

# 自主防災リーダー ハンドブック



三重県



# 目次

はじめに.....	1
<b>第1章 自主防災組織づくり.....</b>	<b>5</b>
1 自主防災組織の必要性.....	6
2 自主防災組織のつくり方.....	9
3 リーダーの役割と重要性.....	11
<b>第2章 平常時の活動.....</b>	<b>13</b>
1 平常時の活動には.....	14
2 わがまちの防災計画をつくる.....	15
3 防災知識の普及・啓発.....	18
4 防災点検の実施.....	20
5 防災点検マップづくり.....	28
6 住まいづくり・まちづくりの実践.....	32
7 災害時要援護者対策づくり.....	43
<b>第3章 防災訓練.....</b>	<b>45</b>
1 防災訓練の目的.....	46
2 訓練の成果をあげるために.....	47
3 各種訓練内容.....	49
4 事故防止.....	76
5 防災訓練災害補償制度の適用について.....	77
<b>第4章 災害時の活動.....</b>	<b>79</b>
1 地震発生後の経過と自主防災活動.....	80
2 出火防止.....	81
3 初期消火（一般的に火が身長の高さもしくは天井に燃え移るまで）.....	82
4 救出・救護活動.....	83
5 情報の収集・伝達.....	86
6 避難誘導・安否確認.....	87
7 避難所運営.....	88
8 給食給水・生活維持.....	89
9 安全点検・巡回.....	90
<b>第5章 復旧・復興時の活動.....</b>	<b>91</b>
1 時期区分.....	92
2 復興まちづくりと自主防災組織.....	93
3 自主防災活動の記録と評価.....	94
<b>資 料.....</b>	<b>95</b>

## 目 次

1	自主防災組織の規約（例） .....	96
2	自主防災組織の防災計画（例） .....	98
3	訓練実施計画書（例） .....	102
4	各種台帳様式 .....	103
5	三重県防災対策推進条例（抜粋） .....	109
6	気象庁が発表する「東海地震に関連する情報」 .....	111
7	自主防災活動の連携先（例） .....	112
8	県・市町防災関係一覧 .....	113
9	用語索引 .....	115

本ハンドブックでは、「避難場所」と「避難所」を次のように捉えています。

◆避難場所：公園・緑地、広場、学校の校庭など、延焼火災や建物倒壊等の危険から回避するためのオープンスペース

◆避難所：学校の体育館、公民館・集会所など、一時的な収容施設として活用する施設

# はじめに

三重県においては、各地域で自主防災組織の結成が進み、県全体での組織率は90%を超えています。しかし、役員や組織員の高齢化、取組意欲の地域格差、防災訓練のマンネリ化などが見られ、すべての自主防災組織において活発な自主防災活動が展開されているとは言い難い状況にあります。

自主防災組織の活性化を図るためには、地域住民の先頭に立って、自主防災活動を推進していく「自主防災リーダー」の方々の熱意と力によるところが大きいと考えられます。

このハンドブックは、自主防災リーダーの方々が、地域における自主防災活動をより一層充実させるための参考として活用いただくために作成したものです。

なお、自主防災リーダーの方々が自主防災活動に取り組んでいく上での参考として、ハンドブックとあわせてビデオも作成・配布していますので、ぜひご活用ください。

## ●●自主防災組織の理想像●●

災害が発生すると、多くの人が「災害は怖い」「何か対策を講じておかなければ…」と思うものですが、時間が経つにしたがって、その気持ちも薄れてしまいます。また、災害が起きても、「きっと誰かが助けてくれる」「行政が何とかしてくれるはずだ」と考えている人も多いでしょう。

確かに、災害が発生すれば、行政などの防災関係機関は住民の命を守るためにいち早く活動を開始し必要な対策を実施します。しかし、防災関係機関の人手は限られており、また、災害時には交通や通信が混乱することから、災害による被害の規模が大きければ大きいほど、すべての地域に救助の手が十分にまわらなくなる可能性があるなど、行政による支援（公助）には限界があります。

災害が発生したら、「自分の身は自分で守る」こと（自助）が原則です。日頃から一人ひとりが災害に備える心構えを持ち、行動することが大切です。

このような自助努力に加え、「地域住民同士の助け合う気持ちと行動（共助）が大切です。「自分たちのまちは自分たちで守る」ため、日頃から地域住民同士が力をあわせて、地域の課題の解決に向けて取り組み、災害時には被害を最小限に食い止めるために協力して取り組んでいくことが非常に重要です。

この「共助」の考えに基づき、まちにおける自主防災活動は展開されるものであり、その中心となるのが自主防災組織といえます。

### ～自主防災は県民の責務～

三重県防災対策推進条例（平成21年3月25日）では、県民の責務として、自らの身の安全は自らが守る自助を実施した上で、自らの地域は皆で守る共助に努めるものとし、防災対策は住民、自主防災組織、事業所及び行政がそれぞれの役割を果たし相互に連携を図りながら協力して着実に実施されることを基本理念に、常に災害に対する危機意識を持って自ら防災対策を実施するとともに、地域において自主防災組織、防災ボランティア等の団体が実施する防災対策に積極的に協力するように努めなければならないと定めています。（→詳細はp.109参照）

## ●●ハンドブックの活用方法●●

### 自主防災リーダーとしての活動方針を検討するために

自主防災リーダーとしてどのような活動をすべきか等を検討する上での参考としてください

### 自主防災組織の活動方針等を検討するために

自主防災組織の活動方針等を検討する上での参考としてください

### 防災計画や各種台帳などを整備するために

防災計画や各種台帳などの例を掲載していますので実際に作成する際の参考としてください

### 防災資機材の活用方法を確認するために

防災計画や各種台帳などの例を掲載していますので実際に作成する際の参考としてください

### 防災知識の普及・啓発や防災訓練を実施するために

防災知識の普及・啓発や防災訓練の内容等を掲載していますので活動計画の立案などに参考としてください

### 災害時に適切に活動できるように

災害時の活動を記載していますので日頃の訓練やいざというときの活動を検討する上で参考としてください

## ●●ハンドブックの構成●●

### はじめに

### 第1章 自主防災組織づくり

- 1 自主防災組織の必要性
- 2 自主防災組織のつくり方
- 3 リーダーの役割と重要性

### 第2章 平常時の活動

- 1 平常時の活動には
- 2 わがまちの防災計画をつくる
- 3 防災知識の普及・啓発
- 4 防災点検の実施
- 5 防災点検マップづくり
- 6 住まいづくり・まちづくりの実践
- 7 災害時要援護者対策づくり

### 第4章 災害時の活動

- 1 地震発生後の時間的経過と自主防災活動
- 2 出火防止
- 3 初期消火
- 4 救助活動
- 5 情報の収集・伝達
- 6 避難誘導・安否確認
- 7 避難所運営
- 8 給食給水・生活維持
- 9 安全点検・巡回

### 第3章 防災訓練

- 1 防災訓練の目的
- 2 訓練の成果をあげるために
- 3 各種訓練内容
- 4 事故防止
- 5 防災訓練災害補償制度の適用について

### 第5章 復旧・復興時の活動

- 1 時期区分
- 2 復興まちづくりと自主防災組織
- 3 自主防災活動の記録と評価

### 資料



# 第1章 自主防災組織づくり

# 1 自主防災組織の必要性

## (1) 救出救助機関の限界

**阪神・淡路大震災では、極めて大きな被害が発生したことから、防災関係機関による支援が十分に行き渡ることが難しい状況でした。**

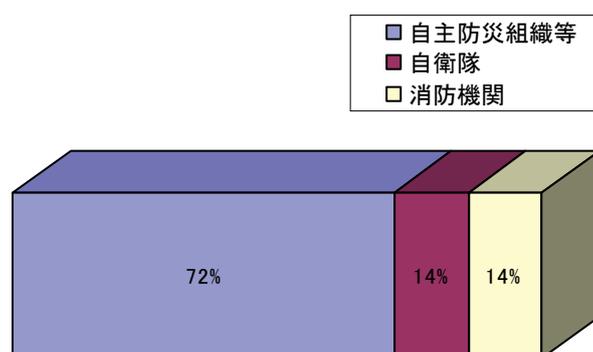
平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災は、大都市を直撃した地震災害であったため、道路、鉄道、上下水道、電気・ガス、通信施設など、市民生活と経済活動を支える都市基盤施設に壊滅的な被害を与えました。

老朽木造住宅の密集した地域では、地震の揺れによって多くの建物が倒壊し、また、市街地のあちこちで火災が同時に発生し、特に神戸市の兵庫区や長田区などでは大規模な火災が発生しました。

倒壊家屋等の下敷きになった人を一刻も早く救出したり、火災が延焼しないうちに消火する必要があったものの、消防、警察、自衛隊、行政などの防災関係機関の手が十分には行き渡らない状況が発生しました。

例えば、兵庫県警察本部によると、救助班が待ちかまえていた住民たちに取り合うように現場に引っ張られて救出救助活動を実施したことや、目的の救助先に向かう途中で救助要請を受けたため断りきれず、目的地に到着できなかったことなどが指摘されています。また、消防においても、消火活動の出動途中で住民に取り巻かれて救助活動に従事したために消火活動の手が削減されたことが指摘されています。

### 神戸市東灘区における人命救助活動にかかる救出者の割合



大阪市立大学宮野道夫氏による聞き取り調査

## (2) 地域住民による防災活動の必要性

**そのような中、地域住民や消防団による救助活動や初期消火活動によって、多くの命が助け出されました。**

阪神・淡路大震災では、防災関係機関の人手が極めて不足する中であって、倒壊した家屋や転倒した家具の下敷きになった人たちを、隣近所の人たちが力をあわせて救出し、多くの尊い命が救われました。

また、発災直後から火災が同時に発生し、すべての火災現場に消防が駆けつけることは不可能な状態でしたが、住民が力をあわせて延焼をくい止めた事例もありました。

我が国は、これまでも、地震、津波、豪雨、洪水、高潮、土石流、地すべり、がけ崩れなどによる被害を数多く受けてきました。災害はいつどこで発生するかわからないのです。

自分の命だけではなく、家族、隣人、友人など大切な人の命を災害から守るためにも、日頃から自主防災組織等の活動を通じて、地域住民同士が力をあわせて防災対策に取り組んでいくことが大切です。

例えば、神戸市長田区戸崎通では、地域住民や通行人など約100人が協力して、防火水槽の水をバケツリレーし延焼をくい止めました。また、淡路島の北淡町では、全世帯の約6割の家屋が全半壊という大きな被害を受け、多くの方々が倒壊した建物の下敷きになり生き埋めになりましたが、地元消防団や近所の方によってすべて救出され、行方不明者もその日のうちに全員確認されました。

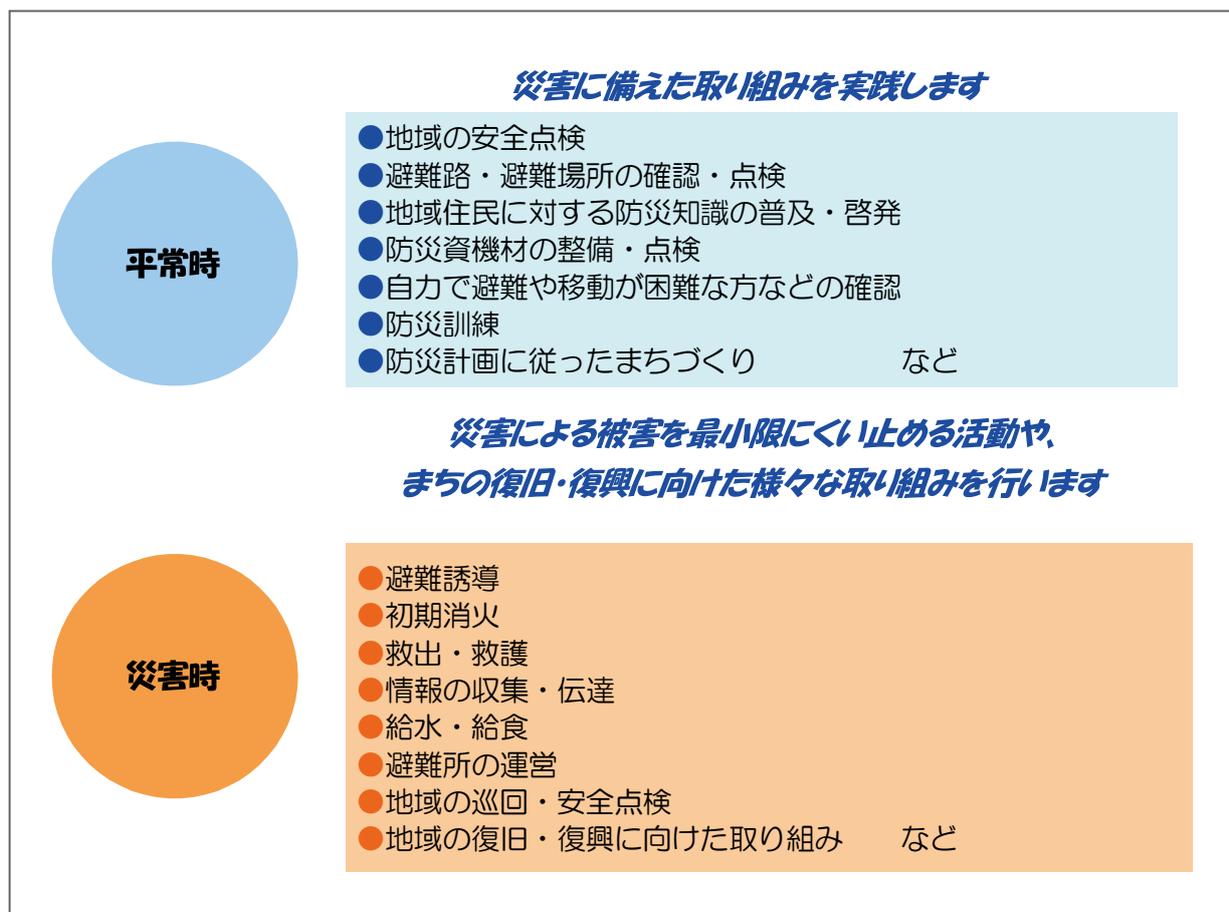
### (3) 自主防災組織の役割

**自主防災組織は、地域住民が協力・連携して災害から「自分たちのまちを自分たちで守る」ために活動することを目的に結成する組織です。**

自主防災組織は、日頃から、地域の安全点検や防災訓練など、災害に備えた様々な取り組みを実践するとともに、災害時には、災害による被害を最小限に食い止めるために、地域住民の避難誘導、初期消火や救出・救護活動、情報の収集・伝達、地域住民の避難誘導・安否確認、避難所運営などの活動を行います。

また、復旧・復興期には、自主防災組織と地域住民とが力をあわせて、自分たちのまちの再生に向けた様々な取り組みを行うことが大切です。

#### 自主防災組織の平常時・災害時の役割(例)





## 2 自主防災組織のつくり方

### (1) 組織規模

自主防災組織は、「自分たちのまちは自分たちで守る」という共通の目的に向かって、自主防災活動を効果的に行うことができる規模が最適であり、地理的・社会的条件から見て、地域住民が日常生活上の一体性を感じることでできる区域、例えば、町内会や自治会などを中心に結成されることが考えられます。

### (2) 規約

自主防災組織を運営していくにあたっては、組織の目的や活動内容、組織の範囲、役員の選任・役割などを規約として定めておきましょう。

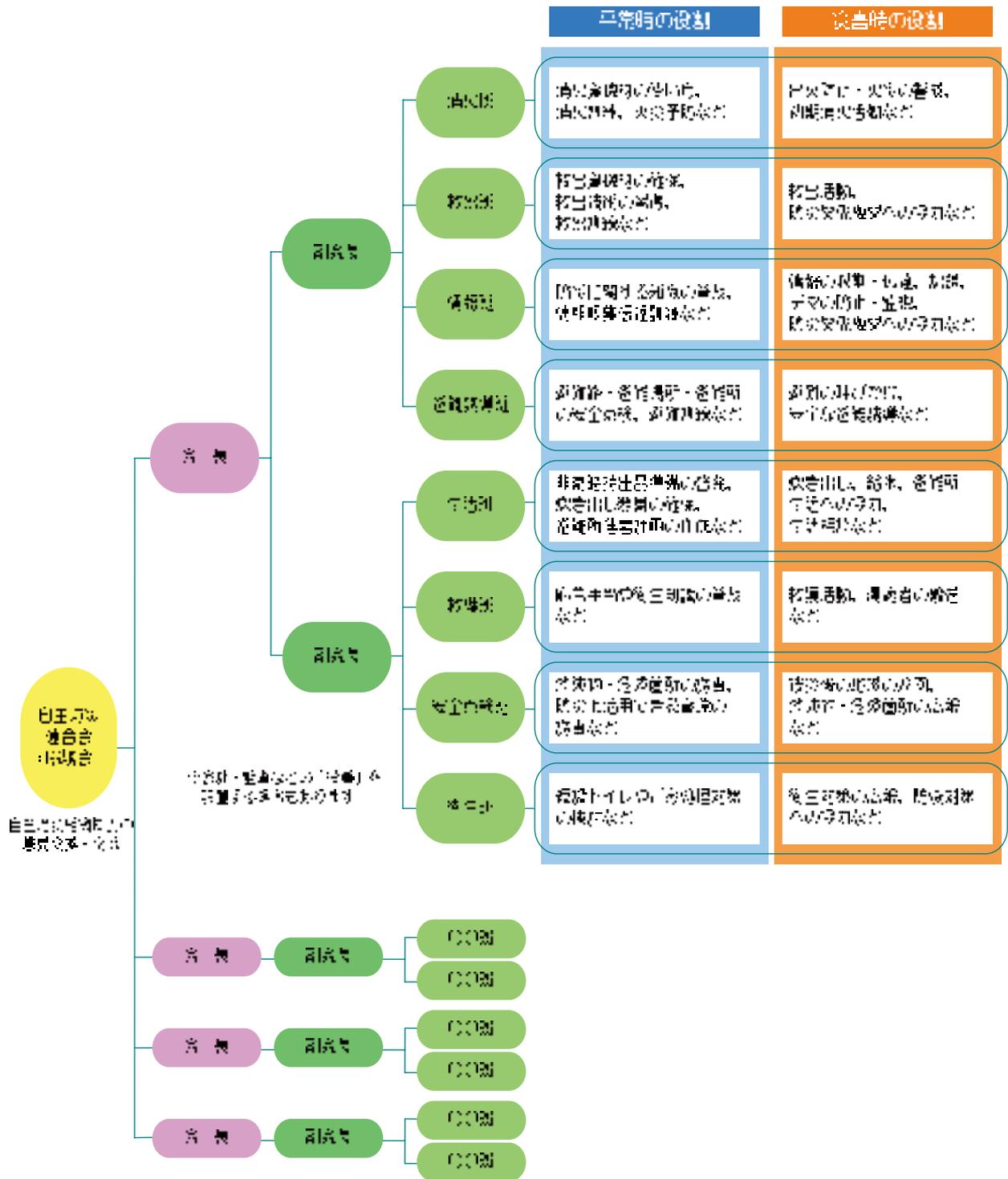
### (3) 組織図、役割分担

自主防災組織は、地域の実態を踏まえつつ、取り組むべき自主防災活動を分析し、その班構成と役割分担を明確にする必要があります。

自主防災組織は、基本的に会長・副会長などを中心とした組織体制で、概ね次の図のような班構成が考えられます。また、複数の自主防災組織が連携して自主防災連合会（協議会）を設置することもあります。平常時の防災訓練等を通じて必要な見直しを行いながら、地域の実態に応じた組織体制にしましょう。

また、災害時には、すべて計画どおりにことが運ぶわけではありませんので、事態に柔軟に対応できるような組織体制と役割分担を考えておくことが大切です。

### 自主防災組織の組織図と役割分担(例)





### 3 リーダーの役割と重要性

**自主防災リーダーとは、自主防災組織の活動が効果的に実践されるために必要な調整や誘導などを行う、地域の自主防災活動の中心となる人です。**

自主防災リーダーは、防災に関心を持ち、防災知識や技術を身につけ、住民と力をあわせて、平常時には、地域の安全点検や防災知識の普及・啓発、防災資機材の整備・点検、防災上問題のある箇所の把握・改善、災害時要援護者の把握・対応検討、防災訓練などを行うことが求められます。

また、災害時には、地域住民の安全を確保し、被害を最小限に食い止めるために、自ら率先して行動するとともに、効果的な防災活動が展開されるよう、自主防災組織を指導することが求められます。

このため、リーダーは日常から消防団等関係機関と連携を図っておく必要があります。また、自主防災リーダーを補佐する人の存在も重要ですので、若者や女性など地域の様々な人たちのサポートを得るようにしましょう。

自主防災リーダーとして地域で自主防災活動の中心となっただくために、市町等ではリーダーのための研修会などを開催していますので、詳細は市町の防災担当に相談しましょう。

#### リーダーとして求められる要件

- 防災に関心を持っている
- 防災対策にたずさわった経験がある
- 行動力がある
- 地域において人望が厚い
- 自己中心的でなく、地域住民全体のことを考えることができる
- 様々な意見を取りまとめることができる
- 少数意見を尊重できる

など



## 第2章 平常時の活動

# 1 平常時の活動には

平常時の自主防災活動としては、次のような活動があります。

## ■わがまちの防災計画をつくる(→詳細はp.15参照)

自主防災組織の編成や日常の活動計画、災害時の活動計画などを立案します。

## ■防災知識の普及・啓発(→詳細はp18参照)

地域住民に対する防災知識の普及・啓発を行います。

## ■防災点検の実施(→詳細はp20参照)

地域の地理的条件や資源を点検します。

## ■防災点検マップづくり(→詳細はp28参照)

地域の安全点検を行い、マップをつくります。

## ■住まいづくり・まちづくりの実践(→詳細はp32参照)

安全な住まいづくり・まちづくりを実践していきます。

## ■災害時要援護者対策づくり(→詳細はp43参照)

地域の災害時要援護者に配慮した活動を実践していきます。

「自分たちのまちは自分たちで守る」ためには、“自主防災組織をつくれれば十分”というものではありません。日頃からの活動を継続してこそ、災害時においても地域の力が発揮されるのです。

これらの自主防災活動を継続していく工夫を、自主防災組織のみんなで考え、実践していきましょう。

### 平常時の活動を継続していく工夫(例)

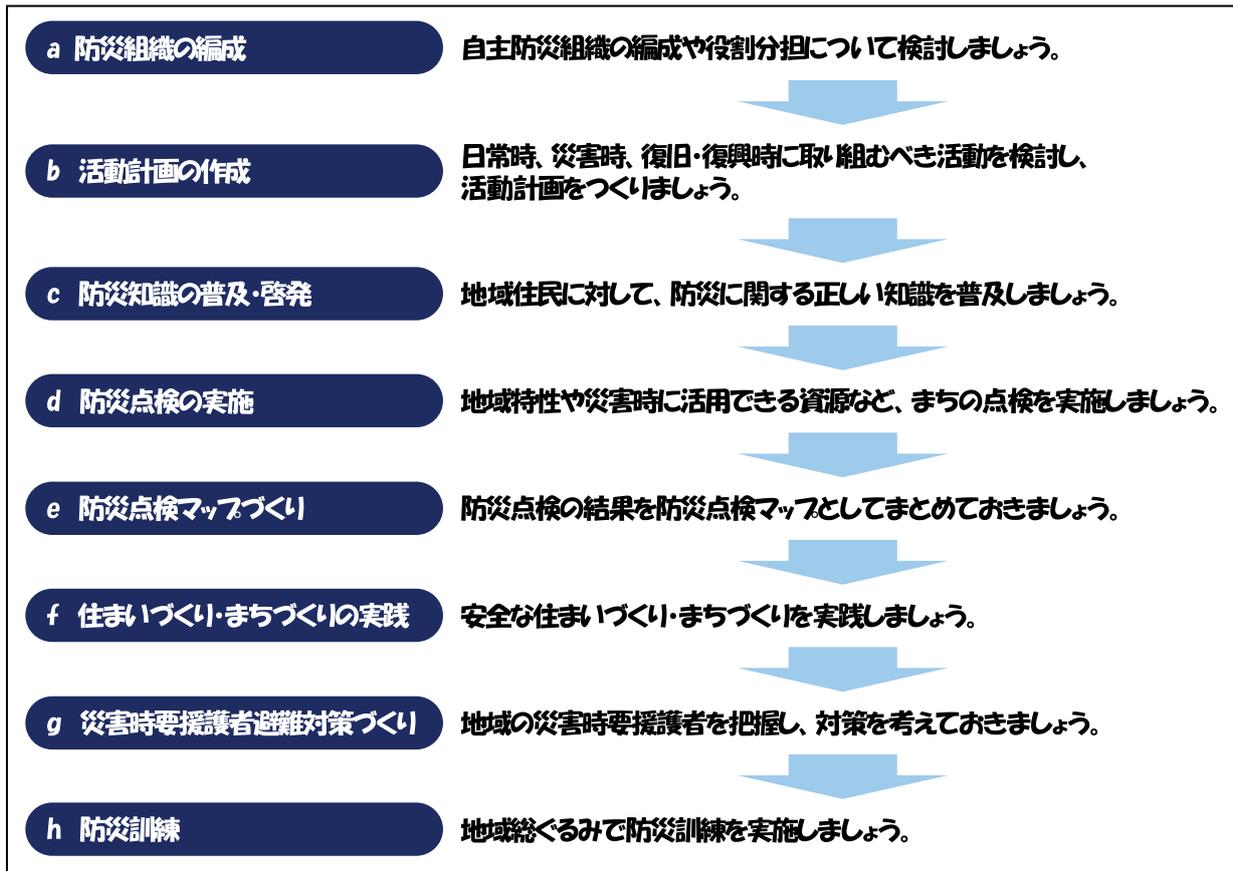
- 年間を通じた活動計画を作成しましょう。
- 事業報告等を行うための総会を少なくとも年に1回は開きましょう。
- 広報誌やニュースレターを出すなど、自主防災組織の活動を地域住民に広く知ってもらいましょう。
- まちづくりや環境保全、子育て支援、青少年育成、防犯、要援護者支援などの活動を通じて、幅広く意識を高めていきましょう。
- 会合や訓練などを開催する場合は、多くの住民の参加を得るために、曜日や時間帯を工夫するようにしましょう。
- 訓練や勉強会などは、地域住民が興味を持って楽しめるようにしましょう。

*地域の実情に応じて、活動内容を工夫していくことが大切です*



## 2 わがまちの防災計画をつくる

自分たちの地域の安全性の向上を図るための様々な取り組みを、計画的に進めていくために、防災計画をつくりましょう。防災計画の作成の流れは次のとおりです。



また、防災計画をつくるときのポイントは次のとおりです。

### 防災計画をつくるポイント

- 地域の実情を踏まえ、どのような活動を優先的に取り組むべきか、活動の優先度・重要度を検討しながら、活動計画をつくりましょう。
- できるかぎり班単位の活動計画をつくるようにしましょう。
- 期間や予算、人員を考慮しつつ、実践的な計画をつくりましょう。

## a 防災組織の編成

**自主防災組織の編成や役割分担について検討しましょう。**

防災計画において、自主防災組織の編成と役割について定めましょう。

自主防災組織の役割としては、初期消火、救助活動、情報の収集・伝達、避難誘導・安否確認、避難所運営、給食給水・生活維持、安全点検・巡回など様々な任務が考えられます。地域の実情に応じて、やるべき事柄を整理し、組織を編成しましょう。（第1章を参照してください）

## b 活動計画の作成

**平常時、災害時、復旧・復興時に取り組むべき活動を検討し、活動計画をつくりましょう。**

### 平常時の活動計画

平常時の活動としては、防災知識の普及・啓発、防災点検の実施、防災点検マップづくり、住まいづくり・まちづくり、災害時要援護者対策、防災訓練など様々な活動がありますので、地域の実情に応じて、取り組むべき活動を検討し、活動計画をつくりましょう。

また、自主防災組織の班編成に沿った形で、班単位の活動計画をつくっても良いでしょう。（第2章・第3章を参照してください）

### 災害時の活動計画

災害時の活動としては、出火防止、初期消火、救助活動、情報の収集・伝達、避難誘導・安否確認、避難所運営、給食給水・生活維持、安全点検・巡回などがあります。地域の実情に応じて、取り組むべき活動を検討し、活動計画をつくりましょう。（第4章を参照してください）

### 復旧・復興時の活動計画

災害発生直後の混乱から時間が経過し、少しずつ気持ちも落ち着きはじめ、いよいよ自分たちの生活や住まいの再建、地域の再生・復興を考える時期になります。

この時期の自主防災組織の活動としては、地域住民の生活再建や地域の再生・復興のための様々な取り組みが考えられます。自分たちのまちの再生・復興のために、どのような課題を解決しなければならないのか、将来の地域づくりをどのように進めたら良いのかなど、地域住民と一緒に考え行動していくことが大切です。（第5章を参照してください）

### c 防災知識の普及・啓発

**地域住民に対して、防災に関する正しい知識を普及しましょう。**

地域住民一人ひとりが防災に関する正確な知識を持ち、災害時に適切な行動をとることができるよう、防災に関する知識の普及・啓発のための活動に取り組みましょう。

### d 防災点検の実施

**地域特性や災害時に活用できる資源など、まちの点検を実施しましょう。**

地域の地理的条件のみならず、どのような人がいるのかといった人的資源、どのような資機材や場所があるのかといった防災資源についても点検し、台帳として整理しておきましょう。

### e 防災点検マップづくり

**防災点検の結果を防災点検マップとしてまとめておきましょう。**

防災点検の結果を図面上に整理した防災点検マップを作成し、地域住民が共有しておきましょう。

### f 住まいづくり・まちづくりの実践

**安全な住まいづくり・まちづくりを実践しましょう。**

各家庭における家庭内安全対策を呼びかけるとともに、地域住民の協働による防災まちづくりを自主防災組織が中心となって進め、誰もが安心して暮らせる地域をつくっていきましょう。

### g 災害時要援護者避難対策づくり

**地域の災害時要援護者を把握し、対策を考えておきましょう。**

災害時に援助が必要な人がどれくらいいるのか、どのような状態なのかなど、地域の災害時要援護者の状況を常に把握し、災害時における対応を考えておきましょう。

### h 防災訓練

**地域総ぐるみで防災訓練を実施しましょう。**

災害時に適切に行動できるよう、防災関係機関の協力を得ながら、実践的な防災訓練を実施しておきましょう。

### 3 防災知識の普及・啓発

#### (1) 防災活動への参加意識の啓発

**災害による被害を軽減するためには、まずは地域住民一人ひとりに、防災に関する正確な知識を持ってもらうことが大切です。**

災害時に自主防災組織が効果的に活動し、被害の発生及び拡大を防止するためには、日頃から災害に備えて準備をしておくことが大切であり、そのためには地域住民一人ひとりが防災に関する正確な知識を持つことが必要です。

自主防災リーダーは、あらゆる機会をとらえて、防災に関する知識の普及を図る必要があります。地域住民に対し防災に関する知識を習得してもらうには、次のような方法が考えられます。

#### 普及・啓発しておく項目(例)

- 自主防災組織の役割や活動内容
- 東南海・南海地震や東海地震などの地震や津波に関する知識
- 注意情報・警戒宣言等の東海地震情報の性格や内容
- 警戒宣言発令時の対応
- 災害時の対応
- 日頃からの家庭内対策
- 災害時要援護者への対応 など

#### 防災知識の普及・啓発方法(例)

- 県や市町が作成・配布している防災計画や手引書など各種資料の活用
- 県や市町が作成・配布している防災教育の教材の活用
- 消防や市町などが主催する講演会・研修会等への参加
- 消防や市町などの協力を得て地域で勉強会やイベントを開催
- 防災まちづくりのための話し合いやワークショップを開催
- 広報紙などを定期的に作成・発行し全戸に配布 など

## (2) 防災活動への参加と実践

**ひとりで多くの住民が地域の防災活動に参加できるような、場や機会をつくるのが大切です。**

地域住民に、自主防災活動の必要性を認識してもらい、活動に積極的に参加してもらえるようにするために、まずは、参加の「きっかけ」となる場や機会をつくりましょう。

また、自分たちが何でもかんでもやらなくてはいけないのかと住民が思うと、それが負担になり足が遠のいてしまいます。地域で取り組むべき課題の優先度・重要度を整理・周知することも大切です。

さらに、継続的に参加することによって「活動に参加することは楽しい」「参加すると役に立つ」と住民が感じることができるよう、活動を工夫していくことが大切です。

## 4 防災点検の実施

### (1) 人的資源（人や団体）を知ろう

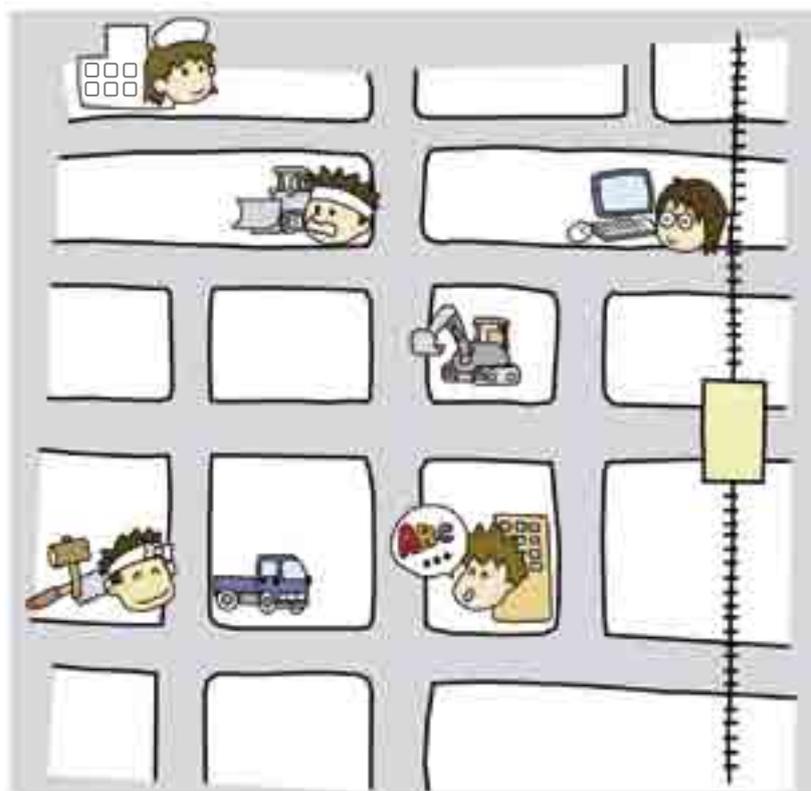
#### a 災害活動協力者の把握

災害時に活用できる資格や技能を持った人が地域にどれくらいいるのか把握しておきましょう。

#### 災害時に活躍すると考えられる資格や技能を持った人(例)

～次のような人がいるかどうか把握しておきましょう～

- 消防団等の消火活動に関する知識や技能を持った人
- 救出救助活動に関する知識や技能を持った人
- 大型トラックや工作機械を操作する知識や技能を持った人
- 医療や看護に関する知識や技能を持った人
- 保育、介護、メンタルケアなど保健福祉サービスに関する知識や技能を持った人
- 情報通信機器の操作などに関する知識や技能を持った人
- 外国語を理解し話することができる人 など



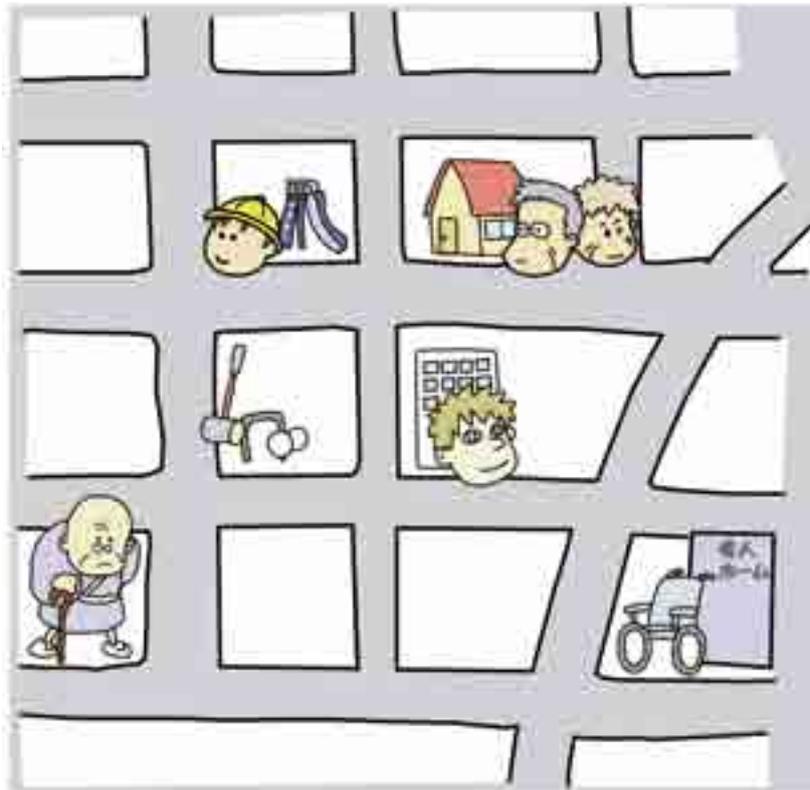
## b 災害時要援護者の把握

災害時に自力で避難することができない人など、地域で災害時要援護者がどれくらいいるのか、どのような状態なのか把握しておきましょう。

### 災害時要援護者の把握(例)

～次のような人がいるかどうか把握しておきましょう～

- 要介護高齢者はどこにいるのか、介助者はいるのか
- 体力的な衰えのある高齢者はどこにいるのか、介助者はいるのか
- 傷病者はどこにいるのか、どのような状態なのか、介助者はいるのか
- 障がい者はどこにいるのか、どのような障がいなのか、介助者はいるのか
- 乳幼児のいる家庭はどこか、昼間・夜間は保護者はいるのか
- 日本語が理解できない外国人はどこにいるのか（日本語が十分に理解できない場合は、情報がうまく伝わらないために避難が遅れたりするなど不利益を受けることもありますので配慮しましょう） など



### c 各種団体の把握

地域には、消防団、婦人防火クラブ、医師会等、青年団、子ども会、老人クラブ、商店会、日赤地域奉仕団、ボランティア団体・NPOのほか、スポーツ振興団体やボーイスカウト・ガールスカウト、無線や料理など趣味のサークルなど、様々な分野の団体が活動しています。

自主防災組織は、日頃からこのような団体・組織との協力関係を築いておくことが大切です。

#### 地域で活動する団体・組織(例)

～次のような団体・組織があるかどうか把握しておきましょう～

- 消防団、婦人防火クラブなど防災や消防に関する団体・組織
- 医師会等、病院・診療所、福祉施設
- 青年団、婦人会、老人クラブ、子ども会
- 商店や工場など事業所の連合会等
- ボランティア団体、NPO、サークル活動団体 など

## d 事業所の把握

平日の昼間に災害が発生した場合などは、事業所からの資機材・施設の提供や従業員による救出活動等への協力など応援が得られるならば、地域にとっても非常に心強いものになります。

このため、地域内にどのような事業所があるのか把握をしておきましょう。また、事業所に対して防災訓練への参加を呼びかけたり、共同で防災訓練や勉強会を開催したり、あらかじめ自治会と事業所の間で応援協定を結んでおくなど、日頃から事業所と連携をとっておくことが大切です。

### 事業所の把握(例)

～地域にどのような事業所があるのか把握しておきましょう～

- どのような事業所があるのか
  - ・ 個人商店、スーパー、コンビニ、飲食店
  - ・ ガソリンスタンド、運送業、土木・建設業、機械・金属加工業 など
- どのような事業活動をしている会社・工場なのか
  - ・ 従業員は何人くらいか
  - ・ 敷地や建物の規模はどれくらいか など
- 防災活動への協力の可能性はあるのか
  - ・ 防災資機材や備蓄物資の協力の可能性はあるのか
  - ・ 敷地や建物を一時的に避難などで利用することは可能か など

## (2) 地域条件を知ろう

### a 地理的条件の把握

自分たちの地域の、地形、地盤、地質、水利、気象条件などの状況を把握しておきましょう。

また、農地や宅地の状況、大規模開発、空地など、地域の土地利用の推移と現状を把握しておくことも大切です。

さらに、自分たちの地域が、過去、これまでどのような災害の被害を受けてきたかという災害履歴を把握しておくことも大切です。

#### 地理的条件のチェック項目(例)

～次のような項目をチェックしてみましょう～

- 地形、地盤・地質、水利、気象条件
  - 農地、森林、宅地など土地利用の状況
  - 市街地の広がりや住宅の密集度の状況
  - 地域指定の状況
  - 崖地・急傾斜地など災害危険区域の指定状況
  - 災害履歴
- など

### b 社会的条件の把握

地域の年齢別人口、世帯構成、災害時要援護者の状況など、人口や世帯に関する状況を把握しておきましょう。また、消防署・消防団や警察署、病院や診療所、福祉施設、商店や工場などの位置や、地域内の道路や公共交通の状況も把握しておきましょう。

#### 社会的条件のチェック項目(例)

～次のような項目をチェックしてみましょう～

- 人口（昼間人口・夜間人口）、世帯数
  - 災害時要援護者の状況
  - 災害時に活用できる資格や技能を持っている人
  - 消防、警察、病院などの位置・アクセス
  - 道路・交通の状況、通信手段の状況
  - 地域の産業施設の位置（商店や工場等）
- など

### (3) 各種台帳の整備

自主防災組織にとって必要な台帳としては、自主防災組織台帳、世帯台帳、人材台帳、災害時要援護者台帳などがあります。これらの台帳は、実際に災害が起きたときに役に立ちますので、地域住民の協力を得て、作成しておきましょう。

また、台帳を「つくりっぱなし」にしては、いざというときに役に立ちませんので、定期的に更新しておくようにしましょう。

台帳には、個人のプライバシーに関する情報を必要とし記入することもありますので、その場合の取り扱いには十分に注意するようにしましょう。

#### ◆ 自主防災組織台帳

自主防災組織の世帯数、役員、防災訓練、座談会・講演会等の活動の状況、避難場所・避難路、危険箇所、防災資機材など、自主防災組織の概要を年次ごとに記録しておくものです。年次ごとに人数や資機材などを点検の上、見直しが必要であるものは、特に会長の引き継ぎ時には必ず次の会長に理解してもらうことが必要です。

#### ◆ 世帯台帳

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。この台帳は避難地での世帯人員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、プライバシーに係ると考えられる項目については書かなくてもよいこととするなどの配慮が必要です。

#### ◆ 人材台帳

災害時の救出・救護活動などに活用できる資格・技能を持った人材をまとめておく台帳です。

#### ◆ 災害時要援護者台帳

自主防災組織内で介護が必要な人など、地域に在住する対象者を把握するための台帳で、避難誘導の際や避難地での対応に役立つものです。

この台帳の作成にあたっては、地区の民生・児童委員の協力も必要となります。プライバシーの確保については十分注意するようにしましょう。

## (4) 防災資源を知ろう

### a 自主防災組織が活用するもの

各種台帳や防災マップ、防災活動に活用できる資格や技能を持っている人の情報は、平常時の防災活動のみならず、災害時における避難誘導などの活動に非常に役立ちます。

また、消防署・消防団や警察署、病院や診療所、福祉施設、商店や工場などの位置や、地域内の道路や公共交通の状況のみならず、空地、丈夫な建物、津波からの緊急避難のための高い建物や高台の空き地など防災活動上活用できる施設も把握しておく必要があります。

さらに、各家庭で備蓄に努めることを呼びかけることに加えて、大規模な災害に備えて、自主防災組織が中心となって、地域として物資の備蓄に取り組んでおくことも大切です。

防災倉庫や備蓄倉庫を整備したり、街路に消火器を設置したりするなど、設備面での取り組みも大切です。

### b 防災資機材の整備・備蓄・調達

災害の発生に備えて、自分たちの地域でどのような防災資機材があるか確認しておきましょう。

各家庭にあるものや平常時から地域にあるもので災害時に利用できるものなどを確認し、定期的に点検を行い、いつでも使用できるようにしておくことが大切です。



～防災資機材を用意しておき、いざというときに使えるようにしておきましょう～

### c 事業所との連携

地域の自主防災活動を進めていく際、事業所などが持っている資機材やノウハウ・技術を把握して最大限活用することが大切です。

例えば、事業所などが持っている消火栓や消火剤、工作資機材、車両などは、消火活動や救助活動等に役立つ可能性があります。また、事業所に勤務している従業員の方々の協力を得ながら、消火活動や救助活動を行うことによって、被害を最小限に食い止めることができる可能性もあります。さらに、事業所などの敷地や建物を避難などのために一時的に使用させてもらうことも考えられます。

地域の一員である事業所に対して、協力を呼びかけ、地域と事業所が連携して防災活動を進めていくことが大切です。



## 5 防災点検マップづくり

### a 災害時に危険な場所や活動時に障害になる場所

災害による被害をできるかぎり少なくするためには、自分たちの住んでいる地域が、災害に対してどのような弱点があるのかということ、日常から地域の実情に詳しい消防団等と連携しながら、具体的に把握しておくことも重要です。そのためには、地震や津波、台風などの災害の発生を想定し、自分たちの地域を自分たちで実際に調べてみて、災害が起きたらどのような状況になるのか予測しておくことが重要です。

地域内の危険な場所としては、津波、高潮、地すべり、崖崩れなどの危険箇所のほか、老朽木造住宅の密集地域や危険施設の周辺地域などがあります。

また、路上の自動販売機や放置自転車などは、地震による揺れで倒れてしまい、避難の際には障害になります。狭い道路も、沿道の家屋のブロックなどが倒れて、通行の妨げになることがあります。

#### 災害時に危険な場所や活動時に障害になる場所(例)

～次のような場所があるかチェックしてみましょう～

- 海岸部（津波・高潮）、急傾斜地・背後に山地がある宅地（がけ崩れ等）、建築年次の古い住宅が密集した地域、ダムの下流地域、河川面や海面より低い地域
  - 危険物（毒劇物、石油・ガソリン等）を取り扱う施設周辺
  - 商店街・アーケード・ビル（ガラス、看板、屋外設置物等が飛散する可能性がある場所）
  - 自動販売機や放置自転車など路上にあるもの（地震の揺れで倒れて通行の障害になる可能性のある場所）
  - 幅の狭い道路、交通渋滞が発生しやすい道路、路上駐車が多い道路
  - 倒壊の危険性のあるブロック塀や門柱
  - 電柱（大きな揺れが起きた場合は傾斜する可能性）
- など

## b 災害時の救出活動・消火活動・被災後の生活に役立つ場所

災害時に役立つ施設や場所としては、地域内に立地する医療機関や福祉施設、事業所など多くの人々が利用する施設があります。

また、河川やため池、学校等のプール、貯水槽や防火用水、井戸などの水源は、消火活動や生活雑水として活用できますし、公園や緑地、広場、公民館・集会所の庭などは、一時的な避難場所になったり、炊き出しなどの活動の場としても役に立ちます。

### 災害時に役立つ施設・場所(例)

～次のような場所があるかチェックしてみましょう～

- 一時的な避難場所や災害時の活動場所として活用できる場所（公園・駐車場・緑地、学校の校庭など）
- 一時的な避難所として活用できる施設（学校施設、公民館・集会所、神社・寺院など）
- 病院・診療所、福祉施設
- 安全に避難できる道路（避難路）
- 地域に立地する企業、災害時の協力事業所
- 河川、ため池、プール、貯水槽、防火用水、井戸などの水源
- 公衆浴場、企業の保養施設 など

## c 自治体のハザードマップ等の確認

自主防災組織や地域住民が、「自分たちのまちを自分たちで守る」ことができるようにするためには、行政が作成・公開しているハザードマップや被害想定などによって、自分たちの地域の危険性などを確認し、必要な対策や取り組みを進めておくことが求められます。

ハザードマップなどで地域の危険性を確認し、地域内の危険な場所や活用できる場所の位置や現況を点検した上で、地図に書き込んでいき、マップを作成します。マップは、地域の防災上の課題を把握し、取り組むべき対策を検討していく上で役立ちます。

また、海溝型地震が発生した場合には、ごく短時間で三重県沿岸部に津波が来襲することが想定されますので、津波の浸水が予測される沿岸地域では、円滑に避難できるように、避難場所や危険箇所の確認を行っておきましょう。

※ハザードマップとは、災害によって被害を受けることが想定される区域や過去の災害実績、避難場所、避難情報の伝達経路などを、住民の皆さんにわかりやすく示した図です。

## 防災点検マップ作成の流れ(例)

### 1 地図を用意しましょう

- 自分たちの地域が入っている地図を用意します。
- 白図などの地図は市町で販売又は配布している場合もありますので市町の防災担当者に相談してみてください。
- また、三重県では簡易携帯型GIS（地理情報システム）＝「M-GIS」（エム・ジーアイエス）を無償公開していますので、ご利用ください。  
(M-GIS <http://www.m-gis.pref.mie.lg.jp>)

### 2 自分たちの地域がどのような災害の被害を受けるのか調べましょう

- 県の被害想定や市町の地域防災計画などで確認して、地図に書き込みます。

### 3 防災点検の項目を洗い出し、整理しましょう

- 点検を行う前に、災害時に危険な場所や活動時に障害になる場所、災害時に役立つ施設・場所について、どのような場所が考えられるか話し合っておきます。

### 4 防災点検を実施しましょう ～タウンウォッチングからマップづくりへ～

- 点検を行う前に整理した点検項目だけではなく、点検しながら気づいた点、気になる点などを地図に書き込んでいきましょう。
- 気づいた点などはカメラやビデオで撮影しておいても良いでしょう。
- 移動の際には、交通事故などにあわないよう十分に安全確認をしてください。

### 5 点検結果について話し合って、防災点検マップをつくりましょう

- 書き込んだ地図や写真などを見ながら、災害時に危険な場所や活動時に障害になる場所、災害時に役立つ施設・場所を整理しましょう。
- 災害時に危険な場所や活動時に障害になる場所については、どのような点が問題で、どのように改善すれば良いのかなどを検討します。
- 災害時に役立つ施設・場所については、どのような活用方法があるのか、制約がある場合はどのように解決すれば良いのかなどを検討します。

### 6 市町村の防災担当に相談してみよう

- 防災点検マップを作成したら、市町の防災担当者にアドバイスをもらいましょう。
- 防災点検マップの作成途中で悩んだり確認したいことがあったら、市町の防災担当者に相談してみよう。

## 県内のタウンウォッチング！による防災点検マップの事例

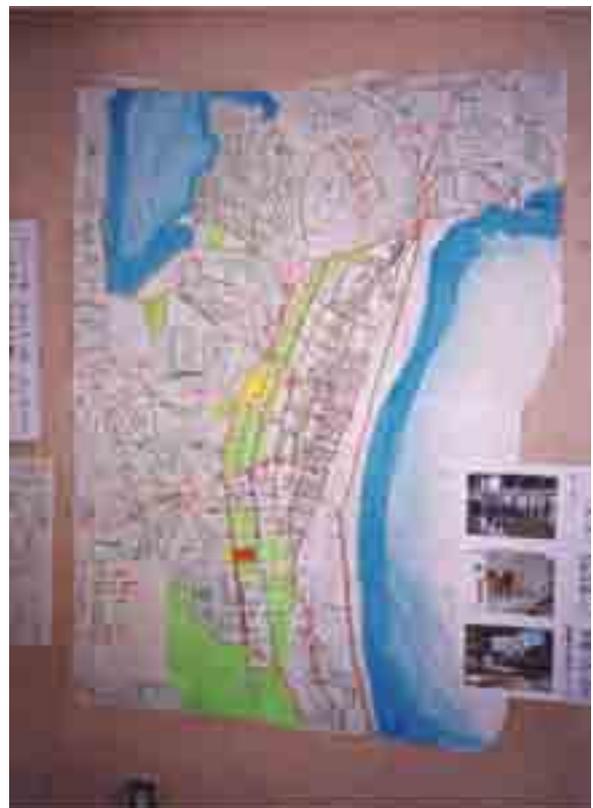
## ●鈴鹿市石薬師町

- ・地域で守るべき道路（避難路）は黄色。この道路への各家からのアクセスは各自の責任。
- ・小学校（右下）を避難地とし、四隅にある消火栓でこの区域を守る。



## ●志摩市阿児町

- ・国府小学校4～6年生の防災点検マップ（津波避難）。
- ・廊下に張ってあるので、後から気付いたことをいつでも書き込める。（黄＝小学校、緑＝田、右青＝太平洋、左青＝的矢湾）
- ・街の人たちは、山手に避難するのに、田を通らないと避難できないため、地域内の高い建物への避難路として外付け階段が整備された。



## 6 住まいづくり・まちづくりの実践

### (1) 防災計画に従った住まいづくり

阪神・淡路大震災では、倒壊した建物の90%以上が新耐震基準（昭和56年）以前に建設されたものと言われています。また、家屋の倒壊・家具類の転倒による圧迫死は、死亡者全体の約88%にも達しました。さらに、ストーブやガスコンロの火を消したり、電気のブレーカーを切ったりするなどの安全確認が十分にできなかったために、発災直後から多数の火災が同時に発生しました。

本ハンドブックでは、次のような家庭内対策・住まいづくりを紹介します。常に、災害が起きたら自分や家族はどうなるのか、ということを考えて、家庭内対策・住まいづくりを、自主防災組織をあげて取り組みましょう。

#### 家庭内対策・住まいづくり(例)

- a 非常持ち出し品の準備、食料・飲料水等の備蓄
- b 家庭内での役割分担や避難場所・連絡方法等の確認
- c 家屋の耐震診断・補強工事
- d 家具等の転倒・落下防止
- e 出火防止
- f フロック塀の点検・改善
- g 屋根・看板等の飛散・落下防止
- h ガラスの飛散・落下防止

### a 非常持ち出し品の準備、食料・飲料水等の備蓄

**各家庭に、非常持ち出し品の準備や物資の備蓄を呼びかけましょう。**

災害の発生直後は、水や食料、生活必需品の確保が非常に困難になります。

日頃の暮らしの中で、水や食料、常備薬、生活必需品などを備えておき、いざというときに持ち出したりできるようにしておくよう、呼びかけましょう。

また、少なくとも1年に1度は点検することも呼びかけましょう。

**大規模な災害も想定して、地域での物資の備蓄を考えておきましょう。**

極めて大規模な災害が発生した場合は、3日以上救助の手が回ってこない場合も考えられますので、そのようなことも視野に入れた地域全体での備蓄についても考えておくことも大切です。



**長期間保存可能な備蓄品(食料品・飲料水)を家族構成に合わせ用意しておきましょう**

地震の直後は食料の確保が十分にできません。救援活動が受けられるまでの必需品は各家庭で備えておく必要があります。

- 被災後の生活を支えるために、1人あたり最低3日分の食料品や飲料水などを準備しておきましょう。
- 水は1人あたり1日に3リットルが目安です。
- 救助が遅れるなど万が一のときに備えて、7日分程度を用意しておきましょう。



## b 家庭内での役割分担や避難場所・連絡方法等の確認

**家庭内で、災害時における役割分担や避難場所などを確認しておくよう呼びかけましょう。**

災害が発生した場合の家族間の役割分担を決めておいたり、あらかじめ災害時における連絡方法や避難先などを家族で話し合い、確認しておくことも大切ですので、そのような対策を各家庭で考えておくよう、呼びかけましょう。

また、通電火災、ガス漏れ事故や空き巣なども考えられますので、避難するときには電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を締め切り、また貴重品は持ち出すなど、各家庭で気をつけるよう呼びかけましょう。

**災害時における地域住民の避難先や連絡方法をあらかじめ把握しておきましょう。**

実際に災害が発生したときの地域住民の避難先や連絡方法をあらかじめ把握しておくことが大切ですので、そのような仕組みをつくっておくと良いでしょう。



## c 家屋の耐震診断・補強工事

**安全な住宅の確保のため、住民に耐震診断や耐震補強工事を呼びかけましょう。**

大規模な地震が発生した場合であっても命を守れるよう、住宅の安全性が保たれている必要があります。例えば、建築してから相当の年数が経過している住宅や、筋交いが少ないなど揺れに弱い構造の住宅などは、地震が発生すると倒壊する危険性がある可能性もあります

自主防災組織は、防災知識の普及・啓発の一環として、県や市町のパンフレットなどを活用して、日頃から住宅の耐震化に関する情報提供などを行っておきましょう。

木造住宅の耐震診断は、専門知識を持っていない方でも可能な簡易耐震診断を行うことができます。木造住宅の簡易診断で危険と判断された場合や心配な場合、また、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、専門家に相談するようにしましょう。耐震診断や耐震補強などには、市町の補助があります。詳しくは、市町の建築・住宅担当者に相談したり、県のホームページで最新の情報を確認しましょう。

### 木造住宅の簡易耐震診断をやってみよう

三重県の「住まい安全安心21」(<http://www.pref.mie.lg.jp/JUTAKU/HP/sumai/21/index.htm>)では、ホームページ上で木造住宅の簡易耐震診断ができます。

The screenshot shows the homepage of the 'Sumai Anzen Anshin 21' website. The main header features the logo and the text '住むために必要な知識や技術を... 耐震・高齢者住宅・長期優良住宅など 住まい'. Below the header, there is a navigation bar with '三重県ホームページ＞住まい＞住まい安全安心21'. The main content area is titled '住まい安全安心21' and includes a 'TOPICS' section with a text block about the Great East Japan Earthquake and the importance of seismic diagnosis. There is also a 'What's New' section with a list of recent updates. At the bottom, there is contact information for the Mie Prefecture Construction Department and a logo for 'e-Check'.

## d 家具等の転倒・落下防止

建物自体の安全性の確保だけではなく、建物内部の安全性を確保しておく必要もあります。

例えば、大きな家具は金具などでしっかり固定したり、高い位置に物を置いたりしないようにするなどの対策をとっておくことが大切です。また、家電機器なども激しい揺れでは大きく動いたり飛び跳ねてしまうこともありますので注意が必要です。寝ているときに地震が起きると、家具などが倒れて身動きがとれないこともありますので、寝る場所には大きな家具類を近くに置かないなど、安全対策が必要です。

自主防災組織は、防災知識の普及・啓発の一環として、県や市町のパンフレットなどを活用し、家庭内の安全対策について情報提供などを行っておきましょう。

### 家具転倒防止のポイント

- 家具を固定するときは、柱や壁の下地のある部分などに金具等を取り付けましょう。
- じゅうたんなどのやわらかい床には、背の高い家具を置かないようにしましょう。
- 家具の上部には軽いものを、下部には重いものを収納するようにしましょう。
- 寝る場所や出入り口付近には家具を置かないようにしましょう。
- ガラス（窓・家具）に飛散防止フィルムを貼りましょう。



ベルトで固定



チェーンで固定



横木と金具で固定



縦木と金具で固定

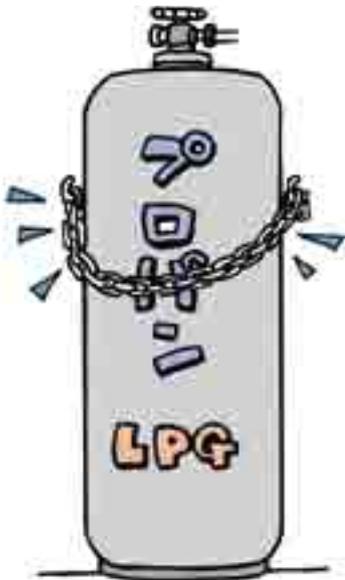
### 家具転倒防止金具等の取り付け事例

## e 出火防止

消火器やバケツを用意しておいたり、風呂に水を張っておくなど、火災が発生しても素早く対処できる準備をしておいたり、ストーブやコンロなど火気を使う器具の点検や石油やスプレーなど可燃性の危険物を適切に管理しておくことも大切です。

自主防災組織は、防災知識の普及・啓発の一環として、県や市町のパンフレットなどを活用し、家庭から火を出さないための対策に関する情報提供や初期消火の訓練などを行っておきましょう。

### プロパンガスの安全対策



●鎖で壁にしっかり固定する。

### ストーブの安全対策



●必ず対震自動消火装置付きのものを使用する。

### f ブロック塀の点検・改善

ブロック塀や門柱は、基礎の根入れがなかったり、鉄筋が入っていないなど、安全でないものもあります。避難路や緊急輸送路に面したブロック塀が倒壊すると、避難や緊急輸送の妨げになりますので、ブロック塀や門柱のある家には自主点検や改善を呼びかけましょう。

例えば、建て替えのときに補強したり生け垣などに取り替えるなど、様々な対策が考えられますので、詳しくは市町の防災・住宅担当者に相談してみましょう。



### g 屋根・看板等の飛散・落下防止

台風などによって、屋根や看板が飛ばされると非常に危険です。屋根やアンテナなど屋外に設置してあるものは定期的にチェックして、心配な箇所があれば補強するよう、呼びかけましょう。また、商店などで看板が風でぐらつくようであれば、しっかりと固定するなど対策を講じるよう呼びかけましょう。



### h ガラスの飛散・落下防止

身近にあるガラスも割れると非常に危険です。強化ガラスに取り替えたり、ガラス飛散防止フィルムを貼ったりするなどし、ガラスの飛散・落下対策を行うよう、呼びかけましょう。



## (2) 防災計画に従ったまちづくり

### a 策定した防災計画と市町関連計画との整合性・調整の復習

防災計画や防災点検マップをつくったら、市町のまちづくり関連計画（市町都市計画マスタープランなど）の内容を確認しておきましょう。また、市町や消防に、防災計画の内容を確認してもらい、防災計画や活動内容に対するアドバイスや留意点などを教えてもらおうと良いでしょう。

### b 住民と行政の協働ですすめるまちづくり

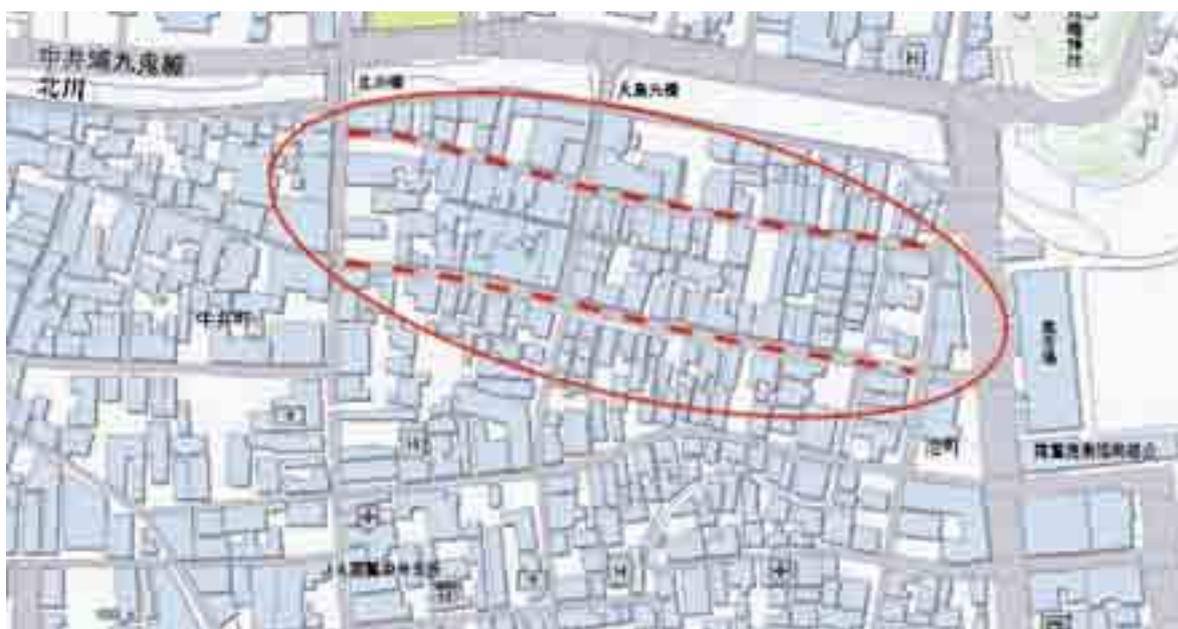
安全な地域づくりのためには、地域に住み、活動する、様々な人たちの連携が不可欠です。防災計画をつくったら、自主防災組織が中心となって、行政、地域住民や地域の様々な団体・組織、事業所などと連携を図りながら、計画に従って取り組みを実践し、避難場所や避難路、火災の延焼を防ぐ広場や空地を確保するなど、安心して暮らせるまちづくりを進めましょう。

また、防災計画に従った取り組みを進めていくにあたって、新たに課題や問題点などが出てきた場合は、市町や消防に相談しアドバイスをもらおうと良いでしょう。

さらに、各戸に対して住宅の耐震補強や家具の固定、出火防止などの家庭内対策を呼びかけるとともに、自主防災組織が地域の防災活動の先導役となり、地域住民や事業所などと一緒に地域の安全点検や災害時要援護者への対応などに取り組み、日頃から安全安心なまちづくりを進めましょう。

### 地域住民が協働で進めるまちづくりの事例

尾鷲市港町では、昭和19年の東南海地震による津波で大きな被害が生じました。まちを復興する際、道路に面した住民の協力を得て、避難がスムーズにできる幅の広い道路をつくりました。



縮尺 1 : 3000

### c 「まちづくり協議会」づくりへの心構えと学習

安全な地域づくりを総合的・計画的に進めていくためには、できるかぎり多くの地域住民の参加を得ながら、まちづくり協議会などの住民組織をつくって、組織的に取り組んでいく必要があります。自主防災組織のノウハウや組織力を生かしていくことが大切です。

まちづくり協議会など住民組織をつくる際に、他の地域ではどのような取り組みがなされているのかということを勉強したり、市町に住民組織のつくり方等を相談すると良いでしょう。そして、自分たちの地域では、どのような問題や課題があり、どのような活動に取り組む必要があるのか、どのような住民組織をつくったら良いかなどを、住民同士が十分に議論していくことが大切です。

## 7 災害時要援護者対策づくり

### a ネットワークの基盤として期待される組織

災害時要援護者に対しては、防災や福祉・医療など災害時要援護者対策に関連する組織や団体が有機的に連携して対応にあたる必要があります。

自主防災組織や社会福祉協議会や民生・児童委員協議会、医療施設、福祉施設などは、日頃から協力関係を構築しておくことが大切です。

### b 実施主体として期待される組織

災害時要援護者支援の実施主体としては社会福祉協議会が期待されます。また、自主防災組織は、災害時において避難誘導や情報伝達などの実動部隊として活動することが期待されていることから、日頃から社会福祉協議会と連携を図り、災害時要援護者支援に取り組んでいくことが大切です。

### c 支援ネットワークの働き

日頃から、災害時要援護者を地域全体で見守り、支援していくことが大切です。また、災害時要援護者がどこに住んでいて、どのような状態なのか、ということの日頃から把握し、コミュニケーションをとっておけば、いざというときに速やかに災害時要援護者を助け出すことができます。自主防災組織においては、日常時の活動において、社会福祉協議会など関係機関と連携しながら、災害時要援護者に配慮した活動を実践していきましょう。

また、地域に看護師等の保健・医療・福祉の専門職や経験者がいれば心強いことから、そのような専門的な知識・技能を持った人を把握するとともに、防災活動に参加するよう呼びかけましょう。

#### d 連携先とその役割

災害時要援護者支援に関係する団体・組織とその役割は次のとおりです。

##### ○民生・児童委員協議会

- ・要援護者に関する情報の把握
- ・要援護者に対する情報提供や意識啓発などにおいて、自主防災組織との日常的な連携が可能

##### ○関係行政機関

- ・障がい者に関する情報の把握
- ・障がい者に対する情報提供や意識啓発などにおいて、自主防災組織との日常的な連携が可能

##### ○ケアマネジャー・ソーシャルワーカー

- ・介護サービスの提供・調整
- ・介護サービス受益者に対する情報提供や意識啓発などにおいて、自主防災組織との日常的な連携が可能

##### ○関係団体（老人クラブ、障がい者団体、母子寡婦福祉会等）

- ・要援護者に直接働きかけたいときなどにおいて、自主防災組織との日常的な連携が可能

##### ○医師・保健師等

- ・傷病者、乳幼児とその保護者等に対して働きかけたいときなどにおいて、自主防災組織との日常的な連携が可能

##### ○その他活動協力者

- ・様々な分野で活動しているボランティア団体やNPOなどと連携することにより、情報提供や意識啓発など多方面で効果の拡大を図ることが期待

## 第3章 防災訓練

## 1 防災訓練の目的

**災害が発生した場合に適切な行動ができるよう、各年齢層の住民や事業所、防災関係機関などとの連携を十分に図いながら、実践的な訓練を行いましょう。**

災害の規模が大きければ大きいほど、人命救助や消火などの緊急対策の需要が増大するため、防災関係機関はすべての地域に手が回らない状況になります。

「自分だけは大丈夫」「自分たちの地域だけは大丈夫」と思っていると、実際に災害が発生したときに、被害を拡大させてしまいます。普段からできないことは、災害時に急いでできるものではありません。

このため、災害時に適切に行動できるよう、実践的な訓練を行っておくことが重要です。訓練の実施にあたっては、自主防災組織だけではなく、各年齢層の住民や事業所、防災関係機関などとの連携を十分に図いながら行うことが重要です。



## 2 訓練の成果をあげるために

### (1) 計画的な訓練の実施

限られた時間の中で効果的な訓練を実施するために、訓練の目的や内容等を明確にした訓練実施計画をつくりましょう。

### (2) 関連機関との調整

訓練実施計画を作成したら、市町の防災担当や防災関係機関に内容を検討してもらおうと同時に、訓練への協力を依頼します。

また、訓練会場を確保したら、市町の防災担当や防災関係機関に早めに届け出るようにしましょう。届け出の内容は、日時、責任者、訓練内容、訓練会場、目的、参加予定人数などです。

消火訓練や救出・救護訓練などは危険を伴いますので、市町の防災担当や消防署など防災関係機関との入念な打ち合わせを行いましょう。

### (3) 訓練の実施を周知徹底し、日時や訓練内容に変化をつける

様々な広報手段を活用して訓練の日時や内容の周知徹底するとともに、訓練の日時や内容を変えるなど、多くの地域住民が参加できるようにしましょう。

訓練の実施を周知徹底	○訓練日時・内容等を記載した回覧板やポスター・チラシ、広報を利用して、訓練の実施を「知らなかった」人がいないように徹底させましょう。
訓練の日時に変化をつける	○いつも同じ日時に実施していると、同じ人しか参加できないため、休日や夕方・夜間など多くの人が参加できる日時に設定してみましょう。
訓練内容に変化をつける	○毎回同じような訓練の内容では、参加している人も慣れてしまい、結果的に参加者が減少することにもなります。このため、訓練の内容に変化をつけましょう。 ○初期消火訓練や避難誘導訓練、救出・救護訓練のほか、炊き出し訓練、地域の保育所や老人ホームなどとの合同訓練など、地域の実態に応じて訓練内容を考えてみましょう。 ○防災運動会や防災クイズなど、楽しみ、競いながら、知識や技術を習得する方法もあります。

## (4) 興味を持って参加、楽しめる訓練

地域住民が防災訓練に参加するということは、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認識してもらう良いチャンスです。

このため、防災訓練の中に、イベントを取り入れるなど、できるかぎり多くの住民が参加したいと思うような工夫をしましょう。また、外国人の方や体の不自由な方などにも積極的に参加してもらう工夫もしましょう。



資機材組み立て



資機材点検



バケツリレー



担架リレー

## 3 各種訓練内容

ここでは各種防災訓練の内容を紹介しますが、いくつかを組み合わせる実施したり、地域の事業所に勤める従業員や福祉施設などとの合同訓練、他地域の自主防災組織との合同訓練など、いろいろなバリエーションが考えられますので、地域の特性に応じて防災訓練を立案し実施しましょう。

### ■防災訓練の種類

防災訓練には、初期消火訓練、救出・救護訓練、情報収集・伝達訓練、避難誘導訓練、給食給水訓練、図上訓練などがあります。本ハンドブックでは、次の訓練の内容について解説します。

#### ◆ 初期消火訓練

火災が発生した場合にすぐに消火できるよう、消火器やバケツ、可搬ポンプを使用した初期消火を実施できるようにするための訓練です。

#### ◆ 救出・救護訓練

倒壊家屋などの下敷きになった人を救出する方法や、けが人の手当や搬送などの応急救護を実施できるようにするための訓練です。

#### ◆ 情報収集・伝達訓練

通信手段が途絶又は混乱する中で、必要な情報を収集し、また、防災関係機関等からの情報を地域住民に正しく伝達するための訓練です。

#### ◆ 避難誘導訓練

突然災害が発生した場合でも速やかに安全な場所に避難できるようにするための訓練です。

#### ◆ 給食給水訓練

災害時において住民に円滑に救援物資や飲料水を配給するための訓練です。

#### ◆ 避難所運営訓練

避難所生活での避難所での様々な活動を円滑に行うための訓練です。

#### ◆ 図上訓練

防災点検マップを活用し、地域の防災について地域住民同士が考えていくための訓練です。

地域の安全を守るため、自主防災組織が中心となって地域住民や事業所等と一緒に、これらの訓練に取り組みましょう。

## ■地域の特性に応じた訓練の実施

災害の種類は、地震、津波、暴風、豪雨、洪水、高潮、土石流、地すべり、崖崩れ、密集市街地での延焼火災など様々なものがあります。自分たちの地域の特性を考えて、効果的な訓練を実施しましょう。また、ここに例示がないものであっても、地域の特性を考慮し、必要と考えられる訓練を自主防災組織で考えて実践しましょう。

浸水の恐れのある地域	○津波・高潮を想定した訓練 ・危険情報や避難勧告をすぐに伝達するための訓練 ・短時間で高台等に避難するための訓練 ・海水浴客や釣り客に対する避難誘導も加えた訓練 など
急傾斜地に隣接した地域	○土石流、地すべり、崖崩れを想定した訓練 ・危険情報や避難勧告等をすぐに伝達するための訓練 ・短時間で安全な場所に避難するための訓練 など
密集市街地	○延焼火災、家屋倒壊、避難路閉塞を想定した訓練 ・初期消火訓練 ・避難誘導訓練 ・倒壊家屋からの救出・救護訓練 など
観光地	○観光施設利用者の避難誘導を想定した訓練 ・危険情報や避難勧告等をすぐに伝達するための訓練 ・避難誘導訓練 など
福祉施設等に隣接した地域	○保育所、老人福祉施設など福祉施設との協働訓練 ・危険情報や避難勧告等をすぐに福祉施設等に伝達するための訓練 ・高齢者や障がい者等の避難誘導訓練 など
企業・事業所が混在する地域	○住民と事業所の協働訓練 ・昼間の発災を想定した避難誘導訓練 ・救出救助訓練 など ※地域と企業・事業所との協働の取り組みが大切です

## (1) 初期消火訓練

大地震が発生した場合、最も怖いものの1つは火災です。阪神・淡路大震災では、火災によって7千棟以上、関東大震災では40万棟以上の家屋が、火災によって焼失しました。

火災を起こさないために、各家庭・事業所において出火防止対策を積極的に行うとともに、火災が発生した場合にすぐに消火できるよう、初期消火方法を習得しておくことが大事です。

自主防災組織は、初期消火活動を狙いとして訓練します。代表的な訓練には、バケツリレーによる消火、消火器による消火、可搬ポンプによる消火があります。



消火器を使用した訓練の様子



## ■消火器を使用した訓練■

### 【手順】

- オイルパンを用意し、オイルパンに水と灯油等を入れます。（水を数cm入れて）
- 風上から点火します。
- 粉末消火器等で消火します。

### 【注意】

- ・点火は専用の点火棒を使い、絶対に直接マッチで点火するようなことをしない。
- ・燃料用の油類の容器は、10m以上離し密栓する。
- ・予備の消火器を用意する。
- ・訓練後の廃油の処理に留意する。
- ・風下の住宅等との距離を十分とる。

消火するときは、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付いて放射します。

粉末消火器を使用した時は、燃烧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水を十分かけておくことが必要です。

### ※消火器の使い方※



### ※消火器の種類※

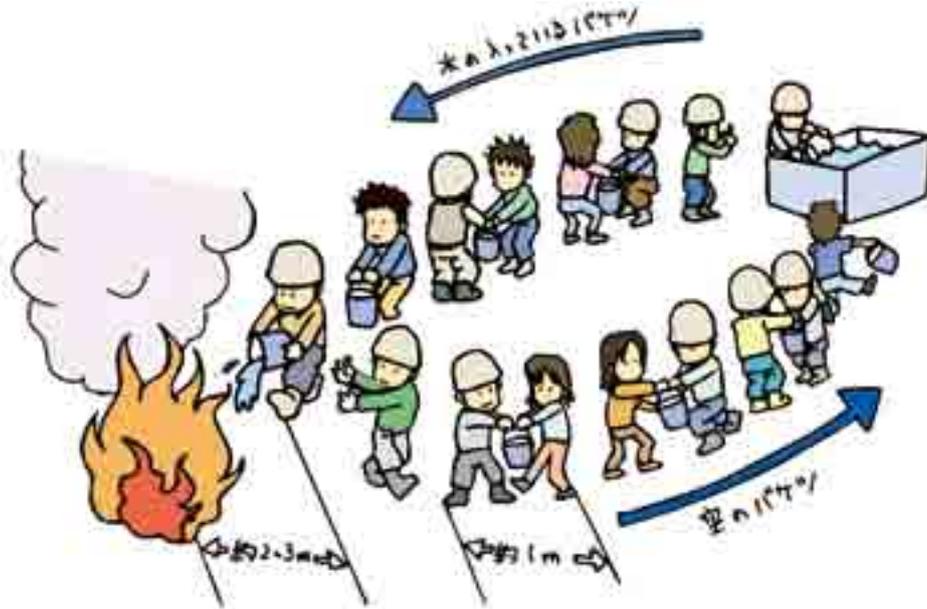
消火器には次表の火災の適応表示があります。また、消火器には、飛距離などの情報も記載されていますので、確認しておきましょう。

消火器の表示	適応火災	火災の内容
白色	普通火災	木材、紙、布などが燃える火災用
黄色	油火災	灯油、ガソリンなどが燃える火災用
青色	電気火災	電気設備などが燃える火災用

### ■バケツリレーでの消火訓練■

**【手順】**

○バケツリレーのチームをつくります（水の入っているバケツ班とカラのバケツ班）。



○火災の状況を示します（可燃物に風上から着火）。

○人は背中あわせに2列に並び、バケツを中継します。



## ■三角バケツでの消火訓練■

○バケツを持って風上から近寄り、安全距離2～3mをみて、注水位置を決めます。  
○火の勢いを抑えるように注水します。



両足を開き腰を落とす

前に押し出すような気持ちで  
1回目はやや下に向けて投水。

2回目は火元の上の方から  
数回にわけて投水。

## 【注意】

- ・可燃物にはオイルパンは使用しない。
- ・予備の消火器を用意する。
- ・見学者は火元から10m以上離す。

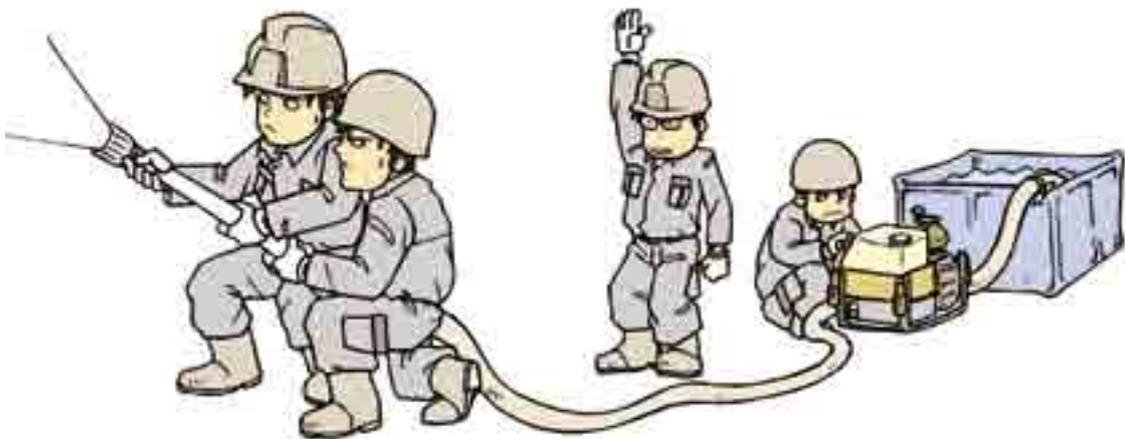
## ■可搬ポンプでの消火訓練■

### 【手順】

- 動力ポンプを固定します。
- 吸管を動力ポンプへつけます。
- 吸管を防火水槽やプールなどに入れます。
- 動力ポンプの接手へホースをつけます。1本のホースで足りない場合は、もう1本のホースを継ぎ足します。

### 【注意】

- ・水利をあらかじめ確認しておく。(耐震性貯水槽、防火井戸、防火水槽、プール、河川等)
- ・原則として屋外側から放水を行う。
- ・訓練にあたっては、消防署員、消防団員などの指導を受ける。



## (2) 救出・救護訓練

### ① 救出訓練

倒壊家屋からの救出訓練は、高度な専門知識・技術が必要です。このため、自主防災組織は地震発生直後に家屋等（ブロック塀を含む）の倒壊により下敷きになった人をバールや角材、ジャッキなどを使用して救出し、搬送することを訓練します。訓練の際には、消防署員、消防団員、大工、とび職人など手慣れた人を中心に、事前に家屋のつくりや救出の仕方について指導してもらいましょう。

#### ■ 建物の屋根を破壊した救出活動 ■

##### 【手順】

- 廃材やベニヤを利用して、倒壊した建物の屋根（幅4m、高さ3m程度）をつくります。
- 家屋の中に人形を入れるなど、生存者のいることを示しておきます。
- 救出にあたっては、倒壊建物の中にいる人に声をかけ、安心感を与えます。
- ジャッキなどを使って屋根を持ち上げたり、斧やバールで屋根を壊します。

※瓦ぶき：大バールやおので瓦を引き剥がし、おのを使い野地板をたる木にそって切断。

※タンぶき：鉄板の接続部分近くにバールを入れて引き剥がし、野地板をたる木にそって切断。

※スレートぶき：おのの背部で叩き割って除去し、野地板をたる木にそって切断。

#### ■ 倒壊家屋からの救出 ■

##### 【手順】

- 廃材を利用して倒壊した建物をつくります。
- 家屋の中に人形を入れるなど、生存者のいることを示しておきます。
- 救出にあたっては、倒壊建物の中にいる人に声をかけ、安心感を与えます。
- 木材・バール（木材の太さは10cm以上）をテコにしたり、ジャッキ（パンタグラフ型が使いやすい）を用いて、すき間をつくらせます。
- すき間が崩れないように角材（長さ40～50cm）で補強し救出します。



### ※救出訓練の準備・実施にあたっての注意※

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しましょう。

- ・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、見学者等が十分距離をおく、切る角材等は地面にしっかりと台を置き固定する、指導者が監視するなど、安全に十分注意する。
- ・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、消防署員、消防団員などの指導を受ける。

## ②救護訓練

応急手当とは、医療機関で診療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。

救護訓練は専門的な知識・技術を必要としますので、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す。

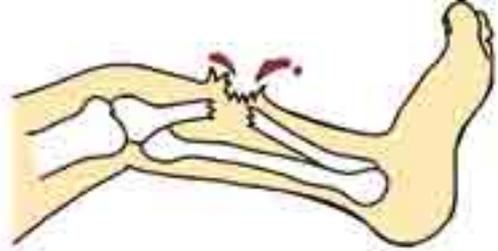
自主防災組織の救護班は、住民参加の訓練とは別に、日本赤十字社や消防機関などが行う救命講習や応急手当講習などを受講して、より専門的な訓練を受けることが求められます。



## ■骨折に対する応急手当■

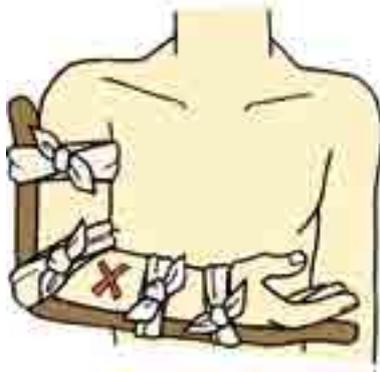
### ①骨折の部位や出血の有無を確認します。

- 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します。
- 痛み・はれ・変形などのほか、骨が飛び出していることもあります。

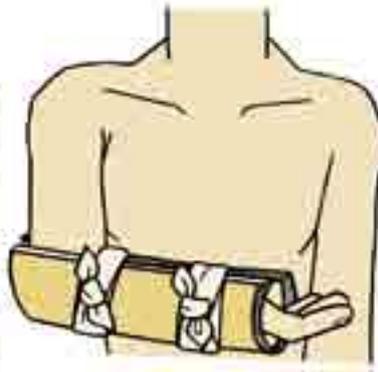


### ②副木をあて、骨折部を三角巾などで固定します。

- 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します。
- 固定するときは、傷病者に知らせてから固定します。
- 副木がない場合は、新聞紙や雑誌、棒、板、傘、バッドなど身近なものを利用します。



副木での腕の固定



雑誌を利用した前腕部の固定



三角巾などで腕をつるす

## ■熱傷（やけど）に対する応急手当■

### ①熱傷の程度を調べます。

○赤くなっている（Ⅰ度）水疱か水疱が破れた状態（Ⅱ度）白っぽくなっている（Ⅲ度）

片方の手のひらの面積が  
体表面積の1%と考えて  
熱傷の面積を調べます

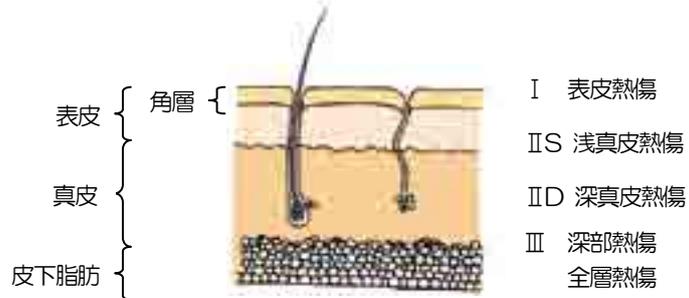


#### [重症熱傷]

- ・Ⅱ度の熱傷で、体表面積の30%以上の熱傷の人
- ・顔の熱傷で、Ⅲ度の熱傷又は鼻毛の焦げている人
- ・Ⅲ度の熱傷で、体表面積の10%以上の熱傷の人

※老人や乳幼児はこれ以下であっても重いことがあります。

※顔の熱傷で鼻毛が焦げている時は、重いと判断します（気道熱傷）。



### ②応急手当をします。

#### ●Ⅰ度や狭いⅡ度の熱傷の場合。

○できるだけ早く、きれいな冷水で15分以上痛みがなくなるまで冷やします。

○十分に冷やしてから、きれいなガーゼをあて、三角巾や包帯などをします。

[ポイント]

- ・靴下など衣類を着ている場合は、衣類ごと冷やします。
- ・Ⅰ度で広い範囲の熱傷の場合は、体が冷えすぎないように注意します。
- ・水疱を破らないようにします。
- ・薬品を塗ってはいけません。

#### ●広いⅡ度やⅢ度の熱傷の場合。

○広い範囲の熱傷の場合は、きれいなシーツなどで体を包みます。

○Ⅲ度の狭い範囲の熱傷の場合は、きれいなガーゼやタオルなどで患部を覆います。

[ポイント]

- ・Ⅲ度やⅡ度の広い範囲の熱傷の時は、冷やすことよりも、早く医師の診察を受けるようにします。

#### ●化学薬品による熱傷の場合。

○衣類や靴などをすぐに取り除きます。

○体に付いた薬品を水道水などで20分以上洗い流します。

○目に入った場合は、水道水などで20分以上洗い流します。

[ポイント]

- ・薬品を洗い流す場合は、ブラシなどでこすってはいけません。
- ・化学薬品に限らず、目の熱傷の場合は、絶対に目をこすってはいけません。

## ■心肺蘇生法■

### ①周囲の状況を確認します

○傷病者に近寄る前に周囲を見渡して安全であることを確認します。

### ②意識を調べます

○傷病者に近づき、肩をやさしく叩きながら大声で呼びかけます。  
乳幼児の場合は足の底を刺激します。



### ③助けを呼びます

○傷病者に反応がなければ大きな声で「誰か来てください！人が倒れています！」などと大きな声で叫んで周囲の注意を喚起します。  
そばに誰かがいる場合は119番通報するよう依頼し、近くにAEDがあれば、それを持って来るよう指示します。



### ④気道を確保します

○片方の手を額に当て、もう一方の手の指先を傷病者のあごの先端部分に当てて持ち上げます。(頭部後屈あご先拳上法)



### ⑤呼吸を調べます(10秒以内で確認する)

○普段どおりの息があるかどうかを、「見て・聴いて・感じて」調べます。  
○気道を確保した状態で、傷病者の胸の動き(息をするたびに上ったり下がったりします。)を見ます。  
○姿勢を低くし、頬を傷病者の口・鼻に近づけ、呼吸の音を確認するとともに、自分の頬に傷病者の吐く息を感じます。



### ⑥胸骨圧迫を行います

- 直ちに胸骨圧迫を開始します。
  - 肘を伸ばして体重をかけ、1分間100回以上のテンポで傷病者の胸が少なくとも5cm沈み込む程度圧迫します。
  - 圧迫と圧迫の間（圧迫を緩めている間）は、胸が元の高さに戻るよう十分に圧迫を解除します。但し、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ないようにします。
- ※訓練を受けている救助者は、人工呼吸も行います。



### ⑦AEDを装着します（自動的に2分間隔で電気ショックの必要性を判断します。）

- 必要あり → 電気ショック1回。その後直ちに胸骨圧迫を開始します。
- 必要なし → その後直ちに胸骨圧迫を開始します



### ⑧救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に呼吸や自発的な仕草が認められるまで胸骨圧迫を続けます

## ＜救命措置（心肺蘇生法）の新指針に＞ について＞

新指針は救急の専門家による「国際蘇生連絡委員会」の勧告に従い、平成22年10月に公表されました。

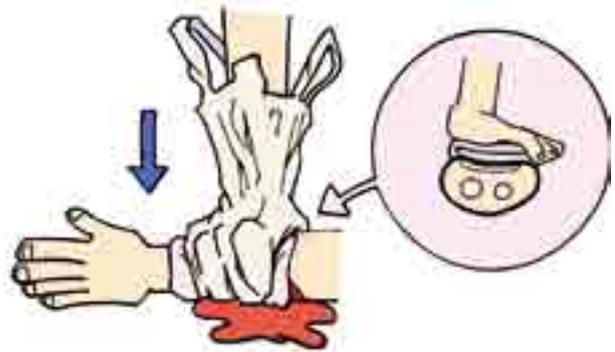
一般市民が行う場合には、胸骨圧迫を優先し、人工呼吸は必ずしも行う必要はないとされました。

## 止血■

一般に、体内の血液の20%が急速に失われると出血性ショックという重い状態になり、30%を失うと生命に危険を及ぼすと言われています。このため、多量の出血がある場合は、迅速な止血処置が必要となります。

### 1 直接圧迫止血法

- 出血部位を圧迫し、包帯をします。
  - きれいなガーゼやハンカチなどを傷口にあて、手で圧迫します。
  - 大きな血管からの出血で、片手で圧迫しても血が止まらない場合は、両手で体重を乗せながら圧迫止血します。
- [ポイント]
- ・止血の手当を行う時は、感染防止のため血液に触れないように注意します。
  - ・ビニールの買い物袋を使用すると良い。



### 2 間接圧迫止血法

- 主に手や足から出血している場合、出血している部位より心臓側に近い部位の止血点を手や指で圧迫し、止血します。
- 長く圧迫し続けることのないよう注意し、早めに医師の治療を受けるようにしましょう。



## ■負傷者の搬送■

自力避難が困難な人を安全な場所に搬送することができるよう、応急担架のつくり方と搬送要領を普段から訓練しておくことが大切です。

搬送を行う際は、できるかぎり患者に動揺を与えず、また、運び終わるまで患者を観察し続けるようにしてください。

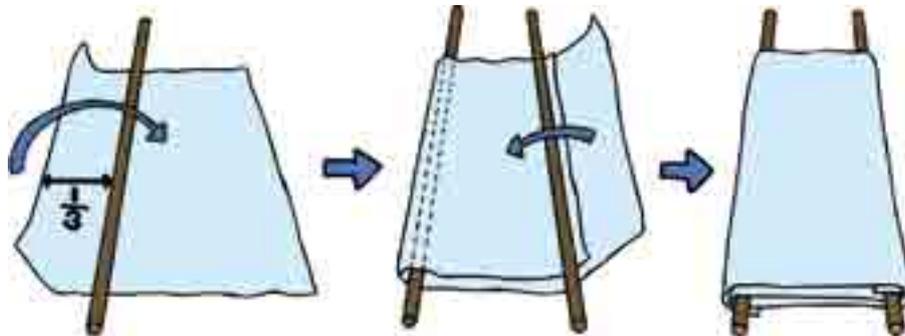
### 毛布等を利用した応急担架

○使用資機材

- ・棒（竹・木・鉄パイプ等）（180～200cm）2本
- ・毛布

○つくり方

- ・毛布を地上に広げて置く。
- ・毛布の3分の1のところを棒を置き、その棒を包むように毛布を折り返す。（傷病者の身長に適応する毛布を縦・横に使い分ける）
- ・折り返される毛布の端（二重になっているところ）にもう1本の棒を置き、その棒を折り込むように残りの毛布を折り返す。



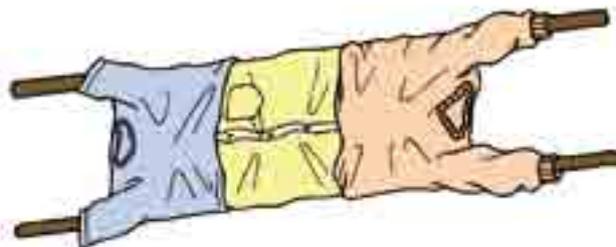
### Tシャツ等を利用する方法

○使用資機材

- ・棒（竹・木・鉄パイプ等）
- ・Tシャツ、セーター、ジャンパー等2～3着

○つくり方

- ・丈夫なTシャツ等を地上に置き、2本の棒を腕の部分に通して使用する。
- ・身長にあわせて枚数を決める。



### いすを利用する方法

○使用資機材

- ・いす



### 資機材なしで搬送する方法

#### <1名で搬送する方法>

○背部から後方に移動する方法

[ポイント]

- ・おしりをつり上げるようにして移動させます。



○横抱きで搬送する方法

[ポイント]

- ・乳幼児や小柄な人は横抱きにして搬送します。



○毛布、シーツを利用する方法

[ポイント]

- ・傷病者の状態、けがの部位により、最も適切な方法を選んでください。



○背負って搬送する方法

[ポイント]

- ・傷病者の両腕を交差又は平行にさせて両手を持って搬送します。



〈2名で搬送する方法〉

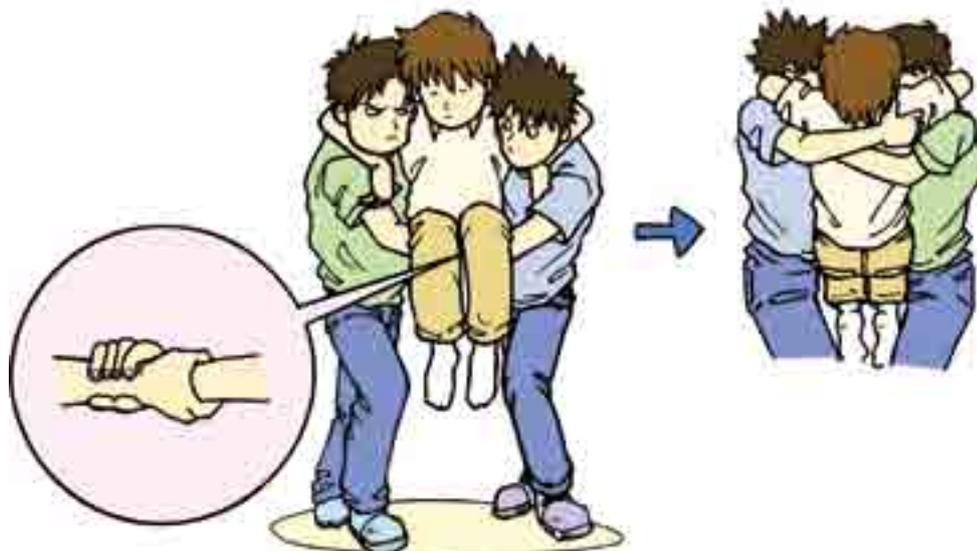
○傷病者の前後を抱えて搬送する方法



○手を組んで搬送する方法

[ポイント]

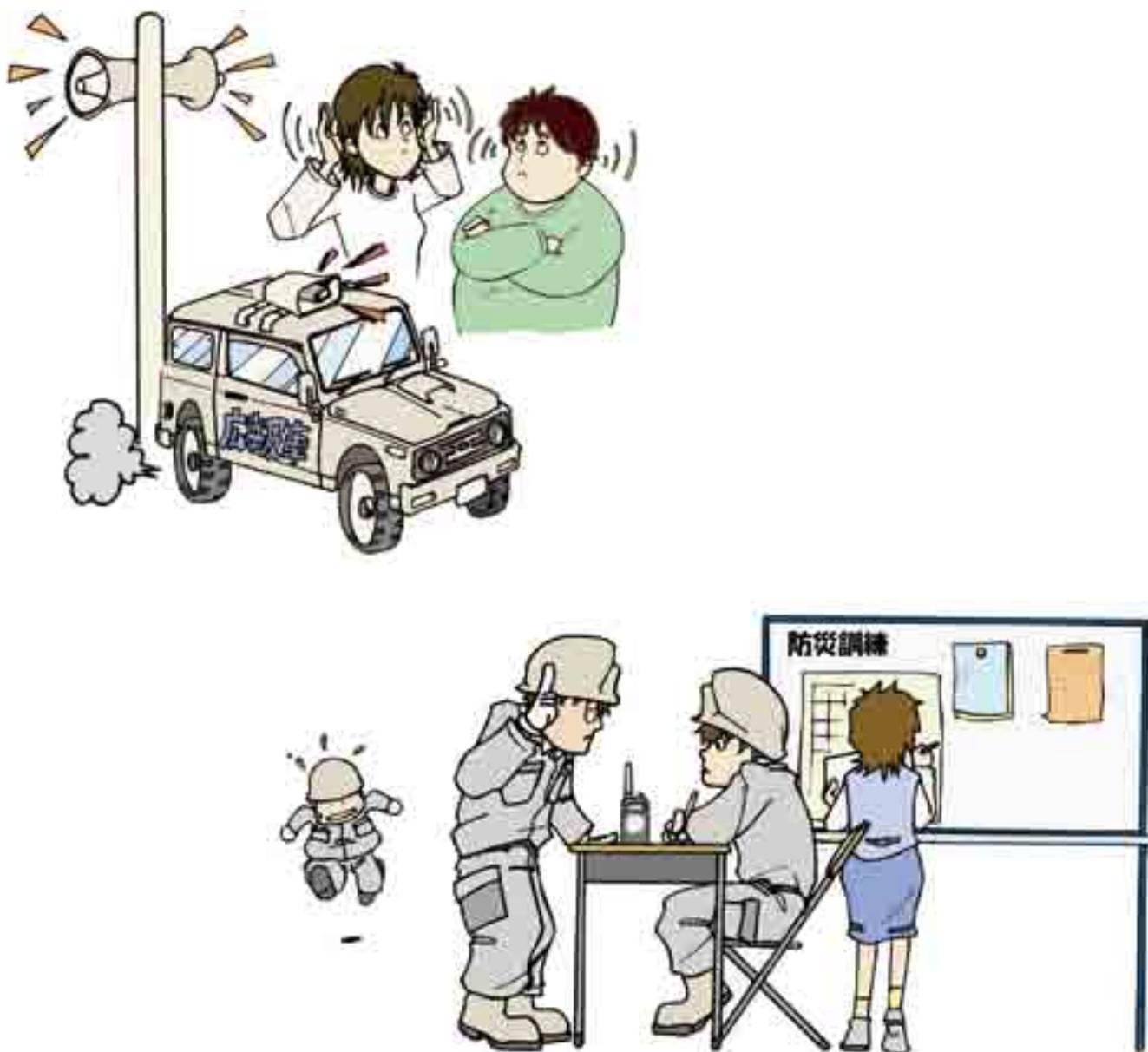
- ・傷病者の頸が前に倒れるおそれがあるので気道の確保に注意してください。2名がお互いに歩調を合わせ、搬送に際して傷病者に動揺を与えないようにします。



### (3) 情報収集・伝達訓練

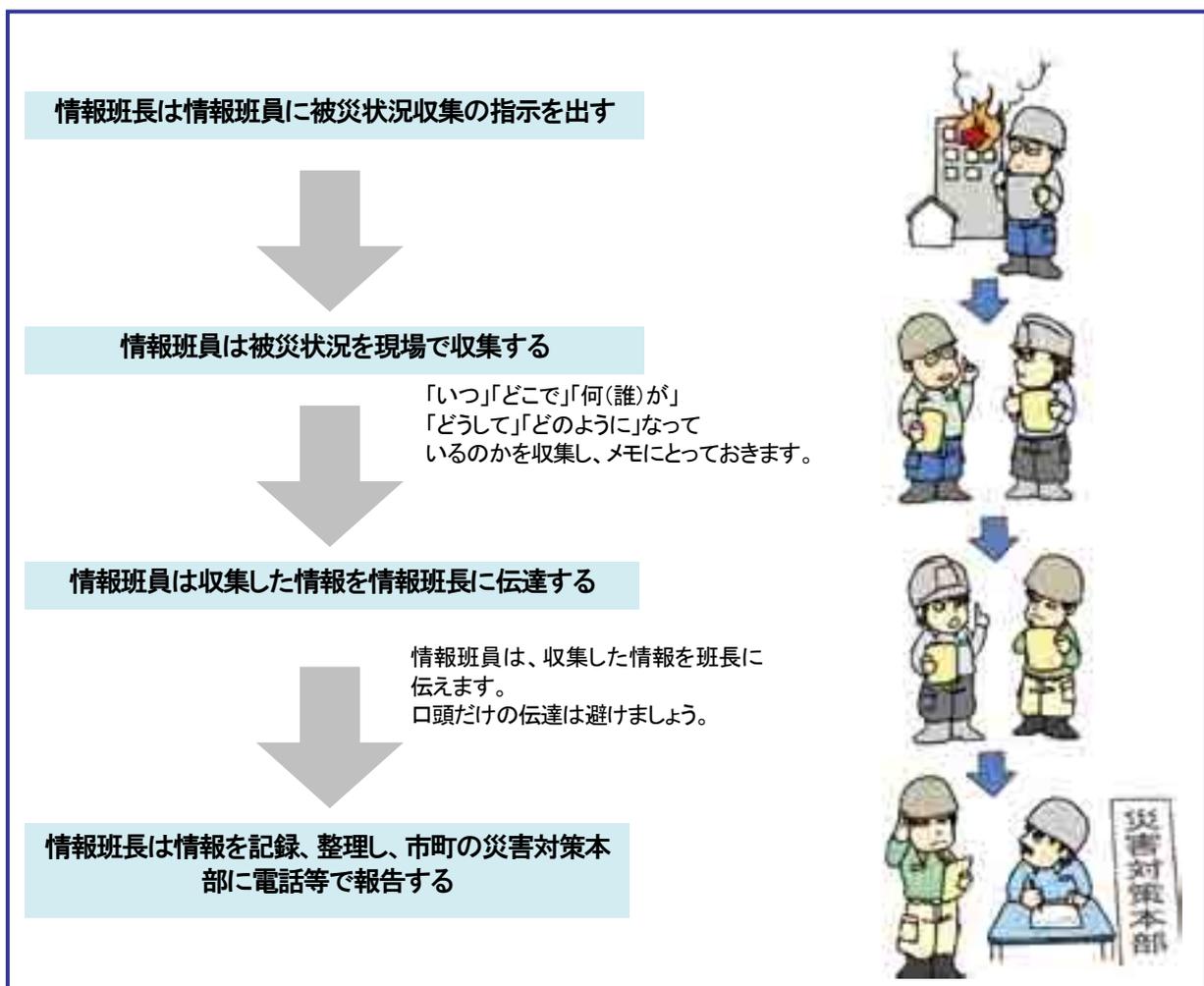
災害が発生した場合は、通信手段が途絶又は混乱するため、思うように必要な情報を得ることが困難になります。また、市町も地域の情報を求めています。

不確かな情報やデマによって勝手な行動をとると、パニック状態を引き起こす結果になります。このため、住民が混乱しないように、自主防災組織がいち早く周囲の状況を把握し、正確な情報を住民や防災関係機関に伝えることが大切であり、普段から情報の収集や伝達方法を整理し、確認しておきましょう。



## ■情報収集訓練■

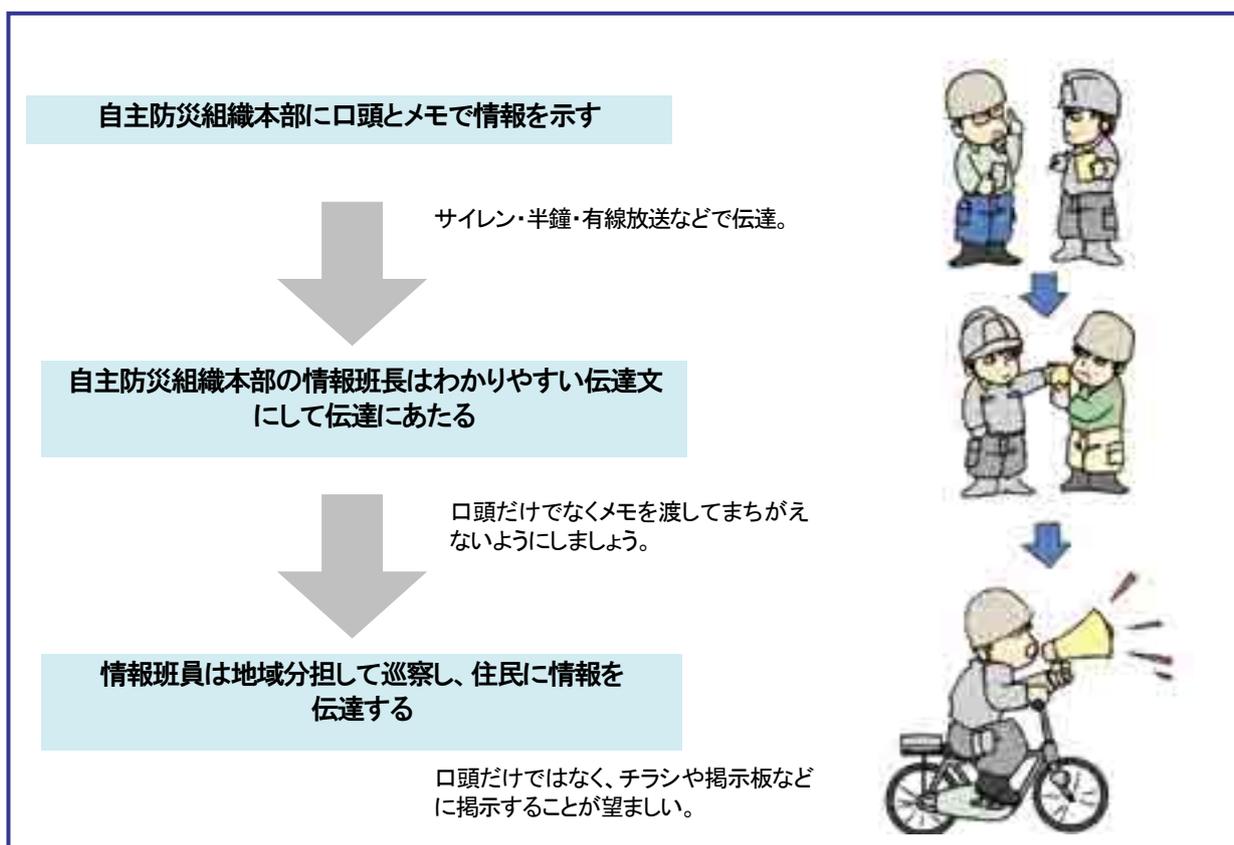
自主防災組織が、地域内の避難の状況、発災に伴う被害状況（死傷者、建物、交通路等の破壊の程度）、火災発生状況、生活情報等を収集し、正確・迅速に市町の災害対策本部等に報告する手順を訓練します。



- 時機に適した報告：第1報は概要だけでも良いので報告し、確認情報は第2報以降にするなど、時機に適した報告が大切です。（バイク団体などの協力があると効果的）
- 事実の確認：災害時には、噂やデマが流れがちです。情報はできるかぎり確認しましょう。
- 情報の一元化：市町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りましょう。
- 「異常なし」も重要な情報です。定期的に報告しましょう。
- 無線など通信機器に慣れておきましょう。また、通話は簡潔にしましょう。（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 ■

市町の災害対策本部等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す。



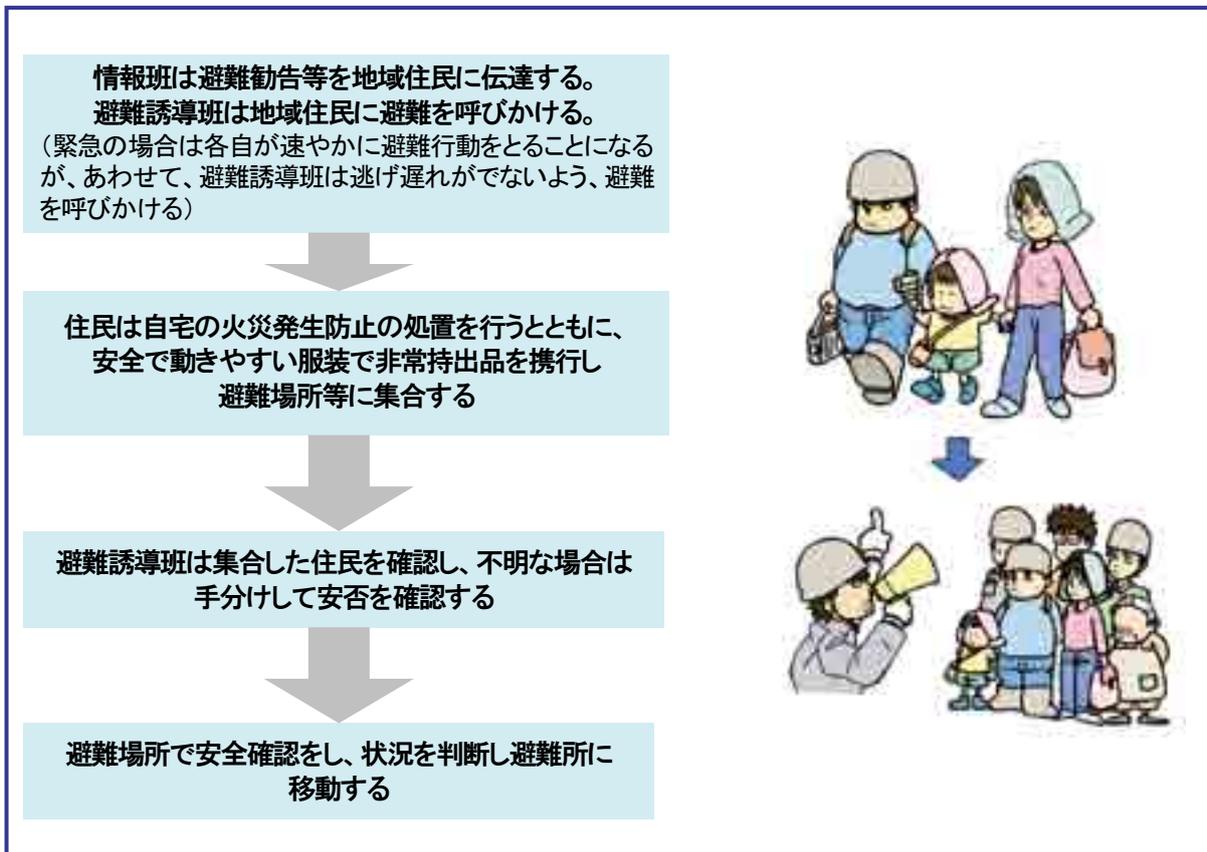
- 伝達は簡単な言葉で。難しい言葉避ける。
- 口頭だけでなくメモ程度の文書を渡しておく。
- 情報を正確に伝達するために、受信者に内容を復唱させる。
- 流言には数字がからむことが多い。数字の伝達には特に注意。
- 各世帯への情報伝達を正確かつ能率的に行うため、あらかじめ町内の伝達経路を定めておく。
- 視聴覚等に障がいのある方、日本語が不自由な外国人への情報の伝達については十分配慮する。

## (4) 避難誘導訓練

災害が発生したときに、避難経路や避難場所などが周知されていれば、地域住民は素早く安全に避難することができます。また、一人で避難することが困難な人の避難の手助けなどを習得することも大切です。

過去に三重県では巨大地震の後に津波に襲われ、多くの人命が奪われました。近年では、東海・東南海・南海地震など巨大地震の発生が想定され、特に津波による被害の拡大が懸念されています。津波の速度は極めて速いので、東海・東南海・南海地震を想定し、逃げ遅れる人が発生しないよう、避難誘導訓練を実施しましょう。また、訓練は夜間にも行ってみましょう。

### ■ 突然発災時の避難訓練 ■



- 情報班は、避難勧告等を伝達する。
- 避難者の人数、災害時要援護者の状況を把握する。
- 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。
- リーダーは避難場所、避難経路を適切に選び伝達する。
- 災害弱者を中心に避難者がはぐれないようロープにつかまって避難する。
- 途中、ラジオなどから災害情報などを入手する。
- 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する。

## (5) 給食給水訓練

災害時には、自分と同じように他の人たちも大変な状況に置かれます。災害時だからこそ、なおさら節度ある行動をとることが求められます。

地域住民に公平に救援物資や飲料水が行き渡るよう、災害時における救援物資や飲料水の配給の訓練を行っておきましょう。

### ■ 給食給水訓練 ■



#### 【用意するもの】

○釜、飯ごう、しゃもじ、大きい鍋、おたま、割り箸、ラップ、米、味噌、まき・ガスコンロ、水、三角巾、タオル、マスク等

#### 【注意】

- 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です。
- 災害時は、衛生状態が悪い状態の中で調理を行うこととなります。しかしながら、災害時は水が貴重となることから、食器・調理器具の洗浄を少なくできるように工夫しましょう。  
(例：食器にラップを使用して汚れを少なくする。)

#### 公的機関などからの救援物資や飲料水の受入・配給方法を決めておきましょう

- 救援物資の受入れと配給を円滑に行うことができるよう、あらかじめ配給計画を作成しておくといいでしょう。
- 事前に給水車による給水拠点を決めておくことも大切です。
- 給水車からの給水方法を訓練しておいたり、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といいでしょう。

※浄水器等の資機材を所有している団体は、常に使えるように取り扱い訓練をしましょう。

## (6) 避難所運営訓練

避難所の運営にあたっては、食料や飲料水等の配給、仮設トイレの管理など衛生対策、限られたスペースの有効利用、情報の伝達、災害時要援護者への対応など様々な種類の活動があります。

自主防災リーダーや生活班あるいは衛生班等が中心となって、地域住民の協力を得ながら、避難所生活のルールづくりや役割分担などを話し合うワークショップを実施するなど、避難所生活を円滑に進めるための訓練を実施してみましょう。また、市町や消防の協力を得ながら、避難所運営マニュアルを作成しておくことも大切です。

また、避難所運営をゲーム感覚で身につく、避難所運営ゲーム（HUG：静岡県製作）もありますので、活用すると有効です。

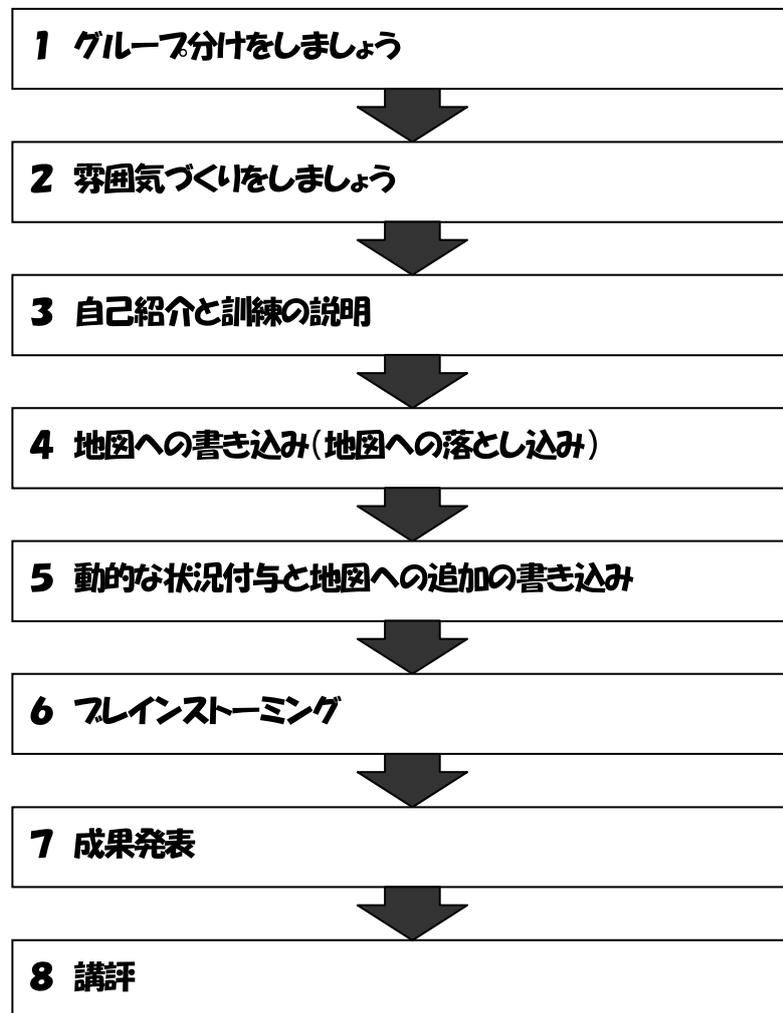
## (7) 図上訓練

市町や消防の協力を得ながら、防災点検マップを活用し、自主防災組織が中心となって地域で図上訓練を実施してみましょう。

図上訓練とは、大規模な災害が発生した場合を想定し、地図への書き込みを通して、参加者全員が主人公となり、積極的に災害の対応策を考えることができる防災訓練で、DIG（Disaster Imagination Game）とも言われているものです。つまり、どのような災害が起きるのか条件を設定し、その災害が発生したときに地域でどのような被害が発生し、どのような対応をとればよいかなど考える訓練です。また、災害時における対応だけではなく、地域の防災上の課題を洗い出すことから、平常時にどのような取り組みが必要かということも考えることができます。

地域の実情にあわせて町内会単位や小学校区単位で実践してみると良いでしょう。

## 図上訓練のフロー



- ・ 地図については、三重県では簡易携帯型GIS（地理情報システム）として「M-GIS」（エム・ジーアイエス）を無償公開しています。
- ・ 白地図などは市町で販売又は配布していますので、それらの地図を活用しましょう。
- ・ 図上訓練の実施にあたっては、「防災点検マップ」や「各種台帳」などの資料を最大限活用すると、より具体的に地域の防災について考えることができます。

## 4 事故防止

### (1) 専門家の指導

消火訓練や救出・救護訓練は、専門的な知識・技術が必要であるため、訓練の実施にあたっては、消防署員など専門家の指導を受けましょう。

### (2) 十分な事前説明

訓練をはじめる前には、必ず事故防止について参加者に注意をしましょう。また、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をしましょう。

### (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、軍手やヘルメット、防災頭巾などを着用しましょう。



### (4) 事故発生時の適切な措置

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、適切な措置をとってください。

## 5 防災訓練災害補償制度の適用について

防災訓練中に、万一不慮の事故により傷害を受けた場合は、その被害者を補償するための災害補償制度があります。補償の対象となるのは、以下の場合です。詳しくは市町の防災担当に確認してください。

- (1) 市町又は消防本部（署）の主催する防火防災訓練に自主防災組織等が参加したとき。
- (2) 自主防災組織等が自主的に行う防火防災訓練で、事前に市町の防災担当又は消防本部（署）に「防火防災訓練届」※が提出されたとき。

※「防火防災訓練届」は、「訓練実施計画」（資料3）で代用可能です。

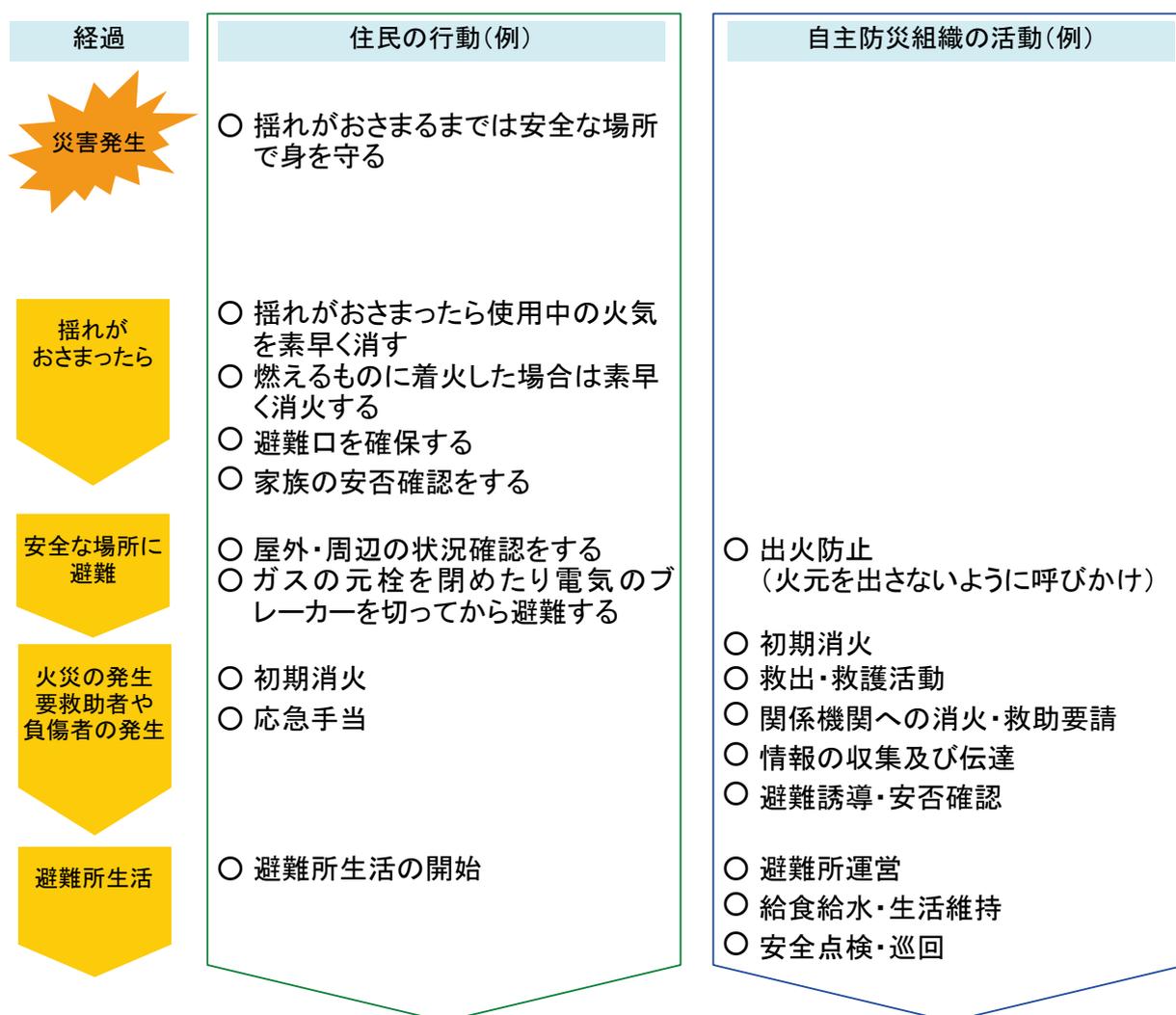


## 第4章 災害時の活動

# 1 地震発生後の経過と自主防災活動

地震が発生したら、まず自分の身の安全を守りましょう。そして、平常時からの防災訓練によって培った知識や技術を十分に発揮し、災害の状況に応じ臨機応変に対応することにより、災害による被害を軽減することが大切です。

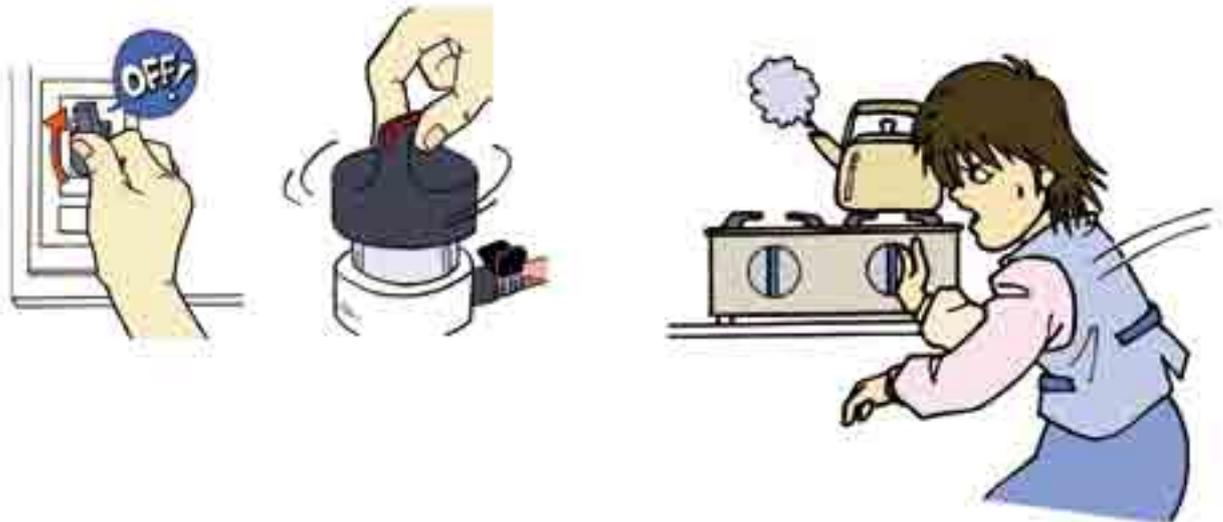
下図は、災害発生からの時間的経過と活動例を示したのですが、これはあくまでも一例です。例えば、津波による被害の危険性のある地域は、一刻も早く高台などに逃げる必要がありますので、自主防災リーダーは、状況を適宜判断し、活動してください。



## 2 出火防止

地震が発生したら、まずは揺れがおさまるまで安全な場所で身を守り、揺れがおさまったら使用中の火気を素早く消すことが大切です。このことをあらかじめ地域住民に徹底してください。

また、揺れがおさまって避難するときには、必ずガスの元栓を閉めたり電気のブレーカーを切ってから、周辺の安全を確認し避難するよう、各家庭や事業所に呼びかけてください。



### 3 初期消火（一般的に火が身長の高さもしくは天井に燃え移るまで）

火災を大きくしないためには、出火してから数分間が勝負です。

初期消火には、消火器や可搬ポンプ、バケツリレーによる消火活動や、ビニール袋に詰めた水を火点に投げる消火方法があります。断水によって水道が使えない場合は、風呂にためてあった水や井戸水、近くの川やプールの水などを使います。

ただし、地域で行う初期消火活動はあくまで火災の延焼を防止することが目的ですので決して無理はしないよう注意を呼びかけてください。また、すぐに消防署員・消防団員を呼んで、その指示に従ってください。

## 4 救出・救護活動

### (1) 救出活動

大規模な地震が発生すると、家屋の倒壊などにより多数の生き埋め者や負傷者が発生することが予想されます。大きな災害になるほど、救助用の資機材や人手が不足するため、消防等の防災関係機関の救助を待っている時間はありません。地域住民と協力しながら救出にあたりましょう。

#### 生き埋め者の救出に当たっての留意点

- 生き埋め者を発見した場所・時刻、発見してから救出するまでの時間、人数、発見時の様態等を把握しておきましょう。
- 上記について、消防や警察等の機関に報告できるようにしておきましょう。

#### 〈生き埋め者の状況〉

チェック項目	記入欄
発見場所は？	
発見時刻は？	
発見した者は？	
発見から救助までの時間は？	
人数は？	
様態は？	

- 世帯台帳などの台帳を作成しておくこと、生き埋め者の救出や住民の安否確認に非常に役立ちます。

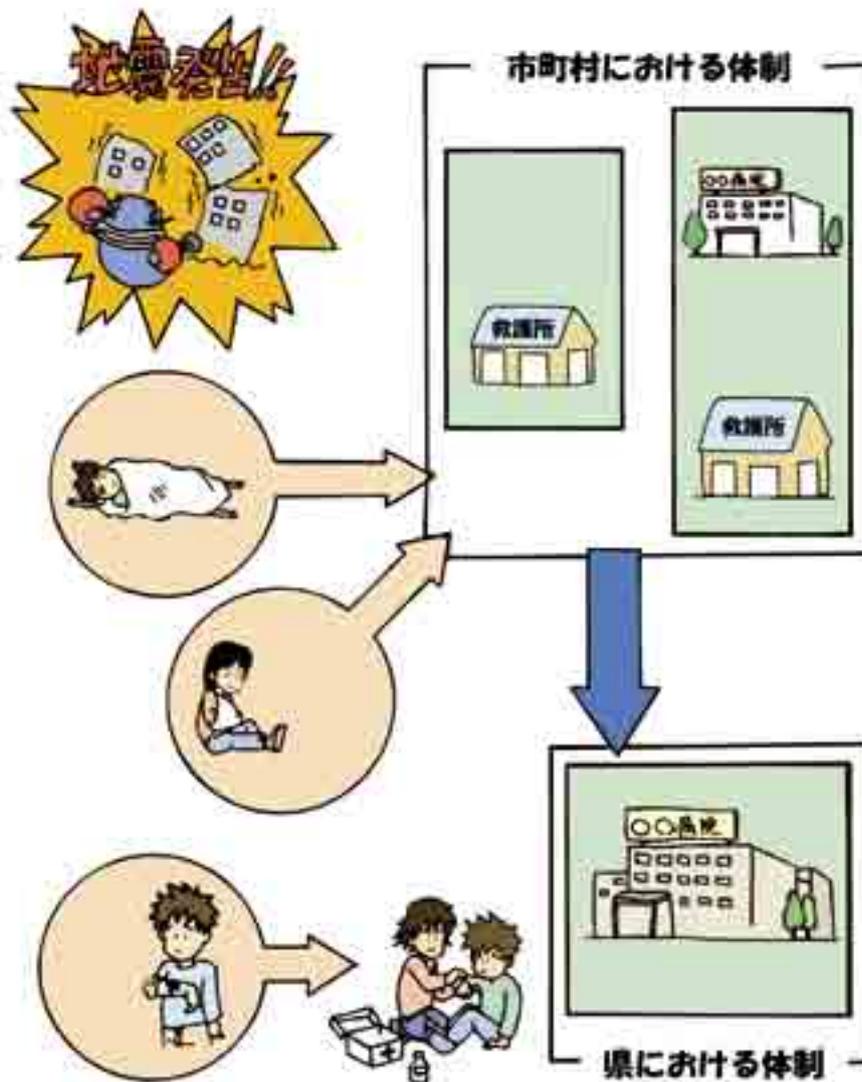


## (2) 救護活動

ひとたび災害が発生すると、多数の負傷者が発生しますが、すべての負傷者がすぐに医療機関による治療が受けられるとは限りません。災害時には、一刻も早く医療機関による高度な治療を受ける必要がある負傷者を優先的に搬送する必要があります。



このため、軽傷の場合は、自主防災組織など地域住民がまず応急手当を行い、重傷者等は市町が設置する救護所や最寄りの医療機関に搬送したり、消防・救急隊の応援を要請してください。また、あらかじめ地域の医療機関や医師会と負傷者の受入などについて協議をしておき、いざというときに必要な治療が受けられるようにしておくことも大切です。



### トリアージとトリアージ・タグ

トリアージ（Triage）とは、災害発生時などに多数の傷病者が同時に発生した場合、傷病者の緊急度や重症度に応じて適切な処置や搬送を行うために傷病者の治療優先順位を決定することを言います。

トリアージタグは、トリアージの際に用いる識別票で、タグに記載された内容は、適切な治療を受けるための重要な情報になります。タグ用紙は3枚つづりで、1枚は災害現場用、2枚目は搬送機関用、3枚目本体は収容医療機関用となっています。



優先度	識別色	分類	傷病等の状態
第一順位	赤色	救護処置、搬送最優先順位群（重症群）	体幹に重大な危険が迫っていて、速やかに（5～60分以内）に救急医療機関で治療を開始すれば救命可能な人
第二順位	黄色	優先順位2番目群（中等症群）	今すぐに治療しなくても生命に影響はないが、放置しておくと生命の危険がある人
第三順位	緑色	軽処置群（軽症群）	トリアージタグは未使用（手に取り付けるだけ）、救護所または近所の医院での救護処置で間に合う人
第四順位	黒色	不搬送、不処置群（死亡群）	体幹や頭部に重大な損傷があり、既に生命反応がなくなりかかっている人、または既に死亡している人

## 5 情報の収集・伝達

災害発生直後は情報が入手しにくい状況ですので、不確かな情報やデマによって混乱しないよう、自主防災組織が中心となって、正確な情報を収集し、住民や関係機関に伝えましょう。

自主防災組織は、事前に調査区域を分けて担当者を決めておき、地域の被害状況など必要な情報を収集します。報告を受けた情報班長は、市町等の防災関係機関に報告します。災害時に迅速に報告できるよう、事前に報告の様式などを定めておくといいでしょう。

また、市町や消防等から正確な情報を入手し、地域住民に正確に伝達してください。聴覚に障がいのある方やお年寄り、外国人の方などにも配慮し、すべての住民に情報が行き渡るようにしましょう。

## 6 避難誘導・安否確認

### (1) 避難誘導

津波による被害が予測される地域では、一刻も早く避難できるかどうか、生死の分かれ目になります。このため、一刻も早く安全に避難するよう呼びかけましょう。

避難する際は、非常持ち出し品など必要最小限の物資・用品だけを持ち出し、軍手やヘルメット、厚底の靴などを身につけた、動きやすい服装で避難するよう、地域住民に呼びかけましょう。また、高齢者、子ども、負傷者などの避難を手助けし、寝たきりの人や身体の不自由な人など自力で避難できない人を、地域住民と協力して、リヤカーや車いすなどを活用し避難させてください。避難するときは、はぐれる人が出ないように、ロープを活用して各人がロープにつかまって避難したりすることも有効です。

自主防災リーダーや班長は、安全な通行が可能な避難経路を選択し、地域住民を誘導してください。



### (2) 安否確認

地域住民が避難場所に集合したら住民の安否確認をし、市町の災害対策本部等に連絡してください。

このとき世帯台帳や要援護者台帳などが役立ちますので、あらかじめこれらの台帳を整備しておき、安否確認をするようにしましょう。

## 7 避難所運営

避難所は、避難してきた地域住民のみならず、自宅に戻った被災者にとっても、救援物資や各種情報を入手できる、地域の拠点として機能します。このため、避難所の運営にあたっては、あらかじめ運営のための組織体制をつくっておき、災害が起きたときに円滑に活動できるようにしておくことが大切です。

避難所の開設は、原則として行政職員が施設管理者の協力を得て行いますが、事前に施設の鍵を自主防災組織が保管することも必要ですので、関係機関とあらかじめ調整をしておきましょう。

避難所は、一定期間、同じ地域の住民同士が顔をあわせる場でもありますので、自主防災組織を中心に、住民同士が協力しあい、秩序ある避難生活が営まれるように努めてください。避難生活では、住み慣れた自宅とは異なり、多くの人々が不便さを感じます。特に、高齢者や身体に障がいのある方、乳幼児や妊婦などへの配慮が必要となります。また、避難者のプライバシーに対する配慮もできるかぎり工夫するようにしましょう。

集団で同じ場所に一定期間いることになるので、冬場では風邪やインフルエンザなどが、夏場などは食中毒が蔓延する危険性もあります。防災関係機関等と協力しながら、避難所における衛生対策や疾病予防対策を実施してください。

避難所運営の詳細については、三重県「避難所運営マニュアル策定指針」や市町の避難所運営マニュアルなどを活用して、あらかじめ検討しておいてください。

## 8 給食給水・生活維持

食料や飲料水の供給が困難な状況下で、地域住民に公平に食料や飲料水が行き渡るようにしましょう。避難所にいる人だけではなく、自宅に戻った被災者も、救援物資や飲料水を必要としていますので、そのような人たちに対しても、公平に食料や飲料水が行き渡るようにしましょう。また、自分で食料や飲料水を受け取りに行くことができない人に対しては、手渡しするなど配慮が必要です。

高齢者の場合は、入れ歯をしているという理由やトイレが近くなるという理由で、冷えて固くなった食料を口にすることを避けるケースもありますし、寝たきりなど自分で食事をとることができない人もいます。また、聴覚障がい者は、食料配給の案内に気づかず、受け取りができないこともありますので、このような方々に対する配慮が必要となります。

避難所生活で、体調を崩したり、精神的に不安になったりする住民も出てくるのが予想されます。行政や学校の職員、ボランティアなど様々な人たちと協力しながら、自主防災組織が中心となって、避難者の相談対応や生活支援を行うように努めましょう。



避難所の様子

## 9 安全点検・巡回

災害が発生したら、地域住民は一時的に避難所に避難することになります。このような状況を狙って空き巣や不審火など犯罪が発生することも懸念されます。また、余震による家屋の倒壊や出火などが発生することも考えられますので、地域の安全点検や防犯のための巡回活動を行うようにしましょう。



## 第5章 復旧・復興時の活動

# 1 時期区分

平常時から災害発生、そして復旧・復興期に至る時期区分と自主防災組織の活動例は次のとおりです。

時期区分	自主防災組織の活動(例)	
平常時	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 防災知識の普及・啓発</li> <li>○ 防災訓練</li> <li>○ 防災マップ等の作成</li> <li>○ 関係機関との連携・調整 など</li> </ul>	} 第2章・第3章に対応
緊急対応期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 初期消火活動</li> <li>○ 救出・救護活動</li> <li>○ 被害情報等の収集 など</li> <li>○ 避難所の開設</li> </ul>	
応急期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 避難所生活のルールの徹底</li> <li>○ 衛生管理</li> <li>○ 給食・給水活動</li> <li>○ 情報の収集・伝達活動 など</li> </ul>	} 第5章に対応
復興始動期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 復興に向けた話し合いや取り組みの開始</li> <li>○ まちづくり協議会など住民主体の復興組織づくり</li> <li>○ 行政やボランティア・NPO等との連携 など</li> </ul>	
本格復興期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 本格復興に向けた取り組み</li> <li>○ 行政やボランティア・NPO等との連携 など</li> </ul>	

## 2 復興まちづくりと自主防災組織

災害の発生によって、個人の力では解決が困難な様々な課題が一気に噴出してきます。こうした課題に対処しながら復興を進めるには、地域住民が、行政やボランティア・NPOなど様々な人たちと連携を図りながら、課題の解決に取り組んでいくことが大切です。

復興まちづくりを進めていくにあたっては、まちづくり協議会など復興のための住民組織を設置し活動することが考えられます。

自主防災組織は、復興のための住民組織の一員として、地域住民と力をあわせて、地域の再生・復興のための様々な取り組みを実践しましょう。

### 災害時要援護者の支援から平時のつながりへ－高齢社会に向けた優しいまちづくり－ 岩滑区自主防災会(愛知県半田市)

半田市岩滑区では、2004年度に自主防災会が再編し、区を7つのブロックに区分し、それぞれが責任を持って動く体制としたことによって、その後の活動がスムーズに実現するようになった。また、2005年度には県の「防災まちづくりマネジメントシステムモデル事業」の事業指定を受け、PDCAに基づく防災まちづくりを進めることによって、役員中心の防災から区民全体の防災まちづくりとして持続的に進めることができた。この6年間で中心的に取り組んできたのは「災害時における要支援者対策」であり、さらにその対策を平時に繋ぎ、高齢になっても安心して楽しく暮らし続けられるまちづくりを目指している。

#### 第15回(平成22年度)防災まちづくり大賞総務大臣賞受賞

消防科学総合センターHP

( <http://www.isad.or.jp/cgi-bin/hp/index.cgi> )より

### 3 自主防災活動の記録と評価

自主防災組織の活動を、より充実させていくためには、自主防災組織自らによる自己評価が大切です。

このため、災害時における活動内容を記録しておくとともに、自分たちの活動で、良かったところ、問題があったところなどを評価・総括し、今後の活動に向けて拡充すべき点や改善すべき点などを整理しておきましょう。これらの記録と評価は、次の災害に向けての貴重な教訓となります。また、日頃の取り組みについても、記録をとっておくことが大切です。

# 資料

# 1 自主防災組織の規約（例）

## 〇〇〇自主防災会規約

（名称）

第1条 この会は、〇〇〇自主防災会（以下「本会」という。）と称する。

（活動拠点の所在地）

第2条 本会の事務所は、〇〇〇に置く。

（目的）

第3条 本会は、住民同士の共助の精神に基づく自主的な防災活動を行うことにより、地震その他の災害（以下「災害」という。）による被害の防止及び軽減を図ることを目的とする。

（事業）

第4条 本会は、前条の目的を達成するため、次に掲げる事業を行う。

- (1) 防災に関する知識の普及・啓発に関すること。
- (2) 災害による被害の防止及び軽減に資するための地域の災害危険に関すること。
- (3) 防災訓練の実施に関すること。
- (4) 災害発生時における出火防止、初期消火、救助活動、情報の収集・伝達、避難誘導・安否確認、避難所運営、給食給水、要援護者対策等応急対策に関すること。
- (5) 防災資機材等の整備・管理に関すること。
- (6) 関係機関との連携・調整に関すること。
- (7) その他本会の目的を達成するために必要な事項。

（会員）

第5条 本会は、〇〇〇自治会内にある世帯をもって構成する。

（役員）

第6条 本会に次の役員を置く。

- (1) 会 長 1名
  - (2) 副会長 若干名
  - (3) 幹 事 若干名
  - (4) 監査役 若干名
- 2 役員は、会員の互選による。
  - 3 役員の任期は〇〇年とする。ただし、再任することができる。

（役員の仕事）

第7条 会長は、本会を代表し会務を総括する。また、災害の発生時における応急活動の指示を行う。

- 2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故のあるときはその職務を行う。
- 3 幹事は、幹事会の構成員となり、会務の運営にあたる。
- 4 監査役は、会の会計を監査する。

（会議）

第8条 本会に、総務会及び幹事会を置く。

## (総会)

第9条 総会は、全会員をもって構成する。

- 2 総会は、毎年1回開催する。ただし、特に必要がある場合は臨時に開催することができる。
- 3 総会は、会長が招集する。
- 4 総会は、次の事項を審議する。
  - (1) 規約の改正に関する事。
  - (2) 防災計画の作成及び改正に関する事。
  - (3) 事業計画の作成及び改正に関する事。
  - (4) 予算及び決算に関する事。
  - (5) その他、総会が特に必要と認めた事。
- 5 総会は、その付議事項の一部を幹事会に委任することができる。

## (幹事会)

第10条 幹事会は、会長、副会長、幹事によって構成する。

- 2 幹事会は、次の事項を審議し、実施する。
  - (1) 総会に提出すべき事。
  - (2) 総会により委任された事。
  - (3) その他幹事会が特に必要と認めた事。

## (防災計画)

第11条 本会は、災害による被害の防止及び軽減を図るため、防災計画を作成する。

- 2 防災計画は、次の事項について定める。
  - (1) 災害発生時における防災組織の構成及び任務分担に関する事。
  - (2) 防災知識の普及に関する事。
  - (3) 災害危険の把握に関する事。
  - (4) 防災訓練の実施に関する事。
  - (5) 災害発生時における出火防止、初期消火、救助活動、情報の収集・伝達、避難誘導・安否確認、避難所運営、給食給水、要援護者対策、関係機関との連携・調整に関する事。
  - (6) その他必要な事項。

## (会費)

第12条 本会の会費は、総会の議決を経て別に定める。

## (経費)

第13条 本会の運営に関する経費は、会費その他の収入をもってこれにあてる。

## (会計年度)

第14条 会計年度は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わる。

## (会計監査)

第15条 会計監査は、毎年1回監査役が行う。ただし、必要がある場合は、臨時にこれを行うことができる。

- 2 監査役は、会計監査の結果を総会に報告しなければならない。

付則

この規約は、○年○月○日から実施する。

## 2 自主防災組織の防災計画（例）

### 〇〇〇自主防災会防災計画

#### 1 目的

この計画は、〇〇〇自主防災会（以下「本会」という。）の防災活動に必要な事項を定め、もって地震その他の災害（以下「災害」という。）による人的・物的被害の発生及びその拡大を防止することを目的とする。

#### 2 計画事項

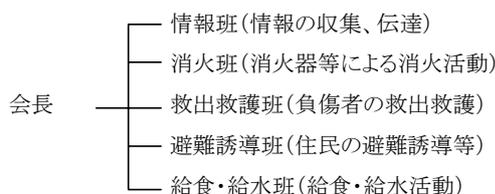
この計画に定める事項は、次のとおりとする。

- (1) 組織編成及び任務分担に関する事。
- (2) 防災知識の普及・啓発に関する事。
- (3) 防災資機材等の整備・管理に関する事。
- (4) 防災訓練の実施に関する事。
- (5) 出火防止及び初期消火に関する事。
- (6) 救助活動に関する事。
- (7) 情報の収集・伝達に関する事。
- (8) 避難誘導・安否確認に関する事。
- (9) 避難所運営に関する事。
- (10) 給食給水・生活維持に関する事。

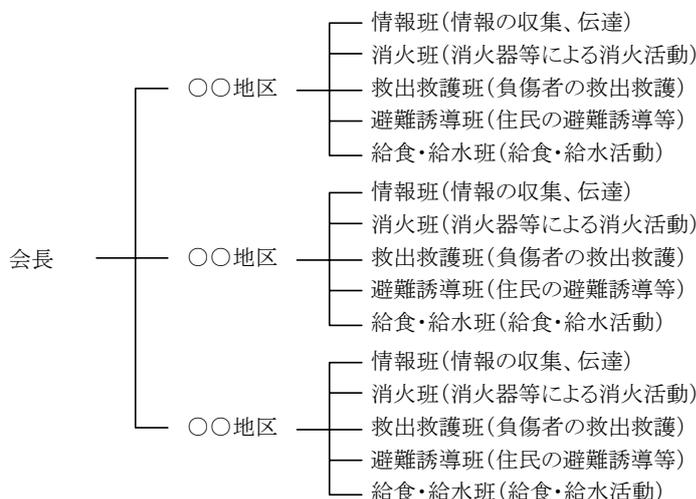
#### 3 組織編成及び任務分担

災害発生時の応急活動を迅速かつ効果的に実施するため、本会に次の班を置く。

[編成例1]……町内会・自治会等を単位とした場合の例



[編成例2]……学校区等を単位とした場合の例



#### 4 防災知識の普及・啓発

地域住民の防災意識を高めるため、次により防災知識の普及・啓発を行う。

##### (1) 普及・啓発事項

- ア 本会及び防災計画に関すること。
- イ 災害の知識に関すること。
- ウ 地区周辺の状況に応じた防災知識に関すること。
- エ 各家庭における防災上の留意事項及び防災への協力に関すること。
- オ その他防災及び地域コミュニティに関すること。

##### (2) 普及・啓発方法

- ア 広報紙、パンフレット、リーフレット、ポスター等の配布・掲示
- イ 講演会、研修会等の開催
- ウ パネル等の展示
- エ 防災体験の開催
- オ 防災点検マップの作成

##### (3) 実施時期

防災の日、火災予防運動期間、防災週間等、防災関係諸行事の行われる時期にあわせて実施するほか、あらゆる機会を通じて日常的に実施する。

#### 5 防災訓練

災害の発生に備えて、情報の収集・伝達、消火、避難誘導等を迅速かつ的確に行うことができるようするため、次により防災訓練を実施する。

##### (1) 訓練の種別

訓練は、個別訓練及び総合訓練とする。

##### (2) 個別訓練

個別訓練は、次の訓練とする。

- ア 避難誘導訓練
- イ 初期消火訓練
- ウ 救出・救護訓練
- エ 情報収集・伝達訓練
- オ 給食給水訓練
- カ その他

##### (3) 総合訓練

総合訓練は、2つ以上の個別訓練を総合的に行うものとする。

##### (4) 訓練実施計画

訓練の実施に際しては、その目的、実施要領等を明らかにした訓練実施計画を作成する。

##### (5) 訓練の時期及び回数

- ア 訓練は、原則として、防災の日、火災予防運動期間、防災週間のほか、町内会等の行事にあわせて実施する。
- イ 訓練は、総合訓練にあつては年1回以上、個別訓練にあつては随時実施する。

#### 6 避難誘導

火災の延焼拡大等により、地域住民の人命に危険が生じ、又は生ずるおそれがあるときは、次により避難誘導を行う。

##### (1) 避難誘導の指示

市町長の避難命令が出たとき、又は会長が必要と認めたときは、会長は避難誘導班に対し、避難誘導の

指示を行う。

(2) 避難誘導の実施

避難誘導班は、会長の避難誘導の指示に基づき、地域住民を避難場所に誘導する。

(3) 避難経路及び避難場所

ア 避難路

〇〇通り、ただし〇〇通りが通行不能の場合は△△通り

イ 避難場所

〇〇公園又は〇〇学校

7 出火防止及び初期消火

(1) 出火防止

防災の日、火災予防運動期間、防災週間のほか、町内会等の行事にあわせて、次の事項に重点をおいて点検・整備するよう呼びかける。

ア 火気使用設備、器具の点検整備及びその周辺の整理整頓

イ 可燃性危険物品の保管状況

ウ 消火器等消火資機材の整備状況

エ その他建築物等の危険箇所の状況

(2) 初期消火対策

地域内に火災が発生した場合、迅速に消火活動を行い、初期消火できるようにするため、次の消火資機材の整備と使用方法の習熟を図る。

ア 可搬式小型動力ポンプ

イ 消火器、水バケツ、消火砂等

8 救出・救護

(1) 救出・救護活動

建物の倒壊、落下物等により、救出・救護を要する者が生じたときは、直ちに救出・救護活動を行う。この場合、現場付近の者は救出・救護活動に積極的に協力する。

(2) 防災関係機関への出動要請

救出・救護班員は、防災関係機関による救出を必要とすると認めるときは、防災関係機関に出動を要請する。

(3) 医療機関への連絡

直ちに救護所へ搬送し、防災関係機関、医療機関に連絡する。

9 情報の収集・伝達

被害状況等を正確かつ迅速に把握し、適切な応急措置をとるため、情報の収集・伝達を次により行う。

(1) 情報の収集・伝達

情報班員は、地域内の災害情報、防災関係機関・報道機関等の提供する情報を収集するとともに、必要と認める情報を地域住民、防災関係機関等に伝達する。

(2) 情報の収集・伝達方法

情報の収集・伝達は、テレビ、ラジオ、有線放送、携帯無線機、電話、伝令等による。

## 10 給食・給水

避難場所における給食及び給水は、次により行う。

### (1) 給食の実施

給食・給水班は、市町から配分された食料、地域内の家庭等から提供を受けた食料等の配分、炊き出しなどにより給食活動を行う。

### (2) 給水の実施

給食・給水班は、市町から提供された飲料水、水道水、井戸等により確保した飲料水により給水活動を行う。

### (3) その他の救援物資の受領と配分

給食・給水班は、生活必需品等の救援物資を受領し、分配する。

## 11 防災資機材

防災資機材の備蓄及び管理については、次により行う。

### (1) 備蓄計画

防災資機材等	数量	保管場所	管理方法

### (2) 定期点検

防災資機材は、毎年〇月〇日に点検する。

### 附 則

この計画は、平成 年 月 日から実施する。

### 3 訓練実施計画書（例）

○○○自主防災会

訓練種別			
日時			
場所			
目的			
本部			
指導者			
参加者			
実施要領	災害想定	災害規模	
		発生日時	
		気象	
	訓練内容	避難誘導	
		初期消火	
		救出・救護	
		情報 収集・伝達	
		給食・給水	
		その他	
		記録	
備考			

## 4 各種台帳様式

### □自主防災組織台帳（例）

（ 年 月 日 作成 ）

（ 年 月 日 改正 ）

組織の名称						
会長	氏名					
	就任期間		年 月～ 年 月	年 月～ 年 月	年 月～ 年 月	
	連絡先					
人口						
世帯数						
要援護者数						
規約 作成： 年 月 / 改正： 年 月、 年 月						
防災計画書 作成： 年 月 / 改正： 年 月、 年 月						
地域内で注意すべき危険	危険の種類	世帯数	要援護者数	対処方法		
	年度		年度		年度	
	時期	内容	時期	内容	時期	内容
防災訓練						
講習会等						
発災後の避難	集合場所		避難場所		避難所	

## □資機材台帳[表] (例)

倉庫及び活動資機材									
倉庫	場所				構造				面積
	場所				構造				面積
区分	品名	数量			区分	品名	数量		
		年	年	年			年	年	年
避難 用具	強力ライト				救急 用具				
	標旗・腕章					担架・ストレッチャー			
	小型発電器					救急セット			
	ロープ								
消火 用具	消火器				情報伝 達用具	メガホン			
	同上格納庫					拡声器			
	バケツ					携帯ラジオ			
	砂袋(ビニール)								
	可搬ポンプ								
救出及 び障害 物除去 用具	バール				給食給 水用具	釜(かまど付)			
	丸太					鍋			
	はしご					はし・おたま・皿			
	のこぎり					受水槽			
	斧					浄水機			
	なた				その他	テント天幕			
	ペンチ					ビニールシート			
	大ハンマー								
	片手ハンマー								
	もっこ・石み・かご								
	鉄線ばさみ								
	一輪車								
	リヤカー								
	ロープ								
ゴムボート									



## □世帯台帳（例）

○○○自主防災会

世帯主					
住所	電話: 携帯電話:				
住居形態	1. a.一戸建 b.集合住宅 c.長屋建		2. a.木造 b.鉄筋コンクリート造		
	3. 建築年数( 年)		4. その他( )		
緊急時の連絡先①	電話:				
緊急時の連絡先②	電話:				
地域特性	1. 津波危険 2. 土砂災害 3. 延焼火災 4. 液状化危険 5. その他( )				

世帯構成					
No.	(ふりがな) 氏名	性別	生年月日	要援護の有無	備考
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	
			(明・大・昭・平) 年 月 日	有・無	





## 5 三重県防災対策推進条例

災害に強い社会の実現は、県民すべての願いです。災害を引き起こす自然現象や家族形態の変化や地域の結びつきの希薄化などにより災害リスクが高まっていることを一人ひとりの県民に正しく認識していただき、行政による取組により、災害が発生した場合の被害を軽減していくことが重要です。

このため、県内のさまざまな主体が防災対策を行う上で共有すべき基本理念を定めるとともに、各主体の役割を明確にし、相互の緊密な連携のもと、防災対策を総合的かつ計画的に推進し、災害に強い地域社会を実現することを目的として、この条例を制定、平成21年3月に施行しました。（以下抜粋）

### 自助

（防災知識の習得等）

第十二条 県民は、防災訓練、防災対策に関する研修会等（以下「防災訓練等」という。）に積極的に参加し、災害及び防災対策に関する知識の習得並びに地形等災害関連情報その他の災害及び防災対策に関する情報（以下「災害等に関する情報」という。）の収集に努め、これらを防災対策を実施する際に活用するよう努めなければならない。

2 県民は、災害が発生した場合に備え、避難場所、避難経路及び避難方法について家庭及び地域で確認し合うとともに、自主防災組織を結成し、その活動に積極的に参画し、地域における災害予防対策（災害の発生又は拡大を未然に防止するための対策をいう。第十四条第一項及び第二十四条において同じ。）の実施に努めなければならない。（建築物の耐震性の確保）

### 共助

（防災意識の啓発）

第二十条 自主防災組織は、防災意識の啓発及び高揚を図るため、地域住民に対して、防災訓練等を行うとともに、その構成員を地域住民等、県、市町及び防災関係機関が行う防災訓練等に積極的に参加させるよう努めなければならない。

（地形等災害関連情報の確認等）

第二十一条 自主防災組織は、地域住民等、県、市町及び防災関係機関が提供する地形等災害関連情報を確認し、かつ、防災対策に関する情報を活用するとともに、当該地形等災害関連情報に応じた避難場所、避難経路及び避難方法をあらかじめ把握しておくよう努めなければならない。

（物資及び資機材の備蓄等）

第二十二条 自主防災組織は、火災の発生の防止、救出、応急手当その他の災害が発生した場合の応急的な措置に必要な物資及び資機材を備蓄し、整備し、又は点検するよう努めなければならない。

（災害時要援護者への支援体制）

第二十三条 自主防災組織は、あらかじめ、県、市町、防災関係機関及び災害時要援護者にかかわる団体と連携して、災害発生時等における地域の災害時要援護者の情報収集及び避難の支援を行うための体制を整備するよう努めなければならない。

(避難の勧告等への対応の準備)

第二十四条 自主防災組織は、法令に基づく避難の勧告若しくは指示又は避難準備情報の発表があった場合に地域住民の避難が円滑に行われるようあらかじめ構成員の役割分担その他の災害予防対策を実施するよう努めなければならない。

自主防災組織の責務

(災害応急対策の実施)

第五十六条 自主防災組織は、災害発生時等において、地域住民等、県、市町及び防災関係機関と連携して、災害時要援護者その他の地域住民の避難の支援、火災の発生の防止、救出、応急手当、給水、給食、危険箇所の巡視その他の地域における災害応急対策を実施するよう努めなければならない。

(情報の伝達)

第五十七条 自主防災組織は、地域住民又は市町に対し、地域住民の安否、被害状況等に関して知り得た情報の伝達に努めるものとする。

災害復旧復興対策

(自主防災組織の責務)

第七十三条 自主防災組織は、災害が発生した場合において、地域社会の再生に貢献するとともに、県、市町及び防災関係機関が実施する災害の復旧及び復興対策に協力するよう努めなければならない。

## 6 気象庁が発表する「東海地震に関連する情報」

情報名	主な防災対応等
<p><b>東海地震 予知情報</b></p> <p>東海地震が発生するおそれがあると認められ、「警戒宣言」が発せられた場合に発表される情報</p> <p>(カラーレベル 赤)</p>	<p><b>「警戒宣言」</b>に伴って発表</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>●警戒宣言が発せられると           <ul style="list-style-type: none"> <li>○地震災害警戒本部が設置されます</li> <li>○津波や崖崩れの危険地域からの住民避難や交通規制の実施、百貨店等の営業中止などの対策が実施されます</li> </ul> </li> </ul> <p>住民の方は、テレビ・ラジオ等の情報に注意し、東海地震の発生に十分警戒して、「警戒宣言」および自治体等の防災計画に従って行動して下さい</p>
<p><b>東海地震 注意情報</b></p> <p>観測された現象が東海地震の前兆現象である可能性が高まった場合に発表される情報</p> <p>(カラーレベル 黄)</p>	<p>東海地震の前兆現象である可能性が高まった場合に発表</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●東海地震に対処するため、以下のような防災の「準備行動」がとられます           <ul style="list-style-type: none"> <li>○必要に応じ、児童・生徒の帰宅等の安全確保対策が行われます</li> <li>○救助部隊、救急部隊、消火部隊、医療関係者等の派遣準備が行われます</li> </ul> </li> </ul>  <p>住民の方は、テレビ・ラジオ等の情報に注意し、政府や自治体などからの呼びかけや、自治体等の防災計画に従って行動して下さい</p>
<p><b>東海地震 に関連する 調査情報</b></p> <p>東海地震に関連する現象について調査が行われた場合に発表される情報</p> <p>(カラーレベル 青)</p>	<p>観測データに通常とは異なる変化が観測された場合、その変化の原因についての調査の状況を発表</p> <p><b>臨時</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●防災対応は特にありません</li> <li>●国や自治体等では情報収集連絡体制がとられます</li> </ul> <p>住民の方は、テレビ・ラジオ等の最新の情報に注意して、平常通りお過ごしください</p> <p><b>定例</b></p> <p>毎月の定例の判定会で評価した調査結果を発表</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●防災対応は特にありません</li> </ul> <p>日頃から、東海地震への備えをしておくことが大切です</p>

各情報発表後、東海地震発生のおそれなくなったと判断された場合は、その旨が各情報で発表されます

## 7 自主防災活動の連携先（例）

防災活動のパートナー	平常時	訓練時	災害時
青年会議所	地域活動への参加	訓練への参加	物資・機材・人材の提供 情報提供 等
商工会・商工会青年部	地域活動への参加	訓練への参加	物資・機材・人材の提供 情報提供 等
病院・診療所	地域活動への参加	(訓練への参加)	医療救護 等
薬局	地域活動への参加	(訓練への参加)	医薬品提供、応急手当 等
百貨店・スーパー	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
個人商店	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
コンビニエンスストア	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
ホームセンター	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
飲食店	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
ガソリンスタンド	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
電気器具販売・工事店	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
銀行・信用金庫	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
理髪店・美容室	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
公衆浴場	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
建設業・土建業	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
LPガス販売業	地域活動への参加、顧客の啓発	(訓練への参加)	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
消防署	地域活動への参加	訓練への参加	消火活動、救助活動、応急手当、情報提供 等
消防団・水防団	地域活動への参加	訓練への参加	消火活動、水防活動、救助活動、応急手当、情報提供 等
民生・児童委員協議会	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
市町村社会福祉協議会	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
老人クラブ	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
母子福祉会	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
障害者団体	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
介護施設	要援護者支援での連携	訓練への参加	要援護者対策、情報提供 等
保育所・幼稚園	防災教育、防災訓練	訓練への参加	応急教育、り災児童・生徒等の保健管理 等
小学校	学校行事への参加	訓練への参加	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
中学校	学校行事への参加	訓練への参加	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
高等学校・専門学校	学校行事への参加	訓練への参加	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
大学	研究活動への還元 学校行事への参加	訓練への参加	避難場所・避難所、情報拠点、物資集積所 等
ボランティア・NPO	協力体制の構築	訓練への参加	ボランティアの受入体制の整備 等

## 8 県・市町防災関係一覧

組織名	部署	住所	電話番号
<b>三重県</b>			
三重県防災危機管理部	危機管理総務室 企画経営グループ	津市広明町13番地	059-224-2181
三重県防災危機管理部	危機管理総務室 危機管理グループ	津市広明町13番地	059-224-2734
三重県防災危機管理部	消防・保安室 消防グループ	津市広明町13番地	059-224-2108
三重県防災危機管理部	消防・保安室 予防・保安グループ	津市広明町13番地	059-224-2183
三重県防災危機管理部	防災対策室 防災グループ	津市広明町13番地	059-224-2189
三重県防災危機管理部	防災対策室 情報グループ	津市広明町13番地	059-224-2157
三重県防災危機管理部	防災対策室 防災航空グループ	津市雲出鋼管町2-2	059-235-2555
三重県防災危機管理部	地震対策室 地震対策グループ	津市広明町13番地	059-224-2184
三重県防災危機管理部	地震対策室 緊急支援グループ	津市広明町13番地	059-224-2185
桑名県民センター	県民防災室 地域・防災課	桑名市中央町5-71	0594-24-3600
四日市県民センター	県民防災室 県民防災課	四日市市新正4-21-5	059-352-0554
鈴鹿県民センター	県民防災室 地域・防災課	鈴鹿市西条5丁目117	059-382-9786
津県民センター	県民防災室 県民防災課	津市桜橋3-446-34	059-223-5300
松阪県民センター	県民防災室 地域・防災課	松坂市高町138	0598-50-0503
伊勢県民センター	県民防災室 地域・防災課	伊勢市勢田町622	0596-27-5115
伊賀県民センター	県民防災室 地域・防災課	伊賀市四十九町2802	0595-24-8003
尾鷲県民センター	県民防災室 県民防災課	尾鷲市坂場西町1番1号	0597-23-3407
熊野県民センター	県民防災室 県民防災課	熊野市井戸町371	0597-89-6105
<b>市町</b>			
桑名市	防災対策課	桑名市中央町2丁目37番地	0594-24-1185
いなべ市	総務課	いなべ市員弁町 笠田新田111番地	0594-74-5805
木曾岬町	総務企画課	桑名郡木曾岬町 大字西対海地251番地	0567-68-6100
東員町	防災安全課	員弁郡東員町 大字山田1600番地	0594-86-2824
四日市市	危機管理室	四日市市諏訪町1番5号	059-354-8119
菟野町	安全安心対策室	三重郡菟野町 大字潤田1250番地	059-391-1102
朝日町	総務税務課	三重郡朝日町 大字小向893番地	059-377-5651
川越町	総務課	三重郡川越町 大字豊田一色280	059-366-7113
鈴鹿市	生活安全部 防災安全課防災G	鈴鹿市神戸1丁目18番18号	059-382-9968
亀山市	危機管理局	亀山市本丸町577番地	0595-84-5035
津市	防災室	津市西丸之内23番1号	059-229-3104
松阪市	生活部安全防災課 防災危機管理室	松阪市殿町1340番地1	0598-53-4313

組織名	部署	住所	電話番号
多気町	総務税務課	多気郡多気町相可1600	0598-38-1111
明和町	危機管理室危機管理係	多気郡明和町大字馬之上945	0596-52-7110
大台町	総務課	多気郡大台町佐原750番地	0598-82-3781
伊勢市	総務部危機管理課	伊勢市岩渕1丁目7番29号	0596-21-5524
鳥羽市	総務課防災対策室	鳥羽市鳥羽3丁目1-1	0599-25-1118
志摩市	総務部地域防災室	志摩市阿児町鷺方3098-22	0599-44-0203
玉城町	総務課	度会郡玉城町田丸114-2	0596-58-8200
南伊勢町	総務課	度会郡南伊勢町五ヶ所浦 3057	0599-66-1111
大紀町	防災安全課	度会郡大紀町錦736番地7	0598-73-3318
度会町	総務課	度会郡度会町棚橋1215-1	0596-62-1111
伊賀市	総合危機管理室	伊賀市上野丸之内116番地	0595-22-9640
名張市	企画財政部危機管理室	名張市鴻之台1番町1番地	0595-63-7271
尾鷲市	防災危機管理室	尾鷲市中村町10番57号	0597-23-8118
紀北町	危機管理課	北牟婁郡紀北町海山区相賀 495-8	0597-32-3904
熊野市	防災対策推進課	熊野市井戸町796番地	0597-89-4111 内線336
御浜町	企画行政係	南牟婁郡御浜町大字阿田和 6120-1	05979-3-0505
紀宝町	総務課防災対策担当	南牟婁郡紀宝町鷺殿324番地	0735-33-0335

2010年4月現在

## 9 用語索引

あ	安否確認(p87)	安全点検(p90)		
い	生き埋め者の救出(p83)			
う				
え				
お	応急手当講習(p59)			
か	各種台帳の整備(p25)	家庭内対策(p32)	家屋の耐震診断・補強工事(p37)	家庭内での役割分担(p36)
	可搬ポンプ(p56)	家具等の転倒・落下防止(p38)	ガラスの飛散・落下防止(p40)	
き	共助(p2)	救出救助機関の限界(p6)	協働で進めるまちづくり(p41)	救出・救護訓練(p49,57,83)
	給食給水【訓練】(p49,73,89)	救命講習(p59)	救出活動(p57,83)	救護活動(p59,84)
く	訓練実施計画書(p102)			
け	ケアマネージャー(p44)			
こ	公助(p2)	神戸市東灘区における人命救助活動(p6)	骨折に対する応急手当(p60)	
さ	災害時の活動計画(p16)	災害時要援護者避難対策(p17,43)	災害活動協力者の把握(p20)	災害時要援護者の把握(p21)
	災害時要援護者台帳(p108)			
し	自助(p2)	自分たちのまちは自分たちで守る(p2)	自主防災組織の役割(p8)	自主防災組織の組織図と役割分担(p10)
	人的資源(p20)	社会的条件の把握(p24)	自主防災組織台帳(p103)	人材台帳(p107)
	出火防止(p39,81)	支援ネットワーク(p43)	初期消火訓練(p49,51)	情報収集・伝達訓練(p49,69)
	消火器を使用した訓練(p52)	事業所の把握(p23)	心肺蘇生法(p62)	心臓マッサージ(p63)
	人工呼吸(p62)	止血(p64)	自主防災活動の記録と評価(p94)	自主防災組織の規約(p96)
	自主防災組織の防災計画(p98)	自主防災活動の連携先(p111)		
す	住まいづくり・まちづくり(p17,32)	図上訓練(p49,74)		
せ	世帯台帳(p106)	専門家の指導(p76)	生活維持(p89)	
そ	ソーシャルワーカー(p44)			
た	タウンウォッチング(p31)	建物の屋根を破壊した救出活動(p57)	倒壊家屋からの救出(p57)	担架【毛布等を利用した応急担架】(p65)
ち	地域住民による防災活動の必要性(p7)	地域で活動する団体・組織(p22)	地理的条件の把握(p24)	
つ				
て				
と				
な				
に				

# 三 重 県

## 三重県防災危機管理部

〒514-8570 三重県津市広明町13番地

TEL 059-224-2185 FAX 059-224-2199

イラスト提供 松阪地区広域消防組合消防本部 森下 渉

初版発行 2005年3月

発行 2006年1月

増刷 2007年11月

一部改訂 2011年3月