

集落・自主防災会でいま何をすべきか

～ まずは自分が、家族が、
そして要援護者対策へ ～

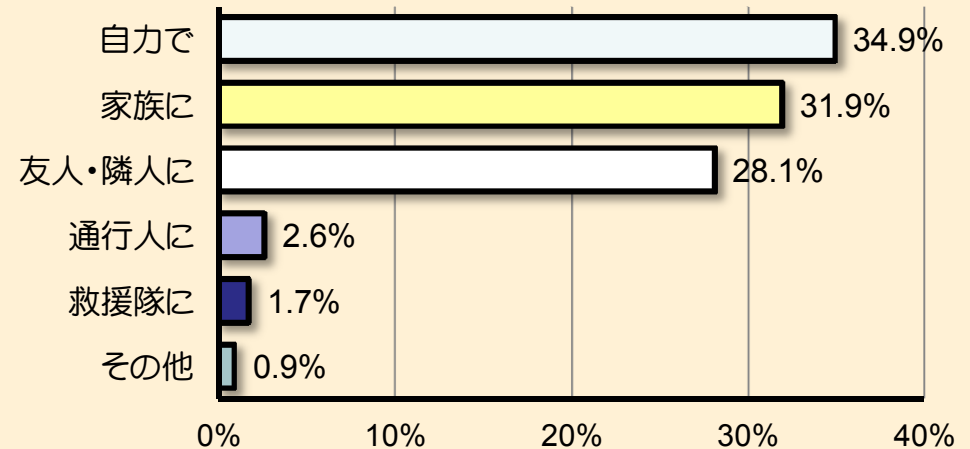
総務課危機管理室

自主防災組織とは？

支え合う関係づくりが地域の防災機能を高める

阪神・淡路大震災では、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救助された人たちの約6割が家族や近所の方々により救出されました。救援隊等に救出された方は、わずか1.7%に過ぎません。

すなわち、自主的な住民組織（自主防災組織等）の有効性と必要性が再認識されています。



コラム

貴方の命を守るのは、自助:共助:公助=7:2:1という意識が必要です。

自助： 災害発生直後において「自分の命は自分で守る」ことが重要です。

防災対策は災害直後の対応が重要となります。平常時には自分自身がどう備え、自らの力によって被害最小化に向けた適切な行動をとらなければなりません。

共助： 公的な救援が十分できない時であっても、同じ現場にいる近隣地域の救援は大いに期待されます。自らの安全を確保して、被災直後の近隣住民の救出・支援は災害弱者のケア等において防災の地域力となります。

公助： 公的な支援の機能「消防・警察・自衛隊等の救助の力」は災害の規模が大きいほど制限されます。情報が不足したり、交通渋滞に巻き込まれて到達できない、などといった状況に陥りやすいからです。



自主防災会の構成と活動内容

町内会役員 まちづくり委員会

本部

会長

副会長

総務班

名簿作成・管理
活動方針の企画等
各任務相互の調整
町との連絡



平常時の活動

災害時の活動

情報班

各組班長

- ・防火防災意識の普及高揚
- ・防災マップの作成
- ・情報収集伝達訓練

- ・災害情報の伝達
- ・被害情報の把握
- ・防災機関等との緊急連絡

消火班

消防・OB

- ・各家庭への安全対策の呼びかけ
- ・初期消火のための訓練
- ・消火器等の消火設備の点検、把握

- ・消火体制の確立
- ・近隣事業所との連携
- ・消防機関への協力

避難誘導班

- ・避難場所、経路等の周知
- ・避難誘導訓練

- ・避難経路の安全確認
- ・避難の呼びかけ、誘導
- ・避難場所等における混乱防止

救出・救護班

- ・防災マップによる危険箇所現状確認
- ・救出、救護訓練
- ・医療機関等との協力体制の確保
- ・救出、救護資材の確保

- ・避難所の設置及び管理
- ・負傷者等の把握
- ・救出、救護活動
- ・医療機関との連携

要援護者 支援班

- ・災害時要援護者の把握

- ・要援護者の避難及び支援活動
- ・関係機関との連絡調整

老人クラブ

給食・給水班

婦人会

- ・給食資機材の確保
- ・給水拠点等の把握
- ・炊出し訓練

- ・給食物資等の調達と配分
- ・炊き出し

重要な活動① 防災訓練

① 防災訓練の目的

災害時には、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、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。

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、バー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



② 防災訓練の進め方

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



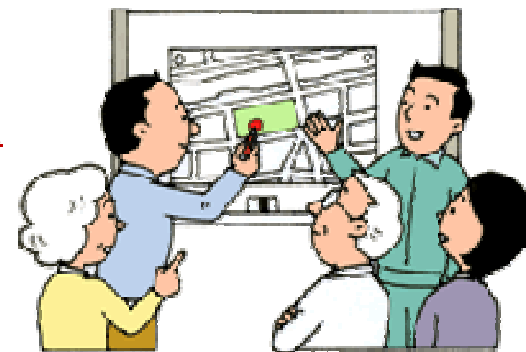
その他

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。

重要な活動② 各集落ごとの防災マップ

■把握しておきたい地域の情報

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、防災に役立つ地域の資産を知ることです。



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
- インターネット・ツイッター・フェイスブック等のSNSをしている人

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
- 耐震化となっていない家屋（昭和56年5月以前の建物）
- 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個人・企業等
- 井戸水を保有している家庭
- 発電機を持っている家庭
- 反射型ストーブを保有している家庭

重要な活動③ 災害時要援護者対策

● 災害時要援護者とは？

「災害から身を守るため安全な場所に避難することや、情報の把握、生活の確保などの面で、弱い立場にあり、何らかの手助けを必要とする人々」 ※ 平常時は、心身障がい者や高齢者等が「要援護者」



① 心身障がい者

(肢体不自由者、知的障がい者、内部障がい者、聴覚・視覚障がい者)

② 認知症や体力的に衰えのある 高齢者

③ 日常的には健常者であっても理解力や 判断力の乏しい 乳幼児

④ 日本語の理解が十分でない 外国人

⑤ 一時的な行動支障を負っている 妊産婦 や 傷病者

※ そのほか、地理に疎い旅行者・観光客なども含まれることもあります。

重要な活動③ 災害時要援護者対策

● 災害時要援護者にやさしい地域づくり

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、正確に情報を伝える、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

自主防災会と福祉関係者等の連携により、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

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。

今まで行っていた集落・自主防災会の活動は・・・

毎年、8月の第4日曜日には、各地域で**防災訓練**を行っていますが・・・

消火訓練

避難訓練

情報収集・伝達訓練

給食・給水訓練

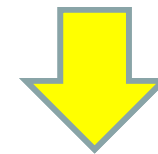
災害時の混乱した中で、各種の活動を組織立てて行うためには、重要な訓練です。

しかし、この訓練が発揮されるのは、例えば・・・



① **震度6を超える大規模地震時に、無事に屋外に避難してから可能となる活動です。**

地区の人が集合場所に集まってきました。
これから、訓練で培った本格的な活動。
あなた自身の装備は？
(非常食、水、軍手、着替え・・・)



健全者もけがをしてしまったら、
災害時要援護者に！

無事に家族と共に屋外に避難しました。
まわりを見ると、家の倒壊もみられます。

④ **最低限必要な装備（非常持出）は、自分で用意するのが原則。助けるつもりが助けられてしまう。**



② **誰が高齢者や体の不自由な方を助けるのか？その方の家族などの連絡先は？**
③ **空き家や道路の状況は？**



これから説明すること → 今なにをすべきか

① 震度6を超える大規模地震時に、無事に
屋外に避難してから可能となる活動です。

= 自助 + 共助



集落自主防災会
の活動、サポート

○ 家具の固定 ○ 住まいの耐震診断・耐震改修

② 誰が高齢者や体の不自由な方を助けるのか？
その方の家族などの連絡先は？

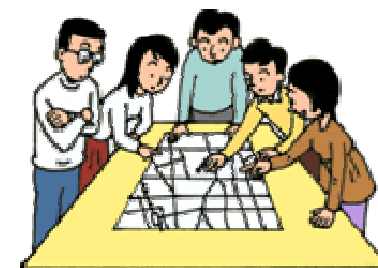
= 共助



○ 集落独自の住民調査票作成

③ 空き家や道路の状況は？

= 共助



○ 防災マップの作成

④ 最低限必要な装備（非常持出）は、自分で用意
するのが原則。助けるつもりが助けられてしまう。

= 自助 + 共助



○ 非常持出品の準備

1. 家具の固定

【阪神・淡路大震災】

- 1995年(平成7年)1月17日(火)午前5時46分に発生した兵庫県南部地震による大規模地震。
- マグニチュード 7.3、震度 7
- NHK神戸支局の地震発生時の映像(15")



この震災では、6,433名もの尊い人命が失われました。その8割以上が家屋倒壊・家具転倒等による圧死・窒息死です。

犠牲者のうち、地震直後の14分間で亡くなった方が92%。

近年発生した大きな地震では、家具類の転倒・落下や割れたガラスによる負傷者が、全体の約3割～5割を占めています。

地震から身を守るため、できることから今すぐはじめましょう！

(東京消防庁調べ)

新潟県中越沖地震	(H19年7月)	40.7%
福岡県西方沖地震	(H17年3月)	36.0%
新潟県中越地震	(H16年10月)	41.2%
十勝沖地震	(H15年9月)	36.3%
宮城県北部地震	(H15年7月)	49.4%

【家具を固定していない場合】



【家具を固定している場合】



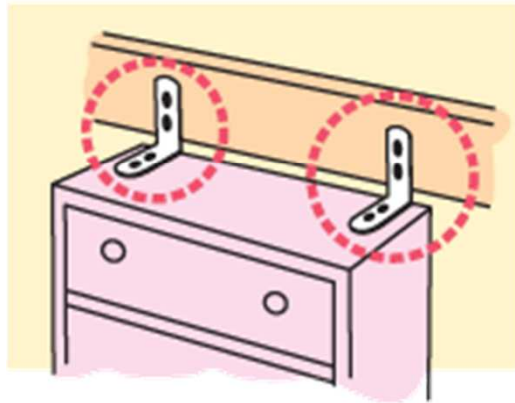
※ 兵庫県と(独)防災科学技術研究所の共同で実施した実験映像(70")

1. 家具の固定 ～ 実例 ①～

※ 神戸市すまいの安心支縁センターより

家具や電化製品を固定しましょう

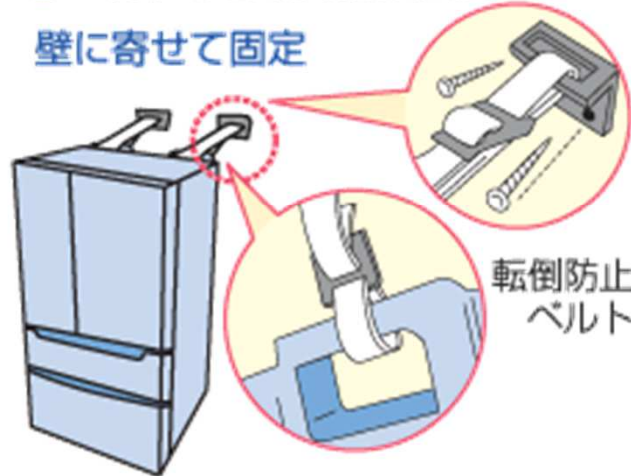
● 金具で家具を固定します



L字金具で固定するのが、最も効果的です。

● ベルトなどで固定します。

壁に寄せて固定



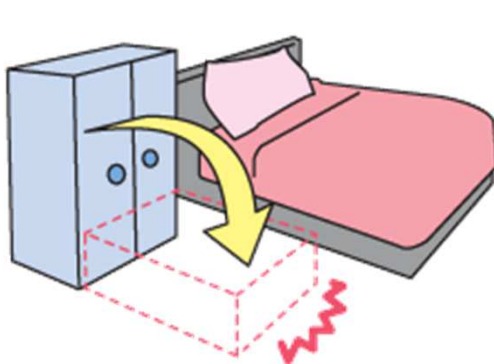
転倒防止用ベルトなどで固定します。

● ご注意ください!

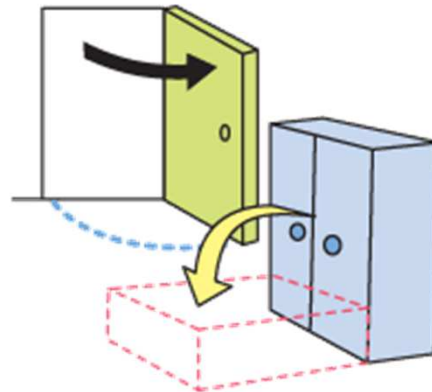


突っ張り棒での家具固定は天井がしっかりとしていて、家具との隙間も小さくないと効果が期待できません。

家具の置き方を工夫しましょう



寝る場所に家具が倒れてこないよう工夫しましょう



ドアの開閉を妨げないように工夫しましょう

その他

- 寝室・幼児・高齢者のいる部屋にはなるべく家具を置かない。
- 部屋の出入り口付近や廊下、階段等には物を置かない。
- ガラス製品や重い物や危険なものを家具の上に置かない。
- じゅうたんや畳に背の高い家具を置かない。
- 前のめりより、後ろもたれ気味に置く。

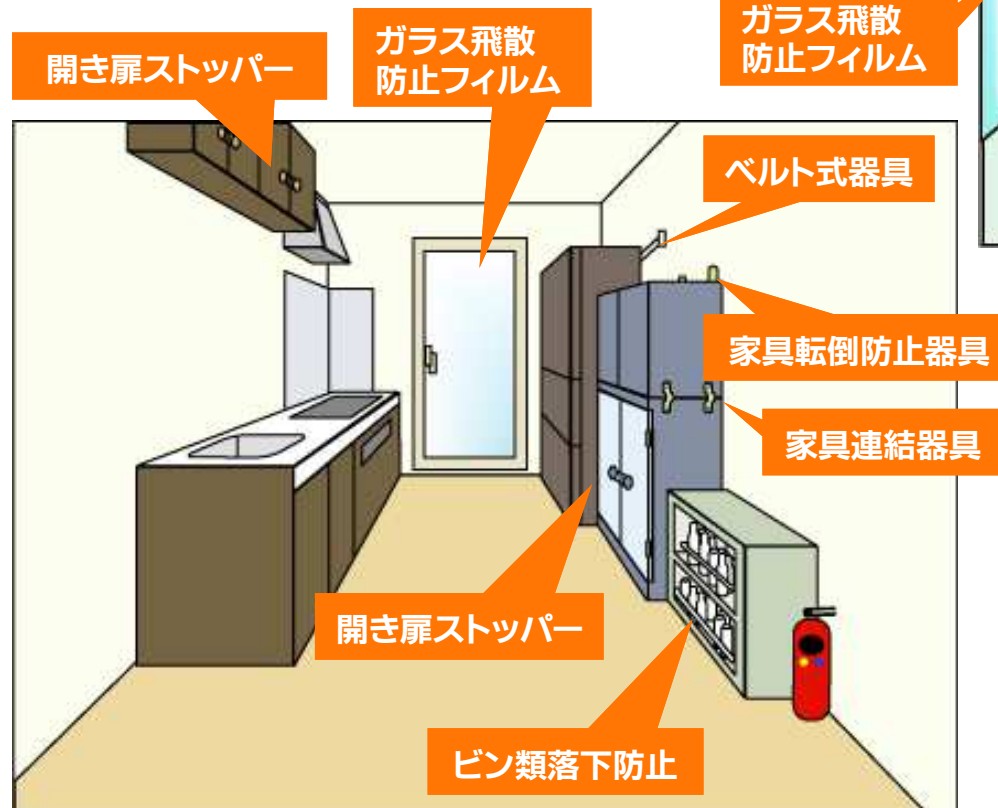
1. 家具の固定 ～ 実例 ②～

※東京都総務局総合
防災部防災管理課より

こんなところも忘れずに！

家の中を見回すと、地震の際に危険なのは家具だけではありません。この図を参考に、対策を施しましょう。

- 窓や食器棚などのガラスの飛散防止
- 照明器具などの落下防止
- ビンなどの落下防止
- テレビ、冷蔵庫、電子レンジなどの家電製品の転倒・落下防止
- 防災カーテンの使用



参考価格

- | | |
|-------------------------|--------------|
| ○ 家具転倒防止金具(2個) | 700～1,000円 |
| ○ ポール式器具(2個) | 1,500～3,500円 |
| ○ ストッパー式器具(120cm) | 1,000～2,500円 |
| ○ 耐震ジェルマット(4個) | 500～3,000円 |
| ○ チェーン式金具(1個) | 1,000～2,000円 |
| ○ 開き扉ストッパー(1個) | 500～1,000円 |
| ○ ガラス飛散防止フィルム(45×180cm) | 1,000程度 |

1. 家具の固定 ～ 集落・自主防災会の役割～

① 集会などで、家具の固定の必要性を説明

- 実際に、公民館等で転倒防止器具等を設置するところを実演
- 公民館等に、防災器具を展示 → 商店と連携した展示即売会の実施
- 集会の案内の際に、例えば「参加者には、耐震ジェルマットを配ります。」景品付き案内状
 - ・ 住民が実際に防災器具を手にし、自分で設置することにより防災に対する意識が芽生えます。
- 各家庭で、家族同士での危険箇所チェックを促す。

※ 説明会の要請があれば、危機管理室で伺います。

② 要援護者に対する設置のサポート

- 高齢者や身体の不自由な方等には、自主防災会等で取り付けを行う。
- 同時に、屋内から玄関へ逃げやすいような家具の設置等をアドバイス、家具の移動作業。
- この作業を行うことで、要援護者とのコミュニケーションが図られ、地区行事や防災訓練への参加が期待できます。



2. 住まいの耐震診断・耐震改修工事

大地震が起こり、その後の救助活動や復旧・復興に取り組むためには、命を落とさない、けがをしないことが最低限必要です。

その取り組みとして、前述した「**住まい方を工夫する(=家具の固定)**」ことが必要です。

さらに、「**自分の住まいを知る(=耐震診断)**」、「**すまいを丈夫にする(=耐震改修工事)**」ことも重要です。



※ この実験は、文部科学省による「在来木造住宅振動台実験」です。

本実験に用いた2棟は、建築基準法が大幅に改正された昭和56年より以前に建てられた築32年の木造住宅で、1棟のみ耐震補強を施しました。

この実験では、平成7年兵庫県南部地震(阪神淡路大震災)で得られたJR鷹取波を3次元入力とした加振実験を行い、耐震補強の有効性を検証しました。

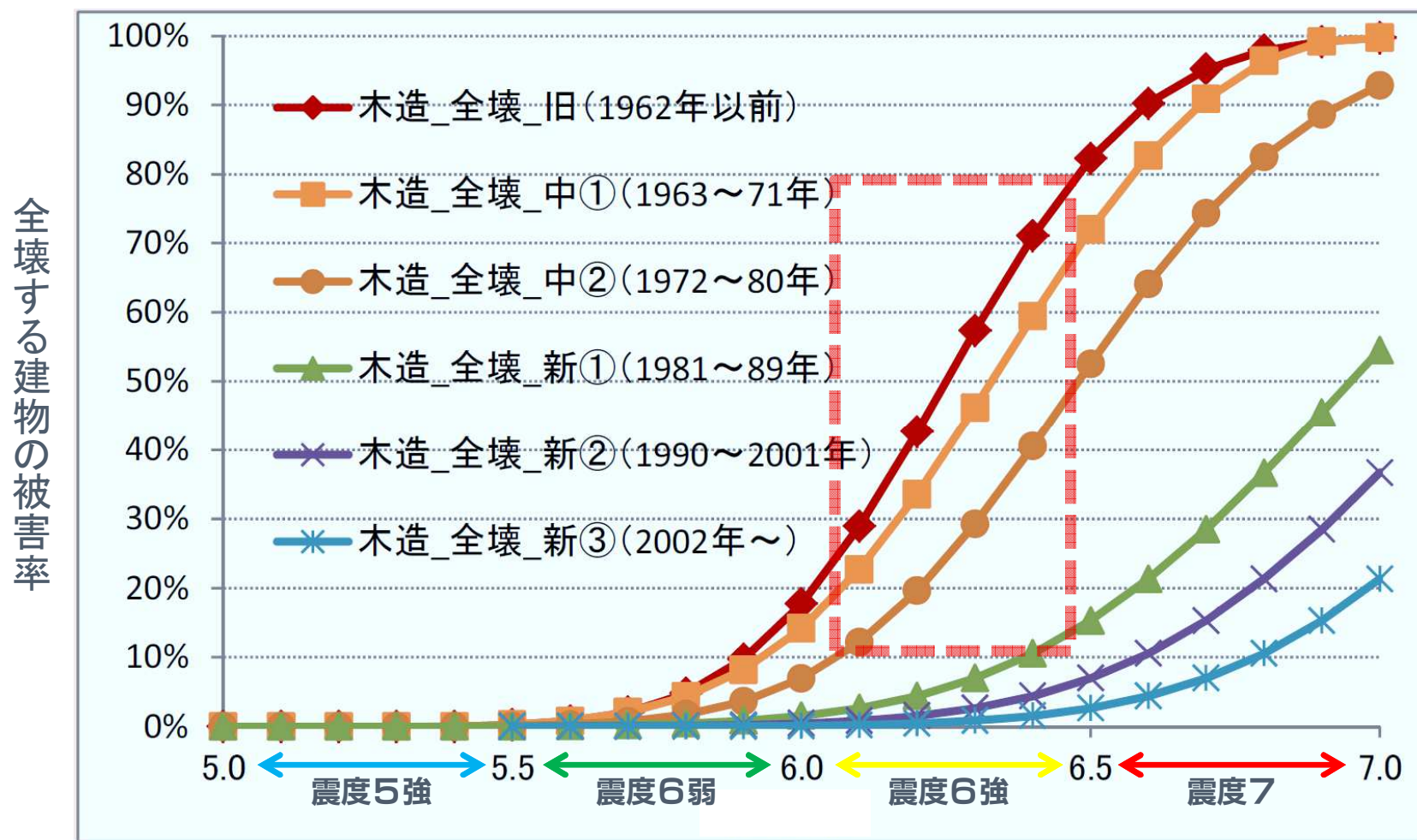
2. 住まいの耐震診断・耐震改修工事

下のグラフは、中央防災会議の報告書で想定されている、南海トラフ巨大地震で想定される建物被害についてのグラフです。震度と木造建物の被害率の関係を表しています。

1981年（昭和56年）6月に建築基準法が改正されて、耐震基準が強化されました。

1995年（平成7年）阪神淡路大震災において、1981年以降建てられた建物の被害が少なかったことが報告されています。

また、最上町は、山形盆地断層帯地震では、最大で震度6強が想定されています。



2. 住まいの耐震診断

山形県耐震化相談Q & Aより抜粋

どんなことをするの？

- 図面と建物を確認し、計算により耐震性算出
- 土地の状況、建物基礎、壁の量と厚さ、屋根の種類、建物の老朽度を調査
- 現地調査の時間は1～2時間程度、後日説明にあがる

県の無料耐震相談とは？

- 県の建築職員が現地調査しないで、住宅所有者から聞き取りながら図面等による判定する診断
- 一応の目安になるが、保証するものではない。
- 申し込みは最上総合支庁建築課。町建設課が窓口。

診断費用は？

- 専門の建築士に依頼して診断を行う場合には、目安として、一般診断法で10万円程度
- 木造住宅耐震診断事業を実施している市町村では、自己負担が無料から3千円～1.5万円程度で診断が受けられます。(最上町は補助事業を実施していません。)
 - ・ 対象はS56.5.31以前着工、在来軸組木造2階建以下
 - ・ 診断の種類(現況診断のみ、補強計画策定等)の段階によって費用は違います。

診断結果の評価はどう考えればよいのか？

- 診断の結果、「倒壊の可能性が高い・可能性がある」と判定された場合は、震度「6強又は7」程度の地震により倒壊する危険性があるので補強が必要となります。

「誰でもできるわが家の耐震診断」の紹介

国土交通省住宅局
発行

インターネット版



耐震診断問診表

START

これははじめよう！

問診 1 建てたのはいつ頃ですか？

項目	評価
建てたのは1981年6月以降	1
建てたのは1981年5月以前	0
よく分からない	0

以前 1981年5月 1981年6月 以降

問診 2 いままでに大きな災害に見舞われたことはありますか？

項目	評価
大きな災害に見舞われたことがない	1
床下浸水・床上浸水・火災・車の突入事故・大地震・崖上崩落などの災害に遭遇した	0
よく分からない	0

問診 3 増築について

項目	評価
増築していない。または、増築確認など必要な手続きを完了して増築を行った。	1
必要な手続きを省略して増築し、または増築を2階以上増築している。増築時、壁や柱を一部撤去するなどした	0
よく分からない	0

問診 4 傷み具合や補修・改修について

項目	評価
傷んだところは無い。または、傷んだところはその程度補修している。健全であると思う	1
劣化している。買った時の状態と比べて劣化が著しい	0
よく分からない	0



2.耐震改修工事

山形県「木造住宅耐震改修のすすめ」より

1 耐震診断の結果、補強が必要と判定されたら耐震改修を行い地震に備えましょう。

また、**リフォームと併せて改修**もできます。

2 改修の補強方法は専門家と相談して決めましょう。

- 既存の壁を強くする
- 壁を新設する
- 基礎を補強する
- 土台と柱を金具で固定
- 腐朽箇所を取り替える
- 屋根を軽くする



○ 山形県では、総合支庁単位に良心的な耐震補強業務を行う設計事務所や補強施工業者について紹介できる機関を紹介します。

○ **補強工事費の平均は178万円**。0～100万円が24.6%、100～200万円が43.6%、200～300万円が18.9%、300万以上が12.8%

○ 県では、地震対策あんぜん補助金により、**改修工事費に対し1/4の補助金(上限60万円等)**を交付しています。また、市町村によっては、**県補助金への上乘せ**があります。(最上町は実施していません)

耐震改修工事費は、金銭的にいま出来るというわけではありませんが、他の部分の改修時期などに合わせ、計画的に行いましょう。

耐震改修費用はいくらかかるのか？

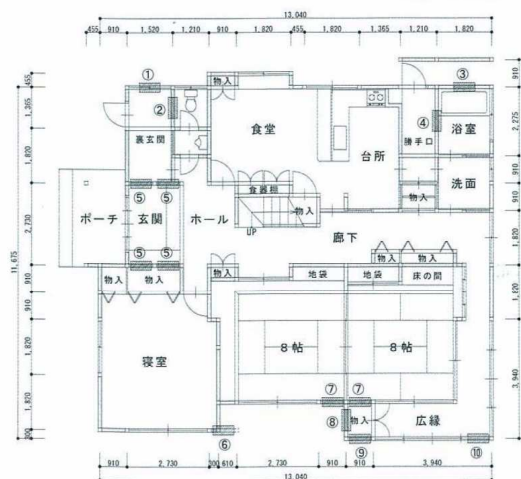
耐震改修費用は、それぞれの住宅状況により異なるので専門業者に見積もってもらいましょう。参考までに目安として示します。

■ 主な工事例と工事費の目安 ■

補強の種類	壁の補強	壁の新設	基礎の補強
補強の内容	構造用合板による補強 	すじかいによる補強 	
工事費	6～10万円程度 (91cmの壁1箇所)	12～18万円程度 (91cmの壁1箇所)	3万円/m程度

*工事費には、解体撤去費・内装(外装)工事費を含みます。

■ 耐震改修例 ■



<補強概要>

- ① 筋違90×90タスキ新設(既存アルミサッシそのまま)
- ② 筋違45×90シングルダブル(既存筋違端部金物取付) 構造用合板張(片面)(既存石膏ボード撤去)
- ③ 筋違45×90ダブル新設+構造用合板張(片面)
- ④ 筋違45×90ダブル新設 構造用合板張(片面)(既存フレキシブルボード撤去)
- ⑤ 構造用合板張新設(片面)
- ⑥ 控壁新設 石膏ボード張+筋違45×90ダブル+構造用合板張
- ⑦ 筋違45×90ダブル新設+構造用合板張(片面)
- ⑧ 筋違45×90シングル→ダブル(既存筋違端部金物取付) 構造用合板張(片面)
- ⑨ 既存筋違端部金物取付+構造用合板張(片面)
- ⑩ 筋違45×90ダブル新設+構造用合板張(片面) 既存アルミサッシ撤去の上、開口幅縮小しサッシ新設

建物概要	昭和54年建築 2階建 1階 139.37㎡ 2階 66.25㎡	耐震診断 総合評点	(補強前) 0.57 (補強後) 1.01
補強概要	1階壁の新設と壁の補強	工事費	974,400円

3. 集落調査票作成 ～ 集落・自主防災会の役割～

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し、いざ災害が発生したときに、すぐ活用できるようにしておかなければなりません。

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」 → 防災マップにマーク

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」 → 防災マップにマーク

【災害対策用】〇〇自主防災会 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 族	氏 名	生年月日	勤 務 先	電話番号	備 考
		. .		- -	
		. .		- -	
		. .		- -	
サ ポ ー ト	氏 名		電話番号		備 考
			- -		
			- -		
			- -		

左の住民調査票は、自主防災組織で独自に、使用目的を災害対策用に限定して、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。

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。

要援護者の場合は、下段にあるサポートする氏名を記入しお互いに確認し合うのも必要です。

参考:6月17日に改正災害対策基本法が成立し、要援護者名簿を市町村に義務付けし、災害時は同意なしで外部に提供することになりました。提供先には消防や民生委員のほか、法的な守秘義務のない民間支援団体なども含まれます。

4. 防災マップ作成① ～ 集落・自主防災会の役割～

防災マップの種類(例)

● 危険箇所を記載したマップ

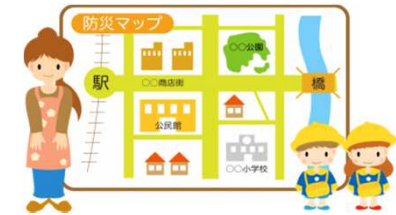
- 急傾斜地・土石流(崖、地滑り地等)
- 河川・水路、貯水池、低地(浸水地帯)
- 狭い道路、袋小路、橋、坂道、階段
- 埋立地(液状化)

● 人的条件を記載したマップ

- 災害時要援護者
- 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
- 防災ラジオを持っている人
- アマチュア無線愛好者
- インターネット、ツイッター、フェイスブック等のSNSをしている人

● 社会的条件を記載したマップ

- 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
- 耐震化となっていない家屋(昭和56年5月以前の建物等)
- 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個人・企業等
- 井戸水を保有している家庭
- 発電機を持っている家庭
- 反射型ストーブを保有している家庭



マップづくりは、「災害が起こったら」をみんなでイメージすることから始めます。

そこから、地図にどんなデータが必要かみんなで話し合しましょう。

このように、災害直後の情報の入手や発信、連絡方法確保などのほかに、その後の避難生活や応急活動、復旧活動に役立つ地域の人的・社会的な情報も記入すれば活用幅が広がり、その作成途中で地域の色々な宝が発見されるかもしれません。特にインターネットといった、若い人を活用したマップの作成は重要です。

4. 防災マップ作成② ～ 集落・自主防災会の役割～

防災マップを作ってみましょう（作成手順）

※ 役場危機管理室でお手伝いします。声を掛けてください。

① 事前打ち合わせ

- 班分けし、コースを決めたり、チェックのポイントを確認（自主防災組織・消防団・町内会・PTAなど）

② まちに出よう

- 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。写真を撮ったり地図に記載。
- 特に要援護者の目線でまちをチェックすることが大切。
- また、子供の目線で見たり、見上げてみると新しい発見が

③ 防災マップ作り

- 結果を地図上にまとめ、調査結果を検討。
- 地図上に写真、カラーペンや付箋紙、カラーシールをうまく使って各種情報を貼り付け。
- 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
- この地図に書き込む作業は、地域をよく知る機会になると同時に非常時の対応を考えたりする重要な手掛かりに。

④ 清書→印刷→配布→利用

- 出来上がった防災マップを清書し、印刷したものを各世帯に配布。訓練時に有効活用し、定期的に内容更新も必要。

準備するもの

地図、チェックリスト、記録用紙、カメラ、筆記用具

地図、カラーペン、丸い色つきシール、色つきの付箋紙、修正液、筆記用具



パソコン、プリンター

4. 防災マップ作成③ ～ 防災マップの例～



5. 非常持出品の準備 ～ 自分のものは自分で～

非常時の持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

災害後の救助や
救援物資の到着までに、
最低限必要なものは
準備しておきましょう。



- 両手が使えるリュックタイプにまとめる
- 男性で最大15kg、女性で10kgがひとつの目安
- いざという時に速やかに持ち出せるように
- 非常食は3日分、飲料水は1人1日3リットル目安
- 定期的に中身をチェック

貴重品

- ☐ 現金(小銭を含む)※公衆電話用に10円玉、100円玉
- ☐ 車や家の予備鍵
- ☐ 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- ☐ 銀行の口座番号・生命保険契約番号など
- ☐ 健康保険証
- ☐ 身分証明証(運転免許証、パスポートなど)
- ☐ 印鑑
- ☐ 母子健康手帳



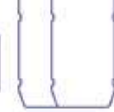
情報収集 用品

- ☐ 携帯電話(充電器を含む)
- ☐ 携帯ラジオ(予備電池を含む)
- ☐ 家族の写真(はぐれた時の確認用)
- ☐ 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- ☐ 広域避難地図(ポケット地図でも可)
- ☐ 筆記用具



食料など

- ☐ 非常食
- ☐ 飲料水



便利品 など

- ☐ 防災ずきんかヘルメット
- ☐ 懐中電灯(予備電池を含む)
- ☐ 笛やブザー(音を出して居場所を知らせるもの)
- ☐ 万能ナイフ
- ☐ 使い捨てカイロ



清潔・健康 のための もの

- ☐ マスク
- ☐ ビニール袋
- ☐ アルミ製保温シート
- ☐ 毛布
- ☐ スリッパ
- ☐ 軍手か皮手袋
- ☐ マッチかライター
- ☐ 給水袋
- ☐ 雨具(レインコート、長靴など)
- ☐ レジャーシート
- ☐ 簡易トイレ



- ☐ 救急セット
- ☐ 常備薬・持病薬
- ☐ タオル
- ☐ トイレットペーパー
- ☐ 着替え(下着を含む)
- ☐ ウェットティッシュ



その他

- ☐ 紙おむつ(幼児用・高齢者用など)
- ☐ 生理用品
- ☐ 粉ミルク・哺乳瓶(赤ちゃんに必要なもの)
- ☐ その他自分の生活に欠かせないもの



ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

5. 非常持出品の準備 ～ 集落・自主防災会の役割～

① 住民へ、非常持出袋の必要性について説明

- 公民館等に、防災器具を展示 → 商店と連携した展示即売会の実施
- 賞味期限の近い備蓄食料品や飲料水を持ち寄って炊出し訓練
- 集会の案内の際に、例えば「参加者には、アルミ製保温シートを配ります。」景品付き案内状
 - ・ 住民が実際に防災用品を手にし、実物を目にすることで防災に対する意識が芽ばえます。
- 各家庭で、家族同士で非常持出品の準備とチェックを促す。
- 公民館への非常持出用品や備蓄品の準備

※ 説明会の要請があれば、危機管理室で伺います。

※ 役場にも非常持出品を展示しています。

② 要援護者に対する非常持出品・備蓄品のサポート

- 高齢者や身体の不自由な方等には、自主防災会等で非常持出品や備蓄品の準備のサポートと取扱いの説明
- 公民館等へ要援護者分の備蓄品を準備



6. 一日前プロジェクト ①

災害の恐ろしさ、事前に備えておくことの大切さを国民のみなさんに気づいてもらう一つの手段として、この「一日前プロジェクト」が誕生しました。「もし、災害の一日前に戻れたら、あなたは何をしますか？」の問いをきっかけに、災害対応の経験や被災体験を失敗談を含めて語っていただく本プロジェクトは、平成18年度にスタートして以来、人々の「気づき」につながる小さな「物語」を数多く生み出しています。(内閣府)

効果あり、天井までのすきま家具

(栗原市 40代 女性)

うちは豆腐店です。朝、おばあさんたちが『豆腐すり』が終わるころに、ドーンと揺れて、テレビが6センチぐらいポンと持ち上がりました。一瞬「はてな？」という感じだったんですけど、その後にドドッと来て、上から大きな物が落ちてきたので、「あ、だめだ。普通の地震じゃない」と思いました。で、そばにいた孫たちを抱えて立とうとしたんですけども、もう立てないんですよ。二人を引っ張るようにして、テーブルの向こう側まで行くのがやっとでした。

家の中は、茶ダンスは倒れ、テレビは倒れ、めちゃくちゃでしたが、上に額縁がいっぱい飾ってあったのに、ぶら下がった状態で下まで落ちなかったのは幸いでした。

今回の地震を経験して、上に物があるというのは危ないってわかったんですけども、「でも、置く場所ないし」って、いまだに高いところに物があるんです。ただひとつ、地震当時、天井とのすき間にぴったり入る大きさの箱に物を入れてダンスの上に置いていたら、そこだけはあまり動きませんでした。災害に備えるというテーマのテレビ番組を見てやっていたものですが、たしかに効果はありましたね。



6. 一日前プロジェクト ②

96歳女性を救出するも、おむつを忘れて一苦勞

新地町 60代女性 民生委員

知人宅で地域活動の打合せ中に震動のようなものを感じ、「これって、地震？」と2人で顔を見合わせて、ガスの元栓を切り、窓を開けました。そうこうしているうちに激しく揺れ始めたので、急いで畑に向かって飛び出しました。その直後から、屋根がわらは落ちるわ、家具は飛び散るわ、ドアは外れるわで家はもうメチャメチャ。私の車も屋根がわらでボコボコになりました。それでも試しにエンジンをかけてみると、かかった！ 泣き出した知人を軽く慰めた私は、その車で急いで帰り、地域を見回りました。町内は案外、落ち着いていたのが印象的でした。

民生委員の私には気になる人がいました。近所のちょっと頑固者の女性。家族はいますが日中は独り。玄関にかぎがかかっているのはわかっていたから、寝室の窓をたたき、声をかけました。「今日だけは私を娘と思って言うことを聞いてね」と言うと、だまっとうなずいてくれました。

夜になって帰宅した家族に女性を引き渡したのですが、それまでの間、すごく苦勞したのがトイレ介助でした。その女性が介護用のおむつを使っているのは知っていたのに、私が持ち出し忘れたのです。「災害時に脱出するときは介護用品を必ず持ち出すこと」。これが今回の教訓です。



6. 一日前プロジェクト ③

役立った「災害時要援護者台帳」

福岡市 60代男性 民生委員

私は長年民生委員をしています。その日は彼岸の中日ということで墓参りに行く準備をしていた時に、ゴースという音と同時に、びっくりするぐらい家が揺れました。幸い私のうちは新しく建てたもので、いろいろ中のものが倒れた以外は無事でしたので、すぐに「災害時要援護者台帳」を持って、それに登録してある方たちの安否確認に出向きました。

台帳は、平成7年の阪神・淡路大震災の翌年から取り組んでおりまして、ひとり暮らしの高齢者や障害をお持ちの方とか、生活弱者の方たちに民生委員が聞き取り調査をして保管をしているものです。

台帳には、親戚とか緊急連絡先が3名まで書かれていて、ケガとかされていた場合すぐに電話できるからと、それを持って回りました。

私たちは、いつものように民生委員の腕章をつけて、順番に家を回りました。あるお宅に行って、「ケガないね？」と声をかけたら、電話中だったんだけど、「今、民生委員さんが来てらっしゃった！」と電話越しに大きな声で言っていました。あとで聞いたら、娘さんと話をしていたとのこと。そんな時、やっぱり民生委員も頼られているなと思いました。



まとめに代えて

- 従来の「Aやれ、Bやれ、Cやるな」的な防災教育は間違い。災害が起きたら、自分や周りはどうなる と自分の頭で考え・イメージし、その対策を講じることが大切。
- 防災力向上の基本は、災害が起きてからの時間経過のなかで、自分の周辺で起こる災害状況を具体的にイメージできる人を、いかに増やすかに尽きる。
- 災害を想像できる能力をつけることで、事前準備の重要性が分かり、減災に向けた取り組みを含めて総合的な防災力が向上。
- 防災というと、「地域コミュニティを良くしましょう。」と皆さんが言います。コミュニティが良ければいいかということ、それだけではだめなのです。良いコミュニティを作って、それをどう使って家を強くするか、町を強くするかということを議論し、実際に進めていかないと地震災害は減らせません。
- 健常者は災害時には簡単に災害時要援護者になってしまいます。例えば、メガネが壊れてしまっただけで、災害時要援護者になってしまいます。自分もなりうるという考えで、要援護者対策に取り組まなければなりません。

ご清聴ありがとうございました

集落や自主防災会で集まる機会がありましたら、
気軽に危機管理室に声を掛けて下さい。

最上町役場総務課危機管理室