

II

平常時の防災活動

1 地域住民への防災知識の普及・啓発

(1) 防災知識の普及

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ためには、地域住民全員が防災に関する正しい知識を持っている必要があります。



そのためには、自主防災組織があらゆる場で、地域住民に知識や情報を伝える機会を設ける必要があります。

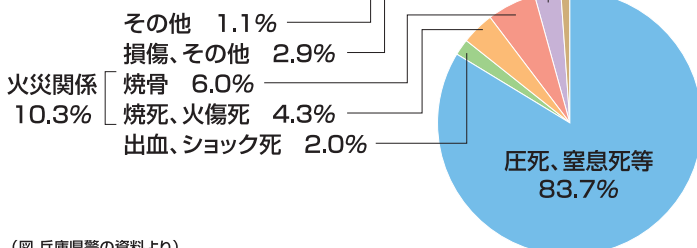
まず、防災は生きぬくことの基本であり、地域住民との連帯がなければ困難であることを伝えましょう。そのことを住民の一人ひとりが理解できれば、その地域は災害に強いまちに一步近づくことができます。

●防災知識普及ポイント●

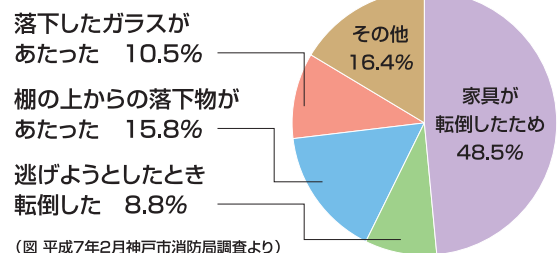
- まず各家庭の防災対策が基本であることを理解してもらう
- 自主防災組織の役割と活動内容を理解してもらう
- 繰り返し継続的に、知識の普及活動に努める
- 市町村や消防機関などの講演会や研修に参加する
- 防災知識に関するチラシやパンフレットの作成や配布
- 災害体験者や、災害地の現地視察などの話を聞く
- 起震車による地震の疑似体験、「防災ハイキング」「町内運動会」など、イベントの中で防災について考える機会を作る

■阪神・淡路大震災で多くの人命を奪った建物被害

死因別の状況



ケガをした人の原因

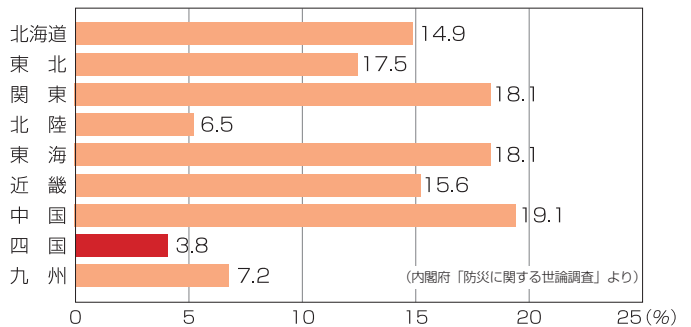


(2) 家庭内対策の促進

阪神・淡路大震災で亡くなった方の8割以上は、家屋の倒壊が原因でした。また、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。

この経験から「建物の倒壊が人命に直結する」という知識は一般に定着し、建物の倒壊に対する危機意識は高まりました。しかしながらこの危機意識が自宅の耐震改修等の具体的な行動に、直結していないのが現状です。とりわけ、四国ブロックの対策の遅れは顕著です。

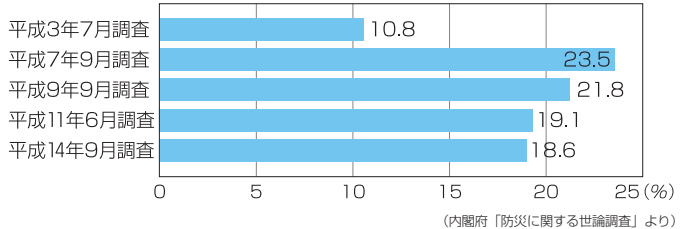
■大地震に備えて「家具や冷蔵庫を固定し、転倒を防止している」と回答した者の割合 (地域別)



また、大災害が起こった場合に備えて、「携帯ラジオ、懐中電灯、医薬品などを準備する」「家族との連絡方法を定める」等の具体的な事前対策を実施している割合も減少傾向にあり、阪神・淡路大震災で高まった防災意識は、年月の経過とともに風化しつつあります。

もう1度、震災直後の悲惨な状況を思い出し、各家庭における防災対策の重要性を徹底する必要があります。

■大地震に備えて「食料や飲料水を準備している」と回答した人の割合



家庭内対策・指導ポイント

家屋の耐震診断と補強

木造住宅の耐震診断は誰でもできます。耐震診断の仕方については、県や市町村に備えているパンフレットを活用してください。



木造以外の建物については、専門家に依頼するようにしましょう。

また、外のブロック塀や塀の上の固定していないプランター等の改善も必要です。



食糧・飲料水の備蓄

大規模な災害が起きると、輸送活動に大きな支障が生ずるため、お金があっても食料品を入手できない状況が考えられます。また、病院自体の被災やけが人が大量に発生することから、けがをしても病院ですぐに治療を受けることもできなくなります。

このため、救援活動が受けられるまでの間、生活できるように、各家庭では、家族構成を考えて食料や水を蓄えとともに、救急医薬品を準備しておく必要があります。



最低3日分の食料と水を確保しよう

【持ち出し品リスト】

食料……………3日分

主食：米、乾パン、インスタント食品など
副食：漬物、梅干し、佃煮、缶詰など
調味料：みそ、しょうゆ、塩など

飲料水……………1人につき1日3リットルの水を最低3日分
(その他、多目的に使えるよう風呂に水を入れておく)

救急医薬品……包帯、絆創膏、滅菌ガーゼ、三角巾、体温計、はさみ、ピンセット、傷薬、目薬、解熱剤、かぜ薬、常備薬など

非常持出品……携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池、現金、貴重品、衣類、タオル、ティッシュペーパーなど

家具などの転倒・落下防止と避難経路の確保

家具の転倒による被害を防ぐため、タンス、食器棚などの家具は、動かないようあらかじめ固定しておきましょう。冷蔵庫などキャスターがついているものは意外と動きやすいので、しっかり固定します。倒れた家具は外へ逃げる時の障害にもなりますので、避難経路沿いにはなるべく物を置かないようにしておきましょう。



【ここをチェック】

- 寝室、幼児・お年寄り・病人のいる部屋に、たくさんの家具を置いていないか。
- 照明器具、額縁、吊り棚の物が落ちてこないか。
- 食器棚などのガラスが割れて中のものが飛び出したり、2段、3段重ねの家具の連結部がはずれて倒れてこないか。
- テレビや人形ケースなどを家具の上のせていないか。
- バルコニー、ベランダの手すりなど落下しやすいところに、植木鉢を置いていないか。
- 火元の付近に燃えやすいものはないか。
- 避難通路上に割れたガラスが飛び散らないか。
- 玄関など外への避難通路が、家具の転倒によりふさがれないか。

家庭内での役割分担を

家族みんなの防災意識を高め、各人の役割分担や連絡方法を確認するため、月に1度は家庭で防災会議を開きましょう。定期的な話し合いを積み重ねることで、いざというとき、落ち着いて適切な行動がとれるようになります。



家庭防災会議は次のような点を確認しましょう。

- (1) 地震が起こったときの身の守り方
- (2) 家族がバラバラに離れているときに災害が発生した場合の連絡方法
- (3) 避難場所とそこへ行く道順
- (4) 火の始末、非常持ち出し品など災害時における家庭での役割分担
- (5) 応急手当の仕方

2 災害弱者への配慮

(1) ふだんから災害弱者との交流が大切

「災害弱者（災害時要援護者）」とは、災害時、自分の生命・安全の確保が困難で、何らかの支援を必要としている人を指します。身体や精神に障害を持つ人だけではなく、要介護高齢者、傷病者、理解や判断能力が未発達の子供、体力的に衰えのある高齢者なども含まれます。また、地理や日本語に関する知識が乏しい外国人なども、災害の危険を認識しにくいことから災害弱者に含まれます。

災害弱者は、ハンディキャップの内容や程度によって、その支援内容はさまざまです。

自主防災組織として、日頃から災害弱者と交流を持ち、ハンディキャップの内容と程度を理解し、その人にあった安全対策とケアの体制を確立することが重要です。

なお、プライバシーの部分には十分気をつけ、配慮を怠らないようにしてください。

(2) 在宅要援護者の家庭内対策

全国社会福祉協議会では、在宅要援護者が家庭内で取り組むべき防災対策を、次のようにまとめています。

自主防災組織においても、市町村、福祉関係者及び在宅要援護者自身と協働で、在宅要援護者の自主防災力の向上に向けた対策を講じておきましょう。

A 安全な空間の確保

【共通】

- ① 家具が倒れないように固定する。
- ② 重いものは、押入やタンスの下に入れる。
- ③ 置物などは高いところには置かない。
- ④ ガラスが割れて床に散らばったときのためにスリッパなどを身近に置く。
- ⑤ 避難しやすいように、寝室から玄関までの間には物をできるだけ置かないようにし、脱出ルートを確認しておく。
- ⑥ 壁に筋交いを入れ倒壊しないように補強する。

【視覚障害】

- ① ガラスなどが飛散して、床が危険になるので室内にスリッパなどを用意する。
- ② ラジオがすぐに利用できるような身近に置いておく。（または携帯ラジオを身につける。）
- ③ 仕事用の施術ベッドを固定しておく。

【聴覚障害】

- ① 補聴器を枕元に置く。小さいので紛失しないように工夫する。
- ② テレビ等のスイッチがすぐ入れられるようにしておく。
- ③ ファックスを設置しておく。

【肢体不自由】

- ① 居住スペースは、できれば堅牢な建物の1階を選ぶ。
- ② 車いすが通れる幅を常に確保しておく。
- ③ 車いすが倒壊した家具の下敷きにならないように、安全な場所に置く。
- ④ 車いすが使用不能になったときのため、それに代わる杖などを用意しておく。

B 備蓄と非常時用持ち出し品

【共通】

- ① 乾パンなどの食料品、飲料水
- ② 懐中電灯
- ③ 携帯ラジオまたはテレビ
- ④ 乾電池（定期的に取り替えたもの）
- ⑤ 身のまわり品（下着などの衣類、タオル、必要に応じおむつ、生理用品など）
- ⑥ 救急セット
- ⑦ 常備薬
- ⑧ 現金
- ⑨ 雨具
- ⑩ 「緊急連絡カード」（住所、氏名、緊急時の連絡先、かかりつけの医療機関、常備薬の種類などを記載したもの）
- ⑪ 非常用ベル（緊急通報装置）

【視覚障害（弱視を含む）】

- ① 白杖
- ② 糖尿病、緑内障のある人は常備薬

【聴覚障害（難聴を含む）】

- ① 補聴器と専用電池
- ② 携帯ラジオ（文字放送つきが望ましい）

【脊髄損傷】

- ① 携帯用トイレ

【脳性マヒ】

- ① 携帯用トイレ
- ② 食事セット

【内部障害】

- ① ストマ用具
（備蓄は、最低10日～30日分が望ましい。）
- ② 浣腸セット（水、ぬれティッシュペーパー、輪ゴム、ビニール袋、はさみ）

【知的障害】

- ① 常備薬と処方箋
- ② 身のまわり品や食べ物
（こだわりを持っている場合は、それを考慮する。）

【精神障害】

- ① 緊急連絡カード（かかりつけの医療機関名、薬の種類を忘れずに記載しておく。）



C 避難場所の確保

【共通】

- ① 平常時に自分の住む地域の指定された避難場所を確認しておく。
- ② 平常時に避難場所を確認し、実際に歩いて行ってみる。

D 情報の確保

【共通】

○日頃から入手しておく情報

- ① 市町村の広報や福祉団体からの機関誌等によって、どこに連絡すればどのような情報が得られるか確認しておく。(地方公共団体の広報について、点字、録音などのものが必要な場合は、市町村に連絡すること。)
- ② 必要な連絡先は、災害時に紛失しないように壁に貼ったり、ノートに整理しておく。
- ③ 障害団体に加入するなど障害のある人どうしのコミュニケーションネットワークをつくっておく。

○障害のある人自身からのアピールのために

- ① 緊急時に、知らせてもらえる人(安否を確認してくれる人)を確保しておく。
- ② 市町村の福祉関係、かかりつけの医療機関、保健所等の相談窓口への連絡方法を承知しておく。
- ③ 障害関係団体との連絡体制を確保しておく。
- ④ 助けを求める方法を承知しておく。

【視覚障害】

- ① 携帯ラジオを常に携帯しておく。
- ② まわりの状況を知らせてくれる人を確保しておく。

【聴覚障害】

- ① 警察、消防、病院、行政、障害団体との連絡に必要なファックス番号を確認しておく。
- ② 救護のサインを練習しておく。
- ③ 手話通訳のできる人を確保しておく。

【肢体不自由】

- ① 緊急時の介護者を確保しておく

【内部障害】

- ① かかりつけの医療機関、常用している薬品名を確認しておく。
- ② 人工透析を行っている場合、かかりつけ以外の医療機関への連絡方法を確保しておく。
- ③ ストマ装置のメーカー、販売店の連絡先を承知しておく。家族にも同様の連絡先を知らせておく。また、処理方法も家族にも教えておく。

【知的障害】

- ① パニックになって飛び出し、迷子になった場合に連絡してもらえるよう、名札をもっておく。

【精神障害】

- ① かかりつけの医療機関、常用している薬品名を確認しておく。
- ② 保健所や作業所等の連絡先を承知しておく。

E 近隣・地域社会とのつながりを強める

【共通】

- ① 近隣の人々に「障害のある人」であることを理解してもらい、社会の一員として受け入れてもらう。
- ② 以下のような留意点があること理解してもらう。

【視覚障害】

- 情報に不自由し、行動にも不自由すること。
- 周囲の環境が変化すると、一人では行動できなくなること。

【聴覚障害】

- 口話、手話、筆談でコミュニケーションができること。

【重症心身障害】

- できれば、本人と関係を持っている医療機関、福祉機関を知ってもらうこと。

【知的障害】

- 精神的に不安になる場合があること。
- 他人への配慮が得意ではないこと。
- 特定のものにこだわりをもつ場合があること。

【精神障害】

- 必要な場合には、保健所、福祉事務所、医療機関などの、通常本人と接触しているスタッフに、連絡をとってもらうことも必要なこと。

- ③ 地域活動へ積極的に参加する。
 - 町内会の行事に参加する。
 - 自主防災組織が行う防災訓練に積極的に参加する。
 - 地域の社会福祉協議会やボランティア団体と交流し、顔見知りとなっておく。
 - 地域の障害のある人を担当する相談員を知っておく。

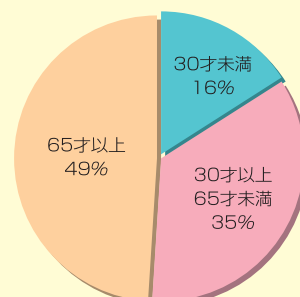
コラム 高齢者を襲った悲劇

阪神・淡路大震災における被災者の多くは高齢者であり、神戸市の死者数の約半分が65歳以上でした。足腰の弱った高齢者の多くは、トイレのある1階で寝起きしていたため、建物倒壊による犠牲者が多かったものと推測されています。

また、長期にわたった避難生活は、体力的に弱い高齢者にとって過酷なものとなり、寒さなどによる肺炎で亡くなった人も少なくありませんでした。

全国11位と高齢化率の高い愛媛県においても、防災における高齢者対策は、重要な課題となっています。

■神戸市における年代別の死傷者



「阪神・淡路大震災—神戸市の記録1995年—(神戸市)」をもとに内閣府作成

3 防災訓練の実施

(1) 防災訓練の目的

実際に災害に直面したとき、とっさに適切な行動をとるのは難しいものです。万が一の事態に遭遇しても落ち着いて行動できるよう、日頃から繰り返し、十分な訓練を積んでおく必要があります。自主防災組織では、定期的にさまざまな訓練を行い、より多くの人に参加を呼びかけましょう。

(2) 訓練の成果をあげるために

どんなに防災訓練をしても、発生した災害に役立たなければ単なる無駄に終わってしまいます。「災害発生時に役立つか」「防災知識が身につくか」という2つにポイントを絞って、防災訓練を実施することが大切です。

① 訓練計画を立て計画的な訓練を実施

防災訓練の成果を上げるためには、決められた時間内で効果的な訓練を行うことが必要です。まず、訓練の目的や実施要領を明らかにして、実施計画を立ててみましょう。市町村の防災訓練担当者に相談するのも有効です。

② 関連機関との調整

訓練の実施計画ができれば、早い段階で防災関係機関に内容の確認・検討と協力を依頼します。また、訓練の会場を確保したら、市町村の防災担当や防災関連機関に早めに届け出るようにしましょう。届け出の内容は訓練の開催日時、責任者、訓練内容と訓練会場、目的や参加予定人数などです。

消火訓練や救出救助訓練などは、危険が伴いますので、必ず消防機関との綿密な打合せが必要です。訓練予定日直前には、再度確認しておくことも、忘れないようにしましょう。

消防組織法改正に伴う自主防災組織に対する教育訓練機会の提供について

消防組織法及び消防法の一部を改正する法律が、平成15年9月1日に施行され、国および地方公共団体は、自主防災組織が行う消防に資する活動の促進のため、自主防災組織の構成者に対し、教育訓練を受ける機会を提供するように、法律において明文化されました。(消防組織法第二十六条の二)

これは、大規模災害時における住民の「自助」「共助」の活動の推進を図るため、行政の側に努力義務を課したものです。

③ 地域の特性に応じた訓練の実施

地域によって、津波の危険性が高かったり、土砂崩れの怖れがあったりと災害の危険性は異なります。防災訓練は、地域の特性を考慮した内容で行うとよいでしょう。



● 海岸に隣接した地域

津波を想定した訓練、海水浴客も加えた訓練

● 急傾斜地に隣接した地域

山崖崩れを想定した訓練

● 住宅密集地

延焼火災を想定した訓練、シナリオのない訓練

● 観光地

観光施設利用者を加えた訓練

● 社会福祉施設に隣接した地域

社会福祉施設入所者を加えた訓練

● 事業所が混在した地域

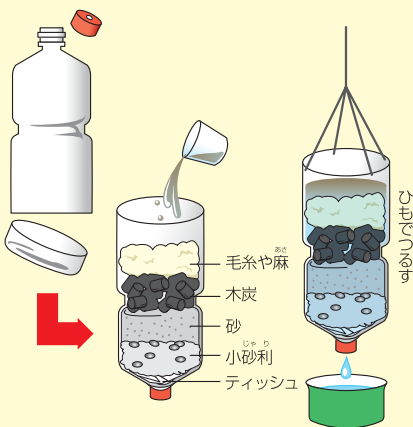
事業所と住民との合同訓練



コラム 身近な日用品で停電や断水を乗り切る裏ワザ

災害時には、停電や断水など、生活を支える「ライフライン」がまったく機能しなくなることも考えられます。いざという時に備えて、身近な日用品を使って「水」や「あかり」を確保する方法を防災訓練に取り入れてみましょう。

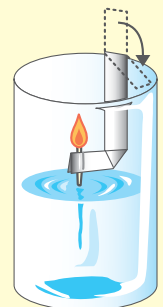
ペットボトルを使ったらど



ふたの真ん中に小さな穴をあけ、底の部分は切り取る。さかさにして砂や木炭などのろ過材をいれひもで吊す。下に水受け皿を設置して完成。

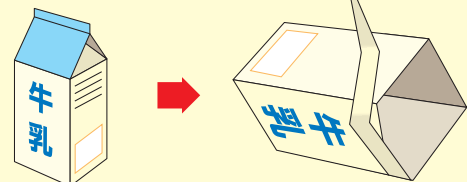
食用油のあかり

食用油を小皿や缶詰の空き缶に注ぎ、布か紙をよった芯をひたす。



牛乳パックのあかり

牛乳パックを横幅1センチほどに切り、先端に火をつける。防水のため、ろうがコーティングされているので燃えやすい。



④訓練実施日の周知徹底や訓練内容に変化をつける

訓練日時は、回覧板、ポスター、チラシなどを利用して、訓練の実施をすべての住民に、周知徹底します。また、いつも同じような日時に設定すると、同じ人しか参加できません。休日や夜間など、多くの人が参加できる日時も積極的に取り入れましょう。

訓練内容も、いつも同じでは参加者が減少します。毎回テーマや年代層を絞って、変化に富んだ訓練を実施します。女性だけや高齢者と子どもを対象とした避難訓練、高校生などによる情報伝達訓練、地域の災害を想定したイメージトレーニングなど、マンネリにならないよう工夫してください。

⑤興味をもって参加し、楽しめる訓練

防災訓練は、自主防災組織の活動や各種資機材の操作方法を地域住民に理解してもらう大切な機会です。しかし、住民にとっては、何となく堅苦しく参加しにくいイメージがあります。少しでも参加しやすくなるように、イベント的な要素を取り入れることが重要です。

●訓練例

- 1泊2日のテント生活体験
- バケツリレー競走
- 担架競争
- 起震車体験
- スモークハウス体験
- 防災クイズ など



⑥災害弱者が参加しやすい訓練の工夫

日頃から積極的に体の不自由な方や外国人とコミュニケーションをはかり、訓練に参加してもらうよう心掛けましょう。

実際の訓練の際には、障害のある人を講師に招いて、障害の特性に応じた救出・救護方法を習得していきましょう。その場合、できるだけ、仮想災害（火災、家屋倒壊、福祉用具の欠損状態など）のもとでの救出訓練をすると効果的です。

また、防災訓練の際に、障害体験のプログラムを取り入れると、参加者の災害弱者に対する理解が深まります。

●障害体験のプログラム例●

- 目隠しをして町内を歩いてみる。
- 聴覚障害のある人のコミュニケーション（初歩の手話、筆談）を体験してみる。
- 車いすで町内、駅、市町村庁舎などを移動してみる。
- 補助具などの重い負荷をつけて歩いてみる。



コラム 地震の揺れを体験してみよう！

愛媛県では、地震防災対策の啓発および訓練の一環として、地震体験車の無料貸出を行っています。



地域の防災訓練等で貸出を希望する場合は、最寄りの消防署もしくは、市町村の防災担当者に相談してください。

■地震体験車の貸出条件

- 貸出対象者：市町村長または消防長
- 申請メ切：貸出希望日の30日前まで
- 貸出期間：約5日間（無料）

(3) 事故防止

訓練中の事故を防ぐため、次の点に注意してください。

①危険を伴う訓練は、必ず専門家の指導を受けましょう

消火訓練、救出・救助訓練は、必ず消防署員などの専門家の指導を受けましょう。

②事前に十分な説明をします

訓練前には必ず参加者に注意を促し、訓練で使用する資機材の操作方法や危険性について、十分な説明を行いましょう。

③服装は訓練に適したものを着用します

軍手、ヘルメット（防災ズキン）なども、必要に応じて身につけましょう。



④訓練中に事故が発生した場合は、適切な処置をします

訓練中は整理・整頓を心がけ、事故防止には万全の注意を払いましょう。万が一事故が発生した場合は、ケガ人の救護を最優先にして適切な措置を行います。



(4) 防災訓練災害補償制度の適用について

市町村では、防災訓練での事故に備えて、防火防災訓練災害補償等共済制度に加入しています。防災訓練を実施する前に、市町村の担当窓口で補償の条件や内容等を確認しておきましょう。

■補償の種類

損害賠償死亡一時金	5000万円
損害賠償傷害一時金	5000万円
災害補償死亡一時金	700万円
災害補償後遺傷害一時金	700万円
入院療養補償	3500円×日
通院療養補償	2500円×日
休業補償	3000円×日

(5) 各種訓練

防災訓練の中で代表的なものは、次のとおりです。どの訓練も欠かすことのできない、そして複合的に機能して被害を食い止めるための重要な訓練です。

また、大地震が起こった時、身の回りでどんな災害が発生する可能性があるのか、あらかじめ知っておくことも大切です。積極的にイメージトレーニングにも取り組み、いざというときに落ち着いて行動できるようにしておきましょう。

■代表的な防災訓練

情報収集・伝達訓練

災害発生直後、住民は恐怖と不安の中で情報を求めています。また、市町村も地域の情報を求めています。不確かな情報やデマで住民が混乱しないように、いち早く地域の情報を収集し、正確な情報を伝える方法を訓練しておきましょう。

情報収集訓練の流れ

地域の避難状況、災害に伴う被害状況（死傷者、建物、交通等の破損の程度）、火災発生状況、生活情報等を収集し、正確・迅速に市町村対策本部に報告する手順を訓練します。

- 1 情報班長は、情報班員に被災状況収集の指示を出す同時に、住民から直接報告のあった被害状況を確認する
- 2 情報班員は、現場で地域住民から被災状況を収集する（情報班員は、「いつ、何（誰）が、どこで、どうして、どのように」になっているかをメモにとる）
- 3 地域住民は、地域の状況を情報班員に伝達する（不正確な伝達は、かえって混乱をきたす要因となるので、口頭での伝達は避ける）
- 4 情報班員は、情報班長へ収集した情報を伝える
- 5 情報班長は、この情報を記録、整理して市町村対策本部に電話等で報告する

情報収集訓練のポイント

- ① **時機に適した報告**…詳しい状況がすぐに分からない場合、第1報では概要のみを速やかに報告し、第2報以降に、確認した情報を報告するなど、時機に応じた報告が重要。（バイク団体などの協力があると効果的）
- ② **事実の確認**…災害時にはデマや噂が流れがちになる。情報はできるだけ確認すること。
- ③ **情報の一元化**…市町村の対策本部等に報告する場合には、自主防災組織で報告担当者を決めておき、互いに矛盾する報告がないようチェックする体制を敷く。
- ④ **定期的な報告**…「異常なし」も重要な報告。
- ⑤ **通信機器に慣れる**…無線などの使用方法をマスターする。通話は簡潔に。（アマチュア無線団体などの協力があると効果的）

コラム 「地震だ!火を消せ」はまちがい

1923年の関東大震災で、約14万人もの人命が火災等で奪われた苦い経験から「地震だ!火を消せ」が、長い間、日本の地震防災の合い言葉でした。しかし、阪神大震災以降は、



揺れの最中に調理中のガスコンロに近づくと、かえって大やけどなどの危険が高いため「地震だ!揺れが収まってから火を消せ」が正しい防火対策となっています。

情報伝達訓練の流れ

市町村対策本部などの防災関係機関からの情報や指示事項、ラジオやテレビから得た情報を正確・迅速に住民に伝達する手順を訓練します。

- 1 市町村対策本部は、自主防災組織本部に口頭とメモで情報を示す
- 同時通報無線・サイレン・半鐘・有線放送などで伝達
- 2 自主防災組織本部の情報班長は、わかりやすい伝達文にして伝達にあたる情報班員にわたす（口頭だけでなくメモも渡して正確な情報を伝える）
 - 3 情報班員は、地域分担して巡察し、拡声器などで伝達する（口頭だけでなく、チラシや掲示板などにも掲示する）



情報伝達訓練のポイント

- ① 伝達は難しい言葉は避け、簡単な言葉で
- ② 口頭だけでなくメモ程度の文書も渡す
- ③ 情報を正確に伝達するため、受信者に内容を復唱させる
- ④ デマや噂には数字がからむことが多い。数字の伝達には特に注意
- ⑤ 各世帯への情報伝達を正確かつ効率的に行えるよう、あらかじめ町内の伝達経路を定めておく
- ⑥ 視聴覚等に障害のある人、日本語が不自由な外国人への情報の伝達には十分配慮する

