５　予防の方法、避難所での過ごし方

（１）避難所利用者による自分自身の体調管理

１　一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の３つの基本

①身体的距離の確保　②マスクの着用 ③手洗い

■人との間隔は、できるだけ２ｍ（最低１ｍ）空ける。

■会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。

■外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、

症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。

■手洗いは３０秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）

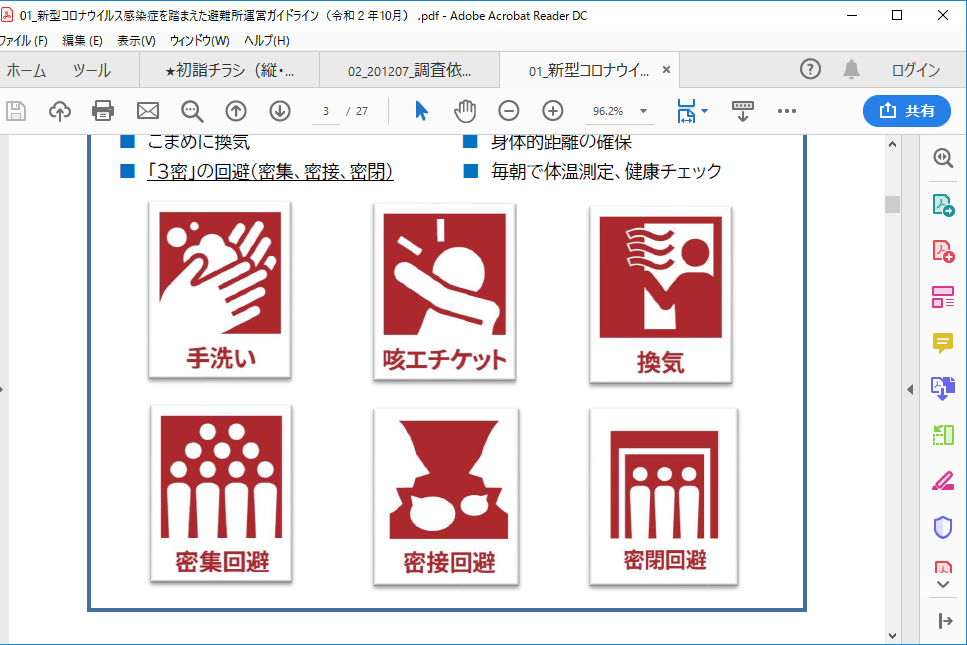
２　日常生活を営む上での基本的生活

※避難所で行うべきこと

■ こまめに手洗い・手指消毒 　　　　　　■ 咳エチケットの徹底

■ こまめに換気 　　　　　　　　　　　　■ 身体的距離の確保

■ 毎朝で体温測定、健康チェック



※避難所で気を付けること

■ 「３密」の回避（密集、密接、密閉）



神奈川県「新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営ガイドライン」より引用

（２）避難所での生活に必要なこと

１　定期的な清掃・消毒

定期的に消毒するところ

●手すり　　●ドアノブ　　●トイレのドアの持ち手　　●窓枠

●電気等スイッチ　　●机　　●椅子　　●蛇口　　●洗面台

●そのほか多数の人が良く触るところ

※目に見える汚れがあるときは清掃する

　作業する際はバケツ、雑巾のほか、ゴム手袋や防護服（レインコートも可）などを使用する。

２　感染症対策としての避難者情報の管理

　※感染者が発生した場合に濃厚接触者を特定するために使用します。

●入退所日　　●滞在したスペースの場所

　退所した後に発症してしまうことも考えられるため、少なくとも２週間は記録を保存しておく。

注意

避難所に滞在している方は、自宅が被災し、非常にストレスを抱えている状態です。その中で、避難者同士が物理的に距離を取っていたり、接触を避けていると、孤独に陥りがちになることが懸念されます。

感染症対策を取ったうえで相談窓口を設けたり、電話やＳＮＳを活用してコミュニケーションを図るなど、心のケアへの配慮が必要です。

（避難所運営マニュアル65ページ「健康相談」（シートE-③）参照）