

医療法人社団 松誠会  
有料老人ホームやすらぎ

# 災害対策マニュアル

平成 26 年 4 月 1 日改訂

平成 28 年 11 月 10 日改訂

## はじめに

- この「災害防災マニュアル」は、医療法人社団松誠会 有料老人ホームやすらぎにおける火災・地震・風水害・火山災害時の対応について示したものである。
- この「災害防災マニュアル」は、「有料老人ホームやすらぎ」に勤務する職員及び入居者又は、出入りする（入居者ご家族等）すべてのものに適用する。
- マニュアルの内容については、各員が事前に十分に把握し、災害の発生後にはマニュアルに基づいて円滑に対応が行えるよう準備しておくこと。

### 災害の想定

災害の種類には、台風、大雨を要因とする風水害のように予知しうる災害と、地震、火山噴火災害等のように殆ど予知できない突発的な災害とに大別することができる。

そこで、施設地域の地理的条件、過去において発生した災害の態様等を勘案の上次のように想定する。

#### 1、洪水・土石流

(1) 平成25年8月9日発生の大雨洪水

1時間あたり78ミリ、総降水量264ミリ

(2) 当施設の立地場所

周辺の山間は、「急傾斜地の崩壊」及び「土石流」の土砂災害警戒区域に指定されており、施設北側（正面玄関側）には「御所湖」、また、東側コンビニエンスストアとの間には、裏山にある砂防ダムからの川が流れています。（河川の氾濫が予想される）

#### 2、地震災害

(1) 地震の規模                      マグニチュード7程度

(2) 市内の最大震度              震度6弱以上

(3) 想定被害量（阪神・淡路大震災級の想定被害量）

#### 3、火山災害

岩手山火山活動が一時的に活発となった平成10年、岩手山火山災害対策検討委員会を中心に、国、県、関係市町村が同年10月に作成した「岩手山火山 防災マップ」は次の条件のもとに作成された。

(1) 過去の噴火の仕方や火山観測情報から、噴火の可能性が高いと推定される西側の水蒸気爆発と、東側のマグマ噴火を想定しています。

(2) 西側の水蒸気爆発は、約3200年前の水蒸気爆発と同程度の規模を想定しています。

(3) 東側のマグマ噴火は、1686年の噴火と同程度の規模を想定しています。

# 目 次

## 共通事項

1、職員参集	P 4
2、職員行動指針	P 5
3、建物・施設チェック	P 5
4、近隣状況の把握または情報の収集及び事前対策	P 5
5、燃料（ガソリン・灯油・重油）の確保	P 7
6、医薬品・診療材料・紙おむつの調達	P 7
7、緊急避難、誘導	P 7
8、停電対応	P 8
9、給湯・冷暖房への対応	P 9
10、水の確保	P 10
11、給食	P 10
12、電話	P 11
13、リネン類（寝具・病衣）	P 11
14、ゴミの処理	P 11

## 災害別の対策・対応

15、地震	P 12
16、洪水・土石流	P 13
17、噴火	P 14
18、豪雪	P 15
19、高齢者・障害者の防災対策について	P 16
（巻末）緊急時連絡先一覧	P 18

# 共通事項

## 1、職員参集基準

### ●参集基準および参集者（夜間および休日）

#### <<地震>>

<p>（１）盛岡地区の地震観測地点で、<u>震度５弱</u>の地震が観測された場合</p> <p>①主任以上の職員</p> <p>②その他、管理監督地位にあるもの</p> <p>③防災、設備担当職員、事務所勤務職員</p> <p>（２）盛岡地区地震観測地点で、<u>震度５強以上</u>の地震が観測された場合</p> <p>①上記参集者</p> <p>②出勤可能な全職員</p>
---

#### <<風水害・火山災害>>

<p>（１）記録的短時間大雨情報又は土砂災害警戒情報、台風に伴う暴風警報による避難勧告が発表された場合</p> <p>①主任以上の職員</p> <p>②その他、管理監督地位にあるもの</p> <p>③防災、設備担当職員</p> <p>④出勤可能な全職員</p>
--

### ●参集者の確認

- ・参集者は事務室にて入館の登録を行い、解散時は点呼を受けた後とする。

### ●夜間および休日に災害が発生した場合

- ・守衛および夜勤者は、速やかに緊急連絡網に従い、不在職員に召集をかける。
- ・電話が通じない又は通じづらい場合は事務担当者がメールにより召集をかける。
- ・連絡が無い場合でも基準に適合した災害発生時には各自の安全を確保したうえで出社するよう心掛ける。

### ●災害発生時に施設外にいた職員は以下のように行動する。

- ・施設へ速やかに電話連絡をし、指示に従う。
- ・施設への連絡がとれない場合、可能な限り出社する。
- ・交通機関の寸断などにより出社できない場合には、必要に応じて近隣の法人関連施設での災害救助活動にあたる。

### ●災害対策本部の設置

- ・非常災害時には、非常災害対策本部を設置して対応にあたる。
- ・大雨や台風の影響により、盛岡市からの「避難準備・高齢者等避難開始情報等」の発令、若しくは土砂災害前兆現象が確認された場合、３階ラウンジに災害対策本部を設置する。
- ・災害対策本部長は施設長が務める。施設長が不在の場合は看護師長が代行する。
- ・災害対策本部長（施設長）が必要と判断した場合にも災害対策本部を設置する。

## 2、職員行動指針・・・全職員

- ・まずは自分自身の身の安全を確認する。
- ・緊急連絡網により職員全員へ正確な情報伝達を速やかに行う。
- ・職員参集基準に基づき、人員の確保に努める。
- ・災害対策本部の指示に従い、優先順位を立て業務を分担し遂行する。
- ・各部署では、それぞれの必要な防災措置を行うが、問題が発生した場合には直ちに災害対策本部に報告し指示を仰ぐ。
- ・災害対策本部の指示した内容が完了したら必ず報告する。
- ・災害復旧作業等、人員の多数必要な場合は、部署・職種に拘らず協力して行う。
- ・職員に対する配慮

発災後においては、24時間体制で活動を行うことが予想されるため、職員の疲労困憊の恐れがある。そのため、出来る限り数時間単位での交代制をとるとともに、施設内に職員用休憩所を確保する。

## 3、建物初動チェック・・・設備点検班

- ・設備担当職員が「初動チェック表」を用いて被災状況をチェックする（別表－1）
- ・記入済みのチェックリストを災害対策本部に報告し、本部長（施設長）は建物が使用可能かを判断する。
- ・施設、設備の被害状況について損傷程度、危険箇所を把握し建物のチェックの結果は、「危険・立ち入り禁止・使用不可」又は「チェック済み」で表示する。
- ・修理が必要な場合は、応急処置を行うとともに、連絡先リストに従って業者に連絡する。
- ・エレベーター内に人が閉じ込められていないか確認する。（使用不可の表示をする。）また、閉じ込め事故等が発生した場合、エレベーター設備業者への連絡と併せて、119番（救助・救急番号）通報も同時に行う。

※地震発生後の電力供給が回復しても、すぐには使用せずにメンテナンス業者の点検結果が分かるまではエレベーター使用を禁止する。

## 4、近隣状況の把握または情報の収集及び事前対策・・・連絡・情報班

### ●近隣状況のチェック

- ・近隣状況・災害の規模等を把握する。
  - ① 被害の全体像（どの地域が被害の中心か、どのような種類の災害が発生しているか）
  - ② 道路被害（幹線道路の被災状況、交通規制の状況）
  - ③ 松誠会グループ関連施設の被害状況及び職員の安否確認
  - ④ 復旧の見通し（ライフライン、道路）
- ・テレビ・ラジオ・インターネット等を利用し可能な限りの情報を集め本部長へ情報提供をする。
- ・入居者の被災状況により、消防署・盛岡市介護保険課・松誠会本部への連絡をいれる。
- ・入居者の状況をラジオ等を使って発信する。（外部の家族等に向けて）
- ・報告事項をホワイトボードに書き出し、職員間で情報を共有できるようにする。

# ●災害に関する情報の入手方法

盛岡市や各種メディア等から得た気象情報、土砂災害（河川の氾濫）警戒情報、避難準備・高齢者避難開始情報、避難勧告、避難指示等及び岩手山噴火警報の情報を把握する。

## (1) 気象に関する情報

情報名	入手先	備考
大雨注意報	テレビ、ラジオのメディア 盛岡地方気象台HP	携帯電話、スマートフォンに「いわてモバイルメール」を登録すると、様々な気象情報関連の情報が把握できます。登録は、 <a href="http://www.pref.iwate.jp/seisaku/jouhouka/mobile/">http://www.pref.iwate.jp/seisaku/jouhouka/mobile/</a>
大雨警報	<a href="http://www.jma-net.go.jp/morioka/">http://www.jma-net.go.jp/morioka/</a>	
記録的短時間雨量情報	岩手県土砂災害警戒情報システム <a href="http://sabo.pref.iwate.jp/">http://sabo.pref.iwate.jp/</a>	
土砂災害警戒情報	いわて防災情報ポータル <a href="https://iwate.secure.force.com/">https://iwate.secure.force.com/</a>	

## (2) 雨量・水位情報の確認

情報名	入手先	備考
雨量・水位情報	岩手県河川情報システム <a href="http://kasen.pref.iwate.jp/iwate/servlet/Gamen30Servlet">http://kasen.pref.iwate.jp/iwate/servlet/Gamen30Servlet</a>	10分おきに水位情報が配信。

## (3) 岩手山火山活動に関する情報

情報名	入手先	備考
噴火警報・予報	盛岡地方気象台HP <a href="http://www.jma-net.go.jp/morioka/">http://www.jma-net.go.jp/morioka/</a>	

# ●事前対策、防災体制を開始する際の判断基準

台風の接近などあらかじめ土砂災害（河川の氾濫）の危険性が高まることが予測される場合は、防災体制の配備や夜間当直職員の増員など検討するとともに、各職員の役割分担を再確認する。

合わせて、職員の連絡体制の確認、職員確保策など検討する。

防災体制配備の目安	防災体制	備考
大雨・大雪注意報発令	注意体制 (事前対策)	情報収集連絡担当：滝沢 陽介 サポート担当：荒川 弘明 ※総括責任者は常に連絡が取れるようにする。
大雨・大雪警報発令 土砂災害警戒情報発令 記録的短時間雨量情報発表 避難情報発表 前兆現象発見時 岩手山噴火情報	警戒体制 (避難誘導)	総括責任者：吉田 隆幸 情報収集担当：滝沢 陽介 避難誘導担当：高橋 弘子（昼間帯） 同上：3・4階職員（夜間・休日時） 救護担当：山口 扶美子 サポート担当：荒川 弘明 給食担当：千葉 陽子

## 5、燃料（ガソリン、重油）の確保・・・総務班、設備点検班

### ●災害による地域一体の停電時に対する対応

- ・大規模な停電の状況になると、ほとんどのガソリンスタンド店は通常営業が出来なくなるため、携行缶等による燃料の確保に努める。
- ・可能な限り、調達業者へ燃料の搬送を依頼する。（重油）

### ●ガソリン在庫量及び保管場所

油種・保管量	保管場所
ガソリン（携行缶20ℓ）⇒80ℓ（4缶）	外部倉庫

※上記物置の鍵については、事務室で保管・管理する。

## 6、医薬品・診療材料・紙おむつの調達・・・薬剤班、物資班

### ●調達先

- （1）松誠会事務センターに問い合わせ、医薬品・診療材料・紙おむつの搬送を依頼する。
- （2）自己調達出来ない場合は、盛岡市災害対策本部へ調達を依頼する。

### ●搬送手段

- （1）可能な限り、調達先に搬送を依頼する。
- （2）自家用車などを用いる場合には、警察署にパトカーの先導および「緊急輸送車両」標章の発行を依頼する。

### ●災害に備えて、医薬品・診療材料・紙おむつの備蓄数は、1週間～2週間分の数に備蓄しておく。

## 7、緊急避難、誘導・・・避難誘導班

### ●避難の判断

- （1）緊急避難の判断は、災害対策本部長が盛岡市災害対策本部、消防署、警察からの指示、周辺の避難状況などを総合的に判断する。
- （2）土砂災害（河川の氾濫）での避難の判断  
各メディアからの気象情報、盛岡市等からの情報や、土砂災害（河川の氾濫）の前兆現象（別紙「土砂災害について」）を確認した際には、盛岡市等からの連絡を待つことなく直ちに避難を開始する。
- （3）避難の判断は、災害対策本部長（施設長）が判断することになるが、不在等の場合は、その場における責任者が判断を行うものとする。また、休日・夜間帯での判断は、勤務職員が災害対策本部長（施設長）と連絡を取り、判断を仰ぐ。連絡が不通の際は、勤務職員が判断を行う。

●避難誘導時の留意点

- (1) 原則としてエレベーターは使用しない。(地震の時)
- (2) 避難命令は館内放送、ハンドマイク及び誘導旗で誘導を行う。(夜間は懐中電灯を使用)
- (3) 誘導班長は、入居者名簿を携帯する。
- (4) 屋内に煙が発生した場合は、タオル等で鼻、口をふさぎ、低い姿勢で行動する。
- (5) 避難の途中で入居者が忘れ物に気付いても絶対に後戻りさせない。
- (8) その他、状況を的確に判断して、弾力的な行動を行う。

●夜間及び休日での職員数が少ない場合の避難誘導の対応

- (1) 緊急連絡網(別表1)より駆け付けた職員及び「1、職員参集基準」の規定で駆け付けた職員の協力をもって避難補助を行う。

●避難経路

各階エレベーターホールに避難経路を掲示

●避難場所

- (1) 避難待機場所 : 火災・地震災害時 → 正面駐車場及び職員駐車場  
土砂・豪雪災害時 → 3階ラウンジ、又は3階層以上の各入居者の自室
- (2) 緊急避難場所 : 災害対策本部長(施設長)の指示による

●避難方法

- (1) エレベーター(使用可能な場合) ※火災・地震災害時の際は使用不可  
\*車椅子 \*ストレッチャー \*ベッドのまま
- (2) 中階段、外部階段2箇所(山側・ホテル紫苑側) ※被害状況により使用不可の場合もある  
\*徒歩 \*背負い搬送 \*布担架

●避難所への徒歩移動の実現性

- (1) 日中または夜間での職員数の違い、入居者の状態、地域住民の応援体制の状況により判断し、実現性が低い場合は公的機関(盛岡市災害対策本部・警察・消防)の応援を求める。

●避難先の掲示

- (1) 正面玄関には、避難先を掲示する。

●避難所での対応

- (1) 避難誘導が完了した場合には、全員の安全を確認するとともに、避難が完了した旨を災害対策本部長へ連絡する。

## 8、停電対応・・・設備点検班、給食班

●非常用自家発電装置(自家発)の利用

- (1) 停電時には、自家発の起動を確認する。(スプリンクラーへの電源供給のみ)
- (2) 手動での操作方法については、自家発操作盤に表示されているので、表示されているマニュアル通りに操作する。(起動・停止共)
- (3) 自家発の燃料は、1時間おきに残量をチェックする。(軽油)
- (4) 電力復旧見込みが立たない間は、できるだけ燃料調達先と頻繁に連絡をとり、燃料の供給状況などについてチェックする。

●電力復旧見込みが長期にわたる場合の対応

- (1) ポータブル発電機(2台)を電工ドラム・延長コードを用いて、電気を供給できる配備する。
- (2) 発電機の発電能力にも限界があるので、必要最低限の機器(夜間照明、生命維持に必要なもの等)を使用する。

ポータブル発電機等 収納場所	場 所	物 品 名
	2階 倉庫	ポータブル発電機 1台 電工ドラム(30m) 4台 投光器 6台 水タワ(10ℓ) 10個 ヘッドランプ他 10個 単三電池 40本 ラジオ 2台
	4階 職員休憩室	ポータブル発電機 1台 ヘッドランプ 10台 単三電池 40本 ラジオ 1台

建設機械 レンタル業者	会 社 名	住 所	電話番号
	アクティオ 盛岡営業所	盛岡市厨川三丁目12-16	641-2813
	レンタルシステム東北 盛岡営業所	滝沢市大石渡24-1	688-8511
	カナモト 盛岡北営業所	滝沢市牧野林1029-2	684-5532

## 9、給湯・冷暖房への対応・・・設備点検班

●給湯

- (1) 厨房のガス調理器、カセットコンロ(停電時)を用いる。
- (2) ガス、ボイラー設備の修理、燃料の補給は「非常災害時関係機関連絡一覧(巻末)」の業者に連絡をとり、対応する。

●冷暖房

- (1) 冷房・・・扇風機(停電時は重症患者を優先にする)、氷枕等を用いる。
- (2) 暖房・・・反射式ストーブ、毛布類、湯タンポを用いり、寒さ対策を行う。
- (3) ガス、ボイラー設備の修理、燃料の補給は「非常災害時関係機関連絡一覧(巻末)」の業者に連絡をとり、対応する。

●停電時は、給湯・冷暖房ボイラー設備は使用不可となるため、極力節約に努める。

## 10、水の確保・・・物資班、設備点検班

### ●断水時における飲料水および生活用水の確保・節水

- (1) 備蓄品内の非常用飲料水を用いる。
- (2) ペットボトルの水などの購入を手配する。
- (3) 生活用水（トイレ・洗面所）は、それぞれの場所へポリバケツを設置し、貯水しておく。（状況により使用箇所を制限する。）※温泉大浴場の温泉水も利用可能とする
- (4) 断水状況が長期にわたる際は、機械レンタル会社に仮設トイレ設置の手配を行う。合わせて可能な限り、汲み取り業者の手配も同時に行う。

※汲み取り業者（盛岡市許可業者）

文化企業(株) 盛岡市上鹿妻稲荷場44 659-3210

- (5) 盛岡市災害対策本部へ連絡し、給水車の優先配水を依頼する。

### ●電力復旧見込みが長時間にわたる場合の節水について

- (1) 停電時は給水ポンプが使用不可となる。それにより1階のみ水が出る  
飲料水・生活用水（トイレの排水等）は出来る限り節水するよう努める。
- (2) 食事に使用する食器類の洗浄は極力控えるようにし、使い捨て簡易食器（備蓄品）で代用する。

### ●非常時において使用できる水源

場 所	容 量 等
受 水 槽（施設裏手側） ※排水ドレンより取水する	24m <sup>3</sup> (2リットルのペットボトル 12,000本分)

## 11、給食・・・給食班、物資班

### ●要給食人数の把握

- (1) 入居者、職員の概数を把握する。

### ●発災直後（最低3日分）

- (1) 備蓄メニューで対応する。（別表2）

### ●備蓄食以外の食糧関連の調達

- (1) 備蓄食糧が不足した場合、日本医療食研究所から供給を行う。  
米については医療法人社団松誠会 本部より払い出しを受ける。
  - (2) 災害対策本部より節水制限が出された際、使い捨て簡易食器（またはラップやアルミホイル）を使用して配膳する。
  - (3) 物資調達が不可能な場合、盛岡市災害対策本部へ連絡し、調達を依頼する。
- ### ●都市ガス関連の配管等に損傷を受けた場合の対応
- (1) ガスコンロ、携帯ガスボンベを使用する。
  - (2) LPガス会社にガスボンベの調達を依頼する。

## 12、電話・通信手段の確認・・・情報班

- 各 PHS については数時間程度使用が可能。
  - (1) 1 階フロントの電話については、停電時でも通話が可能（画面表示、着信音は消える）
  - (2) 携帯電話

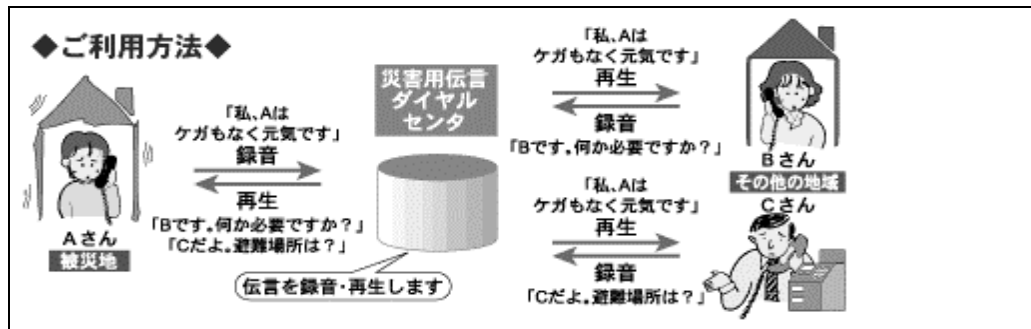
※ i モード災害用伝言板サービスを活用した情報提供方法を周知させる。

※携帯電話は繋がりにくくなるが、メールは比較的送受信が可能である。

※繋がりにくい場合は、IP 電話を利用した「LINE 電話」等を用いた方法もある

- ### （３）災害用伝言ダイヤルの活用

- ・利用者の家族に、安否等の情報を音声により伝達する災害用伝言ダイヤル 171等を活用した連絡方法を職員に周知させる。
- ・スマートフォンアプリなどでも利用可能。



「171」ダイヤル後、利用ガイダンスに従って伝言の録音・再生を行う。

メッセージを録音・・・171+1+利用者家族宅の電話番号（市外局番から）

メッセージを再生・・・171+2+利用者家族宅の電話番号（市外局番から）

- ・携帯・パソコンによる被災情報の発信とボランティアの協力を求める。
- ・ご家族などへ安否情報発信の為にテレビ・ラジオ局などへの発信。

- 電話交換機が設置してある場所の被災状況を確認し、通信可能な場合はノートパソコン等にて各関係機関へメールやインターネットなどで情報の受発信を行う。

### 13、リネン類（寝具・病衣）・・・設備点検班

- 震災によって、洗濯依頼業者の配送が途絶した場合の対応
- (1) 出来る限り現在使用している寝具を使用してもらう。
  - (2) 時季的な場合もあるため、災害対策本部を通じて協議・対応する。

## 14、ゴミの処理・・・総務班

- 震災によって、ゴミ回収業者の収集が途絶した場合の対応
- (1) 一般ごみ…ゴミ袋内の容量を抑えるため、出来る限りゴミを小さくまとめる。  
(紙類は細かく切り刻むなど工夫をする。)
- (2) 資源ごみ…極力部署内で保管しておく。
- (3) 使用済み紙おむつ…通常のごみ置き場に堆積させておく。
- (4) 時季や保管場所の問題も発生するので、災害対策本部を通じて協議・対応する。

# 災害別対策・対応

## 15、地震

### 《食事中の場合》

食事中に震度5以上の地震が起きれば、テーブルの上に置いたものはほとんど落下すると言われている。その際、スープや鍋物の熱湯によるやけどや割れたお皿にも注意する。また、ナイフやフォークの落下にも十分に注意すること。

### 《入浴中の場合》

まずは、ドアを開けて揺れがおさまるのを待つ。お風呂内の鏡のガラスが割れてしまう場合に備え、タオルで体を覆う。揺れがおさまったら、お風呂から出て必要最低限の衣類を身につけ、状況を見て避難する。また、消火はもちろん、トイレ用、洗濯用にも使えるので、お風呂の水は残したままにしておく。

### 《就寝中の場合》

まず、タンス等が倒れてくる可能性が無い場所に、ベッドや布団の位置をずらす。また、メガネをかけている人はすぐにメガネを探し、かけ布団や毛布を頭からかぶり、机の下などの安全な場所に身をおくこと。

### 《屋外へ避難する場合》

外へ避難するときは、あわてて外に飛び出すのではなく、周囲の状況をよく確かめ、窓ガラスなどの落下物に気をつけながら外へ出ること。地面には、ガラスの破片が落ちている可能性が大なので、裸足では外へ出ないようにする。また、エレベーターは使えないものとし、屋内・屋外階段を使用し避難すること。

### 《脱出口がない場合》

揺れが大きいとドアや窓が変形して開かなくなり、室内に閉じ込められることがある。そのため、身の安全が確保されたら、揺れの合間をみてドアや窓を少し開け、逃げ口を確保することが必要。もし、ドアが歪んで開かなくなったら、ハンマーなどを事前に用意しておき、壊して開けられるようにする。また、ドアを開ける際に、あわてて外に飛び出すことは、落下や倒壊の危険の中に飛び込むことになり命取りになりかねないので、注意する。

### 《エレベーター内に閉じ込められた場合》

地震の避難では、エレベーターを使わずに階段を使うことが鉄則です。運悪く、エレベーターに乗っている時に地震が起きて閉じこめられてしまった時は、コールボタンを押して、助けが来るまで以下の項目に注意して下さい。

- ・立っていると体力が消耗するので、まずはしゃがみこむ。
- ・体力の消耗を避けるため、大声だして助けを求めず、乗り合わせた人で交代に扉を叩く。
- ・携帯で外部の人間に連絡をとる。電池の消耗をさけるため、乗り合わせた人で交代に電話をする。電話がつかない場合は、メールを試してみる。

- ・トイレはスーパーの買い物袋などを使って、口をしばって一カ所に置く。
- ・すぐに救助がくるとは限らないので、持久戦になる可能性を受け入れる。
- ・エレベーターは危険防止のため中から開かないようになっているので、無理矢理こじ開けようとしても体力を消耗するだけ。また、エレベーターは構造上、落ちる可能性はほとんどない。
- ・少しでも揺れを感じて地震だと思ったら、各階のボタンをすべて押し、エレベーターが停止した階で下りて、階段を使って避難する。

#### 《火の始末について》※厨房

少しでもグラッと揺れを感じたら、火の始末をすること。目の前で火を使っていた場合や揺れが小さい場合は、すぐに消すようにするが、熱湯や油を扱っている場合は、体に浴びる可能性もあるので、まずは身を守ることが優先。揺れが激しい場合は、揺れが収まってから火の始末をすること。

#### 《身の安全を守る》

まず、身の安全を最優先に守る。急いで机やテーブルの下に身を隠したり、家具の少ない部屋へ移動したりする。机やテーブルがない場合には、座布団や本や上着などで頭を保護すること。また、どんな大地震でも揺れは長くて1分程度なので、最初の1分は安全なところに身を置いて、揺れがおさまってから消火などの行動をするのが無難（最優先事項）である。

## 16、洪水・土石流

浸水・感電のほか 飲み水や食料の汚染にも注意。洪水や鉄砲水は特に壊滅的な被害を与えることがある。

雨が何日も続いている、何時間もどしゃぶりが続いている時はラジオやテレビで最新情報を入手し注意する。注意報から実際の洪水が起こるまでには数時間から数日の余裕があるが、警報が発令されたらあまり時間に余裕はない。注意報が発令されたら避難用具を集め、いつでも避難できる態勢にしておく。食料は安全なところに集めておく。鉄砲水の場合は数時間から数分のうちに襲ってくることもあるため、注意報が出されたらただちに避難できる状態で待機しておくこと。そして、警報が出たら屋上や3階以上の高層階に避難する。また、2階入居者については、貴重品・必要最低限の荷物で、3階ラウンジへの避難を呼び掛ける。

厨房職員は避難時には厨房の電気・ガスは全て止め、電化製品のコンセントはすべて抜く。必要最小限の物だけを持って出る。

水が引いたら、1階部分などは、ガスや電気が漏れている可能性もあるため、安全が確認されるまでは使用を避ける。ろうそくではなく懐中電灯を使う。水に浸かった電化製品等は、感電の恐れがあるので完全に乾くまで使わないこと。汚染の危険があるため、水の浸かった食料は食べない。冷蔵庫は、扉を開けなければ電気がなくても4時間は温度を保てるが、それ以上になったら氷を入れるなどして冷気を保つ。水道水の使用は安全性が確認されるまで、市の衛生局からの指示を待つようにすること。

屋外への避難は盛岡市災害対策本部へ確認してから行う。むやみに屋外へ避難することは洪水に巻き込まれる可能性があるので冷静に判断ならびに避難誘導を行うこと。



参考例 （2013/8/9 1時間あたり78ミリ 総降水量264ミリ 災害指定豪雨被害）

## 17、噴 火

岩手山は現在活動中の火山である。万が一、岩手山が噴火した場合は以下の点に気をつける。

### 【火山噴火時の職員行動】

＜火山観測情報の発表＞・・・火山性地震の増加

- ・火山観測情報の発表に伴い、継続的な火山情報の収集
- ・各部署関係者及び防災関係機関等への情報伝達

＜臨時火山情報の発表＞・・・火山性地震の頻度、振幅が増加

- ・有感地震の発生、山体膨の観測
- ・臨時火山情報の発表に伴い、継続的な火山情報の収集と整理
- ・災害警戒態勢の確立

＜噴火を予期した臨時火山情報の発表＞・・・火山性地震の頻度、振幅がさらに増加

- ・噴火を予期した臨時火山情報の発表に伴い、継続的な火山情報の収集と整理
- ・災害対策本部の設置及び、同会議の開催
- ・防災関係機関の動向確認

＜緊急火山情報の発表＞・・・小噴火の発生

- ・山頂で水蒸気爆発
- ・溶岩ドームの一部破壊

- ・山麓で微量の降灰
- ・降灰区域で降雨型泥流の発生
- ・緊急火山情報の発表に伴い、継続的な火山情報の収集と整理
- ・中・大噴火に備え、利用者の避難誘導
- ・避難所の設置（自主避難者の受入）

### 【噴火時に気をつけること】

半径4 km以内、風下では8 km程度までは噴石に注意が必要です。やむを得ず外出する際はヘルメットや防災ずきんをかぶること。

噴火において、火山灰が降ることが予想されるため、できるだけ外出を控える。やむを得ず外出する際はゴーグルやマスクで目や気管を守る。

火砕流や融雪型火山泥流は発生してから逃げるのは困難です。火砕流は数百度の岩石やその破片が、斜面を高速で流れ下る現象で、巻き込まれると命を落とすことがあります。その速さは時速100 kmを超えることもあるので、気象庁等が発表する火山情報などに十分注意して外出を極力避けること。

## 18、豪雪

### 1 豪雪で身動きが取れなくなったら

#### <車中>

携帯電話を持っていれば助けを呼ぶ。無理に外に出ようとしない。エンジンをかけて暖房をつけ、体が冷えないように暖かくする。体を動かすと体力を消耗するので、じっとそのまま動かないようにする。

#### <施設内>

除雪作業が終了するまでは施設内にて待機する。無理に帰ろうと外に出ると身動きが取れない状態や転倒、埋雪の恐れがある。

### 2 屋根の雪下ろしのときの注意事項

- （1）作業は一人で行わず、出来るだけ複数で行うこと。
- （2）屋根に上がる時には必ず命綱をつけ、滑りにくい履き物で作業を行うこと。
- （3）屋根への昇り降りのときは、梯子の横滑りや転倒のないように、押さえてもらうなど必ず梯子を固定すること。
- （4）屋根に登るとき、スコップなどの用具は手に持たず、背負うかロープなどを使用して屋根から上げ下げすること。
- （5）暖気のときには屋根の雪がゆるみ滑りやすくなるので、屋根に登っての雪下ろしはやめるようにすること。
- （6）屋根の下の通行人や子供などに十分注意しながら作業をすること

### 3 除雪車を使用して除排雪するときの注意事項

- (1) 開始前、終了後に上司へ連絡を入れる。(安全の為、一人で勝手に作業しない事)
- (2) 周囲の人に注意しながら作業をする。
- (3) 建物や車両等に十分注意をし作業する。
- (4) 集中力の低下は思わぬ事故を引き起こします。30分に1度の休憩を入れる。
- (5) 建設車両の運転免許の無い職員には絶対に触らせないこと。

### 4 その他の注意事項

- (1) 屋根の下を通るときには、雪やつららの落下に注意する。
- (2) 除雪した雪は道路に出さずに、河川敷などの指定場所まで運んで捨てる。
- (3) 除排雪後は、煙突やガスのホースなどが外れていないかよく点検する。

## 19、高齢者・障害者の防災対策について 【事前対策・災害全般】

### (共通事項)

- ・ 居住空間の工夫（居室や避難経路、玄関付近に倒れるものを置かない。できるだけ整理整頓に努める。）
- ・ 家具・電化製品の固定（市販の固定器具による固定）
- ・ 収納の工夫（重い物を下に、軽いものを上に、棚の上の物の落下防止等）
- ・ 消火器の設置（身近な場所に置き、操作方法を習得）
- ・ 緊急連絡カード等を作成する

災害発生時に、障害等の状況や必要とする支援などについて正確に伝えることは、容易ではありません。そこで、あらかじめ知ってもらう必要のある情報をまとめて、オリジナルの「緊急連絡カード」などとして作成し保管しておく、いざという時に大変役に立ちます。

### <記載する項目(例)>

住所、氏名、生年月日、血液型、障害等の種類・程度、緊急時の連絡先（自宅・家族、親戚、かかりつけ医など）、持病やその治療の内容、服用している薬の種類、必要な支援の内容、その他気を付けなければならない心身の状況など

### (身体的機能が低下した高齢者（ねたきり高齢者など）)

- ・ 非常用持出品として、紙オムツ、携帯トイレ、ビニールシート（おむつ交換時や着替えに必要）、幅広いひも等を用意しておきます。入れ歯や老眼鏡、補聴器など日常生活上必要なものは、日ごろから身の回りに置くようにします。
- ・ 車イスやベットから降りられない人、布団から出られない人などは、少しでも安全な場所で、緊急通報装置やブザーなどで助けを求めます。
- ・ 動ける人は、落ち着いて、座る、這うなど重心を低くしてテーブルなどの下へ身を伏せ、落下物から身を守ります。
- ・ 車イスに乗っているときに地震が起きたら、家具などから素早く離れて、安全な場所でブレーキをかけます。
- ・ 転倒しないためには、座る、這うなど姿勢を低くして、近くにつかまるものがあれば、しっかりつかまります。

（車イス使用者）

- 車イスの通れる幅を常に確保しておきます。
- 車イスが使えない場合の代替用具（杖、おびいひもなど）を用意しておきます。
- 車イスのタイヤの空気圧を定期的にチェックします。
- 雨天や寒冷時に備え、車イスでも使用可能なカップ等を用意します。

（視覚障害者）

- 眼鏡、白杖（折りたたみ式等）、時計（音声、触知式等）、緊急時の連絡先点字メモ、メモ用録音機、携帯ラジオ（カード式等）、予備電池等を非常用持出袋の中など、なくならない一定の場所に置いておきます。
- 糖尿病、緑内障のある人は、常備薬を常に持ち出し出来るようにします。

（内部障害者）

- 日頃から服用している薬の処方箋の明細や薬局からの投薬説明文をコピーして、まとめておきます。
- 家族にも医療機関からの指示や緊急時の対処法をよく説明し、理解しておいてもらいます。また、緊急連絡カード等にも、治療方法や介助の方法を、できるだけ詳しくわかりやすく記入しておきます。
- あわてて無理な行動をとることは、心肺への負担が大きく、病状の悪化や急性心不全を引き起こすおそれがあります。揺れがおさまったら、周囲の状況を確認安全な場所に移動し援助を待つようにします。

（じん臓の障害）

- 通院による透析ができなくなったときに備え、他の医療機関での透析など、日頃から関係団体や医療機関と災害時の対策を具体的に話し合っておきます。
- かかりつけ医以外の医療機関で透析を受ける場合に備えて、自分のドライウェイトやダイアライザーのタイプなどの透析条件を緊急連絡カード等に記入しておきます。
- 災害時には食事、水、薬の管理が重要です。食事と水分を上手にコントロールしておくことで、数日間は生活を続けられます。（1日の生活において、カロリーは体重1kg当たり30キロカロリー、蛋白質は体重1kg当たり1.2グラム、塩分は3グラムに抑えるようにします。）
- カリウム対策のため、カロリーメイトやケーキサレイトの予備を持っておきます。
- 自己連続携帯式腹膜灌流法（CAPD）による透析療法をしている方は透析液加温器のバッテリーの予備を非常用持出品と同じ場所において置きます。

（呼吸器の障害）

- 災害時の救急対応について、家族や医療機関、酸素供給業者など関係者と具体的に話し合っておきます。
- 在宅酸素療法をされている方は、あらかじめ、かかりつけの医療機関に酸素の必要度（酸素を使用しなくても大丈夫な日数）などを確認しておくことで安心です。
- 濃縮酸素の濃縮器や液体酸素のボンベは、火気から離れた場所に保管するとともに、液体酸素のボンベは、固定するなど倒れないようにします。
- 酸素チューブの配管は、非常時に体にかからないように工夫して配管してもらいます。
- 在宅酸素療法をしている人は、酸素吸入をいったん止めて、火災の危険性がないことを確認します。火災が発生している場合は、酸素吸入を止めて安全な場所へ移動します。

## 緊急時連絡先一覧表

## 《やすらぎ》

・やすらぎ	019-691-7800	(代表)
		(IP電話)
		(携帯電話)
		(施設メールアドレス)
		(やすらぎ携帯メールアドレス)

## 《官公庁関係》

・岩手県庁	019-651-3111	
・岩手県長寿社会課	019-629-5435	
・ //	019-629-5441	
・ //	メールアドレス	<a href="mailto:ad0005@pref.iwate.jp">ad0005@pref.iwate.jp</a>
・盛岡市役所	019-651-4111	
・盛岡市保健福祉部介護保険課	019-626-7562	
・ //	メールアドレス	<a href="mailto:kaigo@city.morioka.iwate.jp">kaigo@city.morioka.iwate.jp</a>
・盛岡市総務部危機管理防災課	019-622-6211	
・ //	メールアドレス	<a href="mailto:kikikanri@city.morioka.iwate.jp">kikikanri@city.morioka.iwate.jp</a>
・盛岡市役所繫支所	019-689-2301	
・盛岡保健所	019-603-8301	
・盛岡市役所水道部	019-623-1411	
・盛岡西警察署	019-645-0110	・110
・ //	繫駐在所	019-689-2004
・盛岡西消防署	019-647-2234	・119
・ //	繫出張所	019-689-3119

## 《松誠会グループ》

・医療法人社団松誠会 事務センター	019-613-3081	fax 019-687-2627
・滝沢中央病院	019-684-1151	fax 019-684-2458
・老健たきざわ	019-684-1154	fax 019-613-3021
・圭友	019-638-7775	fax 019-638-7778
・ホスピー滝沢	019-687-3735	fax 019-687-3758
・岩鷲苑	0195-76-5611	fax 0195-76-5621
・あしろ苑	0195-72-2600	fax 0195-72-3477
・訪看なのはな	019-613-3016	
・ケアハウス巣子（松実会本部）	019-694-1311	fax 019-694-1313
・麗峰苑	0195-64-1120	fax 0195-64-1121
・繫松苑	019-689-2800	fax 019-689-2400
・ヘルスケアキッチンみたけ	019-658-8441	fax 019-658-8442

《その他》

・東北電力（電気）	0120-175-366
・深沢ツール（ガス、医療酸素）	019-681-7297
・東北電気保安協会（電気）	019-631-2511
・岩館電気（電気施工会社）	019-651-6666
・富士水工業（設備施工会社）	019-641-2241
・菱和建設（建築施工会社）	019-641-2734
・日立ビルシステム（エレベーター）	0120-60-1032
・小山田商店（A重油）	0197-72-2121
・カメイ岩手支店（A重油）	019-639-2284
・つなぎ地区活動センター	019-689-2365
・盛岡つなぎ温泉病院	019-689-2101

《災害伝言ダイヤル》

- ・局番なしの171 ※携帯電話からの利用は不可