勝浦市災害時保健活動

アクションカード

地震・津波用

～フェーズ0～1（72時間以内）～

●災害時の公衆衛生活動の目的

「防ぎえる死と、二次健康被害の最小化」

アクションカードは1～９まであります。

落ち着いて順番に取り組みましょう。

災害時保健活動マニュアルも手元に準備しましょう。

　アクションカードとは「自立した行動を促し、その時に応じた判断を行うための事前指示書」であり、災害発生時に最低限必要となる行動を簡単かつ具体的に記載したものです。

　災害時に各課の担当職員が揃わない場合でも、参集できた職員で協力し、アクションカードに沿って、役割を決め、必要な対応を臨機応変に行いましょう。

令和７年６月版

目次

災害時の保健活動（医療職）の役割《72時間以内》

●発災が**勤務時間内（平日）**のときは、ここから！

アクション１（時間内）　保健師の安否確認と参集可否の確認

アクション２　来庁者・事業等参加者の安全確保・避難誘導

●発災が**勤務時間外（夜間・土日祝日）**のときは、ここから！

アクション１（時間外）　保健師の安否確認と参集可否の確認

アクション３　保健師の参集と医療救護班の立ち上げ

アクション４　災害本部・保健所への報告

アクション５　保健活動の部屋の準備

アクション６　被災状況の確認～わかる範囲でわかるところから～

アクション７　受援の検討と受け入れの準備

アクション８　救護所・避難所の設置状況を確認する

アクション９　避難行動要支援者・要配慮者の安否確認

◆勤務時間内◆

アクション１

医療職の安否確認と参集可否の確認！

《市役所》

□課内スタッフの安全確認を行う（声かけ確認)。

□事業担当者及び庁外、外出者の安否確認を行う。

□事業担当者及び外出者はロゴチャットまたは電話で安否状況と周辺の被害状況等を発信する。

□担当者等から連絡がない場合は、上司から電話で安否確認を行う。

《事業中の場合》

□事業担当者は、業務従事者を安全な場所へ誘導する。

□必要時はそのまま残り、医療救護等にあたる。

《出張の場合》

□庁外出張者は、安全を確保しながら帰庁する。帰庁できなければ一番近い市町の施設（避難所）へ行く。

次はアクション２

◆勤務時間外◆

アクション１

医療職の安否確認と参集可否の確認！

□自分自身の身の安全を確保する。

□家族の安全の確認を行う。

□自宅及び周囲の被害状況の確認を行う。

《市役所》

□医療職のロゴチャットで自分や家族の安否状況等を発信する。

【発信内容】

①身体は大丈夫か
②出勤できるかどうか
③どこへ、いつ、出勤できるか
④家族は安全か

□医療救護班班長からの連絡指示を受け、出勤可能な職員は出勤可能な場所または指示された部署へ出勤する。

□スタッフから連絡がない場合は、上司から安否確認を行う。

次はアクション３

◆勤務時間内◆

アクション２

来庁者及び事業等参加者の安全確保・避難誘導！

□事業中断の判断を行う（課ごと、事業ごと）。

□スタッフで役割分担し、次の対応を素早く行う。

⇩

住民への対応

□負傷者の確認をする。負傷者がいれば救急対応を行う。

□落ち着いてもらうよう声掛けをする。

例）ただ今○○へ状況を確認中です。状況が分かり次第お伝えします

□建物の被害状況を確認しながら、安全な場所へ誘導する。

所属課等への連絡、住民への情報提供

□所属課へ連絡し現状を報告する。

□所属課等から情報を得る。安全な場所の確認を行う。

□スタッフ及び住民へ情報提供を行う。

□来庁者等の安全確保ができたら、その場に留まるか、各課事務所へ参集するかスタッフ間で判断し、所属課へ報告する。

例）全員残るか、半数残るか、全員所属課へ参集するか

次はアクション３

アクション３

本部が医療救護班の立ち上げを判断
本部の指示に従う！

□医療職参集状況を医療救護班班長（高齢者支援課長）へ報告する。医療救護班班長から災害対策本部へ報告。

【連絡先】

高齢者支援課　℡0470-73-6615（内線：2130）

□医療救護班の立ち上げの周知をロゴチャットで行う。

□3 人集まれば班編成を行い役割分担と役割分担表を作成する。

《勤務時間内》

□医療救護班の編成を行い、班を立ち上げる

□事業継続計画（ＢＣＰ）の確認

《勤務時間外》

□参集場所は、災害対策本部の指示に従う

□参集医療職が１人であっても、必要物品の準備等できるところから行う

□医療職が３人集まれば情報共有を行い、医療救護班の活動を開始する

次はアクション４

アクション４

災害対策本部・保健所への報告！

□**医療救護班が３人集まったら**様式２報告１を<u>保健所に FAX</u>。

＊被害状況により保健所が繋がらなかった場合、県に FAX する。また、夷隅保健所の事務所が「夷隅地域振興事務所(大多喜町)」に移る可能性もある。

【連絡先】①夷隅保健所　FAX　０４７０－７３－０９０４

②県　医療整備課　防災 FAX　５００－７５３１

③夷隅地域振興事務所　防災 FAX　５０８－７２２

統括保健師	・**保健活動全体を統括する** ・保健活動全体を統括・采配する役割を担う。保健活動に関する情報を集約・分析、市内関係部署・災害対策本部との窓口となり、保健活動指針を検討すると共に、応援保健師・医師会等との連絡・調整を行う。
統括補佐保健師	・**現場のコーディネート及び統括の補佐を行う** ・地域全体や市の動きを踏まえ、統括保健師を補佐すると同時に、避難所などの現場で活動する保健師に指示を出す、情報を集約するなどの役割を担う。
現場保健師	・**地域・避難所生活支援を現場に出向いて行う** ・避難所での活動や個別訪問などの実働を行う。この役割は、大規模災害時に外部から支援者が入る場合は応援保健師が担うことが想定される。また、統括保健師、統括補佐保健師への報告を行う。

次はアクション５

（表）災害時保健活動に係る体制と役割　※毎年度更新

令和７年度体制

体制	担当者：氏名・部署	役割
【統括部門】		
統括保健師：統括的立場の保健師または衛生部門（市民課）配属で職位が上位の保健師等	市民課 [redacted]	情報管理、活動方針の決定、健康課題の特定、活動計画策定、人員配置・調整、関係部署・関係機関との連携調整、応援派遣者の受け入れ調整、職員の健康管理・労務管理等を担う
統括補佐保健師：中堅期以降の保健師であることが望ましい	福祉課 [redacted] 高齢者支援課 [redacted]	
【現場部門】		
現場保健師	こども未来応援課 [redacted] 高齢者支援課 [redacted] 市民課 [redacted] 市民課 [redacted] こども未来応援課 [redacted]	救護所対応、避難所対応、避難所外避難者対応などの具体業務を編成し、各業務をチームで担う

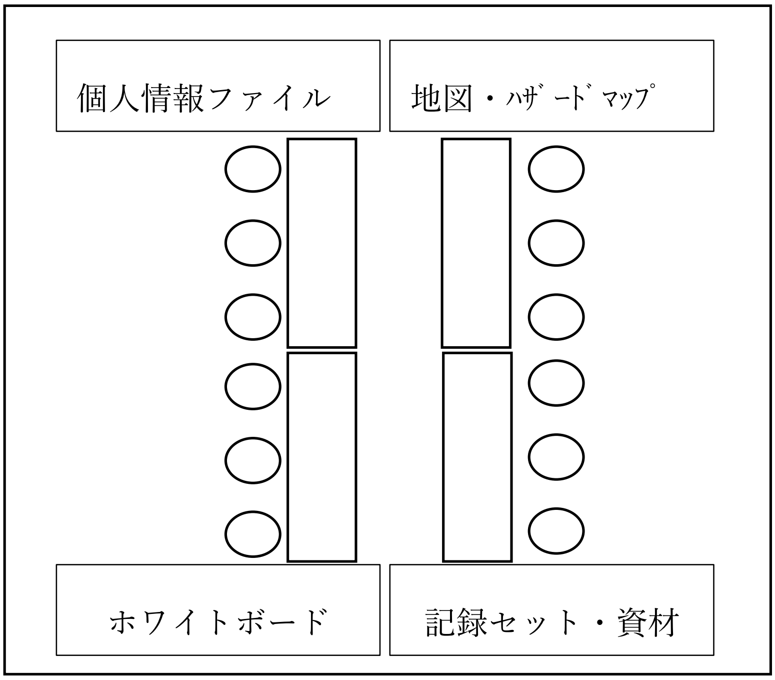
アクション５

保健活動の部屋の準備！

□**現場保健師**は、医療救護班・受援に来た保健師が使用する、部屋を準備する。201 会議室使用の際は３階総務課に鍵を取りに行く。（Küste 多目的室・市役所２０１会議室）

□レイアウト図に沿って部屋を準備する。（状況に応じて）

□必要物品を準備する。（状況に応じて物品は調整する）



※停電のときは非常用コンセントを使用するか消防防災課からポータブル電源を借りる

市役所：黒コンセント
Küste：赤コンセント

必要物品	
□ホワイトボード・ペン・白板消し	□パソコン・プリンター
※市役所２０１は黒板があるのでチョークと黒板消しでもよい	
□地図・ハザードマップ	□ビブス
□地区診断資料	□公用車（高齢者支援係の車の鍵３台）
□各医療職携行品の予備（１階地域包括支援センター相談室）	
□筆記用具	
□カレンダー	

次はアクション６

アクション６

被災状況を確認して！
～わかる範囲でわかるところから～

□情報収集先（把握すべき内容は下記参照）
　災害対策本部・防災情報システム・テレビ・ＳＮＳ等

□**統括補佐保健師**は、４階災害対策本部に行き、ホワイトボードなどから被災状況を把握する。

□D24H・気象庁・総務省等リアルタイムの情報は自分で情報収集し把握する。

※県の災害システム等を参考にする □災害規模と種類？ □災害地域は？ □被災状況は？ 　●人的被害は 　死者・重症者・軽症者・行方不明者 　●住宅被害は 　全壊(全焼)・半壊・床上(床下)浸水 □関係機関のニーズは？ □避難所・救護所の設置状況は？ □ライフラインの被害状況は？ 　停電率・電話不通率・上水道断水率 　下水道管被害率 □医療機関の被害状況と稼働状況は？ □福祉・介護機関の被害状況と稼働状況は？ □市役所等拠点施設の被害状況は？	《起こりうること》 ・災害の規模、発生時期(時間帯・平日か休日か)により、情報収集や初動体制は左右される ・地震の場合は余震・津波・土砂災害や火災などによりさらに被害が拡大する恐れがある ・停電等により、通信手段が断絶され、情報の収集や伝達が阻害される ・上下水道が使えなくなり、衛生状態を確保しにくい ・道路の安全情報の確認が不可能 ・夜間の発生では被害状況が把握しにくい ・職員も被災し、登庁者も限られる ・野外等への非難者が増大する(車中泊・テント等) ・救急対応以外にも、怪我、火傷、低体温、熱中症などの健康被害が発生する

次はアクション７

災害救助法が適用されたら、実施主体は県になる

アクション７

受援の検討と受け入れを準備する

□**統括保健師**は班長と受援の必要性を検討する。

□受援は医療救護班班長から**総務班長（総務課長）**に報告。

□受援要請の可否が決定したら様式４報告３を保健所に FAX。

【連絡先】①夷隅保健所　FAX　０４７０－７３－０９０４
②県　医療整備課　防災 FAX　５００－７５３１
③夷隅地域振興事務所　防災 FAX　５０８－７２２

基本情報

・被害状況（死者数、負傷者数、被災家屋数、ライフラインの状況等）
・保健所や勝浦市における医療救護班の被災状況や参集状況
・地域の医療機関の稼働状況等の医療提供状況
・避難所、救護所、福祉避難所などの設置状況や避難状況
・要援護者の避難状況及び、在宅支援者の状況

↓

応援・派遣要請の要否判断

↓

派遣要請チーム数、人数の算定

【保健師等チーム派遣要請】

・保健、福祉など在宅ケアに関連する各機関の稼働状況

・応援、派遣保健師等に期待する役割及び必要となる医療救護班員の稼働量（人数・時間等）

・具体的業務内容や活動体制、勤務体制

【DHEAT派遣要請】

・被災都道府県内の応援による業務補完の可否

・負傷者、後期高齢者数などの医療の需要と供給バランス

・避難所及び避難者数など保健の需要と供給バランス

・派遣に係る費用負担の検討

次はアクション８

アクション８

救護所・避難所の設置状況を確認して！

□**医療救護班全員**で分担して、避難所設置か所の情報を確認し、医療救護班班長と共有する。

□避難所を巡回するための物品を準備する（医療救護班携行品）

□DHEAT や外部応援保健師と協力し、**統括補佐保健師・現場保健師**は、避難者の多い避難所から巡回し、各避難所の現状をラピッドアセスメントシートに記入し D24H に入力する。

□**統括保健師**は、医療救護所(勝浦診療所)の設置状況等を EMIS に入力し、随時情報を更新する。（県内で震度６以上の地震が発生すると EMIS は災害モードに切り替わる。**発災後３時間以内に入力する。**※入力が困難な場合は様式７により保健所に代行入力を依頼する。）

ユーザー名：[redacted]

パスワード：[redacted]

《現状確認内容》 □施設・避難所等ラピッドアセスメントシート □災害時急病対応チェックリスト □ヘルスケアトリアージを参考にする ※要支援者を把握するための方法として、受付簿等の検討を行い、要望等を災害対策本部へ進言し、関係各課との調整を依頼する ※避難所運営班との連携が必要となる	□ホワイトボード・ペン・白板消し □パソコン・プリンター □筆記用具 （ボールペン・付箋・鉛筆・消しゴム・マジック・セロテープ等） □コピー用紙 □地図・ハザードマップ □記録用紙 □地区診断資料 □カレンダー □連絡先一覧 □訪問リュック □避難所の場所の一覧表 □職員の役割分担表 □被災状況（ライフライン・道路情報等） □ビブス □公用車（専用車の確保）
《必要物品》 □各医療職に配布しているものを持参 《医療救護班の部屋の準備》 ■部屋の準備　アクション５参照 ■必要物品の準備	

次は資料（急病対応チェックリスト）

災害時急病対応チェックリスト

ひとつでも当てはまればすぐに連絡！

【連絡先】塩田病院　　０４７０－７３－１２２１
　　　　　統括保健師　０４７０－７３－６６１４

① 主訴（一番つらいこと）の確認　ひとつでも当てはまれば統括保健師に報告
□しめつけるような、重苦しい胸痛 □冷や汗を伴う動悸 □突然発症（急激な）の頭痛 □突然発症(急激な)の腹痛・背部痛 □片麻痺 □話そうと思っているのに言葉が出づらい □意識レベルの低下(呼びかけに対していつも以上に反応が鈍い)
② バイタルサインの確認
血圧(　　/　　)　　脈拍（　　）回/分　　SPO2（　）% 呼吸回数（　　）回/分　　体温(　　)℃ 外傷　なし　あり　部位（　　　　　　　　　） (上の主訴に当てはまらないが、なんとなく具合が悪い人で以下に当てはまる人は医療班へ連絡すること) □収縮期血圧　100mmHg 以下 □脈拍　　120 回／分以上 □SPO2　　93%以下 □呼吸回数　20 回/分以上(早い呼吸) □体温　38.0℃以上 □冷や汗がある
③ 本部医療救護班・救護所・災害医療協力病院等に連絡するとき
以下のことを伝えられるようにしてください。 ① 名前・年齢・性別・生年月日 ② 主訴＋バイタル測定値(血圧・脈拍・呼吸回数・SPO2・体温) ③ わかる範囲で既往歴・内服薬 作成者　塩田病院　総合診療科　[redacted]医師

次は資料（ヘルスケトリアージ）

ヘルスケアトリアージ

優先する必要がある人から実施！呼びかける

介護認定	□なし　□あり　要支援１　２　要介護１　２　３　４　５
福祉手帳	□なし　□あり　身障(　　)療育(　　)精神(　　)難病(　　)
妊婦　/　乳幼児	□　妊娠　　週　　予定日：　　□　　歳　　ケ月

ｽﾃｰｼﾞ	分類	対象者	具体例
Ⅰ	避難所等での集団生活が困難で常時専門的なケアが必要なレベル	医療依存度が高く医療機関への保護が必要な避難者	・人工呼吸器装着者 ・常時、気管吸引等の医療行為が必要
		福祉避難所での介護が必要な避難者	・重度の障害者 ・寝たきりで常時、介護が必要
Ⅱ	他の被災者と区別して専門的な対応をする必要があるレベル	医療的なニーズが高く、医療やケアが必要	・医療ケアの継続が必要 (在宅酸素・人工透析・インスリン注射等) ・感染症で集団生活からの隔離が必要 ・乳幼児、妊産婦など感染症の防御が特に必要 ・精神的に不安定で個別支援が必要
		福祉的なニーズが高く、介護援助等の継続が必要	・日常動作や生活面で一部介助や見守りが必要 (要介護高齢者、視力障害者、聴力障碍者) ・精神障害、発達障害、自閉症等で個別対応が必要
Ⅲ	定期的な専門家の見守りや支援があれば、避難所や在宅生活が可能なレベル	医療的なニーズ	・慢性疾患があるが、内服薬の確保ができれば生活が可能 ・精神的に不安定さや不眠等の症状はあるが、見守りや傾聴などの支援が必要
		福祉的なニーズ	・見守りレベルの介護が必要でヘルパーや家族等の支援の確保ができれば避難所や在宅生活が可能 ・高齢者のみの世帯等で、在宅生活の継続のために生活物資の確保に支援が必要
		保健的なニーズ	・骨関節系疾患や生活不活発発病予防のために、運動の促し等の支援が必要
Ⅳ	現状では生活は自立していて、避難所や在宅生活が可能なレベル		

次はアクション９

アクション９

避難行動要支援者・要配慮者の安否を確認して！

※避難行動要支援者の名簿は事前に福祉課から情報を紙とデータでもらっておく。優先的な地域から情報を把握する。

□避難行動要支援者の安否確認を電話により行う

□被災地域のローラー訪問等により、要配慮者の把握を行う

《避難行動要支援者》

災害対策基本法での定義は「当該市町村に居住する要配慮者のうち、災害が発生し又は災害が発生するおそれがある場合に自ら避難することが困難な者であって、その円滑かつ迅速な避難の確保を図るため特に支援を要するもの」となっている。

① 75 歳以上の一人暮らしの者（主管課：高齢者支援課　高齢者支援係）
② 介護保険の要介護４以上の認定を受けている者（主管課：高齢者支援課　介護保険係）
③ 身体障害者手帳 1～2 級を所持している者（主管課：福祉課　障害福祉係）
④ 療育手帳最重度Ⓐまたは重度Ａを所持している者（主管課：福祉課　障害福祉係）
⑤ 精神障害者保健福祉手帳１級を所持している者（主管課：福祉課　障害福祉係）
⑥ 全各号にあげる者に準ずる者又は心身の状態に応じて避難支援が必要と判断される者

《要配慮者》

災害対策基本法での定義は「高齢者・障害者・乳幼児その他の特に配慮を要する者」となっています。その他、人工呼吸器使用者や人工透析患者など医療ニーズの高い方、妊産婦、外国人なども想定される。

１）　避難生活等の環境要因によって生命の危機や病状悪化の可能性が高い
- （１）　高度な医療を必要とする在宅療養者
  人工呼吸器使用・在宅酸素療法中・人工透析患者等
- （２）　特殊薬剤、特殊栄養食品等を必要とする方
  慢性腎不全患者・インスリン療法中の糖尿病患者・人工肛門、人工膀胱をもつ患者・アレルギー疾患患者（児）・抗がん剤、ステロイド剤などの薬剤使用患者・内分泌疾患などによるホルモン療法患者・特殊栄養食品を要する方・嚥下困難者　等

２）　避難環境や長期化によって課題が生じる可能性が高い
- （１）　慢性疾患患者・持病のある方：生活習慣病・虚弱高齢者
- （２）　集団生活に馴染むことが困難な方：妊産婦・乳幼児、要介護高齢者（認知症患者含む）、障害児・者、精神疾患患者　等

次は資料（災害時特徴的な住民のニーズ）

高齢者・母子・障害者に特徴的な災害時のニーズ

高齢者に特徴的な災害時のニーズ

・食事（摂取量、栄養状態、口腔内の状態）
・排泄（脱水状態、トイレまでの移動動作、避難等のトイレ環境《衛生・安心・安全面》）
・清潔（口腔、皮膚、避難所等で保清・更衣のできる環境、入浴サービスの安全な利用）
・活動性の低下（生活不活発病）

1. 体の一部に対して起こるもの	2. 全身に影響するもの	3. 精神や神経の働きに対して起こるもの
1. 関節拘縮 2. 廃用性筋萎縮・筋力低下・筋持久性低下 3. 廃用性骨萎縮 4. 皮膚萎縮（短縮） 5. 褥瘡（床ずれ） 6. 静脈血栓症（肺塞栓症など）	1 心肺機能低下 2.起立性低血圧 3.消化機能低下 a.食欲不振 b.便秘 4.尿量の増加 ➡血液量の減少（脱水）	1. うつ状態 2. 知的活動低下 3. 周囲への無関心 4. 自立神経不安定 5. 姿勢・運動 ➡調節機能低下など

母子に特徴的な災害時のニーズ

【妊産婦】
・避難所等の生活環境（安心・安全に休めるスペース、授乳場所の確保、温度調整、プライバシー《女性専用更衣室・授乳空間》、トイレ環境）
・栄養の偏り
・清潔の保持、生理用品等の確保
・妊産婦健診の継続
・血栓症の予防
【子ども】
・栄養低下、脱水
・摂食習慣の乱れ（間食、配給菓子等の過食）
・清潔保持（予備のオムツの不足、更衣場所の未確保）
・避難所等での集団生活環境による影響（生活習慣の乱れ、心理的な緊張、感染症の流行）
・フラッシュバック、心的外傷後ストレス障害（PTSD）

障害者に特徴的な災害時のニーズ

・情報入手（障害者の特性に合わせた情報伝達）
・意思伝達
・避難場所等への移動
・避難先の生活環境への変化への対応
・平常時の支援者の被災による支援方法の変化（ケアサービスの中断）
・家族の負担増加

次は資料（行政連絡先）

主な連絡先

県災害医療本部

千葉県本部機関	所在地	連絡先
災害医療本部 医療整備課		電話：043-223-3886　防災電話：500-7251 FAX：043-221-7379　防災 FAX：500-7531
夷隅健康福祉センター(夷隅保健所) 総務企画課	勝浦市 出水 1221	電話：0470-73-0145　防災電話：530-721 ：530-723 FAX：0470-73-0904　防災 FAX：530-722 isumiho1@mz.pref.chiba.lg.jp

各市町連絡先

市町名	担当課(医療救護関係)	連絡先
勝浦市	勝浦市役所 高齢者支援課 市民課	電話：0470-73-6615（高齢者支援課） 0470-73-6614（市民課） FAX：0470-73-4283 kourei@city-katsuura.jp kenkou-s@city-katsuura.jp 防災電話：218-721（消防防災課） 218-727（都市建設課） 218-729（警備員室） 防災 FAX：218-722
いすみ市	いすみ市役所 健康高齢者支援課	電話：0470-62-1162 FAX：0470-63-1252 kenkou@city.isumi.lg.jp 防災電話：234-721、234-723（危機管理課） 234-729（宿直室） 防災 FAX：234-722
大多喜町	健康福祉課	電話：0470-82-2168 FAX：0470-82-4461 kenko@town.otaki.lg.jp 防災電話：441-721（総務課） 441-723（1F 事務室） 441-722（宿直室） 防災 FAX：441-722
御宿町	保健福祉課	電話：0470-68-6717 FAX：0470-68-7183 hoken@town.onjuku.lg.jp 防災電話：443-721（総務課） 443-724（建設環境課） 443-729（宿直室） 防災 FAX：443-722

次は資料（医療機関連絡先）

主な連絡先

災害医療協力病院

名称	所在地（勝浦市）	電話番号
塩田病院	出水１２２１	０４７０－７３－１２２１
いすみ医療センター	いすみ市苅谷１１７７	０４７０－８６－２３１１

夷隅地域災害医療コーディネーター

ひあり内科医院	[redacted]氏	０４７０－６０－１２６６
塩田病院	[redacted]氏	０４７０－７３－１２２１
いすみ医療センター	[redacted]氏	０４７０－８６－２３１１
もりかわ医院	[redacted]氏	０４７０－８７－３３４７

災害拠点病院

保健医療圏	機関名	電話番号	種別	所在地
山武長生夷隅	東千葉メディカルセンター	0475-50-1199	地域	東金市
安房	医療法人鉄蕉会亀田総合病院	04-7092-2211	基幹	鴨川市
	社会福祉法人太陽会 安房地域医療センター	0470-25-5111	地域	館山市
市原	千葉県循環器病センター	0436-88-3111	地域	市原市
	帝京大学ちば総合医療センター	0436-62-1211	地域	市原市
	独立行政法人労働者安全機構 千葉労災病院	0436-74-1111	地域	市原市

勝浦市内の医療機関

名称	所在地（勝浦市）	電話番号
越後貫医院	墨名６７２	０４７０－７３－３１３７
勝浦眼科医院	墨名８１５	０４７０－７３－０２７０
南洲会勝浦クリニック	墨名４８５－２５２	０４７０－７０－１２１１
川上医院	興津１４７	０４７０－７６－０３３１
国保勝浦診療所	松野４４８－１	０４７０－７７－０３３１
塩田病院	出水１２２１	０４７０－７３－１２２１
長島医院	興津８８１－５	０４７０－７６－００５２