参加しよう

活性化させよう

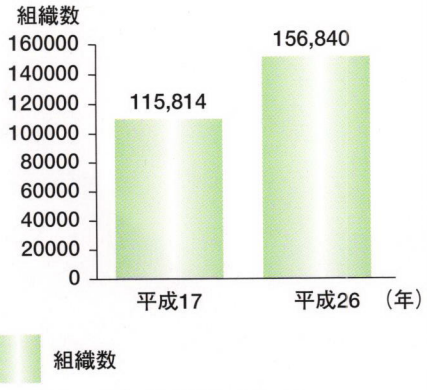
## 災害からみんなのいのちを守る

# 自主防災活動

監修／早稲田大学教授「地域社会と危機管理研究所」
所長 浦野正樹

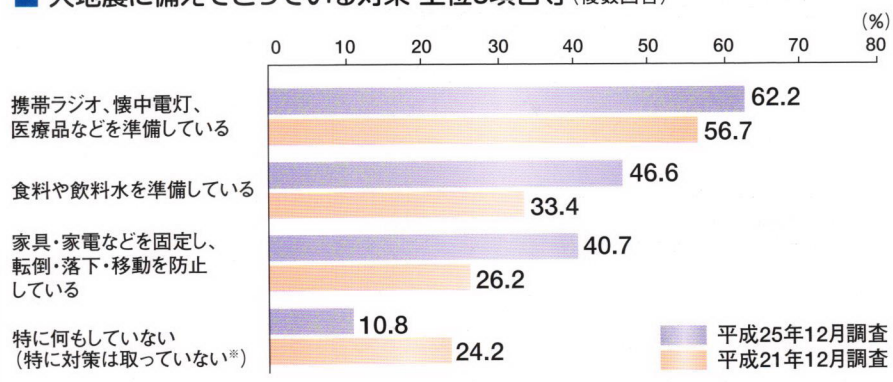
平成７年に起きた阪神・淡路大震災では、約6,400人を超える尊いいのちが犠牲になった一方で、２万人以上の人が、倒壊した家屋の下や転倒した家具の下敷きになった状態から、隣近所の人たちによって救出されました。この震災を契機に、私たちは地域における防災活動の重要性、自主防災組織の必要性に気づかされ、同震災後は、全国各地で自主防災組織が結成されました。そして、平成23年３月11日に起きた東日本大震災では、巨大地震とそれに伴う大津波によって多くの尊いいのちが奪われた一方で、自主防災組織が機能した地域では、住民を高所へと避難させ、全員無事に助かったところもあります。東日本大震災以降、自主防災組織の存在感が高まっていますが、現在、自主防災組織に関しては構成員の高齢化や後継者不足、コミュニティ意識の希薄化などによる活動の停滞など多くの課題が見受けられます。東日本大震災を契機に、もう一度、自主防災活動の大切さを知り、積極的に参加していきましょう。

■ 自主防災組織の推移（各年4月1日現在）




資料：平成26年版消防白書を基に作成

■ 大地震に備えてとっている対策 上位3項目等（複数回答）




資料：平成26年2月「防災に関する世論調査」（内閣府政府広報室）を基に作成
※平成21年12月調査では「特に対策は取っていない」との選択肢を掲示。

一宮市総務部行政課危機管理室

# 防災・減災の要となる「共助」

災害が起きたときに必要な助けや支援には「自助」「共助」「公助」の三つがあります。そのなかでも、住民自身が協力して自分たちの身を守る「共助」が防災の要といえます。災害時、一刻も予断を許さない状況では、自分たちで自らの身の安全を守り、隣近所の人たちと協力して被害にあった人たちを救助・救援しなければなりません。そのために町内会や自治会単位等で組織される自主防災組織の役割が大切になるのです。

## 自助

**自助**とは、**「自らの身は自分で守る」**ということ。普段から災害に関する知識を身につけ、災害を正しく理解し、何を備えておけばよいかを考え、災害に対する準備をしておいてください。

### たとえば・・・

◎自宅に安全な空間をつくる。
◎地震の揺れのなかでは、真っ先に命を守る行動をとります。
◎揺れがおさまったとき、目の前で火災が発生していたら、ただちに消火します。

## 公助

**公助**とは、自治体の機関（消防、警察など）、消防団、自衛隊などの活動のことです。

### たとえば・・・

◎市区町村はもちろん、各機関とも、災害の発生からできるだけ早く、すべての能力を応急対策活動にあてられるよう備えています。

## 自主防災組織はなぜ必要なのでしょうか？

自主防災組織とは、地域住民が連携し防災活動を行う組織のことをいいます。日ごろは、①防災知識の普及啓発、②防災訓練や地域の防災安全点検の実施、③防災資機材の備蓄といった活動に取り組みます。そして、いざ災害が起きたときには、①負傷者の救出・救護、②初期消火活動、③住民の避難誘導、④避難所の運営などに従事します。

特に大地震のような大規模な災害時には、交通網の寸断、通信手段の混乱、同時多発の火災などで、消防や警察なども、同時にすべての現場に向かうことはできません。そのような事態に備え、地域住民が連携して地域の被害を最小限に抑えることが自主防災組織の役割です。あなたとあなたのまちを守るために自主防災活動へ積極的に参加し、「災害に強いまち」をつくりあげましょう。

# 共助

**共助**とは**「自分たちの住んでいる地域は自分たちで守る」**ということ。これが地域を守る、最も効果的な方法です。災害時に頼りになるのは、隣近所の人たちです。普段から近所づきあいを大事にしておけば、近隣住民が何かあったときに助けてくれます。また、あなた自身が隣近所の人たちを助けに行けます。

地域が昔はどんな場所だったのか、どんな災害が起きていたのかなど、地域の特性は昔からその地域に住んでいる人がよく知っています。地域で自主防災組織を結成し、地域の特性を把握したうえで、住民同士で災害に備えましょう。

### たとえば・・・

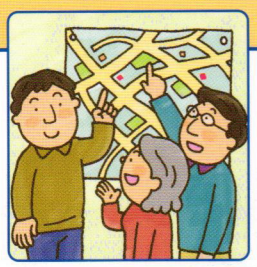
◎火が出たら、バケツリレー。
◎がれきの中から、力を合わせて救出する。
◎避難所を運営する。

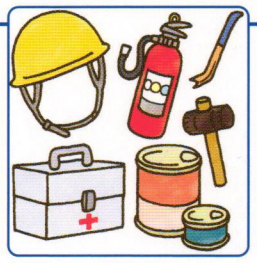
# 自主防災組織の役割

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで連携し合いながら防災活動に取り組みましょう。

## 平常時の活動

| | |
|---|---|
| **防災知識の普及** | 防災新聞等の発行、防災カルテ・防災地図の作製、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会等での防災イベントの実施、防災キャンプの実施など |
| **防災巡視・防災点検** | 各家庭の防災用品の点検、燃えやすい物の放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機等、倒れやすいものの点検など |
| **防災資機材の整備** | ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食品、救急医薬品等の防災資機材や備蓄品の管理 |
| **防災訓練の実施** | 初期消火訓練、避難誘導訓練、救出・救護訓練、給食・給水訓練、情報収集・伝達訓練など |





## 自主防災組織のつくり方

自主防災組織は、地域住民が協力して自発的に結成するものです。組織がないところでは、地域の実情に適した方法を考えていきましょう。また、活動を進めていくには、自主防災活動に参加する構成員一人ひとりの仕事の分担を決め、班分けをする必要があります。右記の構成図は一般的な例としてあげてみました。それぞれの地域の実情に適した組織編成を考えていきましょう。

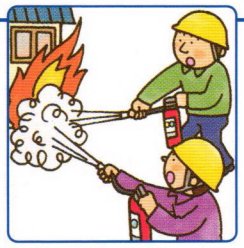
### 組織づくりから活動までの手順（既存組織の活用例）

1. **まず話し合いを**
   町内会（自治会）の総会または役員会で自主防災組織の必要性を議題にする。
2. **市区町村や消防署などに相談する**
   役所や消防署などの公的防災機関から、組織結成の方法や防災計画のつくり方などの説明を受ける。
3. **結成に同意を得る**
   総会などで自主防災組織結成案を討議し、同意を得る。

**自主防災組織の結成**

4. **住民に周知する**
   規約や活動計画書、名簿や連絡網などを作成し、住民に周知する。

## 災害時の活動

| | |
|---|---|
| **情報の収集・伝達** | 市区町村や消防署等の公的防災機関と連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する |
| **救出活動** | 負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動 |
| **初期消火活動** | 出火防止のための活動や、消火器、バケツリレーなどによる初期消火活動  |
| **医療救護活動** | 負傷者の応急手当て、救護所への搬送など |
| **避難誘導** | 地域住民等の安否確認、避難所などの安全な場所への避難誘導、要配慮者への援助など |
| **給食・給水活動** | 備蓄食料等による給食、救援物資（食事、飲料水など）の避難場所への運搬および配分 |

## 自主防災組織の構成

**5 防災活動を開始**
活動計画に基づいて防災活動を開始。

**6 防災訓練などを実施**
防災資機材の共同保有や防災訓練等により防災組織の強化を図る。

**本部**（会長・副会長）
本部員の招集とあらかじめ定められている役割分担の確認のほか、各班の活動を統制する。

- **情報班**　災害に関する正しい情報の収集と、住民に対する情報の伝達をする。
- **消火班**　出火防止のための活動および初期消火活動をする。
- **救出救護班**　負傷者の救出・救護活動、救護所への搬送をする。
- **避難誘導班**　住民を避難場所などの安全な場所に誘導する。
- **給食給水班**　食料や水などの配分、炊き出しなどの給食、給水活動をする。

マンネリ化していませんか？

# 自主防災活動を活性化させる方法

自主防災組織の全国での活動カバー率（全国世帯数に対する自主防災組織が活動範囲としている地域の世帯数の割合）は、消防庁の調べによると平成26年4月現在で80%まで増えています。とはいえ、「組織化したものの……」という悩みを感じている組織も多いかも知れません。
日常活動が停滞しないための方法を考えてみましょう。

## マンネリ化を防ぐ3か条

1. 地域のみんなが楽しんで参加できるイベントを企画する
2. 常に新しい知識を吸収し、その知識を具体的な活動に生かすようにする
3. 計画を立て実行したら、それを検証し、改善して次の計画を立てるということを繰り返す

## 広報誌・紙の発行

活動を記録として残すことが、継続につながります。また、防災関係機関や他地域の自主防災組織、地域内の婦人会、子供会、商店会、医療機関、学校などに、発行のあいさつをしておくと、取材協力や記事の提供に役立ちます。

## 学習会・講演会の開催

まず参加してもらうことが大切。「防災」にこだわらず、カラオケ教室や娯楽映画上映会、バザーなどの催し物と抱き合わせで開催するなど、開催方法を工夫するとよいでしょう。

## ホームページの製作・運営

インターネットを利用してホームページを立ち上げたり、メールで情報発信をする方法もあるでしょう。若い人をうまく巻き込むには効果的です。しかし、パソコンがうまく使えない人も多いので、紙媒体を中心に、補完として活用するとよいでしょう。

## 参考になるウェブサイト・ガイド

災害や防災についてより詳しく知ることができるウェブサイト。災害に関するデータ、被災者の手記や被災地の映像、他団体の活動事例など、多くの資料に触れ、今後の活動に役立ててください。

### 災害の種類やしくみについて学べるサイト

- 内閣府 防災担当　防災情報のページ
  http://www.bousai.go.jp/
  災害緊急情報をはじめ、災害予防、各種災害対策などの情報を提供。避難行動要支援者対策、市民や町内会・ボランティアなどに向けた「みんなで防災」のページ、防災ボランティアに関する情報なども。

- 総務省消防庁
  http://www.fdma.go.jp/
  消防・防災行政に関する情報を提供するほか、災害ボランティア等関連情報、東日本大震災関連情報、災害復興支援ニュース等を公開。

- 一般財団法人　日本防火協会
  http://www.n-bouka.or.jp/
  全国の民間防火組織向けの育成物件・教材や防災製品等を紹介するサイトのほか、防火管理講習に関する情報も掲載。消防庁の最新情報、各地の防火クラブの活動などが閲覧できる「防火ネットニュース」や、防火・防災に関心のある人同士が交流できる掲示板も設置。

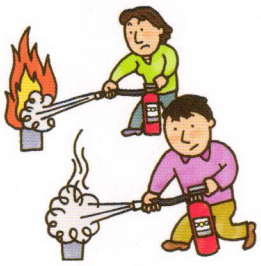
# 防災訓練などのイベントの開催（参考例）

「防災訓練」という名前では参加してもらえないような人たちにも、レクリエーションとして参加してもらえるような内容を考え、参加した人たちが実際に出番のあるようなイベントにするように心がけましょう。防災イベントには2つの開催方法があります。ひとつは、地域の運動会やお祭りの一部として実施する方法です。もうひとつは、防災運動会や防災キャンプなどの独自のイベントを開催する方法です。

## 災害時を想定した障害物競走

障害物代わりに机や平均台を使ったり、がれきに見立てた長机の下に挟まっているボールなどを車のジャッキを使って取り出すなど、競い合い、楽しみながら学ぶ。

## 消火器使用競走



水を入れて繰り返し使える消火訓練用の水消火器を活用して、楽しみながら消火器の使用方法を学び、消火のコツをつかむ。

## バケツリレー競走

いくつかのチームに分かれ、離れた場所にある容器にリレーで水を運ぶ。一定の時間内にたくさん水を運んだチームが勝ち。

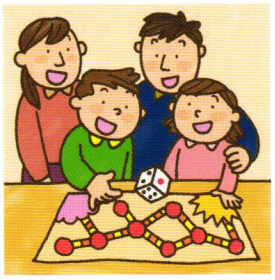
## 担架競走

上着のそでに棒を通したり、いすをつなぐなど、応急担架をつくり、負傷者に見立てた人を乗せてゴールする。

## 品物競走

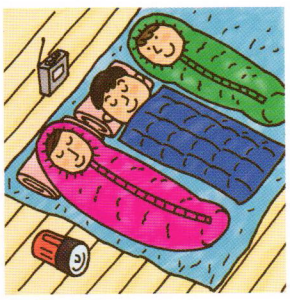
紙に書いてある防災用品を持ってゴールする。

## 帰宅困難サイコロゲーム



帰宅困難な状況を、地図を使ってすごろく形式で体験する。

## 防災キャンプ

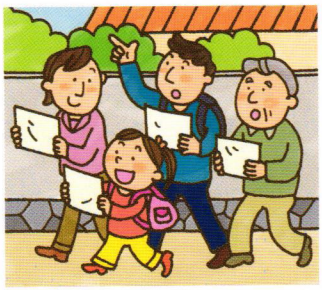


各家庭にあるキャンプ道具や、普段家庭にあるもの、災害用に備蓄している食品を持ち寄って避難後のキャンプ生活を体験する。

## サバイバルクッキング・アイデア大会

災害時を想定し、家庭にあるものや配給されたものを使って、効果的に栄養を取ったり、おいしく食べることができるアイデア料理コンテストを開催。子ども部門、大人部門を設けて表彰も。

## ウオークラリー



防災カルテ・マップは定期的に修正し、常に現状に近いかたちで管理維持する必要がある。クイズコーナーを設けたり、危険個所をチェックしながらゴール地点である避難場所をめざす。

## 地域活動やボランティア活動の事例を知ることができるサイト

**消防防災博物館**
http://www.bousaihaku.com/

消防・防災に関する知識の提供、災害レポート・手記、防災まちづくり例の検索など、多くの資料を掲載。被災地の被害状況や対応の様子などの写真が閲覧できる「災害写真データベース」や、ネット上で防災について学習できる「防災eラーニング（無料）」の申し込みも可能。

**防災情報新聞**
http://www.bosaijoho.jp/

防災・危機管理分野の唯一の全国紙。最新情報をはじめ、「官庁・自治体情報」「法人・学会・民間」などカテゴリーごとに記事のバックナンバーをまとめているほか、全国の防災イベント情報、防災関連商品を掲載している「WEB防災見本市」や、防災士に関する情報も掲載。

## 災害手記が読めるサイト

**阪神・淡路大震災記念　人と防災未来センター**
http://www.dri.ne.jp/

「震災と復興のデータベース」「震災を語る」などのコーナーが開設され閲覧が可能。震災資料リンク集も設けている。

**阪神大震災を記録しつづける会**
http://www.npo.co.jp/hanshin/

震災発生直後より阪神大震災被災者の手記集10巻を毎年発行していたが、現在は絶版。サイト上で各巻に掲載した全手記や関連論文を閲覧することが可能。現在の活動は「活動ブログ」にて公開している。

# わが家の防災メモ

## ■災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

災害発生時（震度6弱以上の地震など）にはNTTの災害用伝言ダイヤルが稼働します。災害時は一般の電話がつながりにくくなりますので、被災地との電話による連絡は控え、災害用伝言ダイヤル171を活用しましょう。

伝言の録音方法　171 ▶ 1 ▶ (000)000-0000 ▶ 伝言を入れる（30秒以内）

伝言の再生方法　171 ▶ 2 ▶ (000)000-0000 ▶ 伝言を聞く

※被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の人は被災地の人の電話番号を市外局番からダイヤルします。

## ■携帯電話・スマートフォンの「災害用伝言板サービス」の使い方

公式メニューや専用アプリから災害用伝言板にアクセス ▶ 「災害用伝言板」を開く

- 伝言を登録する場合　「登録」を選択して伝言を入力（全角100文字以内）
- 伝言を確認する場合　「確認」を選択して被災地の人の携帯電話番号を入力して伝言を見る

※スマートフォンも「災害用伝言板」を利用できます。詳しくは携帯電話会社にお問い合わせください。

## ■緊急連絡先

| 連絡先 | 電話番号 | 連絡先 | 電話番号 |
|---|---|---|---|
| 市区町村 | | 電力会社 | |
| 消防署 | | 水道局 | |
| 警察署 | | 病　院 | |
| ガス会社 | | | |

## ■自主防災組織役員等の連絡先

| 名　前 | 電話番号 | 携帯電話番号 | メ　モ |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## ■家族の連絡先

| 家族の名前 | 連絡先（勤務先・学校など） | 電話番号 | 携帯電話番号 |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## ■避難場所

| 一時避難場所 | 家族が離ればなれになったときの集合場所 |
|---|---|
| | |

R80 VEGETABLE OIL INK
環境に配慮し、古紙配合率80%以上・グリーン購入法総合評価値80以上の用紙及び植物油インキを使用しています

禁無断転載 © 東京法規出版

BS011440－P22