

避難所の感染症リスクを避けるには

新型コロナウイルスによる感染拡大が不安視される状況下においても災害はいつ起きるかわかりません。

避難所での感染リスクをできるだけ避けるために以下の事を心がけましょう。

【事前の準備】 持ち出す物を準備しましょう

- ①マスク （無い場合は、鼻や口を覆うハンカチなど）
- ②アルコール消毒液 （無い場合は、ウエットティッシュなど）
- ③体温計
- ④その他：オーラルケア用品（うがい薬等）など

【避難前】 避難先・避難方法を確認しましょう

- 市の指定した避難所が「密」になることを防ぐため、**親戚や知人宅などへの避難を検討**
 - ・ハザードマップ等から、自宅周辺や避難場所等の災害リスクを事前に確認
 - ・食糧、飲料水を受け取る場合に備え、最寄りの避難所を確認
- 市が発表する、新たな避難所の情報を確認
- 「密」（密閉、密集、密接）を避けるため、自分に適した避難計画を立てる

【避難所内】 予防を心がけましょう

- 手洗い・消毒、マスクの着用、咳エチケットを徹底
- 「密」（密閉、密集、密接）を避ける
- お互いに2m以上の距離をとる

【避難所入所時・避難所内】 体調が悪い時はスタッフに知らせましょう

- 避難所前で問診・検温を受ける
- 発熱、咳、のどの痛みなど**を感じる場合は、隠さずにスタッフに知らせる

【お問い合わせ】

名寄市総務部参事（防災担当） ☎01654-3-2111（内線：3327・3382・3383）

基本例（参考）

非常用持ち出し品チェックリスト（一般向け）

	品目		備考
一般的な 持ち出し 品	非常用持ち出しバッグ	<input type="checkbox"/>	
	飲料水	<input type="checkbox"/>	車中泊の場合、エコノミークラス症候群、熱中症対策として多めに用意
	食料	<input type="checkbox"/>	アルファ米、乾パン、缶詰、インスタント食品、調味料等
	現金	<input type="checkbox"/>	
	キャッシュカード	<input type="checkbox"/>	
	預金通帳、印鑑	<input type="checkbox"/>	
	健康保険証	<input type="checkbox"/>	
	懐中電灯	<input type="checkbox"/>	
	ラジオ	<input type="checkbox"/>	
	電池	<input type="checkbox"/>	
	毛布、タオルケット	<input type="checkbox"/>	
	洗面用具	<input type="checkbox"/>	
	調理器具	<input type="checkbox"/>	缶切り等
	食器	<input type="checkbox"/>	割りばし、紙製の皿・コップ等
	衣類	<input type="checkbox"/>	下着、上着、靴下等の着替え、防寒着
	軍手	<input type="checkbox"/>	
	応急医薬品	<input type="checkbox"/>	ばんそうこう、ガーゼ、包帯、消毒薬等
	常備薬	<input type="checkbox"/>	
	お薬手帳	<input type="checkbox"/>	
	簡易トイレ	<input type="checkbox"/>	
感染予防 のための 物品	マスク	<input type="checkbox"/>	※可能ならばサージカルマスク
	体温計	<input type="checkbox"/>	
	石けん	<input type="checkbox"/>	
	消毒液	<input type="checkbox"/>	
	ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/>	
	手拭きタオル・ハンカチ	<input type="checkbox"/>	
	オーラルケア用品 (うがい薬等)	<input type="checkbox"/>	

※避難所にマスクや消毒液、体温計があるとは限りません。

※いつでも持ち出せるようにしましょう。

※車中泊に備え、車の中にも非常用持ち出し品を用意しましょう。



※車中泊については、エコノミークラス症候群が起こりやすい環境になるので、あまりお勧めしていません。

車中泊をされる場合には、エコノミークラス症候群対策を万全に整えましょう。