

【本教材について】

- テーマ： 1. 防災リーダーの役割／住民(構成員)の自助意識を高めるには
- 単元名： 3. 地域の「共助力」を高める
- 所要時間： 40分程度(休憩時間を含まない)
- 準備：
 1. ワークで使用する資料とボールペン1本、テキスト、自治体のハザードマップを参加者に配布して下さい。
 2. 適宜、スライドの追加や変更をすることができます。参加者の特性(自主防災組織等の会長が多いか、在職期間が長いかなど)に応じて、内容の追加・削減や修正・変更を検討することで、より良い研修効果が期待できます。
 3. **黄色い網掛け部分**は、自治体で定めている事項に合わせてください。
※網掛けのないページ、文章・図表も、必要に応じてカスタマイズしてください。
 4. 自治体の防災に関する支援・助成制度に関する説明を追加する等、カスタマイズを検討するとよりよい効果が期待できます。

自主防災組織等のリーダー育成研修

《 テーマ1 》

防災リーダーの役割／住民(構成員)の
自助意識を高めるには

3. 地域の「共助力」を 高める

学習目標と内容

<学習目標>

- 「共助力」を高めるための日頃からの備えについて理解できる
- 地域防災リーダーとしての役割を理解できる

<目次>

- (1) 地域全体で災害に備える
- (2) 地域防災リーダーの役割

「共助力」を高めるポイント

1 顔の見える関係づくり

✓ いざという時に助け合えるように、地域内で顔の見える関係をつくっておく



2 役割分担・組織体制づくり

✓ 災害時にスムーズな対応をするため、事前に地域内で役割分担を決めておく



3 研修・訓練を通じた実行力の強化

✓ 研修・訓練を実施し、実行力を高めておく



「共助力」を高める方法

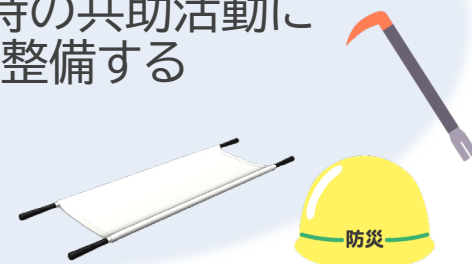
共助の体制づくり

- ✓ 役割分担を決めておく
- ✓ 地域内の人を把握する



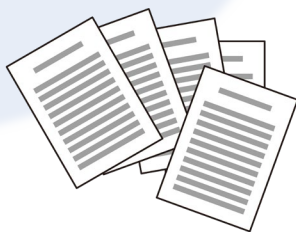
物資・器材の整備

平常時・災害時の共助活動に必要なものを整備する



防災計画・ マニュアルの作成

だれが・なにを・どのように
行うのか決めておく



研修・訓練の実施

- ✓ 決めたことを周知する
- ✓ 本当にできるのか、
実効性を確認する



(参考)地域社会の現状

● 地域が抱える課題

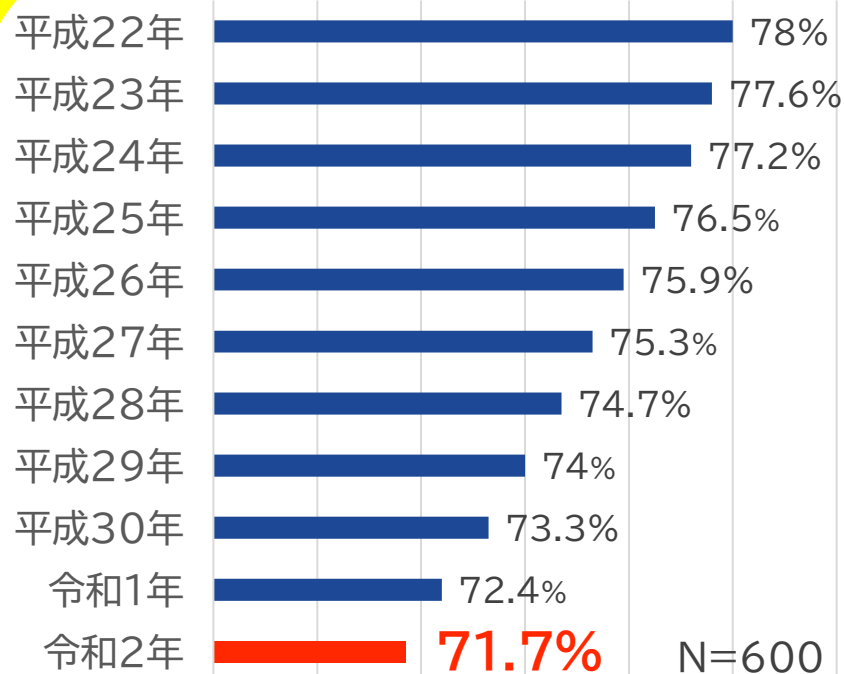
✓「地域内でのつながり」が希薄になっている地域もある

● 自治会・町会の役員・運営の
担い手不足

● 自治会・町会役員の高齢化

● 都市部、特にマンションでは、
近所付き合いが希薄化

● 自治会・町会の加入率低下



市町村における自治会等の加入率の平均

(1) 地域全体で災害に備える

顔の見える関係づくり

簡単なことから、関係づくりをはじめてみましょう

●「あいさつ」や「声かけ」から

- ✓ ご近所同士で「あいさつ」や「声かけ」から始めてみる
- ✓ 道端、ごみステーション、マンションのエントランスなど、会った時には「あいさつ」をする

●「気にかける」だけでもいい

- ✓ お互いに普段から気にかけることが災害時の安心にもつながる

(例)「車いすの方が近くに住んでいる」「隣の家
に子どもが生まれた」・・・など



【事例】顔の見える関係づくり

■「あんしんカード」で声をかけやすく

あさまだい

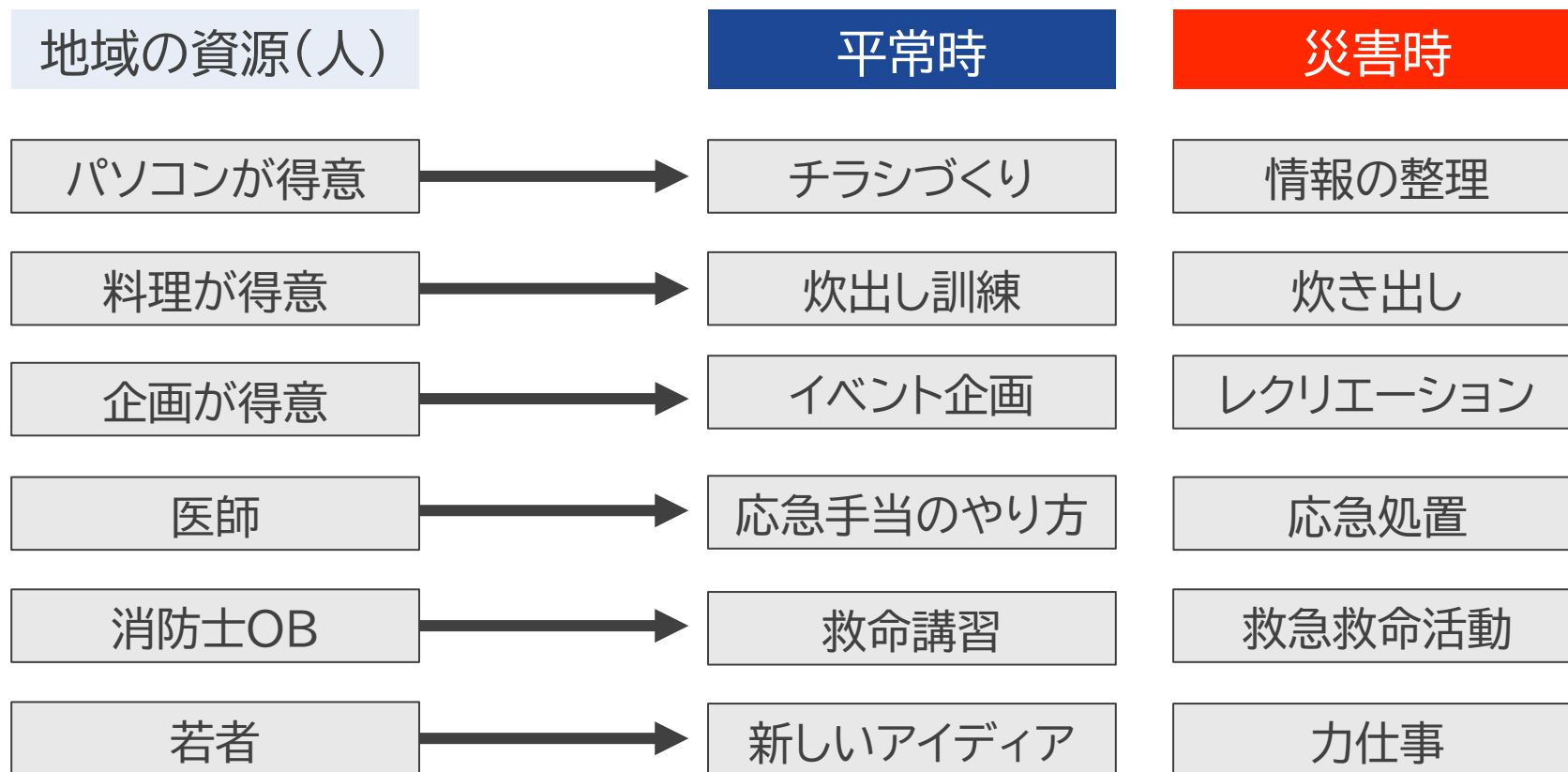
(浅間台自治会:神奈川県横浜市西区)

- 西区では、多くの自治会・町内会等で、高齢者などのお宅を訪問して「あんしんカード」を対面配布することにより、地域の顔の見える関係づくりに役立てる取組を行っている
- 「あんしんカード」は、災害時や緊急時、駆けつけた人に必要な情報がわかるように、緊急連絡先などを記載しておくカードのこと
- 浅間台自治会では、カードの配布をきっかけに近所付き合いがあまりなく、関わりを持つことができなかった人にも声をかけやすい環境を作ることができた

The image shows a sample of the 'あんしんカード' (Anshin Card) form. The form is titled '地域 あんしんカード' and contains fields for personal information, emergency contacts, and disaster preparedness information. It includes sections for '住所' (Address), '緊急連絡先' (Emergency Contacts), '災害時の対応' (Disaster Response), and 'かかりつけ医' (Regular Doctor). The form is designed to be filled out by the resident and provides a clear structure for sharing essential information.

地域の資源(人)を活かす

地域の資源(人)を活かし、平時から防災の取組みに参加してもらえるように、声をかけてみましょう



自主防災組織に参加する仲間を増やすには

多様な人達が一人一人役割を得て、やりがいを感じながら、楽しみ、前向きに取り組むことができるように心掛けましょう

広報

知ってもらう

広報紙、アンケート、
イベントでPR

場

楽しい場づくり

参加したくなる
雰囲気づくり

女性

女性の参加

女性にしかできない
ことがある

次世代

育てる・巻き込む

継続的な活動を意識

【事例】自主防災組織に参加する仲間を増やす①

■地域にいる専門人材を活用した人材の育成

くごうだい

(公郷台自治会自主防災組織:神奈川県横須賀市)

- 町内に潜在する災害対応専門人材や、災害時に協力してもらえる事業者を、同自主防災組織の「防災人材バンク」に登録してもらい、平常時はアドバイザー役として、災害発生時は戦力として協力体制を構築した
- 登録者には、消防職員や看護師・介護士、工務店、水道工事店がいることから地域住民に安心を提供している



【事例】自主防災組織に参加する仲間を増やす②

■子どもも楽しめる訓練で高まる地域の防災意識

いしがみ

(石神自主防災会:埼玉県新座市)

- 石神小学校体育館を利用した「お泊り訓練」を実施
- お泊り訓練の内容については、誰でも参加しやすいソフトな訓練項目、楽しいゲームや子供との災害料理を作る等。
- PTA、親父の会も参加
- スタンプラリー・町会炊き出し班と子ども達の共同炊事・簡易ランタンや新聞紙スリッパの作成・段ボールブロック設置などを行った



【事例】自主防災組織に参加する仲間を増やす③

■ 平常時に楽しく活動している事例

かがわ

(加古川グリーンシティ防災会:兵庫県加古川市)

- 炊き出し訓練を兼ねた楽しいイベントの実施
- 夏祭りでの「イカ焼き機」を使った食べ物の提供や、「ふれあい餅つき大会」の実施
- 子供に防災会の人顔を覚えてもらうために、サッカーワールドカップの「パブリックビューイング」や、マンション内を子どもと一緒に夜回りする「防災パトロール隊」等の子どもが楽しめるイベントの実施
- 楽しいイベントでの子どもと防災会の交流



イカ焼き機

※様々な食材を素早く焼くことができる調理器具

【事例】自主防災組織に参加する仲間を増やす④

■防災女子会の活動

はた

(秦地区自主防災組織連絡協議会:高知県高知市)

- 災害時における女性ならではの課題を見つけ、解決策を検討することを目的とした「女子会」を発足
- 会や活動を続ける中で、男女問わず、様々な職種や経験を積んだ人が集まっている



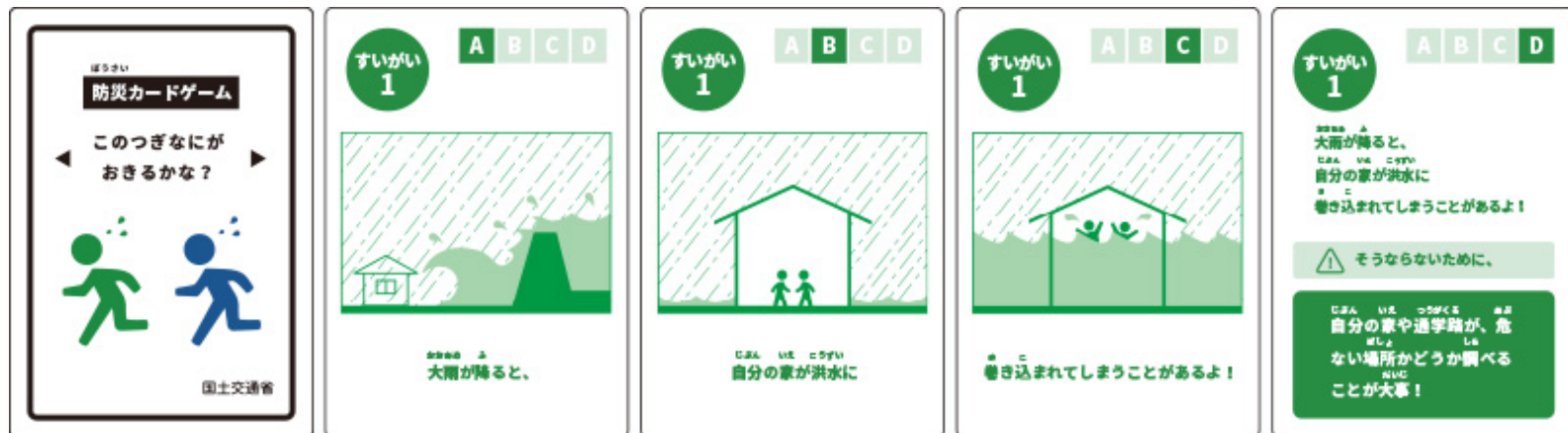
■誰でも参加しやすい組織づくり (川向防災会:高知県安芸市)

- 役員の約半数が女性で、防災に女性の視点を取り入れている
- 女性が無理なく活動に参加できる仕組み作りに尽力
- 防災訓練の役割を原則性別で分けず、災害時に誰でもできるように役割りを割り振る

【事例】子供向けの防災ゲーム①

■このつきなにながおこるかな？（国土交通省）

- 津波や水害が発生したときに起こる危険な状況をイメージするカードゲーム
- 水害と津波から命を守るための方法を学べる



【事例】子供向けの防災ゲーム②

■あそぼうさいカルタ (高知県)

- 絵でイメージをわかせながら遊べる **防災カルタ**
- 地震・津波から身を守るために大事なことを** 学べる



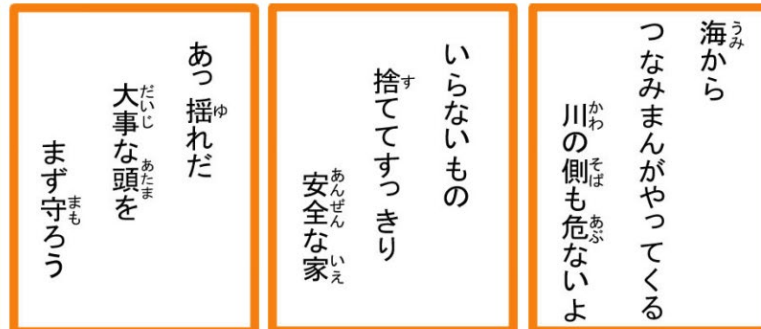
カルタの作り方・

○ふちにそって丁寧に切って、カルタとしてお使いください。・

遊び方

○ひとりが読み札を読み上げ、絵札を競争者が取り、その数を競います。

○慣れたら、カルタの絵札を見せて、その絵が伝えたいメッセージを逆に答えてもらいます。



(参考)地域の様々な人や団体との連携・協力

地域には多様な人や団体があるので、まずは連携できる人や団体と協力しながら、自主防災活動を進めましょう



【事例】自主防災組織と他団体との連携(平時からの協力)

■自主防災組織と小学校の連携 (宇佐町自主防災連絡協議会等:高知県)

- 小学校と連携し、学校行事の防災キャンプで、避難訓練を実施
- 子育て世代が参加
- PTA役員も参加



参考:高知県「自主防災組織活動事例集」

■自主防災組織、消防団、地元企業と共同で防災訓練 (柳島自主防災会:静岡県 富士市)

- 消防団・地元企業と協同で防災訓練を実施
- 地元の信用金庫の非常発電を災害時に活用する訓練等を実施



参考:消防庁「自主防災組織の手引き」

【事例】自主防災組織と他団体との連携(平時からの協力)

■避難行動要支援避難プランの作成

(志和地区自主防災組織:高知県 四万十町)

- 高齢者や障害者など災害時に自ら避難することが困難な、「避難行動要支援者」に対しては、個別避難計画を作成
- 作成にあたっては、自主防災組織が中心となって民生員等の協力を得ながら、実際に避難所要時間の計測や、避難路の状況の確認、また屋内の揺れ対策などを行い、その結果を基に、その方の支援の方法や体制の検討



聞き取り調査の実施



避難所要時間の計測

【事例】自主防災組織と他団体との連携(災害時の協力)

■災害時相互協力協定の効果 (福住町町内会:宮城県 仙台市)

- 他県の町内会や民間会社と、「協力協定」を締結
- 内容はたった1項目で「災害が起きたらできるだけ支援・協力を行う」
- 東日本大震災の4日後には協定先から食べ物が届けられた。



参考:消防庁「東日本大震災時における自主防災組織の活動事例集」

■災害時の協力 (角田市枝野地区防災組織:宮城県 角田市)

- 消防団・交通安全協会の方に、夜間の防犯パトロールと、避難所の当直をしてもらった
- 民間企業から暖房、燃料、機材の提供を受けた

参考:消防庁「東日本大震災時における自主防災組織の活動事例集」

役割分担・組織体制づくり

誰がどの役割を担うのか、事前に決めておきましょう

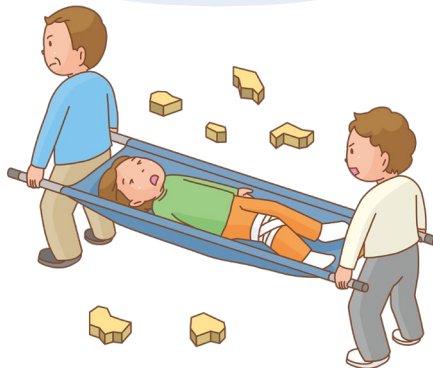
● 役割分担を明確にする

✓ 役割分担が明確であれば、災害時のスムーズな対応に繋がる
例えば・・・

初期消火
担当



救出・救護
担当



避難誘導
担当



自主防災組織の役割分担(平常時・災害時)

平常時と災害時それぞれの役割を決めておく

編成班名	平常時	災害時
総務班	全体調整、他機関との連絡調整 避難行動要支援者の把握	被害・避難状況の全体把握
情報班	情報の伝達・収集、広報	状況把握、報告活動
消火班	器具点検、防火広報	初期消火活動
救出・救護班	資機材調達・整備	負傷者救出・救護活動
避難誘導班	避難路(所)・標識点検	避難誘導活動
給食・給水班	器具の点検	水・食糧等の配分 等

防災計画・マニュアルの作成

災害時に適切な対応が行えるように
防災計画・マニュアルを整備する

防災計画の項目(例)

- 計画の対象地区の範囲
- 基本方針・活動目標などの基本的な考え方
- 地区の特性
- 防災活動の内容
- 実践と検討



■■市の地区防災計画(ひな形)



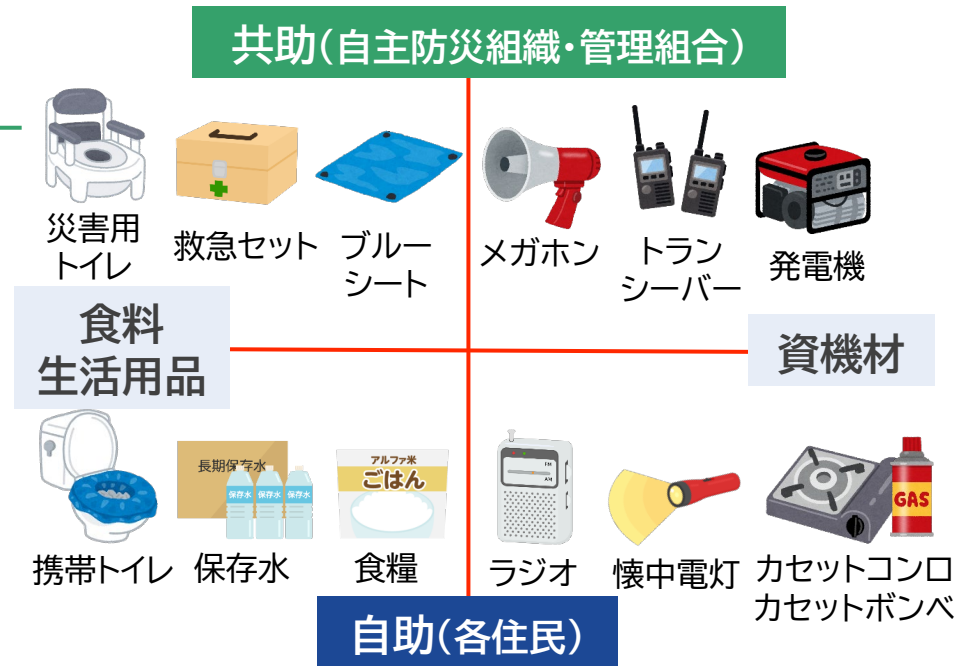
防災計画をもとに、具体的な手順・情報をまとめた
マニュアルを作成する

物資・器材の整備

平常時・災害時に必要な物資・器材を用意しておく

● 必要な物資・器材を準備する

- ✓ 共助活動において必要な物資・器材を考えて整備する
- ✓ 各住戸では用意が難しい道具を中心に整備する
- ✓ 整備した道具の点検を行い、使い方も理解しておく



必要な時に取り出せるよう、倉庫などの鍵の管理方法を事前に決めておく

(1) 地域全体で災害に備える

(参考) 富士市における各種助成金

● 補助金交付制度のご案内

富士市では…

- ✓ 自主防災組織の育成及び活性化を目的とし、自主防災組織が地域住民の安全性を確保するために防災器材を購入する場合に補助金を交付する制度があります！
- ✓ 交付額: 器材の購入価格(税込み金額)の合計が5万円以上の場合に2分の1を補助

※補助金の上限額は30万円まで、ただし「小型可搬式動力ポンプ」購入時は補助限度額40万円まで

富士市では、ホームページで補助金制度の手続きガイドを掲載しているので、合わせてご確認ください！



補助金制度の手続きガイド

名称	内 容	取扱ページ
富士市自主防災組織 運営補助金 (以下「運営補助金」という)	自主防災組織の活動経費の補助	P1~3
富士市自主防災組織 防災器材購入費補助金 (以下「器材購入費補助金」という)	定められた防災器材の購入費の一部を補助	P4~8

※補助金申請の際は、本ガイドの注意事項を必ずご確認ください。
 ※防災器材の種類等に申請に必要となる情報は、ご自身名義の機材のため調書をお持ちください。
 ※本ガイドが最新の情報でありません。詳しくは、ホームページをご覧ください。
 ※富士市ホームページ「自主防災組織」を参照してください。

自主防災組織長の名義で申請してください。
 各種手続きにおける情報の利便性を向上させるため、申請書の内容を自身で管理する場合は、申請書の内容を自治体の関係機関に提供する必要があります。また、「行政サービス」等での提供を受ける際、申請書等に印字より記名する場合は、署名および捺印が必要となりますのでご注意ください。
 ・「自治体補助金申請書」の添付資料は訂正や修正ができません。新しい申請書に書き換えてください。
 ・書類以外の訂正は、誤り訂正の捺印を要請いたします。二重線で消した箇所は署名のうえ、捺印に書き換えてください。
 ・郵送の際は、「封筒名(宛先)」や「届先」で記入しなくてはいけません。

●自主防災組織長の口頭について
 自主防災組織は、町内会・区会等としていますが、自主防災組織を目的として結成された組織であり、町内会・区会とは別の組織です。また、市からの自主防災活動のために交付される補助金は、防災活動以外の用途に使用できません。そのため、防災活動に使用される必要がある場合は、防災活動にのみ使用されることを前提として、自主防災組織長の口頭を要請いたします。
 なお、平成28年11月以降、申請書より自治体の関係機関に提出する場合は、責任状(自主防災組織申請書)の添付が必要となりますのでご注意ください。

●ポイントの取り扱いについて
 申請書に申請書添付を記入する際にポイントカードを利用する場合は、原則、記入での付与は受けず、自主防災組織長のポイントカードを再送するなど、ポイントの管理を行っていただきます。

参考: 富士市「自主防災組織への補助金について」、

<https://www.city.fuji.shizuoka.jp/1004050000/p000054.html>(閲覧日: 2025年9月18日)

研修・訓練の実施

地域の人と体制をつくり、整備した物資・器材を使って
研修や訓練を繰り返し実施する

仕
組
み
を
整
え
る

体制・マニュアル・道具

- ・誰が役割を担うのか
- ・何をどのように実施するのか
- ・何をを使って実施するのか

繰り返し



実
践
を
繰
り
返
す

防災研修・訓練

- ・ルールや方法を周知し、理解してもらう
- ・定期的に訓練を行う
- ・訓練結果から課題を把握し、訓練内容を見直す

(参考)住民の防災意識の向上

平常時から教育・訓練を通して
顔の見える関係を築いておきましょう

○訓練の実施

次のような訓練を、継続的に計画的に実施する

- 情報収集・伝達、消火、救出・救護、避難、避難所運営などの災害対応(活動)に必要な知識・技術の習得のための「個別訓練」
- 組織の各班が相互に連携し有機的な防災活動ができるようにするための「総合訓練」
- 災害時に役立つ基礎知識の普及や災害疑似体験といったプログラムを取り入れる「体験イベント型訓練」
- 災害や対応の状況をイメージするための「イメージトレーニング」
- 消防団、災害ボランティア、事業所等の「他団体と連携した訓練」

○普及・啓発(教育機会の確保)

地域住民が防災に関する知識を習得できる機会をつくる

【事例】訓練を通じた住民の防災意識の向上①

■避難行動要支援者も含めた実践的な避難訓練

(西山町会防災会:千葉県柏市)

- 避難行動要支援者対策のための訓練において、ダミー人形を実際の人に見立てたり、具体的な被害状況(火災発生・家屋損壊など)を仮定し、参加者に被害状況を本部に報告させたりするなど、限りなく被災時に近い訓練を重ねている



【事例】訓練を通じた住民の防災意識の向上②

■ 冬季夜間の大規模地震発生等を想定した避難訓練の実施

にぎゅう

(二及自主防災会:愛媛県 西予市)

- 地震の発生は予見できないため、夜間の大地震、ブラックアウト、大津波を想定した「夜間避難訓練」を実施
- 地区内の自主防災組織や消防団、地域づくり団体などが参加し、地域内の指定緊急避難場所への避難訓練を実施
- 夜間訓練の実施により、避難路に設置した太陽光照明灯や役員が保管する懐中電灯などの資材も確認



指定緊急避難場所への避難状況



夜間における活動の検証

【事例】訓練を通じた住民の防災意識の向上③

■美味しい・楽しい訓練の実施（少路校区自主防災会：大阪府豊中市）

- 地域の方に、楽しみながら災害時に役立つ知識を知ってもらいたい、多くの人に参加してほしいという思いから、炊き出し訓練や避難所にある資機材の説明や展示、救命救急訓練や水消火器訓練などを行っている。
- 少路校区では小学校の父親が参加する「おやじの会」(1999年発足)の活動が盛んで、火おこし体験やかまどを使っての豚汁作り等の体験をして最後においしく食べることで、楽しみながら防災について学んでもらう活動を行っている。

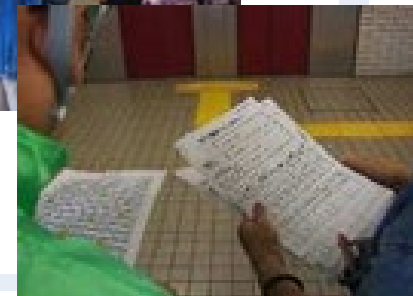


【事例】訓練を通じた住民の防災意識の向上④

■複数の防災会が連携した訓練

(光が丘都営第三アパート第1～第4防災会:東京都練馬区)

- 防災会がそれぞれ行っているサバイバル飯訓練、防災資機材訓練などの活動に加えて、救命救護講習会や安否確認訓練、発災対応型災害対策本部立ち上げ訓練などは、4つの防災会と一緒に訓練
- 参加者を増やすための取組
 - ✓ 手話通訳を依頼しポスターにも掲載した
 - ✓ 訓練後に炊き出しとお土産を提供した
- 訓練実施のポイント
 - ✓ 本部と各担当者が無線機を使用し、11棟の安否確認情報と訓練参加者数の把握を、短時間で掌握した
 - ✓ 近隣の幼稚園、保育園、福祉園、病院に出向き、訓練の参加をお願いした



【事例】訓練を通じた住民の防災意識の向上⑤

■避難所運営体験の実施

かのう

(加納地域まちづくり協議会:宮崎県宮崎市)

- 災害時の避難生活を体験するために、中学校で「避難所運営体験」を実施
- 会場周辺地区の住民、中学校の生徒らもボランティアで参加した
- 東日本大震災の被災体験談を聞き、避難生活のイメージをつけたあとで、「避難スペース間仕切り作成」体験を行った



被災経験者の講話



避難所運営体験の様子

(参考) □□市の研修事業活用

● 東京都品川区「しながわ防災学校」

- ✓ しながわ防災学校は、品川区災害対策基本条例に示す災害の予防・応急・復興対策において、区民・防災区民組織・事業者がそれぞれの役割を学び、また各対策活動の実践練習を行うなど、活動の中心となる「しながわ防災リーダー」の育成と、地域防災力の向上を目的として開催しています

● 多様なコースの開講

- ✓ 防災区民組織コース、地域実践コース、一般向けコースなど多様なコースを実施しています
- ✓ 区の防災体験館を活用し、避難誘導体験や消火器体験などを取り入れながら実施しています



(2) 地域防災リーダーの役割

地域の防災リーダーとしての
役割はなんですか？

地域防災リーダーの役割

リーダーは時間経過によって異なる役割を担う必要がある！

平常
時

地域の自助の促進・共助の推進をする



発災
直後

緊急的な対応を統率する

(直後の安否確認、救出・救助、初期消火、二次災害防止など)



避難
生活

周囲の意見を集約して調整する
(避難所運営、在宅避難者支援、要配慮者支援など)



地域防災リーダーがいることのメリット

地域防災リーダーがいることで、
スムーズな災害対応に繋がる

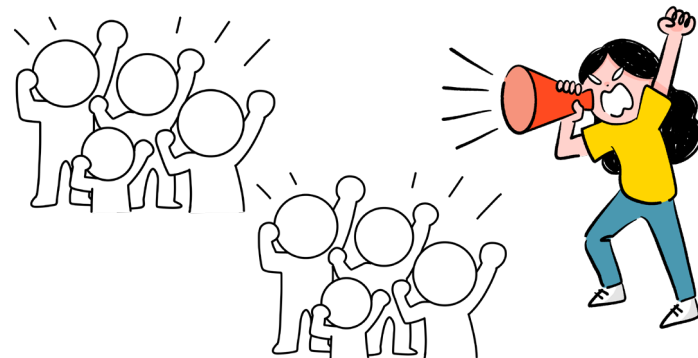
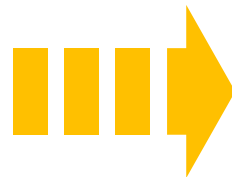
平常時

災害
発生

災害時

平常時から、
リーダーとして地域の中心
となり活動することで…

地域住民の先頭に立って、
地域の防災活動を
主導していくことができる



地域防災リーダーとして心がけたいこと

① リーダーという立場を最大限利用しよう

② 楽しく活動しよう

③ 仲間を作ろう
(3人程度の協力者)

④ 役割を分担しよう
(一人で担わない)

⑤ 地域住民と コミュニケーションを図ろう

⑥ 地域の 自助意識を高めるよう地域の
の人に伝えよう

⑦ 地域の防災活動に
参加する 人を育てよう

リーダーとして
心掛けたいこと



【事例】防災リーダーの役割

■地域における避難の声かけ等の行動（福岡県 朝倉市）

- 地域の役員が参加し、意見を出し合いながら地域と行政の協働で作りに上げていくワークショップ手法によりマップを作成し、地区内の各世帯に配布。
- 平成29年7月豪雨でも、班長、隣組長が避難を呼びかけた。
- 60代の支援員が80代の方を連れて小学校に避難(その方の家は山からの土砂で押し潰された)するなどし、助かった方がいる。

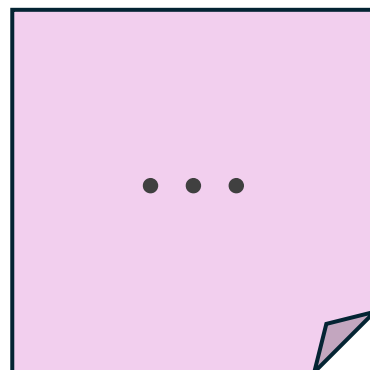
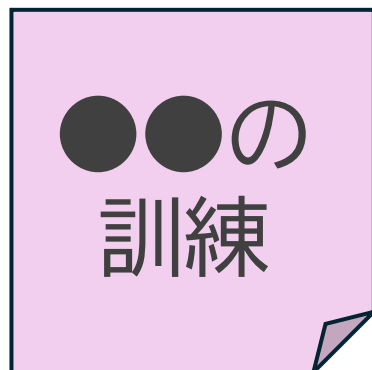


地域防災リーダーとして、
今後地域で取り組むべきことは
なんでしょう？

【個人ワーク】地域で取組みたい活動を書く

今後、地域で取組みたい活動を付箋紙に書いてください




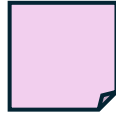


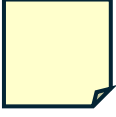


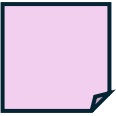






- ✓ 付箋紙1枚に、1つの項目
- ✓ ピンク付箋紙に内容を書く
- ✓ 思いつく限り書き出す



【グループワーク】共有し、整理する

<グループ共有>

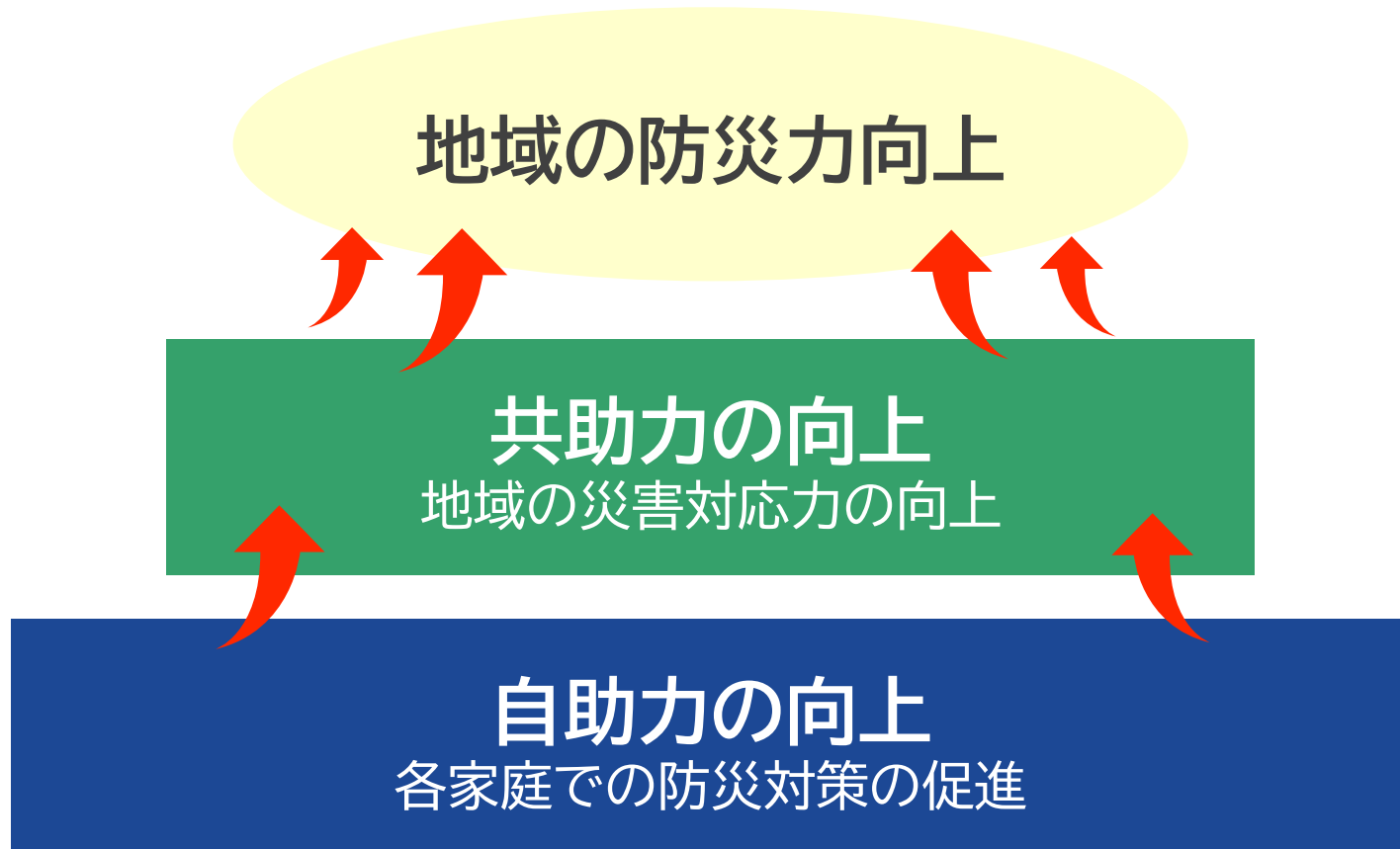
- ✓ グループ内で、結果を共有してください
- ✓ 内容を紹介しながら、模造紙に整理してください。

	●●さん	●●さん	●●さん	●●さん
自助の内容	 	 	 	 
共助の内容	 	 	 	 

発表

地域の防災力を高めるために

「自助力」と「共助力」を段階的に高め、
地域の防災力向上に繋げていきましょう



■■市の制度を活用する

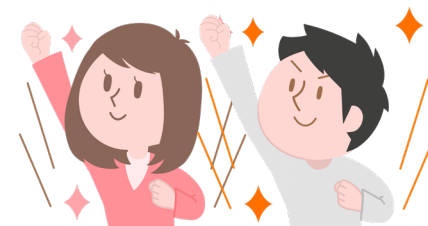
自治体の制度を積極的に活用し、防災活動を進めましょう

● 各種助成金

- ✓ 自主防災組織活動支援補助金
- ✓ 自主防災組織資器材購入補助金
- ✓ 家具転倒防止器具等助成金
- ✓ 地域防災マップ作成助成金

● 研修・訓練の支援

- ✓ 自主防災組織リーダー等研修会
- ✓ 防災出前講座
- ✓ アドバイザーの紹介



まとめ

- 地域防災リーダーとして、日頃から地域内での「自助の促進」と「共助の推進」を進めていくことが求められている
- 地域全体で災害に備えるためには、平常時から災害に備える取組みをしておく必要がある