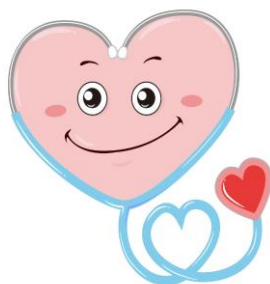


愛知県災害支援ナース 活動マニュアル (災害版)



愛知県保健医療局健康医務部医務課

目 次

第1	総則	1
1	本マニュアルの趣旨	
2	災害発生時における看護職派遣の体系	
3	災害発生時の愛知県の体制	
第2	災害支援ナースとは	2
1	災害支援ナースの心得	
2	災害支援ナースの資格管理	
3	災害支援ナースの活動場所	
4	派遣時期と派遣期間	
5	災害支援ナースの身分保障等	
第3	災害支援ナースの派遣について	4
1	災害支援ナース派遣の流れ	
2	災害支援ナースを受け入れる施設が行うこと	
3	災害支援ナースを派遣する施設が行うこと	
第4	災害支援ナースの活動	5
1	災害支援ナースの活動目的	
2	活動時の留意事項	
3	被災地での活動内容	
4	避難所における対象別留意点	
5	支援活動後の役割	
第5	災害支援ナースが持参する物品	8
第6	災害支援活動とメンタルヘルス	9
1	ストレス症状の自己診断	
2	派遣中のストレスの対処方法	
3	派遣した施設が行うこと	

第Ⅰ 総則

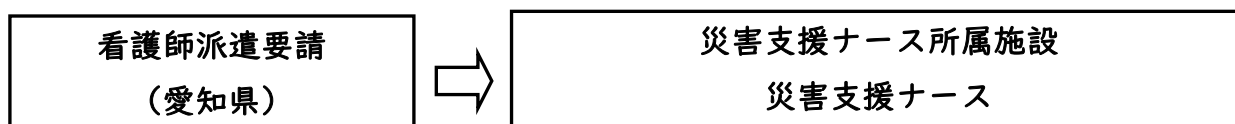
Ⅰ 本マニュアルの趣旨

大規模自然災害の発生時や新興感染症の発生、まん延時には迅速に災害支援ナースの活動が求められる。本マニュアルは、厚生労働省医政局の「災害支援ナース活動要領」を基に、愛知県の災害支援看護活動を中心に制定するものである。

2 災害発生時における愛知県の看護職派遣の体系

災害時における看護職の派遣については、本県と災害支援ナース所属医療機関間の協定に基づき実施される。

図Ⅰ 災害時看護職派遣の体系図



厚生労働省医政局が実施する災害支援ナース養成研修を修了し、厚生労働省医政局に登録された看護職

3 災害発生時の愛知県の体制

- ① 愛知県内に大規模自然災害が発生し医療に関する総合調整が必要な場合には、愛知県災害対策本部の下に、愛知県保健医療調整本部を設置する。
- ② 保健医療調整本部において、災害看護コーディネーターが「災害支援ナース派遣調整実施要領」に基づき、災害支援ナースの派遣先を計画し、派遣される災害支援ナースへ被災地の情報を提供する。また、災害支援ナースの活動報告を受け、活動状況を把握する。

第2 災害支援ナースとは

災害支援ナースとは、被災地等に派遣され、地域住民の健康維持・確保に必要な看護を提供するとともに、看護職員の心身の負担を軽減し支えることを行う看護職員のことであり、厚生労働省医政局が実施する災害支援ナース養成研修を修了し、厚生労働省医政局に登録された者の総称である。災害支援ナースは、愛知県と災害支援ナースが所属する施設（病院、診療所、訪問看護事業所、助産所や愛知県看護協会等）との間で締結した災害支援ナースの派遣に関する協定に基づき、派遣される。

1 災害支援ナースの心得

登録後は、災害支援ナースであることを自覚して、自分の力量向上に努め、被災地への派遣要請があった場合は、力を発揮する。

- ① 派遣要請に速やかに対応できるよう、個人の持参物品を常備しておく。
- ② 自施設で行われる訓練には積極的に参加し、自己研鑽に努める。
- ③ 知識や技術を維持するため、愛知県看護協会が開催する災害研修や他団体等が開催する災害関連研修の受講に心掛ける。また、県内自治体等で実施される訓練へ参加するよう心掛ける。

2 災害支援ナースの資格管理

① 災害支援ナースの資格取得

厚生労働省医政局が実施する「災害支援ナース養成研修」を修了する。

② 災害支援ナースのリスト管理

災害支援ナースは登録内容に変更があれば、自己にて EMIS 上のデータを更新する。

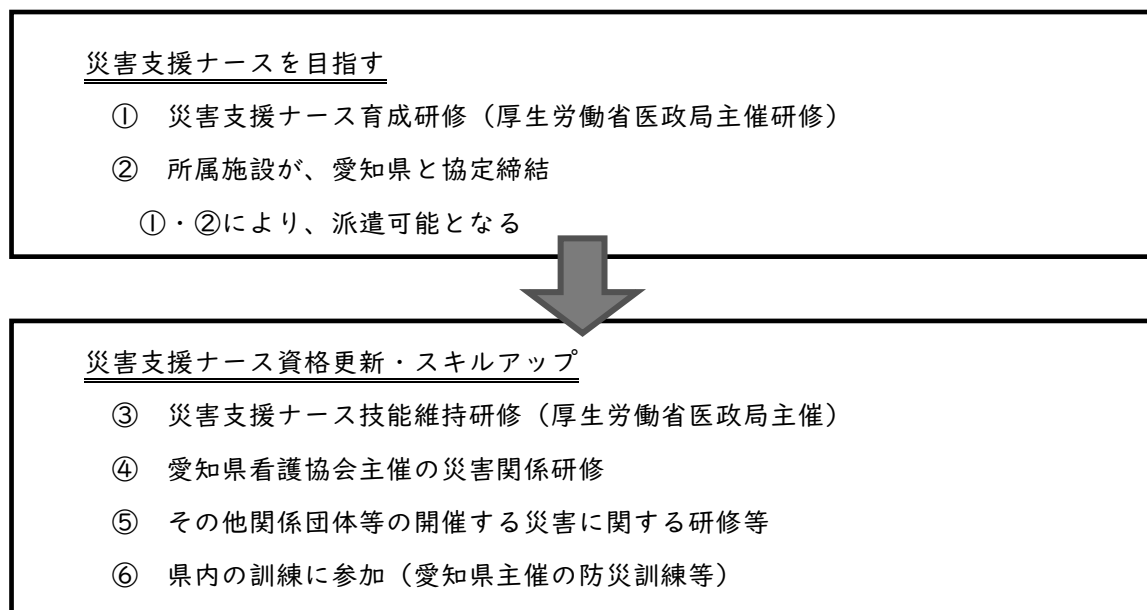
③ 災害支援ナースの資格有効期間

厚生労働省医政局は、災害支援ナースの登録更新を5年ごとに行う（年度途中で災害支援ナースとして登録された場合は、登録された当該年度及びその後4年間を、災害支援ナースとしての登録有効期間となる）。

④ 災害支援ナースの資格更新

災害支援ナースは、登録有効期間において、厚生労働省医政局が実施する技能維持研修に1回以上参加する。登録有効期間内に当該研修に参加しなかった場合は、更新されない。

図2 災害支援ナースの登録とスキルアップ



3 災害支援ナースの活動場所

原則として、医療機関、避難所（福祉避難所を含む）、社会福祉施設が優先される。

4 派遣時期と派遣期間

原則として、発災後3日以降から1か月間を目安とし、個々の活動期間は、移動時間を含め3泊4日とする。

5 災害支援ナースの身分保障等

- ① 交通費・宿泊費が実費支給される。要した費用には領収書が必要になるため大切に保管する。
- ② 派遣先で負傷した場合の傷害保険は、愛知県が加入している。
- ③ 災害救助法が適用された場合、同法の規定による。

第3 災害支援ナースの派遣について

災害支援ナースは原則、各都道府県内の活動を原則とするが、単独の都道府県のみでは対応できないような大規模災害が発生した場合、被災都道府県の要請により、他の都道府県から災害支援ナースを被災地に派遣する（災害対策基本法74条）。

1 災害支援ナース派遣の流れ

災害支援ナースの派遣には、次の3つのケースが想定される。

【愛知県内で災害が発生】

- ① 愛知県災害支援ナースで対応可能な場合
- ② 甚大な被害のため、愛知県災害支援ナースのほかに、厚生労働省（派遣調整業務を委託している場合は日本看護協会）に他都道府県の災害支援ナースの派遣を要請する場合

【愛知県外で災害が発生】

- ③ 他都道府県または厚生労働省（派遣調整業務を委託している場合は日本看護協会）から愛知県災害支援ナースの派遣要請があった場合

2 災害支援ナースを受け入れる施設が行うこと

- ① 被害状況を EMIS に入力する際に、看護活動の不足状況についても入力する。
- ② 災害支援ナースを受け入れ時に、施設担当者、連絡窓口、施設状況、危険個所、勤務割り当て、業務内容等を伝える。
- ③ 支援要請の終了を判断するため、病棟単位、部門単位で、どういう状況になれば自力で運営していけるのかという目安を決め、定期的に状況を評価する。
- ④ 平時に受け入れ担当窓口、災害担当看護職の設定、受け入れマニュアルの整備等、受援体制を整備する。

3 災害支援ナースを派遣する施設が行うこと

- ① 施設内で派遣する災害支援ナースを決定する。
- ② 愛知県に派遣の承諾と派遣する災害支援ナースの情報を提供する。
- ③ 災害支援ナースに愛知県からの情報を提供する。
- ④ 支援活動後の災害支援ナースのサポート体制を平時から整えておく。

第4 災害支援ナースの活動

1 災害支援ナースの活動目的

災害支援ナースは、被災者が健康レベルを維持できるように適切な医療・看護を提供する。また、被災した看護職の心身の負担を軽減し支えるよう努める。

2 活動時の留意事項

① 被災した人々への配慮

被災地では住民や自治体職員自身も被災者であることを念頭に置き、言動に気を付けるとともに、声・表情・目線・振る舞い・服装など非言語的コミュニケーションにも留意し、被災者にストレスを与えないようにする。支援者は限られた期間だけであるが、被災地のスタッフは、災害発生時から活動を続け疲弊しているため、敬意と気遣いを忘れない。また、気負いすぎず、冷静に対応する。

② 自己完結型行動の徹底

出発前の準備は、自己完結行動の基本である。自分自身の活動期間を考慮した物品・食料の準備が必要である。活動中は、被災地における指揮・命令に従い、自律した行動をする。

③ 安全管理（2人1組を原則としたバディシステム）

自分自身の身を守る、二次災害を回避することを常に念頭にいれて活動する。バディシステムとは「常に2人が組になって互いに助け合いながら行動し、事故を防ぐもの」とされており、愛知県災害支援ナースは、活動最小単位を2名とし、安全性を高める。単独行動は禁止する。

④ 健康管理

お互いの健康管理に気を配り、体調不良時は無理をせず、リーダーなど指揮者に報告する。救援者が被災者の医療資源を使用してしまうことのないように、出発前からの健康管理、体調不良時の早めの報告を徹底する。暑さ・寒さの対策はしっかりと準備する。

⑤ メンタルケア

被災地で救護活動に没頭しているとストレス状態を客観的に把握することが難しくなる。活動中、活動後の自らのストレス状態に気づき、適切に対応できるよう努める。

⑥ マスコミ対応

マスコミによる報道は活動の支援となり得る場合もあるが、間違った報道がなされると、混乱や誤解を招くことになる。被災地では、さまざまな報道機関による取材がなされているため、原則として取材は責任者が対応する。また、取材を受ける場合には、記者の所属、氏名、連絡先を確認し記録に残し、責任者へ報告する。

3 被災地での活動内容

被災地の状況は、時間経過に伴い大きく変化する。現地のスタッフと相談しながら、その時の活動場所やニーズに応じて活動し、毎日の活動内容、対象者の状態、活動場所の状況について、EMISを活用して記録する。

① 医療機関

被災地の医療機関で働く職員は、支援者であると同時に被災者でもある。被災直後から、不眠不休で医療活動等に従事している状況を理解し、支援活動に参加する。活動内容、勤務時間（夜勤を含む勤務シフト）等については、派遣先の施設長又は看護部門責任者の指示下で活動する。また、支援医療機関の看護業務基準等に基づいて活動する。

【活動内容（例）】

観察：バイタルサインチェック、血糖チェック、尿量チェック

日常生活援助・生活支援：体位変換、清拭、陰部洗浄、入浴介助、オムツ交換、病衣交換、食事介助、配膳、下膳、マウスケア

薬剤：内服薬準備、服薬介助、点滴準備、インシュリン注射

移送：搬送、病室移動、ベッド交換介助

処置：外傷処置

その他：カルテ記入、傾聴、家族対応、死後処置

② 避難所

【避難所の種類】

- ・一次的避難所(指定されている避難所)
- ・二次的避難所(福祉避難所)
- ・分散型避難所
- ・指定以外の避難所（(大規模災害の場合)市町村で判断される）
- ・テント、車中など（認められてはいないが居住している）

【活動内容（例）】

- ・日常生活支援（生活環境の整備、食生活・清潔面への援助）
- ・健康障害の予防や早期発見（不活発化による廃用症候群、下肢深部静脈血栓症の予防）
- ・感染対策（手洗いの徹底、感染防止対策の指導、避難所のゾーニング）
- ・健康の保持・増進のための身体活動
- ・精神的援助（観察やケア中の声掛けや真摯な態度での傾聴）
- ・健康管理のための記録と伝達
- ・他職種との連携

③ 福祉避難所

通常の避難所では健康管理が難しい高齢者や障害者など配慮が必要な人を受け入れる施設。

【福祉避難所になる施設】

指定避難所（小・中学校、公民館等）、老人福祉施設、障害者支援施設、養護学校、公的な宿泊施設又はホテル、旅館等

【活動内容（例）】

- ・入所者の状況把握と家族、関係機関等への連絡先・連絡方法を確認しておく。
- ・食料、飲料水、生活物資（医薬品、毛布、介護用品等）の確保をするが、施設で備蓄している物品で不足する場合には、市町村等と連携して必要物資の調達を行う。
- ・負傷者への応急措置、病院への搬送などの救護活動を行う。

4 避難所における対象別留意点

- ① 高齢者：運動できるスペース確保、トイレに近い場所、おむつ交換場所
- ② 認知症高齢者：精神的な安定、徘徊時の協力
- ③ 視覚障害：出入り口に近い場所、壁伝い・ロープの利用、音声情報、拡大文字、点字、携帯ラジオ
- ④ 聴覚障害：文字放送、FAX、手話通訳、要約筆記
- ⑤ 肢体不自由：車椅子通路の確保、トイレの工夫
- ⑥ 内部障害：医薬品・衛生材料の確保、透析情報
- ⑦ 知的障害：精神的な安定・仕切り
- ⑧ 妊産婦：横になれる場所の確保、産院・助産師の情報、栄養状態の観察と栄養確保
- ⑨ 乳幼児：遊び場所の工夫、保護者への配慮
- ⑩ 外国人：情報入手の方法

【災害時に発生しやすい健康障害】

嘔吐、下痢、中毒症状、急性膀胱炎、ノロウイルス、集団下痢、破傷風、気管支炎・肺炎、レジオネラ菌、小児の喘息、小児の発熱、廃用症候群、下肢深部静脈血栓症(DVT)、熱中症、アトピー性皮膚炎、インフルエンザ、心的外傷後ストレス障害(PTSD)、その他精神症状等

5 支援活動後の提出書類

災害支援ナース所属施設並びに災害支援ナースは、派遣終了後1週間以内に「災害支援ナース派遣報告書」（第1号様式）、「看護活動報告書」（第2号様式）、「費用明細書」（第3号様式）を愛知県に提出する。

第5 災害支援ナースが持参する物品

被災地で、活動続けるために「自己完結で滞在・移動ができる身支度」をしっかりと持参することが望ましい。持参物品には、すべて所属や名前を書き、現地に到着してから、周囲に迷惑をかけることのないよう、十分気をつけたい。

表1 持参物品一覧（例）

用途	持参する物		状況により持参すると役立つ物
支援活動を行う	活動に使うもの	身分を保証するもの（災害支援ナース認定証、所属部署の身分証明書、名札、健康保険証、運転免許証など）※コピーでも可	
		聴診器、体温計、ペンライト 筆記用具、はさみ 乾電池（資器材に応じた単位）	三角布 電子血圧計 SpO2 モニター 簡易血糖測定器
身を守る	自分の身を守る	サージカルマスク、フェイスシールド、ゴーグル、グローブ アルコール消毒 常備薬（風邪薬、胃腸薬など） 虫刺され軟膏類	防塵マスク、ホイッスル、耳栓 うがい薬 冬季：防寒具、使い捨てカイロ、保温シート 夏季：帽子、使い捨て吸熱シート、虫よけスプレー
	鞆	ウエストポーチまたはリュック	サブバック（巡回健康相談時など）
	衣	履きなれた靴：靴底の厚いもの トレーニングウェア、長袖シャツ ソックス、雨具	室内シューズ（スリッパ）、軍手 冬季：吸湿発熱肌着 ウインドブレーカー（上下） 夏季：速乾Tシャツ
生活する	食	携帯食、飲料水 糖分補給用食品、塩分補給食品	ビタミン・カルシウム補給食品
	住	洗面用具、タオル、ポケットティッシュ ビニール袋、モバイルバッテリー 現金	ウェットティッシュ
確保する情報源を		スマートフォン・充電器 携帯用ラジオ	パソコン、携帯用テレビ 現地地図（交通路線図入り・最新版）

第6 災害支援活動とメンタルヘルス

Ⅰ ストレス症状の自己診断

被災地での活動中、活動終了時などにチェック表（p. 参照）等を用いて自己診断をすると自己のストレス状態に気づくことができる。

- | | |
|--|---|
| ☐ 周囲から冷遇されていると感じる | ☐ 状況判断や意思決定にミスをする |
| ☐ 向こうみずな行動をする | ☐ じっとしていられない |
| ☐ 自分が偉大だと思い込む | ☐ 気分が落ち込む |
| ☐ 休息や睡眠がとれない | ☐ 人と付き合いたくない |
| ☐ 同僚や上司を信頼できない | ☐ よく眠れない |
| ☐ ケガや病気になりやすい | ☐ いらいらする |
| ☐ ものごとに集中できない | ☐ 頭痛がする |
| ☐ 何をしても面白くない | ☐ 発疹が出る |
| ☐ すぐ腹が立ち、人を責めたくなる | ☐ 問題があると分かりながら考えない |
| ☐ 不安がある | ☐ 酒やタバコが増える |
| ☐ 物忘れがひどい | |
| ＊４～５項目：問題なし | ＊６～７項目以上：要注意！ |

参考資料：被災者と救護者に対する「こころのケア」

2 派遣中のストレスの対処方法

【ストレス軽減のための１０の提案】

① リラックスの仕方を学ぶ

- ・活動中にミニ休憩をとる
- ・ゆったり座り深呼吸する
- ・肩の力を抜いて笑顔を作り、「リラックスしています」と声に出す

② 受容する

- ・置かれている状況を、ありのままに受け入れる

③ 自分自身に理性的に話しかける

- ・ストレスの多い状況の中で自分にもたらす影響を考え、問題がどこにあるのか落ち着いて考え、実現可能なゴールを考える

④ きちんと整理する

- ・１日の予定を立てたり、「すべきことリスト」を作成したりする

- ⑤ エクササイズ
 - ・体を動かすとストレス解消ができる
 - ・疲れない程度にウォーキング、ジョギングなどを行う
- ⑥ あせって仕事をしない
 - ・ゆっくり物事を行う
 - ・「決められた時間では限られた仕事しかできない」ことを認める
- ⑦ 自分自身の武装解除
 - ・攻撃的な態度をとらない
- ⑧ 静かな時間
 - ・仕事に割く時間と自分一人だけの時間のバランスをとる
- ⑨ 習慣に気をつける
 - ・良い生活習慣を維持する
- ⑩ 友人と話す
 - ・「友は良い薬」となる

活動中は、1日の終わりに集まって、その日に体験したことを話し合しましょう。
批判や非難をせず、オープンな雰囲気ですべてを共有する。互いに活動を認め合う
ことを大切にしましょう。

小原真理子・酒井明子：災害看護—心得ておきたい基本的な知識—，初版，南山堂 2007

3 派遣した施設が行うこと

- ① 施設管理者は活動中にあった出来事を話す機会を設ける。
- ② 活動報告会を施設主催あるいは看護部主催で開催する。
- ③ 派遣した災害支援ナースに対してメンタルヘルスに関する相談体制を整える。

愛知県災害支援ナース活動マニュアル（災害版）

愛知県保健医療局健康医務部医務課

令和 7 年 5 月作成

令和 7 年 6 月改訂