

# 自主防災組織の手引き

鏡野町 暮らし安全課



## はじめに

鏡野町は緑豊かな山々と多くの溪流や小河川に囲まれた自然豊かなまちです。

まちの魅力である自然は、ときに私たちの生活を脅かす災害の発生源となります。

令和6年1月1日に発生した能登半島地震では、最大震度7の激しい揺れと、この地震により発生した土砂災害、火災、家屋の倒壊などによって、多くの尊い命と財産が失われ、地震災害の恐ろしさを目の当たりにしました。

本町においては、令和5年台風第7号により、岡山県内で初めて線状降水帯が発生したほか、自宅や観光施設などの建物のみならず、農作物の被災など、多くの被害が生じました。

昨今では、今後発生が予想される南海トラフ巨大地震に向けた「日頃の備え」の重要性も問われています。地震や台風などの自然災害の発生を防ぐことは出来ませんが、その被害を最小限に食い止めることは可能です。

発災時において、行政など公的機関の対応＝「公助」だけでは、被害の拡大防止や避難所生活などに限界があります。

一人ひとりが日頃から防災に関する正しい知識を身につけ、自分の身は自分で守る＝「自助」、自分たちの地域は自分たちで守る＝「公助」を心がけて防災訓練などを行い、いざというときに「自助」「共助」「公助」の力を集結させることができるよう、備えておきましょう。

阪神・淡路大震災では、生き埋めや家屋などに閉じ込められた方のうち、97.5%が「自助」「共助」により救出されました。

毎日顔を合わせている隣近所の人たちが普段から協力して助け合う「共助」が、「地域防災力」として「災害に強い安全なまちづくり」につながります。

地域の集会や行事の機会に、皆さんで地域の危険箇所や自主防災組織の在り方について考えてみましょう。

# 手引きの内容

- 1 自主防災組織とは
  - (1) 自主防災組織はなぜ必要なのか
  - (2) 自主防災組織の役割
  - (3) 自主防災組織の育成
  
- 2 防災の担い手とリーダー
  - (1) 防災の担い手
  - (2) 女性の参画の重要性
  - (3) リーダーの役割
  
- 3 自主防災組織の作り方とその活動
  - (1) 自主防災組織の作り方
  - (2) 組織を設立したときは
  - (3) 活動計画の作成
  - (4) 活動事例
  
- 4 鏡野町が行う助成事業
  - (1) 自主防災組織活動支援事業
  - (2) 防災士資格取得補助金
  
- 5 その他  
訓練の実施に伴う保険
  
- 6 参考資料  
各訓練の訓練シナリオ（案）

# I 自主防災組織とは

## (1) 自主防災組織はなぜ必要なのか

大地震などが発生した時、鏡野町は様々な防災関係機関と密接な連絡をとりながら、全力をあげて「公助」に取り組めます。

しかし、

- 道路や通信網が寸断され、防災機関への通報が遅延し、被害が拡大してしまう
- 道路・橋の損壊、建物の倒壊などで、防災機関の車両が通行不能となる
- 消防などの防災機関が被害を受ける
- 災害発生直後の初動期は情報などが混乱し、防災機関による適切な対応が困難となる
- 同時に各所で関連災害が多発する

このような悪条件が重なり、防災関係機関の活動能力は著しく低下することが予想されます。

「公助」による防災活動が著しく低下する場合に、自分の身は自分で守る＝「自助」、自分たちの地域は自分たちで守る＝「公助」により、人命救助や初期消火活動などが行われることが、被害の軽減に大きな役割を果たします。

東日本大震災では、隣近所の人たちの呼びかけや避難誘導によって、津波被害から多くの人たちの生命が救われ、その後の安否確認、避難所運営の支援や炊き出しなどの活動が行われました。日頃の備えと助け合いの重要性が改めて認識されました。

このように、災害発生時はもちろん、日頃から地域の皆さんと一緒に防災活動に取り組むための組織、これを「自主防災組織」といいます。（自主防災会などともいいます。）

## (2) 自主防災組織の役割

平常時には、災害に備えて地域内の安全点検や住民への防災意識の普及・啓発、防災訓練などを実施します。

発災時には、収集した情報を住民に迅速に伝え、初期消火活動や被災者の救出・救助、避難誘導など、被害を最小限に食い止めるための応急活動をし、また、避難所の運営を行うなど、非常に重大な役割を果たします。

復旧・復興時には、まちの再生のために様々な取組を行います。

### (3) 自主防災組織の育成

鏡野町では、各自主防災組織の防災用資機材の購入や防災講演のための講師派遣などに対する補助事業、地区の防災訓練への参加など、自主防災組織の設立や活動のサポートを行っています。また、多くの方に防災に対する興味・関心をもっていただくため、防災イベントも開催しました。

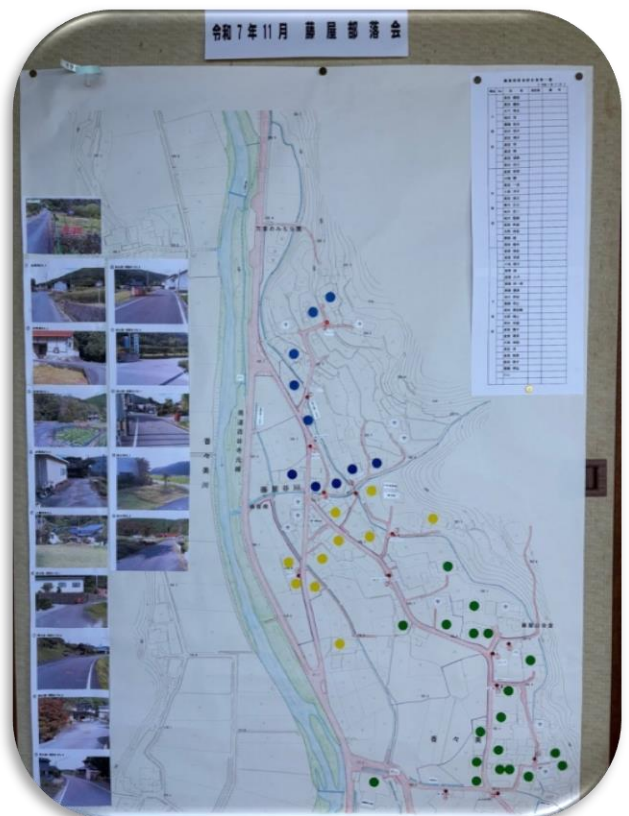
岡山県でも、防災に関する研修会に講師を派遣する制度（岡山県自主防災組織支援講師団）を行っています。



↑令和7年度防災イベント「みんなて防災 in かがみの」

↓藤屋地区防災活動

防災まち歩き、危険箇所確認マップ



## 2 防災の担い手とリーダー

### (1) 防災の担い手

災害はいつ発生するかわからず、種類やタイミングによっては、道路の寸断や救急・救助などの要請集中により、公的機関（鏡野町、消防、警察など）による救護・救出などが期待できないことがあります。

こうした時、自分たちの町を守るために活動する皆さんが、防災の担い手になります。

会長や各班長には、防災の担い手やリーダーとして、組織の中心となり、防災活動などをまとめる役割が期待されています。

### (2) 女性の参画の重要性

昨今の大規模災害では、避難所生活において、生理用品の不足や授乳、着替え場所がないことが顕著に表れ、課題となりました。

また、避難所内の清掃や炊き出しなど、「女性がするもの」と思われている業務を当然のように割り振られた避難所もあります。

避難所運営や地域防災力の向上には、多角的な視点と男女の意見が平等に扱われる共同参画が欠かせません。

自主防災組織の編成や防災の担い手育成にあたっては、女性の意見が十分に反映されるよう、積極的な参画を推進し、リーダーにも女性が含まれるように調整しましょう。

#### 事例Ⅰ【役割の固定化】

東日本大震災や能登半島地震などでは、長期化する避難所生活において避難者による炊き出しが必須でした。当時、その作業の多くを担ったのは「女性」です。

“「女性」のほうが料理に慣れているから” “力仕事は「男性」がするものだから” という固定概念から、十分な相談がされることなく、役割が決まってしまったのです。

#### 事例Ⅱ【災害時だから仕方ない】

「目立つ場所に生理用品や替えの下着が置いてあり、取りづらい」

「授乳できる場所がない」「安心して着替えができない」…

避難所生活のリーダーのほとんどを男性が務めたために、女性の訴えが運営に届かず、精神的な疲労が蓄積されていきました。

### (3) リーダーの役割

多くの世帯が参加する自主防災組織において、円滑な活動を進めるためには、リーダーの存在はとても重要です。

平常時には、日頃から地域防災力を高めることに努める必要があります。また、災害時には、各班を指揮して、被害を軽減するための防災活動を行います。

ただし、リーダーだけに多くの役割を負わせるのではなく、組織の皆さんが分担しながら運営にあたる必要があります。

#### 【平常時の役割】

- ・ 自主防災組織の維持・運営
- ・ 緊急時の活動方針の策定
- ・ 平常時の防災訓練・防災活動の主導、地域住民の防災意識の高揚
- ・ 自主防災組織の活動の評価、改善
- ・ 地区内の要支援者の把握 など

#### 【信頼されるリーダーの要件】

- ・ 防災に関心が高く、ある程度経験がある
- ・ 行動力がある、的確な状況判断ができる
- ・ 全体の利益を考えることができる
- ・ 多数意見を取りまとめ、少数意見を尊重できる
- ・ 組織構成員への適切な情報提供、行動指示ができる など



### 3 自主防災組織の作り方とその活動

#### (1) 自主防災組織の作り方

自主防災組織がその機能を十分発揮し、長く活動を続けていくためには、その基礎となる組織体制をしっかりと整えることが大切です。

組織を結成するにあたっては、地域の人々が十分に話し合い、組織の編成や規約などを定める必要があります。

#### ①組織作り

「自主」という名のとおり、地域住民が自由な意思で、自発的に結成することが基本です。組織の作り方には、主に以下のケースがあります。

ケース	A. 自治会と兼ねる	B. 自治会の下部組織とする	C. 全く別の組織とする
役員	自治会役員	自治会役員とは別に、代表者や役員を選出する	独自の役員を選出する
メリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すでにある組織のため、活動しやすい</li> <li>・予算配分がしやすい</li> <li>・情報が住民に伝わりやすい</li> <li>・自治会加入世帯＝自主防災組織加入世帯になりやすい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自治会役員に業務負担が偏らない</li> <li>・役員の経験値が上がる</li> <li>・地区活動の機会にとらわれず、独自の活動が活発化する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自治会役員の業務負担が軽い</li> <li>・防災に関心の強い有志が集いやすく、積極的な活動ができる</li> </ul>
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自治会の役員交代によって活動の頻度や方針が変化する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・役員改選の際には人選に苦勞する</li> <li>・自治会の役員交代によって活動の頻度や方針、予算配分が変わる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区内に「自治会長」と「自主防災組織会長」の2名が存在する</li> <li>・専門的すぎて、住民の理解を得られない場合がある</li> <li>・自治会などのすでにある組織との調整が必要</li> <li>・予算調整が必要</li> </ul>

## ②規約

組織には活動を開始するうえで規約が必要になります。

活動に参加する皆さんが活動の意義や方針を理解できるよう、明確な規約を作成しましょう。以下は作成例です。

### 鏡野町〇〇地区防災会規約

(組織及び名称)

第1条 この自主防災組織の名称は、鏡野町〇〇地区防災会（以下「防災会」という。）と称し、〇〇地区住民をもって組織する。

(目的)

第2条 防災会は、災害対策基本法、地域防災計画及び国民保護基本計画の規定により、自主的な防災活動を行い、災害（地震その他）による被害の防止及び軽減を図ることを目的とする。

(事業)

第3条 防災会は、第2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に関すること。
- ② 災害発生時における情報収集・伝達、初期消火、救出・救護、避難誘導、応急手当に関すること。
- ③ 防災訓練の実施に関すること。
- ④ 防災資機材の備蓄関すること。
- ⑤ その他前条の目的達成のための事業

(役員)

第4条 防災会には、次の役員を置く。

- 会 長 1名
- 副会長 2名
- 会 計 1名
- 班 長 若干名
- 監 事 2名

(役員任期)

第5条 役員任期は、定例総会から次期定例総会までとする。

(職務)

第6条 会長は、防災会を代表し、災害発生時には応急対策の指揮をとる。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は欠けたときはその職務を行う。

3 班長は、担当班の任務遂行及び会務の処理を行う。

4 監事は、会計を監査する。

(会議)

第7条 防災会の会議は、定例総会、臨時総会及び役員会とする。

2 定例総会は、年1回〇月に地区総会に合わせて開催する。

3 臨時総会は、役員会又は会長が必要と認めるとき招集する。

4 役員会は、構成員の2分の1以上が出席（委任状を含む）しなければ開く

ことはできない。

5 会長は、会議の議長となり、議事を進行する。

6 会議の議事は、出席者の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(防災計画)

第8条 防災会は、災害による被害の防止及び軽減を図るため、防災計画を作成する。

2 防災計画は、次の事項について定める。

- ① 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 防災訓練の実施に関すること。
- ④ 災害発生時における情報収集・伝達、出火防止、初期消火、救出・救護、避難誘導及び炊き出しに関すること。
- ⑤ その他必要とする事項。

(会計)

第9条 防災会の運営に関する費用は、会費、その他の収入をもって充てる。

(会費)

第10条 防災会の会費は、総会の議決を経て、別に定める。

(会計年度)

第11条 防災会の会計年度は、毎年4月1日に始まり3月31日に終わる。

(監査)

第12条 防災会の監査は、毎年1回監事が行う。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 監事は、会計監査の結果を総会に報告しなければならない。

(雑則)

第13条 この規約に定めない事項で、防災会の運営に必要な事項は、会長が役員会に諮り定める。

(附則)

この規約は、〇〇年〇月〇日から実施する。

## QRコードから

> 自主防災組織の設立について

> 自主防災組織届出様式 (Word ファイル)

こちらからもご覧いただけます。

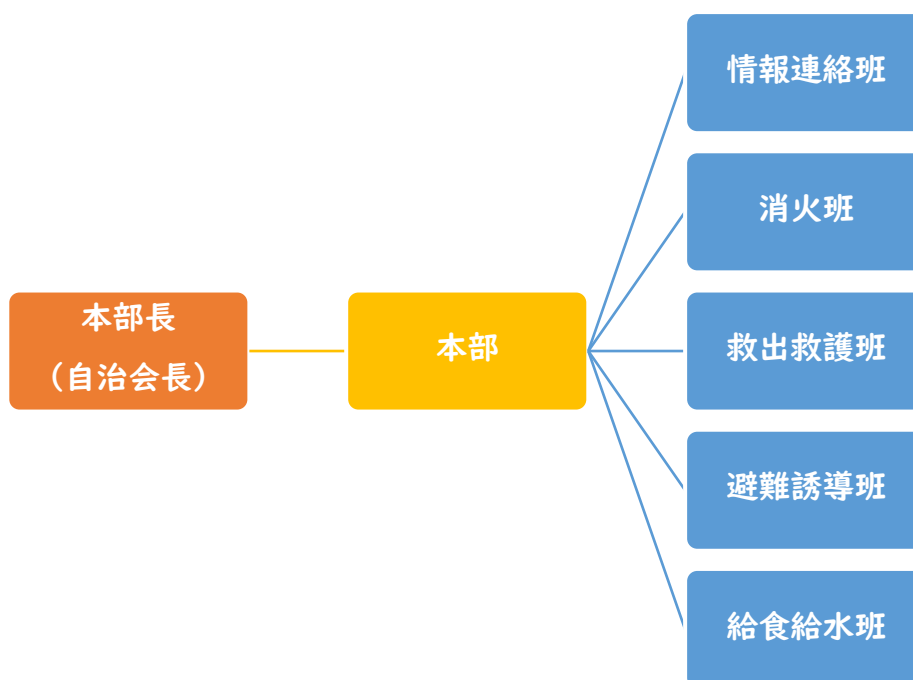


### ③編成

自主防災組織が災害発生時の応急活動を迅速かつ効果的に行うためには、組織内の役割分担を明確にしておく必要があります。

- ・組織をとりまとめる会長、副会長を置き、その下に活動班を編成し、班ごとに班長を定めます。
- ・昼夜問わず、防災活動が円滑に行えるよう、性別や年齢に関係なく幅広い人が参加することが重要です。
- ・地域の実情に応じて、必要な活動班を考える必要があります。
- ・地域内にある事業所や学校などと事前に話し合い、協力体制を構築しておくことも大切です。
- ・活動班は特定の地域に片寄らないようにします。
- ・班員の配置は、専門家（医師・看護師・建築関係など）や経験者（防災士、防災ボランティアなど）を考慮して、活動に実効性を持たせます。

#### 「組織編制」 （例）



このほか、水防班、学童班、パトロール班など、地域にあった班も考えられます。

#### ④それぞれの班の活動内容

自主防災組織の活動は、大きく平常時と災害時の二つに分かれます。

平常時は、日頃から地域内の安全点検や防災知識の普及・啓発予防的活動を行うとともに、被害を想定した防災訓練の実施など、地域防災力を最大限発揮できるような準備活動を行います。

一方、災害時には、その時々状況に応じて、被害を軽減するために、初期消火、救出・救護、避難誘導などを行うことが役割となります。

	平常時	災害時
情報連絡班	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 防災に関する知識の普及</li> <li>・ 研修会の開催</li> <li>・ 情報の収集・伝達用機材の準備と管理</li> <li>・ 情報の収集・伝達訓練の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 災害情報の収集と伝達</li> <li>・ 防災機関に対する災害情報の通報</li> <li>・ 避難指示などの伝達</li> </ul>
消火班	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 火気使用設備器具などの点検</li> <li>・ 石油類の管理状況の点検</li> <li>・ 消火用器材の準備と管理</li> <li>・ 初期消火訓練の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 初期消火活動</li> <li>・ 地震時における出火防止の呼びかけ</li> </ul>
救出救護班	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 応急手当の知識の普及</li> <li>・ 負傷者などの救出と応急手当用器材の準備と管理</li> <li>・ 応急手当などの訓練の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 負傷者などの救出活動と応急手当などの救護活動</li> </ul>
避難誘導班	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 避難路・避難場所の周知と現状の把握</li> <li>・ 要支援者の把握</li> <li>・ 避難誘導資器材の準備と管理</li> <li>・ 非常持出品の準備と普及</li> <li>・ 避難訓練の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 安全な避難場所の指示</li> <li>・ 避難行動を促すための説得</li> <li>・ 要支援者の避難と手助け</li> <li>・ 避難誘導</li> </ul>
給食給水班	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 炊飯用具などの準備と管理</li> <li>・ 炊き出し訓練の実施</li> <li>・ 給食・給水訓練の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 応急物資・応急給水などの実施</li> <li>・ 炊き出しなどの給食活動</li> <li>・ 給水活動</li> </ul>

### 【情報の収集・伝達訓練】

災害時には、情報が混乱し、正確で迅速な情報の収集・伝達が困難になります。

平時から公的機関（鏡野町、消防、警察など）や地域住民との的確な情報や安否確認の共有などができるよう、連絡手段のおさらいや訓練をしておきましょう。

### 【初期消火訓練】

火災の拡大を防ぐには、初期消火活動が重要です。

建物火災の場合、初期消火の限界は、一般的に「火が天井に達する前＝出火から約1～3分以内」と言われており、最初の3分が初期消火のチャンスです。

いざという時にすぐに消火器を使用できるよう、事前に使い方を習得しておきましょう。

### 【応急手当などの訓練】

倒壊した家屋などに下敷きになった人の救出・搬送方法や応急手当などの訓練をしておきましょう。

地震では、発生からわずかで多くの建物が倒壊し、負傷者が発生する可能性があります。廃材やベニヤ、ジャッキやバールなどを使用して、救出訓練を実施しましょう。

### 【避難訓練】

災害の種類や発生時刻によって、避難所までの安全な経路は異なります。

前もって集落ごとに複数の避難経路を考えておきましょう。

また、要支援者の支援のために、必要な人材やリヤカー、車いすなどの資機材を準備しておきましょう。

### 【給食・給水訓練】

避難所での生活が長期化した場合には、物資が届くまで3日間かかるといわれています。

それまでの間、皆さんが協力して炊き出しを行う必要があります。災害時には、お弁当や備蓄食料など、冷たい食事が提供されることが多いため、炊き出しによるあたたかい食事は災害を乗り切る活力となります。

地域のお祭りや運動会、新年のお餅つきなども、自主防災組織の活動という認識を持ちながら実施すると、立派な給食訓練です。

#### ↓初期消火訓練（こども向け）



↑地区活動における段ボールベッド組立体験

## (2) 組織を設立したときは

自主防災組織を設立したときは、以下の書類を添えて鏡野町に届け出ていただき、認定を受けてください。

なお、認定を受けると、鏡野町自主防災組織活動支援事業補助金を活用できます。（予算が終了次第受付を終了します。）

### 【添付書類】

- 自主防災組織認定申請書(様式第1号)
- 設置に関する規約などの写し
- 役員名簿
- 組織編制図

QRコードから

>自主防災組織の設立について

>自主防災組織届出様式 (Word ファイル)

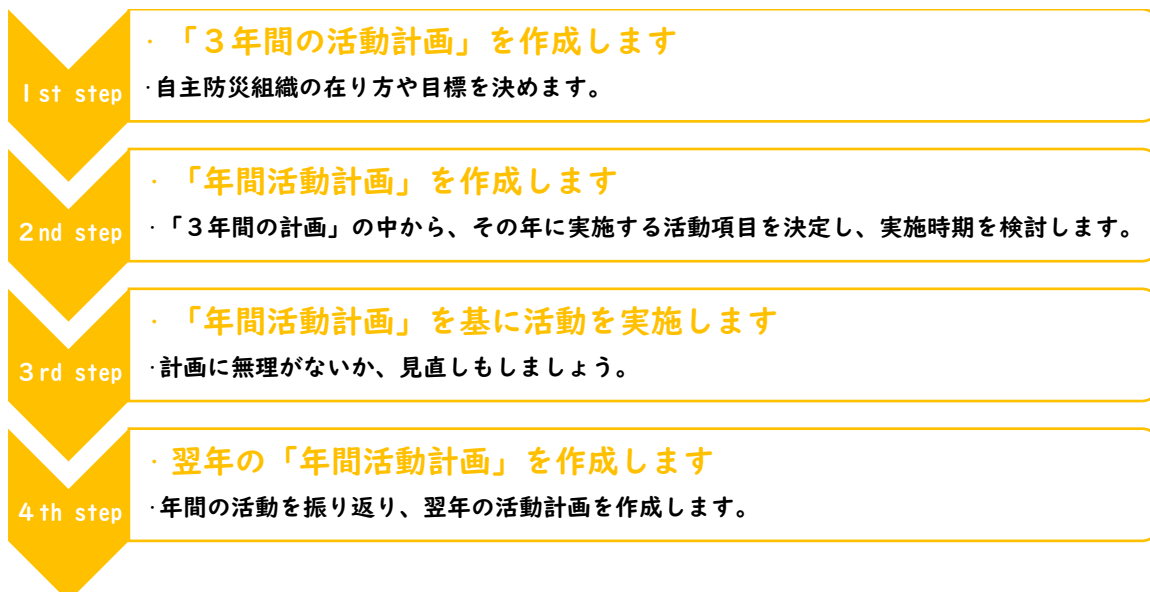
ご活用ください。



### (3) 活動計画の作成

活動を継続して実施するには、活動計画を立てることが有効です。

例えば、「3年間の活動計画」と「年間活動計画」などを作成してみましょう。



#### 「3年間の活動計画」 (例)

活動内容	1年目	2年目	3年目
①連絡網の配布	→		
②非常時持出袋の啓発	→		
③資機材の整備	保管場所・資機材の選定・見積	資機材の購入 (補助金の活用検討)	
④防災訓練の実施	計画作成	(災害想定：地震) 最寄りの避難所まで避難	(災害想定：地震) 避難から避難所運営まで

ここでは3年間としていますが、役員任期などにあわせて計画することも検討できます。

#### 「年間活動計画」 (例)

活動内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①年間活動計画の決定	●											
②連絡網の配布	→											
③非常時持出袋の啓発		→ 台風シーズンに向けて啓発										
④資機材の整備				→ 防災訓練に合わせて資機材調達								
⑤防災訓練の実施					→ 次年度に向けた防災訓練の計画作成							
⑥翌年の活動計画の作成												→

自治会の総会、イベントなどの地域行事との調整次第で、同時開催などの工夫もできます。

#### (4) 活動事例

岡山県外のとある自主防災組織は、平均年齢36歳前後の子育て・共働き世帯が多く、多忙なため、自主防災組織の活動はおろか、自治会活動の担い手も少なく、防災に取り組むことができる状況ではなかったそうです。

そのような状況下、会長は、少しでも多くの住民に防災について触れてもらおうと、まずは例年開催している**地元イベントにあわせて炊き出し訓練**を実施しました。役員などが汁物を作り、イベント参加者に給食するものです。回数を重ねるごとに、炊き出し訓練だけでなく、自主防災組織で整備した防災資機材の展示や簡易的な訓練を加え、防災の要素を色濃くしていきました。

また、子育て世帯が多い＝子どもが多いという実情を活かし、**消防署見学**を実施しました。AED、消火訓練、火災学習、救急車やはしご車の見学など、子どもたちが興味・関心を持ちやすいテーマを取り上げることで、多くの参加があったそうです。

その他にも、**運動会の競技の中に防災**を取り入れ、バケツリレー、毛布担架での搬送リレー、防災グッズの借り物競争、水消火器で放水的当てなどをするすることで、楽しく防災知識を身につけられています。

「防災訓練」と新たに銘打って取り組む以外にも、**すでにある活動に防災を加える**こともひとつの手段です。

↓毛布担架での搬送は、地域の子ども達が園児・児童の時に学んでいるかもしれません  
「子ども達が先生」の防災講座も考えられるでしょう



## 4 鏡野町が行う助成事業

### (1) 自主防災組織活動支援事業補助金

鏡野町の認定を受けている自主防災組織は、自主防災組織の活動に係る補助金を活用できます。

事業名	防災活動支援事業	防災資機材整備事業
事業内容	各種訓練などに係る経費に活用すること	防災活動支援事業や実施する訓練に活用すること
基本補助額（上限）	30,000 円以内	100,000 円以内
加算額	—	1,000 円（1 世帯）×世帯数
補助事業対象経費	報償費、旅費、需要費、役務費、委託料、使用料、賃借料、負担金、その他経費（防災活動上有効なものとして町長が必要と認めるもの）など	消火器、消火器格納庫、消火器薬剤、小型動力ポンプ、ホース、発電機、自動体外式除細動器（AED）、給水タンク、緊急用ろ水装置、飲料用水槽、炊飯装置、簡易資機材倉庫、その他資機材（防災上有効なものとして町長が認める資機材）など

※防災活動支援事業は毎年度申請可能です。

※防災資機材整備事業は、交付を受けた年度の末日から3年後に再度申請が可能となります。

QRコードから

> 自主防災組織の活動支援について

様式一式を掲載しています。ご活用ください。



## (2) 防災士資格取得補助金

「特定非営利活動法人 日本防災士機構」が認証する防災士資格の取得費用を補助します。

### ■補助対象者

町内に住所があり、次のすべてに該当する方

- 防災士研修講座を受講し、防災士の資格を取得しようとする方
- 防災士の資格取得後、自主防災組織又は町内自治会又は消防団に所属し、活動に参加する意思のある方
- 防災士の資格取得後、町、自主防災組織など及び消防団と連携し、地域防災活動及び啓発活動を行う意思のある方
- 防災士の資格取得に関し他の助成制度による財政的支援を受けていない者又は受ける予定でない方
- 交付申請を行う年度内に防災士機構による防災士認証登録を受けることができる方
- 自らが属する自主防災組織などの代表者又は消防団長から防災士資格取得に対する推薦を得た方

### ■補助対象経費

- (1) 防災士機構が認証した研修機関による研修講座の受講料
- (2) 防災士認証登録に必要な教本の購入費
- (3) 防災士資格取得試験受験料
- (4) 防災士認証登録料

### ■補助金額

補助の対象となる経費の合計額で、限度額1人当たり62,000円

### ■申込方法

本補助金は、事前申請です。

防災士研修講座の受験申込み前に鏡野町防災士資格取得補助金交付申請書（様式第1号）と添付書類をくらし安全課まで提出してください。

QRコードから

> 「防災士」の資格取得助成について

> 要綱・申請様式

様式一式を掲載しています。ご活用ください。



## 5 その他

鏡野町では、多くの住民の方に積極的に防火防災訓練に参加していただくため、また、安心して活動を実施していただくため、以下のとおり災害補償保険に加入しています。

活用される場合は、必ず実施の前に、鏡野町くらし安全課に訓練計画書をご提出ください。

### 保険の名称

防火防災訓練災害補償など共済制度

### 補償内容

死亡時 700万円

入院時 3,500円/日

通院時 2,500円/日

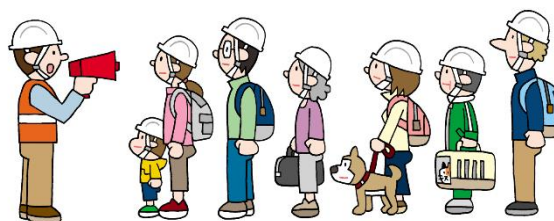
休業時 3,000円/日

### 対象となる活動の例

- ・鏡野町内の自主防災組織が主催する防火防災訓練で、事前に鏡野町に訓練計画書を届け出て、認められたもの
- ・鏡野町内の自治会や婦人会、青年団などが主催する防火防災訓練で、事前に鏡野町に訓練計画書を届け出て、認められたもの

※訓練計画書に所定の様式はありません。

開催日時、場所、参加人数、内容などを記載してください。



## 6 各訓練の訓練シナリオ（案）

ここからの訓練シナリオ（案）は、各班やニーズに応じた訓練実施の参考としてください。

## 【情報の収集・伝達訓練】

### 1. 概要

想定災害：震度5強の地震発生、直後に強い余震の恐れあり。

訓練目的：①地区内の被害状況を迅速に把握し、本部へ集約する。

②電話や無線などが繋がりにくい状況を想定した伝達手段の習熟を図る。

③「収集→報告→集約→判断→周知」の一連の流れを確認する。

確認事項：地区の規模（世帯数や班の数）

主に使用する伝達手段（電話、LINE など）

特に解決したい課題（高齢者への伝達が難しい、若年層の参加が少ないなど）

### 2. タイムライン

時間	状況・イベント	実施内容
09:00	発災（地震発生）	サイレンで訓練開始、避難所開設
09:10	情報収集開始	各班が担当エリアを巡回し、被害状況を収集
09:20	伝達訓練（第1報）	各班から本部へ報告（電話、伝令の併用）
09:30	追加情報付与 （※重要）	本部へ「A地区で倒木により通行不可」 「B宅で負傷者発生」の追加情報が入る
09:40	状況判断・周知	本部が集約した情報をもとに優先順位を判断 周知の徹底
09:50	振り返り（反省会）	訓練の課題や情報の伝達ミスがなかったかを 確認

### 3. 訓練に+ワンポイント

☆「わざと情報を混乱させる」仕掛けを入れる

訓練をよりリアルにするため、一部の参加者に対して「意図的な障害」を設定します。

（例）

通信障害→「〇〇班の電話が繋がらない」という状況を設定し、あえて「伝令（走って情報を届ける）」という方法を使う。

誤情報の混入→噂話レベルの未確認情報（例：「〇〇宅の前の道が通れない」）を混ぜ、本部が「事実なのか、推測なのか」を確認・検証するプロセスを訓練項目に入れる。

☆情報収集シートを作成する

集めた情報を正確にまとめるためのシートを作成してみましょう。

記入項目→場所／日時／被害状況（建物・道路・人的）／応援要請の有無／報告者名

メリット→「何を報告すべきか」が明確になり、報告時間の短縮につながります。

☆「振り返り（フィードバック）」をする

「情報が本部まで届くのに、最短でも〇分かった」、「専門用語が多くて理解に時間がかかった」、「地図が古く、被害場所の特定に手間取った」といった具体的な反省点を共有し、課題解決につなげましょう。

## 【初期消火訓練】

### 1. 概要

想定火災：住宅密集地での調理中に出火、初期段階の火災。

訓練目的：①消火器の正確な取り扱いと役割分担（通報・運搬・消火）を習得する。

②「初期消火の限界」を理解し、無理な消火を避ける判断基準を持つ。

③近隣協力体制（バケツリレーや応援要請）を確認する。

### 2. 訓練のタイムライン

時間	状況・イベント	実施内容
09:00	火災発生告知	「〇〇宅から出火！火事だー！」の声出して開始
09:05	初期消火連携	第1発見者が通報、周囲へ周知 消火班が駆けつける
09:10	消火実施	訓練用水消火器を使用し、火元（的）を狙う
09:15	バックアップ	消火器で対応できない場合を想定し、バケツリレーを開始
09:20	避難判断訓練	「天井に火が回った」との想定で、即時消火中止・避難へ切り替え
09:25	振り返り	消火器の配置場所や操作のコツについて再確認

### 3. 訓練に+ワンポイント

#### ☆「判断の練習」を組み込む

単なる「消火器の噴射体験」で終わらせず、「消火するか、逃げるか」の分かれ目を訓練に含めます。

「天井に火が届いたら即撤退」というルールを訓練参加者に周知し、訓練中に指導者が「これ以上は危険！」と声をかけ、全員で速やかに避難地点へ移動する練習を行います。

#### ☆「役割分担」の徹底

火災時はパニックになりやすいため、役割を固定した連携を練習します。

通報担当→119番への電話（または模倣）と、近所への大声での周知。

運搬担当→消火器やバケツを火元へ運ぶ。

消火担当→風上から消火器を操作する。

支援担当→逃げ遅れ防止のための声かけと、避難路の確保。

#### ☆地域の特性に合わせた「次の一手」

消火器が足りない場合を想定し、「水道ホース」や「バケツ」を使った補助的な消火手段も併せて訓練します。地域にある井戸や公園の水道など、水利の場所を再確認する機会にもなります。

#### ☆火災現場を想定した「連携ロールプレイング」の導入

役割をローテーションすることで、誰が火元に立っても動ける体制を目指します。また、消火を諦めるタイミング（天井への延焼）を具体的に提示し、命を最優先する避難判断の徹底を図ることができます。

## 【応急手当などの訓練】

### 1. 概要

想定災害：地震による家屋の一部損壊と、家具転倒による負傷者の発生。

訓練目的：①安全な場所への負傷者の移動（搬送）方法を習得する。

②身の回りにある物品（毛布、タオルなど）を活用した応急手当を習得する。

③「救助の優先順位（トリアージ）の考え方」を理解する。

### 2. タイムライン

時間	状況・イベント	実施内容
09:00	状況設定	「家具が倒れ、足に怪我をした住民を発見」という想定
09:10	安全確認・通報	二次災害（余震など）の危険がないか確認し、助けを呼ぶ
09:20	応急手当訓練	毛布で担架作成、三角巾代わりにのタオルで止血・骨折処置
09:35	搬送訓練	複数名で協力し、安全な場所へ移動させる（搬送法の体験）
09:50	振り返り	道具の不足や処置にかかった時間の課題を確認

### 3. 訓練に+ワンポイント

☆「身近なもの」の代用活用

専門的な救急用具がなくても対応できる技術を盛り込みます。

担架：毛布と竹竿（または頑丈な棒）で作る、または毛布のみで引きずる方法。

止血・固定：タオルやTシャツを裂いて包帯代わりにし、雑誌や段ボールを添え木にする。

搬送：毛布を使った「座ったままの搬送」や、複数名での「背負い搬送」など。

☆「トリアージ」という概念の導入

限られた人数で多くの負傷者がいた場合、誰から助けるべきか？という判断を練習します。

「軽傷者」「重傷者」「動けない人」を想定し、「まずは呼びかけに反応できる人を安心させる」「大怪我の人には直接触れず、止血を優先する」などの判断基準を共有します。

☆「二次災害の防止」を最優先にする

救助に向かう側が負傷しては意味がありません。

「自分が怪我をしないための安全確認」が訓練の最初のステップであることを強調します。

## 【避難訓練】

### 1. 概要

想定災害：震度5強以上の地震発生。その後、地元の指定避難所へ移動。

- 訓練目的：①「避難経路の安全性」の確認→通学路や避難路に潜む危険箇所を洗い出す。  
②「避難行動要支援者」への対応→高齢者や障害を持つ方への補助を実践する。  
③避難所運営の初動→避難所受付や名簿作成の流れをシミュレーションする。

### 2. タイムライン

時間	状況・イベント	実施内容
09:00	発災・一次避難	自宅内での安全確保（机の下に隠れるなど）
09:15	安全確認・移動開始	自宅から避難所へ徒歩で移動 各班で近所の安否確認
09:30	障害物の遭遇 （仕掛け）	経路上に「通行不可（コーンなど）」を配置 迂回を判断
09:45	避難所到着・受付	避難所での受付・名簿記入 班ごとの人数報告
10:00	振り返り	避難路に感じた危険や所要時間の共有

### 3. 訓練に+ワンポイント

☆「避難の途中」に仕掛けを作る

ただ目的地を目指すだけでなく、途中に「障害」を設定します。

通行止め訓練→「この道は倒壊の危険があるため通行不可」という看板を設置し、別の安全なルートを班単位で話し合って選択する。

避難者役の配置→「足が痛くて歩けない人」役を演じてもらい、周囲の住民がどのようにサポートして連れて行くか（背負う、あるいは毛布で運ぶ）を練習する。

☆「マイ避難」と「共助の避難」の両立

個人の避難（マイ避難）だけでなく、コミュニティとしての連携を確認します。

安否確認カード→玄関先に掲出する「安否確認タオル/カード」を実際に掲出し、班長がそれを確認しながら避難所へ向かう仕組みの徹底。

情報の集約→避難所へ到着した際、班ごとに「未避難者は誰か」「誰がどのような支援を必要としているか」を本部へ伝えるフローを確立する。

☆避難所開設シミュレーション

避難所に到着したら「終わり」ではなく、「避難者としてどう過ごすか」をあわせて練習します。

避難者名簿への記入、居住スペース（パーティション）の配置、ペット同伴者の受付スペース確認など、「避難所開設の第一歩」を住民の手で行います。

避難訓練は、「いつものルートを歩くだけ」になってしまい、マンネリ化しがちです。実際の災害では道路の寸断や停電が予想されるため、柔軟な判断力を養う訓練が必要です。

## 【給食・給水訓練】

### 1. 概要

想定状況：震災3日目。ライフラインが停止し、支援物資（食料・水）が到着し始めた。

訓練目的：①給水・配給の「公平な仕組み」と「混乱を防ぐ動線」を確立する。

②限られた物資の「在庫管理」と「必要量把握」の練習をする。

③高齢者や要配慮者への優先的配慮のシミュレーションをする。

### 2. タイムライン

時間	状況・イベント	実施内容
10:00	物資到着想定	給水車（または給水タンク）到着 食料（アルファ米など）の配布準備
10:15	受付・整理券配布	避難者への整理券配布と、待機列（動線）の整備
10:30	配給開始	「水」「食料」の配布体験 アレルギー対応などの確認
10:45	トラブル対応 （仕掛け）	「水が足りなくなった」「列の割り込み発生」 などの想定トラブルへ対処
11:00	振り返り	在庫管理の課題と、配給ルートの改善点検討

### 3. 訓練に+ワンポイント

#### ☆「待ち時間」と「動線」の可視化

配給は人が密集しやすいため、「密を避けるための受付・列の整理」が訓練の肝です。

動線訓練→床にテープで矢印を貼り、入り口から出口まで「一方通行」で流れるように動線を確保する。

整理券の運用→闇雲に並ばせるのではなく、班ごとに時間を区切って配布する手法を体験する。

#### ☆「必要数」を正確に把握するトレーニング

災害時、最も困るのが「人数分足りない」「予備が分からない」という状況です。

在庫管理表→「今ある量」「配布した量」「残り」を常にホワイトボードなどに掲示し、本部が一目で状況を把握できる管理手法を訓練します。

「見えない被災者」への配慮→避難所に来ていない在宅避難者への配分をどうするか、という話し合いも重要な訓練要素です。

#### ☆アレルギー・要配慮者対応

情報カード→避難者名簿と連携し、「アレルギー食が必要な人」「柔らかい食事が必要な高齢者」のリストを事前に作り、配給時に確実に手渡せるか確認します。



**【お問い合わせ先】**

〒708-0392

鏡野町竹田 660 番地

鏡野町役場 暮らし安全課

電話：0868-54-2621