

災害時の医療・保健活動マニュアル目次（本庁編）

I	災害時の医療・保健活動対策	1
1	平常時の準備	1
2	災害対策の流れ	2
3	職員の勤務体制等	8
4	把握すべき被災状況項目と報告様式	9
II	医療救護対策	11
1	医療救護活動を行う時期と基本的な医療救護活動内容	11
	平常時の対応	11
	(1)体制の整備	11
	災害発生時の対応	11
	(1)初動対応	11
	(2)緊急対策	12
	(3)応急対策	12
	表 災害時における医療救護活動（フロー図）	13
2	医薬品の供給対策	15
III	健康対策	16
	平常時の対応	16
	健康推進課	16
	1 体制の整備	16
	2 情報の整備	16
	保健福祉センター	16
	1 体制の整備	16
	2 情報の整備	17
	災害発生時の対応	17
	健康推進課	17
	1 初動対応	17
	2 緊急対策	17
	3 応急対策	18
	4 復旧・復興対策	18
	保健福祉センター	18
	1 初動対応	18
	2 緊急対策	19
	3 応急対策	19
	4 復旧・復興対策	19
	表 1 健康対策に係る各行政機関の役割	20
	表 2 健康対策活動指針（例示）	21
IV	精神保健医療対策	22
	平常時の対応	22
	障害保健福祉課	22
	1 体制の整備	22
	2 情報の整備	22
	保健福祉センター	22
	1 体制の整備	22
	2 情報の整備	23
	災害発生時の対応	23
	障害保健福祉課	23
	1 初動対応	23
	2 緊急対策	23
	3 応急対策	24
	4 復旧・復興対策	24
	保健福祉センター	24
	1 初動対応	24
	2 緊急対策	24
	3 応急対策	25
	4 復旧・復興対策	25

V 防疫活動	26
1 感染症対策	26
平常時の対応	26
健康推進課	26
(1) 体制の整備	26
(2) 情報の整備	26
保健福祉センター	26
(1) 体制の整備	26
(2) 情報の整備	26
災害発生時の対応	27
健康推進課	27
(1) 初動対応	27
(2) 防疫完了後	27
保健福祉センター	27
(1) 初動対応	27
(2) 緊急対策	27
(3) 応急対策	28
2 食品衛生対策	29
平常時の対応	29
災害発生時の対応	29
(1) 初動対応	29
(2) 緊急対策	29
(3) 復旧期対応	29
VI 生活環境対策	30
1 飲料水対策	30
環境政策課	30
平常時の対応	30
(1) 予防対策	30
(2) 体制の整備	30
(3) 情報の整備	30
保健福祉センター	30
(1) 体制の整備	30
(2) 情報の整備	31
災害発生時の対応	31
(1) 初動対応	31
(2) 緊急対策	31
(3) 応急対策	31
(4) 復旧・復興対策	32
保健福祉センター	32
(1) 初動対応	32
(2) 緊急対策	32
(3) 応急対策	33
(4) 復旧・復興対策	33
表 発災時の対応フロー	34
2 入浴対策	35
平常時の対応	35
保健福祉センター	35
(1) 情報の整備	35
災害発生時の対応	35
薬事衛生課	35
(1) 初動対応	35
(2) 応急対策	35
保健福祉センター	35
(1) 緊急対策	35
(2) 応急対策	35
3 火葬対策	36
平常時の対応	36
薬事衛生課	36
(1) 体制の整備	36

災害発生時の対応	36
薬事衛生課	36
(1) 初動対応	36
(2) 緊急対策	36
(3) 復旧・復興対策	36
保健福祉センター	36
(1) 初動対応	36
4 ペットの保護と収容対策	37
災害発生時の対応	37
薬事衛生課	37
(1) 応急対策	37
保健福祉センター	37
(1) 応急対策	37
5 毒劇物対策	38
平常時の対応	38
薬事衛生課	38
災害発生時の対応	38
薬事衛生課	38
(1) 初動対応	38
(2) 応急対応	38

様式 目次

(様式番号)

	災害(事故)緊急報告書	39
医療 1	医療機関被害報告	40
医療 2	救護所開設状況報告	41
健康 1	被災者健康対策の状況	42
健康 保9	健康管理活動報告	43
感染 1	被害状況報告	44
感染 2	防疫活動状況報告	45
感染 保1	防疫活動状況報告	46
感染 3	災害防疫業務完了報告書	47
健康教育・啓発用パンフレット(例示)		
例示 1	住民のみなさまへ	48
例示 2	日常の健康管理のポイント	49
例示 3	かぜをひかないために	50
例示 4	こころと身体の健康のために	51
例示 5	よく眠れない	52
例示 6	下痢・腹痛になったら・・・	53
例示 7	肩こりの予防	54
例示 8	腰痛の予防	55
例示 9	インフルエンザ予防接種を受けましょう!	56
例示 10	エコノミークラス症候群に注意しましょう!!	57
例示 11	災害時における歯科保健について	58
例示 12	災害の後の気持ちの変化	59
例示 13	事故後の心と体の変化について	61

I 災害時の医療・保健活動対策

1 平常時の準備

災害の発生に備え、平常時からの準備等対応について、本庁と保健福祉センターでの対応を記載する。

対策区分	災害時の医療・保健活動対策	
	本庁の対応	保健福祉センターの対応
全般	<ul style="list-style-type: none"> ● 執務体制要領の作成(緊急連絡網・役割分担等) ● 県防災総合訓練等定期的な防災訓練の実施(図上訓練・伝達訓練等含む) ● マニュアルの見直し 	<ul style="list-style-type: none"> ● 執務体制要領の作成(緊急連絡網・役割分担等) ● 管内での定期的な連絡会議や防災訓練の実施(図上訓練・伝達訓練等含む) ● 災害時に必要な物資の備蓄 ● 保健福祉センター間の協力体制の確認 ● 管内市町における災害時執務体制の確認 ● 市町間の協力体制の確認(防災計画の把握)
医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> ● 県医師会、附属病院、日赤県支部等との医療救護体制の確立 ● 災害時後方病院の指定 ● 災害拠点病院の指定 ● 病院防災マニュアルの把握 ● 災害拠点病院の施設・設備等の整備状況の把握 ● 隣接県との医療支援協力体制の確立 ● 県防災総合訓練における医療救護訓練の実施 ● 災害時後方病院との情報連絡体制の整備(責任者等の把握) ● 石川県災害・救急医療情報システムの整備と災害運用訓練の実施 	<ul style="list-style-type: none"> ● 郡市医師会等との医療救護体制の確立 ● 災害時後方病院の把握 ● 災害拠点病院の施設・設備等の整備状況の把握 ● 県防災総合訓練における医療救護訓練の実施 ● 管内医療機関の把握(エリアごとの名簿、位置図の作成) ● 災害時後方病院との情報連絡体制の整備(責任者等の把握) ● 石川県災害・救急医療情報システムの活用推進と災害運用訓練の実施
	<ul style="list-style-type: none"> ● 災害用備蓄医薬品等の確保 ● 医薬品等卸業組合との協定締結及び連絡体制確保 ● 赤十字血液センターと血液製剤の備蓄状況等情報交換、連絡体制の確保 	<ul style="list-style-type: none"> ● 地区薬剤師会等との連絡体制確保 ● 市町における災害用医薬品等の備蓄状況の把握 ● 南加賀保健福祉センター及び能登中部保健福祉センターにおいて災害用備蓄医薬品等を保管管理
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> ● 「健康対策行動指針」の作成 ● 報告、記録様式の作成 ● 健康対策に必要な情報一覧の作成 	<ul style="list-style-type: none"> ● 市町防災計画における災害時健康対策の確認 ● 健康対策に必要な情報整備 ● 健康教育パンフレットの準備(市町と協議) ● 保健福祉センターが関わっている要援護者のリスト整備(地図上で整理などわかりやすく) ● 市町の要援護者リストの整備状況の確認(見守りネットワーク等の活用) ● 市町における要援護者の安否確認体制、避難誘導体制の確認 ● 市町における指定避難所の位置(地図)の確認
精神保健医療対策	<ul style="list-style-type: none"> ● 災害時における精神科救急医療体制の整備 ● 精神科救護所設置計画、専門スタッフ配置計画の作成 	(健康対策に含む)

生活環境対策	水道の断水被害防止と発生時の体制整備 <ul style="list-style-type: none"> 緊急時連絡体制整備 備蓄資機材保有状況等情報の集積 水道施設耐震化の推進 広域応援協定締結の推進、指導 	水道の断水被害防止と発生時の体制整備 <ul style="list-style-type: none"> 災害発生時飲料水対策行動指針の策定 管内水道事業者等関係機関の連絡先リストの作成 給水拠点等情報の整備 管内住民への飲料水備蓄・宅内給水施設の状況把握等の啓発及び指導
	<ul style="list-style-type: none"> 火葬場（施設所在地、連絡先、市町担当者等）の把握 	
	<ul style="list-style-type: none"> 火災予防や危険防止等についても通常監視により毒物劇物営業者等を指導 	<ul style="list-style-type: none"> 火災予防や危険防止等についても通常監視により毒物劇物営業者等を指導

2 災害発生後の流れ

災害対策は、対策の目的とその時間的切迫性により、初動対策、緊急対策期、応急対策期、復旧・復興対策期に分類し、大まかな時間の経過は下記のとおりである。

- 初動対策 災害発生から1日程度
（初動体制の確立時期）
- 緊急対策 災害発生から約1週間程度（医療救護については3日程度）
（1人でも多くの人命を助けることを目的とした対策を実施）
- 応急対策 災害発生から約1ヶ月程度
（被災者が災害前のように自立して日常生活が送れるよう、生活支援を中心とした対策を実施）

それぞれの時間の経過及び対策ごとに対応すべきことを記載すると下記のとおりである。

(1) 初動対策

対策区分	災害時の医療・保健活動対策	
	本庁の対応	保健福祉センターの対応
全般	<ul style="list-style-type: none"> 施設設備の安全確保 職場の機能が使用可能か確認 動員計画に基づく職員の配備（参集した職員内での役割分担、指揮命令系統の確立） 災害情報の収集、伝達（保健福祉センターへの職員の派遣による情報収集など） 	<ul style="list-style-type: none"> 施設設備の安全確保 職場の機能が使用可能か確認 動員計画に基づく職員の配備（参集した職員内での役割分担、指揮命令系統の確立） 管内の災害状況の把握と関係課への報告（市町災害対策本部への職員の派遣による情報収集など）
	<ul style="list-style-type: none"> 各課長は把握した被害状況を厚生政策課長及び消防防災課長へ速報 	<ul style="list-style-type: none"> 市町からの災害情報、被害報告を取りまとめるとともに、保健諸施設の被害状況を厚生政策課長及び消防防災課長へ報告
医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況、医療救護活動に関する情報の収集、伝達 市町の応援要請の把握 災害・救急医療情報システムにより医療機関の被災状況、活動状況（活動能力）等を把握 	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況、医療救護活動に関する情報を把握し、医療対策課へ報告 災害時医療情報の収集拠点として市町等に情報提供 管内市町の医療救護班の応援要請を把握し、医療対策課へ報告 救護班の受入れに関する調整 関係機関との連携と地域における保健衛生活動の総合調整 郡市医師会からの情報把握 災害・救急医療情報システムにより医療機関の被災状況、活動状況（活動能力）等を把握

	<ul style="list-style-type: none"> 市町、保健福祉センター、県医師会等を通じて、その他の医療機関の被災状況、活動状況等を情報収集 重症患者等の後方搬送の調整 災害時後方病院、医療機関、救護所への患者搬送状況の把握（市町、保健福祉センター福祉センターを通じて行う） 救護班の編成・派遣に関する調整 ライフラインの医療機関への優先的な供給を関係機関へ要請（特に透析医療機関への上水道） 	<ul style="list-style-type: none"> 市町、郡市医師会等からその他の医療機関の被災状況、活動状況等を情報収集し、医療対策課へ報告 重症患者等の後方搬送の調整 災害時後方病院、医療機関、救護所への患者搬送状況の把握 <p>×</p> <ul style="list-style-type: none"> 難病、結核、精神疾患等の保健福祉センターが把握する要援護者（在宅患者）の安否確認、健康状態の確認、必要な医療の確保 市町が把握する透析患者等の特殊医療の必要な在宅療養患者に対する援助体制の確認
	<ul style="list-style-type: none"> 赤十字血液センターの供給状況確認 災害用備蓄医薬品等の輸送に関する指示 県内医薬品等卸業者に対する調達協力要請 	<ul style="list-style-type: none"> 市町と協力し輸血用血液の供給状況の把握（薬事衛生課へ報告） 市町と協力し災害用備蓄医薬品等の輸送 市町と協力し輸送人員及び輸送ルートの確保（薬事衛生課へ報告） 医薬品等卸業者と協力した医薬品等の輸送 備蓄医薬品等の供給状況の把握（薬事衛生課へ報告） 市町と協力し管内市町及び救護所等で不足している医薬品等の把握（薬事衛生課へ報告）
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> 保健福祉センターへ職員を派遣し被災者の状況、保健福祉センターの活動方針等を確認し対策本部へ報告 保健福祉センターからの報告に応じて活動方針計画の調整及び保健福祉センターへの指示 必要時、非被災地保健福祉センターへ応援要請 	<ul style="list-style-type: none"> 被災者の状況に応じて医療救護活動を優先し、保健福祉センターの活動方針の決定、健康推進課へ連絡 市町担当課と協議し活動方針・計画の策定 市町と協議した活動方針・計画を健康推進課へ報告
精神保健医療対策	<ul style="list-style-type: none"> 被災者の状況、市町の対応状況など情報収集し、対策本部へ報告 	<ul style="list-style-type: none"> 精神保健活動状況を障害保健福祉課へ報告 保健福祉センターが把握する精神障害者の安否確認、健康状況確認、医療状況確認
防疫対策	<ul style="list-style-type: none"> 保健福祉センターからの応援要請に対する職員の派遣調整 	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況により、検病調査班や食品衛生指導班を編成したときは健康推進課又は薬事衛生課に報告 当該保健福祉センターだけでは十分でないときは、健康推進課又は薬事衛生課に応援要請
生活環境対策	<p>給水状況等の把握や応急給水等の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> 本部下部組織「給水対策班」の設置 給水対策班は、市町、水道事業体、保健福祉センター、関係機関等から受けた情報を県災害対策本部へ伝達 <p>・火葬場被災状況等広域火葬の実施に関する情報の把握</p>	<p>給水状況等の把握や応急給水等の実施</p> <ul style="list-style-type: none"> 所内の執務体制の確立 管内市町の被災状況等情報収集し、水環境創造課へ報告 <p>・火葬場被災状況等に関する情報があれば薬事衛生課へ連絡</p>

<p>毒劇物保管庫等が被災した場合</p> <p>1 金沢市内で発生（販売業者以外）</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 災害状況の把握 ● 関係職員への連絡と初動対応に必要な人員の招集 ● 現場への職員派遣（必要に応じ） ● 被災した取扱業者への盗難予防、飛散流出防止の指導 ● 紛失・盗難の通報があった場合には警察に通報 ● 飛散・流出があった場合には、健康危機管理マニュアル（飛散流出事故）により対応 <p>2 金沢市以外で発生</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉センターからの情報収集 	<ul style="list-style-type: none"> ● 毒劇物保管庫等が被災した場合 ● 災害状況の把握 ● 関係職員への連絡と初動対応に必要な人員の招集 ● 現場への職員派遣（必要に応じ） ● 被災した取扱業者への盗難予防、飛散流出防止の指導 ● 紛失・盗難の通報があった場合には警察署に通報 ● 飛散・流出があった場合には、健康危機管理マニュアル（飛散流出事故）により対応 ● 薬事衛生課に事故状況を報告
--	---

(2) 緊急対策期

対策区分	災害時の医療・保健活動対策	
	本庁の対応	保健福祉センターの対応
医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> ● 他県市等へ応援要請を行い、応援救護班の受入れについて調整 ● 医療ボランティアの受入・派遣調整 ● 市町における救護所の設置・運営状況の把握 ● 必要に応じ、災害拠点病院、自治体病院、歯科医師会等の協力を得て、歯科医療救護班を編成、派遣 	<ul style="list-style-type: none"> ● 他県市等の応援救護班の受入れに関する調整 ● 医療ボランティアによる医療の支援、調整 ● 市町との連携のもと、救護所の運営体制（診療時間等）に関する調整 ● 地域の歯科医療状況の把握
	<ul style="list-style-type: none"> ● 支援医薬品等の積載場所の設置に関する指示 ● 支援医薬品等の輸送に関する指示 ● 県薬剤師会等への協力要請（医薬品等の保管管理、供給実施など） 	<ul style="list-style-type: none"> ● 支援医薬品等の積載場所の設置 ● 積載場所業務の統括 ● 積載場所業務の人員確保（薬事衛生課へ報告） ● 市町と協力した支援医薬品等の輸送 ● 輸送人員及び輸送ルート確保（薬事衛生課へ報告） ● 地区薬剤師会等への協力要請 ● 支援医薬品等の集積及び輸送状況の把握（薬事衛生課へ報告）
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉センターへ職員を派遣し、被災者の健康状況、市町の対応状況を情報収集し、対策本部へ報告 ● 保健福祉センターの報告に応じて被災者の健康対策の活動方針・計画の調整、保健福祉センターへの指示 ● 保健福祉センターの巡回健康相談活動に必要な医薬品、衛生材料、機材等の確保 ● 保健福祉センターの要請に応じて必要な応援職員の確保・派遣 ● 必要時、国、他都道府県へ応援要請、応援者の受入調整（受入場所、人数、期間等） ● 保健師の派遣要請に対する調整 	<ul style="list-style-type: none"> ● 保健福祉センターが把握している要援護者の安否確認、健康状況の確認、必要な医療の確保、巡回相談の実施 ● 医療機関、薬局、福祉施設等の稼働状況の把握 ● 市町の保健活動拠点、連絡体制の確認 ● 市町の保健活動拠点へ職員を派遣し、被災者の健康状況把握に協力 ● 市町担当課と協議し、被災者の健康相談窓口の設置や巡回相談等の健康対策の活動方針・計画の策定 ● 必要時、健康推進課へ応援職員の要請 ● 他都道府県からの応援者があるときは市町と協議し受入体制の調整（場所、人数、期間等） ● 市町における要援護者状況把握体制の確認 ● 必要時、市町へ保健師を派遣し、要援護者の健康管理活動の支援

		<ul style="list-style-type: none"> 市町と協働で実態調査後の要支援者台帳作成、フォロー体制の整備 避難所毎の入所者健康管理体制、感染予防対策の確認、指導 市町災害対策本部へ被災者ニーズの提言 市町と協働で被災者全員の健康・生活実態調査の実施
精神保健医療対策	<ul style="list-style-type: none"> 現地スタッフの健康状況の確認、心のケアの実施 保健福祉センターの精神保健活動状況の把握 保健福祉センターからの報告に基づき被災地の精神保健活動状況を関係機関、国等へ情報提供 専門スタッフの確保、配置調整 精神科医療機関の移動状況の把握、保健福祉センターへ情報提供 患者の急発・急変に備え精神科の協力医療機関の確保 隣の病院へ患者受入等の依頼 夜間を含む災害時精神科救急医療体制の確保 こころの健康センター、保健福祉センター、精神科医療機関との連絡調整 国や他都道府県へ協力要請 他都道府県からの応援者の受入調整（場所、人数、期間等） 精神科救護所活動に協力する医療機関の確保、調整（人数、期間等） 精神保健医療関係団体の協力体制の把握、保健福祉センターと連絡調整 精神科救護所、精神保健班等の活動状況の把握、対策本部へ報告 救急患者搬送体制の調整 必要時、保健福祉センター及び市町に精神科救護所を設置し、専門スタッフの派遣 こころの健康センターと協議し応援体制計画の策定 	<ul style="list-style-type: none"> 活動状況、被災者ニーズ等について市町及び関係機関へ情報提供 精神保健活動拠点の設置 精神保健班の編成、派遣 24時間体制の相談窓口の設置 市町と協議し精神保健活動方針、計画の策定、活動体制の確立 市町災害対策本部へ被災者の精神保健ニーズの情報提供 必要時、障害保健福祉課へ専門スタッフの応援要請 市町と協議し他都道府県からの応援者の受入調整（場所、人数、期間等） 必要時、精神科救護所の設置及び運営管理 精神科救護所に協力する医療機関の確保 精神科救護所で使用する医薬品の管理 必要時、障害保健福祉課へ応援職員の要請 精神障害者の継続的医療の確保 精神疾患の急発・急変への救急対応 避難所を中心に巡回相談 健康管理活動班、一般医療救護班との調整会議 障害保健福祉課へ精神科救護所、精神保健班等の活動状況と精神保健医療活動状況の報告
防疫対策	<ul style="list-style-type: none"> 防疫活動体制の把握 保健福祉センターに市町の防疫対策の実施を指示 県災害対策本部の情報の提供 保健福祉センターの市町における防疫活動と衛生指導の状況把握（健康推進課・薬事衛生課） 保健福祉センターからの応援要請に対する調整及び必要時、職員の派遣 ねずみ族、昆虫等の駆除が必要な場合、石川県ペストコントロール協会に協力を要請 必要時、他都道府県、国への協力要請 保健福祉センターから要請があれば防疫資材の調達、あっせん（健康推進課・薬事衛生課） 	<ul style="list-style-type: none"> 市町の防疫・衛生活動状況の把握 市町からの応援要請の調整 市町へ職員を派遣し防疫活動の指導 給食（炊出し）調理箇所における衛生指導 必要時、健康推進課（又は薬事衛生課）へ応援要請 避難所における保健衛生対策の確認、指導 市町に対し適切な防疫資材の確保、使用法の指導 市町からの要請に対する調整（調達・あっせんの要請があれば健康推進課（又は薬事衛生課）へ連絡） 必要時、入院医療機関の確保 必要時、臨時予防接種の実施 防疫活動を健康推進課へ報告

生活環境対策	<ul style="list-style-type: none"> 避難者に対する給食、支援食品の衛生指導状況の把握 	<ul style="list-style-type: none"> 避難者に提供される給食の調理、配膳の衛生指導 給食再開時の衛生指導 支援食品等の衛生状態の確認
	<ul style="list-style-type: none"> 給水対策班は、市町、水道事業体、保健福祉センター、関係機関等から受けた情報を県災害対策本部へ伝達 必要に応じ隣接県や水道工事業界等へ要請 状況把握と保健福祉センター等現地に対する指導 	<ul style="list-style-type: none"> 管内市町の被災状況等情報収集し、水環境創造課へ報告 応援要請や資機材の提供要請状況を把握し水環境創造課へ報告 給水状況を把握し水環境創造課へ報告 施設の損壊及び復旧状況等情報収集し、水環境創造課へ報告 必要に応じ水環境創造課へ要請 湧水、井戸水等を緊急に飲用水とする場合の水質検査の励行指導と検査の実施 水質検査は、水道法第20条検査機関と協同で実施 水質検査励行等チラシで広報
	<ul style="list-style-type: none"> 火葬計画の策定、被災市町への情報提供 広域火葬実施状況の把握 	
	<ul style="list-style-type: none"> 保健福祉センター及び浴場組合を通じて施設の営業状況を把握 公衆浴場の営業状況等情報の提供 	<ul style="list-style-type: none"> 被災者の生活環境の把握 公衆浴場等衛生施設の稼働状況の把握 被災者への情報提供(公衆浴場営業状況等)

(3) 応急対策期

対策区分	災害時の医療・保健活動対策	
	本庁の対応	保健福祉センターの対応
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> 緊急対策の継続 保健福祉センターの報告に基づき被災者健康対策に関する中長期的活動方針を検討し、保健福祉センターへ指示 被災地におけるスタッフの情報交換、専門家を招いての学習会等の企画（スタッフに対する心のケア含む） 	<ul style="list-style-type: none"> 緊急対策の継続 精神保健班と連絡を密にし、心のケア活動を強化 市町と協働で仮設住宅全世帯の健康調査の実施 市町と協働で仮設住宅健康調査後の要支援者台帳作成、フォロー体制の整備 市町における平常業務再開計画の確認 市町担当課と協議し、被災者健康対策の中長期計画を策定 健康管理活動のデータ整理 市町への業務引継ぎの準備
精神保健医療対策	<ul style="list-style-type: none"> 社会復帰施設の受け入れ可能状況の把握、情報提供 定期的な医療情報の把握、情報提供 精神科救急医療体制の継続 こころの健康センターと協議し、救援活動に従事するスタッフの心のケアの実施 マンパワーの状況確認、応援者の確保、調整 	<ul style="list-style-type: none"> 小規模作業所、グループホーム等の被害状況の把握 精神障害者の継続的医療の確保 精神障害者の生活支援体制の整備 避難所の管理者に対し精神障害者の理解と対応について助言指導 被災者の心のケア活動の強化 市町と協議し長期的な精神保健活動計画の策定 マンパワーの状況確認、必要時、障害保健福祉課へ応援者要請

生活環境対策	<ul style="list-style-type: none"> 水の衛生上対策等のため、状況把握と保健福祉センター等現地に対する指導 状況把握と保健福祉センター等現地に対する指導 必要に応じ隣接県や水道工事業界等へ要請 	<ul style="list-style-type: none"> 応急給水活動状況の把握 飲用に当たっての注意等衛生上の指導の実施 湧水、井戸水等を緊急に飲用水とする場合の水質検査の励行指導と検査の実施 水質検査は水道法第20条検査機関と協同で実施 水質検査励行等チラシで広報 施設の損壊及び復旧状況等情報収集し、水環境創造課へ報告 必要に応じ水環境創造課へ要請
	<ul style="list-style-type: none"> 市町の要請に応じ、仮設風呂の設置 	<ul style="list-style-type: none"> 必要に応じ仮設風呂の設置について市町に助言 布団の乾燥等避難所の生活環境の衛生保持
	<p>毒劇物保管庫等が被災した場合</p> <p>1 金沢市内で発生（販売業者以外）</p> <ul style="list-style-type: none"> 飛散・流出があった施設の応急・復興状況確認 <p>2 金沢市以外で発生</p> <ul style="list-style-type: none"> 保健福祉センターからの情報収集 	<p>毒劇物保管庫等が被災した場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 飛散・流出があった施設の応急・復興状況確認 薬事衛生課に応急・復興状況を報告
	<ul style="list-style-type: none"> 被災動物に関する情報収集 (社)石川県獣医師会並びに緊急災害時動物救護本部（事務局：(財)日本動物愛護協会）に対し協力を要請 必要物資の調達及び動物の保護管理場所確保 金沢市への協力要請 	<ul style="list-style-type: none"> 仮設トイレ設置、閉鎖の把握 消毒実施の把握 避難所等において必要な資材の種類・量を把握し、薬事衛生課に報告 保護が必要なペット動物の状況及び保護の現況について把握し、薬事衛生課に報告 支援物資の配布・利用 適正飼養等の助言指導

(4) 復興期

対策区分	災害時の医療・保健活動対策	
	本庁の対応	保健福祉センターの対応
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> 保健福祉センターの報告に基づき長期的活動方針を検討し、保健福祉センターへ指示 マンパワー状況を確認し、他都道府県へ応援要請の終了時期の連絡 	<ul style="list-style-type: none"> 市町への業務引継ぎ 平常業務体制への移行 長期的市町支援計画の策定 被災者の心のケア活動体制の継続 仮設住宅入居者への巡回相談 仮設住宅におけるコミュニティ形成支援
精神保健医療対策	<ul style="list-style-type: none"> 社会復帰施設、グループホーム、小規模作業所等の復旧支援 こころの健康センターに長期的精神保健活動の拠点を設置し、保健福祉センターとの協力体制を整備 	<ul style="list-style-type: none"> 被災精神障害者の生活再建支援 こころの健康センターと協議し長期的精神保健活動計画の策定 市町に対する支援活動の継続、市町災害対策本部へ被災者ニーズの情報提供
生活環境対策		<ul style="list-style-type: none"> 廃棄物一時集積場所の把握

3 職員の勤務体制等

初動体制を立ち上げるための迅速な職員の確保及び長期化する災害対策業務を継続するため、職員の勤務体制の確立が重要である。

平常時の対応

(1) 職員の緊急連絡体系（電話網）の作成

- ア 勤務時間内外に災害が発生した時に備え、緊急連絡体系を毎年整備しておく。
- イ 所属外に勤務中の職員は、自己携帯電話等で所在を明確にすることを徹底しておく。また、所属内にいる職員は、所属外に勤務している職員の所在確認を実施する。

(2) 職員の出勤方法の把握

- ア 職員の出勤方法を把握しておく。
- イ 平常時の交通手段が利用できない場合（道路、線路等の崩壊）の代替交通手段及びその場合の参集時間を把握しておく。
- ウ イで、参集時間に時間を要し、所属に参集できない時は、最寄の保健福祉センター、県立病院等で災害活動に従事できるよう、あらかじめ参集場所を指定する。

災害発生時の対応

(1) 勤務時間内に災害が発生した場合

- ア 所属消防防災マニュアルに基づき、避難等、職員の安全確保を行う。
- イ 直ちに施設の被災状況を確認し、ガス、電気、水道等のライフライン及びガス漏れ、漏電等二次災害の恐れの有無を把握する。
- ウ 点検後応急措置が必要な場合は、関係業者に連絡する。

(2) 勤務時間外に災害が発生した場合

- ア 職員は時間外、休日等に災害が発生した場合及び発生予知を知った場合は、緊急連絡体系に基づき、被災状況（本人・家族の健康状況、家屋状況）を報告する。併せて、出務状況（方法）も報告し、所属に参集する。
- イ 交通機関の途絶等災害の状況により、所属に参集できない場合は、あらかじめ指定している最寄りの保健福祉センター、県立病院等に参集し災害活動に従事する。
- ウ 所属長は、所属職員の安全確認及び出務状況を把握し、すぐに職員の役割分担と配置を行う。
- エ 所属長は、職員の確保状況からみて緊急対応の出務体制をとることが困難な場合は本庁主管課に対し、応援職員の派遣要請を行う。
- オ 救援物資の搬入、搬出時等勤務時間外、休日等に要員を必要とする時期にあつては、必要人員の確保を行い24時間体制で対応する。
- カ 災害対策業務の状況により、勤務時間外、休日等における勤務割りを行い、迅速、的確に対応する。
- キ 勤務時間中であっても、過重な業務従事者に対しては、適宜休憩できる体制をつくる。

(3) 緊急事態対応組織編成方法

所属長は、所管する管内の実情に合わせた緊急事態対応組織を編成し、職員の出務状況及び応援職員等の派遣状況を元に職員の配置を行う。職員の配置数、配置部門については、対策状況等により随時再編し、適切な対応を行う。

(4) 命令・指揮系統の確立

- ア 緊急事態対応組織が解除されるまで同組織の命令・指揮に従い災害対策業務に従事する。
- イ 緊急以外の行事、会議、出張等は中止する。

(5) 職員の勤務体制と健康管理

所属長は、定期的にミーティング等により、指示や助言などを適切に行い、災害による心的外傷後ストレス等を予防し、長期化する災害対策業務に適応できる体制をつくる。

4 把握すべき被害状況項目と報告様式

担当課	対策	被災状況の調査内容			
		本庁で対応	報告様式等	保健福祉センターで対応	報告様式等
政厚 策課 生	健康 対策	①社会福祉施設の被害状況 (関係課)	①災害(事 故)緊急報告 書	①管理施設の被害状況 ②職員の人的被害状況	①災害(事故) 緊急報告書
	医療 対策課	医療(救護) 対策		①医療機関の被害状況、稼働 状況 ②医療機関の職員の確保状況 ③ライフラインの復旧状況 ・電気、ガス、水道、 道路状況 ④重症患者等の後方搬送の要 ・要搬送人員 ・症状、傷病の程度 ・医療スタッフ同乗の有無 ・搬送にあたって留意 すべき事項	①医療機関被 害報告(様式 医療1)
⑤避難所(救護所)の状況 ・設置箇所数、場所、名称 ・収容人員 ・負傷者数 ・周辺の被害状況 ・受入可能人員 ・救護班の有無 ・救護班の追加支援の要否				②救護所開設 状況報告(様 式 医療2)	
健康 推進課	健康 対策			①保健福祉センターで把握す る要援護者(在宅患者)の安 否確認・健康状況・医療状況 ②避難所毎の収容人数・内訳 (高齢者、乳幼児、妊婦等) ③避難所毎の要援護者状況 ④仮設住宅の要援護者状況 ⑤被災者健康・生活実態調査 ⑥避難所の生活環境調査 ⑦仮設住宅の生活環境調査 ⑧医療施設、薬局、福祉施設、 訪問看護ステーションの稼働状況 ①結核登録者の被災状況	様式 健康1 様式 健康保1 ~12
	対防 応疫			①感染症病床を有する医療機 関の被害状況 ②結核病床を有する医療機関 の被害状況	②避難所毎の手洗いの状況、 換気の状況、トイレの状況

担当課	対策	被災状況の調査内容				
		本庁で対応	報告様式等	保健福祉センターで対応	報告様式等	
福祉課	精神保健対策	①精神病院・精神科診療所の被害状況 ②社会復帰施設の被害状況	—	①精神障害者・家族の被災状況 ②被災者の精神面の健康調査	—	
薬事衛生課	医療（救護）対策	①医薬品等卸業者の在庫状況の把握	—	②管内薬局、医薬品販売業の被害状況把握及び在庫状況把握	様式 医薬品 4	
		②県薬剤師会等からの支援人員の確認	—	③積載場所業務人員及び輸送人員の確保状況		
		④備蓄医薬品等の供給（使用）状況把握	—	④備蓄医薬品等の供給（使用）状況把握		様式 医薬品 2
		③県外からの支援医薬品等の状況把握	—	⑤支援医薬品等の集積及び輸送（使用）状況	様式 医薬品 1～3	
	生活環境対策		①管外弁当類製造所数	—	①避難所設置箇所、収容数 ②支援食品集積所数 ③給食（弁当類）調理箇所数 ④衛生資材の過不足 ⑤営業許可施設の被害状況	様式 食品
			①死亡者数の把握 ②火葬場の被害状況（稼働見込み、火葬能力） ③搬送経路の状況 ④ドライアイス等調達状況 ⑤被災地周辺の火葬場の状況（受入れ・職員派遣の可能性） ⑥広域火葬実施状況（協力市町名、受入れ遺体数、身元判明・不明の別）	—	①広域火葬に関する情報（死亡者数の把握） （火葬場の被害状況） （搬送経路の状況） （ドライアイス等調達状況）	様式 衛生
			①公衆浴場の被害状況・復旧 ②仮設風呂の必要性 ③設置場所の状況（使用水、燃料の確保、設備搬送経路等）	—	①公衆浴場の被害状況・営業（設置場所の状況）	
			①ペット動物の保護・収容状況 ②ペット動物救護必要物資の調達・配布	様式 動物 1, 2	①ペット動物の被害状況 ②ペット動物救護必要物資の種類、量の把握	様式 動物 1, 2
			①毒物劇物業者等の被害（事故）状況	様式 毒劇物 1～3	①毒物劇物取扱業者の被害（事故）状況	様式 毒劇物 1～3
	水環境創造課			【初動・緊急対策期】 ①断水地域、戸数、人数 ②給水管路、配水管路及び基幹施設の被害状況 ③応急給水の状況（必要人員・資材等） ④代替え給水の確保状況（水の種別、取水場所等） ⑤被災地の給水計画 【応急・復旧対策期】 ①水道復旧の地域名、給水戸数、給水人口 ②復旧水道事業名	①災害情報報告書（様式 飲料水） ②左記情報が記載された地図等	

II 医療救護対策

1 医療救護活動を行う時期と基本的な医療救護活動内容

災害後は時間の経過と共に変化することから医療救護活動を3時期に区分する。

① 初動対応

ア 被災状況の確認

② 緊急対策（災害発生から72時間）

ア 救急救命活動

イ 被災状況の確認

ウ 救護所運営支援

エ 支援受入調整

③ 応急対策（72時間以降）

ア 保健活動の充実

イ 救護所運営の調整

平常時の対応

健康福祉部医療対策課

(1) 体制の整備

- ・管内市町、災害拠点病院、日赤県支部、県医師会、国、協定自治体等との連絡体制を確立しておく。(担当課、職氏名、連絡フロー図)
- ・災害拠点病院の災害対応能力(診療機能、広域搬送への対応機能、医療チームの派遣機能、応急用資器材の貸出機能等)を把握するとともに、病院防災マニュアルの確認をする。
- ・災害・救急医療情報システムを活用した医療情報の収集・提供に関する訓練及び研修を定期的実施する。
- ・震災が発生した場合、直ちに医療救護活動ができるよう、県防災総合訓練等の医療救護訓練を実施する。

災害発生時の対応

健康福祉部医療対策課

(1) 初動対応

(ア) 課内の執務体制の確立と初動の開始を消防防災課へ報告する。

(イ) 県立中央病院、県立高松病院及び総合看護専門学校の被害状況を把握する。

(ウ) 災害対策本部に報告される被災状況の収集に努める。(被災地域、死亡者数と負傷

- 者数、避難場所と避難者数、病院等の被害状況、ライフライン、道路交通)
- (エ) 災害・救急医療情報システムを災害モードに切り替え、医療機関の被災状況、支援情報、要請情報等を把握する。
 - (オ) 主として病院を対象とした医療機関の被災状況及び稼働状況について、市町、保健所から情報収集を行う。
 - (カ) 市町から医療救護班の派遣要請があった場合、又は派遣の必要があると判断した場合には、災害拠点病院、県医師会、日赤県支部等に対して医療救護班の派遣要請を行う。

(2) 緊急対策

- (ア) 市町、保健所から避難所(救護所)の設置状況及び救護活動状況の把握に努める。
- (イ) 市町、保健所と連絡を取り合い、連携して、医療救護班の派遣調整を行う。
- (ウ) 必要に応じ、国、協定自治体に対して応援要請を行うとともに、市町、保健所と連絡を取り合い、応援救護班の受入調整を行う。
- (エ) 市町、保健所と連絡を取り合い、連携して、医療機関、救護所への患者搬送や重症患者等の後方搬送の調整を行う。
- (オ) 災害対策ボランティア本部から医療ボランティアに関する情報を収集するとともに、市町、保健所と連絡を取り合い、医療ボランティアの配置調整を行う。

(3) 応急対策

- (ア) 避難所(救護所)及び周辺地域の状況に合わせ、市町、保健所と連絡を取り合い、連携して、医療救護班や医療ボランティアの配置及び要員の交代を調整する。
- (イ) 市町、保健所と連絡を取り合い、救護所の運営体制(診療時間等)に関する調整を行う。
- (ウ) 必要に応じ、市町、保健所に対して、精神科診療情報、歯科診療情報を提供する。

2 医薬品の供給対策

平常時の対応

健康福祉部薬事衛生課

- ① 災害用備蓄用医薬品等の確保（県立中央病院、南加賀・能登中部保健福祉センター）
- ② 医薬品等卸業組合との協定締結及び連絡体制確保
- ③ 赤十字血液センターの血液製剤の備蓄状況等の情報交換

災害発生時の対応

健康福祉部薬事衛生課

1 初動対応

- ① 災害用備蓄医薬品等の輸送に関する指示（市町と協力）
- ② 県内医薬品等卸売業者に対する調達の協力要請
- ③ 赤十字血液センターの供給状況確認

2 緊急対応

- ① 支援医薬品等の集積場所の設置に関する指示
- ② 支援医薬品等の輸送に関する指示
- ③ 県薬剤師会等への協力要請（医薬品等の保管管理、供給実施等）

※ 災害時における医薬品等の供給に関する具体的な取扱いについては「災害時における医薬品等の確保・供給体制」（平成8年11月13日制定）に基づき実施する。

Ⅲ 健康対策

平常時の対応

被災による様々な健康障害を予防し、災害直後から復興に至るまで被災者が健康な生活を送ることができるようにするための健康対策について、平常時から検討し、関係機関の対応体制の整備を図る。

健康福祉部健康推進課

1 体制の整備

- ① 健康推進課における防災活動要領（マニュアル）の作成（毎年4月更新）
 - ・ 配備体制基準及び職員出動区分
 - ・ 災害情報の職員伝達系統
 - ・ 業務分担 等
- ② 災害時健康対策マニュアルの作成
 - ・ 健康対策に係る各行政機関（県庁、県保健福祉センター、市町）の役割分担、連携体制（表1参照）
 - ・ 災害発生後の経過時期、被災者生活場所等に応じた健康対策活動指針（表2参照）
- ③ 各保健福祉センターにおける災害時健康対策マニュアルの作成状況の確認

2 情報の整備

- ① 関係機関連絡先一覧の作成（毎年4月更新）
 - ・ 県保健福祉センター、金沢市保健所、市町村保健担当部局、
 - ・ 厚生労働省関係部局、各都道府県関係部局
- ② 各種健康教育、啓発用パンフレット等の例示（例示1～13参照）

保健福祉センター

1 体制の整備

- ① 保健福祉センターにおける防災活動要領（マニュアル）の作成（毎年4月更新）
 - ・ 配備体制基準及び職員出動区分
 - ・ 災害情報の職員伝達系統
 - ・ 業務分担 等
- ② 保健福祉センターにおける災害時健康対策マニュアルの作成

- ・保健福祉センターと市町保健担当部局の健康対策に係る役割分担、連携体制
- ・災害発生後の経過時期、被災者生活場所等に応じた健康対策活動指針
- ③ 管内各市町における災害時健康対策マニュアルの作成状況の確認
- ④ 保健福祉センターと市町による要援護者、在宅療養患者等に対する安否、健康状況等の確認体制の協議
- ⑤ 管内の医療施設、福祉施設、関係団体等との連絡会議、研修会等の開催

2 情報の整備

- ① 管内の保健、医療、福祉等関係施設一覧
 - ・医療機関、薬局、訪問看護事業所、市町保健センター、社会福祉協議会、福祉施設、公民館等 等
- ② 管内各市町における指定避難所一覧及び地図
- ③ 管内各市町における民生・児童委員、自治会長、健康づくり推進員、ホームヘルパー等の人的資源一覧
- ④ 保健福祉センター及び管内各市町が関わっている要援護者、在宅療養患者等の台帳
- ⑤ 災害時必要物品台帳（保管物品名、保管場所 等）
- ⑥ 各種健康教育、啓発用パンフレット類

災害発生時の対応

被災による様々な健康障害を予防し、災害直後から復興に至るまで被災者が健康な生活を送ることができるよう健康対策を講じる。

健康福祉部健康推進課

- 1 初動対応（発災、1～2日程度）
 - ① 健康推進課防災活動要領（マニュアル）に基づく職員の配置、業務分担
 - ② 必要時、保健福祉センターへ職員を派遣し、情報収集
 - ③ 保健福祉センターを通じ被災者の状況、市町の対応状況等を情報収集、県対策本部へ報告（様式 健康1）
- 2 緊急対策（～1週間程度まで）
 - ① 保健福祉センターを通じ被災者の健康状況、市町の健康対策の状況、保健福祉セ

ンターの活動状況等を逐次把握し、県対策本部へ報告（様式 健康1）

- ② 保健福祉センターからの報告を受け、必要時、健康対策に係る活動方針・計画等を調整し、保健福祉センターへ指示
- ③ 保健福祉センターの被災者健康管理活動に係る必要物品の手配
- ④ 保健福祉センターの要請に応じ、応援者の確保、受け入れ体制の調整（厚生政策課と協力）
 - ・ 応援者の派遣人数、職種、期間等の派遣計画の作成、県内の他地域の保健福祉センター、市町へ応援者の派遣要請
 - ・ 応援者の派遣場所、派遣人数、業務内容、派遣期間等の決定、派遣元の各保健福祉センター、各市町へ連絡
 - ・ 他都道府県への応援要請が必要な時は、厚生労働省へ派遣計画を示し派遣要請の調整を依頼
 - ・ 厚生労働省、他都道府県との連絡調整
- ⑤ 現地スタッフの健康管理

3 応急対策（～1ヶ月程度まで）

- ① 保健福祉センターを通じ被災者の健康状況、市町の健康対策の状況、保健福祉センターの活動状況等を定期的に把握、県対策本部へ報告（様式 健康1）
- ② 必要時、健康対策に係る活動方針・計画等の調整、保健福祉センターへの指示
- ③ 保健師等のマンパワー状況の確認、必要時、応援者の調整（厚生政策課と協力）
- ④ 現地スタッフの健康管理

4 復旧・復興対策

応援要請終了時期の検討（厚生政策課と協議）

保健福祉センター

1 初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 保健福祉センター防災活動要領（マニュアル）に基づく職員の配置、業務分担
- ② 保健福祉センターが関わる要援護者、在宅療養患者等の安否確認、健康状況の確認、必要な医療・介護の確保
- ③ 市町の保健活動拠点の確認、市町保健関係職員の稼働状況の把握
- ④ 市町へ保健師等関係職員の派遣
- ⑤ 被災状況の情報収集
 - ・ 避難所毎の入所者数、内訳（高齢者、乳幼児、妊婦 等）

- ・要援護者、在宅療養患者等の安否、健康状況
- ⑥ 市町と健康対策の活動方針を協議し、活動に協力
- ⑦ 健康福祉部健康推進課へ被災状況、健康対策の活動方針等の報告（様式 健康1、様式 健康-保9）

2 緊急対策（～1週間程度まで）

- ① 市町と協力して被災者の健康管理活動体制を早期に整備
 - ・在宅生活者の健康管理活動
 - ・避難所生活者の健康管理活動
- ② 被災者全員の健康・生活実態調査の企画、実施に協力
- ③ 実態調査後の要支援者リストアップ、フォロー体制の整備
- ④ 市町の要請に応じて応援者の確保、受け入れ等の調整
 - ・必要人員数、職種、業務内容等の応援要請計画の作成、厚生政策課へ応援要請
 - ・応援者の受け入れに係る調整窓口の設置、市町との連絡調整
- ⑤ 市町スタッフの健康管理
- ⑥ 健康福祉部健康推進課へ被災状況、健康対策の状況等の報告（様式 健康1、様式 健康-保9）

3 応急対策（～1ヶ月程度まで）

- ① 市町における被災者の健康管理活動への協力
 - ・在宅生活者の健康管理活動
 - ・避難所生活者の健康管理活動
 - ・仮設住宅生活者の健康管理活動
- ② 仮設住宅入居者の健康・生活実態調査の企画、実施に協力
- ③ 実態調査後の要支援者リストアップ、フォロー体制の整備
- ④ 状況の変化に応じて応援要請計画の見直し、調整（市町と協議）
- ⑤ 市町における平常業務再開計画の確認
- ⑥ 健康福祉部健康推進課へ被災状況、健康対策の状況等の報告（様式 健康1、様式 健康-保9）

4 復旧・復興対策

- ① 市町への業務引継
- ② 平常業務体制への移行

表1 健康対策に係る各行政機関の役割

機 関 名	役 割 の 概 要
県 庁	<ul style="list-style-type: none"> ・ 県災害対策本部の情報を保健福祉センターへ情報提供 ・ 保健福祉センターの活動状況、マンパワー状況等の把握、県対策本部への報告 ・ 県レベルでの健康対策の方針決定、保健福祉センターとの連絡調整 ・ 保健福祉センター、市町からの応援要請に基づく派遣調整 ・ 非被災保健福祉センターや市町、他都道府県等への応援要請及び受入体制の調整 ・ 県医師会等関係機関・団体との協力体制の調整 ・ 予算措置、必要物品の手配 ・ 保健福祉センタースタッフの健康管理
県保健福祉センター	<ul style="list-style-type: none"> ・ 市町災害対策本部との連絡調整 ・ 被災状況、マンパワー状況等の情報収集、県本庁への報告 ・ 二次医療圏内の医療施設の稼働状況の把握、情報提供 ・ 被災者の健康対策の検討、保健所レベルでの方針決定、県庁への報告 ・ 必要時、県庁へ応援要請 ・ 市町の保健活動拠点への職員の派遣、保健活動体制の調整 ・ 要援護者、在宅療養患者の安否確認、健康状況確認、医療状況確認 ・ 市町の応急救護、防疫活動、被災者健康管理活動等への協力 ・ 被災者の健康・生活実態調査の技術支援及び必要な健康対策の提言 ・ 地区医師会等関係機関・団体の協力体制の調整 ・ 被災市町スタッフの健康管理
市 町	<ul style="list-style-type: none"> ・ 市町の保健活動拠点の設置、総合相談窓口の開設 ・ 要援護者、在宅療養患者等の安否確認、健康状況確認、医療状況確認 ・ 市町レベルでの健康対策の方針決定 ・ 必要時、県へ応援要請 ・ 応急救護、防疫活動、被災者健康管理活動等の実施 ・ 被災者の健康・生活実態調査の実施 ・ 保健情報、医療福祉関係施設情報等の広報活動の実施 ・ 地区医師会等関係機関・団体への協力要請

表2 健康対策活動指針(例示)

時期	企画調整活動	健康管理活動		
		一般家庭	避難所	仮設住宅
初動 緊急1	<p>情報受け入れ窓口を設置し、情報整理を担当する職員配置 被災の全体像、ことに生命の保持に関連した情報把握、健康管理活動の企画調整</p> <p>①現地情報と他部署から得られる情報の収集と分析 ②健康管理活動による被災情報の集約、及び対策本部への伝達 ③多角的情報収集・分析による地域健康管理活動の企画調整 ④応援スタッフの受け入れ調整 ⑤住民に周知すべき情報の内容、周知方法の検討、チラシ作成</p>	<p>①医療・生活情報の収集・整理及び住民への周知 ・医療機関の稼働状況・救護所の設置 ・ライフラインの状況等 ②緊急対応に必要なケースの安否確認 ③地域巡回活動をとおし住民の保健・医療ニーズの情報収集、関係者との情報共有及び連携</p>	<p>①避難所入所時の住民の健康状態の確認 ・健康状況の確認と応急手当て ・ハイリスク者の健康状態の把握 ・入院・入所の必要者への関係機関との連絡調整 ②生活環境の確認及び整備への支援指導 ・トイレ・入浴設備状況の把握及び整備 ・室内の環境整備 ・ハイリスク者の居住スペースの確保 ③避難所内各関係者との連携 ・医療・生活に関する情報の共有 ④児童への配慮 ・早期に保育、教育が受けられる体制の調整</p>	
緊急2	<p>①各活動場所での健康ニーズに対する対策を実施するための企画・調整 ②健康管理活動から得られた被災者の基本的な生活支援に必要な情報の集約、対策本部への情報提供 ③被災者健康実態調査の集計・分析・情報提供 ④他地域からの応援スタッフの受け入れ調整(オリエンテーション、引き継ぎ、情報共有体制等) ⑤住民に必要な情報の広報活動の企画・実施(市町村と協議)</p>	<p>①要援護者への継続ケアの実施、関係者との連絡調整 ・精神障害、難病、結核、アルコール依存等の在宅療養患者への対応 ・寝たきり者・認知症高齢者・慢性疾患患者・ハイリスク母子等への支援 ②専門職導入等のニーズの把握と関係者への情報提供 ・治療中断者への投薬、義歯や眼鏡等の紛失に対する手当て等 ③日常生活に必要な情報の周知体制の確立 ・地域状況に応じた情報の周知方法の工夫 ④被災者全体の健康管理活動の展開 ・被災者全員の健康調査の実施 ・市町村職員、地区の世話人等の健康管理 ・健康調査後のフォロー ⑤心のケア体制の充実 ・不眠、不安、ストレスに対するケア ⑥住民への広報活動</p>	<p>①要援護者への継続ケアの実施、関係者との連絡調整 ②日常生活に必要な情報の周知体制の確立 ③入所者の健康管理(夜間含む) ④被災者全員の健康調査の実施 ⑤予防活動(健康教育・健康相談)の実施 ・感染症・食中毒等の予防 ・寝たきりの予防 ⑥心のケア体制の充実 ⑦生活環境の点検・整備への援助 ・生活環境の整備 ⑧プライバシー保護への環境整備 ・着替え、おむつ交換、消拭、授乳時等のプライバシー保護 ・洗濯干し場の工夫 ・性的問題への配慮 ⑨避難者の自主活動への援助 ⑩避難所の管理者、世話人等の健康管理</p>	
応急	<p>緊急2期の活動継続 ①健康調査、生活環境の再チェックの必要性を判断し、必要に応じて企画</p>	<p>緊急2期の活動継続 ①子供・高齢者・障害者等の生活を平常時に近い日課に早目に調整 ・デイケア、保育等の早期再開 ②避難所から地域に戻る要援護者の把握とケアの実施 ・医療機関や関係者との連携によるケアの提供 ③仮設住宅設置に伴う移動状況の把握 ④住民の健康・生活ニーズの再確認</p>	<p>緊急2期の活動継続 ①被災前のコミュニティの温存 ②自治組織化への援助 ③要援護者への援助 ・保健・医療・福祉の連携によりケアシステムを再建 ④心のケア体制の強化 ・心の健康に関する健康教育 ・巡回健康相談や夜間相談体制の整備 ⑤健康増進への援助 ・定例事業の情報提供・PR ・健康教育・健康サークル等活動の推進 ⑥生活環境の整備 ⑦仮設住宅の入居にむけての援助 ⑧住民への広報活動</p>	<p>①仮設住宅設置に伴う移動状況の把握 ②被災前のコミュニティの温存 ③自治組織化への援助 ④要援護者支援の継続 ⑤心のケア体制の強化 ・巡回相談、夜間相談 ⑥健康増進への援助 ・定例事業の情報提供 ⑦生活環境の点検 ⑧広報体制の確立</p>
復興	<p>①コミュニティ再建のための情報収集及び住民への情報提供 ②各活動班の活動の終了時期の判断、および長期にわたる活動の必要性を見直し、活動計画を検討(人的・資的な面を考慮し、他職種を含めた企画調整を行う) ③対策本部に対し長期的保健活動ニーズに関する情報提供</p>	<p>①コミュニティ再生のための活動の展開 ・健康相談、健康教育等を活用した支援 ②被災者、被災家族を孤立させないためのサポートシステム ③長期的活動方針の検討</p>	<p>①コミュニティ再建への援助 ・自治会等組織の再建 ・地域組織との交流及び社会活動に参加 ②健康の保持・増進 ・行政の定例事業の活用 ・健康教育・健康情報の提供</p>	<p>応急期の活動継続 ①被災者、被災家族を孤立させないためのサポートシステム ②長期的活動方針の検討</p>

[時期の区分]

初動：発生～1日程度
緊急1：発生～3日程度
緊急2：4日～1週間程度
応急：1週間～1ヶ月程度
復興：1ヶ月以上

[引用文献]

平成7年度地域保健総合推進事業費補助金
「災害時における保健婦活動マニュアルに関する研究報告書」(平成8年3月)研究者代表 鈴木育子

IV 精神保健医療対策

平常時の対応

被災による様々なストレスによる心のケアについて、災害直後から復興に至るまで被災者が健康な生活を送ることができるよう精神保健医療対策を平常時から検討し、関係機関の対応体制の整備を図る。

健康福祉部障害保健福祉課

1 体制の整備

- ① 障害保健福祉課における防災活動要領（マニュアル）の作成（毎年4月更新）
 - ・ 配備体制基準及び職員出動区分
 - ・ 災害情報の職員伝達系統
 - ・ 業務分担 等
- ② 災害時における精神科救急医療体制の整備
 - ・ 精神保健医療対策に係る各行政機関（県庁、保健福祉センター、市町）の役割分担、連携体制
 - ・ 精神科救護所設置計画、専門スタッフ配置計画の作成
- ③ 各保健福祉センターにおける災害時健康対策マニュアルの作成状況の確認

2 情報の整備

- ① 関係機関連絡先一覧の作成（毎年4月更新）
 - ・ 県保健福祉センター、金沢市保健所、市町村保健担当部局、
 - ・ 厚生労働省関係部局、各都道府県関係部局
- ② 各種健康教育、啓発用パンフレット等の例示

保健福祉センター

1 体制の整備

- ① 保健福祉センターにおける防災活動要領（マニュアル）の作成（毎年4月更新）
 - ・ 配備体制基準及び職員出動区分
 - ・ 災害情報の職員伝達系統、業務分担 等
- ② 精神保健医療対策に係る各行政機関（県庁、保健福祉センター、市町）の役割分担、連携体制の協議

2 情報の整備

- ① 管内の精神科医療機関及び社会復帰施設等一覧
 - ・精神科医療機関、社会復帰施設、グループホーム、小規模作業所 等
- ② 管内各市町における指定避難所一覧及び地図
- ③ 管内各市町における民生・児童委員、自治会長、健康づくり推進員、ホームヘルパー等の人的資源一覧
- ④ 保健福祉センター及び管内各市町が関わっている精神障害者で緊急対応が必要な要援護者の台帳
- ⑤ 各種健康教育、啓発用パンフレット類

災害発生時の対応

被災による様々なストレスによる心のケアについて、災害直後から復興に至るまで被災者が健康な生活を送ることができるよう精神保健医療対策を講じる。

健康福祉部障害保健福祉課

1 初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 障害保健福祉課防災活動要領（マニュアル）に基づく職員の配置、業務分担
- ② 必要時、保健福祉センターへ職員を派遣し、情報収集
- ③ 保健福祉センターを通じ被災者の状況、市町の対応状況等を情報収集、県対策本部へ報告（様式 健康1）

2 緊急対策（～1週間程度まで）

- ① 保健福祉センターを通じ被災者の心の健康状況、市町健康対策の状況、保健福祉センターの精神保健活動状況等を逐次把握し、県対策本部へ報告（様式 健康1）
- ② 保健福祉センターからの報告を受け、心のケアの実施に係る活動方針・計画等を調整し、保健福祉センターへ指示
- ③ 精神科医療機関の稼働状況の把握し、保健福祉センターへ情報提供
- ④ 患者の急発・急変に備え精神科の協力医療機関の確保
- ⑤ 必要時、保健福祉センター及び市町に精神科救護所を設置し、専門スタッフを派遣
 - ・精神科救護所、精神保健医療班等の活動状況の把握、対策本部への報告
 - ・こころの健康センター、保健福祉センター、精神科医療機関との連絡調整

- ⑥ 精神科救護所活動に協力する医療機関の確保、調整（人数・期間等）
- ⑦ 精神保健医療関係団体の協力体制の把握、保健福祉センターとの連絡調整
- ⑧ 夜間を含む災害時精神科救急医療体制の確保
- ⑨ 救急患者搬送体制の調整
- ⑩ 厚生労働省や他都道府県へ協力要請
 - ・ 隣県の病院への患者受入等の依頼
 - ・ 他都道府県からの応援者の受入調整（場所、人数、期間等）
 - ・ こころの健康センターと協議し応援体制計画の策定
- ⑪ 児童、思春期の精神疾患の専門スタッフの確保、相談体制の確立

3 応急対策（～1ヶ月程度まで）

- ① 保健福祉センターを通じ被災者の心の健康状況、市町健康対策の状況、保健福祉センターの精神保健活動状況等を定期的に把握、県対策本部へ報告（様式 健康1）
- ② 社会復帰施設の受け入れ可能状況の把握、情報提供
- ③ 精神科救急医療体制の継続
- ④ こころの健康センターと協議し、救援活動に従事するスタッフの心のケアの実施
- ⑤ マンパワーの状況確認、応援者の確保、調整

4 復旧・復興対策

応援要請終了時期の検討（厚生政策課と協議）

保健福祉センター

1 初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 精神疾患等の要援護者（在宅患者）の安否確認、健康状態の確認、必要な医療の確保
- ② 健康福祉部障害保健福祉課へ被災状況、心の健康対策の状況等の報告（様式 健康1、健康-保10）

2 緊急対策（～1週間程度まで）

- ① 健康福祉部障害保健福祉課へ精神科救護所、精神保健医療班等の活動状況と精神保健医療活動状況の報告
- ② 活動状況、被災者ニーズ等について市町及び関係機関へ情報提供
- ③ 市町と協力して被災者の精神保健医療活動拠点を早期に設置

- ・在宅生活者の心の健康管理活動
- ・避難所生活者の心の健康管理活動

- ④ 精神保健医療班の編成・派遣
- ⑤ 24時間体制の相談窓口の設置
- ⑥ 必要時、障害保健福祉課へ専門スタッフの応援要請
- ⑦ 市町と協議し精神保健医療活動方針、計画の策定、活動体制の確立
- ⑧ 市町防災対策本部への被災者の精神保健医療ニーズの情報提供
- ⑨ 市町と協議し他都道府県からの応援者の受入調整（場所、人数、期間等）
- ⑩ 保健福祉センターが把握する精神障害者の安否確認、健康状況確認、医療状況確認
- ⑪ 必要時、精神科救護所の設置及び運営管理
- ⑫ 精神科救護所に協力する医療機関の確保
- ⑬ 精神科救護所で使用する医薬品の管理
- ⑭ 精神疾患の急発・急変への救急対応
- ⑮ 健康管理活動班、一般医療救護班との調整会議
- ⑯ 被災児童に対し、児童相談所へ連絡し継続的ケアの確保

3 応急対策（～1ヶ月程度まで）

- ① 精神保健医療班と連携を密にし、心のケア活動を強化
- ② 小規模作業所、グループホーム等の被害状況の把握
- ③ 精神障害者の継続的医療の確保
- ④ 精神障害者の生活支援体制の整備
- ⑤ 避難所の管理者に対し精神障害者の理解と対応について助言指導
- ⑥ 市町と協議し長期的な精神保健医療活動計画の策定
- ⑦ マンパワーの状況確認、必要時、障害保健福祉課へ応援者要請

4 復旧・復興対策

- ① 被災者の心のケア活動体制の継続
- ② 被災精神障害者の生活再建支援
- ③ こころの健康センターと協議し長期的精神保健活動計画の策定

V 防疫活動

1 感染症対策

平常時の対応

健康福祉部健康推進課

(1) 体制の整備

- ① 健康推進課防災要領（マニュアル）の作成
 - ・ 職員の配備体制、出動区分、業務分担、情報伝達系統 等
- ② 防疫活動マニュアルの作成
- ③ 感染症指定医療機関の指定と整備
- ④ 市町・保健福祉センターにおける器具・器材の整備状況の把握
- ⑤ 市町・保健福祉センターにおける防疫活動マニュアル作成状況の確認
- ⑥ 市町・保健福祉センターの訓練等の実施状況の把握

(2) 情報の整備

- ① 連絡先名簿の作成
 - ・ 国機関、都道府県、市町、石川県医師会、感染症指定医機関等
- ② 啓発用リーフレットの作成

保健福祉センター

(1) 体制の整備

- ① 保健福祉センター防災要領（マニュアル）の作成
 - ・ 職員の配備体制、出動区分、業務分担、情報伝達系統 等
- ② 保健福祉センターにおける防疫活動マニュアルの作成と市町における防疫活動マニュアル作成状況の確認
- ③ 必要な器具器材の整備と市町における器具・器材の整備状況の把握
- ④ 訓練、研修等の実施

(2) 情報の整備

- ① 管内連絡先名簿の作成
 - ・ 市町、地区医師会、感染症指定医機関等

災害発生時の対応

健康福祉部健康推進課

- (1) 初動対応（発災から1～2日程度）～復旧・復興対
 - ① 被害状況について、県災害対策本部から情報把握。
 - ② 防疫活動状況等を把握し県災害対策本部へ報告（必要に応じて保健福祉センターへの指示）。
 - ③ 被害状況及び防疫活動状況を厚生労働省健康局へ報告（様式 感染1, 2）
 - ④ 応援要請に対する職員の派遣や調整・現地スタッフの健康管理
 - ⑤ 要請に応じ、感染症患者の入院医療機関の確保
 - ⑥ 予算措置、必要物品の確保
 - ⑦ 県災害対策本部の情報を各保健福祉センターへ情報提供
 - ⑧ 臨時の予防接種の実施に係る厚生労働省との協議及び実施の決定
- (2) 防疫完了後
災害防疫完了報告書（様式 感染3）（市町分、県分）を作成し、厚生労働省健康局に提出。

保健福祉センター

- (1) 初動対応（発災から1～2日程度）
 - ① 職員の収集
 - ② 市町の体制を確認
 - ③ 所内体制及び市町への派遣体制を組む
 - ④ 防疫活動状況を健康福祉部健康推進課に報告（様式 感染-保1：結核病床、感染症病床の状況。入院者の状況を含む）。
 - ⑤ 入院が必要な者に対しては入院医療機関の確保
- (2) 緊急対策（1週間程度まで）
 - ① 防疫活動状況を健康福祉部健康推進課に報告（様式 感染-保1）。
 - ② 市町における感染症の予防やまん延防止の指導、助言。
 - ③ 当該保健福祉センターだけでは十分でないときは健康福祉部健康推進課へ応援要請。
 - ④ 必要に応じ、臨時の予防接種の実施（調整）。

(※ 感染症患者発生時には、感染症マニュアルに基づき対応)

(3) 応急対策（1か月程度まで）～復旧・復興対策

- ① 防疫活動状況を健康福祉部健康推進課に報告（様式 感染-保1）。
 - ② 市町における感染症の予防やまん延防止の指導、助言。
 - ③ 必要に応じ、臨時の予防接種の実施（調整）。
- (※ 感染症患者発生時には、感染症マニュアルに基づき対応)

2 食品衛生対策

平常時の対応

健康福祉部薬事衛生課

① 緊急時連絡先名簿の整備

課内、各保健福祉センター、保健環境センター、厚生労働省、東海北陸厚生局、食品関係団体

② 都道府県等連絡先名簿の整備

③ 課内配置体制表の整備

④ 緊急時対応用品の保守

リーフレット類（通常の衛生教育に使用するものを流用）

災害発生時の対応

健康福祉部薬事衛生課

(1) 初動対応

① 石川県災害対策本部の薬事衛生班を設置

② 保健福祉センターを通じて情報の収集

③ 職員の出勤状況から人員配置を計画

④ 災害の程度により県外機関への緊急応援要請の検討

(2) 緊急対応

① 保健福祉センターで食品衛生指導班を編成したとき受報する。

② 被災地管轄保健福祉センター所長から応援要請があった場合の保健福祉センター間調整

③ 必要に応じ薬事衛生班長の指示により現地保健福祉センターへ職員を派遣

④ 衛生指導用リーフレットの供給（保健福祉センター間調整）

⑤ 衛生指導状況の把握（給食調理箇所、支援食品等）

⑥ 衛生資材のあっせん

(3) 復旧期対応

① 被害の程度により許可手続きの延長等の検討

② 応援職員の復帰

③ 緊急対応期間中の活動総括

VI 生活環境対策

1 飲料水対策

平常時の対応

環境安全部水環境創造課

(1) 予防対策

- ① 水道事業者等に対し、災害に強い水道施設整備の推進を指導

(2) 体制の整備

- ① 緊急時連絡先名簿の作成
 - ・市町、水道事業者、工事関係業者、消防機関、警察機関 等
 - ・国機関、都道府県、水道関係全国団体 等
- ② 広域応援協定締結の推進及び指導
 - ・都道府県間、県内外の市町間
 - ・県内外の水道事業者間
- ③ 県本庁関係課、部内動員・配置体制表の作成

(3) 情報の整備

- ① 市町、水道事業者の備蓄資機材の保有状況の把握
- ② 水道法適用水道、適用外水道における事業内容の把握
 - ・施設状況（取水、浄水、配水施設、管路）
 - ・給水人口、給水量（配水区ごと）
- ③ 飲用井戸設置状況の把握
 - ・設置場所、利用状況

保健福祉センター

(1) 体制の整備

- ① 保健福祉センターにおける「対策本部設置要領」の作成
 - ・所内動員・配置体制表の作成
 - ・管内関係機関における動員・配置体制表の作成
- ② 保健福祉センターにおける「飲料水対策行動指針」の作成
- ③ 管内における緊急時連絡先名簿の作成
 - ・市町、水道事業者、工事関係業者、消防機関、警察機関 等
- ④ 広域応援協定締結の推進及び指導
 - ・県内外の市町間
 - ・県内外の水道事業者間

(2) 情報の整備

- ① 管内の住民に対する飲料水備蓄の啓発、宅内給水管布設状況の把握、受水槽等の災害対策措置推進の指導・助言
- ② 管内の水道事業者に対する耐震性貯水槽の設置、配水池容量の増加、緊急遮断弁の設置、応急給水や応急復旧物資の備蓄などの指導・助言
- ③ 管内の医療機関に対する受水槽、高置水槽、配管類の耐震化等施設強化の指導・助言
- ④ 管内の水道事業、簡易専用水道事業、飲用井戸の設置状況の把握
- ⑤ 管内市町における防災計画策定状況の把握及び指導・助言

災害発生時の対応

地震等災害発生により水道施設が損壊等により断水し、又は汚染して飲料水に適する水を得ることができなくなったとき県（環境安全部水環境創造課及び保健福祉センター）は、市町災害対策本部給水班等と密接な連携を保ちつつ、必要に応じ現地において情報収集のうえ、石川県災害対策本部への伝達等を実施する。

環境安全部水環境創造課

(1) 初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 石川県災害対策本部の下部組織として「給水対策班(仮称)」を設置
- ② 環境政策課災害発生等緊急時執務体制に基づき職員を配置
- ③ 保健福祉センター、市町、水道事業者及び関係機関を通じ情報を収集及び県本部へ報告
 - ・県内外の関係機関との連絡、調整
 - ・県内外の関係機関への緊急応援要請の検討

(2) 緊急対策（発災、1週間程度まで）

- ① 保健福祉センター、市町、水道事業者からの被害状況及び飲料水の供給状況を受理し、県本部へ報告
- ② 市町、水道事業者及び保健福祉センターから避難場所、人数、水道施設の稼働見込み等の情報を受け、関係機関へ伝達
- ③ 応急給水及び応急復旧に対する関係機関へ広域的支援の要請及び調整
- ④ 必要に応じ、県本部指示のもと、現地対策本部に職員を派遣し情報収集

(3) 応急対策（発災、1か月程度まで）

- ① 水道の給水、復旧に対する支援及び調整
 - ・給水量及び地域名、資機材名及び提供可能量、派遣可能人員 等
 - ・(社)日本水道協会本部、中部支部、県支部

・県内外の水道工事関係業者

② 復旧状況の情報収集、報告

(4) 復旧・復興対策

- ① 水道施設復旧、復興の支援及び調整
- ② 復旧、復興計画の作成及び工事施工に対する指導
- ③ 水道施設復旧、復興状況の情報収集及び報告

保健福祉センター

(1) 初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 保健福祉センター施設、設備の安全確保及び緊急対処
- ② 保健福祉センター対策本部を設置
(構成例) 総括班、情報収集班(集計班、現地派遣班)、水質検査班
- ③ 連絡、調査体制の確立
 - ・保健福祉センター災害発生等緊急時執務体制に基づき職員を確保し配置
 - ・水環境創造課へ執務状況、連絡先を報告
- ④ 管内被災状況の情報収集---別紙、様式
 - ・市町、水道事業者及び関係機関を通じ情報を収集及び水環境創造課へ報告

<収集する情報>

- ・断水地域、戸数、人数
- ・給水管路、配水管路及び基幹施設の被害状況
- ・応急給水の状況
- ・代替え給水の確保状況（水の種別、取水場所 等）

※ 報告は、可能な限り地図を活用し、情報を記載して行うこと。

(2) 緊急対策（発災、1週間程度まで）

① 管内被災状況の情報収集

・市町、水道事業者及び関係機関を通じ情報を収集及び水環境創造課へ別紙様式により逐次報告

告

<収集する情報>

- ・断水地域、戸数、人数
- ・給水管路、配水管路及び基幹施設の被害状況
- ・応急給水の状況
- ・代替え給水の確保状況（水の種別、取水場所 等）

※ 報告は、可能な限り地図を活用し、情報を記載して行うこと。

- ② 応急給水、応急復旧に対する外部支援の要否確認し、水環境創造課へ逐次報告
- ③ 避難所、稼働医療機関及び福祉施設等の給水体制の確認並びに被災地の給水計画の確認、指導、

報告

④ 応急給水の水質検査及び衛生指導

- ・ 応急給水として備蓄水、井戸水、湧水等利用する場合は、使用前の水質検査の実施や消毒方法及び飲用に当たっての衛生指導、助言
- ・ 浄水器により飲料水を確保する場合は、その正しい使用方法を指導
- ・ 簡易専用水道設置者等に対する飲用に当たって水質検査の励行等衛生指導及び広報

(3) 応急対策（発災、1か月程度まで）

① 応急給水、応急復旧に対する外部支援の要否確認し、水環境創造課へ逐次報告

② 避難所、稼働医療機関及び福祉施設等の給水体制の確認並びに被災地の給水計画の確認、指導、報告

③ 応急給水の水質検査及び衛生指導

- ・ 応急給水として備蓄水、井戸水、湧水等利用する場合は、使用前の水質検査の実施や消毒方法及び飲用に当たっての衛生指導、助言
- ・ 浄水器により飲料水を確保する場合は、その正しい使用方法を指導
- ・ 簡易専用水道設置者等に対する飲用に当たって水質検査の励行等衛生指導及び広報

④ 水道復旧状況の情報収集及び水環境創造課へ報告

<収集する情報>

- ・ 復旧地域名、給水戸数、給水人口
- ・ 復旧水道事業名

※ 報告は、可能な限り地図を活用し、情報を記載して行うこと。

⑤ 水道施設復旧における給水開始前の水質検査の励行を水道事業者に対する指導を徹底

(4) 復旧・復興対策

① 水道復旧状況の情報収集及び水環境創造課へ報告

<収集する情報>

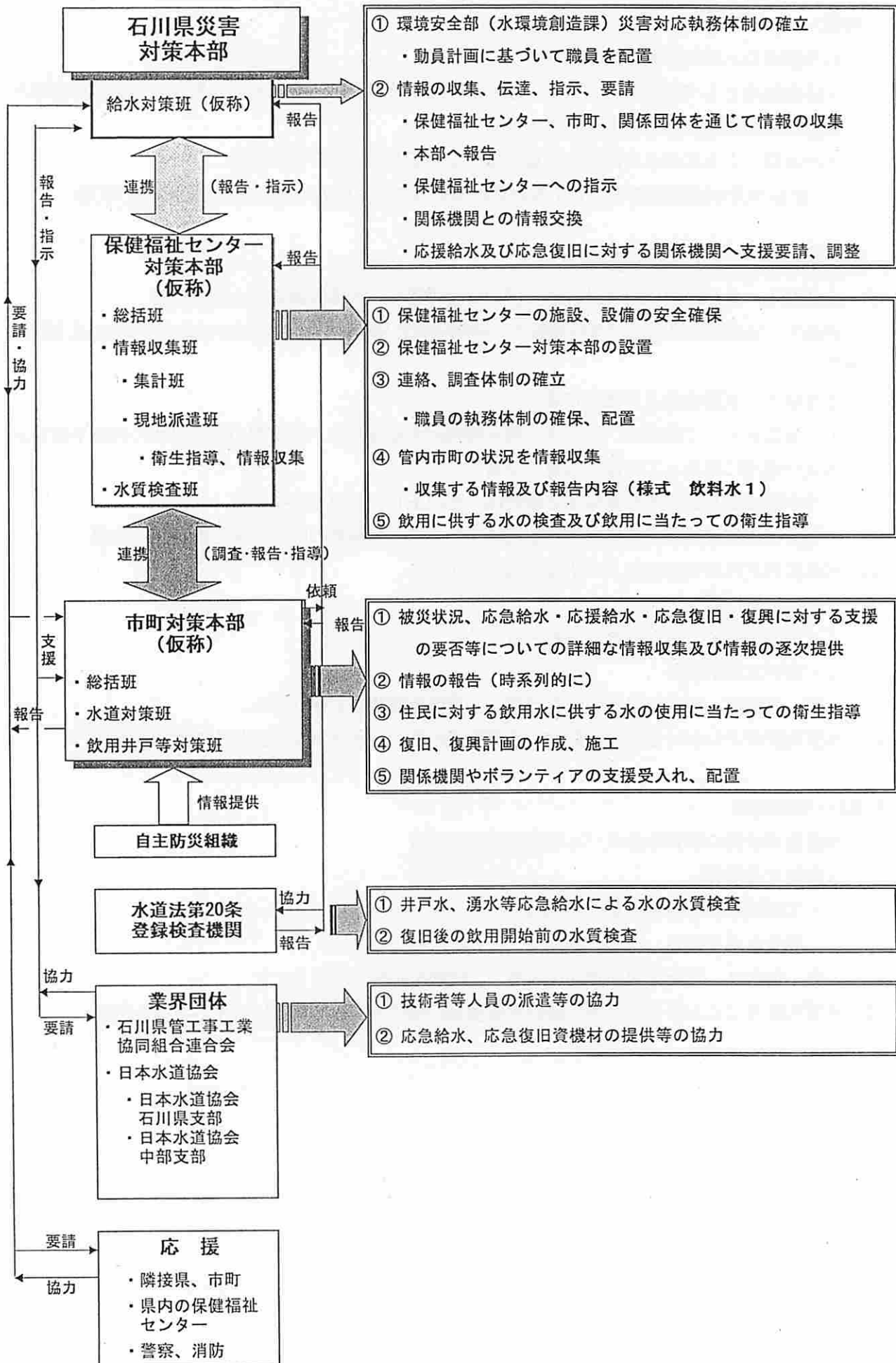
- ・ 復旧地域名、給水戸数、給水人口
- ・ 復旧水道事業名

※ 報告は、可能な限り地図を活用し、情報を記載して行うこと。

② 水道施設復旧における給水開始前の水質検査の励行を水道事業者に対する指導を徹底

発災時の対応フロー

対応の内容



2 入浴対策

平常時の対応

保健福祉センター

1.情報の整備

管内の公衆浴場、旅館業施設の把握

災害発生時の対応

健康福祉部薬事衛生課

1.初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 保健福祉センター及び浴場組合を通じて施設の営業状況を把握
- ② 公衆浴場の営業状況等情報の提供
- ③ 仮設入浴施設の設置、公衆浴場復旧支援の要否を検討

2.応急対策（発災、1か月程度まで）

市町の要請に応じ、仮設風呂の設置

保健福祉センター

1.緊急対策（発災、1週間程度まで）

- ① 被災者の生活環境の把握
- ② 公衆浴場等衛生施設の稼働状況の把握
- ③ 被災者への情報提供(公衆浴場営業状況等)

2.応急対策（発災、1か月程度まで）

- ① 必要に応じ、仮設風呂の設置について市町に助言
- ② 布団の乾燥等避難所の生活環境の衛生保持

3 火葬対策

平常時の対応

健康福祉部薬事衛生課

1.体制の整備

- ① 火葬場の把握
 - ・ 施設所在地、連絡先、市町担当者等

災害発生時の対応

健康福祉部薬事衛生課

1.初動対応（発災、1～2日程度）

- ① 市町との連絡体制の確立
- ② 火葬場被災状況等広域火葬の実施に関する情報の把握
- ③ 火葬計画の策定、被災市町への情報提供及び県本部へ報告
 - ・ 県内外の関係機関との連絡、調整
 - ・ 県内外の関係機関への緊急応援要請の検討

2.緊急対策（発災、1週間程度まで）

広域火葬実施状況の把握

3.復旧・復興対策

災害救助法が適用される場合は県が埋葬を実施するものに支給
(県の定めにより市町が行う)

保健福祉センター

1.初動対応（発災、1～2日程度）

火葬場被災状況等に関する情報があれば薬事衛生課へ連絡

4 ペットの保護と収容対策

災害発生時の対応

地震等災害発生によりペット動物の飼い主が被災した場合、ペット動物の救護の問題が発生する。県（健康福祉部薬事衛生課及び保健福祉センター）は、市町村災害対策本部と連携を保ちつつ、現地において情報収集のうえ、県災害対策本部への伝達等を実施する。

健康福祉部薬事衛生課

(1) 応急対策（発災、1か月程度まで）

- ①保健福祉センターから被災ペット動物に関する情報を受理（様式 動物1）し、県本部へ報告
- ②関係団体に対し協力を要請
 - ・（社）石川県獣医師会 TEL 076-257-1400 FAX 076-257-1404
 - ・緊急災害時動物救護本部（事務局：（財）日本動物愛護協会）TEL/FAX 03-3409-1868
- ③必要物資の調達及び救護動物の収容保管場所の確保
- ④状況に応じ、金沢市に協力を要請

保健福祉センター

(1) 応急対策（発災、1か月程度まで）

- ①関係市町の協力を得て動物救護に必要な資材の種類、数量並びに保護が必要なペット動物の状況を避難所ごとに把握（様式 動物2）
- ②動物病院、動物愛護団体等協力機関とともに被災ペット動物の保護を推進
- ③ペット動物の保護の現況について把握し、①の情報とあわせて薬事衛生課へ報告（様式 動物1）
- ④支援物資の配布に協力し、必要な説明等行い物資の利用を促進

5 毒劇物対策

平常時の対応

健康福祉部薬事衛生課

- ① 関係機関との連携・協力体制の確保
- ② 緊急連絡網の整備
- ③ 解毒剤の保有状況の定期的な確認
- ④ 毒物劇物営業者への監視指導の徹底
- ⑤ 毒物劇物を大量に保管する事業場の把握

災害発生時の対応

健康福祉部薬事衛生課

1 初動対応

- ① 災害状況の把握
- ② 事故処理事務分担に基づく職員への連絡と初動対応に必要な人員の確保
- ③ 現場への職員派遣（必要に応じ）
- ④ 被災した取扱業者への盗難予防、飛散流出防止の指導
- ⑤ 紛失・盗難の通報があった場合には警察署に通報
- ⑥ 飛散・流出があった場合には、健康危機管理マニュアル（飛散流出事故）により対応
- ⑦ 金沢市外で発生した場合は、保健福祉センターより事故状況を、事故に係る受報用紙（様式 毒劇物1）又は速報用紙（様式 毒劇物2）により報告徴収

2 応急対応

- ① 飛散・流出があった施設の応急・復旧状況の確認
- ② 保健所から事故報告書（様式 毒劇物3）により報告徴収

災害（事故）緊急報告書（第 報）

		報告日時		平成 年 月 日	午前・午後	時 分
報告事項			報 告 者	所 属		
				職・氏名		
				T E L		
発生日時	平成 年 月 日 ()		午前・午後		時	分頃
発生場所						
災害（事故）概要・対応状況等						
			受 信 者	厚生政策課： 消防防災課：		

報告先：厚生政策課

TEL 076-225-1411

FAX 076-225-1409

消防防災課

TEL 076-225-1482

FAX 076-225-1484

医療機関被害報告

報告年月日	
報告時刻	
報告機関	
報告者	TEL

整理番号	医療機関名	所在地	建物被害			人的被害			転院搬送要請数	診療可否	ライフラインの状況	通信欄
			全壊	半壊	一部損壊	死者	行方不明	負傷者				
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	
			棟	棟	棟	人	人	人	人		水道 可・否 電気 可・否 ガス 可・否	

救護所開設状況報告

報告年月日	
報告時刻	
報告機関	
報告者	TEL

整理番号	名称	所在地	開設日時	収容可能人員	現収容人員	負傷者数	救護班の有無	救護班の追加支援の要否	通信欄
						(うち後方搬送要請数)			
			月 日 時 分	人	人	(人)			
			月 日 時 分	人	人	(人)			
			月 日 時 分	人	人	(人)			
			月 日 時 分	人	人	(人)			
			月 日 時 分	人	人	(人)			

被災者健康対策の状況(報)

報告日時: 平成 年 月 日 時 分

報告機関:

所属:

報告者:

TEL:

被災地域名	市・町		(世帯数)	世帯 / (人口)	人
被災者状況	死傷者数	人	住民の様子、家屋の状況 等		
	負傷者数	人			
避難状況	避難所数	ヶ所	避難者数	人 (内、高齢者 乳幼児 妊婦)	
市町の活動状況	概況				
	活動拠点	施設名			
		責任者	TEL	FAX	
職員状況	稼働人数	人	(状況)		
医療状況	医療機関稼働状況				
	救護所	無・有 →場所			
交通状況	遮断道路	無・有 →場所			
	その他				
ライフライン	電話	可・不可 →場所			
	電気	可・不可 →場所			
	水道	可・不可 →場所			
	ガス	可・不可 →場所			
保健福祉センターの活動状況			(活動実績)		
			避難所巡回相談	件	
			一般家庭訪問	件	
			仮設住宅訪問	件	
			その他		
その他連絡事項					

様式 感染1

(県→国)

被害状況報告(第 報)

報告年月日: 年 月 日 時現在の状況

報告機関名:

所属:

担当者氏名:

電話番号:

発生年月日		災害の原因	
-------	--	-------	--

1 被害の概要、発生患者数等

市町村名	被害の概要									感染症患者数						
	全戸数	全潰	半潰	流失	床上浸水	床下浸水	その他	計	被害率	災害救助法適用の有無	患者	疑似症	保菌者	計	(再掲)死者	備考

2 その他参考となる事項

被害の概要については、県災害対策本部より情報収集する。
 感染症患者数の欄には一～五類の全数把握感染症について記載する。
 備考欄には疾患名と疾患毎の人数を記載する。

様式 感染2

(県→国)

防疫活動状況報告(第 報)

報告年月日:

報告機関名:

所属:

担当者氏名:

電話番号:

月 日								累計
防疫活動をしている市町村数(応援を除く)								
防疫活動をしている保健所数(応援を含む)								
保健所職員(雇上職員を含む)の防疫活動従事者数								
本庁職員(雇上職員を含む)の防疫活動従事者数								
消毒を行った箇所数								
ねずみ族、昆虫等の駆除箇所数								
感染症法による生活用水の供給を受けた人数								
災害救助法による飲料水の供給を受けた人数								
健康診断実施件数								
集団避難所数								
集団避難所の収容人員								
備考								

様式 感染-保1

(保健福祉センター→県)

防疫活動状況報告(第 報)

報告年月日: 年 月 日 時現在の状況

報告機関名:

所属:

担当者氏名:

電話番号:

感染症等患者数	結核患者の届出数	
	患者の概要(疾患名、症状の有無、入・通院の別、医療機関名等)	
	感染症患者の届出数	
	患者の概要(疾患名、症状の有無、入・通院の別、医療機関名等)	
防疫活動	防疫活動をしている市町数(応援を除く)	
	防疫活動をしている保健所数(応援を含む)	
	保健福祉センター職員(雇上職員を含む)の防疫活動従事者数	
	本庁職員(雇上職員を含む)の防疫活動従事者数	
	消毒を行った箇所数	
	ねずみ族、昆虫等の駆除箇所数	
	健康診断実施件数	
	その他の対応等	
備考		

災害防疫業務完了報告書

- 1 災害発生年月日
- 2 災害の原因
- 3 被害の概要
- 4 都道府県のとった措置の概要
 - (1)災害防疫本部の活動
 - (2)災害防疫活動
- 5 感染症の発生状況
- 6 予防接種
- 7 感染症指定医療機関の被害状況
- 8 災害防疫所要額
 - (1)防疫作業費(感染症予防事業費)
 - (ア)都道府県事業 (イ)市町村事業
 - (2)感染症指定医療機関等災害復旧費

◇ 住民のみなさまへ ◇

慣れない環境の中で病気（特にかぜなど）にならないよう、十分に気を付けましょう。

○ 手洗い・うがい

- ・流水（ペットボトルのお茶等でもよいです）で石けんを使って、手洗いをしっかり行いましょう。できなければ、おしぼり等を使用しましょう。

①食事をする前 ②トイレの後 ③外から帰った後

- ・うがいをしっかり行いましょう。

○ たべもの・水

- ・鮮度に注意しましょう。
- ・停電した冷蔵庫に入っていた要冷蔵食品は食べないようにしましょう。
- ・前日の食べ残しや少しあやしいものは捨てましょう。
- ・生水を避け、衛生管理の行き届いた水を飲んでください。

○ エコノミー症候群

- ・食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座ってい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、脳卒中や心臓発作などを誘発する恐れがあります。できるだけ体を動かし、十分に水分を取りましょう。

○ 一酸化炭素中毒

- ・車などの狭い空間で暖房を使用し長時間過ごすと、一酸化炭素中毒になり、意識障害や心臓障害を来す恐れがあるので、定期的に換気しましょう。

◎ 具合の悪い時は早めにご相談ください。

日常の健康管理の ポイント

- できるだけ睡眠を十分に取り、水があれば手洗いやうがいをしてください。
- からだが不調な場合は、救護所・救護センター・診療所・病院等に早めに受診してください。
- 給水車やペットボトルの水を飲んでください。
- なま物や古くなった物は食べないでください。
寒い季節でも守ってください。
- 食事前、排便の後は、できるだけ手を洗ってください。
水がなければウエットティッシュやスプレー式消毒液で消毒してください。

かぜをひかないために

1. できるだけ **睡眠** を **充分** とりましょう！

2. **人ごみ** は **さけ**ましょう

かぜをひいている人になるべく近づかないようにしましょう。

3. **マスク** を **着用** しましょう

マスクはかぜのウィルスを完全に吸いこまないようにするわけではありませんが、のどや鼻の湿度をたもつことで感染しにくくなります。また、せきやくしゃみによるウィルスの飛散を少なくする効果があります。

4. **外出後の手洗い** と **うがい** をしましょう

手洗いは接触による感染を防ぎます。せっけんを使うと効果的です。

うがいはのどの乾燥を防ぎウィルスが侵入しにくくなります。

うがい薬を使うと効果的です。

例示 4

こころと身体 の健康のため

震災後、避難所での生活や、日常生活の困難、後かたづけや今後の生活の心配のために、心身ともに疲れやすくなります。こころと身体 の健康を保つために以下のことに注意しましょう。

1. 休息をとりましょう

眠れなかったり、やるべきことが多くてこころも身体も疲れてきます。すべきことは多いのですが、休息の時間を必ずとるようにしましょう。

2. 食事や水分を十分とりましょう

思うようなものが食べられなかったり、普段と違う生活のために食事が不規則になりがちです。特に高齢者では脱水になりやすいので、水分の補給を積極的に行いましょう。

3. お酒の飲み過ぎに注意しましょう

不安だったり、眠れないためにお酒に頼ることは避けましょう。続くとアルコール依存症になる危険性があります。

4. 心配や不安を一人で抱えずに、周りの人と話しましょう

震災のあと、心配が増えたり不安になるのはあたりまえのことです。一人で抱えこまずに家族や友人、近所の人、医療スタッフと話しましょう。気持ちが楽になってきます。

5. お互いに声をかけあいましょう

特に、一人っきりの人、状態の悪い人 そうな人に声をかけましょう
なかなか自分から相談にはいきません。周りの人が気をつけて声をあげてください。
みんなで助け合いましょう。

こころのケアホットライン

フリーダイヤル：0000-0000-0000

専用電話：000-0000-0000

石川県

よく眠れない

避難所・仮設住宅の生活など集団生活が長くなったり、
寝る場所が変わったりすると、
眠れない夜を過ごされている方が多いと思います。

** どうしたらよいか **

- 夜ゆっくり眠るためには、昼間あまり仮眠をとらないようにしたり、眠る時間を一定にしたりしましょう。
- 気持ちの中でひっかかっているささいな事でも他の人に相談したり、巡回健康相談時に相談すると眠りやすくなります。
- 眠れない時にお酒を寝る前に飲む人もいますが、お酒はその時は眠れるかもしれませんが、量がすぎると疲れの原因になったり、習慣となる危険がありますので注意しましょう。
- 眠れない日が続くと、身体的症状（だるい・イライラなど）をおこしたり、意欲が減退したりします。
- 以下にあてはまる方は、巡回している医師や保健師にご相談ください。
 - ・ 5時間以上眠れない日が続いている
 - ・ よく眠れた感じが5日以上ない
 - ・ 眠れない感じがひどくなってきた
 - ・ 眠れなくて食欲が落ちてきた

～心配だったらまず相談！～

下痢・腹痛になったら...

下痢とは… 水分の多いかゆ状の又は
水の便がでることです

**** 次のことに注意しましょう！！ ****

1. 食 事
 - 胃腸に負担をかけないように消化のよいもの（おかゆ・うどん・パン）をとるようにしましょう。
 - 暴飲・暴食を避け、規則正しい食生活をしましょう。
 - 生ものは避け、できるだけ火の通った食物を食べましょう。
 - 刺激の強い食品（カレー粉・香辛料など）炭酸飲料・アルコール類は控えましょう。
2. 水分の補給
 - 下痢が続く場合は、脱水症（皮膚の乾燥、尿の量が減る）をおこすこともあるので、水分はできるだけとるようにしましょう。
3. 保 温
 - 腹部を冷やさないように保温しましょう。（使い捨てカイロなど）
4. 手 洗 い
 - 食前、排便後等には毎回手洗いをしましょう。

下痢が続いたり、便に血が混じったり、
腹痛が強かったりしている時は、
必ず医師の診断を受けましょう！

肩こりの予防

慣れない生活や家の後片づけなどで、
肩こりがおきる人がいます。

気をつけること

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 正しい姿勢をとる | 4. うつむき姿勢を続けない |
| 2. 力を抜いて、背すじを伸ばす | 5. 目を疲れさせない |
| 3. 同じ姿勢を長く続けない | 6. 肩を冷やさない |

◇ 肩こり予防体操 ◇

力まず、大きくゆっくりと筋肉を伸び縮みさせる(運動は各10回繰り返しめどに)

1. 首を前後にまげる

下あごは胸につくまで、ゆっくりと。
顔は天井と向き合うまで。



2. 首を左右にまげる

目が肩に近づくように。



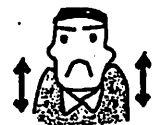
3. 顔を左右に向ける

あごが肩に近づくように。
しっかり横を向く。



4. 首をまわす

右まわり、左まわりを交互に。



5. 肩をすくめる

両肩を上にもち上げ、力を抜く。



6. 肩を後ろにひき、ついで前に出す。

腕はぶらんとしたまま。



7. 肩を廻す

肩で円を描くように前回し、後ろ回しを
各5回ずつ。



腰痛の予防

家の後片付けなど日ごろやり慣れないことをして、腰痛がおきる人がいます。

気をつけること

1. 無理な姿勢・悪い姿勢をとらない
2. 中腰で重いものを持ち上げない
3. 固めの布団で寝て、高い枕は避ける
4. 片手で重いものを持たない

◇ 腰痛予防体操 ◇

予防のための体操です。

ぎっくり腰のような急激な激しい腰痛の時には逆に悪化させるので行わないように！

1. 腹筋運動

ゆっくり起き上がり、肩が床から25cmのところまで5秒とめ、再びもとの位置におどします。この体操を3回くらいから始めて、10回くらいします。



2. 腎筋運動

おなかとおしりをちぢめ、上体はそのまま。おへそをあごのほうに向けるようにします。5~10回くらい行い、ゆっくり休みます。



3. 背筋を伸ばす

両手で両ひざをわきの下にかかえ込みます。できれば、10~20回くらい連続して行います。



4. 屈筋をのばす

手指が足先に届くようからだをかかめ、ひざの後ろにある屈筋をのばします。



5. 股関節を伸ばす

片足をできるだけ曲げた状態で、足をかかえて交互に行います。



6. シャがむ運動

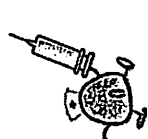
両足を30cm離して立ち、上体をまっすぐにしたままゆっくりしゃがみ、またゆっくりと立ち上がりま



インフルエンザ 予防接種を 受けましょう！

インフルエンザの予防には、予防接種が有効です。
特に高齢者の方は、肺炎等の合併症を併発し
重症化することもありますので、
積極的に予防接種を受けるようにしてください。

- ◆ インフルエンザは全身に症状が出る感染症です。
インフルエンザはインフルエンザウイルスにより引き起こされる呼吸器感染症で、普通の風邪とはまったく違う病気です。
インフルエンザの場合、40度近い高熱がでるなど全身に様々な症状があらわれます。近年は治療法も進歩していますので、風邪だと軽視しないで早めに医療機関を受診してください。
- ◆ インフルエンザは予防できます。
インフルエンザの予防には、予防接種が有効です。ワクチンを投与することで体内に抗体をつくり、病気にかかりにくくしたり、かかっても重くならないようにするのが予防接種です。
- ◆ インフルエンザ予防接種を希望される方は、かかりつけ医等と相談し、早めに受けるようにしてください。
- ◆ 接種場所、接種費用などについては、お住まいの市町村にお問い合わせください。

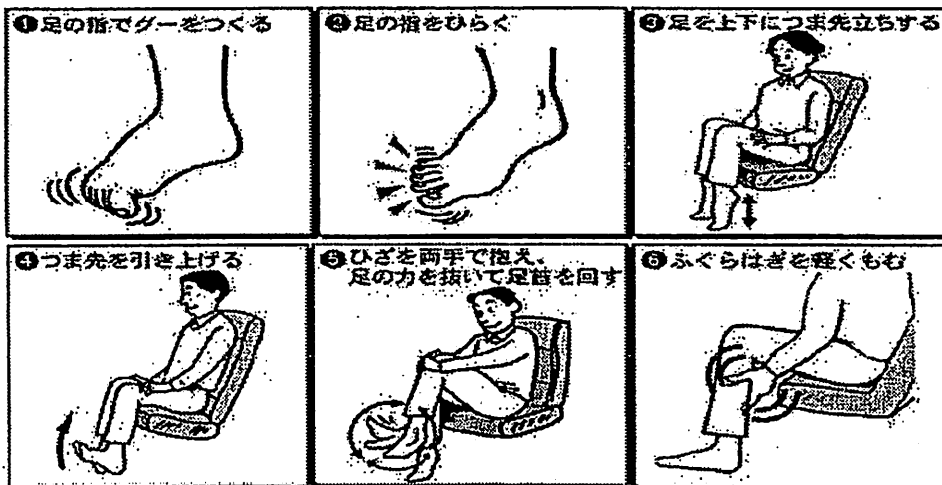


エコノミークラス症候群に注意しましょう！！

車中で生活される方は、できるだけ避難所や旅館、テントに移りましょう。
止むを得ず車中泊をされる方は、以下の予防方法を実践しましょう。

- 1 具合の悪い時は、早めに相談、受診してください。
胸の痛みや、片側の足の痛み・赤くなる・むくみがある方は早めに救護所や医療機関の医師に相談、受診してください。
- 2 弾性ストッキングの使用について
サイズがしっかり合った医療用の弾性ストッキングを使用しないと効果がありません。使用に当たっては、必ず医師に相談の上、適切な指導を受けましょう。
ストッキングを着用したからといって、エコノミークラス症候群を必ずしも予防できるものではありません。下記の予防方法を実践しましょう。
- 3 予防方法
 - ① 定期的に体を動かしましょう。
かかとの上げ下ろし運動、ふくらはぎを軽くもむなどしましょう
 - ② 十分に水分をとりましょう。
 - ③ アルコール、コーヒーなどは避けてください。利尿作用があり、飲んだ以上に水分となって体外に出てしまいます。
 - ④ できるだけゆったりとした服を着ましょう。
 - ⑤ 禁煙しましょう。

● 予防のための足の運動



● エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座ってい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）が足から肺や脳、心臓にとび、血管を詰まらせ肺寒栓や脳卒中、心臓発作などを誘発する恐れがあります。この症状をエコノミークラス症候群と呼んでいます。

例示11

災害時における歯科保健について

《 症 状 》

1. 被災された方は、疲労・過労・ストレスで歯痛・歯ぐきの炎症や出血などの症状がおこりやすいです。
2. お年寄りの場合は、義歯の紛失・損傷がおこりやすいです。

《 どうしたらよいか 》

1. 口の中が不潔になりやすいので、歯ブラシで歯みがきをしましょう。
2. 歯や口腔衛生の困り事については、巡回している歯科医師、歯科衛生士に相談しましょう。
3. 入れ歯は修理や治療が可能なので、放置しないで巡回している歯科医師、歯科衛生士に相談し、使いやすい入れ歯にしましょう。



☆ 災害のあとの気持ちの変化 ☆

1 災害の前は問題のなかった人間関係も、災害のあとには次のように感じることもあります。

- 自分が相手から大切にされていないと感じてしまう
- 相手の気遣いは分かるが、かえって負担に感じてしまう
- 自分がしてあげたいと思うことが、子どもや家族にしてあげられないもどかしさを感じてしまう

2 子どもたちも災害によって傷ついています。子どもたちにも目をむけてください。

- 子どもたちの気持ちを聞いてあげましょう
- 子どもたちに自分の気持ちを説明してあげましょう
- 子どもたちがいきいきと活動できるように行事を組みましょう
- 災害ごっこの遊びや災害の絵をかいたりすることを禁じないようにしましょう

これらのことを通じて、子どもたちが災害という現実を子どもたちなりに理解し、それを乗り越えていくための手助けをしてあげることが大切。

3	感情をあらわすことは、けっしていけないことではありません。
---	-------------------------------

- 自然な感情をおさえこんでいると、かえって心や身体に悪い影響を及ぼすことがあります。
むしろ気持ちを素直に外にあらわす方が、心と身体のためには良いことなのです。

4	苦痛が強すぎたり、長すぎると感じる時には、自分だけで解決しようとせず、積極的に専門家に相談しましょう。
---	---

※ 次のような時には、専門家に相談してください。

- 緊張感、混乱、むなしさ、疲労感が長い間続くとき
- 悪夢やよく眠れない夜が続くとき
- お酒、タバコ、葉の量が多すぎるとき
- 仕事に身が入らなくなったとき
- 人間関係がまずくなったとき
- 自分の気持ちをうちあけたい相手がないとき
- 事故をおこし、混乱しているとき
- 家族や友人が上記のことで困っているときなど

出典：「これだけは知っておきたいところとからだ Q&A」兵庫県

事故後の心と 体の変化について

＊＊ 被災者の皆様へ ＊＊

今回の事故は皆様にとって大変、理不尽（未曾有の災害）な事故でした。このような事故に遭った後には、心や体にいろいろな変化がおこります。しかし、ほとんどの変化は時間の経過とともに回復していきます。

◇ 被災した人ならだれでもが感じること

- 1 事故のことがこわくてたまらない
- 2 大切なものを失った悲しみ、寂しさ
- 3 自分をとても無力なものを感じる
- 4 どうして自分がこういうひどい目にあわなくてはならないのか、という怒り
- 5 肉親や身近な人を助けられなかったことで、悔やんだり自分を責めてしまう
- 6 将来に希望が持てず不安だ
- 7 なにごとにも無関心、無感動になってしまうことがある

◇ からだに起こりやすい変化

- 1 疲れがとれない
- 2 眠れない、悪夢をみる、朝はやく目覚める
- 3 物覚えが悪くなったり、集中できない、イライラする
- 4 吐き気、食欲不振、胃痛
- 5 下痢、便秘
- 6 どうき、発汗、手足の冷え
- 7 その他（関節痛、腰痛、頭痛、めまい、性欲の変化など）

これらの反応は、よくあることで、時間の経過とともに、徐々になくなります。特に恐怖心は、このような状態に対する正常な反応です。

◇ すこしでも乗り越えやすくするために

- 1 困っていることを家族や友人とお互いに率直に話し合しましょう。
安心できる人と一緒に時間を過ごすのはとても大切なことです
- 2 睡眠と休息をできるだけ十分にとりましょう
- 3 軽い運動を試してみましょう

◇ 注意すべきこと

- 1 このような時期は不注意による事故を起こしたり、怪我をしやすいため、普段より気をつけましょう
- 2 あまりに頑張りすぎないことです。燃え尽きてしまいます。

◇ 次のような場合は早めに専門家に相談しましょう

- 1 心身の苦痛が強すぎる、あるいは長すぎると感じたとき。
- 2 お酒の量が増えて、飲まずにはいられないと感じるようになったとき
- 3 寂しくてたまらないのに、自分の気持ちを率直に話せる相手がないとき
- 4 家族や友人の心や体のことで、心配に思うとき