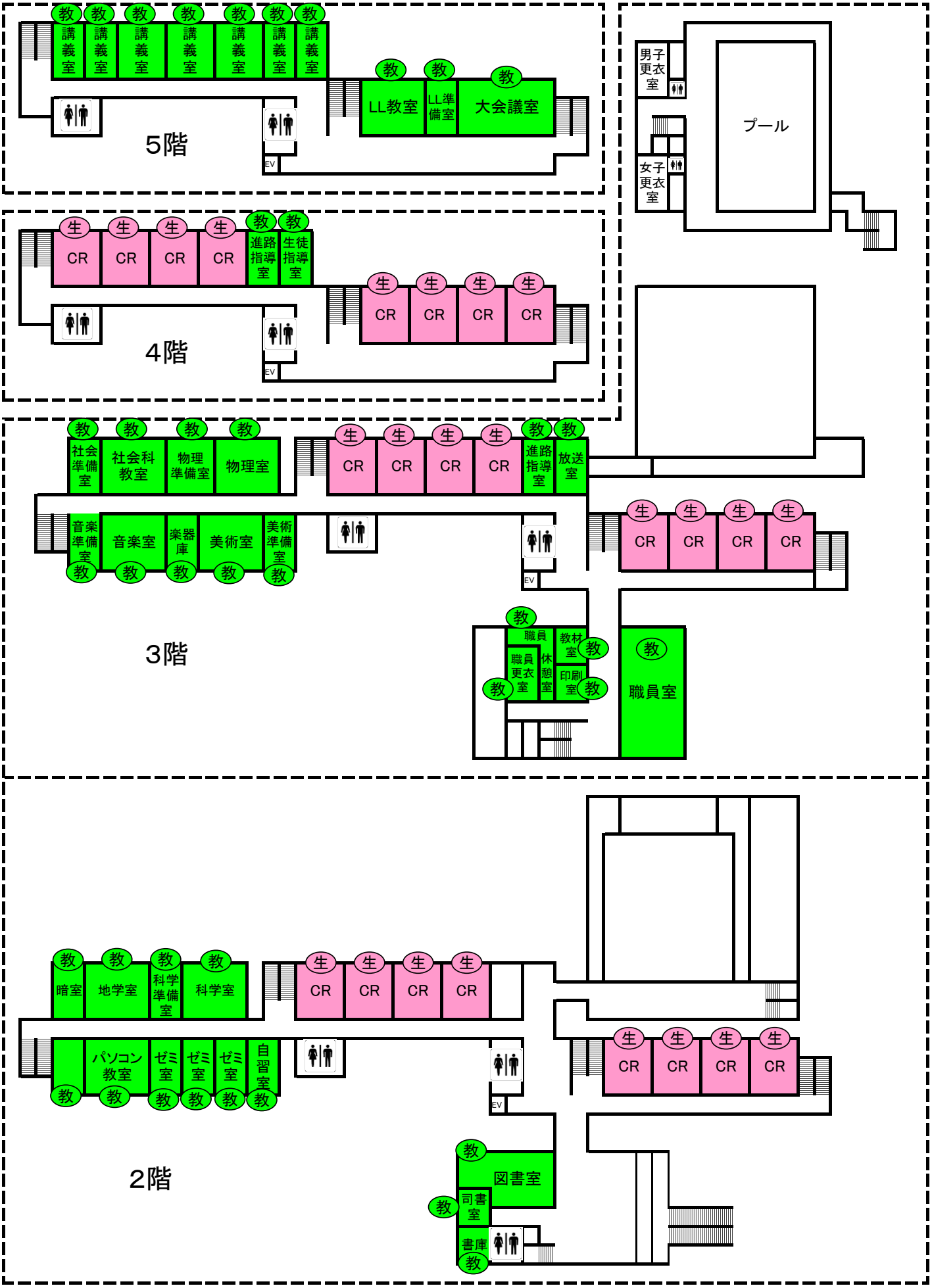
※被服室は感染症対策時のみ避難所管理機能スペースとして使用する。

※感染症対策が必要な状況下では車・テントでの避難を受け入れる。受入れ場所の順序は
①グラウンド②テニスコート・第2グラウンドの順

※警備操作①：右端の扉が開錠される。オートロックのため，進入したら左手の全ての扉を開錠すること。
警備操作②：左端の扉が開錠される。
オートロックなし。
警備操作③：左端の扉が開錠される。
オートロックなし。

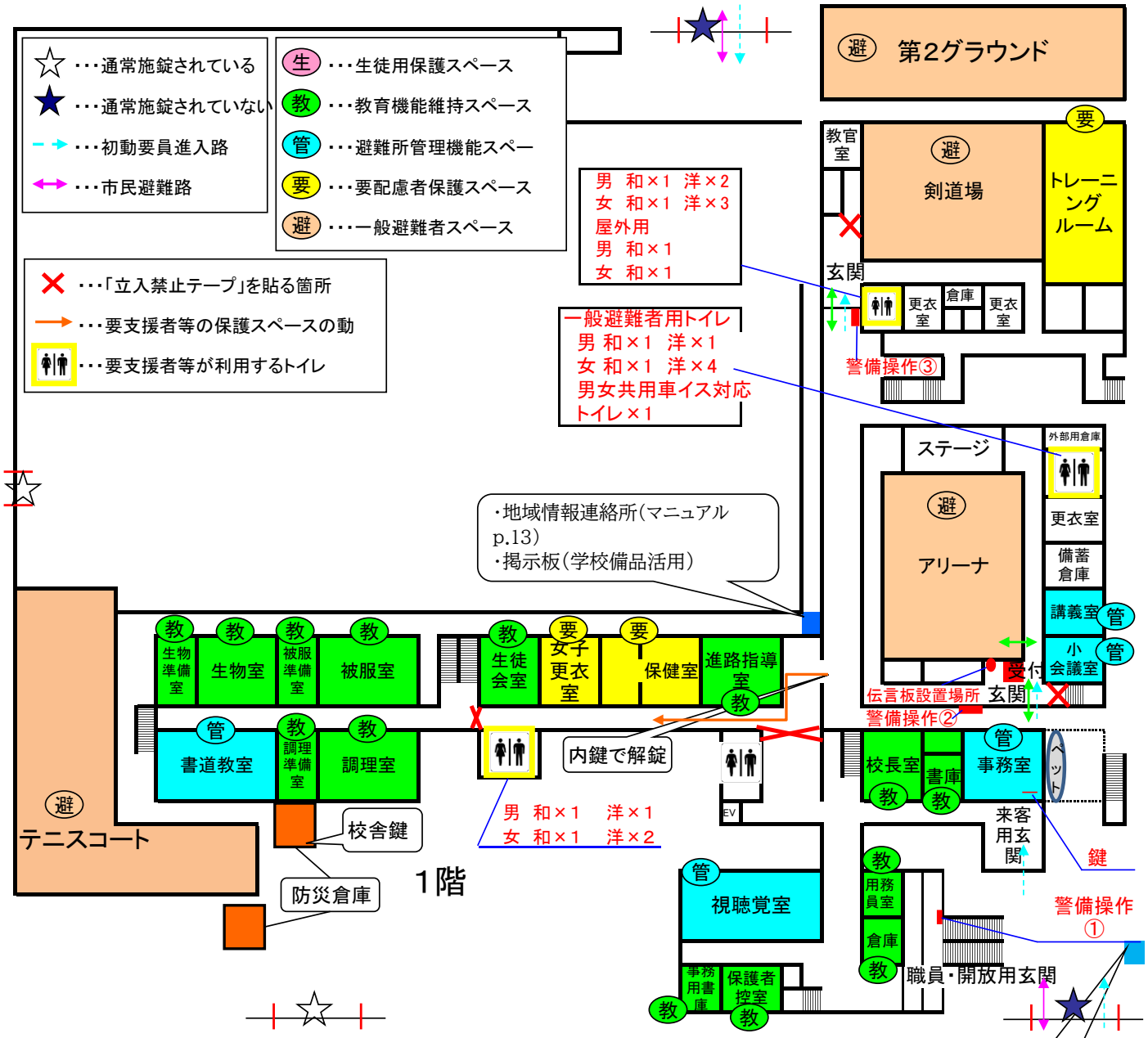
都立国分寺高校

資料ー３



都立国分寺高校

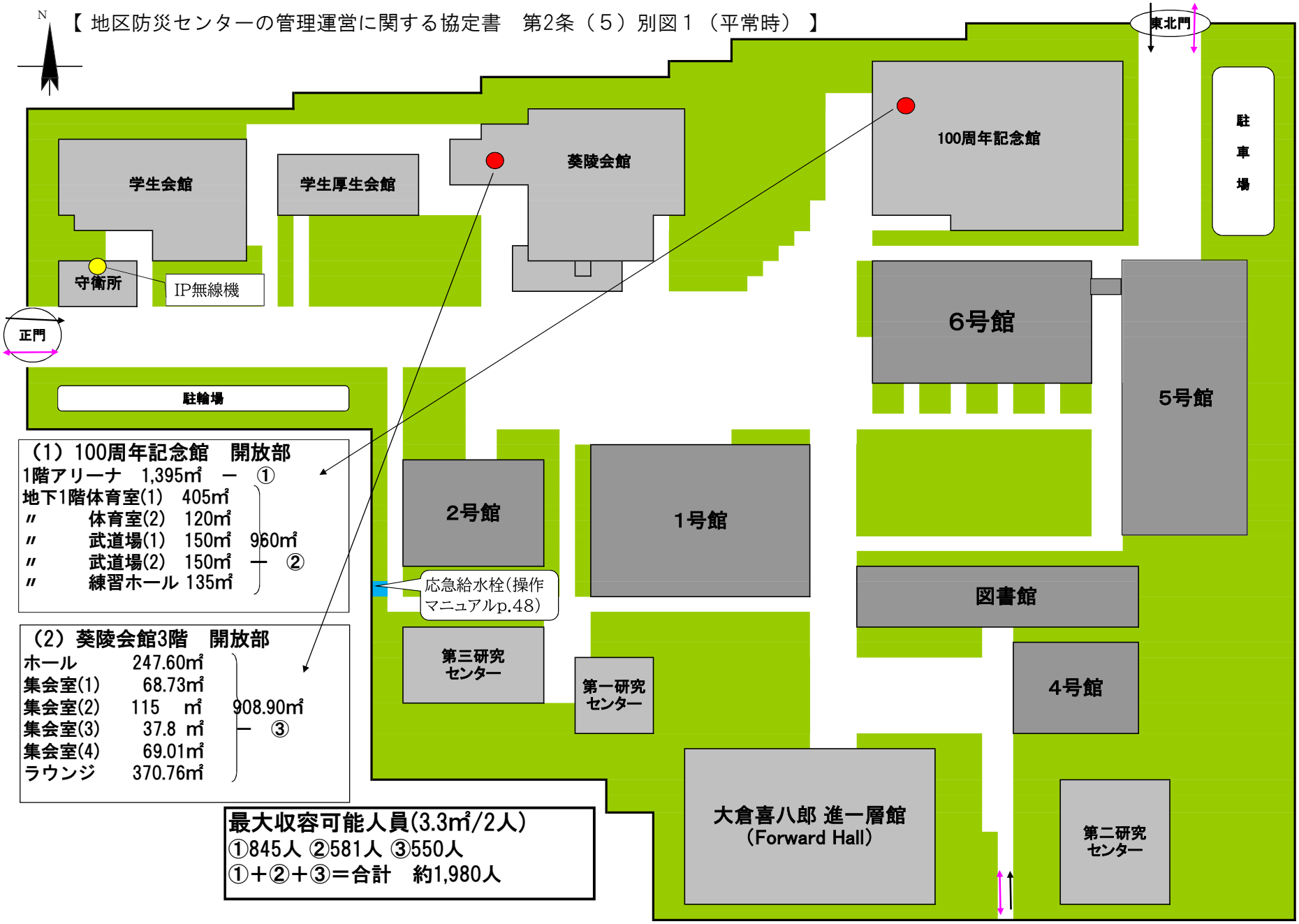
資料ー３



警備操作①:右端の扉が開錠される。オートロックのため，進入したら左手の全ての扉を開錠すること。
警備操作②:左端の扉が開錠される。オートロックなし。
警備操作③:左端の扉が開錠される。オートロックなし。

東京経済大学国分寺キャンパス　地区防災センター開設時　開放施設図

【 地区防災センターの管理運営に関する協定書　第2条（５）別図１（平常時）】



（1）100周年記念館　開放部

1階アリーナ	1,395㎡	①
地下1階体育室(1)	405㎡	
〃　体育室(2)	120㎡	
〃　武道場(1)	150㎡	960㎡
〃　武道場(2)	150㎡	②
〃　練習ホール	135㎡	

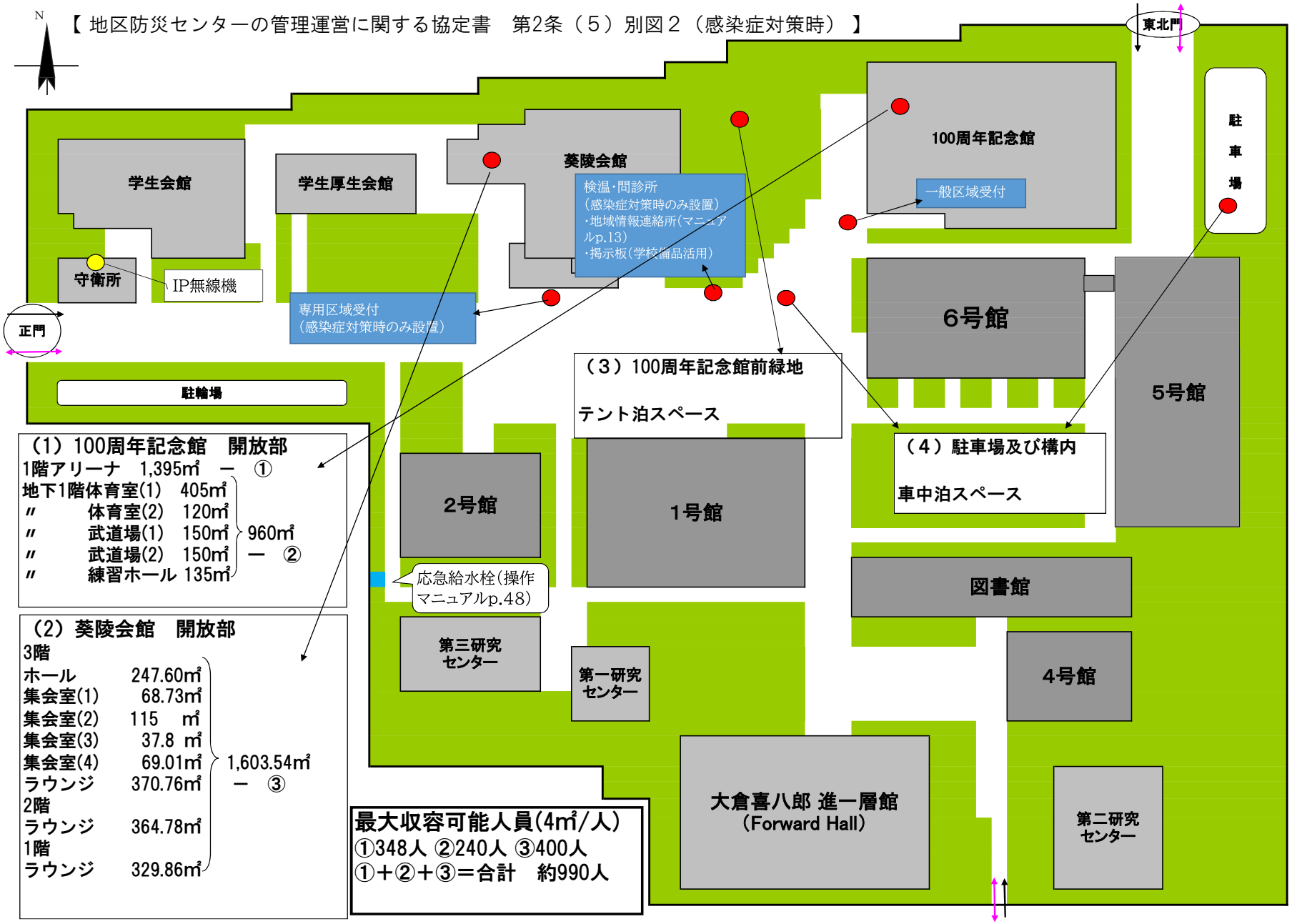
（2）葵陵会館3階　開放部

ホール	247.60㎡	
集会室(1)	68.73㎡	
集会室(2)	115　㎡	908.90㎡
集会室(3)	37.8　㎡	③
集会室(4)	69.01㎡	
ラウンジ	370.76㎡	

最大収容可能人員(3.3㎡/2人)
①845人 ②581人 ③550人
①＋②＋③＝合計　約1,980人

東京経済大学国分寺キャンパス　地区防災センター開設時　開放施設図

【 地区防災センターの管理運営に関する協定書　第2条（５）別図２（感染症対策時）】



（1）100周年記念館　開放部

1階アリーナ	1,395㎡		①
地下1階体育室(1)	405㎡	960㎡	
〃　体育室(2)	120㎡		
〃　武道場(1)	150㎡		
〃　武道場(2)	150㎡		②
〃　練習ホール	135㎡		

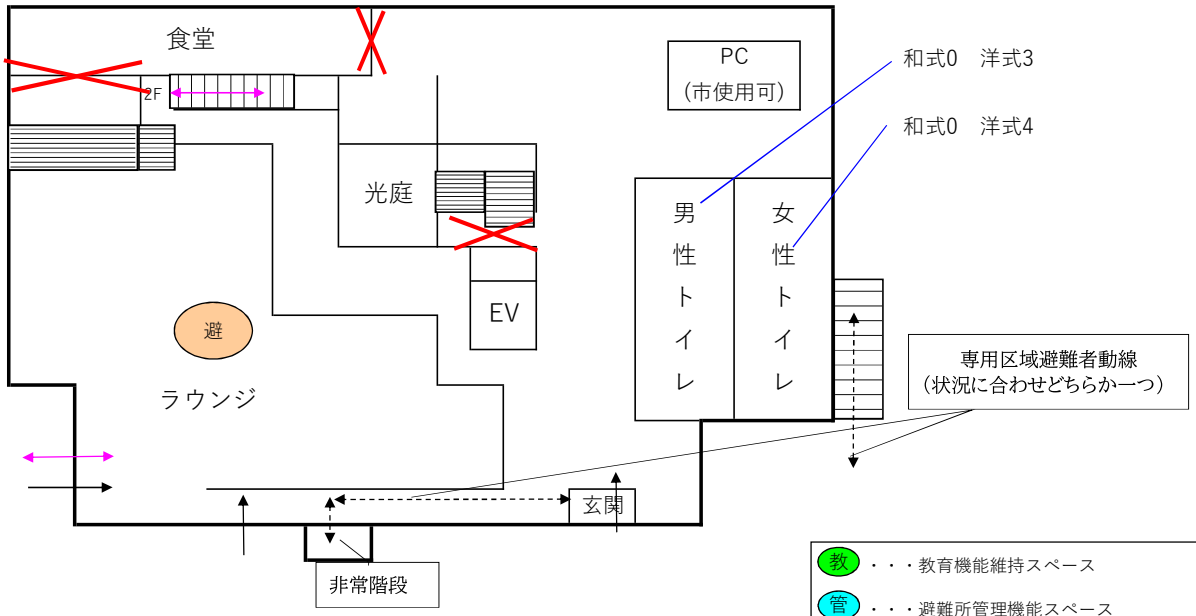
（2）葵陵会館　開放部

3階			
ホール	247.60㎡	1,603.54㎡	
集会室(1)	68.73㎡		
集会室(2)	115　㎡		
集会室(3)	37.8　㎡		
集会室(4)	69.01㎡		
ラウンジ	370.76㎡		③
2階			
ラウンジ	364.78㎡		
1階			
ラウンジ	329.86㎡		

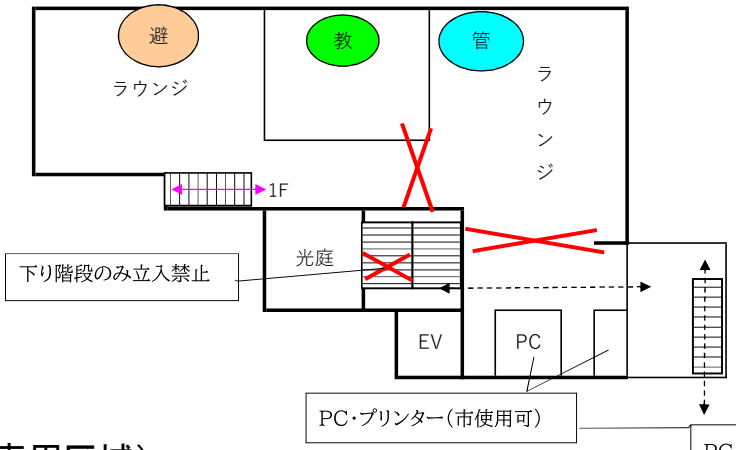
最大収容可能人員(4㎡/人)
①348人 ②240人 ③400人
①＋②＋③＝合計　約990人

東京経済大学　葵陵会館

１階



２階

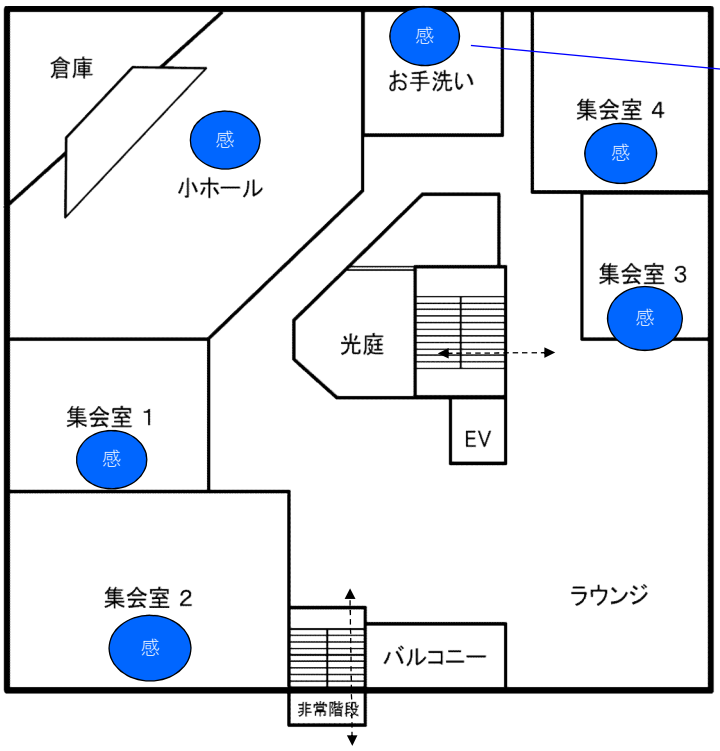


教・・・教育機能維持スペース
管・・・避難所管理機能スペース
要・・・要配慮者保護スペース
避・・・一般避難者スペース
感・・・感染症等専用区域
（感染症の流行時以外は一般避難者用スペースとして活用）

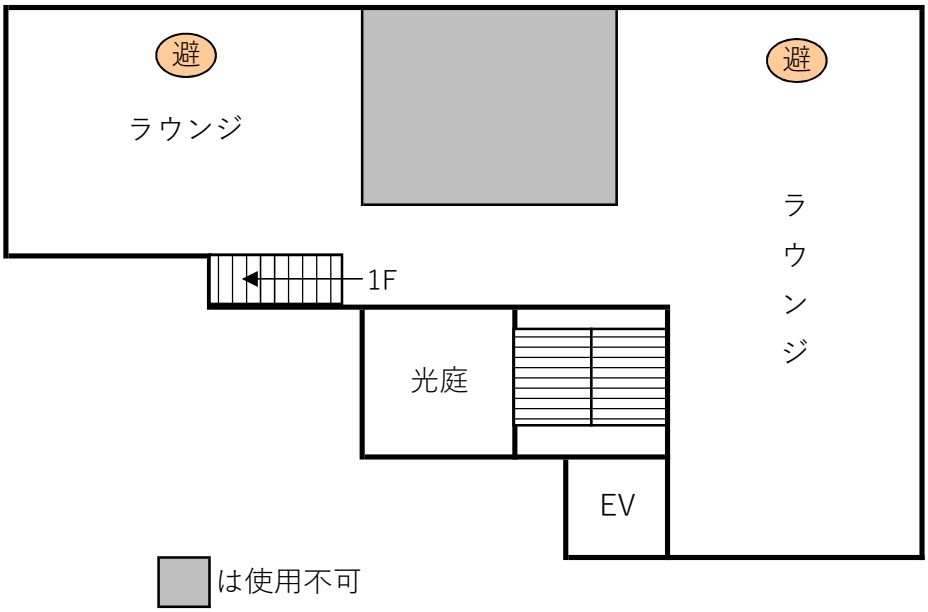
・・・「立入禁止テープ」を貼る箇所
・・・初動要員進入路
・・・市民避難路

PC
ユーザーID:bousai
パスワード:Bc8RsRNLVSK2

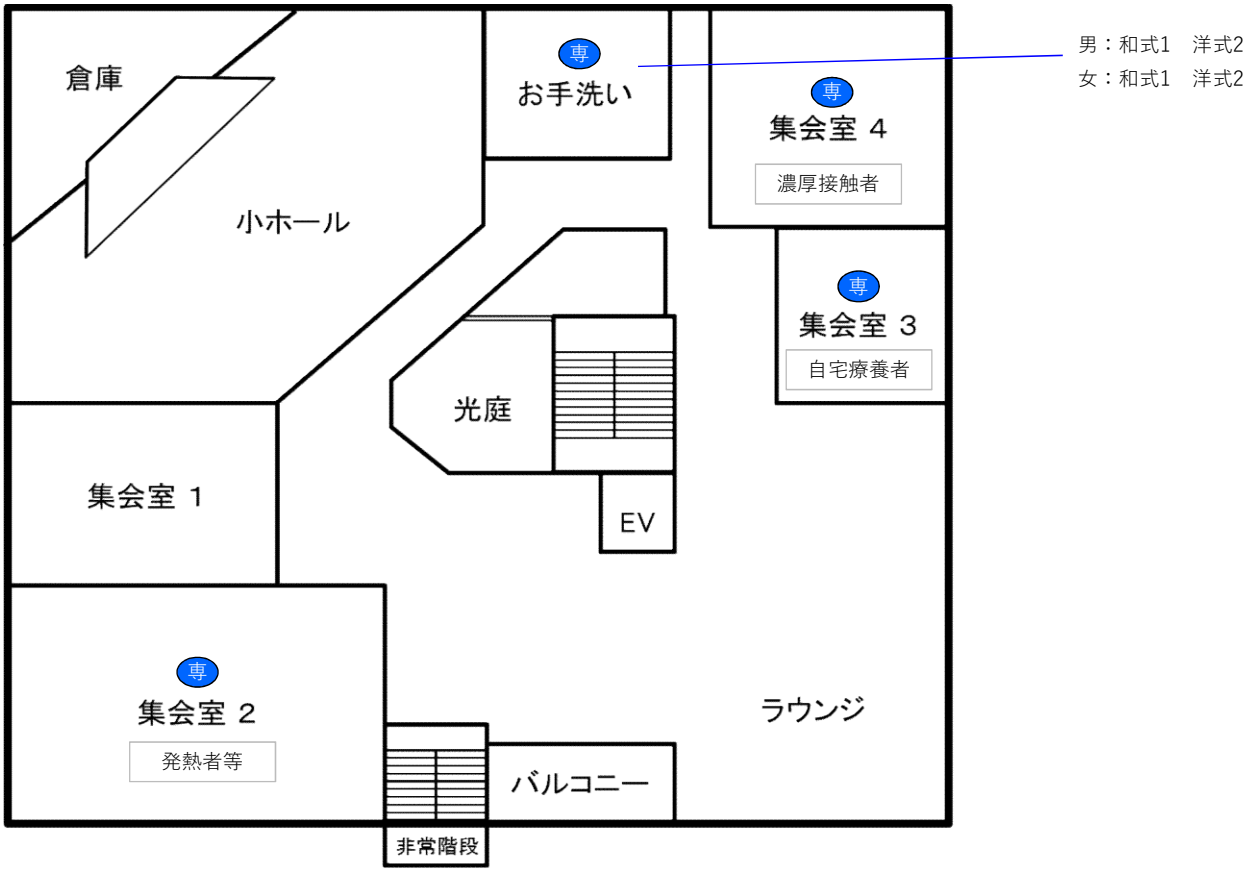
３階（専用区域）



葵陵会館2F

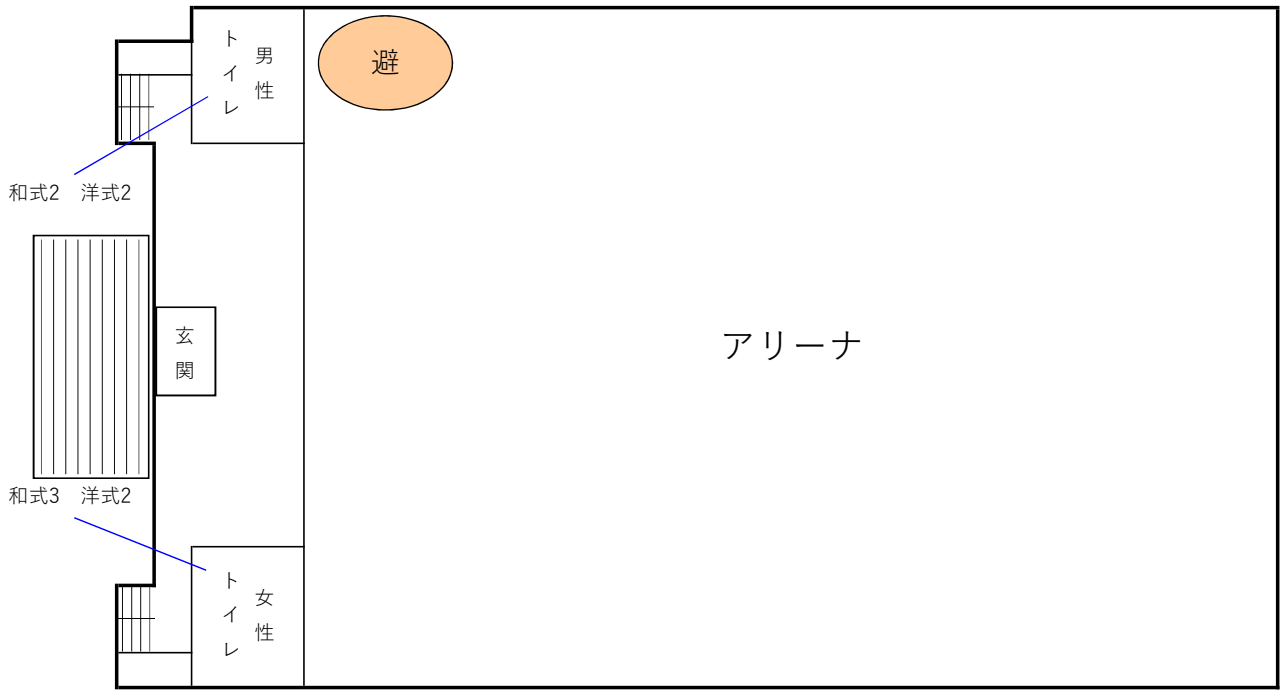


葵陵会館３Ｆ（専用区域）

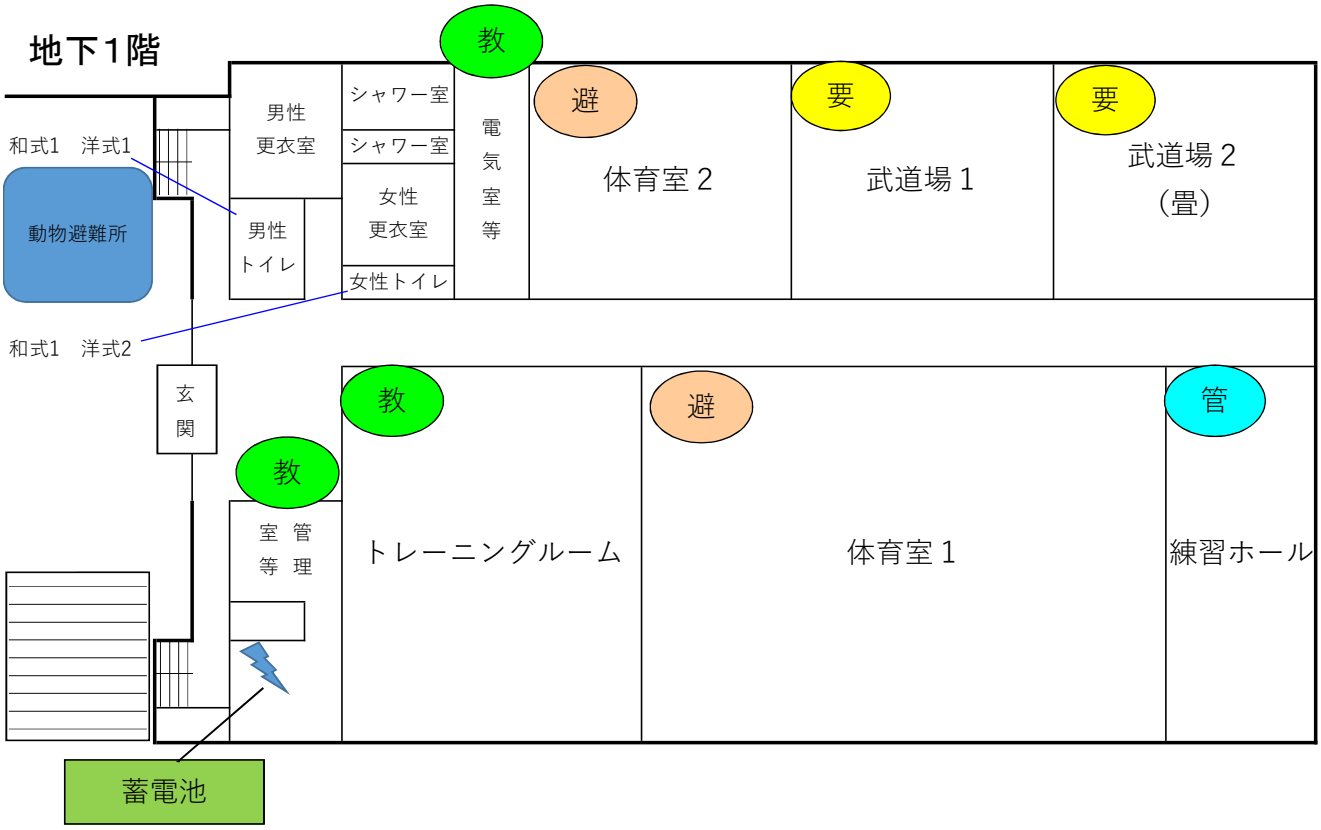

倉庫
小ホール
専
お手洗い
男：和式1　洋式2
女：和式1　洋式2
専
集会室 4
濃厚接触者
専
集会室 3
自宅療養者
光庭
EV
集会室 1
専
集会室 2
発熱者等
ラウンジ
バルコニー
非常階段

東京経済大学　100周年記念館

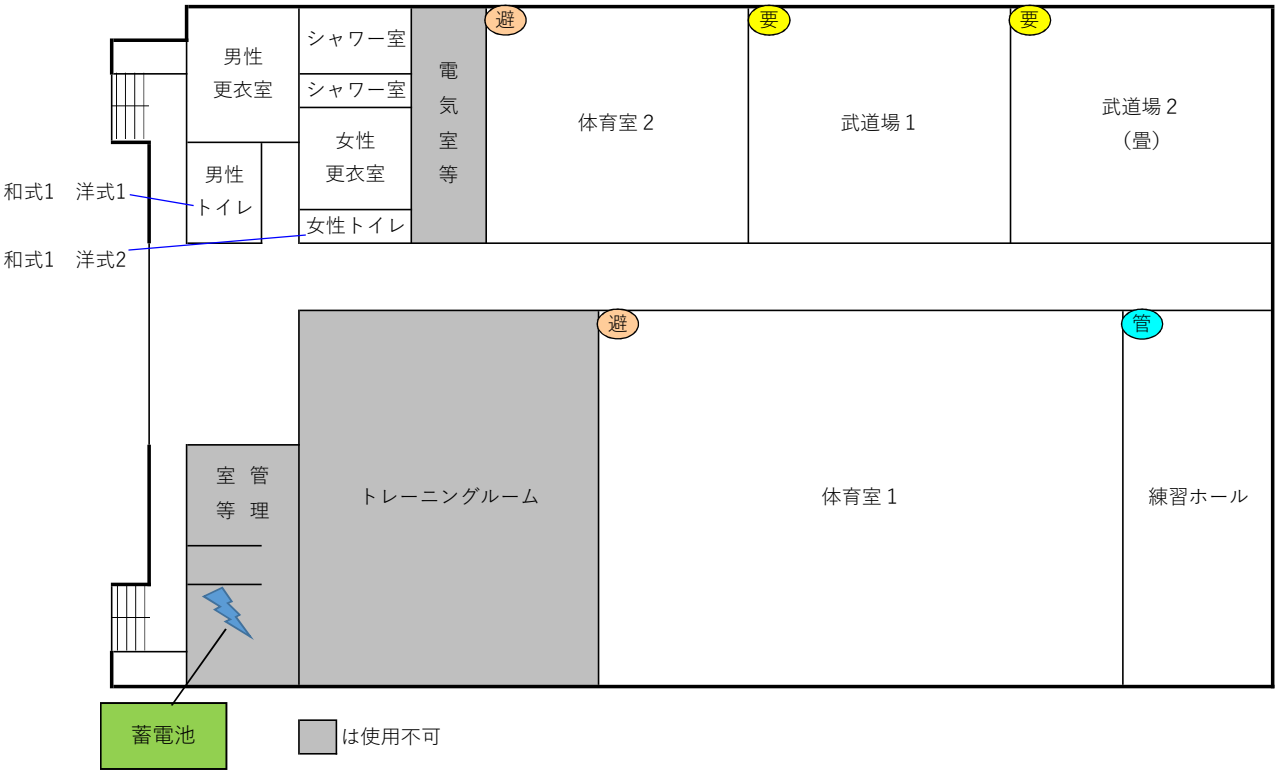
１階



地下１階



100周年記念館B1F



資料－４

○○学校地区防災センター（避難所）ルール（案）

この国分寺市立第○○学校地区防災センター（以下「防災センター」という。）におけるルールは次のとおりです。避難した方は、守るようお願いいたします。

国分寺市災害対策本部
○○学校地区防災センター運営協議会

1　この防災センターは、地域の防災拠点です。
2　この防災センターの運営に必要な事項を協議するため、市職員、学校教職員、自治会・町内会、ＰＴＡ、避難者の代表等からなる地区防災センター運営協議会（以下「運営協議会」という。）を組織します。
（1）　運営協議会は、毎日○時に定例の会議を○○室で行います。
（2）　運営協議会のもとに実務を執行する以下の担当を置き、地区協力員（地域住民の協力者）、ボランティア、避難者等で組織します。
①　情報連絡担当…連絡調整、情報の収集・提供など情報関連業務全般
②　避難誘導等担当…避難者誘導・対応など避難所管理業務全般
③　物資・要配慮者担当…物資管理業務及び要配慮者対応業務全般
3　防災センターは、電気・水道・ガス等のライフラインが復旧する頃を目途に廃止を検討します。
4　避難者は、世帯単位で受付（避難者カードの提出）する必要があります。
（1）　防災センターを転出するときは、避難誘導等担当に転出先を連絡してください。
（2）　避難者受付に当たって、以下の事項は禁止します。
①　校庭等に自動車を乗り入れ、避難すること
②　犬、猫等のペットの室内への持ち込み、放し飼い、動物避難所以外での飼育
③　他の避難者に迷惑がかかること
5　避難生活をする場所は、要配慮者に関しては指定された教室等、その他の避難者に関しては体育館及び教室です。なお、立入禁止テープが貼られている廊下、教室等については、立入ることを禁止します。
6　食料・物資は、公平に配給します。
（1）　原則として全員に配給できるまでは、配布しません。
（2）　やむを得ず数量が不足する物資を配給する場合は、幼児、児童、高齢者、障害者、その他の順に配分します。
（3）　食料・生活物資は、原則として班長に配布しますので、班長はグループ内で世帯ごとに分配してください。
（4）　配布は、毎日○時頃に、場所は○○で物資・要配慮者担当が行います。
（5）　配布する物資等の内容と数量は、その都度、館内放送や掲示を行います。
（6）　配給は、周辺の在宅の被災者にも等しく行います。
（7）　ミルク、オムツなど特別な要望は、物資・要配慮者担当に申し出てください。
7　消灯は、○時とします。
（1）　廊下・通路は点灯したままとし、体育館は最小の照度とします。
（2）　○○室等管理に必要な部屋は、防犯等のため点灯したままとします。
8　館内放送は、○時から○時までとします。
9　電話は○時から○時まで受付のみ行い、原則として取次ぎは行いません。
（1）　館内放送により呼び出しを行いますので、改めてかけ直しをお願いします。
（2）　私用電話は特設公衆電話等を利用してください。
（3）　携帯電話は、屋外等で使用してください。
10　トイレは、○時に避難者が交替で清掃を行い、その使用は掲示してある注意事項に従って使用してください。
11　地区防災センター敷地内は原則として全面禁煙です。
12　ごみは、分別して指定された場所に出してください。
13　各種関連情報は、館内放送や掲示等で連絡します。
14　避難者の皆さんは、当番等を通じて自主的に地区防災センター運営に参加してください。

資料－５

○○学校地区防災センターにおけるペットの飼育ルール（案）

避難所では、多くの人が共同生活を送っていますので、ペットの飼い主の皆さんは、次のことを守ってください。

国分寺市災害対策本部
国分寺市立第○○学校地区防災センター運営協議会

１　ペットは、指定された飼育スペースで必ずケージの中に入れてください。

２　飼育スペースやケージ等は、飼い主が常に清潔にしてください。

３　ペットに関する苦情の予防、危険の防止に努めてください。

４　給餌は時間を決めて行い、その都度きれいに片付けてください。

５　ノミの駆除等に努めてください。

６　運動やブラッシングは、必ず地区防災センター外で行ってください。

７　飼育が困難になった場合は、専門の施設等への一時預かり等を検討してください。

８　他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに運営協議会に届出てください。

○○学校地区防災センターにおけるペットの飼育ルール（案）

【避難所と　なった　学校で　ペットと　いっしょに　生活をする　ときの　決まり】

避難所は　災害＜＝台風　や　大雨、地震＞のとき　みんなが　安全に　生活する　場所です。

国分寺市には、　災害が　起きたとき、　避難所に　なる　学校が　あります。

避難所に　なった　学校を、　「(学校の名前）学校地区防災センター」と　言います。

たくさんの　人が　避難所で　生活を　します。

みんなが　気持ちよく　生活する　ために、　ペットを　飼っている＜＝いっしょに生活している＞　人は、　決まりを　守って　ください。

国分寺市　災害　対策　本部

国分寺市立　第○○学校　地区　防災　センター　運営　協議会

1　ペットの　ための　場所は　決まっています。

避難所が　決めた　場所に、ペットを　必ず　つなぎます。　または、　ケージ＜＝ペット用の　家＞の中に　入れます。ペットが　その場所から　出ないように　してください。

2　ペットを　つないでいる場所や、　ケージは、　あなたが　掃除します。　いつも　きれいに　してください。

3　避難所では　たくさんの　人が　生活します。　避難所で　生活する　人が　いやな気持ちに　ならないように、　あなたの　ペットの　世話を　してください。あなたのペットが、　避難所で　生活する　人へ　けがを　させないように　気を付けてください。

4　時間を　決めて　ペットに　食事を　させます。　食事が　終わったら、　きちんとかたづけます。　いつも　きれいに　してください。

5　ペットの　体は、いつも　きれいに　します。　のみ＜＝ペットの　体に　悪い　ことをする　虫＞が、　ペットの　体に　つかないように　してください。

6　ペットの　散歩や、　ブラッシング＜＝ペットの　毛を　きれいに　すること＞は、必ず　避難所に　なっている　学校の　外で　してください。

7　ペットの　世話が　できなくなった　ときは、　ペットを　別の　施設に　預けることを　考えてください。　避難所運営スタッフに　相談して　ください。

8　避難所で　生活している　人たちと、　ペットのことで　問題が　起きた　ときは、すぐに　避難所運営スタッフに　言ってください。

分からないことが　あったときは、避難所運営スタッフへ　相談してください。

Document－5

Rules to Follow when Staying at the ○○School District Disaster Prevention Center (Evacuation Center) with Your Pet　(Draft)

Kokubunji City Disaster Management Headquarters
Kokubunji City Dai-○○School Area Disaster Prevention Center Management Committee

1. Keep your pet on a leash, at all times, in the designated pet area or keep it inside a cage.

2. The pet owner is responsible for keeping the pet area, cage, and other such areas clean.

3. As a pet owner, you are responsible for taking care of and controlling your pet. In order to avoid any pet-related problems or complaints, please make sure your pet does not cause any trouble, disturb, or display any aggressive behavior towards other evacuees staying at the evacuation center.

4. Try to feed your pet at a fixed time, and always clean up after feeding them.

5. Keep your pet free of parasites, such as fleas or ticks.

6. Walking or brushing your pet must be done outside of the evacuation center property. The property includes the entire school grounds.

7. If it is difficult for you to keep your pet by your side at the evacuation center, please consider taking your pet to a specialized facility (e.g.: a pet hotel, a kennel) for a temporary stay.

8. If any trouble occurs with other evacuees at the center, please report it to the management committee immediately.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

○○学校地区防灾中心饲养宠物的规则　（草案）

避难所是大家共同生活的场所，请各位宠物的主人遵守下列规则。

国分寺市灾害对策总部
国分寺市第○○学校地区防灾中心运营协会

1. 宠物一定要拴系在指定的饲养场所，或放在笼子里。

2. 请宠物的主人时常保持饲养场所或笼子内的清洁。

3. 请注意避免有关宠物的投诉，预防危险。

4. 请每次定时喂食后，收拾干净。

5. 请尽力驱除跳蚤等。

6 必须在防灾中心的外面遛狗或刷狗。

7. 如果不能再照顾宠物了，请考虑到专门设施等暂时寄养。

8. 与其他避难者发生纠纷时，请立刻与运营协会联系。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

資料－６

物品整理表

分類	小分類	物品内容
食料品	食料品	米，α米，カンパン類，パックご飯，おにぎり，カップ麺，レトルトカレー，パン，お菓子，野菜，肉，果物　等
	調味料	塩，味噌，醤油，砂糖，だしの素，酢，油　等
	飲料品	水，ジュース，お茶　等
赤ちゃん・子ども	食料品	粉ミルク(新生児用・乳児用)，ほ乳瓶，離乳食　等
	おむつ	紙おむつ(Ｓ・Ｍ・Ｌ・ビッグ)
	服	乳児用肌着・服　等
	その他	絵本・おもちゃ　等
生活・衛生用品	生活用品	歯ブラシ，歯磨き粉，ひげそり，石けん，ボディソープ，シャンプー，ドライシャンプー，洗面器，タオル，バスタオル，洗濯用洗剤，ハンガー，洗濯ひも，ティッシュペーパー，ウエットティッシュ，マスク，ゴム手袋，ハイター，うがい薬，消毒用アルコール，ゴミ袋，ほうき，ちりとり，ポリタンク，軍手　等
	衛生用品	生理用品，大人用おむつ，簡易トイレ，トイレットペーパー　等
調理用品		カセットコンロ，なべ，やかん，皿，おわん，紙コップ，はし，ラップ，アルミホイル，食器用洗剤　等
燃料・電気	燃料	灯油，給油ポンプ，プロパンガス，カセットボンベ　等
	電気	乾電池，発電機，延長コード，ラジオ　等
照明・暖房・冷房	照明	ろうそく，ライト，懐中電灯　等
	冷暖房	カイロ，ストーブ，チャッカマン，毛布，扇風機　等
衣類等	下着	下着（男上下・女上下・男子上下・女子上下）等
	衣類・靴	靴下，上着，ズボン，防寒着，長靴　等

資料－７

避難者意向調査用紙（案）

１　氏名、年齢、住所、家族構成

世帯主 氏　名		住 所	

	ふりがな 氏　　名	性 別	年 齢	避難行動要支援者 登録の有無等	そ　の　他 特　記　事　項
家族構成					

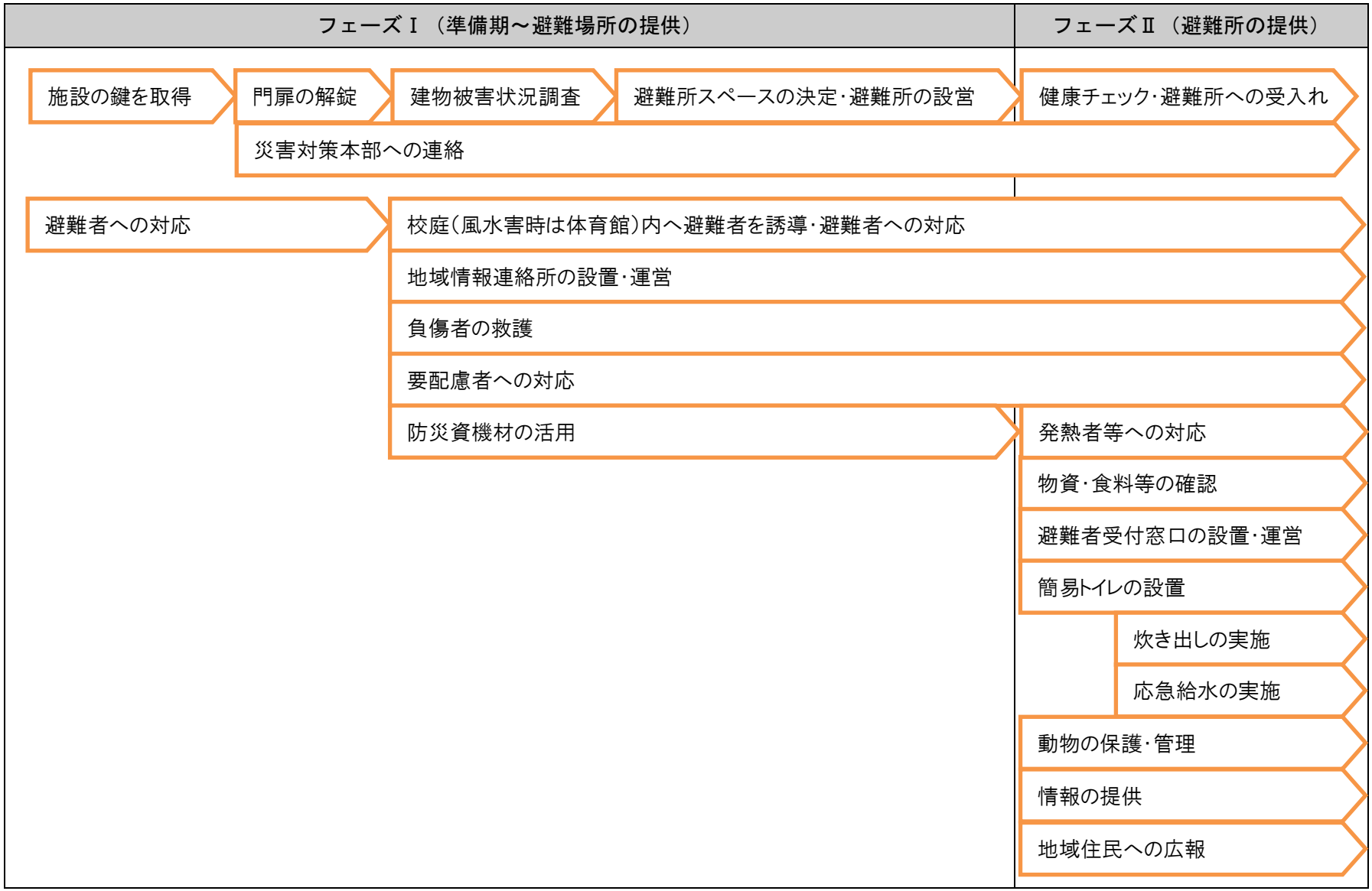
２　住居の見通し

□　住居の修理・建替え（完了予定	年	月	日）	
□　公営住宅等への入居（入居予定	年	月	日）	
□　親族等との同居　　（同居予定	年	月	日）	
□　その他（			）	

３　応急仮設住宅への入居希望　（　有　・　無　）

４　今後の生活の見通しや希望

初動期（参集決定から概ね 24 時間以内）の活動



避難所の収容可能人数

平成 24 年７月１日現在

学校名	体育館（概算）	収容人数（3.3 ㎡に２人）	教室等合計（概算）	収容人数（3.3 ㎡に２人）	合計（人）
１小	405 ㎡	245	1,273 ㎡	772	1,017
２小	493 ㎡	299	1,576 ㎡	955	1,254
３小	432 ㎡	262	1,436 ㎡	870	1,132
４小	504 ㎡	305	1,834 ㎡	1,112	1,417
５小	405 ㎡	245	1,406 ㎡	852	1,097
６小	423 ㎡	256	1,168 ㎡	708	964
７小	420 ㎡	255	1,165 ㎡	706	961
８小	411 ㎡	249	976 ㎡	592	841
９小	388 ㎡	235	1,009 ㎡	612	847
10 小	423 ㎡	256	825 ㎡	500	756
１中	741 ㎡	449	1,080 ㎡	655	1,104
２中	697 ㎡	422	1,129 ㎡	684	1,106
３中	600 ㎡	364	1,079 ㎡	654	1,018
４中	741 ㎡	449	954 ㎡	578	1,027
５中	720 ㎡	436	915 ㎡	555	991
国分寺高校	832 ㎡	504	480 ㎡（※１）	291	795
東経大	2,355 ㎡（※２）	1,427	908 ㎡（※３）	550	1,977
	小計	6,658	小計	11,646	18,304

※１：格技棟（剣道場及び柔道場）

※２：100 周年記念館

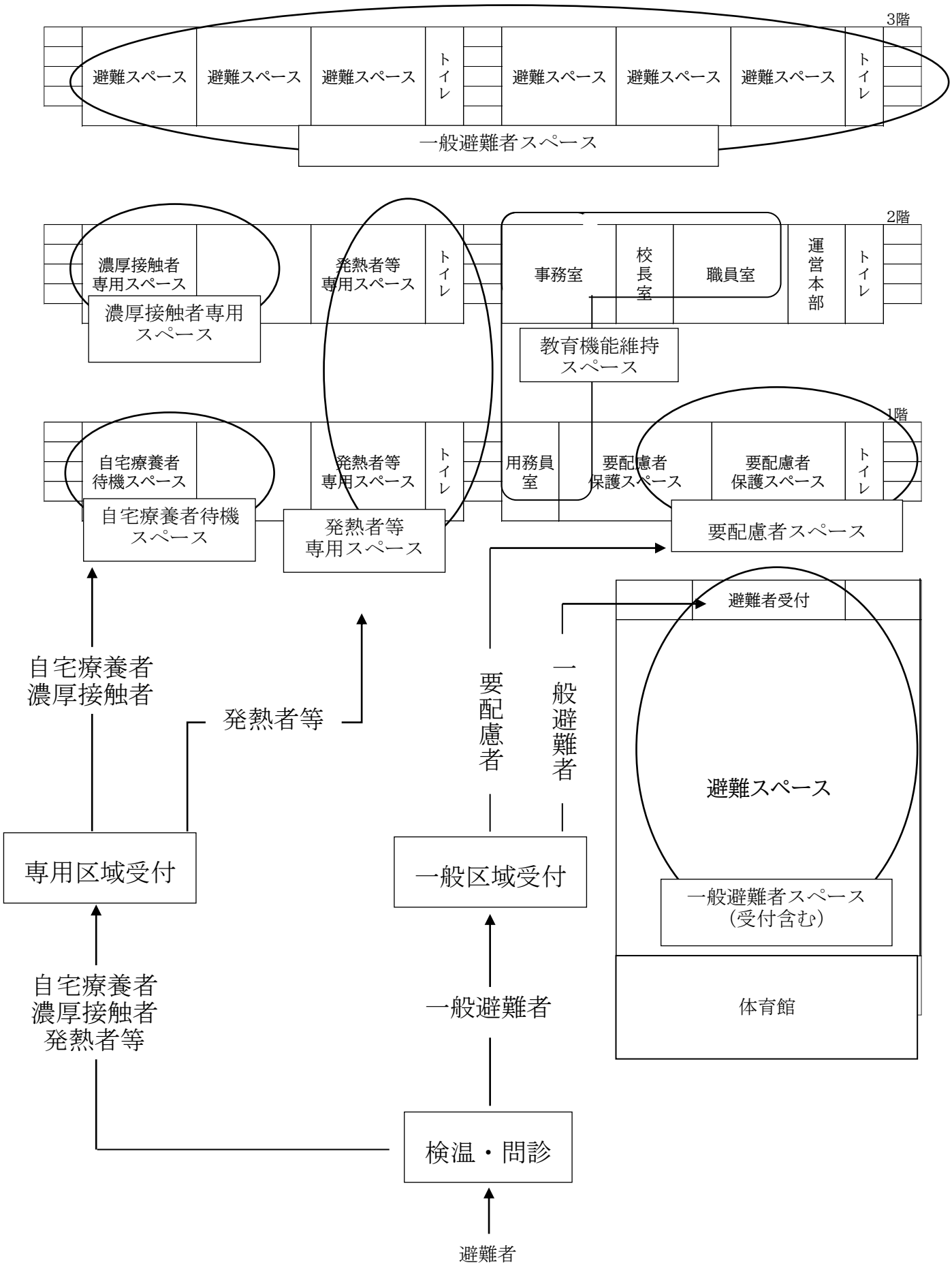
※３：葵陵会館３階

災害時に活用できる施設備品類一覧

品名	有無	置いてある場所	数量	単位	備考
コピー機	有			台	
印刷機	有			台	
イントラネット接続パソコン	有			台	
IP 無線機	有			台	
災害対策用PHS	有			台	
FAX	有			台	
移動式大型テレビ	有			台	
その他テレビ	有			台	
ポータブルアンプ（ワイヤレス or有線マイク付）	有			台	
拡声器（トランジスタメガホン）	有			台	
移動式ホワイトボード（大型）	有			台	
移動式ホワイトボード（案内板サイズ）	有			台	
コードリール	有			台	
投光器	有			基	
リヤカー	有			台	
ネコ（一輪車）	有			台	
台車	有			台	
作品展示用パネル	有			枚	
運動用マット	有			枚	
洗濯機	有			台	
洗濯ばさみ	不明			個	
洗濯ロープ	不明			本	
生徒用給食食器	有			セット	
その他食器類（皿，箸等）	有			セット	
やかん（大）	無			個	
大鍋	無			個	
ラインカー・石灰	有			台	
ガムテープ	有				
養生テープ	有				
セロテープ	有				
はさみ・カッター	有				
マジックペン	有				
画びょう	有				

品名	有無	置いてある場所	数量	単位	備考
扇風機	有			台	
脚立	有			台	
長テーブル	有				
保温ポット	有			台	
カセットコンロ・カセットボンベ	有				
灯油	有			個	
懐中電灯	有			個	
バール	有			本	
スコップ	有			本	
ハンマー	有			本	
バケツ	有			個	
自転車	有			台	
卓球台	有			台	
布団	有			組	
ベッド	有			台	
車いす	有			台	
担架	有			台	

ゾーニングを中心とした避難所のレイアウトイメージ（例）



資料―12

感染症対策版避難所受入れ可能人数

○地区防災センター（屋内）

施設名	体育館（㎡）	受入人数（４㎡に１人）	教室等合計（㎡）	受入人数（４㎡に１人）	合計（人）
一小	405㎡	101人	1,273㎡	318人	419人
二小	493㎡	123人	1,576㎡	394人	517人
三小	432㎡	108人	1,436㎡	359人	467人
四小	504㎡	126人	1,834㎡	458人	584人
五小	405㎡	101人	1,406㎡	351人	452人
六小	423㎡	105人	1,168㎡	292人	397人
七小	420㎡	105人	1,165㎡	291人	396人
八小	411㎡	102人	976㎡	244人	346人
九小	388㎡	97人	1,009㎡	252人	349人
十小	423㎡	105人	825㎡	206人	311人
一中	741㎡	185人	1,080㎡	270人	455人
二中	697㎡	174人	1,129㎡	282人	456人
三中	600㎡	150人	1,079㎡	269人	419人
四中	741㎡	185人	954㎡	238人	423人
五中	720㎡	180人	915㎡	228人	408人
国分寺高校	832㎡	208人	480㎡（※１）	120人	328人
東経大	2,355㎡（※２）	588人	908㎡（※３）	227人	815人
合計	10,990㎡	2,743人	19,213㎡	4,799人	7,542人

※１：格技棟（剣道場及び柔道場）　（全校の設営比率が4小1Fと同等の場合は3074人）　（5817人）
※２：100周年記念館
※３：葵陵会館３階

○地区防災センター（屋外）

学校名	運動場面積	使用可能面積	テント（4×4m）	車中泊（6×8m）
一小	6,880㎡	4,587㎡	287組	96組
二小	8,266㎡	5,511㎡	344組	115組
三小	3,950㎡	2,633㎡	165組	55組
四小	4,957㎡	3,305㎡	207組	69組
五小	6,825㎡	4,550㎡	284組	95組
六小	5,483㎡	3,655㎡	228組	76組
七小	6,207㎡	4,138㎡	259組	86組
八小	5,481㎡	3,654㎡	228組	76組
九小	4,555㎡	3,037㎡	190組	63組
十小	7,198㎡	4,799㎡	300組	100組
一中	7,334㎡	4,889㎡	306組	102組
二中	7,254㎡	4,836㎡	302組	101組
三中	8,641㎡	5,761㎡	360組	120組
四中	5,877㎡	3,918㎡	245組	82組
五中	7,019㎡	4,679㎡	292組	97組
国分寺高校	2,486㎡	1,657㎡	104組	35組
東経大	該当箇所なし	該当箇所なし	該当箇所なし	該当箇所なし
合計	98,413㎡	65,609㎡	4,101組	1,367組

○二次避難所

施設名	延床面積（㎡）	受入人数（４㎡に１人）
西町プラザ	362㎡	90人
内藤地域センター	144㎡	36人
北町地域センター	69㎡	17人
北の原地域センター	83㎡	20人
本町・南町地域センター	126㎡	31人
もとまちプラザ	326㎡	81人
福祉センター・生きがいセンターとくら	150㎡	37人
室内プール・生きがいセンターこいがくぼ	150㎡	37人
さわやかプラザもとまち	1,318㎡	329人
障害者センター	2,359㎡	589人
いきいきセンター	147㎡	36人
恋ヶ窪公民館・図書館	176㎡	44人
光公民館・図書館	445㎡	111人
もとまち公民館・図書館	383㎡	95人
本多公民館・図書館	1,279㎡	319人
並木公民館・図書館	390㎡	97人
いずみホール	1,708㎡	427人
ひかりプラザ	161㎡（※４）	40人
こくぶんじ保育園	887㎡	221人
ひかり保育園	1,285㎡	321人
恋ヶ窪保育園	1,185㎡	296人
合計	13,133㎡	3,274人

※４：203・204会議室

（厚生労働省資料より作成）

エコノミークラス症候群の予防のために

○エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で，車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと，血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。その結果，血の固まり（血栓）が血管の中を流れ，肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

○予防のために心掛けると良いこと

予防のためには，

①ときどき，軽い体操やストレッチ運動を行う。

②十分にこまめに水分を取る

③アルコールを控える。できれば禁煙する

④ゆったりとした服装をし，ベルトをきつく締めない

⑤かかとの上げ下ろし運動をしたりふくらはぎを軽くもんだりする

⑥眠るときは足をあげる

などを行いましょう。

○予防のための足の運動

（厚生労働省資料より作成）

エコノミークラス症候群の病気にならないために

○「エコノミー クラス 症候群」という 病気:

「エコノミー クラス 症候群」の「エコノミー クラス」は、飛行機の せまい 座席のことです。車などの せまい 座席に 長い 時間 すわって、足や 体を 動かすことを しないと、「エコノミー クラス 症候群」の 病気に なることが あります。特に、食べ物を あまり 食べていない、水を あまり 飲んでいないときに、この 病気に なることが あります。

血の 流れが 悪く なって、血管＜＝血が 流れるところ＞の 中に 血の かたまりが できる 病気です。死ぬことが ある 病気です。

○「エコノミー クラス 症候群」の 病気に ならないために すること:

「エコノミー クラス 症候群」の 病気に ならないために、次のことをしてください。

① ときどき、軽い 運動をします。足や 体を 動かします。

② 何度も、水を 少しずつ 飲みます。

③ できるだけ、酒は 飲みません。たばこは 吸いません。

④ 服は、動き やすい、ものを 着ます。ベルトは きつく 締めません。

⑤ 足の 血の 流れが 良く なるように、かかとを 上げる・下げる 運動を します。ふくらはぎを 軽く もみます。

⑥ 眠るときは 足の 先の方を 少し 高く して 寝ます。

○「エコノミー クラス 症候群」の 病気に ならないための 足の 運動

① 足の 指を、下に 曲げます。

② 足の 指と 指のあいだを、開きます。

③ 足の 指の 先だけを、床に つけて、かかとを 上げたり、下げたりします。

④ かかとを 床に つけたまま、足の 指を 上に 上げます。

⑤ 足の 指の 先で 大きな円を かくように、足を 回します。この時、ひざが 動かないように、ひざを 両手で おさえます。

⑥ ふくらはぎを 軽く もみます。

分からないことがあったときは、避難所運営スタッフへ　相談してください。

(Created from Ministry of Health, Labor and Welfare materials)

How to Prevent Economy Class Syndrome

○What is economy class syndrome?

When you sit in the same position for a long time, such as in a car or on an airplane, without moving your legs and not taking enough food or liquids, this can cause poor blood circulation which may lead to the formation of a blood clot. If the blood clot enters your bloodstream, there is a possibility it may trigger a pulmonary embolism.
A pulmonary embolism is a serious health condition and can be life-threatening.

○Tips for prevention

Suggestions to help prevent economy class syndrome:

① Do some light exercise or stretch occasionally.

② Frequently take enough water.

③ Avoid drinking alcohol. If possible, avoid smoking as well.

④ Wear loose-fitting clothing. Don't fasten your belt too tight (around your waist).

⑤ Do a heel up and down exercise or massage your lower legs softly.

⑥ When sleeping, place your legs in a higher position.

○Leg exercise for prevention

① Curl your toes.

② Spread your toes.

③ Move your heel up and down.

④ Raise your feet while keeping your heels on the ground.

⑤ Bring your knees up high to your stomach and move your feet in circles.

⑥ Massage your lower legs.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

資料－13

（基于厚生劳动省资料作成）

为了预防经济舱综合症

○什么是经济舱综合症

在没有摄取充分的食物和水分的状态下腿脚不动而且长时间地坐在窄小的车座上等，就会易引起血液循环不良，血液凝固，形成血块。血块（血栓）在血管中流动，造成肺阻塞，有导致成肺栓塞等危险。

○注意以下事项有助于进行预防

预防事项

① 时常做些轻度的运动和伸展体操

② 频繁地摄取充分的水分

③ 节制饮酒，尽可能戒烟

④ 穿宽松的衣服，不要把皮带系的过紧。

⑤ 做抬起和放下脚跟的运动，揉一揉腿肚子

⑥ 睡觉时，抬起脚来等

○做预防腿脚运动

①缩脚趾

②开脚趾

③抬起和放下脚跟

④抬起脚趾

⑤用两手揽膝盖，放松双腿，转动脚腕子

⑥揉一揉腿肚子

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

避難者問診票

以下の項目を確認して，
あてはまる項目を指してください。

□　陽性者で自宅療養中ですか？

□　濃厚接触者で健康観察中ですか？

（咳・発熱等）

□　37.5℃以上の発熱がありますか？

□　息苦しさはありますか？

□　味やにおいを感じられない状態ですか？

□　咳がありますか？　※ぜんそくの方は除きます。

□　倦怠感がありますか？

□　その他（頭痛，下痢，結膜炎等の症状）

上記で１つでも該当する方は，専用スペースへ

□　上記に該当する症状等はありません

避難者問診票

資料—14

【あなたの 体の 調子を 聞く 紙】

次の１から９を 読んで、 あなたが [はい]と 答えるものを 教えてください。

1 あなたは、 新しい コロナ ウイルスの 病気に なっていますか？ 家から 外に 出ないように して、 病気が 良く なるのを 待つように、 保健所などから 言われましたか？

2 あなたの 家族や 友だち で、 新しい コロナ ウイルスの 病気に なった 人は いますか？ 保健所などから、 あなたも 新しい コロナ ウイルス の 病気かも しれないので、 家から 外に 出ないように 言われていますか？

3 体温＜＝体の 熱＞は、 37.5度以上ですか？

4 息が 苦しいことが ありますか？

5 食べ物の におい、 味が、 わからないですか？

6 せきが 出ますか？ せきが 何度も 出ますか？ （※「ぜんそく＜＝新しい コロナ ウイルスの 病気でなく、 せきが 出る 病気＞」の人は、除きます＜＝「いいえ」です＞。）

7 体が とても だるいですか？

8 他に、 体の 調子が 悪いところ はありますか？
頭が痛い、 下痢＜＝何度も トイレに 行って、 水のような 便(うんち)が 出る＞、結膜炎＜＝ 目が 痛い・ 目から 涙が たくさん 出る・ 目が 赤く なっている＞ などは ありますか？

→１から８で、 1つでも [はい]が ある 人は、 避難所の 「専用スペース」に 入ります。

…………………………………………………………………………………

9 １から８は、 全部 [いいえ]です。

分からないことがあったときは、避難所運営スタッフへ 相談してください。

Evacuee Medical Questionnaire

Please check the following items and
tick the box if any of these apply to you.

☐ I have been tested positive for COIVD-19 and I am self- isolating at home while receiving treatment from medical staff.

☐ Are there any members of your family or any friends etc. that have been diagnosed with COVID-19? Or have you been contacted and told by the public health center to remain at home and self-isolate?

☐ A fever over 37.5℃
☐ Shortness of breath or breathing difficulties
☐ Loss of taste or smell
☐ A Cough (excluding asthma)
☐ A feeling of extreme tiredness/fatigue

☐ Other symptoms:(headache, diarrhea, conjunctivitis etc.)

If you ticked one of the above items, please go to the designated zone.

☐ I have none of these symptoms.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

避难人员问诊票

请确认下列项目，在相符的项目□上打勾。

□　阳性者，正在居家疗养吗？

□　密切接触者，正在健康状态观察中吗？
（咳嗽・发烧等）

□　发烧 37.5 度以上吗？

□　有呼吸困难吗？

□　嗅觉或味觉迟钝吗？

□　有咳嗽吗？　※除了哮喘患者以外

□　有倦怠感吗？

□　有其他症状吗？（头痛，腹泻，结膜炎等）

上述症状中只要有一项相符，就要请进专用居住空间

□没有上列等症状

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

感染を広げないための避難所のルール

感染症対策にご協力をお願いします。

１　物資には限りがあります。入所するときは，食料，飲料等の他，マスク，消毒液，体温計も可能な限り持参してください。

２　毎朝検温の上で「健康管理チェックリスト」に体温などを記入してください。

３　37.5 度以上の熱がある，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，それ以外にも咳や嘔吐，下痢が続くなど，感染症が疑われる場合には速やかに申し出てください。

４　食事の前，トイレの後は手を洗い，消毒液で消毒しましょう。

５　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，手袋及びマスクを着用しましょう。

６　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。

７　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。

８　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。

９　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。

10　ほかの人に飛沫が飛ばないように，他の避難者とは２メートルほど離れるか，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。

11　避難所から退所するときは，居住していたスペースの掃除をしてください。その際，床や壁は消毒液などを使用して消毒もしてください。ごみは袋に入れて封をしてから所定の位置に捨ててください。

12　関係者以外は感染症対策の専用区域には立ち入らないでください。

感染を　広げないための　避難所の　決まり

【感染＜＝人から　人に　ウイルスの　病気が　うつること＞が　避難所に　広がらないように　するための　決まり】

避難所は　災害＜＝台風　や　大雨、　地震＞のとき　みんなが　安全に　生活する　場所です。
避難所で、　感染が　広がらないように　します。
避難所の　決まりを　守ってください。

1　避難所に　入所する＜＝避難所での　生活を　始める＞とき、　次のものが　家にあるときは　できるだけ　持ってきてください。

① 食べ物
② 飲み物
③ マスク
④ 消毒液＜＝ウイルスを　殺す　水＞
⑤ 体温計＜＝体の　熱を　測るもの＞

2　毎日、　朝、　体温＜＝体の　熱＞を　測ります。　測った　体温を、「毎朝の健康管理チェックリスト」に　書いてください。

3　次の①から⑦で、［はい］が　あるときは、　感染症＜＝ウイルスの　病気＞かも　しれません。
避難所運営スタッフに　すぐに　言ってください。

① 体温は、　37.5度以上です。［はい］［いいえ］
② 体が　とても　だるいです。［はい］［いいえ］
③ 息が　とても　苦しいことが　あります。［はい］［いいえ］
④ せきが　何度も　出ます。　せきが　止まりません。［はい］［いいえ］
⑤ 体の　調子が　悪いです。　嘔吐＜＝食べた物が　口から　出ること)、　吐き気＜＝食べた物が　口から　出るかもしれないこと＞があります。［はい］［いいえ］
⑥ お腹が　痛いです。　下痢＜＝何度も　トイレに　行って、　水のような　便(うんち)が　出ること＞が　続いています。［はい］［いいえ］
⑦ 感染症＜＝ウイルスの　病気＞に　かかっているかも　しれません。［はい］［いいえ］

4 手を きれいに します。 食事を する前、 トイレから 出た後は、 手を よく 洗います。手を、 消毒液で 消毒します。

5 避難所で、 食事の 手伝いを する人は、 手伝いをする前に 次のことを します。

① 手を よく 洗います。手を、 消毒液で 消毒します。

② 手袋を つけます。

③ マスクを つけます。

6 避難所では 履物＜＝靴、 サンダルなど＞に 注意してください。

① 避難所の 建物の 中と、 外では、 違う 靴を 使います。 外で 使った靴で、 避難所の 中に 入りません。

② トイレでは、 トイレにある 履物を 使います。 避難所の 中で 使っている 靴で、 トイレに 入りません。

7 避難所では、 みんなで 掃除＜＝きれいに すること＞を します。みんなで 順番を 決めて、 掃除を します。

8 嘔吐した＜＝食べ物が 口から 出た＞ 人が いたときは、 次のことを します。

① 消毒液や、 塩素系漂白剤で 消毒します。

② 嘔吐物＜＝口から出た 物＞で、 服など、 汚れた物は ビニール袋に 入れて、 捨てます。

9 避難所では、 いつも マスクを つけます。

マスクを 持っていないときは、マスクの 代わりに、 ティッシュや ハンカチを 使います。

マスクを つけていないときに、 せき、 くしゃみを するときは、 腕や 肘の 内側を 使って、 口と鼻を おさえます。

10 感染は、 せき、 くしゃみ、 つばと いっしょに 出る ウイルスで 広がります。 他の 人が 近くに いるときは、 次のことに 注意します。

① 人と 人の間を、 2メートル以上 空けます。

② 顔と 顔が、 直接 向き合わないように 座ります。

11 避難所から 退所する＜＝避難所での 生活を 終える＞ときは、 あなたが 生活していた場所を 掃除してください。 掃除を するとき、 次のことを してください。

① 消毒液を 使って、 床や 壁を 消毒します。

② ごみは ビニール袋に 入れて、 口を 閉じます。 ごみを 入れた ビニール袋は、

避難所の 決まっている 場所に 捨てるか、 あなたの 家に 持って行って 捨てます。

12 感染した人 または 感染しているかもしれない 人だけが 使う 「専用スペース」に 入る ことは できません。

分からないことがあったときは、避難所運営スタッフへ 相談してください。

Rules to Prevent Infection at the Evacuation Center

Thank you for your cooperation in helping to prevent infection

1 A few, basic goods are provided at the center for evacuees, but are limited. Please bring the following necessary items when starting your stay at the evacuation center ; some food, beverages,a mask, disinfectant liquid/hand sanitizer, and a clinical thermometer etc.

2 Please check you body temperature every morning and write it down on your [Daily Health Care Checklist].

3 In case you have a fever higher than 37.5℃ or have extreme fatigue, and/or difficulty breathing, please inform the evacuation management staff immediately. If you have any other symptoms that may be infectious, such as coughing, nausea or diarrhea, please inform the staff immediately as well.

4 Wash your hands frequently, especially before meals and after using the toilet. Also use the hand sanitizer to disinfect your hands.

5 When helping out to serve meals, make sure you wash your hands and use a hand sanitizer for disinfection. You must wear gloves and a mask, too.

6 Please do not wear outdoor shoes inside the evacuation center. Make sure you change your shoes before entering the evacuation center. Please bring indoor slippers or shoes that haven't been worn outdoors. In addition, when you use the indoor toilet, please use the toilet slippers that are provided.

7 Please cooperate with other evacuees and take turns to clean up the evacuation center.

8 In case someone vomits, wear disposable gloves to clean up and disinfect the area by using disinfectant liquid or Chlorine bleach. Contaminated clothes could also become a source of infection, so please put the dirty clothes in a plastic bag and seal it right away.

9 The basic rule is to wear a mask at all times. When you remove your mask to eat, drink or brush your teeth etc. and if you suddenly have to cough, please

don’t use your hands, but cover your mouth with a tissue, handkerchief, or your sleeve.

10 To avoid droplets spreading to others, practice social distancing by keeping 2 meters apart from other evacuees.

11 Once you are ready to leave the evacuation center permanently, please clean the living area you used. Also disinfect the floor and walls of the area with a disinfectant liquid. Put all the garbage in a bag, seal it and then place it in the designated area or take it home with you.

12 Only authorized persons are permitted to enter the designated zone specialized for people who are suspected and/or infected with the infectious disease.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

资料－15

避难所为防止感染扩大的所定规则

请协助执行感染症对策

1.　储备的物资是有限的。入所时，除了食料和饮料等以外，还请尽可能自带口罩，消毒液，体温计。

2.　每天早晨请测量体温，把体温等记在「健康管理检查表」上。

3.　发烧 37.5 度以上或有很强的倦怠感（浑身乏力）或有呼吸困难时，请即刻与避难所运营人员联系。另外有咳嗽，呕吐，腹泻不止等可疑感染症状时，也需要立刻联系。

4.　在吃饭之前和上厕所之后，请把手洗干净并用消毒液消毒。

5.　在做饭和分饭之前都要洗手并进行消毒，还要戴手套和口罩。

6　进入屋内时，请换室内鞋。 在厕所要穿专用拖鞋。

7.　在避难所，请全体人员相互合作，轮流地清扫卫生。

8.　如有人呕吐，就用消毒液或漂白剂消毒。
呕吐时被污染的衣服有可能成为感染源， 请把脱下来的脏衣服放进塑料袋里进行处置。

9.　原则上请戴上口罩。没有口罩时，用纸巾或手帕捂住嘴和鼻子。突然咳嗽时，要用衣袖或上衣的内侧代替。

10.　为了防止飞沫感染，人与人之间保持两米距离，或者不要面对面地坐，而要背靠背地坐。

11.　退所时，请打扫自己的居住空间，还要用消毒液等消毒地板和墙。请把垃圾放在袋子里后封好袋口，然后在指定场所扔掉或带走处理。

12.　请无关人员不要进入感染症被疑症状者专用空间。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

専用区域で生活されている方へのお願い

避難所での感染拡大防止にご協力いただき，ありがとうございます。

専用区域での生活では，以下のことにご協力をお願いします。

１　体調が悪化した場合は，すぐに運営スタッフに申し出てください。

２　毎日，朝と夕に健康状態を確認します。

３　原則として各スペース内に留まってください。万が一，各スペースを出るときは運営スタッフに声をかけ，マスクを着用し，他の避難者とのソーシャルディスタンスを確保してなるべく接触を避けてください。元のスペースに戻る際には，必ず石けんで手洗いをするか，アルコールで手指消毒をしてください。

４　トイレは，専用トイレ以外は使用しないでください。使用後は，便座などを消毒してください。

５　生活スペースの清掃は各自で行ってください。

６　ごみは，専用区域内の専用ごみ箱に分別して廃棄してください。

７　家族を含めて，来訪者と面会を行わないでください。

８　避難所を退所する場合は，運営スタッフにご相談ください。

９　避難所の利用にあたっては，運営スタッフの指示に従ってください。

「専用スペース」で 生活している あなたに お願いします。

避難所で 感染＜＝人から 人に ウィルスの 病気が うつること＞を 広げないために、 あなたの 協力が 必要です。
「専用スペース」では、 次のことを してください。

1 体の 調子が 悪く なったときは、 すぐに 避難所運営スタッフに 言ってください。
2 毎日、 朝と 夕方に、 避難所運営スタッフが あなたの 体の 調子を 確認します。
3 「専用スペース」の 外に 出ないで ください。
「専用スペース」の 外に 出るときは、必ず 次のことを してください。
① 避難所運営スタッフに、『専用スペース』の 外に 出ることを 言います。
② マスクを つけます。
③ 避難所にいる 他の 人と 2 メートル以上 はなれます。 できるだけ 他の 人と 話をしません。
「専用スペース」の 外から、「専用スペース」の 中に 入るときは、次のことを してください。
① 石けんと 水で 手を よく 洗います。
② 消毒液で 手、 指を 消毒します。
4 トイレは、 専用トイレだけを 使ってください。
トイレを 使った後は、 あなたが すわったところ、 手で さわったところなどを 消毒してください。
5 あなたが 生活する 場所は、 自分で、 毎日、 掃除をしてください。
6 ごみは、 専用スペースの 決められた 場所に 置いてある 専用の ごみ箱に 捨ててください。
ごみ箱に 捨てるときは、 分別して＜＝ごみの 種類に 合った ごみ箱を 選んで＞ 捨ててください。
7 家族や、 避難所に 来た 人と、 会わないで ください。 話を しないで ください。
8 避難所からの 退所＜＝避難所での 生活を 終えること＞を したいときは、 避難所運営

スタッフに 相談(そうだん)してください。

9 避難所(ひなんじょ)で 生活(せいかつ)している あいだは、 避難所運営(ひなんじょうんえい)スタッフの 言(い)うことを 守(まも)ってください。

分(わ)からないことが あったときは、避難所運営(ひなんじょうんえい)スタッフへ 相談(そうだん)してください。

For those who are living in the designated zone

Thank you for your cooperation in preventing the spread of the infection COVID-19 at the evacuation center. During your stay in the designated zone, we ask that you follow these rules.

1 In case your condition gets worse, please inform the evacuation management staff immediately.

2 The evacuation management staff will check your health condition twice every day once in the morning and again in the evening.

3 As a general rule, you must not leave the designated zone. If for any reason you have to go out, please inform the evacuation management staff and wear a mask. Also, please keep your social distance from other evacuees and avoid any contact with other people. When you come back, please wash your hands with soap or use the hand sanitizer to disinfect your hands.

4 You are only allowed to use the assigned toilet for those who are staying in the designated zone. Please do not use any other toilets. Also, make sure to disinfect the seat after using the toilet. There will be a disinfection liquid available, but in case there is none, please bring your own.

5 You are responsible for cleaning your living area by yourself.

6 Use the allocated garbage can within the designated zone. Please follow the garbage separation rules when you dispose of your garbage.

7 To protect your loved ones, you are not allowed to meet or have any visitors that includes all of your family members.

8 When you are ready to leave the evacuation center permanently, please consult the evacuation management staff.

9 Please follow the instructions of the evacuation management staff during you stay and use of the evacuation center.

※If you have any questions or concerns, please feel free to contact our management staff.

致在专用空间生活的各位

感谢您对在避难所进行防止感染拡大的协助。

在专用空间生活中，请遵守下列事项，谢谢合作。

1 身体状态变差时，请立刻向运营人员报告。

2 每天早晨和傍晚，请确认健康状态。

3 原则上，请留在专用居住空间内。万一离开专用空间，请告诉运营人员，戴口罩，与其他避难者之间保持充分的距离，尽可能避免接触。返回时必须要用肥皂洗手或用酒精消毒手指。

4 专用厕所以外请不要使用。使用后请消毒便座等。

5 请各自清扫生活空间。

6 请把垃圾分类后再扔进专用区域内的专用垃圾桶里。

7 包括家人，请不要跟来访者会面。

8 退所时，请跟运营人员商量。

9 在利用避难所时，请遵从运营人员的指示。

※如有担心或疑问请向工作人员咨询。。

避難所での感染症拡大防止にご協力をお願いします

① 避難者

検温・問診所

検温・問診後、

●一般避難者の方は、②総合受付に進んでください。

●濃厚接触者・発熱等のある方は、専用区域に進んでください。

感染症予防のため

避難所内では

マスクを着用

こちらで **手指消毒** をして、

検温・問診を

受けてください。

順次案内します。間隔を１ｍ程度開けてお待ちください。

②避難者受付

（避難スペースを指定します）

- 妊婦や障害者など配慮が必要な方は、お申し出ください。

順次案内します。間隔を１ｍ程度開けてお待ちください。

③発熱者等受付

（避難スペースを指定します）

- 妊婦や障害者など配慮が必要な方は、お申し出ください。

感染予防にご協力をお願いします

施設内は土足禁止

ここで室内履きに、履き替えてください。
靴はビニール袋に入れて、お持ちください。

感染予防にご協力をお願いします

入室時はここで
手指消毒をしましょう

↑ここから先 ↑

専用区域

（立ち入る方は、必ず防護具を装着してください）

関係者以外 **立入禁止**

自宅療養者待機スペース

出入口

（自宅療養者ゾーン）

濃厚接触者専用スペース

出入口

（濃厚接触者ゾーン）

発熱者等専用スペース

出入口

（発熱者等ゾーン）

A

B1

B2

B-3

B4

B5

B6

C1

C-2

C3

C4

一般区域
（要配慮者）

一般区域

（一般避難者）

避難者受付

専用区域

情報連絡

掲示板

物資配布場所

物資保管場所

入口専用

出口専用

授乳室

応急手当所

物資

自宅療養者

専用搬送口

教育機能維持スペース

職員以外立ち入り禁止

一般区域

（要配慮者）

一般区域

（一般避難者）