

自主防災組織活動マニュアル



平成 28 年 4 月



香川県

はじめに	- 5 -
第Ⅰ章 自主防災組織について	- 6 -
第1節 自主防災組織の必要性	- 6 -
第2節 自主防災組織の役割	- 7 -
第3節 自主防災組織の運営等	- 8 -
1 規約の確認	- 8 -
2 運営本部と役割分担	- 12 -
3 各種マニュアルの作成	- 13 -
(1) 自主防災組織災害対策本部設置運営マニュアル	- 13 -
(2) 各班活動マニュアル	- 13 -
(3) 避難所運営マニュアル	- 13 -
第Ⅱ章 リーダーとして行うべきこと	- 14 -
第1節 自主防災組織の現状把握（前任者からの確認、後任者への引継ぎ）	- 14 -
1 人事の把握	- 14 -
2 各種台帳等の点検・整備	- 15 -
3 防災資機材の点検・整備	- 16 -
4 備蓄の管理・整備	- 17 -
5 地域の状況を知る	- 18 -
6 防災マップの有無	- 19 -
7 予算の把握・確保	- 19 -
8 活動目標の設定と計画の策定	- 20 -
第2節 防災情報の取得等	- 21 -
1 防災情報メールの登録	- 21 -
2 南海トラフ地震に関するDVDの視聴	- 22 -
3 香川県シェイクアウト	- 23 -
第3節 避難行動要支援者等への体制確立	- 24 -
1 災害情報の伝達・避難誘導・避難所の運営	- 24 -
2 避難行動要支援者の把握	- 24 -
第Ⅲ章 平常時の防災活動	- 25 -
第1節 地域住民への防災知識の普及・啓発	- 25 -
1 自然災害を正しく知る	- 25 -
2 自助の取組みの普及	- 25 -
3 自主防災活動への参加の呼びかけ	- 27 -
第2節 防災マップの作成	- 29 -

1	地域内危険箇所の把握	- 29 -
2	防災マップの作成	- 30 -
第3節	防災訓練の実施	- 32 -
1	防災訓練の目的	- 32 -
2	訓練の成果向上	- 32 -
3	訓練計画の作成	- 32 -
4	訓練の実施	- 32 -
	(1) 代表的な訓練メニュー	- 32 -
	(2) 協働による組織の活性化	- 34 -
	(3) 地域の特性に応じた訓練の実施	- 36 -
	(4) 訓練実施の周知	- 36 -
	(5) 避難行動要支援者が参加しやすい訓練の工夫	- 36 -
	(6) 事故防止対策	- 36 -
	(7) 傷害保険への加入	- 36 -
第4節	代表的な訓練の手法	- 37 -
1	避難訓練	- 37 -
	(1) 何を想定した避難訓練か	- 37 -
	(2) 準備物は	- 37 -
	(3) 事例紹介	- 37 -
2	情報収集・伝達訓練	- 39 -
	(1) 何のために行う	- 39 -
	(2) 訓練の手順	- 40 -
	(3) 訓練のキモ	- 40 -
	(4) 事例紹介	- 40 -
3	救出・救助訓練	- 43 -
	(1) 何のために行う	- 43 -
	(2) 訓練の手順	- 44 -
	(3) 訓練のキモ	- 44 -
	(4) 事例紹介	- 45 -
4	応急救護訓練	- 47 -
	(1) 何のために行う	- 47 -
	(2) 心肺蘇生の訓練	- 48 -
	(3) 火傷の応急処置訓練	- 50 -
	(4) 止血訓練	- 51 -
	(5) 骨折の固定訓練	- 51 -

(6) けがの応急処置	- 54 -
(7) けが等で動けない人の搬送訓練	- 55 -
5 初期消火訓練	- 57 -
(1) 何のために行う	- 57 -
(2) 消火器を使用した訓練	- 57 -
(3) バケツリレーでの消火訓練	- 57 -
(4) 消火器の種類、期限切れ消火器は更新	- 58 -
6 水防訓練	- 59 -
土のう作り、積み方	- 59 -
7 炊き出し訓練	- 60 -
(1) 何を作るのか、何が作れるのか	- 60 -
(2) 必要なものは	- 60 -
(3) 事例紹介	- 64 -
8 災害図上訓練(D I G)	- 69 -
(1) 災害図上訓練で地域のことを知ろう	- 69 -
(2) 事前準備	- 69 -
(3) 役割分担	- 69 -
(4) いよいよD I Gを	- 70 -
9 避難所運営訓練(H U G)	- 71 -
(1) 事前に準備するものは？	- 71 -
(2) 準備開始！	- 71 -
H U Gセットについて	- 72 -
第IV章 災害発生時の防災活動	- 73 -
第1節 地震発生時の自主防災活動	- 73 -
1 災害に備えた時系列行動計画(タイムライン)の作成	- 73 -
(1) タイムラインて？	- 73 -
(2) 地域の災害予測に応じたタイムラインの作成	- 73 -
2 災害応急活動のための情報収集及び伝達	- 75 -
(1) 地域内の被害状況の早期の確認	- 75 -
(2) 情報収集及び伝達のポイント	- 75 -
3 被災者の救出・救助活動	- 75 -
(1) 早期の救出・救助活動	- 75 -
(2) 救出・救助活動のポイント	- 75 -
4 初期消火活動	- 76 -
5 医療救護活動	- 76 -

6	避難・避難誘導	- 76 -
7	避難行動要支援者の避難	- 76 -
第2節 水害・土砂災害時の自主防災活動		- 77 -
1	水害に備えた時系列行動計画(タイムライン)の作成	- 77 -
2	避難・避難誘導	- 78 -
3	土砂災害への注意	- 79 -
第3節 避難所運営		- 82 -
1	指定緊急避難場所、避難所の把握	- 82 -
	(1) 指定緊急避難場所とは	- 82 -
	(2) 指定避難所とは	- 82 -
2	避難所における運営本部・役割分担・行政との連絡	- 82 -
	(1) 避難所運営組織	- 83 -
	(2) 避難運営計画書の作成	- 85 -
3	避難所の区割り	- 86 -
4	避難者名簿の作成	- 86 -
5	掲示板等の設置・安否確認	- 87 -
6	避難所のルールの周知	- 87 -
7	食料・飲料水の確保	- 87 -
8	高齢者、乳幼児、女性等要配慮者への対応・支援	- 87 -
9	トイレのルールの周知	- 88 -
10	ごみ問題	- 88 -
11	ペット対策	- 89 -
12	その他	- 89 -
第V章 資料編		- 90 -
1	自主防災組織台帳	- 90 -
2	資機材台帳	- 91 -
3	備蓄物資台帳	- 92 -
4	世帯台帳	- 93 -
5	避難行動要支援者名簿	- 94 -
6	人材台帳	- 95 -
【関係機関連絡先一覧】		- 96 -

はじめに

平成 7 年の阪神・淡路大震災、平成 16 年の新潟県中越地震、平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災などの大きな地震災害や、平成 26 年 8 月の豪雨による広島県の土砂災害、平成 27 年の関東・東北豪雨による鬼怒川の決壊など風水害が発生しており、多くの方が犠牲となりましたが、一方で、自主防災組織を中心とした地域の方々の協力により、他の地域に比べて犠牲が少なく済んだ事例も多くありました。

平成 28 年 1 月に文部科学省地震調査委員会から公表された資料では、南海トラフにおけるマグニチュード 8～9 クラスの地震の発生確率は、今後 30 年以内に 70% 程度と高い値になっています。県では、平成 25 年 3 月から 4 回にわたり香川県地震・津波被害想定を公表してきましたが、南海トラフの最大クラスの地震が発生すれば、最大で、死者数が 6,200 人、建物の全壊・焼失棟数が 35,000 棟になるなど、甚大な被害が予想されています。また、建物の耐震化や、家具類の転倒防止対策、津波からの早期避難を実施した場合、被害を大幅に軽減できることも、試算されています。

大規模災害発生に対して、自らの身は自らで守る「自助」、地域の安全は地域住民が互いに助け合って守る「共助」及び行政による「公助」という理念の下、県民、市町及び県が、協働して防災体制を行うことで、被害を最小限度にとどめることが出来ることから、地域における共助の中核となる自主防災組織の活動に寄せる期待は大きくなっています。

県内の自主防災組織の活動カバー率は平成 27 年 4 月 1 日現在で 92.5% と高くなってきておりますが、一方で、平成 27 年に 6 モデル市町において実施した、自主防災組織の活動状況等に関する実態調査では、リーダーの交代などにより、活動が十分引き継がれていない組織や訓練の方法が分からないため訓練の実施が出来ていない組織が多くあることが判明しました。

本冊子は、自主防災組織のリーダーとなられた方のために、その役割や自主防災組織の基本的な活動内容や訓練の方法等について、分りやすくマニュアル化したものです。

皆さま方の、地域における自主防災組織の活動の参考として活用していただきますようお願いいたします。

最後になりましたが、かがわ自主ぼう連絡協議会、高松市栗林校区自主防災組織連絡会、香川大学危機管理研究センター、香川県立飯山高等学校看護科の皆さま方に厚くお礼申し上げます。

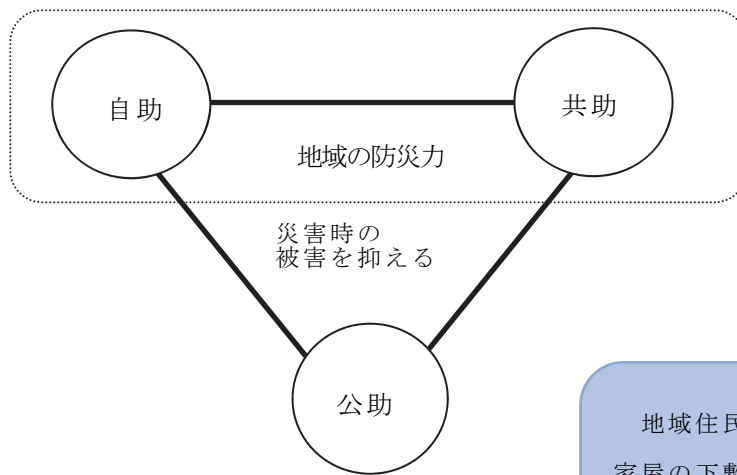
平成 28 年 4 月 香川県

第Ⅰ章 自主防災組織について

第１節 自主防災組織の必要性

近い将来発生すると予測されている南海トラフ地震等の大規模災害に備えるためにも、より一層の防災対策の充実が必要です。

そのためにも、被害を軽減するためには、公的な機関が行う防災対策のみならず、県民が自らの身は自らで守る「自助」、地域の安全は地域住民が互いに助け合って守る「共助」及び行政による「公助」という、県民、市町及び県が、協働して防災対策を行うことで、被害を最小限度にとどめることができます。そのために、地域の住民が相互に助け合い、自分たちの地域は自分たちで守ることを目指す、共助の要である自主防災組織は非常に重要な役割を担っています。



平成26年度 広報ぼうさい

[前のページ](#)

地域住民の助け合いにより、壊家屋の下敷きとなった方がいたものの犠牲者を出すことはありませんでした。

Disaster Management News—防災の動き

長野県北部地震における白馬村神城堀之内地区における地域住民が中心となった救助・避難活動について～日常からの共助の取り組み～

長野県北部地震

平成26年11月22日22時8分頃、長野県北部を震源とするマグネチュード6.7 最大震度6弱の長野県北部地震が発生しました。地震の激しい揺れにより長野県では全壊家屋50棟、半壊家屋91棟、負傷者46名の被害がありました。地域住民の助け合いによる救助活動の取り組みにより、倒壊家屋の下敷きとなった方がいたものの犠牲者を出すことはありませんでした。



白馬村堀之内地区・被災後の航空写真



被災地における倒壊した家屋

発災当日の対応

発災直後、白馬村神城堀之内地区では、鎌倉区長をはじめ地域住民や消防団の方が協力しあい警察や消防による活動を待たずに、地区内を巡回するとともに、それぞれが倒壊家屋の下敷きとなった方の救助活動や、高齢者の方などに対する避難支援などを行っていました。救出にあたっては、住民が日常使用する薪割り用チェーンソーやタイヤ交換時に使う大型ジャッキなどを用いるケースもあり、手分けをしながら救出を行いました。また、晩秋の夜間でかつ停電していたことから地区内の避難所の暖房器具が使用できない状況であったため、鎌倉区長からの要請を受けて白馬村役場が速やかにマイクロバスや暖房のある避難施設を手配したため、深夜までには高齢者の方は暖の取れる場所へ避難することができました。

第 2 節 自主防災組織の役割

自主防災組織は、大規模な災害に備え、平常時には防災知識の普及や啓発、地域内の危険箇所の把握、防災設備・機器類等の点検・備蓄の整備、防災訓練の実施などを行っていただく組織です。

また、災害時には、地域住民の安全の確保のため、情報収集や初期消火、救出・救護、避難誘導、避難所運営といった非常に重要な役割を担っています。



第3節 自主防災組織の運営等

1 規約の確認

- ①自主防災組織には、自治会単位や、コミュニティ協議会、小学校区等を単位として結成されたさまざまな規模の組織があります。（以下「単位自主防災組織」という。）
- ②また、コミュニティ協議会や小学校区等をエリアとして、①の単位自主防災組織を統合し運営する組織があります。（以下「自主防災組織連絡協議会等」という。）
- ③ご自身の自主防災組織には、組織の規約はありますか。
- ④もし、規約が作成されていない場合は、事例を参考に作成し、地域住民の合意を得て定めてください。地域住民への防災知識の普及啓発活動にもなります。

（単位自主防災組織会規約（例））

〇〇町（自治会・校区）自主防災組織規約

自主防災組織規約例

第1条 この会は、〇〇町自主防災会（以下「本会」という。）と称する。

第2条 本会の活動拠点は、次のとおりとする。

- (1) 平常時は〇〇とする。
- (2) 災害時は〇〇とする。

第3条 本会は、住民の隣保協同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「地震等」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。

第4条 本会は、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。

- (1) 防災に関する知識の普及・啓発に関すること。
- (2) 地震等に対する災害予防に資するための地域の災害危険の把握に関すること。
- (3) 防災訓練の実施に関すること。
- (4) 地震等の発生時における情報の収集・伝達、避難、出火防止及び初期消火、救出・救護、給食・給水等応急対策に関すること。
- (5) 防災資機材等の備蓄に関すること。
- (6) 他組織との連携に関すること。
- (7) その他本会の目的を達成するために必要な事項

第5条 本会は、〇〇町内にある世帯をもって構成する。

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) 防災委員 | 若干名 |
| (4) 班長 | 若干名 |
| (5) 監査役 | 2 名 |

2 役員は、会員の互選による。ただし、防災委員は、消防職員・団員OBなどをもってその職をあてるものとし、会長が指名した者とする。

3 役員の任期は、防災委員は5年、その他の者は1年とする。ただし、再任することができる。

第7条 会長は、本会を代表し、会務を総括し、地震等の発生時における応急活動の指揮を行う。

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。また、各班活動の指揮監督を行う。

3 防災委員は、住民に対する啓発活動や防災活動に専門的に携わる。

4 班長は、幹事会の構成員となり、会務の運営にあたるほか、班活動の指揮を行う。

5 監査役は、会の会計を監査する。

第8条本会に、総会及び幹事会を置く。

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こと。

(2)防災計画の作成及び改正に関すること。

(3)事業計画に関すること。

(4)予算及び決算に関すること。

(5)その他、総会が特に必要と認めたこと。

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。

第10条幹事会は、会長、副会長、防災委員及び班長によって構成する。

2 幹事会は、次の事項を審議し、実施する。

(1)総会に提出すべきこと。

(2)総会により委任されたこと。

(3)その他幹事会が特に必要と認めたこと。

第11条本会は、地震等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)地震等の発生時における防災組織の編成及び任務分担に関すること。

(2)防災知識の普及に関すること。

(3)災害危険の把握に関すること。

(4)防災訓練の実施に関すること。

(5)地震等の発生時における情報の収集・伝達、避難誘導、出火防止、初期消火、救出・救護、給食・給水、災害弱者対策、避難所の管理・運営及び他組織との連携に関すること。

(6)その他必要な事項

第12条本会の会費は、総会の議決を経て別に定める。

第13条本会の運営に要する経費は、会費その他の収入をもってこれにあてる。

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。

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。

この規約は、〇年〇月〇日から実施する。

(自主防災組織連絡協議会規約(例))

〇〇地区自主防災組織連絡協議会規約

第1条 この会は、〇〇地区自主防災組織連絡協議会(以下「本協議会」という。)と称する。
(事務所)

第2条 本協議会の事務局を〇〇に置く。

(目的)

第3条 本協議会は、自主防災組織間の連携を高め、相互の連絡調整を図ることにより、地域の防災体制の充実強化に寄与することを目的とする。

(事業)

第4条 本協議会は、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。

- (1) 防災に関する知識の普及・啓発に関すること。
- (2) 防災訓練の実施に関すること。
- (3) 自主防災活動の充実強化に関すること。
- (4) 自主防災組織相互の連絡調整に関すること。
- (5) その他地域防災力向上に資する事項。

(会員)

第5条 本協議会は、〇〇地区にある自主防災組織の代表者をもって構成する。

(役員)

第6条 本協議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) 会計 1名
- (5) 監査役 2名

2 役員は、会員の互選による。

3 役員の任期は2年とする。ただし、再任することができる。

(役員の責務)

第7条 会長は、本協議会を代表し、会務を総括する。

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 会計は、本協議会の会計事務をつかさどる。

5 監査役は、本協議会の会計を監査する。

(会議)

第8条 本協議会に、総会及び幹事会を置く。

(総会)

第9条 総会は、各自主防災組織の代表者をもって構成する。

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こと。
- (2) 事業計画に関すること。

(3) 予算及び決算に関すること。

(4) その他、総会が特に必要と認めたこと。

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、幹事及び会計によって構成する。

2 幹事会は、次の事項を審議し、実施する。

(1) 総会に提出すべきこと。

(2) 総会により委任されたこと。

(3) その他幹事会が特に必要と認めたこと。

(会費)

第 11 条 本協議会の会費は、総会の議決を経て別に定める。

(経費)

第 12 条 本協議会の運営に要する経費は、会費その他の収入をもってこれに充てる。

(会計年度)

第 13 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 14 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 運営本部と役割分担

- ①運営本部がどこにおかれ、役員がどこの誰かを把握しましょう。
- ②自主防災組織が機能するために、会長が役員や地域の方の協力を得て、地域一丸となって組織運営に当たってください。
- ③本部をどこに設置し、いざという時に活動できるよう、電源、通信設備、各種マニュアル等を用意しておく必要があります。
- ④消火班、避難誘導班等の各班員は、災害時、自ら何をすべきなのか、マニュアル等により理解しておかないと、いざという時に機能しません。役員的位置づけや各班の機能を理解してもらい、事前の訓練などをしましょう。



3 各種マニュアルの作成

(1) 自主防災組織災害対策本部設置運営マニュアル

災害が発生した際、本部をどこに設置し、本部がどのように行動するかを記載した自主防災組織災害対策本部設置運営マニュアルは、役員等が異動になった場合でも、後任者が理解し、行動するためのものでもあります。

自主防災組織災害対策本部設置運営マニュアルが作成されているか確認しましょう。作成されていない自主防災会では、事例を参考に作成してください。

(2) 各班活動マニュアル

せっかく組織した自主防災組織も、災害時に闇雲に活動しては、二次災害を招くおそれもあります。

地域の実情、人員を考慮し、マニュアルを作成してください。また、すでに作成している自主防災組織においては、訓練の成果等も踏まえたマニュアルの修正が行われているか、確認してください。

(3) 避難所運営マニュアル

災害時に開設される避難所には、多くの地域住民の方々が避難されます。特に、大規模地震の発生では、電気や水道などのライフラインにも大きな支障が発生し、自宅での生活が困難になります。そのような場合、避難所運営の中心となる自主防災組織には、適切に判断、行動していただくことが重要となります。そのためにも、事前にマニュアルを作成し、「いざという時、何をすればいいのか、どこに連絡を取ればいいのか」を決めてください。

第Ⅱ章 リーダーとして行うべきこと

第1節 自主防災組織の現状把握（前任者からの確認、後任者への引継ぎ）

- ・ 自主防災組織のリーダーには、自ら防災に関する基本的な知識と技術を身につけていただき、地域の安全点検や、地域住民に対する防災意識の啓発、防災訓練の指導などを率先して行動してください。
- ・ 次の1～8について、前任者から十分に内容等を確認し、自主防災組織の現状を把握する必要があります。
- ・ 前任者は、後任者がその内容等を理解できるよう指導するなど、組織運営が継続できるよう引継ぎを行い、交代後も支援を行ってください。

1 人事の把握

組織運営のためには、地域の住民の方々の協力が絶対必要です。特に、女性、若い世代の参加協力は、組織の活性化・継続に大きな力となりますので、積極的に住民の方とふれあい、参加を促してください。

自主防災組織のリーダーは男女双方が担い、役割分担を決めるに当たっては、男女の役割を固定的に考えないようにしましょう。また、高齢者、障害のある人、子ども・若者、外国人等多様な個人の意見を聞き、自主防災組織の運営に反映させましょう。

小規模な自主防災組織では、人材を確保しようとしても限界があります。近隣の自主防災と連携した広域の自主防災組織の結成を検討してみてはいかがでしょうか。

2 各種台帳等の点検・整備

自主防災組織活動には、活動に必要な台帳等が4種類あります。リーダーは、常に台帳の管理・更新を行うなど、地域の実情を把握しましょう。

★自主防災組織台帳

- ・組織の世帯数、役員、防災訓練、研修会、講演会等の活動の状況や危険箇所、避難地及び装備品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し、見直しを行ってください。
- ・特に、会長の交代時には必ず次の会長に理解してもらったうえで、引き継いでください。

★人材台帳

- ・災害時の応急救護や救出救助、情報通信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。

★世帯台帳

- ・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。
- ・この台帳は避難地や避難所での世帯人員の確認やケガをした場合の血液型の確認などに活用します。

★避難行動要支援者台帳

- ・高齢者、障害者、乳幼児等の防災施策において特に配慮を要する方（要配慮者）のうち、災害発生時の避難等に特に支援を要する方を把握するための台帳です。
- ・災害発生時には、「誰が誰の避難の支援を担当する」と決める時間はありません。事前に避難誘導の担当を決め、緊急避難場所や避難所での対応をきめておきましょう。

3 防災資機材の点検・整備

自主防災組織に必要とされる防災資機材は概ね下表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（津波や山・がけ崩れの危険予想地域か、延焼火災の危険予想地域か、世帯数はどれくらいか等）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。

次に、自分の地域に何があるのかを確認し、不足しているもの、新たに必要とされるものがあれば整備するようにしましょう。市町によっては、防災資機材の購入に際し補助制度を設けているところもありますので市町防災担当課に相談してください。

なお、いくら防災資機材が揃っていても、いざというときに使えないのでは意味がありません。日ごろから、作動するための電源（バッテリー）や燃料、補完道具などの保管状況の点検と取り扱い方法の習熟に努めるようにしてください。特に、ガソリンエンジン類は月1回の試運転が必要です。

備品台帳を整備して、定期的に点検するとともに、備品リスト(写真付き)を整備して、常に使用できる状態にしておきましょう。

自主防災組織 防災資機材の参考例

区分	品名
情報収集・伝達用	携帯用無線機、受令機、電池メガホン、携帯用ラジオ、腕章、住宅地図、模造紙、メモ帳、油性マジック(安否・被害状況等、情報収集・提供の際に用いる筆記用具として) 等
初期消火用	可搬式動力ポンプ、可搬式散水装置、簡易防火水槽、ホース、スタンドパイプ、格納器具一式、街頭用消火器、防火衣、鳶口、ヘルメット、水バケツ、防火井戸 等
救出用	バール、はしご、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 等
救護用	担架、救急箱、テント、毛布、シート、簡易ベッド 等
避難所・避難用	リヤカー、発電機、警報器具、携帯用投光器、標識板、標旗、強力ライト、簡易トイレ、寝袋、組立式シャワー、簡易間仕切り(段ボールパーティション) 等
給食・給水用	炊飯装置、鍋、こんろ、ガスボンベ、給水タンク、保温食缶、緊急用ろ水装置、飲料用水槽 等
訓練・防災教育用	模擬消火訓練装置、放送機器、119 番訓練用装置、組み立て式水槽、煙霧機、視聴覚機器(ビデオ・映写機等)、火災実験装置、訓練用消火器、心肺蘇生用訓練人形、住宅用訓練火災警報器 等
その他	土のう袋、簡易資機材倉庫、ビニールシート、携帯電話機用充電器 等

4 備蓄の管理・整備

災害時用の備蓄は各家庭において行われるべきものですが、大規模地震の発生時には、家屋の倒壊等により、家庭での備蓄品の取り出しができない場合もあります。

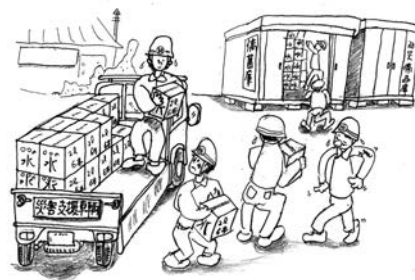
また、南海トラフ地震など大規模な災害時には、数日間以上にわたり、電力・水道等のライフラインが途絶することが予測されています。

そのような場合に備え、各自主防災組織でも、水、食料等を一定量備蓄しましょう。

災害時には、避難所に、行政から水、食料等の供給が行われる予定ですが、道路等の事情により、物資が届くのに長時間要した事例もあります。

地域の世帯状況や住宅の耐震化状況等を把握し、必要量を検討しましょう。

備蓄品の消費期限を確認し、期限が過ぎる前に更新してください。



自主防災組織 備蓄品の参考例

区分	品名
飲食料等	保存水 500 ml、保存水 1ℓ、保存水 2ℓ、米、アルファ米、クラッカー、レトルト食品、缶詰等
乳児用	粉ミルク、ほ乳瓶等

5 地域の状況を知る

まず、自分の地域についてよく知ることが重要です。どんな危険があるのか、どんな安全な場所があるのか、どんな人が住んでいるかなどを把握しましょう。

★社会的条件

- 世帯数、昼夜間人口
- 生活環境（店舗、医療、交通）
- 消防・警察などの行政機関 など

★地理的条件

- 地形、地質、地盤高、水利、ため池、河川、道路
- 過去の災害記録
- 住宅密集度、昭和 56 年(5 月)以前に建てられた建物で、耐震診断未実施、耐震改修工事未実施の建物
- 市町が作成したハザードマップ、緊急指定避難場所、避難所 など

★地域防災力

- 各世帯の家族構成(世帯台帳)
- 避難行動要支援者の居住場所(避難行動要支援者台帳)
- 消防団員、婦人防火クラブ、医師、看護師(人材台帳)
- 技術経験者（元消防士、元医師、元看護師、元自衛官、防災士、元設備系技術者、元建設機械操作者、元大工、元土木技術者、学生等）など

6 防災マップの有無

- ・災害時に安全に避難するためには、地域内の危険区域や避難所等防災施設などの内容を記載した地図が防災マップです。
- ・防災マップを地域住民に示し、住民に正しい知識・情報を伝え、災害による被害の軽減に努めてください。
- ・すでに作成されている地域では、構造物等に変動がないか確認するなど、点検をしましょう。
- ・作成のポイントについては、第3章で紹介します。

7 予算の把握・確保

自主防災組織を運営していくには、備蓄品の購入、資機材の整備、訓練の実施等に一定の経費が必要となります。組織の規模等により、金額の大小はありますが、必要な予算規模を把握し、地域住民や企業の協力等により確保しましょう。

赤い羽根共同募金かがわ

赤い羽根共同募金かがわでは、社会課題の解決などに取り組むNPO、ボランティア団体等が、共同募金運動期間の拡大期間（1月1日～3月31日の3ヶ月間）に、自らが行う活動の趣旨を広く住民に啓発し、募金活動を展開することにより、活動団体等の活動に必要な資金の募金活動をする団体を募集し、参加団体が募った募金額の全額を助成する制度もあります。（赤い羽根共同募金かがわ 連絡先087-823-2110）

8 活動目標の設定と計画の策定

- ・組織の活動目標や防災訓練などの計画を策定し、地域住民に示し、意識を高めましょう。
- ・中・長期の目標を定め、組織のレベルアップを図りましょう。
- ・計画策定等では、リーダーシップを発揮し、組織全体で取り組むようにしましょう。

年間計画（例）

平成○年○月○日 自主防災会打ち合わせ

○月 地域住民への防災啓発

○月 台帳の作成・確認

○月 防災資機材の点検、家庭内対策講習会

防災訓練打ち合わせ

○月 防災訓練

○月 資機材・備蓄の点検

○月 研修会

中・長期計画（例）

（目標）

1年目：家庭内対策の徹底・台帳の見直し

2年目：各班の行動の明確化

3年目：防災資機材の整備・充実

4年目：近隣自主防災組織との連携強化

5年目：地域各種団体との連携強化

（行動計画）

1年目：家庭内対策の徹底

○～○月：家具の固定等のアンケートの実施・
台帳の見直し

○～○月：家庭内対策の講習会の実施

○～○月：家庭内の防災対策の実施状
況をチェック

【事業計画策定の流れと留意点】

班別に計画を検討

班ごとに検討することで、班員のレベルアップを図るとともに、活動における漏れをチェックします。

できるだけ多くのメンバーに参加してもらい、意見を出し合ひましょう。

優先順位をつけて検討

班ごとの意見を、関連性などを考慮してテーマ別に整理し、優先順位を決めます。

緊急性・重要性・実現可能性などの基準を設けて、実現可能なものを検討していくことが効率的です。

時間・予算を考慮して検討

テーマ別に整理された内容に、時間的な制約や予算といった要素を加味して討議しましょう。

年間重点項目を決定

年間活動計画に重点項目を設けることにより、メリハリのある計画が出来ます。

中・長期の計画を立てる上でも役に立ちますので、検討してください。

第 2 節 防災情報の取得等

1 防災情報メールの登録

- ・香川県が提供している防災情報メールを活用し、地域の災害情報、避難情報を把握しましょう。
 - ・携帯電話やスマートフォン、パソコン等で事前登録しておけば、高松地方気象台が発表する気象警報・注意報や土砂災害警戒情報等、市町が発令する避難勧告等の情報がメール配信されます。
 - ・外出先でもメールで防災情報が受け取れる便利なサービスです。ぜひ、登録を済ませて、災害に対する備えや実際の避難などに役立ててください。
- ※登録は無料ですが、携帯電話等の通信料及びパケット料は登録者の負担となります。

早め早めの情報入手で
災害に備えよう！

配 信 内 容

携帯電話やパソコン等で事前登録しておけば、高松地方気象台が発表する気象警報・注意報や土砂災害警戒情報等、市町が発令する避難勧告等の情報がメール配信されます。
(※取得を希望される地域、情報を選択できます。)

項 目	【気象情報等】
	◆気象警報・注意報 ◆土砂災害警戒情報
	◆記録的短時間大雨情報 ◆洪水予報(土器川、香東川)
	◆氾濫危険水位到達情報※(主要河川)
	◆地震情報 ◆津波情報 ◆竜巻注意情報
	【避難情報】
	◆避難指示 ◆避難勧告 ◆避難準備情報

※平成 27 年 9 月 1 日より避難判断水位到達情報の配信から氾濫危険水位到達情報の配信に変更



家族や友人にも
すすめよう！

登 録 方 法

1. 携帯電話やスマートフォンで右のQRコードを読み込むか、
「<http://info.bousai-kagawa.jp/>」に接続
2. 表示される画面で、「登録/変更/解除」を選択
3. 「メール作成」画面が表示されるので、そのまま送信
※直接「ml@bousai-kagawa.jp」宛にメール送信も可能
4. 20 秒程度で自動送信されてくるメール本文のURLに接続
※迷惑メール対策等を利用されている場合は、「joho@bousai-kagawa.jp」からのメールを受信できるように設定
5. 利用規約をお読みいただいて、「同意する」を選択
6. 表示される画面の案内に従い、配信を希望する地域、情報を選択
7. 「配信内容確認」画面で「登録」を選択
8. 「設定完了」画面で「正常に登録されました。」が表示されれば登録終了
(※登録は無料ですが、携帯電話等の通信料及びパケット料は登録者の負担となります。)



2 南海トラフ地震に関するDVDの視聴

南海トラフ地震が今後30年以内に70%程度の確率で発生すると言われている中、その被害想定と対策を視覚的にまとめたものです。災害に対する備えを「今すぐに」始めてください。

地震・津波を「正しく知り」 「正しく判断し」「正しく行動する」



1. 香川大学危機管理研究センターによる監修・解説

県内で唯一危機管理に関する学術的・技術的な研究を行っている香川大学危機管理センターの白木センター長、香川大学工学部の長谷川教授により、地震・津波への対策などについて、専門的な観点から解説していただいています。

2. 地震・津波の防災・減災対策の必要性

過去を振り返ると、南海トラフ地震はおよそ100年に一度、繰り返し香川県を襲っています。今後、30年以内に南海トラフ地震が70%程度で発生すると予測されているため、事前の備えが喫緊の課題となっています。



3. 南海トラフ地震による地震被害映像

香川県を高松・東讃・中讃・西讃・小豆の5つの地域に分け、予測されている最大震度と被害想定を解説しています。南海トラフ地震による地震・津波によって、家屋倒壊、火災、堤防施設損壊による地震直後の浸水などの様々な被害が想定されており、それらの被害を3次元のコンピュータグラフィックスを用いて解説しています。



4. 具体的な減災対策

地震や津波による被害を少しでも減らすため、建物の耐震化、家具類の転倒防止対策など具体的な対策についてご紹介するとともに、県や市町が行っているハード・ソフト両面での対策についてご紹介しています。

このDVD映像は、県内の各市町、学校、公民館などに配布するだけでなく、インターネットでも配信しています。

是非、ご覧いただき、家庭や地域での防災対策にお役立てください。

※通常版と子ども版(小学校高学年を対象)の2種類があります。

・監修: 香川大学危機管理研究センター／制作: 株式会社ウィザード／制作著作: 香川県
・本編(通常版・子ども版): 19分10秒

3 香川県シェイクアウト

香川県では、平成 25 年度から「津波防災の日」である 11 月 5 日に、県民の南海トラフ地震への防災意識を高めるため、県民いっせ地震防災行動訓練として「香川県シェイクアウト」を行っています。

地震発生時の身を守る「安全行動 1－2－3」を 1 分間行ってもらうものです。また、プラスワン訓練として、こういった機会を通じて、災害に対する備えを恒常化してください。

安全行動 1－2－3



津波防災の日

津波から国民の生命を守ることを目的に「津波対策の推進に関する法律」が制定され、その中で毎年 11 月 5 日が「津波防災の日」と決められています。

平成 27 年には、国連が定める「世界津波の日」となりました。

なお、11 月 5 日は、嘉永 7 年（1854 年）11 月 5 日の安政南海地震（M8.4）で和歌山県を津波が襲った際に、稲に火を付けて、暗闇の中で逃げ遅れていた人たちを高台に避難させて命を救った「稲むらの火」の逸話にちなんだ日です。

第 3 節 避難行動要支援者等への体制確立

1 災害情報の伝達・避難誘導・避難所の運営

- ・災害時に、災害に関係する情報が確実に伝達されなければ、せっかく助かった命が犠牲となることがあります。また、被害を増大させることもあります。
- ・避難誘導や安否確認、避難所運営が有効に機能するためには、自主防災組織だけでなく、地域全体の協力を経て地域住民に正確な情報を伝達することが必要です。
- ・また、情報取得が困難と思われる避難行動要支援者も速やかに避難できるよう、自治会、民生・児童委員等、老人クラブ等と連携を図り、「Aさんには、Bさんが情報を伝える」など、事前に情報伝達手段を確立しましょう。
- ・災害時に、どこで、どのような医療・福祉サービス等を受けることが出来るのか、避難所で必要となる生活用品、介護用品等はどのようなもので、どれくらい必要かの情報収集をしましょう。
- ・緊急指定避難場所、避難所、福祉避難所がどこにあり、利用方法や避難手順等を事前に把握しましょう。
- ・情報伝達手段や避難誘導が計画通り機能するか防災訓練で確認してください。

2 避難行動要支援者の把握

- ・災害時に避難する際、介助等の支援を要する避難行動要支援者を、事前に把握し、台帳(避難行動要支援者台帳)を作成し、誰が避難支援を行うか決め、地域の方の協力のもと、避難行動要支援者を支援する体制を築きましょう。
- ・ただし、市町が作成している避難行動要支援者名簿は、本人の同意がなければ、事前の情報提供を受けることが出来ません。お住まいの市町と相談してください。

東日本大震災では、犠牲者のうち 65 歳以上の高齢者が約 6 割を占め、また、障害者の方は健常者の約 2 倍の割合で犠牲となりました。また、多くの支援者の方も犠牲となりました。

こうした東日本大震災の教訓を踏まえ、平成 25 年の災害対策基本法の改正において、避難行動要支援者名簿を活用した実効性のある避難支援がなされるよう、

- ①避難行動要支援者名簿の作成を市町村に義務付けるとともに、その作成に際し必要な個人情報を利用できること
- ②避難行動要支援者本人からの同意を得て、平常時から消防機関や民生委員等の避難支援等関係者に情報提供すること
- ③現に災害が発生、または発生のおそれが生じた場合には、本人の同意の有無に関わらず、名簿情報を避難支援等関係者その他の者に提供できること
- ④名簿情報の提供を受けた者に守秘義務を課すとともに、市町村においては、名簿情報の漏えいの防止のため必要な措置を講ずること

などが定められました。

第Ⅲ章 平常時の防災活動

第１節 地域住民への防災知識の普及・啓発

- ・災害時に自主防災組織が効果的に活動し、被害を最小限に食い止めるには、地域住民が災害や防災・減災に関して「正しく知り」「正しく判断し」「正しく行動する」ことが重要です。
- ・そのために、自主防災組織はあらゆる機会を通じて、地域住民に知識や情報を伝える必要があります。

１ 自然災害を正しく知る

- ・香川県が作成した「南海トラフ地震に関するDVD」(市町防災担当課、コミュニティセンター、公民館に配布済み)を視聴する機会を設けましょう。
- ・市町が作成したハザードマップを活用した研修会を開催し、地域における災害特性を知る機会を設けましょう。
- ・県防災ポータルサイト (<http://www.bousai-kagawa.jp/index.html>) の「かがわ防災GIS」を活用した研修会の開催をしましょう。

開催したいけどどうすればいいの？

そんな時は、香川県危機管理課に

お問い合わせください。

２ 自助の取組みの普及

- ・阪神・淡路大震災では亡くなった方の８割以上は家屋の倒壊によるもので、ケガをした方の半数近くは家具の転倒によるものでした。
- ・東日本大震災では、９割以上の方が津波により亡くなりました。
- ・また、過去の地震発生直後には、道路の損壊や交通渋滞により、食料や飲料水等の救援物資が十分に行き渡らない避難所もありました。

そのために、

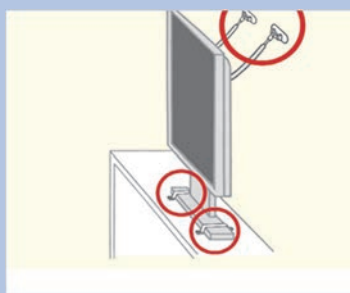
- ①災害情報や避難情報をどこでも取得できる「防災情報メール」への登録の普及をしましょう。

②住宅の耐震化、家具類の転倒防止対策、ガラスの飛散防止、ブロック塀の点検、火災報知機の設置、非常時持出し袋の準備などの普及に努めましょう。なお、備蓄は最低3日分、できれば1週間分をお願いします。

昭和56年5月以前に建築された木造住宅は、耐震診断や耐震改修に要する経費への補助制度もありますので、市町の建築担当課に相談しましょう。

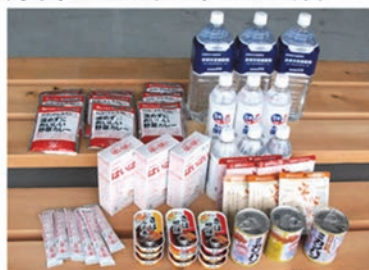


家具の転倒防止やガラスの飛散防止、照明器具の落下防止をしましょう



非常用持出袋 (一例)

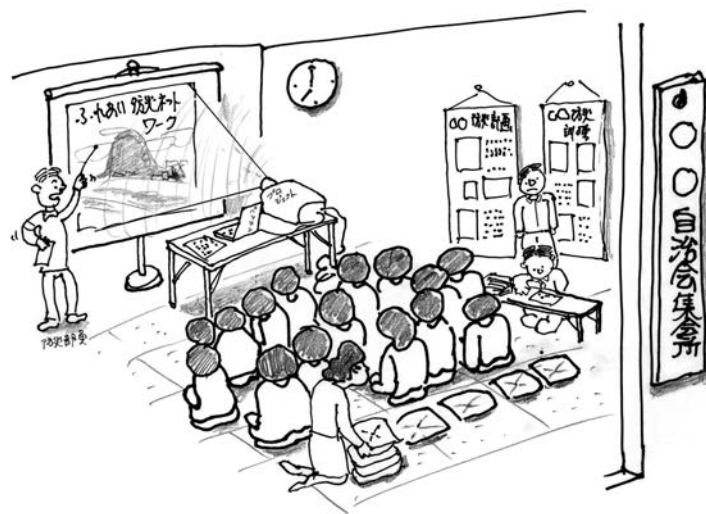
(写真は1人あたりの3日分)



③津波の浸水地域では、30 cmの浸水になると避難が出来ません。揺れがおさまったら、すぐに指定緊急避難場所等へ避難を開始するよう早期避難の重要性を周知してください。

3 自主防災活動への参加の呼びかけ

- ・ 自主防災組織の必要性や参加への意義を地域住民に理解してもらい、組織の活動に一人でも多く参加するための啓発を行ってください。



事例紹介 上高野地区自主防災会（三豊市）

上高野地区自主防災会では、広報誌「ちくわだより」を4か月ごとに発行し、全戸配布をしています。この「ちくわだより」で自主防災会が実施した活動の報告や今後の活動予定を案内することにより、地域の住民の自主防災会活動への理解を深めています。

ちくわだより 第22号

《地区の輪》

上高野地区社会福祉協議会

平成27年9月1日発行

ようやく暑さも終わりに近づきましたが、残暑厳しい毎日です。今年の夏は、台風が夜中に上陸したため皆さんも心配なされたことと思います。日頃から防災意識を高めて準備が必要だと痛感させられた夏でした。これから秋にかけても台風の上陸することが考えられます。どうぞ備えを十分にしてお過ごしください。

・第14回歩いてみよう会を開催しました。

平成27年6月21日(日)8:30～ 上高野小学校にて

訓練内容:心肺蘇生、リヤカー、車椅子、ロープワーク、丸太切り、担架、水消火器、土嚢

参加人数: 477名と過去、最高の参加者でした。

(小学生、父兄、小学校先生方、一般参加者、中学校有志本部役員、消防分団、はなみずきボランティア)

・7月15日(水)香川県議会議員の視察

総合防災対策特別委員会(県議会議員10名・県職員5名)が上高野自主防災会を視察にこられました。

・8月8日(土)救命救急講習会を開催しました。

(20名が普通救命講習修了証を取得しました。)

・香川県シェイクアウト参加について

日時: 11月5日(木)10:00～

訓練内容: 午前10時になれば、職場、学校、家庭や町内会などで、近くにいる人に呼び掛けて、みなさんいっせいに、自分の身を守る行動(下記の1, 2, 3)を1分間行って下さい。

- 1、DROP＝まず低く
- 2、COVER＝頭を守り
- 3、HOLD ON＝動かない

*シェイクアウト訓練とは: 2008年にアメリカカリフォルニアで始まった新しい形の地震防災訓練で、地震の際の安全行動を身につけることです。身の回りの安全対策を取るよう促すことを目的としています。

・上高野地区社会福祉協議会あてにご寄付を頂きました。

第 2 節 防災マップの作成

ここでは、防災マップの作成方法について説明をします。



1 地域内危険箇所の把握

地域住民の方々と、避難所・指定緊急避難場所までのまち歩きを行い、地域内における災害時に危険な箇所、避難できる場所とそこへの経路、災害時に役に立つものなどを把握しましょう。

まち歩きの流れ

1. 県・市町が作成したハザードマップで災害特性を知る
ハザードマップによって、地震、土砂災害などによる危険な場所を知ることができます。
2. 縮尺の大きい地図、自宅および自宅周辺の道路・建物が分かる地図を用意する。住宅地など現地で現在地を見失わないような目印がある地図が使いやすい。国土地理院の基盤地図情報から標高データの入手が可能。
3. 現地調査でのチェックポイント
(地震時の注意箇所)
 - ・ブロック塀 6 段以上(1 段約 20 cm)
 - ・屋根からの落下物 ・石造物 ・老朽化した建物
 - ・電柱・自動販売機
 - ・その他危険なもの(揺れにより倒壊しそうなもの)(水害時の注意箇所)
 - ・過去に浸水した箇所
 - ・危険な水路
 - ・水が流れる方向
 - ・頻繁に溢れる水路(災害時に役立つもの)
 - ・避難所(場合によっては指定緊急避難場所)・防災倉庫・消火栓
 - ・防火水槽・食料、日用品、薬品、燃料などの販売店
 - ・一時的に避難できる鉄筋コンクリート造りの 3 階建て以上の建物

2 防災マップの作成

地域住民が災害に応じて指定緊急避難場所又は避難所に安全に避難誘導・避難ができるようまち歩きの結果を盛り込んだマップを作成しましょう。地域住民意見を交わしながら作成すると効果的です。防災マップを作成する過程で自分たちのまちの強みと弱みを知ることにより、防災マップを作成する意義があります。

【事例紹介】

・内水氾濫の際の危険箇所の検討

内水氾濫による浸水のしやすさは、微地形によって決まります。地域の皆さんの浸水経験と地形データを重ね併せて考えることで、今後、より激しい雨が降った場合に浸水する可能性のある箇所についても検討することが出来ます。

そこで、標高色分けした地図を用いて地形と浸水特性の関係を、地域の皆さんで話し合い、浸水危険箇所を実際に現地で確認しました。



・地震時危険箇所の検討

両側に古い木造家屋やブロック塀がある細道は、地震の時に通行できない可能性があります。地震の時に通行できない可能性が高い道、低い道はどこか、現地で確認し地図にまとめました。さらに、地図から読み取った災害時危険性を考慮して防災訓練を行っています。



・ため池決壊を想定した災害図上訓練とまち歩き

香川県では平成 23 年から 25 年の 3 カ年で 10 万トンを超えるため池について決壊した場合の浸水被害を想定したハザードマップが作成された。このハザードマップを活用して、地震の際、ため池が決壊した場合、どこまで浸水するか、どこまで避難すれば安全か、など身を守るための行動について、災害図上訓練とまち歩きを通して検討しています。



第3節 防災訓練の実施

1 防災訓練の目的

- ・訓練していないことは、災害時に実践できません。定期的に訓練を実施しましょう。
- ・災害に応じた訓練の目的を定め周知するなど、参加者が目的を理解したうえで訓練を実施しましょう。
- ・一人でも多くの住民が参加するよう直接呼びかけましょう。回覧板だけの周知では、参加者は集まりにくいです。

2 訓練の成果向上

- ・訓練実施に際し、訓練は成功することが目標ではありません。訓練でわかった問題点を次の訓練に活かし、次の訓練につながるよう参加者からアンケートを取ることも大事です。

3 訓練計画の作成

- ・決められた時間内で効果的に訓練を行うために、訓練の目的、要領を明確にし、実施計画を作成してください。市町の防災担当課、消防署、かがわ自主ぼう連絡協議会などに相談してみるのも一つの方法です。

4 訓練の実施

(1) 代表的な訓練メニュー

防災訓練にはいろいろなメニューがあります。主な訓練を紹介しますので、参考にしてください。

① 避難訓練

災害発生時に、迅速かつ安全に緊急避難場所又は避難所まで避難ができるように、前節で作成した「防災マップ」に基づき、地域住民各々が安全に避難するための訓練です。

避難時に支援の必要な避難行動要支援者への介助の方法などを習得する訓練も同時に行う必要があります。

② 情報収集・伝達訓練

災害発生時には、地域住民が災害の状況について情報を求めてきます。また、市町も地域の災害状況についての情報を求めてきます。不確かな情報やデマで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つかみ、正確な情報を伝えるための訓練です。

③ 救出・救助訓練

阪神・淡路大震災では救助された人のうち、家族や近所の人の力によるものは約80%となっていました。災害時に犠牲者を少しでも減らし負傷の程度を軽くするために、倒壊した建物や転倒した家具により閉じ込められた人などを救出・救助する訓練です。また、クラッシュ症候群への対策も大切です。

④ 応急救護訓練

応急手当は、傷病者を救急隊員（救急救命士）や医療機関に引き継ぐまでのとりあえずの処置のことで、速やかに応急手当を行えば、命が救えたり、病気やけがの悪化を防止したり、苦痛を軽減することが可能です。しかし、正しい手当てをしていなければ、傷病等がさらに悪化し、命にかかわることにもなりかねません。そのために、正しい知識と技術を身に着けるための訓練です。

⑤ 初期消火訓練

阪神・淡路大震災では、地震後、計285件の火災が発生しました。火災は、特に地震動の大きかった地域を中心に、地震直後に同時多発しましたが、地震から1時間以上経過しても断続的に発生していました。建物倒壊による電熱機器等からの発火、漏えいしたガスへの着火など出火原因は様々ですが、延焼拡大を防ぐには、出火をできるだけ早く発見し、地域の協力のもとに消火する訓練が重要です。

⑥ 水防訓練

近年多発する集中豪雨等により床下・床上浸水以上の水害が全国で多発しています。水害発生の際に、土のう積みにより堤からの越水を防ぐことは、破堤を食い止め地域が被害を受けないようにする効果があります。水害の発生のおそれが高い地域では、土のうの作り方や、正しい積み方、運搬方法を習得する訓練を行っておきましょう。

⑦ 炊き出し訓練

災害時には、救助物資の不足による混乱が予測されています。救援物資を必要とする人数を算定し、公平に救援物資を配分する必要があります。釜や大なべなどを使用した炊き出しを行うには、調理器具の使用法や調理の仕方をマスターしておく必要があります。

⑧ 災害図上訓練（DIG）

参加者が地図を囲みながらゲーム感覚で災害時の対応策を考える災害図上訓練のことをDisaster（災害）、Imagination（想像力）、Game（ゲーム）を略してDIGと名付けられた訓練です。

⑨避難所運営ゲーム（HUG）、避難所運営訓練

災害時に開設される避難所の運営には、地域の自主防災組織が中心となって行っていたことになりますが、いろいろな事象を、迅速にこなしていくことはとても困難なことです。

そのため、平成 19 年に静岡県が開発した避難所運営ゲーム(HUG)（静岡県が「避難所 HUG」の著作権・商標権を県の財産として登録）を実施することをお勧めします。小さなスペースで、避難所運営の疑似体験ができ、大変効果があります。

また、避難所となる施設の協力を得て、実際に避難所を使った避難所運営訓練を行いましょう。実際の避難所となる施設の図面を使うとさらにリアルな訓練になります。

(2)協働による組織の活性化

①消防団

地域における消防防災のリーダーとして、平常時・非常時を問わずその地域に密着し、住民の安心と安全を守るという重要な役割を担っているのが消防団です。地域と関係のある消防団と連携した避難訓練や消火訓練を通じて密接な連携を図りましょう。

②学校

避難所に指定されている小学校や中学校、高等学校は多くあります。避難した際に混乱しないよう、地域の学校と連携した訓練や子どもたちに自主防災組織の活動を見せることは、次世代の地域の防災力向上にもとても有効です。

③近隣の自主防災組織

自分たちの自主防災組織だけではなく、近隣の自主防災組織と連携し、情報交換や、訓練を一緒にすることにより、組織の活性化や悩みの解消ができることもあります。災害時には、避難所が一緒になる場合もあります。より大きな組織で互いに助け合うこともできます。

④地域の事業所

災害が平日の昼間発生した場合には、地域の事業所の力を借りて、救出・救護活動等への協力を得る必要があります。地域内にある事業所と、定期的な防災訓練を行うなどにより、相互協力の体制を確立しましょう。

⑤ 防災士

「“自助”、“共助”、“協働”を原則として、かつ、“公助”との連携充実につとめて、社会の様々な場で減災と社会の防災力向上のための活動が期待され、さらに、そのために十分な意識・知識・技能を有する者として認められた人」です。防災士の活動は、主として地震や水害、土砂災害などの災害において、公的機関や民間組織、個人と力を合わせて、つぎの活動を行うとしています。自主防災組織でも、防災士の資格取得者を増やし、地域の力になってもらいましょう。

防災士の活動は

平常時においては防災意識・知識・技能を活かして、その啓発に当るほか、大災害に備えた自助・共助活動等の訓練や、防災と救助等の技術の練磨などに取り組む。また、時には防災・救助計画の立案等にも参画。

災害時にはそれぞれの所属する団体・企業や地域などの要請により避難や救助・救命、避難所の運営などにあたり、地域自治体など公的な組織やボランティアの人達と協働して活動。

⑥ 民生・児童委員

避難行動要支援者や要配慮者などの方には、災害時に特に配慮が必要となります。災害時に備え、民生・児童委員と情報を共有し、迅速で安全な避難等につなげましょう。

⑦ 社会福祉施設

高齢者福祉施設、障害者福祉施設、児童福祉施設などの社会福祉施設には、災害弱者となる方々が多く、災害時には、職員数の不足により、避難誘導等が困難となることもあります。施設を地域の避難場所とする協力を得ることや、施設利用者の避難誘導に協力することを双方で協議することも考えられます。

地域の社会福祉協議会は、災害時に災害ボランティアセンターを設置し、被災地ニーズの把握やボランティアコーディネートの中枢を担います。連絡体制の確認や訓練での協同により、密接な関係を図りましょう。

⑧ 婦人団体・老人クラブ

地域における婦人団体や老人クラブは人材の宝庫です。いろいろな技術を持った人、手助けをしてくれる人などを各団体と相談してみましょう。また、女性の視点から、自主防災組織の訓練への助力をいただくことも重要なことです。

⑨ 日本赤十字社

日本赤十字社では、日本における災害救護の中核機関として、大規模災害等の被災地に対し、医療救護、救援物資の配分、義援金の受付と配分、災害時のボランティア活動などの救護活動を行っています。防災訓練への協力も実施しています。

⑩ その他

市町によっては、地域ごとに保健委員や保健活動委員などを設けている場合があります。災害時に備え、情報共有や連携を図りましょう。

(3) 地域の特性に応じた訓練の実施

地域によって、地震や火災だけでなく、津波、土砂災害など危険の種類は異なります。地域の特性を踏まえた防災訓練を行うことにより、様々な災害への対応ができるようになるだけでなく、マンネリ化防止や新たな住民参加も期待できます。

また、地域住民だけでなく、学校、観光施設、企業・事業所等との連携した防災訓練の実施は、地域との顔の見える関係の構築にもつながります

(4) 訓練実施の周知

毎年同じ時期で設定すると、参加者が固定的となる。時間帯を変えるなど変化を持たせ、参加者の増加を見込める日時に設定する。

様々な年代の人の参加を募るため参加しやすい訓練や、対象を絞り込んだ訓練の検討をしましょう。

(5) 避難行動要支援者が参加しやすい訓練の工夫

地域における高齢者や障害者等災害時に一人で避難がすることが困難な避難行動要支援者となる人々と日ごろからコミュニケーションを図り、一人でも多くの方に訓練に参加してもらえよう心がけましょう。

(6) 事故防止対策

訓練中の事故が起こらないよう次の点に注意しましょう。

- ①消火訓練など危険を伴う訓練は、必ず専門家の指導のもとに行いましょう。
- ②訓練で使用する資機材の操作方法や危険性については、使用前に十分な説明をしましょう。

(7) 傷害保険への加入

訓練時のもしもの事故に備えて、保険に加入し訓練を実施しましょう。公益財団法人日本消防協会が提供する、「防火防災訓練災害補償等共済制度」や社会福祉法人全国社会福祉協議会が提供する「ボランティア行事保険」などがあります。

第4節 代表的な訓練の手法

1 避難訓練

(1)何を想定した避難訓練か

地域によって、避難場所や指定緊急避難場所は災害によって異なる場所となる場合があります。また、避難経路も災害によって異なることがあります。地震・津波、火災、土砂災害、高潮など、いろいろな災害を想定した避難訓練を行うことが重要です。

(2)準備物は

- ・防災マップ
- ・避難誘導に必要なもの（昼間・夜間）
- ・非常時持出し袋

災害発生時の避難訓練の手順

- 1 避難誘導に必要な資機材の確認
- 2 訓練参加者の確認
- 3 訓練実施
 - ①情報班から「〇〇による避難勧告」を伝達
 - ②避難に当たっては、火災発生防止(ガス・電気)の処置を行うとともに、安全な服装で、当座の生活必需品を携行するよう呼びかける
 - ③災害の状況をイメージしながら、防災マップをもとに各人が指定緊急避難場所又は避難所に避難開始
 - ④緊急避難場所又は避難所に到着次第避難者の点呼

※特に、津波の浸水地域では、30 cm 浸水すると避難行動がとれなくなります。

指定緊急避難場所や避難所が施錠されている場合もあります。鍵の保管者がだれで、開錠を誰が行うのか事前に検討してください。

(3)事例紹介

上高野地区自主防災会（三豊市）

☆夜間に避難訓練の実施

三豊市にある上高野地区自主防災会では、全自治会を対象に一時避難場所までの夜間避難訓練を実施しています。

事前の準備として、自治会内の名簿や避難行動要支援者、また避難ルートを確認しておきます。さらに、避難グッズや誘導灯、懐中電灯などの使い方の確認も行います。

夜間訓練の効果

- ・大雨など事前に予測できる災害に比べ、地震はいつ起こるか分かりません。
- ・特に、夜間に地震が発生した場合には、停電の影響から、街灯もともらえない可能性が高いです。
- ・暗闇の中での避難は、災害状況も確認しにくく、非常に危険となります。
- ・そのためにも、夜間の訓練は非常に効果があります。

【上高野地区自主防災会の夜間避難訓練計画書】

災害発生、市役所より避難勧告が出されたとの想定で訓練。 2015.11.12

・日 時 11月22日 午後6時～ 避難開始はおおむね午後7時を目途に開始。
 ・全自治会対象、1次避難場所まで夜間避難訓練。

＜事前準備(自治会編)＞

各自治会ごとの組織・役割分担の確認	自治会自主防災組織の確認	机上
自治会内名簿、要援護者の確認	自治会員、要援護者の確認	机上
自治会内の避難ルートの確認	避難グループごとのルート確認	
任務分担により準備物の確認	救急箱、担架、誘導灯等の確認	
避難訓練予定者	避難グッズ・懐中電灯・防災マップ	

＜事前準備(本部編)＞

本部準備物 集計・確認票
 自治会持参物 パン・お茶、集計・確認票

＜支援体制＞

財田上自治会(川上)	後藤自治会(分団)	森安自治会(藤田)	下原南自治会(西岡)	本部 (清水)
財田下自治会(川上)	中尾自治会(細川)	井出向自治会(中嶋)	下原西自治会(大久保)	
大地自治会(分団)	菅入自治会(西岡)	片山自治会(今川)		本部1 (分団長)
福岡自治会(野田)	田井自治会(藤川)	下原自治会(分団)		

時間ごとの訓練概要

時間	本部・分団	自治会長	自治会リーダー	支援(本部派遣者)	準備物
18:00	無線機の通話確認	無線機の通話確認			乾電池
	準備物の確認				自治会毎持参物の確認
18:30	文化センターに集合し自治会へ移動			文化センターに集合し自治会へ移動	
	自治会長の要請より	支援者に支援内容を指示		自治会長の要請により	本部・分団
19:00	訓練開始	自治会長へ訓練開始連絡	自治会各リーダーへ連絡		無線機
19:10	避難開始		参加予定者に声掛けながら避難開始		避難グッズ・懐中電灯・マップ
	移動		避難ルートに基づき安全確保し移動		誘導灯
19:30	一時避難終了		自治会長に避難者報告		
		避難者の確認			
		応急手当・救護可否・火災有無			担架、救急箱、消化器
		本部へ一時避難状況報告			
	自治会毎状況確認				
19:40	お礼・講評	(お礼・講評)		お礼・講評	防災マップ
	自主防災の意義				
	いざと言うとき、慌てない為に				パン・お茶
	備えあれば憂いなし				
20:00	終了				

*無線機が不調の場合、原因の99%が電池です。表示に関わらず電池を交換してください。

上高野自主防災

避難所記録表

避難所名				記載日時	記録者名
人数	男	女	計		
避難者総計					人命救助要否 火災 土砂崩れ ライフライン 道路状況 建物の倒壊 備考
(内訳)					
傷病者					
負傷者数					
病人					
小計					
要援護者					
介護を要する高齢者					
介護を要する障害者					
乳幼児					
小学生低学年					
妊産婦					
目の不自由な人					
小計					

一時避難場所に避難者が集まったら、自治会長が状況を取りまとめて、本部へ無線機を使用して連絡している。



2 情報収集・伝達訓練

(1) 何のために行う

災害時には情報が錯綜するほか、デマ等の流布もあります。正しい情報を、市町対策本部などの防災関係機関から収集し、迅速に住民に伝達することが重要であり、そのための訓練を行います。

(2) 訓練の手順

情報収集・伝達訓練の手順

- 1 情報班長から情報班員に災害の情報について、市町からの災害情報を確認させ、報告させます。
- 2 報告を受けた班長は、分かり易い伝達文を作成し、伝達を受け持つ情報班員にわたします。
- 3 情報班員は分担し、地域住民に情報を伝達します。
- 4 情報班員が被災状況を現場で収集します。
※情報収集に際しては、5W1Hを確実にメモしましょう。
- 5 情報班員は、住民への伝達状況、把握した災害状況を情報班長へ伝えます。
- 6 情報班長は、収取した情報等を記録し、市町へ伝達します。

訓練時の留意点

- ①訓練時には市町の役割をコントローラー(住民の中から指名)に任せましょう。
- ②伝達は簡単な言葉でないと伝わりません。
- ③指示はメモなどにしきちんと渡しましょう。
- ④効率よく住民に伝達を行うため、あらかじめ伝達経路・手段を決めておきましょう。
- ⑤無線などの機器を所持している場合は、機器になれることが特に重要。(いざという時にマニュアルを見なくていいように)

(3) 訓練のキモ

- ・特に第1報は、詳細な情報よりは、概要だけでも良いので、どれだけ早く 報告できるか。
- ・なにも異常がなくても、「異常なし」「変化なし」を定期的に報告すること。
- ・訓練であるので、情報班員がけがをし、情報収取が出来なくなった場合なども想定すること。
- ・市町への報告者などは、実際にだれが行うのか役割分担を決めておくこと。

(4) 事例紹介

川西地区自主防災会（丸亀市）

☆丸亀市コミュニティ協議会連合会での情報伝達訓練（平成28年3月10日開催）

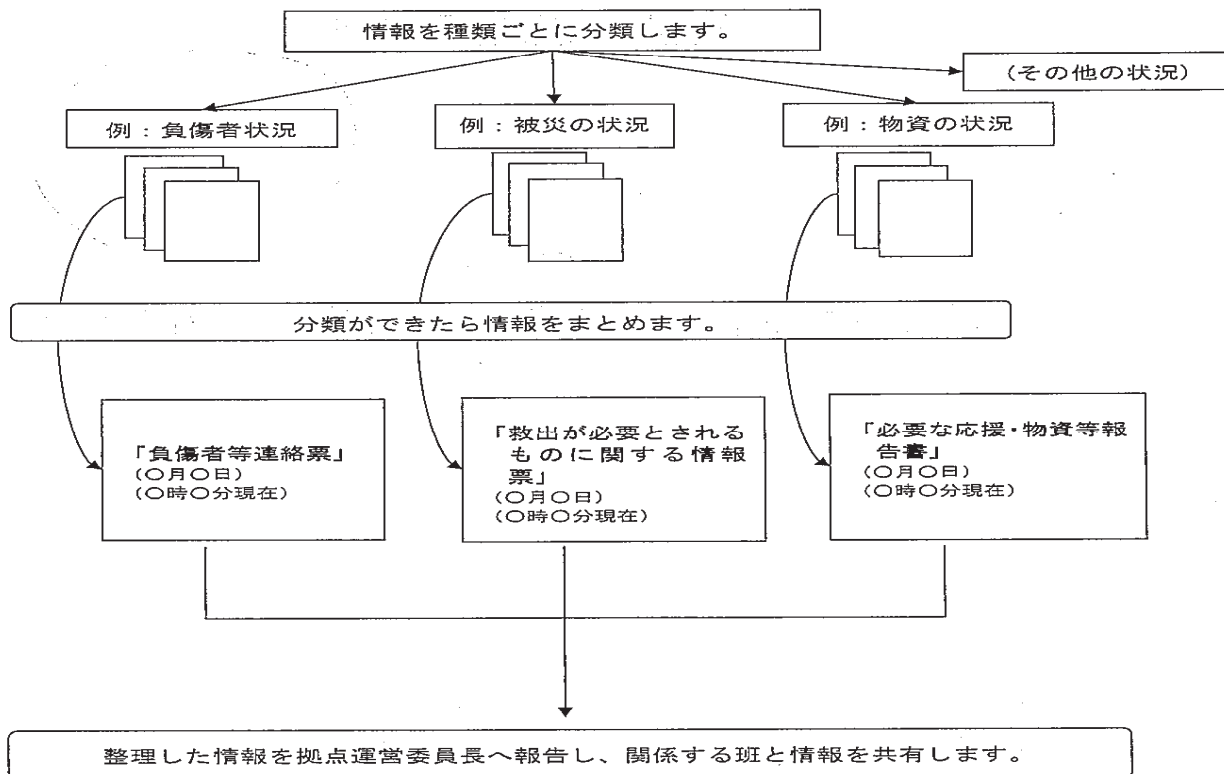
概要：業務用無線機でもって、現地本部テントから「各コミュニティ」へ順次、被災状況等の情報収集訓練を行い、現地本部でとりまとめた後、丸亀市災害対策本部へ報告伝達する。

【情報収集・取りまとめ訓練イメージ】

あらかじめ次の内容を決めておき、紙に書いておきます。

(各10例以上)

- 負傷者の状況（住所、氏名、性別、負傷程度など）
- 拠点周辺区域の被災状況（場所、被害程度、救出活動の要否など）
- 水や食料等の物資の状況（不足物資の品目・量など）



情報のとりまとめ表

情報収集

	地区名	被災の状況	負傷者の状況	物資の状況
1	城北地区			
2	城乾地区			
3	郡家地区			
4	飯野地区			
5	岡田地区			
6	栗熊地区			

訓練のシナリオ

H28.3.10

情報伝達訓練にあたって「災害想定」

本日（3月10日）午前6時24分、四国の南東50kを震源地とする地震が発生。気象庁は、「この地震は南海トラフに起因したものであり、マグニチュード8.8、香川県全域に震度6の強いゆれを観測。」と発表。丸亀市内においても大きな被害が想定され、丸亀市は午前8時に災害対策本部を設置。直ちに市内全域の被害状況の把握を行うこととした。

〈情報伝達訓練〉

1.こちら丸亀市災害対策本部です。各地域の被害状況の把握を行っています。
城北地区の被害状況をお願いします。

【城北地区】

午前10時現在、津波による浸水がひどく、避難遅れによって家屋に取り残されている人が10人位。救助が必要です。その他の被害状況は現在把握中です。

2.本部了解。家屋に取り残されている人の救助、こちらより直ちに手配します。

3.こちら丸亀市災害対策本部です。城乾地区の被害状況をお願いします。

【城乾地区】

城乾地区より報告します。海岸近くの家屋は津波による浸水がひどい状況、人が入っていけないようです。浸水していない家屋でも倒壊家屋が発生している模様であり、警察、消防等の派遣をお願いしたい。

4.本部了解しました。直ちに対応のこととしますが、人的被害の状況、けが人等は把握されていますか？

【城乾地区】

現在調査中であり、分かり次第報告のこととします。

5.こちら丸亀市災害対策本部です。郡家地区の被害状況についてお聞きします。そちらの被害はいかがですか。

【郡家地区】

現在、地元消防団、自主防災会役員等によって、自転車を使って被害状況をまとめていますが、家屋の損傷が多く発生している模様です。

6.本部了解です。ため池等の損傷とか電気、水道の状況はいかがですか？

【郡家地区】

広範囲で停電、断水が発生しており、現在、復旧の目処は立っていません。ため池については調査中であり、分かり次第報告のこととします。

7.本部 了解しました。

8.こちら丸亀市災害対策本部です。飯野地区の被害状況について報告願います。

【飯野地区】

飯野山の一部で土砂くずれも発生。神社の鳥居、とうろう、全て倒れ、家屋も半壊を含めると50戸近く発生している状況です。

9.本部了解。飯野地区において人的被害の状況はいかがですか。

【飯野地区】

まだ十分に把握できておりませんが、けが人が多数発生。さらに要配慮者の数人が家屋に取り残されている状況です。

10.本部了解。救助活動等の要員は大丈夫ですか？

【飯野地区】

地元消防団、自治会役員、民生児童委員等協力して救助活動にあっており、現在のところ、地域で対応できます。

11.本部了解。次に岡田地区の被害状況について、お聞きします。物的被害、並びに人的被害も含めて報告願います。

【岡田地区】

- ・山間部では土砂くずれも発生している模様です。
- ・家屋の損傷状況については、現在調査中ですが、50戸余りが被害を受けている模様です。
- ・人的被害については、けが人が相当出ている様子ですが、具体的な人数は現時点把握できていない状況です。

12.本部了解です。次に栗熊地区の被害状況についてお聞きします。現時点でどのような状況か報告願います。

【栗熊地区】

- ・道路にひびが入ったり、盛土がくずれているところが多数あるようです。
- ・家屋については、古い建物の損傷がひどく、現在、消防団等によって調査中です。
- ・けが人の数、キズの内容等も現在調査中で判明次第報告します。

13.各地区の皆様、お疲れ様でした。これにて情報伝達訓練は終了です。



3 救出・救助訓練

(1) 何のために行う

家屋の倒壊や家具の下敷きになった場合、生死を分けるのは72時間以内の救助といわれており、早期の救出・救助が重要です。また、その活動は、一人では危険であり、チームを組むなどにより行わなければ2次災害にもつながりかねません。長時間にわたり、家具の下敷き等で、内臓等を圧迫されていた場合、クラッシュ症候群になる可能性が高く、救助されても生存率がかなり低下することから、少しでも早く救出・救助できるようそのための技能や知識を身に付けてください。

(2) 訓練の手順

救出・救助訓練の手順

- 1 倒壊家屋からの救出訓練は、かなり技術的、専門的な要素があるため、自主防災組織として対応可能な救出訓練を実施します。消防署員、消防団員、大工など技術を持った方を中心に、事前に家屋の造りや救出の仕方について指導してもらいましょう。
- 2 廃材やベニヤを利用して、倒壊した建物の屋根の部分をつくる。
 - ①幅 4 m、高さ 3 m 程度の屋根をつくる。中に人形等を入れておく。
 - ②救出にあたっては、倒壊建物の中にいる人に声をかけるなど、実際にいる場合をイメージしながらおこなう。
 - ③ジャッキなどを使って持ち上げる。ない場合は、おのやバールで屋根を壊す。

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

トタンぶき：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

(3) 訓練のキモ

- ①自分の安全をまず確認する。
- ②ヘルメット、安全靴、軍手などの装備をきちんとする。
- ③けがに備え医療用具等を用意しておく。

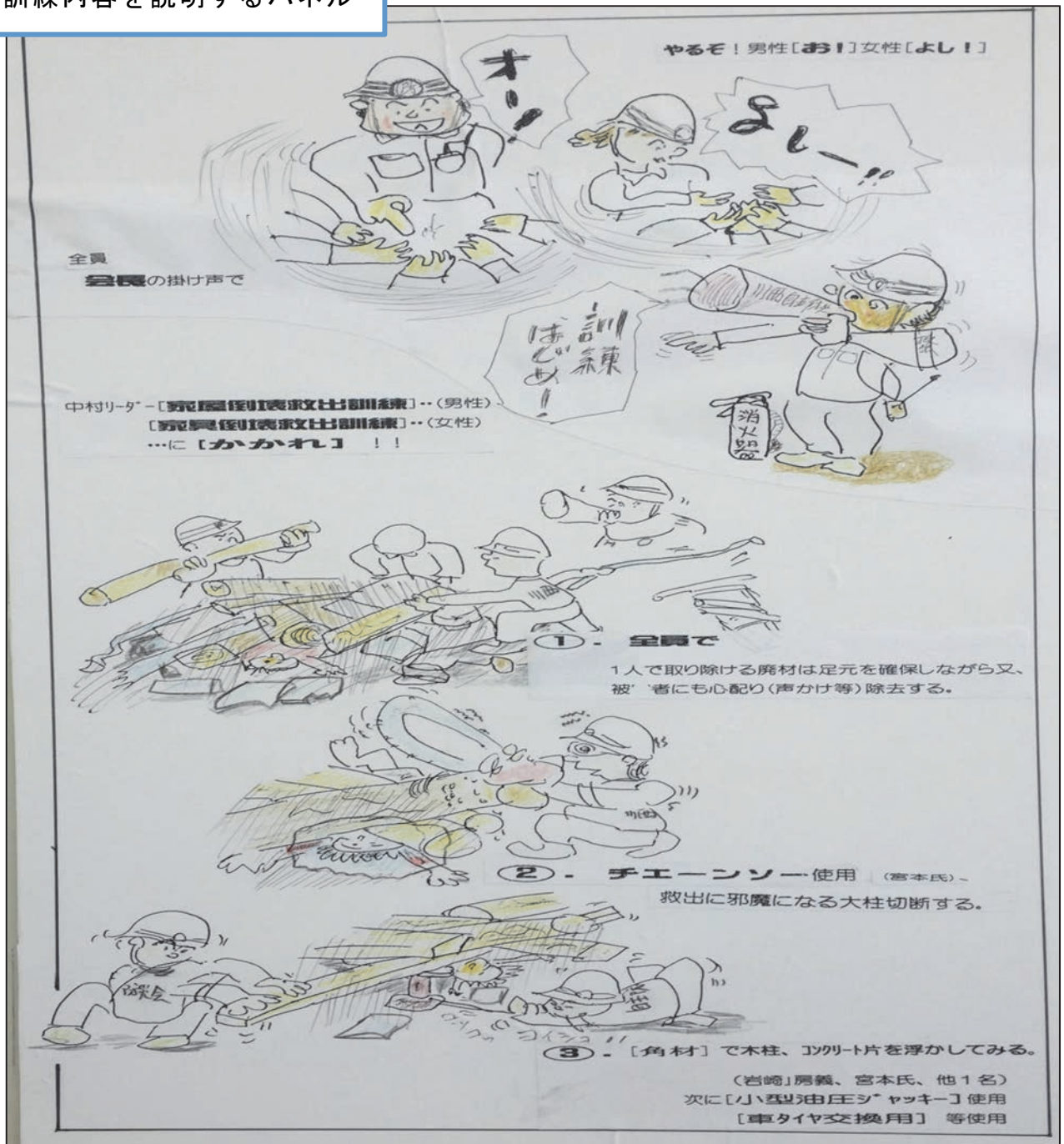
(4) 事例紹介

川西地区自主防災会（丸亀市）

☆訓練時、参加者に注意点を説明するためのパネルを作成。

身近な人が被害に遭っていたらすぐに助けたいくなりますが、クラッシュ症候群による影響にも注意することが必要であることを、周知しています。

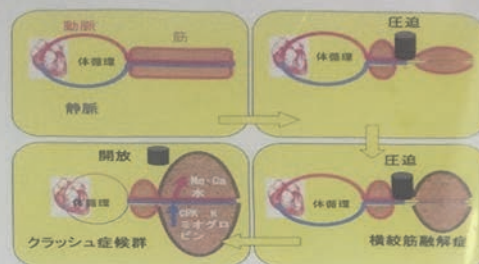
訓練内容を説明するパネル



クラッシュ症候群を説明するパネル

クワッシュ症候群とは何ぞや

- 病院での1番多い死因だった
- 割が集中治療を受けた
- 盲段見ない疾患
- 救出後、急速に死に至った例が報告されている
- クラッシュ症候群を知らないと早逝す
- 時間との戦い



クラッシュ症候群

診断:

血圧、脈拍、呼吸、意識などは全く異常を認めない。
はさまれていたところも、赤くなっている程度。
触ってもつねっても分らない、指が動かせないなど、
麻痺は必ず認める。
赤ワイン色の尿が出る。(血尿と間違えることもある)
検査: CPK↑ ミオグロビン↑ K↑ アシドーシス

＊ 2時間以上四肢を挟まれていた。麻痺がある。

ミオグロビン尿

[関西労災病院 岸先生提供]



クラッシュ症候群

治療

大量の輸液: 1時間毎に500ml~1,000ml

減張切開: 圧迫を取るため開く手術をする
ときもある。

切断: 長時間の圧迫で生命を助けるために挟まれて
いた手足を切断することもある。

人工透析: 高カリウム血症には透析しかない
人工呼吸器などICU管理

クラッシュ症候群はどうしたらよいのか

- 早く掘り出す
2時間以内に掘り出せばクラッシュは起きない
- 2時間以上経ったら掘り出す前に水を!
輸液がベスト。なければ水を飲ませる
- 四肢の根元で縛って、掘り出す!
1時間以内に病院に着かなければ縛ってはいけけない
- 透析できる施設へ直ちに運ぶ!!
救護所へ運ばない
- 安定化させて県外へ搬送する

(1) 何のために行う

救出・救助した人を医療機関に運ぶまでの間に応急救護や手当を施すことにより、重度化するのを防ぐ効果があります。せっかく助かった命を、つなぎとめるためにも、正しい手当て方法を覚えておくことが重要です。

特に、建物の下敷きなどにより、クラッシュ症候群の可能性のある人に対しては

- ①水分を摂らせる。
 - ②挟まれていた状況と時間が医師に分かるよう服などに記録する。
 - ③長時間挟まれていた場合は、救護所ではなく直接医療機関（透析のできる）へ搬送し、クラッシュ症候群の疑いがあることを告げる。
 - ④挟まれていた部分（四肢）より心臓に近い側を縛る（知識や経験がない場合はしない）。
- をしてください。



倒れている人をみたら

AED(自動体外式除細動器)を用いた救命処置の要領



予防

早期認識と通報

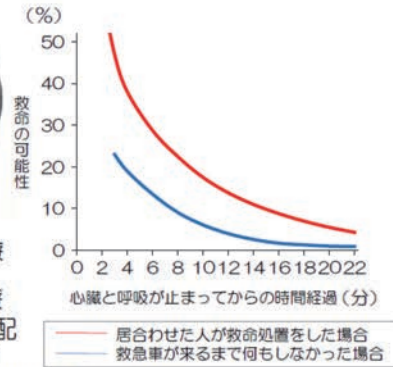
一次救命処置

二次救命処置と
心拍再開後の集中治療

∞∞救命の連鎖∞∞

1. 不慮の事故を未然に防ぐ, 病気の初期症状に気づき医療機関で治療
2. 心肺停止を疑い早期に認識し, 応援を呼び119番通報とAEDの手配
3. 胸骨圧迫と人工呼吸およびAEDを使った心肺蘇生(一次救命処置)
4. 薬剤や医療機器を用いて行う心肺蘇生(二次救命処置)と, 心拍再開後の集中治療

(出典: 改訂4版「救急蘇生法の指針」市民用・解説編)



◆生命の危機に陥った人を救命し, 社会復帰に導く命のリレーを「あなた」がスタートさせてください。

1 周囲の安全を確認した後に, 肩を叩きながら声をかける



わかりますか?

2 反応がなかったら, 大声で助けを求め119番通報とAED搬送を依頼する



誰か来て下さい! 人が倒れています。あなた119番通報してください。あなたはAEDを持って来てください。

3 呼吸の確認



胸とお腹の動きを観察し10秒以内で「普段通りの息」をしているか確認。あえぎ呼吸は心停止とみなす。

4 呼吸がなかったらすぐに胸骨圧迫



胸骨圧迫は胸の真ん中

強く: 成人は少なくとも5cmの深さ
小児は胸の厚さの約1/3の深さ
速く: 1分間に少なくとも100回の速さ
絶え間なく: 中断を最小にする
胸が完全に元の位置に戻るまで圧迫解除する

5 胸骨圧迫30回のあと気道確保し人工呼吸を2回おこなう



頭部後屈
あご先挙上

1回に約1秒かけて, 胸の上がりが見える程度の量を2回吹き込みます。
人工呼吸ができないか, ためらわれる場合は省略できます。
感染防護具があれば使用しましょう。

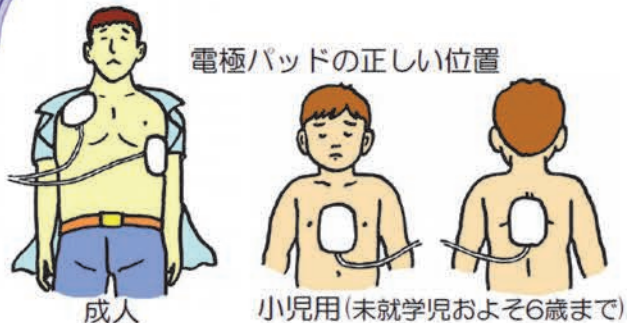
6 AEDが到着したら まず電源を入れる



ふたを開けると自動的に
電源が入る機種もあります



7 電極パッドを胸に貼る



- 電極パッドは、パッドの絵のと通りの位置にしっかりと貼ります。
- 体が濡れていたならタオルで拭き取ります。
- パッドを貼る位置に貼り薬等があれば、剥がして薬剤を拭き取る。
- ペースメーカーがあれば、離してパッドを貼ります。
- 小児用パッドは、体の前後にパッドを貼ります。
- 小児用パッドがなければ、やむを得ず成人用パッドを代用します。

8 電気ショックの必要性 をAEDが判断する



心電図解析中は誰も傷病者に
触れてはいけません。

9 ショックボタンを押す



誰も傷病者に触れていないことを確認したら、
点滅しているショックボタンを押します。

10 ショックが終わった らすぐに胸骨圧迫



胸骨圧迫の方法			
年齢	圧迫	テンポ	回数
成人 (15歳超えが目安)	両手	少なくとも 100回/分	圧迫30回 人工呼吸2回
小児 (1歳から15歳程度 中学生までが目安)	両手もしくは体 格に応じて片手		
乳幼児 (1歳未満)	2指 (中指・薬指)		

※ 以後は、AEDの音声メッセージに従います。心肺蘇生とAEDの手順は、救急隊に引き継ぐか、何らかの応答や目的のあるしぐさ（例えば、嫌がるなどの体動）が出現したり、普段とおりの息が出現するまで続けます。

(3) 火傷の応急処置訓練

① 熱傷(やけど)の程度を調べましょう。

- 熱傷の程度は、熱傷の深さ(皮膚の状態)と熱傷の広さから判断します。
- 熱傷の深さ(皮膚の状態など)を調べます。
 - ・ 赤いか？(Ⅰ度)
 - ・ 水疱か、水疱が破れた状態か？(Ⅱ度)
 - ・ 白っぽい？(Ⅲ度)
- 熱傷の広さを調べます。
 - ・ 簡単な方法として、手掌法があります。傷病者の片手の手のひらの面積が体表面積の1%と考えて、熱傷の面積を調べるものです。

ポイント

- ・ 熱傷の程度が次の場合は、「重症の熱傷」であり、直ちに救急車を呼び、専門医による処置を受ける必要があります。
- ・ Ⅱ度の熱傷で、体表面積の30%以上の熱傷
- ・ Ⅲ度の熱傷で、体表面積の10%以上の熱傷
- ・ 顔の熱傷で、Ⅲ度の熱傷または鼻毛が焦げたり、痰が黒色になっている熱傷(気道熱傷)
- ・ 老人や乳児では、熱傷の広さが狭いときでも、重症となる場合があるので、注意してください。

② 比較的軽い熱傷(Ⅰ度の熱傷、狭い面積のⅡ度の熱傷)のとき

- 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。
- 十分冷やしてからきれいなガーゼを当て、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、冷やすときに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注意します。
- ・ 薬品を塗ってはいけません。

③ 重症の熱傷のとき

- 広い範囲の熱傷の場合は、きれいなシーツ等で体を包んでください。
- 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等で被覆します。

ポイント

- ・ 重症の熱傷のときは、冷やすことに時間を費やさずに、できるだけ早く専門医(皮膚科)の処置を受ける必要があります。

④ 化学薬品による熱傷のとき

- 衣服や靴などを早く取り除きます。
- 体についた薬品を水道水等で20分以上洗い流します。
- 目に入った場合は、水道水等で20分以上洗い流します。
- 熱傷したところを、きれいなガーゼやタオル等で被覆します。

ポイント

- ・ 薬品を洗い流す場合は、ブラシ等でこすらないようにしてください。
- ・ 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。

(4) 止血訓練

大出血時の止血法

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%を失えば生命に危険を及ぼすといわれています。

したがって、出血量が多いほど、止血手当を迅速に行う必要があります。

大出血の止血法としては、出血部位を直接圧迫する直接圧迫止血法が基本です。この方法で止血できない大量の動脈性出血の場合には、手足に限って、最終的な手段として止血帯法があります。

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当て、手で圧迫します。

- 大きな血管からの出血の場合で片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血をします。

ポイント

- ・止血の手当を行うときは、感染防止のため血液に直接触れないように注意します。

- ・ビニール・ゴム手袋の利用。それらがなければ、ビニールの買い物袋などを利用する方法もあります。

②止血帯法

- ・止血帯で止血できる部位(手足の太い血管損傷による出血で、直接圧迫止血法では止血が困難な場合に行う。)

ポイント

- ・止血帯は、できるだけ幅の広いもの(3cm 以上)を用います。

- ・棒などで固定したときは、止血時間を記録し、もし 30 分以上続ける場合には、30 分に 1 回止血帯をゆるめ、血流の再開を図ります。そして、出血が続いていれば、再び緊縛(固定)を実施します。

(5) 骨折の固定訓練

①骨折の部位を確認します

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

ポイント

- ・確認する場合は、痛がっているところを動かしてはならない。

- ・骨折の症状

激しい痛みや腫れがあり、動かすことができない。変形が認められる。骨が飛び出している。

- ・骨折の疑いがあるときは、骨折しているものとして、手当をする。

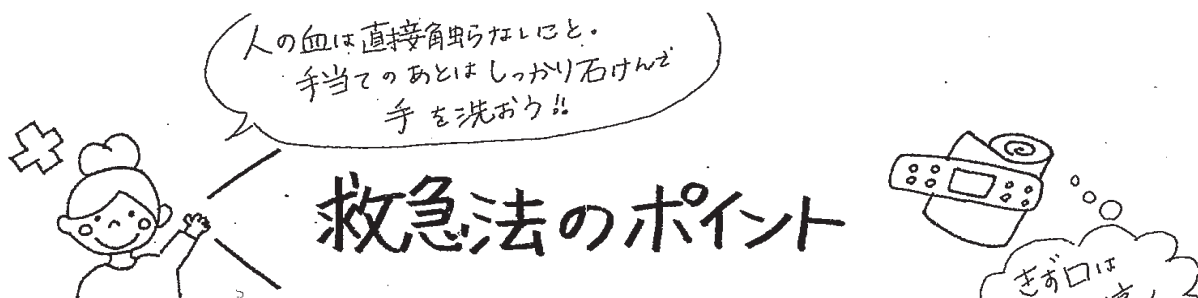
②骨折しているところを固定します

- ・協力者がいれば、骨折しているところを支えてもらう。
- ・傷病者が支えることができれば、自ら支えてもらう。
- ・副子を当てる。
- ・骨折部を三角巾などで固定する。

ポイント

- ・副子は、骨折部の上下の関節が固定できる長さのものを準備する。
- 固定するときは、傷病者に知らせてから固定する。
- ・ショックに注意する。

救急法のポイントについて、飯山高校看護科の生徒がまとめてくれています。



救急法のポイント

ぎずの手当て

体重60kgの人の場合 4800mL の血液が流れている。(約牛乳パック5本分!)

そのうちの20% (約牛乳パック1本分) が失われると
出血性ショックに。30% (牛乳パック1.5本分) 失われると
命の危険が高まる。

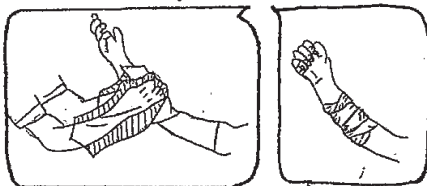
出血にも種類があります。

- ・噴き出すような鮮やかな赤色(鮮紅色)の出血を動脈性出血
→ 命の危険があり救急隊を呼び出す必要があります。

この他にも静脈性出血や毛細血管出血などがあります。

止血の方法

1. 直接圧迫止血



→ 出血しているぎず口をガーゼやハンカチなどで直接強く押さえてしばらく圧迫する。

その際、血痕などに触れて感染を起こさないよう、ビニール袋やビニール手袋を使用する。

2. 間接圧迫止血



→ ぎず口より心臓に近い動脈(止血点)を手や指で圧迫して血液の流れを止めて止血する。直接圧迫止血を始めたらず中止する。(ガーゼやハンカチを準備する間)

止血点→(耳の前、鎖骨上のくぼみ、肘下、指の付け根など)

香川県立飯山高等学校 看護科 2年
平成28年2月6日(土)

骨折・ねんざの手当て

！固定の時の注意点

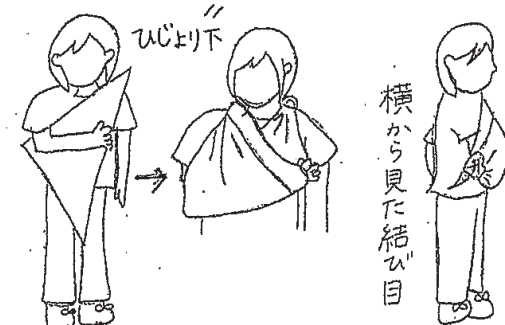
① 痛がっているところを聞いて
骨折部位の確認

① 傷や出血を確認して手当てを行う。

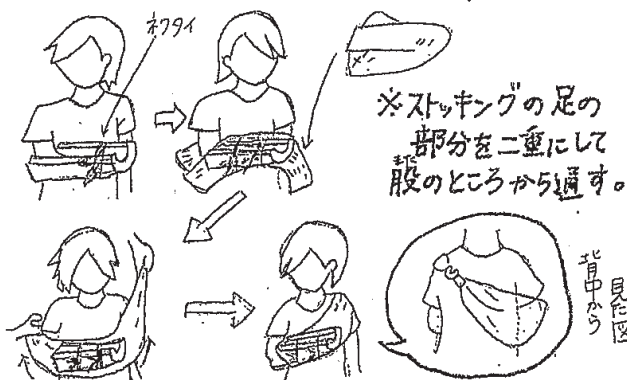
① 結び目は傷の上をさける。

① 顔色を見ながら行い、強く固定しないよう気をつける。 などなど

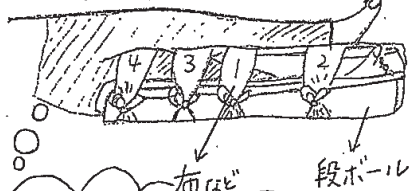
☆ 手首や前腕の骨の骨折 例) ふろしき・三角巾



例) 新聞紙や雑誌・ネクタイやストッキング



☆ 下肢の骨折



骨を折ったときは
無理に動かさない
ようにする。

固定の効果を

- ① 患部の痛みを和らげる
- ② 出血を防ぐ
- ③ 患部の動揺を防ぐ

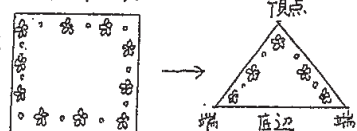
傷がある部位は
重くかさない方がいいよ!!!

患部とは
傷のある部分
だよ。

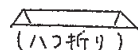
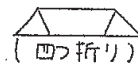
ふろしきの使い方

・開き三角巾

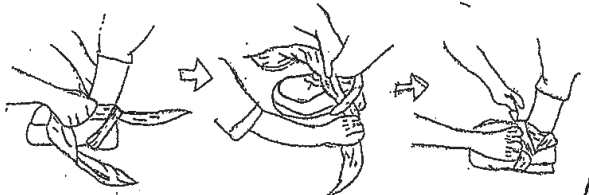
1辺の長さ1m以上



・たたみ三角巾



☆ 足首ねんざの固定法



ねんざとは??

スポーツをしているときや転んだときに
ひねって関節部分を傷つけてしまうケガ

(6) けがの応急処置

① 包帯法

- 包帯は、きずの保護と細菌の侵入を防ぐために行う。
- できるだけ清潔なものを用いる。
- きずを十分に覆うことのできる大きさのものを用いる。
- 出血があるときは、十分に厚くしたガーゼ等を用いる。
- きず口が開いている場合などは、原則として滅菌されたガーゼを使用し、脱脂綿や不潔なものを用いてはならない。
- 滅菌ガーゼを扱うときは、清潔に扱う。
- きず口が土砂などで汚れているときなどは、きれいな水で洗い流すなど清潔に扱う。
- 滅菌された材料は有効期限に注意する。

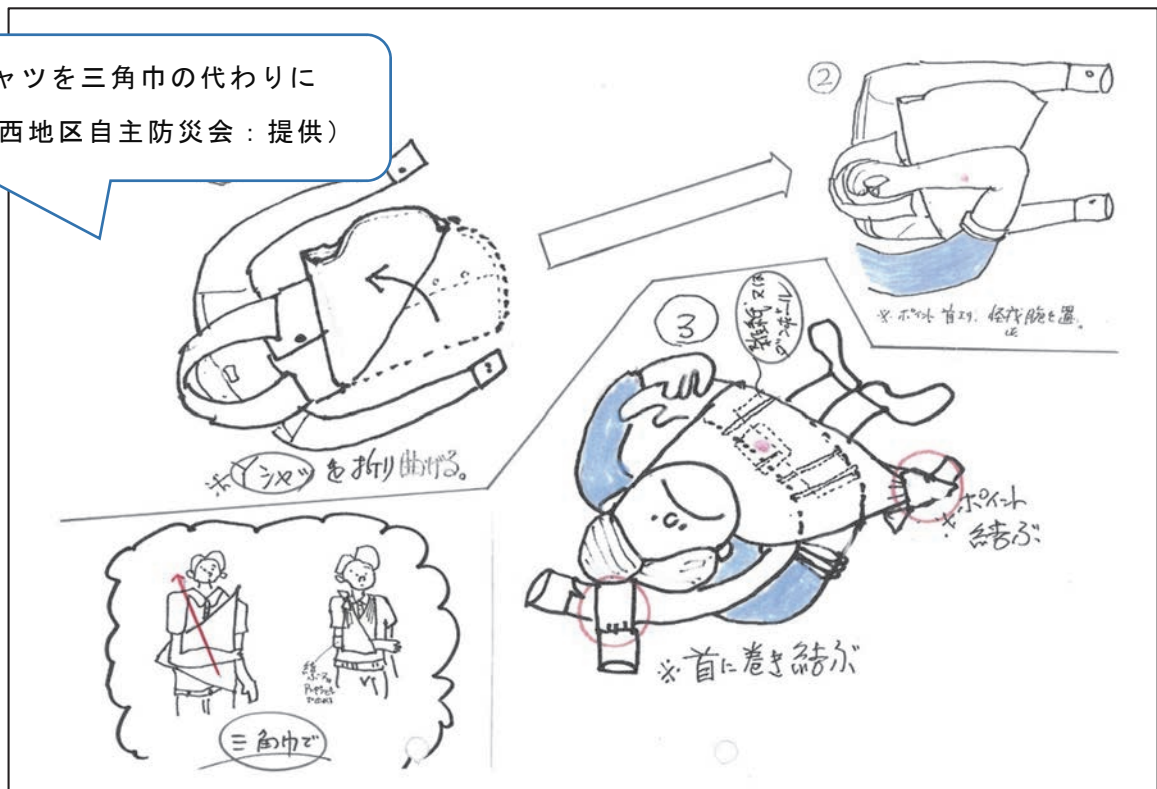
ポイント

- ・包帯は強く巻くと血行障害を起こすので、注意して巻く。
- ・包帯の結び目は、きず口の上を避けるようにする。

② 三角巾

- 体のどの部分にも使用できる。
- きずの大きさにとらわれずに使用できる。
- きず口にはガーゼ等を当ててから、三角巾を用いるようにする。

Yシャツを三角巾の代わりに
(川西地区自主防災会：提供)



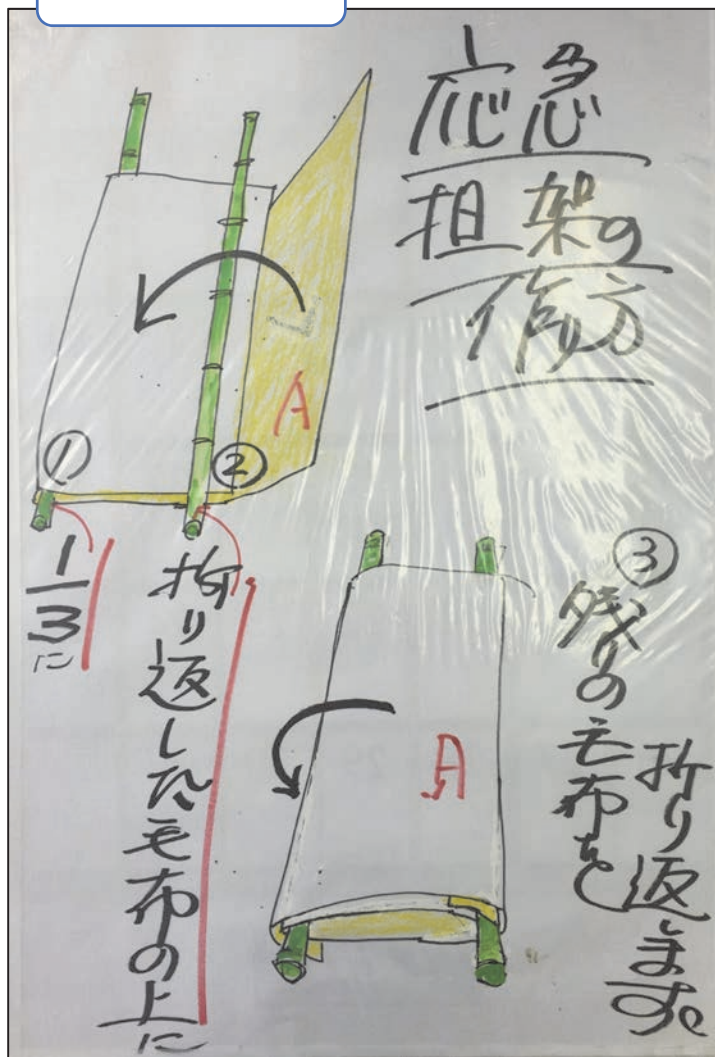
(7) けが等で動けない人の搬送訓練

傷病者の搬送は、応急手当がなされた後に行うものである。傷病者に苦痛を与えず安全に搬送することが大切です。

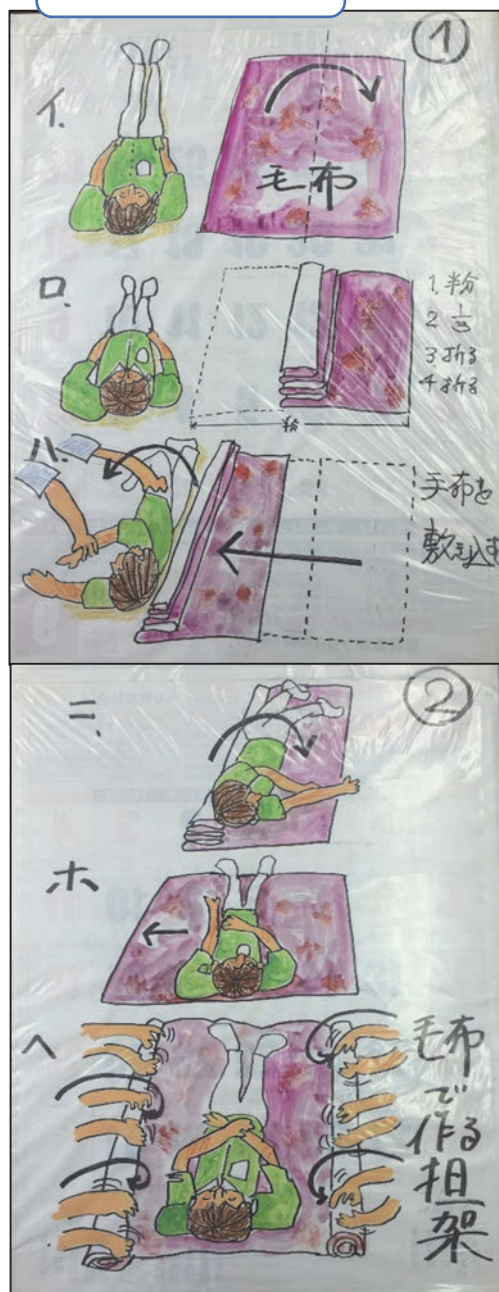
① 担架搬送法

担架搬送は、傷病者の応急手当を行った後、保温をして、原則として足側を前にして搬送する。搬送中は、動揺や振動を少なくする必要があります。

応急担架の作り方



担架まで運ぶ方法



②徒手搬送法

担架等が使用できない場所で事故現場から他の安全な場所へ緊急に移動させるために用いられます。

ポイント

・徒手搬送は、いかに慎重に行っても傷病者に与える影響が大きいことを認識して、必要最小限度にとどめてください。

【1名で搬送する方法】

- 背部から後方に移動する方法で、おしりをつり上げるようにして移動させる。
- 背負って搬送する方法で、傷病者の両腕を交差または平行にさせて、両手を持って搬送する。
- 横抱きで搬送する方法で、小児、乳児や小柄な人は横抱きにしたいほうが搬送しやすい。
- 毛布、シーツを利用する方法で、傷病者の胸腹部を圧迫することが多いので注意する。



ポイント

- ・傷病者の状態、けがの部位や病気の種類により、最も適切な方法で運ぶ。
- ・やむを得ない場合にとどめ、努めて複数の者による搬送を心がけてください。

【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（図 73）
- 手を組んで搬送する方法（図 74）

ポイント

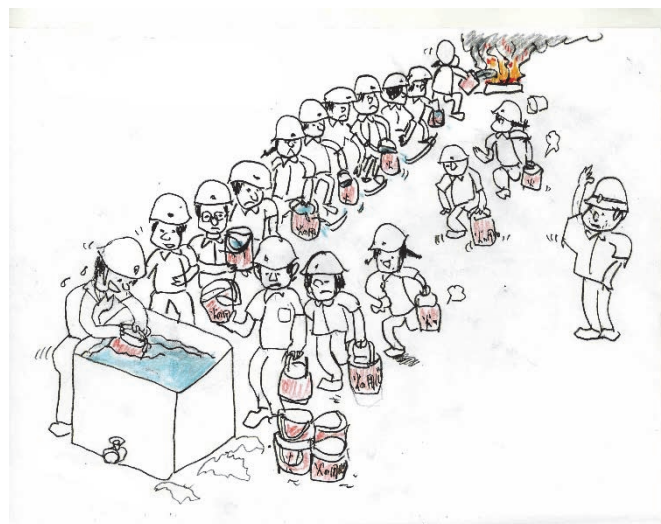
- ・傷病者の首が前に倒れるおそれがあるので、気道の確保に注意する。
- ・2名がお互いに歩調を合わせ、搬送に際して傷病者に動揺を与えないようにする。



【3名で搬送する方法】

- 3名で搬送する場合の注意事項
- ・足側の膝をつき、頭側の膝を立てて折り膝とする。
- ・両腕を傷病者の下に十分入れる。
- ・3名が同時に行動する。





5 初期消火訓練

(1) 何のために行う

火災による被害の大小は初期消火で決まります。そのためにも、初期消火で重要な正しい消火器の使い方を理解しておくことが大切です。

(2) 消火器を使用した訓練

大掛かりな設備が不要で、繰り返し使用できる訓練用の水消火器を活用した消火訓練です。最寄りの消防署に相談してください。

使用方法是ホースを引き抜く、安全ピンを抜き取る、レバーを握る、の3つの動作です。

(3) バケツリレーでの消火訓練

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



注意

- ・バケツの取手部を両手で持つ者と、バケツの柄を両手で持つ者で、ぶつかり合わないようにして手渡す。
- ・見学者は火元から 10m 以上離す。
- ・予備として消火器を用意する。
- ・訓練にあたっては、消防署員、消防団員、地域防災指導員などの指導を受けること。



(4) 消火器の種類、期限切れ消火器は更新

消火器の種類

消火器には、火災の適応表示がありますので、火災の種類に適した消火器を選びましょう。

- ・普通火災 白色 木材、紙、布などが燃える火災用
- ・油火災 黄色 灯油、ガソリンなどが燃える火災用
- ・電気火災 青色 電気設備などが燃える火災用

業務用消火器は、住宅用消火器には、使用期限（期間）があります。使用期限を過ぎた消火器は速やかに更新しましょう。

現在お持ちの消火器を廃棄する場合は、「既販品用消火器リサイクルシール」を指定引取場所あるいは特定窓口（消火器販売店等）で購入し、消火器に貼り付け、特定窓口や指定引取場所へお持ちください。

なお、2010 年 1 月以降に製造されている消火器は、消火器リサイクルシール付で販売されています。詳しくは消火器リサイクル推進センターのホームページをご覧ください。

6 水防訓練

土のう作り、積み方

水害時の事前応急対策などとして、土のうが用いられています。

①必要なもの

- ・土のう袋(ビニール・合成繊維等)(70 cm×40 cm程度)
- ・スコップ



②手順

- ・多量に作る作業となるため、スコップの持ち方や姿勢は自分の“得手”となる形にしてください。
- ・土のう袋を持つ相手も安定した姿勢とし、片足をつき、土のうの口は両手で持ち(片方の手はひもの部分を持つ)、やや斜めにスコップから土砂が入りやすい格好にしてください。
- ・スコップの大きさにもよりますが、6～7杯の土砂を入れると、約7から8割になり、30 kgぐらいになります。
- ・しぼり口を両手で持ち、土のうを起こしながら口を上に向け、袋の端に出ている2本のひもを引きます。
- ・袋の口を強く絞り片手で握り、握った手の親指を伸ばし、その上を絞ったひもで2回まわします。
- ・親指を抜いたところへ、上から下にひもを通します。
- ・ひもを下にひきながら占めて、最後は土のうの重さを利用して、上に引き上げると確実に締まります。

③土のうの積み方は、設置場所や堤防の損害状況により様々な工法があります。消防団や最寄りの土木事務所に相談し、訓練への協力を得て、積み方の体験をしてください。



(1) 何を作るのか、何が作れるのか

災害時において、限られた食材や支援物資等で作れるものは限られています。また、日常の生活と違って、大型の釜や鍋などの普段使い慣れていない調理器具を使い、大量の調理を行うのは難しくなります。事前に何が作れるかを検討することや、器具類の使用に慣れておくことは大事なことです。おにぎりやみそ汁、カレーなどの調理を訓練で実践しましょう。

(2) 必要なものは

釜・飯ごう・大鍋・保温食缶・米・みそ・具材・割りばし・うちわ・まき・ガスコンロ等

① 給食・給水班

手を洗う、三角きんをかぶるなど、参加者の衛生面に注意するなど、給食・給水班が中心となって活動を行う。

② 避難所を想定したテントやテーブルなどを設置する。

③ おにぎり・みそ汁などを作ってみる。

・釜や飯ごう・大鍋などを使用した炊き出し方法を覚えよう。

・被災後の衛生状態の悪い中で、大勢の人に配給することを考え、手や調理器具の洗浄をしっかりと行う。

・普段と違う燃料を使った調理となるので、燃料、水加減、火加減などについての実技習得が必要。

④給食容器の選定に留意し、適当数量の備蓄をしておきましょう。

⑤市・町など公的機関からの救援物資の配給計画を立てましょう。

・救援物資の受入れと配給をスムーズに行えるよう、配給計画を作成する。

・自主防災組織単位の代表者に配給し、混乱を防ぐ。

⑥給水拠点や給水方法を決めておきましょう。

・事前に給水車による給水拠点を決めておく。

・給水車からの給水方法を訓練しておく。

・地域内の井戸などの飲料水を確保できる場所も調査しておく。

⑦要配慮者やアレルギー保持者への配慮を忘れない

・災害時要援護者に配給が届かないおそれがありますので気をつけてください。

・避難生活が長期になる場合、メニューへの配慮も必要です。

・食物アレルギーのある人への配慮も必要です。

◎事例紹介

川西地区自主防災会（丸亀市）

炊き出し訓練で使用している
レシピ

災害時には、このレシピ通りの
の食材が確保できるかは分かり
ません。そのときある食材・調
味料を活用してください。

〈 災害用 〉 炊き出しマニュアル



丸亀市川西地区自主防災会

豚 汁 (100 人分)

(食材)

豚肉	5 kg	昆布	100 g
大根	5 本	白みそ	500 g
人参	10 本	中みそ	1 kg
ゴボウ	4 本	みりん	
ブナシメジ	10 P	薄口しょうゆ	
シイタケ	5 P	塩 少々	
サツマイモ	5 ケ	和風だし	
コンニャク	5 丁	水 約 30 ℓ	
油あげ	5 枚		
太ネギ	10 本		
細ネギ	2 束		

(特記事項)

ゴボウ・太ネギ・細ネギ以外の材料と昆布・和風だしを鍋に入れて煮る。材料が煮える頃、ゴボウ・太ネギ（白い部分）を入れ、沸騰すれば白みそ・中みそ・調味料で味を調える。



み そ 汁 (100 人分)

(食材)

とうふ	5～10 丁
油あげ	7 枚
ワカメ	
中みそ	1.5 kg～
和風だし	200 g
細ネギ	2 束
塩	少々
※とうふ、油あげ、ワカメ	
※そーめん、油あげ	
水	約 20 ℓ～

(特記事項)

水を沸かし、和風だし・とうふ・油あげを入れて、沸騰すればみそで味を見る。ワカメ・細ネギは、出来上がりに入れてもいいが、器に入れておいても良い。



カ レ ー ル ー (100 人分)

(食材)

豚肉	4 kg
玉ネギ	6 kg
じゃがいも	4 kg
人参	2 kg
水	13 ℓ
カレールー（固形）	2 kg～

※サラダ油
※コンソメ
※カレー粉



(特記事項)

豚肉・玉ネギ・じゃがいも・人参をサラダ油で炒めて、水を入れ煮る。材料が煮えれば、カレールーを入れる。
※水の分量により、カレールーを増減する。



牛井 〈豚井・親子井〉 (100 人分)

(食材)

牛肉	5 kg
玉ネギ	7 kg
人参	2 kg
糸コンニャク	10 袋
太ネギ	20 本
※ブナシメジを入れても良い	
しょうゆ	1.5 ㍺
みりん	500ml
砂糖 (ザラメ)	1 kg
酒	少々
和風だし	少々
塩	少々
水	15~20 ㍺

(特記事項)

牛肉・玉ネギ・人参・糸コンニャクを炒め、水を入れて材料を煮る。太ネギを後から入れて、調味料で味を調える。



芋 炊 き (100 人分)

(食材)

かしわ	5 kg
里いも	10 kg
大根	5 本
人参	10 本
ゴボウ	5 本
ブナシメジ	10 P
太ネギ	10~20 本
サツマイモ	5 個
油あげ	7 枚
コンニャク	7 枚
イカゲソ (冷凍)	1 kg
※手に入れば...	
薄口しょうゆ	500 cc
濃口しょうゆ	200 cc
だししょうゆ	200 cc
みりん	300 cc
料理酒	200 cc
和風だし	100 g
鶏ガラスープ	100 g
塩	少々

(特記事項)

かしわ・大根・人参・コンニャク・イカゲソ・油あげを水に入れて炊く。沸騰してから、ゴボウ・ブナシメジ・太ネギ (白い部分)・鶏ガラスープを入れる。材料が煮えると調味料を加え塩で味を調える。



米 炊 き

米
1 升 1.5 kg



1 斗 15 kg

水
約 ~~28~~ ㍺
18㍺

約 ~~28~~ ㍺
18㍺

(特記事項)

新米、古米によって水の加減が多少変わる。

水の分量、材料の分量、調味料の分量はすべて応用をきかせながら作る。



(3) 事例紹介

太田地区自主防災組織連絡会（高松市）

実施場所 高松市立太田小学校

①実施計画：会場となる学校や、参加機関である消防署や消防団とよく協議する。

平成２７年度 太田地区防災訓練実施計画

1 目 的

太田地区コミュニティ協議会、太田地区自主防災組織連絡会が、太田地区住民を対象に大規模災害（風水害・地震災害）を想定した訓練を実施し、災害時に地域住民が行わなければならない行動等を習得するものです。

2 日 時

平成２７年１１月７日（土曜日） ８時３０分（開始）～１２時：００分

3 場 所

高松市伏石町８４５－１ 高松市立太田小学校

4 参加機関と人員

（１） 太田校区住民（自主防災会員を含む）	約 ９００名
（２） 高松市消防団太田分団	１５名
（３） 高松市南消防署	２０名

5 訓練内容

（１） 避難訓練および参集訓練

- ・ 各自治会（自主防災会）の一時避難場所に集合し、その後、指定避難場所（太田小学校）の運動場へ参集する。
- ・ 地震災害対応訓練（参加者が４班に分かれ、各班が巡回実施する）

①水消火器・バケツリレー

②起震車

③煙体験・土のう作り

④体育館（AED、応急手当、簡易担架作り方等）

（２） 太田分団放水訓練

（３） 炊出し訓練の試食

- ・ おにぎり・お汁の試食後、流れ解散する。

6 留意事項

- （１） 雨天決行
- （２） 司会進行は、太田地区自主防災組織連絡会が行う。
- （３） 当日の事前広報は、太田分団が行う。
- （４） 事故防止（特に交通事故）には細心の注意を払う。
- （５） 各訓練時間は時系列を厳守する。
- （６） 学校の施設等を汚損または損傷しないよう注意する。
- （７） 署・分団にあつては、災害発生時には訓練を中止し、災害出動を最優先する。
- （８） 駐車場がありません。徒歩または、自転車で参加してください。

②住民へ参加のお願い。

太田地区では、下記のような案内チラシを作り、各自治会で回覧しています。

平成27年度 太田地区防災訓練

○日 時 **平成27年11月7日(土)** 午前9時受付開始

午前9時30分～12時 (雨天決行)

○訓練場所 **太田小学校** 運動場および体育館

- ・9時30分までに太田小学校グラウンド本部テントにて受付を済ませてください。
- ・一時避難場所に集合してから団体で避難する自治会は、**避難者カード**記入の上、受付にご提出ください。
- ・会場周辺には駐車場がありません。車でのご来場はご遠慮ください。

○訓練内容 **地震災害(大規模災害)を想定した訓練**



運動場

- ・避難訓練
- ・人員報告
- ・消火訓練
- ・バケツリレー
- ・起震車の体験乗車
- ・煙体験コーナー
- ・土のう作成訓練
- ・消防車・救急車の展示

体育館

- ・避難所開設訓練
- ・パーティション
- ・防災資機材展示
- ・AED 取扱い
- ・応急手当等コーナー
- ・簡易担架作成
- ・簡易スリッパの作り方
- ・非常炊き出し訓練
(おにぎり、お汁)

※訓練当日、会場周辺の皆様には、訓練参加の車両の往来や訓練広報など何かとご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしく申し上げます。

○主催：太田地区コミュニティ協議会【太田コミュニティセンター】867-1139

太田地区自主防災組織連絡会【太田中央コミュニティセンター】867-3396

※回覧に添付して、参加者は氏名を記載する。

平成27年度 太田地区防災訓練参加者

平成27年11月7日

番号	氏 名	団体(自治会名等)	性 別	65歳以下
1			男 女	☐
2			男 女	☐
3			男 女	☐
4			男 女	☐
5			男 女	☐
6			男 女	☐
7			男 女	☐
8			男 女	☐
9			男 女	☐
10			男 女	☐
11			男 女	☐
12			男 女	☐
13			男 女	☐
14			男 女	☐
15			男 女	☐
16			男 女	☐
17			男 女	☐
18			男 女	☐
19			男 女	☐
20			男 女	☐
	男性	人、女性	人、合計	人
			65歳以下	人、65歳超
				人

事前訓練の実施

訓練実施の前に役員が集まり、訓練手法などの技術習得を目的とした事前訓練を実施しています。事前訓練では、管轄の消防職員による指導を受けています。

③ 訓練の実施

訓練のスケジュール

訓練時系列

H27.11.7

時間	スタッフ集合	地震発生	学校に集合											解散	組 織	担 当 者	備考	
	8:00	8:30	8:40	9:00	9:30	9:50	10:15	10:40	11:05	11:30	11:40	12:00						
訓練種目	事前広報		広報											太田分団				
	避難訓練		安否確認	各集会所、コメン												地域住民		
	避難所設営		体育館ステージ上で発電機&投光器点灯、パーテーション														写真	
	受付			受付												写真		
	来賓挨拶、主催者説明				運動場									来賓、自主防会長				
	①水消火器・バケツリレー消火訓練	運動場					9:50～11:30 各班25分×4回ローテーション									写真		
	②起震車体験	運動場					9:50～11:30 各班25分×4回ローテーション									写真		
	③煙体験 土のう作成	運動場					9:50～11:30 各班25分×4回ローテーション									写真		
	④AED、応急手当 簡易担架作成	体育館					9:50～11:30 各班25分×4回ローテーション									写真		
	炊き出し訓練				炊き出し訓練 中庭											写真		
消防団放水訓練											放水		太田分団		写真			
集合・講評												運動場	南消防署長、来賓、自主防会長		写真			

※ 各訓練時間の25分には、訓練参加者の移動時間を含む。

※ 訓練ローテーション

①水消火器・バケツリレー消火訓練(運動場)

1班 → 2班 → 3班 → 4班

②起震車体験(運動場)

2班 → 3班 → 4班 → 1班

③煙体験、土のう作成(運動場)

3班 → 4班 → 1班 → 2班

④AED、応急手当、簡易担架作成(体育館)

4班 → 1班 → 2班 → 3班

太田地区防災訓練進行要領

(進行 事務局)

8時30分 地震発生 避難開始(一時避難場所)

9時00分 太田小学校指定避難所受付開始

9時30分 開会式 開式の辞 太田地区コミュニティ協議会
太田地区自治会連合会 会長 高橋一成

9時40分 太田地区自主防災組織連絡会 会長 中村 隆から

震災の規模と被害状況の説明を行います

本日は、太田地区防災訓練に参加をいただきありがとうございます。

災害が発生した時に私たちが最低限取らなければならないとされている活動の基礎的な訓練を、消防職員、消防団員、自主防災会員の皆様からご指導いただきます。

短い時間ではありますが、皆様の積極的な参加で意義あるものになりたいと思っています。

★シェイクアウト実施

今回の訓練は、1、消火訓練とバケツリレー

2、起震車の体験乗車

3、煙体験コーナーと土のう作り

4、体育館内でのAED、応急処置、簡易担架作成

4コーナーをローテーションで実施します。

また、各班には、班長・指導者が、ヘルメットと腕章を着用して担当します。班長の指示に従って訓練を開始してください。

9時50分

ただ今から、各班ごとに訓練を開始します。(班長の指示に従ってください。)

各種目の訓練時間は20分、移動時間は5分をお願いします

9:50 10:15 10:40 11:05

10:15 10:40 11:05 11:30

1班・・・(消火訓練・バケツリレー) → (起震車) → (煙体験・土のう作り) → (体育館)

2班・・・(起震車) → (煙体験・土のう作り) → (体育館) → (消火訓練・バケツリレー)

3班・・・(煙体験・土のう作り) → (体育館) → (消火訓練・バケツリレー) → (起震車)

4班・・・(体育館) → (消火訓練・バケツリレー) → (起震車) → (煙体験・土のう作り)

11時30分

高松市消防団太田分団による、放水訓練を実施します。

11時40分

以上で、すべての訓練を終了しました。ただ今から、講評および閉会式を行います。

始めに集合した時にお集まりください。

講評

※ 始めに、高松市南消防署 署長、多田 清 様 お願いいたします。

ありがとうございます。

※ 高松市立太田小学校 校長、越智 久功 様 お願いいたします。

ありがとうございます。

閉会式 閉会の辞 太田地区自主防災組織連絡会 副会長 高橋 正

以上で、本日の防災訓練は、すべてを終了させていただきます。

{お疲れでした。}

非常食のおにぎりとお汁の準備ができています。

参加者の皆さん、是非召し上がって帰り下さい。

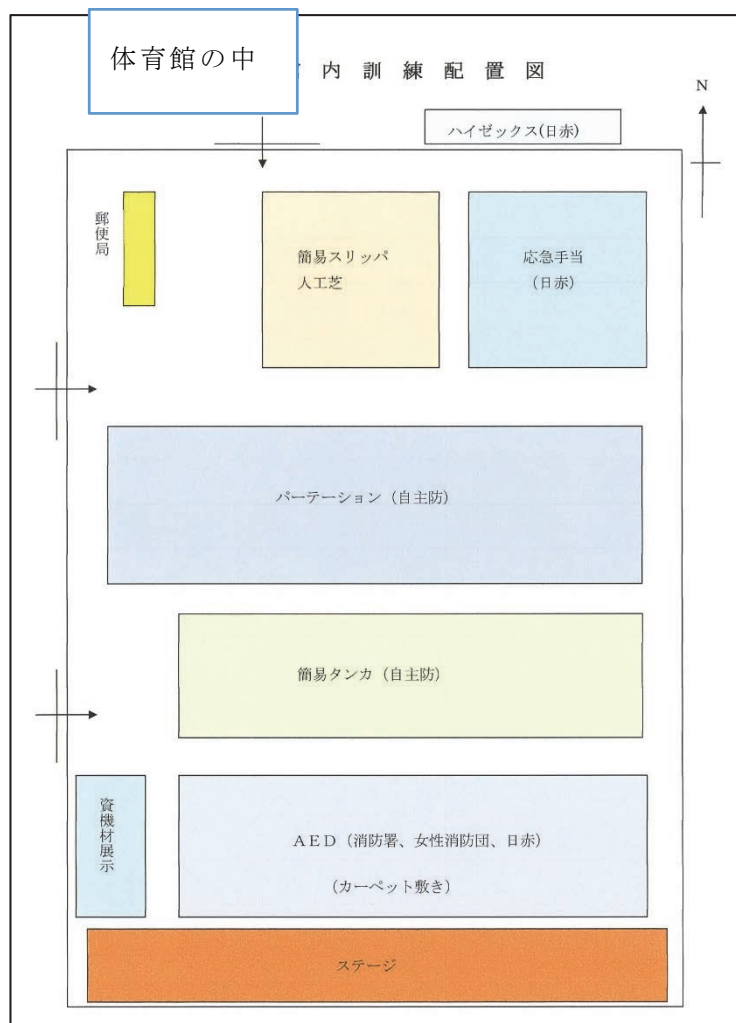
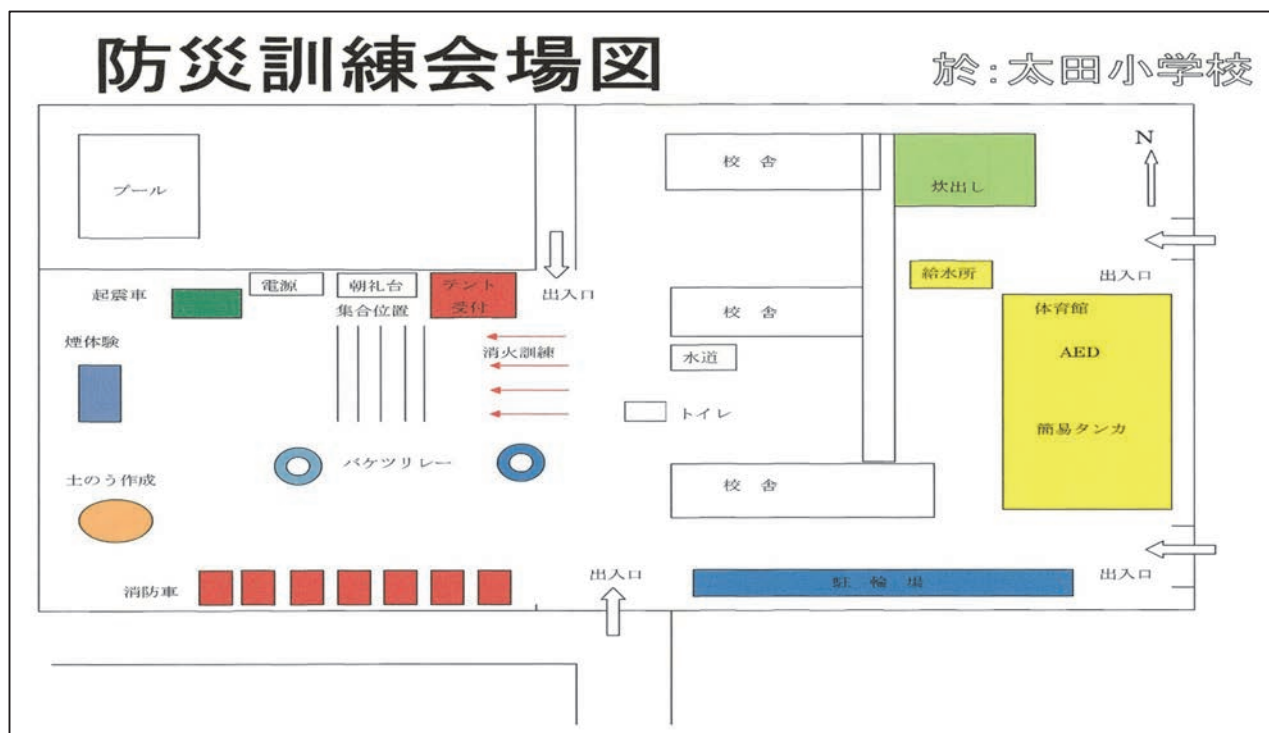
なお、自主防災組織の結成時に助成された防災資機材を展示してございますので、合わせてご覧下さい。

本日の、訓練に参加いただきました皆様、大変お疲れ様でした。

今日の体験を、「いざという時」に役立ててください。

どうぞ、お氣をつけてお帰りください。

会場の配置図



スムーズな訓練進行のため、各班の参加者に行程表を配布している。

8 災害図上訓練（D I G）

(1) 災害図上訓練で地域のことを知ろう

- ・この訓練は、参加者が大きな地図を囲み、地図に書き込みをすることで、自分たちの地域の危険箇所などを知ることができ、住民の防災意識の向上にもつながります。
 - ・決まったルールがなく簡単で、経費もほとんどかかりません。
-

(2) 事前準備

○準備物

- ・地図（住宅地図等）
 - ※住宅地図や都市計画図などを利用。
 - ※地図は畳2枚量（1.8m×1.8m程度）が目安。
 - ※縮尺はテーマや参加者等に応じて決める。小・中学校区といった範囲なら、縮尺1/1,500～1/5,000程度。ただし、実際に地図を見てから決めること。拡大コピーをしてつなぎ合わせた方がいい場合もあります。
 - ・透明シート
 - ※地図の上に被せ、油性ペンで書き込みに使います。
 - ※透明シートはホームセンターや写真店、梱包用品店で取り扱っています。
 - ・文房具類
 - ※テープ、模造紙、名札、ハサミ・カッター、定規、12色油性ペン、ドットシール（大小多数）、付箋、白紙、色押しピン、ベンジン（修正液）ティッシュペーパー
 - ・テーマや参加者に応じて用意するもの。
被害想定データ・避難所情報
（県のHP（かがわ防災ポータル）や市町ハザードマップで確認。）
-

(3) 役割分担

- ・参加者（10名単位）を、進行係（1名）と補助係（1名）、プレイヤーに分ける。
- 進行係：全体の企画、進行、講評等
補助係：進行役の補佐をする人
プレイヤー：地図を囲む参加者

(4) いよいよ D I G を

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

参加者は名札をつけ、自己紹介などにより討論しやすい雰囲気づくりをしましょう。防災活動歴や被災体験談などを交えてもよい。

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

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

用意された地図をたたみ 2 畳分につなぎ合わせます。

テーマに応じて様々な防災関係条件を書き込みます。

- ① 交通施設（特に道路）、河川等の線状のもの
- ② 役所、病院、消防署、公園（避難地）などの防災施設
- ③ 危険な場所（津波や山・がけ崩れの危険予想地域など）
- ④ 住宅密集地域、古くからの住宅が多い地域
- ⑤ 災害時要援護者が多く在住する地域
- ⑥ 被害想定、表層地質図 など

ポイント

- 条件に応じて色を使い分ける。色の使い方は一定のルールがあった方がよい。
- 広い場所は外周を囲む。
- 特に重要な場所は名称等を記載する。
- 粘土や押しピンを使って立体的に表示してもよい。
- 方位や表示凡例を記録する。
- 透明シートを複数利用すると多くの条件の書き込みが可能。
- 各地域にあった道具や方法を工夫して誰でも一目でわかるようにするとよい。
- 書き込みは全員で行う。テーブルの上に乗っても構わない。書き込みしながら 状況を整理する。
- 参加者は想像力を膨らませて災害時の対策や事前の対策を考える。
- できあがった地図を見ながらテーマに応じた意見交換を行う。
- 参加者自らが課題を認識し、自然に議論が深まっていくのが理想的な姿であるが、初期の段階では具体的な課題を提示し、その解決策等について考える。
- グループごとに話し合われた内容について発表する。
- 様々な意見交換により情報が共有され、参加者の考えがより深まる。
- アドバイスができる立場の人がいれば、成果発表の内容や、参加者の取組等について講評してもらうとよい。

D I G による効果

- ・ 地図との対話によって、地域をより深く理解できます。
- ・ 参加者の間に連帯感が生まれ、信頼関係が育まれます。
- ・ 分野が異なる参加者とも連携や交流が図れます。

9 避難所運営訓練（HUG）

(1) 事前に準備するものは？

避難所に見立てた間取り図（用紙・台紙）、セロハンテープ、筆記用具、メモ用紙、避難世帯カード（イベントカード含む）、グループ分け名簿できればホワイトボード、簡単自己紹介用紙（アイスブレイキングシート）

(2) 準備開始！

会場設営（DVDやパワーポイントが投影できる設備があるとよい）

参加者のグループ分け（1グループ6～10人）→参加者名簿作成

各グループにツールセットを配備

いよいよHUGを開始！

①進行役による概要説明、手順説明

（注）避難世帯カードは進行役の指示があるまで、参加者が勝手に見たり、順番を変えたりしないように注意する。

②各グループに、避難所に見立てた間取り図を完成させる

（注）間取り図の中には教室図も含まれているが、実際の避難所の中には教室は使用できないところもあるが、HUGではあくまでゲーム（仮想）上のものであることを参加者に理解してもらうとよい。

③各グループに自己紹介、アイスブレイキングシートを使っての雰囲気づくり

④ゲーム（想定する災害）の設定条件の説明、情報共有化

⑤避難世帯カード（イベントカード含む）1番から15番まで一度に読み上げて、入所のイメージづくりを行うとともに、受付場所や体育館内の通路の配置を決める

⑥イベントカードの情報などを掲示するホワイトボードや記録用メモ用紙を用意

⑦16番以降のカードを次々と読み上げて、各グループに入所や対応策を検討

（注）カードの読み上げは、進行役が行っても、各グループ読み手を決めて行ってもよい。手順説明の際に進行役がいずれかを決めておく。ただし、各グループに読み手を決めて行う場合は、グループによって進度に格差が発生する可能性がある。

⑧カードがすべて終了するか、あらかじめ決めておいた時間が到来した時点で、入所や対応策の検討を終了

⑨全員で意見交換や質疑応答などの反省を行い、進行役が総括

（参考）入所方法や対応策に問題があったグループについては、積極的に他のグループの事例や進行役のアドバイスを聞くなどして、よりよい方策を習得することが望ましい。

標準的な所要時間は？

① 20～30分

②～③ 10分程度

④～⑥ 15分程度 全体で 2時間～2時間半

⑦ 60分程度

⑧～⑨ 15～30分

HUGセットについて

HUGで使用する避難世帯カードや避難所の見取り図、進行マニュアル（DVD）などのツールセットは、静岡県作業所連合会販売施設「みんなのお店『わ』」（TEL054-272-3730）にて、1セット（4組）6,700 円で販売しています。

第Ⅳ章 災害発生時の防災活動

第１節 地震発生時の自主防災活動

１ 災害に備えた時系列行動計画（タイムライン）の作成

(1) タイムラインって？

タイムラインとは、台風が発生してから上陸するまでの数日間を使って、事前に防災行動を行い、被害の防止や発災後の早期復旧を実現するアメリカ発祥の防災計画です。

・平成24年10月29日、「ハリケーン・サンディ」は、ニュージャージー州に、最大風速36m/秒の勢力を保ったまま上陸し、米国史上最大の都市災害をもたらしました。

・ニュージャージー州のバリアアイランドでは、時間軸に沿った動計画（タイムライン）を実践することにより、早めの対応が功を奏し、死者は発生しませんでした。

・ニューヨーク市では、タイムラインに沿って、事前に地下鉄車両の退避や機器類の事前撤去を行うことにより、早期に復旧し、被害を最小限に留めました。

タイムラインによる、「早め早めの防災行動が減災に繋がり命を守った」ことにつながった事例です。

(2) 地域の災害予測に応じたタイムラインの作成

大規模な地震が発生した場合、どのような事態がおこり、何をすべきなのかを時間の経過とともに想定し、自主防災組織の活動を事前にシミュレーションしたタイムラインを作成しておくことにより、発災時に、タイムラインを中心に活動を展開することができ、被害の軽減につながります。

「人の命が一番」を基本に

- ・ 防災機関・地域・住民が一体となった防災・減災対応ができる仕組み作り。
- ・ 防災関係機関の詳細な情報共有ができる仕組み作り。
- ・ 住民の守り手を守る仕組み作り。
- ・ 自助・共助の連携が強固な地域づくり。

（参考）南海トラフ地震時のタイムライン作成事例

時間	状況	個人の行動	自主防災組織の活動
地震発生 ～	緊急地震速報 大きな揺れ	机の下などで身を守る。	
4分後(仮) ～	揺れが収まる	・ 火元の確認 ガスの元栓を閉める 電気のスイッチ・ブレーカーを切る ・ 火災が発生した場合はあわてず消火活動（大声で家族に知らせるとともに、近所の助けを求める） ・ 家族の安否確認	・ 出火防止の呼びかけながら、本部に移動 ・ 移動中に発見した火災の初期消火活動 ・ 移動中は、けが人や行方不明者の確認を行う ・ 避難行動要支援者の状況把握及び避難支援の実施

		・脱出口の確保 ・浸水、土砂災害の危険地域は即避難開始	
6 分後 ～	地震の確認 避難開始	・ラジオなどで地震の規模などを確認 ・避難が必要な場合は、避難の準備 ・ガラス片などに注意しながら、屋外へ避難 ・倒壊した家屋やブロック塀、電柱などに注意しながら集合場所へ避難開始 ・隣近所に声をかける ・火事が発生していたら大声で知らせる。(消火の手伝い)	
10 分後 ～		・自主防災組織に協力し、消火や救助活動、応急救護活動	・自主防災組織災害本部の設置 ・地域の災害状況の把握を行うよう情報班へ指示 (けが人や行方不明者、火災・倒壊家屋の把握) ・時間帯によっては、地域の事業所等への協力要請 ・消火、救出・救助用資機材等の搬出及び消火、救助活動 (消防の協力が必要な場合は消防への通報) ・応急救護活動 (病院や救護所への搬送) ・市町に地域の状況を正しく伝えとともに、市町から得た情報を住民に正しく伝える
数時間後 ～	避難所 (指定 緊急避難場所)	・ルールを守って避難生活 ・津波浸水地域では、津波注意報が解除になるまで動かない ・ラジオなどから被害状況の正しい情報を入手 ・壊れた家には絶対に入らない	・市町と協力した避難所の開設、運営 ・避難所の安全・安心の確保 ・要配慮者への対応

2 災害応急活動のための情報収集及び伝達

(1) 地域内の被害状況の早期の確認

人的被害や建物被害、道路・ライフライン等の被害状況や火災発生の状況を迅速に取りまとめ、市町の災害対策本部に報告することが、被害の増大を防ぐことにつながります。

(2) 情報収集及び伝達のポイント

- ①情報収集は、迅速に行うことが重要です。そのためには、事前に確認場所を決めておきましょう。記入フォーマットを事前に作成しておけば、必要な情報を適格に把握できます。
- ②警察や消防は、大規模災害時には、すぐに現場に出動出来ない場合もありますが、必ず通報してください。負傷者の情報や火災の情報は、通報がないと把握されません。
- ③被害報告を受けた情報班長は、市町災害対策本部などの防災関係機関に報告します。道路遮断等により確認ができない地域がある場合は「〇〇により情報収集不可能地域」と伝えましょう。また、被害がない場合も「被害なし」と必ず報告してください。市町が災害の全体を把握するため、皆さんからの情報が重要です。
- ④同報無線や市町の広報車、ラジオなどで、被害の正確な情報を確認し、地域の住民に伝え、デマや情報の錯綜等による混乱が起きないようにしましょう。

3 被災者の救出・救助活動

(1) 早期の救出・救助活動

大地震発生時には、住家の倒壊による生き埋めや転倒した家具の下敷きになる被害が多く発生すると予想されますが、生死を分けるのは迅速な救出・救助活動です。消防等の防災関係機関だけでは、救助には多くの時間を要し、被害を最小に防ぐことはできません。そのためにも、迅速な救出・救助活動を、自主防災組織が中心となって行ってください。

(2) 救出・救助活動のポイント

- ①自分の安全を確認する。
- ②大きな声で呼びかけ、負傷者等がいらないか確かめる。
- ③被害を受けた人を発見したら、救出するための人を集める（2次災害を防ぐためにも、人が見える場合は5～10人、見えない時は20人位は必要）
- ④ノコギリ、ハンマー、バール、ジャッキ、ロープなどの資機材で救出する。
- ⑤大規模な救出作業が必要な場合は、チェーンソーやエンジンカッターなどの資機材を利用し、必要な場合は速やかに消防機関などの出動を要請する。また、すぐに救出できない場合は、被災者の埋没位置や人数などを正確に把握しておく。

4 初期消火活動

地震による火災発生を防ぐためには、各家庭における防火対策が最も重要ですが、もし、火災が発生した場合には、自主防災組織が協力して初期消火活動にあたりましょう。

ただし、初期消火活動はあくまで火災の延焼防止のために行うものですので、決して無理はしないように注意してください。消防団員や消防署員が到着したらその指示に従うようにしましょう。

5 医療救護活動

大地震発生時には、多くの負傷者が出ますが、すぐに医療機関での治療が受けられるとは限りません。負傷者を発見した場合は、まず適切な応急手当を行ってください。また、重傷患者や中等傷患者は救護所等の医療救護施設に搬送するようにしてください。

救護所が設置される場所は、事前に市町に確認してください。

6 避難・避難誘導

災害時に、自分の地域にどのような危険があるかを知って避難しなければ、二次災害に巻き込まれる可能性があります。危険箇所を把握したうえで、避難の方法を決めておきましょう。

また、自主防災組織が中心となって迅速な避難誘導を行ってください。

7 避難行動要支援者の避難

自力で避難することが困難な避難行動要支援者については、事前に把握し、自主防災組織の中で担当を決めておくなど、逃げ遅れのないように地域で協力することが大切です。

そのために、事前に、支援を要する人、支援をする人を交え、協議した避難計画を作成し、当事者間で共通認識を持つことが重要です。



第 2 節 水害・土砂災害時の自主防災活動

1 水害に備えた時系列行動計画(タイムライン)の作成

高潮などの水害や土砂災害の発生は、地震に比べ事前に把握することが出来、そのため、事前の避難も可能です。自主防災組織は、災害が起きる前に地域住民を避難させましょう。

⇒台風等が上陸するまでに事前段階に行うべき防災行動を定めた計画です。

補足；台風のように発生から上陸までに猶予時間のある災害については、先を見越した防災対応をとることで大きな減災効果が期待できます。

(参考) 台風に備えたタイムライン作成事例

時間	状況	個人の行動	自主防災組織の活動
数日前まで	・ 台風や大雨 情報のニュー ス	・ 情報収集 ・ 避難の準備 ・ 家族や仕事場との連絡先の 確認	・ 危険箇所の確認 ・ 連絡体制の確認 ・ 避難先の確認
1 日前まで	・ 台風や大雨 情報のニュー ス	・ 避難の準備 ・ 家族や仕事場との連絡先の 確認	・ 連絡体制の確認 ・ 避難行動要支援者の避難支 援準備

当日	・避難所開設 ・避難準備情報 ・避難勧告 ・避難指示	・避難行動要支援者避難開始 ・避難開始 ・逃げ遅れた場合は自宅の2階以上へ上がるなど生命を守るための行動開始 ・ルールを守って避難生活 ・ラジオなどから被害状況の正しい情報を入手	・避難所開設・運営 ・避難行動要支援者の避難開始 ・地域住民への避難するよう伝達 ・避難所に集合後、点呼 ・避難状況を市町へ必ず報告
----	---	---	--

2 避難・避難誘導

避難勧告等は災害対策基本法に基づき、市町長が発令します。発令された場合には、次を参考に避難を実施してください。

特に、避難行動要支援者（災害時要配慮者）は、避難に時間を要しますので、早め早めの準備、避難開始を行ってください。

避難準備 情報	・気象情報に注意を払い、立ち退き避難の必要について考える。
	・立ち退き避難が必要と判断する場合は、その準備をする。
	・避難行動要支援者は、立ち退き避難する。
避難勧告	・立ち退き避難する。
避難指示	・避難勧告を行った地域のうち、立ち退き避難をしそびれた者が立ち退き避難する。 ・土砂災害から、立ち退き避難をしそびれた者が屋内安全確保をする。 ・津波災害から、立ち退き避難する。

3 土砂災害への注意

土砂災害には、土石流・地すべり・がけ崩れの3種類があります。

県では、土砂災害から住民の皆様の生命を守るために、土砂災害のおそれがある区域を「土砂災害警戒区域」に、さらに、そのうち人命に著しい危害が生じるおそれのある区域を「土砂災害特別警戒区域」に指定しています。お住まいの場所が「土砂災害警戒区域」等かどうか確認しましょう。

大雨による土砂災害の発生の危険度が高まったときには、県と気象台は共同で「土砂災害警戒情報」を発表します。雨が降り出したら、テレビやラジオ、インターネット、携帯電話の登録メール等の大雨や土砂災害に関する情報に注意しましょう。

「土砂災害警戒情報」が発表された際には、市町から「避難勧告」や「避難指示」が発令されますので、対象地域の方やその周辺で溪流沿いにお住まいの方は直ちに避難してください。また、夜間に大雨が予想される際には、暗くなる前に避難することがより安全です。なお、豪雨などで避難所への避難が困難な際は、次善の策として、近くの頑丈な建物の二階以上に緊急避難したり、さらに困難な際は、家の中のがけから離れた部屋や二階などに避難しましょう。

※土砂災害警戒情報とは

大雨警報（土砂災害）が発表されている状況で、土砂災害発生の危険度がさらに高まったときに、市町長が避難勧告等の災害応急対応を適時適切に行えるよう、また、住民の自主避難の判断の参考となるよう、対象となる市町を特定して警戒を呼びかける情報で、都道府県と気象庁が共同で発表しています。

■早期避難のすすめ

対象市町内で土砂災害発生の危険度が高まっている詳細な領域については気象庁が公開している「土砂災害警戒判定メッシュ情報」（検索「気象庁 メッシュ情報」）でご確認ください。周囲の状況や雨の降り方にも注意し、「土砂災害警戒情報」等が発表されていなくても、危険を感じたら、躊躇することなく自主避難への誘導をお願いします。



平成 16 年 8 月（台風 15 号と前線）

1 台風や大雨に備えて!

お住まいの場所が、「土砂災害警戒区域」等かどうか確認しましょう。



インターネットからは、「香川の砂防」にアクセスし「土砂災害危険箇所等の緊急周知」でご確認いただけます。



香川の砂防 検索

○インターネット以外では、管轄の土木(小豆総合)事務所または市町役場で資料を閲覧できますのでご確認ください。

※現在、土砂災害警戒区域等の指定が完了していない箇所もあります。

2 雨が降り始めたら!

「土砂災害警戒情報」や雨量情報に注意してください。

テレビやラジオ、インターネットなどの大雨や土砂災害に関する情報に注意。



出典: 政府広報オンライン

インターネットからは、「かがわ防災Webポータル」にアクセスしご確認ください。



かがわ防災Webポータル 検索

防災情報メールに登録しよう!

(右のQRコードから登録画面に移動します)

携帯電話等で事前登録しておけば、気象情報や避難勧告などの情報がメール配信されます。



3 豪雨になる前に!

「土砂災害警戒情報」が発表された際には、直ちに避難してください。子どもやお年寄りなど避難に時間を要する方は、早めの避難を心掛けてください。



夜間に大雨が予想される際は暗くなる前に避難。
避難場所への移動が難しいときは、頑丈な建物の2階など
できるだけ安全な場所に避難。

土石流から避難するときは、
土石流に対して直角方向に逃げてください。

土砂災害からの避難 検索

(右のQRコードのリンク先: 政府広報オンライン)



避難の仕方

危険な場所を確認する



家族の連絡先と避難場所を確認する



非常持ち出し袋を準備する



家族などと一緒に避難する



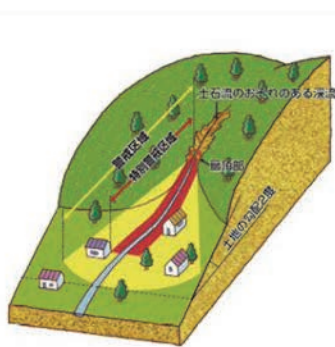
資料提供: NPO法人 土砂災害防止広報センター

土砂災害発生のイメージ



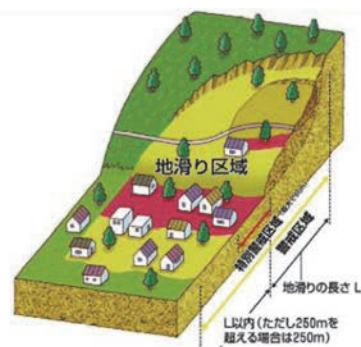
がけ崩れ

雨や雪どけ水、地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちる現象



土石流

山や川の石や土砂が、大雨などにより水と一緒に激しく流れ下る現象



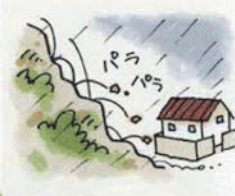
地すべり

雨や雪どけ水が地下にしみこみ、断続的に斜面が滑り出す現象



**これらの土砂災害には前ぶれがあります！
次のような前兆現象を見たり、聞いたら、近づかず早めに避難しましょう！**

がけから
小石がバラバラ
落ちてくる



がけから
急に水が湧き出る

わき水の量が急に増えたり、ふき出したり、急に止まったりする



川の水がにごり、
水といっしょに倒れた木が流れてくる



雨は降り続けているのに川の水が減る

井戸水がにごる



地面に
ひびわれや
段差ができる

地鳴りや
山鳴りがする

【資料提供：NPO法人 土砂災害防止広報センター、全国地すべりがけ崩れ対策協議会】



平成 16 年 10 月（台風 23 号）

1 指定緊急避難場所、避難所の把握

各地域には、市町が指定する指定緊急避難場所と指定避難所があります。特に、指定緊急避難場所は災害種別によりことなる地域もありますので、市町や地域が作成したハザードマップなどで、指定緊急避難場所や指定避難所の確認をしましょう。

また、地域内で独自で定めた緊急避難場所や避難所のある地域では、災害時に備え市町防災担当課に避難所等の所在地や建物情報などを連絡してください。

避難した場合は、必ず市町に連絡してください。

(1) 指定緊急避難場所とは

指定緊急避難場所は、災害が発生し、又は発生するおそれがある場合にその危険から逃れるための避難場所として、洪水や津波など異常な現象の種類ごとに安全性等の一定の基準を満たす施設又は場所で市町長が指定したものです。



(2) 指定避難所とは

指定避難所は、災害の危険性があり避難した住民等を災害の危険性がなくなるまでに必要な間滞在させ、または災害により家に戻れなくなった住民等を一時的に滞在させるための施設として市町長が指定したものです。

2 避難所における運営本部・役割分担・行政との連絡

① 小学校などに設けられる避難所には、複数の自主防災組織が集まってきます。同じ避難所で生活する避難者や自治会、自主防災組織、町内会、ボランティア団体等と話し合い、協力して避難所生活を運営しましょう。

② 過去の事例でも、避難所では、避難者間の混乱や不満が発生するなどの問題も多くあります。事前に避難所運営組織を作成し、避難所運営計画書を作成しましょう。

③ 運営本部会議を1日1～2回開催し、情報の収集・伝達、役割等を再確認するとともに、情報の共有に努めてください。

(1) 避難所運営組織

ア 設置目的：発災後、速やかに避難所の運営ができるよう避難所管理運営班（以下「班」とする。）を設置する必要があります。そのため、開設当初から必要となる班編成について、あらかじめ定め、班の代表者を選定しておくなど、事前準備をしておく必要があります。

イ 役割：避難所の運営は、行政担当者のみでなく、避難者や自治会、自主防災組織、ボランティア団体等との連携により行っていくこととなるので、あらかじめ班を編成し、委員会と協力して、避難所の運営にあたります。

ウ 班編成 班編成としては、次のようなものが上げられます。

①運営本部に、総務、被災者管理、情報、食料・物資、施設管理、保健・衛生等の各総括班長をおく（複数の自主防災組織が避難所を共用する場合）

②運営本部の下に自主防災組織ごとの班編成を行い、班ごとの役割を決める

総務班	避難所全般の取りまとめ、災害対策本部との連絡・調整、避難者名簿の管理、ボランティア受入、マスコミ対応など
情報班	災害対策本部との情報の管理・集約、避難者向けの情報の管理・提供など
食料班	避難所食料の配給、不足食料の要請、炊き出しなど
物資班	避難所生活物資の配給、不足物資の要請、救援物資の管理など
保健衛生班	避難所の衛生管理、負傷者等の救護、要配慮者に対する相談・対応など
広報班	避難所における広報、来訪者・電話等の外部との連絡窓口など
警備班	避難所の防犯・防火対策など

◎事例紹介

栗林校区コミュニティ協議会（高松市）の避難所組織運営図



(2) 避難運営計画書の作成

避難運営計画に必要な各種様式

① 組織図の作成

		所属	役職	氏名	携帯電話	備考
本部長		〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
副本部長		〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
総務班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
情報班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
食料班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
保健衛生班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
広報班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	
警備班	総括班長	〇〇自主防災組織	会長	〇〇〇〇	090-1234-5678	

② 緊急避難場所、避難所の情報把握

	一時避難所	避難所	
施設名等	〇〇自治会館	〇〇小学校	
建物の耐震性・津波浸水の可能性		第一校舎	耐震有・浸水無
		体育館	耐震有・浸水無
		第二校舎	耐震有・浸水無
施設管理者	090-1234-5678		
〃 連絡先			

③ 医療機関等の状況

大規模災害時には、けがや避難所生活で体調不良となる方が出てきます。また、高齢者や障害者、乳幼児などの要配慮者への対応も必要となります。事前に避難所近辺の医療機関や福祉避難所の状況を確認してください。

種類	名称	所在地	電話
救急病院	〇〇病院		〇〇〇-△△△△
福祉避難所	△△介護老人福祉施設		〇〇〇-△△△△

3 避難所の区割り

避難所に住民が避難してきた場合に、避難所のどこに入ってもらおうか事前に考えておきましょう。

災害時、避難所には多くの人が避難してきて混雑し、避難スペースの確保でトラブルが起きてしまうことも予想されます。避難者の受付後、スムーズに避難者を誘導できるようにしましょう。

まず、避難所が体育館など広い場所の場合は、避難者が移動するための通路を確保することが必要です。通路の幅は、車いすが通れる幅(90 cm以上)が目安です。

避難者一人当たりの必要面積は3㎡とされています。ちょうど、毛布を引いて横に手荷物を置くと3㎡くらい。

○区割りの考え方

みんなが活動しやすい場所に まず、通路をつくりましょう。

プライバシーを配慮 男女別更衣室は重要！

みんなに情報が行き届くように 見える化を意識！

複数の掲示板や立て看板等の工夫

トイレが使いやすいように 要援護者は通路側に！

季節によって他に考えておくべきこと

適切な水分補給ができるように（特に夏） 給水所の設置！

効率的に暖がとれるように（特に冬） 暖房器具の設置！

- ・自治会や地域単位で、それぞれまとまる。
- ・地域外の避難者のスペースも考慮する。
- ・要配慮者用のスペースを確保する
- ・乳幼児のスペースやけが人へのスペースなどを確保する。
- ・情報掲示板を設置する。

○間仕切りの設置

プライバシー確保のためには、段ボールパーテーションなどで、区割り毎に間仕切りを設けることも有効です。

4 避難者名簿の作成

避難者名簿の作成は、避難所運営のために、必要となるものです。避難者を受け入れる際に、名簿を作成してください。

番号	氏名	住所	年齢	性別	入所日時	退所日時	特記事項
1	〇〇太郎				月日時分	月日時分	
2	〇〇花子				月日時分	月日時分	

5 掲示板等の設置・安否確認

- ・避難所毎に安否を確認
- ・被災を免れた人は自宅に「〇〇に避難しています」を掲げて無事であることを表示。
- ・情報を表示する掲示板を設置。
- ・視聴覚に障害のある人のために、情報を伝える人を予め決め、掲示板と放送を併用するなど、要配慮者に確実に情報が伝わるよう配慮が必要。

6 避難所のルールの周知

- ・生活区域、生活上のルールを決めます。
- ・生活の時間も決めておきましょう。
- ・女性や子どもの視点を取り入れましょう。
- ・お互いのプライバシーを保護するため、家族単位で分けしてむやみに他人の場所へ立ち入らないようにしましょう。
- ・更衣室等も設けます。

○避難所の運営・管理の注意点

- ・情報の伝達経路を決める
- ・市町からの情報は、市町配備職員等から又は市町防災担当課から受け、情報総括班長に伝える
- ・情報総括班長は、各自主防災組織の情報班長に伝える
- ・各情報班長は、その連絡を住民に伝える
- ・ラジオなどから直接入る情報にも注意する

7 食料・飲料水の確保

- ・食料や飲料水は、各家からの非常持ち出しでの対応となります。
- ・不足する場合、炊き出しなどが行われます。
- ・配給にあたっては、ルールを徹底し、不公平が無いよう配慮してください。

8 高齢者、乳幼児、女性等要配慮者への対応・支援

- ・慣れない環境や設備の不足により、負担が大きくなる女性や高齢者への配慮が特に必要になる
- ・更衣室や授乳室、女性用トイレを多めに設置することや、高齢者の健康管理に特に注意する等
- ・トイレを気にして、水分補給等を控える高齢者の方が病気にかかることが過去にもありました。高齢者の摂食状態を気にかけてあげてください。
- ・要配慮者のハンディキャップに十分配慮した的確な情報の提供を行う
- ・要配慮者は、被災直後の対応がまずいと健康状態が悪化しやすいので、身体介護などケア体制を確立しておく。介護は原則的に家族で行うが、介護を行う家族がいない場合は、予め要支援者台帳に登録しておく

・介護者が不足する場合は、各自主防災組織の人材台帳参照）を活用し、看護師等の適任者に交代で介護を依頼する。

また、手話、ガイドヘルパーなどの受け入れにも配慮する

9 トイレのルールの周知

災害時の適切なトイレ環境の確保は、被災者の健康維持を図るうえで重要な課題です。このため、事前にトイレ対策を講じることができるよう災害用トイレの確保から衛生管理に至る一連の対策を整理しておく必要があります。

(1) 災害時には、断水で既設トイレが使えない、利用しにくい構造の災害用トイレが多い等の問題があります。

(2) 災害時の既設トイレの活用

平常時からの水確保のための取り組み（井戸の整備等）が必要です。

水が出る場合：マンホールや汚水マスからの漏れに注意して使用

水が出ない場合：携帯トイレ等を利用して使用（使用例を図示）

(3) 災害用トイレの種類

①災害用トイレの種類と概要・使用上の留意点

携帯トイレ、簡易トイレ、組立トイレ、仮設トイレなどがあります

②マンホールトイレ

③その他のトイレ等（自己処理型トイレ、車載トイレ等）

(4) 災害用トイレの選択

設置場所、ライフラインの状況、し尿処理体制、使用する者の事情等の諸条件を考慮して選択（各種トイレの機能の比較表、選び方フロー図等の記載）

・個人による携帯トイレ備蓄を地域の方に勧めてください。

(5) 避難所等の人数に応じた必要トイレ数の目安

過去の災害での事例（概ね 75 人に 1 基）を参考に、使用する者の事情や避難所の収容人員等を踏まえて必要数を確保できるようにしましょう。また、男性・女性、要配慮者等も考慮し、設置場所を検討してください。

(6) 要配慮者への配慮

①障害者・高齢者への配慮し、洋式トイレを確保し、使用者の事情に応じて、手すり、照明、スロープ等を整備

②女性への配慮では、防犯等の観点も含め、設置場所等を検討

③幼児や外国人等への配慮も必要となります。表示の仕方や、利用の仕方場所などに工夫し整備

④トイレに近い場所の確保

⑤寒くなく・暑くない場所への誘導

⑥畳の部屋がある場合は優先

⑦可能な限りのプライバシーの確保等への配慮

10 ごみ問題

避難所では、多くの生ごみ等が発生します。衛生面にも配慮するため、事前にごみの処分方法、ごみ置き場を決めておき、避難者を受け入れる際に説明をしてください。

11 ペット対策

ペットを飼育している避難者は、ペットを伴って避難してきます。ペットの飼育場所の指定や排せつ物の後始末を徹底するなど、飼い主の責任をきちんと理解してもらい、ペットを安全に避難できるよう対応しましょう。

12 その他

①緊急輸送手段の確保

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

②縁故避難

親せき宅への避難など、避難先を変更した場合は、情報班を通じて、運営本部へすみやかに連絡する

③使用禁止建物への立ち入り禁止

倒壊の危険がある建物や、立ち入り禁止区域は、ロープ等で閉鎖、事前に避難所の設置者や管理者と取決めをしておく

第Ⅴ章 資料編

【各種様式】

1 自主防災組織台帳

組織の名称								
会長氏名	(就任 年 月)	年齢	(就任 年 月)	年齢	(就任 年 月)	年齢	(就任 年 月)	年齢
電話番号								
世帯数								
人口								
規約	有 ・ 無			防災計画書			有 ・ 無	
地域内で 注意すべき危険	危険の種類	世帯数		人数	対処方法			
	津 波							
	山・がけ崩れ							
	そ の 他							
活動の 状況	実施 年度	年度		年度		年度		年度

2 資 機 材 台 帳

	資 機 材 名		整備年月日および数量			
			/ /	/ /	/ /	/ /
助成を受けて整備したもの	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					
	9					
	10					
	11					
	12					
	13					
防災組織が整備したもの	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					

3 備蓄物資台帳

	物 資 名		購入年月日、消費期限年月日および数量			
			/ /	/ /	/ /	/ /
助成を受けて整備したもの	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					
	9					
	10					
	11					
	12					
	13					
防災組織が整備したもの	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					

4 世帯台帳

世帯主							電話番号			
住 所										
住居 形態	持 家・借 家・アパート マンション・その他 ()						平 屋 階 建			
地域 特性	津波浸水、山・がけ崩れ。その他 ()									
No.	氏 名	続 柄	生年 月 日	血 液 型		昼間の居場所 (平日)	緊急時の自 主防災組織 への協力			災害時に役立つ 資格・技能の状況
				ABO	Rh	休 日	夜 間	平 日		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										

5 避難行動要支援者名簿

状態	災害時要援護者氏名 住所、電話番号		特記事項	連絡先(支援者、民生委員など)				
				平日の昼間		夜間及び休日		
				氏名	連絡先	氏名	連絡先	
			①			①		
			②			②		
			③			③		
	電話			④			④	
			①			①		
			②			②		
			③			③		
	電話			④			④	
			①			①		
			②			②		
			③			③		
	電話			④			④	
			①			①		
			②			②		
			③			③		
	電話			④			④	

(注)

- 特記事項には、移動に要する器具など、支援に際して留意すべき事項を具体的に記入する。
- 昼夜とも家族だけで対応できる場合も含める。

[illegible]

【関係機関連絡先一覧】

香 川 大 学	四国危機管理教育・研究・ 地域連携推進機構	087-832-1000
---------	--------------------------	--------------

香 川 県	危機管理総局危機管理課 南海地震・防災企画グループ	087-832-3241
-------	------------------------------	--------------

市町防災担当課一覧

(平成28.4.1現在)

市町名	担当課	電話番号
高 松 市	危機管理課	087-839-2184
丸 亀 市	危機管理課	0877-25-4006
坂 出 市	職員課危機監理室	0877-44-5023
善 通 寺 市	防災管理課	0877-63-6338
観 音 寺 市	危機管理課	0875-23-3940
さ ん き 市	総務課危機管理室	087-894-1115
東 か が わ 市	総務課危機管理室	0879-26-1235
三 豊 市	危機管理課	0875-73-3119
土 庄 町	総務課	0879-62-7000
小 豆 島 町	総務課	0879-75-1700
三 木 町	総務課	087-891-3301
直 島 町	総務課	087-892-2222
宇 多 津 町	危機管理課	0877-49-8027
綾 川 町	総務課	087-876-1906
琴 平 町	総務課	0877-75-6700
多 度 津 町	総務課	0877-33-1110
ま ん の う 町	総務課	0877-73-0100

消防本部・署一覧

(平成28.4.1現在)

市町・組合名	機 関 名	電話番号
高 松 市	高松市消防局	087-861-2502
	高松市北消防署	〃 861-1551
	朝 日 分 署	〃 822-1419
	高松市南消防署	〃 815-0119
	香川分署	〃 879-4111
	円座出張所	〃 886-6145
	塩江出張所	〃 840-6220
	東ハゼ救急ステーション	〃 815-0124
	高松市東消防署	〃 843-5119
	牟礼分署	〃 845-1255
	山田出張所	〃 848-0823
	高松市西消防署	〃 881-0119
	綾川分署	〃 878-1111
	国分寺出張所	〃 874-1119
	高松市三木消防署	〃 898-4119
丸 亀 市	丸亀市消防本部	0877-25-0119
	丸亀市北消防署	〃 〃
	郡家分署	〃 28-7070
	丸亀市南消防署	〃 98-3388
坂 出 市	坂出市消防本部	0877-46-0119
	坂出市消防署	〃 〃
	南部分署	〃 44-0119
	番の州分署	〃 45-0119
	東部分遣所	〃 47-0119
善 通 寺 市	善通寺市消防本部	0877-64-0119
	善通寺市消防署	〃 64-0191
多 度 津 町	多度津町消防本部	0877-33-0119
	多度津町消防署	〃 〃
三 観 広 域 行 政 組 合	三観広域行政組合消防本部	0875-24-0119
	三観広域行政組合南消防署	〃 24-2119
	第一分署	〃 52-2119
	三観広域行政組合北消防署	〃 72-2119
	第二分署	〃 63-2119
	第三分署	〃 83-2119
大 川 広 域 行 政 組 合	大川広域消防本部	0879-24-0119
	大川広域東消防署	〃 〃
	白鳥分署	〃 25-2119
	大川広域西消防署	087-895-2119
	寒川分署	0879-43-3119
小豆地区広域 行政事務組合	小豆地区消防本部	0879-62-2220
	小豆島西消防署	〃 〃
	小豆島東消防署	〃 82-0119
仲 多 度 南 部 消 防 組 合	仲多度南部消防組合消防本部	0877-73-4211
	仲多度南部消防組合消防署	〃 〃
	琴南出張所	〃 85-0119

(注) 機関名は、当該市町・組合の条例等による名称を記入。

自主防災組織活動マニュアル

編集発行 香川県

事務局 香川県危機管理総局危機管理課

〒760-8570

高松市番町4-1-10

TEL (087) 832-3241

FAX (087) 831-8811

E-mail kikikanri@pref.kagawa.lg.jp