

## 概要説明書

### ○地方創生先行型としての事業の概要

先行型としての事業名称	子育て世帯防災安心対策事業	担当課名	危機管理課
基本目標(※)	Ⅲ 子育て世代が安心して子どもを産み育てやすい環境をつくります		
基本的方向性(※)	<p>◆結婚から子育てまでの切れ目ない支援を行うとともに、子どもたちが笑顔で過ごせる環境整備を進めます。</p> <p>◆子どもたちが確かな学力を身につけるための環境整備を進めるとともに、学校・家庭・地域全体で子どもを育て・見守る社会をつくります。</p> <p>◆仕事と子育てを両立できるための地域社会をつくります。</p>		
目的	働く親が安心して子どもを育てられるように、子育て世帯に対し防災意識の高揚を図るため、子育て世帯防災対策講習会を開催し、日頃の備えの重要性を周知するとともに、災害への不安を軽減し、安心して子育てができる環境づくりを推進します。		
概要	<p>①子育て世帯防災対策講習会の開催</p> <p>②防災意識の高揚を図るための広報経費</p>		
KPI	自助の観点から幼児に対する災害の備えをしている子育て世帯の数：50%	目標年月	平成28年3月
効果検証の方法、体制等	(仮称)寒川町まち・ひと・しごと創生総合戦略策定等外部委員会において、個々の事業について検証を実施します。	検証の時期	平成28年3月(予定)
総合計画第2次実施計画における位置付け	防災資機材等充実事業	体系コード	3313-01

(※)の目標と方向性は、平成27年9月時点での町素案

### ○地方創生先行型に関する現状・課題等

現時点での状況・課題	<p>子育て世代を対象にした「防災ハンドブック」や、乳幼児がいる家庭に必要な非常食や心構えを記載したチラシ・ポスター、災害時に子どもに大きな影響を与えかねない食物アレルギーへの備えを記載したチラシ・ポスターを作成した。また、幼児用非常食として、町内にある保育園・幼稚園等に在籍する園児数分の保存用ビスコを購入した。</p> <p>作成したハンドブックやポスター・チラシを配布することで、子育て世代を中心とした町民が防災について考える機会を提供し、防災意識の向上について、共通の認識を持って取り組むことができると考える。</p> <p>また、これまで防災についてあまり積極的でなかった子育て世代に防災について考えるきっかけを作ることができた事についてメリットがあったと考えるが、今後においても更なる啓発活動が必要と考える。</p>
課題を踏まえた今後の方針	<p>保存用ビスコについては、町内保育園・幼稚園等に配付予定だが、各園の防災意識の向上を図るため、園児又は園の職員に向けた講習会等を併せて実施することを検討中。</p> <p>また、今回作成したハンドブックやポスター・チラシについては、今後開催する子育て世代を対象とした講習会にて使用・配布する予定であるが、それ以外にも町で行われる他のイベントや各団体の依頼等により広く配布し、子育て世代を中心に町民が防災について考える機会を提供していく。</p>
町における類似事業	子育て支援センター防災についての講演「まちの防災対策」(平成26年度実施)
比較参考値(他自治体の状況・ベンチマーク等)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども中心とした防災訓練の実施(茅ヶ崎市)</li> <li>・自治会等でセミナーの開催(藤沢市)</li> </ul>
特記事項(事業の沿革等)	

# 概要説明書

○平成27年度実施計画

(単位:千円)

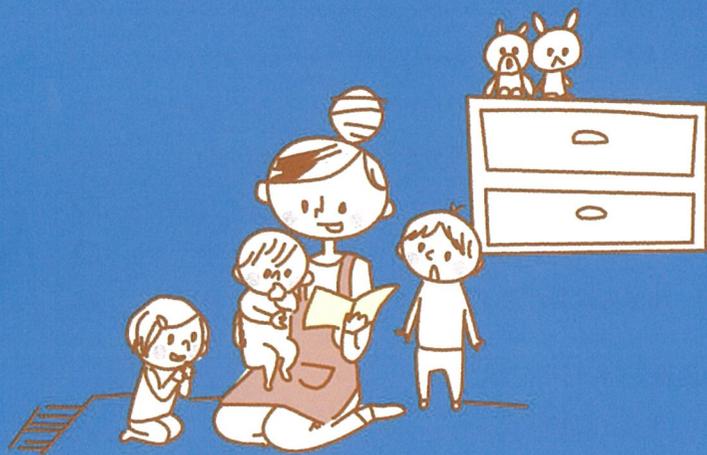
事業名	(第2次実施計画) 防災資機材等充実事業			
	(地方創生先行型) 子育て世帯防災安心対策事業			
主な事務の内容とその計画額	事務	詳細内容	平成27年度計画額	充当予定額(その種類)
	幼児用災害時非常食整備	町内各園に幼児用災害時非常食(保存用ビスコ)を対象園児数分配付することで、各園の防災意識の高揚を図ると共に、災害時における備蓄品等の整備を推進する。 @9,990×50箱(60食入/箱)	500	
	防災ハンドブック、ポスター・チラシの作成と掲示・配布による防災意識啓発	◆子どもの命を守ることを目的に子育て家庭を対象としたハンドブックを作成し、講習会等で配付することで子育て家庭の災害への不安を軽減すると共に、防災意識の高揚を図ることで、安心して子育てができる環境づくりを整備する。 ハンドブック @162×3,000冊 ◆乳幼児に関する災害時の備えや、災害時におけるアレルギー食対策についてのポスター、チラシを作成し、災害時の備蓄品等についての意識啓発を図る。 ポスター @1,080×100枚 チラシ @16.2×3,000枚	643	548 (国庫補助金)
	防災講習会「子育て家庭の防災対策」の実施	作成したハンドブック等を使用して、子育て家庭を対象とした講習会を開催し、日頃の備えの重要性を周知するとともに、災害への不安を軽減し、安心して子育てができる環境づくりを推進する。		
	地震災害警戒本部員報酬	大規模地震対策特別措置法に基づき地震警戒宣言が発せられた場合に開催する地震災害警戒本部の委員へ支払う報酬。 ※4人分	20	
	災害備蓄品等の購入	各種災害に備え、備蓄品等を購入する。 クラッカー・水中ポンプ・ガスボンベ・ガソリン・多機能ラジオ・コードリール・赤色誘導棒・便袋・大人用おむつ・簡易更衣室・ペット用ゲージ・防水シート・カッパ・軍手・革手袋・ヘルメット・三角巾・土のう袋・避難所用間仕切り・簡易トイレ等	8,171	
	災害時用医薬材料等の購入	各種災害に備え、医薬材料等を購入する。 多人数用救急箱(50人用)等	480	
	耐震性貯水槽の維持管理	さむかわ中央公園と旭小学校にある耐震性貯水槽(100t水槽)の遮断弁及び給水室の目視点検及び清掃を行う。	159	
	補修用材料の購入	水害等発生した場合に作成する土のう用の川砂(20m <sup>3</sup> )を購入する。	152	
	庁用器具の購入	災害時等に必要となる器具を購入する。 かまどセット・ガスパワー発電機・組み立て式汲み取り式トイレ・リヤカー等	2,310	
	耐震性貯水槽タンク維持点検工事	寒川小学校にある耐震性貯水槽(100t水槽)のタンク内の目視点検及び清掃を行う。	800	
	計		(a) 13,235	
	平成27年度人件費予想額		(b) 675	平均給与額(H26) @6,749千円 × 0.1 人
第2次実施計画上の事業に係る費用の合計		(a)+(b) 13,910		
上記合計額のうち、地方創生先行型に係る費用の計(人件費は除く)		1,143		

※色つきのセルが、地方創生先行型に該当する部分です。

想定外から子どもを守る

保育ママのための

# 防災ハンドブック



# 目次

子どもの命を守るためにできること。被災地からの教訓	2
じつはこうだった！ 子どもたちの生死を分けるホントの話	3
リスクマネジメントの考え方	4
さあ、防災の1歩をスタートしよう！	5

## 備えは万全ですか？

点検してみよう！ 身のまわりの防災	7
準備できてる？ 防災グッズ	9
話し合おう！ 地域の安全対策	12
安心への第一歩！ 避難場所・経路を決める	14
子どもを守ろう！ 保護者との連携	15
とっても大切 地域との協力関係	17

## こんな時、どうする？

注意が必要 警戒宣言の発令	18
落ち着いて行動しよう 火災がおきたら	19
状況を見きわめて 地震がおきたら	20
すぐに高台へ 津波が発生したら	21
風害・水害に備えて 台風・水害には	22
まずは情報収集 火山が噴火したら	23
正しい情報を！ 原子力災害が発生したら	24

## 再開までの道筋をイメージしておこう

再スタートしよう 保育の再開に向けて	25
子どもを見守る こころのケア	26

## 附録

子どもたちを守る力 チェックリスト
防災訓練用対応ケース集

## 子どもの命を守るためにできること。被災地からの教訓

2011年3月11日、東日本をおそった地震、津波により、多くの尊い命が失われ、人々の日常が奪われてしまいました。お亡くなりになられた方々に、心から哀悼の意をささげるとともに、被災者のみなさまに心からお見舞い申し上げます。

東日本大震災で、岩手、宮城、福島3県で被災した保育所は722カ所ありました。このうち、津波などで全半壊した保育所は78施設。乳幼児が亡くなったのは1施設でした。突然の大きな震災、建物の崩壊、津波。現場の保育士さんたちは、パニックの中、必死で子どもたちを守ったのです。

ところが、「非常時は保護者に」という、これまでの常識にしたがって保護者に引き渡したあと、死亡、行方不明となった子どもたちは、111名にものぼってしまいました。

私たちは、地震大国にいて、いつ、どこで同じような震災に見舞われるかわかりません。この冊子は、111名の子どもたちが残してくれた、「常識やマニュアルが、津波のとき当てはまらない」という、大事な教訓をもとに、保育士さんたちに「子どもたちを守るチカラ」を身につけていただくためにつくりました。

プリントアウトして、常備し、今後の防災活動に役立ててください。

### 「子どもたちを守るチカラ」をつける3つの指針

#### (1)【知る】あなたの地域と保育する場所は、震災に強い？弱い？

「自分たちの命は自分で守る(＝自助)」という考えを一人ひとり持つことがとても大切です。この冊子に書かれていることは、多くの保育事業者に共通する原則。実は、災害時にどんな危険があるか、どう動くのがよいかは状況によってちがいます。地域の環境や保育する場所の現状をあらためて考え、安全対策と防災対応力を高めましょう。

#### (2)【演習する】「防災訓練用対応ケース集」でシミュレーションを

いくら防災知識を身につけても、とっさによい判断と正しい行動ができるとはかぎりません。また、役割分担を決めていても、非常時にはチームワークがうまく発揮できないかもしれません。定期的に「防災訓練用対応ケース集」を用いた避難訓練を、また、「子どもたちを守る力チェックリスト」を用いた防災点検を実施しながら、チームで話し合いを深めましょう。

#### (3)【つながる】園を救うのは、地域と保護者のつながり

災害が発生したとき、人手がたりずに子どもたちを守りきれないケースや、保護者と連絡がとれないこともあります。「近くに暮らす人々が助け合う(＝共助)」という考えで、日ごろから地域や保護者との協力関係をつくっておきましょう。

じつはこうだった！

## 子どもたちの生死を分けるホントの話

マニュアルや常識にとらわれて、本当に子どもたちを守ることができるのでしょうか？ 時にはしなやかに状況判断することも大切。保育ママのみなさんにも役立てていただきたい教訓として、実際に被災した保育園のお話をまとめました。

### これってホント？「マニュアルや規則を守れば子どもたちは絶対に守れる」

津波に襲われた  
A保育所は？

じつは…

マニュアルどおりに子どもを引き渡しても命の保証はありません。「とにかく守らなきゃ！」と思って「一緒に逃げましょう」と保護者を説得。集団避難した結果、津波に飲まれず全員が無事でした。



マニュアルや規則が命を脅かすことも、…

### これってホント？「マニュアルにある防災グッズは必ずそろえる」

園が全壊した  
B保育所は？

じつは…

地震があった日は訓練どおりに、避難車で子どもたちを無事に避難。園が津波によって壊れてしまい、違う場所で保育を再開したんです。でも新しい所は道が悪く、車を使った避難は無理。「どんな所でも避難車があればいいわけじゃなく、環境に合わせた安全対策が必要」と実感しました。



天候や立地の特性など環境が変われば対応策も変わります

### これってホント？「災害がおこったら指定された避難場所にすぐ逃げる」

頑丈な  
C保育所は？

じつは…

災害がおきても、すぐには指定の避難場所に移動しないほうがいいことも。震災の日、園の周りでは道路に凹凸がで、建物のガラスが散乱していました。「地盤も建物もしっかりしてるから、園舎にいるのがいちばん安全」と判断。火災などの危険がなければ、園にいて様子を見るのを基本にしようと考えてます。



施設、設備によって対応策が変わります

### これってホント？「経験も訓練も積んでいるからうちの職員だけで大丈夫」

園児数の多い  
D保育所は？

じつは…

今回の津波が来たとき、たまたま残っている子どもの数が10名を切っていたので、保育ママだけで無事に命を守れました。でも、「もし、子どもが90名いる時間だったら？」と考えると、私たちだけで安全に避難するのは難しかったかも。地域の人たちの協力が必要だって強く感じました。



子どもの数、地域や保護者の協力度合いが生死を分けることも

# リスクマネジメントの考え方

リスクマネジメントとは、「組織をとりまくさまざまな損失や損害が発生しないようにすること。もしも、予想できなかった規模の損失や損害が発生したときでも、その被害を最小限にし、よりすみやかに復旧するための活動」です。

私たちは自然災害の発生を防ぐことはできませんが、その被害を最小限に食い止めることはできます。

リスクマネジメントは「リスクの把握」→「リスクの分析」→「リスクへの対応」→「対応の評価」という流れで進められます。そして、そのリスクを把握、分析するときに、役立つのが「SHELLモデル」です。

## 「SHELLモデル」ってなに？

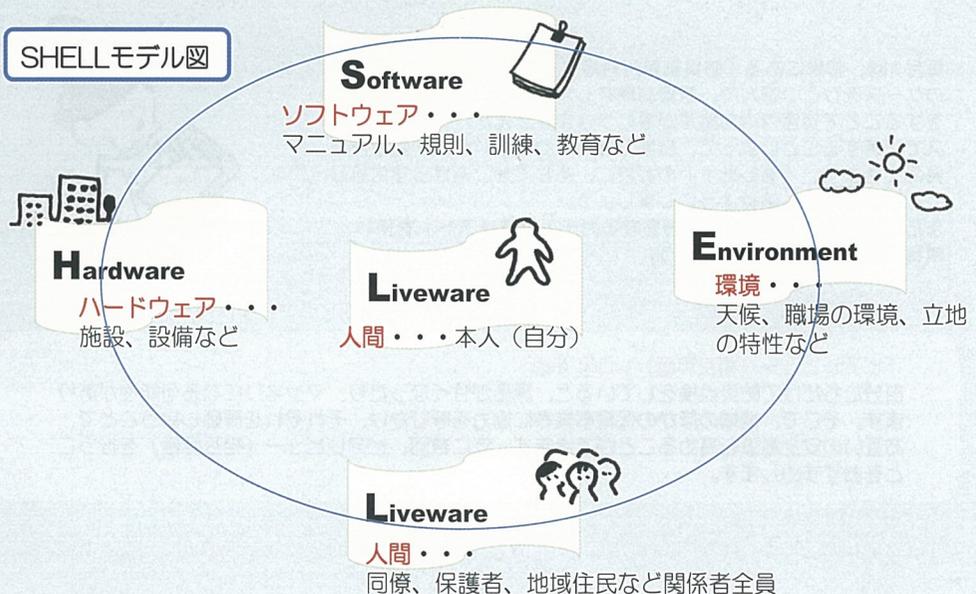
人間（中心の L : Liveware）の行動は、それを取り巻く4つの要因（Software、Hardware、Environment、Liveware）がお互いに影響し合って決まってきます。

4つの要因は自分（本人）で直接変えることはできませんが、そこにひそんでいるリスクを把握し、分析することで、自分の対応や関わり方を変えて、自然災害による被害を最小限に食い止めることは可能でしょう。

「SHELLモデル」は、「（事故などが）なぜおこったか」を分析して、再発防止につなげるための要因分析の方法です。この冊子にまとめられている防災点検や避難訓練の演習と組み合わせることで、地域の特性や施設の現状に合った災害対策を立てるときにも役立ちます。

この冊子も、「SHELLモデル」の考え方に合わせてつくられています。

この冊子を参考にしながら地域特性や保育従事者数等の現状に合った災害対策を立て、もしものときに備えてください。



## さあ、防災の1歩をスタートしよう！

～自分たちにぴったりの防災マニュアルをつくることができます～

防災ハンドブックには「基本の防災対策」が書かれています。しかし、実際には、周辺環境や立地特性、保育ママ体制など、それぞれ条件がちがうため、マニュアルのようにそのまま使うことはできません。「防災点検」や「避難訓練」をとおして自分たちに合った防災対策をつくり、しっかり頭に入れておくようにしましょう。

### Step1 (Plan)

### オリジナルの防災ハンドブックをみんなで作ろう

ここでご紹介している内容は、あくまでも「きほんのき」です。まずはハンドブックを参考にして、周辺環境をチェックし、保育ママ数などの現状にあった安全対策をみんなで話し合しましょう。



#### 安全対策のポイント

- 防災グッズ……………子どもの人数や年齢を考慮し、地域や気候に合わせた防災備品
- 地域の安全対策……………園がある土地周辺の環境・立地特性に合った安全対策
- 保護者との連携……………災害など緊急時の連絡方法や引き渡しルールの取り決め
- 地域との協力関係……………ご近所や地域で関係する機関とのコミュニケーション

### Step2 (Do)

### 月に1回、避難訓練と防災点検は忘れずに！

毎月1回、附録にある「防災訓練用対応ケース集」の中から、災害のケースをひとつ選んで、避難訓練をしましょう。くりかえし訓練をすることで災害時の対処法が身につきます。また、いろんなケースで訓練することによって、日常では気がつかない危険や問題点が見えてきます。「もしも！」のときに、あわてず、あせらず対処して、事故を未然に防ぐようにしましょう。また、毎月1回「子どもたちを守るカチェックリスト」を使い、職員で防災点検も行いましょう。



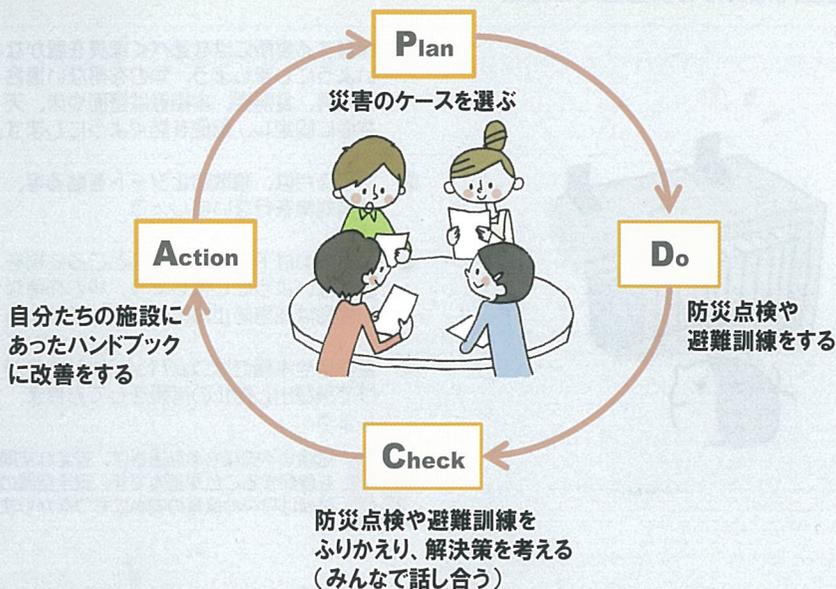
#### 「ピアレビュー（相互評価）」のすすめ

自分たちだけで防災点検をしていると、評価が甘くなったり、マンネリになる可能性があります。そこで、地域のほかの保育事業者に協力を呼びかけ、それぞれを評価し合うことで、お互いの安全意識を高めることができます。年に数回、ピアレビュー（相互評価）を行うことをおすすめします。

### Step3(Check)

## 避難訓練と防災点検をみんなでふりかえりましょう

避難訓練と防災点検を実施したあとは、かならず職員ミーティングを開きましょう。  
普段の保育では気づかない潜在的なリスクや課題を明らかにして、みんなで解決策を話し合しましょう。  
※複数の職員がいない場合は、合同避難訓練等の場を活用しましょう。



### Step4( Action)

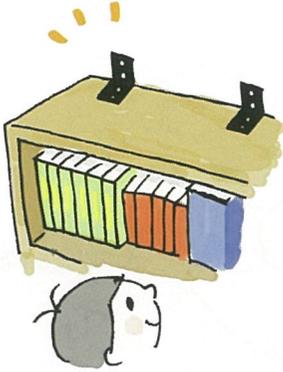
## ハンドブックを改善して実行にうつしましょう

保育ママで話し合った危険の回避や問題点の解決策を、ハンドブックの必要な部分に書き加え、自身の保育場所に合ったオリジナルの防災ルールとして実行していきましょう。



定期的に危険な場所の安全点検をすることで、災害がおきたときの事故を防ぐことができます。また、建物のまわりにある危険を保育ママ一人ひとりが実感できます。安全対策は時間とともにその重要性が薄れていくので、確認をした場所でも毎月1回は点検をするようにしましょう。

### 保育室内における安全空間の確保



- ① 保育する場所にはなるべく家具を置かないようにしましょう。やむを得ない場合は家具、食器棚、本棚等は壁面や床、天井面に固定し、転倒を防ぐようにします。
- ② ガラス戸は、飛散防止シートを貼る等、破損対策を行ないましょう
- ③ 重いものは下に置き、高いところに物を置かないようにしましょう。やむを得ない場合は転落防止対策を行ないましょう
- ④ 食器棚や本棚にはゴムバンドやひもをかけて飛び出し防止の措置をしておきましょう



ONE POINT

危険や不安なものを見え、安全な空間を確保することが基本です。安全空間の確保は日々の保育の安心にもつながります。

### 出入口・避難通路



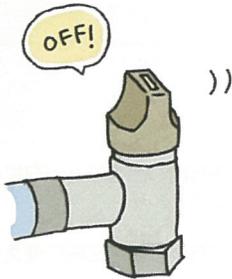
- ① 部屋の出入口付近や廊下階段には物を置かないようにしましょう
- ② ドアの周囲、廊下階段に転倒の可能性がある家具を置かないようにしましょう
- ③ 非常時の避難口の外履きを用意しておきましょう



ONE POINT

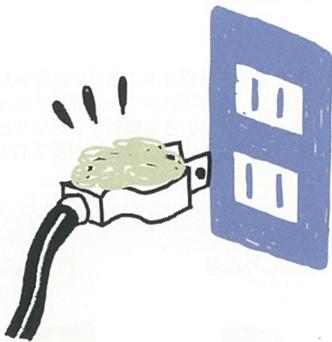
ドアや通路に大型の家具を置いていると倒れた際に避難するルートを失うリスクがあります。出入口付近、廊下、階段の通行の確保を意識しておきましょう。

## キッチン



- ① 冷蔵庫、食器保管庫などの大きな電化製品は倒れないように固定しましょう
- ② ガス栓、ガス管が壊れたり老朽化していないか確認しましょう
- ③ 電気コード、ガスホースなどは足に引っかからないように短くまとめましょう
- ④ ガスを使用しないときには、こまめに元栓を閉める習慣をつけましょう

## 火元



- ① ストープの周辺に燃えやすいものを置かないようにしましょう
- ② 給湯室のガス栓、ガス管が壊れたり老朽化していないか確認しましょう
- ③ 電気コードやコンセントが壊れたり・老朽化していないか確認しましょう
- ④ コンセントの周囲にホコリをためないようにしましょう

## 消火設備



- ① 消火器は落下・転倒しない場所に置きましょう
- ② 保育ママに消火器の設置場所と使用方法をくりかえし指導しましょう
- ③ 消火器の使用期限が切れていないか確認しましょう
- ④ 半年に1回、検査を受けましょう

地震、火山噴火、津波…自然災害はいつおこるかわかりません。避難所での生活に最低限必要なものをいつでも持ち出せるように、非常用持ち出し袋を準備しておきましょう。また、子どもといっしょに避難するときに便利な避難グッズを準備しておけば安心です。

## 非常用持ち出し袋の準備



- ① 非常用持ち出し品をリュックにまとめておきましょう
- ② 非常用持ち出し袋は玄関に備え付けておきましょう
- ③ 預かる子どもの大きさや季節に応じて（原則月に1回）持ち出し品を見直しましょう。薬や食品は消費期限を確認し、古くなったものは交換しましょう



ONE POINT

電源や電池不要な懐中電灯や携帯電話の充電器など、便利な防災グッズがたくさんあります。補充するときは最新グッズをチェックして、必要なものは足すのもおすすめです。

チェックしてみましょう

## あると便利！持ち出しグッズチェックリスト

ウェットティッシュ



重要度

おむつ交換や食事などで活用します。断水に備えて、ティッシュだけでなく、ウェットティッシュの用意をお忘れなく。

お菓子



重要度

非常時は、とくに幼児用の食べ物が手に入りにくくなります。保存のきくお菓子を用意しておきましょう。

おしりふき



重要度

ウンチ・オシッコの拭き取りもきれいにできて、入浴できないときには体の汚れ拭きにもなります。

おんぶ紐



重要度

乳児をおんぶしながら、両手を自由に使えます。

紙おむつ



重要度

断水で洗濯などもしにくい場合には、紙おむつで子どもが不潔にならないようにしましょう。

着替え



重要度

子どもの着替えは用意しておきましょう。清潔な衣類を着ることで皮膚病などの原因を減らせます。

粉ミルク



重要度

被災するとなかなか手に入らないもののひとつです。

パスタオル



重要度

子どもをくるんだり、体を拭いたり何にでも使える便利グッズ。防寒対策、安全対策として必ず用意を。

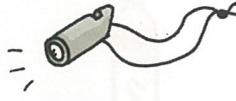
□ビニール袋・  
ゴミ袋



重要度

汚れたものを入れたり、着替えを入れたり、何かと便利です。小さくさまざまな複数枚用意しておくといでしょう。

□ホイッスル  
ライト



重要度

LEDライトだと明るさが長時間つきます。

□哺乳瓶



重要度

引き渡しがすぐにできるとは限りません。保護者が迎えにこないときのために、哺乳瓶を準備しておきましょう。

□ミネラル  
ウォーター（軟水）



重要度

断水したときのために、できるだけ水を準備しましょう。ミルクが作れるように軟水がおすすです。

## 備蓄できる食品・日用品の準備



- ① 最低3日分の必需品を備蓄しておきましょう
- ② 薬や食べ物、定期的に消費期限を確認し、古くなったものは入れかえて、補充しましょう
- ③ 個々のアレルギーの状況を確認し、アレルギーに対応した食品等を備蓄しておきましょう。

memo!



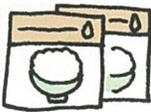
### 被災地からの伝言 ◀

「津波のときは、避難所に逃げるようになっていたので、避難先の公民館に食べものや水、ある程度の救急用品を準備していました。いちばん助かったことは食べものをビニール袋に入れていたこと！津波で避難所が浸水しても食べ物や水がダメにならず、空腹をしのごうことができました。」

チェックしてみましょう

## あると助かる！食品・日用品

□アルファ米



保存がきくうえ、お湯か水を注ぐだけで食べられるため、非常食として便利です。

□エマーゼンシー  
ブランケット



毛布の5倍保温力があるのに、薄くてかさばらない優れたものです。

□ガスコンロ



ガスが止まってしまった時はガスコンロが助けに。カセットボンベも多めに備蓄しておきましょう。

□缶詰・レトルト食品



保存がきき、調理しなくてもすぐに食べられるものを選びましょう。

□防寒具



電気が止まったとき、暖房器具は使用できなくなります。防寒具で身を守りましょう。

□ポリタンク



水の備蓄のみならず、配給される生活用水の持ち運びに威力を発揮します。

□ミネラルウォーター



命をつなぐためにいちばん大事なものが水です。必ず準備しましょう。

□ランタン



ロウソクは倒れると火災につながる可能性があるので、ランタンを用意しておきましょう。

memo!



## 被災地からの伝言

「“避難所”と“避難場所”の違いも知らずに避難場所に逃げ込んだら、あると思いこんでいた備蓄が一切なく、結局、自宅に戻ることに。。。“避難場所”は一時的に身を守る場所で、災害後の生活場を想定している“避難所”とは異なるものなんですね。勉強不足を反省するとともに、あらかじめ避難先の備蓄などをしっかりと確認しておくことの必要性を感じました。」

津波被害の恐れがある海の近くや土砂災害の恐れがある山のふもとなど、地域や立地特性によって、災害時の危険具合はちがいます。自治体からハザードマップを入手するとともに、自分たちの足で歩き、地域や立地特性に合った防災対策を立てましょう。

## 地域安全マップをつくる



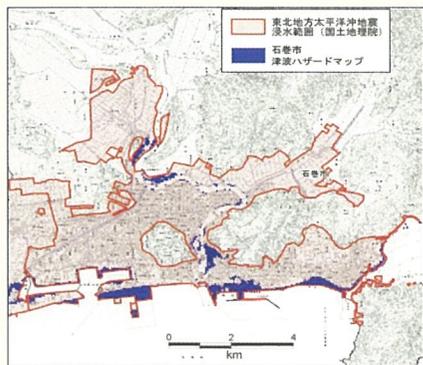
- ① 自治体のホームページ、もしくは、窓口へ直接行き、地域の災害ハザードマップを確認しましょう
- ② 地理的な特徴による危険な場所（河川の堤防決壊、がけ崩れなど）を知りましょう
- ③ 避難場所・避難経路を自分の足で歩き、交通量や道幅、危険な場所（落下、倒壊、避難の障害となるもの、浸水、がけ崩れなど）を確認しておきましょう



自分の足で歩き、目で確認することで、危険を予測する能力が育っていきます。お散歩マップの地域を歩きながら、その土地にひそむ危険を知り、それをふまえた対策を立てておきましょう。

知っておきたい

「想定」とらわれないのが安全の基本



左の図は、震災前に石巻市が作成していた津波ハザードマップと、東北地方太平洋沖地震で実際に浸水した範囲をくらべたものです。当初の予想をはるかに上回る範囲で、津波による被害がおこったことがわかります。

ハザードマップは、地域における危険を知っておくのに便利ですが、過去の災害をもとに考えられているため、そのとおりになるとはかぎりません。自然が相手なので「これで大丈夫」と決めつけず、そのときの状況を見ながらしなやかに判断し、よりよい行動ができるように心がけましょう。

（出所）

東北地方太平洋沖地震を教訓とした地震・津波対策に関する専門調査会 第1回 会合資料

## 防災関係機関一覧表をつくる

連絡先	電話番号	FAX番号	備考
〇〇保育所(連携保育所)			
〇〇市保育課			
〇〇総合病院			
〇〇医院			
〇〇市災害対策本部			
〇〇消防署			
〇〇警察署			
〇〇電力			
〇〇ガス			
水道局			

- ① 地域の防災関係機関の連絡先を調べ、一覧表をつくっておきましょう
- ② 携帯電話や固定電話のアドレスに登録しておきましょう



ONE POINT

緊急性の高い連絡先ほど上位へ、優先順位を付けてリスト化しておきましょう。

## 給水設備の確認



- ① 自治体のホームページなどから身近な応急給水の拠点や防災井戸を確認しておきましょう

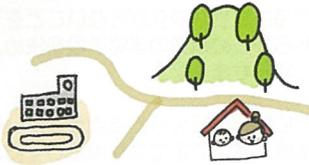


ONE POINT

水道局では、災害がおきた時に避難住民が集まる避難場所に給水するために、配水池や災害用地下給水タンクなどを応急給水拠点として整備しています。

周辺環境によって、それぞれ安全な避難場所とそこまでの避難経路はちがいます。地域の防災計画やハザードマップを参考に、あらかじめ状況に合った避難場所と避難経路を決めておきましょう。

## 避難場所



知っておきたい

- ① 地域の防災計画やハザードマップをひとつの参考として、2ヶ所以上の避難場所を決めておきましょう



子どもの避難場所としてよい場所が見つからないときには、高台の民家や民有地（畑や山林など）の利用を考え、所有者の理解を得ておきましょう。

## 避難場所のガイドライン

- ・避難対象地域から外れていること。
- ・建物を指定する場合、建物、耐震補強実施済みの建物を指定することが望ましい。
- ・周辺に山・崖崩れ、危険物貯蔵庫等の危険箇所がないこと。
- ・夜間照明及び情報機器（伝達・収集）等を備えていること。
- ・一晩程度宿泊できる設備（毛布等）、飲食品が備蓄されていることが望ましい。
- ・非常電源、暖房器具等を備えていること。
- ・乳幼児に配慮した環境が確保されること。
- ・袋小路となっていないこと。津波がせまった場合、より高台へ避難できる経路が確保されること。

（参考）各都道府県 津波避難計画策定指針

## 避難経路



知っておきたい

- ① 避難場所まで最も短時間で、そして安全にたどりつける避難経路を2つ以上決めておきましょう



災害時には、あらかじめ決めておいた避難通路が使えなくなること考えられます。状況によってすぐに安全な経路で避難できるように、その経路を自分の足で歩いて確認しておきましょう。

## 避難経路のガイドライン

- ・川・崖崩れ、建物の倒壊、転倒・落下物等による危険がなく、幅員が広いこと。特に観光客等の多数の避難者が見込まれる地域にあつては幅員を十分考慮すること。
- ・橋梁（跨線橋等）を有する道路を通る場合は、その耐震性が確保されていること。
- ・防潮堤や胸壁等の避難障害物を回避する対策（例えば階段等の設置）が図られていること。
- ・海岸、河川沿いの道路は原則として避難路としない。
- ・避難途中での津波の来襲に備え、避難路に面して避難ビルが設置されていることが望ましい。
- ・家屋の倒壊、火災の発生、橋梁等の落下物の事態にも対応できるように、近隣に迂回路を確保できる道路を指定することが望ましい。
- ・複数の迂回路が確保されていること。
- ・夜間の避難も考慮し、夜間照明等が設置されていること。

（参考）各都道府県 津波避難計画策定指針

子どもを安全に保護者のもとに引き渡すためには、保育ママの努力だけではなく、保護者側の協力も必要です。保護者向けの説明会などを通じて、子どもの命を守るためには保育ママと保護者のチームワークが大切であることを伝えていきましょう。

## 連絡手段の共有



- ① 災害時は電話がつかないことを予想してあらかじめ複数の連絡手段を決め、保護者に知らせましょう
- ② すぐに情報を伝えられるように、いくつかの事態を考えた定型文を用意しておきましょう
- ③ 保護者側からも安否状況を施設に報告してもらえるように頼んでおきましょう

### 電話不通時の連絡手段の一例

一斉メール配信システム、携帯電話から見られるホームページやブログ、ツイッター、Skype（スカイプ）、園舎に設置した掲示板、災害伝言ダイヤルなど



ONE POINT

これらの連絡手段は災害時だけに利用しようと思っても急に使えるものではありません。避難訓練のときに試験的に利用したり、保護者に対する日常の連絡手段として活用するとよいでしょう。

## 避難場所や引き渡しルールの共有



- ① 避難場所を保護者と共有しておきましょう  
※避難訓練などを通じて保護者と現地確認をするなど
- ② 情報を伝えることができなったり、保護者の迎えができない場合を考え、あらかじめ保護者との間で引き渡しのルールを決めておきましょう

### 引き渡しルール例

災害時、安全が確認できない場合には引き渡しをしない。その場合、保護者は施設と一緒に留まるか、一緒に避難をする



ONE POINT

日常的に送迎する保護者が帰宅難民になる場合も考え、保護者以外で引き渡すことが予想される人（祖父母など）の名前、連絡先、ご本人確認用に生年月日などを聞き取っておくようにしましょう。

memo!

### 被災地からの伝言

「毎月の避難訓練のほかに、年に1回、保護者も参加して避難訓練をしていました。保護者の震災に対する意識が高かったため、震災当日、迎えにきた保護者も保育士と一緒に協力してくれ、人手を確保することができ、とても助かりました。」


 知っておきたい

**緊急時の安否確認・情報源・連絡手段**
**■ NTT「災害用伝言ダイヤル(171)」**

災害用伝言ダイヤルとは、災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に開設される声の伝言板です。「171」をダイヤルし、音声ガイダンスにしたがって、伝言の録音、再生を行なうことができます。NTTでは災害時以外にも毎月1日、15日と防災週間等に「災害用伝言ダイヤル」を体験できるように「体験利用日」を設けているので、保護者の方と一緒に伝言の残し方や聴き方の訓練をしておくとういでしょう。

**【利用方法】**

**被災地の方**  
(伝言を録音する)

171-1-自宅の電話番号(市外局番から)

**安否を確認したい方**  
(伝言を再生する)

171-2-安否を確認したい方の電話番号(市外局番から)

**■ 災害用伝言板(web171など)**

電話は繋がらないけれど、インターネットなら使えるという時は「災害用ブロードバンド伝言板(web171)」を利用するとよいでしょう。ホームページアドレス(<https://www.web171.jp/top.php>)にアクセスし、電話番号を入力することで、伝言を登録・確認することができます。同様に、携帯電話・PHS各社においても災害用伝言板を開設しています。携帯電話・PHSから災害用伝言板にアクセスし、コメントを入力し、伝言板に残すことができます。

(NTTドコモ) <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>  
 (KDDI) <http://dengon.ezweb.ne.jp/>  
 (ソフトバンク) <http://dengon.softbank.ne.jp/>  
 (イー・モバイル) <http://dengon.emnet.ne.jp/>  
 (ウィルコム) <http://dengon.willcom-inc.com/>

**■ ツイッター(Twitter)・フェイスブック(Facebook)**

インターネット上に140字以内の短文を投稿できる「ツイッター」や登録制の交流サイト(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)は、東日本大震災で電話回線がつながらなくなったときにも機能し、伝言板として利用されました。

これらのソーシャルメディアは、サイトを利用するだけで友人・知人に安否を知らせることにつながるとともに、多くの人に情報が拡散されることから、被災地の現状を知らせることで、支援を必要とする人と支援できる人をつなぐツールとして大きな役割を果たしました。

ツイッター(Twitter)公式ナビゲーター <http://twinavi.jp/>  
 フェイスブック(Facebook)のホームページ <http://ja-jp.facebook.com/>

限られた数で小さな命を守らなければならない保育ママにとって、地域の方々の協力は大きな力となります。いざというとき、スムーズに協力をお願いできるように、日頃から地域の方々と顔の見える関係を築き上げましょう。

## 保育所との連携



- ① 連携保育所がない保育ママは、日常の保育サービスの質を高めるためにも地域の保育所と交流を図りましょう
- ② 防災マニュアルの共有や合同避難訓練を実施し、お互いの防災意識を高めましょう



ONE POINT

保育所は乳幼児の保育環境が整っているので、避難先としても安心な場所の1つです。困った時に助け合えるように、関係づくりを行っておきましょう。

## 地域との連携



- ① 近所（例：向う三軒両どなり）、町内会長、避難場所や消防の関係者などに、毎月園便りを配布し、ごあいさつにまわりましょう
- ② 自治会の会合や合同避難訓練など、地域のもよおしに積極的に参加しましょう



ONE POINT

顔の見える関係から一歩踏み込んで、近所の事業所などと災害が起こったときの人や物の支援について事前に話し合い、文書でまとめておくとういでしょう。

（例）

災害発生時、子どもを避難させる必要がある場合、相手先の事業所に人的支援をお願いするなど

memo!



### 被災地からの伝言 ◀

「震災のときは、ガソリンが手に入らなかったため買い物にも行けず、食べ物の調達に困りました。しかし、近隣の方々に日ごろから挨拶をしており、頻りにコミュニケーションをとっていたため、食材を分けてもらうなどして子どもたちにもご飯を作ることができました。日ごろからの近隣の方とのコミュニケーションは本当に大事ですね。」

警戒宣言とは、大規模地震対策特別措置法に基づき行われる地震予知で、異常が確認された場合、被害を最小限におさえるために発令される宣言です。（現時点では対象が東海地震にかざられます）宣言が発令されたら災害発生に備えて必要な対策をしましょう。

## 保育中に警戒宣言が発令されたら



- ① 子どもたちを安全な場所に集めましょう  
※P9「保育室内における安全空間の確保」
- ② 自治体や警察などの広報、ラジオ、テレビなどから情報を集めましょう
- ③ ガスコンロ、ストーブなど使用中の火を消し、元栓を閉めましょう
- ④ バケツなどに水をくんで非常用水を確保しましょう
- ⑤ 非常用持ち出し袋を持ちましょう
- ⑦ 状況に応じて、保護者と連絡をとり、子どもの引き渡しをしましょう

火災は起こさないことが肝心ですが、おきてしまったら、すぐに子どもを避難させなければなりません。また、火災で発生した有毒ガスや高温の気体を吸い込むことによる呼吸困難で人命がうばわれるケースが多いため、煙の特性を理解して避難しましょう。

## 火元の場合



- ① 子どもたちを安全な場所に集め、建物の外へ誘導しましょう
- ② ぬれたハンカチなどで鼻と口を押さえ、低い姿勢で移動しながら、子どもを静かに早足で避難させましょう
- ③ 延焼を防ぐために、ドアや窓はできるだけ閉めましょう
- ④ 周辺に知らせるとともに消防署に通報しましょう
- ⑤ 可能なら消火器による初期消火をしましょう



背丈よりも火が高く上がってしまったら初期消火をあきらめ、身の安全を優先しましょう

## 周辺が火災の場合



- ① 地域の連携先などと連絡をとり合って、正確な情報をつかみましょう
- ② 状況に応じて、子どもたちを安全な場所に集め、屋外へ誘導しましょう
- ③ 風向き、火災の規模、周辺の危険な場所（工場・ガソリンスタンドなど）の有無を確認し、子どもを安全な場所に避難させましょう

地震がおこったら、まずは落下物から身を守ることが先決。また、地震でもっとも恐ろしいのは、ゆれが原因の火災による被害です。子どもと自分の安全が確保でき、ゆれが収まったらすぐに火の元を確認し、窓やドア類は開け放ち、避難経路を確保しましょう。

### 屋内にいた場合



- ① 子どもたちを安全な場所に集めましょう  
※P8「保育室内における安全空間の確保」
- ② 姿勢を低くし、頭を守る体勢を取りましょう。座布団や毛布が近くにある場合、頭を覆いましょう
- ③ 窓・扉を開けて出入口を確保しましょう
- ④ 火を消し、ガスの元栓を閉めましょう
- ⑤ 防災頭巾をかぶらせ、長袖の上着を着せ、靴をはかせましょう
- ⑥ 状況に応じて、非常用持ち出し袋をせおい、子どもを避難場所へ誘導しましょう
- ⑦ 人員点呼・確認をし、テレビなどで正確な情報をつかみ、次の対応に備えましょう



ONE POINT

「窓から離れて」「頭を守って、手首は内側にして」（危険回避の指示）、「大丈夫よ、落ち着いて」「先生はここにいるからね」など、声をかけるようにしましょう。

### 屋外にいた場合



- ① 建物から十分に離れた場所へ子どもを誘導しましょう
- ② 人員点呼・確認をし、施設と連絡をとり指示を受けましょう
- ③ 状況に応じて、より安全な避難場所へ子どもを誘導しましょう

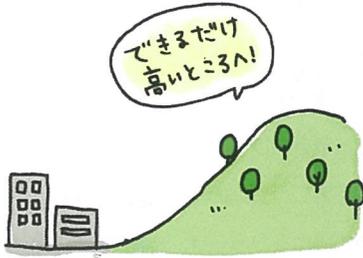


ONE POINT

古い建物、建設中の建物、ブロック塀、石塀、自動販売機、切れた電線、ガスの臭いがする場所、地割れ、崖下、川岸、橋の上などは危険です。すぐに安全な場所に避難させましょう。

津波はときには想像もつかない高さになる恐れがあります。また、第1波がいちばん高いとはかぎらず、第2波、第3波の高さが増す可能性もあります。わずか1mの高さが生死を分けるので、できるかぎり、早く、そして、より高台に避難しましょう。

## 保育中



- ① 一刻も早く高台に避難しましょう
- ② 可能であれば、より高いところに避難しましょう
- ③ やむをえず建物に避難するときには、海岸に面する前面のビルより、2列目、3列目の建物に避難しましょう
- ③ 津波が浸水をはじめたら、遠くへの避難をあきらめ、近く建物でも、できるだけ高いところに避難しましょう

台風がもたらす被害のほとんどは風害と水害です。台風が発生したときには台風情報をつねにチェックし、接近や通過の可能性がある場合は、あらかじめしっかりと対策を立てておきましょう。

## 保育中



- ① 台風情報・天気予報をつねにチェックし、状況に応じて保護者に連絡を取り、安全なうちに引き取ってもらいましょう
- ② 強風で飛ばされそうなものは屋外に置いたままにせず、屋内に移動しておきましょう
- ③ 停電に備え、懐中電灯や携帯ラジオの準備をしましょう
- ④ 断水に備え、ポリタンクなどに飲料用の水を確保しましょう
- ⑤ 避難に備え、非常用持ち出し袋をまとめておきましょう
- ⑥ 浸水に備え、ぬれて困るものは高い場所に移動させましょう

## 避難勧告・指示が出た場合



- ① 保護者に連絡を取り、避難先や引き渡しについて伝えましょう
- ② プレーカーやガス、水道の元栓を閉めましょう
- ③ ドアに避難場所を掲示しておきましょう
- ④ 雨具を着込み、荷物はせおうものだけにし、両手の自由を確保しましょう
- ⑤ 靴は水が入ると歩きにくくなる長靴より、ひもでしっかり足元を固定できる運動靴やトレッキングシューズをはきましょう
- ⑥ 乳幼児はおんぶではなく、抱っこして身を守りましょう
- ⑦ 子どもはしっかりと手をとって一緒に行動しましょう



ONE POINT

河川や急傾斜地に近く、危険を感じる場合は、避難勧告・指示の有無に関わらず、自主的に避難しましょう。

もしも火山が噴火したときには、まずはテレビやラジオなどで緊急火山情報を確認しましょう。さしそまった状況になったらすぐに避難できるように準備を整えて、自治体や消防の指示にしたがうようにしましょう。

保育中



- ① ブレーカーやガス、水道の元栓を閉めましょう
- ② ドアに避難場所を掲示しておきましょう
- ③ 荷物は背負うものだけにして、両手の自由を確保しましょう
- ④ 熱風や、火山から降ってくる高熱の岩・石などから身を守るために、できるだけ肌の露出が少ないものを着て、子どもにも着せるようにしましょう
- ⑤ 噴石に備えてヘルメットをかぶりましょう（防災頭巾をかぶらせる）
- ⑥ 火山灰が目や口に入らないようにゴーグルとマスクを着用しましょう

（子どもはハンカチで口を押さえさせる）

- ⑦ 靴は頑丈で歩きやすいものをはきましょう
- ⑧ 幼児はおんぶではなく抱っこして、身を守りましょう
- ⑨ 子どもはしっかりと手をとって一緒に行動しましょう



ONE POINT

自治体の対応が後手にまわった場合や噴火場所が近い場合、避難勧告や指示を待っている時間はありません。火砕サージ（※火山ガスを含んだ火山の噴出物）や火砕流、土石流は猛スピードでやってくるので、一刻も早く安全な高台へ避難しましょう。

原子力災害が発生したときは、放射線物質の量や風向きなどから放射線の量が一定のレベルをこえると予測されるときに「屋内退避」「コンクリート屋内退避」または「避難」の指示が出されます。防災行政無線、広報車などを通じて正しい情報を受け取り、落ち着いて行動しましょう。

### 「屋内退避指示」の場合



- ① エアコンや換気扇などを止め、すべての窓やカーテンを閉め、外気の侵入を防ぐことが大切です
- ② 外にいた子どもは顔や手足を洗い、うがいをさせましょう
- ③ 防災行政無線、広報車、テレビ、ラジオなどから新しい情報を待ちましょう
- ④ 常に子どもの健康観察をしておきましょう。少しでも気になることがあれば、園長にすぐ報告しましょう
- ⑤ 保護者に引き渡し方法について連絡しましょう



ONE POINT

基本的には放射線量が毎時10～50ミリシーベルト程度は屋内退避、50ミリシーベルト以上はコンクリート製の建物への退避が、影響が及ばない距離への避難指示が出されます。

### 「避難指示」の場合



- ① 自治体からの指示をよく確認し、保護者に引き取りにきてもらうか、避難先で保護者に引き渡しを行なうか状況によって判断しましょう
- ② 保護者に引き渡し方法について連絡しましょう
- ③ プレーカーやガス、水道の元栓を閉めましょう
- ④ 自治体が指定する場所にすぐ避難しましょう



ONE POINT

避難するときにはできるかぎり肌を出さないようにして（帽子、手袋、フード付の上着を着るなど）、ぬらして固くしぼったタオルや木綿のハンカチで口や鼻をおおうようにしましょう。

子どもが安心して遊び、みんなで一緒に育つ場所として、また、保護者の就労をたすけるために、保育ママは地域にとって欠くことのできない存在です。健康と安心の両面から対策を考えて、一日も早い保育の再開を目指しましょう。

## 被害状況の把握



- ① 電話、メール、避難所を訪問するなどして、子どもの被害状況を確認し、一覧表に整理しましょう

### 【確認内容】

- ・本人と家族の安否（負傷・死亡・不明）
  - ・住居の被害状況（全壊・半壊）
  - ・避難場所
  - ・連絡手段
  - ・出勤（登園）の可否（できない理由）
- ② 専門家（県、市長の営繕担当係など）に室内・設備などの安全判定調査をしてもらうようにしましょう
- ③ 通信手段、ライフライン（電気、ガス、水道）、食材の入手先、交通機関の復旧状況を確認しましょう
- ④ 保育場所近くの道などまわりの安全を確認しましょう



全壊・半壊などの判定によって補助や保険が異なるので、室内・設備の被害状況をカメラで撮影し記録に残しておきましょう。

## 再開に向けた対応



- ① 被害状況を自治体に報告しましょう
- ② 室内・設備などの安全が確認でき、使用できるときは、片づけをしましょう
- ③ 保育活動の再開計画を立て、再開に向けて自治体と話し合い、再開日を決めましょう

### 【協議・調整事項】

- ・部屋の確保
  - ・ライフライン、トイレ、保育用品の確保
  - ・保育活動の工夫
  - ・救援物資の受け入れ
  - ・子どもの心のケアの体制
  - ・保育再開の日程
- ④ 保護者の都合と意見を確認し、保育が再開できる日にちを決めて、スムーズに保育が再開できるようにしましょう

大切な人やものを失う大きな災害を体験すると、私たちの心と体にはいろいろな反応が現れます。こうしたストレス反応は異常な事態への自然な反応で、安全で安心な生活を続けているうちに少しずつおさまってきます。“食べる・寝る・話す”を意識して、積極的に休息をとるように心がけましょう。

## 自分のケア



- ① こまめに休息をとり、休めるときはきちんと休むようにしましょう
- ② 十分な睡眠をとりましょう
- ③ 食事と水分を十分にとりましょう
- ④ お酒の飲みすぎに注意しましょう
- ⑤ 心配や不安を感じたら上司や同僚と話し合い、自分の体験や感情を分かち合うようにしましょう
- ⑥ 1日1回はリラックスタイム（お茶、仮眠など）をとりましょう



ONE POINT

「保護者のストレス軽減とバーンアウト防止のためのガイドブック」（福村出版）「大災害と子どものストレス」（誠信書房）などを参考に、日頃から心のケアに役立つ知識をつけておくとういでしょう。

## 子どもたちのケア ～カウンセラーなど専門家との連携～



- ① 子どもたちの様子に変化（ストレス反応）がないか観察しましょう

### 【代表的なストレス反応】

- ・落ち着きがない
- ・はしゃぐ
- ・おこりっぽくなる
- ・子どもがえりをする
- ・食欲が出ない
- ・集中力がない
- ・自分をせめてしまう
- ・無気力になる

- ② ストレス反応が1ヶ月以上続くようなら、保護者と話し合い、カウンセラーなどの専門家に相談しましょう



ONE POINT

ストレス反応は異常な事態への自然な反応です。時間とともにおさまりますが、症状が続く場合には専門家に相談しましょう。また、保護者が心労や逼迫した精神状態にある場合、子どもにより多くの不安兆候が見られるケースがあります。災害後は、意識的に保護者とのコミュニケーションをとって、その兆候を見逃さないようにしましょう。

## 子どもたちのケア ～こんなときどうする？～

## ①災害ごっこをする

不謹慎に見えますが、遊びをとおして子ども自身で心の整理をつけることもあります。やめさせようとせず、「すごい地震でびっくりして、大変だったよね」などと子どもの気持ちをくみとった言葉をかけてあげてください。ただ、子どもがつらそうなのに、その遊びをやめられないときは、子どもの気持ちをくんだ言葉をかけて、別な遊びに誘ってあげるとよいでしょう。

## ②小さな子のようにまわりつく

普段と同じ接し方でいいので、少し時間をかけて相手をしてあげてください。甘えることで子どもの心がいやされて、少しずつに元気が回復します。



## ③災害の話をくり返す

何度も同じ話をされると大人も嫌な気持ちになったり、「早く忘れなさい」と言ったりしがちですが、ゆったりと聞いてもらうことで子どもの心がいやされます。「つらいことを思い出して苦しいね」など子どもの気持ちを受け止めてあげてください。

## ④むやみにはしゃぐ、何もなかったようにする

どちらも子どもの小さな心では受けとめきれずに、どうかしようががんばっている姿です。「大変だったね」など言葉をかけながら、見守ってあげてください。

(出所) 「支援者のための災害後のこころのケアハンドブック」(静岡大学防災総合センター)

「原子力防災のしおり」（京都府）

「園児を事故・災害から守る安全対策の手引き」（全日本私立幼稚園連合会）

「津波避難計画策定指針」（千葉県）

「保育所における地震等防災マニュアル」（静岡県健康福祉部）

「支援者のための災害後のこころのケアハンドブック」（静岡大学防災総合センター）

「在宅保育論」監修/巷野悟郎、編集/社団法人全国ベビーシッター協会（中央法規）

「大災害と子どものストレス」著・編集/藤森和美、前田正治（誠信書房）

# 子どもたちを守る力 チェックリスト

ポイント		チェック
<b>【身の回りの防災】</b>		
保育室内における安全空間の確保	保育する場所にはなるべく家具を置かないようにしましょう。やむを得ない場合は家具、食器棚、本棚等は壁面や床、天井面に固定し、転倒を防ぐようにします。	
	ガラス戸は、飛散防止シートを貼る等、破損対策を行ないましょう	
	重いものは下に置き、高いところに物を置かないようにしましょう。やむを得ない場合は転落防止対策を行ないましょう	
	食器棚や本棚にはゴムバンドやひもをかけて飛び出し防止の措置をしておきましょう	
出入口・避難通路	部屋の出入口付近や廊下階段には物を置かないようにしましょう	
	ドアの周囲、廊下階段に転倒の可能性がある家具を置かないようにしましょう	
	非常時の避難口に外履きを用意しておきましょう	
キッチン	冷蔵庫、食器保管庫などの大きな電化製品は倒れないように固定しましょう	
	ガス栓、ガス管が壊れたり老朽化していないか確認しましょう	
	電気コード、ガスホースなどは足に引っかからないように短くまとめましょう	
	ガスを使用しないときには、こまめに元栓を閉める習慣をつけましょう	
火元	ストーブの周辺に燃えやすいものを置かないようにしましょう	
	給湯室のガス栓、ガス管が壊れたり老朽化していないか確認しましょう	
	電気コードやコンセントが壊れたり・老朽化していないか確認しましょう	
	コンセントの周囲にホコリをためないようにしましょう	
消火設備	消火器は落下・転倒しない場所に置きましょう	
	保育ママに消火器の設置場所と使用方法をくりかえし指導しましょう	
	消火器の使用期限が切れていないか確認しましょう	
	半年に1回、検査を受けましょう	
<b>【防災グッズ】</b>		
非常用持ち出し袋の準備	非常用持ち出し品をリュックにまとめておきましょう	
	非常用持ち出し袋は玄関に備え付けておきましょう 預かる子どもの大きさや季節に応じて(原則月に1回)持ち出し品を見直しましょう。薬や食品は消費期限を確認し、古くなったものは交換しましょう	
備蓄できる食品・日用品の準備	最低3日分の必需品を備蓄しておきましょう	
	薬や食べ物、定期的に消費期限を確認し、古くなったものは入れかえて、補充しましょう	
	個々のアレルギーの状況を確認し、アレルギーに対応した食品等を備蓄しておきましょう	

# 子どもたちを守る力 チェックリスト

【地域の安全対策】		
地域安全マップをつくる	自治体のホームページ、もしくは、窓口に直接行き、地域の災害ハザードマップを確認しましょう	
	地理的な特徴による特に危険な場所(河川の堤防決壊、がけ崩れなど)を知りましょう	
	避難場所・避難経路を自分たちの足で歩き、交通量や道幅、危険な場所(落下、倒壊、避難の障害となるもの、浸水、がけ崩れなど)を確認しておきましょう	
防災関係機関一覧表をつくる	地域の防災関係機関の連絡先を調べ、一覧表をつくっておきましょう	
	携帯電話や固定電話のアドレスに登録しておきましょう	
給水設備の確認	自治体のホームページなどから身近な応急給水の拠点や防災井戸を確認しておきましょう	
【避難場所・経路を決める】		
避難場所	地域の防災計画やハザードマップをひとつの参考として、2ヶ所以上の避難場所を決めておきましょう	
避難経路	避難場所まで最も短時間で、そして安全にたどりつける避難経路を2つ以上決めておきましょう	
【保護者との連携】		
連絡手段の共有	災害時は電話がつかないことを予想してあらかじめ複数の連絡手段を決め、保護者に知らせましょう	
	すぐに情報を伝えられるように、いくつかの事態を考えた定型文を用意しておきましょう	
	保護者側からも安否状況を圖に報告してもらえるように頼んでおきましょう	
避難場所や引き渡しルールの共有	避難場所を保護者と共有しておきましょう	
	情報を伝えることができなかったり、保護者の迎えができない場合を考え、あらかじめ保護者との間で引き渡しのルールを決めておきましょう	
【地域との協力関係】		
保育所との連携	連携保育所がない保育ママは、日常の保育サービスの質を高めるためにも地域の保育所と交流を円らしましょう	
	防災マニュアルの共有や合同避難訓練を実施し、お互いの防災意識を高めあいましょう	
地域との連携	近所(例:向う三軒高どなり)、町内会長、避難場所や消防の関係者などに、毎月園便りを配布し、ごあいさつにまわりましょう	
	自治会の会合や合同避難訓練など、地域のもよおしに積極的に参加しましょう	





# 家庭の防災対策



## 乳幼児編

地震などの災害時は、電気・水道・ガス等のライフラインが止まり、長期間不便な生活を強いられる可能性があります。特に、赤ちゃんや幼いお子さんがいるご家庭では、大人用の非常食や避難所等で配られる食事を食べさせることができないので、お子さん専用の非常食を考えておきましょう。

また、日頃から最低でも7日分程度のミルクや離乳食などを用意し、賞味期限内に利用しましょう。

### 必要な非常食等

(子どもの月齢等に合ったものを用意しましょう)

#### 備蓄品の一例

- 飲料水  
(ミルク用軟水)



- 育児用ミルク  
(キューブ型が便利)



- プラスチック製  
哺乳びん



- 紙コップ



- 哺乳びんの  
消毒剤



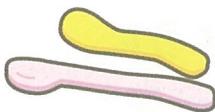
- 離乳食  
(レトルト、瓶入り)



- 幼児食  
(レトルト)



- 離乳食用の  
スプーン



- レトルトの  
ご飯やおかゆ



- 缶詰パン



- 幼児用の  
おやつなど





## 授乳回数食事とおやつ回数、 食事の内容はいつもどおりに



乳幼児は消化機能が未熟で、一度に多くの栄養が摂れないため、いつも通りの食事回数と食事内容の確保が大切です。日頃から味に慣れた粉ミルクや食品の用意が必要です。



災害時にはショックや体調の変化で母乳が出にくくなる場合がありますので、人工栄養児・母乳栄養児にかかわらず、粉ミルクや哺乳瓶、紙コップ等を準備しておきましょう。

※母乳が出づらくても、衛生面や母子の精神面からも母乳育児は重要なので、なるべく母乳を吸わせるようにしましょう。  
(吸われることで徐々に出るようになります。)



乳児は腎機能が未熟なため、輸入のミネラルウォーター(硬水)は、体に負担をかける恐れがあるので、ミルクの調乳には日本製の保存水を使用しましょう。

軟水=硬度：100mg/L 未満



アレルギー用など特殊なミルクを飲んでいる場合は、必ず準備しておきましょう。



食物アレルギーや疾患がある場合は、必ず必要な食料・薬などを準備しておきましょう。



また、お子さんのアレルギーが一目でわかるように、お子さんの洋服や非常持ち出し袋にアレルギーを表示したタック等を備え付けておくとよいでしょう。



# 災害時の備え

## ～食物アレルギー編～

災害が起きて普段通りの食生活ができなくなったときに、食物アレルギーのある人はどう対応すればいいのかが重要な問題となります。原因食材を取り除いた対応食品を備蓄したり、さまざまな「もしも」の備えがある一方で、普段からアレルギーの話をして周囲の理解を深めておくことも重要です。

大規模災害は、いつ起こるかわかりません。そのときに備え、普段からできることを考えてみましょう。



### ■ 正確な診断を受けましょう。

- 医療機関で正確な診断を受け、本当に除去が必要な食品を知りましょう。
- “微量の混入まで完全除去の必要がある”のか、“少量なら食べられる”のか、等の程度も明らかにしておくことが大切です。

負荷試験を実施している医療機関は「食物アレルギー研究会」のホームページで確認できます。 URL : <http://www.foodallergy.jp/>

### ■ 災害に備えて、備蓄をしましょう。

- 保存可能な普段食べている食品や、アレルゲンとなる食品を含まない保存食を常時7日分程度多めに準備して、賞味期限内に順に使用して補充する。(ローリングストック法)
- 誤食時の緊急薬 (医師から処方されているエピペン<sup>®</sup>、抗ヒスタミン剤など)
- 食べられない食品・量などを書いたメモ、サインプレート、ステッカーなど
- かかりつけ医院・病院の連絡先

### ■ 平常時から情報収集

平常時から患者会などの団体に入るなどしておくこと、災害時に団体を通して支援を受けやすくなります。また、災害時だけでなく、食物アレルギーについて相談できる場として患者会などの活用も検討しましょう。

- アレルギーの会 全国連絡会 URL : <http://www.allezen.net/>
- アレルギー支援ネットワーク URL : <http://www.alle-net.com/>



## 避難所生活では...

援助が開始されても、除去内容があいまいな場合は、避難所生活での食事はどれも「**自分にとって安全かどうかわからない**」状況になりますが、他に食べる物が無いので「**アレルギー反応が出るかもしれない**」という不安を持ちながら食べる…⇒安心して食べられるよう、平常時に医師による明確な診断を受けておくと共に、**アレルギー表示の見方など、食品表示の知識**を身につけておきましょう。

支援者の方に食物アレルギーであることがわかるように、サインプレートやタックを用意しておくといでしょう。

Point

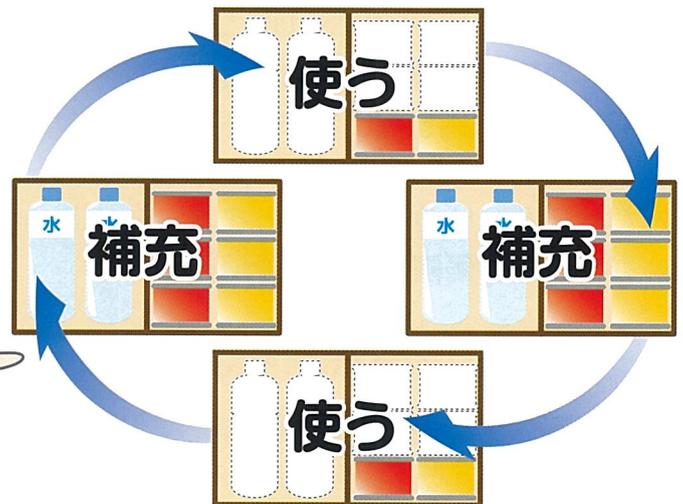


## 災害時用備蓄のポイント

- ▶ 備蓄食品は、普段食べているものを最低でも**7日分**準備し、賞味期限内に常時回転させながら食事に利用しましょう。**(ローリングストック法)**
- ▶ アレルギー対応レトルトカレーやアルファ化米、そのまま食べられる菓子類、缶詰なども備蓄食品になります。
- ▶ 自宅に備蓄する他、災害時に身を寄せられる親戚宅などに備蓄食品を置かせてもらうことも必要です。

## ローリングストック法で 使いながら上手に備蓄!!

災害時に使える食材を備蓄して、日々の生活で使用して、補充してを繰り返す方法で、常に新しい食品をストックできます。但し、賞味期限には注意しましょう!



## 備蓄品の一例

食品類



衣類



薬類(常用薬)



その他

