

自主防災組織のための 防災訓練マニュアル



令和6年度

扶桑町生活安全部 防災安全課

目 次

第1章 自主防災組織について

- ① 自主防災組織の役割 1
- ② 自主防災組織の活動 2
- ③ 活動の考え方 2

第2章 防災訓練について

- ④ 防災訓練とは? 4
- ⑤ 防災訓練の計画 4
- ⑥ 防災訓練の実施メニューとポイント 5
- ⑦ 地震避難訓練 9
- ⑧ 洪水避難訓練 10
- ⑨ 防災訓練の振り返り 11
- ⑩ 最後に 12

第1章 自主防災組織について

① 自主防災組織の役割

自主防災組織とは、地域の防災力を高め、起こりうる災害に対して自分たちの地域は自分たちで守るために、自主的に結成して防災活動を行う組織です。ひとたび大規模な災害が発生したときには、国、県、町などの行政や消防・防災関係機関の対応（公助）だけでは限界があり、被害が拡大する恐れがあります。このため、自分自身で自分や家族を守る（自助）とともに、普段から顔を合わせる近隣や地域の住民が互いに協力し合いながら活動に取り組むこと（共助）が必要です。

そして「自助」「共助」「公助」が効果的につながることで、地域の防災力が高まり、被害の軽減を図ることができます。

自主防災組織は、地域において「自助」と「共助」を推進する役割を担います。

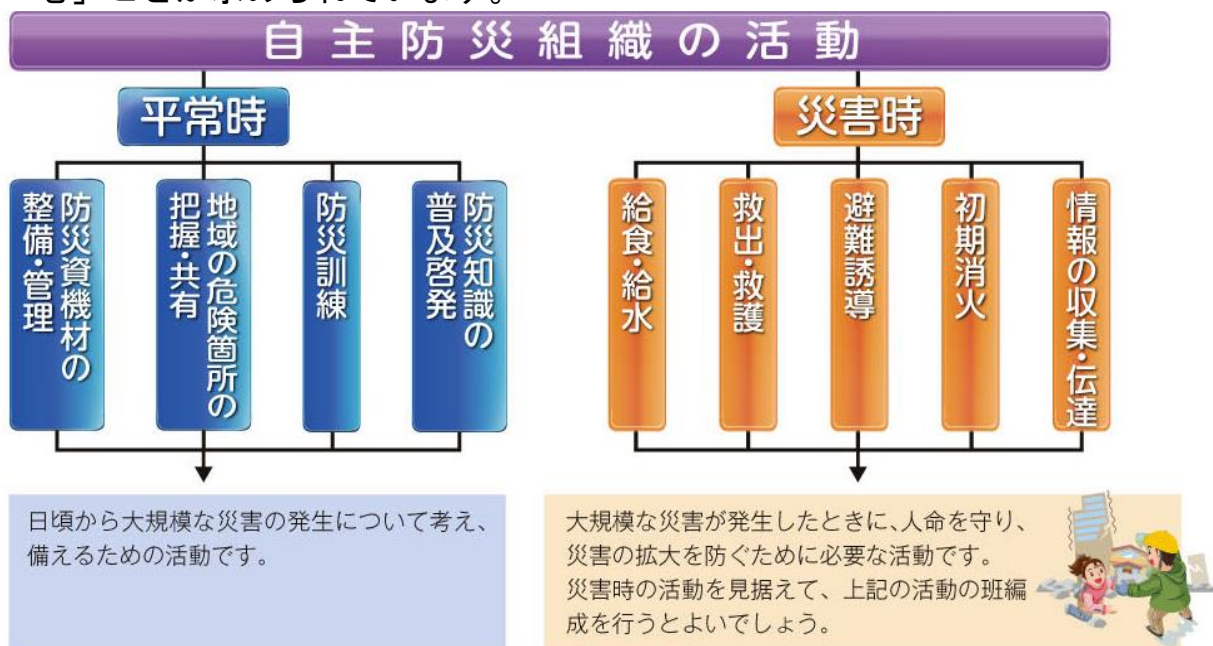


② 自主防災組織の活動

自主防災組織の活動は、平常時と災害時で区別されます。

平常時は、防災知識の普及・啓発、災害危険箇所の把握、防災訓練の実施、資機材などの備蓄・管理などに取り組みます。また、災害時には初期消火、避難誘導、情報収集・伝達、救出・救護、給食・給水、避難所運営などを展開します。

災害の発生にともなう地域の危険を想定し、消防団などと連携を図りながら、住民を守るために組織的な活動に取り組み「地域の防災力を育む」ことが求められています。



③ 活動の考え方

自分たちの住む地域では

- ① どのような災害（種類・規模）が起こるのか？
- ② 災害が発生したら、どれくらいの被害が生じるのか？
- ③ 被害に対して、地域のどこが弱いのか？
- ④ 地域の弱さに対して、どのような対応が必要なのか？
- ⑤ 対応するために、必要なことは何か？
- ⑥ 対応に必要なことは、今どうなっているのか？

地域で起こる災害と被害を具体的に考えた上で、地域の脆弱性（弱さ）に対して必要な対策を一つずつ講じながら検証していくことが重要です。

地域を知る

自分たちの暮らしている地域や地区を知ることが、防災活動上非常に大切なことです。

防災の視点でブロック塀の倒壊、ガラスの落下など危険と思われる場所や公共施設、地区公民館、公園、コンビニエンスストア、病院など災害が発生した時に役に立つ施設や避難場所がどこにあるかといったことなどを日頃から把握し、避難場所や避難所まで安全な避難経路を確認しましょう。

災害時には、あらかじめ決めておいた避難経路に問題が生じることも想定し、避難経路や避難場所は複数箇所選定し、実際の状況にあった最も安全な経路や場所を選択するようにしましょう。

災害を知る

地震、風水害の発生にメカニズムや引き起こされる災害、過去の災害事例等についての知識など、講師を招いた研修会などで習得し、災害から命を守る行動を考えることが重要です。

人を知る

地域にどのような人がどのような時間帯にいて、災害発生時に防災活動や避難支援行動がどの程度可能なのかを知っておくことが大切です。特に支援が必要な人（避難行動要支援者）は、役場や自主防災組織、社会福祉協議会などが協力して、個別避難計画をあらかじめ作成しておくとともに、防災訓練で実際の動きを確認しておきましょう。

避難行動要支援者とは・・・

高齢者、障がい者、乳幼児その他の特に配慮を要する者を「要配慮者」と定義され、このうち、自ら避難することが困難な者であって、その円滑かつ迅速な避難の確保を図るために特に支援を要する者とされています。

※要配慮者 災害対策基本法第8条第2項第15号

※避難行動要支援者 災害対策基本法第49条の10第1項

防災を知る

防災に関する講習会等、防災知識習得の機会をとらえ、一人一人が積極的に防災に関する正しい知識と身につけることが重要です。

第2章 防災訓練について

④ 防災訓練とは？

防災訓練とは、災害の発生に備えて事前に訓練することです。地域の危険を把握し、災害が発生した時に住民が適切な行動をとり、被害を軽減できるように取り組みます。

主な防災訓練としては、「個別訓練」「総合訓練」「体験イベント型訓練」「図上訓練」の4種類があります。

それぞれの地域の課題や目的に合ったやり方で、無理なく継続して実施することが大切です。

⑤ 防災訓練の計画

何事もまずは計画から始まります。下記の手順を参考に組み立ててみましょう。

1 災害特性と被害想定を確認しましょう

あらかじめ、地域の防災上の危険箇所や避難経路、避難場所等について学習し、防災の知識を深めながら訓練計画を立案しましょう。

2 目的を設定しましょう

地域でどのような対策や対応ができるか検討し、訓練の目的を設定しましょう

必要に応じて、災害ボランティアの方々や消防職員、消防団員、役場職員から助言や指導を受けることも検討しましょう。

3 担当者を決めましょう

担当者の人数は、訓練の規模等に応じて決めましょう。様々な視点から考えるために、女性や若い世代も担当者に含めましょう。

4 訓練の日時と場所を決めましょう

他の行事予定などと調整し、訓練の日時や場所を決定しましょう。

⑥ 防災訓練の実施メニューとポイント

防災訓練には、様々なメニューがありますが、ここでは代表的なものとポイントを紹介しますので、地域で想定される災害に合わせて訓練のメニューを決定しましょう。

情報収集・伝達訓練

災害の発生直後は、誰もが情報を必要としています。適切な判断と行動には正確な情報が不可欠です。いち早く地域の情報を収集し、正確に伝達する方法を訓練します。

① 情報収集訓練

災害発生後、地域の被害状況や住民の安否確認、自宅での生活が可能か、避難所での生活が必要かなどを調査し、収集した情報を正確・迅速に自主防災組織本部長や役場の災害対策本部に報告する手順などを訓練します。

自主防災組織の情報収集担当者を中心に地域の被災状況の情報を収集します。

現場や住民から被災状況を収集して「いつ・誰が・どこで・どのような理由で・どうなっているのか」などを聞き取りメモします。

収集した被災情報を整理して、自主防災組織本部に伝達します。

情報を記録・整理して町や防災関係機関に避難者や被害の状況等を報告します。

point

- 詳しい状況などが分からないときは、概要のみを第1報として速やかに報告します。
- 第2報以降は、できるだけ速やかに確認して報告します。
- 入手した情報は、情報源を必ず確認し、個人情報の場合は、外部へ漏らさないよう慎重に扱います。
- 報告担当窓口をあらかじめ決めておき、情報の取りまとめをします。
- 情報は残しておきます。

※自主防災組織本部長は、自主防災会長や町内会長を想定しています。

⑧ 情報伝達訓練

テレビ、ラジオ、インターネットなどで国、県、町などの防災関係機関等から得た情報や避難の呼びかけを、正確かつ迅速に住民に伝えるためのその手順を訓練します。

国、県、町などの防災関係機関等からの情報を想定し、ハンドスピーカー等で訓練用の情報を地域の住民へ伝達します。

自主防災組織本部長は、情報収集担当者や各班長等に訓練用の情報を伝達します。

地区を分担して住民へ避難開始等の情報を伝達します。(戸別訪問、ハンドスピーカー等)

情報収集担当者や各班長は、自主防災組織本部長に伝達完了や地域内の状況を報告します。

point

- 伝達は、難しい言葉は避け、簡単な言葉を使います。
- 口頭だけではなく、可能な範囲でメモ程度の文書も渡します。
- 正確に情報を伝達するため、受信者は復唱します。
- 数字や時間は忘れやすいので、伝達には特に注意します。
(メモなど書いたもの渡すなど正確に伝達します。)
- 各世帯へ正確な情報を効率よく伝達するためのルールを決めておきます。
- 視聴覚などに障害のある方への伝達には十分配慮します。

初期消火訓練

消火用バケツや消火器を使用した初期消火の方法や機材の使い方を習得します。

point

- 消火器の正しい使用方法や火災から身を守る方法など、必要に応じて、消防署や消防団から指導を受けます。

避難訓練

実際に避難経路を通して避難場所（避難所）に避難します。避難時の携行品や服装、誘導の方法等を確認し、担架、車いすなどを活用した避難行動要支援者の避難支援も実施します。点呼をとるなど一時的に集合する場所に集まってから避難場所（避難所）へ避難するなど、必要に応じた避難訓練を検討します。

地域の住民に「災害発生（訓練）」等の伝達をします。

各世帯では、火の元の点検後、安全な服装で非常持出品を持って、避難をします。

避難の際には、避難行動要支援者の避難支援も実施します。

避難場所（避難所）では、避難者数を確認し、不明者の安否確認を行います。

point

- 人から人へ避難を呼びかけます。
- 安全な場所や避難経路へ適切に誘導します。
- 避難中も、インターネットやラジオから情報を収集します。
- 避難開始から避難終了までの時間を計測します。
- 夜間や悪天候時には、避難や確認に更に時間を要します。
- 避難行動要支援者の状況を把握し、避難支援訓練を実施します。その際には、避難行動要支援者名簿などを活用します。



救出・救護訓練

多数の負傷者が出ることも想定し、倒壊家屋の下敷きになった人の救出方法や怪我をした人の応急手当の方法などの訓練をします。

訓練に使用する資機材を決め、事前の点検をします。

廃材などの使用する資機材以外に必要なものを用意します。

実際の救出現場を想定し、訓練を実施します。

point

- 救出や応急手当の訓練は、必要に応じて消防署などから指導を受けます。
- 自主防災組織で備えている資機材を確認し、使い方を習得します。

給食・給水訓練

限られた資機材を有効に活用して、食糧や水を確保し、効率よく配布する方法を訓練します。

給食・給水の担当者を決めます。

テントやテーブルなどを用意します。

釜などを使用して、炊き出しを行います。

皿や箸（使い捨て）を使用して、効率よく配布します。

point

- あらかじめ給食や給水の拠点を決めておきます。
- 日頃から各家庭で最低7日分の食糧と水を備蓄しておき、それらを活用した訓練をします。
- 町などからの救援物資をスムーズに配布できるよう仕分けや配布作業を分担します。



⑦ 地震避難訓練

(1) 地震避難訓練のポイント

地震は突然やってきます。その時落ち着いて適切な行動ができるよう訓練を実施しましょう。また、日頃から「その時はこうする」など地震発生時の行動を家族で話し合っておくことも大切です。

(2) 訓練実施の手順

避難場所

町が指定する避難場所や地区が独自で定めた場所へ避難します。

なお、点呼をとる場合など一時的に集合する場合は、安全を確保するため次の様な場所としてください。

- ① 広場（落下物や建物・看板・ブロック塀等の倒壊の影響がないところ）
- ② 耐震補強された建物

避難経路の選定

次のポイントを踏まえて避難経路を選定しましょう。

- ① 建物などの倒壊、落下物などの危険が無いところ
- ② 平常時と違い、災害時には建物などが倒壊したり、火災の発生などが考えられますので複数のルートを選定しておきましょう。また、夜間の避難も想定し、街路灯などの夜間照明が設置されている場所を経路としましょう。

図上訓練

- ① 地域の地図を見ながら、地震で倒壊しそうな建物や危険な箇所、避難に適切な経路、避難に支援が必要な人がいる場所等について話し合い、地震発生時のシミュレーションを行います。
- ② 地震により火災が発生する危険があります。水道が止まり消火栓の使用ができないことを想定し、消火器の設置場所なども確認しましょう。

避難経路の検証（まち歩き）

- ① 地区内の危険な場所や避難経路、避難に支援が必要な人のいる場所について実際に歩いて確認します。
- ② 消火栓など消防水利の場所を確認し、火災の際にはどのような消火活動ができるか検討しましょう。

避難訓練の実施、検証

- ① 避難に要した時間や避難経路を記録します。
- ② 避難訓練終了後、計画したとおりに訓練ができたかなどについて検証します。
- ③ 避難の時に気付いたことを話し合い、よりよい避難経路を検討します。

⑧ 洪水避難訓練

(1) 洪水避難訓練のポイント

台風や豪雨による洪水は、天気予報により発生時期や規模をある程度予測することができます。日頃から天気予報を気につけ、台風の接近や豪雨が予測された時には、早めの準備をし、危険と判断したら、早めに避難できるように訓練を実施しましょう。

夜間や荒天時に避難することも想定し、避難経路を選定しましょう。
(激しい風雨等で外出することが危険な場合は、家の2階や安全な場所へ避難するよう指示する場合があります。)

(2) 訓練実施の手順

避難場所

町が指定する避難所や地区が独自で定めた場所へ避難します。

避難経路の選定

- ① 浸水する場所は避けること。
- ② 高い場所や浸水しないところを通ること。
- ③ 水路のある場所は避けること。
※夜間の避難も想定し、街路灯などが設置されている経路を選定しましょう。

図上訓練

- ① 防災マップで地域の浸水想定区域を確認します。
- ② 地域の地図を見ながら、洪水時に危険な箇所や避難に適切な経路、避難に支援が必要な人がいる場所等について話し合い洪水時のシミュレーションを行います。

避難経路の検証(まち歩き)

- ① 図上訓練で話し合った地域内の危険な場所や避難経路、避難に支援が必要な人がいる場所について実際に歩いて確認します。
- ② 土地の高低や用水路などの位置を確認します。
- ③ 浸水時に危険となる避難経路上の側溝や用水路の位置を確認します。

避難訓練の実施、検証

- ① 避難に時間のかかる人や避難行動要支援者も、実践的な避難をします。
- ② 避難に要した時間や避難経路を記録します。
- ③ 避難訓練終了後、計画したとおりに訓練ができたかについて検証します。
- ④ 避難の時に気が付いたことなどを話し合い、よりよい避難方法について検討します。

⑨ 防災訓練の振り返り

訓練を終えたら、担当で振り返りを行い、訓練の評価や今後の改善点をまとめておきましょう。

手順 1

訓練の実施後に参加者の感想や意見の聞き取り

point

可能であれば、訓練参加者にアンケートなどを実施し、参加者の情報（性別、年齢、訓練参加回数など）や訓練の内容（時間、訓練種目、意識、課題など）について率直な感想や意見を聞きましょう。

手順 2

担当が集まる機会を設定する

point

訓練の実施後（概ね2週間以内）に各担当が集まる機会を設けましょう。アンケートなど参加者への聞き取り資料は大切に保管しておきましょう。

手順 3

参加者の感想や意見を集約する

point

アンケートなど参加者への聞き取り結果を集約しましょう。数が多い場合は事前に手分けして、項目ごとにまとめた結果を集約しましょう。

手順 4

集約した結果を分析し、訓練の振り返りを行う

point

集約した結果の分析とともに、各担当者同士でも訓練当日の設営や運営、スケジュールなどを振り返り、手応えや反省点について意見交換しながらまとめましょう。

手順 5

訓練の評価や改善点をまとめ、次回の訓練に活用する

point

参加者の感想や意見、各担当者同士の意見交換などを通じて訓練を振り返り、評価と改善点についてまとめましょう。また、まとめた資料は、次回の訓練の計画などに活用しましょう。

⑩ 最後に

**継続的な訓練の
実施が必要**



協力関係機関

- ・ 防災ボランティアD・サポート丹羽
- ・ ふそう災害ボランティアセンターの会
- ・ 社会福祉法人扶桑町社会福祉協議会
- ・ 扶桑町消防団
- ・ 丹羽広域事務組合消防本部
- ・ 丹羽消防署
- ・ 扶桑町役場

● 問合せ 扶桑町生活安全部防災安全課
TEL 0587-92-4110 (ダイヤルイン)