

# 自主防災活動の手引き

- 地域コミュニティと安心・安全なまちづくり -



山形県最上町

大規模な災害が発生した際、地域住民の共助による避難活動、被災者の救出・救助、初期消火活動、これらの前提となる安否確認や情報の収集・伝達といった自主防災活動が迅速・的確に行われることが必要となります。

これらの自主防災活動を行うにあたっては、住民が各自ばらばらに行動しても効果は低く、かえって混乱を招きます。地域としての防災力を最大限に発揮するためには、地域住民相互の共通認識に基づく組織的な活動が必要となります。このため、その活動母体として、地域住民等による自主防災組織の設置・運営が必要となります。

自主防災組織は、平常時と災害時の両面から活動を計画、実施することが必要となります。

平常時には、仮に災害が起こったとしても、その予想される被害をできるだけ予防・軽減させるような活動が求められています。また同時に、災害が発生したときに備え、地域防災力が最大限発揮できるような体制・状態を準備・用意するための活動を行います。

災害時には、その時々状況に応じて、地域のために初期消火、救出・救護、避難誘導など様々な対策を機動的に行うことが求められます。

## 目次

|                   |    |                   |    |
|-------------------|----|-------------------|----|
| 1 自主防災活動のあらまし     | 1  | 5 災害時の活動の進め方      | 12 |
| 2 自主防災会の構成と活動内容   | 2  | (1) 情報の収集・伝達      | 12 |
| 3 自主防災活動のイメージ     | 3  | (2) 安全な避難誘導       | 13 |
| 4 日常の防災活動の進め方     | 4  | (3) 初期消火活動        | 15 |
| (1) 防災について知ってもらおう | 4  | (4) 救出・救護活動       | 17 |
| (2) 活動を始める前に点検しよう | 5  | 6 個人・家庭での備え(自助)   | 18 |
| (3) 防災マップを作ってみよう  | 7  | 「向町地区自主防災会」活動事例紹介 | 20 |
| (4) 災害時要援護者(災害弱者) | 9  | 「我が家の防災メモ」        | 22 |
| (5) 防災訓練をしよう      | 11 |                   |    |

# 1. 自主防災活動のあらまし

災害時に頼りになるのは、何といても隣近所、職場の仲間です。日ごろからみんなが防災について考え、そして行動することが大切です。例えば、次のような活動をしてみませんか。

## まちに出よう

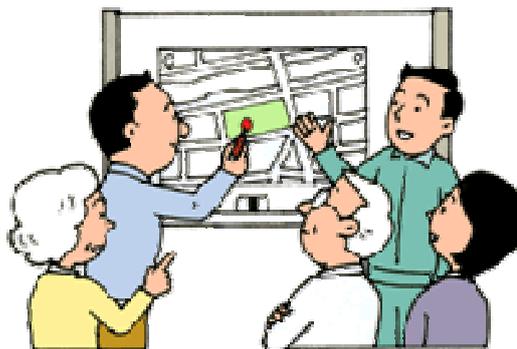
災害時に危険だと思われる所、モノ、逆に安全な所や役立つモノ、人など、みんなで見つけましょう。そしてカメラや地図に記録しておきましょう。子供の目線で見たり、ときどき見上げてみると新しい発見があると思います。



## 手づくり防災マップを作成しよう

班ごとにチェックしてきた結果を地図上にまとめてみましょう。カラーペンやふせん紙などをうまく使って、わかりやすい地図を作りましょう。

町で撮影した写真は地図の余白に添付するなど、工夫して見やすいマップを作成しましょう。



## 防災訓練をしよう

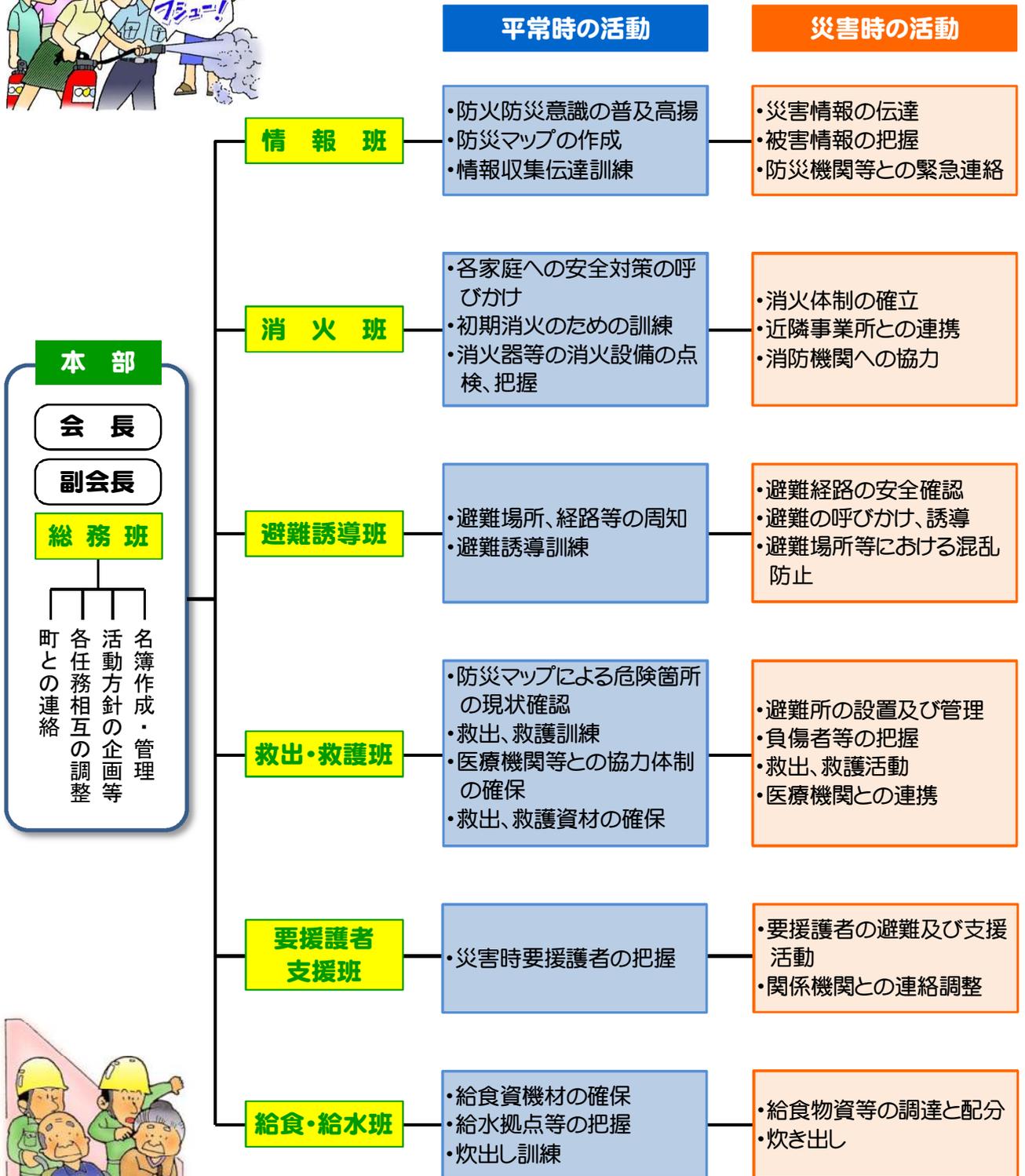
出来上がった地図をもとに、地域の防災上の課題を検討し、地域独自の防災訓練をしましょう。

うまくいなくて当たり前。そこから、また新たな課題が見えてくるはずです。



# 2. 自主防災会の構成と活動内容

自主防災組織は、迅速かつ効果的な活動ができるように班の構成を行います。次の例を参考に、あなたの地域でも自主防災活動を積極的に進めましょう。



# 3. 自主防災活動のイメージ

自主防災活動の全体の枠組みを理解しやすくするため、下表において災害発生時の行動を時間を追って整理し、日常からの対策を付記しましたので参考としてください。

## ■ 家庭・地域での災害発生時行動イメージ（地震の場合）

| 状況  | 自助（個人・家庭）   |  | 共助（自主防災組織）  |   |
|---|---|--|---|---|
|   | 行動  | 対策   | 行動  | 対策  |
| <b>地震発生</b><br>0分～1分<br>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 落ち着いて、自分の身を守る</li> <li>● 身を守ることを優先し火の始末</li> <li>● ドアを開け、避難路を確保する</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 建物の耐震診断を受け、問題がある場合には耐震補強を行う</li> <li>● 家具を固定する。家具の上に物を積まない。特に、寝室は安全なスペースを確保する</li> <li>● 石油ストーブなど火気器具や危険物の管理・保管に十分注意する</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 家庭、地域での防災知識の普及啓発</li> </ul>                  |
| <b>揺れがおさまった</b><br>1分～5分<br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 火元の確認（早めにガスの元栓を閉め、電気のスイッチ・ブレーカーを切る）</li> <li>● 火災が発生したら初期消火</li> <li>● 家族の安全確認</li> <li>● ラジオ等で情報確認</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 消火器・水の汲み置き・バケツの準備</li> <li>● 防災訓練に参加し、初期消火の方法を身につける</li> <li>● スリッパ、スニーカーの準備（ガラスによるけが防止）</li> </ul>                               |    |   |
| 5分～10分  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 隣近所の安全確認</li> <li>● 非常持ち出し品を身近に用意する</li> <li>● 家屋倒壊の恐れがあれば避難する</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 非常持ち出し品の準備</li> <li>● 懐中電灯、携帯ラジオ、バール、ハンマー等資機材の準備</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 被害状況の収集</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地域の危険箇所の把握</li> <li>● 災害時要援護者の把握</li> </ul>  |
| <b>火災発見</b><br><b>倒壊家屋発見</b><br><b>負傷者発見</b><br>10分～数時間   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 自主防災活動に参加する（みんなで消火・救助活動）</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 防災訓練に参加し、救助方法等を身につける</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 初期消火活動</li> <li>● 救助活動</li> <li>● 負傷者の救護、搬送</li> <li>● 避難誘導</li> <li>● 出火防止等の広報</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 各種訓練の実施</li> <li>● 防災資機材の点検・整備</li> </ul>    |
| 半日～   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 生活必需品は備蓄でまかなう（3日間）</li> <li>● 協力し合って秩序ある生活</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 水、食料等生活必需品の準備（3日分）</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 避難所運営への協力</li> <li>● 災害時要援護者への配慮</li> </ul>  |  |

### 自主防災計画・体制の作成上のポイント

- 地域の実情に応じた組織編制、活動内容とする。この場合、時間帯の別、在宅者の年齢層・性別等を考慮する。
- これから自主防災活動を推進していく地域の場合、自助・共助として必要最小限の活動からスタート→地域全体で徹底→必要に応じて活動範囲を拡大・高度化という進め方が現実的。この場合、人的被害の予防・軽減を優先して考える。

# 4. 日常の防災活動の進め方

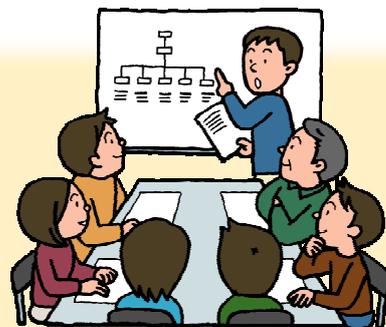
自主防災活動は、「平常時の防災活動」と「災害時の応急活動」に分けられるほか、地域の人口や地形・家屋の状況といった地域の特性や構成メンバー等によっても活動内容が変わってきます。いざというときに、迅速な活動ができるよう日頃から準備を整えておきましょう。

## 1. 防災について知ってもらおう

自助・共助による地域防災力を高める前提として、防災知識の幅広い普及・啓発が必要となります。また、災害時に被害の発生及び拡大を防止するためには、地域住民が防災に関する共通認識を持って行動することがきわめて重要です。

このため自主防災組織として、様々な機会をとらえて、防災知識の普及・啓発を図る必要があります。地域住民に防災に関する知識を習得してもらうには、次のような方法が有効です。

- 防災知識に関するチラシ、パンフレット等を作成し、各戸に配布する。
- 研修会や防災ワークショップを開催する。(あらゆる会合の機会をとらえて、住民同士で話し合う機会を増やす。)
- 地域における過去の災害事例調査、災害体験者からの聞き取り等により、被害態様をまとめて広報する。
- 地域内を実際に歩いてみて、危険箇所の確認等を行う。この場合、「歩き歩き大会」や「親子ふれあい防災ハイキング」、「タウンウォッチング」といった、イベント性を加え防災マップづくりにつなげてみるのもよいでしょう。
- 地域の防災訓練時に地震体験車により、災害を疑似体験する。
- 行政機関等が主催する防災講演会に参加する。



### 地域における防災意識の高揚のポイント

- まず、各々の家庭において、家具や家、屏等の倒壊を防ぎ安全性を確保すること、火を出さないことなどが被害の予防・軽減の上で極めて重要であることについて、実例などに基づき周知徹底し、各個人・各家庭における当事者意識をうながす。
- 自主防災組織における役割分担や活動内容、防災全体における位置づけ等について十分認識してもらう。
- 地域防災をリードする人材の発掘、若い世代や新規メンバーによる意見の採用、幅広い層が参加しやすいコミュニティづくり、他の地域活動やイベントとの連携といった種々の方策を取り入れ、活性化を図る。



## 2. 自主防災活動を始める前に点検しよう

### ① 各種台帳の点検・整備

自主防災組織に最低限必要な台帳は、以下のとおり地区内にどのような人がいるのかを把握するために重要な台帳となります。

- ① 自主防災組織台帳
- ② 世帯台帳 「組織内にどのような人がいるのか」
- ③ 人材台帳 「災害時に技術的に活用できる人はいるのか」
- ④ 要介護者台帳 「特に支援を必要とする人はどこに何人いるのか」

さらに、以下の組織内の団体等、

**[事業所・各種ボランティア団体・女性の会・消防団・学校・福祉団体等]**

についても把握し、連携することにより、より組織的な活動ができることとなります。ただし、これらの台帳についてはプライバシーにかかわる事項もありますので、保管の方法については十分注意が必要です。また、自主防災組織で独自に、本人の了解を得て名簿を作成し活用しているところが多いようです。

#### 【災害対策用】 ○○町内会 住民調査票

年 月 日現在

|                               |       |        |          |      |     |
|-------------------------------|-------|--------|----------|------|-----|
| 世帯主名                          |       | 生年月日   | 年 月 日    |      |     |
| 住 所                           | 最上町大字 | 電話番号   | 0233 - - |      |     |
| 勤 務 先                         | (名称)  | (電話番号) | - -      |      |     |
| 緊急時連絡先及び電話番号 (世帯員以外、親戚・友人・知人) |       |        |          |      |     |
| (氏名)                          | (関係)  | (電話番号) | - -      |      |     |
| 家<br>族                        | 氏 名   | 生年月日   | 勤 務 先    | 電話番号 | 備 考 |
|                               |       | . .    |          | - -  |     |
|                               |       | . .    |          | - -  |     |
|                               |       | . .    |          | - -  |     |
|                               |       | . .    |          | - -  |     |
|                               |       | . .    |          | - -  |     |

※ 生年月日年号は、M(明治)、T(大正)、S(昭和)、H(平成)で記入ください。



## ② 防災資機材の点検・整備

自主防災活動として、初期消火、救出・救護、避難誘導等を行うために必要とされる防災資機材は、おおむね次に示すものとなっています。これはあくまでも目安ですので、地域の実情に応じて何がどれくらい必要なのかを検討してください。

### ● 情報班

電池メガホン、携帯無線機、携帯用ラジオ、住宅地図、メモ帳、油性マジック等筆記具（安否・被害状況等記入）等



### ● 消火班

可搬式ポンプ・散水装置、簡易防火水槽、ホース、スタンドパイプ、格納器具一式、街灯用消火器、防火衣、鳶口、ヘルメット、水バケツ等



### ● 避難誘導班

リヤカー、発電機、警報器具、懐中電灯、標識版、標旗、強力ライト、簡易トイレ、寝袋、組立式シャワー等



### ● 救出・救護班

バール、梯子、のこぎり、スコップ、なた、ジャッキ、ペンチ、ハンマー、ロープ、チェーンソー、エンジンカッター、チェーンブロック、油圧式救助器具、可搬式ウィンチ、防煙・防塵マスク、担架、救急箱、テント、毛布、シート、簡易ベッド等



### ● 給食・給水班

炊飯装置、鍋、コンロ、ガスボンベ、給水タンク、濾水装置等



### ● その他

腕章：自主防災組織の役割を明確にするために活用

- 各家庭に、消火器具（消火器、消火用バケツ、消火用水など）を備える。また、各家庭から共用品として持ち出し可能な資機材があればリスト化しておく。
- 救助用の大型工作資機材については、地域内の土木、建設業者等に対して、災害時に機材の貸与が得られるよう話し合っておく。



※ 消火、救出、搬送などの防災資機材はいつでもすぐに取り出せるところへ保管し、だれでも使えるようにしておきましょう。

### ③ 避難誘導の点検・計画

災害が発生したとき、普段から避難誘導の方法が確立されているか否かは、混乱する状況下で大きく明暗を分ける課題です。そのためには、平常時にしっかりと計画を作成しておくことが必要です。

#### ● 避難計画の作成(案)

- ・避難先、避難経路の明確化
- ・避難経路上の危険箇所等の把握
- ・高齢者、要援護者などの避難支援方法の検討、準備
- ・「不要な荷物を持たない」など避難時の注意事項の明確化、住民への徹底

#### ● 避難時の注意事項

- 徒歩で避難を行うようにする。車は使用しない。
- 服装は、目につきやすく、活動しやすいもの、長袖・ズボンを着る。
- 靴は、運動靴等歩きやすいもの、底の厚い丈夫なものを履く。
- 荷物は最小限にする。荷物を持つ場合は、リュックサックを使用する。
- 隣近所の人に呼びかけ、一緒に避難をする。
- 狭い道、塀やがけ、川のそばは、なるべく歩かないようにする。
- ガス、水道の元栓を閉める。電気のブレーカーを落とすことを忘れない。
- エレベーターは使わない。



## 3. 地域の状況を把握して防災マップを作ってみよう

### ① 把握しておきたい災害情報

防災の基本は、まず自分の住む地域にどのような危険があるのか、どんな人が住んでいるのかを知ることです。

そのためには、自分たちのまちを実際に調べて、地震・風水害・大規模火災などの発生を想定し、被災したらどのような状況になるかを予測しておく必要があります。

#### 地理条件は？

- 急傾斜地・土石流(崖、地滑り地等)
- 河川・水路、貯水池、低地(浸水地帯)
- 狭い道路、袋小路、橋、坂道、階段
- 埋立地(液状化)

#### 人間関係は？

- 一人暮らしの高齢者、寝たきりの人、障がいのある人等の災害時要援護者の状況
- 妊産婦・乳幼児
- 透析等定期的治療の必要な方
- 技術、技能のある人、ボランティア活動経験者などの有無、アマチュア無線愛好者

#### 社会的条件は？

- 行政の建物や医療機関の位置、所要時間
- 指定避難所(公民館・学校等)
- 住宅密集度、世帯数、昼夜別人口
- 消火栓、防火水槽の位置
- 空家住宅の状況・倒壊の危険度
- ブロック塀、石積み擁壁、屋外広告物、自動販売機、危険物貯蔵(灯油タンク)
- 生活必需品の取り扱い店舗
- 重機等を保有している企業等
- 井戸水を保有している家庭
- 反射型ストーブを保有している家庭

## ② 防災マップの作成

地域内の危険箇所や防災施設などを把握したら、その状況を盛り込んだ防災マップを作成します。

防災マップは、その地域の洪水などの危険箇所、危険な施設・設備、幹線道路、避難場所等の各種防災上必要な施設、設備を記入したもので、地域防災上の課題を把握するのに役立ちます。



### 防災マップを作ってみましょう（作成手順）

#### ① 班分けと作業分担

- 6～10名程度の班に分かれ、チェックする区域を決めましょう。
- 記録係(写真撮影担当、地図上の記録)や班長なども決めましょう。

#### ② 事前打ち合わせ

- 地図上でどの辺りを重点的に歩くかなど、コースを決めたり、チェックのポイントを話し合しましょう。

#### ③ まちに出よう

- いよいよ、まちの防災チェックのスタートです。
- 災害時に危険だと思われる所、物や、逆に安全な所や役に立つ物などをみんなで調査しましょう。
- 写真を撮ったり地図に記載しましょう。
- 子供の目線で見たり、ときどき見上げてみると新しい発見があると思います。

#### ④ 防災マップ作り

- 班ごとにチェックしてきた結果を地図上にまとめ、班全員で調査結果を検討する。
- 地図上に写真、カラーペンや付箋紙をうまく使って各種情報を貼り付けていく。
- 透明シートを地図に貼って油性ペンで情報を記入する方法もある。
- 写真は地図の余白などに張るなどして工夫する。

#### ⑤ 報告会

- 出来上がった防災マップを班ごとに話し合い、意見交換をする。
- それぞれに見る視点が違ったり、地図だけでは分からなかった“まち・地域”の顔が見えてくる。
- 地図上に現れない“資源”も確認し合える。



※ 災害時要援護者などの個人情報を公開することになる場合もありますので、防災マップの取扱いについては、住民一人一人が十分注意する必要があります。

また、防災マップに記載される事柄は、利害対立を含むような項目も多いので記載事項については、地域住民の間で十分な話し合い、合意を得ておくことが必要です。

## 4. 災害時要援護者(災害弱者)にやさしいまちづくり

災害が発生した場合、高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児、児童、傷病者や日本語の理解力が十分でない外国人等は、情報の把握、自力による避難、生活の確保などの面で弱い立場にあり、何らかの手助けが必要となります。阪神・淡路大震災の犠牲者でもっとも多かったのは高齢者でした。

こうした災害時要援護者を災害から守るためにも、地域が一丸となって協力し合いながら支援していきましょう。

### ① 災害時要援護者が安心して暮らせる地域づくり

#### 要援護者の身になって防災対策を

要援護者の人たちに対して、情報伝達の際にはどうやったら情報が正確に伝わるのか、避難誘導等を行う際にはどんな支障があるのかなど、要援護者の立場に立って考え、防災環境や、防災体制を改善していきましょう。

そのためには、要援護者の方にも積極的に防災訓練に参加していただくことが大切です。

#### 日ごろから地域でのコミュニケーションを

日ごろの支援活動こそが、要援護者対策そのものと言ってもいいでしょう。日ごろからコミュニケーションをもち、プライバシーや個人情報に配慮しつつ、地域ぐるみでの支援体制を整えましょう。



#### 地域の援助体制を具体的に決める

自主防災組織と地域の福祉関係者等の連携により、災害時要援護者への支援体制を具体的に決めておく。その際、災害時要援護者1人に対し、複数の住民による援助体制を組むようにし、活動手順を具体的に定めて平常時から一緒に訓練を行っておくことが重要です。

#### 災害時の安否確認と避難誘導

災害時の避難にあたっては、安否確認と避難誘導が必要です。災害時の混乱の中では、出来る限り近隣で、普段からその高齢者等のことを知っている人たちで支援するとともに、地域や避難所でのチェック体制を整えておくことが重要です。



#### 避難生活時のサポート

災害時要援護者に対する避難生活のサポートについても、福祉関係者やボランティアと連携して事前に確立しておくことが重要です。

## ② 要援護者を避難誘導する際のポイント

災害発生という非常時には、身体・言語に不自由のある人ほど、状況の変化に対してより大きな不安を抱くものです。

そんな時こそ、思いやりの心で接し、その人の立場に立った支援を心掛けましょう。



### 高齢者・傷病者

- 複数の人で対応
- 緊急時にはおぶったり、担架を使ったりする。



### 目が不自由な人

- つえを持つ手と反対側のひじのあたりに軽く触れ、半歩前を歩き、ゆっくりと誘導
- 誘導先の障害物や道路状況等を説明しながら進む。



### 耳が不自由な人

- 口を大きく動かし、はっきり、ゆっくり話す。
- 筆談、身ぶりなどで伝える。
- 手のひらに指先で字を書く方法でもよい。



### 外国人

- まずは身振り手振りで意思の疎通を図る。
- 外国語が分からないと、逃げてしまわないこと。孤立させないことが大切。



### 車いすの人

- 気軽に声をかけ、1人で援助が困難な時は、近くの人に協力を求める。
- 階段では3～4人で援助する。上がる時は前向きに、下がる時は後ろ向きに。



### 妊産婦・乳幼児

- 妊産婦や乳幼児を抱える母親などには、困っていることがないかすすんで声をかけましょう。



## 5. 防災訓練をしよう

### ① 防災訓練の目的

災害時においては、いち早く適切な応急活動を行うことが必要とされています。しかしながら、大きな被害が発生した場合、初期段階では消防関係機関等の対応力を超える事態も考えられます。

そのような混乱の中、落ち着いて適切な応急活動ができるようにするためには、日頃から十分に訓練しておくことが重要となります。防災に関する知識の習得は自主防災活動の基礎として必要なものですが、これだけではいざというとき行動に移せないこともあるのです。

防災訓練を実施することにより、参加者の防災技術の向上、地域住民による組織的な活動の確保が図られます。また、訓練を通じて初めて得られる反省点や教訓も多くあり、自主防災計画・体制に反映することにより、地域防災力の実効性確保に大きく貢献します。

### ② 防災訓練の進め方

#### 情報収集・伝達訓練

- ① 地域住民の安否
- ② 地域内の被害状況、災害危険箇所の状況調査
- ③ 情報を正確・迅速に収集し、自主防災会本部や町災害対策本部へ報告
- ④ 防災関係機関の指示を正確・迅速に地域内の住民に伝達する訓練

#### 救出・救護訓練

- ① はしご、ジャッキ、バル等の救出用器材の使用方法を習熟する訓練
- ② 負傷者の応急手当訓練
- ③ 安全な場所への搬送方法等について習熟する訓練



#### 消火訓練

消火用バケツ、消火器等を使用して、火災の初期消火技術を習熟する訓練



#### 給食・給水訓練

- ① 炊飯装置等の限られた資機材を有効に活用し調理する訓練
- ② 食材を確保する訓練
- ③ 効率的に配給する方法を習得する訓練



#### 避難訓練

- ① 各個人が避難時の携行品や服装等を整えて、屋外へ避難する訓練
- ② 自主防災組織としては、防災計画(防災行動計画)に定める避難場所まで迅速かつ安全に避難する訓練



#### その他

上記以外に、避難所開設訓練、地震体験車による疑似体験などがあります。

## 5. 災害時の活動の進め方

災害時には、町、公共機関、民間団体・事務所、ボランティアや、災害規模等に応じ県、国、防災関係省庁など多くの関係機関等が連携し、様々な形で応急活動が行われます。

その中で、個人・家庭や自主防災組織による自助・共助が、災害初動期における安全確保の上で必要不可欠なものとなります。

災害時には、各人が防災上のルールや枠組みに沿って行動することが、尊い生命を守り被害を軽減するために必要となります。平常時と異なる不自由な環境においても、お互い助け合い、他者を思いやる気持ちをもって行動することが大切です。

### 情報の収集・伝達

災害が発生し、又はその恐れがある場合には、各人においてラジオ、テレビなどにより地震・津波情報や気象情報の収集を行うとともに、自主防災組織として【情報班】を中心に巡回などを行い、自主防災会に関連情報を集約します。会長・班長は、これらの情報に基づき、避難、消火、救助などの必要性や実施方策について判断し、地域住民に伝達・指示等を行います。

- あらかじめ地域内で情報を集めて連絡する場所・手段をはっきりさせておく
- 地震後は根拠のないデマが流れやすく、また、異常な心理状態のため、冷静な判断力が失われることがあるので注意する。
- 聴覚障がい者、寝たきりの高齢者等、災害時要援護者については、日頃から連絡体制を構築しておく。
- 内容は正確か、簡潔明瞭か、5W1H（いつ、何が(誰が)、どこで、どうして、どのように）が抜けないようにする。
- 何を伝えるのか。被害発生現場や被害の概要と見通しなど、優先順位を考える（必要に応じて防災関係機関に対し、出動要請を行う）。
- 火災や避難などの重要な情報は、必ずメモをしておく。
- 情報を入手した場合は、必ず情報源を確かめ、伝える際には、どこからの情報が伝える。
- テレビやラジオによる正確な情報を入手することが大切であり、停電時も考慮して電池式ラジオを携行する。
- 情報を伝える手段として、メガホン、掲示板、回覧板なども効果的に活用する。

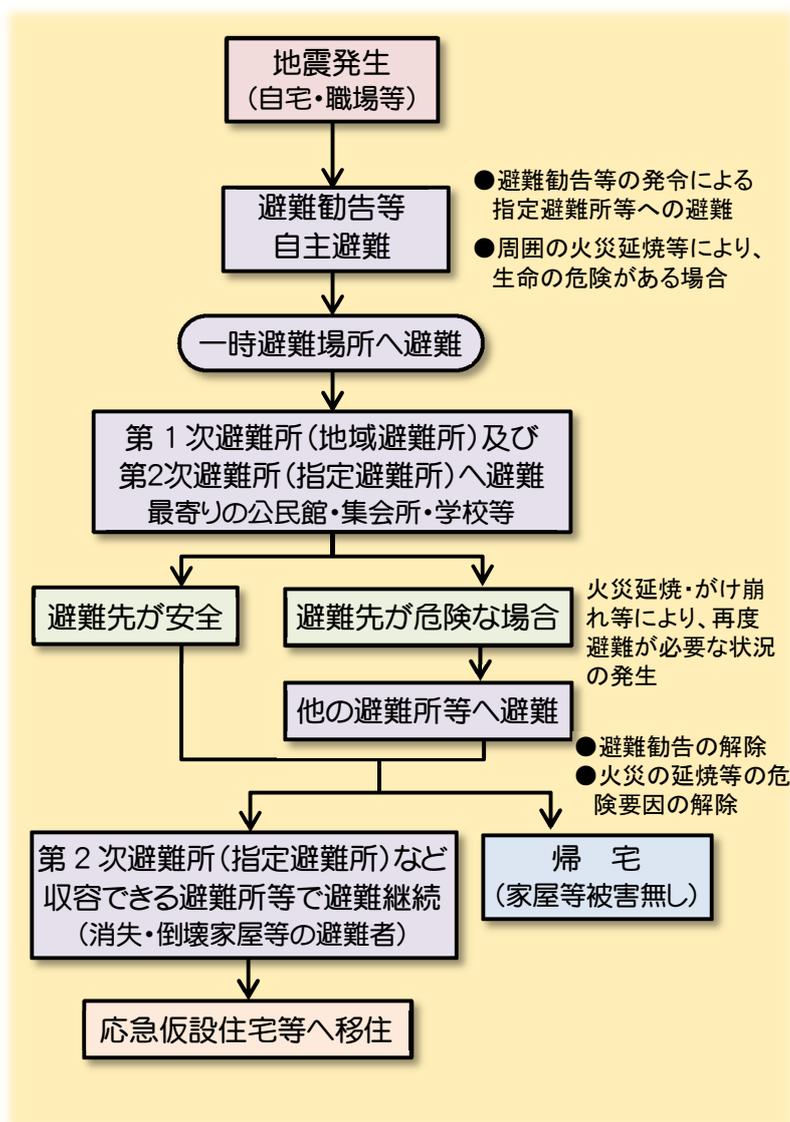
必要とする町や消防機関が

- |                                 |                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| ● 人的被害<br>死者、行方不明者、負傷者(重症者・軽傷者) | ● ライフライン被害<br>水道施設、交通施設、下水道施設、電力等 |
| ● 住宅被害<br>全壊、半壊、一部破損、床上・床下浸水    | ● 火災                              |
| ● 公共施設被害                        | ● 田畑の被害                           |
| ● 公共土木施設の被害(道路、橋梁、河川等)          | ● その他の被害<br>がけ崩れ、ブロック塀、石碑等        |

## 安全な避難誘導

地震による建物の倒壊・損傷、津波や洪水による浸水、大規模な火災などにより、地域住民の生命・身体に危険が及ぶ場合は、直ちに安全な場所へ避難することが必要となります。また、避難勧告・指示が発令された場合のほか、地域における情報収集の状況などから判断して、生命・身体に危険が及ぶおそれがある場合、自主防災会長や【避難誘導班】を中心に、自主防災会として避難誘導活動を行うこともあります。

### ■ 地震時の避難要領



- 1 避難勧告・指示が発令された場合のほか、地域における情報収集の状況等から判断して、生命・身体に危険が及ぶおそれがある場合、自主防災会長や【情報班】を中心に、避難誘導活動の実施を決定。
- 2 【情報班】とともに、メガホンなどにより避難指示と一時避難場所を伝えてまわる。  
※ガスの元栓の閉鎖、電気ブレーカーの切断などの火災の発生防止も広報する。
- 3 一時避難所に集まった後、人員の確認を行い、所在不明の者がいる場合は、手分けをして安否を確認する。
- 4 【避難誘導班】を中心として、災害時要援護者から避難誘導する。他の班の活動が終了・中断した場合は、【情報班】・【救助救護班】と連携のうえ避難活動を行う。
- 5 災害時要援護者の介護者を決めておく。寝たきりの人や体の不自由な人の移動は、リヤカーや車いすなどを活用する。
- 6 状況に応じ避難者がはぐれないようにロープを活用し、各人がロープにつかまって避難する。
- 7 携行品は、当面の生活用品及び応急処置に必要なものを入れた非常持出袋等だけとし、身軽に動けるようにする。
- 8 避難途中では、余震などによるブロック塀の倒壊や落下物に注意する。
- 9 避難場所に到着したら、出発時の人員がそろっているか確認する。



## ■ 町からの避難情報の提供について

町からの警戒の呼びかけや避難情報等は、次の方法により周知します。

- ① 区長及び自治会長、自主防災組織の代表者への連絡
- ② 防災行政無線による放送
- ③ 災害時要援護者等、安心カード登録者、民生児童委員、福祉関係者への連絡
- ④ 緊急エリアメールによる配信
- ⑤ 広報車、消防車等による広報

## ■ 避難勧告・指示について

- 災害が発生し、又は発生するおそれがある場合において、生命・身体保護の観点等から、災害対策基本法等に基づき、町長等は必要と認める地域の居住者、滞在者等に対し、避難のための立ち退きを勧告・指示することができるかとされています。
- 町では、山形県防災システム、河川・砂防情報による大雨などの気象情報や河川の水位、土砂災害指標等をもとにして、今後の気象予報や巡視の報告などから総合的に判断し、①避難準備（要援護者避難）情報、②避難勧告、③避難指示の3段階で発令します。

|                  | 発令時の状況   | 町民に求める行動  |
|------------------|--|---|
| 要援護者避難情報<br>避難準備 | <p>気象情報や巡視などから総合的に判断し、人的被害の発生する可能性が高まったときに広報します。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 高齢者や体が不自由な方など避難行動に時間を要する方は、この時点で最寄りの避難場所へ避難を開始してください。避難支援者は支援行動を始めてください。</li> <li>○ それ以外の方は、家族などと連絡を取るとともに、非常用持出品の用意などいつでも避難できるように準備を始めてください。</li> </ul> |
| 避難勧告             | <p>通常の避難行動がとれる方が避難行動を開始しなければならない段階です。人的被害の発生する可能性が明らかに高まったときに発令します。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 火の始末と戸締りを確認してください。</li> <li>○ 隣近所で声を掛け合って最寄りの避難場所へ速やかに避難行動を開始してください。</li> </ul>  |
| 避難指示             | <p>前兆現象や現在の切迫した状況、地域の特性などから人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断したとき、または、災害が発生したときに発令します。<br/>「避難指示」は「避難勧告」より拘束力が強いものです。</p>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 避難勧告などの発令後で避難中の時は、直ちに避難行動を完了してください。</li> <li>○ まだ避難が完了していないときは、直ちに避難行動に移るとともに、そのいとまがないときは生命を守る最低限の行動をとってください。</li> </ul>                                 |

- 自然現象のため不測の事態も想定されます。避難行動は、計画された避難場所に避難することが必ずしも適切とはいえません。浸水などにより避難場所までの歩行が危険な場合には、生命を守る最低限の行動として自宅や隣接する建物の2階などに緊急的に避難することもあります。
- 避難勧告・指示の解除は、避難の必要性を勘案し、町災害対策本部長（町長）が行います。それまでの間、被災地区へは原則立ち入らないようにすることが安全確保の上で必要です。



## ■ 避難所の区分

| 区 分               | 内 容   |
|-------------------|---|
| いっつき<br>一時避難場所    | 一時的に身の安全が確保できる場所（近くの公園、広場、空き地など）  |
| 第1次避難所<br>（自主避難所） | 一時避難場所が天候の状況や、家屋の被害等で短期的に避難が必要な場合。地区であらかじめ決めている最寄りの公民館・集会所・学校等          |
| 第2次避難所<br>（指定避難所） | 被災者が多く対応しきれない場合や、第1次避難所に向かうのが困難な場合、また、避難生活が長期化する場合に町で指定する避難所。中央公民館、学校等。 |

※ 一時避難場所及び第1次避難所については、地区と協議し地区指定します。

## 初期消火活動

大きな地震災害で最も怖いものの一つは火災です。火災は、いったん燃え広がると手の付けようがありません。基本的に火を出さない、出してしまっても家庭・地域で初期のうちに消し止めることが必要です。特に大地震に見舞われ火災が多発したときは、消防車が駆けつけることができないことも想定されます。



阪神・淡路大震災でも住宅密集地区を中心に火災が多発し、多くの死傷者が出るとともに、財産が失われました。一方、住民による自発的な消火活動が奏功した事例も報告されています。とくに、火元で焼け止まった火災は、住民による消火活動率が高くなっており、このことから、いかに住民による初期消火活動が重要であるかということがわかります。

## ■ 初期消火活動の実施要領

- 火災を発見したら、大声で「火事だ！」と叫び、まず周囲に知らせます。周囲の人と協力しながら、消防機関に通報するとともに、【情報班】→【自主防災会本部】に連絡します。

- 【消火班】を中心として、周囲の人の協力を得ながら消火活動を実施します。消火器、消火用バケツその他の消火に用いる物品は、家庭からの持ち寄り、自主防災資機材を使用します。また、いわゆる消火器具だけにとらわれず、消火に使用できるもの（座布団など）を臨機応変に活用しましょう。
- 消火活動は危険を伴います。従事者の安全を確保のうえ、活動を行うことが原則です。
  - ・火災や煙に十分気を付ける。これらの影響を防ぐため、風上から消火活動を行う。
  - ・常に避難経路を確保し、危険な状態に至る前に退避する。
  - ・火勢や煙の状況などから直接的な消火活動が困難である場合には、周囲への散水などによる延焼防止を主眼に置く。
- 大規模災害の初動期には、消防機関・消防団の到達まで時間を要することも想定されます。このような場合には、安全が確保される範囲内で消火活動を継続するとともに、延焼拡大しそうな場合などにはその状況を消防機関に随時通報します。

また、消防機関・消防団の到着後はその指示に従い、消火・延焼防止や避難誘導等に協力しましょう。



### 初期消火のポイント（消火器）

- できるだけ姿勢を低くして、煙や熱から身を守るように構え、ノズルを火元に向ける。
- 粉末消火器は、一旦火が消えたように見えても再び燃え上がる危険があるため、バケツなどで水を掛けて完全に消化する。
- 強化液消火器は、壁面が燃えているような場合、炎より少し上から掛けると効果がある。
- 運んでいる途中で安全ピンを抜くと、消火する前に薬剤が放射するおそれがあるので注意する。
- 炎の大きさに惑わされないように、燃えているものをしっかりと確認する。
- 室内の初期消火の限界は、炎が天井に達するまでであり、一人だけでなく家族、隣近所で協力して消火する。

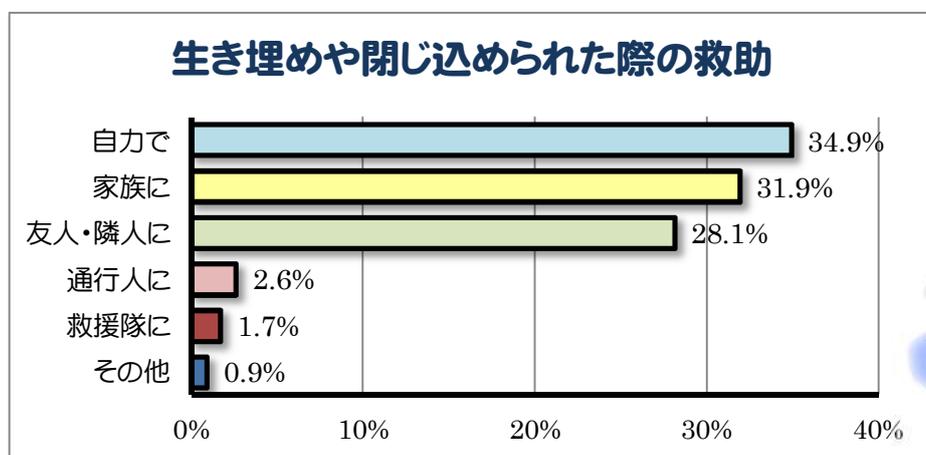


## 救出・救護活動

### ■ 救出活動

大地震の発生に伴い、倒壊家屋の下敷きや落下物等により多数の負傷者が発生した場合、迅速な救出・救護が必要になります。

阪神・淡路大震災では、(社)日本火災学会が火災発生地域の市民を対象として実施したアンケート調査によると、負傷者のなかで、生き埋めになったり建物や家具に閉じ込められたものの割合は、66.0%にもなり、その救助に当たっては、自力で脱出した34.9%、家族に助けられた31.9%、友人・隣人に救助してもらった28.1%で、専門の救助隊に助けられたのはわずか1.7%でした。生存して救出された約95%は自力又は家族や隣人、すなわち救出・救助を行う公的機関以外によるものであったとのデータからも、自主防災組織活動の重要性が分かります。



※ 阪神・淡路大震災時の火災発生地域の市民アンケート調査

### ■ 救護活動

災害時には多数の傷病者の発生が予想されることから、自主防災組織における救護活動として、① 傷病者に対する応急手当、② 安全な場所への搬送が必要となります。また、必要と認められる場合には、被災現場への消防機関等の出動を要請します。

自主防災組織による傷病者の搬送先は、町の「応急救護所」、必要に応じ設置される「避難所内救護所」のほか、町内の医療機関となります。これら救護所などでは、医療機関との連携により医療救護活動が行われます。

#### 救護活動のポイント

- 負傷者や要介護者を安全な場所や医療機関へ速やかに運ぶために、搬送方法を習得しておく。
- 救護や搬出には、止血方法、意識・呼吸・脈の見方、骨折の見分け方、心臓マッサージや人工呼吸の方法など、応急手当の知識が必要となることから、消防機関で実施している救急講習を受講するなどして技術を身につけておく。

## 6. 個人・家庭での備え(自助)

災害に伴う被害の予防・軽減のためには、災害初動期の各人における身の安全確保が必要不可欠です。

ここでは、個人・家庭における備え（自助）について、地震対策を中心に概要を説明します。災害時に「死亡ゼロ」、「火災ゼロ」を目指す第一歩は、町民一人ひとりの備えからであり、災害時に自分の身を守るのは自分であることを認識して、できることから対策を講じていきましょう。

### 1 住宅の耐震診断 （※詳しくは役場建設課まで）

家の耐震性や地盤を調べ、問題があれば補強するようにしましょう。町や県では耐震工事に対し、各種の補助制度があります。是非これらの制度を利用し早期に対策を講じていきましょう。



- 山形県では、木造住宅の簡易的な耐震診断を無料で行っております。また、参考として、財団法人日本建築防災協会では、インターネットで「誰でもできるわが家の耐震診断」のページを作成しています。
- 住宅のリフォームを行う際に、従来のリフォームに対する補助金に耐震工事に対する補助金も追加されました。問い合わせは役場総務課までお願いします。

### 2 家具の転倒防止対策

家具類は転倒防止金具で固定しましょう。また倒れてしまった場合に備え、扉や窓のそば、寝室等には大型の家具類を置かないようにしましょう。中の物が飛び出さないように、紐で固定したり、扉に留め金を付け、ガラス部分に飛散防止フィルムを貼りましょう。



#### タンス・本棚

- L字金具や支え棒などで固定する。
- 2段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結する。
- 足元には転倒防止マット等を敷く。

#### 食器棚

- L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートなどを敷く。
- 重い食器は下に、軽い食器は上の方におく。
- 扉が開かないように留め金具を付ける。
- ガラスに飛散防止フィルムを貼る。

#### テレビ

- できるだけ低い位置に置き固定する。（家具の上は避ける。）
- テレビの付近には水槽や金魚鉢などを置かない。

#### 照明器具

- チェーンと金具を使用し、天井と数か所止める。



### 3 火を使う器具とその周辺の点検

ストーブは耐震自動消火装置つきのもを使いましょう。また、ストーブ、コンロ等の周りには燃えやすいものを置かないように日頃から注意しましょう。

### 4 初期消火器具の準備

消火器や消火バケツを用意しましょう。風呂の浴槽には、常に水をためておきましょう。消火用水や断水時の生活用水としても使えて便利です。



### 5 非常持ち出し品の準備

貴重品、懐中電灯、ラジオ、食糧等災害時に必要となるものをリュック等にまとめ、すぐに持ち出せるところに置いておきましょう。

非常持ち出し袋の中身は、そのご家庭の家族構成等によっても変わってきます。男性で最大15kg、女性で10kgがひとつの目安です。下の例を参考に、家族で話し合い、必要なものをそろえましょう。非常持ち出し袋は、いざというとき速やかに持ち出せなければ意味がありません。すぐに手の届くところに置きましょう。

#### 非常食等

飲料水、カンパン、缶詰類、ビスケット、インスタント食品等。

- 非常食は、3日分程度用意した方が安心です。
- 飲料水は、1人1日3リットルが目安です。
- 乳幼児がいるご家庭では、粉ミルク、離乳食(スプーン)等も忘れずに。

#### 衣類

セーター、ジャンパー(季節に合わせ)、下着1~2枚、靴下、タオル、軍手、厚手のゴム手袋、カッパ、毛布、寝袋等。

- 乳幼児のいるご家庭では、紙おむつ、おんぶひも等も忘れずに。

#### 医薬品等

せっけん、脱脂綿、包帯、ガーゼ、綿棒、ばんそうこう、はさみ、ピンセット、毛抜き、体温計、生理用品、薬品(常服薬、消毒液、かぜ薬、解熱・鎮痛剤、胃腸薬、湿布剤、目薬、かゆみ止め等)等。

- 薬品は、温度や湿度が高いところでは、変質する場合もあるので、保管場所に注意しましょう。

#### 貴重品

現金、預金通帳、印鑑、運転免許証、保険証の写し、証書類等。

- 災害時でも公衆電話は比較的よく通じるので、10円玉は多めに持ちましょう。

#### その他

携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池、マッチ・ライター、ろうそく、卓上コンロ、防水ビニールシート、ウェットティッシュ、トイレットペーパー、ラップ、使い捨てカイロ、万能ナイフ、缶切り、筆記用具、ロープ、折りたたみポリタンク等。

- 筆記用具には、油性マジックを1本いれましょう。
- 寝室にはスリッパを備え、ガラス片などから足を守りましょう。
- 高齢者の方は、メガネ、補聴器、入れ歯等も忘れず。



## 6 家庭の防災会議

大地震のとき、家族があわてずに行動できるように、ふだんから次のようなことを話し合い、それぞれの分担を決めておきましょう。

- 家のなかで安全な場所はどこか
- 救急医薬品や火気などの点検
- 避難場所、避難路の確認
- 非常持出袋の点検、置き場所の確認
- 万一の際の家族間の連絡方法と集合場所
- 昼の場合、夜の場合の家族のみんなの分担をはっきり決めておく。



### 「向町地区自主防災会」の活動事例紹介

平成 24 年度版消防庁「自主防災組織の手引き－コミュニティと安心・安全なまちづくり－」に全国から 25 か所の自主防災会の活動事例が紹介されています。そのなかの「第 6 節 災害時要援護者対策」に『向町地区自主防災会』の活動が紹介されました。下記は、その紹介文です。

#### 【特別養護老人ホームがある地区の取り組み】

##### (1) 向町自主防災会誕生の経緯

向町地区は山形県最上町の中心地域で、1 万人余りの町人口の約 2 割を占めている。地区内には町役場のほかに、町立病院、特別養護老人ホーム、ショートステイ施設などがあり、災害時には避難に支援を要する方が多く発生すると予想される。

向町地区では以前から、町立病院や特別養護老人ホームが被災した場合に備えて、近隣住民が施設災害協力会を結成して避難訓練などの協力を行ってきた。その後、町立病院などが入る総合施設「ウェルネスプラザ」が完成し、施設の規模が大きくなったことや、平成 12 年の三宅島の噴火、鳥取県西部地震などの自然災害の被害を報道を通じて目の当たりにしたことで、地区では自主防災会の設立に向けて動き出した。

地域住民の防災への関心・理解を徐々に深めて、平成 15 年、向町地区の 8 つの行政区からなる自主防災会が誕生した。

##### (2) 特別養護老人ホームと合同で避難訓練を実施

向町地区にある特別養護老人ホームでは、寝たきりや車いすで生活している方などが多く、火災などの緊急事態が発生した場合には入所者が自力で避難することは極めて困

難である。特に夜間は、施設の夜勤者と宿直者だけの体制となるため、どのようにすれば安全に入所者を避難させることができるかが極めて大きなポイントとなる。

こうしたことから特別養護老人ホームでは、施設職員、家族会及び向町地区自主防災会が主催して合同避難訓練を実施しており、いざという時に近隣住民が協力して入所者を避難誘導することが期待されている。

合同防災訓練には、消防本部、消防団、警察署、交通安全協会、JA職員なども参加している。

訓練実施前には、施設職員、家族会、自主防災会が事前に打ち合わせを行い、訓練では、施設の職員が入所者をベッドから車いすに乗せ換え、自主防災会等の協力者に避難場所まで誘導搬送してもらうという救援体制を再確認する。居室から避難させたあと、施設の外に出るためにはスロープを後向きに降りる必要があり、慎重に手順を確認していく。訓練終了後には反省会を行い、災害対応能力を一層高めるために検討を進めている。

年1回の訓練だけでなく、施設のお祭りで地域住民が踊りを披露するなど、地区と施設が相互に交流活動を実施している。こうした顔の見える関係を日頃から築いていることが、緊急時の円滑な活動にも役立つと考えられる。



### (3) 自分たちのまちを守るために

向町地区自主防災会では、最上町の防災訓練にも参加して、地域の防災力アップに貢献している。また、人工呼吸法やAEDの使い方などを確認する救急実技訓練を実施したり、自主防災活動の先進地域を訪れて研修を実施するなど、自主防災体制の充実強化に努めている。

また、冬季には公民館周辺の除雪も兼ねて、雪の下敷きになった人を救出する訓練を、地元の小学生も交えて行っている。訓練終了後には公民館で炊き出し訓練（昼食）を行うなど、地域住民が楽しんで参加できるように工夫されており、幅広い年齢層の住民交流の場となっている。

このように、向町地区自主防災会は、地域住民や地区の災害時要援護者を含めた「共助」の仕組みで安心・安全なまちづくりを進めている。

※ この冊子を作成するにあたり、参考にさせていただいた資料

- 消防庁 【自主防災組織の手引きーコミュニティと安心・安全なまちづくりー】
- 仙台市消防局 【仙台市自主防災活動のてびき「あなたの家族とまちを守る」】
- 倉敷市 【私たちのまちを守る大切なことー自主防災活動の手引きー】



**最上町 総務課危機管理室**

電話 0233-43-2111

平成24年6月作成

# わが家の防災メモ

|                   |  |
|-------------------|--|
| 地震の時の避難場所（近くの公園等） |  |
| 第1次避難所（地域の公民館等）   |  |
| 第2次避難所（学校や地区公民館等） |  |

## ● 家族の連絡先等

| 氏名 | 生年月日 | 血液型 | 既往症 | 健康保険証番号 | 携帯電話 | 会社・学校の電話番号 |
|----|------|-----|-----|---------|------|------------|
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |
|    |      |     |     |         |      |            |

## ● 親せき・知人の連絡先

| 氏名 | 電話番号 | メモ(関係) | 氏名 | 電話番号 | メモ(関係) |
|----|------|--------|----|------|--------|
|    |      |        |    |      |        |
|    |      |        |    |      |        |
|    |      |        |    |      |        |

## ★ 緊急ダイヤル

| 連絡先         | 電話番号        |
|-------------|-------------|
| 最上町役場       | 43-2111     |
| 建設課(水道・下水道) | 43-2015     |
| 最上病院        | 43-2112     |
| 新庄警察署       | 22-0110     |
| 最上町交番       | 43-2110     |
| 最上広域消防本部    | 22-7521     |
| 東消防支署       | 43-2008     |
| 東北電力コールセンター | 0120-175366 |
| NTT(電話の故障)  | 113         |

## 警察(110)、火事・救急(119)

### 災害用伝言ダイヤル

伝言の録音方法

伝言の再生方法

171

171

ガイダンスが流れます

1

2

ガイダンスが流れます

(X)X(X)X)X)X-X)X)X)X

電話番号を市外局番からダイヤル

録音

再生