

## はじめに

南海トラフ巨大地震や内陸活断層を震源とする地震の発生が現実視され、また、気候変動による風水害の激甚化が懸念されるなか、災害から私たちの生命や暮らしを守るうえで地域防災力を一層高めていくことが重要になっています。

なかでも、「自分たちのまちは自分たちで守る」という自主防災組織に期待される役割には大きなものがあります。県内では阪神・淡路大震災を教訓に自主防災組織の結成が進展し、組織率は97%を超えています。

しかしながら、その活動状況においては差異があり、積極的、継続的に取り組んでおられる地域がある一方、高齢化や昼間における活動要員が十分確保できない、役員交代に伴う活動ノウハウの継承が困難といったような、さまざまな課題を抱えている地域もあります。

この冊子は、自主防災組織が活動に取り組んでいくための実用的な手引きとなるよう、基礎的な内容に重点を置いて、できる限りの具体の事例などを紹介しながらまとめ、2013年に発行しました。その後も、熊本地震（2016年）や大阪北部地震、平成30年7月豪雨など大規模災害が相次ぎ発生し、住民の避難行動や要援護者支援などの課題が改めて明らかになりました。

こうしたなか、次なる災害に備えて、自主防災組織の取り組みの充実・強化に活かしていただくため、このたび、直近の災害から得られた教訓、先進的活動や組織の体制強化の取り組み事例などを、新たに盛り込んだ「防災訓練はじめの一步!」改訂版を作成しました。

地域の防災リーダーをはじめ、自主防災組織のみなさんにとってこの手引きが今後の取り組みの一助となり、すべての自主防災組織で実践的な活動が展開されることを願っています。

# CONTENTS

## 目次

### I 訓練を始める前に、これだけは知っておこう! ~組織づくりと災害に備えた取組み~

1 自主防災の組織づくり	1
2 平常時の活動	2
3 防災知識の普及・啓発	3
4 地域内の災害危険箇所の把握	5
5 防災資機材の整備・取扱い	6
6 災害時要援護者(要配慮者)への支援 <a href="#">→ 播磨町</a>	10
7 地区防災計画づくり <a href="#">→ 宝塚市</a>	14
8 災害時の活動	16

### II さあ、訓練をやってみよう! ~訓練の準備と様々な訓練~

1 訓練の計画・準備	18
2 情報収集・伝達訓練 ~いざという時に備えて~	20
3 避難訓練 <a href="#">→ 赤穂市</a>	22
◆ 給食・給水訓練	28
4 バケツリレー訓練	30
5 訓練用水消火器訓練	32
◆ 小型動力ポンプ取扱い訓練	33
6 粉末消火器による消火訓練	34
7 救出・救助訓練	36
8 救急訓練~心肺蘇生法・AED、ケガの対処、搬送法~	38
9 防災安全マップ~普段から危険な場所などを確認しよう <a href="#">→ 三田市</a>	40
10 図上訓練	42
11 地域活動と連携した訓練 <a href="#">→ 上郡町</a>	46
12 他の組織や団体との連携 <a href="#">→ 宍粟市・神戸市長田区・加古川市</a>	50

### III こんな活動を参考にしてみよう! ~災害時の活動や先進的な訓練事例~

○岡山県総社市下原地区の避難行動 <a href="#">→ 岡山県総社市</a>	52
○平成30年7月豪雨・大阪府北部地震等における避難所運営 <a href="#">→ 岡山県倉敷市・大阪府茨木市</a>	54
○ひよどり地区防災福祉コミュニティ夜間防災訓練 <a href="#">→ 神戸市兵庫区</a>	56
○近隣地域と連携したマンションの防災訓練 <a href="#">→ 尼崎市</a>	58
○「避難訓練に参加できない高齢者」の避難訓練 <a href="#">→ 高知県黒潮町</a>	60

### IV 自主防災組織のあり方を考えてみよう! ~自主防災組織の体制強化~

○自主防災組織体制強化等モデル事業での取組み <a href="#">→ 芦屋市・上郡町</a>	62
--	----

### V よりよい活動にするために ~災害情報の入手と事故への備え~

1 災害情報の入手	66
2 事故がおきたら ~訓練中にケガをした場合の対応など~	68

県内市町 自主防災組織に関するお問い合わせ窓口	70
-------------------------	----

県下消防署一覧	71
---------	----

参考文献ほか	74
--------	----

# 訓練を始める前に、 これだけは知っておこう！

## ・組織づくりと災害に備えた取り組み

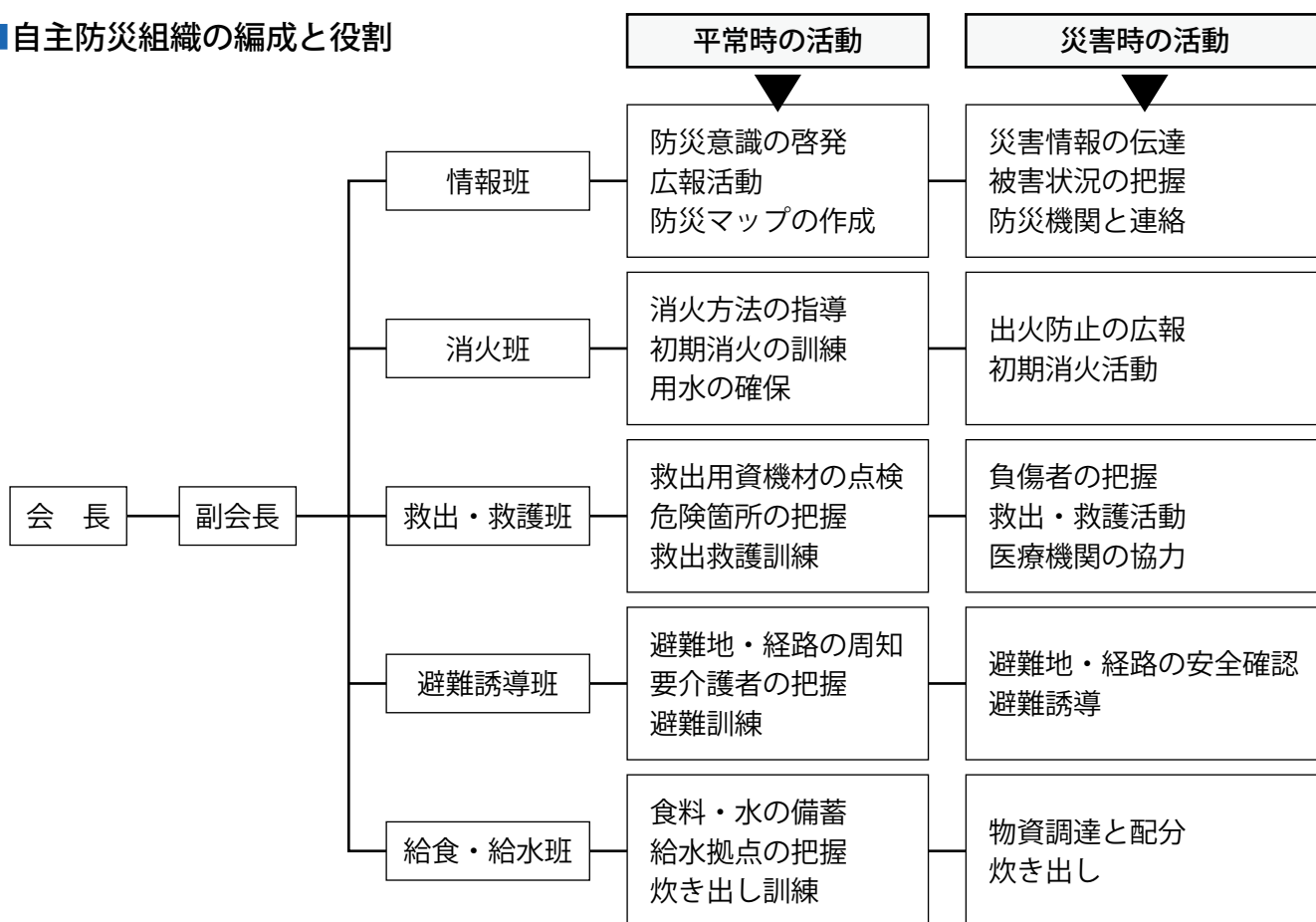
### 1 自主防災の組織づくり

自主防災組織は、住民が「自分たちの地域は自分たちで守る」ために自主的に結成する組織です。自主防災組織の立ち上げにあたっては、平常時及び災害時に最も効果的に活動することができるように誰が何を受け持つかを決めて、お互いの役割や関係を理解しておく必要があります。

一般的には下のような組織編成が考えられます。

なお、実効性のある活動を推進するためには、組織をとりまとめる会長や副会長、班長をはじめ、活動の要となる防災リーダーが必要です。そのため、防災知識や活動のノウハウに精通した地域における人材を育成しましょう。（P67ひょうご防災リーダー講座参照）。

#### ■自主防災組織の編成と役割



#### 組織の班編成をつくる際の留意点

- 昼と夜では地域にいる人が違うことから、必要に応じて昼夜別々の編成も考える。
- がけ崩れが起りやすい地域では巡視班、河川の近くでは水防班など、地域の実情に応じて役割を考える必要がある。

訓練を始める前に、  
これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を  
考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 2 平常時の活動

災害時に効果的な活動ができるよう、訓練、備蓄など必要な災害への備えを行うこと、そして、地域住民が防災に関する正しい知識を共有し、各家庭で災害に備えるとともに、自主防災組織の活動に積極的に参加するよう促すことが重要です。

なお、活動の実施にあたっては、「日常の活動がいざというときに役に立つ」という意識のもと、防災をはじめとする地域の安心・安全な暮らしを守るための活動を、自分たちの日常生活の中にどのように組み込めるのかを念頭に置きながら活動を計画し、継続的に取り組むことが望まれます。

正しい防災知識を深めたり、資機材の正しい取扱いや訓練を実施するときは、消防本部や消防団、防災リーダーなどに相談し、これら消防機関などと連携し助言・指導を受けることが必要です。

“平常時にできないことは、  
災害時にもできない”

災害時に特別なことをするのではなく、普段からの防災活動や地域での取り組みが、いざという時に役立ちます

### 日常における主な活動項目

#### 日常の 活動

##### ○防災知識の普及・啓発

- ・地域ぐるみで防災意識を高める（講習会、広報紙など）
- ・家庭内の安全対策を進める（家具などの転倒・落下防止など）
- ・家庭での安全点検の推奨（「点検の日」の設定など）

##### ○地域の災害危険性の把握

- ・危険箇所の把握（防災まち歩き、防災安全マップなど）

##### ○防災訓練

- ・災害時の活動に必要なスキルの習得（個別訓練・総合訓練など）

### 活動を進めるうえでの留意点

- 各々の家庭において、火を出さないこと、家や塀などの倒壊を防ぎ安全性を確保することなど、各個人及び各家庭での防災対策が基本である。
- 自主防災組織の役割分担、活動内容などについての理解を深める。
- 一時的ではなく、継続して実施する。
- 日頃から、ご近所同士で顔の見える関係を築くことが大切である。

## 3 防災知識の普及・啓発

### 1 地域ぐるみでの防災意識の醸成

災害時に自主防災組織が効果的に活動し、被害の発生や拡大を防止するためには、住民一人ひとりが防災に関する正しい知識を習得しておくことが必要です。

そのためには、あらゆる機会をとらえて住民に防災に関する知識や情報を伝えて普及・啓発に取り組み、地域ぐるみで防災意識を醸成することが重要です。

例えば、家庭において身近な一般的に知っておいてほしい防災知識を掲載したパンフレットなどの回覧や各戸配布から始め、地域全体で共有すべき事項を繰り返し行うことを通じて、防災意識を高めていきましょう。

### 地域ぐるみで行う防災意識の醸成の留意点

#### 地域住民に啓発する内容(例)

- 自主防災組織の役割と活動内容
- 身近な火災予防対策  
(消火器・住宅用火災警報器の設置など)
- 風水害への備え、地震発生時の心得、応急手当の方法
- 災害に備えた家庭内防災対策(家具の固定、備蓄品等の準備など)
- 災害時要援護者への対応
- 風水害や地震などに関する知識
- 過去の災害の事例やその教訓
- 市町の災害関連情報(緊急避難先・避難所・津波避難ビルなどのマップ、ハザードマップなど)
- 地域における防災上の危険箇所・防災資源
- 地域の防災訓練の参加

#### 地域住民への普及の方法(例)

- 地域の行事やイベントの中で、防災に関する内容を盛り込む。
- 市町や消防機関などの講演会や研修に参加する。
- 市町作成の地域防災計画やハザードマップなどについて、市町の出前講座などによる勉強会を開催する。
- 災害により被災した現地を訪問し、災害の恐ろしさや防災の大切さを学び、地域の対応方策を考える。
- 地域における過去の災害事例や災害体験、身近な防災の豆知識などをまとめた広報紙を作成する。
- 防災知識に関するチラシやパンフレットを作成し回覧や配布を行う。

### 2 家庭の防災対策の促進

各家庭において災害に対する備えをしておくことは、住民自身の生命、身体、財産を守るばかりでなく、地域の被害を軽減するうえで必要不可欠です。

阪神・淡路大震災では、亡くなった方(神戸市内)の8割以上は家屋の倒壊によるもので、ケガをした方の半数近くは家具の転倒によるものでした。また、地震の発生直後は、道路の損壊や交通渋滞により、食料や飲料水などの救援物資が十分に行き渡らない避難所がありました。

このようなことから、各家庭における普段からの備えは非常に重要であり、自主防災組織としても継続的に呼びかけていく必要があります。

各家庭で取り組むべき具体的な防災対策としては次のようなものがあります。

### ○耐震診断などの建物の安全対策

住宅の耐震に関する点検方法や補強方法の概要について、市町の建築担当課に相談しましょう。

### ○家具などの転倒・落下防止、ガラスの飛散防止

タンスなどの家具類のほか、冷蔵庫、テレビなどの電化製品にも注意が必要です。強化ガラスや飛散防止フィルムでガラスの飛散防止ができます。

### ○防災グッズ、食料・飲料水など、物資の備蓄

食料・飲料水については、日頃から1週間程度は買い物しなくても生活できるように、食料は非常食（調理不要のもの）3日分を含めて7日分、飲料水（1人1日3リットル）は7日以上を買い置きするようにしましょう。消費期限・賞味期限に留意して買い足しも日頃から心がけましょう。

また、医薬品、懐中電灯などの生活物資も備蓄（これらも使用期限に注意!）しましょう。

### ○住宅用火災警報器の設置、消火器の設置促進など、住宅防火対策

平常時においても、火災は恐ろしいものであり、初期消火はもとより、火を出さない対策（耐震自動消火装置付き暖房器具やLPガスボンベの固定など）が重要です。

### ○感震ブレーカーの設置

地震による火災の原因は電気が過半数を占めています。地震発生時に設定値以上の揺れを感知した時に、ブレーカーやコンセントなどへの電気を自動的に止める感震ブレーカーを設置しましょう。

### ○家族防災会議

①家族が離れている時に災害が発生した場合の連絡方法、②避難場所と避難経路、③避難時のブレーカー遮断や非常持出品、④災害時における家庭での役割分担など、家族で定期的に話し合しましょう。



## マイ避難カードを作成しよう!

災害時の避難は「いつ」「どこに」「どうやって」行動するかが重要です。

予め、自らこれらの情報を決めた「マイ避難カード」を作成しておきましょう。災害が発生した時は、防災情報を入力し、悩まずにカードに記載されたとおりに避難行動をとることが重要です。

### マイ避難カードのイメージ



「避難勧告等に関するガイドライン」内閣府（平成29年1月）抜粋

### 3 家庭での日頃からの安全点検 ～「点検の日」を設定して一斉点検

各家庭では被害の拡大につながらないように日頃から安全点検を心がける必要があります。

こうした点検整備は、各家庭で自主的に取り組むべきものです。自主防災組織としても「点検の日」を設定するなど、各家庭で一斉に点検するよう指導、推奨するとよいでしょう。火災による被害から命を守るため、住宅用火災警報器の設置や保守（交換の目安は10年）についての指導も重要です。

なお、建物などの点検を行う際は、建築関係の専門家の指導を受けられるよう、市町に協力を求める必要があります。

### 【家庭における主な安全点検】

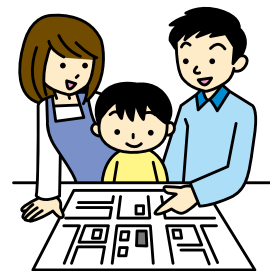
- ①火気使用設備器具などの点検
- ②危険物品などの点検
- ③木造建物の点検
- ④家具などの転倒・落下防止の点検

## 4 地域内の災害危険箇所の把握

災害時に自主防災組織が地域を守るための効果的な活動を行うには、災害発生後の活動に必要な備えをするだけでなく、日頃から、「自分たちの地域が災害に対してどういう弱点があるのか」「どういう強みを持っているのか」を知り、強みを生かし弱点を補う取組みを行うことが重要です。

### 「地域で災害時に危険となるのはどこか？」

- ・台風や豪雨のときに、住んでいる地域で浸水する範囲はどこなのか？
- ・がけ崩れなどの土砂災害の危険はあるのか？
- ・これまでに起こった水害では、どこでどのような被害があったのか？
- ・地震の発生後、道路が寸断されたり、火災で延焼しそうな箇所はあるのか？
- ・避難所はどこにあるのか、避難する時の妨げになるものは何か？
- ・津波がどこまで押し寄せるのか？



さあ、訓練をやってみよう！

地域内の避難場所や危険箇所などを住民一人ひとりが知っておくことは、防災に関する認識を高め、災害発生時に的確な活動をするうえで必要なことです。

自分たちの地域で災害が起こった際にどんなことが起きるかを想定して、地域を防災の視点で見ることや地域内の災害危険箇所を把握することは、地域を知り地域を守る第一歩です。自分たちの地域で災害時に危険な箇所はどこなのか、次のような視点で把握し、その情報をみんなで共有しましょう。

### 地域の危険箇所把握の視点

- 地域内の危険物集積地域、延焼拡大危険地域（古い木造家屋の密集地）、土砂災害危険箇所（土石流・地すべり・がけ崩れ）、ブロック塀、マンホールなどの現状を把握しましょう。
- 地域の実態に即した消防活動、災害時要援護者に配慮した避難誘導などの対応策について十分理解しましょう。
- 地域内の消火栓や防火貯水槽などの消防水利の所在を確認するとともに、消火用の水利として古井戸、小川などの活用も検討しておきましょう。
- 地域の災害履歴や、災害に関する伝承などを知ることによって、予防・応急活動に効果的に活用しましょう。
- 市町などが作成した「ハザードマップ」を活用し、災害に応じた危険箇所を把握しましょう（P66参照）。

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

こうして把握した危険箇所は、想定される被害や防災拠点などとあわせて、「防災マップ」や「防災カルテ」としてまとめておくと、実際の災害時に大いに役立ちます。

また、地域住民が力を合わせて作成することによって、地域の防災意識の向上にもつながります。多くの地域住民の参加を促すために、「親子ふれあい防災ウォーキング」「タウンウォッチング」といった地域内を実際に歩いてみるイベントとして行うほか、こうした「防災まち歩き」の結果を防災マップづくりにつなげてみましょう。

よりよい訓練にするために

## 5 防災資機材の整備・取扱い

### 1 資機材の整備

自主防災組織が情報収集・伝達、消火、救出・救護、避難誘導などの防災活動を行うためには、それぞれの活動に必要な資機材などをそろえておかなければなりません。その場合、地域の実情や組織の構成などを考えて、市町、消防機関などとよく相談してそろえましょう。

防災資機材としては、次のようなものが考えられます。

区 分	品 目
①情報収集・伝達用	携帯用無線機、電池メガホン、携帯用ラジオ、住宅地図 等
②初期消火用	街頭用消火器、格納器具一式、バケツ、砂袋 等
③水防用	土のう袋、つるはし、スコップ 等
④救出用	バール、はしご、のこぎり、斧、なた、ジャッキ、ペンチ、ハンマー、ロープ、ボトルクリッパー、油圧式救助器具 等
⑤救護用	担架、救急箱、テント、毛布、シート、簡易ベッド 等
⑥避難所・避難用	リヤカー、発電機、投光器、強力ライト、標旗、簡易(携帯)トイレ 等
⑦給食・給水用	炊飯装置、こんろ、給水タンク、緊急用ろ水装置、飲料用水槽 等

※可動式動力ポンプ、スタンドパイプセット、救命ボートなども必要に応じて整備する。

なお、救護用や給食・給水用資機材の保管にあたっては、自主防災組織が単独あるいは共同で備蓄する拠点として防災倉庫を設けることも考えられます。

また、資機材の整備を進めるだけでなく、次のような点にも留意してください。

- ①各家庭に、消火器（地震時に転倒しても使用可能な粉末消火器、強化液消火器など）、汲置きの水バケツ、消火用水または乾燥砂などを備えるよう勧めましょう。
- ②応急手当用医薬品については、できれば地域内の病院、薬局などに対して、災害時には医薬品の提供が得られるよう協議しておきましょう。
- ③救急救命用資機材であるAED（自動体外式除細動器）の設置場所などを把握しておきましょう。
- ④救助用の資機材については、地域内の土木・建設会社などに対して、災害時には協力してもらえるよう協議しておきましょう。
- ⑤近隣の自主防災組織や団体、事業所などとは、必要に応じて訓練用資機材の共有や効率のよい維持管理の工夫もやってみましょう。
- ⑥いざというときに使用できるよう、日頃から消防機関の指導を受けて点検と取扱い方法の習熟にも努めましょう。



## 2 救助用資機材の使用方法

### (1) つるはし・のこぎり・斧・スコップ・バール

あらゆる災害現場において、切る、削る、割る、掘る、押し上げるといった作業に使用します。

また、のこぎりなどの刃物についての受け渡しは手渡しとし、危険防止に注意してください。(無造作に地面に置いておくと踏んだりして危険です)

斧、スコップなどの長いものは、周囲の状況(人の位置)を十分確認した後、使用してください。特に後方に人がいないか注意しましょう。

### 各種救助用資機材



つるはし



のこぎり



斧



スコップ



バール

### (2) ハンマー

ハンマーは主に金属、コンクリートなどを砕き、打ち付け割りなどの破壊作業に使用します。

重いものなので、女性や子どもが使うには限界があります。

破壊活動中は防塵メガネなどで目などの保護をしてください。

また、破壊活動中は周囲に人を近づけないでください。



### (3) ボルトクリッパー

ボルトクリッパーは災害現場において鉄線・針金の切断はもとより、電気漏電下でも電気コード・プロテクターの切断を行うことができます。

電気コードなどを切断する際は帯電グローブを着用してください。

切断用途は銅線、アルミ線、軟線、硬鋼撚線などです。



### (4) ジャッキ (2t用) ※写真・説明は油圧ジャッキ

ジャッキは、災害現場において、重量物の持ち上げなどの作業を行う器具です。

ジャッキは入るスペース(すき間)が無ければ使用できません。

バールなどでスペースを確保した後で使用してください。

ゆっくりと使用し、限界に達したら、それ以上に油圧をかけないでください。



支持部が安定しない時は、あて木などの強固で安定した仲介物等を用いて使用してください。  
横向きに使用した場合、限界荷重が通常の5～7割程度になります。  
油圧を抜く時は、ゆっくりと操作すること、早く操作すると重量物は急激に降下しジャッキが破損する場合があります。(重大な事故につながります!)

### 3 その他の資機材の使用法

#### (1) 発動発電機

始動方法などについては、説明書をよく確認し、いつでも使えるようにしましょう。また、燃料の残量なども確認しておきます。

定格出力は余裕をもって使用しましょう。

※定格出力 (VA) = 100 (V) × 使う物のアンペア (A) (使用器具を確認してください)



#### (2) 折りたたみ式担架

固定時に指を挟まないように注意しましょう。



たたんだ状態



広げた状態

ちょっと  
アドバイス

## 資機材の点検

- ① 救助用資機材 (斧・なた・のこぎり・スコップ・バール・ハンマー・ボルトクリッパーなど)  
使用後は水分を拭き取り、金属部分のサビや柄の部分の腐食に注意するとともに、刃の部分は磨いておきましょう。
  - ② 折りたたみ式担架  
湿気の多い場所には収納しないでください。カビの原因となります。  
たまには虫干しもしましょう。
- ☆使用前には必ず点検を行いましょ。特に小型動力ポンプ、発動発電機などは使って動かすことで調子を維持できます。定期的に始動点検をしましょ。
- ☆電池を使用する器具は、使用後には電池を外して保管しましょ。

ステップ  
アップ!

- ☆取扱いを覚えると同時に、地区内のどこに防災資機材倉庫があるのか確認しましょ。
- ☆家庭内の大工道具も使えるかもしれません。確認してみましょ。
- ☆緊急時に使えそうな資機材が地域内の工務店、機械工場など置いているかもしれません。いざという時に協力してもらえ体制づくりを考えてみましょ。

#### 4 災害用トイレの種類と概要

災害が発生し、既設のトイレが使用できなくなった場合には、設置場所等の諸条件に応じた災害用トイレを設置することにより、トイレ機能が確保できます。

災害用のトイレには多くの種類があり、名称が統一されていない場合があるので、整備には留意してください。

種類	概要
①携帯トイレ 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○便袋をトイレとして使用し、吸水シートや凝固剤で水分を安定化させます。</li> <li>○断水した洋式便器等に設置して使用できます。</li> <li>○消臭剤がセットになっているものや、臭気や水分の漏れを更に防ぐための外袋がセットになっているものもあります。</li> <li>○在宅被災者等が自宅などでも使用できます。</li> </ul>
②簡易トイレ 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○室内に設置可能な小型で、持ち運ぶことができます。</li> <li>○便座と一定の処理がセットになっており、し尿を貯留できます。</li> <li>○介護用のポータブルトイレも含んでいます。</li> </ul>
③組立トイレ 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○折りたたみ式で搬送や保管が容易です。</li> <li>○便槽に貯留する方式と、マンホールへ直結して流下させる方式があります。</li> <li>○手すりが付いているタイプや便座の高さを調節できるタイプもあります。</li> </ul>
④仮設トイレ 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○便槽に貯留する方式と、マンホールへ直結して流下させる方式があります。</li> <li>○車イスで利用できるバリアフリータイプもあります。</li> <li>○下水道がなくても設置可能なタイプもあります。(汲み取りが必要)</li> <li>○イベント時や建設現場で利用されることが多いです。</li> </ul>
⑤段ボールトイレ 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○トイレがない、洋式トイレがない場合の応急対応の一つです。</li> <li>○段ボール、新聞紙、テープを使って作成します。</li> <li>○携帯トイレを設置することができます。</li> <li>○在宅被災者等が自宅などでも使用できます。</li> <li>○ワークショップや訓練等で作成を体験することが効果的です。</li> <li>○防水や耐久性について、工夫が必要です。</li> </ul>



### トイレの清掃も忘れずに！

- ☆災害用トイレを使用することが多い避難所等では、衛生環境の維持のためにトイレの清掃を行うことが大切です。
- ☆継続的な清掃活動を行えるよう、班単位での当番制をとるなど、しっかりとした体制をつくりましょう。

# 6 災害時要援護者（要配慮者）への支援

## 1 災害時要援護者（要配慮者）とは

災害時に大きな影響を受けるのは、いわゆる災害時要援護者です。

災害時要援護者とは、高齢者（ひとり暮らし高齢者、高齢者のみ世帯、ねたきり高齢者、認知症高齢者等）、身体障害者（視覚・聴覚障害者、音声言語機能障害者、肢体不自由者、内部障害者、難病患者等）、知的障害者、精神障害者、妊産婦、乳幼児・児童、日本語に不慣れな外国人等で、次のような社会的障壁が存在する人たちをいいます。

- ①自分の身の危険を察知できない者
- ②危険を知らせる情報を受け取ることができない者
- ③身の危険を察知できても救助者には伝えられない者
- ④危険を知らせる情報を受け取っても対応行動ができない者
- ⑤災害時（避難準備・高齢者等避難開始の発表から平常の生活が回復するまでの間）、被災地で生活する際に何らかの配慮が必要である者
- ⑥性別や年齢による不利益な取扱い等を受けやすい状況に置かれている者
- ⑦避難所等での生活が困難で、自宅や車中での避難を余儀なくされている者
- ⑧広域避難者で、所在が行政等に把握されずに孤立させられている者

「個別支援計画(12ページ)」を作成してね!

## 2 避難行動要支援者の把握

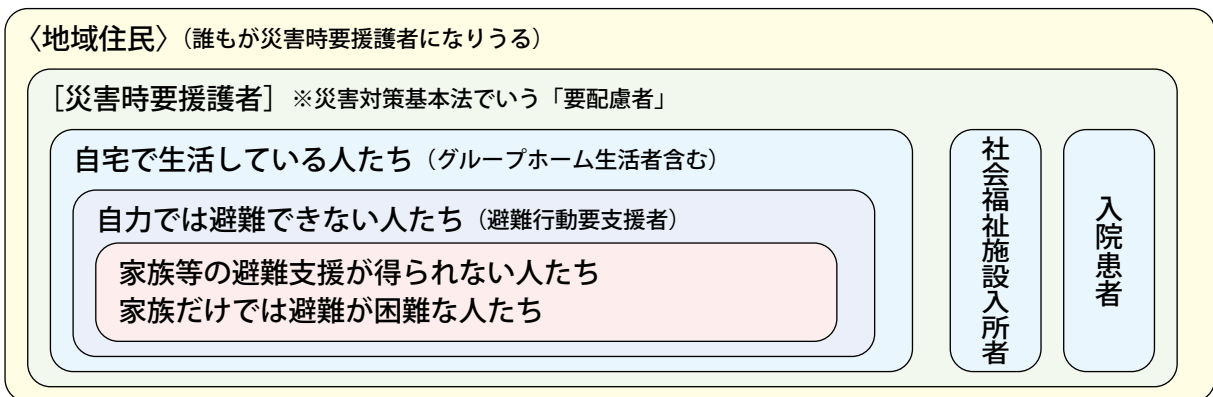
災害時要援護者のうち、避難時に特別な支援を要する避難行動要支援者については、災害時の情報伝達や避難所までの誘導、避難生活の支援などが必要となります。

そのため、避難行動要支援者名簿を作成する市町と連携し、災害時に安否確認や避難支援などを確実にできるよう、プライバシーに配慮しつつ、日頃から避難行動要支援者の所在など、地域の状況を把握しておく必要があります。

### 支援のポイント

- ・市町が作成した避難行動要支援者名簿に載っている人を知っていますか？
- ・名簿に載っていても、災害時に支援を必要とする人がいますか？
- ・だれがどのように安否確認をしますか？
- ・災害時には、家族または地域の人など、だれが避難誘導しますか？
- ・どのような手段で避難所まで移動しますか？
- ・避難所生活で配慮すべき事は何ですか？ など

### 【地域にはさまざまな災害時要援護者が住んでいる】



災害時要援護者一人ひとりのニーズに対応した支援  
災害のステージで変化するニーズに対応した支援

### 3 顔の見える関係づくり ～日頃からの近所づきあいが災害への備えの第一歩

避難行動要支援者が安全で安心して暮らせる地域社会をめざすことは、地域全体の安全を向上することにもつながります。近所のあいさつや地域のイベントなどを通じて、近所のつながり（地縁）を深めたり、日頃からの声かけや見守り、避難行動要支援者やその家族が参加する防災訓練を行うことなどが、顔の見える関係が広がる地域コミュニティづくりにつながります。これが災害への備えの第一歩となります。

### 4 福祉関係者と連携した支援の輪づくり

避難行動要支援者のお宅を初めて訪問するときは、あまり顔見知りでなければ、相手に不安を抱かせてしまうこともあります。そのような場合は、民生委員や障害者相談員など、日頃から接している福祉関係者に同行してもらうと良いでしょう。地域の行事案内などを兼ねて訪ねると声をかけやすくなります。

避難行動要支援者の状況を知る社会福祉協議会、介護従事者、福祉ボランティア等とも連携し、普段から交流を図ることが大切です。

### 5 個別支援計画（マイプラン）の作成

避難行動要支援者一人ひとりについて、本人やその家族を交えて（できれば心身状況等を熟知した担当ケアマネジャーや相談支援専門員も）災害発生時の情報伝達から避難所などへの誘導まで、一連の活動を想定した具体的な個別支援計画を地域で作成しておくことが大切です。

なお、個別支援計画に盛り込む主な内容例は次のとおりです。

- 緊急時の情報伝達ルート（避難行動要支援者への情報伝達ルート）
- 避難行動要支援者の健康状況、要支援情報、必要な配慮
- 普段利用している医療・介護保険サービス事業者等、かかりつけ医
- 避難行動要支援者名（主となる支援者を選定し、支援者の不在時や被災に備えて代替者や補助者を定めるなどのバックアップ体制を確保）
- 避難支援時の留意事項（人的協力体制、避難先（医療機関や福祉避難所などの搬送先を含む））、避難支援手段（車両、移動用具等）
- 避難時に携行する医薬品
- 避難場所・避難経路（避難行動要支援者の所在や避難所、避難ルートを記載したマップ）
- 避難先での留意事項 等

#### 大切な情報です

### ひょうご防災減災推進条例が制定されました（H29.3）

兵庫県では、県、市町、自主防災組織、県民、事業者等による防災減災の具体的な活動を明記した「ひょうご防災減災推進条例」を制定しました。

この条例では、自主防災組織などの取組内容として、避難行動要支援者の個別支援計画の策定や計画に基づいた訓練に取り組むことなどが定められています。



表面

**避難行動要支援者のための個別支援計画(マイプラン)**

氏名	兵庫 一郎	年齢	53歳	性別	男・女
住所	神戸市中央区下山手通5-10-1				
電話	078-XXX-XXXX	FAX	078-XXX-XXXX		
E-mail	ichiro_hyogo@abc.com				
基礎情報	家族構成・同居情報等	避難経路	昭和63年	構造	木造2階建
	両親は京都府在住。疎遠でほとんど連絡なし。妹(大阪府在住)が隔週で様子を見に来る。4年前に障害者支援施設を退所後、グループホーム生活を始めて、昨年7月から一人暮らし。	見取図	未実施	家具配置	未実施
要支援情報	介護認定	(認知症)有・無			
	障害者手帳	身体障害者手帳3級(体幹)、療育手帳A(知的、自閉症)			
	その他留意事項				
利用中の医療福祉サービス	介護保険/総合事業	サービス	事業所名		
	障害福祉/児童福祉	サービス	児童福祉 事業所名 GENKI介護事業所		
	医療機関	名称	ひょうご整形外科クリニック		
家族等急連絡先	①	氏名	兵庫 はなこ	続柄等	妹
	②	氏名	神戸 隆	続柄等	弟
緊急時の情報伝達	できるだけゆっくりと分かりやすい言葉を使用する。漢字の多い書類は理解が困難であるため、図やひらがな、ルビを活用する。				
特記事項	歩行は可能だが、体幹障害があるため迅速な移動は困難である。パニックの際は自衛行為の可能性がある。				

## 個別支援計画の様式例と記載する際の留意点

この様式は、あくまでも一例です。必要な項目を追加したり、もう少し簡単でわかりやすい様式にするなどの工夫をしてみましょう。

避難行動要支援者が普段利用している事業所、ケアマネジャーや相談支援専門員の連絡先も記載しておきましょう。

避難行動要支援者で本人と面談して、どのような手段を用いれば、確実に情報を伝えられるか確認しましょう。

最初から様式にある項目全てを記入する必要はありません。ご本人、自治会、福祉関係者で話し合いを重ねながら、必要な項目について少しずつ書き足していきましょう。

裏面

避難誘導時の留意事項	介助者による強制的な移動はパニックをもちます恐れがある。自力歩行が可能であるため、差し違った危険ではない限り、避難の必要性を分かりやすく説明し、誘導することが望ましい。また、人見知りであるため、できるだけ近隣住民が支援を行う方がよい。						
避難時携行医薬品等	オキシトシン、リスパゲール						
避難先での留意事項	他人との接触が苦手であり、混雑した環境ではパニックになる可能性が高い。できるだけ個室環境を用意することが望ましい。なお、●●●●●の店主A氏に信頼を置いており、本人の不安感が大きい場合はA氏と話をすると落ち着きを取り戻す可能性がある。						
避難場所・避難経路	避難場所：〇〇小学校  〇〇小学校						
備考	〇〇小学校の前は道路が狭く、避難者で混雑することが予想されるので、混乱しないようゆっくりと誘導する。						
避難支援者	①	氏名	兵庫 二郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇
	②	氏名	兵庫 三郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇
	③	氏名	兵庫 四郎	続柄等	近所	住所	神戸市中央区〇〇〇

平成 29 年 5 月 20 日

上記の内容について、誤り等がないことを確認しました。

氏名 兵庫 一郎 印  
 代理署名 印  
 (本人との関係)

ケアマネジャーなどから避難する際に必要な情報を聞いてみましょう。

明らかに医療や施設での介護が必要な方については、市役所・町役場と相談し、避難場所を記入しましょう。



## 災害種別も考えよう!

個別支援計画の作成にあたっては、災害の種別によって避難方法や避難先を変える必要があることにも気をつけましょう。

## 1 ねらい

日常的に避難行動要援護者と接しているケアマネジャーや相談支援専門員などの福祉専門職と連携することにより、避難行動要支援者に寄り添った実効性のある個別支援計画づくりが可能となります。

石ヶ池地区では、兵庫県のモデル事業を活用し、3人の障害者の個別支援計画の策定に向け、避難行動要支援者本人、家族、相談支援専門員、自主防災組織、兵庫県社会福祉士会と行政等が連携しながら、それぞれ計画づくりに取り組みました。

## 2 「自分でつくる安心防災帳」を活用した避難行動要支援者の事前診断

まず、避難行動要支援者に必要な災害への備えを確認するため、国立障害者リハビリテーションセンター研究所福祉機器開発室が開発した「自分でつくる安心防災帳」を活用し、各相談支援専門員が避難行動要支援者や家族に対して、対面で項目を一つ一つ丁寧に確認しながら、避難行動要支援者の当事者力(災害時に活用できる自身の防災力)を事前に評価(アセスメント)しました。

参照：[http://www.rehab.go.jp/ri/kaihatsu/suzurikawa/skit\\_02.html](http://www.rehab.go.jp/ri/kaihatsu/suzurikawa/skit_02.html)



## 3 個別支援計画作成に向けた地域での調整会議(ワークショップ)

安心防災帳での評価(アセスメント)結果をもとに、再度、避難行動要支援者本人、家族、相談支援専門員や自主防災組織等が集まり、避難行動要支援者が事前に準備すること、地域に助けてもらいたいことなどの課題整理を行いました。

その後、石ヶ池地区で調整会議(ワークショップ)を開催し、相談支援専門員から出席者に対して、避難行動要支援者の情報や事前にまとめた課題、避難支援時の留意点等を説明するなど情報共有を図りながら、出席者からは避難のための追加アイデアをだしてもらい、「エコマップ」(避難行動要支援者や家族、社会資源等の関係性を図にしたもの)としてまとめていきました。この情報を所定の様式に落とし込み、個別支援計画が完成しました。



避難行動要支援者、相談支援専門員等が  
事前にまとめた課題整理表



地域全体で  
深掘り!



地域での意見交換を加えて  
エコマップを作成

## 4 避難訓練で個別支援計画を検証 ～ゴールではなくスタート!～

作成した個別支援計画をもとに、石ヶ池地区では検証のための避難訓練を実施しました。実際訓練をすることにより、新たな課題にも気が付きました。

石ヶ池地区では、一度だけの訓練で終わりではなく、改善を続けていながら、この取り組みを踏まえた避難行動要支援者対策を推進し、みんなで逃げることができる地域を目指していきたいと考えています。



### やれることから少しずつ実施してみよう!

最初から全て実施できなくても、まずは、地域に支援の必要な方が、どこにどれだけいるのか把握することから始めるなど、やれることから少しずつ実施してみましょう。

訓練を始める前に、これだけは知っておこう!

さあ、訓練をやってみよう!

こんな活動を参考にしてみよう!

自主防災組織のあり方を考えてみよう!

よりよい訓練にするために

# 7 地区防災計画づくり

## 1 地区防災計画とは

自助、共助及び公助がかみあわないと災害対策がうまく軌道にのらないことが強く認識された東日本大震災の教訓を踏まえ、平成25年の災害対策基本法の改正で「地区防災計画制度」が新たに創設されました。

地区防災計画は、地区居住者等が地区の特性に応じて、自由な内容で防災計画を作成するものであり、市町の防災会議に提案することができるボトムアップ型の計画です。

計画策定にあたっては、防災について専門的知識や経験がないと、具体的なイメージがわからず、理解が難しい場合もありますので、できるだけ早い段階から、行政関係者、学識経験者等の専門家のアドバイスを求めるとよいでしょう。



## ひょうご安全の日推進事業助成事業

ひょうご安全の日推進県民会議では、地区防災計画や避難行動要支援者の個別支援計画（12ページ）などの策定に取り組む自主防災組織等に対して、計画策定に必要な経費の助成や専門家派遣の支援を行っています。

【お問い合わせ先】 ひょうご安全の日推進県民会議事務局（兵庫県復興支援課内）  
TEL:078-362-9984 URL:<http://199501117hyogo.jp/calendar/>

## 2 地区防災計画の作成

過去の災害事例を踏まえ、想定される災害について検討を行い、活動主体の目的やレベルにあわせて、地区の特性に応じた項目を地区防災計画に盛り込むことが重要です。

また、市町の地域防災計画に地区防災計画を規定する方法については、市町によってアプローチの方法が異なるので、事前に市町に相談するとよいでしょう。

## 計画を作成する際の留意点

- 平常時、発災直前、災害時、復旧・復興期の各段階で想定される防災活動を整理する。
- 具体的に「誰が、何を、どれだけ、どのようにすべきか」を考える。
- 消防団、各種地域団体、ボランティア等との連携も忘れない。

平常時	発災直前	災害時	復旧・復興期
<ul style="list-style-type: none"><li>・防災訓練、避難訓練</li><li>・活動体制の整備</li><li>・連絡体制の整備</li><li>・防災マップ作成</li><li>・避難路の確認</li><li>・指定緊急避難場所、指定避難場所等の確認</li><li>・要援護者支援など地域で大切なことの整理</li><li>・食料等の備蓄</li><li>・救助技術の取得</li><li>・防災教育等の普及啓発活動</li></ul> 等	<ul style="list-style-type: none"><li>・情報収集、共有、伝達</li><li>・連絡体制の整備</li><li>・状況把握（見回り、住民の所在確認等）</li><li>・防災気象情報の確認</li><li>・避難判断、避難行動等</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・身の安全の確保</li><li>・出火防止、初期消火</li><li>・住民間の助け合い</li><li>・救出及び救助</li><li>・率先避難、避難誘導、避難の支援</li><li>・物資の仕分け、炊き出し</li><li>・避難所運営、在宅避難者への支援</li></ul> 等	<ul style="list-style-type: none"><li>・被災者に対する地域コミュニティ全体での支援</li><li>・行政関係者、学識経験者等が連携し、地域の理解を得て速やかな復旧・復興活動を促進等</li></ul>
消防団、各種地域団体、ボランティア等との連携			



### 3 実践と検証、計画の見直し

自主防災組織をはじめとする地区居住者等が、災害時に実際に地区防災計画に規定された防災活動を実施するためには、市町等と連携して、毎年防災訓練を行うことが重要です。

また、防災訓練の結果については、専門家なども交えて検証を行い、地区居住者等がその課題を把握し、活動を改善することが重要です。

さらに、防災訓練の結果等を踏まえ、PDCAサイクルに従って、定期的に地区防災計画について見直しを行うようにしましょう。

## 参考

# 川面地区自主防災会(宝塚市)の地区防災計画

## 1 川面地区の概要

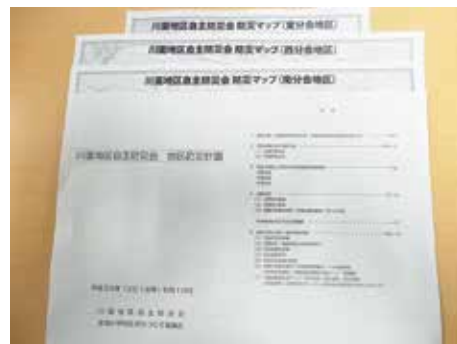
川面地区はJR宝塚駅や阪急宝塚駅がある市の中心部から北側に位置しています。地区内には、住宅が密集しているところが多く、地震による家屋の倒壊や火災が予想されるほか、場所によっては災害の特性も異なり、山ろく部では土砂災害や斜面の崩壊が、武庫川周辺や荒神川等を擁する地域では、堤防の決壊や氾濫、家屋への浸水も予想されています。

また、地区の自主防災会は自治会とだんじり保存会で構成されていますが、古くからあるだんじり保存会が参加することにより、地域文化に根付いた独自の防災活動や、幅広い年齢層による活動を実現しており、他の自主防災会にはない特徴を持っています。

## 2 地区防災計画の特徴

川面地区の地区防災計画は、3つのだんじり保存会にあわせ、地区を大きく3分会にわけて、それぞれ分会ごとでの災害特性の分析や防災マップの作成、災害時の役割分担等を決めています。

一方、届出避難場所などは、3分会ごとの地域内に限定せず、それぞれ近隣の共通する自治会館などを指定したり、保有する防災資機材は川面地区全体でまとめるなど、分会ごとに検討したほうがよいきめ細かな内容、地区全体で大きく把握したほうがよい内容とを上手く融合させ、実態に応じて地区防災計画をまとめています。



## 3 地区防災計画と「防災スイッチ」

川面地区では、地区防災計画をもとに災害対応を地区独自のタイミングで行う「防災スイッチ」を各分会の各班ごとに設定しています。防災スイッチとは、京都大学防災研究所の指導を受けた取組みで、①実際に自分たちで様子を確認できる地域の危険箇所、②テレビやスマートフォン等から入手できる気象情報が、予め、自分たちで決めておいた状況や基準に達したとき、活動や避難のスイッチを入れます(=地区防災計画に記載している活動や避難行動を開始します)。

こうした川面地区独自の「活動スイッチ」や「避難スイッチ」を入れやすくするための工夫として、必要な情報が直ちに入手できるような地区独自のポータルサイトも立ち上げており、今後は、防災スイッチが上手く機能するか検証訓練を実施しながら、その結果に応じて地区防災計画を見直していきたいと考えています。

## 8 災害時の活動

### 1 情報収集・伝達 ～情報は正確にすばやく伝達

災害のおそれがあるときや発生した場合は、的確な対応をとるため、正しい情報をすばやく集め、住民に伝えることが大切です。各個人がそれぞれ市町と連絡をとろうとすれば、市町は電話の対応に追われ、必要な応急対策がとれなくなります。自主防災組織では、あらかじめ災害状況や避難勧告など伝えなければならない内容とルートを地域ごとに定めておき、災害時には市町と連携を取り合って情報を伝達します。

#### 情報収集・伝達の留意点

- 地域内の被害情報や避難状況をいち早く収集し、自主防災組織の責任者に報告する。
- 責任者は市町へ地域の情報をまとめて伝える。
- 情報は簡潔にわかりやすく伝える。(場合によってはメモを添える)
- デマやパニックを防ぐため、不確かな情報は防災行政無線やラジオ、テレビで確認する。

### 2 出火防止・初期消火 ～火が出たら、すぐに消火

地震が発生したとき、恐ろしいのは火災です。同時に多発するだけでなく、道路が通行できない、消火栓が壊れて使えないなど、消防機関は普段の火災のときのように活動することができなくなるおそれがあります。自主防災組織では、日頃から地域ぐるみで火を出さないように徹底しておくとともに、火が出たらすみやかに消火活動を行います。

地震時に火災を防ぐチャンスは「消火の留意点」に記載しているとおり、3度あります。これを逃さないように落ち着いて、そして決して無理せずに行動しましょう。

#### 消火の留意点

- グラツときたら、すぐに火の元を止める。
- 揺れが収まった後、万一火が出ていたら、火が小さいうちに消火器やバケツなどで消す。
- それでも消火しきれないときは、大声で「火事だ!」と叫び、隣近所の人に呼びかける。  
多く的人数でバケツリレーや可搬式動力ポンプで消火活動を行う。

### 3 救出救護 ～すみやかにみんなを

大きな災害が発生すると、建物の倒壊や落下物によって多くの負傷者が出ます。自主防災組織では、これらの人を早く救出し、適切な応急手当を受けられるようにする必要があります。

倒壊物の下敷きになった場合は、ジャッキ、ロープなどの資機材を使って救出します。自主防災組織だけで救出が困難な時は、消防署へ出動を要請し、その活動に協力します。

軽傷者は、できるだけ自主防災組織で手当ををし、重傷者も可能な限り応急手当をしてから近くの医療機関や救護所へ搬送します。

#### 4 避難 ～落ち着いて、みんなで避難

災害のおそれがある時や発生した場合、市町長から危険地域の住民に対し避難の勧告や指示が出されることがあります。その際には自主防災組織が中心になって、混乱なく、安全に住民全員が避難できるように避難場所へ誘導します。

### 避難活動の留意点

- 避難誘導の責任者はまわりの状況と正しい情報をもとに安全なルートを選択する。
- ほかの組織の住民と混同しないように、自分の地域の目印になるものを携帯する。
- 傷病者、高齢者、障害者など、自分一人で歩けない人は担架で運ぶなどして、全員が組織としてまとまって行動する。
- 持ち物は最小限にして、特段の事情がない限り自動車は使用しない。

#### 5 給食・給水 ～水や食料はみんなでわけあって

災害が発生した時には、電気・水道・ガスの供給が止まる場合があります。また食料も不足します。自主防災組織では日頃から各家庭に最低7日分の食料や水を備蓄するよう取り決めるとともに、組織としても食料やろ水器、釜、鍋、燃料などを備蓄します。災害時には各個人のわがまを許さないように整然と配布し、また給食班を中心に炊き出しを行います。

炊き出しを行う際には、衛生面に十分配慮し、食中毒などの二次的な被害を出さないよう注意しましょう。

ちょっと  
アドバイス

### 正確な情報収集と伝達の必要性

災害時には、自分が置かれている状況を理解できず、目の前に危険が迫ってくるまで、その危険を認めようと思わない心理が働き、「たいしたことはない」と思い込む場合があります。こうした心理状態を学問的には「正常化の偏見」といいますが、自主防災組織においては、危険な状況をいかに正確な情報として住民に伝えるかがとても重要になります。

正確な情報収集、伝達のために留意するべき点は以下のとおりです。

- ① 事実を確認し、時機に適した報告を行きましょう。
- ② 市町や消防機関などとの情報を共有しましょう。
- ③ 伝達は簡単な言葉で行い、難しい言葉を避けましょう。
- ④ 口頭だけでなくメモ程度の文書を渡しておくよう努めましょう。
- ⑤ 情報を正確に伝達するために、受信者に内容を復唱してもらいましょう。
- ⑥ 伝言には数字がからむことが多いため、数字の伝達には特に注意しましょう。
- ⑦ 「異常なし」も重要な情報です。
- ⑧ 定期的な報告を行きましょう。

# さあ、訓練をやってみよう！

## ・ 訓練の準備と様々な訓練

### 1 訓練の計画・準備

実際に災害が発生すると、なかなか思うように体が動かないものです。日頃からくり返し訓練を行い、防災活動に必要なスキルを身をもって覚えることが大切です。


訓練にあたっては、次のような点に留意しましょう。

#### 訓練実施に向けた留意点

- 正しい知識、技術を習得するために、消防機関などの指導を受ける。
- 訓練終了後に、訓練内容を見直すことも重要。
- 地域内の事業所などの自衛消防組織、さらには近隣の自主防災組織とも共同して防災訓練を行うとつながりが強まる。
- 特定の災害だけでなく、地域の実情に即した訓練内容とする。
- 災害時要援護者にも配慮した効果的な訓練内容を考える。
- 市町や消防機関などが主催する総合防災訓練に積極的に参加する。
- 短時間でも訓練を行えるよう、実施方法などを工夫する。
- 固定観念にとらわれず、応用動作ができるようにする。
- 訓練の際には、事故防止に努める。
- 訓練の実施にあたっては市町に相談して、届け出などを忘れないようにする。



防災訓練のうち、個別訓練、総合訓練、体験イベント型訓練及び図上訓練が、代表的な訓練としてよく実施されています。

<p>①個別訓練</p>	<p><b>情報収集・伝達訓練</b> 地域内の被災状況、災害危険箇所の巡視結果、避難状況などの情報を早く集められることや防災関係機関の指示などを正しく地域住民に伝えられることをチェックします。</p> <p><b>避難訓練</b> 避難の要領を学び、指定された場所まで早く安全に避難できるようにします。あわせて、各個人レベルでの避難時の携行品などをチェックします。</p> <p><b>消火訓練</b> 消火器、バケツ、可搬式動力ポンプなどの使用方法や消火技術を習熟します。同時に火災から身を守る方法を学びます。</p> <p><b>救出救護訓練</b> はしご、ロープ、パールなど救出用資機材及び使用方法を学び、けがをした人の救護活動や応急手当の方法を身につけます。</p> <p><b>給食・給水訓練</b> 炊き出しのほか、食料、飲料水を各人に効率よく配分する方法を訓練します。</p> <p><b>その他訓練</b> 避難所運営訓練、避難所体験訓練など</p> 
<p>②総合訓練</p>	<p>個別訓練によって習得した知識・技術をあわせて組織の各班がお互いに連携をとり、それぞれ効果的に防災活動ができるように訓練します。</p>
<p>③体験イベント型訓練</p>	<p>防災と直接には関係しないイベント等に防災要素を組み込んで訓練します。</p>
<p>④図上訓練</p>	<p>災害に対するイメージトレーニングです。</p>

こうした訓練はいずれも重要であり、これらすべての訓練が有機的に機能してこそ、発災時に人の命を救い、災害を拡大させないことにつながります。



## 訓練の実施時期やテーマを工夫する

- ☆訓練の実施日を住民に周知徹底しましょう。(ポスター、チラシ、回覧板など)
- ☆毎回同じ日時で訓練を実施すると同じ人しか参加できないので、休日や夜間などさまざまな人が参加できる工夫をしましょう。
- ☆訓練はくり返し行うことが大事ですが、テーマや年齢層を絞るなど、訓練内容に変化をつける工夫も必要です。

## 地域行事に訓練を取り入れる

- ☆夏祭りや地域運動会、とんど焼きなど多くの人が集まる地域イベントに、例えば、消火器的なゲーム、バケツリレーや小型ポンプでの消火、簡易担架搬送リレー・土のう積み競争など、防災に関する訓練の要素を組み込むことも効果的です。

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 2 情報収集・伝達訓練～いざという時に備えて

### 1 ねらい

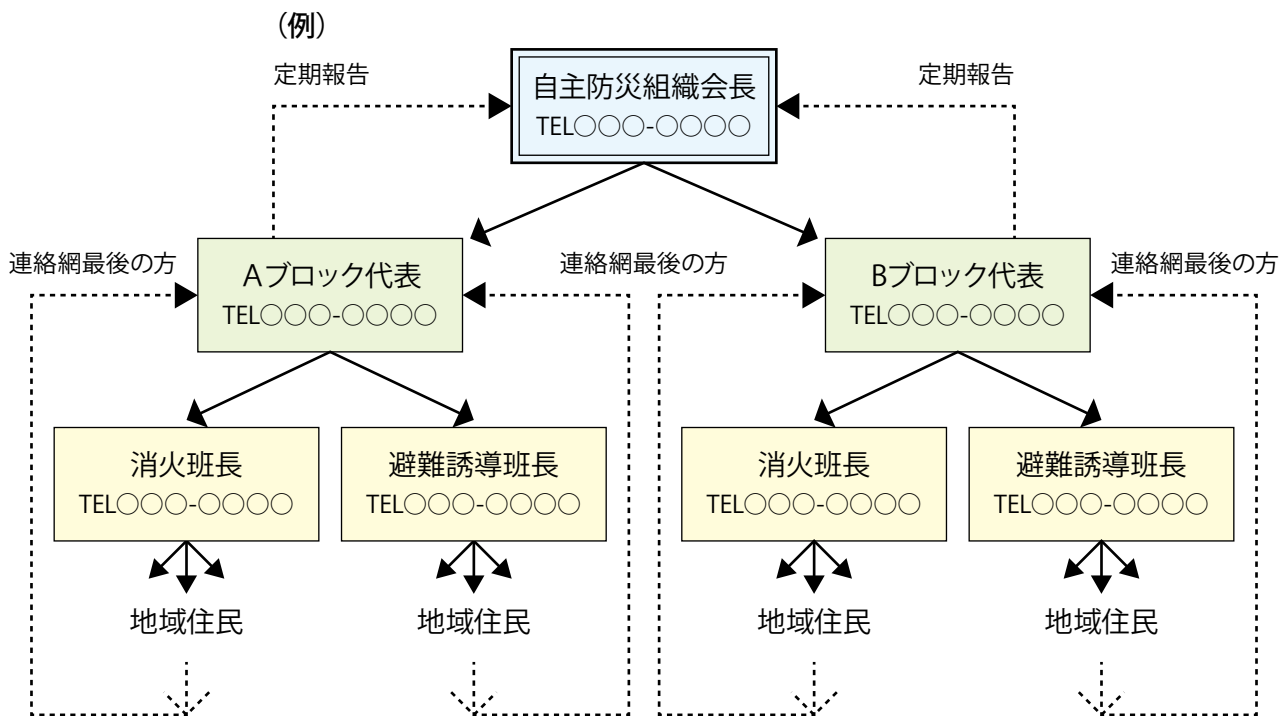
地域内の被災状況、災害危険箇所の巡視結果及び避難の状況などの情報を正確かつ迅速に収集、伝達することを目標にします。

### 2 必要なもの

緊急連絡網（各自）、電話（あれば携帯電話）、住宅地図（1冊）

### 3 進め方

(1) まず、緊急連絡網を整備しましょう。



※次の伝達先の家の場所を住宅地図などで確認しておいてください。

(徒歩で連絡する必要がある場合に使用します)

※最後の方は、伝達された内容と伝達時刻をブロック代表などに折り返し、連絡してください。

※あらかじめ、上記のような決まり事を話し合っておきましょう。

(2) 情報収集する内容の概略を定めておきましょう

現場の住所・目標、現場の状況、負傷者の有無と程度、今後予想される状況、現在の措置、発信者（通報者）、避難所の避難者数、避難状況など

【情報収集内容（例）】

報告内容	連絡先	受信者	報告時刻	発信者(通報者)	報告手段
		情報収集班	〇〇班長	7/21 17:00	△△
現場の住所・目標	〇〇丁目〇番地 〇〇川右岸の市道〇〇線〇〇橋付近 目標：〇〇橋商店街				
現場の状況	〇〇川右岸〇〇橋付近は避難判断水位を超えた				
負傷者の有無と程度	現在負傷者なし				
今後予想される状況	今後も雨は強まるので、低地にある〇〇橋商店街に濁水が流れ込むおそれがある				
現在の措置	〇〇橋及び市道〇〇線は通行止めを行い、消防団による土のう積み等水防活動中。また商店街においても、協力し合って各店舗先の土のう積みを行い、避難所への移動を始めている。				
避難所の避難者数	〇〇小学校に〇〇橋商店街30世帯（全体の約半数）				
避難状況	商店街の高齢者世帯は全員避難済み				

ステップアップ!

- ※情報収集するときは、メモをとるよう心がけましょう。
- ※電話が使えない場合やかかりにくいことを想定して、電話に頼らない情報伝達方法（無線、徒歩など）を計画しておきましょう。
- ※被害状況だけでなく、どういった方が地域で困っているかなど、人に関する情報についても収集するよう努めましょう。

4 情報伝達の方法

- (1) 模擬情報を与えます。（例：〇時〇分、大雨で〇〇川が決壊するおそれがあり、〇〇町と〇〇町に避難勧告が発令されました。地域の住民の方は〇〇小学校まで避難してください。など）
- (2) 地域の緊急連絡網を基に情報を伝達しましょう。次の連絡先が留守などで電話に出なかった場合はその次の方へ連絡します。この時、次の人に、前の人と連絡が取れなかったことを合わせて伝え、その情報を最後の人まで伝えます。
- (3) 最終的に伝達された模擬情報が、どの程度正確に伝達されたかを確認します。例で挙げた緊急連絡網の場合には、連絡網最後の住民の方が、地区のブロック代表に連絡を受けた内容、かかってきた時間などを報告します。連絡が取れなかった人の情報も伝えます。
- (4) ブロック代表は、定期的（10～20分おきなど）に自主防災組織会長へ伝達できた人数、伝達できなかった具体的な場所（名前）を伝えます。
- (5) 最終的に、あらかじめ決めておいた時間がきたら終了します。自主防災組織会長は、集計に基づいて後日結果を発表し、改善点などがあれば皆さんで話し合います。

## 3 避難訓練

### 1 ねらい

災害に備えて地域住民が安全に避難できるように訓練並びに避難所開設や運営訓練を実施することで、地域の交流が生まれます。

普段から要援護者と接することで、一人ひとりに合わせた搬送用具、搬送方法などが分かり、災害時に役立ちます。

実際に地域内を避難してみることで、搬送用具に合った経路、距離、所要時間及び支援者の必要人数が確認できます。

### 2 必要スタッフ

避難者、要援護者（役）以外はスタッフとなります。

交通事故が起きないように、車の多い箇所や横断歩道にもスタッフは必要です。

消防署、消防団、警察にも事前に相談し、協力を求めましょう。

### 3 必要なもの

- 搬送用具 担架、車椅子、リヤカー、毛布、竹竿など
- 救急箱・AED
- 避難所運営 避難者名簿、筆記用具など
- 宿泊訓練 寝具(毛布など)、ダンボール箱、炊き出し道具及び材料、非常食、水(ペットボトル)
- 道路使用許可証 (道路において消防、避難、救護などの訓練を行う場合は、警察署長の許可を受ける必要があります。)

### 4 内容紹介

#### (1) 避難訓練（避難誘導班、要援護者の支援者、救出班、救護班など）

災害発生により緊急連絡網や直接ハンドマイクで避難勧告を伝達します。参加者は隣保単位ごとに各世帯の安否を確認したのち、各自の非常用持出袋を持って、一時避難場所へ集合します。人員確認ののち、避難所へ移動します。

#### (2) 避難所開設（運営等本部班、避難所班、炊き出し班など）

災害発生により避難所に集合し、情報収集並びに開設、炊き出し準備をします。

#### (3) 宿泊訓練（本部班、避難所班、炊き出し班など）

家族で参加するのが望ましいですが、震災経験の無い子どもたちだけの参加でも可能です。限られた食事、水、寝具及びスペースで生活することを基本とします。

楽しんで行えるように軽い運動やゲームをするのも良いでしょう。また、防災講話、消防訓練などを併せて実施しても良いでしょう。

#### (4) 要援護者対策

家族だけで避難できない場合は、地域で支援する必要があります。搬送用具（車椅子など）は各自で用意するのが基本です。

日ごろからのお付き合いで要援護者の状態を把握し、どんな搬送用具が必要か考えましょう。



## 5 進め方（計画から反省会まで）

### (1) 打合せ会議（計画書の作成）

どんな災害が考えられるか？

災害によって避難しなければならない地域はどこか？

避難経路は？（1つだけでなく、安全な代替避難経路も検討しましょう）

避難所の開設および運営は？

どこに協力依頼するか？（協力団体などにも会議に出席してもらいましょう）

宿泊訓練をする場合、その内容は？

### (2) 役割分担

本部班、避難誘導班、要援護者の支援者、炊き出し班、避難所班、救出班、救護班など

### (3) 協力依頼（地域を挙げて実施するために協力が必要です）

小学校（避難所、場合によっては中学校）、各自治会、マンション管理組合

市町の防災担当、警察署（道路使用許可のほか避難訓練の手伝いなど）

社会福祉協議会（他に地域内の福祉施設）、民生委員及び児童委員、消防団、消防署

### (4) 訓練の実施

①計画に沿って訓練を実施します。避難訓練では、避難場所に到着できる時間にバラつきがあるので、みんなが集まるまでの間にやることを計画しておきましょう。

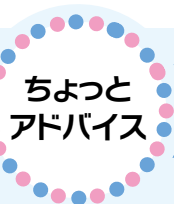
②避難誘導は、参加者の誘導・確認をしますが、実災害では特に津波の場合などは、自らも逃げることを念頭において行動することが必要です。

③避難場所まで漫然と歩くだけでなく、みんなで危険な所はないか、車椅子やリヤカーが通れるかなど、避難経路を点検しながら歩きましょう。

④子どもたちが参加する宿泊訓練は、特に安全に注意し、保護者とすぐに連絡できるようにしておきましょう。

### (5) 反省会・振り返り

反省会や各世帯の振り返りは必要です。また、できれば要援護者ごとの振り返りもやってみましょう。反省点は、みんなで共有することが大切です。



## 年に1回は避難訓練を

☆避難訓練は、非常時持出し袋を持って参加しましょう。お互いに確認しあえば、定期的に中身を点検する機会になります。

☆避難訓練は繰り返しやることで、いろいろな問題が見えてきます。

☆その経験をもとに、年一度は訓練を実施してみましょう。





## 風水害避難訓練 実施スケジュール (例)

時間	進行内容	訓練内容
9:30	訓練開始	訓練開始：避難勧告の発令 (スタッフがハンドマイク等を使って周辺住民に広報)
9:35	避難開始	数世帯の隣保単位で集合し、安否確認後、避難経路により避難所へ避難開始 災害時要援護者の移動支援 (車椅子・キャリアカー)
10:00	到着・点呼	避難所に到着したら、避難所スタッフに報告 (または避難所受付名簿に登録)
10:10	各種訓練・イベント	避難所にてイベント (防災講話、非常用持出品の説明、土のう・簡易水のう作り、応急手当)、炊き出し訓練 (P28・29参照)
11:05	講評	講評
11:10	解散	解散・炊き出しの試食



ちょっと  
アドバイス

### 漫然と避難しない!

☆避難ルートにおいて、車椅子などが安全に通行できるか、危険な箇所がないか、確認しながら避難することも大切です。

### 困った時こそ「共助」です

災害時には、自分が要援護者になることがあります。家具の固定などで災害に備えるとともに、日頃から近所でコミュニケーションを図っておく必要があります。

困った時こそ助け合いの精神、「共助」が重要です。



## 1 ねらい

流水や濁水の中を歩くことにより、洪水歩行の難しさを知り、水害時の避難がいかに危険かを体験することで、大雨が降った際の早期避難の必要性や災害時要援護者対策の必要性を学びます。

## 2 準備したもの

梯子4本×2組、入浴剤(※白い入浴剤を混ぜると濁る＝足元が見えなくなる)、ブロック(10個)、ブルーシート、ポンプ(1基)

## 3 いろいろな訓練方法

プールを歩いてもらい、洪水歩行(濁った流れる水の中を歩くこと)の難しさを体験してもらいます。簡易プールは、梯子とビニールシートを使って作ります。

- (1) 簡易プール①では、流れる水を表現(色は付けない)。流水の中、車いすや担架で人を運ぶ訓練を行います。

☆簡易プールに水流を作るには…

ポンプを使ったり、ポンプがなくても、大人3～4人がプールの中を何週か回することで、流れを作ることができます。



- (2) 簡易プール②では、入浴剤を入れ、濁水を表現(中にブロックを入れ、障害を作る)。足元が見えない中、避難する不安を体験します。



上記の事例は、「第15回防災まちづくり大賞」(財団法人消防科学総合センターなど主催)の「消防科学総合センター理事長賞」に選ばれました。

ステップ  
アップ!

☆反省や振り返りの意味を含めて、あわせて図上訓練も実施しましょう。

☆塩屋向自治会自衛防災隊では、実践訓練後に図上訓練も実施しています。実践訓練で見たさまざまな課題を、図上訓練でシミュレーションすることにより、より具体的な改善策が導きだされます。



津波による被害は広範囲にわたることから、避難訓練は複数の地区、消防署、消防団、警察、市町防災担当課、福祉関係団体、近隣福祉施設、事業所などが合同で実施すれば、より実効性があり現実味のある訓練となります。行政だけに任せるのではなく、自主防災組織が主体となり、関係機関と一緒に「みんなで逃げる」ことを念頭においてやってみましょう。

## 合同津波避難訓練 実施スケジュール (例)

時刻	項目	進行内容	参加者の行動内容
9:59	緊急地震速報	○防災無線放送で緊急地震速報を放送	○緊急地震速報の放送を聞いたら、シェイクアウト(地震による揺れから身を守る行動)や避難出口の確保を行う。
10:00	地震発生	○防災無線で地震発生及び揺れの収まりを放送	○揺れから身を守る行動を続ける。
10:01	震度速報 避難広報 災害情報の伝達 (情報班)	○防災無線で避難の呼びかけ ○自主防災組織の情報班がハンドマイクで呼びかけ	○避難に適した服装、非常持ち出し袋など、避難の準備を迅速に行う。 ○各家庭は火気の点検、ガスの元栓閉め、電気ブレーカー切断を行う。
10:04	大津波警報 発表	○防災無線で放送(地震発生から約30分後に津波が到達)	○隣近所が助け合い一緒に避難を開始。
10:05	一時避難場所 への避難行動 開始	○避難誘導班による誘導 →避難誘導とともに津波到達時間を念頭においた避難行動	○災害時要援護者への車椅子介助、キャリアアカー搬送の実施(共に行動) ○避難路経路が安全であるか、危険な箇所(崖崩れ、ブロック塀、看板など)がないか、確認しながら避難する。
10:35	一時避難場所 到着	○到着・点呼 ○避難所へ移動開始	○一時避難場所に到着後、責任者に到着時間・人数を報告 ○一時避難場所から避難所へ移動
10:50	避難所到着	○到着・点呼 ○炊き出し訓練開始(避難所の自主防災組織) ○避難所にて防災訓練・イベント実施	○避難所に到着後、避難所スタッフに到着時間・人数を報告(または避難所受付名簿に登録) ○避難途中で気づいたことをメモで併せて報告 ○非常用持出袋の説明、防災資機材取扱訓練、救急訓練、水消火器訓練、防災クイズなど
11:25	訓練終了・講評	○市町防災担当・消防関係者による講評	
11:30	解散		○炊き出しの試食、解散

※避難所は避難対象地域(津波が発生した場合に避難が必要な地域)の外に設定されるので、避難する地区外の自主防災組織と連携した避難訓練(避難受入、炊き出し等)を想定しています。

## ちょっと アドバイス

### 関係機関や地区外の自主防災組織とも連携しよう！

- ☆一時避難場所・避難所、避難経路の設定は、事前に市町防災担当課、消防署などと一緒に検討しましょう。
- ☆訓練実施前に避難経路について確認・点検を行い、複数の避難経路を検討しておく、より効果的です。
- ☆警察、消防機関と連携し、避難中の安全確保に努めましょう。（避難経路上の交差点での係員配置）
- ☆参加者の体調が悪くなった場合も想定し、救急体制についても消防機関とよく連携をとりましょう。

## 解説

### 【シェイクアウト訓練】

2008年にアメリカで発案された一斉防災訓練で、参加者は決められた日時にそれぞれの場所で、自分の身を守るための3つの安全行動「①姿勢を低く（ドロップ）②体・頭を守る（カバー）③揺れが収まるまでじっと待つ（ホールドオン）」を一斉に行います。

### 【避難行動】

#### (1) 屋外への避難（水平避難）

風水害などのときに、自宅など屋内から公園や広場、避難所に避難することです。

#### (2) 屋内高所階への避難（垂直避難）

津波や河川氾濫等により指定避難所への避難が困難な場合などに、自宅や近くの施設の2階などの高所階に上がって避難することです。

### 【避難所】

災害で住宅が損壊した被災者が比較的長期にわたって避難生活をおくる場所で、市町が指定した学校や公民館など公共施設です。

### 【一時避難場所】

災害が発生したときに、小・中学校や公民館など市町が指定した避難所に集団で避難するために、地区住民が一時的に集まる小規模なスペースの避難場所のことです。



釜や飯ごう、大鍋などによる大人数分の調理方法や飲料水を確保する方法を学びます。また、炊き出しの食事や救援物資の飲料水を混乱なく各人に効率よく配給する工夫を考え、訓練でやってみましょう。

さらに、いざという時のために各家庭において数日間は生活できる程度の食料などを備蓄します。地域においてもこれらの事態に備えた準備が必要です。

給食・給水については、次のような点に十分注意しましょう。

- ①各家庭では、長期保存が可能で、できるかぎり幅広い嗜好に対応した食料及び飲料水を備蓄するとともに、保存可能期限の満了時ごとに交換しておきましょう。また、ポリタンクなどの生活用水は定期的に入れ替えておきましょう。
- ②各家庭では、必要な食料を非常用持出品として備え、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。
- ③自主防災組織として共同備蓄倉庫などを設け、食料、ろ水器、鍋、炊飯装置、燃料、各種容器などを備蓄しておくことも有効な取組みです。
- ④自主防災組織として地域内にある井戸、水槽、池、プールなどを調べ、災害時に飲料水、生活用水として使用できるよう、所有者などと協議しておきます。必要に応じ市町が設置した飲料水兼用貯水槽の利用についても確認しましょう。
- ⑤自主防災組織として食料品などの救援物資の配給計画やその周知方法を策定しておき、混乱のないよう配布できるようにしておくことが大切です。



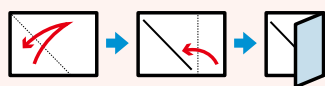
## 二次災害に注意!

☆衛生面に十分配慮し、食中毒などの二次災害が発生しないように注意しましょう。

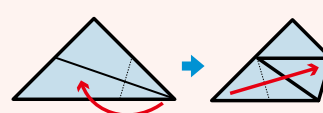
### ステップアップ!

☆断水や食器が割れた時を想定し、いらなくなった新聞紙やチラシを折って紙食器をつくり、ラップやポリ袋をかぶせて使いましょう。使った後は洗わずに捨てることができ、水の節約にもなるので、災害時にとても役に立つ技です。

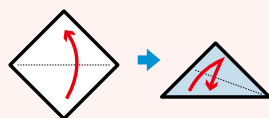
**1** 新聞紙を図のように折って、正方形の状態にする



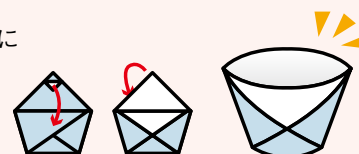
**3** 折りすじに角を合わせて折り、もう一方の角を同様に折り重ねる



**2** 正方形を半分に折って三角形にしたあと、折りすじをつける



**4** 残った部分を外側に開いて、完成!





災害時では、食材の確保が難しいだけでなく、調理に必要な道具の使用が限られることがあります。そのような時に、ひとつの鍋を使って複数の調理が同時にできるポリ袋調理が便利です。

**STEP 1**

生米をポリ袋(25cm×35cm)にAのラインまで入れる。  
※生米は無洗米がよい

**STEP 2**

水をBのラインまで入れる。  
※①:②=1:1.1(米に対して水を少し多めに加える)

**STEP 3**

できるだけ空気を抜いてポリ袋の口を結ぶ。  
☆輪ゴムがある場合☆  
袋の口を輪ゴムで止めると、空気が抜けてポリ袋が破裂しにくくなります。

**STEP 4**

湯が沸いたら、鍋底にポリ袋が直接触れないように皿などを敷き、その上にポリ袋を入れ、湯せんで25分加熱後、10分蒸らす。  
袋を破ってそのまま食べられるので、食器は必要ありません。鍋の水は、飲料水でなくても大丈夫です。その場合はポリ袋を2枚重ねにしましょう。

<注意事項>

- ・使用するポリ袋は、高密度ポリエチレン製を選びましょう。
- ・ポリ袋を使用する前に、必ず耐熱温度などを確認してから使用しましょう。
- ・調理の時、鍋にポリ袋が直接触れないように、鍋底に金網や皿などを敷いてポリ袋を入れましょう。
- ・加熱すると袋が膨張するので、空気を抜いて袋の口部分を輪ゴムで止めるようにしましょう。
- ・みりんやアルコールを入れると揮発し、袋が膨張して破裂することがあります。

ちょっとアドバイス

7日分を備蓄するためのアイデア

☆長期保存がきく缶詰や乾パンなどの非常食を消費期限まで食べずに置いておくという考え方ではなく、レトルト食品やフリーズドライ食品などを日ごろから食べて、なくなった分を買い足し、一定量をストックするという備蓄の方法を取り入れ、家庭に7日分の食料を備えましょう。

発災

ライフライン停止・物流停止

電気復旧・物流再開

1日目      2日目      3日目      4日目      5日目      6日目      7日目～

水	1人1日3リットル						
冷蔵庫の食品	傷みやすい食品 (生鮮食品、調理済み食品、野菜類 など)						
冷凍庫の食品	自然解凍で食べられる冷凍食品 簡単な調理で食べられる冷凍野菜						
ローリングストック	冷凍・冷蔵庫の食品と組み合わせて 主菜・副菜として食べる		レトルト食品、缶詰、パックごはん、常備菜、乾物、 無洗米、栄養補助食品 など				
非常食品	すぐに食べられる食品 (乾パン、クラッカー など)		主食となる食品 (アルファ化米、長期保存パン など)				

訓練を始める前に、これだけは知っておこう!

さあ、訓練をやってみよう!

こんな活動を参考にしてみよう!

自主防災組織のあり方を考えてみよう!

よりよい訓練にするために

## 4 バケツリレー訓練

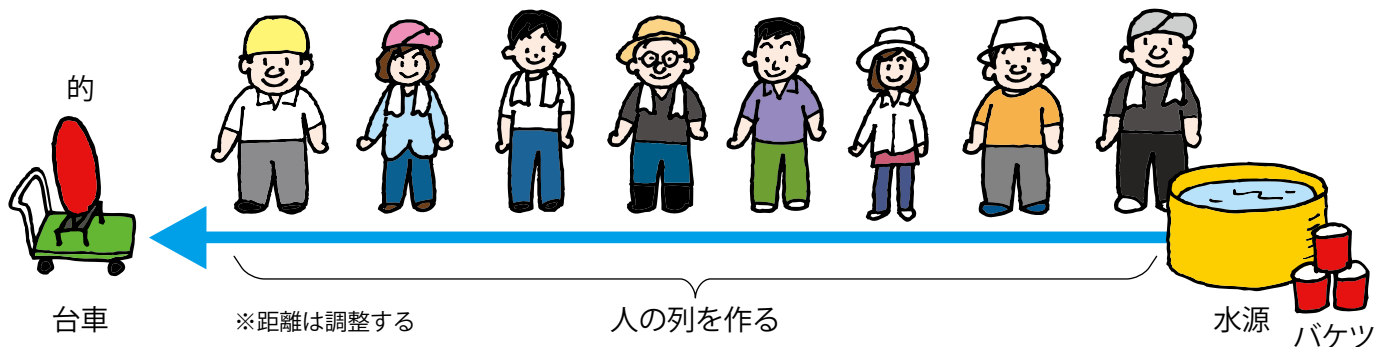
### 1 ねらい

小型動力ポンプなどがない場合の消火方法として、バケツリレーについて学びます。また、消火方法を訓練するだけでなく、大災害時に協力することの大切さを実感できるメニューです。

### 2 必要なもの

(品目)	(数量)
水源（プール、組立水槽など）	1つ
的を乗せる台車	1セット（競技時は2セット）
水を入れる容器（バケツなど）	多数（10個以上）
バケツリレーの的	1セット（競技時は2セット）

#### [基本的な準備例]



### 3 いろいろな訓練方法

#### (1) 競技形式（運動会でもやってみましょう）

バケツリレーを2チームで同時に行う競争方法です。バケツ、ボール、やかん、レジ袋など、何でもあるものを使います。的としては、ビーチボールを入れた空のドラム缶（天蓋が取り外せるもの）を用意し、これを水でいっぱいにしてビーチボールを外に落とすなど、小さな子どもたちも参加できる工夫をしてください。

競技形式は盛り上がりやすい反面、「夢中のあまり動作が雑になる」、「安全管理がおろそかになりがち」などの欠点もあるので、事故やケガには十分に注意をしておく必要があります。

#### (2) その他の工夫

バケツリレーは、「的まで水を運ぶ」という作業を全員で行う訓練です。全員が意識を集中できるように、資機材は可能ならば「火災をイメージできるもの」・「楽しめるもの」を準備しましょう。「楽しめるもの」は飽きさせることを防ぎ、意識を集中してもらおう工夫の一つです。

### 4 並び方のいろいろ

それぞれ一長一短があります。訓練参加者の状態（人数や熟練度）により、どの並び方にするのか選択して下さい。



### (1) 一列リレー

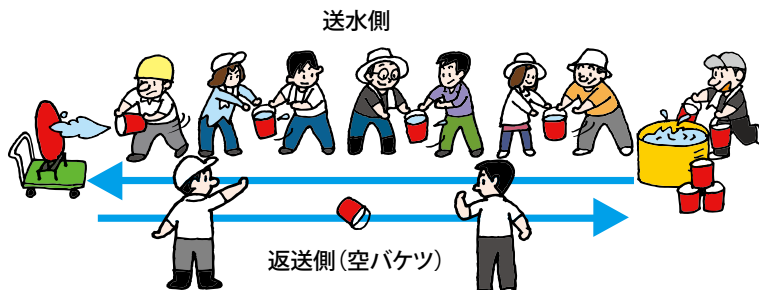
人数が少ない場合に適している方法。

約1.5mの間隔で一列に並び、水源から火元までバケツをリレーします。

空バケツを運搬する人員は送水側人員の1/5程度とします。

欠点は背中側が見えないこと。必要に応じ安全監視担当者を配置しましょう。

(例えば、列が道路横断する場合など)。



### (2) 千鳥リレー

一列リレーの応用例。

一列リレーを一人ずつ交互向かい合わせになることで、お互いに相手の背中側の安全確認ができる方法。

欠点は人が並び終わるのに少し時間がかかること。



### (3) 二列リレー

人数が多い場合に行う方法。

送水側、返送側の二列が背中合わせに並び、それぞれが安全確認しながらバケツをリレーする方法 (向かい合わせに並ぶと、安全確認が背中越しになり困難になります)。間隔は片手間隔 (約1m) が目安です。ただし人数が少なめの場合、送水側を約1m間隔で配置し、残った人数で返送側 (空バケツ) を担当します。



## 顔を合わせ、協力し合って

バケツリレーは、大勢の人がお互い協力し合わないとうまくいきません。

まずは、事前説明をしない状態で実施し、工夫・協力することの大切さを体験してもらうのもよい方法です。また、バケツリレーはかなりの重作業ですので、子どもや高齢者の方などは無理をせず、ケガのないように実施しましょう。

## 雨天時でも屋内で工夫をして実施！

水槽の中に水にみたてたボールを入れ、バケツでボールを汲み上げれば、雨天時などは、屋内でもバケツリレーを実施することができます。

## 5 訓練用水消火器訓練

### 1 ねらい

充填が比較的容易で繰り返し使用できる訓練用水消火器を利用し、実際の消火器と同じ操作方法の消火器を取り扱う訓練です。工夫次第でいろいろな形式で、子どもたちとも一緒に実施することができます。

### 2 必要なもの

(品目)	(数量)
訓練用水消火器	30 (詰め替え可能な場合は、15本)
エアークンプレッサー	1
コードリール (延長コード)	1
水槽 (蛇口からでも可能)	1
消火器カットモデル	1 (あれば)
水消火器用の的	1セット

### ちょっと アドバイス

### 的にも工夫を

的 (まと) にはさまざまなものが考えられます。上手に消火器を使用し確実に的中させることや、放射時間内ですべての的的中させることができるような工夫があると、より実践的な訓練になります。(的については消防署にも相談してみましょう)

### 3 子どもと一緒に楽しみながら訓練

的を工夫することにより、子どもたちもゲーム感覚で楽しみながら模擬消火体験をすることができます。

#### (1) ペットボトルに少量の水を入れた的

放射時間内の的中可能な数量は、8～9個程度です。

ボーリングゲームのように並べて倒すのも楽しくできます。

#### (2) ボールを落とす的 (備え付けている消防署もあります。)

数量が限られているため、確実に一つの的を落とす訓練となります。



## 4 進め方

### (1) 事前準備

#### ○ 水消火器の準備

水消火器を必要本数用意します。参加者数用意できる場合は、事前に水を充填しておく、当日エアコンプレッサーを会場に持参する必要がありません。

#### ○ 的的準備

- 【ペットボトル的】・事前に空ペットボトル（1.5ℓのものがベター）を用意しておきます。  
・約4分の1程度の水を入れて蓋をして、少し高い場所に必要数を並べます。
- 【ボールを落とす的】・台の上にビーチボールを風で飛ばない程度で固定し、必要数を並べます。

### (2) 事前説明

「消火器のカットモデル」（消防署に相談しましょう。）などにより、消火器の構造や使用方法、粉末消火器や強化液消火器の特徴などを事前に説明します。

【強化液消火器】薬剤が霧状に放射され火を消します。

水系なので、冷却効果と浸透性に優れています。

【粉末消火器】粉末の薬剤が広い範囲を覆って、火勢を抑えます。

抑制効果により制炎性に優れています。

### (3) 訓練実施

順番に消火訓練を実施します。終了後は消防職員に講評してもらいましょう。



## 無理せず逃げて、119番

実際の火災では、火が天井まで燃え移ったら消火器での初期消火はせず、屋内消火栓などの消火に切り替えるか、速やかに避難し119番通報しましょう。



### 【訓練を終えたら…】

☆家庭の消火器はどこにあるのか、各人に確認してもらいましょう。

☆家庭の消火器はどのタイプか（粉末、強化液など）確認してもらいましょう。

## 上級編の訓練として

### 小型動力ポンプ取扱い訓練

公園の防火水槽や防災資機材倉庫などに設置されている小型動力ポンプですが、消防職員や消防団員が火災で使用するホース・ポンプなどを使って放水訓練を行い、いざという時に使える技術の習得や訓練の必要性への理解を深めます。消防職員や消防団員の方の指導を受けましょう。

【用意するもの】小型動力ポンプ（1基）、50ミリホース（必要数）、ノズル（筒先）、水源（1～2トンの簡易水槽など）、標的（必要数）

#### 【訓練の進め方】

- 1) ポンプや資機材の保管場所、水源の場所などを把握します。
- 2) ノズルやホースの伸ばし方、つなぎ方、はずし方

を学びます。

- 3) 動力ポンプのエンジンのかけ方、水の出し方を学びます。

- 4) 4人一組で、放水員、ポンプ員に分かれてポンプのエンジンを



かけ、ホースを伸ばし放水体勢をとります。水を出さない訓練を何回か行います。

- 5) 実際に放水をします。放水時の反動が強く危険ですので、絶対にノズルを放してはいけません。消防職員などが放水員の補助につきましよう。

- 6) 訓練終了後は資機材を撤収し、資機材庫に保管します。

使った資機材のメンテナンスは消防職員などに聞いてやってみましょう。

## 6 粉末消火器による消火訓練

### 1 ねらい

粉末消火器を使用し、実際の火で初期消火を実施することにより、緊迫した消火の体験を通じて、消火器の使用方法を会得します。

### 2 必要スタッフ

危険を伴いますので、消防署に事前に相談し、消防職員の立会いを求めましょう。

### 3 必要なもの（参加人員30人程度の目安）

（品目）	（数量）
粉末消火器	5～6本
オイルパン	1つ
灯油	2リットル
ガソリン	1リットル
着火用ライター	1個
点火棒	1本
消火器のカットモデル	1個（あれば）

### 4 内容紹介

公園等の中央にオイルパンを設置し、風上5～6メートル手前から消火器を放射し、ほうきで掃くよう消火します。炎が小さくなれば徐々に接近し完全に消火してください。

### 5 訓練の進め方 **消防職員の指導を受けながら行ってください！**

#### (1) 事前準備

- ・消火器は、必要な本数を準備します。
- ・訓練時に粉末が周囲へ飛散するので、付近への事前広報を行ってください。

**キケン**

粉末消火器の外観点検を必ず行いましょう。本体に錆のあるものは、握ったときに内部の圧力で破裂し、重大事故が起こる可能性があります。錆のあるものは使用しないようにしましょう。



本体が錆びた消火器

- ・オイルパンの底に2～3センチ水を張ります。（焦げ付き防止のため）
- ・灯油を入れます。オイルパンの大きさにもよりますが、約100cc程度が目安です。
- ・着火用に、少しだけガソリンを入れます。（着火直前に入れてください）

灯油と少量のガソリン





## (2) 事前説明

「消火器のカットモデル」又は、「訓練用消火器」で構造や取扱い説明及び訓練を体験した後、粉末消火器の訓練を行います。

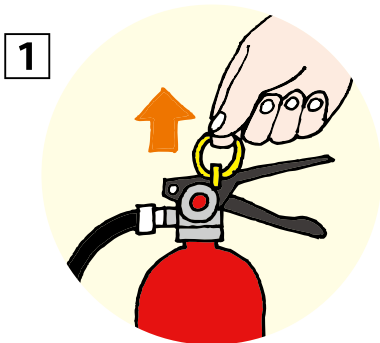
## (3) 訓練開始

- ・順番に消火訓練を実施します。
- ・数回実施すると、消火剤がオイルパンに溜まって着火しにくくなります。消火剤を網ですくうなどし、少量のガソリンを入れ、着火しやすいようにしてください。

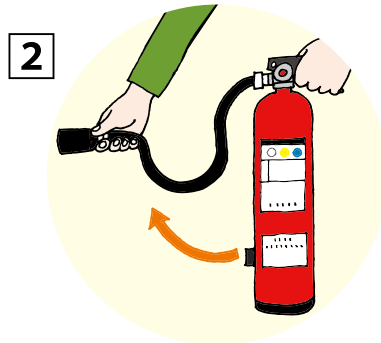
## (4) その他

訓練に使用した廃油は適正な処理を実施しましょう。

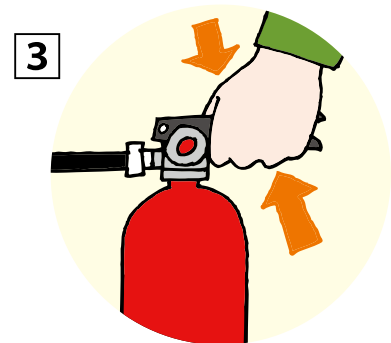
## 【消火器の使用方法】



1 火元まで運んでから安全栓に指をかけ、上に引き抜く



2 ホースをはずして火元に向ける



3 レバーを強く握って噴射する(ほうきで掃くように消火する)



## 消火器、住宅用火災警報器、感震ブレーカーの設置

- ☆消火の目安は、炎が天井に燃え移るくらいまでです。無理な初期消火は実施せずに、消火が難しい様ならばすぐに避難し、119番通報しましょう。
- ☆天ぷら火災の消火には、強化液タイプの消火器が有効です。
- ☆家庭の消火器は、玄関に設置するのがよいでしょう。(錆び発生防止のため)
- ☆各家庭の台所・寝室には住宅用火災警報器を設置しましょう。
- ☆地震による火災の原因は電気が過半数を占めています。地震発生時に設定値以上の揺れを感知したときに、ブレーカーやコンセントなどへの電気を自動的に止める感震ブレーカーを設置しましょう。

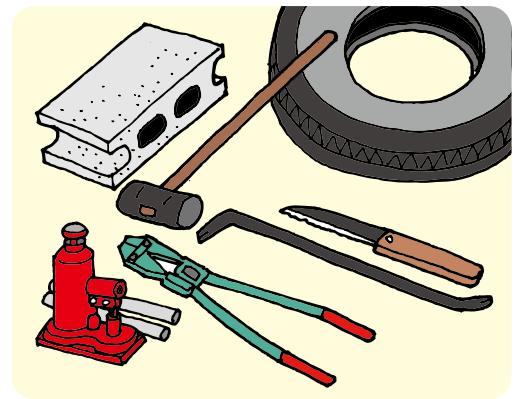
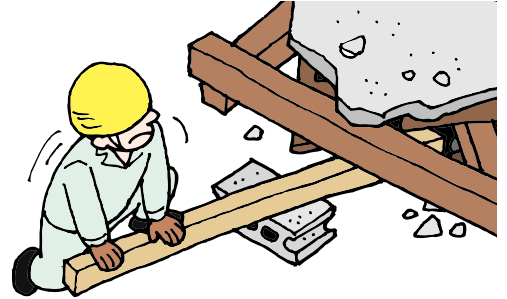
# 7 救出・救助訓練

## 1 ねらい

地震などの大規模災害現場では、迅速な救助、救出活動が求められるため、普段から資機材の取扱い方法、救出方法を学びます。

## 2 必要なもの（参加人員30人程度の目安）

（品目）	（数量）
のこぎり	5
バール	5
ジャッキ	5
ボルトクリッパー	5
ハンマー	5
角材（太さ10cm以上のもの）	5
古タイヤ、コンクリートブロック、鉄線	適量
朝礼台など	1



## 3 内容紹介

倒壊した家屋などに閉じ込め、または下敷きになった人を想定して、のこぎり、バールなど資機材を活用して救出・救助訓練を実施します。

## 4 訓練の進め方

### (1) 事前準備

- 使用資機材を必要数用意します。
- 斧、なた、のこぎり用に木材を用意します。
- バール用に古タイヤかコンクリートブロックなど、金ハンマー用にコンクリートブロックなどを用意します。
- ボルトクリッパー用に鉄線を、ジャッキ用に朝礼台などを用意します。
- 要救助者として、人形などを材木等の下に入れておきます。

### (2) 事前説明

- ブルーシートを敷き、その上に各防災資機材を並べ、各資機材の品名、取扱い要領、用途を説明します。
- 次に、防災資機材倉庫の場所と地区内のどこに他の防災資機材倉庫があるのかということを説明します。
- 最後に、資機倉庫内のどこに防災資機材があるかを説明します。

### (3) 訓練実施

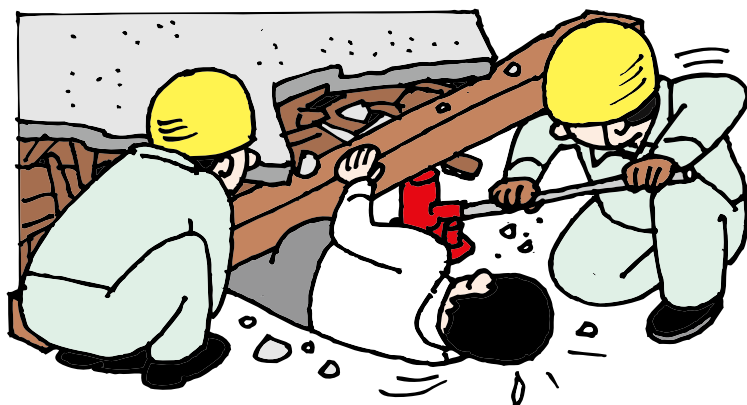
用途に従って、切る、削る、割る、掘る、押し上げるといった作業を実演します。

参加者の皆さんに使ってもらいます。子どもや女性には無理をさせないようにしましょう。

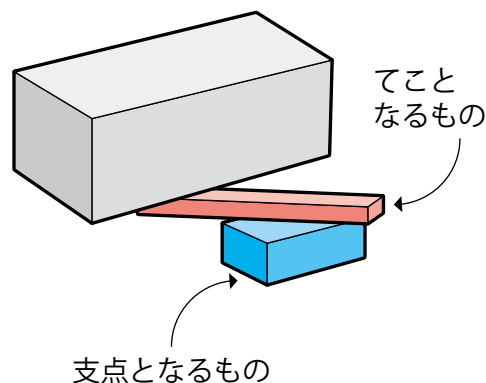
実際に救出・救助訓練を実施するのは難しいので説明程度とし、資機材を使用して「てこ」などを体験する程度にとどめてもよいでしょう。

#### 【救出方法】

- 閉じ込められている人に声をかけて安心させ、中の状況を聞きだす。
- ジャッキやてこを利用して、かぶさっているものを持ち上げる。
- できた空間に角材などを入れて支える。
- 作業のしやすい場所から除去や破壊を行う。



#### ▼てこの利用



ちょっと  
アドバイス

### ケガをしないよう安全管理を！

- 除去や破壊を行う場合は、その周囲が崩れないように注意します。
- 支えやてこに使う角材などは、できるだけ太くて亀裂などが入っていないものを使用します。

フォロー  
アップ!

#### 【訓練を終えたら…】

- ☆近くにある資機材倉庫の位置や、中に入っている資機材を確認してもらうように参加者の方にも伝えましょう。
- ☆家にあるもので、救助などに使えるものがないか、参加者の方に調べてもらいましょう。

## 8 救急訓練 ～心肺蘇生法・AED、ケガの対処、搬送法

### 1 ねらい

急病人やケガ人が発生した場合、救急車が到着するまでに、その場に居合わせた者が応急手当を速やかに行うことができれば、傷病者の救命効果が向上し、治療の経過にもよい影響を与えます。

そのためには、応急手当の方法をあらかじめ学習し、いざという時にすぐに行えるようにしておく必要があります。そこで、実践に即した各種救急訓練を体験し、その技法を取得するとともに日頃から助け合うことの重要性・いのちの大切さを学びます。



### 2 必要なもの（参加人員30人程度の目安）

以下は目安ですが、事前に消防署に相談して、借りられるものがあれば使いましょう。

実施内容	品 目	数 量
心肺蘇生法・AED取扱い	蘇生訓練用人形	3～4
	訓練用AEDトレーナー (人工呼吸用マウスピース)	3～4 可能であれば訓練参加人数分
ケガの対処	三角巾	訓練参加人数分
	包帯など	訓練参加人数分
	厚手の雑誌（電話帳など）	1
搬送法	毛布	1
	棒（竹竿など）	2

### 3 実践に即した訓練

#### (1) AEDを用いた心肺蘇生法

訓練参加者を数班（約10人/班）に分け、実技を中心とした訓練を実施します。

- ① 心肺蘇生法及びAEDの取扱いについて指導者から展示・説明を行います。
- ② シナリオに沿ってAEDを使用した心肺蘇生法を行います。

#### (2) ケガの対処

- ① 外傷などのケガに対し三角巾や包帯を使っての被覆処置や止血法を実践します。
- ② 骨折に対し身近なものを使って負傷部位を固定します。





### (3) 搬送法

傷病者の状態や負傷部位、救助者の人数を考慮し最適な傷病者搬送法を習得します。

#### ① 徒歩での搬送（2人搬送）

1名は背中側を抱え、もう1名は被搬送者の足を抱え、2名で同時に持ち上げ、足側から進んでいきます。



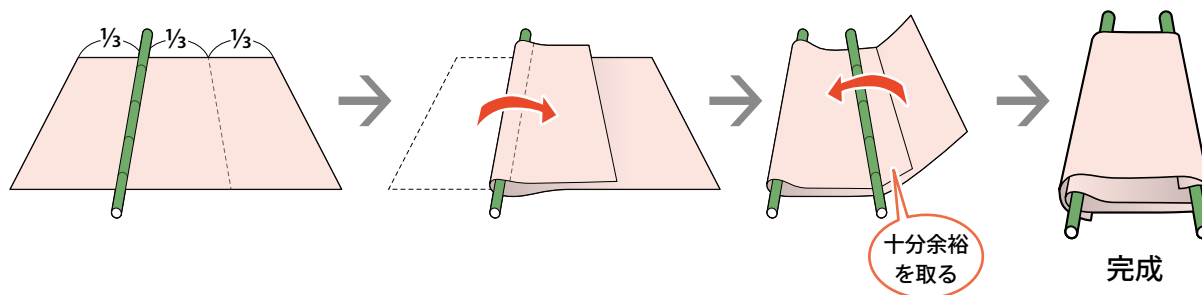
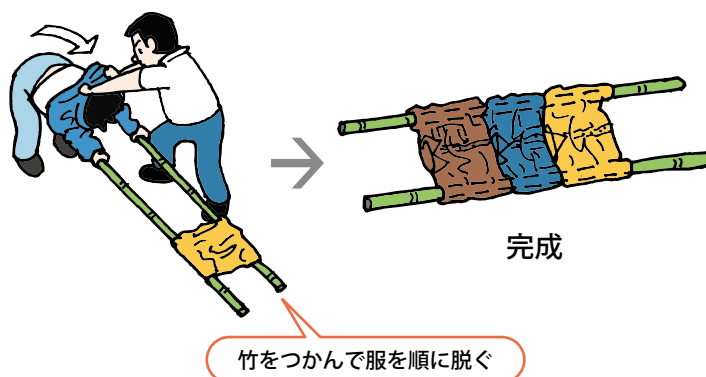
#### ② 毛布での搬送（1人搬送）

毛布やシートで全身を包み込み、両肩を浮かすように引っ張り、搬送します。



#### ③ 応急担架の作成

毛布および竹竿などを使用して簡単に担架をつくることができます。また、救助者の上着を数枚つなぎ合わせて作成する方法などを体験します。



## 4 事前準備

### (1) 訓練会場の準備

訓練参加人数に適した会場を用意してください。

### (2) 訓練で使用する資機材

訓練で使用する蘇生訓練用人形及び訓練用AEDトレーナーは、事前に消防署に相談してください。人工呼吸用マウスピースが必要な際は消防署に相談してみましょう。

なお、救急訓練では人工呼吸用マウスピースの代替品としてガーゼを使用することも可能ですが、いざという時に備えて、この機会に準備しておくとい良いでしょう。

## 5 訓練の申込み

最寄りの各消防署に問い合わせてください。

## 9 防災安全マップ～普段から危険な場所などを確認しよう

### 1 ねらい

地震や津波、風水害など、地域でどのような災害が発生するのかを想定しながら、防災設備や危険箇所などを実際にまちを歩いて調べます。防災安全マップを作成し、いざという時に役立てます。

### 2 必要なもの（参加人員30人程度の目安）

用紙、用意ができれば白地図 …………… 各グループ1枚と正書用1枚  
筆記用具、カメラ（必要に応じて） …………… 人数分（無ければグループ1セット）

ちょっと  
アドバイス

### グループでまち歩き

☆人数は基本的に何人でも可能です。多い場合はグループに分かれて行うのがよいでしょう。

☆人数が多い方が地域の危険箇所など、さまざまな角度や視点から発見することができるでしょう。

### 3 進め方

(1) 参加者の方に集まってもらい、どのルートを調査するか、グループの場合はグループごとでの役割などを決めてください。

また、集計用の用紙（白地図）と筆記用具を配ります。

(2) 準備ができたら実際に地域を調査しましょう。災害時に危険な場所や、防災上役に立つ人・モノ・場所を探し、地図などに記入しましょう。さまざまな角度や視点から地域を見てまわしましょう。

※次ページの「ちょっとアドバイス」を参照

(3) 地域の調査が終了すれば、記入した項目を整理しましょう。

グループに分かれている場合は、発表形式にしてもおもしろいと思います。

(4) 最後に調査した内容を整理し、マップを完成させます。



ステップ  
アップ!

地域だけでなく、学校内や大規模なマンション内などの安全マップを作成してもおもしろいでしょう。

小さい子どもから高齢者まで幅広い年齢の方が参加すれば、それぞれの目線から地域をみることができ、より内容の充実したマップができるでしょう。



## まち歩きチェックポイント

※まち歩きでチェックする場所を挙げてみました。

### 【災害時に危険な場所】

- 池・川・海岸などの水辺、がけ、急斜面、ブロック塀など
- せまい道路、看板、橋、歩道橋、アンダーパス(地下道) など
- その他、危険な場所・モノ(交通事故多発箇所なども含む)

### 【防災上役に立つ人・モノ・場所】

- 防災倉庫・プール・消火栓や防火水槽など(有効利用できるもの)
- 行政無線設置場所・屋外拡声マイク・掲示板など(情報入手できる場所)
- コンビニ・風呂屋・ガソリンスタンド・トイレ・公衆電話など(利用できる場所)
- 病院・医院・薬局・AED・消防署・派出所など
- 避難場所・学校・公園・広場・駐車場など
- その他役立つ場所・物(こども110番の店など)

～防災倉庫の設置場所とともに、鍵がある場所も合わせて記載しましょう  
～県や市町等が作成しているハザードマップも活用しましょう。

※車や自転車、通行人に注意して事故やケガのないようにしましょう。



### 【まち歩き・マップづくりのあとは…】

- ☆完成したマップを掲示したり、できれば地域の方に配布しましょう。
- ☆家庭で地域の危険箇所などや防災について話し合ってもらいましょう。

## 参考

## 山田区(三田市)の防災マップづくり



出発前に、地図をもって  
まち歩き場所を確認



山中の危険箇所へ



崩れそうな法面を確認



地図には記載されてない  
小さな川も確認



マップの原案の完成!



危険箇所をふせんや  
マジックで地図に記入



まち歩きの結果を  
みんなで話し合い



井戸も確認

現在、三田市では防災マップづくりを進めていますが、ひょうご防災リーダー講座修了者などで結成された「さんだ防災リーダーの会」も協力しながら取り組んでいます。

# 10 図上訓練

## 1 ねらい

災害へのイメージトレーニングとなる図上訓練は、災害に対する地域や自らの意識に何が足りないか（例えば、被災した時の知識や消火活動などの防災行動力等）への「気付き」となり、今後どのような訓練を行えば良いのかという「行動」につながります。

図上訓練は、防災マップ等をもとに議論を行うブレインストーミング型の災害図上訓練、カードを用いたゲーム形式のものなど、その方法はさまざまです。

地域によって、地震、風水害等の災害種類・危険度は異なるため、過去の災害から学び、シミュレーション訓練をしておくことも重要です。

## 2 ファシリテーター (facilitator) の役割

図上訓練の進行役を務める「ファシリテーター」は、自分が前面に立って何かをするのではなく、参加者からいかにして、さらには、どれだけ意見を聴き出せるのかといった重要な役割を担っています。

また、ファシリテーターは、参加者の熟度にあわせて、カードの読み上げテンポに変化を持たせたり、テーマや質問等を調整するなどによって、より効果的な図上訓練の実施を可能にします。

最初は、専門家などにファシリテーターをお願いするとよいでしょう。

ちょっと  
アドバイス

## ひょうご防災特別推進員制度

ひょうご安全の日推進県民会議では、防災対策に関する講義や防災訓練の企画・運営の助言、ワークショップ（図上訓練でのファシリテーター含む）などを行う「ひょうご防災特別推進員」を自主防災組織等に派遣しています。

【お問い合わせ先】

ひょうご安全の日推進県民会議事務局（兵庫県消防課内）

TEL：078-362-9819

URL：<http://199501117hyogo.jp/kyouka/agent.htm>

ステップ  
アップ!

☆図上訓練では、発言しやすい雰囲気づくりが大切です。また、初対面の参加者がいることもあるので、緊張した硬い雰囲気をときほぐすための「アイスブレイク」で自己紹介を行うなど、まず初めに、リラックスした雰囲気をつくり出して図上訓練を実施しましょう。

### 3 災害図上訓練「DIG」 ～いろいろな訓練方法①～

#### (1) 概要

参加者が地図を囲んで、自分たちの「まちのづくり」や防災関連施設、危険箇所などの情報を書き込み、災害時の対応策についてみんなで考える訓練です。

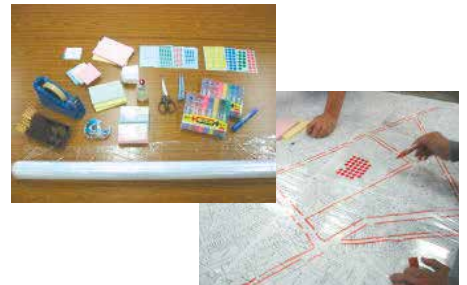
DIGとは、Disaster（災害）、Imagination（想像力）、Game（ゲーム）の略です。

#### 〈地図を用いるメリット〉

- ・地図に書き込むことで、普段は気に留めないことや気付かないことを発見できます。
- ・頭の中や文字だけで考えるより、ハッキリとビジュアルで認識できます。
- ・一緒に作業しながら地域のリスクや課題を明らかにすることで、共通理解が持てます。
- ・様々な立場の人が集まりアイデアを出し合うことで、相互理解を深め効率的に議論を進めることができます。
- ・活用できる人や組織、物を有機的に結びつける発想などが生まれやすくなります。

#### (2) 必要なもの

- ・街区地図（A1サイズ程度、1/2,500～1/5,000程度）
- ・地図を覆うことができる透明シート
- ・マジックペン、丸型カラーシール、ふせん、セロハンテープ
- ・まち歩きで取ったメモ、まち歩きで撮影した写真等
- ・洪水ハザードマップ、津波ハザードマップ等



#### (3) 進め方（一例）

- ①オリエンテーション（DIGとは何か、目的の確認、自己紹介など）
- ②被害想定や過去の被害映像・写真を見て、具体的な被害イメージを持ちます
- ③新旧の地図を比べ、地形から読み取れる災害リスクや土地利用の誤りを理解します
- ④住宅地図の「塗り絵」を通して、「まちのづくり」を理解します

#### 〈塗り絵〉

鉄道、道路、川、池、沼、プール（自然水利）、学校や公園（オープンスペース）などを色分けすることにより、「まちのづくり」を理解します。

- ⑤さまざまな防災資源（人・物・こと）にシールをはり、防災「財産目録」をつくります

#### 〈財産目録づくり〉

官公署、医療機関、防災倉庫、食料・燃料・水が入手できる場所、危険物貯蔵施設など防災についての物的資源や危険箇所、災害時の「お役立ち人物」「気になる人物」の住まいなどを確認し、シールやふせんで示します。

- ⑥できあがった地図をみながら、防災に関するまちの「健康診断」をします

#### 〈健康診断〉

古い木造住宅が密集している地域、消防車が入れない地域、延焼火災を食い止める建物や空間、浸水に見舞われやすい地域など、災害・被害の観点から見た要注意箇所を書き込み、全員の共通認識とします。

- ⑦予防策についての話し合いと、出されたアイデアの発表、共有をします

ちょっと  
アドバイス

## マップづくりやDIGそのものが目的ではない！

マップができあがったことやDIG実施をしたことに満足してしまいそうになりますが、どんな事前対策が必要か、実際に災害が起こったらどんな対応をすべきかを地域で考え、DIGをもとにして、実際に行動することが重要です。

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 4 災害カードゲーム「クロスロード」 ～いろいろな訓練方法②～

### (1) 概要

災害時のことをさまざまな状況を想定して考えるカードゲームです。参加者は、カードに書かれた事例を自らの問題として考え、YESかNOかで自分の考えを示すとともに、参加者同士が意見交換を行いながら、ゲームを進めていきます。

#### 〈クロスロードの背景〉

- ・クロスロードは、阪神・淡路大震災の際、神戸市職員が実際に直面した「災害対応のジレンマ」をカードゲーム化しています。
- ・災害現場では「場合によりけり」といった解決策が曖昧なものが多いなか、答えをYESかNOかの2択のみという制限を課すことにより、参加者が真剣に考え始めることを期待しています。
- ・「多様な意見や情報を日ごろから聞く」、「皆が見落としていることが重要かもしれない」という気持ちを忘れないように、少数派の意見に耳を傾けるルールになっています。

### (2) 必要なもの

- ・問題カード（各グループに1セット）
- ・YESカード、NOカード（各人にそれぞれ1枚）
- ・青座布団カード（参加者の数×10枚程度）
- ・金座布団カード（参加者の人数と同程度）



※クロスロードは、京都大学生協 (<https://www.u-coop.net/kyodai/crossroad/crossroad.html>) で販売しています。

### (3) 進め方

- ①奇数人数でグループをつくります（多数派/少数派が決まるように奇数が望ましい）。
- ②参加者は1人ずつ順番に問題カードなどを読み上げます。

#### 〈問題カードの例〉

- ・あなたは、食料担当の職員。被災から数時間。避難所には3,000人が避難しているが、確保できた食料は2,000食。以降の見通しはないが、まず2,000食を配る？
- ・あなたは市民。大地震のため、避難所（小学校体育館）に避難しなければならない。しかし、家族同然の飼い犬“もも”（ゴールデンリトリーバー、メス3歳）がいる。一緒に避難所に連れて行く？

- ③問題カードに対して、各人が「YES」か「NO」を決め、「YES」「NO」カードを裏返して置く。
- ④裏返しに置いたカードを一斉に表に向け、多数派のプレイヤーに青座布団を1枚渡します。YESカードまたはNOカードを出したのが1人だけの場合には、そのプレイヤーに金座布団1枚を渡します（この場合、多数派のプレイヤーには座布団は渡しません）。
- ⑤各人が「YES」、「NO」を選んだ理由を話し合います。

ちょっと  
アドバイス

## クロスロードに正解はない！

クロスロードの設問には予め定められた「正解」は設定されていません。ゲームを通じ、災害対応を自らの問題としてアクティブに考え、参加者同士で意見交換をすることが重要です。また、自分とは異なる意見・価値観の存在にも気付けるように取り組みましょう。

## 5 避難所運営ゲーム「HUG」 ～いろいろな訓練方法③～

### (1) 概要

避難所で起こるさまざまな出来事にどう対応していくかを体験するゲームです。

参加者は、避難所の年齢や性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを、避難所の体育館や教室に見立てた平面図にどのように配置していくか、参加者が話し合いながら、ゲーム感覚で避難所の運営を学ぶことができます。

HUGとは、Hinanzyo（避難所）、Unei（運営）、Game（ゲーム）の頭文字をとったもので、英語で「抱きしめる」という意味です。避難者を優しく受け入れる避難所のイメージと重ね合わせて名付けられています。

### (2) 準備するもの

- ・カード
- ・各用紙セット、セロハンテープ
- ・筆記用具、古新聞紙
- ・メモ用紙、付箋、白紙

※HUGは、みんなのお店・わ(NPO法人静岡県作業所連合会・わ店舗)で販売しています。



### (3) 進め方

- ①カードの読み上げ係を決めます。
- ②「体育館」、「敷地図」、「間取図」、「教室」用紙を机等に置きます。
- ③避難当日の設定条件（震度、気象条件、季節、時間、被災状況、避難者の様子）を説明します。
- ④読み上げ係はカードを読み上げてから参加者に渡し、他の参加者は体育館にどのように配置するか相談しながら決めていきます。
- ⑤カードをすべて配置した後は、意見交換の時間を設けます。

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 実践

### いつもと違う

## 図上訓練(避難行動訓練EVAG)を実施してみよう!



避難行動訓練EVAGは、Evacuation Activity Gameの略称で、避難行動をリアルにイメージすることを追及した参加型・体験型のツールです。

昨今の激甚化、多発化する豪雨や度重なる台風被害に備えて、避難行動に特化した図上訓練を実施してみましよう。

#### 属性カード(例)

- 性別・歳 女性 20代
- 家族形態 5人(夫婦・大人・子)
- 家族構成 父(50代、自営(コンビニ)業)  
母(50代、自営(コンビニ)業)  
姉(20代、出産後帰省中)  
姪(生後2週間)
- ペット なし
- 職業 自営の店舗業務
- 住居 店舗兼自宅の2階建て
- ご近所づきあい 活発。英語通訳ボランティア登録あり
- 健康状況 良好
- 今の状況 店舗兼事務所(自宅の1階)で母と仕事中(父は市内へ営業中で帰宅は不明)。他に従業員1名(女性・30代)、姉と姪が自宅にいる。

#### ○ロールプレイ

参加者は属性カードの人になりきって、「この人ならその時どんな行動をとるか」考えましょう。

#### ○シミュレーション

時間経過とともに高まる災害リスクを感じながらどのタイミング、どの避難経路で避難するかを考えましょう。

#### ○グループワーク

地域に住む多様な人々の体験を共有するとともに避難行動の課題を話し合い、解決策を考えましょう。

※EVAGは国土防災技術株式会社が発行している教材です。教材やファシリテーターの派遣等については同社にご相談ください。

# 11 地域活動と連携した訓練

## 1 ねらい

地域活動の一部に防災活動の要素を取り入れることにより、さまざまな人に防災に触れる機会を提供できます。

地域での防災活動を日常化して地域、校区の年間行事の一部に盛り込むことにより、自主防災組織の役員・リーダーが変わっても、毎年防災活動をくり返し行うことができることや、防災単独で企画するよりも計画段階での負担を軽減することができます。

## 2 連携例

### (1) 福祉活動との交流

- ふれあい給食会の中で、防災に関する広報（震災講話などの防災講演や家具固定、住宅用火災警報器などの情報提供）など防災に関する内容を入れて実施します。
- 草むしりや溝清掃などで地域の人が集まる際に、防災訓練や広報（天ぷら火災など）を実施することにより、防災活動のみでは参加できない人に対して、防災に触れる機会を提供できます。

### (2) 地域行事との交流

- 「夏祭り」や「とんど焼き」「餅つき」などの地域のイベントの中で防災広報や防災訓練を実施します。
- 地域の祭りで水消火器の的あてゲームにブースを作ってみましょう。
- とんど焼きの消火を小型動力ポンプによる消火やバケツリレーで行い、消火訓練を兼ねることもできます。
- 小学校や地域の運動会での参加競技型の防災訓練を行います。

【競技例】バケツリレー競争、簡易担架搬送リレー、搬送リヤカー引き競争  
防災グッズ借り物競走、声かけリレー競争、土のう積み競争

## 3 進め方

- (1) 防災活動を取り入れることができそうな地域活動や行事を話し合います。
- (2) その活動・行事の主催者を調べて、内容について相談調整します。
- (3) 状況に合った訓練プログラムの内容などについて消防署にアドバイスを求めます。
- (4) 活動を実施します。

ちょっと  
アドバイス

### 消防署への相談は早い段階で

実施する行事の内容や目的によっては、消防車両や職員の派遣などできない場合があります。消防署の支援が必要な場合には、内容などについて計画段階で相談しておきましょう。



## 地域行事と防災活動のマッチング

地域の行事		地域の防災活動
1月	とんど焼き	消火訓練、炊き出し訓練
2月		
3月	花見	炊き出し訓練、防火広報
4月		
5月	一斉清掃	危険箇所点検、避難路整備
6月		
7月	夏祭り	炊き出し訓練、水消火器訓練
8月	盆踊り	防災資機材点検・操作
9月	敬老会	要援護者現状把握
	防災訓練	避難訓練、情報伝達訓練
10月	秋祭り	炊き出し訓練、水消火器訓練
	運動会	バケツリレー消火訓練、担架作成・搬送訓練
11月		
12月	餅つき	炊き出し訓練、防火広報
その他 親子料理教室 男性料理教室		料理作りなどでの炊き出し・非常食の調理実習

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

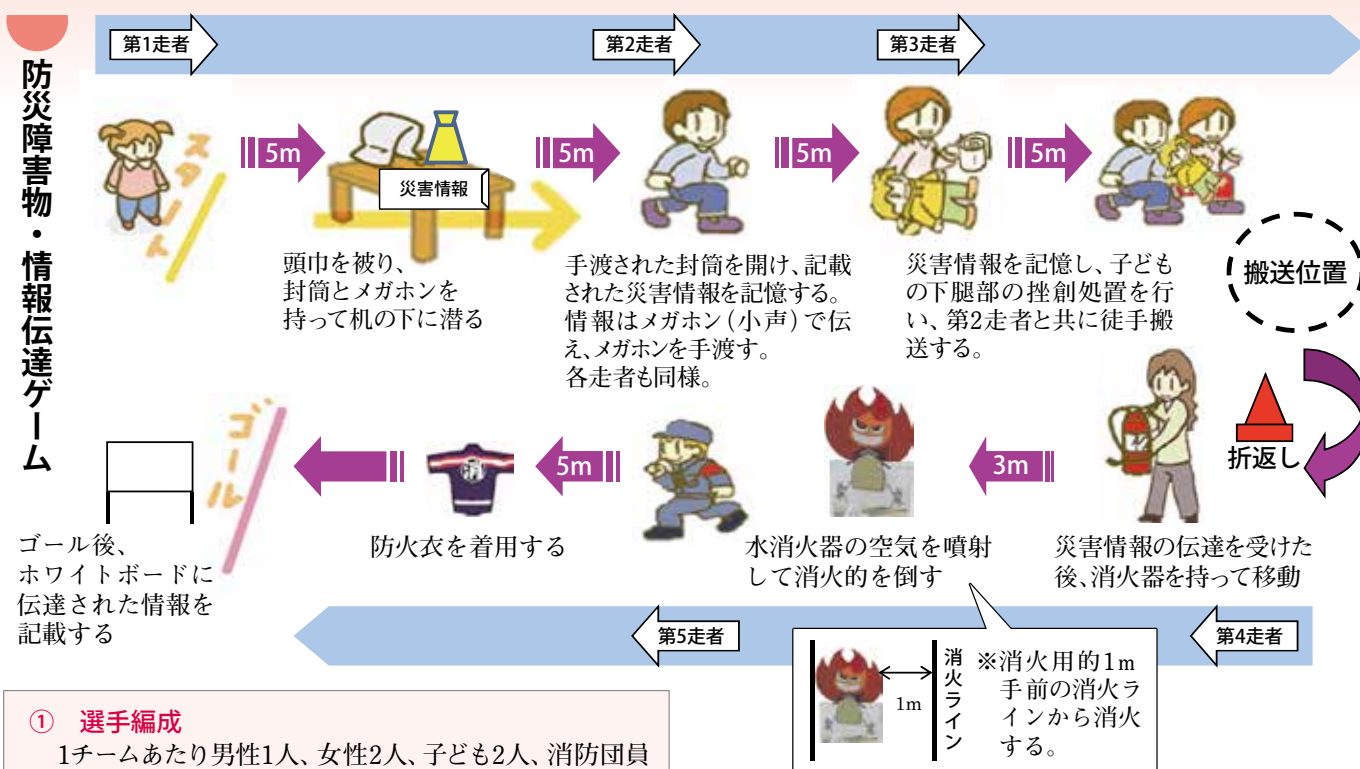
こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

### 参考

## 姫路市消防防災運動会「まもりんピック姫路」の競技種目



#### ① 選手編成

1チームあたり男性1人、女性2人、子ども2人、消防団員1人(計6人)の編成とする。

#### ② 競技時間

説明時間8分(職員競技実演含む) + 競技時間15分(1組5分×3) + 資機材配置など7分=30分

#### ③ 競技内容

それぞれの課題をクリアし、メガホンで情報伝達

#### ④ 採点方法

タイムと加点により順位を付ける

#### 必要資機材

- ストップウォッチ:2個 ● メガホン:4個(競技用2、準備用2)
- 頭巾:4巾(競技用2、準備用2) ● 長机:2脚 ● ガーゼ:6枚
- 包帯:6本 ● 水消火器:10本(予備含む) ● 的:2個 ● 防火衣:6着 ● ホワイトボード:2枚 ● 三角コーン:2ヶ(1ヶ/コース)

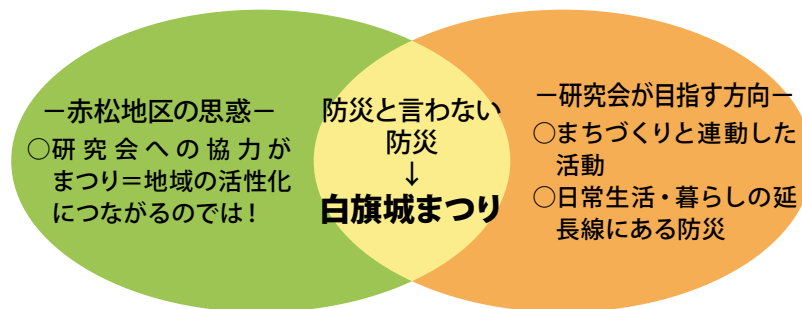
## 1 上郡町赤松地区と白旗城まつり

上郡町赤松地区は、町の北部に位置し人口1,537人、674世帯(平成31年3月現在)の千種川沿いに拓けた地域で、南北朝時代の播磨の武将赤松円心の居城があった白旗城跡が、1992年国史跡に指定されたことをきっかけに「白旗城まつり」を始めました。地区では住民が元気になれるよう手作り甲冑づくりに取組み、白旗城まつりでも武者行列を披露するなど、赤松地区にとって大切な地域行事となっています。



## 2 村づくりの中で「防災」に取り組むこと

赤松地区が防災活動に取り組むことになったきっかけは、(公財)21世紀研究機構「地域コミュニティの防災力向上に関する研究会」から、モデル地区として事業実施の依頼を受けたからです。特筆すべきは、災害時を想定した活動を考えるのではなく、村づくりを進める上で取り組みたいことに、防災の視点を取り入れるというものです。赤松地区の場合は、村づくりとして最も熱心に取り組んでいる白旗城まつりに、防災の視点も取り入れるというものでした。



※(公財)21世紀研究機構「地域コミュニティの防災力向上に関する研究会」：(公財)21世紀研究機構は、総合的なシンクタンク機関として、調査研究・県への政策提言等を行っており、「地域コミュニティの防災力向上に関する研究会」は、①地域コミュニティ、②インクルーシブ(排除しないこと)、③防災力をキーワードに、防災力向上に係る調査研究に取り組んでいます。

## 3 白旗城まつりでの実験的な取組み

### (1) 取組みの方向性

近年、約4,000人超の参加者を数える白旗城まつりですが、災害時に要援護者となる可能性が高い日頃の外出が困難な高齢者や障害者、地域で働く外国人などの参加がほとんどないことに着目し、これまでまつりに参加していない高齢者等の参加を目標に取り組むことにしました。



まつりに参加していない方は、何らかの制約があり、まつりに参加できないのかもしれませんが。災害でも同じです。皆さんの地域行事でも振り返ってみましょう。

(2) 高齢者等のまつりへの参加に向けた赤松地区の主な課題と取り組み

主な課題	取り組み
<b>【参加者募集】</b> 自治会役員はまつりの準備で多忙。 誰が、どのように高齢者等に参加を呼びかける？	地域全体（民生委員や福祉委員等）に協力を求め、該当者を個別訪問し、まつりへの参加を呼びかけた。
<b>【移動手段】</b> まつり会場まで的高齢者等の移動手段は？	家族や近隣住民（マイカー）、行政（送迎バス）に協力を求めた。
<b>【会場でのサポート】</b> 自治会役員はまつり（本番）の運営でも多忙。 高齢者等の会場でのサポートやおもてなしは？	地域全体に（民生委員や福祉委員、料理クラブ等）に協力を求めた。
<b>【会場設備】</b> 車椅子用トイレは？ 会場の段差は？ 紙おむつ等の交換場所・ゴミ箱は？ 高齢者等向けの案内表示は？	行政に協力を求め、車椅子対応のトイレや簡易スロープ等の準備をした。手洗い場がなかったり、スロープだけでは移動ができない場所がある等、今後の課題も確認された。

等

「まつり」を「災害」や「避難」、「避難所」などに読み替えてみましょう。まつりで自治会や高齢者等が困ったことは、災害時でも同じです。行政に協力を求めたことも、災害時には対策が必要な内容です。



4 白旗城まつりからみえたこと

まつりに参加した高齢者等からは、「健康な時はまつりに参加していたが、ここ数年は外出も減り、まつりにも参加できなかった。今回は送迎があり、声をかけていただいたことで久しぶりに参加しました。」などの感想が聞かれました。今回はまつりにできるだけ多くの高齢者等が参加できるように検討していましたが、それは災害の避難行動でも同じことです。

研究会会長・大阪大学大学院の渥美教授は、「防災訓練への参加はもちろん重要なことですが、まちづくりや日常生活そのものが防災につながっています。「防災が強いまち」ではなく、日々の暮らしの中で住民一人ひとりが社会参加し、災害時にも誰一人取り残さない「防災にも強いまち」にしていくことが大切なのでは」と言います。



防災「にも」強いまちづくり

さあ防災活動を始めようと思っても何から始めたらいいのかわからない…逆に、防災活動は（例えば）自主防災組織だけがやっていて何か入りづらい…それなら地域の行事を振り返ってみてはどうでしょうか？ お祭りは？ 盆踊りは？ 花見や秋の地区運動会などはどうでしょうか？ こうした地域づくり、まちづくり、村づくりの中に防災を混ぜてみることから始めてみてはどうでしょうか？ NPOなど外部の人達がいてくれると意見が出やすくなるかもしれません。地域で楽しみながら、まちづくりを進めていくと防災もできていて、みんな助かったと実感できる、そんな地域を築いていきましょう！

## 12 他の組織や団体との連携

地域の安全・安心を確保するうえで、各市町において消防団や自主防災組織はもとより、団体、企業、NPO、学校や防災リーダー、福祉関係者などが連携して、市町単位や地区単位で防災ネットワークづくりに取り組むことが効果的と考えられます。

各自主防災組織においても、さまざまな連携・協力の輪が広がるよう努めましょう。

### 1 近隣の自主防災組織との連携

大規模災害発生時には、広範囲で被害が発生することが想定され、特に、避難所の設置・運営は小学校区など地域全体で行われることが考えられます。このため、近隣の自主防災組織と連携し、災害時に相互協力ができる関係を普段から築いておくことも大切です。

また、このような連携を図るための自主防災組織連絡協議会の設置も考えられます。

### 2 消防団との連携

消防団は地域に密着し住民との一体性を持った消防防災機関であり、要員動員力及び即時対応力に優れています。また、消防防災に関する専門的な知識・技術を持ち、地域の防災力として大きな役割を果たしている一方、全国的に団員が減少する傾向にあります。

自主防災組織は、防災知識や技術を身につけるための良きアドバイザーとして日頃から消防団と交流を図るとともに、消防団と一緒に地域住民に消防団への加入を促すなど、地域防災の両輪として連携することが、地域防災力のさらなる向上につながります。

また、消防職員・消防団員OBの方を活用することも、自主防災組織の活性化の一助になると考えられます。

### 3 福祉関係者・団体（民生委員・児童委員、社会福祉協議会など）との連携

災害時要援護者支援における役割として、速やかな避難行動に必要な情報の把握、スムーズな避難支援のための訓練、また災害時の避難誘導や情報伝達活動が考えられます。

災害時要援護者がどこに住んでいて、どのような避難支援が必要かなどは、日頃から災害時要援護者と接する機会の多い福祉関係者・団体やNPOなどと連携し、情報を把握・共有することが大切です。また、地域住民への協力依頼や専門的な知識・技術を持った人材を把握しておくことも災害時の円滑な支援活動のために必要と考えられます。

### 4 企業（事業所）との連携

災害時に地域の一員として企業（事業所）からの人的・物的な応援・協力があれば、救助・救出活動をより効果的に行うことができます。また企業によっては、事業所単位で自主防災組織を設けている場合もあるので、こうした事業所が実施する防災訓練に協力するなど、日頃から連携を図ることも必要です。

### 5 学校などとの連携

災害時に避難所となる学校での避難所の設営・運営については、災害時に秩序ある運営が図られるよう、施設管理者である学校と、運営を担う市町及び自主防災組織が十分連携して行う必要があります。子どもの頃から災害などに対する知識・対処する能力を身につけておくことは重要です。また、若い世代は即戦力となりうる人材であり、大学との連携による防災調査活動が地域の安全確保に貢献している例も見られます。

## 参考

### 消防団との連携 ～顔が見える関係・宍粟市消防団が命を救う～

宍粟市一宮町北部地域では、過去に大きな山津波が発生しており、同じ北部に位置する河原田地区は、その経験から防災意識が高く、平成30年7月豪雨でも、避難勧告が発令される前から自主的な避難行動を開始していました。

今回の災害では、これまでに経験したことのないような大雨が降り、宍粟市でも6日23時49分に大雨特別警報が発令されましたが、7日未明で避難所の河原田公民館には、近隣住民の約30人が避難をしていました。

一方、この河原田公民館の向かいにある消防団詰所でも、消防団員が待機していましたが、公民館の近くを流れる河川の上流の住民から「土砂が崩れるような音を自宅で聞いた」との連絡を受け、消防団員が公民館の避難者に避難を呼びかけました。まもなく公民館近くの橋が流木でせき止められ、河原田公民館も浸水しましたが、避難者はいち早く高台の千尾集会所に2次避難をしており、人的被害はありませんでした。

河原田地区は、昔ながらのコミュニティが健在で、地区住民（自主防災組織）と消防団は顔が見える関係を構築しています。天候が悪い中での迅速な2次避難を可能にしたのも、普段からの消防団との信頼関係が奏功したものでした。



訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

## 参考

### 企業（事業所）との連携 ～神戸市長田区真野地区防災福祉コミュニティ～

真野地区防災福祉コミュニティがある神戸市長田区は、中小の工場が密集している地域で、阪神・淡路大震災では大規模火災などにより甚大な被害が発生しました。当時、真野地区でも火の手が上がりましたが、地域住民と地元企業の社員が一緒になってバケツリレー等消火活動にあたり、被害を最小限に食い止めました。

その他にも、この企業は、地域住民からの要請により企業内にあった体育館を避難所として開放し、多くの住民を受け入れました。

この企業では、震災を教訓として毎年1月17日を「防災の日」と定め、総合防災訓練を実施していますが、現在でも、真野地区防災福祉コミュニティは訓練に参加し、社員と連携しながらバケツリレーなどを行っています。

こうした真野地区防災福祉コミュニティと地元企業の連携は、地域と企業がお互いによく知り合っている存在だからこそ、協力しながら地域防災力の向上を図っています。



こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

## 参考

### 学校との連携 ～加古川市東神吉団地町内会～

加古川市営の住宅団地で構成される東神吉団地町内会は、全住民のうち高齢者が1/3以上を占め、歩行困難者もいるなど高齢化が進展しています。このため、災害が発生する日時によっては、たとえ救助活動はできなくても、住民同士が助け合い、避難行動を起こすことを目標に、重点的に要援護者支援を含んだ避難訓練を積み重ねています。

町内会では、近隣にある高校を避難場所として計画しており、毎年、生徒が要援護者の避難誘導をするなど合同訓練を実施しています。高校でも町内会との合同訓練は、授業の一環として取り組んでおり、災害時には生徒が即戦力として大きな力が発揮できるよう地域で連携を深めています。



よりよい訓練にするために

# こんな活動を参考にしてみよう！

## ・災害時の活動や先進的な訓練事例

### 災害事例から学ぶ① ～平成30年7月豪雨「犠牲者ゼロ」の避難行動～

#### ー岡山県総社市下原地区の避難行動ー

##### 1 岡山県総社市下原地区の概要

人口350人余りが暮らす岡山県総社市下原地区は、平成30年7月豪雨で甚大な被害を受けた倉敷市真備町に隣接しています。

下原地区は、岡山県三大河川の高梁川とその支流の小田川や新本川に囲まれ、明治時代には高梁川が決壊し、30人超の犠牲者をだした歴史もあります。

下原地区の自主防災組織は東日本大震災後に結成されており、組織としての活動歴は比較的短いものの、過去の災害の教訓から危機意識が高い地区です。



##### 2 全戸避難までの自主防災組織の主な活動

時刻		主な活動等
6日	16時	○水害に備え、自主防災組織役員の打合せ実施
	21時35分	○総社市に大雨特別警報が発令
	22時30分～	○2回目の自主防災組織役員打合せ。軽トラに設置した拡声器で、全戸に2階への垂直避難などを呼びかけ
	23時35分	○アルミ工場爆発 爆風で民家等の窓ガラスが割れ、負傷者数十人
	0時35分～	○地区にいた全住民約300人の避難開始
7日	4時30分	○全住民の避難完了



アルミ工場の爆発跡



火災・爆風による周辺民家の損壊



# —平成30年7月豪雨・大阪府北部地震等における避難所運営—

### 1 避難所運営について

災害発生直後は、被災市町や避難所となる施設を管理する学校の教職員等が中心となって避難所運営の役割を担いますが、速やかに、避難者自らが主体的に避難所運営を行っていくことが求められています。

このため、平常時から自主防災組織は市町や地域、学校等と連携し、避難所運営の体制を整備することが重要です。

ここでは、実際の災害で開設された避難所を参考に、自分の地域の避難所運営について振り返り、今後の訓練にも取り入れていきましょう。

### 2 間仕切り、段ボールベッド等による居住環境の整備（7月豪雨災害・岡山県倉敷市）

災害発生直後の避難所は、生命身体の保護が最優先されますが、時間の経過とともに、避難所は生活場所としての性格が強まります。このため、暑さ・寒さ対策や炊事、洗濯等の設備のほか、プライバシー、健康への配慮等が必要です。

避難所生活が長期化することも考えられるので、災害発生直後から居住環境の整備に取り組みましょう。

7月豪雨災害でも、段ボールベッドや間仕切りが導入された避難所があり、雑魚寝が解消されるなど、避難所における居住環境の改善に配慮がなされています。



ブルーシート・アルミ断熱シートを  
活用した避難所

比べてみましょう



段ボールベッド等を整備した避難所



### 3 女性等に配慮した避難所 (大阪府北部地震・大阪府茨木市)

更衣室や授乳等の場所は、付随する更衣室の利活用や適切な他の場所を確保することが推奨されます。場所に余裕がない場合は、一部を区分して設置することもやむを得ませんが、安心・安全面を考慮して、可能な限り共同スペースから分離しましょう。写真の例では、体育館の舞台を利用し、女性更衣室、授乳所を確保しているほか、体育館角におむつ替えコーナーも設けています。

なお、男女別トイレの確保、人目につきにくい女性の洗濯・物干し場所の設置、女性向け物資 (衣類・生理用品等) の配布などにも配慮しましょう。



女子更衣室・授乳所



おむつ替えコーナー

### 4 ペット同行避難について、予め地域で考えておきましょう (熊本地震)

熊本地震では、車中泊が課題の一つとしてクローズアップされましたが、その理由として「屋内が怖い」、「避難所生活がストレスになる」などが考えられます。しかし、その他にも、「ペットがいる」ため、避難所に行けない、または行かない場合があります。

熊本地震に限らずこれまでの災害でも、ペットの鳴き声、糞の放置や毛の飛散、ペットフードがないなどが問題となり、避難所でトラブルが発生していますが、ペットの同行避難や避難所での飼養等は、平常時から地域で考える機会が少なく、実際に被災してから困ってしまうケースが多くなっています。

ペットの同行避難や避難所での飼養については、飼い主が気をつけなければいけないことも多く、その対策をまとめた環境省の「災害、あなたとペットは大丈夫？」などを参考に、平常時から、地域でペット同行避難訓練や避難所運営訓練を実施するなど、予め対策や問題点を話し合っておきましょう。

参照：[http://www.env.go.jp/nature/dobutsu/aigo/2\\_data/pamph/h3009a.html](http://www.env.go.jp/nature/dobutsu/aigo/2_data/pamph/h3009a.html)



## 外国人等にも配慮したやさしい日本語で！

☆避難所には、外国人の方なども避難されます。写真は、避難所で掲示されたメッセージですが、日本語を学び始めた外国人には難しい場合があります。例えば、ひらがなをふったり、「極楽湯営業開始」を「お風呂に入れます」など、やさしい日本語に置き換えてみましょう。



## 「ひよどり地区防災福祉コミュニティ夜間防災訓練」 (ひよどり地区防災福祉コミュニティ)

### 1 ひよどり地区防災福祉コミュニティの概要

ひよどり地区防災福祉コミュニティは神戸市兵庫区の北西部に位置し、平成10年の台風第7号、平成11年の梅雨前線による豪雨で浸水被害を受けた経験があります。この災害を教訓に、隣接する防災福祉コミュニティとの連携を大切にして、毎年、ひよどり地区を含む4地区合同での防災訓練を実施しています。

また、ひよどり地区では、バルコニー隔て板破壊体験訓練などの目新しい訓練にも積極的に取り組んでいますが、大切な訓練こそ繰り返し実施する方が良いとの考えのもと、要援護者支援訓練や消火器取扱い訓練、AED取扱い訓練などを何度でも実施する、真面目な自主防災組織です。

### 2 ひよどり地区防災福祉コミュニティの特長～幅広い年齢層の方が防災活動に参加！～

ひよどり地区防災福祉コミュニティでは、地域内の学校のPTAと生徒たちを活動に呼び込むことに力を入れています。常日頃から地域の学校行事に参加し、お互いに顔が見える関係の構築に努め、その甲斐もあって、PTAの方には、子どもが学校を卒業してからも、継続して防災活動に参加してもらっています。

また、毎回の防災訓練には、地域の中学生にも参加してもらい、要援護者支援訓練などでは、大人を乗せたりヤカーを避難所までの上り坂でも引っ張ってもらうなど、多くの自主防災組織が抱える人材不足の問題解決にも積極的に取り組み、幅広い年齢層での防災活動を実践しています。



### 3 夜間防災訓練の取り組み

平成10年の結成以降、毎年、様々な防災訓練を実施してきたひよどり地区防災福祉コミュニティでも、これまで夜間の防災訓練は実施したことはありませんでした。

このため、夜間の災害発生に備え、平成30年度は、新たな取り組みとして夜間防災訓練を実施しました。

訓練当日は生憎の雨模様で、合羽を着用しての訓練実施となりましたが、夜間に加え雨天も体験する、貴重な訓練となりました。



訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 4 訓練の概要

### (1) 日時

平成30年9月29日(土) 16時30分～19時30分

### (2) 参加者

夢野中学校防災ジュニアチーム、地域の小・中学校PTA、兵庫県防災士会、兵庫消防団第2分団、神戸市消防局兵庫消防署 他

### (3) 訓練内容

時間	内容等
16時30分	○各ブロック毎に集合し、夢野中学校(避難所)まで、担架・車椅子・リヤカーなどで避難行動を開始
17時30分	○訓練開会式
17時45分	○訓練開始 <ul style="list-style-type: none"> <li>・仮設トイレ組立</li> <li>・初期消火訓練</li> <li>・AEDによる心肺蘇生</li> <li>・三角巾を使った怪我の手当て</li> <li>・防災クイズ</li> <li>・防災グッズづくり 等</li> </ul>
19時20分	○炊き出し訓練の豚汁など非常食配布訓練



## 5 訓練の成果や今後の展望

### (1) 昼間と夜間の違いを体験

昼間と夜間では、同じ訓練内容でも準備する資機材などが違います。今回の夜間防災訓練では、普段実施していた昼間の活動との比較ができ、夜間に必要な防災資機材の確認もできました。

### (2) 訓練のモットーは「楽しみながらやる」

ひよどり防災福祉コミュニティでは、まず、自分や家族の安全を確認し、余裕があれば活動にうつすというスタンスを大切にしており、これからも気負わず「楽しみながら活動していきたい」と考えています。



## 夜間訓練を実施してみよう！

災害は、昼間だけではなく夜間にも発生します。夜間は、手元・足元が見えにくい中での災害対応となり、昼間とは勝手が異なります。

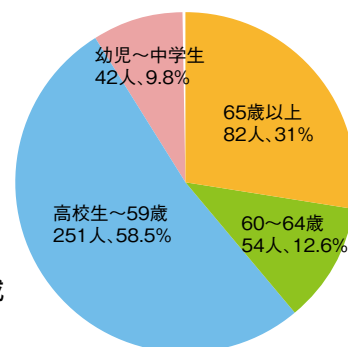
また、昼間と夜間では地域にいる人も違います。昼間の訓練には参加できない人が参加できるなど、新たな「気付き」もあるので、夜間訓練を実施してみましょう。

## —近隣地域と連携したマンションの防災訓練— (近隣地域と連携したマンションの防災訓練)

### 1 コスモシティ尼崎の概要

コスモシティ尼崎(176世帯・429人、15階建(平成29年4月現在))は、居住者の約6割を高校生から59歳までが占めており、平日の昼間は、災害時に中心となって活動できる人材が少ないという悩みを抱えています。

このため、一人しかいないマンションの管理員に頼るのではなく、マンションの居住者みんなで「災害に強いマンションづくり」に取り組んでいます。



マンション居住者の構成  
(平成29年4月現在)

### 2 アンケート調査による課題把握

平成28年度には、マンション居住者の実態把握のため「緊急時における安否確認等希望に関するアンケート」を実施し、「安否確認」及び「避難時における介助」を希望する世帯を確認しました。

さらに、安否確認等を希望した世帯に対して2次アンケートを実施し、昼間は高齢者一人、母親と幼児だけになるなどの「咄嗟の行動ができない、多分できない」世帯も特定していきました。

### 3 課題解決に向けたユニークな訓練計画やマンションの周辺住民等との連携

平成29年度には、マンション内に子どもたちだけでいる時間が多いことも想定し、小学生及び中学生を対象にしたユニークな訓練を企画し、消防職員との火災通報訓練や子どもたちによる炊き出し訓練を実施しました。

また、平日の昼間にマンション居住者が減少することへの対策の一つとして、マンションの周辺住民や近隣の県立高校に声をかけ、防災学習会や防災訓練等を計画・実施するなど、地域全体で協力しながら災害に対応できるような連携にも取り組んでいます。



## 4 訓練の概要

### (1) 日時

平成30年10月21日(日) 10時～12時

### (2) 参加者

コスモシティ尼崎、周辺住民、県立尼崎小田高等学校、ひょうご防災特別推進員、まいにち株式会社、尼崎東消防署常光寺出張所、尼崎市南部保健福祉センター、尼崎市小田南地域包括支援センター、尼崎市役所

### (3) 訓練内容

#### ①火災通報訓練

これまで管理事務室で行っていた訓練を改め、訓練参加者に「見える化」を図り、スマートフォンのスピーカー機能を利用して消防職員との会話を会場内に放送。

#### ②仮設トイレ、簡易トイレの設置・体験訓練

仮設トイレや簡易トイレの仕組みや使用方法を学習するとともに、便器にビニール袋を装着し、座り心地等を体験。

#### ③非常用持ち出し品の重量体験

参加者が考えている非常持ち出し品の重量を水が入ったペットボトルに置き換え、リュックサックに背負い、歩く・走るなどを体験。

#### ④炊き出し訓練

マンションが所有する羽釜（7升炊）を利用した炊き出し。



## 5 訓練の成果や今後の展望

### (1) 「救助される人」から「救助する人へ」

コスモシティ尼崎では、自分を守る「自助」が、家族や隣人を助けることにつながり「共助」のベースになると考えています。引き続き、様々な訓練に取り組み「救助される人」から「救助する人」を増やし、災害に強いマンションを目指します。

### (2) 周辺住民の受け入れ体制の整備

地域全体で災害に対応するため、今後は、コスモシティ尼崎が周辺住民の避難先としても機能できるよう、地域全体で協力しながら整備体制を検討していきたいと考えています。

ちょっと  
アドバイス

## マンションの強みと弱みを知ろう！

一般的にマンションは耐震性や耐火性に優れており、集会場などを使用できる強みがあります。

その反面、エレベーターの停止により、人や物の高・低層階等への移動が困難になったり、エレベーター内での閉じ込め者も発生します。

その他にも、バルコニーの落下、受水層の被害、ドア枠変形により脱出ができないといった弱みもあるので、マンションの特性を理解し、必要な備えを準備しておきましょう。

## 「避難訓練に参加できない高齢者」の避難訓練

### 1 高知県黒潮町の概要

高知県黒潮町は、東日本大震災以降に内閣府が公表した南海トラフ巨大地震の被害想定で、日本一高い34.4mの津波がおしよせ、町内61集落のうち40集落が津波被害の可能性があると現実がつけつけられた人口約1万人の太平洋に面した町です。

公表後には「町が消える」とも報道され、町外への人口流出が加速化するなど、町民の間でも避難をあきらめるムードが漂いました。



### 2 「犠牲者ゼロ」を目指して

避難放棄者を多く生み出す危機感から、黒潮町は「犠牲者ゼロ」を目指して、津波タワーの建設等のハード整備や町民を巻き込みながらの戸別津波避難カルテづくり、避難訓練など、様々な対策に取り組んでいます。

#### ○戸別津波避難カルテ

基礎的状況の把握として全住民の避難行動調査し、対象となる全3,791世帯の「戸別津波避難カルテ」を作成しました。

カルテには、家族構成、自力（家族）避難の可否、避難先と所要時間、徒歩や自動車などの避難方法、助け合いができるご近所などの情報が記載されています。



### 3 避難訓練に「参加しない」ということ ～訓練に無関心ではない～

黒潮町に限らず、どこの地域の避難訓練でも「参加者が少ない」「参加するメンバーがいつも同じ」といった悩みを抱えています。

黒潮町でも避難タワーへの避難訓練を実施していますが、朝9時の発災想定時間には、すでにタワーに避難が完了している方もおられるそうです。こうした方の多くは高齢者で、「発災後に避難行動を開始しても、若者と違って早く歩けないので、皆に迷惑をかけてしまう」という理由からの行動でした。

矢守教授（京都大学防災研究所）は、「この事例は、訓練に参加できるだけ、まだ元気な方々であり、中にはベッドから起き上がること、玄関にでることすら難しい方が多く、訓練に無関心だから「参加しない」のではなく、何らかの制約があり「参加できない」のでは」と言います。



#### 4 避難訓練に「参加できない」高齢者の避難訓練 ～玄関にできること～

通常の避難訓練は、指定された避難場所まで徒歩や車椅子等の何らかの手段で避難行動をすることがほとんどです。

黒潮町でもこうした避難訓練は熱心に取り組んできましたが、避難訓練に「参加できない」高齢者に対して、避難をあきらめずに行動してもらえるように、これまでは関心を向けていなかった屋内避難訓練に取り組んでみました。

訓練は、居所（ベッド等）から玄関に出るだけの簡単なものですが、起きるのがやっとの当事者にとっては重労働です。しかし、この屋内避難訓練の実施は、避難訓練に「参加できない」高齢者にとっては、地域に見捨てられていないと感じていただけ、避難をあきらめずに行動するという意識の回復につながりました。一方、地域にとっても、玄関先まで避難してくれれば助けられるのではないかという想いを再認識するものでした。



玄関先までの避難訓練

#### 5 屋内避難訓練の副産物 ～室内安全対策～

屋内避難訓練を実施するにあたり、高齢者の屋内における避難経路の検証を行いました。例えば、避難経路を塞ぐ家具の転倒防止がされていないこと、階段に手すりをつければ避難しやすくなることなどが判明しました。

こうした室内安全対策も避難訓練と同じで、高齢者は「やらない」のではなく「やれない」ものです。

黒潮町や隣の四万十町では、地域ぐるみで室内安全対策にも取り組んでおり、町の電気屋さんや大工さんが子どもたちと一緒に高齢者宅を訪問し、家具転倒防止器具の取り付けなどを手伝っています。



### 「セカンドベスト」を目指そう！

「屋内避難訓練」（玄関先まで訓練）のココロは、「セカンドベスト」（次善）です。もちろん、高台や避難タワーまで逃げるのが「ベスト」（最善）です。

しかし、せめて「セカンドベスト」だけでも実現していれば助かったケースも目立ちます。津波のとき、玄関先まで出れば近隣の方の援助も受けやすいでしょう。あるいは、最近相次ぐ豪雨災害、例外はありますが、多くの方が1階で犠牲になっています。「2階に逃げる意識さえもっていれば…」、「元気なおばあちゃんが足の悪いおじいちゃんを助けて2階へ逃げる訓練をしていれば…」と悔やまれることも多いです。最初からベストをねらわず、まずセカンドベストを目指しませんか。

# 自主防災組織のあり方を 考えてみよう！

## ・自主防災組織の体制強化

### 自主防災組織体制強化等モデル事業での取り組み

#### 1 自主防災組織体制強化等モデル事業の目的

兵庫県では、高齢化の進展やコミュニティの希薄化などにより、自主防災活動が低調な組織や体制が脆弱な組織の活性化を図るため、2016～2017年度の2年間にわたり、モデル事業として芦屋市、上郡町が実施する組織再編などによる自主防災組織の体制強化への取り組みを支援しました。

この事業の取り組みを参考に、単独では活動が困難な自主防災組織や、困難になることが予想される組織は、解決の一方策として、近隣地域との連携も考えてみましょう。

#### 2 芦屋市・上郡町の取り組み概要

	芦屋市	上郡町
事業取り組み前の主な課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自主防災組織の活動格差解消</li> <li>○自主防災組織未結成地域の解消</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢化等により活動低調な自主防災組織の建て直し</li> <li>○過疎化等の将来を見据えた自主防災組織の体制づくり</li> </ul>
課題を踏まえた取組方針	<p>自主防災組織の活動格差解消を目指す一部地域(9自治会)をモデル地域に選定し、地区防災計画を策定 (モデル地域に隣接する自主防災組織未結成地域の取り込みも考慮)</p>	<p>自主防災組織活性化検討委員会(自主防災組織代表・学識経験者・消防団・行政・防災リーダー)による、自主防災組織活性化方策の検討と実践</p>
1年目の主な取組	<p>【モデル地域住民の防災意識の向上等に係る連携活動】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○地区防災計画策定等に係る検討会</li> <li>○モデル地域、隣接未結成地域での合同防災訓練</li> </ul>	<p>【委員会による活性化方針の検討】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○自主防災組織活性化検討委員会の協議により、自主防災組織再編等を町に答申</li> </ul>
2年目の主な取組	<p>【地区防災計画づくりに向けた取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○モデル地域での危険箇所や避難経路等の確認に係るまち歩き</li> </ul>	<p>【人材育成や地区防災計画づくり】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○再編予定組織を見据えた防災リーダー育成に係る研修会への参加</li> <li>○地区防災計画策定に向けた協議</li> </ul>
事業成果	<p>活動が活発な自主防災組織を中心としたモデル地域全体での防災力の底上げ</p>	<p>町全域における自主防災組織の再編(107組織→7つの連合組織)に着手</p>



ちょっと  
アドバイス

### 自主防災組織の体制を考えてみましょう

少子・高齢化の進展等を見据え、現在、活動が活発な自主防災組織でも、将来の自主防災組織の姿を考えてみましょう。モデル事業を実施した芦屋市や上郡町の取り組みも参考にしながら、それぞれ地域の事情にあわせて体制強化に取り組んでいくことが大切です。



## 1 芦屋市の現状

芦屋市では、現在67の自主防災組織が結成されています。そのうちの多くの自主防災組織は、積極的に防災訓練や研修を実施するなど、熱心に自主防災活動に取り組んでいますが、一部には訓練未実施組織などもみられ、自主防災組織間での活動格差が生じています。

また、自主防災組織が未結成の地域もあり、その解消が課題となっています。

## 2 自主防災組織未結成地域の解消等を目指して

今回の自主防災組織体制強化等モデル事業では、以前から自主防災活動を広域的に実施している9つの自主防災会で構成された連合体を中心に、隣接する組織未結成地域も対象として、①自主防災組織間の活動格差の解消、②隣接する組織未結成地域を巻き込んだ取り組みに視点を置いて、モデル地域共同での地区防災計画の策定等を通じた課題解決を目指しました。

## 3 活動が活発な自主防災組織が中心とした事業連携の取り組み

この連合体では、毎年県北部から雪を取り寄せ、砂に見立てて土のうづくりをするなどの防災イベントに取り組み、誰もが気軽に参加できる場づくりに努めていたことから、自主防災組織未結成地域には、まず、この防災イベントに参加してもらえよう、小学校を通じて案内チラシを配布しました。その結果、未結成地域からの参加も実現し、モデル地域全体で連携していくきっかけをつくりました。

また、合同での防災講演会やワークショップなどを通じて、連合体での計画策定を進めたものの、各地域により備えるハザードが異なることから、一旦、各地域でまち歩きなどを実施し、連合体としての防災マップづくりを行いました。

## 4 モデル地域全体での防災力の底上げ

事業実施期間の2年間では、共同による地区防災計画の完成等の目に見える結果には至りませんでした。しかし、活発な活動をしている自主防災組織が中心となって、連合体での防災マップの作成等を通じて、活動が低調気味であった地域の防災活動の機運も高まり、地域全体での防災力の底上げにつながるなどの成果がみられました。モデル地域でこうした取り組みを重ねることにより、現在では、未結成地域での避難訓練の実施にもつながっています。

モデル地域では、大規模災害に備えるためにも、将来的には組織再編等も視野に入れながら、引き続き、連携事業に取り組んでいきます。



訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 1 上郡町の現状

上郡町では、阪神・淡路大震災を契機に自治会単位で自主防災組織を結成し、平成11年4月に組織率100%を達成しました。

しかし、高齢化や過疎化の進展等により、防災訓練の実施や参加が低調になり、組織そのものが機能していない地域があるなどの課題が顕在化していました。さらに、将来的にも高齢化等の加速が予想され、こうした状況に強い危機感を持った上郡町では、平成27年、地域全体で自主防災組織を支える仕組みを検討する「上郡町自主防災組織活性化検討委員会」を立ち上げました。

## 2 自主防災組織活性化検討委員会の概要

### (1) 構成員

自主防災組織代表、ひょうご防災リーダー、防災士、消防団、上郡消防署、町議会、役場、県 等

### (2) 主な取り組み内容

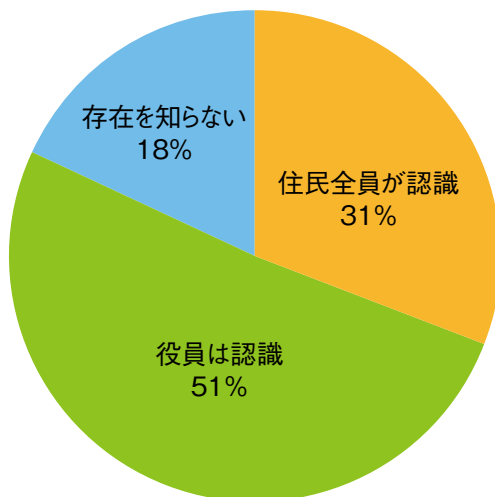
- ・委員会 (6回)
- ・ワーキング会議 (2回)、
- ・全107自主防災組織のヒアリング調査 (2回) 等



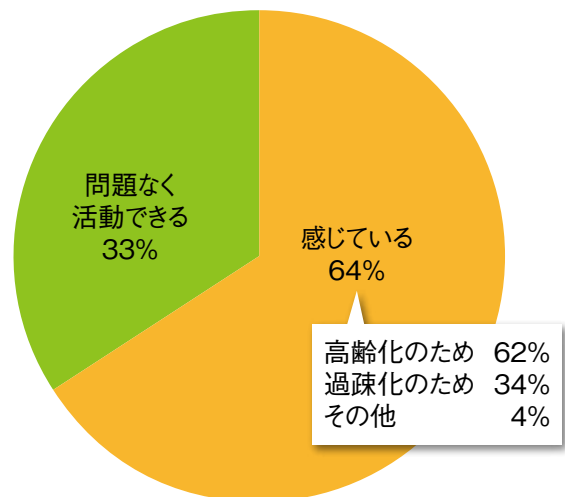
## 3 自主防災組織のヒアリングからみえてきたこと

地域の現状把握を行うため、委員会では自主防災組織のヒアリングを実施しました。ヒアリングは、主に地域コミュニティの状況、自主防災組織の活動などを中心に、全部で107ある自主防災組織の会長等から話を伺いましたが、そこから見えてきたのは自主防災組織への関心の低さや将来の不安でした。

自主防災組織の存在認識



今後10年以内に自治会運営が困難になるため、新しい組織再編は必要か？



#### 4 上郡町の長所が壁 ～地域コミュニティの強さ～

ヒアリングでは、その他にも「高齢化のため実働的な活動ができない」、「自治会内に避難場所がない」、「災害時要援護者を把握しているが、避難手順は決めていない」などの課題も明らかになりました。

委員会では、これらの課題を解決していくためには、単独自主防災組織での活動には限界があり、組織を統合した再編が活性化に向けた一方策として提案されたものの、上郡町の長所であるコミュニティの強さが意外な壁となり、議論が膠着しました。

##### 組織統合への主な反対意見

- 隣近所は顔見知りだから、いざというときは大丈夫
- 助け合いは近所が基本
- 活動範囲が広がる（地域が被災していなくても、活動しないといけない）等

#### 5 自主防災組織統合による再編へ

一時は、コミュニティが健在で現在は活動できていることなどを理由に組織再編には前向きになれなかった委員もいましたが、何度も議論を重ねていく中で、「自主防災組織を統合しても助け合いは近所が基本であることには変わりはなく、近所でできないことを地域全体で支えてもらう」、「活動できると言っている自分自身が、いつまでも活動できない」など、上郡町の将来を見据えるようになり、自主防災組織を統合する方針で委員の意見がまとまりました。

この方針を受け、地域特性を踏まえながら107組織を7組織に再編するための取組みが地域全体で進められています。



### 自主防災組織体制強化推進事業

県では、芦屋市、上郡町の取組みを踏まえ、活動が低調な自主防災組織等の活性化を図るため、複数の自主防災組織が連携して行う訓練について、市町を通じて助成を行っています。

(要援護者支援訓練等に取り組む場合は、加算支援します。)

#### 【お問い合わせ先】

兵庫県企画県民部災害対策局消防課  
TEL：078-362-9819

### 自主防災組織強化支援事業

ひょうご安全の日推進県民会議では、特色ある防災訓練等の実施や防災資機材の整備について、2019年度から助成を行います。

#### 【お問い合わせ先】

ひょうご安全の日推進県民会議事務局（兵庫県消防課内）  
TEL：078-362-9819

# よりよい訓練にするために

## ・災害情報の入手と事故への備え

### 1 災害情報の入手

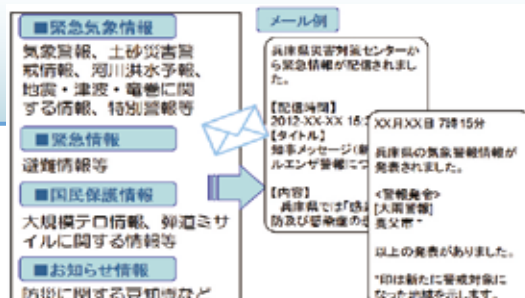
#### ○ひょうご防災ネット・ひょうごEネットについて

「ひょうご防災ネット」は、携帯電話のメール機能やホームページ機能を利用して、あらかじめ登録された皆さんに、兵庫県や市町から、緊急度の高い情報や、地震、津波、気象警報など防災に関する情報をメールやウェブサイトを通じて配信するシステムです。

また、「ひょうごEネット」では外国の方向けに気象警報や各市町が発信する緊急情報等の内容を、12言語の翻訳ページにリンクで誘導します。

#### ○ひょうご防災ネットアプリについて

2019年からひょうご防災ネットのスマートフォン向けアプリの運用を開始する予定です。アプリには、マイ避難カード（あらかじめ自らの逃げ時や避難場所を記録しておく、自ら設定した逃げ時の情報が発令された際、自動的に避難のタイミングであることが画面に表示され、避難行動をとるタイミングがわかります。）やSNSを活用した情報拡散などの新しい機能が追加されます。



登録を希望される方は、普段身に付けている携帯電話等から<http://bosai.net>にアクセス



### 気象予測情報を活用しましょう

県では「地域別土砂災害危険度」<sup>(※1)</sup>、気象庁では「台風情報」<sup>(※2)</sup>や「大雨警報（浸水害）の危険度分布」、「洪水警報の危険度分布」等で今後の見込みを含む情報をホームページで公開しています。これらの情報を活用し、命を守るため、危険な状況になる前に避難行動を開始しましょう。

(※1) <http://sabo.civil.pref.hyogo.lg.jp/chikidosya/>

(※2) <https://www.jma.go.jp/jp/typh/>

なお、「大雨警報（浸水害）の危険度分布」、「洪水警報の危険度分布」は上記(※2)のページからアクセスできます。



#### ○「兵庫県CGハザードマップ」について

防災意識の向上を図り、災害時に県民がより的確に行動できることを目指し、ハザードマップやリアルタイム情報等を取りまとめた「CGハザードマップ」をホームページで公開しています。

<http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>

#### 【平時】

- ①5つの自然災害（洪水、土砂災害、津波、高潮、ため池災害）の浸水エリアや危険箇所、避難に必要な情報を表示。※見たい地点を簡単に検索可能。

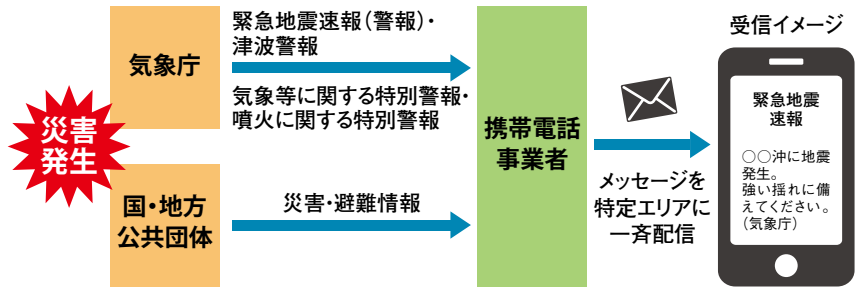


- ② 駅や公共施設等の主要地点において、災害危険度のイメージCG等で確認。
- ③ 災害の恐ろしさや避難時の留意点等を学ぶ「防災学習」を掲載。
- ④ 作図機能を用い。地域の防災マップの作成が可能。

- 【災害時】
- ① 災害時に役立つリアルタイム情報（雨量、河川水位、カメラ画像等）や避難所情報を表示。
  - ② 気象情報に加え、各種観測情報（河川、道路、土砂災害、潮位）を一元的に提供。

○「緊急速報メール」について

国や地方公共団体による災害・避難情報等を、回線混雑の影響なく、特定のエリア内の対応端末（スマートフォン、携帯電話等）に一斉に配信する、携帯電話事業者が無料で提供するサービスです。



## ひょうご防災リーダー（講座）について

### ひょうご防災リーダー講座とは

地域防災の担い手となる自主防災組織等のリーダーを育成するため、おおむね10月から3月までの半年間のうち12日間、実践的なカリキュラムの講座を兵庫県広域防災センターで開講しています。特に、地域で実践できる災害対応図上演習や防災クロスロードゲームなどのワークショップ型の研修、地域防災訓練への参加等を取り入れるなどバラエティーに富んだ内容となっています。

講座修了者は知事名の修了証と「ひょうご防災リーダー」の称号が授与され、また日本防災士機構が認定する防災士の受験資格が付与されます。

### 約2,800人（2018年度末）の防災リーダーのスキルを活用しよう！

2018年度末現在でひょうご防災リーダーは約2,800人を数えます。現在、市町等の防災訓練のサポーターとして活動されている方もおられますが、地域の防災活動に貢献できる方はまだまだ多くおられると思います。防災訓練のアドバイザーや地域で中核となって活動する方が必要なときは、市町防災担当課にお問い合わせください。

### みなさんの地域からひょうご防災リーダーを

みなさんの地域の自主防災組織に所属している方がこの講座を受講されれば、活動の力強いサポート役となり、自主防災組織の活性化につながると思います。是非とも受講をお勧めします。毎年7月頃に受付をしていますので、詳しくは兵庫県広域防災センター防災教育担当（0794-87-2920）にお問い合わせください。



## 防災資機材の無償貸付を利用してみよう！

兵庫県では、市町がひょうご防災リーダーを登用して行う自主防災組織の訓練に対して、防災資機材を無償貸付しています。防災リーダーと一緒に訓練を試みましょう。

無償貸付する防災資機材	設置場所
スタンドパイプ訓練装置、スタンドパイプ	県災害対策センター、北播磨県民局
煙体験テント、スモークマシーン	阪神北県民局
災害避難所用間仕切り	阪神南、東播磨、淡路県民局（センター）
リヤカー・訓練用人形	中播磨、西播磨、但馬、丹波県民局（センター）

〈お問い合わせ先〉兵庫県企画県民部災害対策局消防課（078-362-9819）

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## 2 事故がおきたら～訓練中にケガをした場合の対応など

訓練中に転んでケガをした!このような場合に備えてボランティア保険に加入することをお勧めします。その他の制度についても紹介します。

### 1 はじめに

阪神・淡路大震災の教訓をもとに、県内で多くの自主防災組織が結成され、さまざまな防災活動が行われています。

これらの活動時に事故が発生した場合はどうすればよいのでしょうか。事故をおこさないようにすることが第一ですが、もし事故が起こった場合の対応について、あらかじめ知っておくことも大切です。

### 2 事故を起こさないために

訓練などを実施する時は、

- ヘルメットや手袋を着用し、ケガをしにくい服装をする。
- 火気の取扱いや資機材の取扱いにも注意する。
- 訓練会場周辺の状況にも注意する。
- あらかじめ、どのような活動が危険なのか話し合っておく。
- 無理をしない、無理をさせない。

などを心がけましょう。



### 3 事故が起きたら

- ケガ人等の応急処置をする。
  - 二次災害を起こさない。
  - 救急箱やAEDなどを準備しておくとともに、応急処置の知識を身につけておく。
- などの体制をとっておくことも必要です。

### 4 ボランティア保険の活用

万が一の事故に備えてボランティア保険に加入しておく、いざという時に安心です。

#### ■兵庫県ボランティア・市民活動災害共済

ボランティア活動中の事故を補償するもので、「傷害補償」「賠償責任補償」「死亡見舞金」をセットにした保険です。

加入対象者は、兵庫県社会福祉協議会及び各市区町社会福祉協議会に登録された団体及び個人ボランティアに限ります。掛金は1名につき500円で、補償期間は翌年3月31日までです。

〈お申し込み・お問い合わせ先〉最寄りの社会福祉協議会ボランティアセンター

訓練を始める前に、これだけは知っておこう！

さあ、訓練をやってみよう！

こんな活動を参考にしてみよう！

自主防災組織のあり方を考えてみよう！

よりよい訓練にするために

## ■兵庫県ボランティア活動等行事用保険

1日行事で活動中の事故を補償するもので「傷害保険」「賠償責任保険」がセットされています。加入資格者は行事主催団体・被保険者が次の場合です。

### ○行事主催団体

兵庫県社会福祉協議会及び各市区町社会福祉協議会に登録されたボランティア・市民活動団体

### ○被保険者（補償の対象者）

傷害保険：行事主催団体が主催する行事の参加者等

賠償保険責任：行事主催団体

掛金は会合や講習会などは1名につき50円、消火訓練や避難訓練、防災訓練は1名につき207円です。また宿泊を伴う行事についても掛金は変わります。

〈お申し込み・お問い合わせ先〉最寄りの社会福祉協議会ボランティアセンター

## ■防火防災訓練災害補償等共済制度

市町や自主防災組織などが行う防火防災訓練において、訓練参加者が訓練に起因する事故により傷害を受けた場合に市町等が行う補償等に対して、てん補金を支払う共済制度です。

（公財）日本消防協会が実施されている共済制度で、加入者は市町です。加入市町が、防火防災訓練で発生した不慮の事故による被害者に対し責任をもって補償する訓練が対象になります。

自主防災組織が主催する防火防災訓練であっても、事前に市町または消防機関へ訓練計画書を届出して市町または消防機関が認めたものは、てん補の対象となりますので、訓練の実施が決まれば市町や消防機関に相談してください。

これら以外にも損害保険会社にレクリエーション保険や行事保険といった保険の活用について問い合わせてみるのもよいでしょう。



## 兵庫県住宅再建共済制度（フェニックス共済）

「兵庫県住宅再建共済制度（フェニックス共済）」は、阪神・淡路大震災の経験・教訓を踏まえ、災害後の速やかな住宅再建を支援するため、自然災害で被害を受けた住宅を再建する際に最大600万円の給付を受けられる「助け合い」の制度として創設したものです。

いざというときのわが家の安全・安心のために、ぜひご加入ください！

（裏表紙にも詳細を掲載しています）

【住宅再建共済】年額5,000円の負担で再建・補修時等に最大600万円を給付

区分	全壊	大規模半壊	半壊	損害割合10%以上20%未満 (一部損壊特約加入者のみ)
建築・購入	600万円			25万円
補修	200万円	100万円	50万円	

【家財再建共済】年額1,500円の負担で家財の購入・補修時に最大50万円を給付

区分	全壊	大規模半壊	半壊	床上浸水
購入・補修	50万円	35万円	25万円	15万円

## 県内市町 自主防災組織に関するお問い合わせ窓口

市長名	担当課室名	電話	FAX
神戸市	消防局予防部 予防課	078 - 322 - 5754	078 - 325 - 8525
尼崎市	危機管理安全局 災害対策課	06 - 6489 - 6165	06 - 6489 - 6166
西宮市	防災危機管理局 防災啓発課	0798 - 35 - 3092	0798 - 36 - 1990
芦屋市	都市建設部 防災安全課	0797 - 38 - 2093	0797 - 38 - 2157
伊丹市	消防局管理室 予防課	072 - 783 - 0799	072 - 783 - 4999
宝塚市	消防本部 予防課	0797 - 73 - 1953	0797 - 77 - 3951
川西市	総務部 危機管理課	072 - 740 - 1145	072 - 740 - 1320
三田市	危機管理課	079 - 559 - 5057	079 - 559 - 1254
猪名川町	企画総務部 総務課 危機管理室	072 - 766 - 8703	072 - 766 - 3732
明石市	消防局 予防課	078 - 918 - 5948	078 - 918 - 5983
加古川市	危機管理室	079 - 427 - 9717	079 - 424 - 3623
高砂市	企画総務部 危機管理室	079 - 443 - 9008	079 - 442 - 9577
稲美町	経済環境部 危機管理課	079 - 492 - 9168	079 - 492 - 7792
播磨町	危機管理グループ	079 - 435 - 0991	079 - 435 - 7901
西脇市	くらし安心部 防災安全課	0795 - 22 - 3111	0795 - 22 - 3515
三木市	危機管理課	0794 - 89 - 2370	0794 - 82 - 2278
小野市	市民安全部 防災グループ	0794 - 63 - 3387	0794 - 63 - 1093
加西市	総務部 危機管理課	0790 - 42 - 8751	0790 - 43 - 1800
加東市	総務財政部 防災課	0795 - 43 - 0402	0795 - 42 - 5055
多可町	生活安全課	0795 - 32 - 4777	0795 - 32 - 2661
姫路市	市町公室 危機管理室	079 - 223 - 9522	079 - 223 - 9541
市川町	総務課	0790 - 26 - 1010	0790 - 26 - 1049
福崎町	住民生活課	0790 - 22 - 0560	0790 - 22 - 5980
神河町	住民生活課	0790 - 34 - 0963	0790 - 34 - 1556
相生市	企画総務部 危機管理課	0791 - 23 - 7132	0791 - 22 - 6439
たつの市	総務部 危機管理課	0791 - 64 - 3219	0791 - 63 - 2594
赤穂市	市長公室 危機管理担当	0791 - 43 - 6866	0791 - 43 - 6892
宍粟市	まちづくり推進部 消防防災課	0790 - 63 - 3119	0790 - 63 - 3064
太子町	企画政策課 地域安全係	079 - 277 - 5998	079 - 276 - 3892
上郡町	住民課	0791 - 52 - 1115	0791 - 52 - 6490
佐用町	企画防災課 防災対策室 防災対策係	0790 - 82 - 0664	0790 - 82 - 0492
豊岡市	政策調整部 防災課 防災係	0796 - 23 - 1111	0796 - 24 - 5932
養父市	危機管理室 防災安全課	079 - 662 - 2899	079 - 662 - 7491
朝来市	危機管理室 防災安全課	079 - 672 - 6112	079 - 672 - 4041
香美町	防災安全課	0796 - 36 - 1190	0796 - 36 - 3809
新温泉町	町民課 環境防災係	0796 - 82 - 5621	0796 - 82 - 2970
篠山市	市民生活部 市民安全課 防災係	079 - 552 - 1116	079 - 554 - 2332
丹波市	生活環境部 くらしの安全課	0795 - 82 - 0250	0795 - 82 - 1821
洲本市	総務部 消防防災課	0799 - 22 - 3321	0799 - 24 - 1722
南あわじ市	危機管理部 危機管理課	0799 - 43 - 5203	0799 - 43 - 5303
淡路市	危機管理部 消防防災課	0799 - 64 - 2152	0799 - 64 - 2170



# 県下消防署一覧

※は、自主防災組織に対する窓口がない所です。  
窓口のある消防署または本部へお問い合わせください。

消防本部名	署所名	電話番号	F A X 番号	
<b>神戸市消防局</b> 電 話 (078)333-0119 F A X (078)392-2119	東灘消防署	(078) 843-0119	(078) 854-3119	
	青木出張所	(078) 412-0119	(078) 413-0119	
	六甲アイランド出張所	(078) 858-0119	(078) 857-5119	
	深田池出張所	(078) 854-0119	(078) 854-4119	
	灘消防署	(078) 882-0119	(078) 802-7119	
	青谷橋出張所	(078) 802-0119	(078) 861-9119	
	中央消防署	(078) 241-0119	(078) 261-1119	
	栄町出張所	(078) 351-0119	(078) 382-1119	
	山手出張所	(078) 360-0119	(078) 361-5119	
	兵庫消防署	(078) 512-0119	(078) 531-1119	
	運南出張所	(078) 681-0119	(078) 671-1119	
	北消防署	(078) 591-0119	(078) 594-1119	
	北神分署	(078) 981-0119	(078) 987-1119	
	有馬出張所	(078) 903-0119	(078) 903-1119	
	山田出張所	(078) 581-0119	(078) 581-1119	
	ひよどり出張所	(078) 741-0119	(078) 742-0119	
	長田消防署	(078) 578-0119	(078) 578-2119	
	大橋出張所	(078) 643-0119	(078) 643-2119	
	須磨消防署	(078) 735-0119	(078) 734-4119	
	板宿出張所	(078) 737-0119	(078) 732-4119	
	北須磨出張所	(078) 791-0119	(078) 792-2119	
	垂水消防署	(078) 786-0119	(078) 786-1119	
	塩屋出張所	(078) 753-0119	(078) 752-6119	
	高丸出張所	(078) 705-0119	(078) 705-3119	
	舞子出張所	(078) 782-0119	(078) 783-4119	
	西消防署	(078) 961-0119	(078) 961-1119	
	伊川谷出張所	(078) 974-0119	(078) 974-5119	
	押部谷出張所	(078) 994-0119	(078) 995-1119	
	水上消防署	(078) 302-0119	(078) 303-3119	
	消防機動隊	(078) 303-1192	(078) 302-8119	
	市民防災総合センター	(078) 743-3771	(078) 743-0119	
	<b>姫路市消防局</b> 電 話 (079)223-0003 F A X (079)222-8222	姫路東消防署	(079) 288-0119	(079) 288-8599
		御国野出張所	(079) 252-0119	(079) 252-2304
		豊富出張所	(079) 264-0119	(079) 264-6815
飾東出張所		(079) 262-0119	(079) 262-0120	
増位出張所		(079) 222-0119	(079) 222-0120	
姫路西消防署		(079) 294-0119	(079) 294-3279	
飾西出張所		(079) 266-0119	(079) 266-6307	
林田出張所		(079) 261-0119	(079) 261-0120	
飾磨消防署		(079) 233-0119	(079) 233-0129	
白浜分署		(079) 245-0119	(079) 245-0124	
広畑分署		(079) 239-0119	(079) 239-0499	
大的出張所		(079) 254-0119	(079) 254-6119	
家島出張所		(079) 325-0119	(079) 325-0131	
坊勢出張所		(079) 326-0119	(079) 326-0210	
網干消防署		(079) 273-0119	(079) 273-9992	
勝原出張所		(079) 274-0119	(079) 274-0019	
中播消防署		(0790) 23-0119	(0790) 22-0119	
夢前出張所		(079) 336-0119	(079) 336-1471	
香寺出張所		(079) 265-0119	(079) 265-0212	
北部出張所		(0790) 28-0119	(0790) 28-1535	
<b>尼崎市消防局</b> 電 話 (06)6481-0119 F A X (06)6482-1995	中消防署	(06) 6401-0119	(06) 6401-0481	
	三和分署	(06) 6412-0119	(06) 6412-0124	
	東消防署	(06) 6494-0119	(06) 6494-0689	
	常光寺出張所	(06) 6401-5119	(06) 6401-5122	
	西消防署	(06) 6411-0119	(06) 6411-0218	
	武庫分署	(06) 6431-0119	(06) 6431-3492	
	大庄出張所	(06) 6416-0119	(06) 6416-0129	
	北消防署	(06) 6421-0119	(06) 6428-5255	
	園田分署	(06) 6492-0119	(06) 6492-0199	
	塚口出張所	(06) 6422-0119	(06) 6422-0166	

消防本部名	署所名	電話番号	F A X 番号
明石市消防局 電 話 (078)921-0119 F A X (078)918-5983	明石市消防署	(078) 921-0119	(078) 918-5984
	朝霧分署	(078) 915-0119	(078) 918-5991
	中崎分署	(078) 918-0119	(078) 918-5113
	大久保分署	(078) 934-0119	(078) 918-5993
	江井島分署	(078) 946-0119	(078) 918-5994
	魚住分署	(078) 948-0119	(078) 918-5995
	二見分署	(078) 942-0119	(078) 918-5996
西宮市消防局 電 話 (0798)26-0119 F A X (0798)36-2460	西宮消防署	(0798) 23-0119	(0798) 32-0019
	北夙川分署	(0798) 74-0119	(0798) 73-3591
	鳴尾消防署	(0798) 49-0119	(0798) 43-1149
	浜分署	(0798) 22-0119	(0798) 22-8849
	瓦木消防署	(0798) 63-0119	(0798) 66-8286
	甲東分署	(0798) 54-0119	(0798) 51-5411
	北消防署	(0797) 61-0119	(0797) 61-1641
芦屋市消防本部 電 話 (0797)32-2345 F A X (0797)32-0119	山口分署	(078) 904-0119	(078) 903-3924
	芦屋市消防署	(0797) 32-2345	(0797) 32-0119
	高浜分署 ※	(0797) 34-0717	(0797) 38-0119
	東山出張所 ※	(0797) 32-6843	(0797) 32-6847
伊丹市消防局 電 話 (072)783-0123 F A X (072)783-4999	奥池分遣所 ※	(0797) 34-0119	(0797) 34-0519
	東消防署	(072) 772-0119	(072) 772-5119
	神津出張所	(072) 773-0119	(072) 773-0119
	南野出張所	(072) 784-0119	(072) 784-0971
	西消防署	(072) 783-0124	(072) 783-4986
	池尻出張所	(072) 778-0119	(072) 778-0119
豊岡市消防本部 電 話 (0796)24-1119 F A X (0796)24-2119	荒牧出張所	(072) 781-0119	(072) 781-9190
	豊岡消防署	(0796) 24-1119	(0796) 24-2119
	日高分署	(0796) 43-2119	(0796) 43-2032
	出石分署	(0796) 52-0119	(0796) 53-2018
	出石分署但東駐在所	(0796) 54-0119	(0796) 54-1119
	城崎分署	(0796) 32-0119	(0796) 32-4462
加古川市消防本部 電 話 (079)424-0119 F A X (079)424-0530	城崎分署竹野出張所	(0796) 47-1119	(0796) 43-6006
	中央消防署	(079) 427-0119	(079) 420-9530
	北分署	(079) 438-0119	(079) 438-6531
	西分署	(079) 432-0119	(079) 432-4661
	志方分署	(079) 452-0119	(079) 452-4151
	両荘分署	(079) 428-0119	(079) 428-0674
	東消防署	(079) 426-0119	(079) 422-5306
	南分署	(079) 435-0119	(079) 437-9031
	野口分署	(079) 454-0119	(079) 454-5520
	稲美分署	(079) 492-0119	(079) 492-1761
赤穂市消防本部 電 話 (0791)43-0119 F A X (0791)45-0119	播磨分署	(079) 436-0119	(079) 436-6691
	赤穂消防署	(0791) 43-0119	(0791) 45-0119
宝塚市消防本部 電 話 (0797)73-1141 F A X (0797)77-3951	上郡消防署	(0791) 52-5119	(0791) 52-1351
	西消防署	(0797) 73-1969	(0797) 77-3957
	南部出張所	(0797) 71-0119	(0797) 71-0168
	栄町出張所	(0797) 86-6151	(0797) 86-6154
	宝松苑出張所	(0797) 72-0119	(0797) 72-0138
	東消防署	(0797) 88-0119	(0797) 89-1004
	雲雀丘出張所	(0727) 59-3900	(0727) 59-3920
	米谷出張所	(0797) 87-1019	(0797) 87-1049
	中山台出張所	(0797) 89-5019	(0797) 89-5092
三木市消防本部 電 話 (0794)82-0119 F A X (0794)82-9167	西谷出張所	(0797) 91-1289	(0797) 91-1290
	三木市消防署	(0794) 82-0119	(0794) 82-9167
	広野分署	(0794) 85-0119	(0794) 85-3922
高砂市消防本部 電 話 (079)448-0119 F A X (079)448-0928	吉川分署	(0794) 73-0119	(0794) 73-1179
	高砂市消防署	(079) 448-0119	(079) 448-0928
川西市消防本部 電 話 (072)759-0119 F A X (072)757-3379	高砂分署	(079) 442-0179	(079) 442-0179
	南消防署	(072) 757-1194	(072) 757-3395
	久代出張所	(072) 756-0119	(072) 756-0120
	北消防署	(072) 794-0119	(072) 794-5916
	清和台出張所	(072) 799-0119	(072) 799-0229
	多田出張所	(072) 792-0119	(072) 792-0993

消防本部名	署所名	電話番号	F A X 番号
<b>小野市消防本部</b> 電 話 (0794)63-0119 F A X (0794)63-7199	小野市消防署	(0794) 63-0119	(0794) 63-6699
	南分署	(0794) 63-0099	(0794) 62-6299
	北分署 ※	(0794) 63-3119	(0794) 63-3199
<b>三田市消防本部</b> 電 話 (079)564-0119 F A X (079)563-1230	三田市消防署 ※	(079) 564-0119	(079) 563-1230
	西分署 ※	(079)568-7119	(079) 560-0181
	東分署 ※	(079)559-0119	(079) 559-0399
<b>篠山市消防本部</b> 電 話 (079)594-1119 F A X (079)594-2070	篠山市消防署	(079) 594-1119	(079) 594-2070
	西出張所 ※	(079) 590-8558	(079) 590-8558
	東出張所 ※	(079) 554-5482	(079) 554-5482
	南出張所 ※	(079) 590-3060	(079) 590-3060
<b>丹波市消防本部</b> 電 話 (0795)72-2255 F A X (0795)72-1155	丹波市消防署 ※	(0795) 72-2255	(0795) 72-1155
<b>猪名川町消防本部</b> 電 話 (072)766-0119 F A X (072)766-8831	猪名川町消防署	(072) 766-0119	(072) 766-8831
	北出張所 ※	(072) 769-0119	(072) 769-1004
<b>淡路広域消防事務組合 消防本部</b> 電 話 (0799)24-0119 F A X (0799)24-4575	洲本消防署	(0799) 22-0119	(0799) 22-0261
	洲本消防署由良出張所 ※	(0799) 27-0119	(0799) 27-0470
	津名一宮分署	(0799) 62-0119	(0799) 62-5298
	洲本消防署五色出張所 ※	(0799) 33-0119	(0799) 33-1097
	岩屋分署	(0799) 72-0119	(0799) 72-4300
	岩屋分署北淡出張所 ※	(0799) 84-0119	(0799) 84-0669
	南淡分署	(0799) 52-0119	(0799) 53-1217
南淡分署西淡出張所 ※	(0799) 38-0119	(0799) 36-3743	
<b>美方広域消防本部</b> 電 話 (0796)92-0119 F A X (0796)92-0594	美方広域消防署	(0796) 92-0119	(0796) 92-0594
	香住分署	(0796) 36-0119	(0796) 36-3339
	村岡出張所	(0796) 95-0119	(0796) 95-0055
<b>北はりま消防本部</b> 電 話 (0795)27-8119 F A X (0795)27-8124	西脇消防署 ※	(0795) 22-0119	(0795) 23-6119
	西脇北出張所 ※	(0795) 24-0119	(0795) 24-0130
	多可消防署 ※	(0795) 32-0119	(0795) 32-3900
	加美駐在所 ※	(0795) 36-0119	(0795) 36-0126
	八千代駐在所 ※	(0795) 37-1919	(0795) 37-1929
	加西消防署	(0790) 42-0119	(0790) 42-3435
	加西南出張所 ※	(0790) 49-1128	(0790) 49-1127
	加西北出張所 ※	(0790) 45-0119	(0790) 45-1876
	加東消防署 ※	(0795) 42-0119	(0795) 42-6406
	東条出張所 ※	(0795) 47-0119	(0795) 47-0639
<b>西はりま消防本部</b> 電 話 (0791)76-7119 F A X (0791)72-6119	相生消防署 ※	(0791) 23-7119	(0791) 23-2119
	たつの消防署	(0791) 64-3212	(0791) 63-3042
	新宮分署	(0791) 75-1119	(0791) 75-4300
	光都分署	(0791) 58-0119	(0791) 58-2119
	御津出張所	(079)322-3618	(079)322-3618
	揖保川出張所	(0791) 72-2900	(0791) 72-2900
	宍粟消防署	(0790) 62-0119	(0790) 63-0119
	一宮分署	(0790) 72-0119	(0790) 72-0119
	波賀出張所	(0790) 75-3119	(0790) 75-3119
	千種出張所	(0790) 76-3119	(0790) 76-3119
	太子消防署	(079)276-1191	(079)276-2246
	佐用消防署 ※	(0790) 82-3872	(0790) 82-0119
	<b>南但消防本部</b> 電 話 (079)672-0119 F A X (079)672-5046	朝来消防署	(079) 672-0119
生野出張所		(079) 679-4119	(079) 679-5119
養父消防署		(079) 662-0119	(079) 662-7764
大屋出張所		(079) 669-0119	(079) 669-0998

# 参考文献ほか

## 参考文献

- 自主防災組織の手引き—コミュニティと安心・安全なまちづくり— (消防庁)
- 自主防災組織づくりとその活動—自主防災組織教育指導者用教本  
—平成19年3月 (総務省消防庁消防大学校)
- チャレンジ!防災48 (消防庁)
- 防コミブックマーク (活動の手引き) —平成21年4月 (神戸市消防局)
- 自主防災のしおり —平成13年度 (兵庫県)
- 防災まちづくり大賞事例集 (一般財団法人 消防科学総合センター)
- 災害時要援護者支援指針 —平成29年版— (兵庫県)
- 災害時要援護者のための個別支援計画 (マイプラン) 作成の手引き —平成29年版— (兵庫県)
- 避難所管理運営指針 —平成25年版— (兵庫県)
- 災害食BOOK (神戸学院大学)
- 避難勧告等に関するガイドライン (内閣府)
- 避難所等におけるトイレ対策の手引き —平成26年4月 (兵庫県・避難所等におけるトイレ対策検討会)

## 協力団体

- (事 例) 神戸市消防局、尼崎市、芦屋市、加古川市、宝塚市、三田市、宍粟市、播磨町、上郡町、  
(公財) ひょうご震災記念21世紀研究機構、岡山県総社市、高知県黒潮町
- (写真等) 尼崎市消防局、西宮市消防局、伊丹市消防局、宝塚市消防本部、姫路市、洲本市、西脇市、  
高砂市、川西市、養父市、丹波市、朝来市、たつの市、多可町、市川町、  
岡山県消防防災航空センター、兵庫県防災士会

## 「防災訓練はじめの一步! 自主防災組織活動手引きと事例」改訂検討会構成員

構成員	所 属 ・ 役 職 等
船木 伸江	神戸学院大学現代社会学部准教授
田中 由人	神戸市消防局予防部予防課長
高橋実芳子	兵庫県防災士会理事長

平成31年3月発行

◆この冊子のお問い合わせ先◆

兵庫県企画県民部災害対策局消防課  
〒650-8567 神戸市中央区下山手通5-10-1  
TEL: 078-341-7711 (代) 内線3419