

自主防災活動

の 手引き

地域で守る！わたしたちのまち

自主防災活動の手引き

～ はじめに ～

近年、全国各地で大規模災害が発生している中、被害の拡大を防ぐには、「自助」「共助」「公助」の連携が必要です。特に「自助」「共助」の連携を強化するためには、“自主防災組織”による継続的な防災活動がたいせつです。

この手引きでは、自主防災組織の基礎知識や実践的な活動内容について紹介しています。

基礎編

自主防災組織って何? P.2
どんな活動をするの? P.3

実践編

自主防災組織の体制 P.5
自主防災組織の役割 P.7

資料編

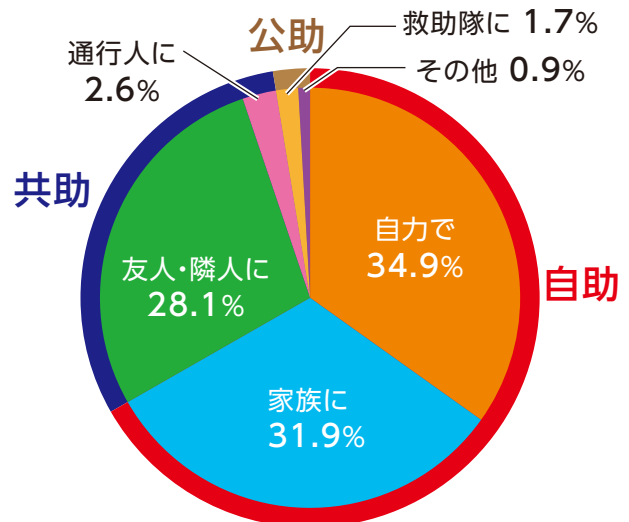
地区防災計画を作ろう! P.11
訓練・研修を行おう! P.12
知っておこう!応急処置 P.13

自主防災組織って何？

自助・共助を強化するための組織です

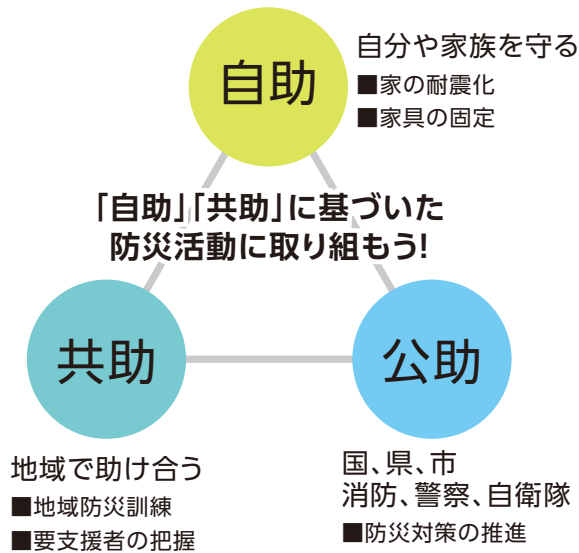
阪神・淡路大震災のときに、**9割以上**の方が、自力または家族、友人・隣人によって倒壊した家屋の下などから救出されています。

誰に救助されたか？



出展：日本火災学会「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」

大規模な災害では、行政の救助や支援が届くまでに時間がかかります。だからこそ、「自助」「共助」に基づいた防災活動が重要となります。



あるとどんなことが？ 自主防災組織があるメリット

迅速な避難を可能にする

日頃から避難訓練を実施することで、迅速な避難を行うことができる

この道から〇〇小学校に避難してください！！



的確な安否確認ができる

日頃から安否確認のルールを決めておき、避難のときに支援が必要な住民のリストを作成しておく、限られた人数でも効果的に安否確認を行うことができる

あそこの家に住むおばあちゃんは大丈夫かしら！



避難所の運営が円滑になる

避難所のルールや情報の共有がスムーズにでき、地域のことをよく知る人たちだからこそ、細やかな対応もできる

お互いさまで頑張りましょう！



どんな活動をするの？

平常時の活動(例)

1 災害に備えるための活動

- 防災資機材の整備
- 備蓄品の管理



2 被害を軽減するための活動

- 地域の危険箇所の把握
- 地域の避難路、避難場所の把握
- 防災マップの作成
- 避難行動要支援者の把握

3 災害時の活動の習得

- 消火訓練
- 避難訓練
- 給食給水訓練



4 普及・啓発活動

- 防災講演会の開催
- 火気を使用する器具の点検・整備の呼びかけ
- 他の団体との連携の促進

災害時の活動(例)

1 情報収集・伝達活動

- 被害情報・救援情報の収集と伝達
- 防災機関との連絡

2 被害を軽減するための活動

- 消火器などによる消火活動

3 避難誘導活動

- 住民の避難所への誘導
- 住民の安否確認

4 災害時の活動の習得

- 負傷者の救出救護
- 医療機関への連絡
- 介助が必要な人への手助け

5 給食給水活動

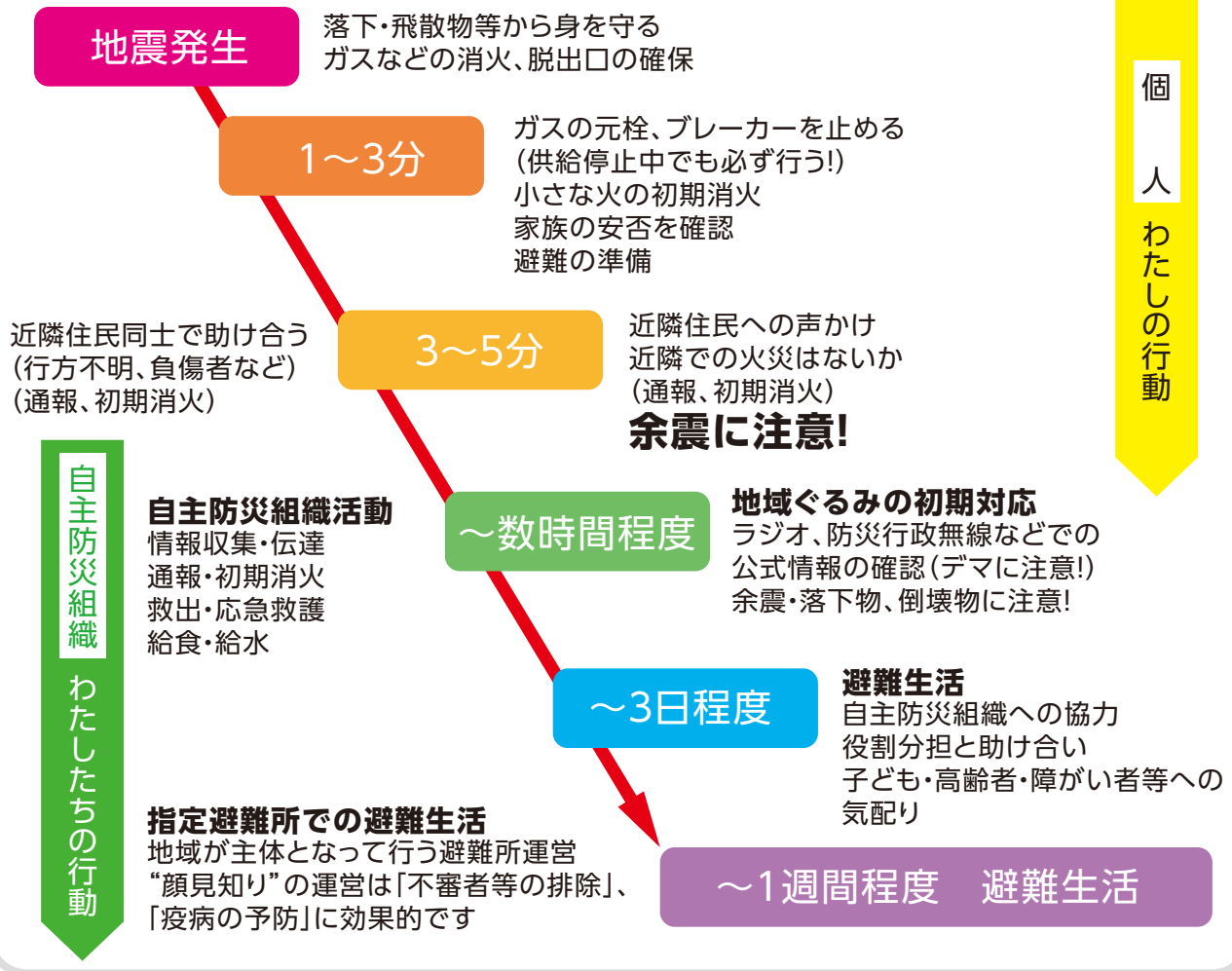
- 食料、飲料水の調達と炊き出し
- 救援物資の受領、分配





災害時、実際には こんな行動をとることになるよ

地震発生時における時間ごとの行動



みんなで助け合おう! 災害時要配慮者、避難行動要支援者とは?

災害時要配慮者

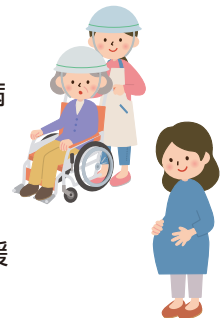
避難行動 要支援者

災害時要配慮者とは・・・

災害時に特に配慮を必要とする高齢者、障がい者、難病患者、乳幼児・妊婦、外国人などの方です。

避難行動要支援者とは・・・

災害時要配慮者のうち、災害発生時の避難等に特に支援を必要とされる方で、下記の対象にあたる方です。



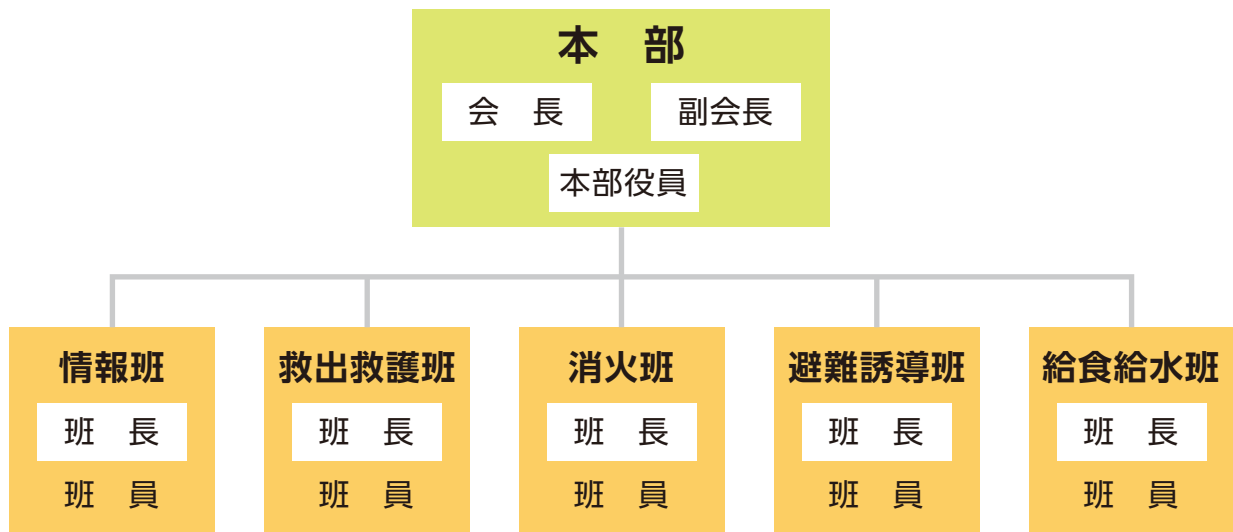
- 65歳以上で一人暮らしの者
- 65歳以上の者のみで構成される世帯の構成員
- 要介護認定3～5を受けている者
- 身体障害者手帳1-2級(総合等級)の第1種を所持する
身体障害者(心臓、じん臓機能障害のみで該当するものは除く)
- 療育手帳Aを所持する知的障がい者
- 市の生活支援を受けている難病患者
- 上記以外で希望し市長が支援を認めた者

自主防災組織の体制

災害が発生したとき、自主防災組織における役割分担は下表のとおりです。誰がどの役割を担当しても、ある程度対応ができるよう、全員にその役割を周知しておくことが大切です。

役割分担	主な活動内容
各家庭	<ol style="list-style-type: none"> 1. 出火防止・初期消火 2. 情報収集 3. 非常持出品の確認 4. 自主防災組織への協力
本部役員	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自主防災組織本部の設置 2. 地域の情報、被害状況のとりまとめ 3. 他の自主防災組織との連絡調整 4. 市や関係機関との連絡調整
情報班	<ol style="list-style-type: none"> 1. 地域への情報伝達・広報活動 2. 被害状況・注意事項の伝達 3. 災害支援活動の実施状況の伝達
救出救護班	<ol style="list-style-type: none"> 1. 避難行動要支援者への支援 2. 負傷者の把握・救出 3. 救護所設置への協力 4. 応急救護活動
消火班	<ol style="list-style-type: none"> 1. 出火防止の活動（火気使用の制限、出火防止の注意・指導） 2. 初期消火活動 3. 火災発生状況の把握
避難誘導班	<ol style="list-style-type: none"> 1. 地域内の道路状況の把握 2. 避難誘導 3. 避難所における避難者の誘導・指導
給食給水班	<ol style="list-style-type: none"> 1. 地域内の必要物資の把握 2. 物資調達、物資の配布 3. 生活関連物資の管理 4. 炊き出しの実施

組織図



大規模災害に伴い避難所が開設された時は、自主防災組織は**避難所運営委員会**の**運営班**として、活動することになります。

自主防災組織		避難所運営委員会(例)
本部役員	→	委員長・副委員長、総務班
情報班	→	避難者情報管理班、情報提供班
救出救護班	→	生活支援班
消火班	→	自警班
避難誘導班	→	衛生班
給食給水班	→	食料・物資班

※避難所の運営については、「[羽島市避難所運営ガイドライン](#)」や、各地域にて作成された「[避難所運営マニュアル](#)」をご参照ください。

自主防災組織の編成の見直しを!!

毎年4～5月にかけて、危機管理課から自主防災組織活動計画書の作成をお願いしています。その際、地域で話し合いの上、編成表の見直しを行ってください。



平常時の活動(例)

各家庭

- 安全な環境づくり
(家具の転倒防止、窓ガラスの飛散防止、ブロック塀等の点検)
- 出火・延焼の防止
- 非常持出品・備蓄品の準備

本部

- 地域の現状把握
- 地域の防災訓練の実施
- 避難行動要支援者の把握
- 他の団体との連携の促進

情報班

- 防災意識の普及と高揚
- 地域の情報伝達訓練の実施



救出救護班

- 各家庭の安全対策指導
- 危険箇所の把握と改善指導
- 避難行動要支援者の把握
- 救助工具の管理・整備
- 救出(救助工具使用)訓練

消火班

- 各家庭の出火防止対策の指導
- 消火用具の所在の確認及び整備
- 初期消火訓練の実施

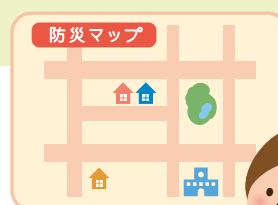


避難誘導班

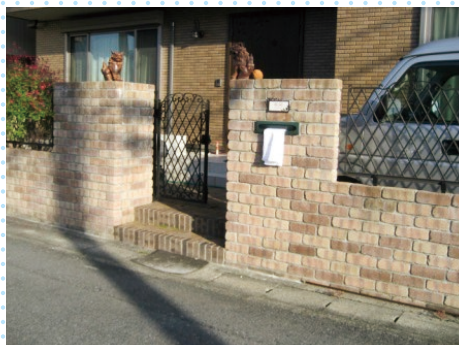
- 一時避難場所や避難所の周知
- 避難用具の整備
- 避難誘導訓練の実施

給食給水班

- 各家庭の非常持出準備の指導
- 炊き出し資機材の整備
- 炊き出し訓練の実施



活動事例① 正木町新井区防災訓練



「白いタオル運動」の安否確認を行っています。各班長は担当する班の家を見て回り、白いタオルが玄関先に掲げられているかをチェックし、結果を本部(公民館)へ報告する訓練です。そのほか、情報伝達訓練、初期消火訓練、簡易担架による搬送訓練、AEDを使った救急救命訓練、救出訓練、携帯トイレの説明、炊き出し訓練、支援物資供給訓練を実施しています。

<白いタオル運動とは>

災害時の安否確認方法の1つであり、白いタオルを玄関先に掲げることで、その家の人の安全を表示するものです。タオルが掲げられていない家は、その家の人がタオルを掲げられない(安全ではない)状態にあると判断します。安否確認の際、タオルを掲げている家は安否確認を省略し、次の家を調査できるため、時間短縮を図ることができます。

活動事例② 竹鼻町防災スポーツフェスティバル



「地域の助け合いは、心と心の結びつき」をスローガンに、地域住民が交流しながら防災に関する体験を通して、減災、防災力を学ぶ機会として開催しています。

種目については、速さを競うのではなく、安全性・正確性を競う競技「担架で安全搬送」、高齢者・女性・男性・子どもが1組となり、「火事だー!」「早く逃げてー」など、災害に関連する言葉を測定器に向かって叫び、いざという時にも大声が出せるようにする「火事だー!大声競争」や防災借り物レース、新聞紙スリッパ作り体験、親子水消火的あてゲーム、バケツリレー、真空パック米の炊き出し体験など、家族で地域の人々と交流しながら楽しく学ぶことができます。

災害時の役割



各家庭(地震の心得10箇条)

- ① まず身を守る
- ② 素早く火の始末
- ③ 非常脱出口の確保
- ④ 火が出たらまず消火
- ⑤ 避難する前に火元の確認
- ⑥ 避難するときはあわてず
- ⑦ 狭い路地、塀ぎわ、川べりには近寄らない
- ⑧ 乳幼児や高齢者などの安全確保
- ⑨ 避難先や家族の安否情報をメモ
- ⑩ 避難は徒歩で

本部

「自主防災組織本部の設置」

- 活動できる要員や資機材の確認

情報班

「情報収集と伝達」

- 地域の被害状況の把握
- 市からの伝達事項を地域に周知する

救出救護班

「救出救護活動」

- 負傷者や閉じ込められた人の発見・救助
- 避難行動要支援者の安否確認



消火班

「初期消火活動」

- 火災発生状況の把握
- 初期消火活動の実施



避難誘導班

「避難が必要な場合の誘導」

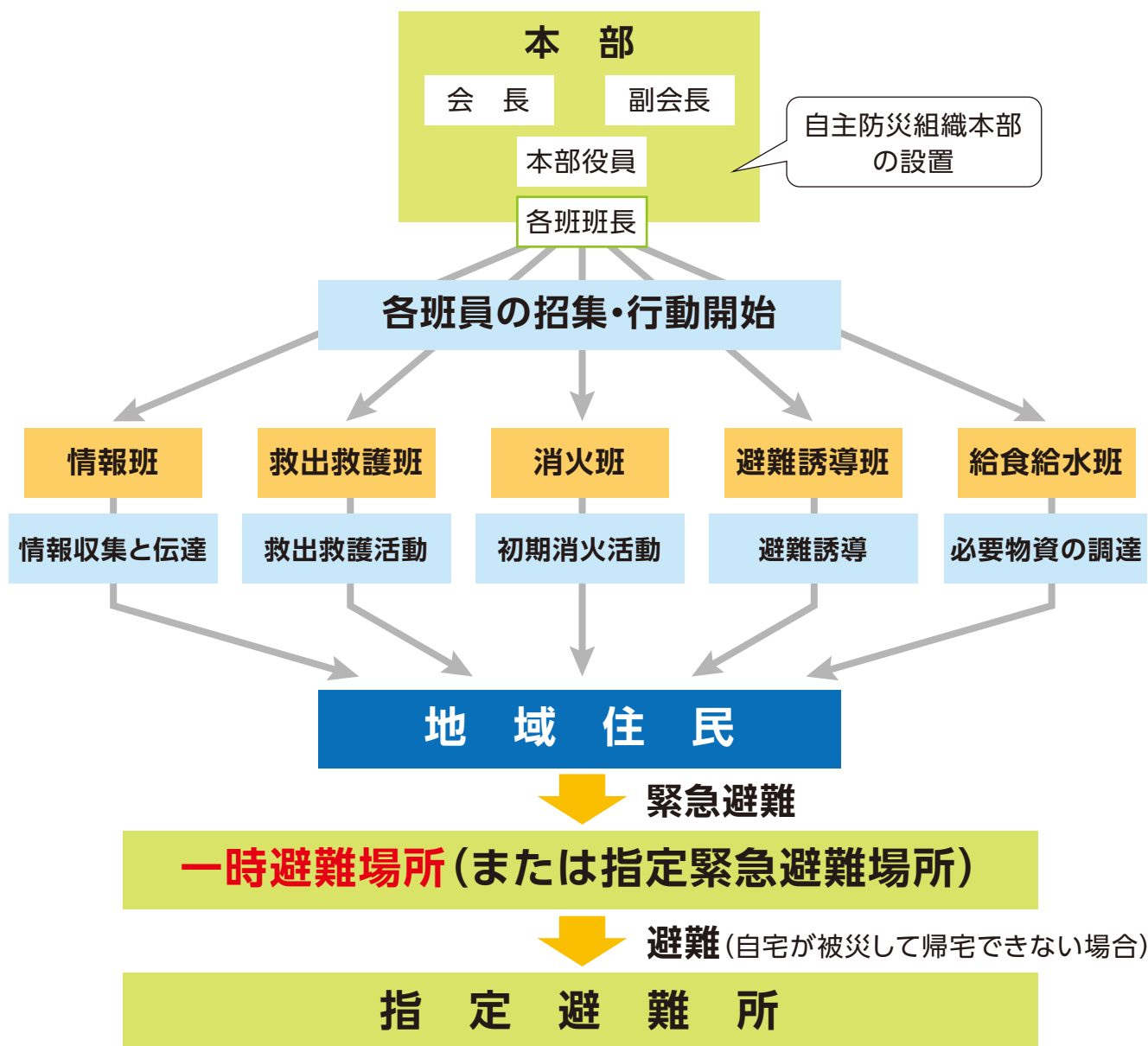
- 避難が必要な場合、地域内の道路状況を確認し、安全に避難できるように誘導する

給食給水班

「必要物資の調達」

- 地域内で必要な物資を把握して調達を行う
- 炊き出しの実施

おおまかな流れ



※一時避難場所(いつときひなんばしょ)とは・・・

自主防災組織や自治会が、地域で組織的避難を円滑に行えるように、一時的に集合して待機する場所

自主防災活動の注意事項

- ◆地域によって人手が足りないなど事情が異なりますので、可能な範囲で自主防災活動を行いましょう
- ◆自主防災活動を行う際、二次災害にじゅうぶん注意しましょう
- ◆災害の種別に応じた自主防災活動を行いましょう

地区防災計画を作ろう!

先進事例 「竹鼻南地区防災計画」

竹鼻南コミュニティセンターでは、これまで独自に実施されてきた防災活動を、平成27年12月に「竹鼻南地区防災計画」としてまとめ、防災活動の継続と新たな防災活動の推進が図られています。

対象範囲：矢熊、川口、渡瀬、北海戸、下土手、下之城、飯柄、八幡、蜂尻、駒塚(10自治会)

基本方針：地域防災力の継続的な向上による災害に強い安全安心で明るい地域コミュニティの形成

活動目標：①防災訓練の実施(5月の第4日曜日)
②災害時避難所の確保と必要物資・資材の確立
③要配慮者の把握と避難方法・支援の確立

長期的な活動予定：地区防災計画の継続実施、他地域との連携

「地区防災計画」策定までの流れ

事前準備

- 様々な場や機会を通じて、災害に対する備え(準備)の重要性について勉強してみましょう(学習会等に参加)。
- 計画策定のためのグループ(組織)を構築し、行政(市や消防等)に連携方法を確認します。

ステップ

1

工程確認

- 計画を策定する対象地区の地域の特性を把握し、起こりうる自然災害(リスク)を推定します。
- 「まち歩き」をして、各自発見したことを記録。図書館等で地史文献を参照活用しながら、「防災マップ」を作ります(※1)。
- 防災マップを使い、危険場所や避難場所等を共有し、計画策定のためのスケジュールや取組内容(避難・救助方法等)について話し合います。

※1)危険箇所や避難場所等を写真やイラストで記録してみましょう。

ステップ

2

策定前検証

- ワークショップ等を開催し、推定した自然災害(※2)による被害想定(課題抽出)を行います。そして、課題に対する減災対策を協議し、防災活動(訓練、備蓄、その他の共助支援策)等を計画した「計画素案」を作成します。
- 計画素案に基づく各種訓練を実施し、実行性を確認します。

※2)対象地区において過去発生した被害や他地区事例も調査してみましょう。

ステップ

5

計画の見直し

- 定期継続的に「まち歩き」や各種訓練、ワークショップやアンケート等を実施し、対象地区の全員が実行可能な計画となるように随時見直します(※5)。

※5)内容を見直した場合にはすぐに周知して情報を共有しましょう。

ステップ

4

「地域防災計画」へ

- 市防災会議に「計画」を提案します(地域防災計画への採用判断が行われます)。
- 採用後は、地区居住者等は当該地区防災計画に従い、防災活動の実施に努めましょう(※4)。

※4)災害対策基本法により、市町村防災会議は、必要があると認めるときには、市町村地域防災計画に地区防災計画を定めることとなっています。

ステップ

3

「計画」策定

- 計画素案を基に「計画」を策定し、対象地区の全員に共有します。(行政や防災士等知見者への協力要請を推奨(※3)します。)

※3)早い段階でアドバイスをもらおうと悩みが解消し易くなります。

全国の地区防災計画の取り組み事例について、内閣府のホームページで紹介されていますので参考にしてください。
【内閣府地区防災計画のホームページ】<http://www.bosai.go.jp/kyoiku/chikubousai/>

訓練・研修を行おう!

避難時の訓練(例)

避難訓練

避難路、指定緊急避難場所、指定避難所等の確認

避難経路上の危険箇所の把握

避難行動要支援者の把握



避難後の訓練(例)

避難所開設

避難所運営
(燃料調達、給食・給水、
情報収集・共有・伝達等)



応急対策訓練(例)

消火訓練

救命処置訓練
(心肺蘇生法、AED講習等)

防災資機材取扱訓練



他にも様々な訓練・研修があるよ!!

HUG(避難所運営ゲーム)

避難者の事情に応じて、避難所に見立てた平面図に適切に避難者を配置できるか、トラブルにどう対応するか等、避難所運営を模擬体験するゲーム

DIG(災害図上訓練)

地区に災害が発生したことを想定して、入手した情報を踏まえ、災害の状況、予測される危険等を大きな地図に記入する訓練

防災運動会

担架リレー、バケツリレー、土のう積みリレー、防災クイズ等防災をテーマにした運動会。地区の行事と共に実施したり、幅広い年代が参加することを想定

クロスロードゲーム

災害時の切迫した状況下での判断・行動について、多様な考え方があること、そのような状況への備えに気づきあうための二者択一式ゲーム

救出救護活動 その①

家具やガレキの下からの救出



倒壊した家屋からの救出



救出救護活動 その②

出血

- 清潔な布で出血箇所を完全に覆う
- やや強く押さえて止血
- 患部を清潔に保つため包帯を巻く

やけど

- 流水で患部を冷やす
水が出ない時は、水で濡らした清潔な布を頻繁に替えて冷やす
- 水ぶくれは破らない
- 消毒ガーゼやキレイな布を当てて包帯をする



骨折

- 骨折した所はしっかり固定して動かさない
- 骨が飛び出している場合でも元に戻さない
- 傷口を洗わない
- 固定が強すぎると血液の流れが悪くなり、危険な場合もあるので注意
- 観察のために、指先や足先が見えるようにしておく
- 出血している場合は、まず手当をする
- 副子(そえこ)を当て、痛くない位置で固定する
- 副子(そえこ)は骨折部分の上下の関節より長くする
- 骨が出ている場合は清潔な布を当て、シーツなどでくるむ

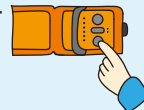
胸骨圧迫

- 1 胸の真ん中に手を重ね、垂直に体重をかける
- 2 胸骨が4～5cm下方に圧縮されるよう1分間100回のテンポで30回圧迫
- 3 30回圧迫後、人工呼吸を2回行う
- 4 1～3を一定間隔で繰り返す



AEDの使い方

- 1 AEDの電源を入れる
- 2 電極パッドを胸に貼る
※体が濡れていたら拭く
- 3 心電図解析中は傷病者に触れない
- 4 傷病者に触れていないことを確認し、ショックボタンを押す
- 5 AEDに従って操作する



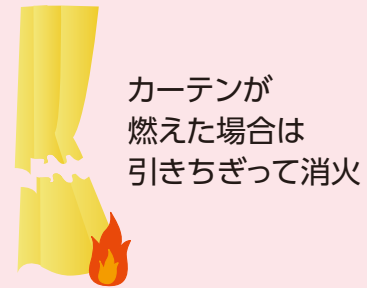
初期消火

消火器の使い方

消火器によるの初期消火活動



消火器がない場合は…



災害時要配慮者の避難誘導方法

誘導するだけでは避難できない人は、何らかの方法で安全な場所まで搬送する必要があります。

背負い

1人の人員で搬送可能ですが、背負われる人の体重と背負う人の体力により、困難な場合があります。

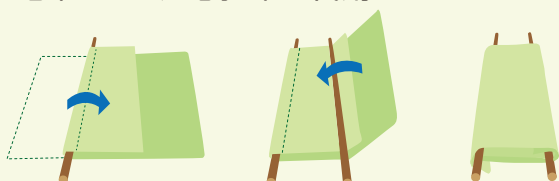


抱きかかえ



担架

2～4人の人員が必要です。特に階段等を降りる場合は安全性を考慮して最低4人の人員が必要になります。担架がない場合は、毛布による応急担架が代用できます。



1/3のところに棒をおいて、毛布を折り返してつくります。

マットレス・布団・毛布・シート・椅子など

担架がない場合は代用として使用できます。



困ったなあ・・・
どんな訓練・研修を
やればいいのか??



ぜひ、こちらをご活用ください

防災出前講座「防災を学ぼう！」をご希望の方へ

危機管理課もしくは生涯学習課までご相談ください。

- 羽島市を襲った災害の紹介
 - 災害が起きる前にできること
 - 災害時の行動について
 - 防災ワークショップ(HUG等)
 - 防災体験(地震体験車等)
- ※材料費・燃料費等、実費負担有

消火訓練指導、救命講習をご希望の方へ

消防署までご相談ください。

- 火災予防について
- 消火器の取り扱い方
- 応急手当
- AEDの使用方法
- 心肺蘇生法

※危機管理課・消防署で連携した講座も行っていますので、お気軽にご相談ください

羽島市市長室危機管理課 TEL058-392-9915