

自主防災組織

活動マニュアル

(サポート版)



はじめに

平成 7 年 1 月に発生した阪神・淡路大震災では、数千人の死者と阪神地区の都市機能停止という未曾有の被害をもたらしました。また、戦後最大の被害をもたらした平成 23 年の東日本大震災については記憶に新しいところです。

もし、枚方近郊で同様の規模の地震が発生したらどうでしょうか。阪神・淡路大震災を教訓として災害への備えは進められてきていますが、住宅都市として栄え 40 万人を超える人口を有する状況からして相当な被害がでると想定されま

す。枚方市の地域防災計画では、生駒断層系地震が起こると、市域の推定震度は 5 強～7、市域全体で死者数 373 人、負傷者数 5,104 人、り災者数 161,420 人、避難所生活者数 46,812 人、建物被害として全半壊 41,917 棟など甚大な被害が生じると想定されています。

地震などのように突然起こりうる自然災害を防ぐことはできませんが、日頃から『自分達の街は自分達で守る』という考えと、『自分の身は自分で守る』という考えを持つことによって災害による被害は軽減できると思われま

す。この冊子は、地域の自主防災活動がより一層、普及することを願い、活動の参考事例となるように編集したものです。

それぞれの地域の実情に応じた活動を行えるよう、十分話し合いをしていただき、「災害に強いまちづくり」に役立てていただければ幸いです。

平成 26 年 4 月改定

枚方市自主防災組織

ネットワーク会議

活動マニュアル作成部会

目次

第1章 自主防災組織とは

- 1. 自主防災組織の必要性・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2. 自主防災組織の役割・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 3. 自主防災組織とはどんな組織か・・・・・・・・・・ 2～3
- 4. リーダーを選ぶ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 5. リーダーの役割・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
 - (1) 自主防災組織の現状把握・・・・・・・・・・ 5～6
 - (2) 地域の状況把握と防災地図の整備・・・・・・・・ 7
 - (3) 自主防災組織の活動目標の設定と計画の策定・・ 8

第2章 平常時の防災活動

- 1. 地域住民への防災知識の普及・啓発・・・・・・・・ 9
 - (1) 防災知識の普及・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
 - (2) 家庭内対策の促進・・・・・・・・・・・・・・・・ 9～12
- 2. 防災訓練の実施・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
 - (1) 防災訓練の目的・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
 - (2) 訓練の成果をあげる・・・・・・・・・・・・ 13～14
 - (3) 事故防止・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14～15
 - (4) 防災訓練災害補償制度の適用について・・ 15
 - (5) 各種訓練・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15
 - 代表的な防災訓練・・・・・・・・・・・・ 16～31
- 3. 協働による自主防災組織の活性化・・・・・・・・ 30～33

第3章 突然地震が発生した場合

- 1. 時間的な経過と自主防災活動・・・・・・・・・・ 34
- 2. 災害応急活動に関する情報の収集及び伝達・・ 35
- 3. 被災者の救出活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36
- 4. 消火活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 37
- 5. 医療救護活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 38
- 6. 避難行動・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 39
- 7. 避難生活・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 40～41

第4章 災害時要援護者を支える

- 1. 災害時要援護者とは・・・・・・・・・・・・・・・・ 42
- 2. 災害時要援護者支援のための取り組み・・ 42

- 資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 43～51

第1章 自主防災組織とは

1. 自主防災組織の必要性

大災害から自分や家族の生命を守るためには、日頃からさまざまな災害発生に備え対策を講じておかなければなりません。しかし、いざ大地震が発生すると、災害の被害拡大を防ぐには個人や家族の力だけでは限界があります。

そのような時、普段から顔を合わせている隣近所の人たちが集まって、互いに協力し合いながら防災活動に取り組むとどうでしょうか。ある一定、被害拡大を防ぐことができるのではないのでしょうか。

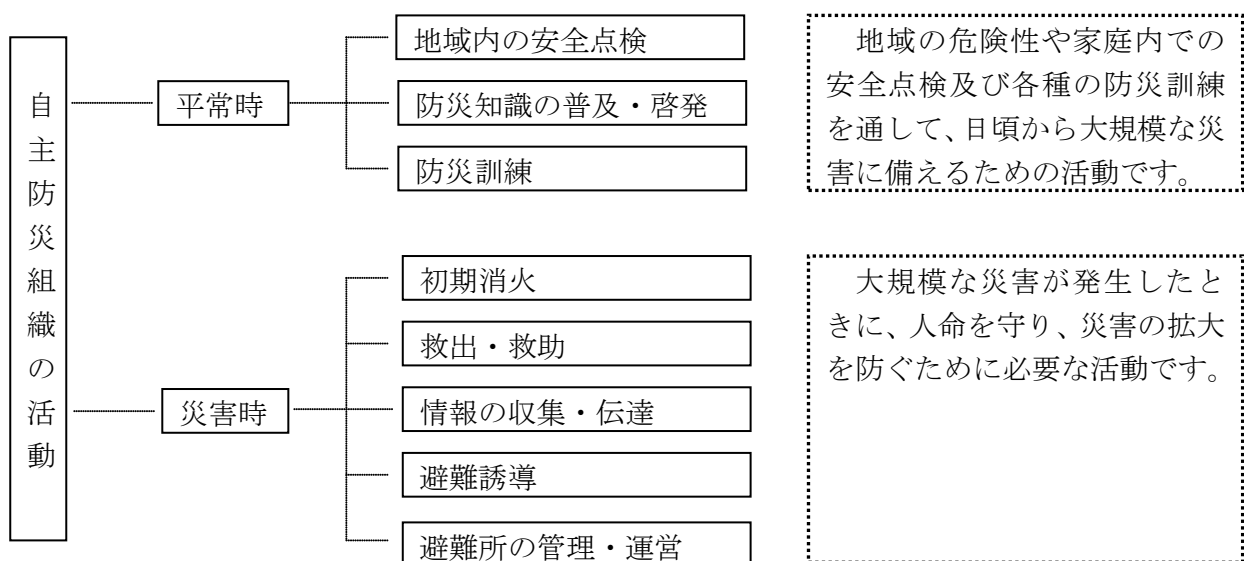
阪神・淡路大震災のときには、隣近所の多くの人々が協力し合い救助活動に参加して、多くの生命を守った事例や、初期消火を行うことで延焼を防止した事例などが数多く報告されています。

このように災害発生時はもちろん、日頃から地域の皆さんが一緒になって防災活動に取り組むための組織、これが「自主防災組織」というものです。

地域の良いコミュニティづくりを推進するとともに、地域の防災力を高め、安全で住みやすい地域づくりを進める観点からも「自主防災組織」は重要となります。

2. 自主防災組織の役割

自主防災組織は、大規模な災害が発生した際、地域住民が的確に行動し被害を最小限に止めるため、日頃から地域内の安全点検や住民への防災知識の普及・啓発、防災訓練の実施など災害被害に対する備えを行い、また、実際に地震等の災害が発生した場合には、初期消火活動や被災者の救出・救助、情報の収集、避難所の運営といった活動を行うなど、非常に重要な役割を担っています。



3. 自主防災組織とはどんな組織か

自主防災組織とは、地域住民が「安全で住みやすい、災害につよいまち」にするために、日頃から意識をもって地域の安全を考え自主的に結成する組織で、基本的に会長・副会長・防災委員を中心とした組織体制をとり、その中で役割別の活動班の構成を整えるようにする必要があります。

地域によって、想定される災害の種別や自然条件、都市化の程度、住民の意識等は異なりますので、それぞれの地域の実情に応じた適切な組織体制とする必要があります。

また、自主防災組織の活動を円滑に行うためには、組織の位置付けや体系、役割分担(別紙)などを明確にした運営ルールを策定しておくことが重要です。

- 自主防災組織を設置する根拠は、組織に参加する住民相互の合意にあり、相互の合意を明確化した規約を定めておく必要がある。
- 自主防災組織を設けるにあたり、町内会の一つの組織として防災部を設ける場合は、町内会に規約を改正すれば足りるが、新たに自主防災組織を設ける場合は、規約により必要事項を明確にする必要がある。
- 規約は、組織の目的、事業内容等を明らかにするとともに、役員の選任及び任務、会議の開催、防災計画の策定等について定めるものである。

さらに災害発生時、自主防災組織があわてず効果的な防災活動を行うためには、あらかじめ防災計画を立てておくことが必要です。策定にあたっては、日頃どのような対策を進め、災害時にはどう活動するかを、具体的な内容で計画しましょう。

防災計画に盛り込む内容例

- 自主防災組織の構成と任務分担
- 防災知識の普及・啓発事項、方法、実施時期
- 防災訓練の種別、実施計画と時期、回数
- 防災資機材の調達計画、保管場所、管理方法
- 情報の収集・伝達方法
- 出火防止対策、初期消火対策
- 救出・救護活動、医療機関への連絡
- 避難誘導の指示と方法、避難経路、避難場所
- 食料・飲料水の確保、配給、炊き出し
- 他組織との連携

〔組織図・役割分担例〕

(平時の活動)

地震等の災害時における避難所の円滑な運営と平常時における地域住民への啓発等を図るため、次の事項について協議し活動する。

- (1) 運営委員会の運営に関する事
- (2) 避難所のマニュアル作成に関する事
- (3) 避難所に必要な資機材・備蓄品の維持管理に関する事
- (4) 避難誘導體制の確立に関する事
- (5) 情報交換・連絡体制の確立に関する事
- (6) 地域連絡体制の確立に関する事
- (7) 訓練の実施に関する事
- (8) その他必要な事項

(被災時避難所における班体制)

- (1) 総務班
避難所のレイアウト配置、防災資機材や備蓄品の管理、地域との連携、その他避難所の管理に関する事。
- (2) 避難者管理班
避難者名簿の作成等、安否確認への対応、取材への対応、郵便物・宅配便の取次ぎに関する事。
- (3) 情報広報班
情報収集、情報発信、情報伝達に関する事
- (4) 施設管理班
避難所の安全確認と危険箇所への対応、防火・防犯に関する事
- (5) 食料・物資班
食料・物資の調達、受入れ、管理、配布、炊き出しに関する事
- (6) 救護班
医療・介護活動に関する事
- (7) 衛生班
ゴミ、風呂、トイレ、掃除、衛生管理、ペット、生活用水に関する事
- (8) ボランティア班
ボランティアの受入れ、管理に関する事

4. リーダーを選ぶ

リーダーの重要性

ひとつのことを多くの人数で行うとき、リーダーの存在が大変重要となります。特に、災害などの非常事態が起こった場合、個人個人で勝手な行動をとると被害を増大させたり、混乱させたりすることになりかねません。そのようなときに的確な指示を住民に与え、町を守ることができるリーダーがいれば、被害を未然に防ぎ、被害の拡大を最小限に抑えることができるでしょう。良きリーダーを見つけることは、今後の防災活動の活性化につながりますので、組織づくりの第一歩として、リーダー探しは、真剣に取り組む必要があります。

リーダーの適性

自主防災組織は、住民の自主的な活動なので、それが活発に行われるかどうかは、組織のリーダーの資質によるところが大きいといわれています。望ましいリーダーには次のような適性を持った人を立てるのがふさわしいと考えられます。

- 防災問題に興味があり、かつ、防災対策の経験も豊かであること
- 行動力があること
- 地域において人望が厚いこと
- 自己中心的ではなく、地域住民全体のために考えられること
- 多数意見をとりまとめ、また、少数意見を尊重できること

リーダーを育てる

自主防災組織にとって重要なリーダーが、現在いろいろな問題を抱えているのも事実です。たとえば、リーダーの高齢化、リーダーとなる人材の役職の重複、順番制でやる気がない、短期間で役員交代となるので継続性に乏しい、専門知識がないので適切な行動がとれないなどが指摘されています。これらの問題を解決するためには、次のような方法が考えられます。

- 地域内の危険性や防災に詳しい人を見つけ出す
- サブリーダーや専従のアシスタントを置き、一人の人への依存やその負担を小さくする
- 防災アシスタントなどを固定メンバーとする
- 消防団活動経験者などを防災アシスタントとし、会長などの役員交代とは別に長期間の在任とする

さらに組織のみんなが、リーダーまかせにせず協力すること。そして、「自分たちがリーダーを育てる」という意識がなによりも大切です。

5. リーダーの役割

自主防災組織のリーダーは、自らが防災に関する基本的な知識や技術を身につけるとともに、地域の安全点検、住民に対する防災知識の普及、防災資機材の整備、危険が予想される箇所や自力で避難することが困難な災害時要援護者の把握、防災訓練の指導などを行い、日頃から住民の防災意識を高めることに努める必要があります。

また、災害発生時には、自主防災組織を適切に指導し、率先して行動することが求められます。阪神・淡路大震災においては、ひとりの指導者が組織されていない住民を適切に指導し消火活動を行った結果、延焼をくい止めた例が報告されていることから、リーダーの役割は非常に重要なものといえます。

リーダーの役割として、まず自主防災組織と地域の現状を知ることから始めましょう。

(1) 自主防災組織の現状把握

ア 各種台帳の点検・整備

自主防災組織には、自主防災組織台帳、世帯台帳、人材台帳、要介護者台帳とした最低四つの台帳が必要となります。

これらの台帳は、「組織内にどのような人がいるのか」「災害時に技術的に活用できる人はいるのか」「特に支援を必要とする人はどこに何人いるのか」などを把握するために重要な台帳となります。リーダーは常にこうした台帳を更新して「だれが、どこに」いるかを正確に把握しておく必要があります。

ただし、これらの台帳には個人のプライバシーにかかわる事項も多いため、保管の方法については十分注意する必要があります。

1. 自主防災組織台帳（資料1・2）

組織の世帯数や役員、防災訓練、講演会などの活動状況と危険箇所や避難地、装備品などについて、年次ごとに概要を記録しておくものです。人数や資機材などは毎年点検して見直すことが必要で、特に会長が交代する場合は、台帳を渡すだけでなく、必ず内容を理解してもらい引き継ぐようにしましょう。

2. 世帯台帳（資料3）

各世帯ごとに、構成員の属性や居場所について記入する台帳です。この台帳は主に避難場所での世帯人数の確認やケガをした場合の血液型の確認などに活用します。

ただし、プライバシーに触れる項目については、記入しなくてもよいなどの配慮が必要です。

3. 人材台帳（資料4）

災害時の応急救護や救出・救援に活用できる資格・技能（医師や看護師、消防団員）を持った人材をまとめておく台帳です。

4. 要介護者（災害時要援護者）台帳（資料5）

自主防災組織内で介護が必要な人など、地域に存在する災害時要援護者を把握するための台帳で、事前に避難誘導の担当を決めたり避難地や避難所での対応を考える上でも重要な台帳です。作成にあたっては、地区の民生・児童委員の協力を得ることも必要となります。

ただし、プライバシーに関わる部分には十分注意しましょう。

要介護者とは、要介護高齢者、傷病者（緊急医療手帳所持者など）、身体障害者、知的障害者、精神障害者をはじめ、日常的には健常者であっても理解力や判断力をもたない乳幼児、体力的な衰えのある高齢者や地理や災害に関する知識が乏しく日本語が理解できない外国人などです。

※ 精神に障害を持つ方は、他人に自分の障害が判った事で大きな精神的衝撃を受ける場合がありますので特に慎重に。

イ 防災資機材の点検・整備

自主防災組織が災害時に防災活動をスムーズに行うためには、それぞれの活動に必要な資機材を揃えておく必要があります。地域の実情や組織の構成を考えた上で、よく検討する必要があります。

なお、備えておくだけで、いざというときに使えなければ意味がありません。日頃から有効期間などに配慮して点検を定期的に行い、訓練などで取り扱い方法の習熟に努めるようにしてください。

ウ 避難生活計画書の点検・整備

大規模な災害が発生した場合、多くの避難者で大混乱になることが予測されます。避難者が集まる避難所で、自主防災組織は、秩序をもった避難生活を支えるという、大役を担っています。あらかじめ、避難生活計画書や避難台帳（資料 6～10）を作成しておく必要があります。

また、避難生活は複数の自主防災組織が集まって営まれることも想定されるため、同一避難地に避難する自主防災組織同士でよく話し合い、協力してより実用的な避難生活計画書の作成を行うようにしてください。

(2) 地域の状況把握と防災地図の整備

ア 地域の安全点検

防災の基本は、まず自分の地域についてよく知ることで、どんな危険があるか、どんな人が住んでいるかなどを知ることです。

次の事項について点検し、地域のことを十分把握しましょう。

地理的条件は

- 地形、地質、水利、住宅密集度
- 被害想定に基づく要避難地の適否 など

社会的条件は

- 世帯数、昼夜別人口
- 生活必需品の取り扱い店舗
- 行政や医療機関の位置、所要時間、社会福祉施設の有無
- 交通手段や通信手段 など

人間関係は

- 組織内各世帯の家族構成、乳幼児、老人、病人、災害時要援護者の居住状況
- 指定避難地に避難する世帯、親戚等の縁故者に身を寄せる世帯、人数
- 技術、技能のある人（元消防士、元看護師等）救助活動経験者等の有無
- 利用可能な建物所有者への協力依頼 など

防災上の危険要因は

- 道路、橋梁の幅と非常時における使用の可否
- 爆発物、有毒物、可燃物等の集積場所
- 倒壊の恐れのある家屋、煙突、塀、自動販売機 など

防災上の安全要因は

- 井戸、貯水槽などの水源
- 可搬式ポンプ街頭設置消火器などの資機材設置場所
- 集合所、避難路、避難地、設置される救護所 など

イ 防災地図の整備・点検

地域内の危険地域や防災施設などを把握したら、その内容を盛り込んだ防災地図を作成します。これは、その地域の住民に正しい知識を伝え、災害による被害を軽減するとともに地域の防災上の課題を把握するための有効な手段となります。地域の防災マップができあがる災害図上訓練〔DIG〕〔ディグ〕として実施するのもよいでしょう。

(3) 自主防災組織の活動目標の設定と計画の策定

自主防災組織の現状を把握したら、次はその内容をもとに分析を行い、組織の活動目標や防災訓練、研修会などの計画を策定することで、組織内の意識が高まります。リーダーは、率先して多くの意見を聞き組織全体で取り組むようにしましょう。

1 班別に計画を検討する

各部門別に検討することで、活動のもれをチェックできるようになります。できるだけ多くのメンバーで意見を出し合しましょう。

2 優先順位をつけて検討する

各班別の意見をテーマ別に関連付けて整理し、優先順位を考えて討議します。重要度や緊急性などを考慮して実現可能なものを検討。

3 時間や予算を考慮して計画を作る

テーマ別に整理された内容に、時間的な制約や予算といった要素を加味して討議します。組織の現況を把握して活動計画を立てましょう。

4 年間重点項目を決定する

年間活動計画に重点項目(目玉事業)を設けることで、メリハリのきいた計画ができます。中・長期計画を立てるうえでも役立ちます。

年間計画〔例〕

平成〇年度

〇〇自主防災会年間活動計画

- 〇月 台帳見直しのための用紙配布
- 〇月 家具の固定等の斡旋
- 〇月 台帳の作成
- 〇月 自治会・班単位の検討会
- 〇月 防災資機材の点検
- 〇月 家庭内対策の講習会
- 〇月 防災勉強会の実施

- 〇月 地域防災訓練の打ち合わせ
- 〇月 校区大声コンテストの開催
- 〇月 資機材の点検
- 〇月 地域防災訓練
- 〇月 防災講演会
- 〇月 普通救急救命講習会

等

中・長期計画〔例〕

(目標)

1年目：家庭内対策の徹底
台帳の見直し

2年目：各班の行動の明確化

3年目：防犯資機材の充実

(行動計画)

1年目：家庭内対策の徹底

4～6月 組長による家具の固定等のアンケート・台帳の見直し

7～8月 家庭内対策の講習会の実施

9～1月 家庭内実施状況のチェック

第2章 平常時の防災活動

1. 地域住民への防災知識の普及・啓発

(1) 防災知識の普及

災害時に自主防災組織が効果的に活動し、被害をできる限り最小限にするには、地域住民全員が防災に関する正しい知識を持っていなければなりません。そのためには、自主防災組織があらゆる場で、地域住民に知識や情報を伝える機会を設ける必要があります。

まず、防災は生き抜くことの基本であり、地域住民との連帯がなければ困難であることを伝えましょう。災害から身を守り財産を守るためには、住民一人ひとりが災害に備えて日頃から十分な準備をしておくことが何よりも大切です。「自主」の名のとおり、「自分の命は自分で守る」「自分たちの地域は皆で守る」という意識を持つ必要があります。これらのことを住民の一人ひとりが理解できれば、その地域は災害に強いまちに一步近づくことができます。

防災知識の普及に向け

- まず各家庭の防災対策が基本であることを理解してもらう
- 自主防災組織の役割と活動内容を理解してもらう
- 繰り返し継続的に、知識の普及活動に努める
- 市町村や消防機関などの講演会や研修に参加する
- 防災知識に関するチラシやパンフレットの作成や配布
- 災害体験者や、災害地の現地視察などの話を聞く
- 起震車による地震の疑似体験、「防災ハイキング」「町内運動会」など、イベントの中での防災について考える機会を作る

(2) 家庭内対策の促進

阪神・淡路大震災で亡くなった方の8割以上は、家屋の倒壊が原因でした。また、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。

この経験から「建物の倒壊が人命に直結する」という知識は一般に定着し、建物の倒壊に対する危機意識は高まりました。しかし住民には、「自分だけは、自分の家はだいじょうぶ」といった意識があり、自宅の耐震改修等の具体的な行動に直結していないのが現状です。

また、大災害が起こった場合に備えて、「携帯ラジオ、懐中電灯、医薬品などを準備する」等の具体的な事前対策を実施している場合も減少傾向にあり、阪神・淡路大震災で高まった防災意識は、年月の経過とともに風化しつつあります。

いま一度、震災直後の悲惨な状況を思い出し、各家庭における防災対策の重要性を徹底する必要があります。

残り湯の溜め置き

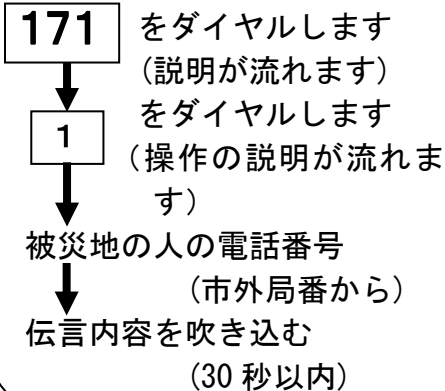
大規模地震が発生すると、水道管が破損し断水になる可能性があります。そのような災害時に水は貴重な資源となります。

お風呂の湯は、災害時のトイレに使用できたり、生活用水として十分に役立ちますので、日頃から残り湯を流さないようにしましょう。

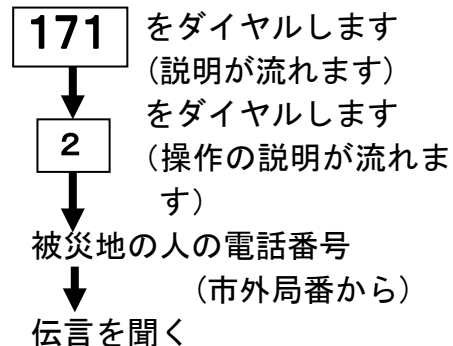
災害用伝言ダイヤル

災害によって電話が通じなくなったときのために、災害用伝言ダイヤル「171」を覚えておきましょう。

●伝言を録音するとき



●伝言を聞くとき



※ 毎月1日や防災週間(8/30~9/5)、防災とボランティア週間(1/15~1/21)に体験利用できます。

(3) 防災意識の向上

効果的な防災の向上を図るため、住民が主体となって合意を形成し、相互に連携を図りながらまちづくりに取り組むことが求められています。

このため、住民により構成される地域コミュニティ協議会や自治会が中心となって、活動を展開できる体制を整備する必要があります。

さまざまな活動を展開することによって、地域住民の防災意識が向上することになります。

具体的には、下記のような取り組みが考えられます。

- ネットワーク会議の充実
- リーダーを育てるための各種研修会への参加
- 住んでいる町を把握するための防災マップの作成
- 災害時の対応を想定したDIG訓練の実施
- 災害時を想定した各種訓練の実施
- 組織台帳をはじめ災害時要援護者台帳などの各種台帳の作成

家庭内対策・指導ポイント

家屋の耐震診断と補強

・木造住宅の耐震診断は誰でもできます。府や市のパンフレットを活用してください。木造以外の建物（鉄筋コンクリート造や鉄骨造の建築物）については専門家に依頼するようにしましょう。

また、外の門柱やブロック塀は、見かけはしっかりしていても基礎の根入れが無かったり、鉄筋が入っていないなど安全でないものがたくさんありますので、ぜひ点検・改善の実施を呼びかけてください。



家具などの転倒・落下防止と避難経路の確保

どんなに建物を丈夫にしても、タンスや食器棚が倒れてケガをしては何の意味もありません。タンス、食器棚などの家具は、動かないようにあらかじめ固定し、高いところに物を置かないようにしましょう。

また、倒れた家具は外へ逃げるときに障害にもなりますので、避難経路沿いにはなるべく物を置かないようにしておきましょう。

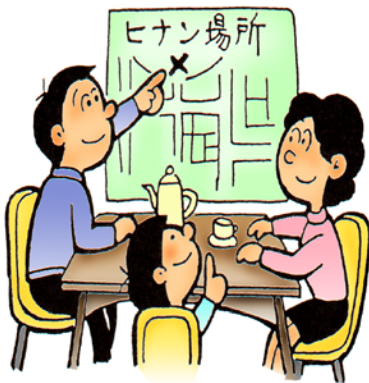


食糧・飲料水の備蓄

大きな災害が起きると、道路が損壊し輸送活動に大きな支障が生じるため、お金があっても食料品を入手できない状況が考えられます。また、行政による救援活動もすぐには行われません。

このため、救援活動を受けられるまでの間、生活できるように各家庭では食料・飲料水の蓄えをしておく必要があります。

食料は非常食3日分を含む7日分を、飲料水については1人1日3リットルを**7日分**備蓄するようにしましょう。



家庭内での役割分担を

家族みんなの防災意識を高めるために、日頃から（月に1回程度）家庭で防災会議を開きましょう。

日頃の防災対策や突然地震が発生した時に誰が何をするか、また、家族が離れ離れになったときの連絡方法や集合場所、応急手当の仕方などを確認しておきましょう。

災害時、1人では多くの安全対策ができません。定期的な話し合いを積み重ねることで、いざというときに落ち着いて適切な行動が取れるようになります。

2. 防災訓練の実施

(1) 防災訓練の目的

実際に大きな災害が発生したときは、家屋や道路などの被害のほかに、人的な被害も大きくなることが予想されます。また、ガス漏れ、電気・水道・電話が使えなくなることもあり、広い地域で混乱が生じることも予想されます。

緊急事態のときに、落ち着いて行動できるよう日頃から十分に訓練を積んでおくことが必要です。防災の知識だけでは、いざというとき行動できないもので、自主防災組織として定期的にさまざまな訓練に取り組むようにしましょう。

(2) 訓練の成果をあげる

どんなに防災訓練をしても、発生した災害に適応できなければ無駄になってしまいます。「災害発生時に役立つか」「防災知識が身に付くか」ということが防災訓練における成果と考えられます。訓練の成果をあげるために、以下のことに心掛けて防災訓練を実施しましょう。

1. 実施計画を立て計画的な訓練を

- 決められた時間内で効果的な訓練を行う
- 訓練の目的や実施要領を明らかにして実施訓練を立てる
- 市の防災担当者に相談する

2. 関連機関との調整を

- 訓練の実施計画ができたなら、早い段階で防災関係機関に内容の検討と協力を依頼する
- 訓練会場を確保したら、市の防災担当や防災関連機関に早めに届出を行う
- 届出の内容は、日時、責任者、訓練内容と訓練会場、目的、参加予定人数など
- 消化訓練や救出・救助訓練などは危険が伴いますので、必ず消防機関との綿密な打ち合わせが必要となります。訓練予定日直前には、再度確認しておくことが重要です

3. 地域の特性に応じた訓練を

- 地域によって、土砂崩れの恐れがあったり住宅密集地で延焼火災の危険性が高いなど、災害の危険性が異なるので、その地域の特性を考慮した訓練を実施する

4. 訓練実施の周知徹底や訓練内容に変化を

- 回覧板、ポスター、チラシなどを利用して、訓練実施をすべての住民に周知徹底するようにする
- いつも同じような日時の設定ではなく、休日や夜間など、より多くの人に参加できるように日時の設定をする
- 様々な年代の人が参加できるように訓練内容を工夫する
- 毎回テーマや年代層を絞って、変化に富んだ訓練を実施する（女性だけや高齢者と子どもを対象にした避難訓練、高校生等による情報伝達訓練、地域の災害を想定したイメージトレーニングなど工夫）

5. 興味を持って参加し、楽しめる訓練を

- 防災訓練は、自主防災組織の活動を理解してもらうとともに、各種資機材の操作方法を住民に理解してもらうための大切な機会なので、少しでも参加しやすいようにイベント的な要素を取り入れる
- 外国人や身体の不自由な方などにも積極的に参加してもらうため、日頃からコミュニケーションを図る
- 障害体験のプログラムを取り入れると、参加者の災害時要援護者に対する理解が深まります

(3) 事故防止

訓練中の事故を防ぐために以下の点に注意しましょう。

1. 危険を伴う訓練には専門家の指導を

- 消火訓練や救出・救助訓練は消防署員など専門家の指導を受けましょう

2. 事前に十分な説明を

- 訓練を始める前には、必ず事故防止について参加者に注意しましょう
- 訓練で使用する資機材については、操作方法・危険性などについて事前に十分説明しましょう

3. 服装は訓練に適したものを

- 服装は訓練に適したものとし、軍手・ヘルメット（防災ずきん）など必要に応じて着用しましょう

4. 訓練中に事故が発生した場合は適切な措置を

- 訓練中、整理・整頓に気をつけましょう
- 訓練中には事故防止に万全の注意を払い、万一事故が発生した場合はケガ人の救護を最優先するなど、適切な措置をしましょう

(4) 防災訓練災害補償制度の適用について

市では、防災訓練での事故に備えて防火防災訓練災害補償等共済制度に加入しています。防災訓練を実施する前に、市の防災担当窓口で補償の条件や内容等を確認しておきましょう。

(5) 各種訓練

防災訓練には、次ページ以降に示されたような訓練が実施されていますが、どの訓練も重要で、すべての訓練が有機的に機能してこそ人命を救い、災害を拡大させないこととなります。

また、大地震が発生した場合、身の回りでどのような災害が発生する恐れがあるのかを、あらかじめ理解しておくことはとても大切ですので、イメージトレーニングや図上訓練なども積極的に取り組みましょう。

代表的な防災訓練

ア 避難訓練

災害が発生した場合、適切な避難誘導が行わなければ住民はバラバラに移動し、相互のコミュニケーションが取れない状況になります。そのため、誰がどこにいるのかわからなくなったり、災害時要援護者への配慮がなされないこととなります。

突然災害が起こっても、すばやく安全に避難できるように、避難経路や避難所などを地域住民一人ひとりに周知することが必要となります。

避難時の携行品や服装などについての指導とともに、1人で避難することが困難な災害時要援護者への手助けの方法なども習得しましょう。

- ① 情報班により「〇〇による避難勧告」を伝達
- ↓
- ② 各人の避難にあたっては、火災発生防止の処置を行うとともに安全な服装で当座の生活必需品を携行し、一時避難地に集合
- ↓
- ③ 集合者の掌握、集まったら迅速に人員を確認、不明な場合は手分けして安否確認
- ↓
- ④ 引き続き一時避難地から指定避難場所へ

- ① 情報班による避難勧告の伝達
- ② 避難者の人数、災害時要援護者の状況を把握
- ③ 指定避難場所への避難のためのグループをつくり、誘導員、情報員、などの役割を示す
- ④ リーダーは避難経路を適切に選び伝達
- ⑤ 災害時要援護者を中心にして避難者がはぐれないようロープにつかまって避難
- ⑥ 途中、ラジオなどから災害情報などを入手
- ⑦ 避難場所に到着したら、出発時に確認した人員がそろっているかどうか確認



夜間訓練としても取り組みを

イ 初期消火訓練

大きな地震災害で最も怖いものの一つは火災です。

消火器、バケツ、可搬式動力ポンプなどの消火用資機材の使用法や消火技術を習得しましょう。また、火災から身を守る方法なども学びましょう。

※水消火器とは、訓練用として使用するために作られた消火器です。何度も水を入れて使用できます。(市役所危機管理室にて貸出できます)

水消火器での訓練

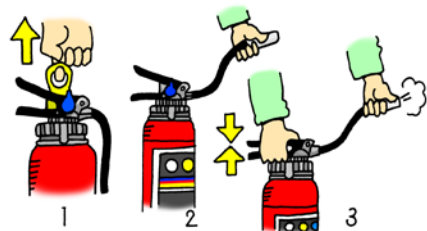
- ①火点となる三角コーンを用意する
- ②水消火器に水を充填する
- ③水消火器にコンプレッサーで空気を送る
- ④火点に向かって放水する

放水方法

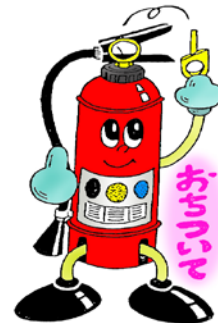
- 1 安全ピンを抜く。
- 2 ホースを火元に向ける。
- 3 レバーを強く握る。
- 4 できるだけ姿勢を低くして、熱や煙から身を守るように構えて行います。

消火器の使い方

- ① 安全ピンをはずす
- ↓
- ② ホースをはずし、ノズルを火元に向ける
- ↓
- ③ レバーを強く握る



- ・消火の要領は、煙に惑わされず、火元を掃くようにノズルを左右に振りながら、手前の火から完全に消して前に進みます。
- ・屋外では風の影響を考えて風上から放射します。
- ・室内では自分自身の避難路を確保し、身体を低くし煙や熱気を避け火元に近づいて放射します。
- ・粉末消火器を使用したときは、燃焼物の中心まで完全に消えていないことがありますので、再燃させないためにも水を十分かけておく必要があります。



バケツリレーでの訓練

- ①バケツリレーのチームを作る(20人程度、水の入っているバケツ班とカラのバケツ班)
- ②火災の状況を示す(可燃物に風上から着火)
- ③人は背中合わせに2列に並びバケツを中継(1列10人、バケツ7個位)
- ④バケツを持って風上から近寄り、安全距離2～3mをみて注水位置を決める
- ⑤火の勢い抑えるように注水

要領

- ・バケツの取手部を両手で持つ者とバケツの柄を両手で持つ者と、ぶつかり合わないようにして手渡す



ウ 情報収集・伝達訓練

災害が発生した場合、住民は恐怖と不安の中で情報を求めています。また、市でも地域の情報を求めています。自主防災組織がいち早く周囲の状況をつかみ、正確な情報を伝えることが大切です。そのためにも普段から正しく迅速に収集伝達する方法を訓練しましょう。

情報収集訓練

自主防災組織が、地域内の避難の状況、発災に伴う被害状況(死傷者、建物、交通路等の破壊の程度)、火災発生状況、生活情報等を収集し、正確・迅速に市対策本部に報告する手順を訓練します。

① 情報班長は情報班員に被災状況収集の指示を出す

② 情報班員が被災状況を現場で収集(情報班員は「いつ、何(誰)が、どこで、どうして、どのように」になっているのかメモにとる)

③ 情報班員に伝達を依頼

④ 情報班員は情報班長へ収集した情報を伝える

⑤ 情報班長は、この情報を記録、整理して市対策本部に電話等で報告



重要事項

1. 時機に適した報告・・・第一報は詳しいことまでに及ばなくても、概要だけでもいいので報告し、確認情報は第二報以降にするなど時機に適した報告が大切
2. 事実の確認・・・災害時には、噂やデマが流れがち。情報はできるだけ確認すること
3. 情報の一元化・・・市の対策本部等に報告する場合には、自主防災組織で報告担当者を決めておき、互いに矛盾する報告がなされないよう、チェックする体制をつくる
4. 「異常なし」も重要な情報。定期的に報告
5. 無線など通信機器に慣れる。また、通話は簡潔に。(アマチュア無線団体などの協力があると効果的)

情報伝達訓練

市対策本部などの防災関係機関からの情報や指示事項、ラジオやテレビから得た情報を正確・迅速に住民に伝達する要領を訓練しましょう。

① 自主防災組織本部に口頭とメモで情報を示す



② 同時通報無線・サイレン・広報車・有線放送などで伝達



③ 自主防災組織本部の情報班長は、わかりやすい伝達文にして伝達にあたる情報班員に渡す(口頭だけでなく、メモを渡してまちがえないように)



④ 情報班員は、地域分担して拡声器などで伝達する(口頭だけでなくチラシや掲示板などに掲示することが望ましい)



重要事項

1. 伝達は簡単な言葉で。難しい言葉を避ける
2. 口頭だけでなくメモ程度の文書を渡しておく
3. 情報を正確に伝達するために、受信者に内容を復唱させる
4. 流言には数字がからむことが多い。数字の伝達には特に注意
5. 各世帯への情報伝達を正確かつ能率的に行うため、あらかじめ町内の伝達経路を定めておく
6. 視聴覚等に障害のある方、日本語が不自由な外国人への情報の伝達については十分配慮する

エ 救出・救助、応急救護訓練

阪神・淡路大震災では地域住民による救出・救助活動の重要性が認識されました。はしご、ロープ、バールなどの救出用資機材の使用法や家屋の倒壊、落下物によるケガ人の救護活動などを学び、応急手当の方法などについて習熟しましょう。

1. 救出・救助

倒壊家屋からの救出・救助

- ① 廃材やベニヤ等を利用して倒壊した建物を作る
- ↓
- ② 中に生存者のいることを示す（人形等を入れておく）
- ↓
- ③ 救出にあたっては、挟まれている人に声をかけ、安心感を与えるようにする
- ↓
- ④ 木材・バール(木材の太さは10cm以上)をテコにして、あるいはジャッキ(パンタグラフ型が使いやすい)で空間をつくる
- ↓
- ⑤ 間隙が崩れないように角材(長さ40～50cm)で補強し救出する



注意事項

- ・救出訓練の準備及び実施にあたっては事故が生じないように十分留意する
- ・参加者の服装(ヘルメット、釘を踏み抜かないような靴、軍手など)に留意する
- ・チェーンソーを使用した訓練にあたっては、見学者等が十分に距離をとるようにし指揮官が監視するなど安全に十分注意する。また、切る角材等は地面にしっかり台を置き固定する
- ・廃材等が使われることが多いため、すり傷などに備え救急箱を用意する
- ・訓練にあたっては、消防署等の専門機関の指導を受けてください

2. 応急救護訓練

応急救護や手当での訓練をするにあたっては、いくつかの負傷の状況を想定して実施することが望ましい。

応急手当とは、医療機関で診察を受けるまでのとりあえずの処置のことですが、正しい手当でなければかえって容体を悪化させたり、命に関わることにもなりかねませんから、訓練は真剣に行う必要があります。

救護訓練では専門的な知識を要するので、消防署などの関連機関から救護の専門家に参加してもらい、指導を受けるようにしましょう。

自主防災組織の救護班は、住民参加の訓練とは別に、日本赤十字社や消防機関などが行う救命講習や応急手当指導員講習などを受講して、より専門的な訓練を受けるようにしておきたいものです。

骨折に関する応急手当

1

骨折の部位を確認

- ・どこが痛いかを聞く
- ・痛がっているところを確認する
- ・出血がないか見る

ポイント

- ・確認する場合は、痛がっているところを動かさないように
- ・骨折の症状には、痛み・はれ・変形などのほか、骨が飛び出していることもある
- ・骨折の疑いのある時は、骨折しているものとして手当てをする



2

骨折しているところを固定

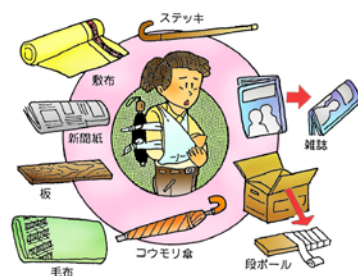
- ・協力者がいれば、骨折しているところを支えてもらう
- ・副木を当てる
- ・骨折部を三角巾などで固定する

ポイント

- ・副木は、骨折部の上下の関節が固定できる長さのものを用意する
- ・固定するときは、傷病者に知らせってから固定する
- ・ショックに注意する

副木がない場合

- ・副木の代用としては、十分な硬さと適当な長さ及び幅をもつ物が使用できます。たとえば、身近にあるボール紙、新聞紙、雑誌、板、戸板、棒、毛布、かさ、野球のバット、鉛筆、定規、しゃもじ、掃除機の延長用パイプなど。



心肺蘇生法

1

意識の確認

- ・耳元で「大丈夫ですか」、「もしもし」と呼びかけながら、肩をたたき反応が有るか無いかを見る

助けを呼ぶ

- ・協力者が来たら、「あなたは119番通報してください」「あなたはAEDを持って来てください」と要請する

口の中を調べる

- ・親指と人差し指を交差させて、親指を上側の歯に人差し指を下側の歯に当て、口を開ける
- ・異物(食物、吐物、血液など)がないか、口の奥までよく見る

異物の除去

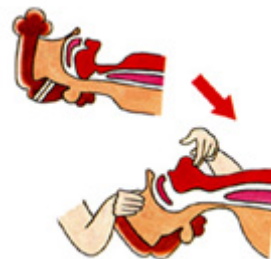
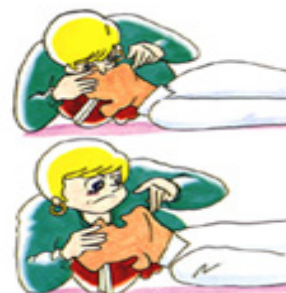
- ・傷病者の顔を横に向け、指にハンカチやガーゼなどを巻き、異物をかき出す(指拭法)方法や傷病者を自分のほうに向け側臥位にし、手のひらで肩甲骨の間を強く4回たたき背部叩打法等により異物を除去する

気道の確保

- ・片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先にあて、これを持ち上げ気道を確保する

呼吸の確認

- ・気道を確保した状態で頬を傷病者の口・鼻に近づけ呼吸の音を確認する・傷病者の胸腹部を注視し、胸や腹部の上下の動きを見る
- ・10秒以内で調べる



2

人工呼吸の開始

- ・呼吸がなければ人工呼吸を始める
- ・気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で鼻をつまむ
- ・大きく口を開け、傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして息を静かに1回吹き込む
- ・息は、傷病者の胸が上がるのを見てわかる程度の量を1秒間かけて吹き込みます。うまく胸が上がらない場合でも吹き込む努力は2回まで行います。
- ・口対口人工呼吸を行う際には、できるだけ感染防御具を使うことをお勧めします（口と口とが直接接触することに躊躇する場合などは、人工呼吸を省略してすぐに心臓マッサージに進んでください



3

心臓マッサージの実施

- ・圧迫位置の確認……胸の左右の真ん中に「胸骨」と呼ばれる縦長の平らな骨があります。圧迫するのはこの骨の下半分です
- ・この場所を探すには、胸の真ん中(左右の真ん中で、かつ、上下の真ん中)または乳頭と乳頭を結ぶ線(想像上の線)の真ん中を目安にします
- ・この位置に一方の手のひらの基部(手掌基部)をあて、その手の上にもう一方の手を重ねて置きます(重ねた手の指を組むとよいでしょう)
- ・垂直に体重が加わるように両肘をまっすぐに伸ばし肩が圧迫部位(自分の手のひら)の真上になるような姿勢をとります
- ・傷病者の胸が4～5cm沈み込む程度の圧迫を繰り返します(圧迫のテンポは1分間に100回です)
- ・圧迫と圧迫の間は、胸が元の高さに戻るように十分に圧迫を解除することが大切です(ただし、圧迫する位置がずれることがあるので、自分の手が傷病者の胸から離れてしまわないようにしましょう)
- ・胸骨圧迫は30回連続で行うことが目標ですが、正確に30回でなければならないというわけではありません。胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせを絶え間なく続けます(救急隊に引き継ぐか、動き始めるまで続けます)



AEDの使用手順（1）

①AEDを傷病者の頭の近くに置く

- ・AEDを倒れている人の頭の近くに置きます
- ・ケースを開けて、AED本体が使用できるようにします

②AEDの電源を入れる

- ・AEDのふたを開け、電源を入れます
(ふたを開けると電源が自動に入る機種もあります)
- ・電源を入れた後は、機械の音声とディスプレイの指示に従って操作を進めていきます

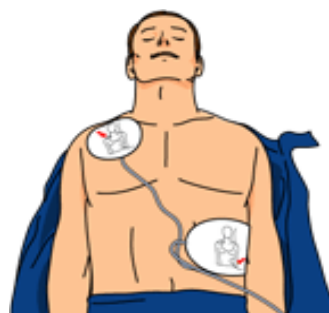
③電極パッドを貼る

- ・倒れている人の衣服を除き、胸部をはだける。

電極パッドを開封し、シールをはがし、粘着面を倒れている人の胸にしっかりと貼ります
(成人用と小児用の2種類の電極パッドが入っている場合があります。イラストを見れば区別できます。未就学児(約6歳まで)には小児用の電極パッドを用いる。

※小児用電極パッドが備わっていない場合は成人用を使用する。

- ・もし、倒れている人の胸が汗や水で濡れている場合は、タオルなどでふき取ってから電極パッドを貼ってください



④心電図の解析をする

- ・電極パッドを胸に貼り付けると「傷病者から離れてください」というメッセージが流れますので、周りを確認し、誰も倒れている人に触れていないか確認します

- ・AEDはこのとき心電図を解析して
(電気ショックが必要かどうかを調べて) います

※「ショックは不要です。」などの音声メッセージが流れた場合は、直ちに胸骨圧迫を再開する。

AEDの使用手順（2）

⑤電気ショックの指示が出たら除細動ボタンを押す

- ・AEDが電気ショックの必要があると判断すると、「除細動が必要です」とメッセージが流れ、自動的に充電を開始します。充電には数秒の時間がかかります
- ・充電が完了しますと、「除細動ボタンを押してください」とメッセージが流れますので、再び倒れている人に触れている人がいないかどうかを確認して、安全を確認後、ショックボタンを押してください（電気ショックを加えた後は、いくつかの場合が想定されますが、AEDの音声メッセージに従ってください

※ AEDの機種によって取り扱いが異なりますが、AEDの音声メッセージに従ってください

☆ 救急隊がそばに来て、引き継ぐまでは電極パッドをはがさずに、AEDの電源も切らないで入れたままにしておきます。AEDから音声メッセージがあったときには、それに従ってください

※ AEDは全世界共通語です



その他にも熱傷(やけど)に対する応急処置や止血の仕方、負傷者の運搬方法などの応急救護訓練も習得するようにしましょう。

オ 給食・給水訓練

災害時は、救援物資の不足などにより混乱が予想されます

救援物資を必要とする人の数の集約や公平に救援物資が入手できるシステムを確立できるようにしましょう。システムにしたがって配給できれば、混乱も減少し、みんなが公平に救援物資を入手することが可能になります。常に人数を把握し(班単位など)、避難所本部に報告・協力することが給食・給水活動の大事なポイントです。

用意するもの

釜・飯ごう・大鍋・味噌・割りばし・うちわ・まき・ガスコンロなど

● 給食・給水班を構成する

衛生に留意(被災後の衛生状態の悪い中で、大勢の人に配給することを考え、手や調理器具の洗浄、三角巾をかぶる等)し、生活班を中心として、中高生なども加える

● テントを張り、テーブルを用意する

● おにぎり・味噌汁などを作ってみる

釜や飯ごう・大鍋を利用した炊き出しの方法を覚える

・ガスや電気を使う調理とは勝手が違うので、燃料の確保、水加減、火加減などの習得が必要

給水拠点や給水方法を決めておく

- ・事前に給水車による給水拠点を決めておく
- ・給水車からの給水方法を訓練しておく
- ・地域内の井戸などの飲料水を確保できる場所も調査しておく

公的機関などからの救援物資の配給計画を立てる

- ・救援物資の受け入れと配給をスムーズに行えるよう配給計画を作成する
- ・町内会などの班単位の代表者に配給し、混乱を防ぐ

災害時要援護者への配慮

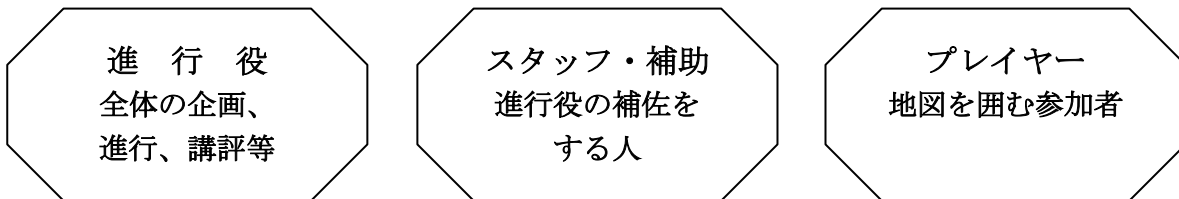
- ・混乱時には、災害時要援護者に配給が届かないおそれがあるので気を付けて下さい
- ・避難生活が長期になる場合、メニューへの配慮も必要

カ 災害図上訓練〔DIG〕(ディグ)

参加者が大きな地図を囲みながらゲーム感覚で災害時の対応策を考える図上訓練で、地図を囲み、議論を交わしながら進めていき、地図に書き込みをすることで地域の防災マップが出来上がります

決まったルールがなく簡単で、経費もほとんどかからず、日頃気付かなかった地域の防災対策が明らかになり参加者の防災意識が向上するようになります。

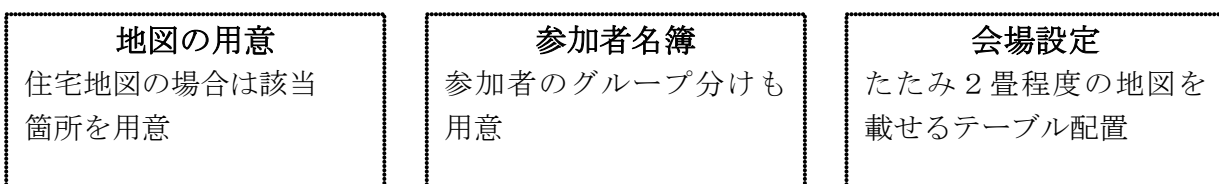
必要な人の配置は



事前に準備するもの

- | | |
|-------------------------------|---|
| 地図(住宅地図等) | <ul style="list-style-type: none">・地図はたたみ2畳(1.8m×1.8m程度)の大きさにつなぎ合わせる・縮尺はテーマ、参加者等に応じて決める。小・中学校区といった範囲なら、縮尺1/1500~1/5000程度。ただし、実際に地図を見てから決めること |
| 透明シート | <ul style="list-style-type: none">・透明シートは、ホームセンターや写真店、梱包用品店で取り扱っている |
| 文房具類 | <ul style="list-style-type: none">・セロハンテープ、模造紙、出席者名札、はさみ・カッター、定規、12色油性ペン、ドットシール(大小多数)、付箋、白紙、色押しピン、紙粘土、ベンジン(修正液)、ティッシュペーパー |
| 被害想定データ
防災関係施設配置資料 | <ul style="list-style-type: none">・テーマや参加者に応じて用意する |

準備開始



D I G開始

グループ分け
(5分)

雰囲気づくり
(10分)

参加者の立場の明確化と被害想定の説明
(15分)

地図への書き込み
(60～150分)

グループ討論
(30分)

成果発表・講評
(10～30分)

1グループ10名程度が適当。グループメンバーが決まったら、リーダーや記録係りを決める。選び方は状況に応じて弾力的に。

参加者は名札をつけ、自己紹介などにより討論しやすい雰囲気づくりをする。防災活動暦や被災体験談などを交えても良い。

参加者がどういった立場で、どのような災害に立ち向かうのか、その役割を確認する。参加者の立場は、D I Gのテーマに応じてあらかじめ設定しておいても良い。

また、提示する被害想定は詳細である必要はないが、資料を調べてある程度現実的なものを用意する。

用意された地図をたたみ2畳分につなぎ合わせる
テーマに応じて様々な防災関係条件を書き込む
交通施設(特に道路)、河川等の線状のもの
市役所、病院、消防署、公園(避難地)などの防災施設。
危険な場所(山・がけ崩れの危険予想地域など)
住宅密集地域、古くからの住宅が多い地域
災害時要支援者が多く在住する地域
被害想定、表層地質図 など

ポイント

- 条件に応じて色(一定のルールを持たず)を使い分ける
- 広い場所は外周を囲む
- 特に重要な場所は名称等を記載する
- 粘土や押しピンを使って立体的に表示するのも良い
- 方位や表示凡例を記録する
- 透明シートを複数利用すると多くの条件の書き込みが可能
- 書き込みは全員で行う。テーブルの上に乗っても構わない。書き込みしながら状況を整理する
- 参加者は想像力を膨らませ災害時の対策や事前の対策を考える

できあがった地図を見ながらテーマに応じた意見交換を行う。参加者自らが課題を認識し、自然に議論が深まっていくのが理想的な姿であるが、初期の段階では具体的な課題を提示し、その解決策等について考える。

グループごとに話し合われた内容について発表する。様々な意見交換により情報が共有され、参加者の考えがより深まる。

アドバイスができる立場の人がいれば、成果発表の内容や参加者の取り組み等について講評してもらうとよい。

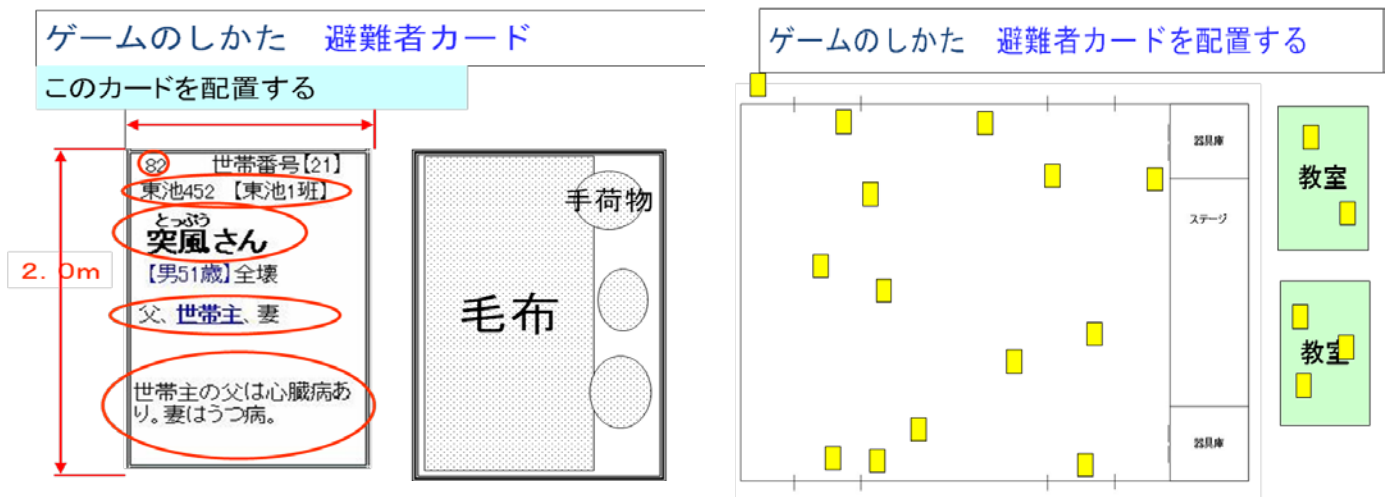
キ 避難所運営訓練ゲーム〔HUG〕(ハグ)

避難者の年齢、性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを、避難所に見立てた平面図にどれだけ適切に配置できるか、また避難所で起こる様々な出来事にどう対応していくかを模擬体験するゲームです。

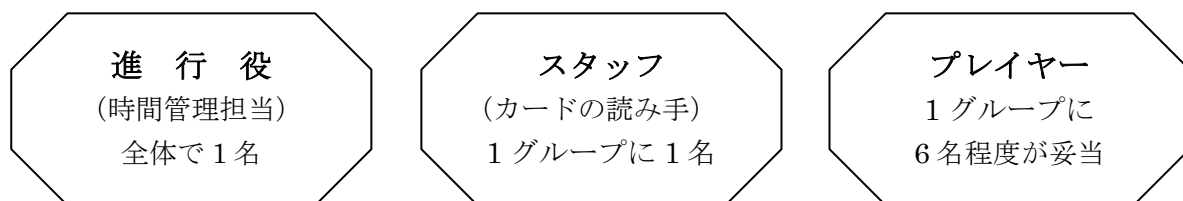
ゲームの仕方

下記の図のようなカードを順番に読み上げ、体育館等に見かけた紙の上に地区割りや、通路をどうするか等の作戦会議をしながら、並べていき、避難住民を円滑な避難生活ができるようにしていきます。

中には「タバコは何処ですったらいいのか？」などの喫煙所の設置を促すようなカードや、「総理大臣が訪問するが、どうしたらいいのかわか？」等、イベントカードも用意されています。



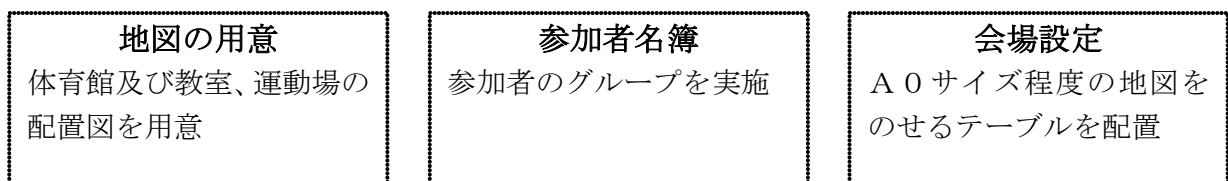
必要な人の配置は



例. 30人でHUGを実施する場合

進行役 1名 5グループ (1グループにつき、スタッフ1名・プレイヤー6名)

準備開始



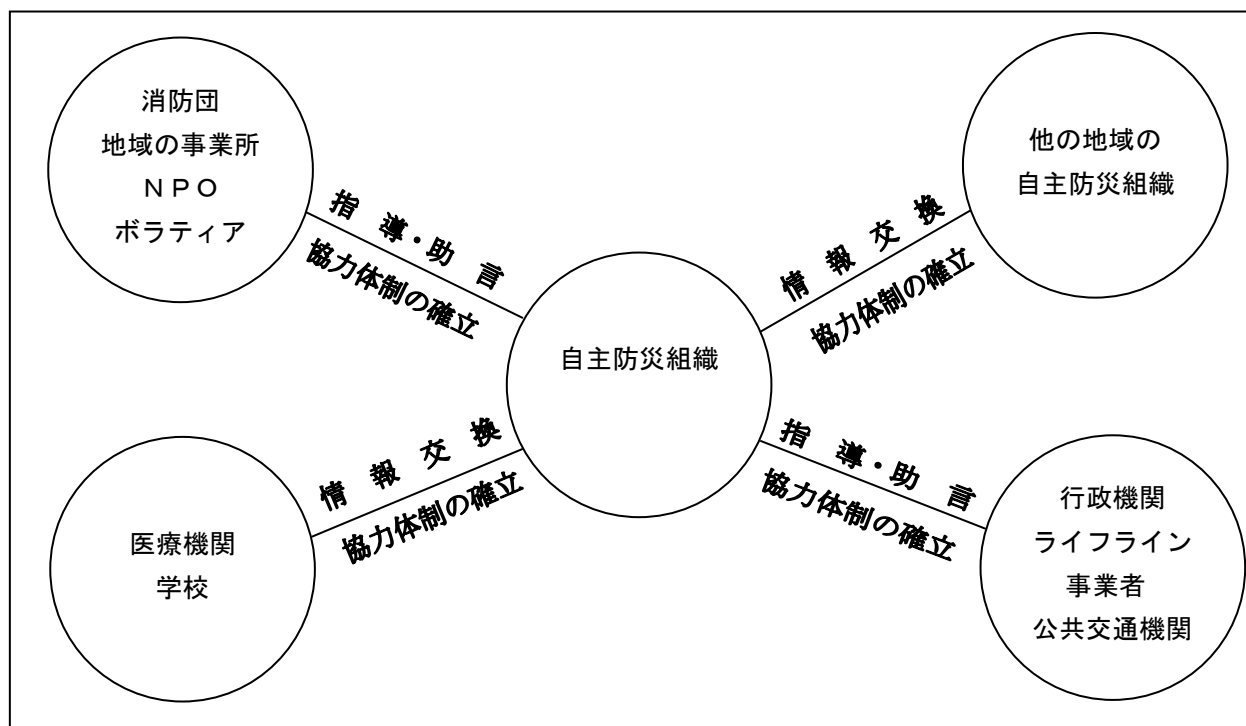
事前に準備するもの

パソコン、プロジェクター、HUGセット（体育館、教室、運動場等の配置図含む）

※校区自主防災訓練の一環として、HUG訓練に取り組まれる場合は、進行役及びスタッフ（読み手）の派遣、必要備品の貸出が可能です。危機管理室にご相談下さい。

3. 協働による自主防災組織の活性化(他の組織や団体等との連携)

自主防災組織は、自分たちの地域は自分たちで守ろうと自主的に結成されるものですが、大規模な災害が発生すると被害は広範囲に及びますので、一地域の自主防災組織だけで対応するには限界があります。近隣の自主防災組織(同じ避難所単位等)と活動上の情報交換を行ったり、助け合う協力体制を確立することは重要となります。



消防団と

日頃から火災予防や初期消火訓練を行っている消防団は、災害時には自主防災組織にとって大変重要な存在となります。消火訓練はもとより救出・救助や避難地での活動においても消防団と密接な連携をとることが必要です。

- 消防団の放水訓練への参加
- 可搬ポンプの使用方法などの指導
- 消防団の保有する資機材情報の提供
- 災害時の救出・救助、誘導などの協力

学校と

学校の多くは避難所となっており、学校の教職員も避難所運営に関わることとなります。実際に避難した際に混乱しないように、他の自主防災組織と学校との間で、避難所の設置や運営について話し合っておくことが必要となります。

- 避難所運営についての体制の確立
- 学校施設の状況や保有する資機材の確認

地域の事業所と

地域内にどんな事業所があるか把握しておくことは非常に重要です。平日の昼間発生した場合など、事業所が保有する資機材の提供や従業員による救出・救助活動への協力など応援を得られれば非常に役立つ存在となります。定期的な防災訓練への参加呼びかけや事業所が実施する防災訓練に協力するなど、日頃から密接な連携をとることが必要となります。

- 災害時(訓練時)の協力体制の構築
- 訓練時の事業所の参加
- 事業所が保有する資機材の提供
- 救出・救助、災害時要援護者の避難などへの従業員の協力
- 災害時要援護者の避難施設としての施設の開放
- 外国人労働者への防災知識の普及

その他の人材・団体と

地域内には、その他にも防災士、災害ボランティアをはじめ、医師(医療機関)、民生・児童委員、福祉団体、女性の会、青年団、といった防災活動に携わることが可能な人材や団体などが存在します。このような団体などと連携をとり、協力体制を整えておくことが必要となります。

- 炊き出し訓練などへの協力
- 災害時要援護者への支援
- ボランティアの受け入れ調整



他の自主防災組織と

災害時には避難所が一緒になる場合があります。組織同士で日頃からコミュニケーションをとり、災害時に協力して混乱が起こらないようにすることが重要です。定期的な会合の計画を立て、共通の認識が持てるように心掛けてください。

- 近隣自主防災組織との定期的な会合
- 災害時の応援協力体制の確立
- 合同訓練(講演会等の催し物)の開催
- 避難地の運営体制の構築(分担) → 避難生活計画書の作成
- 保有する資機材情報の提供

第3章 突然地震が発生した場合

1. 時間的な経過と自主防災活動

状況	経過時間	各個人の行動	自主防災組織
地震発生	0 : 0 0	<ul style="list-style-type: none"> 地震の揺れに注意し身を守る 素早く火の始末 玄関をあける 	
揺れがおさまった	0 : 0 1 ↳ 0 : 0 3	<ul style="list-style-type: none"> 土砂崩れ等の危険が予想される地域は即避難 火元の確認(ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る) 火が出ても落ち着いて初期消火 家族の安全確認 靴を履く 家の中も危険物がいっぱい 	
	0 : 0 3 ↳ 0 : 0 5	<ul style="list-style-type: none"> みんな無事か 隣近所に声をかける 近所に火は出していないか 大声で知らせる 消火器を使え 漏電、ガス漏れ、余震に注意 	<ul style="list-style-type: none"> 隣近所で助け合い 見つからない人はいないか ケガ人はいないか 災害時要援護者は大丈夫か
	0 : 0 5	<ul style="list-style-type: none"> ラジオや同報無線により情報確認 車で逃げるな ブロック塀、ガラス、がれきに注意 	<ul style="list-style-type: none"> 情報班による地域内の被害情報収集 市町村等からの情報を住民へ正しく伝達
火災発見 家屋の倒壊発見 負傷者発見	0 : 1 0 ↳ 数 時 間	<ul style="list-style-type: none"> みんなで消火活動 みんなで救出活動 	<ul style="list-style-type: none"> 消火班による初期消火活動(バケツリレー、可搬ポンプ等) 救出・救助班による救出活動 負傷者の応急救護、救護所への搬送 災害時要援護者の避難支援 地域の事業所等の協力を得る 困難な場合は消防署等へ要請 無理はしない
			
避難生活	数 時 間 ↳ 数 日	<ul style="list-style-type: none"> 自主防災組織に協力して秩序ある避難生活 壊れた家に入らない 助け合いの心を持つ がまんも大切 	<ul style="list-style-type: none"> 市町村に協力して避難所運営 避難生活計画書にしたがった秩序ある避難所運営 災害時要援護者に対する配慮

2. 災害応急活動に関する情報の収集及び伝達

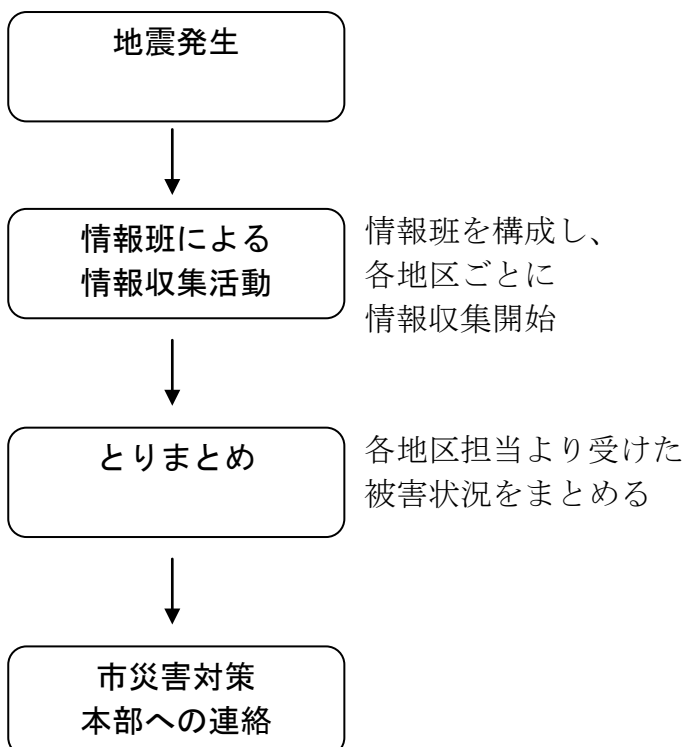
災害が発生した場合は、地域内の被害状況(死傷者の人数や建物・道路等の被災状況等)や火災発生状況を迅速に取りまとめ、市の災害対策本部に報告するようにしましょう。

正確に早く伝えることが今後の応急対策や予防に役立ち、情報収集と伝達システムを確立することは自主防災組織にとって非常に重要な活動のひとつといえます。

情報収集・伝達のポイント

- 情報収集を迅速に行うため、あらかじめ調査区域を分け担当を決めておく
- 記入フォームを作っておくと、必要な情報をもれなく把握することができる
- 区域内の被害状況報告を取りまとめ、情報班長が市災害対策本部の防災関係機関に報告する(「被害なし」という報告も、災害の全体像をつかむための重要な情報。必ず本部へ報告すること)
- 同報無線や市の広報車、テレビやラジオからの情報を確認し、デマによるパニックなどが起こらないよう各家庭へ正確な情報を伝える。

情報収集及び伝達の流れ



3. 被災者の救出活動

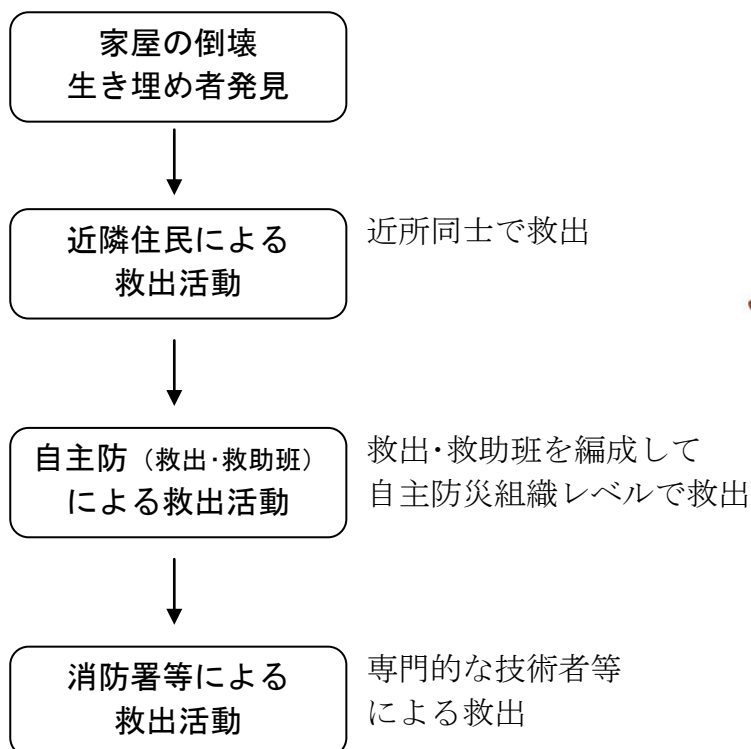
行政の対応が十分にできない大規模災害時には、自主防災組織の素早い救助活動が被災者の生死を分けるといえます。自主防災組織が協力して救出・救助にあたることが求められます。

倒壊家屋からの救出には専門的な知識や技術が必要ですので、防災訓練時に対応可能な救出方法を消防署や消防団に指導してもらいましょう。

救出の手順

- まず自分の安全を確認したら家族や隣人の救出にあたる
- 大きな声をあげて反応を確かめ、負傷者などの居場所の情報を集める
- 居場所がわかったら、救出のための人を集める（人が見える場合は5～10人、見えない時は20人ぐらい）
- ノコギリ、ハンマー、バール、ジャッキ、ロープなどの資機材で救出する
- 大規模な救出作業が必要な場合は、チェンソーやエンジンカッター、可搬ウィンチなどの資機材を利用し、必要な場合は速やかに消防機関などの出動を要請する
- すぐに救出できない場合は、被災者の埋没位置や人数などを正確に把握しておく

救出活動の流れ



4. 消火活動

地震による火災を防ぐためには、各家庭による出火対策が一番大切です。それでも火災が発生した場合は、自主防災組織が協力して初期消火活動にあたるようにしましょう。

ただし、地域で行う初期消火活動はあくまでも火災の延焼防止が目的ですので、決して無理はしないように注意してください。消防団員や消防署員が到着したらその指示に従いましょう。

消火の手順

- 地震発生 — 揺れが収まってからすばやく火の始末をする
- ↓
- 出火 — 消火器、汲み置きの水などを使って自ら消火活動
- ↓
- 火災発生 — 可搬ポンプ、バケツリレーなどによる初期消火活動。消防署員が消火を開始したら指示に従う
- ↓
- 延焼拡大 — 消防署員による消火活動。避難誘導班の指示に従って避難を開始する
- ↓
- 避難

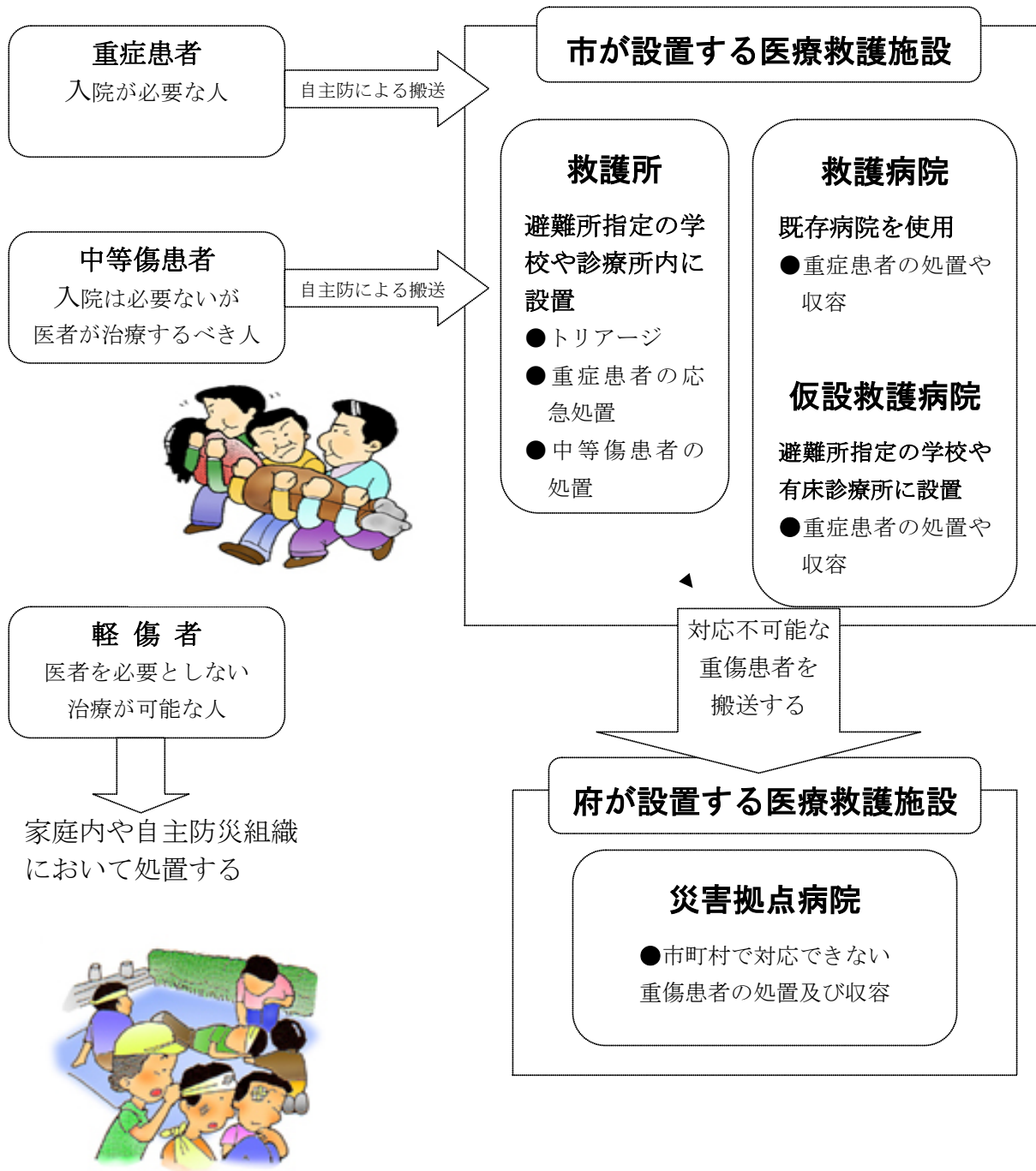


5. 医療救護活動

大規模地震が発生すると非常に多くの負傷者が出ますが、医療機関による治療がすぐに受けられるとは限りません。

負傷者を発見した場合は、まず応急手当を行いましょう。それから重症患者や中等傷患者は、救護所等医療救護施設に搬送するようにしてください。

救護所等が設置される場所は、事前に市に確認しておきましょう。



※ トリアージとは、大規模災害時など限られた人的、物的状況下で最大多数の負傷者に最善の医療を施すため、患者の重症度により治療優先度を決めることです。

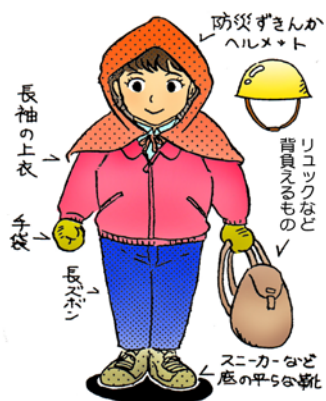
6. 避難行動

住民の生命や身体に危険が生じる恐れがある場合、危険地域の住民に対し、市から避難勧告や避難指示が出されます。その場合、自主防災組織が中心となって迅速な避難誘導を行えるようにしましょう。

そのためには、事前に防災関係者と協議した避難計画等を地域住民に周知しておく必要があります。また、災害時要援護者等についても事前に把握しておき、自主防災組織の中で担当を決めておくなど、逃げ遅れのないように皆で協力しましょう。

避難計画策定にあたって

- 住民がよく知っている広くて危険のない場所を、あらかじめ集合場所、避難場所として決めておく
- 避難誘導の責任者を決め、全員が指示に従って避難できるようにしておく
- 自主防災組織の責任者は、安全な避難経路を気象条件や災害規模に合わせて、数パターン選定しておく
- 災害時要援護者に対する配慮を怠らず、全員が安全に避難できるように便宜を図る
- 日頃から訓練を繰り返し、避難方法や場所などを住民に周知徹底しておく



避難するときの服装

- ヘルメットや防災ずきん等で頭を保護
- 長袖、長ズボンの服装（化学繊維より燃えにくい木綿製品を）で
- 軍手(手袋)を着用
- 底の厚い履きなれた靴で
- 持ち物はリュックサック（非常持ち出し品は最小限に）に

7. 避難生活

避難生活は、災害による精神的不安や共同生活による日常生活の不自由さを強いられるため、決して楽なことではありません。助け合って少しでも快適な生活ができるように、自主防災組織が中心となり避難住民の生活を秩序あるものにしたいたいものです。特に、高齢者や障害者などの災害時要援護者への暖かい配慮は忘れないようにしましょう。

そのためには、避難生活計画書や避難台帳をしっかりと作成しておきましょう。

避難所の運営・管理

- 避難所は行政機関が想定している場所を基本とする
- 市の担当、避難施設の管理者、自主防災組織が中心となり避難所運営組織を設置する
- 運営本部に、総務、被災者管理、情報、食料・物資、施設管理、保健、衛生等の各総括班長をおく、
- 運営本部の下に各自主防災組織ごとの班編成を行い、班ごとの役割を決めておく
- 運営本部会議を1日1～2回開催し、情報の収集・伝達・役割等を再認識するとともに情報の共有に努める

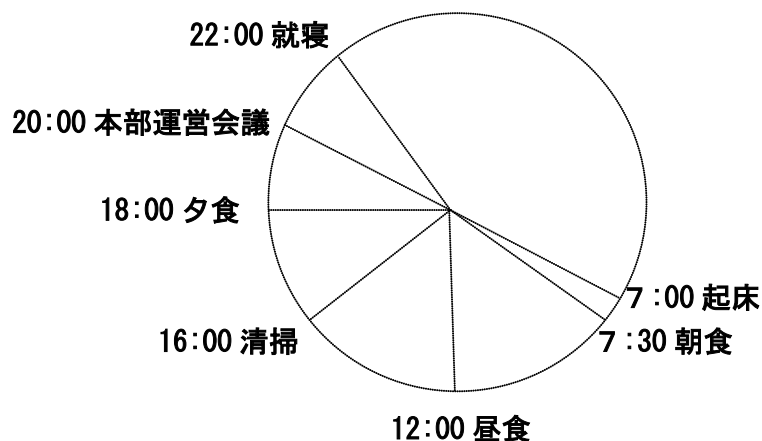
情報の伝達

- 市からの情報は市配備職員が受け、情報総括班長に伝える
- 情報総括班長は、各自主防災組織の情報班長に伝える
- 各情報班長は、その連絡を住民に伝達する
- ラジオなどから直接入る情報にも注意する
- 避難生活者リストを作る



生活時間を決める

- 生活区域、生活上のルールを決める
- 生活の時間も決めておく



食料・水の確保

- 原則として食事は、各自の非常持ち出しの食料でまかなう（火は使わない）
- 不足する場合は、共同で炊き出しを行う
- 食事や給水はリーダーの指示に従い、順序よく行う
- 地震発生後は断水になる恐れがあるので、ポリタンク等に水をためて大事に使う
- 災害時要援護者には配慮が必要

ごみのルールを決める

- 生ゴミは、場所を決めて出す
- その他のゴミは分別し、きちんと分けて出す

トイレのルールを決める

- トイレはきれいに使用し、定期的いきちんと清掃する

ペットへの対応

- 飼育者の把握、飼育場所の指定、排泄物の後始末などを徹底しておく

緊急輸送手段の確保

- 緊急時に備えて、各自主防災組織から車両を一台ずつ用意するなど、輸送対策を決めておく

プライバシーの保護

- お互いのプライバシーを保護するため、家族単位で区分けして、むやみに他人の場所へ立ち入らないようにする
- 更衣室、授乳室等も設置する

災害時要援護者への配慮

- 介護は原則的に家族が行う。介護を行う家族がいない場合は、あらかじめ要介護台帳に登録しておく
- 介護者が不足する場合は、各自主防災組織の人材台帳を活用し、看護師等の適任者に交替で介護をお願いする。また、手話、ガイドヘルパー等のボランティアの受け入れにも配慮する

使用禁止建物への立ち入り禁止

- 倒壊の危険がある建物は、ロープ等で閉鎖し立ち入りを禁止する

第4章 災害時要援護者を支える

1. 災害時要援護者とは

要介護高齢者、傷病者（緊急医療手帳所持者など）、身体障害者、精神障害者をはじめ、日常的には健常者であっても理解力や判断力をもたない乳幼児、体力的な衰えのある高齢者や地理や災害に関する知識が乏しく、日本語が理解できない外国人など、災害が発生した場合に情報把握、避難、生活の確保などの防災活動を迅速かつ的確に行いにくい立場に置かれることの多い方々を「災害時要援護者」といいます。

災害が発生すると、平常時でもさまざまな支援を必要とする人々にとっては、安全な場所に避難することや避難先での生活を続けることなどに大きな困難が発生します。このような人々も適切な支援があれば、災害を避け、身体や生命の安全を確保することができます。そのために、地域の人たちの思いやりと支援が求められています。

2. 災害時要援護者支援のための取り組み

災害時要援護者の把握

災害の発生時に災害時要援護者を支援し、適切な避難誘導を行うためには、日頃からコミュニケーションを図り、地域内の災害弱者の状況を把握しておく必要があります。

また、避難路における障害物の有無や、車椅子で通れるかなどの点について、災害時要援護者の身になって地域の防災上の環境を点検しましょう。

地域の支援体制づくり

災害発生時における救出活動や情報の伝達、避難誘導や避難所での支援について、視覚障害や聴覚障害など障害の種類に応じた支援方法など、自主防災組織の活動の中で具体的に決めておきましょう。

日頃のコミュニケーション

常日頃から災害時における避難経路の安全確認をはじめ、家具の転倒防止対策の手助けやアドバイスなどを通じてコミュニケーションを図っておきましょう。



避難誘導・避難所での支援

災害発生時においては、安否確認とともに、集団避難における協力体制が必要となります。また、避難所においては、安心して生活できる居住空間を確保するための支援（安全な移動経路や介護スペースの確保、毛布等の緊急物資の優先配布、災害時要援護者に必要な生活・医療・福祉情報の提供など）や心くばりが必要です。

資料1 自主防災組織台帳(モデル)

組織名													
会長氏名		年齢		年齢		年齢		年齢		年齢		年齢	
	就任年月	(就任 年 月)		(就任 年 月)		(就任 年 月)		(就任 年 月)		(就任 年 月)			
電話番号													
世帯数	戸			戸			戸			戸			
人口	人			人			人			人			
規約	有・無				防災計画書		有・無						
地域内で 注意すべき 危険	危険の種類	世帯数	人数	対処方法									
	洪水												
	山・崖崩れ												
	その他												
活動状況	実施年度	年度			年度			年度			年度		
	内容区分	時期	内容	参加人数	時期	内容	参加人数	時期	内容	参加人数	時期	内容	参加人数
	防災訓練												
	座談会・講習会等												

資料2 自主防災組織台帳2(モデル)

(年 月 日作成)
 (年 月 日作成)
 (年 月 日作成)
 (年 月 日作成)

発災後の 避難		集合場所				一時避難場所				広域避難場所			
倉庫及び活動資機材装備品													
倉庫	構造	数量				面積				m ²			
区分	品名	数量				区分	品名	数量					
		年	年	年	年			年	年	年	年		
情報伝達用具	メガホン					救急用品	担架						
	腕章						救急箱(20人用)						
消火用具	消火器					救急箱(5~10人用)							
	バケツ					避難用具	協カライト						
	布水槽						ヘルメット						
可搬ポンプ					警笛								
救出障害物除去用具	一輪車					標旗							
	はしご					給食給水用具	炊飯装置一式						
	チェーンブロック					その他	テント						
	油圧ジャッキ						ブルーシート						
	バール						毛布						
	スコップ						リヤカー						
	ハンマー												
	斧												
	かけや												
	つるはし												
	ボルトクリッパー												
	のこぎり												
	鍬												
	なた												
	もっこ												
	石み												
	たこ												
	小型発電機												
	投光器												
	コードリール												
防災マスク													
土のう袋													

資料3 世帯台帳(モデル)

世帯主		電話番号	
住所			
住居形態 ※	持家・平屋・二階屋・借家・アパート・マンション・間借・その他()		
地域特性 ※	山、崖崩れ危険予想地域、延焼火災危険予想地域、液状化危険予想地域		
	その他()		
避難先	山、崖崩れ等危険予想地域	※突発地震時	避難ビル・高台・一時避難所・その他〔 〕
	延焼火災危険予想地域		一時避難場所〔 〕 広域避難場所〔 〕
	その他の地区	地震発生後、自宅に住めなくなった場合	避難場所〔 〕 親戚・知人宅に避難の場合、避難先の住所・氏名・Tel 〔 〕

NO.	ふりがな		続柄	生年月日	血液型		昼間の居場所 (平日)	緊急時の自主防災組織への協力 可能=○ 不可能×			防災上の参考事項 役に立つ資格・技能等 要介護者介護理由
	氏名				ABO	Rh		平日	休日	夜間	
1				明・大・昭・平 年 月 日							
2				明・大・昭・平 年 月 日							
3				明・大・昭・平 年 月 日							
4				明・大・昭・平 年 月 日							
5				明・大・昭・平 年 月 日							
6				明・大・昭・平 年 月 日							
7				明・大・昭・平 年 月 日							
8				明・大・昭・平 年 月 日							
9				明・大・昭・平 年 月 日							

記入上の注意

- ※=該当する項目を○で囲む。
- 緊急時の自主防災組織への協力…小学生以下は除く
- 防災上役立つ資格・技能等…(例)元消防団員・隊員、保健・助産・看護師、元警察官・自衛官、整体・整骨師、栄養・調理師、救急・水難救助資格者、アマチュア無線有資格者などを記入する。
- 要介護者理由…介護を要する家族がいる場合、その他(寝たきり、歩行、視覚、聴覚障害など)を記入する。

資料4 人材台帳(モデル)

資格・ 技能等	ふりがな 氏 名	住 所	職 業	連絡先・方法 (電話番号)		備 考
				昼間	夜間等	

○資格・技能等の例…元消防団員、保健・助産・看護師、元警察官・自衛官、整体・整骨師、栄養・調理師、
救急・水難救助資格者、アマチュア無線資格者など

資料5 要配慮者台帳(モデル)

プライバシーの保護に配慮して自主防災組織会長が責任を持って保管する。

秘

状態	要配慮者 氏名、住所、電話番号		特記事項	介護担当		備考
	氏名	住所		氏名	連絡先	
	氏名					平日昼間
	住所					夜間・休日
	電話					平日昼間
	氏名					夜間・休日
	住所					平日昼間
	電話					夜間・休日
	氏名					平日昼間
	住所					夜間・休日
	電話					平日昼間
	氏名					夜間・休日
	住所					平日昼間
	電話					夜間・休日
	氏名					平日昼間
	住所					夜間・休日
	電話					平日昼間
	氏名					夜間・休日
	住所					平日昼間
	電話					夜間・休日
	氏名					平日昼間
	住所					夜間・休日
	電話					平日昼間
	氏名					夜間・休日
	住所					平日昼間
	電話					夜間・休日
	氏名					平日昼間
	住所					夜間・休日
	電話					平日昼間
	氏名					夜間・休日
	住所					平日昼間
	電話					夜間・休日

- (注) ●特記事項には、移動に要する器具など、介護に際して留意すべき事項を具体的に記入する。
- 昼夜とも家族だけで対応できる場合も含める
 - 介護担当は、家族も含め対応しやすい状況にある順とする。(要配慮状態により、最高3人まで)
 - 作成にあたり必要に応じ民生委員などの協力を得る。
 - 状態欄には、寝たきり・歩行困難・どんな障害を持っているか等を記入する。
 - 備考欄は、一日の介護担当の主な時間帯を○で囲む。

資料 6

自主防災会名簿（避難所運営委員会名簿）

_____年____月____日 現在

避難所名：_____

〈運営管理責任者〉

会長		
副会長		
避難所 派遣職員		
施設管理者		

〈避難所運営班〉（各班長1名に◎印、副班長1名に○印を記入する）

	氏 名	備 考	氏 名	備 考
総務班				
避難者 管理班				
情報広報班				
施設管理班				
食料・物資 班				
救護班				
衛生班				
ボランティア 班				

資料7 避難者名簿（避難所管理用）

NO. _____

避難所名： _____

避難者名簿（世帯単位） 世帯員全員を記入ください

入所年月日		年 月 日				
氏名（ふりがな）		年齢	性別	続柄	避難※	安否※
代表						
ご家族						
住所／電話番号		〒 () -				
家屋の被害状況 該当箇所に○		全壊・半壊・一部損壊 断水・停電・ガス停止・電話不通				
連絡先		〒 () - 氏名： 代表との関係：				
配慮事項 家族の中に病気や食事制限など特別な配慮を必要とする方がいる等の注意点をご記入ください						
安否問い合わせ (情報を提供してよろしいか)		すべて不可・親族のみ可・・・すべて可				
退所年月日・退出先		退出日： 年 月 日 〒 () -				
ペットの有無		有・無 有の場合は以下の欄に記入願います 種類： 匹数：				
備考 (食物アレルギーをお持ちの方がおられる場合は、詳細を記入)						

避難欄・・・当該避難所へ避難済みの場合○ 安否欄・・・未避難の家族に対して、連絡が取れているなら○

※内容に変更がある場合は、速やかに避難者管理班に申し出てください

※本名簿は避難所運営目的以外には、本人の許可なく使用致しません。

代筆者： _____

資料 8 避難所記録用紙

記録者名	
記録日時	月 日 時 分
避難人数	約 人 (午後 時現在)
避難世帯数	約 世帯 (午後 時現在)
連絡事項 対処すべき事項、 予見される事項等	総務班
	避難者管理班
	情報広報班
	施設管理班
	食料・物資班
	救護班
	衛生班
	ボランティア班

資料9 避難所の報告用紙（開設・定時・閉鎖）

避難所名： _____

整理番号： _____

■避難所派遣職員名

■開設・閉鎖日時

月 日 時 分

■報告日時

月 日 時 分

■避難者状況（実人数）

[避難者の合計] 人（男 女 ）

特にケアを必要とする方

[傷病者] 人（重傷者 軽傷者 ）

[年齢的な弱者] 人（乳幼児 児童 高齢者 ）

[その他] 人（ ）

■応急物資の状況

充足しているなら○、不足しているなら概数を記入後、【関連書類11：食料依頼伝票】及び【関連書類12：物資依頼伝票】に必要詳細を記入し、FAXすること

断熱シート・毛布		飲料水	
食料		その他 必要なもの	

■特記事項

■その他の状況

[施設の被害状況]

[ライフラインの被害状況] 使用可能なら○、不可能なら×を記入

電気		水道	
ガス		電話	

[関係機関の参集状況]