

資料・様式集

目 次

資料 1	洪水ハザードマップ（北地区版）
資料 2	洪水ハザードマップ（南地区版）
資料 3	桜川洪水ハザードマップ
資料 4	土砂災害ハザードマップ（No. 1）
資料 5	土砂災害ハザードマップ（No. 2）
資料 6	土砂災害ハザードマップ（No. 3）
資料 7	土砂災害ハザードマップ（No. 4）
資料 8	土砂災害ハザードマップ（No. 5）
資料 9	土砂災害ハザードマップ（No. 6）
資料 10	土砂災害ハザードマップ（No. 7）
資料 11	土砂災害ハザードマップ（No. 8）
資料 12	津波ハザードマップ
資料 13	指定避難所，福祉避難所，広域避難場所等の一覧
資料 14	消火器，バケツリレーの実施要領
資料 15	応急担架の作り方の要領
資料 16	A E Dの取扱い要領
資料 17	水戸市公共施設 A E D 設置箇所
資料 18	M C A 無線機の取扱い要領
資料 19	特設公衆電話の取扱い要領
資料 20	避難所被害状況報告書
資料 21	避難者名簿
資料 22	障害者の一般的な特徴及び必要とされる支援
資料 23	避難所利用上のルール
資料 24	受水槽を活用した給水要領
資料 25	簡易トイレの使用方法
資料 26	発電機の使用法
資料 27	避難所用マット・簡易間仕切りの使用方法
資料 28	炊飯袋の使用方法
資料 29	エコノミークラス症候群予防体操
資料 30	First Mission カード
資料 31	災害時指さし会話シート
資料 32	感染症予防啓発チラシ

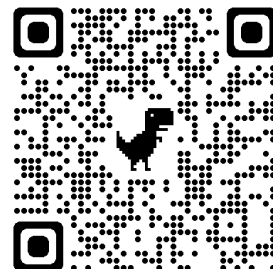
資料 1～13 ハザードマップ，避難所関係

○各種ハザードマップ，避難所一覧は水戸市ホームページにて掲載しております。

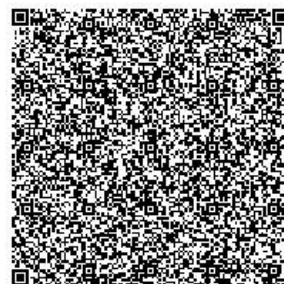
下記 QR コードを読み取り，各地区の災害リスクを確認しましょう。

また，リンク先にある「重ねるハザードマップ」では各種ハザード区域や避難所等の情報を，ウェブサイトの地図上で確認することができ，拡大・縮小をすることもできますので，ぜひご活用ください。

- | | |
|-------|------------------------|
| 資料 1 | 洪水ハザードマップ（北地区版） |
| 資料 2 | 洪水ハザードマップ（南地区版） |
| 資料 3 | 桜川洪水ハザードマップ |
| 資料 4 | 土砂災害ハザードマップ（No. 1） |
| 資料 5 | 土砂災害ハザードマップ（No. 2） |
| 資料 6 | 土砂災害ハザードマップ（No. 3） |
| 資料 7 | 土砂災害ハザードマップ（No. 4） |
| 資料 8 | 土砂災害ハザードマップ（No. 5） |
| 資料 9 | 土砂災害ハザードマップ（No. 6） |
| 資料 10 | 土砂災害ハザードマップ（No. 7） |
| 資料 11 | 土砂災害ハザードマップ（No. 8） |
| 資料 12 | 津波ハザードマップ |
| 資料 13 | 指定避難所，福祉避難所，広域避難場所等の一覧 |



水戸市ハザードマップ（洪水・土砂災害・津波）



重ねるハザードマップ（国土地理院）



水戸市の避難所・避難場所について

資料 14 消火器、バケツリレーの実施要領

1 消火器の実施要領



① 消火活動の最初に

火事を見つけたら、大きな声で「火事だ」と叫び、周りの人に伝えましょう。

また、火が天井まで達していたら、消火活動をやめ、いち早く消防（119）へ連絡しましょう。



② 部品説明等

家庭用の消火器は、「ABC粉末消火器」と呼ばれるものが大半です。

消火器で取り扱うところは、①安全ピン、②ノズル、③レバーの3つです。



③ 使い方1

火が天井まで達していなければ、初期消火を行います。

まず、消火器の安全ピンを真上に引き抜きます。



④ 使い方2

ノズルを火の元に向け、火の元から2～3m離れた安全な場所へ近づきます。

噴射をすると、舞い上がった粉末消火剤で周りが見えづらくなるので、必ず逃げ道を確認しておきましょう。



⑤ 使い方3

レバーを強く握ります。

レバーを握ると、粉末消火剤がノズルから出ますので、火の元へ噴き掛けます。

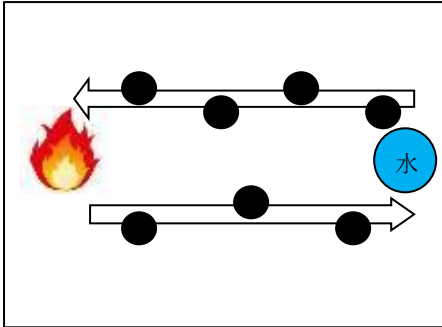
なお、一度噴射したら、レバーを戻しても止まりません。必ず使い切りましょう。

2 バケツリレーの実施要領



① 列の並び方 1

バケツリレーは、約 1 m の間隔で、互い違いに並びます。



② 列の並び方 2

バケツに入れる水は、半分程度までにしましょう。

人数に余裕があるときは、往路と復路で 2 列作ります。

復路のバケツは空なので、往路より間隔を広げます。



③ 列の並び方 3

往路と復路で 2 列作ることができない場合は、空のバケツを搬送する人を数人決めます。



④ バケツの持ち方

バケツは、取っ手と底をしっかりと持ち、こぼれないよう慎重に搬送しましょう。

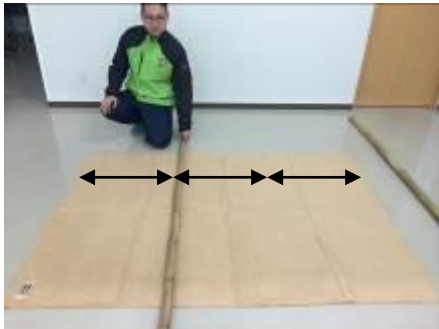
資料 15 応急担架の作り方の要領



① 使用資機材

長さ 2 m 程度の竹，鉄パイプ，物干し竿など人を乗せても安全な棒を 2 本と毛布など 1 枚を使用します。

2 本の棒を基準に毛布を折り込むだけで作ることができます。



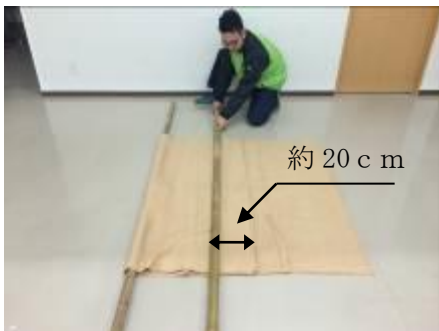
② 応急担架の作成方法（1）

毛布を広げ，約 3 分の 1 の所に棒を 1 本置きます。



③ 応急担架の作成方法（2）

置いた棒を包むように毛布を折り返します。



④ 応急担架の作成方法（3）

折り返された毛布の端から約 20 c m の所に 2 本目の棒を置きます。



⑤ 応急担架の作成方法（4）

2 本目の棒を包むように毛布を折り返します。



⑥ 搬送方法

傷病者の安全な搬送と搬送者の腰痛予防のため、できる限り6人で搬送を行ってください。

搬送する方向は、基本的に傷病者の足側から搬送します。階段を上がる場合は、頭側を先頭にします。



⑦ その他の応急担架作成要領（1）

棒が無い場合は、毛布の両端を中心に向かって強く巻き、丸めた毛布の部分を持つと搬送しやすくなります。



⑧ その他の応急担架作成要領（2）

毛布などが無い場合は、衣服を棒に通して、応急担架を作成します。

衣服を着たまま棒を持ち、衣服を脱がせることで、棒に衣服が通ります。



⑨ その他の応急担架作成要領（3）

衣類の強度にもよりますが、4～5枚を棒に通します。

資料 16 AEDの取扱い要領



① 倒れている人を見つけたら

倒れている人を見つけたら、肩を叩きながら「大丈夫ですか?」「分かりますか?」と声をかけます。



② 119番通報とAEDの搬送

反応がないときは、近くにいる人に119番通報と、AEDの搬送をそれぞれ依頼します。依頼するときは、依頼者をはっきり示すと効果的です。

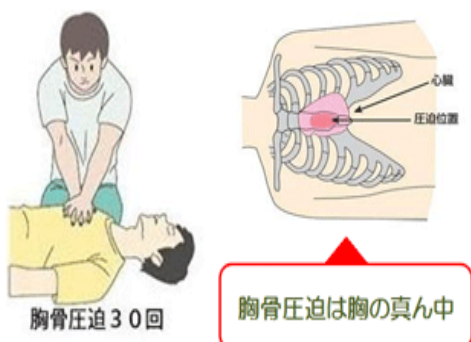
協力者が見つからないときは、まず自分で119番通報を行い、指示を仰ぎましょう。



③ 呼吸の確認

胸と腹部を見て、普段どおりの呼吸ができているかを確認します。

普段どおりの呼吸が確認できない場合は、胸骨圧迫を行います。



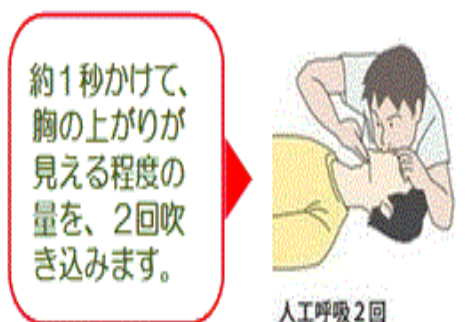
④ 胸骨圧迫

胸骨圧迫は、胸の中央付近に両手を重ね、垂直に体重を掛けるように行います。

1秒間に2回程度の速さで、まず30回行います。

肋骨をへし折るくらいの強さが必要です。

骨折を恐れるより救命を優先します。



⑤ 人工呼吸

胸骨圧迫を30回行った後、人工呼吸を2回行い、再び胸骨圧迫を行います。以下の場合、人工呼吸を行わず胸骨圧迫を続けます。

○人工呼吸の方法が分からない場合

○一方向弁のついた人工呼吸用器具がない場合

○嘔吐、出血などにより感染危険がある場合

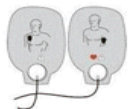
まず、電源を
入れる。



⑥ AEDが到着したら

AEDが到着したら、まず電源を入れます。
電源が入ると、AED機器から取扱いについて
音声流れますので、音声に従ってください。

AEDが必要かどうかは、機器が自動で判断し
ます。ためらうことなく使用しましょう。



電極パッドを貼る位置
は電極パッドに書かれ
た絵のとおり、皮膚
にしっかりと貼ります。
体が汗などで濡れてい
たら、タオル等で拭き
取ってください。



※おおよそ6歳ぐらいまでは、小
児用電極パッドを貼ります。小児
用の電極パッドがなければ、成人
用の電極パッドを代用します。

⑦ 電極パッドをつける

電極パッドを指定の位置に貼り付けてくださ
い。体が濡れていたら、タオルなどで拭いてくだ
さい。胸毛でパッドが付きづらい場合は、付属の
剃刀で剃るか、予備のパッドを使って脱毛してか
ら、貼ってください。

離れて下さい。



心電図解析中は、
傷病者に触れてはいけません。

⑧ 心電図解析

パッドを張り付けると、心電図解析が始まりま
すので、体に触れないようにしましょう。

AED機器からの音声で、次の行動が指示され
ますので、その指示に従います。

誰も傷病者
に触れてい
ないことを
確認したら、
点滅してい
るショック
ボタンを押
します。

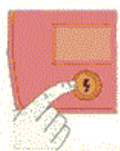


⑨ 電気ショック

AEDが電気ショックが必要と判断した場合
には、音声に従い、電気ショックを行います。

傷病者に誰も触れていないことを必ず確認し
てから、ショックボタンを押します。

ショックボタン



以後は、AED
の音声メッセ
ージに従います。

心肺蘇生とAEDの手順は、救急隊に引き継ぐ
か、何らかの応答や目的のあるしぐさ(例えば、
嫌がるなどの体動)が出現したり、普段通りの
呼吸が出現するまで続けます。

⑩ 電気ショックの後はAEDの指示に従う

電気ショックの後は、再びAEDが心電図解析
を行います。

2回目の電気ショックが必要な場合は、音声
が流れますので、音声に従ってください。

水戸市公共施設AED設置箇所

令和6年3月28日現在

市庁舎関係

* 番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市役所本庁舎	中央1-4-1	各階エレベーター前 (8階は除く)	7
2	水戸市消防局(水戸市役所本庁舎内)	中央1-4-1	4階 救急課事務室	2
3	観光課(水戸市役所本庁舎内)	中央1-4-1	5階 観光課事務室(イベント用)	1
4	水戸市役所赤塚出張所	大塚町1851-5	1階 事務所	1
5	水戸市役所常澄出張所	大串町2134	1階 図書館事務室	1
6	水戸市役所内原出張所	内原町1395-1	1階 玄関ホール	1
計				13

消防局各署所

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	消防局北消防署	緑町2-1-2	2階 事務室	2
2	消防局北消防署飯富出張所	飯富町5280	1階 事務室	1
3	消防局北消防署赤塚出張所	赤塚1-2503-11	1階 事務室	2
4	消防局北消防署桜の牧出張所	河和田町3891-154	1階 事務室	1
5	消防局北消防署内原出張所	内原町1394-1	1階 事務室	1
6	消防局北消防署城里出張所	城里町石塚955-5	1階 事務室	1
7	消防局南消防署	元吉田町537-2	2階 事務室	2
8	消防局南消防署城東出張所	城東2-6-36	1階 事務室	1
9	消防局南消防署緑岡出張所	平須町1828-246	1階 事務室	1
10	消防局南消防署住吉出張所	住吉町45-6	1階 事務室	1
11	消防局南消防署常澄出張所	大串町4098-2	1階 事務室	1
計				14

福祉施設等

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	いきいき交流センター柳堤荘	本町1-3-28	1階 事務室	1
2	いきいき交流センターあかね荘	石川2-4094-1	1階 事務室	1
3	いきいき交流センター葉山荘	千波町1677	1階 事務室	1
4	いきいき交流センター長者山荘	渡里町3201-3	1階 事務室	1
5	いきいき交流センター常澄	大場町472-1	1階 ロビー	1
6	いきいき交流センターふれしあ	吉沢町850	1階 事務室	1
7	いきいき交流センターあじさい	末広町2-3-13	1階 事務室	1
8	いきいき交流センターあかしあ	河和田3丁目2274-1	1階 事務所	2
9	水戸市立開江老人ホーム	双葉台4-254-1	1階 医務室	1
10	デイサービスセンターあかつか	赤塚1-1「ミオス」公益施設2階	2階 事務室入口	1
11	精神障害者社会復帰施設かさほら	笠原町1370-1	1階 玄関	1
12	水戸市身体障害者生活支援施設いこい	河和田町655	1階 玄関ロビー	1
13	こども発達支援センター	上水戸4-7-24	1階 事務室	1
14	社会福祉事業団みのり	文京1-2-24	1階 事務室	1
15	あけぼの学園	見川5-127-91	1階 事務室	1
16	水戸市福祉ボランティア会館	赤塚1-1「ミオス」公益施設2階	2階 事務室	1
17	こども発達支援センター五軒町分室	金町3-2-40	1階 職員室	1
18	こども発達支援センター百合が丘分室	百合が丘町997-204	1階 職員室	1
19	こども発達支援センター妻里分室	有賀町2249-2	1階 職員室	1
計				20

水戸市公共施設AED設置箇所

図書館・資料館

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	中央図書館	大町3-3-20	1階 受付	1
2	東部図書館	元吉田町1973-27	1階 事務室	1
3	西部図書館	堀町2311-1	1階 受付	1
4	見和図書館	見和2-500-2	1階 受付	1
5	内原図書館	内原町1497-16	1階 事務室	1
6	内原郷土史義勇軍資料館	内原町1497-16	1階 受付	1
計				6

市民センター・公民館

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市三の丸市民センター	三の丸1-6-60	1階 事務室	1
2	水戸市五軒市民センター	五軒町1-2-12	1階 ロビー	1
3	水戸市新荘市民センター	新荘2-11-2	1階 事務室	1
4	水戸市城東市民センター	城東3-1-47	1階 事務室	1
5	水戸市竹隈市民センター	柳町2-5-8	1階 事務室	1
6	水戸市常磐市民センター	西原1-3-12	1階 事務室	1
7	水戸市緑岡市民センター	見川町2563	1階 事務室	1
8	水戸市寿市民センター	平須町1636	1階 事務室	1
9	水戸市上大野市民センター	吉沼町1768-2	1階 事務室	1
10	水戸市柳河市民センター	柳河町673-1	1階 事務室	1
11	水戸市渡里市民センター	堀町466-7	1階 事務室	1
12	水戸市吉田市民センター	元吉田町1736-5	1階 事務室	1
13	水戸市酒門市民センター	酒門町1374-6	1階 事務室	1
14	水戸市石川市民センター	石川2-4243	1階 事務室	1
15	水戸市飯富市民センター	飯富町4449-8	1階 事務室	1
16	水戸市国田市民センター	下国井町1212-4	1階 事務室	1
17	水戸市桜川市民センター	河和田町2894-4	1階 事務室	1
18	水戸市上中妻市民センター	大塚町1157-1	1階 事務室	1
19	水戸市山根市民センター	全隈町78-1	1階 事務室	1
20	水戸市見川市民センター	見川2-179-1	1階 事務室	1
21	水戸市千波市民センター	千波町114-6	1階 事務室	1
22	水戸市見和市民センター	見和2-224-1	1階 事務室	1
23	水戸市双葉台市民センター	双葉台2-1-5	1階 事務室	1
24	水戸市笠原市民センター	笠原町358-5	1階 事務室	1
25	水戸市赤塚市民センター	河和田3-2329-3	1階 事務室	1
26	水戸市吉沢市民センター	吉沢町243-3	1階 事務室	1
27	水戸市堀原市民センター	新原1-9-16	1階 事務室	1
28	水戸市下大野市民センター	下大野町6094-1	1階 事務室	1
29	水戸市稲荷第一市民センター	大串町2134	2階 事務室	1
30	水戸市稲荷第二市民センター	栗崎町1695-4	1階 事務室	1
31	水戸市大場市民センター	大場町2283-1	1階 事務室	1
32	水戸市内原市民センター	内原町1395-6	1階 事務室	1
33	水戸市鯉淵市民センター	鯉淵町2989-2	1階 事務室	1
34	水戸市妻里市民センター	有賀町2242	1階 事務室	1
計				34

水戸市公共施設AED設置箇所

市立保育所

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市立白梅保育所	元吉田町3250-1	1階 職員室	1
2	水戸市立杉山保育所	三の丸3-12-5	1階 職員室	1
3	水戸市立新原保育所	新原2-6-20	1階 職員室	1
4	水戸市立緑岡保育所	見川町2131-1519	1階 職員室	1
5	水戸市立城東保育所	城東2-6-39	1階 職員室	1
6	水戸市立平須保育所	平須町1820-7	1階 職員室	1
7	水戸市立渡里保育所	堀町480-7	1階 職員室	1
8	水戸市立若宮保育所	若宮1-10-30	1階 職員室	1
9	水戸市立河和田保育所	河和田3-2536-2	1階 職員室	1
10	水戸市立双葉台保育所	双葉台2-19	1階 職員室	1
11	水戸市立一の牧保育所	見川町2131-1741	1階 職員室	1
計				11

市立幼稚園

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市立緑岡幼稚園	見川町2563	1階 職員室	1
2	水戸市立見川幼稚園	見川2-96-3	2階 職員室	1
3	水戸市立寿幼稚園	平須町1761	1階 職員室	1
4	水戸市立国田幼稚園	下国井町2595-1	1階 職員室	1
5	水戸市立酒門幼稚園	酒門町1245-3	1階 職員室	1
6	水戸市立吉田が丘幼稚園	元吉田町1736-9	1階 職員室	1
7	水戸市立笠原幼稚園	笠原町92-1	1階 職員室	1
計				7

認定こども園

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	内原認定こども園	内原町720-1	1階 保健室	1
2	常澄認定こども園	大串町789-2	1階 事務室	1
3	石川認定こども園	石川4-4037-6	1階 職員室	1
4	浜田認定こども園	浜田1-1-2	1階 職員室	1
5	常磐認定こども園	西原1-3-65	1階 職員室	1
計				5

水戸市公共施設AED設置箇所

市立小学校

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市立三の丸小学校	三の丸1-6-51	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
2	水戸市立五軒小学校	金町3-2-25	1階 職員玄関（内・外）	2
3	水戸市立新荘小学校	新荘2-11-1	1階 昇降口、アリーナ入口（屋外）	2
4	水戸市立城東小学校	城東2-7-62	1階 保健室、体育館入口（屋外）	2
5	水戸市立浜田小学校	浜田1-1-1	2階 職員室、西昇降口（屋外）	2
6	水戸市立常磐小学校	西原1-3-12	1階 保健室、体育館入口（屋外）	2
7	水戸市立緑岡小学校	見川町2563	2階 職員室、体育館入口（屋外）	2
8	水戸市立寿小学校	平須町1809-1	1階 昇降口、体育館入口（屋外）	2
9	水戸市立上大野小学校	東大野106-1	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
10	水戸市立柳河小学校	柳河町318-1	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
11	水戸市立渡里小学校	堀町468-1	1階 職員玄関（内・外）	2
12	水戸市立吉田小学校	元吉田町1757-1	1階 職員室前廊下、2棟昇降口（屋外）	2
13	水戸市立酒門小学校	酒門町1445-1	1階 職員室前廊下、体育館入口（屋外）	2
14	水戸市立石川小学校	石川4-4035	2階 職員室前廊下、職員玄関（屋外）	2
15	水戸市立飯富小学校	飯富町4420-1	1階 職員玄関、昇降口（屋外）	2
16	水戸市立河和田小学校	河和田町1019	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
17	水戸市立上中妻小学校	大塚町1086-2	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
18	水戸市立見川小学校	見川2-96-3	1階 職員玄関、グラウンド側校舎外壁	2
19	水戸市立千波小学校	千波町1538-1	1階 保健室前廊下、A棟入口（屋外）	2
20	水戸市立梅が丘小学校	姫子1-827-2	2階 職員室前廊下、体育館入口（屋外）	2
21	水戸市立双葉台小学校	双葉台5-26	2階 職員室前廊下、グラウンド側校舎外壁	2
22	水戸市立笠原小学校	笠原町347-17	2階 職員室前廊下、グラウンド側校舎外壁	2
23	水戸市立赤塚小学校	河和田町2-2116-1	2階 職員玄関、校舎貫通路外壁	2
24	水戸市立吉沢小学校	吉沢町169-1	2階 職員玄関外壁、屋内運動場玄関	2
25	水戸市立堀原小学校	新原1-7-1	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
26	水戸市立下大野小学校	塩崎町666	1階 昇降口、屋内運動場玄関	2
27	水戸市立稻荷第一小学校	大串町142-1	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
28	水戸市立稻荷第二小学校	百合が丘町997-204	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
29	水戸市立大場小学校	大場町2489	1階 職員玄関、体育館外壁	2
30	水戸市立鯉淵小学校	鯉淵町3000	1階 職員玄関、昇降口（屋外）	2
31	水戸市立妻里小学校	中原町682	1階 職員玄関、体育館外壁	2
32	水戸市立内原小学校	内原町1451	1階 職員室前廊下、体育館入口（屋外）	2
33	双葉台小学校開放学級	双葉台5-25	1階 玄関	1
			計	65

水戸市公共施設AED設置箇所

市立中学校

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市立第一中学校	東原3-1-1	2階 職員室前廊下、グラウンド側校舎外壁	2
2	水戸市立第二中学校	三の丸2-9-22	1階 来客者用玄関、体育館入口（屋外）	2
3	水戸市立第三中学校	朝日町2882-1	1階 職員玄関、グラウンド側校舎外壁	2
4	水戸市立緑岡中学校	見川町2563-81	2階 職員室前廊下、体育館外壁	2
5	水戸市立第四中学校	元吉田町1987-3	2階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
6	水戸市立飯富中学校	飯富町4479-1	1階 職員室前廊下、グラウンド側校舎外壁	2
7	水戸市立赤塚中学校	河和田1-1708-4	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
8	水戸市立第五中学校	堀町1166-1	2階 職員室前廊下、体育館入口（屋外）	2
9	水戸市立見川中学校	見川2-98	1階 職員玄関（屋外） 体育館3階	2
10	水戸市立双葉台中学校	双葉台5-27	1階 昇降口、体育館入口（屋外）	2
11	水戸市立笠原中学校	笠原町417-3	2階 職員玄関、体育館外壁	2
12	水戸市立石川中学校	堀町2304-2	2階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
13	水戸市立千波中学校	元吉田町599-2	2階 職員室、体育館入口（屋外）	2
14	水戸市立常澄中学校	塩崎町1016	2階 保健室、連絡通路（屋外）	2
15	水戸市立内原中学校	内原町1463-29	1階 職員玄関、体育館入口（屋外）	2
計				30

市立義務教育学校

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	水戸市立国田義務教育学校	下国井町2595-1	1階 職員玄関、屋内運動場外壁	2
計				2

スポーツ施設関係

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	総合運動公園体育館	見川町2256	体育館事務室	1
2	ノーブルホームスタジアム水戸（水戸市民球場）	見川町2256	施設利用時に野球場へ設置	1
3	総合運動公園 第1テニスコート	見川町2256	施設利用時にテニスコートへ設置	1
4	総合運動公園 第2テニスコート	見川町2256	施設利用時にテニスコートへ設置	1
5	総合運動公園（イベント持ち出し用）	見川町2256	体育館事務室	2
6	市立競技場（ケーズデンキスタジアム水戸）	見川町2256	1階 管理事務所事務室	2
7	リリーアリーナM I T O	水府町864-6	1階 事務室	1
8	青柳公園屋内プール	水府町864-6	1階 事務室	1
9	小吹運動公園	小吹町820-2	1階 事務室	1
10	水戸市立サッカー・ラグビー場（ツイン・フィールド）	河和田町3438-1	1階 事務室	1
11	若宮スポーツ会館	若宮1-676-2	1階 体育館入口	1
12	常澄健康管理トレーニングセンター	塩崎町1200	1階 事務室	1
13	内原ヘルスパーク	内原町1384-2	1階 事務室	1
14	アダストリアみとアリーナ	緑町2-3-10	1階 事務室前、トレーニング室前、2階 メインアリーナ西側入口、地下1階 ボクシング場前	4
15	下入野健康増進センター	下入野町1944-1	1階 エントランス、1階 トレーニング室	2
計				21

水戸市公共施設AED設置箇所

その他の施設

番号	施設名	所在地	設置場所	台数
1	楮川浄水場	田野町1662-14	2階 事務室	1
2	開江浄水場	開江町465	1階 事務室	1
3	水戸市休日夜間緊急診療所	笠原町993-13	診療棟 1階	1
4	水戸市保健所	笠原町993-13	1階エントランスホール、3階エレベーターホール	2
5	水戸市総合教育研究所	笠原町978-5	1階 事務室	1
6	水戸駅北口地下自転車駐車場	宮町1-246	B1階 管理人室	1
7	水戸駅南口西棟自転車駐車場	桜川1-2-1	1階 管理人室	1
8	水戸駅南口東棟自転車駐車場	桜川1-2-2	1階 管理人室	1
9	赤塚駅北口自転車駐車場	赤塚1-360-12	1階 管理人室	1
10	赤塚駅南口自転車駐車場	河和田1-17	プレハブ小屋	1
13	平須集会所	平須町1034-2	事務室	1
14	市営平須町住宅集会所	平須町1822-3	会議室	1
11	市営河和田住宅第2集会所	河和田3-2536	会議室	1
12	市営城東住宅集会所	城東1-15-75	1号棟 1階集会場	1
15	市営双葉台住宅集会所	双葉台5-24	会議室	1
16	市営堀原住宅集会所	堀町2076-1	会議室	1
17	市営緑岡第1住宅集会所	見川町2563	3号棟東側エントランス 2階集会場	1
18	水戸芸術館	五軒町1-6-8	1階 エントランスホール	1
19	水戸市公設地方卸売市場	青柳町4566	1階 警備員室	6
20	森林公園（森の交流センター）	木葉下588-1	1階 事務室	1
21	子育て・多世代交流センター（わんぱく・みと）	大町3-4-30	1階 玄関	1
22	学校給食共同調理場	河和田町796	1階 事務室	1
23	植物公園	小吹町504	1階 事務室	1
24	水戸市清掃工場（えこみっと）	水戸市下入野町2100	管理棟 1階職員事務室	1
25	清掃事務所	水戸市下入野町2130-2	1階職員事務室前廊下	1
26	焼却施設	水戸市下入野町2100	2階中央制御室	1
27	就労支援事業所 水戸市リサイクルセンター	水戸市下入野町2100	1階プラットホーム管理室 3階職員事務室	2
28	水戸市酒門コミュニティセンター	酒門町1414	1階 事務室	1
29	平和記念館	三の丸1-4-19	3階 事務室	1
30	大串貝塚ふれあい公園 埋蔵文化財センター	塩崎町1064-1	1階 事務室	1
31	千波公園	千波町2509-1	管理事務所事務室	1
32	好文cafe（観光協会）	千波町3080	1階 エントランス	1
33	水戸市公園協会	千波町508-59	1階 受付	1
34	七ツ洞公園	下国井町2243	1階 事務室	1
35	公園墓地管理事務所	田野町1800-1	1階 事務室	1
36	常磐神社下駐車場（観光協会）	常磐町1-6093-1	1階 管理人室	1
37	国際交流センター	備前町6-59	2階 事務所	1
38	ふれあいの館	平須町1824-243	1階 事務室	1
39	水戸市斎場	堀町2106-2	1階 事務室	1
43	水戸サン・アビリティーズ	見川町2563-705	1階 事務室	1
40	子育て・多世代交流センター（はみんぐパーク）	本町1-8-2	2階 事務室	1
41	水戸市少年自然の家	全隈町80-1	1階 事務室	1
42	大内田センター	見川4-681-7	1階 事務室	1
44	浄化センター	若宮1-1-1	1階 玄関ホール	1
45	ふるさと農場	全隈町940	1階事務室	1
46	水戸市民会館	泉町1-7-1	北側建物：2階バリアフリーE/V 脇、3・4階E/V脇 南側建物：1・2・3・4階E/V 脇、 地下1階：E/V脇	8
				60

設置台数	288	設置施設数	#REF!
------	-----	-------	-------

資料 18 MCA 無線機取扱要領

MCA 無線使用方法

MCA 無線 各部の説明



MCA 無線 機能ボタン

- (1) 中央の大きなボタンがプレトークスイッチとなる。
通信を行うときはプレトークスイッチを押しながら話す。
相手の話を聞くときは、プレトークスイッチから指を離す。
- (2) 下のボタン（上下矢印のボタン）が音量調整ボタンとなる。
ボタンを押すと、画面に音量状態が表示される。



1 保管方法

(1) 電源を入れる。

本体右横の中央にある電源ボタンを長押しする。
(約 20 秒で画面が起動する。)



(2) 電波状況を確認する。

無線機本体の画面右上のアンテナ表示により
電波状況を確認し、電波状況が良好な所へ置く。



待受け画面

・アンテナ

- 電波状態(4段階表示) アンテナ圏外の状態
- 4G MCAアドバンス網で通信している状態
- 4G MVNO網(LTE)で通信している状態

注 「待受中」の表示が出ていない場合は
通話ができない状態です。

(3) 充電器に差し込む。

充電確認ランプが点灯することを確認する。
(充電開始の赤から橙、緑へと変化する。)



充電確認ランプ

2 受信方法

(1) 受信する。

「1 保管方法」の状態を受信可能

(2) 発話する。

相手の「どうぞ」を確認した後、
プレストークスイッチを押したまま、「ピッ」という音が鳴った後に話し始める。

注 応答していない状況が 15 秒間続くと、自動的に回線が切れる。

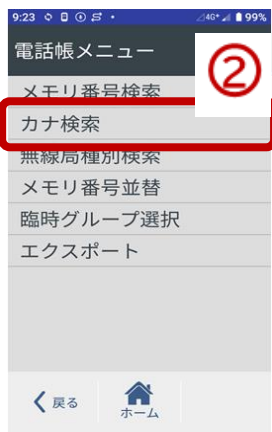
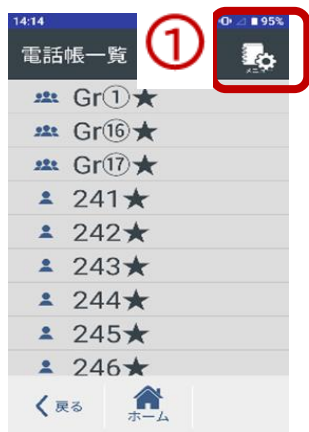
3 発信方法（個別通話・単信）

（１）電話帳を表示する。

（画面に触れながら、左側へ指をスライドさせる。）

（２）電話帳から相手先を検索する。

- ① 電話帳一覧画面から右上の「メニュー」を押す。
- ② カナ検索を選択する。
- ③ キーボードが表示されるので、検索したい相手を入力する。（半角カナ）
- ④ 入力が終わったら、「実行」を押す。



（３）相手を呼び出す。

- ① 電話帳検索後、電話帳一覧より相手先を選択する。
- ② 「単信」を押す。
- ③ 「単信」を押した後に、「プップップッ」と発信音が鳴動する。



プレストークスイッチ



（４）発話する。

プレストークスイッチを押したまま、
「ピッ」という音が鳴った後に話し始める。

4 発信方法（グループ）

(1) 電話帳を表示する。

(画面に触れながら、左側へ指をスライドさせる。)

(2) 電話帳からグループを選択する。

① 電話帳一覧画面から発信先グループを選択する。

② 「グループ」を押す。



[] はグループ通信、[] は個別通信

(3) グループに向けて発信する。

「グループ」を押した後に、「プップップッ」と発信音が鳴動する。

(4) 発話する。

プレストークスイッチを

押したまま、「ピッ」という音が鳴った後に話し始める。

プレストークスイッチ



5 複信通話

携帯電話のように、無線機を耳にあて、双方向での通話が可能

【発信方法】

(1) 相手先検索までの手順は、「個別通話・単信」と同じ

(2) 相手を呼び出す。

① 電話帳検索後、電話帳一覧より相手先を選択する。

② 「複信」を押す。

③ 「複信」を押した後に、「プッププッ」と発信音が鳴動し接続中となる。

※受信側の端末が「着信中」ボタンをタップすると通話ができる。

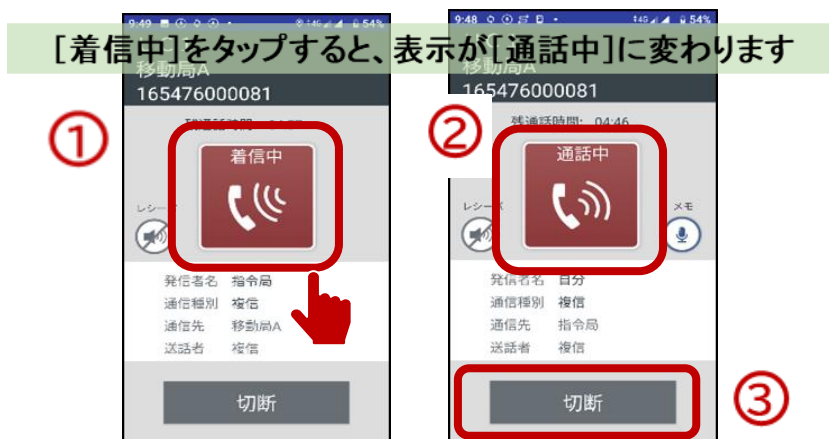


【受信方法】

(1) 着信音が鳴動し「着信中」ボタンを押すと「通話中」に変わる。

(2) 「通話中」に変わったら、通話可能な状態となるので、通話を開始する。

(3) 「切断」ボタンを押して、通話を終了する。



※通話中は「プレストークスイッチ」を押さずに通話できます。

6 情報の集約方法

災害の状況によっては、配備した全ての無線機から一斉に災害対策本部へ報告することが予測される。しかし、この無線機は1対1でしか通話することができないため、緊急時は、別紙連絡網により情報を集約する。

ただし、緊急を要する場合は、連絡網にとらわれず、直接、災害対策本部へ報告する。

注 グループや一斉発信を受信した場合、回線が切れる前に発信しないこと。

注 市内の一部のみが電話を使用できない場合、対象施設において別紙集約フロー図を準用し情報を集約する。

7 その他

(1) 発話上の注意

単信通話（一方が話しているときは、一方は受信のみ）なので、発話開始時には、「こちら〇〇です」、発話終了時は「どうぞ」と言う。

通話終了時には、「終了します」と言う。

(2) 通話できないとき

相手を呼び出したときに「プッププッ」と鳴れば通話可能となるが、「発信できませんでした」等のメッセージが表示された場合、電波状態が悪い、相手が話し中等の理由により接続を失敗しているので、再度操作を繰り返す。

(3) 通信制限について

MC A無線には、通信制限があり通信制限時間を過ぎると終話となる。

※通信制限時間：5分

(4) 使用可能時間について

通話時間にもよるが、約16時間使用可能である。

※画面常時点灯：約16時間

待受時画面消灯：約40時間

(5) 履歴の確認について

画面右下の「受信履歴」を押すことで、着信履歴を確認することが可能である。

「受信履歴」内の履歴からの発信も可能である。



資料 19 特設公衆電話の取扱要領



① 電話機本体及び付属品

クリアケースの中に電話機本体、ケーブル、取扱説明書等が入っています。



② 保管場所

クリアケースは、市民センター等の事務室などに保管されています。保管場所を日頃から確認しておきましょう。



③ 特設公衆電話専用の端子

各市民センター等には、特設公衆電話専用の端子(施設により1～3回線)が設置してあります。端子は、事務室や窓口近くに設置してあります。端子の場所を日頃から確認しておきましょう。



④ 電話機の接続

特設公衆電話専用端子に電話のケーブル端子を差し込み、接続します。



⑤ 設置場所

特設公衆電話は、市民センターの受付付近など、避難された方が使いやすい場所に設置しましょう。

資料 20 避難所被害状況報告書

避難所名 _____

点検実施日時 _____ 月 _____ 日 _____ 時 _____ 分

点検実施者名 _____

避難所を開設するに当たって、避難所となる施設の安全性を確認します。

次の質問の該当するところに○を付けてください。

質問	該当項目
1 隣接する建物が傾き、避難所の建物に倒れこむ危険性がありますか。	I いいえ II 傾いている感じがする III 倒れこみそうである
2 建物周辺に地すべり、がけ崩れ、地割れ、液状化などが生じましたか。	I いいえ II 生じた III ひどく生じた
3 建物が沈下しましたか。あるいは、建物周囲の地面が沈下しましたか。	I いいえ II 生じた III ひどく生じた
4 建物が傾斜しましたか。	I いいえ II 傾斜しているような感じがする III 明らかに傾斜した
5 外部の柱や壁にひび割れがありますか。	I ない又は髪の毛程度のひび割れがある II 比較的大きなひび割れが入っている III 大きなひび割れが多数あり、鉄筋が見える
6 外壁タイル、モルタルなどが落下しましたか。	I いいえ II 落下しかけている、落下している (IIIの回答はありません)
7 床が壊れましたか。	I いいえ II 少し傾いて、下がっている III 大きく傾いて、下がっている
8 内部のコンクリートの柱、壁にひび割れがありますか。	I ない又は髪の毛程度のひび割れがある II 比較的大きなひび割れが入っている III 大きなひび割れが多数あり、鉄筋が見える
9 建具やドアが壊れましたか。	I いいえ II 建具、ドアが動かない III 建具、ドアが壊れた
10 天井、照明器具が落下しましたか。	I いいえ II 落下しかけている III 落下した

11 その他、施設の被害を記入してください。

(例：塀が傾いた、水・ガスが漏れている、棚等が倒れて元に戻せないなど)

【安全性確認手順】

① 質問 1～10 の該当項目 I，II，III ごとの合計を集計します。

I	II	III

② 安全性に応じた必要な対応をとります。

☐ III の答えが一つでもある場合は、『危険』です。

・施設内へは立ち入らず、災害対策本部へ連絡し、他の避難所への移動等、必要な対応を検討します。

☐ II の答えが一つでもある場合は、『要注意』です。

・施設内へは立ち入らず、災害対策本部へ連絡し、専門家による応急的な補強を行う等、必要な措置を講じます。

☐ I のみの場合は、『安全』です。

・危険箇所に注意し、避難所として施設を使用します。

※ 余震により被害が進んだと思われる場合は、再度、チェックシートで被災状況を点検してください。

資料 21-1

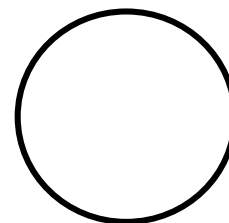
避難所名

避難者名簿 (地区)

No	ふりがな		性別	年齢	電話番号	来所日	退所日	避難者全員						6 5 歳以上高齢者				乳幼児		食事制限アレルギー等	安否情報の公表	血圧	福祉避難所希望	備考
	氏	名						要配慮者 高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）	体温	体調		基礎疾患※	1人暮らし	高齢者のみ	持病薬の持参		必要なもの ミルク・おむつその他（ ）							
			良い	悪い							有				無									
1			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
2			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
3			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
4			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
5			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
6			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
7			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
8			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
9			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							
10			男・女					高齢者・障害者・妊婦・乳幼児その他（ ）									ミルク・おむつその他（ ）							

※基礎疾患の有無は、「糖尿病」,「心不全」,「呼吸器疾患 (COPD 等)」の有無,「透析を受けているか」,「免疫抑制剤や抗がん剤等を使用しているか」等について確認する。

避難所名



世帯主の名字の頭文字を
ひらがなで一字だけ記入

避難者名簿

①	世帯代表者 氏名				入所年月日					
	住所				電話					
②	家	ふりがな		避難場所		性別	年齢	体温	町内 会名	
		氏名		㊦避難所 ㊧テント						
				㊨車内 ㊩その他						
						男女			家屋の 被害状 況	全壊・半壊・一部損壊床上浸水 床下浸水・断水停電・ガス停止 電話不通
						男女			親族 など 連絡先	住所 氏名 電話
						男女				
	族					男女			車両	車種 色ナンバー
						男女			家族の 避難状 況	あなたの家族は全員避難していますか？ ア 全員避難した イ 安否は取れている ウ まだ残っている →どなたですか？ ()
						男女				
						男女				
ここに避難した人だけ書いてください。										
・ご家族に、病気などの特別な配慮を必要とする方がいるなど、注意点があったらお書きください。 ・基礎疾患（※）のある方、アレルギー等により、食事に制限がある方、又は福祉避難所への避難を希望する方も、ご記入ください。 （※）糖尿病，心不全，呼吸器疾患（COPD 等）の有無，透析を受けているか，免疫抑制剤や抗がん剤等を使用しているか等										
③	安否確認の問い合わせがあったとき、住所、氏名を公表してもよいですか？ は い いいえ									
④	退所年月日					氏名				
	転出先住所					電話				
⑤	備考（この欄には記入しないでください。） ※ペットと同行避難している場合は、ペットの種類，ペット用非常食持参の有無などご記入ください。									

資料 22 障害者の一般的な特徴及び必要とされる支援

区分 種別	一般的な特徴	必要とされる支援
高齢者 要介護者	○視覚・聴覚による認識が難しい場合があります。 ○家族と同居していても、日中は高齢者のみの世帯となっている場合もあります。 ○体力が衰え、行動機能が低下しているが、自力で行動できる方もいます。 ○災害情報の認知が遅れる場合があります。 ○一人暮らし高齢者の場合は、地域との繋がりが薄い場合があります。 ○寝たきり高齢者の場合は、自力での行動は困難です。 ○認知症高齢者の場合、自分の状況を伝えることや自分で判断し、行動することが困難です。	○まず声をかけて、不安を取り除きます。その後、必要な支援を聞き取ります。 ○日頃から服用している薬があるかどうか確認し、服薬が必要であれば市災害対策本部に連絡します。 ○車いすなどの移動用具と援助者が必要な場合があるか、事前に把握します。 ○車いす使用者がいる場合は、トイレの確保（車いす用トイレ TENT 等）に配慮します。 ○1人暮らし高齢者の場合は、迅速な情報伝達と安否確認が必要となります。 ○寝たきり高齢者や認知症高齢者の場合は、支援者などによる避難誘導が必要となります。
聴覚障害者	○音声による情報伝達が困難です。 ○外見からは、障害のあることが分からない場合があります。	○視覚による認識が必要となるので、正面から口を大きく動かして話します。 ○筆談や手話、身ぶりなどの目に見える方法で情報を伝えます。 ○避難所では、情報から取り残されないよう、掲示板などで呼びかけましょう。 ○手話通訳が必要な場合は、市災害対策本部に連絡します。
視覚障害者	○視覚による緊急事態の察知が不可能な場合が多く、被害状況を知ることが困難です。 ○災害時には、居住地域でも状況が一変し、いつもどおりの行動ができなくなるおそれがあります。	○必要な支援の内容を聞き取りします。 ○避難誘導をする際は、歩行速度に気をつけながら、安全に配慮します。 ○市からの広報、その他生活に関する必要な情報があるときは、家族や支援者などが読み上げます。 ○トイレや電話など避難所内における案内をします。 ○盲導犬を伴っている人に対しては、方向等を説明し、直接盲導犬を引いたりすることは控えます。

肢体不自由者	○自力歩行が困難な場合があります。 ○車いす等の補助器具等を使用している場合があります。 ○すばやい動作が困難な場合が多いです。 ○体温調整が困難な者、言語障害や感覚系の障害を伴う方もいます。	○車いすや担架等の移動用具と支援者などが必要な場合があるため、事前に把握します。 ○トイレの確保（車いす用トイレ TENT 等）に配慮します。
乳幼児	○自力での状況把握が困難であり、全面的に大人の支援が必要です。 ○年齢が低いほど養護が必要です。	○感染症にかかりやすいため、うがい、手洗いなどの予防的配慮が必要です。 ○保護者による適切な誘導が必要です。 ○保護者が被災している場合は、顔見知りの近隣住民や、支援者などにより避難所への誘導を行います。 ○避難所においては、授乳等を考慮して、家族単位で簡易間仕切りで仕切るなどの配慮が必要です。 ○粉ミルクや離乳食などの食料や、紙おむつや布などの生活用品など、乳幼児に配慮した物資を市災害対策本部に要請します。 ○避難所運営に余裕ができてきたら、子どもの遊び場や学習のためのスペースを確保します。
妊婦	○災害時に避難行動が遅くなる傾向があります。 ○外見からは妊娠していることがわからない場合があります。 ○いつお産の徴候（破水や陣痛等）が起こるかわからないため、注意が必要です。	○家族や支援者などによる避難所への誘導が必要な場合があります。 ○医師や助産師などの要請が必要なときは、市災害対策本部に連絡します。 ○日頃から服用している薬があるかどうか確認し、服薬が必要であれば市災害対策本部に連絡します。
外国人	○日本語を十分理解できない場合があります。 ○地震を経験したことがないなど、日本の災害事情や災害時の対応に関する知識が不足している場合があります。	○外国人においては、言語や生活習慣等、様々な問題を抱えており、特別な支援が必要となります。 ○伝えるときは、できるだけ簡単な日本語を使用します。

資料 23 避難所利用上のルール

- この避難所は、地域の支援拠点であり、避難者の皆さんの協力で運営されるものです。炊き出しや物資の運搬などの協力を求める場合もありますので、ご理解とご協力をお願いします。
- 避難所では、避難所運営を行っている市職員、学校関係者、地区防災組織の指示に従ってください。
- 食料、物資は、必ずしも全員に行き届くとは限りません。
- 居住スペースは土足禁止です。脱いだ靴は各自がポリ袋等に入れて運びましょう。
- 居住スペースでの携帯電話の通話は禁止します。通話は所定の場所をお願いします。
- 居住スペースでのテレビやラジオは、周囲の迷惑にならないようイヤホンの使用をお願いします。
- 飲酒、喫煙は、所定の場所以外では禁止します。
- 世帯の居住スペースは、各世帯で清掃を行います。また、共用部分の清掃は、当番制により行います。
- 世帯ごとに発生するごみは、各世帯の責任で、所定のごみ置き場に分別して捨てましょう。
- なるべくマスクを着用し、手洗いやうがいを徹底しましょう。

生活時間

・起床 朝 時

・配食 朝食 朝 時から

昼食 昼 時から

夕食 夜 時から

(食料の供給状況に応じて、時間や回数が変更になる場合があります。)

・消灯 夜 時

資料 24 受水槽を活用した給水要領



① 応急給水栓の資機材明細

専用バックの中に、「①本体」と「②給水ホース（10m）」が入っています。



② 受水槽と給水ホースの接続方法（1）

受水槽下部に採水用の結合金具（オス金具）が取り付けられています。

押し輪を手前に引き、結合金具のキャップを離脱します。



③ 受水槽と給水ホースの接続方法（2）

採水用の結合金具（オス金具）に給水ホース（メス金具）をカチッと音がするまで差し込み接続します。



④ 本体の設定（1）

本体の中ほどにあるレバーを引くと三脚が開きます。

本体の設置場所は、給水ホースが届く範囲で広さや動線を考慮し選定して下さい。



⑤ 本体の設定（2）

給水ホースに極端なねじれや屈曲が無いことを確認し、ホース（オス金具）と本体（メス金具）をカチッと音がするまで差し込み接続します。

本体のコックを閉めてから受水槽のバルブを開放し通水してください。

資料 25 簡易トイレの使用方法



① 簡易トイレの部品明細

「①本体」「②底板」「③便座」「④フタ」「⑤排便収納用ポリ袋 2 枚」「結束バンド」が入っています。

クギやテープなどを必要とせず, 部品を組立てるだけで作成することができます。



② 本体部の組立て方法（１）

折りたたまれている本体を広げ, 正方形の底板を入れます。



③ 本体部の組立て方法（２）

本体に排便収納用ポリ袋を 1 枚被せます。



④ 便座部の組立て方法（１）

便座部材の四辺を折り曲げ線で山折りにします。



⑤ 便座部の組立て方法（２）

四隅の切り込みを組立てます。



⑥ 完成

便座の切り込み部にフタをはめ込めば簡易トイレの組立ては完成です。

通常 200 kg の耐荷重があり、水に濡れても 150 kg の耐荷重があります。



⑦ トイレ処理剤の部品明細

「①排便収納袋」「②し尿処理剤」が入っています。

し尿処理剤を使用することにより、排泄物を可燃物として処理することが可能になります。



⑧ 使用方法（１）

排便収納袋は、使用前に簡易トイレに被せて使います。既存の便器にも使用することが可能です。



⑨ 使用方法（２）

小便の場合は、排せつ後、し尿処理剤を 1 袋、大便の場合は、排せつの前後に各 1 袋ずつ入れてください。

し尿処理剤を入れることで殺菌・消臭し、さらには燃えるごみとして捨てるができます。



⑩ 使用方法（３）

1 回の使用ごとに、結束バンド等で口を縛り、簡易トイレの中に廃棄し、次回使用するために、新しい排便収納袋を被せます。

いっぱいになったら、排便収納用ポリ袋ごと燃えるごみとして捨てられます。

また、簡易トイレ本体ごと燃えるごみとして捨てることも可能です。



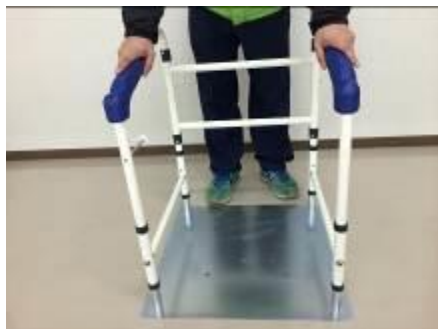
⑪ トイレ手すりの部品明細

「①床プレート」「②手すり」が入っています。
クギやテープなどを必要とせず、部品を組立て
るだけで作成することができます。



⑫ 組立て方法（１）

折りたたまれている手すりを広げると自動ロ
ックで固定されます。



⑬ 組立方法（２）

床プレートのソケットに手すりを差し込みま
す。床プレートは正方形となっており、どの向き
からでも差し込みが可能です。



⑭ 使用方法

ペーパーホルダーにトイレットペーパーを設
置します。

また、手すりの高さは３段階調節が可能です。



⑮ 収納方法

手すりの背部側支柱のロックボタンを押しな
がら折りたたみます。

資料 26 発電機の使用法



① 本体の概要

燃料は、ガス（カセットボンベ2本）を使用します。

本体に1番から3番まで操作手順が記されており、番号を見ながら簡単に操作することができます。



② カセットボンベのセッティング（1）

（手順1）

本体のカバーを開け、カセットボンベの上部を奥側にして差し込みます。

その際、ボンベの切欠き又は本体とボンベのマーク（赤いライン）を合わせます。



③ カセットボンベのセッティング（2）

中央部の操作レバーを「固定」側に倒し、ボンベを固定します。

切欠き又はマーク（赤いライン）同士が合っていないと操作レバーを倒すことはできません。

※ボンベは必ず2本セットして使用して下さい。



④ エンジンの始動方法（1）

（手順2）

エンジンスイッチを「停止」から「運転」に回します。



⑤ エンジンの始動方法（2）

始動グリップを引く前に、後方に人が居ないこと、障害物などが無いことを確認してください。



⑥ エンジンの始動方法（３）

（手順３）

本体をしっかりと押さえ、始動グリップを後方へ勢いよく引くとエンジンが始動します。

定格出力は 900W です。900W 以内での使用時は、本体正面の出力表示灯が緑色に点灯します。



⑦ 並列運転の方法

並列運転専用コードをそれぞれの並列運転端子に接続することにより、定格出力が 1800W となります。

※コードの接続・離脱は、エンジンが停止した状態で行ってください。また、コードを接続したまま一方の発電機を停止し、電気を取り出さないでください



⑧ 運搬方法

本体重量は、約 20kg ありますが、キャスター付きなのでキャリーハンドルを使用することにより、容易に運搬することができます。

キャリーハンドルは、引き上げるだけで自動ロックします。



⑨ キャリーハンドルの戻し方

本体の取っ手部にあるハンドルロックノブをスライドさせ、ロックを解除した後、キャリーハンドルを押し下げて戻します。

主要諸元

使用燃料	L P G （液化ブタン）
本体重量	19.5kg
定格出力	900W
定格周波数	50Hz／60Hz
定格電圧	100V
定格電流	9.0A
使用時間	約 2 時間（エコスロットル運転時） ※通常運転だと約 1 時間

資料 27 避難所用マット・簡易間仕切りの使用方法

1 避難所用マットの使用法



① 部品明細

避難所用マットは幅 91 cm, 長さ 20 m あります。



② 並べ方 1

二本並列に並べることで, 1 人が横になるスペースができます。



③ 並べ方 2

二本並べた上に, 簡易間仕切りを乗せることもできます。



④ その他

避難所用マットは, はさみ等で簡単に切ることができますので, 1 人分を切り離して使うことができます。

2 簡易間仕切り（ファミリールーム）の使用方法



① 収納時の様子

収納時は、軽くコンパクトなので、簡単に持ち運びを行うことができます。



② 部品詳細

収納袋の中には、簡易間仕切り本体、シート1枚、ネームプレート2種、ペン1本、ホワイトボード消し1個、ペグ4本が入っています。



③ 展開方法

骨組みは、バネ銅線になっていますので、自然に展開します。



④ 完成

展開した間仕切りを、広げると完成です。
ネームプレートに名前や情報を書いて、入口のポケットに入れることができます。



⑤ その他

間仕切りの一角は、マジックテープで止まっていますので、車いすの方もそのまま入ることができます。



⑥ たたみ方 1

間仕切りをたたみ，左の図のように持ちます。



⑦ たたみ方 2

半分に折り曲げ，先端を内側に丸め込むように入れます。



⑧ たたみ方 3

丸め込んだ先端を手前側に引っ張ると，側面が自然と丸まり，輪になります。



⑨ たたみ方 4

手前に引ききるとこのような形になります。



⑩ たたみ方 5（完成）

最後に，輪をゆするなどして，輪の大きさを併せます。

資料 28 炊飯袋の使用方法



① 使用資機材

炊飯袋、お米、輪ゴム、水を用意します。



② 米と水を入れる目安

炊飯袋には、米と水を入れる際の目安となる線が記されています。米 150 g で作成する場合は、実線を目安に、米 120 g で作成する場合は、点線を目安にしてください。



③ 米を入れる

米を入れる際、底を抜いた紙コップなどを使用すると、米をこぼさずに入れやすくなります。
(参考写真は、米 120 g で作成)



④ 水を入れる

水を入れます。
麺つゆなどを入れて味付きのご飯を作ること
も可能です。



⑤ 炊飯袋の中の空気を抜く

炊飯袋の中の空気を抜きます。



⑥ 炊飯袋の留め方（１）

折り曲げ線で１回折ります。



⑦ 炊飯袋の留め方（２）

炊飯袋の上部を束ね、上から約 1 cm 程度の部分を輪ゴムできつく結びます。



⑧ 炊飯

沸騰した鍋に入れて約 30 分、取り出した後 10 から 20 分蒸らして完成です。



⑨ 完成

食器などを使わずに、袋から直接食べることができます。

資料 29 エコノミークラス症候群予防体操



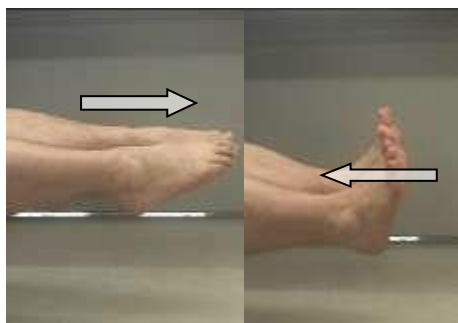
① エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分にとらない状態で、狭い場所に長時間座っ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おそれがあります。



② 足の指の運動（足の指でグー・パー）

足の指を閉じたり（グーをつくる）、大きく開いたり（パーをつくる）を5～10回程度繰り返しましょう。



③ 足首の曲げ伸ばし運動

つま先を伸ばしたり、立てたりを5～10回程度繰り返しましょう。

椅子に座っている時は脚を上下に動かすよう、つま先立ちを5～10回程度繰り返しましょう。



④ 足首の回転運動

つま先で、円を描くように回します。
内回し、外回しをそれぞれ5～10回程度回しましょう。



⑤ ふくらはぎをさする

ふくらはぎを両手で足首から心臓の方向に血液を戻すようにやさしくさすりましょう。

体操に加え、「水分をしっかり取る」「長時間同じ姿勢でない」「ゆったりとした服装で、体を締め付けない」などにも気をつけましょう。

First Mission カード

災害時に、駆けつけてくださった地域の皆様、
このカードを見てください。

このカードは、地震発生時を想定した避難所開設に係る初動対応（約1時間）の手順をまとめた資料です。

水戸市

協力者を集める

各避難所には、市の職員が参集することとなり、間もなく到着いたします。

駆けつけてくださった地域の皆様には、恐縮ですが、市職員が到着するまでの間、このカードに基づき、初動における応急的な避難所開設に御協力くださいますようお願いいたします。

- ① 駆けつけてくださった地域の皆様に声をかけ、できれば4人の協力者を集めてください。
- ② 本格的な避難所の運営は、市職員が到着した後、添付している避難所運営マニュアルに基づき、体制を整えてまいります。

協力者間で任務を分担する

➤次の任務を実施してください。

- 任務① 施設の安全確認（安全な避難スペースの確保）
- 任務② 避難スペースの整備，簡易トイレなどの物資の展開
- 任務③ 情報集約，避難された方への情報伝達
- 任務④ 感染症対策を踏まえた避難者の受付

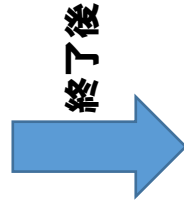
任務の実施方法

- 協力者4名を2名ずつ，2班（A，B）に分かれ任務を実施
※4名以上の方に御協力いただいているときは，人員を割り振ってください。

A班

- 順番に任務を進めてください

任務① 施設の安全確認
(安全な避難スペースの確保)
⇒ 詳しくは，4 ページ



任務② 避難スペースの整備，簡
易トイレなどの物資の
展開
⇒ 詳しくは，5 ページ

報告

任務③ 情報集約，避難された
方への情報伝達
⇒ 詳しくは，7 ページ

報告



任務④ 感染症対策を踏まえた
避難者の受付
⇒ 詳しくは，8 ページ

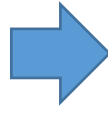
B班

- 施設の入口付近に常駐し連携して，
任務を実施してください。

任務① 施設の安全確認等

➤次の項目をチェックしながら任務を実施してください。

- ☐ 安全確保のため、2名で行動してください。
- ☐ 夜間であれば、懐中電灯や携帯電話のライトを使用してください。



（甚大な被害が発生している場合）

- ☐ 顕著な傾きや亀裂が、外観から確認できるときは、安全確認を行わず、**近隣の避難所への誘導**をお願いします。
- ・ガスの臭い、火炎の確認 ⇒ 確認した場合、119番通報

（軽微の被害が発生している場合）

- ☐ 天井が落ちているか、棚などが倒れていないか、
- 窓ガラスが割れていないか等の確認
- ☐ 電気、ガス、水道、トイレの排水も確認してください。

- ☐ 被害等を確認したうえで、避難スペースとして使用できる部屋を選定してください。

任務② 避難スペースの整備，簡易トイレなどの物資の展開

- 任務①で安全を確認したスペース（部屋）を，避難者の体調等を考慮し，割り振ってください。

割振り例）

- ・ **一般の避難者** ⇒ **ホール，大部屋**
- ・ **配慮が必要な方** ⇒ **和室，小部屋**
- ・ **体調不良者** ⇒ **車，小部屋**

※災害発生が夜間で停電している場合は，防災倉庫に保管しているランタン，発電機，投光器を設置してください。別添マニュアル資料 25「発電機の使用方法」を参照してください。

- 防災倉庫には，毛布，避難所用マットなども保管しておりますが，まずは，施設内のイスなどを避難者の方に提供してください。

□ 防災倉庫には、次の物資・資機材を保管しております。
資機材等を活用した本格的な避難所運営は、市職員が到着後に
行いますが、必要な物資・資機材があれば、遠慮なくご使用く
ださい。 ※使用方法は、別添マニュアルをご参照ください。

□ 既存のトイレが断水などにより使用できない場合は、防災倉庫
に保管している簡易トイレを多目的トイレに設置し、使用して
ください。

(主な備蓄物資・資機材)

クラッカー、水、紙コップ、簡易トイレ、トイレ処理剤、トイレツ
トペーパー、毛布、アルミシート（保温）シート、間仕切り、避難
所用マット、ランタン、ラジオ、発電機、リアカー、救助工具セッ
ト、悪路走行可能な台車、バケツ、雨水貯留タンク、感染症対策資
機材 等

任務③ 情報集約，避難された方への情報伝達

- ☐ 必ず，活動状況や被害に関する情報を1か所（B班）で把握するようになしてください。
- ☐ 把握する場所は，B班の担当するもう一つ任務である任務④受付を施設の入口付近で行うため，その隣に常駐し対応してください。
- ☐ 他の任務を行っている方には，「随時，活動状況を報告するよう」に伝えてください。
- ☐ 避難された方には，把握している情報を伝えとともに，地域の被害状況などを確認してください。

※人員に余裕があれば，記録係を配置し，活動等のメモを残すとともに，避難者の方へ伝える内容を，ホワイトボードや壁に貼り出すよう努めてください。

任務④ 感染症対策を踏まえた避難者の受付

- ☐ **受付**は、市職員が到着後、別添マニュアル資料 20「避難者受付名簿」により、対応しますが、まずは、次の事項を確認してください。

①体調が悪い方がいるか

②特別の配慮が必要な方がいるか

例）障害者や高齢者の方で、大勢の方と一緒に避難生活が

困難な方、アレルギーで接種制限がある方 等

③避難されている方の世帯数と人数

- ☐ 体調が悪い方の対応

緊急性のある場合

⇒ 119 番通報又は近隣の病院への誘導

緊急性のない場合

⇒ 次のページを参照してください。

- 発熱等により体調が悪い方は、感染症対策を踏まえ、車で避難していれば、一旦、車の中で待機していただくようお願いください。そうであれば、小部屋に誘導し、大勢の方との接触を抑制してください。
- 特別の配慮が必要な方についても、体調が悪い方とは別の、車や小部屋に誘導します。

（避難された方へ声をかけるときに添える言葉）

「現在、駆けつけた地域住民により避難所を運営しています。物資を運んだりするときは、お声がけしますので、可能な範囲で避難所の運営にご協力ください。」

➤ 関係機関の連絡先

水戸市防災・危機管理課

(代表) 029-224-1111

(直通) 029-232-9152

水戸警察署

(代表) 029-233-0110

水戸市消防局

(代表) 029-221-0111

➤ 災害時の被害情報等の入手方法

- ・ FMはるるん 76.2MHz ※スマートフォンでもラジオを聴くことができます。
- ・ 市ホームページやSNS



LINE @mitocity
<https://line.me/R/ti/p/%40mitocity>



Facebook @mimika310
<https://www.facebook.com/mimika310>



Twitter @kouhou_mito
https://twitter.com/kouhou_mito



「Yahoo!防災速報」
<https://www.city.mito.lg.jp/000027/000029/p020445.html>



災害時指さし会話シート

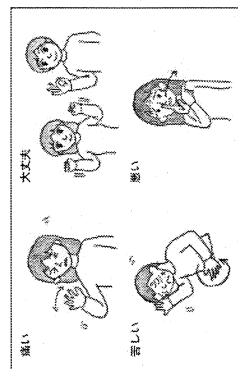
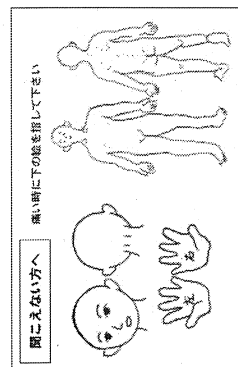
つ	あ	わ	ら	や	ま	は	な	た	さ	か	あ
や	い	を	り	ゆ	み	ひ	に	ち	し	き	い
ゆ	う	ん	る	よ	む	ふ	ぬ	つ	す	く	う
よ	え	一	れ	ゝ	め	へ	ね	て	せ	け	え
	お	?	ろ	。	も	ほ	の	と	そ	こ	お

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
U	V	W	X	Y	Z		#	@	¥
男♂	?	〒	㊦	A型	B型	O型	AB型	RH (+)	RH (-)
女♀	大正	昭和	平成	令和	年	月	日	時	分

はい YES	いいえ NO
○	×

- ☐ 手話、身振りをして下さい
- ☐ 筆談(紙・手・スマホ)をして下さい
- ☐ ゆっくり、はっきり話して下さい
- ☐ 補聴器をしています
- ☐ 人工内耳をしています
- ☐ 何が起きているのですか？
- ☐ 地震
- ☐ 津波
- ☐ 大雨・台風・河川の洪水
- ☐ 土砂災害
- ☐ 停電
- ☐ 自宅に戻っても大丈夫ですか？
- ☐ 耳元でゆっくり大きな声で話して下さい
- ☐ 手のひらに書いて下さい
(カタカナ or ひらがな)
- ☐ 私の名前を教えてください
(ご自身のお名前を指さして下さい)
- ☐ 私の代わりに電話連絡して下さい
(相手のお名前、続柄、電話番号 or FAX番号を、指さして下さい)
- ☐ どうして並んでいるのですか？
- ☐ 配布しているものは何ですか？
- ☐ トイレはどこですか？
- ☐ 電車・バスは動いていますか？



寒い

風邪

探す

救う・救助

ありがとうございます

すみません

待つ・待機

携帯電話

電池

水

風呂・入浴

毛布

灯油

ガソリン

薬

病院

寒い

心配・不安

安否

安心・ほっとした

どこ

家族・ファミリー

身体障害者手帳

避難所

懐中電灯

食べ物

トイレ

お金

倒壊

半壊

コンビニ

警察署

避難所の感染症は予防が大切！！

まずは手洗い、マスク着用、咳エチケットから



- 食事の前、トイレの後はよく手洗いをしましょう。



みずで あらう



せっけんを つける



ゆびさきと
つめのあいだを あらう



おやゆびと
てのひらを あらう



てくびを あらう



ハンカチやタオル、
ペーパータオルでふく

- 咳・くしゃみをする時は、ティッシュペーパー等で口と鼻をおさえ、周りの人から顔をそむけましょう。



- 使用後のティッシュペーパーは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。

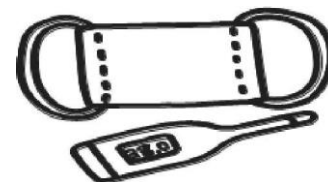
- 避難所で配られた食事は、保存せず、すぐ食べましょう。

- 避難所の水については、避難所係員に飲用を確認してから飲みましょう。

- おむつは、所定の場所に捨てましょう。

- 吐物(とぶつ)の処理は、素手で行わないようにしましょう。

症状があるときは・・・？



- 咳が出る時は、軽い症状でもマスクを着用しましょう。

- 次の症状があるときは、できるだけ早めに医師や保健師等に相談し、医療機関を受診しましょう。

熱っぽい、咳がでる、痰(たん)が黄色くなっている、嘔吐(おうと)、下痢、息苦しい、呼吸が荒い、顔色が悪い、ぐったりしている等

