

令和6年度  
防災意識向上プロジェクト  
報告書

令和7年3月  
総務省消防庁



# 1. 事業の趣旨

市区町村の災害対応力の向上や住民の防災意識の向上を図るため、大規模災害(地震、風水害等)での活動体験及び防災に知見を有するものを語り部として、消防庁が指定する市町村(特別区を含む。以下同じ。)に派遣し、市町村職員や自主防災組織等の地域住民に対して実践型の研修等を実施する。

# 2. 実施結果

1	熊本県	熊本市	(吉田 亮一)	.....	1
2	大阪府	大阪市	(吉田 亮一)	.....	3
3	大阪府	茨木市	(石川 善憲)	.....	5
4	長崎県	佐世保市	(石川 恵美子)	.....	7
5	滋賀県	高島市	(松井 憲)	.....	9
6	岡山県	倉敷市	(松井 憲)	.....	11
7	愛知県	岡崎市	(池田 雅彰)	.....	13
8	高知県	香美市	(山縣 嘉恵)	.....	15
9	愛知県	豊橋市	(池田 雅彰)	.....	17
10	新潟県	阿賀野市	(太田 千尋)	.....	19
11	福島県	猪苗代町	(菅原 康雄)	.....	21
12	福井県	越前市	(川島 孝)	.....	23
13	滋賀県	東近江市	(吉田 亮一)	.....	25
14	岩手県	滝沢市	(山田 修生)	.....	27
15	大阪府	田尻町	(吉田 亮一)	.....	29
16	埼玉県	杉戸町	(川島 孝)	.....	31
17	徳島県	北島町	(石川 恵美子)	.....	33
18	宮崎県	延岡市	(蔵原 正敏)	.....	35
19	滋賀県	野洲市	(橋本 芳和)	.....	37
20	奈良県	天理市	(白井 久)	.....	39
21	高知県	梶原町	(白井 久)	.....	41
22	宮崎県	川南町	(甲木 喜一郎)	.....	43
23	新潟県	小千谷市	(伊藤 正治)	.....	45
24	茨城県	神栖市	(大内 幸子)	.....	47
25	千葉県	浦安市	(平澤 つぎ子)	.....	49
26	千葉県	大網白里市	(中野 雅嗣)	.....	51
27	静岡県	袋井市	(石川 恵美子)	.....	53
28	島根県	松江市	(宮本 英一)	.....	55
29	和歌山県	串本町	(石川 善憲)	.....	57

30	愛媛県	今治市	(糸日谷 美奈子)	59
31	宮崎県	高原町	(甲木 喜一朗)	61
32	高知県	南国市	(吉田 亮一)	63
33	静岡県	湖西市	(平澤 つぎ子)	65
34	奈良県	生駒市	(松井 憲)	67
35	北海道	共和町	(竹田 彰)	69
36	三重県	鳥羽市	(石川 善憲)	71
37	大分県	九重町	(吉田 亮一)	73
38	滋賀県	草津市	(池田 雅彰)	75
39	熊本県	八代市	(齋藤 朝子)	77
40	神奈川県	横須賀市	(草 貴子)	79
41	広島県	竹原市	(甲木 喜一朗)	81
42	京都府	城陽市	(松井 憲)	83
43	大阪府	泉佐野市	(吉田 亮一)	85
44	愛媛県	伊予市	(近藤 恒史)	87
45	北海道	苫小牧市	(井上 剛)	89
46	埼玉県	深谷市	(近藤 恒史)	91
47	富山県	滑川市	(吉田 亮一)	93
48	愛知県	田原市	(石川 善憲)	95
49	奈良県	安堵町	(小寺 昭夫)	97
50	長野県	筑北村	(平澤 つぎ子)	99
51	栃木県	宇都宮市	(大内 幸子)	101
52	奈良県	奈良市	(石川 弘子)	103
53	沖縄県	読谷村	(松井 憲)	105
54	滋賀県	守山市	(池田 雅彰)	107
55	京都府	大山崎町	(菅井 茂)	109
56	奈良県	三宅町	(池田 雅彰)	111
57	愛媛県	宇和島市	(宮本 英一)	113
58	富山県	砺波市	(草 貴子)	115
59	三重県	熊野市	(吉田 亮一)	117
60	徳島県	藍住町	(石川 善憲)	119
61	東京都	品川区	(菅井 茂)	121
62	岡山県	里庄町	(大内 幸子)	123
63	愛知県	西尾市	(大須 美律子)	125
64	宮崎県	都城市	(近藤 恒史)	127
65	和歌山県	由良町	(白井 久)	129
66	徳島県	吉野川市	(松井 憲)	131
67	北海道	羅臼町	(平澤 つぎ子)	133

68	静岡県	富士宮市	(大内 幸子)	.....	135
69	東京都	羽村市	(石川 恵美子)	.....	137
70	愛知県	日進市	(蔵原 正敏)	.....	139
71	兵庫県	姫路市	(小寺 昭夫)	.....	141
72	千葉県	松戸市	(近藤 恒史)	.....	143
73	東京都	町田市	(大内 幸子)	.....	145
74	大分県	日出町	(蔵原 正敏)	.....	147
75	神奈川県	海老名市	(平澤 つぎ子)	.....	149
76	富山県	射水市	(大峪 やす子)	.....	151
77	大阪府	和泉市	(菅原 康雄)	.....	153
78	大阪府	大阪狭山市	(仲條 富夫)	.....	155
79	徳島県	上板町	(澤畠 博)	.....	157
80	埼玉県	飯能市	(平澤 つぎ子)	.....	159
81	神奈川県	開成町	(仲條 富夫)	.....	161
82	長野県	須坂市	(渡辺 一夫)	.....	163
83	大阪府	岸和田市	(松井 憲)	.....	165
84	沖縄県	宜野湾市	(石川 恵美子)	.....	167
85	大阪府	忠岡町	(菅原 康雄)	.....	169
86	福岡県	大野城市	(高橋 健一)	.....	171
87	福岡県	春日市	(蔵原 正敏)	.....	173
88	奈良県	桜井市	(高津 智子)	.....	175
89	愛媛県	八幡浜市	(平澤 つぎ子)	.....	177
90	秋田県	秋田市	(大内 幸子)	.....	179
91	東京都	稲城市	(石川 弘子)	.....	181
92	青森県	八戸市	(伊藤 正治)	.....	183
93	千葉県	館山市	(石川 善憲)	.....	185
94	千葉県	袖ヶ浦市	(大谷 慶一)	.....	187
95	愛媛県	内子町	(松井 憲)	.....	189
96	埼玉県	加須市	(高橋 進一)	.....	191
97	兵庫県	加古川市	(近藤 恒史)	.....	193
98	奈良県	葛城市	(高津 智子)	.....	195
99	青森県	弘前市	(館合 裕之)	.....	197
100	岡山県	玉野市	(甲木 喜一朗)	.....	199
101	福井県	敦賀市	(宮本 英一)	.....	201
102	大阪府	貝塚市	(松井 憲)	.....	203
103	沖縄県	北谷町	(糸日谷 美奈子)	.....	205
104	長野県	軽井沢町	(糸日谷 美奈子)	.....	207
105	茨城県	つくばみらい市	(平澤 つぎ子)	.....	209

106	山梨県	上野原市	(石川 善憲)	.....	211
107	宮崎県	木城町	(蔵原 正敏)	.....	213
108	埼玉県	鴻巣市	(澤島 博)	.....	215
109	埼玉県	鶴ヶ島市	(近藤 恒史)	.....	217
110	京都府	八幡市	(山田 修生)	.....	219
111	大阪府	吹田市	(大内 幸子)	.....	221
112	広島県	広島市安芸区	(菊池 健一)	.....	223
113	愛媛県	鬼北町	(石川 善憲)	.....	225
114	沖縄県	宮古島市	(兼弘 誠)	.....	227
115	富山県	高岡市	(松本 佐一)	.....	229
116	福井県	福井市	(大内 幸子)	.....	231
117	愛知県	犬山市	(平山 和哉)	.....	233
118	京都府	宇治田原町	(京 英次郎)	.....	235
119	大阪府	四條畷市	(吉田 亮一)	.....	237
120	東京都	小金井市	(石川 善憲)	.....	239
121	長崎県	島原市	(大内 幸子)	.....	241
122	岐阜県	海津市	(澤島 博)	.....	243
123	東京都	八王子市	(松井 憲)	.....	245
124	神奈川県	逗子市	(石川 善憲)	.....	247
125	愛媛県	四国中央市	(大谷 慶一)	.....	249
126	山梨県	甲府市	(石川 善憲)	.....	251
127	岡山県	瀬戸内市	(草 貴子)	.....	253
128	沖縄県	浦添市	(大峪 やす子)	.....	255
129	沖縄県	糸満市	(大峪 やす子)	.....	257

### 3. 講演会参加者アンケート結果

1	あなた自身のことについて	.....	260
2	講演内容について	.....	261

※本報告書は、語り部が講演会や研修会で発言した内容に基づいて作成しています。  
 国や都道府県、市町村から公表されている記録とは一部異なる場合があります。

# 報告書

開催地名	熊本県 熊本市
開催日時	令和6年7月5日(金)9:30~11:00
開催場所	西部環境工場
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	避難所担当職員(市職員)89名 地域避難所関係者46名 合計135名
開催経緯	現在、熊本市においては市指定の避難所に、市職員を配置している現状から、地域に頼られる一方で職員主導の運営を求められる傾向が強くなってきており、職員の負担となっている部分が見受けられる。また一方で、熊本地震から約8年が経過しようとしていることもあり、地域および職員の意識も希薄となりつつある。このような地域課題解決及び地域防災力の向上を目的に参考としたい。
内容	<p>(1)はじめに(防災の基本)</p> <p>災害との共存を考えていかなければならない。その為にも災害を考えて行動し、危機感を持ち、そして想定以上の備えをすることが大切である。まずは家庭で出来るところから始めて欲しい。住宅・外壁の耐震、室内の点検、備蓄品の準備等。比較的、忘れがちなのが外壁である。過去に倒れたブロック塀で小学生が亡くなる事件もあった。そして自助・公助で出来ないことを、共助・地域全体で防災を行っていく必要がある。</p> <p>(2)共助・地域防災</p> <p>大地震が起これると避難所が必要となるが、避難所にも種類がある。特に「一時避難場所」「地域指定避難所」が地域防災において大切である。</p> <p>一時避難場所は学区内の各町内会で自由に決めており、公園などが設定される。震度5強になったらまずは一時避難所に集合し、地域の安否確認を行う。一時避難場所で安否確認を行っている間に、地域指定避難所の安全性確認を行っておく。</p> <p>地域指定避難所は小中学校(一部の高校)に設定している。26項目のたたき台(離乳室・更衣室・遺体安置場所設置など)があり、小中学校に配布されている。災害を発生してからでなく、事前に落とし込んでいく。</p> <p>また、福祉避難所も高齢者施設・医療福祉施設などと協定を結ぶことによって、ケアマネジャーと協力し、要支援者の状況などが把握できる。また普段使っている送迎用車なども災害時にうまく活用できることが多い。避難所は自宅で生活できない方が利用する。その為、避難所の役割、優先順位を明確化する事はとても重要である。</p> <p>(3)地域防災へのアドバイス</p> <p>・防災マップ</p> <p>防災マップはカラーで印字し、A3サイズにラミネート加工することに意味がある。ラミネート加工する事で折り曲げることが出来ない。そして油性ペンで書いても消せることができる。またA4の資料・チラシ等が多いので、A3サイズだと紛れ込まないメリットがある。</p> <p>・防災マニュアル</p> <p>文字を大きめに(18ポイント)設定する。また防災の事に関して回覧板は使わない。回覧板は町内会員しか見ないので、必ず各家庭にポスティングしている。</p> <p>・防災訓練</p> <p>昼の防災訓練だけでなく、夜の防災訓練も行うこと。そして小中高生は必ず役割を与える。逆に会社勤務されている方は避難所活動に役割を与えなかった。これは東日本大震災の経験を活かしている。沿岸部は津波で会社自体も流されてしまったが、内陸部は会社の後片付けで、地域に居なかった方が多かった。その教訓もあり、会社勤務の方には役割を持たせないようにしている。</p> <p>・防災用品</p> <p>市からの助成金はないので、繰越金から防災費を計上している。平鍋はお湯が沸きやすい(寸胴はNG)ので便利だし、在宅介護用トイレは非常に助かった。サランラップもお皿が洗えない時に便利、また発泡トレイもお皿替わりになる。あとポリタンクがなくてもゴミ袋と段ボールさえあれば代用として使える。それとお風呂の残り湯も断水への備えの為、洗ったら直ぐに水・お湯を張って、浴槽は空にしない習慣をお勧めする。</p>

	<p>最後にこの6つは枕元に置いて欲しい。①靴下②厚底スニーカー③携帯ラジオ(イヤホン付けたまま)④防犯ブザー⑤ヘッドライト⑥フード付き雨具</p> <p>(4)最後に(地域防災活動を継続していくためには) 町内会・自治会・学校などと連携し、地域全体で取り組むことが鍵となる。特に子供は地域活動の起爆剤となり、想像以上の活躍をしてくれる。全体で進んでいくことに難しい部分もあると思うが、町内会長・自治会長がリーダーシップを取って、地域防災を行っていただきたい。</p> 
開催地より	<p>地域防災力を向上させるには、地域・行政・施設管理者の協力関係が必至であることといえる。今後の避難所の運営に関しては地域主導型を目指し関係機関との協力体制の構築を図り、今回の語り部の講義内容を生かしていきたい。</p>

開催地名	大阪府 大阪市
開催日時	令和6年7月10日(水)13:30~15:00
開催場所	大阪市立東三国小学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	6年生児童 46名、教職員5名、地域の方2名
開催経緯	教材での学習や避難訓練等、防災・減災学習に取り組んできて、児童は、避難の仕方については知識がある。年に数回しか学習時間がないため、被害を少なくするための対策(減災方法)が十分にはできていない。また、災害時や災害後のイメージができず、どのように行動すればよいか理解できていない。そこで、実際の被災経験・避難経験を直接聞き、考える機会を設けたいと計画した。
内容	<p>(1)2011年3月11日金曜日 14時46分 震度6強.....  なぜ自然災害は起こるのか?地球は生きているから、雨が降ったり風が吹いたり、地震や竜巻、台風などが起きる。  地球が生きているから自分たちも生きていけるのだから、共に生きなきゃいけない。そのためには、普段の備えが大事になる。  考えただけではなく、行動に移すこと。考えて、行動する癖をつけるようにする。</p> <p>(2)考えて行動に.....  ・断水したら?お皿が洗えないから、お皿にラップを敷いて使う。  ・散らかっている部屋だと?停電したらつまずくので、部屋は整理整頓しておく。  ・自分の部屋のどこが危険なのかを考える。キャスター付きのものは動くのでストップをかける。棚には突っ張り棒を使用する。  自分がどこに寝ているのかを確認。タンスなどが倒れてこないような位置になっているのか。  ・揺れから守る。机の下に入り、脚は平行ではなく斜めの脚の上部を持つ。階段にいたら後ろ向きになり、しゃがみ階段につかまる。  ランドセルを背負い、カバーを頭の上に。(背中も頭も守れる)  ・寝ている時の守り方。「だんご虫」のように丸まる。もし上に物が倒れてきても腕の力と足の力で押し、隙間を作れるようにする。  ・家族でどこに避難をするのかを話し合おう。災害後すぐに避難所が開設されるわけではないので避難所以外の所を決めておく。</p> <p>(3)揺れの災害での避難所では.....  常に大人がいるとは限らない。当時の避難所では、大人は会社の被害の片付けをするために会社に行ってしまう人が多かった。  3/12の早朝にいたのは子どもと高齢者が多かったので、子どもたちが自ら避難所の運営を始めた。  大人がやれば良いのではなく、出来る人たちがやらなくてはならない!という状況。中学生は避難物資の数を数え台帳を作成、整理整頓。17日間の炊き出しのメニューを考えてくれた。  小学生がバケツにくんだ水をポリタンクに入れ、高校生や大学生がポリタンクを運ぶ等。  ・小学生のみんなに約束してもらいたいこと、『いつも皆が助け合い、協力をして命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮らし災害に勝ちましょう』</p>

		
開催地より	<p>災害が起きた時の状況や避難所の様子について講話を聞いた後、日常にできる防災対策・減災方法について、グループ学習をした。グループで考えたことに、語り部の方に解説をしていただくことで、さらに理解が深まった。今後の防災・減災学習や活動に活かしていきたい。</p>	

開催地名	大阪府 茨木市
開催日時	令和6年7月10日(水)13:30~15:00
開催場所	茨木市立彩都西中学校
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	茨木市民約140名(中学生及び地域住民)
開催経緯	本市では平成30年に大阪北部地震を経験したが、開催した彩都西地区では大きな被害はなく、災害に対する危機意識が低くなってしまい、防災訓練等への参加も減少傾向にある。実際に感じた災害の怖さや被災地での活動体験を聞くことにより、一人ひとりが防災に対する危機感を持ち地域防災力の向上につなげたいと考えたため。
内容	<p><b>■ はじめに</b>  講演者の石川善憲氏は、長年にわたり茨木市で防災活動に携わり、特に地域における防災教育や避難所運営の支援に尽力してきた。今回の講演では、東日本大震災の経験をもとに、大規模災害時の避難所生活の課題と、それに対する中学生をはじめとした若い世代の役割について語られた。  石川氏は、「防災は知識として学ぶだけでなく、実際の災害時にどのように行動するかが重要である」と強調し、避難所でのリアルな経験を交えながら、参加者に防災意識を持つことの大切さを伝えた。</p> <p><b>■ あの日のこと</b>  2011年3月11日、東日本大震災が発生した。当時、石川氏は日立市の中学校の校長を務めており、避難所運営に関わることとなった。  震災発生時の状況  地震発生時は、ちょうど帰りの会の時間帯であり、多くの生徒が校内にいた。揺れが収まると、教職員と生徒が協力しながら校庭に避難した。学校の耐震性には問題はなかったが、津波警報が発令されたため、高台への避難の必要性が検討された。  避難所の設置と運営  震災直後、多くの住民が中学校に避難し、避難所としての機能が求められた。円滑な受け入れを実現するために、まず駐車場の整理を行い、避難スペースを確保した。続いて、トイレや食事の手配を行い、避難所の環境整備を迅速に進めた。  中学生の活躍  避難所の運営には、中学生が大きく貢献した。避難者の誘導、炊き出しの手伝い、物資の整理などを率先して行い、避難所生活の支えとなった。また、校内に設置された連絡掲示板の管理を担当し、家族の安否確認をサポートした。さらに、給水所の運営やトイレの清掃を自主的に行い、生活環境の維持にも尽力した。</p> <p><b>■ その後のこと</b>  震災後、避難所の運営においてさまざまな課題が浮かび上がった。  物資の管理と供給  食料や飲料水が不足し、近隣のスーパーや企業と協力して調達を行った。公平に物資を分配するための仕組みを整え、避難者全員が必要な支援を受けられるよう努めた。  衛生環境の維持  トイレの不足と衛生管理の問題が深刻化したため、仮設トイレの手配を急いだ。また、避難者同士が交代で清掃を行い、感染症の発生を防ぐための対策を講じた。  避難所運営の改善  住民が主体となる「避難所運営委員会」を立ち上げ、役割分担を決定した。特に、女性や高齢者の視点を取り入れた環境改善を進め、避難所がより快適な場所となるようにした。  心理的なケア  避難生活が長期化するにつれ、住民のストレスが増大し、トラブルも発生した。そこで、心理カウンセラーやボランティアの協力を得て、心のケアの体制を整えた。</p>

	<p>■ まとめ</p> <p>石川氏は、震災の経験を通じて学んだ教訓を基に、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 早期避難の意識を持つ 「避難指示を待つのではなく、自主的に判断し早めに行動する」ことが重要である。特に津波のリスクがある地域では、地震発生後すぐに高台へ避難することが求められる。</li> <li>2. 地域防災の強化 住民同士が助け合う「共助」の意識を高めることが不可欠である。自主防災組織の活動を強化し、定期的な防災訓練を実施することで、実際の災害時に迅速に対応できるよう備える。</li> <li>3. 若い世代の防災参加を促す 中学生や高校生が避難所運営に関わることで、実際の災害時に役立つスキルを身につけることができる。地域の防災教育を充実させ、次世代に防災意識を継承することが重要である。</li> <li>4. 避難所の環境整備 避難生活が長期化する可能性を考慮し、快適な環境を整えることが求められる。トイレや備蓄品の充実を図り、特に女性や高齢者に配慮した運営を行うことが必要である。</li> <li>5. 情報収集と伝達の強化 最新の気象情報や避難情報を常に確認し、迅速な対応を可能にすることが求められる。スマートフォンアプリや防災無線を活用し、住民への情報伝達を強化することで、避難の遅れを防ぐことができる。</li> </ol> <p>最後に、石川氏は「防災は特別なことではなく、日常生活の中で意識し続けることが大切である」と述べ、防災意識を持ち続けることの重要性を改めて強調した。</p> 
開催地より	<p>避難所運営は大人が中心となって行うものだとは認識していたが、中学生が率先して行っていた。そしてそれが非常に力になったとお聞きした。</p> <p>若年層への防災教育が大切であることを再認識することができた。</p>

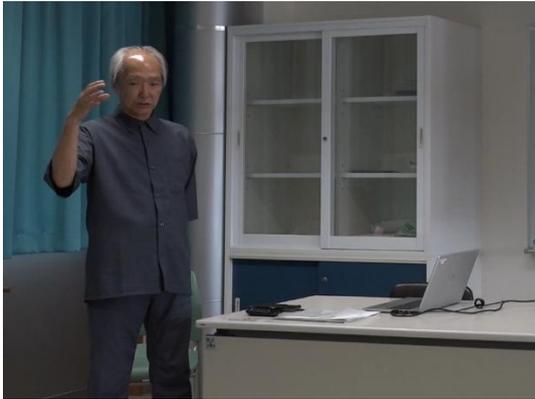
開催地名	長崎県 佐世保市
開催日時	令和6年7月19日(金)10:00~12:00
開催場所	佐世保市環境センター
語り部	石川 恵美子(東京都町田市)
参加者	40名(佐世保市職員 25名、長崎県内各市廃棄物処理担当課長 15名)
開催経緯	災害廃棄物に関して、佐世保市では災害事例が少ないため実務経験に乏しく、災害廃棄物の処理について、初動対応を含めた一連の実務を迅速かつ適正に実施できるかが課題である。その課題解決に向けて、災害発生時の連絡体制・住民への周知・仮置き場の選定及び設置・処理に至るまでの一連の流れを官民連携により構築したいと考えており、行政職員研修の一環として講演を希望したもの。
内容	<p><b>■ はじめに</b></p> <p>講演者の石川恵美子氏は、東京都町田市の職員として防災行政に携わる一方で、災害支援の現場にも多数関わってきた。特に、東日本大震災、西日本豪雨、熊本地震などの被災地支援に従事し、防災の最前線で学んだ教訓を多くの人に伝える活動を行っている。今回の講演では、所属する町田市職員が被災地支援として災害廃棄物処理を行った際の課題と対応、そして地域防災の重要性について詳しく語られた。</p> <p>石川氏は「防災とは、被災後の復旧作業を見据えて備えることも大切である」と述べ、災害発生直後の対応に加え、復旧・復興の視点を持つことの重要性を強調した。また、災害が発生した際に自治体がどのように対応するのかを知り、個人や地域ができることを事前に考えておく必要があると訴えた。</p> <p><b>■ 被災地支援の経験談</b></p> <p>石川氏が所属する町田市職員が被災地支援を行った令和元年房総半島台風では、千葉県を中心に甚大な被害が発生した。強風による屋根の損壊や瓦の飛散が目立ち、停電が長期化した地域では生活に大きな支障が出た。特に、破損した家屋から出た大量の建築廃材の処理が大きな課題となった。また、同様に町田市職員が被災地支援を行った令和元年東日本台風では、長野県千曲川の氾濫により広範囲で浸水被害が発生した。被災地では泥にまみれた家財や畳の処理が困難を極め、災害廃棄物の仮置き場を確保し、適切に分別することが求められた。現場では、住民と自治体が協力しながら対応を進めることが重要であると実感したという。</p> <p>災害後、被災地では廃棄物の処理が大きな課題となる。被害の種類によって発生する廃棄物は異なり、それぞれ適切な処理方法が求められる。風害による被災地では、屋根の瓦や木材が大量に発生し、水害による被災地では、泥に埋もれた家具や畳の処理が困難となる。分別作業が滞ると、処理場への搬送が遅れ、復旧が長期化するため、自治体ごとに事前の計画が必要である。</p> <p>町田市では、災害時相互応援協定に基づき、千葉県や長野県に職員を派遣した。現場では、分別の知識を持つ職員とそうでない職員が協力しながら作業を進めたが、事前の研修の重要性を痛感したという。特に、災害直後の避難所では、ゴミの管理が行き届かない状況が続いたが、避難所ごとに分別ルールを設けることで環境改善につなげることができた。住民同士の協力が、避難所運営の円滑化において非常に大きな役割を果たした。</p> <p><b>■ まとめ</b></p> <p>石川氏は、町田市職員へのインタビューや自身の災害対応などを通して今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <p>まず、災害廃棄物処理の計画を事前に立てておくことが必要である。被災後の廃棄物の処理が滞ると、復旧が大幅に遅れるため、仮置き場の設置場所や分別方法を事前に決めておくことが求められる。風害と水害では発生する廃棄物が異なるため、それぞれの対応を考慮した計画が重要である。</p> <p>また、迅速な避難行動を最優先とすることが不可欠である。台風や豪雨災害では、避難のタイミングが遅れると命に関わるため、自治体の発表を待つのではなく、危険を感じたら自主的に避難する意識を持つべきである。避難所に持参する物品には、生活に必要なものだけでなく、衛生用品やゴミ袋などの環境維持に関わるものも含めることが望ましい。</p>

	<p>さらに、地域防災の重要性を再認識する必要がある。近隣住民との協力が災害対応のカギとなるため、日頃から地域とのつながりを意識し、避難所の運営に住民が積極的に関わるのが理想的である。防災訓練に参加し、地域の防災計画を共有することで、災害発生時の混乱を最小限に抑えることができる。</p> <p>防災教育の充実も欠かせない。防災訓練を通じて、避難行動や災害後の対応を学ぶことが重要であり、特に子どもから高齢者まで幅広い世代が防災知識を共有することが必要である。学校や地域での防災教育を推進し、実践的な避難訓練を行うことで、いざというときに適切な行動を取ることができるようになる。</p> <p>最後に、防災意識を日常生活に取り入れることが求められる。家庭での備蓄、家具の固定、避難経路の確認を習慣化し、家族や地域全体での備えを考えることが大切である。石川氏は、「災害が発生した後の対応を考えながら備えることが、真の防災である」と述べ、日常の中で防災意識を高めていくことの重要性を強調し、講演を締めくくった。</p> 
開催地より	<p>実際に被災地で災害廃棄物対応等に従事された町田市職員の経験談を、現場の写真も交えて講演いただき、本市職員の防災意識醸成に大きく繋がったと考える。講演を受けて、災害廃棄物処理に備えた、より具体的な対応等の検証作業を行いたい。</p>

開催地名	滋賀県 高島市
開催日時	令和6年7月21日(日)13:30~15:00
開催場所	高島市藤樹の里文化芸術会館
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	防災課職員、地域住民、300人
開催経緯	これまで広域避難所を開設する機会がなく、スムーズな運営のために平時、緊急時共にどのようにするべきかを講演を通じ学びたいと考えたため。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の松井憲氏は、長年にわたり防災活動に携わり、特に地域防災の啓発に尽力してきた。今回の講演では、災害発生時の対応、避難行動の重要性、そして地域防災の課題について語られた。</p> <p>松井氏は、過去の災害の教訓を踏まえた具体的な取り組みを紹介した。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>講演では、広島市の土砂災害を中心に、大雨による被害の深刻さについて述べられた。特に、2014年の広島市豪雨災害では、短時間の集中豪雨により土砂崩れが発生し、多くの命が奪われた。</p> <p>災害発生の際</p> <p>2014年8月19日夜から20日にかけて、日本海に停滞する前線の影響で局所的な大雨が発生した。広島市では、多くの被害が発生した。</p> <p>被害状況</p> <p>広島市安佐南区と安佐北区では、土石流が発生し、多くの住宅が流された。消防、自衛隊、警察による懸命な救助活動が行われたが、多くの人命が失われ、多くの負傷者が出た。被害を受けた地域は宅地化が進んでおり、危険区域の認識が不足していたことが課題として浮上した。</p> <p>避難の課題</p> <p>多くの住民が「まさか自分の家が被害に遭うとは思わなかった」と語り、避難の判断が遅れた。また、豪雨の最中、避難すること自体が危険な状況になっていた。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>広島市の土砂災害を受け、地域の防災意識向上に向けた取り組みが強化された。</p> <p>避難行動の見直し</p> <p>避難勧告や避難指示の発令基準が見直され、住民がより早く避難できるように改善された。</p> <p>防災教育の推進</p> <p>小中学生を対象とした防災教育が進められ、災害時にどのように行動すべきかを学ぶ機会が増えた。避難所運営訓練や、実際の避難経路を確認する訓練が実施され、実践的な防災意識の向上が図られた。</p> <p>自主防災組織の強化</p> <p>地域住民同士が助け合う仕組みを作るため、自主防災組織の役割が拡大された。災害発生時にどのように連携するかを地域ごとに具体的な計画を策定し、住民主体の防災活動が活発化した。</p> <p>■ まとめ</p> <p>松井氏は、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 早めの避難を徹底する 災害の発生が予想される場合、「まだ大丈夫」ではなく、「早めに避難する」ことが重要である。特に、高齢者や子どもがいる家庭では、事前に避難計画を立てておくことが求められる。</li> <li>2. 地域防災の強化 住民同士が助け合う「共助」の意識を高める必要がある。自主防災組織を中心に、防災訓練や避難所運営訓練を実施し、災害発生時の対応力を向上させる。</li> <li>3. 防災教育の継続 子どもたちに防災の知識を伝え、家族や地域と連携した避難行動を学ぶ機会を増やす。地域住</li> </ol>

	<p>民が自主的に防災活動に参加することで、実際の災害時に迅速な対応ができるようにする。</p> <p>4. 情報収集と伝達の強化</p> <p>最新の気象情報や避難情報を常にチェックし、迅速に対応できるようにすることが必要である。スマートフォンアプリや防災無線を活用し、住民への情報伝達を強化することで、避難の遅れを防ぐ。</p> <p>最後に、松井氏は「自分や家族の命を守るために、日常から備えを進め、地域全体で防災意識を高めていくことが大切だ」と締めくくった。</p>
開催地より	<p>講演では災害時の課題等を説明いただき、平時の防災への意識が大切だという事を改めて学ぶことが出来た。今回の講演を通じ、地域防災の強化へとつなげたい。</p>

開催地名	岡山県 倉敷市
開催日時	令和6年7月23日(火)9:00~10:30
開催場所	倉敷西小学校
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	倉敷市民30名
開催経緯	本市は、2018年7月西日本豪雨災害により甚大な被害を受けた。この経験により、災害に備える意識や行動の高まりが期待できるが、実際のところ、防災意識は低い。今後、起こるであろう南海トラフ地震のことも考えると、防災意識の向上は緊急課題であると考え、被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を通じて直接聞く機会を設けたいと考えた。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の松井憲氏は、2014年8月に広島市で発生した豪雨災害で被災し、その経験をもとに防災士資格を取得した。現在は、防災リーダーとして地域での防災啓発活動に積極的に取り組み、消防庁の防災意識向上プロジェクトの語り部としても活動を行っている。今回の講演では、豪雨災害の発生メカニズム、避難の重要性、そして災害後の復興活動について、自身の体験を交えながら詳しく語られた。</p> <p>松井氏は「自分の命は自分で守る」という意識が防災の基本であり、日頃からの備えや地域との連携が災害時の生存率を大きく左右すると強調した。また、災害に対する知識を持つだけでなく、いざというときに行動に移せるかどうかが重要であり、そのために防災訓練や地域との協力体制の構築が欠かせないと訴えた。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>2014年8月20日未明、広島市安佐南区と安佐北区を襲った集中豪雨により、大規模な土砂災害が発生した。この災害は、長時間にわたる線状降水帯の影響で発生し、わずか数時間の間に広範囲で甚大な被害をもたらした。</p> <p>0時30分ごろから1時間あたり100mmを超える猛烈な雨が降り続き、2時間半の間に累積降水量が250mmに達した。この雨量は通常の台風の総降水量を上回るものであり、地盤が急速に緩み、多くの斜面が崩壊した。広島市では避難勧告の発令が遅れたため、多くの住民が逃げ遅れ、被害が拡大した。</p> <p>松井氏の自宅周辺でも、大規模な土砂崩れが発生し、多くの住宅が押し流された。夜間で周囲の状況が把握しづらく、明るくなるまで被害の実態を知ることができなかった。道路が寸断され、救助隊が到着するまで孤立状態が続いたことで、極度の不安を感じながら一夜を過ごしたという。災害が発生した際、情報が十分に得られない状況では、自らの判断で迅速に行動することが生死を分けると述べた。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>災害後、地域復興に向けた取り組みが進められたが、そこには多くの課題があった。復興に向けた地域の取り組みとして、被災住民が主体となり「復興交流館モンドラゴン」が設立された。この施設では、被災者同士の交流を促し、互いに助け合いながら生活再建を進めることを目的としている。特に、高齢者の孤立や認知症の進行が問題となり、地域住民が協力して支援活動を行った。</p> <p>また、災害後の防災対策として、広島市では土砂災害警戒区域の見直しが実施された。新たに30カ所の砂防堰堤が建設され、今後の災害リスクを減らすための取り組みが進められた。さらに、住民が防災マップの作成や避難訓練の強化が行われ、住民の防災意識が向上していった。</p> <p>■ まとめ</p> <p>松井氏は、これまでの経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点を強調した。まず、避難の判断を早めに行うことが何よりも重要である。避難警報が出る前に自主的に避難を開始することが理想であり、特に夜間の災害では、周囲の状況が見えにくいいため、早めの行動が生死を分けることになる。</p> <p>また、地域の助け合いを強化することも必要である。近隣住民とのつながりを深め、いざというときに助け合える体制を整えることが大切であり、特に高齢者や障がい者の避難支援を地域</p>

	<p>ぐるみで考える必要がある。</p> <p>防災教育の充実も不可欠であり、実際の災害を想定した行動を学ぶことが求められる。親子で通学路の安全確認を行い、災害時の避難経路を確保することが、将来的な災害リスクを軽減することにつながる。</p> <p>避難所の環境整備についても、最低限の生活必需品を備え、長期避難に対応できる体制を整えることが重要である。女性や高齢者に配慮した環境づくりが必要であり、特にプライバシーの確保やトイレの改善が求められる。</p> <p>さらに、防災インフラの強化も不可欠であり、砂防堰堤や排水設備の整備を進めることで、再び同じ災害が起こらないようにする必要がある。防災マップを活用し、地域住民が危険地域を正しく把握することも重要である。</p> <p>最後に、松井氏は、地域全体で防災意識を高めることの必要性を改めて強調した。防災対策は個人の努力だけでなく、地域全体で取り組むことでより効果を発揮するものであり、防災に関する知識を共有し、実際の行動につなげることが大切であると締めくくった。</p> 
開催地より	<p>実災害を体験している語り部の体験談を聞くことで、事前に備えることの重要性を学んだ。広島と倉敷を比較しながら考えることで、自分たちの地域であればと自分事として捉えることができた。地域の方々と熱い協議ができ防災意識を高めることができた。</p>

開催地名	愛知県 岡崎市
開催日時	令和6年7月27日(土)9:30~11:00
開催場所	岡崎市福祉会館
語り部	池田 雅彰(大阪府吹田市)
参加者	89名 学区の防災担当委員
開催経緯	岡崎市では、小学校区を単位とする自主防災組織に「防災担当委員」を設置し、地域の防災リーダーとしての活躍を期待している。しかし、被災時や被災後の役割について事例を踏まえ具体的に伝えることに苦慮している。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>本講演では、大阪府吹田市消防本部に所属し、長年にわたり災害対応や救助活動に携わってきた池田雅彰氏が、震災現場での経験をもとに、災害時の対応や避難行動の重要性、防災対策について語った。池田氏は、阪神淡路大震災、東日本大震災、熊本地震などの現場に派遣され、実際に救助活動を行った経験を持つ。その現場での経験を通じて得られた教訓をもとに、緊急消防援助隊の活動や地域防災の課題について詳しく説明した。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>池田氏は、自身が派遣された阪神淡路大震災(1995年)、東日本大震災(2011年)、熊本地震(2016年)について、それぞれの特徴と現場での経験を振り返った。</p> <p>◇阪神淡路大震災(1995年1月17日)</p> <p>阪神淡路大震災発生当時、現在のような「緊急消防援助隊」の制度はなく、各消防本部が独自の判断で救助活動を行っていた。消火栓が損壊し、十分な消火活動ができない現場が多数発生したことも大きな課題であった。避難所では食糧や物資の供給が追いつかず、被災者が自発的に炊き出しを始めるなど、共助の大切さが改めて認識された。この震災をきっかけに、日本全体で防災制度の整備が進められた。</p> <p>◇東日本大震災(2011年3月11日)</p> <p>緊急消防援助隊の一員として、岩手県釜石市や大槌町に派遣され、救助活動を実施した。大津波により町が壊滅し、行方不明者が多数発生するなか、情報が錯綜する状況下で捜索・救助を進めた。27時間かけて現地に到着し、過酷な環境のなかでの活動となった。消防車両が被災地に到着した際、住民が深々と頭を下げていた光景が印象的であり、被災者にとって救助隊の存在が大きな安心感につながることを実感した。また、避難が遅れた高齢者や障がい者が犠牲になるケースが多く、事前の備えと早期避難の重要性を痛感した。</p> <p>◇熊本地震(2016年4月14日・16日)</p> <p>震度7の地震が2回発生し、多くの住宅が倒壊し、土砂災害も相次いだ。被災地では余震が続き、住民が屋内に戻ることをためらい、避難生活が長期化する問題が発生した。特に、避難所の運営が課題となり、物資の不足やトイレの管理が大きな問題となった。震災後、消防の救助体制や自治体の防災計画が見直され、より迅速な対応が求められるようになった。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>震災後、全国の自治体や消防機関は防災体制の強化に取り組んだ。</p> <p>1. 緊急消防援助隊の整備</p> <p>阪神淡路大震災を契機に、全国の消防本部が連携し、迅速に対応できる「緊急消防援助隊」制度が創設された。東日本大震災や熊本地震ではこの制度が活用され、多くの自治体が協力し合いながら被災地支援を行った。</p> <p>2. 避難所の課題改善</p> <p>災害時の避難所では、特に女性や高齢者、障がい者の支援が重要となる。プライバシーの確保やトイレ・衛生環境の整備が求められ、熊本地震後には避難所運営マニュアルが見直され、より住民主体の運営が推進された。</p> <p>3. 防災意識の向上</p> <p>「まさか自分の町が被害を受けるとは思わなかった」という声が多かったが、災害はどこでも起こる可能性があるため、日頃から防災意識を高めることが重要である。地域の防災訓練を強化し、実際の避難行動をシミュレーションする必要がある。</p>

■ まとめ

池田氏は、震災の教訓を踏まえ、今後の防災対策として以下の点を強調した。

1. 迅速な避難行動を心がける

避難指示を待つのではなく、自主的に判断し早めに行動することが命を守る鍵となる。特に津波のリスクがある地域では、地震発生後すぐに高台へ避難することが重要である。

2. 避難所の環境整備を進める

避難生活が長期化する可能性が高いため、快適な避難環境を整えることが求められる。仮設トイレや備蓄品の充実を図り、特に女性や高齢者の視点を取り入れた運営を行うべきである。

3. 地域防災の強化

「自助・共助・公助」の考え方を大切にし、行政だけでなく住民同士の支え合いが不可欠である。近隣住民と日頃から声をかけ合い、災害時に助け合える体制を作ることが重要である。

4. 防災訓練の実施

訓練は実際の災害を想定し、夜間や悪天候時の避難もシミュレーションすることが望ましい。特に高齢者や障がい者がどのように避難するかを具体的に考える必要がある。

5. 行政と住民の連携強化

自治体の防災計画を住民と共有し、地域のリスクに応じた対策を進めることが求められる。避難所の運営方法や支援体制について、事前に話し合う機会を増やすことが望ましい。

最後に、池田氏は「災害はいつ起こるかかわからないが、準備しておけば被害を最小限に抑えられる。防災意識を持ち続け、日常の中でできる備えを進めてほしい」と締めくくった。



開催地より

発災後の対応は「自助」、「共助」、「公助」が基本であると言われていましたが、近年では「近助」が大切になることを学んだ。地域の関係が希薄となっている現代で、どのように「近助」を推進していくか新たな課題が見つかった。

開催地名	高知県 香美市
開催日時	令和6年7月27日(土)10:00~11:30
開催場所	リモート開催
語り部	山縣 嘉恵(宮城県東松島市)
参加者	香美市の自主防災組織・防災対策課職員 計42名
開催経緯	出水期の災害対応は毎年あるものの、近年大きな災害は起こっておらず、本格的な避難所運営の経験がない状態にある。必ず来るといわれている南海トラフ地震は、超広域的に想像を絶する規模で発生すると想定されており、避難所は避難生活の現場そのものであるため、防災意識の高揚を促進し、自助・共助の強化を図りたい。
内容	<p><b>■ はじめに</b>  講演者の山縣嘉恵氏は、宮城県東松島市在住であり、東日本大震災において被災した経験をもとに、防災啓発活動を行っている。震災発生時、家族とともに避難を経験し、その後、地域防災の取り組みに積極的に関わるようになった。今回の講演では、震災当日の状況、避難生活の実態、そして地域の復興に向けた取り組みについて語られた。  山縣氏は、「災害は突然やってくるが、事前の備えと行動が重要である」と述べ、特に津波避難の重要性を強調した。さらに、避難の遅れが被害の拡大につながることを指摘した。</p> <p><b>■ あの日のこと</b>  2011年3月11日、東日本大震災が発生し、宮城県東松島市は津波に襲われた。震度6強の激しい揺れが長時間続いた。山縣氏はそのとき自宅にいたが、強い地震の揺れに危機感を抱き、すぐに避難する決断を下した。家族の安否を確認しながら、子供の通う小学校へ子供を引き渡してもらいに行った。その後、地域の避難所だと思っていた地区センターに子供を置いて自宅に戻った。自宅に待機させていた義母を連れて子供を預けていた避難所へ子供を迎えに行った。  津波は海岸から600メートル離れた自宅をのみ込み、地域全体に壊滅的な被害をもたらした。避難先の小学校も浸水被害を受けた。</p> <p><b>■ その後のこと</b>  震災後、避難所での生活が始まったが、そこには多くの課題があった。避難所は想定を超える避難者で溢れた。水が流せない状況でトイレを使用しなければならなかった。  全国から支援物資が届いたが、配布の仕組みが整っておらず、混乱が生じた。自治体の支援体制が整うまでの間、住民同士が助け合い、物資を運ぶ姿が見られた。被災地においては、地域の助け合いが非常に重要であることが改めて認識された。  復興に向けた取り組みとして、被災者が主体となって地域の復興計画が策定され、自治体と協力しながら復興が進められた。防災集団移転が進められ、高台に新たな住宅地が建設されることとなった。</p> <p><b>■ まとめ</b>  山縣氏は、東日本大震災の経験から学んだ教訓をもとに、今後の防災対策について述べた。まず、避難の判断は一刻を争うものであり、「まだ大丈夫」と考えるのではなく、すぐに避難する意識を持つことが重要であるとした。避難ルートを事前に確認し、津波のリスクがある地域では、迷わず高台を目指すことが求められる。また、一度避難したら戻らず、津波の第二波・第三波に備えて長時間の避難を前提とするべきである。  地域防災も重要な課題である。住民同士が連携し、日頃から避難訓練を行うことが必要。  避難所の環境改善についても避難生活が長期化することを想定し、備蓄を充実させることが不可欠である。特にトイレや水の確保は最優先事項の一つである。  参加型・体験型避難訓練を行うことで、災害発生時に適切な行動が取れるようになる。防災学習の場を設け、過去の災害を知り、それを未来の備えにつなげることが大切である。  日常生活の中でも、防災に備えた工夫が重要である。家具の固定や非常持ち出し袋の準備を行い、災害時に備えた環境を整えることが求められる。家族で連絡方法を確認し、安否確認のルールを決めておくことも重要である。</p>

最後に、山縣氏は「災害はいつどこで起こるかわからない。だからこそ、日頃からの備えが命を守る」と述べ、地域全体で防災意識を高めることの大切さを強調した。



開催地より

語り部の大震災の体験談から、普段からの地域のつながりが役立ったこと、避難所の運営に女性の視点がいかにされたこと、事前に準備できることがたくさんあることなど多くの気づきを得ることができた。

開催地名	愛知県 豊橋市
開催日時	令和6年7月28日(日)10:00~11:30
開催場所	屋内集会所
語り部	池田 雅彰(大阪府吹田市)
参加者	豊橋市民25人(15歳~22歳)
開催経緯	豊橋市役所が主催する「アオハル防災キャンプ」において企画運営をする実行委員メンバー(学生)から災害について詳しく知っている人からの直接の声が聴きたいと提案されたため。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>本講演では、大阪府吹田市東消防署に所属し、約40年間にわたり消防活動に従事してきた池田雅彰氏が、災害時の対応や防災意識の向上について語った。池田氏は、特に救助隊としての経験が長く、阪神淡路大震災、東日本大震災、熊本地震の3つの大震災に緊急消防援助隊として出動した経験を持つ。</p> <p>講演では、池田氏が「防災は知識を得るだけでなく、実際の行動が重要である」と強調し、災害時の判断力や行動力を養うことの必要性を訴えた。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>池田氏は、自身が経験した3つの大地震について、それぞれの特徴や教訓を共有した。</p> <p>◇阪神淡路大震災(1995年1月17日)</p> <p>発生時の状況</p> <p>阪神淡路大震災は、午前5時46分に発生し、兵庫県を中心に甚大な被害をもたらした。死者は6,434人、負傷者は約4万人に上り、建物の全壊・半壊が多数発生した。高速道路の倒壊やビルの崩壊など、大規模な物的被害も発生した。</p> <p>消防活動の課題</p> <p>消火栓の破損により消火活動が困難を極め、消防隊は水槽車を活用しながら消火活動を行った。当時は緊急消防援助隊の体制が未整備で、応援活動に統一性がなかったことが課題となった。</p> <p>住民の対応</p> <p>避難所には多くの住民が集まったが、物資の不足が深刻であった。1週間後には住民同士で炊き出しを行うなど、共助の力が発揮された。この経験を契機に、防災ボランティアの制度が発展した。</p> <p>◇東日本大震災(2011年3月11日)</p> <p>発生時の状況</p> <p>東日本大震災は、午後2時46分に発生し、マグニチュード9.0の巨大地震が東北地方を襲った。それに伴い大津波が発生し、甚大な人的・物的被害をもたらした。死者・行方不明者は約2万人に上った。</p> <p>緊急消防援助隊の出動</p> <p>発災当日の20時に、大阪府の消防隊が集合し、東北へ向けて出発した。31時間かけて岩手県釜石市・大槌町へ到着し、徒歩で大槌町に入り、要救助者の捜索を開始した。</p> <p>津波の被害の大きさ</p> <p>海沿いの建物はほぼ全壊し、残っていたのは鉄筋コンクリートの建物のみであった。津波の押し流す力により、多くの住民が犠牲となり、特に近所の助けがないと避難が難しかった高齢者の被害が目立った。</p> <p>生存率の低さ</p> <p>津波によって建物ごと流されたケースが多く、助かる可能性は極めて低かった。「避難できていれば命を守れた」という教訓が強調された。</p> <p>◇熊本地震(2016年4月14日・16日)</p> <p>発生時の状況</p> <p>4月14日に震度6.5の地震が発生し、その2日後の16日に本震(マグニチュード7.3)が発生した。内陸型地震であり、活断層のずれによって地震が発生し、多くの住宅が倒壊した。</p> <p>防災意識の変化</p> <p>本震が2日後に発生したため、避難生活の長期化が課題となった。また、気象庁は「大地震発生</p>

後1週間以内に同規模の地震が発生する可能性がある」と警告するようになり、「想定外のことが起こる」という意識を持つことの重要性が改めて認識された。

#### ■ その後のこと

##### 避難行動の見直し

「避難は迅速に、自らの判断で動くことが重要である」との教訓が得られた。住民の「正常性バイアス」により避難が遅れ、被害が拡大した事例が多かった。釜石市では、中学生が率先避難者となり、多くの住民を津波から救った事例も紹介された。

##### 避難所運営の改善

災害発生直後の避難所では、食料・水・トイレの問題が深刻化した。また、避難生活が長期化すると、精神的なストレスや衛生環境の悪化が課題となるため、避難所に依存しすぎず、次の住居へ移行する重要性が指摘された。

##### 防災意識の向上

定期的に避難訓練を行い、実際の避難行動をシミュレーションすることが必要である。自治体の防災計画を確認し、住民自身が備えを進めることが重要であり、ハザードマップを活用し、自宅や学校周辺のリスクを把握する必要がある。

#### ■ まとめ

池田氏は、これまでの経験を踏まえ、以下の点を強調した。

##### 1. 迅速な避難行動の重要性

「まだ大丈夫」と思わず、早めに避難することが命を守る。特に津波のリスクがある地域では、地震発生後すぐに高台へ逃げる必要がある。

##### 2. 地域の共助の大切さ

災害発生時、消防や自衛隊がすぐに救助できるとは限らない。近隣住民が協力して助け合う「共助」の重要性が強調された。

##### 3. 日常生活の中で防災意識を高める

家具の固定や非常持ち出し袋の準備をしておくことが推奨された。また、防災訓練や地域活動に積極的に参加することが大切である。

##### 4. 正常性バイアスを克服する

「自分は大丈夫」という思い込みを捨て、災害が起きたら即行動することが求められる。避難行動を事前に決めておくことで、迷わず動けるようにすることが重要である。

最後に池田氏は、「防災は特別なことではなく、日常の延長として意識し続けることが重要である」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

貴重なお話が聞けて良かった。今現在身近で大きな災害が発生していないだけで、いつ起こるか分からない災害時にすぐに行動が起こせるように準備をしていきたい。

開催地名	新潟県 阿賀野市
開催日時	令和6年8月5日(月)14:00~15:30
開催場所	阿賀野市役所
語り部	太田 千尋(宮城県仙台市)
参加者	阿賀野市役所職員(80名)
開催経緯	当市は、一級河川の流域区域であるため、一部地域が、浸水想定区域や土砂災害危険区域となっており、また、最大震度6強を観測する見込みがある断層地帯が付近にあることなどから、語り部の方の経験談をもとに、来るべく発災時の職員の対応力を身につけることができると思い、お申込みいたしました。
内容	<p>～東日本大震災を経験して～</p> <p>昭和54年に仙台市消防局消防士を拝命。以後40年以上自主防災組織の育成指導にかかわってきた。発災時は消防署勤務であったため、署隊本部運営と区の災害対策本部などに従事していた。本震は6分間ほど揺れ、揺れが収まったかに思ったが更に大きな揺れが続いた。東日本大震災は、マグニチュード9.0であったが、これは東西150Km・南北300~350Kmの面積の海底の岩盤が揺れ動いた。東北地方の地図を見ると、岩手県と四国の面積が同じくらいだと考えると、東日本大震災の震源域の大きさがわかると思う。揺れが収まり、すぐに災害対策本部のある区役所に向かった。区役所前の広場には市民がごった返し、パニック状態であったのを落ち着かせることが初動となった。</p> <p>(1)津波からの避難 発災当時、荒浜小学校の避難マニュアルには、4Km先の七郷小学校まで徒歩で避難することになっていたが、下学年の児童の体力ではそんなに歩けないと校長が判断し、校舎の3階以上に児童を避難させた。地域の避難者は屋上に避難し、小学校にいた子どもたちは全員助かったが、津波到達前に保護者が引き取りに来た子どもは助からなかった。この結果を重く受け止め、大地震後の大津波警報時に引き渡しはしないというマニュアルの改定をしている。皆さんの地域でもマニュアル通りに動く事も大切だが、時には対象者に応じて対策、方法を考え、柔軟に行動する必要があると考える。</p> <p>(2)職員の災害活動 とてつもない災害が起きた時、職員は使命感により興奮状態になりアドレナリンが出る状況になるので、本人が気付かないうちに不眠不休で働き続けてしまう。その時、災害活動が数カ月或いは半年以上と感じた私は、直ちに職員の勤務ローテーションを作成した。職員の身体を休ませる時間を作ることで、それは不眠不休で働き続けて倒れ入院し災害活動から離脱するのを防ぐのが目的である。職員の健康管理は、長期間続く災害活動において組織の能力を100%の状態に活動収束まで維持し、多くの市民を守るために必要なことである。さらにケガや感染症に備えて常に予防接種を受けさせておく事も大切なことである。</p> <p>(3)市民の生活 市内の製油所が津波により甚大な被害が発生し、火災も発生してガソリン等の供給が断たれた。ガソリン等を運ぶタンクローリーも津波で流されており、数カ月の間ガソリン等の不足は非常に逼迫した状況であった。市内のガソリンスタンドは何所も、ガソリンを求める車で数百メートルの大行列ができた。エネルギーの確保も考えておかなければならない。市内の新聞社では印刷する紙が津波の影響で供給が断たれた。新潟の新聞社から紙の提供を受けて新聞を発行していたが、多くの部数を発行できないため、災害対策本部や避難所では壁新聞のように新聞を貼り出したのがとても効果的であった。携帯電話においては、電波の状況によっては平常時と比べ発災時には、円滑に使えない。市民に情報提供する方法も多岐に渡るため、電子的な方法以外の対策も考えておくべきである。発災時には、窃盗団がやってくるものであり、相手の方言や聞いてくる内容を見極め対応する必要がある。悲しいことだが疑うということも行っていかなければならない。</p>
	 

開催地より	仙台市の太田様より、自身の東日本大震災の経験をもとに貴重なお話をいただきました。実災害を経験している語り部様のお話より、改めて、災害と悲惨さと日頃からの準備の大切さを学ぶことができました。
-------	--

開催地名	福島県 猪苗代町
開催日時	令和6年8月23日(金)10:00~12:00
開催場所	猪苗代町役場
語り部	菅原 康雄(宮城県仙台市)
参加者	総務課職員、婦人消防連絡協議会 30人
開催経緯	講演にて東日本大震災の教訓や、震災時における心構え、注意点を伺う事で、災害時に自身の身を守るための知識を得る機会としたい
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の菅原康雄氏は、宮城県南三陸町の元消防職員であり、東日本大震災を経験した後、全国各地で防災の語り部として活動している。消防職員として長年防災に携わりながら、震災時には住民の避難誘導に尽力し、命の重さと避難行動の重要性を深く認識した。今回の講演では、震災当日の出来事や避難の課題、そして今後の防災対策について語られた。菅原氏は、「防災は知識として持っているだけでは不十分であり、実際に行動に移せるかが生死を分ける」と述べ、震災の経験をもとに、いざというときにどのように動くべきかを具体的に説明した。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生し、菅原氏が住んでいた南三陸町は巨大津波によって壊滅的な被害を受けた。震災発生直後、消防職員として町内の避難誘導に当たったが、想定をはるかに超える津波が押し寄せ、町の多くが水没した。防災対策庁舎にいた多くの職員が津波に飲み込まれ、助けに向かうことすらできない状況となった。津波の高さは16~18メートルに達し、町のほぼ全域が浸水。従来の想定をはるかに超える規模であり、専門家ですえ予測できなかった未曾有の災害だった。特に、避難の遅れが多く命を奪ったことが大きな教訓として残った。迅速に行動した人は生存率が高かったが、「まだ大丈夫」「自宅で様子を見る」と判断した人々の多くが命を落とした。津波は、最初の波が来た後も繰り返し押し寄せ、予想よりも高く、より深刻な影響を及ぼした。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>震災後、南三陸町では復興が進められたが、多くの課題も浮かび上がった。避難所では、初期の段階で食料や水が不足し、トイレの環境も劣悪だった。特に高齢者や障がい者の支援が十分でなく、避難所生活が長引く中で健康を害する人も多く見られた。自治体の支援体制は機能していたものの、想定以上の避難者が押し寄せ、行政だけでは対応しきれない状況となった。また、多くの住民が「まさか自分の町が壊滅するとは思わなかった」と語り、震災前の防災意識の低さが被害を拡大させた要因の一つだった。震災後、地域全体で避難訓練や防災教育の強化が進められ、住民一人ひとりが防災の重要性を再認識するようになった。町の再建においては、被害の大きかったエリアを「津波危険区域」として指定し、住宅の再建を禁止する方針が取られた。新しい住宅地は高台に移転し、商業施設は津波を考慮したかさ上げ区域に配置された。</p> <p>■ まとめ</p> <p>菅原氏は、「防災対策は特別なものではなく、日常生活の中で意識し続けることが重要だ」と述べ、今後の防災対策として以下の点を強調した。まず、早期避難の重要性が挙げられる。避難指示を待つのではなく、自らの判断で早めに避難することが命を守る鍵となる。特に津波は、想定よりも高くなる可能性があるため、「この程度なら大丈夫」と考えるのではなく、最悪の事態を想定して避難することが求められる。次に、避難所運営の改善が必要である。震災時の教訓を踏まえ、トイレや食料の備蓄を増やし、衛生環境を整えることが求められる。また、女性や高齢者、障がい者の立場に立った避難所運営を考え、安心して過ごせる環境を整えることが大切である。さらに、防災教育の強化が重要となる。特に、子どもたちに正しい避難方法を教え、家庭でも防</p>

災について話し合う機会を増やすことが求められる。防災訓練を定期的を実施し、実際に避難行動をシミュレーションすることで、いざというときの行動がスムーズになる。

また、地域防災の強化が必要である。自治体だけに頼るのではなく、住民同士が助け合う「共助」の意識を持つことが、災害時には大きな力となる。避難所では役割分担を決め、混乱を防ぐ仕組みを整えておくことが重要である。

最後に、菅原氏は「災害は必ず起こるものと考え、事前に備えることが大切だ」と述べ、防災意識を持ち続けることの必要性を強調した。そして、「津波が来たらすぐに逃げる」「日頃から防災を意識する」「助け合いの精神を持つ」ことが、未来の命を守ることに繋がると締めくくった。



開催地より

災害の恐ろしさ、避難の課題など実際にご経験いただいた内容を説明いただいたおかげでより現実として講演を聞く事が出来た。早期避難・運営課題等子の講演で聞いた内容を今後の活動の参考としたい。

開催地名	福井県 越前市
開催日時	令和6年8月26日(月)19:00~20:30
開催場所	越前市文化センター
語り部	川島 孝(広島県広島市)
参加者	越前市内の自主防災組織(区長、自警消防隊)等 359名
開催経緯	<p>当市では、自主防災組織が組織化された当時から役員等が代わっており、組織の意義や活動について組織内でうまく引き継がれていない地域もあり、地域によって活動や意識に差がある。</p> <p>また、避難行動要支援者の個別避難計画作成において、支援者の確保が課題となっており、自主防災組織全体で避難支援できるよう組織の連絡体制や安否確認方法の整備が必要と考えているものの、現状はそこまで至っていない組織が多く、各自主防災組織が共助の意識の高めるための参考としたい。</p>
内容	<p><b>■ はじめに</b></p> <p>講演者の川島孝氏は、広島市東区の早稲田学区で自主防災や町内会を中心に地域活動に参加している。早稲田学区自主防災連絡協議会(通称:わせだ自主防)では、事務局長を務め、地域防災活動の中心的な役割を果たしてきた。</p> <p>早稲田学区は、広島駅から車で約10分の距離に位置し、広島市の中心部に近い住宅地として発展した地域であり、世帯数は約2,600戸で約6,000人の住民が生活している。自然に囲まれた環境の一方で、約6割が土砂災害警戒区域内に指定されている。こうした地形的な背景から、防災対策の必要性が高く、平成26年の広島土砂災害を機に地域防災活動が本格化した。</p> <p><b>■ わせだ防災プランによるまちづくり</b></p> <p>早稲田学区では、平成30年7月の西日本豪雨で土砂災害が発生し、被災を経験した。この災害において、地域の防災活動における様々な課題が明らかになった。この課題を解決するため、地域における防災活動を誰もが共有できる計画が必要であり、それを地区防災計画としてまとめ、この計画の実践ガイドとして“わせだ防災プラン”を作成したことを紹介した。また、このプランによって進められている防災まちづくりの実践内容として、広報紙やイベント、ホームページ等での情報発信による意識啓発活動、様々な防災訓練による地域住民・自主防災組織の両方のスキルアップ活動、要配慮者を支援するための取り組みなどが紹介された。</p> <p>そして、これらの活動を実施する中で、川島氏は「自分たちが楽しめる活動を取り入れ、参加者が新たな気づきを得られるよう活動内容を少しずつでも変化させることなどにより、持続性の高い活動を心掛けている」と活動において工夫している点を説明した。</p> <p><b>■ わせだ防災プランの作成手順</b></p> <p>わせだ防災プラン(早稲田学区地区防災計画)は、①地区の特徴をまち歩きなどで確認、②地区の防災上の課題を抽出、③防災プランの体制作り、④課題への対応策を検討、⑤活動の内容・目標を設定する、⑥防災プランをまとめて作成、という手順で作成されたことを説明した。そして、プランの作成においては、専門家のアドバイスを受けたり、市と相談したりすることも有効であることを紹介した。</p> <p>そして、計画を作るためのポイントとして「プランを作ることも大切だが、プランを作る過程でできるだけ多くの関係者が参加し協力することが重要で、そのうえで最優先に解決すべき課題を決めること、活動を振りかえる機会を作って関係者がつないでいくことが、地域の防災力を高める」と川島氏は述べた。</p> <p><b>■ 地域防災プラットフォームによる防災ネットワークづくり</b></p> <p>早稲田学区では、学区内の関係者だけでなく、防災活動に関係する様々な関係者が集まり、防災について意見交換できる場として「早稲田学区地域防災プラットフォーム」を開催している。このプラットフォームには、通常は地域活動に参加する機会のない、警察・医療機関・メディア・NPO法人など、災害時には相互に協力が必要となる関係者が集まり、お互いの活動状況や時には共通するテーマなどについて意見交換、情報交換することで“顔の見える”関係づくりをしている。</p> <p>この地域防災プラットフォームでできたネットワークは、従来の自治会などの地縁組織が中心</p>

となるコミュニティとは異なる、新たな防災コミュニティの受け皿となる可能性があり、今後も連携の強化と持続的なネットワークづくりに向けて、より良い関係作りが必要である。

#### ■次世代の人材育成

将来的に防災まちづくりを定着させていくためには、次世代の人材育成が必要不可欠である。そこで、早稲田学区では地域参加型で子どもの防災教育に取り組んでいる。わせだ防災プランでは、子どもの防災教育ステップアップとして、ステップ1:防災体験、ステップ2:防災学習、ステップ3:防災実践とテーマを決め、幼児から中学生まで段階的に防災に触れ、学び、体験することで感性を養う取り組みを進めている。

特に力を入れて活動しているのは、中学校のコミュニティ・スクールの取り組みとして実施している3学年全てでの防災学習と、将来の地域リーダーとなることも期待しながら地域活動の中で中学生などのジュニア防災リーダーが活動し専門的な知識や技術を習得する養成である。

#### ■まとめ

川島氏は、「早稲田学区では、防災を特別なものとせず、日常の文化として根付かせることを目的として“日常に+(プラス)防災を”というキャッチフレーズで活動を展開している。この活動を定着させていくことが、今、活動をしている我々の世代の責務だと思っている」と述べた。

そして、防災まちづくりを進めることで、地域における防災の課題解決が図れ、その活動の中で新たな結びつきが生まれる。その過程の中で、従来のコミュニティにはできなかった“防災”という誰にも共通するテーマで地域の関係者をつなぐネットワークが作られ、新たな地域コミュニティができることを実感している。



開催地より

大きな災害を経験した地域ということで、自主防災組織の防災に対する意識が非常に高いと感じた。市から参加者に対するアンケートの中でも今回の講演を受けて、可能な限り取り入れていきたいという感想があり、改めて共助について考える良いきっかけとなったと思う。

開催地名	滋賀県 東近江市
開催日時	令和6年9月7日(土)15:00~16:30
開催場所	東近江市役所
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	東近江市民 13名
開催経緯	本市では、地域の防災力向上のため地域住民を対象として、防災リーダー養成講座を開催している。本市ではこれまで大きな被災経験がないことから、被災地での活動経験がある方に講師を依頼し講座を実施した。講師については、YY防災吉田氏から直接連絡があり防災意識向上プロジェクトを利用し依頼できると聞いていたため希望した。
内容	<p>(1)はじめに(防災の基本)</p> <p>災害との共存を考えていかなければならない。その為にも災害を考えて行動し、危機感を持ち、そして想定以上の備えをすることが大切である。まずは家庭で出来るところから始めて欲しい。住宅・外壁の耐震、室内の点検、備蓄品の準備等。比較的、忘れがちなのが外壁である。過去に倒れたブロック塀で小学生が亡くなる事件もあった。</p> <p>そして自助・公助で出来ないことを、共助・地域全体で防災を行っていく必要がある。</p> <p>(2)共助・地域防災</p> <p>大地震が起こると避難所が必要となるが、避難所にも種類がある。特に「一時避難場所」「地域指定避難所」が地域防災において大切である。</p> <p>一時避難場所は学区内の各町内会で自由に決めており、公園などが設定される。震度5強になったらまずは一時避難所に集合し、地域の安否確認を行う。一時避難場所で安否確認を行っている間に、地域指定避難所の安全性確認を行っておく。</p> <p>地域指定避難所は小中学校(一部の高校)に設定している。26項目のたたき台(離乳室・更衣室・遺体安置場所設置など)があり、小中学校に配布されている。災害を発生してからでなく、事前に落とし込んでいく。</p> <p>また、福祉避難所も高齢者施設・医療福祉施設などと協定を結ぶことによって、ケアマネジャーと協力し、要支援者の状況などが把握できる。また普段使っている送迎用車なども災害時にうまく活用できることが多い。避難所は自宅で生活できない方が利用する。その為、避難所の役割、優先順位を明確化する事はとても重要である。</p> <p>(3)地域防災へのアドバイス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災マップ</li> </ul> <p>防災マップはカラーで印字し、A3サイズにラミネート加工することに意味がある。ラミネート加工する事で折り曲げることが出来ない。そして油性ペンで書いても消せることができる。またA4の資料・チラシ等が多いので、A3サイズだと紛れ込まないメリットがある。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災マニュアル</li> </ul> <p>文字を大きめに(18ポイント)設定する。また防災の事に関して回覧板は使わない。回覧板は町内会員しか見ないので、必ず各家庭にポスティングしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災訓練</li> </ul> <p>昼の防災訓練だけでなく、夜の防災訓練も行うこと。そして小中高校生は必ず役割を与える。逆に会社勤務されている方は避難所活動に役割を与えなかった。これは東日本大震災の経験を活かしている。沿岸部は津波で会社自体も流されてしまったが、内陸部は会社の後片付けで、地域に居なかった方が多かった。その教訓もあり、会社勤務の方には役割を持たせないようにしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災用品</li> </ul> <p>市からの助成金はないので、繰越金から防災費を計上している。平鍋はお湯が沸きやすい(寸胴はNG)ので便利だし、在宅介護用トイレは非常に助かった。サランラップもお皿が洗えない時に便利、また発泡トレイもお皿替わりになる。あとポリタンクがなくてもゴミ袋と段ボールさえあれば代用として使える。それとお風呂の残り湯も断水への備えの為、洗ったら直ぐに水・お湯を張って、浴槽は空にしない習慣をお勧めする。</p> <p>最後にこの6つは枕元に置いて欲しい。①靴下②厚底スニーカー③携帯ラジオ(イヤホン付けた</p>

まま)④防犯ブザー⑤ヘッドライト⑥フード付き雨具

(4)最後に(地域防災活動を継続していくためには)

町内会・自治会・学校などと連携し、地域全体で取り組むことが鍵となる。特に子供は地域活動の起爆剤となり、想像以上の活躍をしてくれる。全体で進んでいくことに難しい部分もあると思うが、町内会長・自治会長がリーダーシップを取って、地域防災を行っていただきたい。



開催地より

職員だけでは経験したことを参加者へ伝えることが難しいため、外部講師に依頼することでより多くの知識を参加者へ提供することができたと思う。

開催地名	岩手県 滝沢市
開催日時	令和6年9月8日(日)9:30~11:00
開催場所	滝沢市ふるさと交流館 ホール
語り部	山田 修生(宮城県仙台市)
参加者	滝沢市民86名(自主防災会、消防団、防火クラブ等)
開催経緯	これまでに、大きな災害を経験していない当市において、住民に対して防災の意識を持ってもらうことは難しく、課題となっている。このため、語り部による実体験を聴講することは、意識付けの観点からも大変重要かつ有効であり、今後の防災力向上の参考としたい。
内容	<p><b>■ はじめに</b></p> <p>講演者の山田修生氏は、東北防災安全研究所の代表を務め、防災や危機管理の専門家として全国で講演活動を行っている。長年にわたり全国の自然災害の被災地を視察し、自治体や企業、住民向けに防災・減災の向上を目的とした指導やアドバイスを行ってきた。本講演では、「マグニチュード9.0の教訓——超高齢社会の大地震に備えよう」というテーマのもと、東日本大震災の教訓を生かし、今後の地震災害に対する具体的な備えについて解説した。特に、超高齢社会における防災の課題や避難行動のあり方、地域コミュニティとの連携の重要性について強調された。</p> <p>山田氏は、「防災対策は日常生活の延長であり、決して特別なものではない」と述べ、住民一人ひとりが自助・共助の意識を持つことが災害時の生存率を高める鍵であると強調した。また、自治体や行政に頼るだけでなく、地域ごとの自主防災活動を推進し、住民同士が支え合う仕組みを構築することが、実際の災害時に大きな違いを生むと述べた。</p> <p><b>■ あの日のこと</b></p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生し、山田氏は仙台市内のマンションで激しい揺れを経験した。揺れの直後には町内会や自治体の避難計画が十分に機能せず、多くの住民が混乱に陥った。津波による被害は想定をはるかに超え、沿岸部の町は壊滅的な状況となり、避難所には多くの住民が押し寄せた。避難所では水や食料の確保が課題となり、トイレの不足が深刻な問題となった。避難所生活では感染症のリスクも高まり、避難者同士が協力し合いながら困難な状況を乗り越える必要があった。</p> <p>山田氏は、当時の体験を振り返り、「避難訓練で想定されていた行動が、実際の災害時にはほとんど役に立たなかった」と指摘した。特に、避難所運営の課題や、住民の避難行動における判断の難しさを痛感し、従来の防災訓練の在り方を見直す必要性を感じたという。さらに、家族と離れ離れになった際の連絡手段の確保が課題となり、通信手段が途絶えたことで多くの住民が安否確認に苦勞した点も強調された。</p> <p><b>■ その後のこと</b></p> <p>震災後の復旧・復興には長い時間を要し、多くの課題が浮かび上がった。避難所運営では環境整備が追いつかず、衛生問題や避難者同士のトラブルが発生した。特に女性や高齢者の避難生活における課題として、プライバシーの確保や医療支援の不足が顕著であった。避難所では、生活スペースの確保や女性専用エリアの設置が不十分であり、長期間の避難生活が精神的なストレスを増大させる要因となった。</p> <p>また、物流の寸断により、支援物資の供給が遅れ、必要な物資が迅速に届けられないケースが続出した。地域ごとに異なるニーズを把握し、適切に物資を分配する仕組みが必要であることが実感された。さらに、想定外の被害に対応するため、行政の防災計画を抜本的に見直す必要が浮上した。高齢者や障がい者などの要支援者を考慮した避難計画の策定が求められ、地域防災計画の見直しが進められた。</p> <p><b>■ まとめ</b></p> <p>山田氏は、これらの経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <p>まず、避難訓練の改善が必要である。一般的な防災訓練は「想定された状況」に基づいて実施されるが、実際の災害では想定外の事態が発生することが多い。したがって、女性や高齢者が主体となる避難訓練を実施し、実際の災害時に備える必要がある。また、災害は昼間だけでない</p>

く、深夜や大雨の中でも発生する可能性があるため、夜間や悪天候時の避難行動を想定した訓練を行い、実際の状況に即した対応力を養うことが重要である。

次に、防災意識の向上が求められる。防災は行政だけの問題ではなく、住民一人ひとりが自助・共助の意識を持つことが不可欠である。防災訓練や地域の防災活動に積極的に参加し、日常の中で防災意識を高めることが重要である。また、災害時には避難所の運営が長期化する可能性が高いため、トイレや食料、医療支援の充実を図るべきである。特に、女性や高齢者、障がい者に配慮した避難所運営を考慮する必要がある。

さらに、地域防災計画の強化が求められる。地域ごとに異なるリスクを把握し、住民同士で防災計画を作成することが重要である。避難経路や避難所の確認を日常的に行い、いざというときに備える体制を整えることが必要である。また、地域ごとに異なるリスクを考慮し、それぞれに適した防災対策を検討することが求められる。自治体主導ではなく、住民自らが防災計画を策定し、実践的な訓練を行うことで、より効果的な防災対策が可能となる。

最後に、山田氏は「防災対策は決して特別なものではなく、日常生活の一部として取り組むべきものである」と述べた。防災意識を高めることは、命を守ることにつながる。地域全体で防災意識を共有し、災害時に迅速に行動できる環境を整えることが、超高齢社会における防災の鍵となることを改めて強調し、講演を締めくくった。



開催地より

災害時における地区単位での活動の実情・限界等が分かり大変参考になった。  
また、地域の防災力向上においては、女性の参画が必要不可欠であり、訓練参加の呼びかけや、女性の視点を取り入れた訓練計画を進めていきたい。

開催地名	大阪府 田尻町
開催日時	令和6年9月9日(月)9:45~10:30
開催場所	田尻町立小学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	小学生・教員150名
開催経緯	大阪も南海トラフ地震で大きな被害が受ける地域と予想されているが、災害に対する意識を高く持っている児童の割合が少ないと感じていた。危機感を持って防災訓練に取り組むことができるように研修、アドバイスをいただきたく講演を依頼した
内容	<p>(1)2011年3月11日金曜日 14時46分 震度6強.....</p> <p>なぜ自然災害は起こるのか？地球は生きているから、雨が降ったり風が吹いたり、地震や竜巻、台風などが起きる。</p> <p>地球が生きているから自分たちも生きていけるのだから、共に生きなきゃいけない。そのためには、普段の備えが大事になる。</p> <p>考えただけではなく、行動に移すこと。考えて、行動する癖をつけるようにする。</p> <p>(2)考えて行動に.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・断水したら？お皿が洗えないから、お皿にラップを敷いて使う。</li> <li>・散らかっている部屋だと？停電したらつまづくので、部屋は整理整頓しておく。</li> <li>・自分の部屋のどこが危険なのかを考える。キャスター付きのものは動くのでストップをかける。棚には突っ張り棒を使用する。</li> </ul> <p>自分がどこに寝ているのかを確認。タンスなどが倒れてこないような位置になっているのか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・揺れから守る。机の下に入り、脚は平行ではなく斜めの脚の上部を持つ。階段にいたら後ろ向きになり、しゃがみ階段につかまる。</li> </ul> <p>ランドセルを背負い、カバーを頭の上に。(背中も頭も守れる)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・寝ている時の守り方。「だんご虫」のように丸まる。もし上に物が倒れてきても腕の力と足の力で押し、隙間を作れるようにする。</li> <li>・家族でどこに避難をするのかを話し合おう。災害後すぐに避難所が開設されるわけではないので避難所以外の所を決めておく。</li> </ul> <p>(3)揺れの災害での避難所では.....</p> <p>常に大人がいるとは限らない。当時の避難所では、大人は会社の被害の片付けをするために会社に行ってしまう人が多かった。</p> <p>3/12の早朝にいたのは子どもと高齢者が多かったので、子どもたちが自ら避難所の運営を始めた。</p> <p>大人がやれば良いのではなく、出来る人たちでやらなくてはならない！という状況。中学生は避難物資の数を数え台帳を作成、整理整頓。17日間の炊き出しのメニューを考えてくれた。</p> <p>小学生がバケツにくんだ水をポリタンクに入れ、高校生や大学生がポリタンクを運ぶ等。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生のみんなに約束してもらいたいこと、『いつも皆が助け合い、協力をして命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮らし災害に勝ちましょう』</li> </ul>
	

開催地より	講演だけではなく、実際の避難所運営を模した体験等も実施頂き、児童だけでなく教員含めおおきな刺激を頂けた。災害が起きた際には今回の講演で得たことを忘れずに行動していきたい。
-------	---

開催地名	埼玉県 杉戸町
開催日時	令和6年9月16日(月)10:30~12:00
開催場所	杉戸町立図書館・生涯学習センター
語り部	川島 孝(広島県広島市)
参加者	杉戸町自主防災組織 113名
開催経緯	地域によって防災意識に差があり、どのように地域で活動をしていけばいいのかよくわからないといった声があることを認識している。また、当町では地区防災計画の策定に至った団体はなく、今後計画策定率を上げていくためにも、地域で様々な活動を実施されている方より講話いただくことで各地域の防災意識向上を図るため。
内容	<p>■自己紹介と地域の概要 講演者の川島孝氏は、昭和47年1月8日生まれ、島根県松江市出身であり、現在は広島市東区の早稲田学区で、防災活動を中心に多岐にわたる地域活動に従事している。早稲田学区自主防災連絡協議会の事務局長を務めるほか、町内会長や社会福祉協議会事務局次長も兼務している。 早稲田学区は広島市の住宅地として発展してきた地域であり、人口約6,000人、世帯数は約2,600戸。広島駅から車で約10分の距離に位置し、自然に囲まれた環境の一方で、約6割が土砂災害警戒区域内に指定されている。こうした地形的な背景から、防災対策の必要性が高く、平成26年の広島土砂災害を機に地域防災活動が本格化した。</p> <p>■平成30年7月 西日本豪雨による被災と課題の浮上 平成30年の西日本豪雨では、早稲田学区内でも土石流やがけ崩れが発生し、複数の家屋や施設が被害を受けた。この災害を通じて、地域では避難行動の遅れや避難所運営体制の未整備、要支援者への対応不足、資機材の不足、情報発信体制の脆弱さなど、複数の課題が浮き彫りとなった。</p> <p>■「わせた防災プラン」の策定と実践 災害の経験を教訓に、早稲田学区では「わせた防災プラン(地区防災計画)」を策定。地域住民や関係団体とともに、誰が・どのように課題を解決するかを明文化し、継続的な取り組みにつなげている。キャッチフレーズは「日常に+防災を」。このプランでは、関係者全員が計画段階から参画することを重視し、大雨時には2か所同時に一時避難場所を開設するなど、実行可能な対応策を盛り込んでいる。</p> <p>■防災まちづくりと日常への取り入れ 防災は特別な活動ではなく、日常生活の中に自然に取り込むことが重要とされ、様々な工夫がなされている。たとえば、家庭向けの「わせた防災プラン・家庭版」の全戸配布、広報誌やホームページによる情報発信、防災イベントの開催などにより、住民の防災意識を高めている。 また、防災訓練の実施に加えて、福祉的な観点から要配慮者支援のワークショップ(ぼうさい茶話会)も実施。自分たちが楽しめる活動を通して継続性を担保し、地域内のつながりを深めている点の特徴である。</p> <p>■子どもたちへの防災教育と未来の担い手の育成 防災を文化として根付かせるため、子どもたちへの教育にも力を入れている。早稲田学区では「子ども防災教育ステップアップ」と題し、幼児期から段階的に防災を学び、最終的には中学生が地域防災の実践者として活動できるよう教育している。防災イベントでの体験、学校での授業、地域行事への参加などを通じて、若い世代の意識を育てる取り組みが行われている。</p> <p>■地域防災プラットフォームの構築 近年は、警察、医療機関、NPO、企業、メディアなど、これまで地域防災に関わってこなかった多様な主体とも連携を図り、「地域防災プラットフォーム」を設置。共通のテーマに基づく意見交換を通じて、「顔の見える関係性」を築き、非常時の連携体制を強化している。</p> <p>■防災活動を支える人のつながり 活動を進める中では、形式的な企画書だけでは人は動かないという教訓も得られた。最も大切なのは人と人のつながりであり、それこそが防災活動を実行に移す原動力となる。新たな仲間づくりの取り組みとして、ボランティア・バンクの活用やワークショップへの参加呼びかけなどを積極的に行っている。</p>

	<p>■まとめ</p> <p>防災まちづくりが地域にもたらす意義は非常に大きい。第一に、地域固有の防災課題を住民自らが把握し、解決へと動き出すことができる。第二に、活動を通して新たな人とのつながりが生まれ、それが新たな活動の推進力になる。第三に、防災という誰にとっても無関係ではいられないテーマを通じて、地域のコミュニティが強くなる。つまり、防災を切り口として地域を再構築することが可能になる。</p> <p>また、防災活動に積極的に関わる中で、日頃の暮らしと防災の境界が曖昧になり、自然と「防災が日常に溶け込んでいる状態」が実現される。それこそが真の意味での“防災力のあるまち”であり、早稲田学区が目指している未来の地域社会のかたちである。今後もこのような地域の取り組みが多く市区町村で参考とされ、広がっていくことが期待される。</p> 
開催地より	<p>災害の体験談や、災害に強い地域を目指すための活動、自主防災組織に関する具体的な事例についてわかりやすく説明をいただいた。今後いつ起こるかわからない災害に対する自主防災組織における体制づくりという点で、参考になる点が多かった。</p>

開催地名	徳島県 北島町
開催日時	令和6年9月18日(水)19:00~20:30
開催場所	北島町立図書館・創世ホール
語り部	石川 恵美子(東京都町田市)
参加者	90名
開催経緯	当町では、南海トラフ巨大地震や中央構造線・活断層地震による被害が想定されている。全国各地で自然災害が増加しており、様々な課題があるものの、防災に対する意識向上や身近にある問題としての当事者意識を持つことが第一に重要であると考え。そのため、この講演会をとおして、災害が身近にあることを理解し、防災意識の向上につなげたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の石川恵美子氏は、東京都町田市の職員として防災行政に携わる一方で、災害支援の現場にも多数関わってきた。特に、東日本大震災、西日本豪雨、熊本地震などの被災地支援に従事し、防災の最前線で学んだ教訓を多くの人に伝える活動を行っている。講演の冒頭では、「地震や災害は人間の力で止めることはできないが、しっかりと備えることで被害を大幅に軽減することができる」と強調した。そして、自らの東日本大震災の経験をもとに、「災害と共に生きる」という視点を持つことが、今後の防災において重要であると述べた。</p> <p>■ 東日本大震災について</p> <p>東日本大震災は、2011年3月11日に発生した超巨大地震による大規模な地震災害である。震源地は三陸沖で、仙台市の東方70km付近。地震の規模を表すマグニチュードは9.0と観測され、国内史上最大の規模であった。また、最大震度7が観測され、これによって津波や火災、液状化現象などの二次災害が発生し、被害は広範囲に及んだ。</p> <p>この震災による被害は甚大で、2024年3月8日時点の統計では、全国で1万9775人が亡くなり、行方不明者は2万5500人にのぼる。その中には震災関連死も含まれ、避難生活の影響で病気を発症したり、健康を損ねて亡くなった方々も多い。また、2013年の時点でも3万115人が避難生活を続けており、震災の影響が長期間にわたって続いていることがわかる。</p> <p>この震災で特徴的だったのは、岩手県・宮城県・福島県を中心に津波が大きな被害をもたらしたこと、都市部では帰宅困難者が大量に発生したこと、そして液状化現象が広範囲で確認されたことである。特に首都圏では震度5強の揺れにより公共交通機関が停止し、歩いて帰ろうとする人々で混乱が生じた。</p> <p>■ 私が経験した「東日本大震災」</p> <p>2011年当時、講演者は大学生で、新宿区の高田馬場駅近くのインターネットカフェでアルバイトをしていた。地震が発生した際、店内のカウンター内で強い横揺れに襲われ、物が棚から落ち、加湿器が転がるなどの被害が発生した。揺れは1分ほど続き、一部パニックを起こした客が周囲の静止を振り切って建物から外へ飛び出そうとした。</p> <p>その後、店舗は一時的に落ち着きを取り戻したが、夕方からは帰宅困難者が押し寄せ、店内は満席に。さらに、床にも座らせてほしいという要望が増え、20人ほどを受け入れたが、それ以上は物理的に不可能となった。ピーク時には、店内はまさに地獄絵図のような状況であった。深夜には、代わりのスタッフが徒歩で交代に来てくれたおかげで、なんとか帰宅することができたが、電車は各駅停車で通常よりも遅い速度で運行していた。帰宅後も、停電や物流の混乱、情報の錯綜などが続き、日常生活が大きく影響を受けた。</p> <p>この経験から、施設の安全確認の重要性、適切な受け入れ態勢の整備、そして群衆管理の必要性を痛感した。地震はいつどこで発生するかわからないため、どのような状況に直面しても適切に対応できるよう、日頃からの準備が不可欠である。</p> <p>■ 想定されている「海溝型地震」について</p> <p>日本では、東日本大震災と同じ海溝型地震として南海トラフ巨大地震の発生が想定されている。徳島県が公表している被害想定によると、県全域で震度6弱以上、北島町では最大震度6強が予測されている。</p> <p>特に津波による被害が大きく、全壊建物は7160棟、うち津波によるものが1800棟と推定さ</p>

れている。人的被害も深刻で、揺れによる死者50人、津波による死者320人と想定されており、津波対策の強化が急務とされている。

■ 語り部からみなさんへ

1) よく聞かれる質問

①災害時にできること

災害時には、まず何よりも自分自身の安全を確保することが最優先です。そのうえで、周囲に助けを必要としている人がいて、自分に余裕がある場合には、無理のない範囲で支援を行います。また、さまざまな情報が飛び交う状況では、信頼できる情報源から正確な情報を収集し、根拠のないデマに惑わされないよう注意が必要です。さらに、余震の可能性もあるため、常に冷静さを保ち、落ち着いた行動を心がけることが大切です。

②防災対策

災害は自宅にいる時だけでなく、外出先などさまざまな場所で発生する可能性があるため、どこにいても対応できるよう、最低限の持ち物を常備しておくことが重要です。また、自宅では家具の固定や寝室周辺の安全確保を行い、非常用の食料や水を備蓄しておくことも重要です。さらに、災害時の不安やストレスを和らげるために、自分にとって心の支えとなる「ほっとできるもの」を用意しておくことも有効です。

③高齢化社会の防災

災害時においては、必ずしも自宅外への避難が最善の選択肢とは限らず、自宅での待機が適切な場合もあります。また、自身や家族の健康状態を踏まえたうえで、避難先での生活を具体的にイメージし、必要な準備を行っておくことも大切です。地域の共助体制においては、高齢者もその一員として役割を果たすことができるよう、誰もが支え合える環境づくりを目指すことが求められます。

2) 語り部から伝えたいこと

災害への備えは日常的に継続していくことが重要です。災害は発生直後だけでなく、その後も長年にわたって生活に影響を及ぼす可能性があるため、無理なく続けられる持続可能な対策を心がける必要があります。また、非常時であっても日常を思い出せる工夫を取り入れることで、心の安定を保ちやすくなり、過度な不安やストレスの軽減にもつながります。

最後に、石川氏は「災害がいつ発生するかはわからないが、事前に準備しておくことで被害を最小限に抑えることができる。今日学んだことを家族や友人にも伝え、防災の意識を高めてほしい」と締めくくった。防災は特別なことではなく、日常の一部として考え、一人ひとりの備えと行動が地域全体の安全を守る鍵となることを改めて強調した。



開催地より

ご自身の体験談をお話いただいたほか、日頃からの備えの重要性などを分かりやすくご説明いただいた。今回の講演内容を参考に、本町でも引き続き防災に対する意識向上に向けて取り組んでいきたいと思う。

開催地名	宮崎県 延岡市
開催日時	令和6年9月20日(金)14:00~15:30
開催場所	延岡市役所 2階講堂
語り部	蔵原 正敏(熊本県宇城市)
参加者	市役所職員 100名
開催経緯	災害対応を経験している職員が少ないため、避難所の開設や運営が未経験の者が多く、心構えも出ていない。特に平時から各部署の連携が取れていないことが課題であり、講演会を通じて被災後の職員の対応・連携について学びたい
内容	<p><b>■ 熊本地震と蔵原氏の役割</b> 語り部は、平成28年の熊本地震発生当時、熊本県宇城市の危機管理課に所属し、市の災害対応に従事した。地震発生直後、家族の安全を確認したのち、直ちに職場へ登庁し、避難所の開設や物資管理など、初動対応に従事した。震災直後の状況は刻々と変化し、限られた人員と資源の中で最善の対応が求められる中、蔵原氏は避難者支援に尽力した。</p> <p><b>■ 避難所開設と初期対応の困難</b> 熊本地震は、4月14日の前震と16日の本震という二度にわたり大規模な揺れをもたらし、市内各地で甚大な被害を引き起こした。直ちに避難所を開設するよう指示を受けたが、当時の状況は極めて混乱していた。多くの職員が自身も被災しており、必要な人員を確保することが困難だった。さらに、建物の安全確認を行う技術者が不足しており、避難所の開設にあたっては、専門的な調査を待たずに目視での確認を行わざるを得なかった。 避難所として利用できる施設にも制限があった。体育館が損傷して使用できず、避難者はロビーなどの狭い空間での生活を強いられた。さらに、本震発生後には避難所の数が急激に増え、対応する職員の負担が増大した。特に、本震によって被害が拡大し、新たな避難者が急増したため、食料や水などの基本物資の確保が急務となった。語り部を含む職員らは、限られた資源の中で避難所の開設と運営を行い、状況に応じて柔軟に対応しながら、混乱の中での支援に尽力した。</p> <p><b>■ 物資供給と支援の課題</b> 避難所の運営において、最も深刻な課題の一つが物資の不足だった。市では1万5000食分の備蓄を確保していたものの、予想をはるかに上回る避難者が押し寄せたことで、短期間で物資が尽きてしまった。市内のスーパーやコンビニも被災し、通常の流通網が機能しなくなったため、食料や生活必需品の調達が極めて困難な状況となった。 語り部は、事前に災害協定を結んでいたスーパーに連絡を取ったが、店舗自体が被害を受けていたため支援を得ることができなかった。しかし、市内の製パン工場や他のスーパーとの連携により、パンや一部の食料を調達した。一方で、車中泊を余儀なくされた避難者や自宅避難者への支援が後手に回ったことは反省点として挙げられた。 全国からの支援物資が届くようになると、今度はその管理が大きな課題となった。大量の物資が夜間に届くこともあり、仕分けや保管作業が職員の負担となった。物資の適切な管理と公平な配分を行う仕組みの重要性が改めて認識された。</p> <p><b>■ 避難者の健康管理と支援</b> 避難生活が長期化する中で、避難者の健康管理が大きな課題となった。特に、車中泊を続ける避難者の間では「エコノミークラス症候群」のリスクが高まり、健康被害が懸念された。これに対処するため、毎日決まった時間にラジオ体操を放送し、避難者に体を動かすよう呼びかけた。また、避難所を医療スタッフが定期的に巡回し、健康状態の確認を行った。 季節の変化にも対応する必要があった。4月の夜間は冷え込みが厳しく、防寒対策が欠かせなかった。一方、5月以降は気温が上昇し、熱中症のリスクが増大したため、水分補給を促し、休憩を取るよう周知する必要があり、防災行政無線などを利用し、適宜周知を行った。</p> <p><b>■ 地元組織との連携と災害対応</b></p>

宇城市では、地元の消防団や自衛隊、警察との連携が円滑に行われた。特に消防団は、地域の巡回をはじめ、避難所運営や物資供給の支援に参加し、住民の安否確認にも大きく貢献した。災害発生直後は混乱が生じたものの、各組織がそれぞれの役割を果たすことで、迅速な対応が可能となった。語り部は、こうした地元組織との協力体制が、災害時の対応において極めて重要であると実感した。

■ 罹災証明書の発行と事務手続きの課題

地震発生後、被災者が生活再建のために必要となる罹災証明書の発行が急務となった。しかし、家屋の被害状況を調査し、証明書を発行する作業には多くの時間と労力を要した。一次調査では1時間に3件、二次調査では1日3件程度しか進まず、すべての申請を処理するまでに相当な時間を要した。市役所には証明書の発行を求める住民が殺到し、長時間の待機を余儀なくされる状況となった。

当時は、Wi-Fiなどの通信インフラが十分に整備されておらず、被災者支援システムも導入していなかったため、証明書発行の効率化が大きな課題となった。今後は、迅速な事務処理を可能にするシステムの整備が求められる。

■ 教訓と今後の課題

熊本地震の経験から得られた最も重要な教訓の一つは、初動対応の重要性である。避難所の迅速な開設や物資供給の体制整備は、被災者の生活を支える上で不可欠であった。また、職員の疲弊を防ぐため、長期的な災害対応におけるローテーション体制の確立が必要であることも明らかになった。

語り部は、自治体や住民が平時から防災意識を持ち、地域全体で協力していくことの重要性を強調した。



開催地より

初動対応の重要性と、職員が疲弊しないためのローテーションの必要性について講演会を通じて理解する事が出来ました。平時から職員間の連携を大切にしていきたい

開催地名	滋賀県 野洲市
開催日時	令和6年9月21日(土)10:00~11:30
開催場所	野洲文化小劇場
語り部	橋本 芳和(大阪府堺市)
参加者	野洲市自治連合会 ほかに一般参加 93人
開催経緯	これまで、自治会が共助として取り組む自主防災組織の活動を進めていく中で、近所付き合いの希薄化や自治会加入の減少など、地域のつながりが薄くなっていることが課題でした。災害時に共助の重要性は承知しているが、地域コミュニティの力を高め、災害時に共助の防災力を高める具体的な取り組みについて、先進的な活動をしている自主防災組織から事例を参考に学び、地域コミュニティ、地域の防災力の向上を目指す研修が必要だった。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の橋本芳和氏は、大阪府堺市の北花田グランアヴェニュー(GA)防災会の活動に長年携わり、マンション居住者の防災意識向上と地域防災の強化に尽力してきた。今回の講演では、マンション防災の実践例を通じて、地域特性に応じた防災対策の重要性や、災害時における住民の主体的な行動の必要性について語った。</p> <p>北花田グランアヴェニューは、大阪市との境界に位置し、全6棟・総戸数715戸・約1750人の住民が暮らす大規模分譲マンションである。周囲には大和川や西除川が流れ、南海トラフ地震発生時には地震被害に加え、河川の氾濫による水害のリスクも考えられる。このため、防災会では地震・水害の両面を想定した防災対策を進めている。また、管理防災センターが24時間体制で運営されており、災害時には防災拠点として活用されるほか、サイネージを活用した情報発信が行われる体制が整えられている。</p> <p>■ GA防災会の設立と自治会との連携</p> <p>北花田グランアヴェニューでは、マンション独自の防災組織としてGA防災会が設立されている。堺市の自治会制度では、新浅香山小学校区自治連合会が存在し、地域の防災活動を統括しているが、堺市北区の方針として、マンション住民の避難所利用は限定的であることが明示されている。そのため、GA防災会は「自分たちの身は自分たちで守る」という理念のもと、自主的な防災活動を推進している。</p> <p>GA防災会の取り組みは、主に地震と水害を想定し、マンション住民が災害時に適切に対応できる体制を築くことに重点を置いている。自治会や地域防災組織と連携しつつも、マンションという居住環境に即した独自の防災対策を実施している点が特徴的である。</p> <p>また、堺市内には複数の自治会が存在し、それぞれ異なる災害リスクを抱えている。地域の防災対策を考える上では、世帯構成や建築環境などの地域特性を把握することが不可欠である。GA防災会では、マンション特有の課題に対応しつつ、住民の防災意識を高めるための情報提供や訓練の実施に注力している。</p> <p>■ GA防災会の組織構成と活動内容</p> <p>GA防災会は、約11年前に設立され、自治会とは別組織として運営されている。マンションの場合、備品の購入や設備管理は管理組合が担っているため、防災活動は自治会とは別に行う必要がある。防災会は管理組合の下部組織として機能しており、自治会の関係者もメンバーとして参加しながら、災害時の住民対応を行う体制が整えられている。</p> <p>防災会は、住民715世帯を5つの班に分け、各班が防災活動に関与する仕組みを整えている。年に一度の防災訓練を実施し、各班ごとに集まりながら防災対応の確認を行っている。また、組織の維持と発展のため、次の5つの方針に基づいて活動を進めている。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.棟ごとのコミュニケーション強化</li> <li>2.災害発生時の対策と支部活動の整備</li> <li>3.備品備蓄の推進と定期的なメンテナンス</li> <li>4.住民の防災意識の向上</li> <li>5.自治会および地域防災組織との連携強化</li> </ol> <p>また、毎月の委員会開催や「防災活動ニュース」の発行、防災力アンケートの実施、マニュアルの見直し、ホームページのメンテナンス、防災展示会の実施など、さまざまな取り組みを継続的に</p>

行っている。避難訓練については、防火訓練と統合し、年に一度の「防火防災訓練」として実施し、昨年は170人が参加した。

■ 防災意識向上のための取り組み

マンション居住者の防災意識を高めるため、GA防災会では次のような具体的な取り組みを実施している。

・棟別懇談会の開催

マンションでは、隣人との交流が希薄になりがちであるため、棟ごとに懇談会を開き、顔合わせや情報交換を行う機会を設けている。

・夜間警備活動

年末には自主的な夜間警備を実施し、住民の防犯意識向上に努めている。

・防犯パトロールの実施

週2回の夕方、防災委員がマンション内を巡回し、安全管理を強化している。

・ボランティアの募集

学生の防災活動への参加を促し、ボランティア証明書を発行することで関心を持ってもらう取り組みを進めている。

・河川の水位監視

大和川の水位をホームページで確認できる仕組みを整え、「特定の水位を超えた場合には本部を設置する」などの具体的な対応を決定している。

■ 課題と今後の展望

防災会の取り組みにより、住民の防災意識は確実に向上し、「自分の命は自分で守る」という意識が定着しつつある。また、共助の意識も醸成されつつあり、防災活動への理解と協力が深まっている。しかし、さらなる課題として、マンション自体を防災拠点とする可能性が議論されている。

具体的には、災害情報の共有や発信、被災地域支援、ボランティア活動の推進など、より広範な地域防災活動への貢献が検討されている。しかし、現時点では具体的な取り組みには至っておらず、今後の議論が求められる状況である。

また、地域コミュニティの形成についても、世代ごとに異なる課題があり、防災活動を通じた地域のつながりを強化することが重要視されている。橋本氏は、防災活動を通じて「自助・共助・公助のバランスを意識しながら、地域全体で支え合う体制を構築することが大切である」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

夏祭りなど既存の自治会活動の中で、防災について考えるコーナーを設置するなど、地域の助け合いが防災につながり、特別に防災に取り組むことなく日常に防災を取り入れることなど、今後防災研修や自治会活動の取り組み方について参考となった。

開催地名	奈良県 天理市
開催日時	令和6年9月28日(土)10:00~12:00
開催場所	天理市文化センター
語り部	臼井 久(山梨県都留市)
参加者	自主防災組織・地域住民 120名
開催経緯	市内の自主防災組織はほとんどの町では結成されているが、奈良県における災害が少ないこともあり、多数の団体が、活動内容において苦慮している現状である。共助・自助の取組として、災害時に活用できるノウハウ・教訓等を聞きたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の臼井久氏は、山梨県都留市の自主防災組織に所属し、地域の防災計画推進に尽力してきた。都留市の自主防災会では、地域住民の防災意識を高めるために、実践的な防災訓練の実施や防災マップの作成など、多岐にわたる取り組みを行っている。今回の講演では、地域に根ざした防災活動の重要性について語られ、「地域の防災力を強化し、一人の犠牲者も出さないこと」を目標に掲げた。</p> <p>臼井氏は、防災は特定の人だけが担うものではなく、地域全体で取り組むべきものであると強調し、災害発生時に個人や家族、地域がどのように連携し、迅速に対応するべきかについて詳しく説明した。</p> <p>■ 過去の災害経験と教訓</p> <p>臼井氏は、都留市で発生した過去の災害や、他地域での大規模災害から得た教訓について詳しく語った。</p> <p>平成19年には台風による大雨が発生し、市内を流れる川が氾濫した。この際、地域住民が迅速に避難を行ったため、大きな人的被害は避けられたものの、住宅の浸水や道路の損壊などの被害が相次ぎ、復旧には長い時間を要した。この経験から、避難行動の迅速な判断と、事前の備えが重要であることが認識された。</p> <p>2011年の東日本大震災では、都留市自体の被害は比較的少なかったものの、強い揺れが観測された。これを契機に、避難所の開設や防災体制の見直しが進められ、地域の防災意識向上のきっかけとなった。</p> <p>令和元年の台風19号(東日本台風)では、河川の氾濫により広範囲で冠水被害が発生し、道路の寸断によって救助活動が難航した。これにより、いざというときの避難ルートの確保や、孤立地域への支援策の必要性が明確になった。</p> <p>これらの経験を通じて、臼井氏は「災害はいつか必ず発生するものとして備えることが重要であり、日頃からの準備が命を守る」と強調した。</p> <p>■ その後の取り組み</p> <p>過去の災害を教訓に、臼井氏は地域の防災力を高めるため、さまざまな取り組みを進めた。</p> <p>まず、防災マップの作成に着手し、住民が主体となる「まち歩き」を実施した。地域住民が実際に地域を歩きながら危険箇所を確認し、土砂災害警戒区域や避難ルートを明記したマップを作成することで、誰でも分かりやすい防災情報を提供できるようになった。これにより、災害時に適切な行動をとるための指針が整備された。</p> <p>また、従来バラバラに活動していた3つの自主防災会を統合し、地域全体で防災活動を推進する体制を構築した。防災計画の見直しを行い、地震や水害といった異なる災害ごとに適切な避難行動が取れるよう、時間軸に沿った避難行動マニュアルを策定した。</p> <p>避難所の環境改善にも取り組み、従来の体育館に加え、教室などを活用した避難スペースを確保し、プライバシーへの配慮を強化した。また、物資の配置を工夫することで、避難者がより快適に過ごせる環境を整えた。</p> <p>さらに、情報共有の強化として、LINE公式アカウント「ワイヤー」を活用し、地域住民にリアルタイムで防災情報を提供する仕組みを導入した。気象データを基に降水量が一定の基準を超えた際には、自動的に早期避難を呼びかけるシステムも構築され、住民の迅速な避難行動を促す体制が整えられた。</p>

■ まとめ

臼井氏は、防災活動は一時的な取り組みではなく、継続的に実施することが重要であると述べ、今後の防災対策として以下の点を強調した。

自主防災会の役割を明確化し、避難所の運営や物資管理の体制を確立することで、災害時の混乱を最小限に抑えることができる。また、避難行動については、「まだ大丈夫」ではなく、「今すぐ避難」を意識し、家族単位で避難計画を作成し、実際に避難訓練を行うことが重要である。

さらに、地域全体の防災力を強化するため、住民同士が助け合う「共助」の意識を育み、高齢者や障がい者の避難支援を事前に計画することが求められる。防災情報の活用についても、ハザードマップや気象情報を随時確認し、早めの行動を心掛けることが必要である。また、防災アプリやSNSを活用し、正確な情報を取得することで、混乱を避けることができる。

最後に、臼井氏は「防災は日々の積み重ねが大切であり、一人ひとりの意識が地域全体の防災力を高める」と述べ、今後も継続的に防災活動を推進することの重要性を強調した。



開催地より

講演を通じて自主防災組織の役割を明確にすること、「共助」の意識や具体的な防災情報対策が重要であることを知る事が出来た。本日の講演を今後活かしていきたい。

開催地名	高知県 梶原町
開催日時	令和6年9月29日(日)10:00~11:30
開催場所	地域活力センター ゆすはら・夢・未来館 2階大ホール
語り部	臼井 久(山梨県都留市)
参加者	梶原町民 40名
開催経緯	本町は、面積の91%を森林が占め、土砂災害危険箇所も多く、大規模災害が発生した場合には道路の寸断による孤立集落が発生する恐れがある。しかしながら、幸いなことに、近年、本町では大きな災害に見舞われていないことから、防災意識の向上が課題である。そこで、本町と同様に急峻な山に囲まれ、土砂災害危険地域の多い土地柄で、持続的で実効的な防災活動を実践されている講話を参考に、地域防災力の向上に向け、具体的な活動を実践していきたい。
内容	<p>■ 都留市の防災活動について</p> <p>都留市は、世界保健機関(WHO)が推奨する国際セーフコミュニティ認証センターの認証を受け、日本国内では17番目、山梨県内では初の認証都市となった。セーフコミュニティの基本理念は「事故や怪我は偶然の結果ではなく、原因を分析することで予測し、防ぐことができる」という考えに基づいている。これにより、都留市は地域の安全対策を強化し、住民が安心して暮らせるまちづくりを推進してきた。</p> <p>近年の都留市における災害として、2019年10月に発生した台風による大規模な被害が挙げられる。この際、行方不明者の捜索活動が朝6時から日没まで3日間続けられたが、残念ながら救出には至らなかった。この捜索には、都留市消防団員全員が出勤し、地域の防災活動の重要性を改めて認識する契機となった。</p> <p>■ 防災活動の成果と表彰</p> <p>都留市は、防災活動の積極的な取り組みが評価され、「防災まちづくり大賞」を受賞した。特に、山間地特有の災害リスクを考慮し、独自の防災アラートを開発し、公式LINEアカウントを通じて迅速な情報発信を行っている点が高く評価された。また、昨年12月に実施した防災訓練も、実践的な内容が評価され、消防庁長官賞を受賞するに至った。こうした取り組みは、地域の防災意識を向上させるだけでなく、他地域の防災活動のモデルケースとしても注目されている。</p> <p>■ 与縄地区防災計画推進会の発足</p> <p>都留市内にある与縄地区では、人口2万9000人のうち、約120軒の世帯が自主防災組織を形成し、防災活動を行っている。この地区には3つの自治会が存在し、それぞれが年に1回の防災訓練を実施していた。しかし、自治会単独の取り組みでは限界があり、「消防団や防災士と連携しなければ、より効果的な防災訓練ができないのではないか」という課題が浮かび上がった。</p> <p>そこで、地域の災害の歴史を振り返り、ハザードマップや地質の特徴を分析したうえで、少子高齢化が進む中での防災訓練のあり方を検討し、「与縄地区防災計画推進会」を発足させた。この組織の目的は、3つの自治会を統合し、継続的かつ実践的な防災訓練を行い、地域全体で協力しながら防災意識を高めることである。</p> <p>■ 地区防災計画書の作成</p> <p>与縄地区では、平成30年から地区防災計画の作成に着手し、各世帯に配布した。既存の防災マニュアルを参考にしながら、地域の特性に合わせて改訂を行い、より実践的な内容へと発展させた。特に、盛里地域のハザードマップについては、住宅の分布が分かりやすいように拡大し、視認性を向上させた。</p> <p>また、避難所の選定についても見直しを行い、地震時と豪雨時で異なる避難所を設けることとした。「どの災害時にも同じ避難所に行けばよいわけではない」という認識を地域全体で共有し、適切な避難行動をとるためのガイドラインを整備した。</p> <p>■ Yアラート(与縄防災情報)の導入</p> <p>令和2年10月、与縄地区では、防災計画推進の一環として「Yアラート」という情報システムを導入した。これは、地域住民が参加する防災計画グループLINEを基盤とし、災害時にリアルタ</p>

イムで情報を共有する仕組みである。  
 Yアラートの登録世帯数は120世帯のうち約80戸に及び、地域住民の多くが利用している。例えば、大雨による浸水の危険がある場合、地域の降水状況を即座に発信し、住民に早期避難を促すことが可能となった。また、停電情報、水道管の破裂、野生動物の出没など、日常の防災関連情報も提供しており、住民の安全確保に大きく貢献している。さらに、与縄地区に住む家族の安否を遠方の親族が確認できるという利点もあり、防災だけでなく地域の情報共有ツールとしても活用されている。

■ 地区防災計画ファイルと通電火災対策

与縄地区では、防災計画や避難訓練の実施に伴い、内容を随時更新し、地区防災計画ファイルとして各世帯に配布している。このファイルは「気づいたことを追加していく」という形式を採用し、住民の意見を反映させながら進化している。

特に、通電火災の危険性についても重点的に周知を行った。地震発生時に停電が発生し、その後、電力が復旧する際にショートを起こして火災が発生するケースが全国で報告されている。この対策として、ブレーカーに専用のシールを貼り、避難時にはブレーカーを落としてから避難することを住民に徹底した。

■ 大切な人を守るために

防災の根本的な目的は「大切な人を守ること」にある。自主防災会の活動も、この思いを共有する住民の協力によって成り立っている。

災害時においては、避難のタイミングが重要であり、「避難所が開設された」という防災無線が流れたときが避難の合図となる。また、異変を感じたときに即座に避難することが命を守る鍵となるため、「前兆」に敏感になることが求められる。さらに、「まだ大丈夫」と思うことが、すでに危険の兆候であるという意識を持つことが重要である。

また、地域社会の連携も防災には不可欠である。かつて江戸時代には「火消し」という地域コミュニティの仕組みがあり、住民が互いに助け合いながら火災から町を守っていた。これと同様に、現代においても地域住民が日頃から挨拶を交わし、顔の見える関係を築くことが、災害時における助け合いにつながる。

臼井氏は、「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識を持ち、「防災は日常の延長である」と考えることが大切であると述べた。そして、「まだ大丈夫」と感じたときこそ、すでに異常が始まっていることを認識し、早めの避難行動をとることが必要であると強調し、講演を締めくくった。



開催地より

自主防災組織で実践されている避難訓練や安否確認について具体的に説明いただき、大変参考になった。今後、本町でもハザードマップを活用した防災町歩きや、避難所運営訓練など継続して実施していきたい。

開催地名	宮崎県 川南町
開催日時	令和6年9月29日(日)10:00~11:30
開催場所	川南町農村環境改善センター
語り部	甲木 喜一郎(熊本県荒尾市)
参加者	川南町防災士会会員及び川南町役場職員 34人
開催経緯	本町の地域防災の要となる防災士の資格取得状況が県内で下位の方であることなどから、防災士取得者の増加対策や防災士取得者の活用策として、令和5年度から防災士の組織化に向けた協議を始めている。同じ悩みを解決されてきた団体の講話を聞くことで、組織の方向性(活動内容等)を定める参考としたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の甲木喜一郎氏は、防災士として長年にわたり地域防災活動に従事し、特に住民主体の防災計画の推進に力を注いできた。今回の講演では、地域防災の重要性、災害発生時の適切な行動、そして今後の防災対策について詳しく語られた。</p> <p>川南町は比較的災害が少ない地域とされているが、決して安全とは言い切れない。特に南海トラフ地震のような大規模災害が発生した際には、行政の対応だけに頼るのではなく、地域住民一人ひとりが自助・共助の精神を持ち、迅速かつ適切な対応ができるように備えておくことが極めて重要であると強調された。</p> <p>■ 過去の災害事例から学ぶ教訓</p> <p>甲木氏は、過去に発生した災害における避難行動の事例を紹介し、その教訓を参加者と共有した。特に、東日本大震災時に発生した宮城県石巻市の大川小学校の事例と、岩手県釜石市の「釜石の奇跡」の事例を取り上げ、避難判断の重要性について説明した。</p> <p>大川小学校では、児童74名と教職員10名が津波の犠牲となった。この悲劇は、裏山に避難する選択肢があったにもかかわらず、避難判断が遅れたことが主な要因であった。事前のハザードマップでは津波浸水区域に指定されていなかったが、実際には津波が押し寄せ、想定外の被害が発生した。この事例からは、「避難すべきかどうか」を行政の指示に頼るのではなく、「危険を感じたら即座に避難する」ことの重要性が学ばれた。</p> <p>一方、釜石市では、地震発生直後に釜石中学校の生徒たちが自主的に高台へ避難した。その行動を見た近隣の小学生たちも同様に避難し、結果として児童・生徒のほぼ全員が助かった。この事例は、「想定にとらわれず、最善を尽くす」という意識が命を救うことを証明している。</p> <p>甲木氏は、これらの事例から「避難の判断を他者に委ねるのではなく、自ら考え、即座に行動すること」が生死を分ける鍵となると強調した。</p> <p>■ 地域防災活動の推進</p> <p>地域の防災活動の一環として、甲木氏が関わる防災士会では、住民主体の防災計画の策定を進めている。特に、以下の取り組みが紹介された。</p> <p>まず、避難所運営訓練では、災害発生時に行政の支援がすぐには届かないことを前提とし、住民が主体的に避難所を運営できる体制を整えることが必要とされた。特に、女性や高齢者の視点を取り入れた避難所運営が重要であり、プライバシーの確保や衛生環境の維持に関する具体的な対策が求められた。</p> <p>また、ハザードマップの活用と避難計画の見直しが行われ、地域のリスクを正確に把握し、危険区域の住民には事前避難を促す取り組みが進められた。避難場所の確保や、地域ごとの避難ルートなどの定期的な確認も必要であるとされた。</p> <p>さらに、防災リーダーの育成が進められており、地域住民の中から防災リーダーを選出し、定期的な訓練や研修を実施することで、災害時の対応力を強化している。特に、若い世代や女性の参加を促し、多様な視点から防災対策を考えることが重視された。</p> <p>加えて、企業や施設との連携強化も図られており、商業施設や企業と協定を結び、災害時に避難所や物資提供の拠点として活用できるようにする取り組みが進められている。地域の事業者を防災活動に巻き込むことで、より実効性の高い支援体制の構築を目指している。</p>

■ まとめ

甲木氏は、災害は「行政がすべてを対応できるものではなく、住民一人ひとりが主体的に備えることが重要である」と述べ、今後の防災対策として以下の点を挙げた。

まず、避難行動の習慣化が必要であり、避難指示を待つのではなく、自主的に避難する意識を持つことが命を守る鍵となる。「想定外」はあり得るものと考え、臨機応変な対応を心がけることが重要である。

次に、地域コミュニティの強化が求められ、防災士や自主防災組織の活動を強化し、住民が助け合う環境を作ることが不可欠である。特に、高齢者や障がい者の避難支援体制を整備し、普段から声をかけ合う文化を醸成することが重要とされた。

また、防災教育の充実が必要とされ、小学校や中学校での防災教育を強化し、次世代に防災意識を継承することが求められた。避難訓練の実施を通じて、実際の災害時に冷静に行動できるよう準備することが重要である。

さらに、女性の視点を活かした防災活動が推奨され、避難所運営や防災計画の策定に女性が積極的に関与することで、より多様なニーズに対応できる防災体制を構築することが求められた。

最後に、甲木氏は「防災は特別なものではなく、日常の延長線上にあるべきだ」と述べた。地域全体で防災意識を高め、実践的な対策を講じることで、次の災害に備えることができると締めくくった。



開催地より

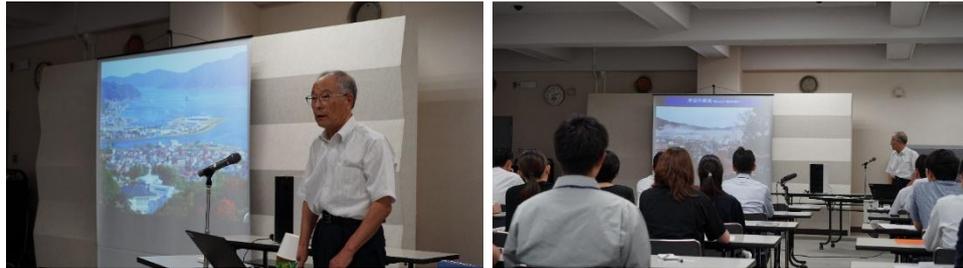
講演された防災士会は、「行政と対等」、「自立、自主性」を原則に活動をされており、「会が会員のためにやるのではなく、会員が会に対して何が出来るか」ということを念頭に会運営を行っているなど、各々参加者に響く内容であった。本町防災士会の自立、自主的運営に繋がるよう今回の講話を活用しながら行政として支援していきたい。

開催地名	新潟県 小千谷市
開催日時	令和6年10月4日(金)14:00~15:30
開催場所	小千谷市役所
語り部	伊藤 正治(岩手県大槌町)
参加者	小千谷市職員 50人
開催経緯	中越大震災の経験の継承は行っているが、この20年の間にも各地で様々な災害が発生し、また、社会の災害に対する意識や考え方も変化してきている中で、行政職員の震災対応に関する知見を時代に合った最新情報に更新していく必要があると考え本講演を開催した。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の伊藤正治氏は、震災対応の経験を活かし、防災の重要性について語った。伊藤氏は2011年3月11日の東日本大震災津波発生時に岩手県大槌町教育長として災害対応に従事し、その経験を基に防災活動に取り組んできた。特に、避難所運営や被災者支援の実践についての知見を持ち、震災を通じて得た教訓を未来の防災対策に活かすことの重要性を強調した。大槌町は東日本大震災津波の際に町が壊滅的な被害を受けた地域であり、震災後の復興を通じて防災意識が高まった。しかし、災害時に適切な行動を取るためには、日常からの備えと地域全体での防災対策が不可欠であると伊藤氏は述べた。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>2011年3月11日午後2時46分、三陸沖を震源とするマグニチュード9.0の地震が発生し、岩手県・宮城県で震度7から6の揺れを観測した。その直後、襲来した巨大津波により町のほとんどが浸水し、多くの家屋が流出した。</p> <p>伊藤氏は当時、役場庁舎に設置された災害対策本部の仕事に従事中津波にのまれるも九死に一生を得た。役場自体も被害を受けたのに加え、学校をはじめ町の公共施設も使用できず、限られた資源の中で避難所の設営や救援物資の調達を進める必要があった。</p> <p>住民のほとんどは、避難所での生活を余儀なくされた。在宅の避難者にも支援の手が届かなかった。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>震災後、避難所が開設されたものの、運営には多くの課題が発生した。避難者の受け入れに関するルールが明確でなかったため、避難所内で混雑が生じ、スペースの確保や生活環境の整備が遅れた。また、トイレの不足や衛生環境の悪化が深刻化し、感染症の発生が懸念された。物資の供給も十分ではなく、水や食料、毛布などの必需品が不足した。全国からの支援物資が届き始めたものの、仕分けや分配が適切に行われなかったため、必要な物資が必要な人に届かない事態も発生した。この経験を通じて、災害時の物資管理の重要性が改めて認識された。</p> <p>また、避難生活の長期化に伴い、避難者同士のトラブルも発生した。避難スペースの使い方をめぐるとの対立や、ストレスの蓄積による感情的な衝突などが問題となった。これらを防ぐためには、避難所内でのルールを事前に定め、避難者同士が協力し合う体制を築くことが必要である。</p> <p>さらに、震災後の復興過程では、行政と地域住民の連携の課題も浮き彫りとなった。行政の支援が行き届かない状況の中、地域住民が自主的に復興活動を進めた事例も見られた。そのため、今後の災害対応においては、住民の防災意識を高め、地域全体での防災体制を強化することが求められる。</p> <p>■ まとめ</p> <p>伊藤氏は、東日本大震災津波の経験から得た教訓をもとに、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <p>まず、「自助」の意識を高めることが重要である。地震発生直後は行政の支援がすぐには届かないため、各家庭での備蓄や避難経路の確認が不可欠である。特に、非常持ち出し袋の準備や、家族との安否確認の方法を事前に決めておくことが大切である。</p> <p>次に、「共助」の意識を持ち、地域での助け合いを強化することが求められる。防災訓練に積極的に参加し、近隣住民との関係を深めることで、災害時に迅速な支援が可能となる。また、避難</p>

所の運営には住民の協力が欠かせないため、避難所運営のルールを事前に学び、実践的な対策を講じておくことが重要である。

最後に、「公助」の限界を理解し、行政と住民が協力して防災対策を進めることが必要である。行政の支援には限りがあり、特に災害発生直後は人手や物資が不足するため、まずは住民同士で助け合うことが求められる。そのうえで、行政の支援を最大限活用しながら、復興に向けた取り組みを進めることが望ましい。

伊藤氏は、「防災は日常の中にある」と述べ、日頃から防災意識を持ち続けることの大切さを強調した。地震や災害はいつ発生するかわからないが、備えを怠らなければ被害を最小限に抑えることができる。過去の経験を教訓とし、未来の防災対策に活かしていくことが、私たちの責任であると締めくくった。



開催地より

「自助」「共助」「公助」の重要性を改めて学ぶことができる公演だった。平時から行政として災害発生時の対応の取り決めを行うと共に、地域全体での防災対策へと取り組んでいきたい。

開催地名	茨城県 神栖市
開催日時	令和6年10月6日(日)10:00~11:30
開催場所	波崎総合支所・防災センター
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	神栖市防災士協議会員等 27名
開催経緯	<p>当市では、防災士協議会を設立し、地域の防災力向上を図っているが、依然として自主防災組織の結成率は低い状況にある。</p> <p>東日本大震災から13年が経過し、教訓や記憶の風化が課題となっている今、被災地で弛まず防災活動を行ってきた語り部による講演会を実施し、防災・減災に向けた様々な取組について講話をいただき、活動の参考としたい。</p>
内容	<p><b>■ はじめに</b></p> <p>講演者は、東日本大震災の発生から13年が経過したことを振り返り、当時の神栖市における被害の状況や、その後の防災活動の重要性について語った。神栖市では、各地で液状化現象が発生し、道路の不通やインフラの停止が相次いだ。鹿島港には最大5メートルの津波が押し寄せ、市内全域が断水するなど、茨城県内でも最も深刻な被害を受けた地域の一つとなった。特に、神栖市の全面復旧には関東圏で最も時間を要し、災害の深刻さが浮き彫りとなった。</p> <p>講演では、こうした過去の経験を教訓とし、今後の自然災害に備えるために、防災士としての意識向上や対応力の強化を図ることの重要性が強調された。</p> <p><b>■ 自主防災組織の沿革と活動</b></p> <p>講演者は、福住町のハザードマップを用いて地域の概要を説明し、最近のハザードマップの更新によって、従来の津波避難場所であった小学校が浸水想定区域に含まれることになった事実を紹介した。これにより、避難計画の見直しが必要となり、地域の防災意識の再確認が求められる。</p> <p>地域の自主防災意識が高まった契機として、昭和61年の台風10号による豪雨災害が挙げられた。この災害では、河川や下水が満水となり、降水が行き場を失うことで内水氾濫が発生し、大規模な被害が生じた。宮城県全域が影響を受けたため、被災地の受援体制が十分に整わず、治安の悪化も見られた。このとき、「自分たちの街は自分たちで守る」という意識が生まれ、行政に依存しない自主防災組織の重要性が再認識された。</p> <p>その後、自主防災組織は、災害時の安否確認のための名簿作成、他地域との災害時協力協定の締結などを通じて、実践的な災害対策活動を展開してきた。また、日常的なボランティア活動や、大規模災害発生時の遠地支援、地域住民間の交流促進を目的としたイベントの開催にも取り組んでいる。</p> <p><b>■ 東日本大震災当時の様子</b></p> <p>地震発生直後、自主防災組織は地域を巡回し、避難の状況を確認した。小学校では、児童が緊急避難として体育館に集合していた。一方で、中学生たちは、この日は卒業式の前日のため早く帰宅して集会所に集まってきた。「自分たちに何かできることはありませんか？」と男子は役員と一緒に水汲みをし、女子は小さい子供たちの面倒をみた。</p> <p>避難所開設後、最優先で対応したのは、断水下でのトイレの確保と炊き出しの準備であった。しかし、近隣のJR路線が運行を停止し、多くの帰宅困難者が避難所に押し寄せたことで、施設内は混乱に陥った。また、地震の揺れがあまりにも強烈だったため、多くの人々がパニック状態に陥り、事前の訓練通りに避難行動を実施できたケースはごく一部に限られた。</p> <p>このような厳しい状況の中、避難所の有志が、小中学生の卒業式を企画した。震災の影響で卒業式を開催できなかった生徒たちに向け、手作りの即席卒業式を実施し、困難な状況下での温かい支援活動が展開された。沿岸地域では避難所の運営が長期化した。仙台市では1か月で避難所を閉鎖し、復興に向けた取り組みが本格化していった。</p> <p><b>■ 震災後の取り組み</b></p> <p>東日本大震災の経験から、大規模災害時には行政の支援(公助)を迅速に受けることが難しいことを実感した。交通や通信が寸断されるだけでなく、公的機関そのものや職員も被災者とな</p>

るため、迅速な対応が困難となる。そのため、地域の自主防災組織が機能することの重要性が改めて認識された。

特に避難所では、高齢者や妊婦、乳幼児連れの家族など、災害弱者が多数を占める傾向がある。一方で、避難所運営のリーダー層は男性が多く、女性のリーダーも必要だと思った。この課題を受け、講演者は仙台市地域防災リーダー(SBL)に女性として初めて参画し、避難所運営の改善に尽力することとなった。

現在、仙台市地域防災リーダーやせんだい女性防災リーダーネットワークの活動を通じて、自主防災の基盤強化に取り組んでいる。特に、小中学校での防災教育に力を入れ、防災訓練の実施や、地域住民が積極的に参加できるイベントを企画することで、楽しみながら防災意識を高める工夫をしている。

また、地域の自主防災組織・学校・行政担当者・仙台市地域防災リーダーが連携し、定期的に顔を合わせる事が重要である。2019年の台風19号豪雨の際には、2015年の台風被害の教訓を生かし、早めの避難呼びかけを実施することで被害の軽減につなげることができた。

■ 伝えたいこと

- ・大規模災害時には公助に頼れない場合も多いため、平時から地域の防災力を高めておくことが重要である。
- ・地域をよく知ること、地域の人々と顔の見える関係を築くことが、防災力強化の基盤となる。
- ・防災活動を持続的に続けることが、いずれ必ず役に立つ時がくる。



開催地より

語り部は、東日本大震災や水害などの被災経験から、「自分たちの町は自分たちで守る」多様な取り組みを実践されており、参加者からは、地域の防災活動の参考にしたいと好評であった。

開催地名	千葉県 浦安市
開催日時	令和6年10月5日(土)10:00~11:30
開催場所	浦安市文化会館
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	63名
開催経緯	自主防災組織及び消防団の高齢化や加入者の減少による担い手の不足が課題となっており、本講演を通じて、自助、公助の考え方の普及啓発に繋げたい
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者は、東日本大震災の経験をもとに、災害対策の重要性と地域特性に応じた準備の必要性について語った。特に、異なる特性を持つ二つの市、浦安市と旭市の比較を通じて、災害対策の多様性を示し、地域ごとに適した防災計画の重要性を強調した。</p> <p>浦安市と旭市はともに海に面した自治体であるが、人口規模や高齢化率に大きな違いがある。浦安市は約17万人の人口を抱え、高齢化率は18.6%であるのに対し、旭市の人口は約6万2千人、高齢化率は32.2%と比較的高い。このような違いは、災害時の対応や復興における課題の差となって現れることが指摘された。また、両市とも東日本大震災において液状化被害を受けたが、旭市では津波被害面積の2倍以上に及び範囲で液状化現象が発生し、地震による複合的な影響の大きさが浮き彫りとなった。</p> <p>■ 旭市の東日本大震災被害状況</p> <p>2011年3月11日14時46分に発生したマグニチュード9.2の地震は、旭市において震度5強の揺れを2回引き起こした。津波は地震発生約1時間後に到達し、最大波は23メートルに達したとされる。この想定を超える津波の規模は、防災対策における予測の難しさを改めて示すものであった。</p> <p>災害対応においては、消防署の迅速な行動が評価された一方で、地域住民の初動対応や避難の判断が生死を分ける要因となった。旭市の被害から得られた教訓として、住民が適切な情報をもとに即座に避難行動を取ることの重要性が強調された。</p> <p>■ 近年の災害事例と防災対策の課題</p> <p>最近の災害事例として、2024年1月1日に発生した能登半島地震が取り上げられた。この地震は午後4時10分頃に発生し、本州から北海道、九州まで広範囲に揺れを観測した。被害状況は多岐にわたり、津波は地震発生1分後に到達、さらに1月2日午前2時半頃には火災が発生した。建物の倒壊による人的被害が多く報告され、過去の地震との比較でも、建物倒壊による圧死が大きな割合を占めた。</p> <p>阪神・淡路大震災では死者5,488人のうち5,175人が圧死、熊本地震では死者41人のうち30人が圧死しており、今回の能登半島地震でも同様に建物倒壊が主要な死因となった。このデータから、建築物の耐震化や適切な避難行動が、防災対策として極めて重要であることが浮き彫りとなった。</p> <p>また、能登半島では2023年9月に豪雨被害が発生し、地震からの復旧途中でさらなる災害に見舞われた。線状降水帯による大雨により市役所駐車場が冠水し、117の集落が孤立する事態となった。地震による地盤の緩みが豪雨の被害をさらに拡大させ、複合災害のリスクを改めて示す結果となった。こうした事例から、自然災害が単独で発生するのではなく、連鎖的に被害をもたらすことを前提にした対策の必要性が強調された。</p> <p>■ 防災の三要素と公助の限界</p> <p>防災力を高めるための基本的な考え方として、「自助」「共助」「公助」の三要素が示された。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自助:個人や家庭単位での防災対策(備蓄、耐震対策、避難計画)</li> <li>・共助:地域住民同士の助け合い(自治会や自主防災組織の活動)</li> <li>・公助:行政の災害対応(救援活動、支援物資の提供)</li> </ul> <p>特に公助には限界があり、災害直後に行政の支援を期待できないケースが多いため、自助と共助の強化が不可欠であることが指摘された。阪神・淡路大震災では発災直後の生存率が圧倒的に高かったのは「近隣住民による救助」によるものであり、公的な支援が本格化する前の段</p>

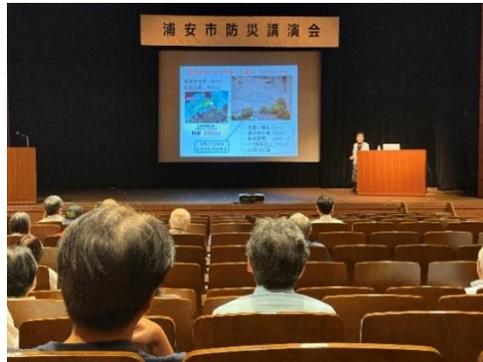
階で、地域住民同士が助け合うことの重要性が示された。  
 個人レベルでの防災対策としては、家具の固定や非常持ち出し品の準備、避難場所の確認などが挙げられた。一方で、地域全体の防災力を高めるためには、自治会や防災組織が中心となって防災訓練を実施し、いざというときに即座に行動できるような仕組みを構築することが求められる。

■ まとめ

本講演では、東日本大震災や能登半島地震をはじめとする過去の災害事例をもとに、地域特性に応じた防災対策の必要性が示された。また、自然災害の予測困難性や、複合災害のリスクについても言及され、事前の備えと迅速な対応の重要性が強調された。

特に、自助と共助の役割が繰り返し強調され、公助の限界を理解しながら地域コミュニティ全体で防災力を強化する必要性が説かれた。過去の震災から学び、実際に行動に移すことが、防災の基本であり、将来的な被害の軽減につながる。

講演の最後には、「防災は他人事ではなく、自分事として考えることが重要である」と述べられ、聴衆に対して防災意識の向上と具体的な行動を促す呼びかけがなされた。



開催地より

東日本大震災での避難所生活の取組を踏まえて、自主防災組織の活動における自助・共助の大切さについて講演いただいた。本講演を通じて自助・共助の重要性を改めて再認識できたので、今後の活動に活かしていきたい。

開催地名	千葉県 大網白里市
開催日時	令和6年10月6日(日)13:30~15:00
開催場所	大網白里市立増穂小学校
語り部	中野 雅嗣(新潟県長岡市)
参加者	大網白里市市民 300名(一般市民70名 増穂小学校児童及び教職員230名)
開催経緯	小学生に対する防災知識の普及や啓発が不足している。 また、災害を経験していないため、体験者からの実体験話をすることで、大規模災害(地震)に対する恐怖や備えの大切さを認識してもらいたい。
内容	<p>■ はじめに 増穂小学校で実施された防災講座「地震から自分の身を守ろう！」では、児童たちが地震の危険性を学び、災害時の適切な行動について考える機会が提供された。本講座では、地震発生時のリスクについて写真や体験談を交えて学び、生徒同士のディスカッションを通じて防災意識を高めることを目的とした。</p> <p>■ 地震の影響と危険性 2004年の新潟県中越地震を例に、地震がもたらす被害について写真を用いながら解説が行われた。最大震度7を記録したこの地震では、以下のような被害が発生した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・倒壊した建物や傾いた家屋</li> <li>・室内に散乱した家具や家財</li> <li>・瓦が崩れ落ちた屋根</li> <li>・割れた窓ガラスや倒れた電柱</li> <li>・崩れたブロック塀や自動販売機</li> <li>・高速道路の崩壊</li> <li>・道路に書かれたSOSメッセージ</li> <li>・道路にできた大きな穴や飛び出したマンホール</li> </ul> <p>また、学校内でも地震の影響が大きいことが指摘された。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・倉庫や図書室の棚が倒れるリスク</li> <li>・教室内のピアノ(約240kg)の倒壊リスク</li> <li>・落下する食器や棚の中の物による危険</li> </ul> <p>これらの事例を通じて、地震発生時には「落ちてこない」「動いてこない」「倒れてこない」という3つの条件を満たす場所で安全を確保することが重要であると伝えられた。</p> <p>■ 地震発生時の行動について 児童たちは、地震発生時の安全行動についてディスカッションを行い、それぞれの意見を発表した。</p> <p>Q. 地震発生時に机の下に隠れた場合、どのようにすればよいか？ A. 机の足をしっかりと押さえる。</p> <p>また、地震はいつ発生するか分からないため、日常の行動が重要であることが強調された。講師の中野先生が、震災当時の体験を語った。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地震発生時、風呂に入っていたが、すぐにリビングに向かい家族の安全を確認。</li> <li>・妻と2か月の子どもが食器棚のそばにいたため、すぐに離れるよう指示。</li> <li>・その直後に食器棚が倒れ、危機一髪で命を守ることができた。</li> </ul> <p>この体験談から、「事前に危険な場所を把握し、備えておくことの大切さ」が伝えられた。</p> <p>■ 学校での危険性と避難行動 生徒たちは、学校の各場所で地震発生時にどのような危険があるかを考え、ディスカッションを行った。</p> <p>【図書室の危険】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・椅子がひっくり返る</li> <li>・本棚が倒れる</li> <li>・大型のモニターやテレビが落下する可能性</li> </ul>

【安全な場所】

- ・テーブルの下に隠れる

【廊下の危険】

- ・割れたガラスの破片が飛び散る
- ・ドアが割れる危険性
- ・階段で転倒するリスク
- ・壁に付いた画鋲が飛んでくる可能性

【安全な場所】

- ・机の下に隠れる
- ・コーンやかばんで頭を守る
- ・手すりに掴まり、姿勢を低くする

このように、机の下に入るだけでなく、その場の状況に応じた柔軟な避難行動が求められることが強調された。

■ まとめ

地震は予測が難しく、いつ発生するか分からない。しかし、事前に備えておくことで、被害を最小限に抑えることができる。

・緊急地震速報が鳴った後、数秒以内に震度5弱以上の揺れが発生するため、その間に安全な場所へ避難することが大切である。

・通学路や自宅、学校内の危険な場所を普段から確認し、地震発生時にどのような行動を取るべきかを考えておく。

・「もし地震が起きたら？」と想像し、適切な対応を日常の中で意識することで、いざというときに素早く行動できる。

防災は特別なものではなく、日常生活の延長であることを理解し、一人ひとりが地震に備える意識を持つことが重要であると講演は締めくくられた。



開催地より

新潟中越地震の体験談を基に、地震発生時の身の守り方や日常の危険な場所を考える講演をしていただいた。児童も真剣に話を聞いたり、発表も積極的に参加しており、講演会を実施して良かったと感じる。今後も同プロジェクトを活用していきたい。

開催地名	静岡県 袋井市
開催日時	令和6年10月5日(土)9:30~11:00
開催場所	袋井市役所東分庁舎コスモス館
語り部	石川 恵美子(東京都町田市)
参加者	袋井市民(自主防災隊長など)250名
開催経緯	市では、市の職員から発災時の行動や発災時の課題(避難所運営は住民自身が行わなければならない点など)を地域の防災役員が集まる機会に呼びかけを行い、市民の防災意識向上に努めてきたが、実際に災害を体験した方(語り部)に講話をしていただく方が、より市民の意識向上に繋がると感じたため、防災意識向上プロジェクトを活用させていただくことになった。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者は、東日本大震災以降、災害支援ボランティアとして現地での活動に携わり、被災地派遣職員や防災安全部防災課職員としての経験を積んできた。これらの経験をもとに、災害発生時の対応や長期的な復興支援の重要性について語った。本講演では、平成28年熊本地震や平成30年7月豪雨災害の事例をもとに、被災地での支援活動から得られた教訓を紹介し、今後の防災対策のあり方について考察した。</p> <p>■大規模災害の教訓について</p> <p>①熊本地震の概要 平成28年4月14日と16日の2日間にわたり、最大震度7の地震が発生し、熊本県および大分県を中心に甚大な人的・物的被害が生じた。地震による建物の倒壊やインフラの寸断が多くの地域で発生し、復旧には長期間を要した。</p> <p>②災害ボランティアとしての活動 発災から約4か月後の8月下旬に、災害ボランティアとして被災地に入った。支援到着時には余震を経験し、支援者自身も新たな被災者となる可能性を実感した。現地ではボランティアの参加者が大幅に減少し、マスメディアによる報道も減少していたため、被災地の状況が落ち着いているかのような錯覚に陥る場面があった。しかし、ボランティアセンターの受付では約3分の2の座席が空席のままであり、深刻な人手不足が浮き彫りとなった。 1日目は主に被災者の転居作業として、家財や衣類の仕分け・梱包を行った。しかし、作業時間が不足する中、ボランティアの減少とは対照的に、自宅に戻る被災者の増加により住居の片付けや整理の要請が増え、対応が追いつかない状況であった。2日目は屋内清掃のボランティア活動に従事し、他の参加者と情報交換を行った。その中で、被災家屋からの盗難が発生しているという話を耳にし、被災地の混乱の中で発生する新たな課題に無力感を覚えた。</p> <p>■熊本地震から得た教訓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・長期的な復興・復旧には、地域全体の共助・公助の力が必要である。</li> <li>・支援者も二次災害へのリスクに備えることが不可欠である。</li> <li>・支援ニーズの早期集約と、段階的な変遷に応じた適切な対応が求められる。</li> </ul> <p>平成30年7月豪雨災害の概要 2018年7月に発生した豪雨災害では、岡山県や広島県を中心に河川の決壊や土砂災害が相次ぎ、200名近い死者・行方不明者を出した。特に帯状に広がる雨雲の影響により、被害は中国地方のみならず、中部地方の岐阜県にも及び、被災地域が広範囲にわたる大規模災害となった。</p> <p>■被災地への応援職員としての派遣 岡山県倉敷市において、東京都・町田市から3名の職員が派遣職員として避難所運営に従事した。石川氏が従事した避難所では勤務は8時から20時の2交代制であり、主な業務として物資調達、食事提供、受付、巡回があった。避難所は縮小期であったが、それでも収容率は7~8割に達し、避難者に加えて派遣職員やボランティアが多数存在していた。自治体以外の団体も運営に関与していたため、支援の重複や活動の調整が難しく、統括の必要性が課題として浮き上がった。さらに、派遣職員と避難者との直接交流が禁止されていたため、十分なコミュニケーションが取れず、避難所運営が円滑に進まない場面が多々見られた。 一方で、別動隊との情報交換を通じて、住民自身がカフェを運営し、避難者の困りごとや不満を吸い上げる仕組みを作る取り組みを視察した。住民主体の避難所運営により、避難者同士が協力し合い、穏やかな環境が形成されていたことは、非常に示唆に富む事例であった。</p> <p>■豪雨被災地派遣職員として得た教訓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・住民と行政の連携体制の強化が必要である。</li> <li>・避難所運営には住民主体の意識が求められる。</li> </ul>

	<p>・効果的な支援体制を事前に確立し、各団体の役割分担を明確にしておくことが不可欠である。</p> <p>■熊本地震と豪雨災害に共通していたこと</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・熊本県は風水害対策を重視し、岡山県は降水量の少ない地域であったにもかかわらず、両県ともに想定外の災害に直面した。</li> <li>・地域ごとのリスク認識の違いが、防災対策の盲点を生み出していた。</li> </ul> <p>■災害時の自助・共助・公助について</p> <p>「自助・共助・公助」の理想的な割合は7:2:1とされるが、実際の大規模災害時には公助が十分に機能するまでに時間を要する。阪神・淡路大震災における生き埋め・閉じ込め時の救助主体は95%が自助・共助であり、突発的な災害では住民自身の対応力が最も重要であることが明らかとなった。</p> <p>【事例紹介】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所となる施設では、住民主体の避難所運営を実現するため、毎年会議や訓練を実施することが効果的である。</li> <li>・住民自身が避難行動を考える仕組みを構築することで、迅速な対応が可能となる。</li> <li>・災害時の情報発信・周知体制を確立し、混乱を防ぐことが必要である。</li> </ul> <p>■語り部から伝えたいこと</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・災害の影響は長期にわたるため、日常生活を維持するための準備が必要である。</li> <li>・「防災対策は特別なものではなく、日常の延長線上にある」という意識を持つことが重要である。</li> <li>・災害時には誰もが強いストレスを感じるため、周囲の人々とコミュニケーションを取り、「日常を思い出すこと」が心の支えになる。</li> </ul> <p>防災とは、特定の人だけが行うものではなく、地域全体で協力して取り組むべきものである。過去の災害の教訓を活かし、実践的な備えを進めることが、未来の防災力向上につながると講演は締めくくられた。</p>
開催地より	<p>実際に災害ボランティアに参加した方の講話を開催することができ、緊張感がある講話を開催することができた。</p> <p>今後も実体験などを交えた啓発活動が必要であると感じた。</p>



開催地名	島根県 松江市
開催日時	令和6年10月8日(火)11:00~12:30
開催場所	松江市立鹿島中学校
語り部	宮本 英一(千葉県旭市)
参加者	松江市民(鹿島地区住民) 120名(当該地区の自主防災隊、中学校生徒、教員、保護者) 松江市役所職員 9名
開催経緯	本市では過去にも、津波による被害(津波災害警戒区域)が予想される地域の小学校・中学校について、平成30年度、令和元年度に同プロジェクトの前身である「災害伝承10年プロジェクト」を開催した。今年度開催分についても、過去開催と同様に実際に津波による被害を体験した方の講話を聴講する機会を設け、地域の防災力向上へとつなげるために実施した。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>旭市は、漁業や醤油の生産で知られる銚子市の隣に位置し、人口約6万2千人のまちである。平成17年に旧・旭市と飯岡町、海上町、干潟町が合併し、現在の旭市が誕生した。講演者は合併前の飯岡町職員として勤務し、合併後は旭市役所に奉職した。その後、防災の重要性を広めるため、旭市防災資料館において震災体験を語る活動を行っている。</p> <p>■ 旭市の津波被害</p> <p>東日本大震災において、旭市では災害関連死1名を含む14名が死亡し、行方不明者2名はいまだに発見されていない。津波は海岸から200~300メートルの範囲に達したものの、市全体が被害を受けたわけではなかった。</p> <p>津波は3回にわたって襲来し、最初の津波は地震発生から1時間後に高さ4.5メートルで到達した。続く第2波はその30分後で高さ2~3メートル、そして第3波はさらに1時間後に押し寄せ、高さ7.6メートルに達した。</p> <p>犠牲者の多くは第1波の後に避難したが、安心して自宅に戻った際に第3波に流されてしまった。また、堤防を超える津波は来ないと考え、避難しなかった人もいたことが被害を拡大させた要因の一つであった。</p> <p>■ 私と家族が体験した津波</p> <p>地震発生後、講演者は避難せずに海の様子を見ていた。これまでも津波警報や注意報が発令されることはあったが、潮位の変化は10~20センチ程度であったため、九十九里浜のような砂浜地形では大津波は来ないと考えていた。</p> <p>最初の津波は自宅前の堤防を超えなかったため安心し、避難所から戻ってきた住民とともに道路の清掃を始めた。余震が続き、津波警報も発令されていたが、特に避難することもなく作業を続けていた。</p> <p>清掃作業を終えた後、近隣住民とともに海を眺めていると、潮が大きく引いていることに気付いた。その直後、「大きな津波が来るぞ!」と走ってくる人の叫び声が響いた。防災無線からも「大津波警報、緊急避難、緊急避難、団長命令」との放送が流れた。</p> <p>講演者が急いで自宅へ戻った直後、「バリバリ」と音がすると同時に津波が襲来し、瞬く間に流された。口の中に海水が入り、必死に泳ぎながら壊れた屋根にしがみついて何とか助かった。妻は屋根に乗ることができず水の中にいたが、運よく助かることができた。当時86歳だった母親は、近所の人に助けられた。</p> <p>その10時間後、船橋市から駆けつけた息子の車で母の実家に避難し、寒さに震えながら一夜を過ごしたことが今でも記憶に残っている。</p> <p>■ 区長としての仕事</p> <p>津波によって海岸沿いの道路は大きく損壊し、講演者の自宅も窓ガラスが割れ、畳が持ち上がるなど足の踏み場もない状態であった。どこから片付ければよいか分からず、途方に暮れる状況であった。</p> <p>しかし、区長としての責務を果たすため、自宅の片付けと並行して地域住民の支援にも奔走した。町内は90軒ほどの小規模な地域であったが、被災の有無によって状況が大きく分かれた。「ごみを出してもよいか」「床下の泥をかき出すため市に連絡してほしい」といった相談が寄せ</p>

られる一方で、「家の解体に関する行政手続きはどのようにするのか」「解体業者を紹介してほしい」といった要望も多く、講演者はその都度、市役所と連絡を取り、住民の支援に努めた。ボランティアセンターには多くの人々が集まり支援活動が行われたが、作業現場までの移動や安全確認に時間がかかり、実際の作業時間が限られてしまうもどかしさがあった。そんな中、「いつも海にお世話になっているので」と東京から駆けつけたサーファーたちが片付けを手伝ってくれたことは、非常に嬉しく、励みになった。

■ 避難所の様子

旭市では震災発生後、市内に10カ所の避難所が開設され、2,863人が避難生活を送った。3日後の3月14日には4カ所に統合され、最終的に仮設住宅に全員が入居するまで、避難所は73日間運営された。

避難所生活で最も困難であったのはトイレの問題であった。これに対応するため、消防団が簡易防火水槽を設置し、汲み置きの水を利用してトイレを流せるようにした。

■ むすび

地震や津波は、いつどこで発生するか分からない。万一被災した場合には、自分や家族を守ることを最優先としながらも、地域の一員としてどのように行動すべきかを考えることが求められる。

特に、避難の重要性を改めて認識し、津波警報が発令された際には最後まで警戒を怠らず、絶対に油断しないことが重要である。

最後に、講演者は中学生の聴衆に向けて「人生において、予期せぬ出来事や困難に直面することがあるかもしれない。しかし、どのような状況であっても『生きること』を第一に考え、未来へ向かって歩んでほしい」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

津波災害について、体験談を聴講し、改めて「自分の命は自分で守る」が必要であると感じた。語り部の体験談を地域住民の方が聴講され、アンケート回収の中で「家庭での防災対策(非常持出品の準備、安否確認の連絡・共有等)」を実施したいとの声も多く、地域防災力向上へとつなげる当初の目的を一定程度達成することができたと考えている。今回の講義を今後の本市出前講座・防災訓練等の取組みに活用させていきたい。

開催地名	和歌山県 串本町
開催日時	令和6年10月10日(木)18:30~20:00
開催場所	串本町役場庁舎
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	地区自主防災組織関係者、防災士、小・中学校長、町職員 計66名
開催経緯	近年、日本各地で地震や豪雨等による災害が多発しており、より一層の防災意識の向上、日頃の備えが必要となっており、地域の災害対応力の強化や地域住民の防災意識向上を図ることを目的とし、自主防災組織関係者および防災士の方などを対象に、本講演会を開催。
内容	<p>■ 登壇者情報 登壇者は、日立市立久慈中学校の元校長であり、東日本大震災の際に避難所の開設を指揮した。震災直後、久慈中学校には一時3000人以上の避難者が押し寄せたが、学校全体が協力し、迅速な避難所運営を行った経験を持つ。</p> <p>■ はじめに 茨城県日立市久慈町は、漁業で栄えた町であり、講演者はその環境や町民性に、和歌山県串本町との共通点を感じるという。昨年、日立市は台風13号によって甚大な被害を受け、新庁舎も損傷し、修理費として数十億円がかかることになった。 災害の特徴として、徐々に避難レベルが上がるのではなく、突然「レベル4」の異常事態になるケースがある。特に斜面の冠水などは避難指示をそのまま守るだけでは逆に危険となることもあり、現場の判断が極めて重要であると述べた。 日立市は比較的災害の少ない地域であり、東日本大震災が発生するまでは大規模な災害を経験していなかった。しかし、災害対策は「いつか来る」と思って備えることが何よりも重要であると強調した。</p> <p>■ 久慈町の立地と津波被害 震災時、久慈町では港湾の自動車会社の駐車場で出荷前の車1400台が津波によって流され、その後、塩水に浸かった車が爆発し、延焼した。 また、講演者が現在勤務している久慈交流センターは、東海第二原発から3.2kmの距離に位置しており、津波被害の経験と原発との距離から、住民の避難意識が高い。 津波はハザードマップ通りの範囲で発生し、被災直後には久慈中学校の体育館と校舎が避難民で溢れかえった。新聞には「3000人が避難」と報じられたが、実際にはそれ以上の人数が避難していたと考えられる。</p> <p>■ 震災から避難所の開設 震災発生時は、ちょうど「帰りの会」の時間帯であった。時間によっては生徒が落下物の被害を受ける危険性があったが、幸いにも職員室からハンドマイクで全生徒へ指示を出せる環境にあった。 当初は教室内で待機していたが、次第に揺れが強まり、最終的には生徒を校舎の外へ避難させた。この時点では立っていることも困難なほどの激しい揺れが発生していた。 その後、避難者が車で次々と校内に集まり、駐車場の整備が急務となった。事前に学校行事で駐車場整備を経験していた教職員の対応により、大きな混乱は避けられた。 また、被害の拡大を防ぐため、以下の対応を実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ガラスの飛散防止:体育館のガラスが割れるのを防ぐため、カーテンを閉めて使用。</li> <li>・物資確保:近隣の支援センターを確認したが、毛布70枚しかなかったため、追加の物資を地域住民に呼びかけた。</li> <li>・水の確保:久慈中にはプールがなかったため、水道が使えるうちにあらゆる器に水を貯めた。</li> <li>・避難本部の設置:生徒たちに校庭へテントを立てるよう指示し、後に本部として活用。</li> <li>・電源確保:近くの工事業者が発電車を提供し、停電時の電源供給を行った。</li> <li>・暖房対策:学校にある灯油をすべて集め、暖房を確保。</li> <li>・安否確認の対応:携帯電話はつながらなかったが、固定電話の方が通じやすく、避難者の安否確認の電話がひっきりなしにかかってきた。</li> </ul>

・飲料水の供給:講演者の自宅の井戸水をピストン輸送で運搬。  
 地域住民の協力により、リヤカーいっぱいの毛布が集まり、足りない場合は生徒たちが整理券を配布することで対応した。  
 また、近隣のスーパーや鮮魚店から食料が提供され、炊き出しが始まった。避難者も生徒も協力的で、自然と分担して手伝いが行われた。

■ 避難所の運営

- ・中学生の引き渡し:震災翌朝8時には、生徒は全員親へ引き渡し完了。
- ・教職員の運営体制:男性教員が4時間交代制で運営を担当。女性職員も支援を継続。
- ・高齢者・障がい者の対応:目の見えない方は校長室へ避難し、状況を逐一説明して安心させた。寝たきりの高齢者は家族と共に保健室へ誘導。
- ・トイレの管理:トイレ問題が最大の課題となり、生徒たちが率先して掃除やくみ取り作業を行った。翌日には清掃業者に依頼。
- ・情報の混乱を防ぐ対応:避難所では「偉い人が逃げた」などの噂が飛び交ったが、不確かな情報には「わからない」と正直に伝え、正確な情報を優先した。
- ・避難生活の多様化:全員を体育館に収容することはできず、車中泊をする避難者もいた。推奨される行動ではないが、実際には助かった人もいた。
- ・市役所の対応開始:震災4日目から市役所が動き始め、避難所の運営が円滑化。子どもたちも手伝いを終え、帰宅を促された。

■ 避難所の良かった点

避難所運営において、教職員だけではなく、生徒たちの献身的な働きが大きな助けとなった。生徒たちは自主的に避難所の整理や清掃を行い、避難者の支援にも積極的に関わった。その姿勢に避難者たちも感銘を受け、帰る際には多くの感謝の言葉が寄せられた。

■ むすび

実際に被災すると、避難所の運営は教職員だけでは対応しきれず、地域住民や学生の協力が不可欠である。そのために、日頃から課外活動やお祭りなどを通じて地域との関係を深めておくことが重要である。

久慈町では、地域の広報誌やイベントを活用し、住民の防災意識を高める活動を続けている。災害は「来ない」と思わず、常に「来る」と考えて備えることが、命を守る最善の策であると強調し、講演を締めくくった。



開催地より

大規模災害発生直後は、各避難所において、地域住民が中心となって初動対応していただくことになるため、今後、地区自主防災組織関係者と連携した避難所開設・運営に係る訓練や啓発活動を継続していくとともに、各避難所への分散備蓄を進めていきたい。

開催地名	愛媛県 今治市
開催日時	令和6年10月11日(金)9:30~11:00
開催場所	今治市立吉海小学校
語り部	糸日谷 美奈子(千葉県千葉市)
参加者	55名
開催経緯	第4学年総合的な学習の時間における防災教育の充実を図りたいと考えている。また、甚大な災害が発生した際に、迅速な公助が期待できないことが課題となっており、避難方法、防災袋、備蓄、避難所生活など、生き延びるための具体的な方法について学ぶ機会としたい。
内容	<p>(1) はじめに 今回のイベントは「防災行動プロジェクト」をテーマとし、地域住民や保護者を対象に開催された。本プロジェクトの目的は、自然災害への備えや、災害発生時の適切な行動について住民に啓発することである。日本は地震や台風などの自然災害が頻発する国であり、防災意識を高めることが不可欠である。</p> <p>(2) あの日のこと 東日本大震災が発生した2011年3月11日、釜石東中学校では放課後の時間帯であり、生徒も教員も校外に散らばっていた。通常の避難訓練では、全員が一斉に避難行動をとるが、この日は生徒それぞれがバラバラの場所にいたため、従来の訓練とは異なる状況であった。しかし、数年前から地域全体で防災教育に取り組んできた成果が発揮され、生徒たちは訓練通りに自主的に避難を開始。さらに、その姿が周囲の大人や地域住民の避難行動を誘発し、結果的に多くの命が救われた。 津波到達までの約30分弱の間に、生徒たちは何度も「より高い場所へ」と判断し、次々に避難場所を変更。結果として、釜石東中学校の生徒のほぼ全員が無事に避難を完了した。この一連の行動が「釜石の奇跡」と報道されたが、実際には、奇跡ではなく、防災訓練の積み重ねと防災意識の高さによる成果だった。</p> <p>(3) その後のこと 避難所生活では、生徒たちを保護者と引き合わせる(実際の引き渡しではなく、生存確認ができる状態になる)までに約1週間を要した。避難所の環境は劣悪であり、プライバシー確保や感染症対策も不十分で、トイレの数も不足していた。 そのような状況の中、教頭が発した「避難してきた私たちはお客様ではない」という言葉が大きな意味を持った。この言葉により、教職員や生徒たちは「助けられる側」ではなく「助ける側」としての意識を持ち、避難所の運営や支援活動に積極的に関わるようになった。こうした主体的な行動が、避難所の環境改善に繋がった。</p> <p>(4) まとめ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 防災教育の重要性 釜石市では、総合学習の時間を活用して防災教育を行ってきた。特に、地域住民とのフィールドワークを通じて、過去の津波被害の歴史や津波の到達地点を示す石碑を見学し、学びを深めた。その結果、津波発生時に、生徒たちはハザードマップよりも高い場所へ逃げるという選択をとることができた。このように、地域の歴史や知識を学ぶことは、災害時の適切な行動につながる。</li> <li>2. 防災計画を積極的に読む 自治体が策定している防災計画は、多くの住民にとって身近なものではない。しかし、災害発生時には、その内容が生死を分ける指針となる。普段から防災計画に目を通し、自分が住む地域のリスクや避難経路を把握しておくことが重要である。</li> <li>3. 災害時の心理的变化 災害に遭うと、心理状態は以下の4つの段階を経て変化することが知られている。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・茫然自失期: 災害直後、何が起きたのか理解できず、呆然とする。</li> <li>・ハネムーン期: 助かった安堵感から、周囲と助け合う気持ちが高まる。</li> <li>・幻滅期: 支援が思うように進まず、不満やストレスが蓄積する。</li> </ul> </li> </ol>

	<p>・再建期:状況を受け入れ、少しずつ日常生活を取り戻していく。 この変化を事前に知っておくだけで、自分自身や周囲の人がどの段階にいるのかを客観的に判断し、適切な対応を取ることができる。</p> <p>4.「防災×趣味」の考え方 釜石東中学校の元教諭である講演者は、千葉県に移住後、防災に貢献できる菜園を運営している。井戸を掘り、避難者が一時的に滞在できる場所として整備するなど、趣味を活かしながら地域の防災力向上に取り組んでいる。このように、自分の好きなことと防災を掛け合わせることで、無理なく防災活動を続けることができる。</p> <p>(5) 総括 「釜石の奇跡」と呼ばれた避難行動は、決して奇跡ではなく、事前の教育と意識の醸成によって成し得たものであった。防災は「他人事」ではなく「自分事」として考えることが重要であり、その意識が周囲の人々の命を守る行動へとつながる。 防災計画を積極的に学び、災害発生時の心理変化を理解し、趣味と防災を結びつけながら、自分ができる防災の形を見つけていくことが求められる。そして、何よりも「自分が率先して動くこと」が、地域全体の防災力を高める第一歩となるのである。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
開催地より	<p>避難所生活は苛酷なものであることや、その中でも協力して生き延びたことなどを、映像やお話から強く感じ取ることができた。また、日頃からの備えの大切さも理解できた。自分の命は自分で守ることのできる児童を育てるために、更に防災教育を進めていきたい。</p>

開催地名	宮崎県 高原町
開催日時	令和6年10月11日(金)19:00~20:30
開催場所	高原町総合保健福祉センターほほえみ館中研修室
語り部	甲木 喜一郎(熊本県荒尾市)
参加者	高原町民 46名
開催経緯	本町では、自主防災組織の組織強化を図り、地区防災計画の作成も順次すすめてくこととしている。災害時には住民による救助活動や避難誘導、避難行動要支援者対策、避難所の開設・運営など自主的に行える状況を構築したいと考える。 大災害を実体験された語り部の方の講演を直接聞くことで、より防災意識の向上を図るとともに、自助・共助について学びたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>高原町は霧島連山の火山活動による降灰や火砕流のリスクを抱える地域であり、防災対策の重要性が高い町である。さらに、高齢化が急速に進むことが予想されており、災害時の高齢者支援が不可欠となる。しかし、防災会議における女性の参加率はわずか10%であり、今後の防災活動において女性の視点を取り入れることが求められている。</p> <p>■ 防災は行政の仕事か？</p> <p>防災は行政だけの責任ではなく、住民一人ひとりが主体的に取り組むべき課題である。行政は堤防を作ったり、ハザードマップで危険箇所を示したり、避難を呼びかける役割を果たすが、実際に命を守るのは住民自身の判断と行動にかかっている。「自分たちの町は自分たちで守る」という意識の醸成が重要であり、地域の防災力を高めるためには、行政と住民が一体となった取り組みが不可欠である。</p> <p>また、地名には先人たちが残した防災のヒントが隠されている。例えば、「轟(とどろき)」という地名は、川の音が轟くほどの流れがあることを示しており、過去の水害リスクを反映している。このような小字地名を読み解くことは、自然災害のリスクを理解する上で役立つ。</p> <p>防災活動は行政や自主防災組織が別々に行うのではなく、連携して取り組むことでより大きな効果を発揮する。災害時には需要が急増する一方で、利用できる資源には限りがあるため、住民同士の協力が不可欠である。例えば、避難所の運営を町内会が担い、家具の固定を地域の大工が支援し、避難所の確保をビルオーナーに依頼するなど、それぞれの役割を分担することで、限られた資源を有効に活用できる。</p> <p>■ 東日本大震災の避難行動事例</p> <p>東日本大震災では、避難行動の遅れが多くの犠牲を生んだ一方で、適切な判断によって命が助かった事例もある。石巻市の大川小学校では、児童がグラウンドに集合したものの、避難を開始するのが遅れたため、多くの命が失われた。これに対し、釜石市では事前の防災教育を受けた子どもたちが率先して避難し、ほぼ全員が助かった。この事例から、「想定にとらわれないこと」「最善を尽くすこと」「率先避難すること」の重要性が学ばれる。</p> <p>また、宮城県山元町の中浜小学校では、マニュアル通りの避難が困難であると判断し、校舎の屋根裏に避難することで命が守られた。一方で、南三陸町の防災庁舎では、防災無線で避難を呼びかけ続けた職員が犠牲になるなど、最後まで避難しなかったことで命を落とすケースもあった。</p> <p>こうした事例からもわかるように、災害時には即座の判断が求められ、時にはマニュアルを超えた柔軟な対応が必要となる。「100回逃げて100回来なくても、101回目も必ず逃げる」という意識を持ち続けることが、命を守るためには不可欠である。</p> <p>■ 地区防災計画と地域資源の活用</p> <p>地区防災計画は、行政が策定するものではなく、地域住民が主体となって作成することが理想である。災害時に最も迅速に救助活動を行えるのは行政ではなく、地域の住民であり、阪神・淡路大震災でも多くの人々が近隣住民によって救助された。この経験からも、地域ごとに防災計画を策定し、住民同士が支え合う仕組みを作ることが重要である。</p> <p>地区防災計画は一度作成すれば終わりではなく、地域の状況に応じて定期的に見直しを行う</p>

必要がある。また、行政の指定避難所だけでなく、マンションや事業所、ショッピングセンター、お寺などの施設を避難先として確保し、災害時に活用できるようにすることも重要である。さらに、井戸やマンションの給水タンクを地域資源として活用することで、ライフラインが停止した際の備えとすることができる。

また、事業者との連携も不可欠である。企業の会議室を避難所として利用したり、若い社員を防災リーダーとして訓練することで、地域の防災力を強化できる。災害時には事業者も地域の一員としての役割を果たすべきであり、平時から防災計画に組み込んでおくことが望ましい。

#### ■ 避難所運営と課題

災害発生時には避難所の開設が必要となるが、施設の安全確認を最優先に行う必要がある。避難所での生活は長期化することがあり、プライバシーの確保、トイレの衛生管理、エコノミークラス症候群の予防などが課題となる。特に女性目線の配慮が不足しがちであり、避難所の運営には女性の積極的な参加が求められる。

避難所では、単に支援を受けるだけでなく、避難者も役割を持ち、共同で運営する仕組みを作ることが重要である。例えば、若い世代にトイレ掃除や食事の配膳を手伝ってもらうことで、避難所の環境を良好に保つことができる。

また、災害時には高齢者や障がい者の支援が必要となるが、避難行動要支援者の名簿を作成し、事前に支援体制を整えておくことで、より迅速な対応が可能となる。

#### ■ 防災活動の未来

防災活動を地域に根付かせるためには、日常の延長線上で取り組むことが重要である。防災イベントは単独で開催するのではなく、地域のお祭りや運動会と組み合わせることで、参加者を増やし、防災意識を高めることができる。

また、高齢者が地域の活動に参加しやすい仕組みを作ることも大切である。例えば、高知県黒瀬町では、玄関まで避難するだけの「日本一短い避難訓練」を実施し、高齢者の防災意識を向上させている。こうした取り組みを通じて、地域全体で助け合う文化を育むことができる。

防災活動は特別なものではなく、誰もが関わるべき課題である。自分自身も「要支援者の予備軍」であることを意識し、防災を「自分ごと」として取り組むことが求められている。明日の自分のために、そして地域の未来のために、一人ひとりが防災活動に参加していくことが大切である。



開催地より

災害発生時、まず助けてくれるのは近隣住民であり、地区防災計画の作成を住民主体で行っていくことが必要である。ただし、防災こそ楽しく無理なくやって、いろんな人を巻き込んでいく習慣化がポイントとなることから、今後の本町各地区の作防災計画作成の参考として活かしていきたい。

開催地名	高知県 南国市
開催日時	令和6年10月18日(金)10:30~12:00
開催場所	十市小学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	十市小学校児童(5年生、6年生)、教職員 120人
開催経緯	大きな災害が起こる実感がなく、防災意識には個人差が大きい。災害発生を具体的に想像して、実際に行動までできていないことが課題であり、講演を通じて災害発生時の様子などを学んでいきたい
内容	<p>(1)2011年3月11日金曜日 14時46分 震度6強.....  なぜ自然災害は起こるのか？地球は生きているから、雨が降ったり風が吹いたり、地震や竜巻、台風などが起きる。  地球が生きているから自分たちも生きていけるのだから、共に生きなきゃいけない。そのためには、普段の備えが大事になる。  考えただけでなく、行動に移すこと。考えて、行動する癖をつけるようにする。</p> <p>(2)考えて行動に.....  ・断水したら？お皿が洗えないから、お皿にラップを敷いて使う。  ・散らかっている部屋だと？停電したらつまずくので、部屋は整理整頓しておく。  ・自分の部屋のどこが危険なのかを考える。キャスター付きのものは動かすのでストップをかける。棚には突っ張り棒を使用する。  自分がどこに寝ているのかを確認。タンスなどが倒れてこないような位置になっているのか。  ・揺れから守る。机の下に入り、脚は平行ではなく斜めの脚の上部を持つ。階段にいたら後ろ向きになり、しゃがみ階段につかまる。  ランドセルを背負い、カバーを頭の上に。(背中も頭も守れる)  ・寝ている時の守り方。「だんご虫」のように丸まる。もし上に物が倒れてきても腕の力と足の力で押し、隙間を作れるようにする。  ・家族でどこに避難をするのかを話し合おう。災害後すぐに避難所が開設されるわけではないので避難所以外の所を決めておく。</p> <p>(3)揺れの災害での避難所では.....  常に大人がいるとは限らない。当時の避難所では、大人は会社の被害の片付けをするために会社に行ってしまう人が多かった。  3/12の早朝にいたのは子どもと高齢者が多かったので、子どもたちが自ら避難所の運営を始めた。  大人がやれば良いのではなく、出来る人たちでやらなくてはならない！という状況。中学生は避難物資の数を数え台帳を作成、整理整頓。17日間の炊き出しのメニューを考えてくれた。  小学生がバケツにくんだ水をポリタンクに入れ、高校生や大学生がポリタンクを運ぶ等。  ・小学生のみんなに約束してもらいたいこと、『いつも皆が助け合い、協力をして命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮らし災害に勝ちましょう』</p>
	 

開催地より	東日本大震災時の状況を説明いただき、被害を最小限に収めるために、震災直後の対応・準備が大切だということを生徒に伝えて頂いた。生徒たちも真剣な表情で講演を聞き、刺激を貰えた良い講演だった。
-------	---

開催地名	静岡県 湖西市
開催日時	令和6年10月19日(土)9:30~11:00
開催場所	西部地域センター
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	35人
開催経緯	湖西市では、指定避難所ごとに自治会や自主防災会を中心に避難所の開設や運営について連絡会や訓練を行っているが、避難所運営には女性や子供等への配慮が、特に重要となっている中、女性の要望や意見を反映させられる女性防災リーダーの育成が課題となっているため。
内容	<p>■ はじめに 東日本大震災の経験を通して、防災における地域の役割や避難所運営の重要性を考える機会とすることが、本講座の目的であった。特に、避難所や自主防災組織において、女性が果たす役割の大きさが強調された。</p> <p>■ 災害の経験と教訓 千葉県旭市と湖西市は、共に海に面した地域であり、自然災害に対する脆弱性が共通している。しかし、人口構成や高齢化率の違いが、防災活動のあり方にも影響を及ぼしている。災害には台風、大雨、洪水、土砂災害、地震など、さまざまな種類があり、それぞれ異なる対策が求められる。特に地震は予測が難しく、備えの有無が被害の大小を左右する。能登半島地震や東日本大震災の事例からも、事前の備えが命を守るためにいかに重要かが示されている。</p> <p>■ 避難所生活と女性・高齢者の視点 避難所生活は決して快適なものではなく、特に女性や高齢者にとっては多くの課題がある。プライバシーの確保が難しく、着替えや衛生管理、トイレの問題が深刻である。また、食事が偏りがちであり、共同生活によるストレスも避けられない。 女性は避難所において、衛生管理や食事の準備、介護や育児の面で重要な役割を担う。避難所の環境をより良いものにするためには、女性が積極的に運営に関わる必要がある。そのためにも、日常的に防災訓練へ参加し、避難所での生活環境を改善するための知識やスキルを身につけることが求められる。</p> <p>■ 自助・共助・公助の役割 災害時には、「自助」「共助」「公助」の3つの要素が重要となる。 自助とは、自分自身や家族の命を守るために、事前に準備し、冷静に行動することである。例えば、家具を固定し、避難経路を確保することや、非常持ち出し袋を準備しておくことが挙げられる。また、定期的に避難訓練に参加し、実際の災害時に適切な対応ができるように備えておくことも重要である。 共助は、地域のつながりを活かし、近隣住民同士で助け合うことを指す。阪神・淡路大震災や東日本大震災では、行政の支援が届く前に、地域の人々が互いに協力しながら多くの命を救った事例が報告されている。地域での防災訓練や情報共有を通じて、いざという時に迅速に動ける体制を作ることが不可欠である。 公助とは、行政機関や公的機関による支援のことを指す。しかし、災害発生直後は行政の対応が遅れることが多く、すぐに公的な支援を受けるのは難しい。そのため、まずは自助・共助を優先し、住民同士で支え合うことが重要となる。</p> <p>■ 災害復興と地域社会の役割 災害からの復興には長い時間がかかる。能登半島地震の被災地では、復旧作業が進む中で再び豪雨被害に見舞われるなど、復興の難しさが浮き彫りとなっている。こうした課題に対処するためには、地域社会が一体となって防災活動を強化することが求められる。 防災訓練は、地域全体で災害に備えるための重要な手段である。特に、自主防災組織が主導する訓練では、避難所の運営方法や要支援者への対応などを学ぶことができる。事前に訓練を行うことで、実際の災害時に迅速な対応が可能となり、被害を最小限に抑えることができる。</p>

■ まとめ

自然災害はいつどこで発生するかわからないため、日常的に防災意識を高めることが重要である。特に、自助・共助・公助のバランスを考え、地域社会全体で防災訓練や情報共有を進めることが求められる。

また、女性や高齢者の視点を取り入れることで、避難所生活の質を向上させることができる。避難所の環境改善は、災害時の困難を乗り越えるために不可欠であり、より多くの人々が安心して避難できる仕組みを作ることが大切である。

災害は決して他人事ではなく、誰にでも起こりうるものである。防災意識を高め、地域全体で協力し合うことで、命を守る力を強化することができる。講座を通じて、その重要性を改めて認識する機会となった。



開催地より

過去の災害、避難所の状況、自助で命を守ることの重要性について講演いただいた。引き続き、住民に対する防災意識の高揚を図っていきたい。

開催地名	奈良県 生駒市
開催日時	令和6年10月20日(日)10:00~11:30
開催場所	コミュニティセンター 1階 文化ホール
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	100名
開催経緯	生駒市では大規模な災害を経験しておらず、各地域で防災意識に対してバラつきがあるため、各地域の防災意識の醸成と災害対応力の底上げを図る必要がある。また、地域の自主防災活動や災害対応の指針となる地区防災計画の策定が進んでいない背景から、今回の開催に至った。
内容	<p>■ はじめに  広島市豪雨災害の被災者である松井講師は、災害発生から4年後に復興プランを策定し、広島市に約50の提案を行った。その中には、被災者の心のケアを目的とした施設の設立が含まれており、その提案が実現し、昨年9月に「広島市豪雨災害伝承館」が開館した。伝承館では、災害の教訓を伝えるためのビデオ上映や防災教育の活動が行われている。</p> <p>■ 広島豪雨災害の被災体験と心情  講演では、広島豪雨災害の概要とともに、被災者が体験した過酷な状況が詳細に語られた。自宅が土砂に埋もれ、家族で必死に避難した様子や、その後の捜索活動の苦労、精神的なダメージからの回復の過程など、具体的な経験が共有された。  また、西日本豪雨災害で犠牲となった家族の話も紹介され、災害がもたらす心の傷の深さについて触れられた。これらの実体験を通じて、災害への備えだけでなく、被災後の心理的ケアの重要性が強調された。</p> <p>■ 防災リーダーへの提案と意見交換  松井講師は、防災リーダーが地域の防災意識を高め、防災力を向上させるために取り組むべき具体的な方法を提案し、参加者との意見交換を行った。  <b>防災リーダーの役割と具体的な取り組み</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災教室の開催  地域住民の防災意識向上のため、定期的な防災教室を開くことが重要である。実際の災害事例をもとに、防災知識や対策を学ぶ機会を提供することで、災害時の行動につなげる。</li> <li>・近隣地域の防災リーダーとの連携  近隣の防災リーダーと情報を共有し、協力体制を強化することで、災害発生時の対応を円滑に進めることができる。特に、災害時の役割分担を事前に決めておくことが有効である。</li> <li>・避難訓練の工夫  避難所への移動だけでなく、到着後の活動も含めた訓練を行うことで、より実践的な訓練となる。例えば、避難所での物資配布や炊き出し、衛生管理のシミュレーションを取り入れると、実際の避難生活への備えが充実する。</li> <li>・ハザードマップの活用  定期的にハザードマップを確認し、自宅や日常的に訪れる場所の災害リスクを把握することが重要である。家族や地域の住民と情報を共有し、災害時の行動計画を立てる必要がある。</li> <li>・家族での防災対策  家族で役割を決めておくことで、災害発生時に迅速に対応できる。例えば、誰が非常持ち出し袋を持ち出すか、どこに集合するかなど、具体的なルールを決めておくことが重要である。</li> <li>・車による避難の活用  特に大規模災害時には、避難所が密集することを避けるため、車での避難を推奨する。車内での避難生活を可能にするために、事前に備蓄や車内設備を整えておくことと良い。</li> </ul> <p>■ 新しい避難所の考え方と家族での防災対策  近年の感染症対策を踏まえ、新しい避難所のあり方についても紹介された。分散避難の推進や車内避難の活用が提案され、災害時におけるリスクを最小限に抑えるための方策が示された。また、家族単位での防災計画を作成し、災害時に各自が何をすべきかを明確にしておくことの重要性が強調された。これにより、家族の安全を確保しつつ、迅速な避難が可能となる。</p>

■ まとめ

広島市豪雨災害の経験から学ぶべき教訓として、単なる防災対策の強化だけでなく、被災者の心のケアや地域の防災力向上が欠かせないことが示された。防災リーダーは、地域住民と協力しながら、防災教育の普及や避難訓練の充実を図ることで、災害時の被害を最小限に抑えることが求められる。

また、新しい避難所のあり方や家族単位での防災対策を実践することで、感染症や災害時の混乱を軽減することができる。今後も地域ぐるみで防災意識向上が不可欠であり、そのための継続的な取り組みが求められる。



開催地より

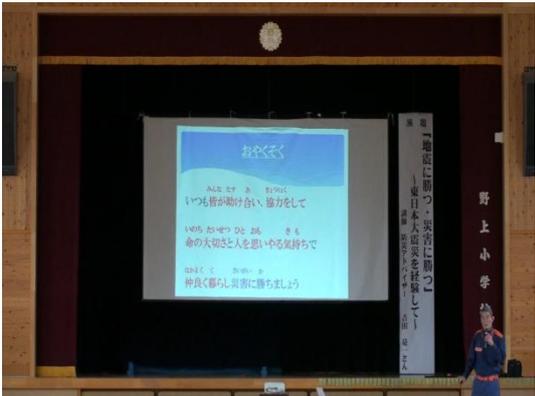
当日はご自身の被災体験談や防災に関する知見をお話していただきました。講演を受け、各地域の近隣同士の自主防災会、防災リーダーの繋がりの強化が特に必要だと感じました。今後も避難所単位での訓練・防災リーダーへの研修などを通して繋がりを強化していきたい。

開催地名	北海道 共和町
開催日時	令和6年10月23日(水)9:30~11:00
開催場所	北辰小学校
語り部	竹田 彰(北海道奥尻町)
参加者	北辰小学校 児童・教員 78人
開催経緯	共和町では近年、大きな災害が発生しておらず、町職員や町民の方々の防災についての関心・意識があまり高くないのが現状。 実際に災害を体験した方の話を聞くことで、住民の防災意識の高揚につながることを期待し今回開催した。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>竹田氏は、1993年に発生した北海道南西沖地震を奥尻島で体験し、当時役場職員として対応にあたった経験をもとに、防災の重要性について語った。防災訓練を毎年行う理由として、人間は時間が経つと災害の記憶を忘れてしまうため、繰り返し学ぶことが重要であると強調した。また、震度7の地震が発生した場合、建物がどのような影響を受けるのか、そして適切な身の守り方(シェイクアウト)の実践について説明があった。</p> <p>特に、地震の揺れは通常1分程度で収まるため、その間に安全な姿勢を取ることが重要であり、目を必ず開けて周囲の状況を把握することが求められる。さらに、この50年間で震度7の地震は日本国内で7回発生しており、地震のリスクは日本中どこでも存在することを認識する必要があると述べた。</p> <p>■ 北海道南西沖地震の被害と津波の脅威</p> <p>講演では、北海道南西沖地震発生当時の写真を示しながら、奥尻島の被害状況が説明された。地震が発生すると、インフラが広範囲にわたり破壊され、電気・水道・通信手段が途絶え、住民は避難生活を余儀なくされた。</p> <p>特に、津波の恐ろしさについて詳しく語られた。津波は通常の波とは異なり、海そのものが押し寄せる現象であり、その速度は最大時速700kmにも達する。これは新幹線の速度よりも速く、一度津波が発生すると逃げ遅れると命を守るのが困難になる。そのため、地震が発生したら「すぐに高い場所へ逃げる」という行動が、津波から生き延びるために最も重要であると強調された。</p> <p>■ 避難所生活の課題と改善策</p> <p>避難所生活についても言及され、特に注意すべきポイントとして、感染症対策が挙げられた。災害時には人が密集するため、特に高齢者は抵抗力が低下し、感染症にかかりやすい状況になる。避難所では衛生管理を徹底し、こまめな手洗いやマスクの着用が推奨される。</p> <p>また、長期間避難所で生活することの大変さについても語られた。特に、床に直接寝ることで身体の負担が大きくなるため、現在では段ボールベッドが導入されるなど、避難環境の改善が進んでいる。それでも、避難生活は精神的・肉体的に厳しいものであるため、災害が起きたときに備えて、自宅での備蓄や避難場所の確認を日頃から行うことが大切である。</p> <p>さらに、災害時の排泄管理についても触れられ、「我慢しないこと」が重要であると指摘された。災害時にはトイレの使用が制限されることが多いが、無理に我慢すると健康被害を引き起こす可能性がある。現在では、簡易トイレや携帯トイレの普及が進んでいるため、各家庭でも備えておくことが推奨される。</p> <p>■ 児童向けクイズで学ぶ津波の知識</p> <p>講演の最後には、児童向けに津波の速さについてクイズが出題された。 「津波の速度は新幹線より速いか、遅いか？」 答えは「速い」。津波は最大時速700kmにも達し、新幹線の速度(約300km/h)よりもはるかに速い。そのため、津波が発生したら、迷わず直ちに高台へ避難することが重要であることが改めて伝えられた。</p>

	<p>■ まとめ</p> <p>竹田氏は、北海道南西沖地震の経験をもとに、地震と津波の怖さを伝え、防災対策の重要性を強調した。特に、「地震が発生したらすぐに高台へ逃げる」という行動の大切さを訴えた。また、避難所生活の課題や改善策についても具体的に説明し、感染症対策やトイレ管理の重要性についても触れた。</p> <p>災害はいつ発生するかわからないが、事前に知識を持ち、準備をしておくことで生存率を大きく高めることができる。本講演を通じて、参加者は防災意識をさらに高め、日頃の備えの大切さを再認識する機会となった。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
開催地より	<p>震災後の写真や災害を体験した語り部の方の体験談を聞いたことで、改めて共和町として防災対策を考えていかなければならないと実感した。また講話を聞いた小学生においても将来の糧になる、貴重な体験ができた。</p>

開催地名	三重県 鳥羽市
開催日時	令和6年10月26日(土)10:00~11:30
開催場所	鳥羽市民体育館サブアリーナ
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	50名(自治体・自主防災組織・自治会等)
開催経緯	<p>本市は、南海トラフ地震で震度7の地震動及び甚大な津波被害により、集落が孤立する可能性があり、公的な援助に時間を要することが想定され、地域における自助共助が必要不可欠あるものの、大規模災害への対応経験(長期の避難所対応含む)がほとんどなく、災害経験やノウハウが蓄積されていない課題がある。</p> <p>そこで、被災地での経験や避難所運営の実態についてお話しを伺い、市職員や市民が災害を「自分事」として捉え、防災意識を高める機会としたい。</p>
内容	<p>■ はじめに ~東日本大震災の経験から学ぶ~ 本講演では、東日本大震災の被災経験をもとに、大規模災害における避難所運営の実態や課題について共有された。特に、日立市における津波被害や、避難所の課題と対応策、さらには地域防災の改善点について詳しく述べられた。</p> <p>■ 1. 災害発生と日立市の被害状況 東日本大震災では、日立市も津波による被害を受け、市庁舎が浸水し機能不全に陥った。講演者は当時校長を務めていた中学校で避難所を開設し、地域住民の避難活動に尽力した。 日立市は茨城県の沿岸部に位置し、港湾施設や工業地帯が集中しているため、地震や津波によるリスクが高い地域である。特に津波の被害を受けやすい地形であることから、迅速な避難行動と地域の防災対策の重要性が再認識された。</p> <p>■ 2. 避難所運営の課題と対応 ◇ 避難判断と地域の特性 災害時には、避難所に向かうことが必ずしも最善の策とは限らない。日立市では地形や高齢者の多い地域特性を考慮しながら、避難判断を慎重に行う必要があった。講演者は、避難指示に対して一律の対応をするのではなく、現場での柔軟な判断が必要であることを強調した。 ◇ 避難所でのトイレ問題 避難所では、トイレ不足や衛生管理が大きな課題となった。特に高齢者や女性にとっては深刻な問題であり、適切な対応が求められた。避難生活の中で、地域の高校生や中学生が率先して清掃活動を行い、環境維持に貢献した。地域住民が協力し合うことで、困難な状況の中でも生活環境の維持が図られた。</p> <p>■ 3. 震災の教訓とその後の整備 震災後、避難所の備蓄や防潮堤の整備が進められ、防災設備が充実した。しかし、防災施設の整備だけでなく、防災意識の向上が不可欠であると講演者は指摘する。 また、日頃からの地域行事を通じて、学校と地域の関係を築くことが、災害時の協力体制の確立に役立つ。特に、学校を避難所として利用する際には、日常的なコミュニケーションがスムーズな避難所運営につながる。</p> <p>■ 4. 自動車避難と物資確保 ◇ 物資の確保と住民の助け合い 震災後、地域の大型ショッピングセンターから物資が供給されたが、物資が不足する場面もあった。その中で、車で避難した住民の一部が毛布や食料を提供し、物資不足を補う役割を果たした。避難時には、地域住民の助け合いが重要であることが再認識された。 ◇ 給水活動の工夫 避難所では給水車が設置されたものの、長時間の待機が必要だった。この状況を改善するために、中学生が水の配布を手伝い、スムーズな給水活動が行われた。 ◇ 自動車避難のリスク 一方で、津波による車両被害も発生し、避難時の車利用についての課題も浮上した。車での避</p>

	<p>難は便利であるが、渋滞の発生や津波に巻き込まれるリスクを考慮し、適切な避難方法を事前に検討しておく必要がある。</p> <p>■ 5. 原子力災害への対応</p> <p>◇ 放射能に対する不安と情報管理  日立市は原子力発電所から約3kmの距離にあり、震災時には放射能の影響について住民の不安が広がった。避難所では、混乱を防ぐために放射線量の数値を住民に公開せず、冷静な対応を促した。情報の扱い次第で、住民の安心感を得られるかどうかが変わるため、適切な情報管理が求められる。</p> <p>◇ 地域防災体制の見直し  放射能リスクを考慮した防災対策の強化が求められ、講演者は、防災士の育成や地域コミュニティの強化が必要であると提言した。</p> <p>■ 6. まとめと提言</p> <p>本講演では、東日本大震災での避難所運営の課題や、住民同士の協力の重要性が強調された。特に、以下の点が防災において重要な要素であると指摘された。</p> <p>1.地域と学校の連携強化  災害時に円滑な避難所運営を行うためには、学校と地域住民との日頃からの関係構築が必要である。</p> <p>2.避難所の環境整備  トイレや衛生管理など、避難所の課題に対応できる備えをしておくことが重要である。</p> <p>3.防災教育の継続  防災訓練や防災意識の向上を通じて、次世代に防災の知識を継承していくことが不可欠である。</p> <p>4.自動車避難のリスク管理  車での避難は便利だが、渋滞や津波のリスクがあるため、事前の検討が必要である。</p> <p>5.地域の助け合い  物資の確保や避難所での運営には、地域住民の協力が不可欠であり、共助の精神を持つことが求められる。  今後も地域社会が一体となり、防災体制を強化することで、災害発生時に迅速かつ適切な対応ができるよう努める必要がある。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
開催地より	行政、町内会・自治会、学校において、日頃の行事を通じた地域との繋がりが災害時における対応力の向上に繋がるというお話を受け、引き続き、各種団体との繋がりの強化による防災対応力の向上に努めていきたい。

開催地名	大分県 九重町
開催日時	令和6年11月1日(金) 10:00~11:30
開催場所	九重町立野上小学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	児童107名 教職員等関係者23名 計130名
開催経緯	数十年に一度の大災害が各地で起きており、当町でも、令和2年、令和3年と水害を経験した。南海トラフ地震などの災害に対する様々な課題があり、防災に対する意識を高める必要性を感じている。 本事業の語り部の方から話を聞くことで、自然災害に対する見識を広め、防災意識の向上を図りたい。
内容	<p>(1)2011年3月11日金曜日 14時46分 震度6強..... なぜ自然災害は起こるのか？地球は生きているから、雨が降ったり風が吹いたり、地震や竜巻、台風などが起きる。 地球が生きているから自分たちも生きていけるのだから、共に生きなきゃいけない。そのためには、普段の備えが大事になる。 考えただけではなく、行動に移すこと。考えて、行動する癖をつけるようにする。</p> <p>(2)考えて行動に..... ・断水したら？お皿が洗えないから、お皿にラップを敷いて使う。 ・散らかっている部屋だと？停電したらつまずくので、部屋は整理整頓しておく。 ・自分の部屋のどこが危険なのかを考える。キャスター付きのものは動くのでストップをかける。棚には突っ張り棒を使用する。 自分がどこに寝ているのかを確認。タンスなどが倒れてこないような位置になっているのか。 ・揺れから守る。机の下に入り、脚は平行ではなく斜めの脚の上部を持つ。階段にいたら後ろ向きになり、しゃがみ階段につかまる。 ランドセルを背負い、カバーを頭の上に。(背中も頭も守れる) ・寝ている時の守り方。「だんご虫」のように丸まる。もし上に物が倒れてきても腕の力と足の力で押し、隙間を作れるようにする。 ・家族でどこに避難をするのかを話し合おう。災害後すぐに避難所が開設されるわけではないので避難所以外の所を決めておく。</p> <p>(3)揺れの災害での避難所では..... 常に大人がいるとは限らない。当時の避難所では、大人は会社の被害の片付けをするために会社に行ってしまう人が多かった。 3/12の早朝にいたのは子どもと高齢者が多かったので、子どもたちが自ら避難所の運営を始めた。 大人がやれば良いのではなく、出来る人たちがやらなくてはならない！という状況。中学生は避難物資の数を数え台帳を作成、整理整頓。17日間の炊き出しのメニューを考えてくれた。 小学生がバケツにくんだ水をポリタンクに入れ、高校生や大学生がポリタンクを運ぶ等。 ・小学生のみんなに約束してもらいたいこと、『いつも皆が助け合い、協力をして命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮らし災害に勝ちましょう』</p>
	

開催地より	昨年から引き続き、災害への備えや防災の知識、避難所の設置などについて、東日本大震災で体験されたことを話していただいた。避難所開設の体験や非常食の実演など子どもたちが熱心に参加していた。今後も町の防災力の向上に努めていきたいと思う。
-------	---

開催地名	滋賀県 草津市
開催日時	令和6年11月7日(木) 14:00~15:30
開催場所	草津市役所2階特大会議室
語り部	池田 雅彰(大阪府吹田市)
参加者	草津市職員 160人
開催経緯	本市では、災害経験がなく、職員の防災に関する意識が乏しいという課題がある。そこで被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を通じて機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p><b>■はじめに</b> 講演者の池田雅彰氏は、吹田市の消防署に所属し、長年にわたり防災・消防活動に従事してきた。阪神淡路大震災、東日本大震災、熊本地震など、複数の大規模災害の現場で救助活動に参加した経験を持ち、その知見を活かして防災教育や講演活動を行っている。今回の講演では、実際の震災現場での体験をもとに、「防災意識の向上」と「避難行動の重要性」について語り、特に公助・共助・自助のバランスをどう取るかが今後の防災対策の鍵になることを強調した。</p> <p><b>■あの日のこと</b> 池田氏が経験した震災の中でも、特に阪神淡路大震災は、消防の対応体制に大きな影響を与えた災害であった。当時は「緊急消防援助隊」の仕組みがなく、各市町村の消防隊が個別に対応するしかなかった。結果として、救助活動が遅れ、多くの人命が失われることとなった。この経験を踏まえ、震災後に全国規模での緊急消防援助隊が組織されるようになった。また、東日本大震災では、津波による被害の甚大さを目の当たりにした。被災地では情報が遮断され、通信手段が機能しなかったため、救助活動が難航した。震災発生直後には、どこでどのような被害が発生しているのか把握ができず、避難所運営や物資の供給に大きな課題が生じた。さらに、熊本地震では、直下型地震の恐ろしさを実感した。土砂災害や建物の倒壊が相次ぎ、特に古い木造住宅が大きな被害を受けた。池田氏は、「震度6や7の地震が発生した場合、建物倒壊による被害が最も大きくなるため、耐震対策を徹底することが重要だ」と述べた。</p> <p><b>■その後のこと</b> 震災後の対応では、避難所運営の難しさが浮き彫りとなった。特に、避難者の受け入れ体制が十分でなく、スペースの確保や物資の供給が課題となった。さらに、トイレの管理が不十分で、衛生環境の悪化が問題となった。また、震災後の救助活動では、「助けに行った消防隊員が二次災害に巻き込まれる」というリスクが常に伴う。池田氏は、「救助を優先するあまり、隊員自身が危険にさらされるケースが少なくない。安全を確保しながら救助活動を行うことが何より重要だ」と述べた。さらに、震災時には「正常性バイアス」によって避難が遅れることが多い。例えば、津波警報が発令されても「まだ大丈夫だろう」と考えてしまう傾向がある。これを防ぐためには、日頃から避難訓練を行い、災害発生時に迅速な判断ができるようにしておくことが必要である。</p> <p><b>■まとめ</b> 池田氏は、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 避難行動の徹底 避難警報が発令されたら、すぐに避難を開始することが何よりも重要である。特に津波や大規模火災では、早めの避難が生死を分けることになる。</li> <li>2. 耐震対策の強化 建物の耐震補強を進め、特に古い木造住宅の耐震診断を受けることが必要である。建物の安全性を高めることで、地震による被害を最小限に抑えられる。</li> <li>3. 避難所の環境改善 避難所ではトイレや衛生環境が問題になりやすいため、仮設トイレの設置や物資の備蓄を事前に整えることが求められる。特に、避難者の健康を守るための環境整備が重要である。</li> </ol>

4.共助の意識を持つ

大規模災害時には公助(行政の支援)がすぐには届かないため、地域住民同士が助け合う「共助」の精神が求められる。日頃から地域のつながりを強化し、助け合いの意識を高めておくことが重要である。

5.日常の備えを怠らない

防災グッズの準備、避難経路の確認、家族との安否確認の方法を事前に決めておくことが大切である。特に、非常食や水の備蓄、災害時の持ち出し袋の準備を徹底しておくべきである。最後に、池田氏は「防災は特別なことではなく、日常の一部として考えるべきだ」と述べ、日頃からの備えと意識改革の重要性を強調した。防災意識を高めることで、自分自身だけでなく、家族や地域の命も守ることができると締めくくった。



開催地より

消防職員からの実災害の体験談をきくことができ、職員の意識付けになった。本日の講滅を今後の職員研修に活かしていきたいと思う。

開催地名	熊本県 八代市
開催日時	令和6年11月9日(土)10:00~11:30
開催場所	鏡文化センター
語り部	齋藤 朝子(埼玉県川島町)
参加者	一般市民、自主防災組織、防災士等 100名
開催経緯	本市では、市民に防災・減災対策の重要性を周知するとともに更なる防災意識の高揚を図るため、2019年から「やつしろ防災フェスタ」を開催している。(2020年、2021年は新型コロナウイルスの影響により中止) 今回は、同イベントにおいて防災セミナーを実施し、子育て世帯に向けての防災知識の普及啓発を目的に、「大切な子どもを守る我が家の防災」について講話いただいた。
内容	<p>■はじめに 講演者の齋藤朝子氏は、埼玉県の特別支援学校の教員として長年教育に携わり、防災活動にも精力的に取り組んできた。特に、障がいを持つ子どもたちの防災教育やその家族・支援者向けの防災学習会、特別支援学校と地域や行政、企業らが共に取り組む防災イベントを開催してきた。本講演では、齋藤氏が小さな子どもを持つ家庭が日常生活「イツモ」の中でも取り組める防災「モンモ」について語った。防災を単なる個人の備えではなく、地域、子育て仲間らと取り組むことで、楽しみながら共に取り組むことができるコツについても紹介した。</p> <p>■我が家の防災対策 子育て家庭では家事や育児に追われて1日が終わってしまうことは、齋藤氏も4人の子どもがおり、経験している。昨今災害のニュースを聞くたびに防災について漠然とした不安があると思うが、日々の忙しさで後回しになりなかなか対策を取ることができないことも仕方がないことである。それでも家庭内での備えとして、最初に考えるのはインターネットやテレビで紹介されている防災グッズを買い揃える、という人が多いと思う。一般的な防災セットがあれば本当に安心なのか？自宅や子どもたちの通う園や学校、親の職場等で被災したら？という漠然とした不安をそのままにしないため、子どもたちを守るための防災対策を3つの視点で提案する。</p> <p>■戦う前に相手を知ろう 備え、と一言で言っても相手を知らなければ始まらない。この場合の相手は、自分の住む場(ここでは熊本県八代市周辺)である。10月に開催されたぼうさいこくたいでも熊本県のブースで展示されていた様子などを紹介しながら起こりうる災害について挙げている。</p> <p>八代市における災害の種類</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地震:布田川・日奈久断層の活動による大規模な揺れの可能性。</li> <li>● 津波:沿岸部では最大5m以上の浸水リスク。</li> <li>● 水害:球磨川の氾濫による広範囲な浸水。</li> <li>● 土砂災害:八代市の山間部で集中しやすい。</li> </ul> <p>ハザードマップの活用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 市町村が発表する地震・津波・水害・土砂災害のハザードマップを確認する。</li> <li>● 「重ねるハザードマップ」などのオンラインツールで、自宅や職場のリスクをチェック。</li> </ul> <p>アプリを活用して災害を疑似体験し、イメージする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● スマートフォンで被害想定が算出できるアプリを活用し、自宅や園・学校・職場などのライフラインの被害想定を知る。それにより何を備えればいいのかが見えてくる。</li> <li>● お天気アプリのAR(拡張現実)を使って実際の場所での浸水の高さをイメージする。</li> <li>● 室内の被害想定を確認し、家具の配置や避難方法を検討する。</li> </ul> <p>情報収集と早めの避難</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 避難情報に関するガイドラインが改定されていて避難に時間を要する小さい子どもがいるご家庭は避難レベル3で避難を開始する。</li> <li>● 「まだ大丈夫」だと思っているとあっという間に身動きがとれなくなる事例を紹介。高層マンションは浸水しなくても籠城になる可能性もある。くまもとマイタイムラインの紹介。</li> <li>● 八代市の防災アプリの活用その他、おすすめ防災アプリの紹介。</li> </ul> <p>■家族で楽しみながら備えよう 災害時の連絡手段</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 災害用伝言板や災害伝言ダイヤル171、SNS、公衆電話など複数の連絡手段を用意する。</li> <li>● 171のメッセージは30秒以内に。「あ・い・た・い・よ」のキーワードでスムーズに連絡する。</li> </ul> <p>食の工夫 特に小さい子どもは非常食など食べ慣れないものに対する拒否もあるので、非常食を用意する場合は、事前に食べて見て好みを把握しておくことが必要である。日常「イツモ」の生活で使いながら無理なく「モンモ」の災害に備えていくことを提案した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 齋藤氏が実際に体験した防災セットの非常食や支給されたレトルト食品でのハプニング。</li> <li>● あのお菓子で？意外で簡単な調理！子どもと一緒に作ってみよう。</li> </ul>

- 乾燥粉末野菜や常温保存可能な食品を活用し、栄養バランスを意識しよう。
- インスタント食品、フリーズドライ食品、レトルト食品などを常温保存可能な形で備える。
- アレルギー対応食品や乳幼児・高齢者向けの食品も考慮し、家族の構成に合わせて準備。
- カセットコンロの活用やポリ袋調理など、災害時に役立つ調理法を覚えておく。

#### 防災を身近なものに

- 「普段のお出かけは避難訓練に繋がる」でものあり、子連れのお出かけバックは最低限の持ち出し袋である。そこに「モシモ」の観点を加えた防災ポーチを加え、フェーズフリーとして普段から使うものにしておく。
- 小さい子どもは危険なものから身を守ることが難しい場合もあるため、自宅内を安全にするために「落ちない・倒れない・移動しない・割れない」環境作りを意識し、家具や棚を固定することが大切である。その際に玄関までの動線を確認しながら、緊急時でもスムーズに移動できる配置にする。
- 「ダンゴムシのポーズ」は必殺技ではないことを地震マットを使った動画で紹介。
- 「くまもとマイタイムライン」を作成し、避難のタイミングを「防災スイッチ」として家族で共有。

#### ■周りを巻き込んで一緒に!

##### 地域やコミュニティとの連携

- 地域のデイキャンプやイベントに防災の視点を取り入れる。コミュニケーションから防災が始まるので、地域でできることから一緒に始めていく。
- 齋藤氏の以前の勤務校で10年間実施した防災イベントの効果や継続の工夫について紹介。

##### 自分に合った防災のスタイル

- 「料理が好き」「アウトドア好き」「DIY が得意」など、それぞれのライフスタイルに合わせた防災対策を提案。

#### ■まとめ

齋藤氏は、災害時の対応をより円滑に行うために、以下の点が重要であると語った。

防災への入り口は様々である。それぞれの興味あるところに防災の視点を加えてもらえると取り組みやすくなる。大切なのは一人で行うのではなく、仲間を増やすこと。同じ立場の人もいれば他の立場の人もある、色々な視点の人が集まることで誰でも安心して住みやすい街になっていくだろう。難しく考えてしまうこともあると思うが、楽しみながらやれるといい。そして自宅に帰ったら、今日聞いた話の中からまず何かを始めてほしい。それがはじめての一步になるから、と締めくくった。



開催地より

気象情報をはじめとする防災情報の入手方法や、家庭での防災対策等について具体的な内容で分かりやすくお話いただいた。  
今後も、このようなセミナーや啓発活動等を通じて、市民の災害に対する備えと防災意識の向上について取組を推進していきたい。

開催地名	神奈川県 横須賀市
開催日時	令和6年11月10日(日)13:30~15:00
開催場所	追浜コミュニティセンター 北館 集会室
語り部	草 貴子(宮城県仙台市)
参加者	横須賀市民 103名
開催経緯	横須賀市では、震災時に住民が主体となって避難所を運営する避難所運営委員会の組織化を推進してきたが、取り組みが遅れていた避難所においても設立が完了するに至った。しかしながら、避難者自身が主体となって組織的に避難所の運営を進める必要がある中で問題意識にギャップがあったことから、実体験に基づく講話を聞く機会を設けることとなった。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者の草貴子氏は、宮城県仙台市泉区の市名坂東町内会会長を務めるとともに、消防庁での防災活動にも長年携わってきた。東日本大震災を経験し、その後の復興支援や地域防災活動に尽力してきた実績を持つ。今回の講演では、震災当日の体験、地域における防災対策、そして未来に向けた備えについて語った。</p> <p>■あの日のこと</p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生した。草氏は仙台市内で地震に遭遇し、買い物中の店舗で立ってられないほどの激しい揺れを経験した。建物の崩壊や人々の悲鳴が響く中、なんとか外に避難したが、道路は寸断され、交通機関も停止し、混乱が広がっていた。自宅に戻る途中、町内の人々が次々と公園に集まり始めているのを目にし、草氏も町内会長として避難所開設の準備に動いた。集会所を開放し、町内外の避難者を受け入れることを決めた。当日は気温が低く、厳しい寒さの中での避難生活が始まった。備蓄米を炊いて食事を提供し、毛布をかき集めて暖を取るなど、地域の力を活かしながら避難所運営を進めた。避難者は女性や子どもを中心に約100名に上り、混乱を防ぐために避難者の中からリーダーを選出し、共同生活のルールを定めながら秩序を維持した。</p> <p>■その後のこと</p> <p>震災直後は電気・水道・ガスが途絶え、避難所の環境は厳しいものとなった。避難者が安心して生活できるよう、日々の運営には様々な工夫が求められた。例えば、トイレの衛生環境を保つために掃除の当番制を導入したり、情報共有の場として定期的にコーヒータ임을設けたりすることで、避難者同士の結束を深めた。</p> <p>また、震災を機に、地域の防災体制を強化するため、避難所運営委員会を設立し、町内会だけでなく学校や地域団体とも連携を深める体制を整えた。防災訓練の実施、備蓄の充実、災害時の役割分担の明確化など、地域全体で次の災害に備える取り組みが進められた。</p> <p>■まとめ</p> <p>草氏は、震災の経験から「地域の防災は、行政だけに頼るのではなく、住民一人ひとりの意識と行動が鍵を握る」と強調した。特に、女性の視点を活かした防災活動の重要性を訴え、日常の暮らしの中で自助・共助の意識を持つことが大切であると語った。</p> <p>また、防災の基本として、次の三つのポイントを挙げた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 家族や地域での防災計画の共有 家族と避難場所や連絡手段を事前に決め、非常時に備えることが重要である。また、地域の防災訓練に積極的に参加し、実際の避難行動をシミュレーションしておくことが求められる。</li> <li>2. 避難時に必要な物資の準備 水や食料、医薬品、衛生用品などの非常用備蓄品を準備し、最低3日分は確保することが望ましい。特に乳幼児や高齢者、障がい者がいる家庭では、個別の必要品も忘れずに備える必要がある。</li> <li>3. 地域の人々とのつながりを深める 災害時には行政の支援がすぐには届かないことが多いため、近隣住民との助け合いが重要となる。平時から地域の防災ネットワークを構築し、顔の見える関係を築いておくことが、共助の力を高めることにつながる。</li> </ol>

最後に、草氏は「震災の記憶を風化させず、次の世代に伝えていくことが重要である」と述べ、今後も防災活動が続けていく決意を表明した。災害はいつ、どこで発生するかわからないからこそ、日頃の備えと地域のつながりが、いざというときに命を守る力になることを改めて強調した。



開催地より

地震災害に遭遇し、過酷な避難所生活を強いられた方からの貴重な体験談と教訓を、実際に耳にする影響力は計り知れないものがあった。「語り部」の言葉を通じ、防災へ依存体質であることを脱却し、被災者になってしまった時の心構えを持つことに活かされたと思う。

開催地名	広島県 竹原市
開催日時	令和6年11月10日(日)10:00~11:30
開催場所	ホテル大広苑
語り部	甲木 喜一郎(熊本県荒尾市)
参加者	100名
開催経緯	本市では高潮や津波による災害が発生する可能性があり、防災リテラシーの向上が必要である。災害発生時に行政に頼りきるのではなく「住民主体の防災」への行動変容が必要不可欠なため、被災地での活動経験を基とした知識や経験を学ぶ機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者は、2016年の熊本地震において災害ボランティアとして活動し、それ以降も防災に関するさまざまな取り組みを続けてきた。これらの功績が認められ、2023年には防災功労者として内閣総理大臣表彰を受賞した。現在は、日本全体の防災リテラシー向上を目的とした活動を展開しており、防災意識の普及と具体的な行動の促進に力を注いでいる。</p> <p>今回の講演では、「防災におけるジェンダーの役割」「東日本大震災における避難行動の教訓」「高齢者と防災」「個人が果たすべき防災の役割」という四つのテーマを中心に、防災対策の重要性について考える機会を提供した。</p> <p>■防災は行政や男性の仕事なのか</p> <p>防災対策は行政や特定の専門家だけが取り組むものではなく、社会全体で考え、実践する必要がある。竹原市の防災会議における女性の割合を調査したところ、平均で10.4%と非常に低く、特に意思決定の場に女性の参加が少ないことが明らかになった。講演の参加者の多くも男性であり、防災活動におけるジェンダーの偏りが浮き彫りとなった。</p> <p>一方で、女性の比率が高い地方公共団体では、役割を分担し、女性管理者を配置するなどの工夫が見られた。防災において男女の役割を分担し、相互に協力し合うことで、災害発生時の迅速な対応と早期復興が可能となる。このことから、防災の意思決定において男女がバランスよく関与することの重要性が強調された。</p> <p>■東日本大震災の避難行動の教訓</p> <p>東日本大震災では、避難行動の違いによって大きく運命が分かれた事例があった。宮城県石巻市の大川小学校では、地震発生後に津波警報が発令され、津波の高さは6メートルと予測されていた。児童と教員は校庭に避難したが、避難場所の判断に時間を要し、堤防のある三角地帯への避難を決定した。しかし、津波到達までの48分間の間に避難が完了せず、津波が学校を直撃し、多くの児童や教員が犠牲となった。</p> <p>一方、釜石東中学校では日常的に避難訓練が実施されており、震災時には児童・生徒570人全員が無事に避難することができた。釜石市の小中学生の生存率は99.8%に達しており、これは事前に「規定にとらわれるな」「最善を尽くせ」「率先避難者たれ」と指導されていたことが大きく影響した。防災教育の重要性がこの事例からも明らかとなり、災害発生時には、マニュアルに縛られず柔軟に行動することが求められることが強調された。</p> <p>■高齢者の健康と避難の課題</p> <p>2018年の西日本豪雨では、倉敷市真備町の広範囲が浸水し、51人が犠牲となった。そのうち8割が平屋や二階建て住宅の一階部分で発見されており、高齢者の被害が特に大きかった。これは、体力の低下により迅速な避難が困難であったことや、高い場所への移動ができなかったことが要因とされる。</p> <p>このような課題に対応するためには、日常的な健康維持が重要である。適切な食事や運動を心掛け、体力を維持することが、災害時の生存率を高める要素となる。また、高齢者が孤立しないよう地域での交流を深め、助け合いのネットワークを形成することが、災害時の迅速な支援につながる。地域全体で高齢者を支え合う環境を整えることが、避難の成功率を高める鍵となる。</p>

■まとめ

防災は、自分自身や家族、地域、そして未来の世代を守るために、個人が主体的に取り組むべき課題である。行政の支援を待つだけでなく、一人ひとりが防災の知識を持ち、行動することが、命を守る最善の方法となる。

特に以下の点が重要である。

- 1.防災は男女問わず社会全体で取り組むべきであり、意思決定の場に多様な視点を取り入れることが必要である。
- 2.避難訓練を日常的に行い、柔軟な避難行動がとれるよう準備しておくことが、実際の災害時に大きな影響を与える。
- 3.高齢者の避難には、健康管理と地域の支援体制の強化が不可欠である。
- 4.防災は一人の力ではなく、地域全体の連携が不可欠であり、共助の精神を持つことが大切である。

講演の最後に、防災は特別なことではなく、日常の一部として考え、備えていくことが重要であると強調された。災害はいつ、どこで発生するかわからないからこそ、一人ひとりの意識と行動が、未来の安全につながることを改めて認識する必要がある。



開催地より

豪雨災害により大きな被害を受け6年を迎え、住民の防災意識は高まってきているとは思いますが、今回の講演を通じてより一層の防災意識を高める事が出来ました。特に高齢化への対応について今後講演会で学んだことを活かしていければと考えます。

開催地名	京都府 城陽市
開催日時	令和6年11月11日(月)10:30~12:00
開催場所	城陽市立寺田南小学校 体育館
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	城陽市立寺田南小学校4年生 65名
開催経緯	避難訓練等や社会科の学習で自然災害が人々の生活に大きな影響を及ぼすことを学習するが、机上での学習では、自然災害を身近なものとするには限界がある。そこで、本事業の語り部の方から話を聞くことで、自然災害に対する見識を広め、防災意識の向上を図ってきたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者の松井憲氏は、広島市豪雨災害伝承館の副館長として、防災活動に取り組んでいる。2014年に広島市で発生した大規模な土砂災害を経験し、その後、防災意識の向上を目的とした講演活動を精力的に行っている。今回の講演では、広島の災害の実例を紹介し、どのようにして命を守るべきかを考える機会を提供した。</p> <p>2014年8月20日、広島市安佐南区を中心に発生した集中豪雨により、多くの土砂災害が発生し、多数の命が失われた。この地域は1960年代以降に急速に宅地化が進んだ住宅地であり、一見すると安全に見える場所であったが、実際には地盤が脆弱で災害リスクが高かった。松井氏は、日頃から地域の特性を理解し、防災対策を講じることの重要性を強調した。</p> <p>■あの日のこと</p> <p>災害発生の前日である8月19日夜から20日未明にかけて、日本海に停滞する前線に暖かく湿った空気が流れ込み、局所的な集中豪雨が発生した。安佐南区では1時間に87ミリ、24時間で247ミリという観測史上最大の降水量が記録された。</p> <p>広島市では、19日午後4時3分に大雨洪水注意報が発表され、その後午後9時25分には大雨洪水警報に切り替えられた。しかし、深夜帯であったため住民の避難行動が遅れたことが被害拡大の一因となった。</p> <p>午前1時半頃、時間雨量84mmという大雨が2時間半にわたって発生したが、多くの人が危機感を持たないままだった。その後、突如として土砂崩れが発生し、一瞬のうちに家屋が押し流された。避難する間もなく、多くの住民が土砂に巻き込まれ、甚大な被害を受けた。被害の大きかった地域では住宅地が壊滅状態となり、消防や自衛隊による救助活動が続けられたが、多くの犠牲者が出た。</p> <p>■その後のこと</p> <p>復旧作業では、土砂の撤去が最も大きな課題となった。ボランティアの協力も得られたものの、被害の規模が大きかったため、復興には長期間を要した。</p> <p>また、被災者の中には自宅に戻れず、長期間避難所生活を余儀なくされる人も多かった。松井氏は、こうした経験を通じて、避難所運営や被災者支援のあり方を見直す必要があると語った。</p> <p>■まとめ</p> <p>松井氏は、広島土砂災害を教訓に、今後の防災対策として以下の点が重要であると述べた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 早めの避難 大雨や土砂災害警報が発表された際には、すぐに安全な場所へ避難することが重要である。特に、夜間の災害では避難行動が遅れがちになるため、普段から避難経路を確認し、家族と避難計画を共有しておくことが大切である。</li> <li>2. ハザードマップの活用 自宅や職場がどのようなリスクを抱えているのかを把握し、ハザードマップを活用して安全な避難場所を確認することが必要である。</li> <li>3. 地域の防災意識の向上 日頃から地域で防災訓練を実施し、住民同士の助け合いの意識を高めることが大切である。過去の災害から学び、今後の防災対策に活かすことが、未来の命を守るための第一歩であると訴えた。</li> </ol>



開催地より

語り部の方の被災体験談は、実体験が伴っているので、やはり児童の心に深く響いたように感じる。今後の更なる防災意識向上を図っていきたい。

開催地名	大阪府 泉佐野市
開催日時	令和6年11月11日(月) 13:00~14:30
開催場所	泉佐野市立佐野中学校体育館
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	泉佐野市立佐野中学校(1~3年生徒、教職員) 700名
開催経緯	本校において、防災についての学習を各学年にて実施している。被災地からの実体験を交えた講話を聞く機会を設けることにより、自分の命を守ること、社会と地域の実態を知ること、備え方を学ぶこと、災害発生時の対処の仕方を学ぶこと、そして、それを実践に移すこと等、生徒・教職員のさらなる防災意識の向上につなげていきたい。
内容	<p>(1)はじめに</p> <p>前回、地元の中学生・高校生という立場ではなく地域の一員であるという自覚を持つことが、防災の一つの基本であり非常に重要であることを話した。地域の一員である自覚と普段からの行動が、災害時に生きてくるからだ。</p> <p>また、地球は生きている。その中で、災害への危機感を持つことは非常に大切である。</p> <p>(2)防災対策</p> <p>普段からどのような備えが必要かを考えるべきだ。例えば、食糧・水は最低1週間分の用意をすべきである。地震が発生してからの購入では遅い。</p> <p>また、断水したらお皿は洗えなくなる。その場合は、サランラップを巻いてお皿を使用すると洗う必要がなくなり水が不要となる。スーパーで販売されているお惣菜用に使われているトレーなどを再利用するのも良い。</p> <p>枕元には防災用品6点セットを準備して欲しい。防災用品6点セットとは、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 靴下</li> <li>② スニーカー</li> <li>③ ヘッドライト</li> <li>④ 防犯ブザー</li> <li>⑤ 携帯ラジオ</li> <li>⑥ フード付き雨具 である。</li> </ol> <p>大地震発生時には、揺れが収まった後すぐに靴下とスニーカーを履いて、ヘッドライトを付けて足を怪我しないように避難する。なぜなら、足を怪我してしまうと遠くや高台へ逃げる事が出来なくなってしまうからである。併せて、防災マップをしっかりと確認するべきである。</p> <p>また、前回は想定以上の備えをすべきだと話した。例えば、10メートルの津波警報が発せられたときは、15メートル安全な場所に逃げなければならない。なぜならば、10メートルの津波の上に建物や車などの瓦礫類が浮かび、それらが一緒になって我々に迫ってくる可能性があるからである。相手は自然であり予測が出来ないため、想定以上の備え・行動が重要となってくる。</p> <p>(3)避難所運営体験</p> <p>生徒たちは、設営班・避難誘導班・受付班・総務班・物資班・衛生班・炊き出し班・情報班の各グループに分かれた。体育館にブルーシートを敷いて避難スペースを作ったり、救援物資に見立てた箱を種類別に並べたりして避難所の設営を実際に行った。</p> <p>そして、設営が完了した時刻の記録を行ったり、救援物資の内容・数を紙に書き出したり、新聞からの情報をまとめたり、お米を炊き出したり、避難所の受付を行うなどをして、避難所での運営を楽しみながら実践的に学んだ。</p> <p>(4)最後に</p> <p>「いつも皆が助け合い協力をして、命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮し、災害に勝ちましょう。」これが非常に大切な基本である。</p> <p>このことを守らないと、災害に勝つことは出来ない。普段の生活から、塾でも部活でも学校でも会社に入っても結婚して家族を持っても、この基本を忘れずに必ず守って欲しい。</p>

	 
開催地より	<p>講演では「防災への日常的な備え」「日本各地域の災害における体験談」「地域の大人も子どもも自分自身ができる役割」等のお話を聞くことができた。今後は「日頃の防災意識の向上をめざした学習の実施」「避難のポイントを共有した上での避難訓練の実施」「家庭への啓発・発信」に活かしていきたい。</p>

開催地名	愛媛県 伊予市
開催日時	令和6年11月14日(木) 10:00~11:30
開催場所	伊予市役所4階大会議室
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	伊予市役所職員25人、伊予市議会議員3人
開催経緯	当市では、大規模災害の経験が少なく災害経験に乏しい職員が多いため、本部と現場の各担当との意思疎通がスムーズに出来ていないことが課題となっている。そこで、本部から見た災害対応の考え方や経験則を講話いただき、本部と現場の連携強化の参考としたい。
内容	<p><b>■はじめに</b>  講演者の近藤恒史氏は、元陸上自衛官として全国各地での災害対応に従事し、退官後は行政職員として防災対策を推進してきた。これまでに新潟地震、東日本大震災、熊本地震、さらには2024年の能登半島地震といった大規模災害の現場で対応を行い、その経験をもとに被災時の具体的な対応や課題について語った。  今回の講演では、千葉県茂原市の防災対策を中心に、昨年9月の豪雨災害や2024年元日の能登半島地震の教訓を紹介し、近年の気象変動の影響や自治体・住民の防災対応の在り方について考える機会を提供した。</p> <p><b>■あの日のこと</b>  近藤氏は、長年の経験から、災害は想定外の規模で発生することが多く、常に最大級の被害を想定して備えることの重要性を強調した。特に昨年9月の千葉県茂原市の豪雨災害では、線状降水帯による局地的な集中豪雨が発生し、市街地が浸水した。一宮川水系の氾濫の様子は、市役所の4階から撮影された写真でも鮮明に記録されており、都市部での水害リスクの深刻さを改めて認識させるものであった。  また、2024年1月1日に発生した能登半島地震では、家屋の倒壊や道路の寸断、集落の孤立といった深刻な被害が生じた。その後の9月にも同地域で線状降水帯による豪雨災害が発生し、被災地の状況は一層厳しさを増していた。こうした事例を踏まえ、災害対応における行政と関係機関の迅速な対応の重要性を強調した。</p> <p><b>■その後のこと</b>  茂原市の豪雨災害では、予想を上回る降水量により、市内の河川が氾濫し、避難所の開設が進められた。最大で約380人が避難し、特にトイレや食料の確保が大きな課題となった。この経験から、避難所運営の迅速化と環境整備の必要性が再認識された。  一方、能登半島地震では、千葉県から応援職員として派遣され、避難所運営や被害調査を担当した。特に被害状況の調査や災害廃棄物の処理には多くの人員が必要であり、全国規模での応援体制の整備が不可欠であることが明らかとなった。  また、物資の供給に関しても課題が浮き彫りとなった。プッシュ型支援(必要な物資を大量に送る方式)では、物流の混乱が生じることが多く、事前に自治体ごとの調達スキームを確立しておくことが不可欠であることが示された。</p> <p><b>■まとめ</b>  近藤氏は、これらの経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点が重要であると述べた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.災害リスクの把握と早期避難  自宅や職場の災害リスクを確認し、避難計画を事前に策定することが不可欠である。特に、浸水や土砂災害の危険地域では迅速な避難行動が求められる。</li> <li>2.避難所の環境整備  避難生活の質を向上させるために、トイレや衛生環境の整備、物資の管理体制の強化が必要となる。また、女性や高齢者、障がい者の視点を取り入れた避難所運営を行うことで、より多様なニーズに対応できる環境を整えることが求められる。</li> <li>3.自治体の防災計画の見直し  千葉県では、被害調査や応急対応を円滑に進めるための「大規模災害時受援計画」を策定しており、こうした取り組みを全国の自治体でも進めるべきである。特に、他県との連携を強化し、</li> </ol>

	<p>被災地への迅速な支援が可能となる体制を整えることが重要である。</p> <p>4.住民による防災意識の向上          災害は行政だけでは対応しきれないため、住民同士の助け合い(共助)が重要となる。地域の防災訓練への参加を促し、日常の備えを徹底することで、実際の災害時に素早く適切な対応が取れるようになる。</p> <p>5.物資供給の課題と改善          東日本大震災や熊本地震では、物流の混乱により必要な物資が適切に届かなかった事例があった。能登半島地震では、自治体主体の調達スキームに移行することで効率化が進められた。今後は、状況に応じて「物より金」の支援を活用することで、より迅速で適切な支援が可能になると考えられる。</p> <p>最後に、近藤氏は「防災対策は行政だけではなく、一人ひとりが意識を持つことが最も大切だ」と締めくくった。特に、日常の備えや地域の防災訓練への参加が、いざという時に命を守る鍵となることを強調した。</p> <div data-bbox="397 701 874 972"> </div> <div data-bbox="884 701 1369 972"> </div>
開催地より	<p>大災害時には各課の連携が大事であると理解していたが、実災害の対応を経験している語り部の体験談から、改めて日頃から連携、訓練を行っていくことの大切さについて痛感した。本日の講義を今後の防災活動に活かしていきたいと思う。</p>

開催地名	北海道 苫小牧市
開催日時	令和6年11月17日(日)13:00~14:30
開催場所	苫小牧市役所9階会議室
語り部	井上 剛(宮城県山元町)
参加者	31名
開催経緯	苫小牧市では、令和3年7月に新たな浸水想定が公表され、甚大な被害が予想されるが、過去に大規模で広域的な津波被害の経験がないことから、東日本大震災を経験した語り部を介して、大震災の教訓を風化させることなく苫小牧市民全般に伝承することで地域防災力の向上につなげてつなげることをねらいとして講座を開催している。
内容	<p><b>■東日本大震災の経験と語り部活動</b></p> <p>井上氏は東日本大震災の経験をもとに、被災体験を語り部として伝える活動を行っている。震災当時は中浜小学校の校長を務めており、その後も自身の経験を多くの人々に共有し、災害への備えの重要性を訴えてきた。中浜小学校は震災当時、小規模な学校であったが、適切な避難対応によって全員が無事に避難し、命を守ることができた。この事例を通じて、学校における防災対策の重要性や、日頃の準備の大切さが語られた。</p> <p>また、山元町全体も震災後の復興に向けて努力を続けており、災害の記憶を風化させないための取り組みが行われている。学校の特徴的なデザインや避難の様子についても詳しく説明され、実際の避難行動が命を守る鍵となったことが強調された。</p> <p><b>■地震と自然災害の経験と教訓</b></p> <p>講演では、地震の予測が難しく、いつどこで発生するかわからないことが指摘された。特に、東日本大震災の余震は10年以上経っても続く可能性があり、全国的に地震のリスクが十分に認識されていない現状が課題であると述べられた。また、現在の日本列島が地震が発生しやすい時期に差し掛かっている可能性があることにも言及され、全国的な防災対策の強化が求められる。</p> <p>防災の観点から、地域社会や学校での避難訓練の重要性が強調された。特に、訓練が形骸化しないようにするためには、訓練後の振り返りや反省会が不可欠であると述べられた。さらに、宮城県では過去の災害から学び、建物の耐震補強やブロック塀の改修が進められていたことが紹介された。こうした具体的な改修などの取り組みを継続し、災害発生時に迅速かつ確かな行動ができる体制を整えることが重要である。</p> <p><b>■中浜小学校の津波体験</b></p> <p>2011年3月11日の東日本大震災では、中浜小学校が10メートルの津波に直撃された。学校の立地上、津波の被害が懸念されていたが、事前の防災対策が功を奏し、児童や教職員は迅速に避難を開始することができた。</p> <p>避難の際には、防災頭巾をかぶることの重要性も再認識された。災害時には頭部を保護することが重要であり、防災頭巾の着用は生命を守る一助となる。講演では、普段から防災頭巾の活用を習慣化することが推奨された。</p> <p>また、災害時にはその場にいる人々の協力が不可欠である。中浜小学校では、地域住民が学校の方針に理解を示して児童と教職員が一丸となって避難行動をとり、安全な場所へ移動することができた。この事例を通じて、日常的な防災意識の向上と、地域との良好な関係を保つ努力を通して、いざというときの適切な対応の重要性が改めて示された。</p> <p><b>■避難所運営と地域の協力</b></p> <p>講演では、避難所の運営には地域の協力が不可欠であることが強調された。避難所では食料や物資の管理、衛生環境の維持など、さまざまな課題が発生する。そのため、地域住民が協力して役割を分担し、円滑に運営することが重要であると述べられた。</p> <p>特に、子どもたちの積極的な参加が避難所の運営を円滑にすることが指摘された。震災時には、大人だけでなく、子どもたちも自分にできることを考え、率先して行動していた。子どもたちが物資の整理や清掃を手伝うことで、大人が動き出し、避難所全体の環境が向上し、地域の結束力が高まることが期待される。</p>

また、避難者は単に支援を受けるだけでなく、避難所運営に積極的に関与することが求められる。避難所では、互いに助け合いながら生活することが重要であり、運営する人も被災者であることを、平時から理解してもらうことで全員が協力して運営を支える意識を持つことが必要である。

#### ■防災の未来と日常的な備え

講演では、防災訓練の見直しが必要であり、全世代が参加できる訓練を目指す必要がある。特に若い世代を巻き込むことが重要であると述べられた。若い世代が積極的に防災に関与することで、地域全体の防災力が向上し、次世代への意識の継承にもつながる。工夫する余地は大きい。

また、災害に備えるためには、日常的な習慣が重要である。例えば、家庭内での防災対策においては家具の固定は必須であり、具体的な方法が示された。また、非常食や防災グッズを準備すること、避難経路を家族で確認することなど、日頃からできる備えを進めることが推奨された。

最後に、講演では「防災は特別なことではなく、日常の一部として考えることが重要である」と強調された。防災を日常生活の中に取り入れ、誰もが迅速かつ適切な行動をとれるようにすることが、命を守るための鍵であると締めくくられた。



開催地より

苫小牧市の自主防災力の向上をめざし、地域ごとの防災訓練がさらに活発に行われるよう、普及啓発に努めたい。

開催地名	埼玉県 深谷市
開催日時	令和6年11月20日(水)17:30~19:00
開催場所	深谷市役所本庁舎 3階大会議室
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	80人
開催経緯	本市では、近年、大規模災害に見舞われた経験がなく、職員の防災意識や事前・事後の災害対応力が低下しており、各部署間での連携にも多くの課題がある。そのため、被災地で活躍された方から実体験に基づくご講演をいただくことで、職員の防災意識の向上及び災害対応力の向上に繋げたい。
内容	<p><b>■はじめに</b>  講演者の近藤恒史氏は、元陸上自衛官であり、東日本大震災、関東豪雪、熊本地震などの災害対応に従事した経験を持つ。現在は千葉県茂原市の防災対策課副主幹として、防災計画の策定や災害対応を担当している。  本講演では、近年の気象変動と災害の頻発化を踏まえ、防災の基本的な考え方や具体的な対策について解説し、茂原市での防災対策の事例を通じて、自治体と住民がどのように災害に備えるべきかを考える機会を提供した。</p> <p><b>■あの日のこと</b>  近藤氏は、昨年9月の台風13号による茂原市の豪雨災害や2024年1月1日に発生した能登半島地震の事例を取り上げ、それぞれの災害対応について説明した。  茂原市の豪雨災害では、一宮川水系の河川が氾濫し、市街地で浸水被害が発生した。これに伴い、避難所の開設が進められ、最大で約380人が避難した。予想を超える降水量によって河川の水位が急上昇し、避難指示の発令が必要となった。  一方、能登半島地震では、建物の倒壊や道路の寸断、集落の孤立といった甚大な被害が発生した。近藤氏は応援派遣職員として、避難所の運営や被害調査を担当し、特に被害状況の調査や災害廃棄物の処理に多くの人員が必要だったことを実感した。  災害対応の現場では、情報の伝達が遅れたり、予想を超える事態に直面することが多く、迅速な判断と行動が求められることを強調した。</p> <p><b>■その後のこと</b>  茂原市の豪雨災害では、避難所の運営が大きな課題となり、特にトイレや食料の確保、避難者の健康管理に問題が生じた。避難所の衛生環境の悪化や、避難者同士のトラブルを防ぐため、職員が積極的に対応にあたった。  また、能登半島地震では、千葉県からの応援職員として避難所運営や被害調査に従事した。特に被害調査では、住民の声を直接聞くことが重要であり、自治体間の連携による迅速な対応が求められた。さらに、物資の供給に関する問題も浮き彫りとなり、物流の混乱を避けるためには、事前の備蓄とスムーズな支援体制の確立が必要であると指摘した。  災害時の支援には、プッシュ型支援(必要な物資を大量に送る方式)が用いられることが多いが、この方式では物流の混乱が生じることもある。そのため、自治体ごとの調達スキームを確立し、適切な物資が迅速に届けられる体制を整えることが不可欠であると述べた。</p> <p><b>■まとめ</b>  近藤氏は、これらの経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点が重要であると述べた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.災害リスクの把握と早期避難  自宅や職場の災害リスクを確認し、避難計画を事前に策定することが不可欠である。特に、浸水や土砂災害の危険地域では、迅速な避難行動が求められる。</li> <li>2.避難所の環境整備  避難生活の質を向上させるため、トイレや衛生環境の改善、食料や生活必需品の備蓄が重要となる。また、避難所では女性や高齢者、障がい者への配慮が必要であり、特別な支援が受けられる体制を構築することが求められる。</li> <li>3.自治体の防災計画の見直し</li> </ol>

	<p>被害調査や応急対応を円滑に進めるために、自治体が「大規模災害時受援計画」を策定し、他の自治体や国との連携を強化することが必要である。</p> <p>4.住民による防災意識の向上        災害は行政だけでは対応しきれないため、地域住民同士の助け合い(共助)が重要となる。地域の防災訓練への参加を促し、日常の備えを徹底することが求められる。</p> <p>5.物資供給の課題と改善        物流の混乱を避けるため、自治体が主導する調達スキームの確立が必要である。また、支援物資よりも金銭支援の方が迅速な対応につながる場合もあり、状況に応じた柔軟な支援のあり方を検討することが求められる。</p> <p>最後に、近藤氏は「防災対策は行政だけではなく、一人ひとりが意識を持つことが最も大切だ」と締めくくった。特に、日常の備えや地域の防災訓練への参加が、いざという時に命を守る鍵となることを強調した。</p> <div data-bbox="395 658 911 945"> </div> <div data-bbox="932 658 1305 945"> <p>東日本大震災        仙台市流通団地(3/21)        物品ごとに集積場所を決めたもの、規格も荷姿もバラバラ</p> </div>
開催地より	<p>茂原市の災害対応や被災地の受援体制を中心にご講演いただき、今後、各種マニュアルを整備する上での課題等を確認することができた。また、災害時、円滑な応援の受け入れができるよう、部署間で連携して、物資の集積箇所等の具体を想定して対応にあたりたい。</p>

開催地名	富山県 滑川市
開催日時	令和6年11月22日(金)13:00~14:30
開催場所	滑川市立早月中学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	早月中学校全生徒315人、教職員23名 計338人
開催経緯	これまで地震に対する意識が薄かったが、R6年1月1日の地震で防災に対する意識が高まった。しかし、防災に関する知識があまりなく、不安に思っている生徒が多い。また、本校が避難所になるため、避難所開設の知識も得たい。そのため、防災教室をお願いした。
内容	<p>(1)はじめに  前回、地元の中学生・高校生という立場ではなく地域の一員であるという自覚を持つことが、防災の一つの基本であり非常に重要であることを話した。地域の一員である自覚と普段からの行動が、災害時に生きてくるからだ。  また、地球は生きている。その中で、災害への危機感を持つことは非常に大切である。</p> <p>(2)防災対策  普段からどのような備えが必要かを考えるべきだ。例えば、食糧・水は最低1週間分の用意をすべきである。地震が発生してからの購入では遅い。  また、断水したらお皿は洗えなくなる。その場合は、サランラップを巻いてお皿を使用すると洗う必要がなくなり水が不要となる。スーパーで販売されているお惣菜用に使われているトレーなどを再利用するのも良い。  枕元には防災用品6点セットを準備して欲しい。防災用品6点セットとは、  ① 靴下  ② スニーカー  ③ ヘッドライト  ④ 防犯ブザー  ⑤ 携帯ラジオ  ⑥ フード付き雨具 である。  大地震発生時には、揺れが収まった後すぐに靴下とスニーカーを履いて、ヘッドライトを付けて足を怪我しないように避難する。なぜなら、足を怪我してしまうと遠くや高台へ逃げる事が出来なくなってしまうからである。併せて、防災マップをしっかりと確認するべきである。  また、前回も想定以上の備えをすべきだと話した。例えば、10メートルの津波警報が発せられたときは、15メートル安全な場所に逃げなければならない。なぜならば、10メートルの津波の上に建物や車などの瓦礫類が浮かび、それらが一緒になって我々に迫ってくる可能性があるからである。相手は自然であり予測が出来ないため、想定以上の備え・行動が重要となってくる。</p> <p>(3)避難所運営体験  生徒たちは、設営班・避難誘導班・受付班・総務班・物資班・衛生班・炊き出し班・情報班の各グループに分かれた。体育館にブルーシートを敷いて避難スペースを作ったり、救援物資に見立てた箱を種類別に並べたりして避難所の設営を実際に行った。  そして、設営が完了した時刻の記録を行ったり、救援物資の内容・数を紙に書き出したり、新聞からの情報をまとめたり、お米を炊き出したり、避難所の受付を行うなどをして、避難所での運営を楽しみながら実践的に学んだ。</p> <p>(4)最後に  「いつも皆が助け合い協力をして、命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮し、災害に勝ちましょう。」これが非常に大切な基本である。  このことを守らないと、災害に勝つことは出来ない。普段の生活から、塾でも部活でも学校でも会社に入っても結婚して家族を持っても、この基本を忘れずに必ず守って欲しい。</p>



開催地より

自然災害に備えて、2週間以上の食べ物や非常避難グッズを準備することを学んだ。参加人数が多く、実際に避難所の開設を経験することはできなかったが、多くの避難所で中学生が活躍していた話を聞き、自ら進んで行動することの大切さに気付いた。

開催地名	愛知県 田原市
開催日時	令和6年11月23日(土)13:30~15:00
開催場所	田原文化会館 文化ホール
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	田原市民 192人
開催経緯	本市では、地域の防災活動に携わる方や、防災対策に関心・興味がある方などを対象に、より具体的で実践的な知識を取得してもらう場として、田原市防災カレッジを開催している。当地域では大きな地震が発生していないため、東日本大震災の体験談や教訓、自主防災活動などについてお話いただくことで、聴講者に災害のイメージや防災への意識、知識を深めてほしいと思い依頼した。
内容	<p><b>■講師紹介</b>  講演者の石川氏は、東日本大震災発生当時、日立市久慈中学校の校長として、避難所運営に尽力した。市からの支援が届くまでの間、教職員だけでなく、中学生や高校生がボランティアとして加わり、協力しながら避難所を運営したことで、円滑な避難生活を実現した実績を持つ。</p> <p><b>■日立市の災害と防災意識</b>  昨年9月の台風では、想定を超える大雨災害が発生し、市内に大きな被害が出た。近年の気象災害は予測が困難であり、これまで災害がなかった地域でも突発的な被害に見舞われる可能性がある。石川氏は「災害が起こるかもしれない」という意識を常に持ち、日頃から備えておくことの重要性を強調した。</p> <p><b>■東日本大震災発生時の状況</b>  震災前まで、石川氏自身も大きな災害に遭うとは考えていなかった。しかし、実際に震災が発生すると、市全体の対応は遅れがちであり、市の援助が届くまでの間、学校として自ら対応しなければならなかった。  日立市久慈地区では、ハザードマップに示されていた津波浸水地域が、実際にそのままの形で被害を受けた。石川氏は、ハザードマップが災害時において非常に有効なツールであることを改めて認識し、住民に対して活用を呼びかけた。  また、津波は何度も押し寄せ、一度目の波が最も大きいとは限らないことを説明した。港に停められていた車が津波によって押し流され、町のあちこちに散乱していた様子が映像とともに紹介された。</p> <p><b>■避難所運営の実態</b>  地震発生当時、久慈中学校の校舎は小規模であったため、幸いにも大きな被害を受けず、けが人も出なかった。子どもたちは迅速に避難することができた。  中学校が避難所となったため、校庭には次々と車が集まり、その整理が必要となった。車の出し入れを工夫して管理したことで、避難所の混乱を防ぐことができた。また、津波の被害によって、町全体が深刻な状況に陥る中、避難所には1000人以上が収容され、校庭の車中泊者も含めると約2000人以上が避難していた。  市の対応が遅れることを想定し、学校職員がコミュニティ会長と協力して避難所を立ち上げた。町の建設業者からの発電機や照明、地元のスーパーや飲食店からの食料提供、一般住民からの毛布の寄付など、多くの支援を受けた。これらの物資を公平に分配するために、中高生が自主的に協力し、避難所の運営を大きく支えた。  さらに、駐車場の設営を工夫したことで、救援物資の輸送車両や緊急車両の出入りがスムーズに行えた。その結果、救援活動が迅速に進み、地震発生当日には炊き出しを実施することができた。</p> <p><b>■避難所での課題</b>  避難所ではトイレの管理が大きな課題となった。水が不足し、トイレが使用できなくなる問題が発生したが、子どもたちの協力によりトラブル対応を進めた。消防や業者の支援を受けながら復旧作業を行い、最終的には地面に穴を掘って仮設トイレを作るなどの対応を取った。</p>

また、避難所では子どもたちが多くの役割を果たした。自衛隊の活動や給水作業を手伝い、小学校や中学校から本を集めてミニ図書館を設置したり、小さな子どもたちへの読み聞かせを行ったりした。物資の配給作業にも積極的にに関わり、避難住民との会話を通じて、彼らの心の支えにもなった。子どもたちの笑顔が、避難所の雰囲気や和らげる重要な役割を果たした。

一方で、避難所内ではデマが飛び交うことがあった。例えば、学校の放射線量モニターが通常より高い数値を示したが、パニックを防ぐために情報の公開を控える判断がされた。石川氏は、災害時の情報管理が極めて重要であり、誤った情報が広がらないように注意する必要があると述べた。

■避難所運営の要点

久慈町では、将来の防災対策として「コミュニティタウン」の構築を進めている。高齢化が進む町において、地域のつながりを深め、互いに支え合う仕組みを作ることが重要であると考えられている。

石川氏は、避難所運営において最も大切なのは「声を掛け合い、助け合う姿勢」であると述べた。災害が発生した際に、行政の支援がすぐに届かないことも多いため、地域住民が主体となって対応できる体制を整えておくことが不可欠である。

また、若い世代を防災活動に巻き込むことが、より円滑な避難所運営につながることを強調した。中高生の協力が、避難所の秩序維持や物資管理、さらには被災者の心のケアにも大きく貢献したことを振り返り、「次世代に防災意識を引き継ぐことが、地域の防災力を高める鍵になる」と述べた。

■まとめ

石川氏は、講演の締めくくりとして、次の点を強調した。

- 1.日頃からハザードマップを活用し、災害リスクを把握する
- 2.避難所では迅速な判断と協力が不可欠である
- 3.地域の連携を強化し、コミュニティで防災力を高める
- 4.若い世代を防災活動に巻き込み、次世代への防災教育を進める

最後に、「防災は行政任せではなく、一人ひとりが考え、行動することが重要だ」と述べ、地域の防災意識の向上が、未来の命を守ることに繋がると締めくくった。



開催地より

中学校で実際に避難所運営を行った講師のお話は、指定避難所の多くが学校である本市において、大変参考になる講演であった。避難所運営を行うにあたり、日ごろからの学校と地域の連携の大切さを再認識する貴重な機会となった。

開催地名	奈良県 安堵町
開催日時	令和6年11月24日(日)10:30~12:00
開催場所	安堵中央公園体育館
語り部	小寺 昭夫(岡山県倉敷市)
参加者	安堵町安全安心課5名 他議員、区長、住民含め150名
開催経緯	当町は、大雨に伴う洪水警報によって内水被害が多数発生しております。 そのため、住民の防災意識が高い中で同様の被災地からの実体験を交えた講演会を行い、被災地での活動等実体験の話を聞く機会を設けて、参加者に防災意識を向上させることを目的としたため。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者の小寺昭夫氏は、岡山県倉敷市消防局に所属し、平成30年7月豪雨(西日本豪雨)において、現場での救助活動に従事した経験を持つ。特に倉敷市真備町では記録的な水害が発生し、多くの住民が被害を受けた。その経験をもとに、本講演では災害発生時の対応や救助活動の実態、早期避難の重要性について語った。</p> <p>小寺氏は、実際の救助現場で直面した困難を交えながら、「自助」「共助」「公助」の重要性を強調し、水害時の適切な避難行動やハザードマップの活用が命を守る鍵であることを訴えた。</p> <p>■あの日のこと</p> <p>平成30年7月、西日本豪雨によって倉敷市真備町では小田川の堤防が決壊し、広範囲にわたる浸水被害が発生した。最大で5メートル近い水位に達した地域もあり、町の約4分の1が水没。多くの住民が逃げ遅れ、自宅の屋根や2階部分に取り残された。</p> <p>水流が非常に強く、流木や漂流物が障害となり、救助作業は困難を極めた。特に夜間の浸水進行が急激であったため、住民の多くが適切な避難行動をとれず、救助の依頼が相次いだという。</p> <p>■その後のこと</p> <p>西日本豪雨の復旧には長期間を要し、倉敷市では災害後の対応として以下のような取り組みが進められた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.排水活動の強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○全国の消防・自衛隊の協力のもと、排水ポンプを用いて浸水地域の排水を実施し、早期の復旧を目指した。</li> </ul> </li> <li>2.避難所運営の課題改善 <ul style="list-style-type: none"> <li>○長期間の避難生活では、ストレスや健康問題が深刻化した。プライバシー確保のための間仕切りの導入や、物資配給の適正化など、避難所運営の見直しが求められた。</li> </ul> </li> <li>3.防災インフラの強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○小田川の付け替え工事が計画より早く完了し、今後の水害リスクを低減するための治水対策が強化された。</li> </ul> </li> <li>4.地域住民への防災教育の推進 <ul style="list-style-type: none"> <li>○過去の災害を教訓に、住民向けの防災講習やシミュレーション訓練を実施し、避難行動の重要性を伝える取り組みが進められた。</li> </ul> </li> </ol> <p>■まとめ</p> <p>小寺氏は、西日本豪雨を通じて得た教訓として、以下の点を強調した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.早期避難の重要性 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ハザードマップを事前に確認し、自宅や職場が危険地域にある場合は、災害発生前に避難を決断することが命を守る最善の手段となる。</li> </ul> </li> <li>2.避難の判断基準を明確にする <ul style="list-style-type: none"> <li>○「まだ大丈夫」と考えている間に水位が急激に上昇することがある。自治体から避難情報が発令されたら、すぐに避難行動をとることが重要である。</li> </ul> </li> </ol>

	<p>3.地域での共助の強化  ○高齢者や障がい者など、自力で避難することが困難な人々を支援するために、地域ぐるみで防災計画を立て、助け合いの意識を高めることが必要である。</p> <p>4.防災教育の徹底  ○避難訓練や防災ワークショップを定期的実施し、住民一人ひとりが「自分の身は自分で守る」という意識を持つことが大切である。</p> <p>最後に、小寺氏は「防災対策は特別なものではなく、日常の中に取り入れ、いつでも実行できるようにすることが重要だ」と述べた。災害はいつどこで発生するかわからない。だからこそ、普段からの備えや地域のつながりが、いざという時に命を守る鍵となると締めくくった。</p> 
開催地より	<p>平成30年7月に発生した岡山県倉敷市真備町の豪雨災害で実際に災害対応に当たった消防隊員氏の実体験を交えた講演であったので、講演会の内容に臨場感があり、個別避難計画や自主防災組織との連携に具体性があり今後の防災活動に活かしていきたいと考えます。</p>

開催地名	長野県 筑北村
開催日時	令和6年11月25日(日)14:00~15:30
開催場所	筑北村農村環境改善センター 多目的ホール
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	78名(社会福祉協議会8名、日赤奉仕団2名、ボランティア連絡協議会1名、シニアクラブ5名、商工会8名、民生児童委員会6名、議会2名、教育委員2名、学校2名、一般7名、村職員26名、長野県3名、事務局6名)
開催経緯	当村では、毎年総合防災訓練の実施や防災出前講座等、地域防災力向上に資する取組みを進めているが、女性の参加者が少数で、女性視点の防災対策が進んでいない。また、男女問わずに依然として公助への依存度が高いことから、女性視点で活動に取り組んでいる語り部から直接話を聞く機会を設け、積極的に発言・行動を促す契機としたい。
内容	<p>■はじめに 講演者の平澤氏は、赤十字のボランティアとして東日本大震災の避難所運営に携わり、防災の現場で多様な支援活動を行ってきた。今回の講演では、避難所運営の実態や自主防災組織の重要性について、実際の体験を交えて語った。 筑北村の人口は約3980人で、男性1992人、女性1988人と若干男性が多い。しかし、今回の講演では聴講者の8割以上が女性であり、平澤氏は「頼もしい」と感じたと述べた。防災の現場では、女性の視点が特に求められる場面が多いため、女性の積極的な参加が今後の防災力向上につながると強調した。</p> <p>■自然災害とその脅威 参加者に対し、「自分にとって何が一番怖い災害か」を考えるよう促したところ、多くの人が「地震」や「土砂災害」と答えた。土砂災害には「土石流」「地すべり」「崖崩れ」などさまざまな種類があり、特に山滑りの速度は時速40kmに達することがある。 広島の集中豪雨では、多くの家が土砂災害に巻き込まれた一方、秋田県雄物川の氾濫では、前年度の被災地の教訓を活かし、迅速な避難が行われた結果、死傷者ゼロを達成した。防災の基本は、自然災害の特性を理解し、適切な備えを講じることでであると述べた。</p> <p>■能登半島地震の教訓 今年1月1日に発生した能登半島地震では、震源地に近い珠洲市では地震発生からわずか1分後に津波が到達した。さらに、多くの住宅が倒壊し、家具の下敷きになって亡くなった人も多かった。こうした事例から、防災は「生きているうちに学び、備えること」が重要であると述べた。 また、能登半島地震の被災地では、その後の豪雨による二次災害も発生した。災害は連鎖的に発生することがあり、一つの災害だけを想定するのではなく、複合災害への対応も視野に入れる必要がある。</p> <p>■防災力とは 防災力とは「自助・共助・公助」の3つの力の総和である。地震での死因の大多数は「圧死」であり、家屋の倒壊や家具の飛散によるものが多い。これらを防ぐためには、家具の固定や、建物の耐震化など、「命のあるうちに防災対策を講じること」が重要であると述べた。</p> <p>■自助の重要性 東日本大震災の発災時、千葉県旭市では震度5強を観測し、津波によって14名が亡くなり、2名が行方不明となった。地震に伴う「がけ崩れ」「液状化現象」「津波被害」などの複合的な影響も確認された。 また、被災者が詠んだ句として、 「超スピードの汚濁の渦が電柱に しがみつく命離し連れ去る」 という言葉が紹介され、津波の脅威を生々しく伝えた。 避難所には約3000人の市民が集まり、23時ごろから炊き出しが始まった。避難所の環境は狭く、衛生的にも問題があり、プライバシーの確保が困難だった。特にトイレは水が使えず、汚物をひしゃくですくうなどの苦労があったという。</p> <p>■避難所運営の実態と課題 避難所には心身障がい者、高齢者、乳幼児、外国人、妊産婦や傷病者など、多様な要支援者が集まる。これらの人々のニーズに応じた支援を行うためには、女性の視点が不可欠である。特に衛生・栄養・介護・育児面での対応が求められる。 避難所運営では以下の事項が考慮されるべきである。 ・運営本部の立ち上げ ・組織づくりと役割分担</p>

- ・避難者の名簿作成と部屋割り
- ・取材対応
- ・支援物資の受け入れと配分
- ・食事の手配
- ・外部ボランティアの受け入れ

避難所運営には、地域住民の協力が不可欠であり、平澤氏自身も赤十字ボランティアとして、食事の配膳、衛生管理、心のケアなど多岐にわたる活動を行った。

#### ■共助の力

避難所では、共助の力が大きく影響する。例えば、関東大震災では、住民総出のバケツリレーにより火災を食い止めた事例がある。また、阪神淡路大震災では、倒壊した家屋から生き埋めになった人々の多くが「自力」「家族」「地域住民」の協力で救助されている。

東日本大震災では、「釜石の奇跡」と呼ばれる事例があり、日頃からの防災学習により、子どもたちが率先して避難行動をとった結果、小中学生の99.8%が助かった。「これは奇跡ではなく、学習により身につけた対応力が想定外を乗り越えた結果である」と、子どもたちは語っている。

#### ■防災訓練の重要性

自主防災組織が機能するためには、日頃の訓練が不可欠である。実際に行われた訓練では、煙の中での避難訓練、AEDの使用、はしご車による救助体験、子どもたちによる防災食の調理など、幅広い活動が行われた。また、メディアで放送された小学生による段ボールベッドの組み立て実習も紹介された。

#### ■まとめ

最後に、参加者に「防災力を高めるために最も重要なのは何か」と問いかけると、多くの方が「自助」や「共助」と答えた。平澤氏は「災害時、公助には期待できない状況が多い。だからこそ、自助・共助が重要であり、自分たちの地域は自分たちで守るという意識を持つことが必要だ」と強調した。

「ご清聴ありがとうございました。」と締めくくり、日常生活に防災を取り入れることの大切さを訴えた。



開催地より

参加者より「自助・共助の重要性に加えて、女性の参画・女性視点によるきめ細やかな対応が必要不可欠と理解でき、今後は積極的に取り組みたい」との声もあり、女性の参画をさらに促し、女性視点による防災力の強化をしていく。

開催地名	栃木県 宇都宮市
開催日時	令和6年11月27日(水)13:30~15:00
開催場所	宇都宮東消防署
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	宇都宮女性防火クラブ連合会会員 65名
開催経緯	「首都直下型地震」や「南海トラフ地震」といった大規模地震の発生予想に多くの会員が関心を寄せていることから、具体的な災害活動や避難所運営などの地域防災力の強化を目的として、震災経験者からの実体験に基づく経験談や教訓、特に女性視点での講話を受講し、防災意識のさらなる向上を目指したいと思い開催に至った。
内容	<p>■はじめに</p> <p>本講演では、仙台市福住町における防災・減災の取り組みについて、大内氏の経験をもとに語られた。福住町は七北田川と梅田川に挟まれた新興住宅地であり、過去に台風や豪雨による水害を度々経験してきた。1978年の宮城県沖地震ではブロック塀の倒壊が発生し、1986年には台風による豪雨災害が町を襲った。こうした災害の経験から、「自分たちの町は自分たちで守る」という意識が根付き、地域住民による自主防災の取り組みが進められてきた。</p> <p>■福住町の防災・減災の取り組み</p> <p>度重なる災害の経験から、福住町では行政に頼りすぎず、地域の力で災害に対応することの重要性を認識した。これをきっかけに、町内会では要支援者を含む住民名簿の作成、危険箇所マップの制作、見守り活動の強化、備蓄倉庫の管理、さらには仙台市内外の町内会・市民グループと「災害時相互協力協定」を締結するといった「福住町方式」を確立した。</p> <p>また、防災活動を住民の生活の一部として根付かせるため、ボランティア活動や夏祭りといったイベントを通じて、住民同士の交流を促進し、災害時にも助け合える関係を構築した。</p> <p>■東日本大震災発生時の対応</p> <p>2003年から要支援者や住民の名簿を作成していたことが功を奏し、2011年3月11日に発生した東日本大震災では迅速な安否確認や避難誘導を実施することができた。災害緊急対策本部を速やかに立ち上げ、被害状況の確認や避難所の開設を訓練通りに進めることができたこと、大内氏は語る。</p> <p>また、事前に町内の避難訓練に参加していた中学生たちが、水汲みや小さな子どもたちの世話をし、高齢者や災害弱者の支援に大きく貢献した。</p> <p>しかし、仙台市では電気・ガス・水道のライフラインが途絶え、寒さが厳しい中、500人収容の避難所に約2,000人もの避難者(帰宅困難者を含む)が殺到した。備蓄品も十分ではなく、屋外に設置された仮設トイレは和式であったため、高齢者などの使用が困難であるなど、多くの課題が浮き彫りとなった。</p> <p>■震災の教訓とその後の取り組み</p> <p>大規模災害時には行政の支援も限界があるため、自助・共助の重要性が再認識された。また、従来の防災活動が男性中心であったことから、女性視点の防災・減災の必要性が指摘された。大内氏は、東日本大震災の経験を伝え続けることが人命を守ることにつながると考え、専門的な防災知識の習得にも努めた。そして、仙台市地域防災リーダー(SBL)として認定されるとともに、「女性のための防災リーダー養成講座」を受講し、総務省消防庁の「防災意識向上プロジェクト」に参加。語り部として震災の教訓を全国に伝える活動を始めた。</p> <p>2015年3月17日に開催された国連防災世界会議では、「地域防災の取り組みと活動」に関する発表の機会を得て、女性のリーダーが地域防災を担うことの重要性を訴えた。これにより、多様な人々を巻き込んだ「わかりやすい防災」「楽しい防災」「やさしい防災」を推進することが地域の防災力向上につながることが示された。</p> <p>■震災後の取り組み</p> <p>仙台市は、SBLの育成や自主防災組織の強化を進め、学校や町内会と連携した防災名簿の管理や、独自の防災講習カリキュラムの開発を行った。</p>

また、2014年には「せんだい女性防災リーダーネットワーク」が設立され、イベントや研修会、ワークショップを通じて、防災を身近なものとする活動が展開された。特に、災害時に役立つ携帯トイレの作成講座など、女性視点を生かした実践的な取り組みが行われている。

さらに、津波避難タワーや災害時給水栓の設置が進められ、従来は水道局の立ち会いが必要であった給水設備の利用についても、災害発生時には迅速に対応できるように改善された。

■福住町の防災訓練と今後の課題

福住町では、「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーにした防災訓練を16年以上継続しており、現在では小・中学校も授業の一環として参加している。毎年、楽しみながら学べるよう、新しい内容を取り入れ、中学生の意見を積極的に反映するなど、地域住民の自主的な取り組みとして根付いている。

また、2019年の台風19号による豪雨災害では、暗くなる前に早めの避難を呼びかけるなどの対応が功を奏し、多くの住民が迅速に避難することができた。

近年では、避難所運営においても多様性が求められるようになり、学校や地域、行政、SBLが協力して避難所運営委員会を設置。震災後、女性の声が反映される機会が増えたことにより、より幅広い視点からの防災対策が進められるようになった。

■まとめ

災害時には、まず自身の安全を確保し、慌てずに正確な情報を収集することが重要である。また、在宅避難や分散避難といった柔軟な対応が求められる。

大内氏は、災害リスクを軽減するためには「備えること」「知識を得ること」「訓練すること」、そして「忘れないこと」が最も大切であると強調した。日頃から家族と防災について話し合い、持続可能な防災・減災の取り組みを継続することで、有事の際に冷静な行動ができる人を増やすことができる」と述べた。

本講演は、全国どの地域でも起こりうる大規模災害を念頭に、女性ならではの視点から防災・減災の取り組みを促進する重要性を伝えるものであった。男性だけでなく女性の積極的な参画の必要性が強調され、防災・減災の意識を高める有意義な機会となった。



開催地より

自助・共助などの災害活動や女性目線での避難所運営については特に新しい発見が多く、多様性を意識した運営の重要性について深く学ぶことができた。災害経験者の経験談は非常に貴重で有意義であった。今後の各地区における活動に活かしていきたい。

開催地名	奈良県 奈良市
開催日時	令和6年11月27日(水)14:00~15:30
開催場所	なら100年会館 中ホール
語り部	石川 弘子(福島県いわき市)
参加者	奈良市女性防災クラブ員 173名
開催経緯	コロナ禍で女性防災クラブの活動が制限されていた中で「16歳の語り部」という東日本大震災に関する手記を各クラブ員に回覧し、感想を取りまとめた文集を作成しました。この事業の継続性を考え、東日本大震災の現実をお聞きし、クラブ員の防災意識のさらなる向上を図るため、今回の講演会を開催しました。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者の石川弘子氏は、東日本大震災を福島県いわき市で経験し、その後、地域防災活動や語り部としての活動を続けている。今回の講演は奈良市女性防災クラブが主催し、多くの地域住民や防災関係者が参加した。講演では、震災当日の出来事やその後の復興過程、そして今後の防災対策について語られた。特に、女性の視点からの防災活動や地域での支え合いの重要性が強調された。</p> <p>■あの日のこと</p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生。いわき市でも強い揺れがあり、その直後に大津波が襲来した。地震発生から約30分後、海岸部では大規模な津波被害が発生し、多くの家屋が流された。</p> <p>石川氏は、津波の被害を目の当たりにしながら避難し、地域の混乱や家族・友人を失った人々の悲しみを体験した。自身も津波の恐ろしさを身をもって体験し、「なぜもっと早く避難しなかったのか」という後悔を抱えることとなった。</p> <p>さらに、いわき市は福島第一原発事故の影響も受け、住民の避難指示や健康被害への懸念が生じた。放射能の問題は長期的な課題となり、津波被害に加え、避難生活の長期化や生活再建の難しさといった複合的な困難を地域住民が抱えることになった。</p> <p>■その後のこと</p> <p>震災後、避難所生活が始まったが、物資不足や衛生環境の悪化、プライバシーの確保が難しい状況など、多くの課題があった。特に、女性や高齢者にとって避難所生活は大きな負担となり、防災対策にジェンダーの視点を取り入れる必要性が浮き彫りになった。</p> <p>復興に向けた取り組みとして、いわき市では防災教育の強化が進められた。地域住民が主体となって防災訓練を実施し、災害時の役割分担を明確にすることで、今後の災害対応力を高めることを目指した。</p> <p>また、復興住宅の建設やインフラの再整備が進められたが、震災後のコミュニティの変化による孤独感や精神的ストレスが新たな課題となった。特に、高齢者の孤立や住民同士のつながりの希薄化が問題となり、地域での支え合いの仕組みを強化する必要性が高まった。</p> <p>■まとめ</p> <p>石川氏は、自身の経験をもとに、今後の防災対策として以下の点を強調した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.早期避難の重要性 <ul style="list-style-type: none"> <li>○「まだ大丈夫」という正常性バイアスを持たず、早めの避難行動をとることが命を守る鍵となる。</li> </ul> </li> <li>2.防災教育の徹底 <ul style="list-style-type: none"> <li>○過去の災害を教訓に、地域ごとの特性に応じた防災訓練を継続的に行うことが重要である。</li> </ul> </li> <li>3.避難所の環境整備 <ul style="list-style-type: none"> <li>○女性や高齢者、障がい者の視点を取り入れた避難所運営が必要。特に、トイレやプライバシー確保のための対策を強化することが求められる。</li> </ul> </li> <li>4.地域の支え合いの強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○地域コミュニティのつながりを維持し、災害時に助け合える仕組みを日頃から作っておくことが大切である。</li> </ul> </li> </ol>

	<p>5.行政と住民の協力体制の構築</p> <p>○災害時には行政の支援が遅れることがあるため、住民同士の共助が不可欠。地域防災リーダーを育成し、実践的な対策を講じることが必要である。</p> <p>最後に、石川氏は「災害は忘れた頃にやってくるのではなく、いつでも起こるもの。常に備えておくことが何より大切」と述べ、防災意識を高めることの重要性を強調した。</p> <div data-bbox="389 405 804 678"> </div> <div data-bbox="826 405 1241 678"> </div>
開催地より	<p>今回お話を聴講し、自身を守り、家族を守り、地域を守ることへの知識及び意識が向上したことで、今後起こり得る災害に対して、各クラブ員の活動のあり方や地域の防災力を上げる活動につなげていきたいと思えます。</p>

開催地名	沖縄県 読谷村
開催日時	令和6年11月27日(水)19:00~20:30
開催場所	読谷村文化センター中ホール
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	読谷村民 40名(読谷村役場職員、地域住民、民生委員等)
開催経緯	本村ではこれまで24自治会中8自治会が自主防災会を設立している。毎年各自主防災会で防災訓練を行っているが、マンネリ化してきており参加人数がだんだん減ってきている現状がある。そこで実際の被災体験を踏まえつつ、研修に近い形の講演で防災力の向上及び防災意識の高揚を目的として開催した。
内容	<p><b>■はじめに</b>  本講演では、2014年の広島豪雨災害を経験した語り部による体験談を通じて、防災意識を高めることの重要性について考える機会を提供した。読谷村長の石嶺傳實氏による開会の挨拶の後、広島市豪雨伝承館の副館長を務める講演者が登壇し、被災当時の状況や自主防災の取り組みについて語った。  講演者は、広島市地域防災リーダーや広島県自主防災アドバイザーとしても活動し、防災教育や語り部活動を通じて、地域住民への啓発を続けている。災害の教訓を伝えることで、防災意識を高め、地域全体での防災力を向上させることを目指している。</p> <p><b>■被災当時の状況</b>  2014年8月、広島市では集中豪雨による甚大な土砂災害が発生した。深夜に雷鳴が轟き、1時間あたり100ミリという記録的な豪雨が降り続いた。家の屋根や壁を激しく打ち付ける雨音が約2時間半にわたって響き渡り、住民は次第に不安を募らせていった。  翌朝、周囲が異様に静かであることに気づき、外の状況を確認すると、普段の生活音が一切聞こえず、異臭が漂っていた。周囲の家屋や道路が土砂に覆われており、甚大な被害が発生していることが明らかとなった。  救助ヘリが到着したものの、捜索活動は難航し、多くの住民が孤立した状態に置かれた。講演者自身も、自宅から避難しようとした際、膝下まで土砂に埋まり、敷地外に出るまでに15分もの時間を要したという。こうした体験から、災害時における避難の難しさを改めて痛感したと述べた。</p> <p><b>■防災意識を高めるための取り組み</b>  近年、避難警報が発令されても避難行動を取る住民が減少しており、防災意識の低下が課題となっている。防災意識を向上させるためには、以下のような取り組みが有効である。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.日常的な情報収集 <ul style="list-style-type: none"> <li>○気象情報や災害リスクを把握し、普段から防災について考える習慣を身につける。</li> <li>○ハザードマップを確認し、自宅や職場周辺の危険箇所を把握する。</li> </ul> </li> <li>2.防災リーダーへの支援強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○行政が地域の防災リーダーを積極的に支援し、住民への防災情報の発信を強化する。</li> <li>○他地域の防災リーダーを招いて講演を実施し、異なる視点からの防災対策を学ぶ機会を提供する。</li> </ul> </li> <li>3.近接地域との連携 <ul style="list-style-type: none"> <li>○災害発生時に、被災地域だけで対応するのは難しいため、近隣の地域と連携し、支援体制を構築しておくことが重要である。</li> </ul> </li> </ol> <p><b>■避難訓練と防災学習会の工夫</b>  避難訓練や防災学習会を実施する際には、住民が主体的に参加できるような工夫が必要である。以下のような方法が有効である。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.避難訓練の工夫 <ul style="list-style-type: none"> <li>○訓練後に消防車の展示や降雨・地震体験、防災グッズの販売、キッチンカーの出店などを組み合わせることで、多くの住民が関心を持ちやすくする。</li> <li>○子どもや高齢者も参加しやすい内容にすることで、地域全体の防災意識を高める。</li> </ul> </li> </ol>

	<p>2.学習会の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○一方的な講義形式ではなく、参加者が主体的に学べる対話型・質問型の学習会を取り入れる。</li> <li>○災害の事例をもとに、「自分がその場にいたらどう行動すべきか」を考えるワークショップを実施する。</li> </ul> <p>■まとめ</p> <p>本講演では、2014年の広島豪雨災害の体験をもとに、地域防災の重要性が語られた。災害は予測が難しく、いつ発生するかわからないため、日頃からの備えが不可欠である。防災意識を高めるためには、避難訓練や学習会を工夫し、住民が主体的に取り組める環境を整えることが重要である。また、防災リーダーへの支援や近隣地域との連携を強化することで、より効果的な防災対策を実現できる。</p> <p>最後に講演者は、「防災は、日常生活の一部として意識することが大切だ」と述べ、今後も防災啓発活動を続けていく決意を語った。</p>
開催地より	 <p>防災意識を高めるには最初から防災訓練(ゴール)を目指すのではなく、勉強会や机上訓練などのステップを増やすことが重要と感じた。行政側としてはその訓練メニューや学習会、研修会、講演会などのコンスタントな刺激を与えられるよう取り組みたい。</p>

開催地名	滋賀県 守山市
開催日時	令和6年11月30日(土)9:30~11:00
開催場所	湖南広域消防局 北消防署
語り部	池田 雅彰(大阪府吹田市)
参加者	守山市自治会役員、自主防災組織、守山市消防団員および守山市危機管理課員等 102人
開催経緯	当市では、地域防災力の向上を目的とした自主防災教室を毎年2回開催しており、大規模災害等被災した経験のない当市にとって、上記参加者を対象に、語り部の被災地での経験に基づいた支援に関することや苦勞された点、課題等、講話を聴講することによって防災意識の更なる向上と発災した場合の迅速的確な対処対策に役立てるため。
内容	<p>■はじめに</p> <p>講演者の池田氏は、阪神・淡路大震災、東日本大震災、熊本地震など、過去の大規模災害において消防隊員として救助活動に従事した経験を持つ。今回の講演では、それぞれの災害における現場の状況や課題を振り返り、防災対策の重要性について語った。</p> <p>特に、災害時には行政による公助が迅速に機能しないケースが多く、地域住民同士の助け合い(共助)や個人の備え(自助)が不可欠であることを強調した。さらに、「わがこと意識」を持ち、災害を他人事ではなく自分事として捉えることの必要性についても述べた。</p> <p>■阪神・淡路大震災の経験</p> <p>1995年に発生した阪神・淡路大震災(M7.3)は、6,400人以上の死者を出し、高速道路の倒壊や市街地の大火災など甚大な被害をもたらした。</p> <p>池田氏は、発災10日後に兵庫県須磨区へ消防応援として派遣され、被災地での消火活動支援を行った。現場では、地震の影響で消火栓が機能せず、水槽車の重要性を改めて認識したという。</p> <p>この震災を契機に、日本国内では防災ボランティアや炊き出し訓練が活発になり、国民の防災意識が大きく変化した。</p> <p>■東日本大震災の経験</p> <p>2011年の東日本大震災(M9.0)では、巨大津波により死者・行方不明者が2万人を超え、甚大な被害をもたらした。</p> <p>池田氏は、緊急消防援助隊の一員として、発災37時間後に岩手県大槌町に到着。現場は瓦礫で道路がふさがれており、車両での移動が困難なため、徒歩で被災地に入った。</p> <p>この震災では、津波により多くの建物が流され、消火活動はほとんど必要なかった。阪神・淡路大震災とは異なり、広域にわたる被害と復旧の難しさが課題となった。</p> <p>池田氏は、広域災害では緊急消防援助隊の支援が不可欠だが、到着までに時間がかかるため、発災直後は自助・共助が最も重要であると強調した。</p> <p>■熊本地震の経験</p> <p>2016年の熊本地震(M7.3)では、大規模な余震が続き、土砂災害が多発した。</p> <p>緊急消防援助隊大阪府大隊の吹田市救助小隊長として熊本県に入った池田氏は、土砂災害の現場で手作業による救助活動を行った。地震発生後の二次災害への備えの重要性を痛感し、特に土砂崩れのリスクが高い地域では事前の防災対策が不可欠であると述べた。</p> <p>■「わがこと意識」の重要性</p> <p>近年、異常気象による災害の発生頻度が増しており、誰もが災害に遭遇する可能性がある。池田氏は、災害を「自分事」として捉え、日頃から備えることが重要だと述べた。</p> <p>特に、正常性バイアス(「自分は大丈夫だろう」という楽観的な思い込み)を克服し、最悪の事態を想定した行動を取ることが求められる。災害時には、周囲が避難していなくても率先して避難することが、結果的に他者の避難行動を促すことにつながる。</p> <p>リーダーが率先避難者となることで、地域全体の防災意識向上に貢献できる。</p>

■まとめ

池田氏は、過去30年間で震度7以上の地震が6回発生しており、日本が地震大国であることを再認識する必要があると述べた。

災害時の負傷者を減らし、医療機関の機能を維持するためには、家屋の耐震化や家具の転倒防止など、個人レベルでの対策が不可欠である。

また、災害発生直後は近隣住民同士の助け合いが最も重要であり、自助・共助・公助に加え、「近助」(近隣同士の助け合い)の意識を高めることが必要であると述べた。

最後に、池田氏は「防災は個人だけでなく、地域全体で取り組むことが大切である」と締めくくった。過去の地震災害の経験と教訓を共有することで、防災意識の向上を図り、より災害に強い地域づくりを目指すことが重要である。



開催地より

災害に対する「わがこと意識」をどのように醸成していくか、防災リーダーの早期育成と裾野拡大をどのようにしていくか、守山市の地域特性を鑑みた防災・減災のための事前準備と訓練の在り方など、今後の取り組みについて再認識することができた。

開催地名	京都府 大山崎町
開催日時	令和6年11月30日(土)14:30~16:00
開催場所	大山崎町立中央公民館
語り部	菅井 茂(宮城県仙台市)
参加者	自主防災組織関係者、自治会・町内会関係者 30名
開催経緯	自主防災組織や町内会は、会長が1年で交替するところもあるため、防災活動や事業に関するノウハウの不足が課題となっており、本講演を通じて立ち位置やあり方について改めて考えるきっかけとしていただきたく依頼した。
内容	<p><b>■ 震災時の避難所運営について</b></p> <p>南材木町小学校と八軒中学校の2つの主要避難所が開設され、それぞれ約1,200名と約300名の地域住民を受け入れた。さらに、津波による被害を受けた住民約160名が八軒中学校に避難し、避難所としての機能を強化する必要性に迫られた。また、乳幼児を抱える家族や高齢者など、特別な配慮が必要な人々のために、補助的な避難所としてコミュニティセンターも開設され、約80名が収容された。これにより、さまざまな事情を抱える避難者ができる限り安心して過ごせるような環境を整えることが求められた。</p> <p>避難所の運営が成功した要因として、震災直前に防災訓練の打ち合わせを行っていたことが挙げられる。この事前の準備により、震災発生後の混乱を最小限に抑え、避難所の運営体制を迅速に整えることができた。また、避難者自身が避難所運営に積極的に参加する方針をとったことで、役割分担がスムーズに行われたことも大きな要因である。避難所では食事の配給やトイレの管理、避難者同士の連携など、日々の運営をスムーズに進めるために多くの作業が発生する。こうした作業に避難者自身が関わることで、単なる受け身の生活ではなく、自らが主体的に環境を整える姿勢が生まれた。</p> <p>さらに、学校という場所柄を考慮し、禁酒・禁煙のルールを徹底することで、不必要なトラブルの発生を防ぐことにもつながった。大人数が集まる避難所では、少しの不満や誤解が大きな問題につながることもあるため、ルールを明確にし、誰もが安心して生活できる環境を整えることが重要であった。また、地域コミュニティのつながりも強く、住民同士が助け合いながら食料や物資の調達を行うことができたことも、避難所運営を円滑に進める上で大きな助けとなった。こうした地域の結束力が、震災後の避難生活の質を向上させることにつながった。</p> <p><b>■ 震災後の取り組み</b></p> <p>震災の経験を活かし、今後の防災力強化に向けた取り組みも進められた。具体的には、より詳細な防災行動計画を策定し、災害時の役割分担や行動フローを明確化することが行われた。震災当時、どのような場面で混乱が生じ、どのような問題が発生したのかを振り返り、次に同じような災害が起こった際にはより迅速かつ的確な対応ができるよう、具体的な対応策を策定したのである。</p> <p>また、平成27年からは学区全体での総合防災訓練を実施し、学校・地域・家庭が一体となって防災対策を強化する試みが始まった。災害は行政や特定の機関だけが対応するものではなく、地域の住民一人ひとりが防災意識を持ち、協力し合うことで被害を軽減できるものである。そこで、防災訓練を単なる訓練ではなく、実際に起こり得る災害に即した実践的な内容にすることで、住民が「自分ごと」として防災を考える機会を増やすことが重要視された。</p> <p>さらに、若い世代の防災意識を高めるための取り組みにも力を入れている。特に、小学生や中学生を対象にした防災教育の充実が進められ、実際の災害時にどのような行動をとるべきかを学ぶ機会が増えた。</p> <p>町内対抗クイズ大会を取り入れることで、楽しみながら防災について学ぶことができるようになり、防災に対する関心を持つきっかけを提供している。このように、世代を超えた防災の取り組みを進めることで、地域全体の防災力を高めることを目指している。</p> <p><b>■ まとめ</b></p> <p>講演の最後に、菅井氏は地域防災の基本として、自助・共助・地域の連携の重要性を強調した。まず、自助とは自分の身は自分で守ることであり、日頃から防災意識を高め、いざという時に適切な判断を下せるようにすることが必要である。</p>

次に、共助とは地域での助け合いを意味し、災害時には住民同士の支え合いが命を救うことにつながる。例えば、高齢者や障がいのある人の避難をサポートする仕組みを事前に作っておくことで、避難が円滑に進むようになる。避難所では、役割分担を明確にし、皆が協力して生活を支えることで、ストレスの軽減やトラブルの防止につながる。

そして、地域・学校・家庭が連携し、協力体制を築くことで、より強固な防災体制を整えることができる。防災訓練の実施を通じて、地域全体で防災の知識を共有し、災害時に迅速に対応できる体制を整えることが求められる。防災は特定の人々だけが取り組むものではなく、地域全体の課題として捉え、日頃から準備を進めることが不可欠である。

これらの取り組みを通じて、住民一人ひとりが防災意識を持ち、地域全体で安全・安心なまちづくりを目指すことが求められる。防災は特別なことではなく、日常生活の延長線上にあるべきものであり、普段の意識と行動がいざという時の大きな力となる。菅井氏は、「防災は一人ではできない。地域全体で協力し合い、支え合うことで、より強い防災力を築くことができる」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

避難所運営の方法や課題等を具体的にご教授いただき自分事として捉える事が出来た。また事前準備が大切ということを改めて意識する事が出来、自主防災の皆様と共に今後活かしていきたい。

開催地名	奈良県 三宅町
開催日時	令和6年12月1日(日)10:00~11:30
開催場所	三宅町文化ホール
語り部	池田 雅彰(大阪府吹田市)
参加者	町民50名
開催経緯	三宅町は大規模災害に見舞われた経験もなく地域住民や職員に防災意識や危機感が希薄していると感じることが多く、災害を直接体験した経験談を伺うことで災害を自分事として捉えてもらい防災意識向上を図った。
内容	<p>■ 自己紹介・吹田市紹介  講師は吹田市消防本部に所属する消防士であり、これまでに阪神・淡路大震災、東日本大震災、熊本地震など、多くの大規模災害に携わった経験を持っている。災害発生時の現場対応に従事しながら、地域住民への防災啓発活動にも力を入れてきた。  吹田市は大阪市の北部に位置し、人口約38万人を有する都市である。1970年には日本万国博覧会(大阪万博)の開催地となり、その後も交通網の整備が進み、医療機関も充実するなど、住みやすい環境が整備されている。</p> <p>■ 阪神・淡路大震災  1995年1月17日に発生した阪神・淡路大震災は、甚大な被害をもたらした。都市部では火災が次々と発生し、消防隊による消火活動は困難を極めた。特に、道路の寸断や倒壊した建物による障害が救助活動を大きく妨げた。しかし、そのような状況の中で、地域住民は自発的に炊き出しを行い、助け合う姿が多く見られた。この震災の経験を教訓とし、全国的な災害対応の強化が進められた。特に、緊急消防援助隊の結成が実現し、各地の消防機関が連携して迅速な救助活動を行う体制が整備された。</p> <p>■ わがごと意識  災害はいつどこで発生するか予測ができない。防災を「他人事」とせず、「わがごと」として捉える意識が求められる。そのためには、災害発生時の具体的な行動を事前に決めておく「行動のパッケージ化」を進めることが重要である。個人だけでなく、家族や地域全体で防災に取り組むことで、より確実な安全確保が可能となる。地域住民同士の協力が、防災力の向上につながることを改めて認識する必要がある。</p> <p>■ 東日本大震災  2011年3月11日に発生した東日本大震災では、巨大な津波が沿岸部に押し寄せ、広範囲にわたって甚大な被害をもたらした。講師自身も緊急消防援助隊の一員として現地に入り、救助活動に従事した。現場では、津波の恐ろしさを目の当たりにし、改めて防災の重要性を痛感したという。特に、避難行動の遅れが生死を分ける事態を引き起こしたことから、迅速な避難の必要性が強調された。また、津波による建物の倒壊や広範囲の浸水など、地震による直接的な被害に加えて二次災害の恐ろしさも学ぶ機会となった。</p> <p>■ 熊本地震  2016年に発生した熊本地震は、大きな被害をもたらした。特徴的だったのは、本震の後も長期間にわたって余震が続き、住民の不安が拭えなかった点である。特に、建物の倒壊による直接的な被害だけでなく、地盤の緩みによる土砂災害の発生が追い打ちをかけた。こうした状況の中で、救助活動の実施と同時に、地域の消防力を維持し続けることが重要な任務となった。加えて、避難所運営の課題として、被災者のプライバシー確保や衛生環境の管理、物資の適切な配分が挙げられた。これらの教訓を踏まえ、今後の避難所運営には、より計画的かつ柔軟な対応が求められる。</p> <p>■ まとめ  過去の災害から得られた教訓を学び続けることは、極めて重要である。災害は決して遠い出来事ではなく、いつ私たちの身に降りかかるかわからないという現実を受け入れなければならない</p>

い。そのためには、自宅での十分な備えと、地域での協力体制の構築が不可欠である。特に、緊急時に冷静な行動をとるためには、日頃からの防災意識の向上が求められる。地域全体で防災に取り組むことによって、安全なまちづくりを実現し、被害を最小限に抑えることが可能となる。今後も防災への意識を高め、一人ひとりが「わがごと」として備える姿勢を持つことが求められる。



開催地より

実際に被災地で活動されている内容を聞き、三宅町で大規模災害が起こったときに職員として、一般人としてどう行動するか何が出来るかを考える貴重な機会になったと思います。同じ事を、参加者全てが感じ自分事と捉え考えてもらえたと感じます。

開催地名	愛媛県 宇和島市
開催日時	令和6年12月3日(火)13:15~14:40
開催場所	津島中学校体育館
語り部	宮本 英一(千葉県旭市)
参加者	200名
開催経緯	大規模災害(東日本大震災など)における被災経験や現地での活動、テレビ等から得られる情報では伝わらない被災現場の状況や経験を知り、大規模災害時の備えの重要性を理解していただくことを目的に開催を希望。開催先を検討する中で、宇和島市立津島中学校が毎年地震津波避難訓練を実施しているが、地震津波災害の体験をした方も非常に少ないことから、体験談を聞くことで更なる防災意識向上を図りたいとの意向があったため、開催に至ったもの。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>千葉県の北東部に位置する旭市は、平成17年7月に旭市、飯岡町、海上町、干潟町が合併して誕生し、現在の人口は約6万6,500人である。隣接する銚子市は醤油や漁業で知られ、旭市もまた農漁業を基盤とする町として発展してきた。</p> <p>私は合併以前、飯岡町の職員を務めており、東日本大震災が発生した当時は地区長の立場にあった。震災では旭市において14名が犠牲となり、2名が行方不明となった。その多くは、一度目の津波の後に「避難は終わった」と判断し、自宅へ戻ったことで、次に押し寄せた二度目の津波による被害を受けた。</p> <p>この経験を通じて、津波が繰り返し襲ってくる特性や、震源地から離れた千葉県でも甚大な被害が生じる可能性があることを、広く知ってもらいたいと考えている。</p> <p>■ 津波の脅威</p> <p>過去に何度も「津波警報」や「注意報」が発令されていたが、九十九里浜は広大な海岸線を持つため、津波のエネルギーが拡散されやすく、比較的被害を受けにくいと考えられていた。そのため、私自身も「津波が堤防を越えることはないだろう」と高をくくっていた。しかし、東日本大震災で発生した津波は、これまでの認識を根底から覆すものとなった。</p> <p>最初の津波は予想通り堤防を越えなかったものの、約1時間半後に押し寄せた二度目の津波は、堤防を乗り越えて町を水没させた。その瞬間、私と家族も逃げ遅れ、濁流に巻き込まれたが、偶然流れてきた屋根の残骸にしがみつくと九死に一生を得た。</p> <p>二度目の津波が町を襲う直前、「大津波警報、緊急避難、緊急避難、団長命令」という防災無線の放送が繰り返し流れていた。その声を聞き、初めて「これはただ事ではない」と直感した。しかし、避難しなければと気づいた時にはすでに遅く、自宅の海岸側の壁が「バリバリ」と音を立てるとともに、濁流が押し寄せてきた。</p> <p>その瞬間、私は「なぜもっと早く避難しなかったのか」と強く後悔した。津波の脅威を軽視し、これまでの経験則に頼ってしまったことで、自ら命の危機に晒される結果となったのである。</p> <p>■ 震災を通じた教訓</p> <p>震災後、ボランティアの支援を受けるためには、被災者自身が手続きを行う必要があった。しかし、受付業務が煩雑で時間を要したため、支援の迅速性が損なわれる場面が多く見られた。また、移動手段が限られていたことで、支援活動の時間が制約されるという課題も浮き彫りとなった。</p> <p>一方で、サーファーたちが「いつもこの海にお世話になっているから」と言い、自発的にボランティアの受付を通さず、現場で熱心に支援活動を行ってくれたことは心強かった。彼らの行動からは、制度や枠組みにとらわれない自発的な助け合いの重要性を改めて感じた。</p> <p>この震災を通じて、私は改めて命の尊さを痛感した。人は誰も「自分だけは大丈夫」と思いがちである。しかし、実際には誰もが被災者となる可能性がある。だからこそ、災害時に自らを守る行動をとること、そして家族や地域住民を守るための準備をしておくことが不可欠である。</p> <p>特に、津波には「繰り返し襲う」という特性がある。東日本大震災では、一度目の津波が引いた後に避難を終えたと判断し、家に戻ったことで犠牲となった人が多かった。このことから、「最初の波が小さいからといって安心しないこと」、「一度避難したら、完全に安全が確認されるまで戻らないこと」が、命を守るための鉄則であると強く感じた。</p>

	<p>■ まとめ</p> <p>震災の教訓を踏まえ、私たちにできることは何か。それは、日頃から津波の特性や災害時の行動を学び、「いざ」という時に適切な判断ができるよう備えておくことである。</p> <p>また、防災対策には「自助」「共助」「公助」の3つの柱があるが、特に災害発生直後は「自助」と「共助」が命を守る鍵となる。行政の支援はすぐには届かないため、自らの身を守る力(自助)と、地域で助け合う力(共助)が求められる。</p> <p>さらに、ボランティア活動の受け入れ体制を整え、支援が円滑に行われるような仕組みを作ることも重要である。制度の枠にとらわれるのではなく、地域住民や外部の支援者が柔軟に動ける環境を整えることが、復興のスピードを高めることにつながる。</p> <p>私は、津波の脅威を身をもって体験し、多くの尊い命が奪われた現実を忘れることはできない。この経験を風化させることなく、次の世代に伝え、未来の防災対策につなげていくことが、震災を生き延びた私たちの責務であると考えている。</p> <p>最後に、ここにいる皆さんに伝えたい。「災害はいつ、どこで発生するかわからない。だからこそ、今すぐ防災について考え、行動に移してほしい」と。今の備えが、未来の命を守ることにつながる。</p> <div data-bbox="408 775 1286 1061"> </div>
開催地より	<p>動画や写真を通して、当時の被害がわかり、津波の怖さを知った。</p> <p>生徒達からも「今後の災害に備え、準備しなくてはならない」「家族と話し合いをしなくてはいけない」など感想をいただいた。</p>

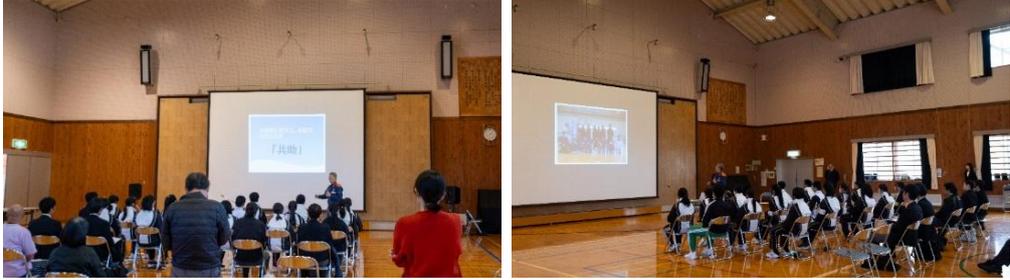
開催地名	富山県 砺波市
開催日時	令和6年12月5日(木)19:30~21:00
開催場所	砺波市庄川生涯学習センター
語り部	草 貴子(宮城県仙台市)
参加者	砺波市防災士連絡協議会 100名(うち4名 市役所職員)
開催経緯	災害経験の少ない当市において、今後起こりうる各種災害への対応について、実例を踏まえた訓練の実施などは困難な状況にあるので今後の参考にしたい。
内容	<p><b>■はじめに</b> 講演者の草氏は、東日本大震災を仙台市内で被災し、自らも避難生活を経験した。その後、町内会長や母親としての視点を活かしながら、避難所運営や地域の子ども支援、多様な立場の被災者に寄り添う復興支援活動に取り組んできた。 現在は、消防庁の震災語り部ボランティアとして、災害の記憶や命の大切さ、防災の重要性を全国に伝える活動を行っている。今回の講演では、自らの体験をもとに、震災の教訓や防災の実践について語った。</p> <p><b>■災害の実体験と教訓</b> 草氏は、実家が昭和61年の洪水および東日本大震災の津波で流されるという大きな被害を受けた。震災当時、町内全体が壊滅的な被害を受け、多くの家族が離散する様子を目の当たりにした。 この経験から、「災害は日常生活の延長線上で発生する」という意識を持つことが重要であると学んだ。災害発生時には、冷静な判断や迅速な行動が求められる。</p> <p><b>■命を守るために必要な備え</b> 災害時に命を守るためには、物資の準備だけでなく、危機意識や人間関係の構築も不可欠である。 特に、家族や近隣住民との事前の連絡手段の確認や、避難経路の共有が推奨される。また、災害時に役立つ知識や技術を学び、それを家族や地域で共有することで、緊急時のリスクを軽減することが可能となる。</p> <p><b>■被災後の生活とその課題</b> 震災後の避難所生活では、物資不足や衛生環境の悪化が深刻な問題となった。さらに、避難所の環境が長期化することで、住民同士のストレスや対立が生まれる場面もあった。 また、被災地では災害発生直後の支援だけでなく、長期的な復興支援が必要とされる。住宅の再建やインフラ整備だけでなく、精神的なケアや地域コミュニティの再生も、被災者の生活の質を決定づける重要な要素となる。</p> <p><b>■防災教育と世代間の課題</b> 災害を経験していない世代に、その恐怖や教訓を伝えることは難しく、震災の記憶が「過去の出来事」として風化する危険性がある。 そのため、草氏は、具体的な被災の様子や現場での体験を語ることで、若い世代が実感を持てるように工夫している。 また、防災教育の重要性についても言及し、地域や学校での防災訓練やシミュレーションを通じて、実際の災害時に役立つスキルや知識を養うことの必要性を訴えた。</p> <p><b>■まとめ</b> 災害に備えるためには、物理的な準備だけでなく、日常的な心構えや地域でのつながりが重要であることが再確認された。 災害発生時には、迅速な行動と冷静な判断が命を守る鍵となる。また、被災後の長期的な支援や復興、さらには次世代への記憶の継承が、今後の防災意識向上に不可欠である。 最後に草氏は、「災害はいつ起こるかわからないからこそ、日々の備えが必要であり、防災意識を持ち続けることが最も大切である」と締めくくった。</p>



開催地より

本講演を受けて今後当市としては、自主防災組織中心の避難所運営訓練と、砺波市防災士連絡協議会と連携した防災イベントを開催し、防災意識の向上に努めていきたい。

開催地名	三重県 熊野市
開催日時	令和6年12月6日(金)13:30~15:00
開催場所	熊野市立飛鳥中学校 体育館
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	34名(中学生21名、本校教職員9名、近隣小中学校教職員3名、自主防災会長1名)
開催経緯	南海トラフ地震で被害が予想されるが、実際にどのようなことが起きるのかイメージが難しい課題がある。吉田亮一さんから避難所運営体験の紹介を受け、被災地からの実体験を交えた講話を直接聞く機会は有効であると考えた。
内容	<p>(1)はじめに  前回、地元の中学生・高校生という立場ではなく地域の一員であるという自覚を持つことが、防災の一つの基本であり非常に重要であることを話した。地域の一員である自覚と普段からの行動が、災害時に生きてくるからだ。  また、地球は生きている。その中で、災害への危機感を持つことは非常に大切である。</p> <p>(2)防災対策  普段からどのような備えが必要かを考えるべきだ。例えば、食糧・水は最低1週間分の用意をすべきである。地震が発生してからの購入では遅い。  また、断水したらお皿は洗えなくなる。その場合は、サランラップを巻いてお皿を使用すると洗う必要がなくなり水が不要となる。スーパーで販売されているお惣菜用に使われているトレーなどを再利用するのも良い。  枕元には防災用品6点セットを準備して欲しい。防災用品6点セットとは、  ① 靴下  ② スニーカー  ③ ヘッドライト  ④ 防犯ブザー  ⑤ 携帯ラジオ  ⑥ フード付き雨具 である。  大地震発生時には、揺れが収まった後すぐに靴下とスニーカーを履いて、ヘッドライトを付けて足を怪我しないように避難する。なぜなら、足を怪我してしまうと遠くや高台へ逃げる事が出来なくなってしまうからである。併せて、防災マップをしっかりと確認するべきである。  また、前回も想定以上の備えをすべきだと話した。例えば、10メートルの津波警報が発せられたときは、15メートル安全な場所に逃げなければならない。なぜならば、10メートルの津波の上に建物や車などの瓦礫類が浮かび、それらが一緒になって我々に迫ってくる可能性があるからである。相手は自然であり予測が出来ないため、想定以上の備え・行動が重要となってくる。</p> <p>(3)避難所運営体験  生徒たちは、設営班・避難誘導班・受付班・総務班・物資班・衛生班・炊き出し班・情報班の各グループに分かれた。体育館にブルーシートを敷いて避難スペースを作ったり、救援物資に見立てた箱を種類別に並べたりして避難所の設営を実際に行った。  そして、設営が完了した時刻の記録を行ったり、救援物資の内容・数を紙に書き出したり、新聞からの情報をまとめたり、お米を炊き出したり、避難所の受付を行うなどをして、避難所での運営を楽しみながら実践的に学んだ。</p> <p>(4)最後に  「いつも皆が助け合い協力をして、命の大切さと人を思いやる気持ちで仲良く暮し、災害に勝ちましょう。」これが非常に大切な基本である。  このことを守らないと、災害に勝つことは出来ない。普段の生活から、塾でも部活でも学校でも会社に入っても結婚して家族を持っても、この基本を忘れずに必ず守って欲しい。</p>

	
開催地より	<p>大規模地震発生時において、海岸部など甚大な被害を受けたところの避難所運営が大変だと思っていた。しかし、さほど被害がない地域は大人が仕事に出て行ってしまい、子どもと高齢者だけで地域を守らなければならないため、避難所の運営に大変な苦労があったことを実感できた。今後の防災意識向上に役立てたい。</p>

開催地名	徳島県 藍住町
開催日時	令和6年12月6日(金)13:30~15:00
開催場所	藍住東中学校体育館
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	藍住東中学校1年生 160名(教職員含む)
開催経緯	当町では、近年大規模な災害の被災経験がないため、住民の防災意識が低調となっている。特に、若い世代においては、東日本大震災等の大規模災害をリアルタイムで見聞していないため、さらに防災意識が低い状況となっており、その向上が課題となっている。そこで、語り部の方から実体験に基づいた講話を直接聞くことで、自分事として捉え防災意識の向上を図りたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者の石川氏は、東日本大震災を茨城県日立市で被災し、当時避難所となった学校の校長として現場の指揮・監督にあたった。その後、日立市久慈学区のコミュニティ会長として、地域の防災活動やボランティア活動を続けており、震災の経験をもとに防災の重要性を伝えている。</p> <p>本講演では、震災当日の避難所の様子や、避難所運営を通じて学んだ教訓、そして今後の防災対策について語った。</p> <p>■ あの日のこと(避難所の様子)</p> <p>東日本大震災により、日立市久慈町も津波の被害を受けた。避難所となった体育館は発災当日の11日にはすでに満員となり、座る場所がないほどの混雑だった。体育館に入れなかった人々は、駐車場に停めた車の中で過ごすことを余儀なくされた。</p> <p>また、情報が入ってこない中で、日立港での車両火災の煙や、PAZ(予防防護措置区域)内にある東海村の原発の状況が住民の不安を高めた。</p> <p>避難所では、防災無線から断水の情報が伝えられ、教職員や生徒たちが協力して調理室の水を汲み上げ、備蓄を確保した。学校にはプールがなかったため、こうした行動が非常に重要だった。また、停電が発生していたため、明るさが残っているうちにテントを設営するよう生徒たちに指示し、多くの生徒が自発的に手伝いに動いた。</p> <p>気温が下がる中、対策本部では毛布の不足が問題となったが、リヤカーを使って地域を回り、住民から毛布を集めることに成功した。当初、地震の混乱で協力が得られないのではないかとの意見もあったが、結果として多くの毛布が提供された。さらに、地元の建設業者が発電設備を提供し、避難所に電気を供給した。</p> <p>また、スーパーや大型店舗から食材が届けられ、地域住民が中心となって炊き出しを行い、生徒たちも食事の運搬や配膳を手伝った。避難所内には、小中学校の図書室から持ち込まれた本でミニ図書館が作られ、生徒たちが幼児に読み聞かせを行うなど、避難者の心のケアにも貢献した。生徒たちの明るい笑顔が、被災者に希望を与えた。</p> <p>■ 避難所生活から学んだこと</p> <p>1.非常用ライフラインの備え</p> <p>震災によりライフラインが停止し、避難所では想定外の問題に直面した。非常電源が備えられていても、いざという時に使えないことがあるため、普段から定期的に点検を行うことが重要である。また、避難所ではトイレの不足が深刻な問題となったため、平常時から仮設トイレの設置計画を立てる必要がある。加えて、冷暖房設備の備えも重要な課題であることが明らかになった。</p> <p>2.地域との連携</p> <p>教職員、生徒、地域住民が連携したことで、毛布や電気、食料の確保が円滑に進められた。久慈中学校では「黒潮太鼓」や「久慈中ソーラン」などの伝統行事を通じて、日頃から地域との関わりが深く、この関係性が震災時に大きく役立った。普段から地域のイベントや防災活動に積極的に関わることが、災害時の迅速な対応につながることを実感した。</p> <p>■ まとめ ~備えと持続可能なまちづくりへ~</p> <p>災害に備えるためには、日常生活の中でできることが多くある。</p>

そなえ1:地域との連携を普段からとっておく  
 地域の人々と顔の見える関係を築くことで、災害時にスムーズな協力体制を確立できる。町内会や学校と連携し、防災訓練や地域イベントに積極的に参加することが重要である。

そなえ2:避難時に最優先すべきは自分の命を守ること  
 避難の際には、自分の命を最優先に考え、適切な行動をとることが必要である。「まだ大丈夫」と思わず、早めの避難を心掛けることが命を守る鍵となる。

そなえ3:自分の命を守るために普段からシミュレーションを行う  
 避難経路の確認や、災害時の行動を想定した訓練を定期的を実施することで、いざというときに冷静に行動できる。特に、夜間や悪天候時の避難を想定した訓練が重要である。

最後に石川氏は、「地域との連携の大切さ、そして自分の命を守るための事前の準備とシミュレーションが、災害時の生存率を高める」と述べた。本日の講演が、今後の防災活動や出前講座に活かされることを期待すると締めくくった。



開催地より

避難所生活や運営の苦勞などの体験談を聞き、平時からの準備、訓練の大切さを感じた。これを契機に、今後、地域の関係者が連携した防災対策の推進、若年層の防災意識の向上などに努めていきたい。

開催地名	東京都 品川区
開催日時	令和6年12月8日(日)10:30~12:00
開催場所	品川区立大崎中学校
語り部	菅井 茂(宮城県仙台市)
参加者	品川区防災区民組織および地域住民 200名
開催経緯	今回の開催地における防災区民組織においては、年に4回会議を行い、平常時から避難所運営の準備を行っている。その中で、「東日本大震災等の大規模災害において、どのように避難所運営を行い、課題を解決してきたか」という町会・自治会の立場からの体験談を伺いたいという要望があり、実践的な避難所運営に必要な視点を学ぶ機会としたい。
内容	<p>■ 震災時の避難所運営について</p> <p>南材木町小学校と八軒中学校の2つの主要避難所が開設され、それぞれ約1,200名と約300名の地域住民を受け入れた。さらに、津波による被害を受けた住民約160名が八軒中学校に避難し、避難所としての機能を強化する必要性に迫られた。また、乳幼児を抱える家族や高齢者など、特別な配慮が必要な人々のために、補助的な避難所としてコミュニティセンターも開設され、約80名が収容された。これにより、さまざまな事情を抱える避難者ができる限り安心して過ごせるような環境を整えることが求められた。</p> <p>避難所の運営が成功した要因として、震災直前に防災訓練の打ち合わせを行っていたことが挙げられる。この事前の準備により、震災発生後の混乱を最小限に抑え、避難所の運営体制を迅速に整えることができた。また、避難者自身が避難所運営に積極的に参加する方針をとったことで、役割分担がスムーズに行われたことも大きな要因である。避難所では食事の配給やトイレの管理、避難者同士の連携など、日々の運営をスムーズに進めるために多くの作業が発生する。こうした作業に避難者自身が関わることで、単なる受け身の生活ではなく、自らが主体的に環境を整える姿勢が生まれた。</p> <p>さらに、学校という場所柄を考慮し、禁酒・禁煙のルールを徹底することで、不必要なトラブルの発生を防ぐことにもつながった。大人数が集まる避難所では、少しの不満や誤解が大きな問題につながることもあるため、ルールを明確にし、誰もが安心して生活できる環境を整えることが重要であった。また、地域コミュニティのつながりも強く、住民同士が助け合いながら食料や物資の調達を行うことができたことも、避難所運営を円滑に進める上で大きな助けとなった。こうした地域の結束力が、震災後の避難生活の質を向上させることにつながった。</p> <p>■ 震災後の取り組み</p> <p>震災の経験を活かし、今後の防災力強化に向けた取り組みも進められた。具体的には、より詳細な防災行動計画を策定し、災害時の役割分担や行動フローを明確化することが行われた。震災当時、どのような場面で混乱が生じ、どのような問題が発生したのかを振り返り、次に同じような災害が起こった際にはより迅速かつ的確な対応ができるよう、具体的な対応策を策定したのである。</p> <p>また、平成27年からは学区全体での総合防災訓練を実施し、学校・地域・家庭が一体となって防災対策を強化する試みが始まった。災害は行政や特定の機関だけが対応するものではなく、地域の住民一人ひとりが防災意識を持ち、協力し合うことで被害を軽減できるものである。そこで、防災訓練を単なる訓練ではなく、実際に起こり得る災害に即した実践的な内容にすることで、住民が「自分ごと」として防災を考える機会を増やすことが重要視された。</p> <p>さらに、若い世代の防災意識を高めるための取り組みにも力を入れている。特に、小学生や中学生を対象にした防災教育の充実が進められ、実際の災害時にどのような行動をとるべきかを学ぶ機会が増えた。</p> <p>町内対抗クイズ大会を取り入れることで、楽しみながら防災について学ぶことができるようになり、防災に対する関心を持つきっかけを提供している。このように、世代を超えた防災の取り組みを進めることで、地域全体の防災力を高めることを目指している。</p> <p>■ まとめ</p> <p>講演の最後に、菅井氏は地域防災の基本として、自助・共助・地域の連携の重要性を強調した。まず、自助とは自分の身は自分で守ることであり、日頃から防災意識を高め、いざという時に</p>

適切な判断を下せるようにすることが必要である。

次に、共助とは地域での助け合いを意味し、災害時には住民同士の支え合いが命を救うことにつながる。例えば、高齢者や障がいのある人の避難をサポートする仕組みを事前に作っておくことで、避難が円滑に進むようになる。避難所では、役割分担を明確にし、皆が協力して生活を支えることで、ストレスの軽減やトラブルの防止につながる。

そして、地域・学校・家庭が連携し、協力体制を築くことで、より強固な防災体制を整えることができる。防災訓練の実施を通じて、地域全体で防災の知識を共有し、災害時に迅速に対応できる体制を整えることが求められる。防災は特定の人々だけが取り組むものではなく、地域全体の課題として捉え、日頃から準備を進めることが不可欠である。

これらの取り組みを通じて、住民一人ひとりが防災意識を持ち、地域全体で安全・安心なまちづくりを目指すことが求められる。防災は特別なことではなく、日常生活の延長線上にあるべきものであり、普段の意識と行動がいざという時の大きな力となる。菅井氏は、「防災は一人ではできない。地域全体で協力し合い、支え合うことで、より強い防災力を築くことができる」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

「実際の運営を聞けて、とっても役に立ちました。今までは他人事でしたが、自分事として考えられました。」「実際に体験した人のお話を聞いたのは貴重な体験でした。菅井様、ありがとうございました。」等、前向きな意見が多く、今後もより効果的な避難所運営の策定を行っていきたい。

開催地名	岡山県 里庄町
開催日時	令和6年12月8日(日)10:00~11:30
開催場所	里庄総合文化ホールフロイデ 電動中ホール
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	里庄町民58名(里庄町職員5名)
開催経緯	本町は、県内でも災害が少ない地域であることから、町民の防災意識は低く、自主防災組織の活動も活発とは言えない。これまで町が経験したことがない大規模な災害の体験談を聴講し、町民の防災意識を高揚させることで、自主防災組織の活性化を図りたい。
内容	<p>■ 東日本大震災から学んだ教訓</p> <p>本講演では、宮城県仙台市福住町における防災の取り組みと、東日本大震災を通じて得た教訓について紹介する。福住町は、七北田川と梅田川という二つの川に挟まれた地域であり、過去にも台風や豪雨による水害を経験してきた。このような災害の歴史を踏まえ、「自分たちの町は自分たちで守る」という意識を高めるために自主防災組織が設立され、地域ぐるみで防災対策が進められてきた。</p> <p>■ 福住町の特徴と災害の歴史</p> <p>福住町は人口約1,500人の地域であり、周囲を川に囲まれた地理的条件から、過去に何度も水害の被害を受けてきた。特に、かつて台風によって町全体が床上・床下浸水した際には、多くの住民が2階に避難し、干していた家具がなくなっていたり、お手伝いと称した男性からお金を要求された。こうした経験から、町民の間には「行政に頼るだけではなく、自分たちの町を自分たちで守る」という意識が芽生え、2003年に自主防災組織が設立された。</p> <p>自主防災組織は、以下の「福住町方式」を柱に、地域の防災力を向上させてきた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.名簿の作成：住民全員の情報を記録し、緊急時に迅速な安否確認ができるよう整備</li> <li>2.家具転倒防止策の推進：耐震対策を進め、室内の安全確保を強化</li> <li>3.災害マップの作成：危険箇所を把握し、避難ルートを明確化</li> <li>4.備蓄倉庫の設置：非常時に必要な物資を地域で管理</li> <li>5.ボランティア活動の活性化：防災訓練や地域活動を通じて助け合いの精神を育む</li> <li>6.災害時相互協力協定の策定：近隣の町内会や市民グループと協力し、顔が見える関係を築く</li> </ol> <p>■ 東日本大震災の発生と防災組織の機能</p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生した際、福住町の自主防災組織は迅速に動き出した。事前に作成された名簿が役立ち、発災からわずか30分で要支援者の安否確認を完了させることができた。ただし、要支援者の名簿は頭に入れていたため各担当の人たちはすぐにかけつけ、安否の確認をすることができた。</p> <p>また、震災前から地域の中学生在が防災訓練に参加していたことで、発災直後には彼らが積極的に支援活動を行った。小さな子どもの世話など、中学生の活躍は地域の大きな助けとなった。一方で、マニュアルを作成していたものの、実際の災害時には想定通りに進まない場面が多く、柔軟な対応が求められた。</p> <p>■ 東日本大震災からの学び</p> <p>震災後、福住町では以下の教訓が得られた。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行政や自衛隊の支援はすぐには期待できない：災害発生直後は、公的な支援が届くまで時間がかかるため、地域住民同士の助け合い(共助)が不可欠である。</li> <li>・避難所運営には男性だけでなく女性の視点も必要：避難所では衛生管理やプライバシー確保など、女性の視点が求められる場面が多い。</li> <li>・震災の経験を伝え続けることが重要：次世代に経験を傳承し、災害を風化させないことが、防災意識の維持・向上につながる。</li> </ul> <p>■ 震災後の取り組み</p> <p>仙台市では震災後、地域の防災力をさらに強化するため、以下の取り組みを進めてきた。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域防災リーダーの設置 :地域ごとに防災のリーダーを配置し、緊急時の指揮を執る体制を整備</li> <li>・せんだい女性防災リーダーネットワークの設立 :避難所運営に女性が積極的に関与できるように支援体制を強化</li> <li>・聴覚障害者への支援強化 :避難所では周囲の動きが分からず困るケースが多いため、サポート体制を確立</li> <li>・災害時給水栓の設置 :震災時に最も困ったのが水不足であったため、給水体制を強化</li> <li>・防災訓練の拡大 :小中学校とも連携し、地域ぐるみでの防災訓練を実施</li> </ul> <p>■ 地域での取り組み</p> <p>福住町では、地域のつながりを強化し、防災意識を維持するためのさまざまな活動を行っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・祭りを通じた地域交流 :コロナ禍で一時中断していたが、再開し、住民同士のつながりを深める機会を増やす</li> <li>・学校での防災教育の推進 :校長が交代する際には地域の防災活動を説明し、一貫した取り組みを継続できるようにする</li> <li>・避難所運営委員会の取り組み :在宅避難や分散避難の推奨、ペット同伴避難の対応、男女別のトイレ設置、鍵のかかる部屋の確保など、多様なニーズに応じた環境を整備</li> </ul> <p>また、地域の状況に応じた防災の手引きを作成し、住民が自分の住む地域の特性を理解しやすいよう工夫している。</p> <p>■ まとめ</p> <p>福住町の取り組みから得られた最も重要な教訓は、「行政に頼るだけではなく、地域住民自らが防災意識を高め、協力し合うことが必要である」ということである。災害時には行政の支援が追いつかないことが多く、自助・共助の精神が不可欠である。</p> <p>また、持続可能な防災訓練を継続し、地域ぐるみで防災対策を進めていくことが、より安全で安心なまちづくりにつながる。運営に関わる人々は諦めず、防災活動を続けることが重要であり、これが地域の防災力の向上につながると確信している。</p> 
開催地より	<p>災害への備えと自助・共助の重要性をご教授いただき、改めて自主防災組織の必要性を再認識することができた。また、東日本大震災を直接経験された講師の生の声は、非常に説得力があり、多くの聴講者から「刺激を受けた」「活動の参考としたい」という感想が寄せられた。</p>

開催地名	愛知県 西尾市
開催日時	令和6年12月13日(金)10:00~11:30
開催場所	西尾市役所
語り部	大須 美律子(宮城県仙台市)
参加者	避難所配置職員(西尾市職員)60名
開催経緯	愛知県が公表した「愛知県東海地震・東南海地震・南海地震等被害予測調査報告書」では、当市は県内で最も深刻な被害が想定されている。しかし、当市では大きな災害を経験したことがないため、職員の危機事案への対応ノウハウが不足している。被災した元市職員の講話により災害対応に対する職員の意識改革につなげたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>石巻市は宮城県北東部に位置し、北上川の河口に広がる地域である。平成17年に1市6町が合併し、人口は約15万人となり、宮城県内で仙台市に次ぐ規模の都市となった。</p> <p>2011年3月11日に発生した東日本大震災では、マグニチュード9.0の巨大地震と震度6弱の激しい揺れに見舞われ、その直後に発生した津波が市内に甚大な被害をもたらした。石巻市は、日本国内でも最も大きな被害を受けた自治体のひとつとなり、多くの人命と財産が失われた。</p> <p>当時、私は石巻市の保健師として市役所に勤務しており、震災発生時は庁舎内で業務にあたっていた。石巻市役所の庁舎は百貨店の建物を活用した鉄筋コンクリート造の堅牢な建物であったため、大きな損壊は免れた。しかし、市内の各地域では甚大な被害が発生し、保健師としての役割が求められる状況となった。</p> <p>■ 東日本大震災時の保健師の活動</p> <p>震災発生直後、庁舎内では火災発生の際があり、一時的に避難を余儀なくされた。安全が確認された後、再び庁舎内に戻ったが、その後、1階テナント部分が約80センチ浸水した。私は担当地区に向かおうとしたものの、庁舎に残る職員が少なかったため、庁舎内での対応に専念することになった。</p> <p>発災直後の初動対応期において、市役所には自家発電設備や貯水タンクがあり、数日間は無制限のライフラインが確保されていた。しかし、外は雪が降り、非常に寒い状況であった。市役所の明かりを頼りに避難者が集まり始め、ずぶ濡れの状態で避難してきた人々の低体温症への対応が急務となった。</p> <p>翌日以降、避難者の数はさらに増加し、自衛隊がボートで救助した人々も次々と運び込まれた。市役所近くの店舗や企業から物資の提供を受け、避難者への支援が本格化した。保健師は避難者の健康チェックを行い、特に子どもや高齢者、持病のある方の健康状態を把握し、情報を共有した。この時点で、里帰り出産のために帰省中に被災した妊婦もいたが、赤ちゃん用の備蓄がなかったことが課題となった。</p> <p>震災発生から数日が経過すると、庁舎の浸水は完全には引かなかったものの、長机を並べて即席の橋を作り、外へ出るルートを確保した。また、避難所にいた保健師の業務体制も変更し、従来の滞在型から巡回型へ切り替えることとなった。これにより、内勤の保健師は市役所内の避難所を担当し、外勤の保健師はDMAT(災害派遣医療チーム)と連携しながら避難所の状況を調査し、必要な対応を講じた。</p> <p>3月15日には県外から保健活動チームが支援に入り、3月16日からはDMATと共に巡回活動を開始した。3月18日にはこころのケアチームが活動を開始し、避難所や在宅避難者を対象にメンタルケアを行う体制が整えられた。3月22日には各避難所で嘔吐や下痢の症状を訴える避難者が増加し、感染症の拡大を防ぐため、次亜塩素酸や嘔吐袋などを配布し、衛生対策を強化した。</p> <p>4月に入ると、避難所の環境整備も進められた。4月16日には避難所の一斉清掃を実施し、衛生環境の改善に取り組んだ。さらに、4月29日には一般避難所では対応が難しい高齢者を支援するため、第2の福祉避難所が設置された。これにより、比較的軽度の医療や介護を必要とする方々の受け入れが可能となった。こうした取り組みを経て、10月11日には最後の避難所が閉鎖された。</p>

■ 震災後の対応と教訓

震災対応を進める中で、私は新聞記者の取材を受ける機会があった。当初は被災者対応に追われ、取材を受ける余裕はなかったが、後に記事を通じて記録が残ることの重要性を実感した。

また、震災から数年後の2017年に石巻市職員災害時初動マニュアルが作成され、災害時の対応指針が明文化された。このマニュアルには、発災直後の職員の行動指針として「自分や家族の安全を確保する」「生命の危険を排除する」「正確な情報を把握する」「参集できるか判断する」といった基本事項が記載されている。

実際に東日本大震災の際には、多くの職員が自身の家族を守ることと職務の遂行との間で葛藤を抱えていた。特に公務員同士の夫婦の場合、両親ともに職場へ向かわなければならず、子どもをどうするかといった問題が浮上した。この点について、事前に家族で避難方法を話し合っておくことの重要性が改めて認識された。

■ まとめ

震災の経験を通じて、防災や避難所運営において事前の備えがいかに重要であることを痛感した。地域や職場での共通認識を深め、実際の災害時に迅速な行動がとれるよう準備を進めることが求められる。

また、職員だけでなく地域住民も、普段から防災の意識を高め、いざという時に備えておくことが必要である。家族の安全を守るための準備が整っていれば、支援者としての役割を果たすことも可能となる。今後もこの経験を活かし、防災対策の重要性を伝えていくことが不可欠であると考えた。



開催地より

元市職員の講話は経験談が中心で貴重な機会でしたが、職員としての事前対策や災害対応の具体策があるとより良かったです。また、参加者アンケートの結果がフィードバックされるようお願いいたします。

開催地名	宮崎県 都城市
開催日時	令和6年12月13日(金)14:00~15:30
開催場所	沖水中学校体育館
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	沖水中学校(教員・2年生)、危機管理課職員、150人
開催経緯	本市は、内陸部に位置しており、沿岸部に比べて、南海トラフ巨大地震等の大規模災害に対する危機感が低いように感じられる。学校の防災教育では、防災に関する基本的な知識を有しているが、実際に災害が起きたときにその知識を生かす方法等が分からないため学生・教員へ向け講演会を依頼した
内容	<p>■ 防災意識向上のための講演会—近藤恒史氏による防災の実践的対策</p> <p>本講演では、千葉県茂原市防災対策課の近藤恒史氏が、過去の災害対応の経験をもとに、防災の基本的な考え方や避難所運営の課題について語った。特に、「防災は事前の準備と適切な行動が鍵を握る」という考えを軸に、具体的な防災対策を紹介し、実践的な視点から災害への備えの重要性を強調した。本講演は、生徒を対象とした防災意識向上プロジェクトの一環として開催され、グループワークを通じた実践的な学びが取り入れられた。</p> <p>■ 過去の災害経験とその教訓</p> <p>近藤氏は、これまでに対応した大規模災害について、それぞれの特徴や課題を共有し、どのような対応が求められたかを振り返った。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 東日本大震災(2011年3月11日) <ul style="list-style-type: none"> <li>・千葉県茂原市でも強い揺れを観測し、多くの家屋が損壊、ライフラインが停止した。</li> <li>・避難所は多くの住民で混雑し、物資不足や衛生環境の悪化が深刻な問題となった。</li> <li>・住民同士の助け合いが不可欠であり、自主的な役割分担が避難生活を円滑にした。</li> </ul> </li> <li>2. 熊本地震(2016年4月) <ul style="list-style-type: none"> <li>・震度7の地震が2回発生し、多くの建物が倒壊。</li> <li>・体育館の天井が落下し、避難所として使用できなくなるなどの課題が発生。</li> <li>・「避難所が使えない場合の代替策」を考える必要があることが明らかになった。</li> </ul> </li> <li>3. 令和6年能登半島地震(2024年1月1日) <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の避難の遅れが問題となり、低体温症や健康悪化による二次被害が発生。</li> <li>・避難所での「見守り」の重要性が再認識された。</li> <li>・避難生活の長期化に備えた計画が、今後ますます重要になることが浮き彫りになった。</li> </ul> </li> </ol> <p>■ 震災後の対応と復興活動</p> <p>災害後の復旧活動や、避難所運営における課題とその対応について、具体的な取り組みが紹介された。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 避難所の環境整備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ダンボールベッドやパーテーション(間仕切り)を導入し、プライバシーを確保。</li> <li>・高齢者や障がい者のための専用スペースを設置し、快適な避難環境を提供。</li> <li>・避難者自身が主体となり運営に関わることで、より円滑な避難所運営が可能となる。</li> </ul> </li> <li>2. 物資供給と生活支援 <ul style="list-style-type: none"> <li>・災害発生直後は物流が停止し、支援物資の到着が遅れるため、家庭での備蓄が重要。</li> <li>・「最初の3日間は自力で生活できる準備」を各家庭で進めることが推奨される。</li> <li>・被災地では食事の栄養バランスが偏るため、炊き出しや栄養補助食品の活用が求められる。</li> </ul> </li> <li>3. 健康管理と感染症対策 <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所内でのエコノミークラス症候群の予防として、水分補給と適度な運動の重要性が指摘された。</li> <li>・簡易トイレの設置や衛生管理の徹底が不可欠。</li> <li>・医療チーム(DMAT、JMAT)の役割と、避難所内での健康管理体制の確立が重要。</li> </ul> </li> <li>4. 防災教育と地域の協力 <ul style="list-style-type: none"> <li>・住民同士が日頃から防災について話し合い、共助の意識を高めることが重要。</li> <li>・小学校や中学校での防災授業を増やし、次世代の防災リーダーを育成する取り組みが進めら</li> </ul> </li> </ol>

れている。

・自治体と住民が協力し、避難所運営マニュアルを事前に作成することが有効。

■ 今すぐできる防災対策

講演の最後に、近藤氏は「災害に備え、今すぐできること」を以下のようにまとめた。

1. 迅速な避難行動を心がける

・「まだ大丈夫」ではなく、「すぐに避難する」意識を持つことが命を守る鍵。

・ハザードマップを確認し、事前に避難ルートを把握しておく。

2. 家庭での備蓄を徹底する

・食料や水、簡易トイレ、毛布など最低3日分は用意する。

・季節に応じた防寒具や熱中症対策グッズも準備する。

3. 避難所の環境を改善するために協力する

・避難所では互いに助け合い、役割を分担することが円滑な運営につながる。

・特に高齢者や子どもに配慮した環境づくりを意識する。

4. 地域の防災活動に参加する

・防災訓練や地域の自主防災会の活動に積極的に関わる。

・普段から近隣住民と交流し、いざという時に助け合える関係を築く。

5. 情報収集を怠らない

・最新の気象情報や自治体の防災情報を常にチェックする。

・SNSや防災アプリを活用し、正確な情報を入手する。

■ まとめ

近藤氏は講演の締めくくりとして、「防災は知識だけではなく、実際に行動することが何よりも重要である」と強調した。防災意識を日常生活に取り入れ、いざというときに冷静に行動できるよう準備を整えることが、最も効果的な災害対策である。

「今すぐできることを実践し、地域全体で防災力を高めていくことが求められます」との言葉で講演を締めくくった。



開催地より

公演内では具体的な体験談を通じて災害に対する危機感を得る事が出来、その後の避難所運営体験では生徒一人一人が自分事として活動を行っていた。

開催地名	和歌山県 由良町
開催日時	令和6年12月16日(月)13:30~15:00
開催場所	由良町役場3階大会議室
語り部	臼井 久(山梨県都留市)
参加者	由良町自主防災会協議会 会員及び事務局 計20名
開催経緯	地域の防災意識向上及び取組強化につなげるため、由良町の各自主防災会会長で構成された協議会において、全国の自主防災組織の活動事例について学ぶ機会を検討していた。
内容	<p>■ 与縄地区防災計画推進会のあゆみ ~地域から一人の犠牲者も出さないために~ 山梨県都留市与縄地区において、防災計画推進会の会長を務める立場から、これまでの取り組みについて紹介する。これは、私たちの地域に根差した活動の話となるが、今後の防災の参考として共有したい。</p> <p>私たちは「一人の犠牲者も出さない」ことを目標に、防災訓練をはじめとするさまざまな取り組みを行ってきた。その活動が評価され、消防庁長官賞を受賞し、首相官邸で表彰を受けるに至った。しかし、消火器の使用訓練だけで終わるものではなく、地域の特性に合わせた創意工夫を加え、より実践的な訓練を行うことを意識しながら10年間活動を継続している。</p> <p>与縄地区は、富士山や富士急ハイランドに近い山梨県都留市に位置し、人口は約28,000人から29,000人。リニア実験線が走る街としても知られている。都留市は、事故やけがを防ぐ「セーフコミュニティ」活動を推進しており、国際認証センターから県内初、日本で17番目に認証された。これは、防災・減災、交通安全、防犯対策、心のケアなど、地域の安全を総合的に高めることを目的とした取り組みである。</p> <p>■ セーフコミュニティの取り組みと地域防災 防災情報の発信手段として、私たちは公式LINEアカウントを活用し、リアルタイムで災害情報を住民に提供している。令和5年12月には、都留市立病院の医師や住民とともに防災訓練を実施し、その様子が地方紙にも取り上げられた。これは、行政では実施しにくいような実践的な訓練を、地域住民自らが工夫しながら行うものである。</p> <p>また、私は昭和57年に消防団へ入団し、30年にわたり活動を続けてきた。その間、台風被害、東日本大震災、隣家の全焼火災、山梨県内での大雪災害など、多くの災害に直面してきた。南海トラフ地震や津波が懸念される地域の皆さんとは異なり、私たちの地域では地震や土砂災害への備えが特に求められる。地域の地形や環境に応じた対策が必要であり、「まだ十分にできていない」という意識を持ちながら、さらなる防災強化に取り組んでいる。</p> <p>■ 地域防災計画推進会の発足と訓練の工夫 2015年に与縄地区防災計画推進会を発足させ、3つの小さな自治体が1つの避難所を共有する形で活動を開始した。しかし、自治会長や自主防災会会長が毎年交代するため、防災訓練の継続性に課題があった。そこで、自治会の会長らを巻き込みながら組織を強化し、現在では120軒のうち4名の防災士と11名の避難所運営リーダーが協力して運営に当たっている。</p> <p>地域の災害リスクを把握するため、市から配布されたハザードマップを活用しながら、地域独自の防災計画書を作成。資料は毎年更新し、より実践的な内容にするため工夫を重ねている。主な内容は以下の通りである。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 災害時の対応マニュアル</li> <li>- 拡大版ハザードマップの作成 地域住民が各自の家の位置を確認できるよう、大判サイズで作成。</li> <li>- 与縄地区独自の防災マップ 土砂災害警戒区域や特別警戒区域を明示し、地域住民が危険区域を把握できるようにした。</li> <li>- 災害伝言ダイヤルカードの配布 硬めの紙に印刷し、若年層にも携帯しやすいカード形式にした。</li> <li>- 訓練用シナリオの作成 訓練ごとに異なるあらすじを用意し、現実的なシナリオをもとに演習を行う。</li> <li>- 白色タオル運動</li> </ul>

安否確認の一環として、玄関に白いタオルを掲げることで「無事」を知らせる。

- 通電火災対策

一時避難時にコンセントにシールを貼る習慣を促し、通電火災を防ぐ。

また、地域の降水量記録を独自に収集し、市の公式発表との比較を行っている。これにより、テレビや新聞では報じられない地域特有の情報を得ることができる。さらに、LINE公式アカウント「Yアラート」を通じて、住民にリアルタイムで情報を提供し、災害に対する意識を高める取り組みも進めている。

■ 互いを思いやる社会へ

防災訓練では、DMAT(災害派遣医療チーム)の医師と協力し、リアルな救護訓練を実施。実際の避難生活を想定し、防災テントの設営や仮設トイレのレイアウト工夫なども行った。特にトイレは、犯罪抑止のため星型に配置し、明るく安全に使用できるよう配慮した。また、炊き出し訓練では防災かまどを活用し、地域住民が楽しみながら学べる環境を整えた。

避難訓練の一環として、起震車による震度7の体験も実施し、地震の衝撃を実感してもらった。こうした実践的な訓練を重ねることで、住民一人ひとりが具体的な行動をイメージできるようにしている。

また、住民が行政に働きかけることで、山道の補修や電柱の傾斜修正などの防災対策が実現した。この成功体験は、地域の自主防災力向上に大きく貢献し、「自主防災会でもできる」という意識を広めるきっかけとなった。

防災の基本は、日常的な「おはよう」「こんにちは」「元気？」といった挨拶から始まると考えている。地域のつながりが強ければ、災害時の助け合いもスムーズに行える。防災は一人ではできない。訓練したことしか実際にはできないからこそ、継続的な防災活動が不可欠である。

私たちコアメンバーは「次に何をしようか」と考えながら、楽しみながら活動を続けている。この取り組みが、他の地域の防災活動にも参考になれば幸いである。



開催地より

今後、町内防災士資格取得者への自主防災活動参加呼びかけや町内各地独自の防災訓練実施につなげていきたい。

開催地名	徳島県 吉野川市
開催日時	令和6年12月16日(月)14:00~15:30
開催場所	日本フネン市民プラザ
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	自主防災組織40名、市危機管理課3名
開催経緯	本市では、南海トラフ地震や吉野川の氾濫等の災害発生が想定されている。自主防災組織が活動を行っているが、災害発生時に活動した経験は少なく、災害発生時に自分たちがどのような活動を行えばよいか、具体的な内容がわからない構成員が多数を占めていることが課題となっている。大規模災害での活動体験及び防災に知見を有する語り部に講演していただき、自主防災組織の構成員が、自分で課題について考え、行動していただく機会を提供する。
内容	<p><b>■災害の記録と影響</b></p> <p>2014年8月に発生した広島豪雨災害は、記録的な集中豪雨により広範囲にわたる被害をもたらした。この災害では、短時間に大量の雨が降り続き、土壌が耐えきれずに崩壊し、多くの住宅が土砂に埋もれた。特に、山間部や斜面沿いの住宅地では大規模な土砂崩れが発生し、多くの住民が逃げる間もなく被災した。</p> <p>当時の被災地の様子は、報道機関を通じて全国に発信され、自然災害の恐ろしさを改めて浮き彫りにした。家屋が押し流される光景や、住民が必死に避難する様子は、多くの人々の記憶に残っている。災害発生直後には、自衛隊や消防、警察による救助活動が行われたものの、土砂に埋もれた地域では救助が難航し、多くの犠牲者が出る結果となった。</p> <p>また、この豪雨災害は、単なる自然現象ではなく、都市の開発や地形との関係も深く関係していた。特に、急斜面に建設された住宅地では、長年の雨水の浸透によって地盤が脆くなり、崩落のリスクが高まっていたことが指摘されている。</p> <p><b>■被災後の復興活動</b></p> <p>広島豪雨災害の後、地域住民が中心となり「復興まちづくり協議会」が設立された。この協議会は、単なる復旧作業にとどまらず、地域の将来を見据えた持続可能な防災対策や、災害に強いまちづくりを推進する役割を担っている。</p> <p>被災地では、住民自身が復興に関わることが重要視された。災害を乗り越えた人々が、行政や専門家と協力しながら、住宅の再建やインフラ整備を進めるだけでなく、地域の絆を深める取り組みも行われた。その一環として、住民が語り部となり、自らの経験を次世代に伝える活動や、防災意識の啓発を目的とした施設の運営を行うようになった。</p> <p>さらに、復興過程では地域住民が主体となって意見を出し合い、新しいまちづくりの方針を決めていった。このプロセスを通じて、単なるインフラの復旧ではなく、人々の暮らしの質を向上させる復興が実現されつつある。</p> <p><b>■防災意識の向上</b></p> <p>この災害を機に、地域の自主防災組織の重要性が改めて認識された。災害発生時には行政や公的機関の支援が届くまでに時間がかかることから、まずは地域住民が互いに助け合い、初期対応を行うことが求められる。</p> <p>そのため、広島では防災マップの作成や、避難計画の策定といった活動が進められた。これらの取り組みは、住民一人ひとりが主体的に関与することが前提となっており、単に防災に関する知識を持つだけでなく、実際の行動につなげることが目的とされている。</p> <p>また、防災訓練の実施も活発になり、地域ごとに異なるリスクに対応した訓練が行われるようになった。例えば、土砂災害が発生しやすい地域では、避難経路の確認の勉強会が開催されている。</p> <p><b>■心のケアの必要性</b></p> <p>被災後の復興には、物理的なインフラの復旧だけでなく、住民の心のケアも欠かせない。多くの被災者は、家族を失ったり、住み慣れた地域を離れざるを得なくなったりしたことで、大きな精神的ダメージを受けた。</p> <p>こうした問題に対処するため、地域ではコミュニティ活動が継続的に行われている。具体的に</p>

は、定期的な交流会の開催や、被災者同士が支え合う環境づくりが進められている。

■次世代への教育

防災意識を次世代に引き継ぐことも重要な課題である。災害の経験を風化させないために、小学生向けの防災授業が積極的に行われている。

これらの授業では、災害発生時にどのように行動すべきかについて、具体的なシミュレーションを通じて学ぶ機会が設けられている。

■全体のメッセージ

講演の締めくくりでは、住民一人ひとりが自らの命と家族の命を守る意識を持つことの重要性が強調された。災害は決して他人事ではなく、日常の中で備えを行うことが、被害を最小限に抑える鍵となる。

また、復興活動は単なるインフラの整備ではなく、住民の心の復興や、地域コミュニティの再構築を目指すものであることが述べられた。地域が丸となって助け合うことが、災害に強い街づくりにつながるというメッセージが伝えられた。

この講演を通じて、災害時の行動の重要性、コミュニティの団結、防災教育の価値が改めて認識される機会となった。



開催地より

平成26年8月広島豪雨災害の経験や、地域の防災意識を高めるための自主防災活動など、実体験に基づき、わかりやすくご講演いただいた。本市においても、災害発生時に自主防災組織と可能な限りスムーズに連携して対応できるように、平時の研修や訓練を充実させていきたい。

開催地名	北海道 羅臼町
開催日時	令和6年12月21日(土)14:00~15:30
開催場所	羅臼町民体育館「らうすぼ」
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	町民 20人
開催経緯	根室管内で北海道防災総合訓練が実施されることに合わせ、防災に関する講演会の実施を検討した際に、本事業を活用することとなった。 講演内容については、実際に災害が発生した場合の避難所運営について、実体験をお話いただき、地域防災力の向上に繋げることを目的とした。
内容	<p>■はじめに</p> <p>災害は単に恐れるべきものではなく、そこから学び、防災・減災対策へ活かしていく姿勢が求められる。千葉県旭市と北海道羅臼町は、海に面していることや高齢化率が高い点で共通しており、旭市の事例を参考にしながら、災害への備えについて考える。本講演では、過去の災害から得た教訓を踏まえ、具体的な備えと対応について述べる。</p> <p>自然災害には、大雨や台風、雪害、火山噴火、地震、氾濫・洪水、高潮・津波、土砂災害などがあり、それぞれの特性を理解した上で、適切な対策を講じることが不可欠である。特に近年、異常気象による豪雨災害が全国各地で発生し、被害の規模も拡大している。こうした背景を踏まえ、各地域での防災意識向上と具体的な対応策の検討が求められている。</p> <p>■災害の種類について</p> <p>土砂災害は、①土石流、②地滑り、③崖崩れの3種類に分類される。地域によっては「山津波」とも呼ばれることがあり、発生前の兆候を見逃さないことが極めて重要である。「まだ大丈夫」と判断して避難を遅らせることが、大きな被害につながる可能性があるため、早めの避難準備が鍵となる。土砂災害の発生速度やリスクは地域の地形や気象条件によって異なるため、各地域の特性に応じた防災対策が必要である。</p> <p>土砂災害は時速20キロ程度で進行することが多いが、地形や降水量によってはさらに速くなることもある。災害の前兆を察知し、防災意識を高めることで被害を軽減することができる。例えば、①土石流は谷や斜面の土砂が急激に流れ出す現象で、山口県では大規模な被害をもたらした。②地滑りは斜面全体がゆっくりと移動する現象で、静岡県浜松市では住宅地に甚大な被害を及ぼした。③崖崩れは雨や地震の影響で斜面が崩落する現象で、広島県では多数の箇所が発生し、大規模な被害となった。</p> <p>土砂災害の前兆としては、①視覚的(崖の割れ目の発生、小石の落下、川に流木が混ざるなど)、②聴覚的(地鳴りや木々の揺れる音など)、③嗅覚的(泥臭い匂いなど)が挙げられる。これらの異常を察知した際には、迅速に行動を起こすことが防災対応の基本である。特に「まだ大丈夫だろう」と思い込む正常性バイアスを克服することが、適切な避難行動を取る上での鍵となる。</p> <p>台風や大雨などの気象災害については、事前に気象庁の予報や防災情報を活用することで、早めの対策を講じることが可能である。例えば、2024年8月22日の台風10号では、進路や線状降水帯の発生が警告されていた。北海道でも予想降水量が示され、こうした情報を適切に活用することで、早期避難の判断が可能となる。一方で、地震は事前に予報がなく、突然発生するため、日頃からの備えと防災意識の向上が不可欠である。</p> <p>■東日本大震災について</p> <p>東日本大震災は観測史上最大級の地震であり、震度7を記録した地域が複数存在した。日本全土が揺れ、千葉県では最大震度5強を観測した。地震発生から30分後には第一波の津波が襲来し、消防車が横転するほどの勢いで押し寄せた。命の危険を顧みず出動した消防士が、津波に巻き込まれながらも泳いで車にしがみつき、一命を取り留めた事例は、防災活動における覚悟と責任の重要性を示していた。</p> <p>津波はその後繰り返し襲来し、最大7.6メートルに達した。多くの住民が避難を試みたが、一部の人々は自宅の様子を確認するために戻り、津波に巻き込まれるという悲劇が発生した。この事例からも、「津波は小さい」「遠くまで来ない」といった誤った認識がいかに危険であるか</p>

がわかる。

#### ■災害時の対応と教訓

地震発生時には、まず自身の身を守ることが最優先となる。避難経路の確保、火の始末、初期消火は揺れが収まった後に行い、状況が許さない場合には速やかに避難することが求められる。また、家を離れる際には、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めるなどの基本的な対策を徹底することが重要である。

過去の災害を振り返ると、自助・共助・公助の役割を明確にし、それぞれが適切に機能することが被害の軽減につながることを示されている。例えば、阪神・淡路大震災では家具の転倒による圧死が多発し、家具の固定や住環境の安全確保の重要性が浮き彫りとなった。

また、東日本大震災では、釜石市の小中学生の生存率が99.8%と非常に高い数値を記録した。この「釜石の奇跡」は、日頃の防災訓練の成果であり、中学生が小学生の手を引いて高台へ避難することで、多くの住民が救われた。この事例からも、日頃の備えと実践的な訓練がいかに重要であるかが明らかである。

#### ■まとめ

防災・減災の取り組みには、知識と実践の両面が不可欠である。地域住民が情報を共有し、要支援者の把握を進めるとともに、避難経路の確認や防災マップの活用など、具体的な対策を講じることが求められる。また、災害時には「自助」が基本となり、隣人同士の助け合いによる「共助」がこれを補完し、最終的に行政の「公助」と連携することで、地域全体の防災力を向上させることができる。

日頃の防災訓練の積み重ねが、災害時の迅速な対応を可能にする。災害はいつ発生するかわからないが、常に備えておくことが重要である。各自が防災意識を持ち、自分たちの地域を自分たちで守る姿勢を大切にしながら、今後の防災活動に取り組む必要がある。



開催地より

羅臼町に起こりうる自然災害に対する種々の方法を、ご自身の経験に基づいて教えて頂いた。また、今回の講演を通して自助共助を高め、防災力の向上へ取り組んでいきたい。

開催地名	静岡県 富士宮市
開催日時	令和6年12月21日(土)9:30~11:00
開催場所	富士宮市役所 7階 特大会議室
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	80人
開催経緯	本市では、2年の周期で交代する区長が自主防災会のリーダーを兼任している地域が多いため、何をすればいいのかわからないといった意見が多く、自助・共助の役割が地域に根付いていません。そこで、同じ立場である被災地域の防災リーダーから意識啓発をしていただき、防災体制の基盤づくりをしていきたいと考えました。
内容	<p>■ 福住町の防災・減災の取り組み</p> <p>福住町は2本の河川に挟まれているため、過去に何度も水害に見舞われてきた。特に1986年の台風10号では、2日間で402mmの降水量を記録し、床上・床下浸水を含む甚大な被害が発生した。当時は自主防災組織がなく、避難所の用意もされていなかったため、住民は避難先の確保や生活環境の維持に苦慮した。水不足や治安の悪化も深刻な問題となり、こうした経験から「自分たちの町は自分たちで守る」という意識が芽生えた。</p> <p>その後、2003年に自主防災組織を発足し、まずは災害時に要支援者の安否確認ができるよう名簿を作成した。地域高齢者宅の耐震補強やハザードマップの作成に加え、ボランティア活動も行ったが、当初は手探りの状態であった。しかし、度重なる水害や地震の経験が「福住町方式」と呼ばれる独自の防災スタイルを生み出すきっかけとなり、現在も試行錯誤を重ねながら防災活動を継続している。</p> <p>2011年の東日本大震災では、海岸から6km離れた福住町にも影響が及んだ。沿岸部から流された瓦礫が川を逆流し、津波の破壊力の恐ろしさを改めて実感する出来事となった。しかし、日頃からの防災訓練の成果もあり、中学生が自主的に集会所へ避難し、幼児の対応や給水作業を手伝うなど、地域住民同士の支え合いが見られた。また、訓練通りに炊き出しを実施し、トイレ不足を見越して手作りトイレを設置するなど、事前準備の重要性が浮き彫りになった。震災後には「自分たちは何も知らなかった」「知識がなかった」と実感し、若い世代や新たな住民に過去の水害や震災の教訓を伝える必要性を強く認識することとなった。</p> <p>この経験をもとに、仙台市の地域防災リーダー(SBL)制度が始まり、大内氏もこの研修を受講。さらに「せんだい女性防災リーダーネットワーク」を立ち上げ、防災意識の向上に貢献してきた。現在では、総務省消防庁の「防災意識向上プロジェクト」の語り部として、全国の地域に向けて東日本大震災の教訓や人命の大切さ、備えの重要性を発信している。</p> <p>■ 震災の教訓からの取り組み</p> <p>地域の防災活動では、ソフト面の対応は住民自身で補えるが、ハード面の整備は行政に依存せざるを得ない。しかし、災害規模が大きくなるほど行政の支援は被災全域に行き届かなくなるため、地域の防災力を強化することが不可欠である。そのため、平時には地域マップの作成や指定避難所の連絡協議会を実施し、発災時には避難誘導や避難所の開設・運営を円滑に進められるよう、SBLの活動を仙台市が支援する体制を整えている。</p> <p>令和6年4月1日現在、SBLの登録者数は899名で、そのうち女性メンバーは238名にとどまっている。女性視点を取り入れた防災体制の整備が求められており、さらなる女性リーダーの育成が課題となっている。仙台市内の5区で活動する「せんだい女性防災リーダーネットワーク」は、町内会役員や学校関係者、防災士、市職員など72名で構成され、「ママのための防災講座」や「多文化共生ワークショップ」「携帯トイレ作成講座」などを通じて、女性の視点を活かした防災活動を推進している。</p> <p>■ 災害時の自助・共助の重要性</p> <p>大規模災害時には、公助には限界があるため、自助と共助の取り組みが不可欠となる。普段は駆けつけてくれる消防署や消防団も、災害発生時には被害の大きな地域へ優先的に派遣されるため、地域住民自身の備えが重要となる。</p> <p>福住町では、2003年から「自分たちの町は自分たちで守る」というスローガンのもと、毎年防災訓練を実施してきた。特に震災の前年からは、小中学校の授業の一環として防災訓練を導入</p>

し、子どもたちの防災意識向上にも努めている。また、参加者が飽きることなく取り組めるよう、東北福祉大学の学生と協力し、「防災レンジャー」によるクイズ形式の訓練を導入するほか、ドローンを活用した災害現場の確認など、新しい手法を取り入れている。

■ 多様性のある避難所運営について

避難所運営においては、学校・行政・地域・SBLが連携し、避難所運営委員会を組織することが鍵となる。特に学校の先生や行政担当者は異動があるため、定期的に顔の見える関係を築くことが円滑な避難所運営に直結する。

また、男性中心の避難所運営委員会では、女性の視点が不足しがちである。そのため、女性リーダーの参加を促進し、備蓄倉庫の点検時に女性に必要な物資の確認を徹底することが求められる。さらに、地域ごとの特性に合わせて避難所運営マニュアルを見直すことが重要となる。

■ 自然災害に備えて

災害発生時には、まず自分の身を守ることが最優先となる。自宅の安全が確保できる場合は、在宅避難も選択肢の一つとなるが、そのためには食料や水の備蓄、情報収集手段の確保が必要となる。

一般的に1週間分の備蓄が推奨されているが、家族の人数に応じた備えが求められる。特に、ローリングストック(消費しながら備蓄する方法)を取り入れることで、継続的な備えが可能となる。また、「自助7:共助2:公助1」の割合を意識し、行政の支援に頼りすぎず、自ら対処できる体制を整えることが、地域全体の防災力向上につながる。

■ まとめ

防災は、知識を得るだけでなく、日常の中で訓練を重ねることが重要である。それによって、災害発生時に冷静な対応が可能となり、命を守る行動へとつながる。日本は世界の自然災害の約1割が発生する国であり、持続可能な防災・減災の取り組みを続けることで、いざという時にその備えが活きる。

防災活動の継続には困難が伴うが、諦めずに取り組みを続けていくことが、将来の地域の安全につながると考えられる。



開催地より

震災時の具体的な取組事例やその後の自主防災組織としての活動を紹介していただき、また、女性視点からの多様性のある避難所運営についても大変わかりやすく講演いただいたことで、職員含め参加者全員が防災に取り組む姿勢を見直すきっかけとなりました。

開催地名	東京都 羽村市
開催日時	令和6年12月23日(月)14:00~15:30
開催場所	東京自治会館 本館4階 講堂
語り部	石川 恵美子(東京都町田市)
参加者	50人
開催経緯	能登半島地震を始め、近年の異常気象により、全国各地で毎年のように台風や大雨などの自然災害が発生し、各地に甚大な被害をもたらしていることから、東京都内39市町村職員の防災意識を向上するため、防災講演会を行うこととなった。
内容	<p>■はじめに</p> <p>東京都市町村防災事務連絡協議会の会長である羽村市長・橋本弘山氏は、近年の自然災害の激甚化を受け、防災対策の重要性を改めて強調した。能登半島地震をはじめ、全国各地で台風や大雨による被害が頻発している状況を鑑みると、南海トラフ地震や首都直下型地震の発生リスクにも十分な警戒が必要である。</p> <p>災害への備えは、単に地震や水害に対する物理的な対策を講じるだけでなく、過去の災害から得られた知見や教訓をいかに活かすかが鍵となる。本講演会では、令和元年東日本台風における自治体の対応を振り返り、各自治体が防災施策の向上に向けて学ぶべき点を共有することを目的とした。各市町村の職員が本日の内容を持ち帰り、地域防災の実践に活かすことが期待される。</p> <p>■令和元年東日本台風の概要</p> <p>気象の概要(気象庁情報)</p> <p>令和元年10月12日19時前、台風第19号(東日本台風)は大型で強い勢力を維持したまま伊豆半島に上陸し、その後関東地方を通過して13日未明には東北地方の東海上へ抜けた。台風本体の発達した雨雲と台風周辺の湿った空気の影響により、静岡県、新潟県、関東甲信地方、東北地方を中心に記録的な大雨となった。</p> <p>この台風に伴い、各地で暴風・洪水警報が発令され、多くの自治体で河川の氾濫や土砂災害が発生した。消防庁や国土交通省の発表によると、観測地点ごとの降水量・風速に加え、人的・建物被害の詳細なデータも報告された。</p> <p>■令和元年東日本台風における町田市の対応</p> <p>災害対応前の状況</p> <p>町田市では、9月8日から9日にかけて台風第15号が接近した際に避難情報を発表していた。その後、台風第19号の接近前には一週間以上にわたり断続的な降雨が続いており、地盤の緩みなどが懸念されていた。</p> <p>10月8日から10日にかけて、気象庁や東京都、日本気象協会から台風の進路予測や警報級の大雨の可能性に関する臨時情報が頻繁に提供された。さらに、10日6時25分には、市内を流れる境川の水位が一時的に避難判断水位を超えるなど、災害発生の前兆が顕在化していた。</p> <p>町田市の対応記録</p> <p>町田市は台風の接近を受け、計画的な事前対策を進めていた。以下は、発災前後の主な対応の流れである。</p> <p>10月10日(通過54時間前)</p> <p>16時30分に第一回事前対策会議を開催し、日本気象協会の予報をもとに市の態勢を決定した。避難施設の開設や避難情報発表のシナリオを2パターン用意し、関係各課と共有した。また、避難施設開設担当部に対し、11日17時開設に向けた人員の選定を指示した。</p> <p>10月11日(通過36時間前)</p> <p>10時30分に第二回事前対策会議を開催し、16時30分までに避難施設を開設し、17時には避難情報を発表する方針を決定した。この際、職員の2交代・3交代体制を想定し、長期的な対応を視野に入れた準備を進めた。</p> <p>14時50分には気象庁から「記録的な暴風雨になる見込み」との情報が提供され、15時46分には大雨注意報が発表された。</p> <p>10月12日(通過13時間前)</p>

	<p>9時00分、警戒レベル4の避難勧告を発令し、市内全域50,749世帯(107,595人)を対象とした。これに伴い、緊急災害サイトを開設し、サーバーダウン対策を講じた。</p> <p>その後、12時37分には土砂災害警戒情報を発表し、危険区域の住民へ注意喚起を行った。</p> <p>10月12日(通過9時間前)</p> <p>13時00分に第二回災害対策本部を設置し、避難者488世帯(968人)を受け入れた。同日14時30分には相原町で陥没(土砂崩れ)が発生し、道路部が対応に当たった。</p> <p>10月12日(通過6時間前)</p> <p>市内各所で土砂崩れ、道路陥没などが発生し、一部の橋では氾濫危険水域を超えた。避難所の収容能力を超える住民が殺到し、一部の市民センターでは受け入れが限界に達した。</p> <p>台風通過後(10月13日)</p> <p>東京都総務局総合防災部から、12日に遡及して災害救助法を適用する旨の通知が到達し、7時00分にはすべての避難情報が解除された。</p> <p><b>■対応を経た教訓</b></p> <p>避難施設の運営における課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・事前調整が不足し、避難施設の追加開設が遅れたことにより、一部施設に問い合わせが集中した。</li> <li>・避難者の急増により、交代要員や誘導人員の確保が困難となった。</li> <li>・ゴミ処理の方法や物資配布の調整が不十分であり、避難所の環境整備が課題となった。</li> </ul> <p>市庁舎・各部の対応に関する課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職員を追加投入する際の基準が明確化されておらず、今後の課題であると感じた。</li> <li>・防災システムと他の行政システムの連携が十分でなく、データ管理に課題が残った。</li> </ul> <p>効果が見られた対応</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・台風シーズン前の避難施設の現地確認が有効に機能し、迅速な開設につながった。</li> <li>・避難受付を避難スペースから分離することで、混雑を防ぎ混乱を軽減した。</li> <li>・職員がラジオを活用し、避難者へリアルタイムで情報提供を行ったことで、問い合わせ件数が減少した。</li> </ul> <p><b>■まとめ</b></p> <p>町田市の対応から得られた教訓は、他の自治体においても防災対策を強化するための貴重な事例となる。特に、避難施設の管理体制の見直しや、職員体制の強化、災害時の情報伝達の精度向上が今後の課題として挙げられる。本講演会を通じて、各市町村がそれぞれの地域特性を考慮した防災計画の策定に活かし、災害時の迅速かつ的確な対応を実現することが求められる。</p> <div data-bbox="392 1503 858 1809" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="874 1503 1340 1809" data-label="Image"> </div>
開催地より	<p>災害が起こった際には対応記録を残し、今後の教訓にすることが必要であると感じた。また、講演でもあったように、記録のルールとして実時刻と覚知時刻が混同しないようにしていきたいです。今回の講演を活かして、各部署に防災意識が根付くよう、防災訓練などで声掛けをしていきたい。</p>

開催地名	愛知県 日進市
開催日時	令和6年12月24日(火)14:00~15:30
開催場所	日進市中央福祉センター
語り部	蔵原 正敏(熊本県宇城市)
参加者	日進市役所職員 40人
開催経緯	当市では、南海トラフ巨大地震における震度が市内全域で震度6弱以上となると予測されているが、東海豪雨以降大きな災害に見舞われていない状況である。災害発生時には全職員による災害対応が必要不可欠であるため、本部・現場等での対応する職員向けに災害対応等、防災意識の啓発を行いたい。
内容	<p><b>■はじめに</b></p> <p>熊本県宇城市は、県内の中央部に位置し、平成17年1月に5つの町が合併して誕生した。当時の人口は約6万人で、台風や大雨による自然災害を幾度となく経験していたことから、一定の防災対応経験を有していた。しかし、地震に関しては布田川・日奈久断層の影響もあり、「いつか発生するだろう」と言われながらも、本格的な対策が十分に進められていたとは言い難い状況であった。</p> <p>そのような中、2016年4月に熊本地震が発生した。当時、私は宇城市の危機管理課長を拝命しており、発災直後から復旧業務に至るまで、自治体としての防災対応の全般に関わることとなった。本報告では、その際の対応と得られた教訓について述べる。</p> <p><b>■地震の発生</b></p> <p>2016年4月14日21時26分、熊本県内で最大震度7を記録する地震が発生した。この時、宇城市では震度6弱を観測し、これが後に「前震」と呼ばれるようになった。地震発生後も揺れは続き、1時間後には震度5弱、さらに2時間半後には震度6強、その3分後には震度5弱の地震が発生した。</p> <p>さらに、4月16日1時25分には、県内で再び最大震度7の地震が発生し、宇城市でも震度6強を記録した。この地震が後に「本震」と呼ばれるようになった。震度4以上の地震の発生回数も多く、地震が繰り返し発生する状況の中で、復旧作業を進めなければならなかった。</p> <p>多くの住民が不安を感じ、避難所への避難者が急増した。14日の夜の時点で11カ所の避難所開設が決定し、登庁した職員が各避難所へ派遣された。職員が被害状況を目視で確認し、安全が確認された順に避難所を開設していった。建物の危険度判定ができる専門職員の確認を待つ余裕もなく、速やかに対応を進める必要があった。</p> <p>翌15日の朝、2回目の災害対策本部会議が開かれ、被害状況の確認と安否確認が指示された。要支援者の安否確認については消防団へ依頼し、午前中のうちに完了した。また、自治会長への電話連絡により、15日中には各地域の被害状況のある程度把握することができた。</p> <p>9時には県を通じて自衛隊へ支援要請を行い、13時には支援部隊が到着し、被災者支援を開始した。17時には3回目の災害対策本部会議を開き、被害状況の報告を実施した。</p> <p>しかし、16日1時25分に本震が発生し、状況は一変した。前震後に進めてきた対応をほぼすべてやり直す必要が生じ、再び初動対応に追われることとなった。</p> <p>7時には4回目の災害対策本部会議を開催し、再度要支援者の安否確認を実施するとともに、避難所の開設を20カ所に増設することを決定した。</p> <p><b>■避難所運営</b></p> <p>地震発生後、避難者の急増に対応するため、避難所の開設を段階的に拡大していった。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・4月14日:11カ所の避難所を開設</li> <li>・4月15日:避難者数が想定を超過し、さらに3カ所の避難所を追加開設</li> <li>・4月16日(本震後):避難者数が1万1千人を超え、避難所を20カ所に増設</li> </ul> <p>地震の発生が続く中での避難所運営は、混乱を極めた。被災者の増加により一部の避難所では収容限界を迎え、追加開設が必要となるなど、対応の柔軟性が求められた。特に、本震後には新たな被害の確認と並行しながら避難所の拡充を進める必要があり、迅速な判断が求められた。</p>

	<p>また、避難者の中には高齢者や障がい者、乳幼児を抱えた家庭も多く、各避難所において支援物資の配布や、要支援者への対応が求められた。自治体としても、避難所の環境整備や、支援体制の強化に尽力したが、想定以上の避難者数に対応する中で、多くの課題が浮き彫りとなった。</p> <p>■今後に向けた教訓</p> <p>今回の熊本地震における宇城市の対応を振り返ると、以下の点が今後の防災対策の課題として挙げられる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所開設の迅速化：地震発生直後に避難所の開設を速やかに行う必要がある。特に、施設の安全確認をスムーズに実施できる体制を構築すべきである。</li> <li>・支援要請のタイミング：自衛隊など外部支援機関への要請を適切なタイミングで行い、より効率的に支援を受ける体制を整える。</li> <li>・避難所運営の継続的な改善：避難者数の急増にも対応できるよう、柔軟な避難所運営の計画が必要である。また、高齢者や要支援者向けのスペース確保など、より細やかな対応が求められる。</li> </ul> <p>これらの教訓を踏まえ、今後の災害対応においては、より迅速かつ的確な対応が可能となるよう、平時からの備えを徹底していく必要がある。</p> <div data-bbox="405 853 1356 1167">  </div>
開催地より	<p>今回、語り部の講演会を受け、平時より消防・警察・自衛隊など様々な機関と顔の見える関係でいることが重要であること、発災後は他自治体からの応援が入るため、受援体制を整える必要があることを改めて認識した。また、受講職員からも防災意識の向上が図られたとの感想があった。</p>

開催地名	兵庫県 姫路市
開催日時	令和7年1月15日(水)14:00~15:30
開催場所	姫路市防災センター 多目的ホール
語り部	小寺 昭夫(岡山県倉敷市)
参加者	姫路市役所職員 (50人)
開催経緯	本市では、市内の多くが浸水想定されており、甚大な被害が予想されるが、大規模で広域的な水害被害の経験がなく、実際にどのようなことが起きるのかイメージが難しい課題がある。また、職員も被災経験や災害対応を行ったものが多くなく、危機感が希薄である。そこで被災地からの実体験を交えた講話をしていただき、職員の防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>本講演では、倉敷市消防局に所属する小寺氏が、阪神・淡路大震災や平成30年7月の西日本豪雨での経験をもとに、防災の重要性について語った。小寺氏は昭和62年4月に倉敷市消防局へ入局し、長年にわたり消防活動に従事してきた。特に、西日本豪雨の際には玉島消防署真備分署倉敷消防署に配属され、真備町での救助活動に尽力した経験を持つ。現在は水島消防署に勤務し、引き続き地域の防災・救助活動に携わっている。</p> <p>岡山県は「晴れの国 岡山」として比較的災害の少ない地域とされているが、近年の気象変動により、想定を超える自然災害が発生している。そのため、災害への備えや防災対策の重要性が高まっている。</p> <p>倉敷市は人口約47万人、面積約356km<sup>2</sup>の都市であり、平成17年5月に合併した真備町は、明治以降6回の水害を経験してきた地域である。平成30年の西日本豪雨では、町域の約4分の1が浸水し、大規模な被害を受けた。本講演では、これらの災害対応の歴史をふまえ、実際の災害時の対応や教訓を共有し、参加者の防災意識向上を図ることを目的としている。</p> <p>■災害発生時の状況</p> <p>気象状況 平成30年7月3日から8日にかけて、西日本を中心に線状降水帯が発生し、記録的な豪雨となった。倉敷市では総雨量294.5mmを記録し、観測史上最多の降雨量を観測した。</p> <p>この豪雨の影響で、高梁川の支流である小田川とその支流3河川が決壊し、広範囲にわたる浸水被害を引き起こした。特に倉敷市真備町では、町域の約4分の1にあたる約12km<sup>2</sup>が浸水する深刻な被害が発生した。</p> <p>被害状況 浸水の深さは最大約5mに達し、多くの建物が屋根まで水没した。人的被害としては死者51名が確認され、そのうち45名(約88%)が65歳以上の高齢者であった。43名は建物内で被災しており、避難の遅れが被害を拡大させた要因と考えられる。</p> <p>消防活動の概要 災害発生直後、倉敷市消防局では第二次非常配備体制を発令し、全職員を招集して緊急対応を開始した。しかし、真備町での災害対応と並行して、他市のアルミ工場で爆発事故が発生し、消防隊の対応が分散する事態となった。</p> <p>また、救助活動中には消防職員がボート救助中に流出した障害物によってボートが破損し、極めて厳しい状況下での救助活動を強いられた。このため、応援要請を行い、以下の支援を受けながら救助活動を続行した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自衛隊への派遣要請</li> <li>・緊急消防援助隊(愛知県・滋賀県・奈良県) の出動</li> </ul> <p>7月6日から11日にかけては、3,336件もの119番通報が殺到し、消防隊員は救助活動と安全管理を同時に進める必要に迫られた。</p> <p>■災害後の対応</p> <p>消防署の復旧活動 災害発生後、消防署の施設内には大量の泥が堆積し、仮眠室や廊下、各部屋に至るまで泥に覆われる状況となった。屋外では乾いた泥が砂煙となり、復旧作業にも支障をきたした。</p> <p>また、土砂によって消火栓が埋まり使用できない状態となったため、水槽車を配置し、排水ポンプ車を用いた水抜き作業を実施した。さらに、一部地域では空き巣被害も発生し、避難者の安全を確保するために深夜パトロールを実施した。消防署の復旧完了までの間は、真備保健福祉会館を間借りして業務を継続した。</p> <p>二次災害の防止 復旧作業と並行して、二次災害の発生を防ぐための対策も実施された。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・台風接近への対応</li> </ul> <p>台風の影響が懸念されたため、近隣の球場ダッグアウトに消防組織を一時移転し、強風や大雨</p>

に備えた安全対策を講じた。

- ・火災・爆発事故の防止
- 太陽光パネルの通電火災
- ガス漏れによる火災

これらのリスクに対し、迅速な点検と防火対策を実施した。

- ・災害廃棄物の適正管理

被災地では大量の廃棄物が発生し、新たな危険要因とならないよう管理を徹底した。以下のルールを設定し、住民にも周知した。

- 積み上げ高さ5m以下
- 一山の面積200㎡以内

緊急時のメンタルサポート

災害発生から約3週間後、被災した消防職員に対して個別のメンタルサポート面談を実施した。さらに、継続的な支援のため窓口を設置し、職員が心身のケアを受けられる体制を整備した。災害対応に従事した職員の精神的負担を軽減し、長期的な健康維持を図ることが重要な課題として認識された。

■まとめ

災害対応には「自助」「共助」「公助」の3つの柱が不可欠である。それぞれの役割を理解し、適切に行動することが、命を守るための鍵となる。

自助の重要性

最も大切なのは「自分の命を守ること」であり、避難の判断は自己責任で行う必要がある。少しでも危険を感じたら早めの避難を徹底しなければならない。また、日頃の備えも自助の一環である。

- ・非常用持ち出し袋の準備
- ・家族との避難計画の確認
- ・ハザードマップの活用

共助の体制

大規模災害時には行政の対応が追いつかないことが多く、地域の助け合いが命を守る鍵となる。

- ・自主防災組織の活用
- ・防災士や自治会との連携
- ・近隣住民との助け合い

公助の限界

公助には限界があり、特に大規模災害時には公的機関の人員が不足するため、すべてを行政に頼ることはできない。そのため、「自助・共助」で持ちこたえる準備が不可欠である。

本講演では、防災意識の向上と、日頃の備えの重要性が改めて確認された。



開催地より

実災害を体験している語り部の体験談から、改めて当市でも起こりうる災害だと痛感した。今回の講話の内容を活かし、全庁的に防災意識の高揚につなげていきたい。また、危機管理室としては今後の防災活動や出前講座に活かしていきたい。

開催地名	千葉県 松戸市
開催日時	令和7年1月17日(金)14:00~15:30
開催場所	松戸市民会館
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	松戸市民 670名
開催経緯	松戸市では、平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災を契機に毎年1月17日を地震災害の再認識の日と位置づけ、地域住民や防災関係団体、市職員に対して防災意識の向上を図ることを目的として防災講演会を実施している。
内容	<p>■ 現代の諸課題の下、災害からいのちを守る地域の取り組みについて考える</p> <p>本講演では、講師が自身の経験をもとに、地域における防災の重要性について語った。講師は昭和60年に陸上自衛隊に入隊し、多くの災害対応に従事した経験を持つ。その後、静岡県牧之原市総務部防災監を経て、現在は茂原市総務部防災対策課副主幹防災官として活動している。また、特定非営利法人首都圏防災士連絡会の本部理事研修企画副部長(気象)を務め、日本気象予報士会の千葉支部会員としても防災に関する啓発活動を行っている。能登半島地震では、千葉県からの応援派遣として珠洲市に赴き、現地の災害対応を支援した。現在はSNSを活用しながら防災情報の発信にも努めている。</p> <p>■ 災害対策の基本的な考え方</p> <p>災害は人々の安全や健康を脅かす要因であり、日常生活に甚大な影響を及ぼす。防災対策を効果的に進めるためには、個人レベルでの備えと地域社会での助け合いが不可欠である。まず、平時においてはハザードマップを確認し、住宅内の安全確保や避難の準備、非常用備蓄の確保、家族や近隣との助け合いの意識を持つことが求められる。そして、それらを定期的に見直し、普及・点検・訓練を行うことが重要である。</p> <p>災害発生時には、避難行動とその際の助け合いが必要となる。その後、在宅避難や避難所生活を経て、仮設住宅での生活へと移行する。最終的にはコミュニティの助け合いを通じて生活再建を図ることが求められる。こうした一連の流れを意識し、各段階でどのような備えが必要かを考えることが重要である。</p> <p>■ 能登半島地震の教訓</p> <p>能登半島地震では、圧死や窒息・呼吸不全、低体温症・凍死などが主な死亡原因となった。また、珠洲市では人口の半数以上が65歳以上の高齢者であり、被災者の避難や生活再建に大きな課題が生じた。</p> <p>この震災では、食料や飲料水などの備蓄不足、被災地へのアクセス制約、避難所単位での物資管理の難しさ、在宅避難者など避難所以外での被災者への物資提供が大きな課題となった。この経験から得られる教訓として、まず「自助」の重要性が挙げられる。具体的には、住宅の耐震化や家具の転倒防止を徹底すること、最低3日分(可能であれば1週間分)の食料や飲料水を備蓄すること、寒冷や猛暑などの気候変動に対応できる準備を行うことが求められる。</p> <p>また、「共助」として、隣近所の助け合いも重要である。地域の防災力を高めるためには、平時からの近隣住民との交流を深め、日常的な挨拶を通じて信頼関係を築くことが有効である。「みんなのための備えが、結果として自分のためにもなる」という視点を持つことが、防災意識の向上につながる。</p> <p>■ 松戸市周辺の災害リスク</p> <p>松戸市では、直下型地震の発生が想定されており、震源の深さは5キロ、マグニチュード7.1の規模と予測されている。この場合、建物被害は4,000棟、負傷者は4,800人にのぼり、2万人以上の住民が避難を余儀なくされると見込まれている。関東地域においては、今後30年以内にM7程度の地震が発生する確率が70%とされており、日頃の備えが不可欠である。</p> <p>また、松戸市は昭和22年のカスリーン台風による大規模な水害の影響を受けた歴史を持つ。過去の事例からも、地震だけでなく台風や洪水に対する備えも求められる。現在、松戸市の消防人員は520人、消防団員は約500人と、市の人口50万人に対して約1,000人で対応することとなる。このため、災害時には個々の「自助」や近隣住民との「共助」が特に重要となる。</p>

	<p>■ 地域の防災対策－リーダーシップと訓練管理</p> <p>地域防災の取り組みには、適切なリーダーシップが不可欠である。リーダーシップとは、組織の目的や目標の実現に向けて問題を解決し、組織を動かして取り組んでいくことである。そのためには、以下の要素が必要とされる。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.自治会の特性・環境を分析し、目的・目標を明確にすること</li> <li>2.具体的な対策(ロードマップ)を策定すること</li> <li>3.合意形成を図り、役割を分担すること</li> <li>4.計画を実行し、目標達成に向けて継続的に取り組むこと</li> </ol> <p>これらのプロセスを成功させるためには、意志の力・思考の力・説得の力・実行の力が求められる。また、リーダーシップを育成する手段として、県や市が開催する生涯大学などの防災研修が有効である。</p> <p>■ 地域防災の課題とコミュニティの絆</p> <p>防災対策を進める上では、「目的・目標の明確化」から「具体的な対策の立案」へと進む帰納的なアプローチが重要である。例えば、地域のハザードを分析し、危険を回避するための備えを講じることが求められる。</p> <p>また、長期的な防災力向上のためには、段階的な目標を設定し、訓練や対策を計画的に実施することが必要である。具体的には、防災訓練のほか、避難所お泊まり体験、安否確認訓練、災害時の救出訓練、地域防災講演会などの取り組みが有効である。</p> <p>防災の担い手は、行政や専門機関だけではなく、地域住民一人ひとりである。災害が多発する現代において、個々の備えと地域の助け合いを強化することが、防災力の向上につながる。本講演を通じて、防災意識を高めるとともに、実際に行動に移すことの重要性が改めて強調された。</p> <div data-bbox="395 1070 1390 1290"> </div>
開催地より	<p>東日本大震災や能登半島地震について体験談を混じえた講演で、地域の特性に応じた防災対策、訓練管理が地域に必要不可欠であることを深く理解することができ、今後は周囲の人々と助け合い、意識を高め合いながら、より安全な社会づくりに貢献していきたいと強く感じました。</p>

開催地名	東京都 町田市
開催日時	令和7年1月17日(金)13:00~14:30
開催場所	町田市役所
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	町田市民 55名
開催経緯	地域における自主防災組織への加入率が市民全体の50%ほどであり、町内会や自治会、自主防災組織の垣根をこえて防災減災に関する知識の周知が求められています。そこで、被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>■ 震災から学んだ地域防災の重要性と多様な視点の避難所運営について</p> <p>本講演では、仙台市の福住町における地域防災の取り組みと、東日本大震災を通じて得た教訓について語られた。福住町は仙台市の北東部に位置し、七北田川と梅田川に挟まれた新興住宅地であり、人口は約1500人である。過去に度々台風や豪雨による水害被害を受けてきた地域であり、東日本大震災では津波が七北田川を遡上し、町の近くまで瓦礫とともに押し寄せる事態となった。このような災害の経験を経て、2003年に自主防災組織が結成され、地域防災の強化が進められている。</p> <p>■ 台風による豪雨災害の経験と自主防災組織の設立</p> <p>福住町では、昭和61年8月5日に発生した台風10号による豪雨で、町内全戸が床上・床下浸水の被害を受けた。当時は自主防災組織がなく、避難所運営の体制も整っていなかったため、住民は行政の支援を待つしかない状況であった。この経験をきっかけに、「自分たちの町は自分たちで守ろう」という意識が高まり、地域の防災力を強化するための取り組みが始まった。具体的な活動としては、夏祭りや地域イベントを通じた住民同士の関係構築、災害時の訓練の実施、要支援者の名簿作成、高齢者宅の家具転倒防止金具の設置、危険個所のマッピングと見守り活動、防災倉庫の管理、そして災害支援ボランティア活動の展開が挙げられる。さらに、仙台市内外の町内会や市民グループと「災害時相互協力協定」を締結し、地域間の助け合いの体制も構築された。</p> <p>■ 東日本大震災発生時の対応</p> <p>1. 発災直後の対応</p> <p>東日本大震災発生時、福住町の住民は日頃の訓練の成果を生かし、迅速に行動することができた。町内の要支援者の安否確認を行い、住民の避難誘導と呼びかけを実施した。また、地域の子どもたちが避難している高砂小学校へと安全確認に向かい、災害緊急対策本部を立ち上げるとともに、町内の被害状況の確認を行った。さらに、避難所の開設や炊き出しの準備、公園への手作りトイレの設置と災害時瓦礫置場の確保など、必要な対応を迅速に進めた。</p> <p>2. 避難所運営の実態</p> <p>震災当日は、電気・ガス・水道といったライフラインが停止し、さらに雪がちらつく厳しい寒さの中での避難生活が始まった。本来、500人収容可能な避難所には、地域外からの帰宅困難者を含め約2000人が避難し、大きな混雑が発生した。仮設トイレは屋外に設置されていたが、和式トイレが中心だったため、高齢者にとっては利用が困難であった。また、赤ちゃんを抱えた母親たちはミルクを持参していたが、お湯が確保できない状況に苦しんでいた。</p> <p>3. 避難所運営の継続と地域の結束</p> <p>震災後、全国から多くの支援物資が届き、その温かい支援に避難者は感謝の気持ちを抱いた。3月18日には、小学校の卒業式が予定されていたが、避難所となっていたため開催が危ぶまれた。しかし、学校関係者や避難者、地域役員が協力し、避難所内で手作りの卒業式を実施することができた。</p> <p>仙台市内の避難所は4月11日から順次閉鎖され、学校が再開された。全ての避難所が閉鎖されたのは7月31日であり、家屋の倒壊や津波の被害で住む場所を失った住民のために仮設住宅が建設された。</p>

■ 震災の経験から学んだこと

東日本大震災を経験し、市役所や消防署も被災するため、公助だけに頼ることはできないという現実を痛感した。そこで、日常の取り組みと訓練が災害時に大きな力を発揮することが改めて認識された。特に、女性の視点に立った防災・減災の重要性が浮き彫りとなった。

災害時には、子どもや高齢者など災害弱者への気配りと支援が不可欠であり、避難所の運営には日常生活を継続できる環境の確保が求められる。また、過去の災害の教訓を次世代に伝えることが、人々の命を守ることにつながるという認識のもと、仙台市地域防災リーダー認定制度や女性のための防災リーダー養成講座を活用し、防災の専門知識を身につける取り組みが進められた。さらに、国連防災世界会議において「地域防災の取り組みと活動」を発表するなど、広く情報発信を行っている。

■ 震災後の取り組みと今後の防災対策

震災後、仙台市地域防災リーダー(SBL)の養成や、せんだい女性防災リーダーネットワークの立ち上げが進められた。また、宮城県内には津波避難タワーが32基建設され、住民の安全確保のためのインフラ整備も進められている。

福住町の防災訓練では、毎回同じ訓練を繰り返すだけでなく、新しい要素を一つずつ取り入れる工夫を行っている。小学校や中学校では防災を授業の一環として取り入れ、クイズなどの遊びの要素を交えることで、低学年の子どもでも楽しく参加できるようにしている。

また、防災・減災に必要な地域のつながりは、「夏祭り」といった地域イベントを通じて構築される。学校での防災教育として、5年生対象のサバ飯講座や防災まち歩きなどが行われ、子どもたちに震災の経験を伝える取り組みが続けられている。

■ まとめ

災害が発生すると、住宅の安全性がかくにんされない場合やライフラインが途絶え、備蓄が不足している場合には避難所へ行かざるを得なくなる。しかし、避難所にはプライバシーがなく、住環境としての限界があるため、まずは自宅での備えを充実させることが重要である。特に、非常時の食料や防災グッズとともに、災害用携帯トイレの準備は必須である。

地域の防災力を高めるためには、行政に頼りすぎず、自分たちの地域を知ることが重要である。顔の見える関係を築き、地域イベントを活用しながら防災の取り組みを活性化させることで、住民の意識を高めていく必要がある。



開催地より

実災害を体験している語り部の体験談から改めて、地域におけるイベントの重要性を再認識し継続すること大切さについて学びました。講演内容を今後の防災活動や出前講座にも活かしていきたいと思います。

開催地名	大分県 日出町
開催日時	令和7年1月17日(金)10:00~11:30
開催場所	日出町役場大会議室
語り部	蔵原 正敏(熊本県宇城市)
参加者	日出町役場職員 40名
開催経緯	日出町は、近年被災経験がないため、現実味のある防災の取り組みに課題があり、近い将来高い確率で発生するといわれている南海トラフ巨大地震など災害への対策が急務である。被災経験のある自治体職員等から被災と対策の実情を聞き、平素の準備や職員の防災意識啓発に活用したいと考え、本プロジェクトへ応募した。
内容	<p>■ 平成 28 年熊本地震について</p> <p>本講演では、宇城市の職員が平成 28 年熊本地震の際に直面した課題や、実際に経験した失敗をもとに、その教訓を語った。宇城市はこれまでに台風や大雨などの災害を多く経験しており、それらに対する対策や対応には一定の準備が整っていた。しかし、地震に関しては十分な備えができておらず、多くの反省点が浮き彫りになった。</p> <p>特に深刻な問題の一つとして、避難所として指定されていた体育館が被災し、使用不能となったため、避難者は併設されていたホールのエントランスで寝泊まりするしかない状況に追い込まれた。また、食糧の不足も大きな課題となった。支援物資が届くまでに時間がかかり、自治体が備蓄していた食糧は短期間で消費され、物資調達に苦慮した。</p> <p>さらに、罹災証明の発行に関しても大きな混乱が生じた。1 日 800 件の発行を目標としていたが、処理が追いつかず、被災者への受付案内を行っていたものの、午前中の時点で受付を締め切らざるを得ない状況となった。その結果、被災者からは厳しい声が寄せられた。</p> <p>■ 今後の対策</p> <p>このような経験を踏まえ、後の備えの一助になればと、次のような提案をさせていただきます。</p> <p>まず、受援体制の強化が重要な課題となった。災害発生時に他自治体や外部機関からの支援を適切に受け入れるため、受援計画を策定し、業務継続計画(BCP)を整備することが望ましい。</p> <p>罹災証明の発行および被害認定調査については、平常時からの事前準備が不可欠であると認識された。被害認定調査の研修を実施し、職員の対応能力を向上させるとともに、被災者支援システムの整備を進めることで、発行手続きの迅速化を図ることが望ましい。</p> <p>さらに、調査業務の一部を専門業者に委託することも視野に入れ、効率的な運営体制を構築することが望ましい。</p> <p>避難所運営に関しては、住民自身が主体となる運営訓練の実施が重要であるとされた。平常時から地域住民による避難所運営訓練を行うことで、災害発生時の混乱を最小限に抑え、スムーズな対応が可能となる。また、避難所運営の一部を民間企業に委託することも検討され、専門的なノウハウを活かした支援体制の整備を検討することが望ましい。</p> <p>初動対応については、災害発生時の混乱を抑えるため、初動対応マニュアルの整備が不可欠であるとされた。事務分掌の見直しを行い、業務分担を明確化することで、迅速かつ的確な対応を可能とする。また、民間企業や他自治体との連携を強化するため、災害協定の締結を推進し、専門機関からリエゾンオフィサー(LO)を派遣する仕組みを構築することが提案された。</p> <p>これらの対策を通じて、今後の地震災害に対する対応力を向上させ、災害時の混乱を最小限に抑えるための体制強化を図り、過去の災害で得られた教訓を生かし、より実効性のある防災対策を検討する必要性を感じた。</p>

	
開催地より	被災した自治体の実情を対応した「語り部」から生の声を聞くことにより、災害初動対応の重要性を認識することができた。今後のマニュアル等の見直しや訓練内容に活かしていきたい。

開催地名	神奈川県 海老名市
開催日時	令和7年1月18日(土)10:00~11:30
開催場所	海老名市役所
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	海老名市民 144名
開催経緯	能登半島地震における被災地の状況を報道等で見るに、当市においても、避難所運営における女性視点の欠如(担い手不足)が課題と捉えている。 そこで、被災地での避難所運営経験のある講師の実体験を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p><b>■はじめに</b> 本講演では、平澤つぎ子氏が、防災の視点、とりわけ女性の視点を活かした防災活動について語った。阪神・淡路大震災や東日本大震災といった過去の災害の教訓をどのように活かし、今後の防災・減災に結びつけるかがテーマとなった。 平澤氏が住む旭市は比較的平坦な地形であり、高齢化率が上昇している地域である。災害発生時には高齢者や女性、子どもたちの安全確保が大きな課題となり、防災対策の強化が求められている。地域防災の基本として、「自助・共助・公助」の重要性が強調され、特に日常の備えと近隣住民の協力が鍵を握ることが指摘された。</p> <p><b>■あの日のこと</b> 東日本大震災の発生時、旭市でも強い揺れが襲い、その後津波が到達した。震災直後には、避難誘導を行っていた消防隊員が津波に巻き込まれるなど、避難行動の困難さが浮き彫りとなった。 また、地震発生から約1時間後に最大津波が襲来し、多くの住民が一度避難した後に自宅の様子を見に戻り、犠牲となった。「一度避難したら戻らない」という行動が、命を守るために極めて重要であることが強調された。津波の高さが1.5メートル程度であっても、人や建物を押し流す破壊力を持つため、決して油断せず避難を継続することが求められる。 さらに、災害時には通信手段が途絶え、家族や地域の人々との安否確認が困難となる。平澤氏は、自身の経験をもとに、非常時の連絡手段や集合場所を事前に決めておくことの重要性を訴えた。</p> <p><b>■その後のこと</b> 震災後、避難所ではさまざまな課題が発生した。特に、避難所の衛生環境は劣悪であり、断水やトイレ問題が深刻化した。水洗トイレが使用できなくなり、消防隊がプールの水を汲み上げて流す対応を行ったが、避難者の負担は大きかった。 また、避難所ではプライバシーが確保されておらず、特に女性や高齢者にとって精神的な負担が大きかった。着替えの場所がなく、不安を抱える避難者も多かった。現在では、避難所の仕切りや女性専用スペースの確保が進められているが、事前に避難所の環境を確認し、各自で必要な備えをしておくことが大切である。 さらに、避難生活が長期化すると、些細なことでストレスが蓄積し、避難者同士のトラブルが発生しやすくなる。例えば、避難所で靴下の取り替えを巡って口論となり、取っ組み合いに発展したケースもあった。こうした問題を防ぐためには、避難所運営においてメンタルケアを重視し、支援者が積極的に関わる必要がある。 震災後、多くの支援物資が届いたが、避難所のニーズに合わない物資が多かった。例えば、すぐに必要な食料や衛生用品が不足する一方で、衣類や雑貨が過剰に集まり、管理が困難になる場面もあった。このような経験を踏まえ、今後の災害時には、支援物資の管理を適切に行い、必要なものを迅速に届ける体制の整備が求められる。</p> <p><b>■まとめ</b> 平澤氏は、今後の防災対策として「自助・共助・公助」のバランスの重要性を強調した。まず、「自助」として、非常持ち出し袋の準備、家具の固定、避難経路の確認を日常的に行う必要がある。特に、女性や高齢者、子どもがいる家庭では、特別な配慮が求められる。</p>

次に、「共助」として、普段からの近隣住民との関係づくりが鍵となる。例えば、地域の防災訓練に参加し、顔見知りを増やしておくことで、いざという時に迅速な協力が可能となる。また、避難所運営には地域の住民が積極的に関わることで、より快適な環境が整えられる。

そして、「公助」として、行政による支援や避難所の環境整備が重要となる。しかし、災害発生直後は行政の支援が行き届かない可能性が高く、まずは「自助」と「共助」で命を守る行動を取ることが不可欠である。

また、女性の視点を活かした防災対策が今後さらに求められる。避難所における女性専用スペースの確保や、生理用品・授乳スペースの整備など、女性が安心して避難生活を送るための環境づくりが不可欠である。

最後に、平澤氏は「災害は忘れた頃にやってくる」という言葉を引き合いに出し、日頃から防災意識を持ち続けることの重要性を訴えた。「防災とは知識だけでなく、実際に行動に移すことが何よりも大切である」と述べ、地域全体で防災力を高めることが未来の安全につながると締めくくった。



開催地より

講師が実際に体験した、避難所での経験(衛生環境やプライバシー等)について、今後の避難所を担当する職員への教育に活用するほか、避難所運営マニュアルに反映していきたい。

開催地名	富山県 射水市
開催日時	令和7年1月18日(土)13:30~15:00
開催場所	アイザック小杉文化ホール ラポール
語り部	大峪 やす子(三重県紀宝町)
参加者	120人
開催経緯	令和6年能登半島地震を経験し、地域住民の防災意識の高まりを感じつつあるが、一方で自主防災組織の平常時の防災訓練や啓発活動、災害時の避難所運営や避難誘導の方法など活動の取り組み方が分からないといった声があった。災害時は、行政職員も被災者となり、現場に駆けつけることができないことも考えられるため、自主防災組織等の共助による地域防災力の向上を進めるため講演会を実施する。
内容	<p>■ 自己紹介</p> <p>大峪やす子氏は、2011年に発生した紀伊半島大水害において被災し、その後、地域の防災活動を主導してきた。災害を契機に自主防災組織を立ち上げ、防災意識の向上に尽力した。彼女の取り組みは、災害発生直後の対応から、地域全体での復興、防災力の強化に至るまで幅広いものであり、地域防災のモデルケースとなっている。その実践的な経験は、多くの人々にとって防災の重要性を再認識させる貴重な学びとなる。</p> <p>■ 紀伊半島大水害の発生</p> <p>紀宝町は熊野川を有する自然豊かな地域であるが、2011年8月に発生した紀伊半島大水害により甚大な被害を受けた。この水害は、奈良県、和歌山県、三重県の広範囲にわたり発生し、熊野川の水位は観測不能となるほど上昇した。奈良県では総降水量が1814.5ミリに達し、これに加えて上流のダムからの緊急放流と豪雨の影響が重なり、9月3日午後には町内の堤防が越水した。これにより住宅街が広範囲にわたって浸水し、住民は突如として生活の場を奪われる事態となった。</p> <p>■ 災害後の支援活動</p> <p>災害発生直後、紀宝町では「紀宝町災害ボランティアセンター」が設立され、全国から多くのボランティアが集まり、被災地の復旧支援に尽力した。ボランティアたちは、家屋の清掃作業や浸水した建物の水抜き作業に取り組み、住民が少しでも早く元の生活を取り戻せるよう支援した。</p> <p>一方で、災害後の住民アンケートを通じて、避難所までの道路の冠水や防災無線の不備、ライフラインの停止による影響など、多くの課題が浮き彫りとなった。特に、情報伝達の遅れが住民の避難行動に影響を与えたことが明らかとなり、これらの教訓を踏まえた防災対策の強化が求められるようになった。</p> <p>■ 風水害対応タイムラインの導入</p> <p>紀宝町では、災害対応の精度を向上させるため、2012年に国内初となる風水害対応の「タイムライン」を導入した。この仕組みは、「いつ、誰が、何をするのか」を事前に明確にすることで、災害発生時の混乱を最小限に抑えることを目的としていた。実際に2014年の台風11号の際には、タイムラインに沿った対応が機能し、住民の早期避難が促進された。この取り組みにより、町全体の防災体制が強化されるとともに、避難所内に授乳室を設けるなど、女性や乳幼児への配慮も進められた。</p> <p>■ 次世代を巻き込んだ防災活動</p> <p>防災力の向上には、次世代の育成が不可欠であるとの考えのもと、大峪氏は地域の子どもたちを巻き込んだ防災教育を積極的に推進した。中学生を対象とした避難所運営訓練では、実際の避難生活を想定した役割分担が行われ、世代を超えた防災意識の醸成が図られた。また、小学生が炊き出しを担当し、中学生が救護班として活動するなど、実践的な訓練を通じて、地域全体の防災力を高める試みが行われた。</p> <p>さらに、地域の防災意識を深めるために、子どもたちは「稲村の火の館」を訪れ、歴史的な防災事例を学ぶ機会を得た。この視察を通じて、過去の教訓を現代の防災対策に活かす重要性が</p>

認識され、実際の地域防災計画に反映されるようになった。

■ まとめ

大峪やす子氏が展開した防災活動は、単なる災害対応にとどまらず、災害発生から復興、防災力の向上に至るまでの一貫した取り組みとして位置づけられる。個人の経験をもとに、地域全体の防災活動へと展開していった彼女の実践は、未来の防災のあり方を考えるうえで貴重な教訓となる。

防災は、過去の経験をもとに進化し続けなければならない。住民一人ひとりが自らの役割を理解し、地域全体で防災意識を高めることが、次なる災害への備えとなる。大峪氏の活動は、その模範となるものであり、今後も多くの地域で参考にされるべき事例である。



開催地より

今回、紀伊半島大水害の経験に基づいた防災訓練の実施方法やタイムラインの策定について、ご講演いただいた。来年度以降、本講演内容を参考に防災訓練メニューの多様化やタイムライン及び地区防災計画の作成を推進し、地域防災力向上につなげたい。

開催地名	大阪府 和泉市
開催日時	令和7年1月18日(土)10:00~11:30
開催場所	和泉市南部リージョンセンター
語り部	菅原 康雄(宮城県仙台市)
参加者	和泉市民 80人
開催経緯	本市では自主防災組織等の活動を促進し、共助を高めるための活動を行っているが、具体的などのような活動を行えばよいかを苦慮している組織が多くみられるのが現状。そのため、先進的に活動している自主防災組織の方の講演を聴くことにより、今後の自主防災組織の活動に活かしたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>宮城野区の中心に位置する福住町で動物病院の院長を務める傍ら、町内会会長として26年間にわたり自助・共助の推進に取り組み、「福住町方式」として独自の減災活動を展開してきた。減災の取り組みは2015年頃から本格的に開始し、防火・防災訓練を継続的に実施し、昨年11月には通算22回目を迎えた。</p> <p>防災は難しいが、減災は可能である。災害による被害を最小限に抑えるためには、地域の人々が助け合い、行政とも協力しながら取り組むことが重要である。災害はいつ発生するか分からないため、「思い立ったが吉日」の精神で、すぐに行動を起こすことが大切である。30年前の阪神・淡路大震災では、テレビ越しに火災を見守るしかなかったという悔しさを教訓に、地域全体の減災力を高める活動に力を注いでいる。</p> <p>■福住町について</p> <p>東日本大震災では、福住町にも6km離れた海岸から津波が迫り、町のすぐ近くまで到達した。現在の人口は408世帯、1,101名(昨年10月1日現在)。町内会の執行部の役員は39名おり、そのうち23名が女性で、半数以上を占めているのが特徴である。</p> <p>■福住町の防災に対する取り組み・防災計画</p> <p>○災害予防の計画(減災)</p> <p>福住町では、人も動物も含めた減災を目指している。減災の基本は「自助」であり、自ら命を守るための準備をすることが最も重要である。例えば、家具の転倒防止策を講じるだけで、災害時のリスクを大幅に軽減できる。</p> <p>○災害応急対策の計画と実践(訓練)</p> <p>町内会では、防災訓練を「お祭り訓練」として実施している。防災訓練という名目では参加者が限られるが、祭りと組み合わせることで多くの住民が参加しやすくなる。一人が一つでも新しい知識や技術を習得すれば、地域全体の対応力が向上する。この訓練には、中学生や小学生も積極的に巻き込み、防災意識の向上を図っている。</p> <p>○住民全員参加型の協力体制の構築</p> <p>防災の要は、日頃からの住民同士の交流である。ご近所同士のつながりを深めることで、災害時に自然と助け合うことができる。福住町では、防災パトロールや子供会、敬老会、祭りなどを通じて、住民同士の結びつきを強めている。2003年には、住民名簿と独自の防災マニュアルを作成し、行動計画を周知することで、地域全体の危機管理意識を向上させた。</p> <p>○災害時の復旧・復興(支援～支縁)</p> <p>東日本大震災時には、近隣市町村への物流支援を行い、その活動を通じて地域間の連携や人と人との絆が生まれた。また、小動物とのふれあいを通じて、被災者のメンタルヘルスケアにも貢献している。</p> <p>■東日本大震災の状況</p> <p>○仙台市の状況</p> <p>若林区藤田の集落には7~8mの津波が押し寄せたが、近くにある東部有料道路に多くの住民が避難したことで、死者を出さずに済んだ。一方、若林区荒浜地区では津波によってすべてが流される甚大な被害が発生した。また、宮城野区中野地区では、一度避難した住民が津波の危険が去ったと判断して避難場所を離れた結果、多くの人々が津波に飲み込まれるという悲劇が起</p>

こった。

○福住町住民の行動

福住町では、出来るだけ行政に頼らず、自分たちの力で生活を維持しようと努めた。名簿を活用して高齢者の安否確認を短時間で2回行い、その結果を災害対策本部へ報告した。指定避難所には重症者や収容しきれない人のみを避難させ、その他の住民は町内の集会所へ誘導した。さらに、公園に簡易トイレと災害瓦礫置き場を設置するなど、地域の状況に応じた対応を実施した。

■震災後の取り組み

○災害時相互協力協定の推進

「災害時には、ボランティアで可能な範囲で支援協力を行う」という簡単な一文を協定に加えるだけで、実効性の高い協力関係が築ける。現在、この協定を全国15地域と締結しており、平常時からの協力と信頼関係の構築に努めている。

○他助への取り組み

東日本大震災時に届けられた支援物資のうち、1割を福住町で活用し、残り9割を津波被害が甚大であった沿岸部の被災地109箇所に提供した。

○メンタルヘルスケア

被災者支援の一環として、小動物とのふれあいの場を提供したほか、綿菓子やポップコーンの機材を持ち込んで提供し、ジャイアントパンダの剥製に触れる機会を設けるなど、被災者が一生に一度のつらい経験の中で、心に残る楽しい思い出を作れるよう配慮した。

■まとめ

減災において最も大切なのは、「自助」「共助(互助)」「自制」「他助」「扶助」の5つである。自主防災や地域防災の取り組みによって、公助の限界を補うことが求められる。

自主防災と地域防災の重要性を強く認識し、自分たちの命は自分たちで守るという意識を持つことが何よりも大切である。細やかで迅速な対応が可能な地域密着型のコミュニティだからこそできる防災活動を推進し、「行政に頼らない地域力」を強化することが不可欠である。その上で、行政との信頼関係を築き、より強固な防災体制を構築していくことが重要となる。

災害はいつ発生するか分からないが、いざという時に対応できる力を身につけるために、日頃からの減災訓練を継続することが求められる。”



開催地より

事務局として語り部の講演に熱心に耳を傾ける自治会や自主防災組織の方々が印象的でした。講演終了後も語り部の活動に興味を持ち、質問をする方が多くおられ、自主防災活動を促進するために非常に有意義な講演会となりました。

開催地名	大阪府 大阪狭山市
開催日時	令和7年1月18日(土)10:00～11:30
開催場所	大阪狭山市立コミュニティセンター4階 大会議室
語り部	仲條 富夫(千葉県旭市)
参加者	39人
開催経緯	本市は、南海トラフ巨大地震発生時に震度6弱が、上町断層帯による直下地震では、震度7が想定されている。しかしながら、過去に大きな災害経験等がなく、住民の災害についての意識高揚や取り組みの推進に苦慮しているところである。 発災時の避難所運営等については、避難所ごとの避難所運営マニュアルを策定する動きが一部地域で見られ、避難所の実態を知りたいなど関心が高い。
内容	<p>早めの避難にまさる防災なし ～東日本大震災の体験談～</p> <p>■ 体験 東日本大震災では、未曾有の津波が発生し、多くの命が奪われた。私自身も津波の被害を経験し、瞬時の判断が生死を分けるという現実を痛感した。事前の防災意識や、避難の重要性について考えさせられる体験となった。</p> <p>■ 被災した状況 震災発生後、地域全体が壊滅的な被害を受け、電気・水道などのライフラインが完全に断絶した。道路も寸断され、行政や自衛隊による支援が届くまでに時間がかかり、多くの住民が孤立を余儀なくされた。情報も乏しく、どのような状況で何をすべきかが分からない中、不安な時間が続いた。</p> <p>■ 津波警報について 震災当日、津波警報は発令されていたものの、多くの住民がその危険性を軽視し、すぐに避難をしなかった。その結果、避難の遅れが大きな被害を招いた。日頃から警報の重要性を認識し、迅速に行動することの大切さを改めて思い知らされた。</p> <p>■ 住民の避難状況 地域の中でも、避難の早かった人と遅かった人の間で、生死を分ける結果となった。避難をためらった人の多くは、家財や自宅への執着から逃げ遅れた。一方で、迅速に避難した人々は、わずかな時間差で命を守ることができた。また、情報の共有が十分でなかったため、避難が遅れた人もいた。地域全体での防災意識の向上が求められる。</p> <p>■ 津波襲来及びその後 津波は想像をはるかに超える勢いで襲来し、家屋や建物を瞬く間に飲み込んでいった。私の自宅も流され、地域の風景は一変した。津波が引いた後、街は瓦礫の山と化し、多くの命が失われたことを知ったときの衝撃は計り知れなかった。</p> <p>■ 自宅と近隣の状況 私の自宅は全壊し、近隣の家屋もほぼ壊滅的な被害を受けた。かつての生活は一瞬にして奪われ、地域全体が廃墟のような状態になった。家族や近所の人々の安否が分からない中で、避難所に向かった。</p> <p>■ 避難場所において 避難所はすぐに多くの人であふれ、過密状態となった。水や食料の供給が追いつかず、最初の数日は極めて厳しい生活を強いられた。トイレの数も不足し、衛生環境が悪化していった。</p> <p>■ 避難所の生活状況 長期間の避難生活が続く中で、健康問題や精神的な負担が大きくなった。特に高齢者や持病を持つ人々にとっては、厳しい環境であった。人との距離が近く、プライバシーの確保も困難であったため、ストレスを感じることも多かった。</p> <p>■ 仮設住宅について 仮設住宅が用意されることで、一時的ではあるが最低限の生活環境が確保された。しかし、狭い住空間や設備の不足など、仮設ならではの問題も多くあった。それでも、多くの人にとっては、新たな生活の基盤を築く場となった。</p>

■ 仮設住宅の生活状況

仮設住宅での生活が始まると、次第に地域社会が分断され、孤立する人が増えていった。もともと住んでいた地域とは異なる場所での生活を余儀なくされたことで、近隣とのつながりが薄れ、精神的な負担を抱える人も多かった。

■ ボランティア活動

震災後、全国から多くのボランティアが駆け付け、復興を後押ししてくれた。食事の提供や清掃、心のケアなど、多岐にわたる支援が行われた。ボランティアの存在が、被災者にとって大きな支えとなった。

■ 助けられ・励まされ

支援者たちの温かい言葉や行動は、絶望の中で希望を見出す力となった。物資だけでなく、「大丈夫」「一緒に頑張ろう」といった励ましの言葉が、どれほど心の支えになったかは言葉では言い尽くせない。

■ 自宅介護者のその後

震災後、自宅で要介護者を抱える家族にとっては、避難生活が一層厳しいものとなった。避難所にはバリアフリーの設備が不足しており、介護環境は決して十分とは言えなかった。その後の生活の再建においても、多くの困難があった。

■ 要介護者の避難生活

避難所では要介護者への対応が十分に整っておらず、家族が自ら介護しなければならない状況が続いた。医療機関の支援が行き届くまでに時間を要し、適切なケアを受けることができない要介護者もいた。

■ 復旧・復興のその後

震災からの復興は、徐々に進められていった。しかし、住民の生活再建には長い時間が必要であり、すぐに元の生活に戻ることは困難だった。地域のコミュニティも変化し、以前のようなつながりを取り戻すことには多くの努力を要した。

■ 個人住宅・復興住宅の生活

新たな住宅での生活は、再出発の希望となった。一方で、復興住宅に移ることで、新しいコミュニティでの生活に馴染む必要があり、課題も多く残された。震災前の環境とは異なる中で、どのように新しい生活を築いていくかが問われた。

■ まとめ

震災を経験し、最も大切だと感じたのは「早めの避難」に尽きる。警報が発令されたら、迷わず行動することが命を守る鍵となる。また、避難生活においては、事前の備えやコミュニティのつながりが重要であることを痛感した。防災意識を日頃から高め、いざというときに迅速に行動できるように備えておくことが、最大の防災対策となる。



開催地より

東日本大震災の当時の実体験に基づき、早めの避難の重要性や家族、近隣住民とのつながりの大切さなどを聞くことができた。本市でも聞いたこと、学んだことを参考に、地域と連携しながら防災訓練や避難訓練など防災対策に取り組む必要があると改めて感じた。

開催地名	徳島県 上板町
開催日時	令和7年1月22日(水)10:30~12:00
開催場所	上板町役場2階中央公民館 大会議室
語り部	澤畠 博(千葉県四街道市)
参加者	上板町役場職員 40名
開催経緯	本町では南海トラフ巨大地震及び中央構造線・活断層地震による甚大な被害が想定されています。しかし、近年、幸いなことに地震や台風、大雨による大災害が発生していません。町民をはじめ、本町職員の多くは実際に大災害を経験していないため、災害に対しての知識や緊張感、また、身近にある問題としての意識が少ない傾向にあります。そのため、今回語り部を招き、大災害についての体験や経験、教訓についてお話していただくことで、職員の意識向上に繋げることを目的とします。
内容	<p><b>■ 概要</b> 本講演では、防災の重要性や過去の災害から得た教訓をもとに、未来に向けた具体的な対策について詳しく語られた。特に、南海トラフ地震や東日本大震災を事例として取り上げ、地域防災計画の整備、避難所運営、災害発生時の対応の在り方について深く掘り下げた。講演を通じて、住民一人ひとりが防災意識を持つことの重要性が強調され、行政と地域住民が協力して防災体制を整える必要性が訴えられた。</p> <p><b>■ 災害の現状と課題</b> 近年、日本では震度6強以上の地震や台風などの自然災害が毎年のように発生し、地域の防災力向上が急務となっている。特に、東日本大震災や能登半島地震などの大規模災害からは、多くの教訓が得られた。避難所の運営や復旧活動に関する課題が浮き彫りとなり、今後の防災対策の見直しが求められている。</p> <p><b>■ 地域防災計画の重要性</b> 地域防災計画の策定は、災害発生時の迅速な対応を可能にする重要な要素である。特に、液状化現象が発生しやすい埋め立て地では、事前の計画や耐震対策が不可欠である。例えば、浦安市では地震による液状化で生活インフラが大きな影響を受けたが、事前に耐震対策を講じていた地域では被害が抑えられた事例もあった。また、災害発生時には情報共有が遅れることが多く、スムーズな復旧作業のためには、自治体と住民の間で日頃からの連携を強化しておくことが求められる。</p> <p><b>■ 避難所運営と住民参加</b> 避難所の運営には、設備や環境の整備が欠かせない。特に、トイレの清掃や性別に配慮した設備の配置、断水時の給水計画などが大きな課題として挙げられる。また、災害時には全国から多くのボランティアが支援に訪れるが、受け入れを円滑に進めるためには、平時からの計画や訓練が必要となる。災害時の混乱を最小限に抑えるためには、自治体と住民が協力し、共助の体制を築くことが不可欠である。</p> <p><b>■ ライフライン復旧の教訓</b> 災害発生後の生活再建には、電力、ガス、水道などのライフラインの復旧が欠かせない。特に、断水時の対応として、自衛隊や地域の組織と連携しながら給水活動を行うことが住民の安心感につながる。例えば、東日本大震災では一部の地域で復旧までに1か月以上を要した事例もあり、家庭での備蓄や地域レベルでの対応策が改めて見直されるきっかけとなった。</p> <p><b>■ 具体的な提案</b> 防災対策を強化するために、以下のような具体的な提案が示された。</p> <p>1.情報発信の強化 災害時には正確で迅速な情報提供が必要であり、SNSや防災アプリ、ラジオなど複数の手段を活用することが有効である。</p> <p>2.防災体制の整備</p>

	<p>防災計画の策定や避難所運営マニュアルの作成を平時から進め、行政と住民が連携して準備を整える。</p> <p>3.住民参加の推進 自主防災組織を立ち上げ、定期的な防災訓練を実施することで、地域全体の防災意識を高める。</p> <p>■ 結論 災害発生時に頼れるのは、事前の備えと地域住民同士の連携である。防災意識を日常的に高め、各家庭や地域レベルで備えを進めることが、最終的に多くの命を守ることにつながる。特に、行政だけに依存するのではなく、住民一人ひとりが主体的に取り組む姿勢が求められる。</p> <p>■ まとめ 本講演を通じて、防災は行政だけの課題ではなく、住民一人ひとりが関わるべき重要な取り組みであることが強調された。過去の災害の経験と教訓を生かし、地域全体で防災意識を高めることで、災害に強い社会を築くことができる。今後も引き続き、防災対策の充実と実践的な訓練を重ねることが、未来の安全につながると考えられる。</p> <div data-bbox="395 801 1241 1115"> </div>
開催地より	<p>震災時の具体的な経験及び経験による対応などをお話いただいたことで、実際に大きな災害が起きればどのような行動をとるべきなのかを考え、災害を身近な問題として捉えることができました。自治体の役割や初動対応の重要性を再確認し、今後の防災行政に繋げていきたい。</p>

開催地名	埼玉県 飯能市
開催日時	令和7年1月23日(木)14:00~15:30
開催場所	飯能市役所
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	飯能市役所 58名
開催経緯	大規模災害経験のない市職員を対象として、災害体験についての話及び女性の視点での避難所運営について学ぶ機会とした。 職員の防災意識の醸成と災害対応力の向上に役立てたい。
内容	<p><b>■災害の種類と特徴</b> 講演の冒頭では、災害の種類とその特徴についての説明があった。土砂災害(山つなみ)には、土石流、地すべり、がけ崩れなどが含まれ、これらの前兆をつかむためには視覚、聴覚、嗅覚などの感覚を活用することが重要である。ただし、その前提として防災に関する知識が必要であり、日頃からの学習や訓練が欠かせないとされた。 風水害については、台風の進路予想により「いつ」「何が」発生するかをある程度把握できるため、事前の備えがしやすいという特徴がある。一方、地震は予測が難しく、発生時には室内がまるで「モンスターが暴れている」かのような状況になると例えられた。特に地震では圧死の危険性が高く、家具の固定ができない場合には圧死を防ぐための工夫や避難経路の確保が重要であることが示された。これに関連して、家具固定の有無によるシミュレーション動画が紹介された。さらに、大地震発生後には津波や火災が続いて発生することが多く、その具体例として能登半島地震の珠洲市の事例が紹介された。 また、南海トラフ地震や日向灘地震に関する臨時情報は、調査が終了していることが説明され、日常生活の中での備えの重要性が強調された。</p> <p><b>■平時の防災対策</b> 防災において「自助」「共助」「公助」のどれが最も大切かという問いが投げかけられ、市職員は公助に貢献する立場であるが、平時から個々が防災力を身につけることが重要であると説かれた。生きているうちに防災力を高め、日頃から備えをしておくことが、いざという時に生存率を高める鍵となるとされた。</p> <p><b>■避難所運営と女性の視点</b> 平澤先生が実際に体験した東日本大震災時の千葉県旭市の事例が紹介された。旭市では、津波被害、がけ崩れ、液状化現象が発生し、行政無線の呼びかけにより約3,000人が避難所に身を寄せることとなった。停電の中、投光器の光を頼りに避難所内でおにぎり作りが行われ、7俵分の米が炊き出しに使用されたという実体験が語られた。</p> <p><b>■避難所でのトラブルとその対応</b> 避難所では、様々な問題が発生した。着替える場所がなくプライバシーが確保できない、子供の泣き声が気になる、食べられないものがある、他人のいびきがストレスになる、トイレを控えるために水分摂取を避ける人が多いなどの課題が浮き彫りとなった。また、要支援者のための福祉避難所の設置には、住民一体となった訓練と多角的な視点が必要であることが説明された。旭市の事例では、避難所運営において3交代制が導入され、1か所につき6人の当番体制が組まれていたことが紹介された。</p> <p><b>■女性の視点が活かされる支援活動</b> 要支援者には異なるハンディキャップや障害を持つ人々が含まれており、それぞれに応じた適切な支援が求められる。特に女性の視点が重要となるのは、衛生面、栄養面、介護面、育児面での支援であり、これらの配慮は平時の訓練を通じて育まれることが強調された。</p> <p><b>■災害協定の活用事例</b> 災害時には地域の協力が不可欠であり、その一例として、学校給食センターとの協定に基づき、お盆や食器などを避難所で使用することができた事例が紹介された。また、避難所の主な</p>

活動として、食事の提供や保健衛生の管理、心のケアに加え、避難者から寄せられる多様な依頼にどのように対応したかについても実体験を交えて語られた。

避難所では、柔軟性や想像力が不足していると対応が後手に回ることがあり、気づきや先見の明を持つことが重要であるとされた。さらに、避難者への声かけの大切さや、リーダーシップの発揮、自発性や協力性の向上、臨機応変な対応が求められることが強調された。また、日頃からの地域のつながりが、いざという時の助け合いにつながることも指摘された。

■過去の災害からの学び

災害対応の歴史的な教訓として、関東大震災の際に行われたバケツリレーや、阪神・淡路大震災時の共助の重要性が紹介された。これらの事例をもとに、地域の防災意識を高め、日常生活の中で実践できる取り組みを積み重ねることが、将来の災害時に役立つことが改めて強調された。

本講演を通じて、防災には女性の視点が欠かせないことが明らかとなった。特に、避難所運営においては、衛生面や育児、介護に関する対応が求められ、日頃の訓練を通じて支援体制を整えることが重要である。参加者には、今日学んだ内容を日常の防災活動に活かし、地域全体の防災力向上に貢献することが期待される。



開催地より

日頃から、地域で活動されている方による避難所等での経験談をお聞きすることができて、今後の執務の大きな参考となった。

開催地名	神奈川県 開成町
開催日時	令和7年1月25日(土)13:00~14:30
開催場所	開成町民センター
語り部	仲條 富夫(千葉県旭市)
参加者	開成町町民及び開成町地域防災リーダー 79名
開催経緯	平時より町防災訓練や自主防災会単位での防災訓練を実施していますが、訓練に参加する方は自治会関係者等であり、若い世代の参加が少なく、町内の自主防災組織の重要性と災害に対する意識が低下している。
内容	<p><b>■ はじめに</b>  講演者の仲條富夫氏は、自身の津波被害の経験をもとに、防災の重要性を伝える活動を行っている。千葉県の九十九里地域で育ち、海拔の低い地域に住んでいたことで、過去の津波被害の影響を直接受けてきた。特に東日本大震災では、自宅が津波の直撃を受け、避難の重要性を痛感した。  本講演では、災害時にどのような行動を取るべきか、また防災意識をどのように高めるかについて語られた。「自助・共助・公助」の役割の中でも、特に地域の連携が生存率を大きく左右することを強調し、日頃からの備えが命を守る鍵となると訴えた。</p> <p><b>■ あの日のこと</b>  仲條氏は、東日本大震災発生時の状況を詳細に振り返り、津波の恐ろしさと教訓を語った。震災発生当時、自宅は海岸から50メートルほどの距離にあり、津波の襲来とともに一瞬で水に飲み込まれた。家屋には約2メートル以上の浸水が発生し、仲條氏は寝たきりの母と妹とともに、避難することもできず取り残された。「まさか自分の地域に津波が来るとは思わなかった」という油断が、避難の遅れにつながったと振り返った。  過去の津波の記憶として、1960年のチリ地震津波の経験があった。当時も津波は発生したが、被害は比較的小さく、「津波は来るものの、大きな被害にはならない」という認識が根付いていた。そのため、震災当時も深刻な危機感を持たず、適切な避難行動が取れなかった。  震災時、介護ベッドに寝たきりの母と妹が一緒にいたため、すぐに逃げることはできなかった。「大丈夫だろう」という油断が致命的な状況を生み、津波は一気に押し寄せてきた。家屋は瞬時に倒壊し、家具や瓦礫が流される中、命を守るために必死で耐えた。この経験を通じ、津波の脅威を軽視することの危険性を痛感したと語った。</p> <p><b>■ その後のこと</b>  震災後の避難所生活や復興の過程で、多くの課題が浮き彫りになった。避難所では物資の不足が深刻で、特に水や食料が足りなかった。最初の数日間は支援が届かず、住民同士で食料を分け合う状況が続いた。また、避難所の運営には地域住民の協力が不可欠であり、住民が役割分担をしながら環境整備を進めた。  一方で、ペットを連れて避難した住民が避難所への入所を断られるなどの問題も発生した。これにより、ペット同行避難の必要性が指摘され、今後の避難所運営において対応策を検討する必要があることが明らかになった。  支援物資の管理にも課題があり、多くのボランティアが駆け付けたものの、物資の分配が適切に行われず、一部の人に物資が偏るケースが見られた。公平に分配するためのルールや、受け入れ体制の整備が求められた。  住宅の再建にも時間がかかり、多くの住民が仮設住宅での生活を余儀なくされた。仮設住宅の建設については、「治安が悪化するのではないか」という懸念もあったが、生活再建のための必要な措置として受け入れられた。住民同士の協力が、復興のスピードを大きく左右することを実感したと仲條氏は語った。</p> <p><b>■ まとめ</b>  仲條氏は、災害時に備えて日頃から準備をすることの重要性を強調した。特に、以下の点が命を守るために不可欠であると述べた。  まず、迅速な避難行動が生死を分ける。「まだ大丈夫」という意識が命を危険にさらすことにな</p>

りかねないため、ハザードマップを確認し、避難経路を事前に決めておくことが重要である。家庭での防災対策も欠かせない。食料・水・簡易トイレなどの備蓄を行い、最低3日間は自力で生活できる準備をしておくことが必要である。また、家具の固定や避難用リュックの準備を習慣化し、災害が発生した際にすぐに行動できるようにしておくことが求められる。

地域の防災活動への参加も重要である。自治会や防災訓練に積極的に参加し、いざという時に地域全体で協力できる体制を整えることが求められる。特に、高齢者や障がい者の支援体制を地域で話し合い、支援の仕組みを作ることが必要である。

避難所運営の改善も、今後の課題の一つである。避難所ではお互いに助け合い、役割を持つことで秩序を保つことができる。プライバシーを確保するための間仕切りの設置や、ペット同伴避難の受け入れ体制の整備が求められる。

最後に、仲條氏は「災害はいつ起こるかわからないが、備えることはできる。日頃からの準備と地域の協力が、命を守る鍵になる」と述べ、講演を締めくくった。



開催地より

津波災害についてお話をいただき、早めの避難の重要性を実感しました。当町は津波の被害はないと思われるが、地震、富士山噴火、風水害などの災害は十分に考えられることから町民に対して早めの避難行動の重要性について、周知を行っていきたいと思う。

開催地名	長野県 須坂市
開催日時	令和7年1月25日(土)14:00~15:30
開催場所	須坂市消防本部 大会議室
語り部	渡辺 一夫(長野県佐久市)
参加者	自主防災組織ほか市民 100人
開催経緯	災害経験者が高齢化により減少しており、災害の継承が課題となっている。令和元年東日本台風や令和6年能登半島地震を受け防災意識が向上してはいるが、公助にたよっており自助、共助の意識向上が課題となっている。
内容	<p>■ 自己紹介</p> <p>講師は、かつて臼田町(現佐久市)の消防団副団長、団長を歴任し、防災活動に長年携わってきた。2002年には防災功労者として内閣総理大臣表彰を受賞し、2012年には秋の叙勲で瑞宝単光章を受章した。また、令和元年の東日本台風の際には佐久市入沢区の区長を務め、地域の防災対応に尽力した。</p> <p>■ 災害前の入沢地区の概要</p> <p>災害発生前の入沢地区の様子については、旧青沼小学校の3年生がまとめた資料が紹介された。入沢地区は川の周辺に住宅が密集している地域であり、川沿いには豊かな緑が広がっていた。また、地域住民の生活に欠かせない橋がいくつも存在し、その中には生活橋として使われていた橋もあった。さらに、地域の中心には神社があり、毎年の盆踊りなど、住民が集う伝統的な行事が行われていた。</p> <p>■ 一生懸命に取り組んできた地域活動</p> <p>講師は長年にわたり、地域の活性化や防災に関わる活動を精力的に行ってきた。幼少期には、地域の住民に見守られながら育ち、そうした支えに感謝していると述べた。その後、自身の成長とともに地域活動への関心が高まり、さまざまな取り組みを進めてきた。昭和57年には「ふれあい橋の会」を結成した。この活動は、町長選挙に立候補して落選したことがきっかけだったという。その際に、多くの若者たちとつながる機会を得たことが、地域活動の発展につながった。</p> <p>平成16年には「一歩の会」を結成し、日本の伝統文化を継承することの重要性を訴えた。現代社会では地域のつながりが希薄になりつつあることを憂い、世代を超えた交流の場をつくることを目的とした。</p> <p>さらに、平成26年には「入沢鳥獣被害対策協議会」を設立した。入沢地区では、鹿などの野生動物による農作物の被害が深刻化しており、地域全体で問題に取り組む必要があった。こうした対策活動を進めることで、農業の持続可能性を高めることを目指した。</p> <p>また、平成28年には「ふれあい広場」を開設した。かつては25年間にわたり地域運動会を開催していたが、少子高齢化の影響で運営が難しくなったため、音楽演奏やさまざまな交流ができる広場として活用する形に変えた。この取り組みにより、地域住民が集い、コミュニティのつながりを維持する場が確保された。</p> <p>こうした長年の活動を通じて、多くの仲間ができた。この仲間たちは、令和元年の東日本台風の際に災害対応に尽力し、地域を支える重要な存在となった。</p> <p>■ 令和元年東日本台風の状況</p> <p>令和元年の東日本台風では、これまで経験したことのないほどの豪雨が降り続いた。たった1日で1年の半分に相当する降水量が記録され、地域の河川は急激に増水した。ドライブレコーダーの映像を振り返ると、川の水位が異常な速度で上昇し、勢いよく流れる様子がはっきりと確認できた。この映像は、台風による河川の増水がいかに危険であるかを示す貴重な記録となった。</p> <p>台風の影響で地域の橋は損壊し、住宅やインフラにも深刻な被害が及んだ。こうした災害を経験し、地域防災の重要性が改めて認識された。今後も、地域の連携を強化し、災害に強いまちづくりを進めることが求められる。</p>

	
開催地より	<p>住民の「共助」の大切さについて講演をいただいた。特に避難所については市と住民、住民同士の協力が不可欠であり、この講演を通じ今後の災害に活かしていきたい。</p>

開催地名	大阪府 岸和田市
開催日時	令和7年1月25日(土)14:00~15:30
開催場所	福祉総合センター
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	防災福祉コミュニティ(自主防災組織):95人、一般参加者:19人、職員(危機管理部危機管理課):7人
開催経緯	本市では、現在、防災福祉コミュニティ(自主防災組織)が結成され、平時から地域住民による自主的な防災活動の推進・向上を目的に活動している。また、地域間での防災体制の確立や相互連携を図ることを目的に市内の全防災福祉コミュニティで協議会を結成している。その協議会にて、「被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい」という意見があり、防災講演会を開催することとなった。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>本講演では、2014年8月の豪雨による土砂災害の経験をもとに、防災の重要性や、地域住民が取り組むべき防災活動について語られた。災害発生時の状況や避難の経緯、伝承館設立の背景を通じて、自然災害への備えの必要性が改めて強調された。</p> <p>① ビデオ鑑賞</p> <p>講演の冒頭では、伝承館で上映されている2014年8月豪雨による土砂災害の映像が鑑賞された。この映像には、被災者が語る当時の状況や、災害による影響が記録されており、当時の恐怖や避難の困難さが生々しく伝えられた。災害のリアルな映像を見ることで、参加者は自然災害の脅威を改めて認識し、防災の意識を高める契機となった。</p> <p>② あの日のこと</p> <p>講演者は、災害発生当時の状況を振り返り、その恐怖と教訓を語った。初めて聞くような連続した雷の音が鳴り響き、不安を感じていたという。普段なら聞こえるはずの生活音や車の走行音が途絶えたことに違和感を覚え、さらに異臭が漂い始めた。特に、倒れた木が流される際に生じた裂けた木の香りの異様な臭いがしたことが印象的だったと語った。</p> <p>息子からの連絡を受け、避難しようと試みたものの、足元が埋まり、身動きが取れなくなる場面があった。家の敷地外へ出るだけで通常であれば数秒の距離が、15分もかかるほどの困難な状況であった。別の時にはレスキュー隊の支援を受け、命を救われたという体験を共有した。</p> <p>③ 伝承館ができた経緯</p> <p>土砂災害の経験を風化させず、次世代に災害の教訓を伝えるため、伝承館の設立が決定された。「被災者自身が運営することに意義がある」との判断から、住民主体での運営となった。運営方針として、「自分たちと同じような辛い経験を子や孫にさせたくない」という住民の願いが込められている。開館後は、地域の子どもたちや来館者に対し、防災の記録を伝え続けている。</p> <p>■ 防災リーダーが行う研修について</p> <p>防災リーダーは、地域の防災意識向上を担う重要な存在である。本講演では、防災リーダーの役割と、地域住民の意識を高めるための取り組みについて紹介された。</p> <p>① 防災リーダーの役割</p> <p>防災リーダーとして最も重要なのは、日頃から防災意識を高めることである。そのためには、日常的に防災に関する情報を収集し行政の担当者と同様顔なじみになっておくことが有効である。定期的に新たな情報を得ることで、地域の防災対策を適切にアップデートすることが求められる。</p> <p>また、命を守るためのテクニックやスキルを身につけることも重要である。しかし、自身が被災した場合、すぐに支援活動にあたることは難しくなる。そのため、近隣の防災リーダー同士で連携を強化し、協力体制を確立しておくことが不可欠である。</p> <p>② 防災のイベント</p> <p>市民の防災意識を向上させるためには、参加型のイベントを実施することが効果的である。講演の中では、具体的な防災イベントの例として、キッチンカーを活用した催しの提案がなされた。</p>

また、防災学習会では、単に講師が一方向的に話す形式ではなく、参加者が主体的に学べるような工夫が求められる。特に、クイズ形式を取り入れることで、楽しみながら知識を深めることが可能となる。実際の災害時を想定したロールプレイングやワークショップを取り入れることで、実践的な防災力を身につけることができる。

■ まとめ

本講演を通じて、災害の教訓を伝え、防災の意識を高めることの重要性が強調された。特に、災害時の経験を記録し、次世代に伝承する取り組みは、地域全体の防災力向上に寄与するものである。また、防災リーダーの役割として、日常的な情報収集や、近隣との連携強化が必要であることが示された。

さらに、市民が主体的に参加できる防災イベントを企画し、防災意識の定着を図ることが重要である。クイズ形式の学習や実践的な訓練を通じ、地域住民一人ひとりが災害時に適切な行動を取れるよう準備していくことが求められる。

災害はいつ起こるか分からない。しかし、備えをしっかりと整えることで、被害を最小限に抑えることができる。講演者の体験を通じて、「防災は、日常の一部として意識すべきもの」というメッセージが伝えられた。



開催地より

災害時の対応について、「公助」には限界があり、「自助」特に「共助」の役割が地域防災力に不可欠であると痛感した。また、実災害を体験している語り部の体験談を聞くことで、災害について我が事として感じてもらうことができたのではないかと感じた。今後の防災講座にて今回の講演内容等を活かしていきたいと考えている。

開催地名	沖縄県 宜野湾市
開催日時	令和7年1月25日(土)10:00~11:30
開催場所	男女共同参画支援センターめぶき
語り部	石川 恵美子(東京都町田市)
参加者	宜野湾市民28名
開催経緯	災害経験者の生の声を聞くことにより、災害に備えた意識啓発を高めてもらい、自助の重要性を市民へ伝え認識してもらう。また、自主防災組織を中心に宜野湾市における災害対応力の強化を図り、共助で自分の住む街を守る意識づくりを持ってもらう目的に開催。
内容	<p><b>■自己紹介</b>  学生時代、新宿区の漫画喫茶でアルバイト勤務中に東日本大震災を経験した。当時、帰宅困難となった駅前滞在者の受け入れ対応に携わったことが契機となり、防災に関する仕事に関わりたいと考えるようになった。  その後、町田市役所に入庁し、2016年には熊本地震でのボランティア活動を経験。2017年度から2022年度にかけて町田市防災課に所属し、防災対策の業務に従事した。2018年には、西日本豪雨で被災した岡山県倉敷市への派遣業務を担当し、また新規採用研修の講師としての経験も積んだ。  2023年度からは、総務省消防庁の「防災意識向上プロジェクト」において語り部として委託を受け、兼業申請のもと、防災意識向上のための活動を継続している。</p> <p><b>■過去に実際にあった災害</b>  日本ではこれまでに多くの地震や洪水などの災害が発生してきた。それぞれの地域において適切な防災対策を講じることが重要であるが、地域ごとの特性や環境に応じて、必要な備えは異なってくる。  本講演では、過去に発生した地震やその他の災害において、実際にどのような備えが必要だったのかを振り返り、それぞれの地域の特徴と課題を確認する。これを通じて、自身の住む地域でどのような備えが求められるのかを考えるきっかけとし、実際の防災対策に活かしていくことを目的とする。</p> <p><b>■東日本大震災での被災について</b>  語り部の石川さんは、学生時代にアルバイト勤務していた漫画喫茶で東日本大震災に被災した。大きな揺れを体験した後、電車が停止し、多くの帰宅困難者が駅周辺に集まり始めた。店舗では受け入れを行っていたが、すぐに満席となり、床に座って過ごす市民も多く見られた。  石川さん自身は休むことなく働き続けていたが、夜中になって次の勤務者が徒歩で職場まで来たため、深夜になってようやく帰宅することができた。その後、岩手県での震災の被害状況を知り、大規模災害が各地で発生していることを実感したという。  振り返ると、当時の対応には多くの反省点があった。例えば、建物の安全確認を十分に行わないまま営業を続けていたことや、入口に張り紙をして状況を知らせるなどの工夫ができていなかったことが挙げられる。これらの経験を通じて、災害時の対応においては事前の備えや迅速な判断が重要であることを学んだ。</p> <p><b>■岡山県での被災地での経験について</b>  初めて被災地への派遣業務に従事した際、現地の被災者との直接的な接触は原則として禁止されていた。そのため、必要な支援を適切に届けるための情報収集が難しく、関係機関との連携が十分に取れない状況が生じていた。結果として、人材のプッシュ型投入が先行先立ってしまった結果避難所では支援側の人余りが生じる一方で廃棄物の仮置き場には多くの未処理の廃棄物が積まれたままになっているなど、支援職員の適所配置がなされていないと感じた。語り部を含む東京都の各市からの職員は現地へ到着するまでこの現状を知らされていなかったため、派遣元都道府県と現地連絡職員の間で情報連携に課題を感じた。  この経験から、被災地における支援活動では、関係機関同士の円滑な連絡体制が不可欠であることを痛感した。今後の課題として、災害発生時の情報共有の在り方や、支援をより効果的に行うための調整方法について議論を重ね、具体的な対応策を構築していくことが求められ</p>

る。

■ まとめ

今後発生する可能性のある災害に備えるためには、日々の防災意識を高め、適切な準備を行うことが重要である。防災対策は地域によって異なり、それぞれの環境に応じた準備が求められるため、一人ひとりが自身の住む地域のリスクを理解し、それに応じた対策を講じることが必要となる。

また、防災は個人の備えだけでなく、地域住民同士の協力が不可欠である。災害時に円滑な対応を行うためには、日頃からのコミュニケーションを大切にし、地域全体で支え合う意識を持つことが重要である。講演の最後には、こうした防災への意識と地域のつながりの大切さを再認識し、それぞれが今できる準備を進めていくことが求められると話し、まとめとした。



開催地より

性別、年齢、職業問わず多くの地域住民の方にご参加いただくことができた。講演会終盤には、参加者から講師の石川さまへ積極的な質問が行われ、聞くだけではなく、防災に対しての活発な意見交換も行われていた。

開催地名	大阪府 忠岡町
開催日時	令和7年1月26日(日)10:00~11:30
開催場所	忠岡町ふれあいホール
語り部	菅原 康雄(宮城県仙台市)
参加者	90人
開催経緯	大阪湾沿岸部に位置している本町は、南海トラフによる海溝型地震や、上町断層による直下型地震を想定して、東日本大震災や阪神・淡路大震災を教訓とした、防災訓練や避難訓練を実施している。また、訓練実施にあたっては、町内11団体の自主防組織が中心として活動しているが、近年、大規模災害を経験したことがなく、防災意識の希薄化も垣間見え、更なる自主防組織の意識向上及び組織強化を図る取り組みが必要であり、課題であるため。
内容	<p>■ はじめに 本講演では、宮城県仙台市宮城野区福住町における住民主導型の地域防災モデル「福住町方式」を紹介し、地域の自主防災活動の重要性について語られた。福住町は407世帯、約1,100名が暮らす地域であり、特に行政に頼らない防災力の強化に取り組んできた。地域住民自らが防災計画を立案し、減災のための対策を実践している点の特徴である。講演では、東日本大震災時の住民の対応や、現在進行形で進められている防災活動について具体的な事例が挙げられた。</p> <p>■ 福住町の防災に対する取り組み 福住町では、防災を単なる防災訓練に留めるのではなく、「減災訓練」として捉え、災害に即応できる体制を強化している。具体的には以下のような取り組みを行っている。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.防災計画の策定 ○災害予防(減災)のための計画立案、災害発生時の応急対策の実施(訓練)、住民全員が参加できる協力体制の構築、復旧・復興の支援体制整備</li> <li>2.住民の意識改革と取り組み ○高齢者や障がい者の安否確認のための名簿作成、災害発生時の救急医療体制の確立、簡易トイレや衛生対策の準備、地域の復旧・復興に向けた協力体制の構築</li> </ol> <p>■ 東日本大震災直後の福住町住民の行動 東日本大震災発生後、福住町の住民は行政の支援を待つのではなく、自らの力で対応した。初動の10日~14日間は、住民が協力し合いながら状況を乗り切った。その際の主な対応として以下が挙げられる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の安否確認を名簿をもとに迅速に実施し、1時間以内に2回の確認を完了した後、災害対策本部へ報告した。</li> <li>・町内の集会所を避難所として活用し、指定避難所へは行かない方針をとった。</li> <li>・集会所に隣接する公園に簡易トイレや瓦礫の仮置き場を設置し、住民が利用できる環境を整えた。</li> <li>・町内会として、指定避難所に食材を提供し、調理・加工支援を行った。</li> </ul> <p>■ 避難所の問題点 震災時、避難所には多くの問題が発生した。過密状態による衛生環境の悪化、トイレ不足、物資の偏りなどが挙げられる。また、プライバシーの確保が難しく、特に女性や高齢者、子どもにとって厳しい環境であった。福住町では、これらの課題を教訓に、事前に備えておくべき対策を検討している。</p> <p>■ 震災の教訓と検証 福住町では、東日本大震災の経験をもとに、以下の継続的な取り組みを行っている。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.災害時の相互協力協定の締結と交流 ○地域間での相互支援を可能にする体制づくり</li> <li>2.住民主体の防災体制の強化 ○「備える」「頼れる」地域づくりを推進</li> <li>3.支援活動の強化 ○受け取った支援物資を他の被災地域にも届ける支援活動を展開</li> <li>4.メンタルヘルスケアの実施 ○PTSD対策や被災者の心のケアに重点を置く</li> </ol> <p>■ 動物への対応 災害時、ペットの避難に関する対応も重要な課題となる。福住町では、動物は「丈夫だから屋外</p>

でも大丈夫」という考えを改め、ペットも大切な家族として扱うことを提唱している。具体的には、適切な環境を確保し、テント内での飼育や専用スペースの確保などが求められる。

#### ■ 福住町の防災意識向上活動

地域の防災意識を高めるために、以下の取り組みを継続的に実施している。

- ・日頃のご近所づきあいの強化
- 地域の融和を図り、災害時に助け合える関係を築く
- ・見守り活動の推進
- 高齢者や障がい者が安全に生活できるよう支援
- ・小学生の参加
- 防火・防災訓練に小学生を積極的に参加させ、防災意識を育む

#### ■ たいせつなこと

防災においては、「自助・共助(互助)・自制・他助・扶助」の意識を持つことが不可欠である。自らの身を守ることを第一としながら、地域住民と協力し合うことで、より強固な防災体制を築くことができる。

#### ■ 巨大災害から得た教訓

過去の災害経験から学ぶべき点として、次のような認識が重要である。

- ・災害は止むことがない
- ・危機管理意識を持ち、自分の命を守る方法を常に考える
- ・防災活動を日常に組み込み、継続的に取り組む

#### ■ 福住町の減災訓練

福住町では、単に「災害が来るから訓練をする」のではなく、「災害に立ち向かう力を身につけるための訓練」を行っている。そのため、実際に災害が発生した際に即応できるよう、実践的な訓練を重視している。

#### ■ 現在注力している取り組み

##### 1.次世代の育成

- 小学生・中学生を防災訓練に参加させ、実体験を通じて学ばせる

##### 2.女性の防災力の活用

- 災害時にこそ女性の生活力や判断力が重要であり、より多くの女性が防災活動に参加できる環境を整える

##### 3.タイムラインの活用

- 「行動計画表(タイムライン)」と「個人の事前準備(マイタイムライン)」を住民に周知し、危機管理意識を高める

#### ■ まとめ

本講演では、「福住町方式」による住民主導型の防災活動について詳しく紹介された。行政に頼るのではなく、地域の力で防災を推進することの重要性が強調され、実践的な取り組みが紹介された。今後も、地域の防災力を高めるために、次世代の教育や女性の積極的な参加が求められる。防災意識の向上と共に、具体的な行動を継続していくことが、究極の減災につながると結論づけられた。



開催地より

福住町の防災に対する取り組みや福住町自主管理マニュアル等の紹介をしていただき、東日本大震災での活動の経験や教訓について講演いただきました。また、町内会での防災訓練等の事例も紹介していただきました。

開催地名	福岡県 大野城市
開催日時	令和7年1月26日(日)10:00~11:30
開催場所	大野城まどかぴあ 多目的ホール
語り部	高橋 健一(宮城県山元町)
参加者	59人
開催経緯	本市では警固断層を震源とした直下型地震による甚大な被害が予想されるが、大規模で災害の被災経験がなく、実際にどのようなことが起きるのかイメージが難しい課題がある。そこで地域防災力の向上を図るため本市の防災士に対し、被災地での活動等実体験の話を通じて直接聞く機会を設けた。
内容	<p>■「防災士会みやぎ」の主な活動          防災士の資格を取得する人は増えているが、実際に活動に参加している人の数は少ないのが現状である。資格を活かし、地域の防災力向上に貢献する人材を増やしていくことが課題となっている。</p> <p>■避難所運営の実際～山元町立山下中学校の場合～          山元町は海に面した地域であり、東日本大震災では甚大な被害を受けた。町内にある山元町立山下中学校は台地に位置し、津波の影響を受ける心配が少なかったため、多くの避難者が集まった。          震災当日の3月11日は卒業式が行われており、生徒はすでに下校していた。その後、避難者が続々と学校に集まり、教職員と3名の役所職員が対応にあたった。          教室を避難空間として使用することで、避難者同士の小さなコミュニティが生まれた。避難生活の初めの3日間は、役所職員が地域を回って米を集めるなどし、自力で食料を確保した。水洗トイレが断水で使用できなくなったため、当初は中学生がプールの水を汲んで対応していたが、放射線の影響が懸念されるようになり、その後は大人が担当するようになった。          避難所では、部屋ごとに代表者を決め、定期的に連絡会を実施した。ペットの扱いや毛布の確保、隠れて飲酒をする人の問題、盗難の発生など、様々な課題に直面しながらも、避難者自身が主体的に食事の準備や自警活動を行い、「何か役に立ちたい」「協力したい」という意識のもとで運営が進められた。          3月19日には避難所内でインフルエンザが発生し、感染者が増加したため、自衛隊の医師が巡回し、感染対策を指導した。同日、自衛隊による仮設浴場が設置され、避難者は久しぶりに入浴することができた。3月21日には電気と水道が復旧し、洗濯が可能となり、電子レンジや衛星電話も設置されるなど、生活環境が徐々に改善されていった。          避難所運営に携わった職員は多忙を極めたが、避難者自身が積極的に役割を持ち、体を動かし、皆のために行動することで、心身ともに前向きな気持ちを取り戻していったと感じている。</p> <p>■東日本大震災 山元町の状況          山元町は遠浅の海岸であることから、津波の被害は少ないという先入観があった。そのため、直ちに避難すれば助かったはずの命が多く失われた。過去の経験を基にした判断の限界を認識し、「絶対に安全な場所はない」という意識を持つことが重要である。</p> <p>■災害地での教訓・今後の取り組み          「ここは大丈夫」といった過去の経験に基づく対応には限界がある。災害はいつどこで発生するかわからず、「災害は必ず来る」という心構えを持つことが求められる。そのためには、平時からの取り組みが不可欠であり、防災士の役割が大きい。防災士が地域に根差し、住民と共に防災意識を高める活動を行うことが重要である。</p> <p>■災害関連死          能登半島地震では、災害関連死が287名に上り、そのうち80%が発生から3か月以内に亡くなっている。特に、70歳以上の高齢者が9割を占めており、高齢者の避難環境やケアの重要性が浮き彫りとなった。</p> <p>■避難所の役割          避難所は単に安全を確保する場所ではなく、避難者が将来避難所を出た後、自立して生活できるように心の準備をする施設である。また、避難してきた人々だけではなく、地域全体の被災者への支援拠点としての役割も持つ。</p> <p>■避難所運営          避難所を円滑に運営するためには、事前に誰がマニュアルを作成し、何を定めるかを明確にし</p>

ておくことが重要である。避難所運営は「してもらう」のではなく、「自らする」という意識を持つことが求められる。

感染症対策として、避難所のレイアウトを工夫し、感染者や濃厚接触者、要配慮者、一般避難者、ペット同行避難者を分けるゾーニングを行う必要がある。また、高齢者や障がい者、乳幼児連れの家族など、要支援者への対応を適切に行うための準備も不可欠である。

さらに、避難所運営においては女性の参画が必須である。避難生活では衛生管理や食事の準備、子どもや高齢者への配慮が必要となる場面が多く、女性ならではの視点が活かされる場面が多いためである。

#### ■避難所のルールづくり

避難所では、事前に基本的なルールを決めておくことで、スムーズな運営が可能となる。避難生活の質を向上させるための重要な要素として「TKB(トイレ・キッチン・ベッド)48」がある。これは「スフィア基準」をもとにしたものであり、避難所の環境整備の基準として参考にされている。

#### ■防災庁の設置準備室の立ち上げ

防災庁の設置準備室が立ち上がり、防災体制の強化が進められている。今後、行政だけでなく、民間の防災専門家の力が求められる場面が増えることが予想される。そのため、防災士などの有資格者は、資格を取得するだけでなく、実際の防災活動に積極的に関与し、リーダーとして地域防災に取り組んでいくことが重要である。

#### ■「イツモノート」の考え方

「イツモノート」とは、「地震が起きる可能性はいつもある」という意識を持ち、災害を私たちの生活の一部と考えることを指す。防災は特別なものではなく、日常の延長線上にあるものとして捉えることが重要である。日頃から「災害が起きたらどうするか」を意識し、実践的な備えを行うことで、いざという時に迅速に対応できるようになる。

これからの防災は、「備えることが当たり前」という意識を地域全体で共有し、個人と地域が連携していくことが求められる。



開催地より

講演の中では、防災対策として防災教育の普及、学校との連携、定期的な訓練が挙げられた。市として学校と協力する重要性が再認識することができたので、今後の防災行政に活かしていきたいと思う。

開催地名	福岡県 春日市
開催日時	令和7年1月28日(火)13:30~15:00
開催場所	春日市役所
語り部	蔵原 正敏(熊本県宇城市)
参加者	56人
開催経緯	近年、風水害などの被害は少ないが、本市では警固断層という活断層が市内の真下を走っている。2005年には西方沖地震(警固断層の北西部が震源)があり、市内にも被害をもたらした。警固断層の南東部を震源とする地震はいつ発生してもおかしくない状況であり、最大震度6強との想定もある。上記のような背景のもと、同じ九州で起きた熊本地震での活動等実体験の話を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>■語り部の熊本地震での対応</p> <p>語り部は、平成28年熊本地震の際、宇城市役所の危機管理課長として災害対応に従事した。行政が行った対策や地域全体での協力について、実体験をもとに講演が行われた。</p> <p>■熊本県宇城市について</p> <p>宇城市は熊本県のほぼ中央に位置する。地震以前にも台風による高潮や豪雨など、風水害の経験は何度もあり、それに対する対応策は整備されていた。しかし、地域には活断層が存在しているものの、「地震は来ないだろう」という先入観があったことが指摘された。</p> <p>地震発生後、物資の荷下ろし対応には地域の消防団が活躍した。また、当初避難所として想定していた体育館が使用できなかったため、文化ホールのエントランスを使用することとなった。多くの被災者がグラウンド内で車中泊を余儀なくされた。</p> <p>■災害当時の状況</p> <p>熊本地震では1年の間に多数の地震が発生した。最初の地震発生時、語り部は自宅で被災し、その後車両で登庁。道路に出ている多くの住民に対し、家から離れるよう呼びかけを行った。その後、何度も余震が続き、徐々に落ち着いてきたと思われたところで、本震が発生。8月頃まで強い揺れが続いた。</p> <p>■初動対応</p> <p>語り部は発災後10分程度で市役所に登庁。まずは救助要請の有無を確認。地震発生から1時間足らずで災害対策本部が設置され、避難所を11か所開設し、登庁してきた職員を随時派遣し、避難所の安全確認後、避難所を開設した。</p> <p>翌朝には第2回災害対策本部が開かれ、要支援者の安否確認、被害状況の調査が進められた。また、断水した地域に対しては、自衛隊に給水、給食、入浴、救護の支援要請を行った。翌日には本震が発生し、地域住民と協力しながら被害状況の把握に努めた。</p> <p>■被害状況</p> <p>熊本地震では、地域住民の協力も大きく、地震直後にはガス臭がする中で、各地域の住民が元栓を閉めに回り、大規模な火災を防ぐことができた。また、10日間のうちにのべ1万人の非常勤の消防団員が消防団活動に従事し、夜間の見回りを実施。これにより、火災や犯罪の発生を防ぐことができた。</p> <p>さらに、車中泊避難者の健康維持のため、防災行政無線などを活用し、時報代わりにラジオ体操や健康管理の呼びかけを行った。</p> <p>■避難所運営</p> <p>公設避難所以外にも、車中泊、地域の公民館、軒先避難など、さまざまな形で避難する住民が多くいた。しかし、これらの住民に対する支援や状況の把握が難しく、大きな課題となった。市役所職員は避難所運営だけでなく、食事の提供にも追われ、支援物資が届くまでは地域の企業等の協力を得ながら食料を調達し、各避難所に分配した。職員は極めて多忙を極め、十分な睡眠を取ることままならない状況が続いた。</p>

	<p><b>■支援物資の受け入れと配布</b>          全国から多くの支援物資が届いたが、それらを一時的に保管する場所の確保が必要だった。また、物資の荷下ろし作業は肉体的に非常に負担が大きく、多くの人手を要した。          一部の地域では、SNS の影響で、地域の代表宅に大量の支援物資が送られる事態も発生し、受け取りの調整が難航する場面もあった。その後、「物資は十分に確保されている」という情報を発信することで、物資の集中を防ぐことができた。          また、配布に関しては、地域の協力を得て、地域ごとに無駄なく分配されるよう調整が行われた。          さらに、大量の災害ゴミが発生し、夜間の不法投棄を防ぐため、各地域で計画的に収集対策が取られた。</p> <p><b>■罹災証明の発行</b>          罹災証明書の発行は市職員が中心となって調査を行い、対応した。当初は多くの被災者が市役所に殺到し、混雑が発生したため、途中から整理券を取得後、一旦帰宅するなど外出方式をとり、防災行政無線やホームページなどを活用し、交付状況を住民に案内することで、混乱を最小限に抑えた。</p> <p><b>■日頃からの訓練の重要性</b>          宇城市では、合併した 5 つの町ごとに順番に防災訓練を実施し、地域の特性に応じた対応を学ぶ機会を設けていた。          また、消防団や地域代表、民生委員が協力し、要支援者宅を訪問し、安否確認訓練を行っていた。この訓練では、住宅用火災警報器の設置状況の確認なども併せて実施し、日常的な防災意識の向上に努めていた。これらの取り組みが、熊本地震発生時にも大いに役立った。</p> <p><b>■総括</b>          避難所運営は、最終的に行政職員が対応を担う形となったが、可能であれば避難者自身が運営に参加する体制を整えておくべきだったと振り返られた。事前に住民主体の避難所運営訓練を実施していれば、より円滑な運営が可能だったと考えられる。          また、災害対応においては、事前の備えが何よりも重要である。特に、避難所の運営方法や支援物資の管理、情報共有の仕組みなど、平時からの準備が災害時の迅速な対応につながることを改めて強調された。          今回の熊本地震での経験を教訓とし、今後の防災活動に活かしていくことが求められる。</p> <div data-bbox="395 1424 860 1686"> </div> <div data-bbox="874 1424 1342 1686"> </div>
開催地より	<p>講師は元危機管理部局の行政職員であった。今回、自主防災組織向けの開催であり、把握している範囲で地域の実情を盛り込みながら、講話をしていただいたため、地域としてどういう動きが必要かも学ぶ機会となった。</p>

開催地名	奈良県 桜井市
開催日時	令和7年1月30日(木)13:30~15:00
開催場所	桜井市役所本庁舎3階 災害対策本部室
語り部	高津 智子(岡山県岡山市)
参加者	40名
開催経緯	地震、台風、記録的豪雨など様々な自然災害が日本全国で多発している。特に桜井市内には奈良盆地東縁断層帯が走り、最大震度7の地震が想定されているが、これまで大きな災害を経験したことがなく、災害時にどのような状況に陥るのか、どのような対応が求められるかなど、職員の災害に対する認識、意識が高いとは言えない状況であるため、災害対応を実際にされた方の体験談を聞き、防災意識の向上を図りたい。
内容	<p><b>■真備町の水害状況</b>  岡山県は、「晴れの国 岡山」とアピールしてきた。大規模災害の少ない県でもあった。しかし、平成30年7月豪雨により、倉敷市真備町は甚大な被害に見舞われた。約6年半前の7月6日の深夜、真備町では、小田川と支流の川が氾濫し、相次いで決壊(8か所)、町の3割(1200ヘクタール)、最大約5mまで浸水した(浸水エリアはハザードマップと同じ)。真備町の人口の約1割にあたる2000人が逃げ遅れ、51名が亡くなった(そのうち9割が65歳以上の高齢者)。明治26年(132年前)にも大きな災害はあったが、その教訓は生かされておらず、避難しなかった理由を尋ねたアンケートでは、「これまで災害を経験したことがなかったから」「2階に逃げれば大丈夫だと思ったから」という回答が多かった。安全安心の思い込みが最大のリスクだと痛感した。  避難所となった小学校は、7/6から10/1まで開設、学校再開は9/3より、浸水した他校との共生は10/9から翌年の12/20までとなった。</p> <p><b>■避難所運営を通じて考えたこと(校長として避難所運営に携わって…)</b>  ○筋論やマニュアルは通用しない(しかし、実効性のあるマニュアルは必要)  ・「避難所運営は、本来市の職員の仕事」と言われるが、避難所に、行政担当者は一人かもしれない。  ・発災直後に災害ボランティアは入らない。  ・非常時は平時とつながっている。  ・災害時には、ヒトとモノが不足する。まさかの事態に地域の資源を最大限に生かすことができるよう、事前に地域住民や支援団体、行政等とつながっておくことが大事。  ○人を救うのは人  ・人の命や生活を奪う災害に向き合ったときに、どう行動するか。  ⇒目の前のつらい思いをしている人のために、少しでも安定した環境を提供することができないか、救えないかもしれないけれど、寄り添うことはできるのではないかな…。  ・正解はどこにもない中で、できることを、できる人が、できるときにする。  ⇒同時多発的に問題に直面し、判断を求められる状況。目の前に問題が表れたとき、誰が解決するのだろうと考えるのではなく、どうやって解決するかを考えることが大事。  ・動かないと何も進まない「Do&amp;Think」  ⇒「考える」と「実際にやってみる」の差は大きい。  ・リーダーとリーダーに協力する人が必要。チームで動くこと(組織)が大事。  ⇒私自身も教職員や支援団体等に助けられ、支えられた。チームの力を実感。</p> <p><b>■災害発生・避難所運営</b>  平成30年7月6日の夜、避難者が想定外の多さだったことで、教室も開放せざるを得なかった(学校防災マニュアルは通用しない)。7月7日の早朝に届いた食料は、人数分には到底足りなかった。食料の配給に長い列ができ(まるで戦時下のような状況)、食べ物がなくなることがこれほど悲しく心細いことかと思った。断水によりトイレが詰まり始め、プールの水を運ぶ。固定電話・インターネットが遮断され、自分の携帯電話でしか、情報収集や児童の安否確認ができない状況となった。  教職員の協力により、避難所を安定に向ける。(教職員の勤務時間を6時間にして、二交替制にする)。避難所の学習室で、児童の災害遊びが見られた。被災後の子どもたちの心身の変化等を見逃さないよう、心のケアが大切であることを痛感した。11日にエアコンが設置され、また、医療チームも到着したことにより、避難所の環境が少し改善した。支援物資の調達が滞ることがあり、ボランティアによるSNSの活用は有効であった。しかし、SNSを使えるかどうかで情報格差が生まれ、また、高齢者・外国人のニーズの把握が遅れ、支援が後手に回ることもあった。  避難所運営において、チームの力は大きかった。各種支援団体と毎日チーム会を開催し、問題</p>

を出し合い、その解決方法を検討し、実行していった。併せて、地域の方との会も行い、物資の配送やトイレ掃除、在宅避難者への連絡等に協力してもらった。  
 段ボールベッドを避難者や支援団体、教職員と協力して設置したことで、避難者の代表者を各設置場所から選ぶことができた。各場所の代表者を男性と女性の2名にしたことは、その後の避難者による自治組織(代表者会)の運営においてよかった。トイレ掃除の男女の分担、女性専用の洗濯の干場、妊婦や授乳者への対応など、女性の視点も重要であった。様々な場面において、チームで動く成果を実感した。  
 災害時には、情報が限定的になりがち。県、市町村、学校(避難所)の情報伝達・共有が必要。非常時には、柔軟性、臨機応変、すぐ動くことなどが重要である。

■「まさか」を「もしも」へ(ワークショップ)

地震発生時の対応を想定したワークショップを実施。参加者は、「どのような行動をとるか」「その理由」を記入し、ペアで話し合った。

・主な意見

初動対応:机の下に潜る、自分の安全を確保

揺れが収まった後:玄関を開ける、靴を履く、家族と合流

情報収集:スマートフォンやラジオで最新情報を得る

避難行動:避難場所の確認、一人暮らしの近隣住民の安否確認

このワークを通じて、「南海トラフ地震」のリスクを改めて認識し、個人レベルでの防災行動を考える機会となった。

■まとめ

いつ、どれくらいの自然災害が起きるかは想定外。しかし、自然災害が起きたらどうなるかは想定内。想像力を高めて「もしも」に備えること、災害をイメージし、防災につながる行動へつなげることが大切。改めて想定範囲を広くしてほしい。大丈夫だろうと考えることがリスクマネジメントの最大の敵。リスクを見つけて、リスク対策を実行することが必要。

憂いなければ備えなし。非常時は平時とつながっている。準備をしていたことだけが命を守る。防災教育は、直ちに成果の出る特効薬ではなく、漢方薬である。子どもたちが社会人となり、例えば、桜井市から出て、東京や四国、九州などで働くようになったときに力を発揮して、自分の命を守り、大切な人の命を守ることができるのではないか。地域ぐるみで防災意識を高める取組が必要。

避難行動を、「空振り」と考えるのではなく「素振り」の練習と考えて実行すること。災害を自分事としてとらえて、持ち場、持ち場で備えてほしい。



開催地より

被災地での避難所の現状を知ることができ、大変勉強になった。やはりトイレ環境の整備はまずしなければいけないと感じ、避難所運営に携わる各機関との連絡・調整手段の整備もしなければいけないと感じた。

開催地名	愛媛県 八幡浜市
開催日時	令和7年1月30日(木)14:00~15:30
開催場所	八幡浜市民文化活動センター
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	八幡浜市民117名(自主防災組織、学校関係、社会福祉関係)
開催経緯	本市では、南海トラフ巨大地震の発生を危惧しており、令和6年度は、4月、8月、9月と地震が発生し、8月の地震では、運用後初となる「南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)」が発令された。地震を含む大規模災害はいつどこで起こるのか分からないことから、市民に対する防災意識向上を目的として開催し、特に避難所においては、女性や子供等への細かな配慮が行えるよう、女性視点を取り入れた避難所運営の在り方を聞くことで、今後の対応を学びたい。
内容	<p>■自己紹介 千葉県旭市にて東日本大震災を被災。その後、旭市ボランティア連絡協議会会長などの役職を務め、被災経験をもとに防災意識の向上を目的とした活動を続けている。</p> <p>■概要 ●「防災力」について 災害にはさまざまな種類があるが、土砂災害や風水害などは視覚・聴覚・嗅覚を通じて情報を読み取り、予測することが可能である。しかし、単に知識を持つだけでは不十分であり、知識を活用し行動に移してこそ「防災力」が備わる。防災力とは、被害を最小化するための実践的な力である。 「正常性バイアス」のように、非常事態を通常の状態と捉え、冷静さを保とうとする心理は、「防災力」の発揮を妨げるため非常に危険である。また、令和3年5月20日の「災害対策基本法の一部改正」により、避難「勧告」は廃止され、避難「指示」に一本化されたことも認識しておく必要がある。 災害は種類を問わず人命を脅かすが、特に地震は予測ができず、いつ発生するかわからない。そのため、命があるうちに「防災力」を身につけ、日常生活の中で備えを行うことが重要である。</p> <p>●地震による影響と発生後の対応 ①揺れ・倒壊 ②土砂災害 ③津波 ④火災 ⑤死亡(関連死) 地震発生直後に最も重要なのは「自身の身を守ること」である。揺れが収まってから火の始末を行うことで、二次災害である火災の発生を防ぐことができる。</p> <p>●「防災力」の3要素 ①自助(自らを助ける力) ②共助(周囲と助け合う精神) ③公助(行政機関・公的機関の対応力) 特に「自助」が重要であり、過去の震災の被害状況からもその重要性が確認されている。阪神淡路大震災では死亡者5,488人のうち5,175人、熊本地震では死亡者41人のうち30人が、家屋や家具類の倒壊による「圧死」であった。このような被害を防ぐためには、家具の固定や配置の工夫が不可欠である。 また、「共助」や「公助」に繋がる行動の一例として、運転中に地震が発生した場合、公用車など緊急車両の通行を妨げないように道路の端に車を止め、鍵を付けたまま車検証を持って避難することが挙げられる。</p> <p>■東日本大震災の体験 震災発生直後、身体や持ち物は津波で濡れ、冬の寒さが追い打ちをかけるなど、厳しい状況が続いた。避難所では、物資の分配や食糧の確保に追われる日々が続き、精神的にも余裕がなかった。</p> <p>●避難所生活で抱く不安や悩み ①着替える場所がない 女性が廊下で着替えざるを得ない状況があり、プライバシーが確保されていなかった。 ②子供の泣き声や騒ぎ声が気になる</p>

- ③食糧の偏りやアレルギーなど、食べられないものがある
  - ④他人のいびきで眠れない
  - ⑤現金の保管や家族間の会話がしづらいなど、プライバシーが確保できない
  - ⑥老若男女が混在し、異性との生活環境に不安を感じる
  - ⑦トイレを控える
- 断水・停電・犯罪のリスクなどにより、避難者がトイレを使用することをためらうケースが多かった。
- ⑧感染症のリスク
- 精神疾患・持病・結核などの感染症を持つ人と同じ空間で過ごさなければならない状況が発生した。
- ⑨入浴が満足にできない
- 断水の影響で入浴の機会が限られ、衛生環境が悪化した。
- ⑩スペースが狭く、十分に手足を伸ばして休めない

**■避難所に求められる要素**

一時的な生活の場である避難所では、以下の条件が満たされることが理想とされる。

- ①安全であること
- ②生活の場所として機能すること
- ③健康を維持できる環境であること
- ④水、食糧、生活物資が確保されていること
- ⑤トイレなどの衛生環境が整っていること
- ⑥情報の連絡・交換が可能であること
- ⑦コミュニティが維持され、形成されること

時間が経過するにつれて住民の心に余裕が生まれ、避難所の雰囲気は改善されていった。思いやりの精神が強くなり、互いに協力し合うことで、状況の改善が加速していった。特に、「心の安定」が避難生活において最も重要な要素であると考えられる。

**■避難所に訪れる多様なニーズを持つ人々**

- ①心身障害者
- ②認知症や体力的に衰えた高齢者
- ③理解力や判断力が未熟な乳幼児
- ④日本語の理解が不十分な外国人
- ⑤妊産婦や傷病者など、一時的に支援が必要な人

これらの人々に対して、適切な支援を行うためには「女性ならではの視点」が欠かせない。避難所運営においては、男女問わず協力し合いながら、きめ細やかな対応を行うことが求められる。

**■まとめ**

女性の視点を取り入れることで、避難所の環境整備や防災力の向上につながる。また、災害発生直後は「公助」に頼ることが難しいため、「自助」と「共助」の重要性が増す。道路の寸断や行政機関自体の被災などにより、迅速な「公助」を期待できないケースもあるため、個人や地域での備えを徹底することが求められる。防災とは特別なものではなく、日常生活の一部として考え、平時から意識し、備えることが何よりも重要である。



開催地より

防災直後は公助には期待できないことから、日ごろから自助と共助を強めておくことが重要であり、避難所運営では女性ならではの視点でニーズに応じた支援が必要であることを強く強調された。講師の経験談を参考に、自助・共助の重要性を改めて地域に伝え、八幡浜市の防災力向上に努めたい。

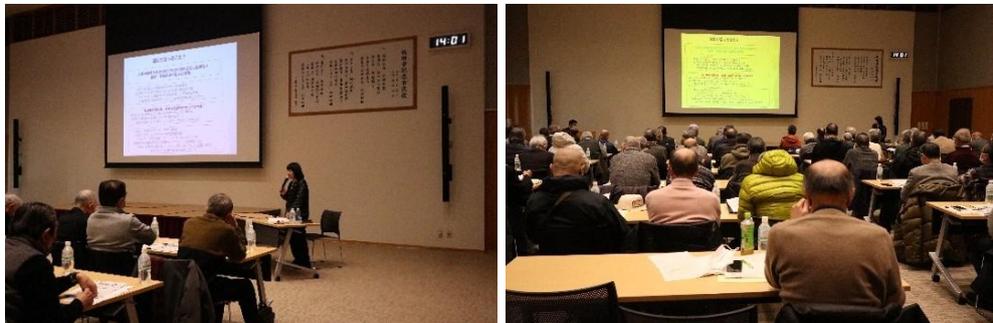
開催地名	秋田県 秋田市
開催日時	令和7年2月1日(土)10:00~11:30
開催場所	秋田市役所 5階 正庁
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	秋田市中央地区内の自主防災リーダー78名
開催経緯	本市を含む全国各地で災害が激甚化・頻発化しているなかで、防災に対する関心は高まっているものの、高齢化などにより、十分に活動が行えていない組織や組織の結成に消極的な地域があることから、実際に活発的な活動をしている組織の活動内容を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 自己紹介 講演者の大内氏は、仙台市宮城野区福住町に在住し、防災活動に取り組んでいる。これまで避難所運営や防災訓練の指導を行い、特に女性や多様な立場の人々に配慮した防災対策の重要性を発信してきた。</p> <p>2. 福住町について 高砂小学校区は五つの小学校、三つの中学校、二つの高校が点在し、七北田川と梅田川に挟まれた地域である。過去に水害が多発しており、災害時の避難経路や備蓄体制の整備が進められている。</p> <p>■あの日のこと(過去の災害経験と対応)</p> <p>福住町は過去にいくつかの大規模な災害を経験してきた。</p> <p>1986年の水害(台風10号) 台風10号の影響で集中豪雨が発生し、402ミリの降水量を記録。多くの住宅が浸水し、住民は避難を余儀なくされた。しかし、当時は避難所の体制が十分に整っておらず、対応が後手に回る状況となった。この経験から、地域住民の間で防災の必要性が認識されるようになった。</p> <p>2004年 新潟中越地震 町内会が中心となって支援物資を届ける活動を行い、地域住民が互いに助け合うことの重要性を実感した。</p> <p>2011年 東日本大震災 避難所には2000人以上の避難者が集まり、物資不足が深刻化した。このとき、自主防災組織の存在により迅速な安否確認が可能となり、自助・共助の重要性が改めて浮き彫りになった。</p> <p>■その後のこと(防災対策の強化と取り組み)</p> <p>1986年の水害を受けて地域の防災意識は高まったものの、具体的な組織づくりには至らなかった。しかし、2003年に自主防災組織が設立され、地域住民の協力のもとで避難マニュアルの策定や安否確認のための名簿作成が進められた。これにより、災害発生時の対応がより迅速に行えるようになった。</p> <p>また、毎年防災訓練が実施されるようになり、作成した名簿を活用した安否確認や、学校と地域、行政と連携した避難所運営のシミュレーションを行うなどの取り組みが続けられている。特に、避難所運営における女性の参画の少なさが課題として指摘されていたため、女性防災リーダーの育成が進められた。現在では多くの女性が避難所運営に関わり、多様な視点を取り入れた運営が可能となっている。</p> <p>近年では、気候変動による水害のリスクが高まっており、2015年、2019年、2023年とたびたび発生した水害を踏まえた対策が強化された。特に、早期避難の徹底が図られるようになり、2019年の水害では事前の呼びかけにより200名の住民が暗くなる前に避難所へ移動することができた。このような取り組みは、今後の災害対策のモデルケースとして期待されている。</p> <p>■まとめ これまでの災害経験を踏まえ、今後はさらに地域の防災力を高める必要がある。まず、災害時には行政の支援がすぐに届かないことが多いため、住民一人ひとりが「自助」の意識を持ち、日</p>

頃から備えておくことが重要である。また、地域全体で助け合う「共助」の精神を持ち、いざという時にスムーズに対応できるようにすることが求められる。

避難所運営に関しては、多様な人々が安心して避難できる環境の整備が不可欠である。特に、女性や高齢者、障がい者、ペットを連れた避難者への対応を充実させる必要がある。そのためには、地域の防災リーダーを増やし、多様なニーズに応じた訓練を実施することが求められる。また、災害時の備蓄については、非常食や生活必需品を日常的に備蓄・消費する「ローリングストック」を活用し、常に一定の備えを維持することが重要である。さらに、自分の住む地域がどのような災害リスクを抱えているのかを把握し、ハザードマップを活用して適切な避難行動をとることが求められる。

最後に、防災訓練は一度行えば終わりではなく、継続して実施することで災害時の対応力を高めることができる。実際に災害が発生した際には、日頃の訓練の成果が生かされるため、地域全体で防災意識を高めることが重要である。

「防災は日々の積み重ねが重要であり、災害を他人事ではなく自分事として備えることが必要である」という意識を持ち続けることで、より安全な地域づくりが実現できるだろう。地域全体で支え合う体制を築くことこそが、未来の安心・安全につながる。実践的な訓練を重ね、いざという時に備えることが求められる。



開催地より

災害発生時には、自助と共助が重要であることと、日頃の防災訓練の成果が災害発生時に生かされるという体験談から、訓練は非常に重要なものであると改めて強く認識するとともに、全員参加型として可能な限り多くの方に参加いただけるような工夫が必要だと感じた。他の組織の活動の参考になるよう、本日の講話内容を出前講座などの際に広く伝えていきたいと思う。

開催地名	東京都 稲城市
開催日時	令和7年2月1日(土)10:00~11:30
開催場所	稲城消防署3階講堂
語り部	石川 弘子(福島県いわき市)
参加者	39名
開催経緯	本市の自主防災組織は49組織結成されており、避難所の設営・運営に関する訓練については定期的に実施しているところだ。しかし、1年から2年の役員交代となる組織が大半であることから、継続して避難所設営・運営訓練を実施し、市民や自主防災組織が自分たちのまちは自分たちで守る共助の取組や意識の向上を図る必要がある。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 語り部の自己紹介 語り部の方は、もともと写真撮影が日課であり、地元の学校から公式に写真撮影を依頼されることも多かった。震災直後からも写真を撮り続け、現在では2TB以上の写真データを記録している。</p> <p>2. 担当地区について 福島県いわき市久之浜町を拠点としており、この地域はいわき市北部に位置し、福島第一原発から30km圏内に一部が含まれる。震災による影響が大きく、避難や除染作業などの課題と向き合いながら復興に取り組んできた。</p> <p>■あの日のこと 東日本大震災発生時、本震は約3分間続いた。その直後、テレビでは3mの津波到達予報が流れたが、「そんな津波は来ないだろう」と多くの住民が油断し、川沿いの堤防に集まって津波の様子を見ていた。 その時、息子からの「戻ってこい」という電話を受け、避難を開始。間もなく津波が到達し、ある人は「黒い壁が襲ってきた」と表現するほどの破壊力だった。津波は翌日夜まで続き、さらに火災も発生した。避難所へ向かう道も、流されてきた家々で塞がれ、通行できない状態になった。自身の家は炭を使って暖を取る生活をしていたため、避難所に行かずに自宅で過ごすことができたが、多くの人々は避難を余儀なくされた。</p> <p>■その後のこと 原発が近かったこともあり、震災後は除染作業が行われた。除染で回収された土は、現在でも東京ドーム11個分にも及ぶ量が土のうのように積まれており、その一部は今も残っている。 また、津波被害によって生じたがれきの仮置き場では、遺骨を探す人の姿もあった。被災地ではさまざまな困難があったが、復興に向けた動きも始まり、震災発生から数か月後には商店街を作る企画が始動し、震災半年後にはオープンにこぎつけた。 さらに、震災の記録を後世に伝えるために資料室を開設し、震災時の写真を展示。来訪者から説明を求められた際には、日々の生活の合間を縫って解説を行っている。</p> <p>■まとめ 震災の教訓を伝えていく上で、まず「言い続けること」が重要である。語り部として、自身は女性消防クラブの一員として啓発活動を積極的に行い、子どもから高齢者、さらには在日外国人に対しても防災意識の重要性を伝えている。 また、役場や消防署とも連携し、携帯トイレの組み立て実習を行ったり、消防学校での訓練を見学したりと、現場での実践的な学びを深めている。 さらに、震災後の避難所運営では、「人と人のつながり」がいかに重要かを痛感した。例えば、避難所で「みんなで頑張っていこう」と声を掛け合い、ルールを決めて運営した避難所と、そうした協力体制がなかった避難所では、支援物資の行き渡り方にさえ違いが生まれた。 震災を教訓とし、地域の防災力を高めるためには、こうした人と人のつながりを意識し、日頃から防災の準備を進めておくことが不可欠である。</p>

	
開催地より	<p>福島県いわき市ご出身の石川講師は東日本大震災を自宅にて経験され、震災の直後から写真と動画を撮り続けたスライドを紹介しながら当時の体験談をお話されました。震災前と震災後の写真を交えた説明はリアリティがあり、より強く情景をイメージすることができました。また、震災後の女性消防クラブでの活動など復興に向けた話も写真付きで参考になりました。</p>

開催地名	青森県 八戸市
開催日時	令和7年2月2日(日)13:30~15:00
開催場所	津波防災センター
語り部	伊藤 正治(岩手県大槌町)
参加者	94名 八戸圏域8市町村民(八戸市、三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町)
開催経緯	東日本大震災から今年で14年を迎える中、この震災を知らない世代が多くなり、時の経過とともに被災した当時の記憶が薄れていくことを懸念しており、防災に対する意識を向上させ、災害への備えを進めるうえでも、当時の記憶を後世に伝えていくことが重要と考えたため。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 自己紹介 講演者の伊藤正治氏は、岩手県大槌町で長年暮らし、防災活動に携わってきた。東日本大震災の経験を踏まえ、津波防災の重要性を伝える活動を続けており、震災を通じて得た教訓や防災の在り方について語っている。</p> <p>大槌町はリアス式海岸に位置し、過去にも度々津波の被害を受けてきた地域である。町の中心部には住宅や商業施設が集まる一方、海に近い低地には漁業関係者の住居が多く、津波の影響を受けやすい環境にあった。しかし、震災前には住民の防災意識が十分に高まっていたとは言えず、避難の遅れが被害を拡大させる一因となった。</p> <p>■あの日のこと(東日本大震災の経験)</p> <p>1. 震災発生と避難の状況 2011年3月11日、東日本大震災が発生し、大槌町に壊滅的な被害をもたらした。地震発生直後、多くの住民が高台へ避難したが、一部の人々は「大丈夫だろう」と考えて自宅へ戻り、結果的に津波の犠牲となった。</p> <p>2. 役場の被害と行政の機能停止 伊藤氏は当時、町の役場に勤務しており、地震の揺れの直後に庁舎の屋上へ避難した。しかし、津波は2階部分まで押し寄せ、建物を破壊し、多くの職員が命を落とした。その結果、町の行政機能は一時的に麻痺し、情報発信や支援物資の手配が滞る事態となった。伊藤氏自身も津波に巻き込まれながら、何とか生き延びることができたという。</p> <p>3. 津波の影響と火災の発生 津波は何度も町を襲い、避難が遅れた人々の多くが命を落とした。さらに、津波による火災が発生し、プロパンガスの爆発などが被害を拡大させた。町の広範囲が瓦礫と化し、多くの住民が家族の行方を捜しながら途方に暮れていた。</p> <p>■その後のこと(防災対策の強化と取り組み)</p> <p>1. 避難所の運営と課題 震災直後、町は混乱状態に陥った。避難所は設置されたものの、十分な物資が届かず、特に水や食料、トイレの不足が深刻な問題となった。衛生環境の悪化も懸念され、感染症の発生が危惧された。</p> <p>また、一度避難したものの、自宅へ戻ってしまい津波に巻き込まれた住民も多数いた。この経験を踏まえ、「一度避難したら決して戻らない」という意識を住民の間で徹底する必要性が強調されるようになった。</p> <p>2. 支援物資のミスマッチ問題 震災後、全国から多くの支援物資が届いたが、被災者のニーズと合致しないミスマッチも発生した。例えば、すぐに必要な食料や衣類が不足していた一方で、長期的に使用する物資が先に届くケースがあった。この経験から、災害時の物資管理と適切な分配の重要性が再認識された。</p> <p>3. 行政機能の復旧と支援の必要性 町役場では、多くの職員が犠牲となったため、行政機能の復旧に時間を要した。そのため、外部から派遣職員やボランティアの協力を得ながら復興作業が進められた。しかし、情報共有の不足や住民との意思疎通の難しさが課題として浮き彫りになった。</p>

■まとめ(今後の防災対策と意識向上)

伊藤氏は震災の経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点を強調した。

1. 避難の徹底

津波災害では、津波の高さや到達時間を正確に予測することが困難なため、「とにかく早く避難する」ことが最優先となる。「大丈夫だろう」という思い込みを排除し、迅速に行動する意識が必要である。

2. 避難所の環境整備

避難所の運営では、物資の備蓄だけでなく、健康管理や衛生環境の維持が極めて重要である。特にトイレや医療の確保が課題となるため、事前に十分な準備を整える必要がある。

3. 防災情報の周知と住民意識の向上

震災前にはハザードマップが作成されていたにもかかわらず、多くの住民が確認しておらず、リスクを十分に理解していなかった。災害時に適切な判断を下すためには、日頃から防災教育を行い、地域全体で情報を共有することが求められる。

4. 地域の連携と防災計画への住民参加

震災後、多くの地域が外部の支援を受けながら復興を進めてきたが、住民の意見が十分に反映されないケースもあった。防災計画や避難訓練の策定には、行政だけでなく住民自身が積極的に関わることが必要である。

5. 「自分の命は自分で守る」という意識の徹底

伊藤氏は、「防災は他人事ではなく、自分事として捉えることが大切だ」と述べた。災害はいつ、どこで発生するかわからないため、一人ひとりが「自分の命は自分で守る」意識を持ち、日頃から備えておくことが最も重要である。

震災の経験を教訓とし、未来の防災対策に生かしていくことが、今を生きる私たちの責任である。



開催地より

実体験に基づく、発災直後の災害対応や避難行動をするうえでの課題についてや「自助」「共助」「近助」など防災対策の基本となる考えについて御講演頂いた。今後も、防災意識向上のための震災伝承や写真展の実施、地区の防災訓練など継続して行っていきたい。

開催地名	千葉県 館山市
開催日時	令和7年2月2日(日)13:30~14:45
開催場所	館山市コミュニティセンター
語り部	石川 義憲(茨城県日立市)
参加者	館山市民 75名
開催経緯	本市は、南海トラフ地震津波避難対策特別強化地域に指定されており、外洋に面した海岸線では10m以上の津波が想定されている。また、本市は、房総半島の南端に位置することから、大規模災害の際は孤立する可能性があり、公助による対応の限界、関係機関からの応援が受けられない可能性がある。災害の実体験を聞き、住民の防災意識向上、地域防災力向上について参考としたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 自己紹介 講演者は東日本大震災の際に2000人以上が避難した久慈中学校の校長として、避難所運営を経験した。現在は「一人の被害者も出さない」をスローガンに掲げ、各種防災訓練の実施や地域と学校との連携強化に取り組んでいる。</p> <p>2. 茨城県日立市久慈学区について 久慈学区は、ひたち海浜公園から9kmの距離に位置し、港のある地域である。車の輸出拠点として機能し、ホクレン(北海道からの牛乳輸送)もこの港を利用している。日立市の防災対策は以前に比べて大幅に改善されたが、今後も油断は禁物である。</p> <p>■あの日のこと(東日本大震災の経験)</p> <p>1. 想定外の災害 東日本大震災が発生するまで、地震や津波がこの地域を直撃するとは全く想定していなかった。避難の準備も何もない状態で災害に見舞われた。市が本格的に動き出すまでには3~4日かかると予想し、それまでの間は23のコミュニティが自主的に対応する方針をとった。</p> <p>2. 津波とその影響 津波の後、火災が発生し、輸出用の車1400台が炎上した。日立港を乗り越えて津波が押し寄せ、町の被害は甚大だった。被害を受けたエリアは、ハザードマップとほぼ一致していた。</p> <p>3. 避難所の運営と対応 地震発生時は帰りの会の時間帯であり、全校生徒と担任が教室にいた。卒業式の2日後で1学年少ない状態だった。幸いにも、日頃の避難訓練が功を奏し、生徒は冷静に避難した。</p> <p>4. 避難所の開設と運営</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館を避難所として開放(窓ガラス破損の危険性があったためカーテンで対応)。</li> <li>・中学校が地域の避難所として機能し、小学校の生徒も受け入れた。</li> <li>・中学生の夜8時には引き渡し完了、小学生は翌朝8時まで預かり対応。</li> <li>・防災無線での情報収集が不可欠。停電中のため、明るいうちにテントを設営し本部を設置。</li> <li>・地域の建設業者が発電機を提供し、体育館に照明・暖房が確保された。</li> </ul> <p>5. 物資と炊き出し</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大型スーパーが食材を提供し、当日から炊き出しを開始(中学生・高校生が協力)。</li> <li>・自衛隊や地域の飲食店からの支援を受け、ラーメンや野菜サラダなども提供された。</li> </ul> <p>6. トイレ問題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・初日は校舎の水タンクを利用できたが、夕方には枯渇。</li> <li>・井戸水をピストン輸送し、トイレの水を確保。</li> <li>・タンクレスのトイレではバケツで水を流す必要があったため、避難者と教員が協力して対応。</li> <li>・簡易トイレの設置が遅れたため、非常に苦労した。</li> </ul> <p>7. 情報共有と助け合い</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全国から安否確認の電話が殺到(固定電話は通じたが、携帯電話は4時間遅れで着信)。</li> <li>・高校生が整理券を作り、毛布配布を効率化。</li> <li>・子どもたちが放送や伝言板作成を担当。</li> </ul> <p>■その後のこと(防災意識の向上と地域の取り組み)</p>

### 1. 防災コミュニティの見直し

震災後、自治会の活動が減少傾向にあり、新たなコミュニティの形を模索している。かつては自治体が主導していたが、現在は住民主体の取り組みが求められる。

### 2. 地域連携の強化

お祭りや運動会を通じて住民同士の交流を促進し、地域のつながりを強化する取り組みが進められている。また、防災マップの作成やホームページでの情報発信を強化し、住民が防災に関する知識を得られるようにしている。

### 3. 若い世代の防災意識向上

現在の防災コミュニティは後期高齢者が多く、若い世代が不足している。町の防災を担うため、動けるものは何でも使う方針をとっている。

### 4. 地域防災訓練の重要性

地震だけでなく、町の真ん中を流れる川の氾濫を想定した水害訓練も実施している。また、福島第一原発から3kmの距離に位置するため、原発事故を想定した避難計画も策定されているが、実行できるかどうかは課題が残っている。

#### ■まとめ

- ・ハザードマップを確認し、リスクを把握することが重要。
- ・地域と学校の連携を強化し、災害時にスムーズに避難できる体制を構築する。
- ・職員・地域住民・子どもたちが協力し合い、実際に動ける人が率先して対応することが求められる。
- ・様々なケースを想定した避難訓練を継続的に実施することが重要。
- ・自治体だけでなく、住民主体でコミュニティを形成し、実効性のある防災対策を進める必要がある。

地域の防災力を高めるためには、日頃からの準備と訓練が不可欠であり、住民一人ひとりが防災に対する意識を持ち続けることが求められる。



開催地より

東日本大震災のご自身の体験をベースに、自主防災会の取り組みについてお話しいただいた。当市では本日のお話しを受けて、自主防災会との連携強化と防災訓練の実施を進めていく所存である。

開催地名	千葉県 袖ヶ浦市
開催日時	令和7年2月2日(日)10:50~12:10
開催場所	袖ヶ浦市民会館(昭和交流センター)
語り部	大谷 慶一(福島県いわき市)
参加者	袖ヶ浦市民等 150名
開催経緯	自主防災組織の高齢化もあり積極的な活動ができていない現状であり、若者の自治会離れも散見される。そこで、実際に災害を経験した方の講演を聞くことで、災害の悲惨さ、対応の困難さ等を感じていただき、災害について改めて考え直す機会としたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 自己紹介 福島県いわき市薄磯(うすいそ)にて東日本大震災を経験。現在はいわき市語り部の会に所属し、多くの活動を通じて被災地の取り組みを全国に伝えている。</p> <p>2. いわき市薄磯について 薄磯は福島第一原発から約50km離れた場所に位置し、放射能の影響を受けた地域でもある。震災当時は50,000マイクロシーベルトの放射線量が記録されたが、現在は0.06マイクロシーベルトと1/100以下にまで下がっている。</p> <p>■あの日のこと(津波からの避難)</p> <p>震災当時、自宅は海岸から約200m、標高約6.7mの場所にあった。震度6弱の地震が発生した際、妻と妻の友人と自宅にいた。揺れが収まり、外に出ると隣家の瓦はすべて落ち、自宅の壁には40cmの亀裂が入っていた。しかし、その時はまだ津波の危険を意識していなかった。家の前の片付けをしていると、一斉下校だった小学生2人が泣きながら通学路を歩いていた。その子どもたちに、「道路の真ん中を歩いて気をつけて帰りなさい」と声をかけて自宅に向かわせた。しかし、後にその2人が津波の犠牲となったことを知り、愕然とした。あの時、すぐに避難所に指定されていた小学校に帰すべきだったと強く後悔している。</p> <p>テレビをつけても映らず、車のラジオをつけた途端、アナウンサーが「3mを超える津波が来ています。高台に避難してください！」と何度も叫んでいた。時間が経つごとに津波の予測高さが変わり、最終的には「小名浜港への津波到達時間は15:10」と放送された。小名浜港は自宅から10km先の国際港。腕時計を見ると時刻はすでに15:10だった。その瞬間、最もしてはいけない行動をとってしまった。</p> <p>「いつも津波が来ると言いながら、来たことがない！」と苛立ち、海を見に行ってしまったのだ。自宅から200m先の防潮堤に向かい、砂浜に降りる階段を2段登ったところで、目の前に「真っ黒い海の底」を見た。その光景は夢のようだった。</p> <p>夢中で家へと逃げ戻った。家に着いた時には14分が経過していた。おそらく道中で人命救助などをしていただと思われるが、その記憶はない。津波の音も、数百軒の家が流される音もまったく覚えていない。</p> <p>■自分が助かるために瞬時に判断を</p> <p>家に戻ると、妻は犬2匹を抱えながら、自宅横の神社の参道入口に立っていた。しかし、津波が迫る中、まだ階段を登っていなかった。彼女は近所の2人の老婆を連れていたのだ。</p> <p>1人は77歳で元気な女性、もう1人は92歳で足が不自由な女性。</p> <p>92歳の女性を背負おうとしたが、ずり落ちてしまった。その時、振り返ると、黒い埃が立ち上るのが見えた。その瞬間、私は自分だけで階段を登る決断をした。</p> <p>結果として、77歳の女性は津波にのまれながらも生還。しかし、92歳の女性は亡くなり、その遺体を自分で発見することになった。</p> <p>その決断は今でも正しかったと考えている。もしあの時、92歳の女性を背負おうとし続けていたら、全員が命を落としていたかもしれない。</p> <p>当時、薄磯は小さな地域でありながら、116人も犠牲者が出た。その多くは、「高を括って逃げなかった人々」だった。津波は想定を超える規模で襲ってくる。その現実を甘く見てはいけない。</p>

■まとめ

災害から身を守るたった一つの方法は、「逃げること」。

しかし、その「いつ逃げるか」は、最終的に一人一人の判断に委ねられる。

備蓄をしても、津波で流されてしまえば何の役にも立たない。

そのため、備蓄は「自分のため」ではなく、「他人のため」にするもの。被災地へ送るためのもの。

「何も持たずに、命だけ持って逃げる」ことが、最大の防御となる。

そして何より、自分がその状況に置かれたとき、どう行動するかを日頃から考え、イメージトレーニングをしておくことが重要である。

自分の命は、誰かが守ってくれるのではない。自分で守るしかない。



開催地より

自分の命は自分で守ることの大切さについて、改めて認識することができた。今後の防災活動の参考になる点があり、今後の自治会自主防災組織などの活動に役立てていきたいと思う。

開催地名	愛媛県 内子町
開催日時	令和7年2月2日(日)10:00~11:30
開催場所	内子町共生館
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	内子町民 70名
開催経緯	当町では、幸いにも、過去、大きな災害を経験していないが、南海トラフ地震では大きな被害が想定されている。大規模災害の実体験を交えた講和を通して、被災した際の心構えや、正常性バイアスの解消など、防災意識の向上を図りたい。
内容	<p>■はじめに</p> <p>1. 自己紹介</p> <p>平成26年8月に発生した「広島市豪雨災害」を経験。被災者のこころの復興と防災啓発を目的に、「復興交流施設モンドラゴン」を設立し、地域の防災教育や交流活動に尽力している。さらに、災害の教訓を後世に伝えるため、「広島市豪雨災害伝承館」の開館に携わり、2023年に副館長に就任。防災活動を継続し、地域の防災意識向上に努めている。</p> <p>■広島市豪雨災害の体験談</p> <p>○災害発生時の状況</p> <p>広島県阿武山付近の自宅で、21時半頃に雷鳴が鳴り続ける異常気象を経験。0時半には、「バケツの水が一気に落ちてきたような豪雨」が2時間半続き、それが引き金となり土砂崩れが発生した。</p> <p>発生当時、雷や雨の音に疲れ果て眠っていたが、翌朝、奥様に起こされ、異変に気づく。</p> <p>○異変に気づいた朝</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いつも聞こえる鳥の鳴き声、新聞配達バイク音、JR可部線の始発電車の音、車の往来音が完全に消えていた。</li> <li>・周囲には、山から流れてきた木の皮がはがれたり、枝や幹が折れたりした清々しい匂いが広がっていた。</li> <li>・自宅の周囲を確認すると、近くのマンションと駐車場に流れ着いた木々が天然の堰堤となり、自宅は土砂に巻き込まれずに済んでいた。</li> <li>・しかし、家の周囲はガードレールが埋まるほどの土砂で覆われ、身動きが取れない状況だった。</li> </ul> <p>○避難の決断</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・周囲を見ると、山の上の建物の屋根に避難する住民と、救助への姿が確認できた。</li> <li>・奥様が硬直し、恐怖で動けなくなっていたため、声をかけて避難の準備を始めた。</li> <li>・しかし、30分以上待っても救助へりは自宅付近に来ず、救助が進まない状態が続いた。</li> </ul> <p>○救助と脱出</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・9時頃、JR可部線方面からレスキュー隊が到着。</li> <li>・レスキュー隊も土砂で体力を消耗しながら移動しており、「可部線まで避難できれば安全」と言われ、待機を指示された。</li> <li>・9時半には、自衛隊のトラックが5台到着し、一安心するが、救助には来なかった。</li> <li>・11時半頃、息子から連絡が入り、可部線まで迎えに行くとのこと。</li> <li>・夫婦2人で避難を開始するが、土砂が80cm以上積もっており、数秒の距離を進むのに10分以上かかる状況だった。</li> <li>・奥様と協力しながら土砂をかき分け、13時半頃に息子と合流することができた。</li> </ul> <p>■災害後のトラウマと復興活動</p> <p>○トラウマ体験</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・被災10日後、行方不明者の捜索中、重機で地面を掘り返しながら、ブルドーザーで土砂をすくい、その中に遺体が見つかることもあった。</li> <li>・寝ている間も工事現場の音が続く、その音を聞くと、災害時の記憶がフラッシュバックするようになった。</li> <li>・また、土砂の臭いを避けるため、外に洗濯物を干すことができなくなった人もいた。</li> </ul>

	<p>○「復興交流施設モンドラゴン」の設立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行政が道路や建物の復旧を行う一方で、被災者の心のケアが行われなかった。</li> <li>・特に高齢者は、転居や死亡によりこれまでのコミュニティを失い、孤立する人が増えた。</li> <li>・そこで、防災教室や啓蒙活動、地域住民の交流の場として、「復興交流施設モンドラゴン」を設立した。</li> </ul> <p>○「広島市豪雨災害伝承館」の開設</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・被災者の心のケアへの対応の大事さと、災害の教訓を次世代に伝えるために、「広島市豪雨災害伝承館」を設立。</li> <li>・広島市に対し、復興支援プラン50項目を提案し、快諾を得た。</li> <li>・途中で西日本豪雨が発生し、ボランティア団体と被災地の意見が合わず、調整に苦労したこともあったが、2023年9月1日に開設。</li> <li>・一般社団法人を設立し、自ら運営を行うことになった。</li> </ul> <p>■防災リーダーに求められる意識改革</p> <p>○「防災意識を呼び起こすための研修」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・多くの人は、「自分の感じる危険度と、実際の災害の危険度が一致していない」。</li> <li>・そのため、危機感が足りず、実際に身に危険が及ぶまで逃げない。</li> <li>・そういった人々に対し、「本当に危険な状況とは何か」を伝え、避難の重要性を意識付ける研修が必要。</li> </ul> <p>■まとめ</p> <p>◆災害から命を守る3原則</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.想定に囚われるな！</li> <li>2.その場で最善を尽くせ！</li> <li>3.率先して避難者になれ！</li> </ol> <p>(避難することで、周囲に「今すぐ逃げるべき状況」であることを伝える)</p> <p>◆「ホームランを狙うな、ヒットをコツコツ打て」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災意識は1度の啓発活動では定着しない。</li> <li>・何度も繰り返し伝え続けることで、人々の意識に刷り込むことが大事。</li> <li>・例えば、避難訓練の際に、キッチンカーを招致するなど、参加者が集まりやすい工夫も必要。</li> </ul> <p>防災とは「日常の積み重ね」であり、地域全体で防災意識を高めていくことが、未来の命を守ることにつながる。</p>
開催地より	<p>大規模な土砂災害を経験された語り部から、体験談や、被災者の心境、復旧に向けた地域の取り組みについてお話しいただいた。住民の方には防災を自分事としてとらえていただき、自助共助を推進していきたい。</p>



開催地名	埼玉県 加須市
開催日時	令和7年2月3日(月)13:30~14:10
開催場所	パストラルかぞ 大ホール
語り部	高橋 進一(千葉県旭市)
参加者	自主防災組織・自治協力団体の中心人物、防災士 500人
開催経緯	防災リーダーに成り得る方の中で、意識・熱意に差があるほか、要配慮者支援者のマンパワー不足といった課題があり、市全体的に防災に関する意識の向上を図りたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>防災士として活動する講師が、災害時に必要な準備や心構えについて語る機会となった。防災に関する知識があっても、いざというときに適切な行動が取れなければ意味がない。講演では、災害発生時の行動や防災意識の重要性について、具体的な事例を交えながら説明が行われた。</p> <p>担当地区は千葉県旭市。旭市は過去に東日本大震災の際に津波被害を受けた地域でもある。地域の防災意識を向上させることを目的とし、防災訓練や講演活動を積極的に行っている。特に、地域住民が自分自身の命を守るための知識を身につけることが、被害を最小限に抑えるためには不可欠である。</p> <p>■ あの日のこと・その後のこと</p> <p>今回の講演では、自身の被災経験を語るのではなく、主に防災士としての知識や経験に基づいた話を中心となった。特に「災害時にどのような行動を取るべきか」「避難のタイミングをどう判断するか」「日常の備えがいかに重要か」について、多くの事例を交えて説明が行われた。</p> <p>まず、講師が強調したのは、「知識があっても、すぐに行動しなければ意味がない」という点である。多くの人は災害が発生しても、「自分は大丈夫だろう」「この程度なら問題ない」と考えてしまう。しかし、こうした油断が命を落とす原因となることが多い。例えば、東日本大震災の際、津波の到達が予想されていたにもかかわらず、避難しなかったために犠牲になった人が多数いた。これは、「正常性バイアス」と呼ばれる心理的な現象で、「これまで大きな災害がなかったから、今回も大丈夫だろう」と思い込んでしまうことが原因とされている。</p> <p>また、講師は「釜石の奇跡」という事例を紹介した。これは、東日本大震災の際に岩手県釜石市の小学生たちが、大人の指示を待つことなく率先して高台へ避難し、3,000人も命が救われたという話である。この事例は、「とにかくすぐに動くことの重要性」を強く示している。避難することに迷ったり、ためらったりしているうちに、災害の危険は刻一刻と迫る。だからこそ、すぐに動くことが最も重要であり、地域の防災意識を高めるうえでも「声掛け」と「迅速な行動」が不可欠であることが強調された。</p> <p>■ 防災意識を高めるために</p> <p>講演では、防災士としての立場から、「災害を想定して行動することの大切さ」が繰り返し述べられた。たとえば、家に備蓄をしても、災害によって家自体が流された場合、その備蓄は意味をなさなくなる。つまり、「備えは自分のためではなく、地域や他人のためでもある」という視点を持つことが重要である。自分の安全を確保するだけでなく、避難所での生活や、周囲の人々への支援を意識することが求められる。</p> <p>また、防災意識を高めるためには、日常生活の中で「もし今、大地震が発生したら？」「もし今、大雨による避難勧告が出たら？」と、具体的なシミュレーションを行うことが大切だと語られた。「実際にそうなったらどう行動すべきか」を普段から考えておくことで、災害時に冷静に行動できるようになる。</p> <p>特に、「防災士の活動においても、報告・連絡・相談(ほうれんそう)が重要である」と述べられた。災害時には、正確な情報を迅速に共有し、適切な判断を下すことが求められる。そのためには、日頃からの情報収集や訓練が欠かせない。</p> <p>■ 旭市の防災活動と課題</p> <p>旭市では、防災意識の向上を目的に、消防車の放水体験や防災訓練を実施している。しかし、こうした取り組みに参加する住民は限られており、「なかなか人が集まらない」という課題があ</p>

る。防災訓練は「一部の意識の高い人だけが参加するもの」となりがちだが、本来は地域全体で取り組むべきものである。

そのため、講師は「防災訓練のあり方を見直し、誰もが参加しやすい形にすることが必要である」と述べた。たとえば、避難訓練の際に「キッチンカーを呼ぶ」「子供向けのゲームを用意する」など、イベントとしての要素を取り入れることで、参加者を増やす工夫が求められる。

#### ■ まとめ

今回の講演を通じて、「災害時に何よりも重要なのは、迷わず行動すること」という点が繰り返し強調された。どれだけ知識を持っていても、実際に動かなければ意味がない。だからこそ、災害が発生したら「まずは逃げる」ことを最優先しなければならない。

また、防災意識を高めるためには、日常生活の中で「もしもの場合」を想定し、具体的な行動を考えておくことが重要である。地域全体で防災意識を共有し、いざという時に迅速に対応できる体制を整えることが求められる。

「防災は特別なものではなく、日常の延長線上にあるべきものである」という意識を持ち、一人ひとりができることから始めていくことが大切である。



開催地より

防災リーダーに成り得る方の中で、意識・熱意に差があるほか、要配慮者支援者のマンパワー不足といった課題があり、市全体的に防災に関する意識の向上を図りたい。

開催地名	兵庫県 加古川市
開催日時	令和7年2月5日(水)14:00~15:30
開催場所	加古川市役所新館10階会議室
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	加古川市役所職員 100名
開催経緯	当市では近年市内に大きな被害をもたらす災害が発生しておらず、災害対応を経験していない職員の割合が増加しています。そのため、災害時は防災部局だけではなく、全庁をあげた対応が必要とであるという認識が低く、職員の防災意識醸成と災害業務への責任感の持ち方に課題があります。このことから、実際の経験談を講話いただける本事業を活用しました。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>茂原市の防災対策と教訓をテーマに、防災の重要性や災害時の対応についての講演が行われた。講師は、新潟県出身であり、幼少期に新潟地震(1964年)を経験。自衛隊に長年勤務し、平成30年に退官。その後、防災の専門知識を活かし、静岡県牧之原市の防災監として活動し、現在は千葉県茂原市防災対策課副次官として従事している。</p> <p>また、講師は内閣府認定の地域防災マネージャー、防災士、気象予報士の資格も保持しており、防災に関する幅広い知識と経験を活かして、地域の防災強化に努めている。</p> <p>■ 東日本大震災と熊本地震の経験</p> <p>平成23年(2011年)、講師は仙台で勤務しており、3月14日には岩手県大槌町に赴いた。ここでは、津波により壊滅的な被害を受けた町の光景が広がっていた。犠牲者たちがあり合わせの毛布を掛けられ、地面に横たわっている姿を目の当たりにし、言葉を失ったという。</p> <p>また、津波が襲った後には火災が発生し、町が焼き尽くされるという二重の災害に見舞われた地域もあった。この日、当時の菅直人首相が「福島第一原発3号機が爆発した」と発表し、日本全体が混乱と不安に包まれた。講師自身も、これまで経験したことのない「この世の終わりのような光景」に衝撃を受けたという。</p> <p>平成28年(2016年)、熊本地震の際には熊本で勤務していた。4月14日夜、予定していた水泳レッスンを休み、自宅で過ごしていたところ地震が発生。停電によって室内は真っ暗になり、普段はすぐに手に取れるはずの懐中電灯を見つけられずに困った。この時、もしも津波の危険がある地域であれば、自分も避難が遅れていたかもしれないと振り返る。</p> <p>さらに、4月15日には「被害は大きくない」との判断から、仮設住宅での対応を検討していたが、翌16日の未明に本震が発生。被害は予想を遥かに超えるものとなり、講師は直ちに南阿蘇村へ出動。想定外だったのは、阿蘇方面にも震源が伸びており、多くの地域が孤立状態になっていたことだった。救助活動では、ヘリコプターを使用して孤立世帯の支援を行った。その後、同じ場所を再訪した際には、新しい橋が架けられていたが、崩落した橋の残骸がいまだに残されていることに複雑な思いを抱いたという。</p> <p>■ 加古川の災害と教訓</p> <p>加古川市では、大規模な災害は少ないものの、災害が発生する地域には「小規模災害が頻繁に発生する地域」と「普段は災害が起きないが、発生すると甚大な被害をもたらす地域」の2種類がある。加古川市は後者に該当し、過去には台風による犠牲者も出ている。</p> <p>特に、南海トラフ地震に関する国の応急対策計画では、兵庫県の被害は大きいと想定されているにもかかわらず、重点支援対象外とされている。このため、国の救援部隊が到着しない可能性があるという危機感を持ち、自治体職員が主体となって対策を進める必要があると強調された。</p> <p>平時からの備えとして、ハザードマップの確認、住宅の耐震対策、避難経路の確保、非常用備蓄の準備、地域住民との連携などが不可欠である。</p> <p>■ 茂原市の過去の災害</p> <p>1. 茂原市の概要と地形特性</p> <p>茂原市は、皇居から約54kmの距離に位置し、面積は約100km<sup>2</sup>、人口約84,000人の都市である。市の中心部は下総台地と九十九里平野の境界にあり、6つの二級河川が合流する地形</p>

のため、水が溜まりやすく、水害のリスクが高い。  
特に、市中心部はもともと田んぼだったため、地盤が弱く、大雨による浸水被害が起こりやすい地域となっている。

## 2. 令和5年9月8日の浸水被害と対応

台風13号は「気象衛星に映らないほど背が低い台風」であり、当初は大きな被害が予想されていなかった。しかし、複数の気象条件が重なり、気象庁の予測が大きく外れた。

事前の予測では「24時間雨量120mm」とされていたが、実際には未明からの大雨で一気に24時間雨量200mm超に達し、茂原市内で大規模な浸水被害が発生。市は直ちに12箇所の避難所を開設し、避難指示を発令した。

避難所の運営には、市の各部門が連携し、迅速な対応を実施。最終的に13箇所の避難所を開設し、約380人が避難した。

## 3. 令和5年の教訓と今後の対策

・避難所運営の迅速化と避難生活の短縮化を実施。令和元年の水害では避難所閉鎖まで2ヶ月を要したが、今回は3週間で閉鎖することができた。

・ボランティア団体やカーシェア協会との連携を強化し、被災者支援の迅速化を図った。

・「空振りを恐れずに早めの対応をする」という方針を掲げ、今後の災害対策に活かしていく。

### ■ まとめ

講演の最後に、講師は「災害は想定を超えるもの」であり、事前の備えと迅速な対応が命を守る鍵であると強調した。

今後の防災対策として、以下の点が特に重要とされた。

1. 地域特性を踏まえた備え(ハザードマップの活用、気象予報の分析)

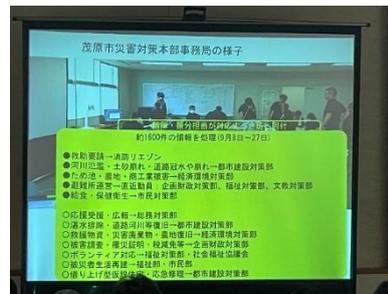
2. 自治体の横断的な対応(各部門の連携強化、応援要請)

3. リモート技術の活用(LoGoチャット等による情報共有)

4. 物資供給体制の改善(拠点設置、輸送計画の整備)

5. 市民の防災意識向上(日常からの備え、避難訓練の実施)

最後に、講師は「災害は必ず起こる。だからこそ、今から準備しておくことが最も重要である」と呼びかけ、講演を締めくくった。



開催地より

講義内で講師から「災害対応は総力戦である」ことを、実経験を踏まえて伝えていただきました。今後、職員が覚悟と責任を持って災害対応業務に取り組むよう、効果的な研修・訓練を実施したいと考えています。

開催地名	奈良県 葛城市
開催日時	令和7年2月7日(金)14:00~15:30
開催場所	葛城市役所
語り部	高津 智子(岡山県岡山市)
参加者	葛城市職員 30名
開催経緯	葛城市は長い間災害を経験しておらず、部署により災害対応への温度差がある。また災害が起こった際に何をすればいいのか防災計画やBCPでは定められているが、実務のイメージが難しい。そこで被災時の災害対応について経験をもとにした講和を聞き、市職員の防災意識の向上を図る。
内容	<p>■はじめに 岡山県は、「晴れの国 岡山」とアピールしてきた。大規模災害の少ない県でもあった。しかし、平成30年7月豪雨により、倉敷市真備町は甚大な被害に見舞われ、当時、小学校の校長として避難所運営に携わった。この教訓を伝えることが「恩送り」であり、また、「災害時学校支援チームおかやま」の一員として、被災地の学校の教職員や児童生徒の支援も行っている。</p> <p>■真備町の水害状況 約6年半前の7月6日の深夜、真備町では、小田川と支流の川が氾濫し、相次いで決壊(8か所)、町の3割(1200ヘクタール)、最大約5mまで浸水した(浸水エリアはハザードマップと同じ)。真備町の人口の約1割にあたる2000人が逃げ遅れ、51名が亡くなった(そのうち9割が65歳以上の高齢者)。明治26年(132年前)にも大きな災害はあったが、その教訓は生かされておらず、避難しなかった理由を尋ねたアンケートでは、「これまで災害を経験したことがなかったから」「2階に逃げれば大丈夫だと思ったから」という回答が多かった。安全安心の思い込みが最大のリスクだと痛感した。 避難所となった小学校は、7/6から10/1まで開設、学校再開は9/3より、浸水した他校との共生は10/9から翌年の12/20までとなった。</p> <p>■避難所運営を通じて考えたこと(校長として避難所運営に携わって…) ○筋論やマニュアルは通用しない(しかし、実効性のあるマニュアルは必要) ・「避難所運営は、本来市の職員の仕事」と言われるが、避難所に、行政担当者は一人かもしれない。 ・発災直後に災害ボランティアは入らない。 ・非常時は平時とつながっている。 ・災害時には、ヒトとモノが不足する。まさかの事態に地域の資源を最大限に生かすことができるよう、事前に地域住民や支援団体、行政等とつながっておくことが大事。 ○人を救うのは人 ・人の命や生活を奪う災害に向き合ったときに、どう行動するか。 ⇒目の前のつらい思いをしている人のために、少しでも安定した環境を提供することができな いか、救えないかもしれないけれど、寄り添うことはできるのではないか…。 ・正解はどこにもない中で、できることを、できる人が、できるときにする。 ⇒同時多発的に問題に直面し、判断を求められる状況。目の前に問題が表れたとき、誰が解決するのだろうと考えるのではなく、どうやって解決するかを考えることが大事。 ・動かないと何も進まない「Do&amp;Think」 ⇒「考える」と「実際にやってみる」の差は大きい。 ・リーダーとリーダーに協力する人が必要。チームで動くこと(組織)が大事。 ⇒私自身も教職員や支援団体等に助けられ、支えられた。チームの力を実感。</p> <p>■災害発生・避難所運営 平成30年7月6日の夜、避難者が想定外の多さだったことで、教室も開放せざるを得なかった(学校防災マニュアルは通用しない)。7月7日の早朝に届いた食料は、人数分には到底足りなかった。食料の配給に長い列ができ(まるで戦時下のような状況)、食べ物がなくなることがこれほど悲しく心細いことかと思った。断水によりトイレが詰まり始め、プールの水を運ぶ。固定電話・インターネットが遮断され、自分の携帯電話でしか、情報収集や児童の安否確認ができない状況となった。 教職員の協力により、避難所を安定に向ける。(教職員の勤務時間を6時間にして、二交替制にする)。避難所の学習室で、児童の災害遊びが見られた。被災後の子どもたちの心身の変化等を見逃さないよう、心のケアが大切であることを痛感した。11日にエアコンが設置され、また、医療チームも到着したことにより、避難所の環境が少し改善した。支援物資の調達が滞ること</p>

があり、ボランティアによるSNSの活用は有効であった。しかし、SNSを使えるかどうかで情報格差が生まれ、また、高齢者・外国人のニーズの把握が遅れ、支援が後手に回ることもあった。

避難所運営において、チームの力は大きかった。各種支援団体と毎日チーム会を開催し、問題を出し合い、その解決方法を検討し、実行していった。併せて、地域の方との会も行い、物資の配送やトイレ掃除、在宅避難者への連絡等に協力してもらった。

段ボールベッドを避難者や支援団体、教職員と協力して設置したことで、避難者の代表者を各設置場所から選ぶことができた。各場所の代表者を男性と女性の2名にしたことは、その後の避難者による自治組織(代表者会)の運営においてよかった。トイレ掃除の男女の分担、女性専用の洗濯の干場、妊婦や授乳者への対応など、女性の視点も重要であった。様々な場面において、チームで動く成果を実感した。

災害時には、情報が限定的になりがち。県、市町村、学校(避難所)の情報伝達・共有が必要。非常時には、柔軟性、臨機応変、すぐ動くことなどが重要である。

#### ■おわりに

いつ、どれくらいの自然災害が起きるかは想定外。しかし、自然災害が起きたらどうなるかは想定内に。想像力を高めて「もしも」に備えること、災害をイメージし、防災につながる行動へつなげることが大切。改めて想定範囲を広くしてほしい。大丈夫だろうと考えることがリスクマネジメントの最大の敵。リスクを見つけて、リスク対策を実行することが必要。

憂いなければ備えなし。非常時は平時とつながっている。準備をしていたことだけが命を守る。防災教育は、直ちに成果の出る特效薬ではなく、漢方薬である。子どもたちが社会人となり、例えば、葛城市から出て、東京や四国、九州などで働くようになったときに力を発揮して、自分の命を守り、大切な人の命を守ることができるのではないか。地域ぐるみで防災意識を高める取組が必要。

避難行動を、「空振り」と考えるのではなく「素振り」の練習と考えて実行すること。災害を自分事としてとらえて、持ち場、持ち場で備えてほしい。



開催地より

避難所の運営の経験についての実体験について聞くことができ、事前準備の大切さや、計画にないことでも臨機応変に対応する大変さを学んだ。今後も様々な研修を通じて職員ひとりひとりの防災意識を高めていきたいと思う。

開催地名	青森県 弘前市
開催日時	令和7年2月8日(土)10:00~11:30
開催場所	弘前市民会館大会議室
語り部	館合 裕之(青森県八戸市)
参加者	60名
開催経緯	過去の災害経験が少なく、市全体として地域防災に対する意識が決して高いとは言えない状況であると認識している。そこで今回は、市民全体の防災に対する意識を高める事と、市民の中から地域防災の推進者となる防災リーダーを育成するために本プロジェクトへ応募したものの。
内容	<p><b>■ はじめに</b>  本講演の講師である館合裕之氏は、防災士として全国各地で防災教育や講演活動を行っており、特に子どもたちへの防災教育に力を入れている。小学校や中学校向けの防災教材の監修にも携わり、地域ごとの災害リスクを踏まえた備えの重要性を訴えてきた。今回の講演では、東日本大震災をはじめとする過去の災害経験をもとに、防災意識の向上と災害対応の在り方について語った。  館合氏は、北海道から熊本まで広範囲にわたる地域で防災指導を行ってきた経験から、地域ごとの特性を踏まえた防災対策が不可欠であると強調した。それぞれの地域には異なる災害リスクがあり、それに応じた備えが求められるため、防災対策を画一的に考えるのではなく、地域の実情に即した対応が重要であると述べた。</p> <p><b>■ あの日のこと(過去の災害経験と対応)</b>  東日本大震災の発生直後、多くの人々が避難を開始したものの、一部の住民は情報不足や正常性バイアスにより避難が遅れ、津波の犠牲となった。館合氏は震災当時の状況を振り返り、迅速な避難の重要性を強く訴えた。特に、避難の遅れが命に関わる津波災害では、「とにかく早く避難する」ことが生死を分ける要因となると強調した。  震災直後の混乱の中で、防災無線や避難指示の伝達が十分に機能しなかったことも課題として浮かび上がった。防災無線は最後の情報伝達手段として重要な役割を果たすが、必ずしもすべての住民に届くわけではなく、正確な情報が瞬時に伝わるとは限らない。そのため、日頃から複数の情報源を活用し、自らの判断で行動できるよう備えておくことが不可欠であると館合氏は指摘した。  また、津波による被害は広範囲に及び、多くの自治体が壊滅的な被害を受けた。避難所では食料や水の不足が深刻化し、衛生環境の悪化も大きな問題となった。特に、避難所での感染症対策や健康管理の重要性が浮き彫りになり、災害時における衛生管理の必要性が改めて認識された。</p> <p><b>■ その後のこと(防災対策の強化と取り組み)</b>  震災後、全国から支援物資が寄せられたが、被災者のニーズと物資の内容が一致しないミスマッチが多発した。例えば、すぐに必要とされる食料や衛生用品が不足していた一方で、長期的に使用する物資が過剰に供給されることもあった。この経験から、災害時の物資管理と分配の体制をより適切に整備する必要性が再認識された。  また、避難所の運営に関しても多くの課題が浮かび上がった。行政の支援がすぐに行き届かない場合、避難者自身が自主的に避難所運営を行う必要がある。しかし、実際には避難所には十分な備蓄がなく、避難生活の負担が大きかった。館合氏は、事前に避難所の環境を確認し、個人でも備えをしておくことがいかに重要かを強調した。  さらに、震災後の復興過程では、地域住民と行政の連携が課題となった。行政の支援が遅れる中、地域コミュニティが主体的に動くことで復興がスムーズに進んだ事例もあった。そのため、日頃から住民同士のつながりを深め、地域全体で防災意識を高めることが重要であると館合氏は述べた。</p> <p><b>■ まとめ</b>  震災の経験を踏まえ、今後の防災対策として以下の点が重要であると館合氏は語った。  まず、災害発生時には「とにかく早く避難する」ことが最優先である。特に津波災害では、津波の高さや到達時間を正確に予測することが困難なため、少しでも早く避難することが生死を分ける要因となる。迅速な避難ができるかどうかは、日頃の意識と訓練による備えが大きく関係する。  また、避難所の運営については、物資の備蓄だけでなく、避難者の健康管理や衛生環境の維持が重要である。特に、トイレや医療の確保が大きな課題となるため、事前に適切な準備を行う必要がある。行政の支援だけに頼るのではなく、避難所運営に関わる住民の役割を明確にし、互助の力を高めることが重要である。</p>

防災情報の周知と住民の意識向上も不可欠である。震災前にはハザードマップが作成されていたにもかかわらず、多くの住民がそれを確認しておらず、リスクを十分に理解していなかった。災害時に的確な判断を下すためには、日頃から防災教育を行い、地域全体で情報を共有することが求められる。

さらに、復興に向けた地域の連携も重要な課題である。震災後、多くの地域が外部の支援を受けながら復興を進めてきたが、その過程で住民の意見が十分に反映されないケースもあった。防災計画や避難訓練の策定には、行政だけでなく住民自身が積極的に関わることが求められる。

館合氏は、「防災は他人事ではなく、自分事として捉えることが大切だ」と述べた。災害はいつ、どこで発生するかわからないため、一人ひとりが「自分の命は自分で守る」という意識を持ち、日頃から備えておくことが最も重要である。震災の経験を教訓とし、未来の防災対策に生かしていくことが、今を生きる私たちの責任である。



開催地より

災害が発生した際、行政は迅速な情報提供(避難指示、避難所開設の指示等)を出すこと、市民の方は日頃から避難行動の確認をすることに尽きると感じた。特に、避難所運営マニュアルは作って終わりではなく、作る過程が大事であるとお聞きしたので、今後の事業構築につなげたい。

開催地名	岡山県 玉野市
開催日時	令和7年2月8日(土)14:00~15:30
開催場所	玉野産業振興ビル3F会議室
語り部	甲木 喜一郎(熊本県荒尾市)
参加者	玉野市民等 54人
開催経緯	本市では、自主防災組織率71.7%(R6.4.1現在)と岡山県内の他市に比べ、低迷しており、未設置地域への設置促進が急がれる状況である。また、各自主防災組織のリーダーとなる防災士同士の連携をさらに強化する必要があるため、被災地でのボランティア活動等の実体験の話を直接聞くことによって、さらなる地域防災力の向上をめざしたい。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者は熊本県荒尾市在住で、荒尾市防災士会幹事長として活動するほか、荒尾市社会福祉協議会の生活ボランティアにも従事している。2023年6月からは消防庁の防災意識向上プロジェクト「語り部」としても活動し、各地で防災の重要性を伝えている。</p> <p>これまでに、2016年の熊本地震や2017年の九州北部豪雨での災害ボランティア活動を経験しており、現場での実体験を通じて学んだ防災・減災の視点を共有している。</p> <p>■ 南海トラフ地震への備え</p> <p>南海トラフ地震は、30年以内に70~80%の確率で発生するとされており、事前の備えが不可欠である。避難の際に重要となるポイントとして、以下の点が挙げられる。</p> <p>地震発生時の備え</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家具や家電の配置を見直し、転倒防止のために突っ張り棒などを活用する</li> <li>・家族と避難計画について話し合い、避難ルートや集合場所を決めておく</li> </ul> <p>避難時の行動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ガスの元栓を閉める</li> <li>・ブレーカーを落とす</li> <li>・避難グッズを玄関など取り出しやすい場所に置いておく</li> </ul> <p>津波避難の三原則</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「想定にとらわれない」… 東日本大震災では、避難所として指定されていた小学校が津波に襲われた事例がある</li> <li>・「最善を尽くす」… 避難所においても安全とは限らず、より高い場所を目指して避難を続ける必要がある</li> <li>・「率先避難者となる」… 自ら率先して避難行動を取ることで、周囲の人も避難するきっかけとなる</li> </ul> <p>また、避難後の生活を支えるためには、自主防災活動が重要となる。行政にすべてを頼るのではなく、地域住民が主体的に行動し、防災対策を進める必要がある。</p> <p>■ 自主防災活動と地域防災の視点</p> <p>過去の地名には、土地の特性や災害の歴史が反映されていることが多い。「とどろき」や「むた」といった地名には、災害に関する由来がある場合があり、これらを参考にハザードマップを確認することも重要である。</p> <p>しかし、最終的に自分の命を守るのは自分自身であり、「自助」の意識を持つことが不可欠である。一方で、防災は公務員や議員にとっても重要なリテラシーであり、住民だけでなく行政全体が防災意識を高める必要がある。</p> <p>また、災害発生時には行政の対応にも限界があるため、地域住民同士の助け合い(共助)が求められる。阪神・淡路大震災では、救助された人の約77%が近隣住民によるものであり、行政や消防、自衛隊による救助は約23%にとどまった。このことから、地域のつながりを強化することが、命を守る上で極めて重要であると分かる。</p> <p>■ 地域資源の活用と防災の仕組みづくり</p> <p>地域防災を強化するためには、行政だけでなく、地域の事業者や住民も積極的に関与することが求められる。例えば、大工が家具の固定を担う、ビルを避難所として活用する、道路の水捌け</p>

を改善するためにグレーチング(排水溝の格子)を整備するなど、地域の持つ資源を有効に活用することで、防災力を向上させることができる。

また、地域コミュニティの結びつきを強化するためには、日常的なつながりが重要であり、普段の挨拶やコミュニケーションを大切にすることが、防災力の向上にもつながる。「隣組」など、かつての地域の助け合いの仕組みを現代の形で活用することも有効である。

#### ■ 避難行動と避難所運営

避難行動については、以下の点に注意する必要がある。

・避難所までのルートを実際に歩いて確認し、1つではなく複数のルートを確保しておく

・グループLINEなどを活用し、情報共有の体制を整えておく

・災害発生時に、最初に声を上げる人になることが大切

・避難所だけでなく、事務所ビル、お寺、ホテルなど多様な避難場所を確保する

また、自主防災組織の役割を明確にすることも重要であるが、高齢化や仕事の忙しさによって、活動に参加できる人が限られることも課題となる。そのため、担当者を固定せず、集合した人の中から優先順位を決めて役割を振り分けるなど、柔軟な運営体制を整えておくことが求められる。

さらに、災害時には男性だけでなく、女性も防災活動に積極的に関与することが不可欠である。避難所における女性の視点を取り入れることで、以下のような課題を解決することができる。

・更衣室の設置

・洗濯物を干す場所の確保

・トイレの明るさや衛生環境の改善

・炊き出しの役割分担の見直し

#### ■ まとめ

防災活動は、決して難しく厳しいものだけではなく、「楽しんでやること」が重要である。例えば、河川の土手を踏み固めるために、桜を植えて花見をするイベントを開催することで、多くの人を集めつつ、防災意識を高めることができる。このように、防災を日常の中に取り入れ、地域のつながりを深めながら継続的に取り組んでいくことが重要である。

最終的に、防災は「自分のため」「家族のため」「地域のため」、そして「未来の子どもたちのため」に行うものであり、事前の備えが災害時の命を守る鍵となる。防災意識を高め、地域全体で支え合う仕組みをつくるのが、安心して暮らせる社会を実現するための第一歩となる。



開催地より

被災地での実体験を体験している語り部の話は、非常に具体的で、わかりやすく、今後の自主防災組織等の自主的な活動の指針を考える上で、大いに参考となった。今後は、避難訓練など地域での防災活動に活かしていきたい。

開催地名	福井県 敦賀市
開催日時	令和7年2月9日(日)10:00~11:45
開催場所	きらめきみなと館
語り部	宮本 英一(千葉県旭市)
参加者	敦賀市民130名
開催経緯	敦賀市では毎年、地域防災力向上を目的に防災に関する研修会を開催しています。今回は、地域における防災力の向上を主眼とし、多くの方に防災について学び、関心を高めていただくきっかけの一つとして開催しました。
内容	<p>(1)はじめに</p> <p>① 自己紹介 本講演者は千葉県旭市(飯岡地区)にて、平成23年3月11日に発生した東日本大震災による津波で被災。当時、地元の区長として住民の安否確認や被災者のケアに尽力した。震災後、平成25年からは震災の経験をもとに全国各地で講演活動を行い、津波の恐ろしさや避難の重要性、命の尊さを伝える活動を続けている。</p> <p>② 千葉県旭市について 旭市は千葉県九十九里浜の最北端に位置し、漁業と農業(特に醤油産業)が盛んな地域である。平成17年には旭市、飯岡町、海上町、干潟町が合併し、現在の旭市となった。人口は約6万2千人であり、地理的には比較的なだらかな海岸線が広がっている。このため、東北地方のリアス式海岸とは異なり、過去の津波被害が比較的少なかったことから、大津波への警戒心が低かった地域でもあった。</p> <p>(2) あの日のこと(地震・津波の状況) 東日本大震災は3月11日14時46分に発生し、旭市にも津波が3度襲来した。特に堤防を越えたのは2回であり、津波の規模は以下の通りであった。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1回目の津波:地震発生から約1時間後に到達。高さ約4.5m。</li> <li>・2回目の津波:1回目から約30分後に到達。高さ約2~3m。海の変化がほとんど見られず、住民は津波が収まったと誤認した。</li> <li>・3回目の津波:2回目から約1時間後に到達。最大7.6mの大津波となり、市街地に甚大な被害をもたらした。</li> </ul> <p>この津波により14名が亡くなり、2名が行方不明となった。特に1回目の津波の後、家に戻って片付けをしていた住民が3回目の津波に巻き込まれるケースが多かった。これは、津波が1回で終わるといった誤った認識や、音がしないために危険を察知しにくい津波の特性によるものであった。</p> <p>① 地震発生時の状況 地震が発生した際、講演者は海岸道路を車で走行中だった。突然の強い揺れにより車を停止し、周囲の状況を確認した。間もなく、防災無線から津波警報が発令され、近くの避難所や神社、小学校に避難する住民が続出した。</p> <p>しかし、過去の経験から「九十九里浜は津波が来ても堤防を超えない」という認識が広がっており、多くの住民がすぐには避難せず、津波の危険性を軽視していた。特に1回目の津波が収まった後、多くの住民が自宅へ戻り、片付けを始めてしまった。</p> <p>② 津波襲来と避難の経緯 1回目の津波の後、防波堤に上がり海の様子を見ていた際、港の方から「大きな津波が来るぞ!」という叫び声が聞こえた。慌ててその場を離れ、自宅へ戻ると、防災無線から「大津波警報・緊急避難・団長命令」という放送が繰り返し流れていた。「団長命令」とは消防団員にも避難を命じるほどの危険な状況であることを意味していた。</p> <p>その直後、突然「バリバリ」という音とともに、津波が海岸道路側の板塀を破壊しながら襲ってきた。とっさに家の脇に隠れたが、一瞬で激しい波に巻き込まれた。流されながらも、大声で励まし合いながら、何とか浮上し助かることができた。</p> <p>母親の安否が不明だったが、近くの家の2階に避難している声が聞こえ、無事が確認できた。大きな余震が続く中、遠方から駆けつけた息子に避難を促され、母親と再会。母親は「人間が死ぬ時はこういうものか」と覚悟していたと語っていたことが、非常に印象的であった。</p>

(3) その後のこと

翌日、避難先の母親の実家からトラックを借り、息子とともに自宅へ向かった。消防団によって道路は封鎖されていたが、事情を説明し、特別に通行が許可された。

自宅に入ると、家具は倒れ、窓ガラスは破壊され、壁や畳が持ち上がり、足の踏み場もないほどの惨状であった。途方に暮れる中、とにかく床下の泥をかき出すことから作業を始めた。しかし、報道では「1ヶ月以内、または1年後に同様の地震・津波が発生する可能性がある」と伝えられ、先の見えない不安に苛まれた。

区長としての責務も続いていた。津波の被害状況によって避難の有無が異なり、住民からはゴミの収集方法や、市への支援要請に関する相談が相次いだ。市の補助金や解体業者の手配など、多岐にわたる相談に対応しながら、自身の家の復旧作業にも追われた。

また、ボランティアの申請手続きは、避難者自身が行う必要があったため、手続きを簡略化し、一括対応できるように市に依頼した。避難所も3ヶ月後には32ヶ所から4ヶ所に統合され、ケガ人やペットの受け入れ、児童の安否確認など、市職員や学校教員は多くの課題を抱えていた。

(4) まとめ

① 津波は繰り返し襲ってくる

最初の津波より後の津波の方が高くなる場合がある。津波警報が解除されるまで、決して自宅には戻らないこと。

② 自分自身と家族の命を最優先する

どんな状況であっても、まずは自分と家族の安全を確保することが最も重要である。

③ 地域のためにできることを考える

日頃から地域の防災体制を確認し、いざという時にどのような行動をとるべきか考えておくことが必要である。



開催地より

東日本大震災での体験談は、テレビや新聞では伝わりきれない「災害の恐怖」を感じることができ、研修の目的である「防災意識の高揚」に大いに役立てることができたと感じています。

開催地名	大阪府 貝塚市
開催日時	令和7年2月9日(日)10:30~12:00
開催場所	貝塚市役所福祉センター6階 多目的ホール
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	貝塚市自主防災組織 54人
開催経緯	本市では、住民の災害に対する自助・共助の重要性について意識が低く、防災訓練等への参加率が上がらないという課題がある。そこで被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会を設け、住民の危機意識の向上を図りたい。
内容	<p>■ 自己紹介</p> <p>本講演の講師は、平成26年8月20日に発生した広島豪雨土砂災害の被災者であり、当時は自治会の副会長として地域の防災活動に従事していた。自身も被災しながら、地域のために捜索活動や復旧活動に携わった経験を持つ。令和5年9月には広島市豪雨災害伝承館の副館長に就任し、防災に関する展示の説明や防災教育を行いながら、災害の記憶を後世に伝える活動を続けている。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>広島市豪雨災害伝承館で流されている映像によると、8月19日夜から20日明け方にかけて、1時間に87ミリ、24時間で247ミリの降水量を記録し、観測史上最大の集中豪雨が発生した。この豪雨により、安佐南区及び安佐北区では大規模な土石流が発生し、甚大な被害をもたらした。消防、警察、自衛隊による懸命な救助活動が昼夜を問わず行われたが、建物被害は全壊179棟、半壊217棟を含め計4749棟に及び、死者は災害関連死3名を含む合計77名、負傷者は69名に上った。</p> <p>被災者の証言によれば、0時半頃にはバケツをひっくり返したような雨が降り始め、屋根を打つ激しい雨音で目を覚ましたという。床下収納の中のもものが浮き上がるほどの水圧がかかり、車の警笛やハザードランプが点滅する異常な状況に気付いた。2時頃には遠くで鈍い音が聞こえ、外を見ると、母屋と離れの通路を大量の水が川のように流れていた。</p> <p>多くの住民が「自宅が流されるのではないか」という恐怖を感じながらも、状況が暗闇で把握できず、避難の決断が遅れた。さらに、泥の匂いが立ち込める異常な環境の中で、被害の深刻さを理解するまでに時間がかかったという。レスキュー隊の支援を受けながら、2階のベランダから救出される住民もいたが、リフォーム後も土砂に埋まる錯覚に陥るなど、心理的な影響が長く続いた人もいた。</p> <p>また、語り部自身の体験として、家は山の斜面の終端に位置していた。0時半頃から雨が降り始め、屋根に響く激しい音が続いた。朝方、妻に起こされると、普段聞こえるはずの鳥の鳴き声や新聞配達バイクの音が全く聞こえなかった。そして、周囲には異常なほど爽やかな木の香りが漂っていた。後に判明したのは、土砂崩れによって木が引きちぎられた際の香りだった。</p> <p>救助を待つ間、ヘリコプターがなかなか到着せず、不安な時間が続いた。ようやく自衛隊の姿が見えた時には、「これで助かる」と安堵したという。しかし、玄関前には膝上まで土砂が積もっており、扉を押し開けるだけでも一苦労だった。</p> <p>■ その後のこと</p> <p>家は山の斜面の終端にあったため、日を追うごとに土砂が溜まり、最終的には約1メートルもの厚さに達した。災害発生から10日後、ようやく自宅に戻ることができたが、その時点でも行方不明者の捜索が続いていた。家の前では、直径4メートルの巨大な岩の下に人が埋まっている可能性があったため、重機を使った岩の破碎や、土砂のふるい分け作業が昼夜を問わず行われていた。この作業は2週間続き、音が突然止まると「誰かが見つかったのではないか」と緊張感が走る毎日だった。</p> <p>災害後も、多くの被災者が精神的不安定に悩まされていた。例えば、工事の騒音を聞くと当時の記憶が蘇る人や、外に洗濯物を干すことができなくなった人もいた。また、インフラ整備に伴う立ち退きなどの影響で、自治体によっては住民の約1/3が転出し、地域のつながりが希薄化した。知り合いが減ることで高齢者の孤立が進み、話す機会が減ったことで認知症の症状が進行するケースも見られた。物理的なインフラ復旧は進んだものの、被災者の心の復興は依然と</p>

して課題となっていた。これを受け、学区単位でのコミュニティ活動を定期的で開催し、住民同士の交流を促進する取り組みが始まった。

■ まとめ

自然災害は予測不可能であり、「自分が被災する」とは誰も思っていない。そのため、避難訓練を実施しても参加者が少ないのが現状である。

〈住民の課題〉

- ・自然現象と災害の区別がついていない
- ・何が危険なのかを知らず、具体的な対策を講じる意識が低い
- ・自身の危険認識と、行政が発表する避難警戒レベルのギャップがある
- ・「自分は大丈夫」という正常性バイアスが強く働き、避難をためらう

〈行政の課題〉

- ・防災リーダーへの情報提供が不十分である
- ・職員向けの防災教育や、被災者支援に関する研修が不足している
- ・実施した施策の効果を適切に検証していない

被災後の心のケアの重要性も見過ごせない。PTSDなどの精神的影響に長年悩まされる人も多いため、地域住民が協力し合い、定期的にサロンや茶話会を開くことで、コミュニケーションの機会を確保することが求められる。物理的な復興だけでなく、住民の心のケアを含めた総合的な支援が、真の意味での「復興」につながるのである。



開催地より

実災害を体験している語り部の体験談から、自分たちのすべきことは何なのか、日頃から考えなければいけないと痛感しました。今後の啓発活動に活かしてまいります。

開催地名	沖縄県 北谷町
開催日時	令和7年2月9日(日)10:00~11:50
開催場所	ちやたんニライセンターカナイホール
語り部	糸日谷 美奈子(千葉県千葉市)
参加者	地域住民、町職員等 60名
開催経緯	本市でも地震や津波といった災害発生の可能性があり、実際に発生した際の、海岸付近の避難状況や、内陸(高台)等に避難してくる避難者の受け入れ状態などについて、講演を通じ学びたい。
内容	<p>(1)開会挨拶 2024年2月9日、北谷町にて防災講演会が開催された。本講演会は総務省消防庁の協力のもと、地域の防災意識向上を目的に実施された。開会にあたり、佐藤町基地安全対策課長が挨拶を行い、近年の地震・津波リスクの増加や2023年の台湾地震時に発生した混乱を踏まえ、徒歩による避難の重要性について言及した。また、今年度は防災情報アプリの構築にも取り組んでいることが報告された。</p> <p>(2)講演:「東日本大震災の教訓」 ◇(1)講師自己紹介 今回の講師は、元岩手県釜石市の中学校教員であり、2011年の東日本大震災当時に生徒と共に津波から避難し、その後避難所生活を経験した糸日谷美奈子氏である。現在は千葉市に移住し、防災士として活動している。 ◇(2)震災当日の状況 地震が発生したのは午後2時46分で、当時学校は放課後の時間帯だった。生徒たちは部活動の準備や卒業式の合唱練習をしており、避難訓練とは異なり校内のさまざまな場所に分散していたため、一斉に避難することが困難な状況だった。 さらに、地震の揺れによって校内放送が使用不能となり、一部のクラスでは避難指示を待ってしまったことで避難が遅れる事態が発生した。また、普段から故障していた非常階段の鍵が開かず、脱出に時間を要した。この経験から、事前の設備管理の重要性が痛感された。 ◇(3)避難所生活 避難後、学校から約800メートル離れたデイサービスセンターの駐車場が第一避難所となった。しかし、余震による崖崩れの危険があったため、さらに300メートル先の第二避難所へ移動することとなった。避難場所が想定されていなかったため、パニック状態になる生徒も多く、事前の避難計画の必要性が改めて認識された。 その後、市内の体育館へ移動したが、避難所での生活は決して楽なものではなかった。水や食料の不足、トイレ環境の悪化、寒さといった問題に直面し、過呼吸や貧血を起こす生徒もいた。また、家族の安否が分からない状況が精神的なストレスとなり、不安を抱える人が多かった。特に、情報伝達の困難さが大きな問題であった。家族が無事かどうかを確認する手段がほとんどなく、避難所ではラジオやホワイトボードを活用して情報共有を行った。また、食料や生活必需品の支援物資は届いたものの、精神的な安定を保つための嗜好品(コーヒーやお酒など)が必要であることが実感された。 ◇(4)防災教育の重要性 震災後、「釜石の奇跡」として、学校にいた中学生・小学生全員が助かったことが報道された。しかし、糸日谷氏はこれを単なる奇跡ではなく、事前の防災教育の成果であると強調する。釜石市では、防災学習の一環として「助けられる人から助ける人へ」という意識を育てる取り組みが行われていた。生徒たちは地域と連携しながら避難訓練を行い、実際の災害時にも自主的に行動することができた。この経験から、「自分の命は自分で守る」という意識の重要性が再確認された。 また、学校と地域住民が一体となった防災訓練の重要性についても語られた。避難ルートの確認、実践的な避難訓練、災害時に必要な行動をシミュレーションすることで、生存率を大幅に向上させることができると指摘された。</p>

### (3)質疑応答

講演後、参加者からの質問に対して、避難所運営の課題や情報伝達の工夫について具体的な説明が行われた。避難所では自治会と連携し、班長制度を導入することで運営を円滑に進めることができた。また、避難者の名簿を二重に作成し、家族が探しやすいようにする工夫が有効であったことが紹介された。

さらに、参加者からは「沖縄における津波の危険性」に関する質問もあり、北谷町の地域防災計画の重要性が改めて確認された。特に、避難所の収容人数には限りがあるため、親戚宅やホテルなどへの分散避難の選択肢を持つことが推奨された。

### (4)まとめ

最後に、糸日谷氏は「今は震災の前である」という意識を持つことの重要性を強調した。沖縄県における地震や津波の発生確率、北谷町の防災計画について改めて確認し、事前にどこに避難するかを具体的に決めておくことが必要だと述べた。

また、避難の際の連絡手段として、玄関に避難先を記載した紙を貼ることや、家族と事前に避難方法を話し合っておくことが推奨された。

最後に、本講演を契機に地域の防災力向上に向けた具体的な取り組みを進めることが確認され、閉会となった。



開催地より

語り部の口から語られる実災害の講演は非常に貴重な機会となった。本日の講演を今後の防災活動や出前講座に活かしていきたいと思う。

開催地名	長野県 軽井沢町
開催日時	令和7年2月10日(月)10:00~11:30
開催場所	軽井沢町 中央公民館 大講堂
語り部	糸日谷 美奈子(千葉県千葉市)
参加者	自主防災組織役員、地域住民、町職員 47名
開催経緯	大規模災害に直面した際には、行政職員のみでの人員や対応範囲にも限界がある事から、「自助」「共助」による日頃からの地域住民間連携や各自での日々の備えが必要であるが、広く浸透していな状況もあるため、実体験を交えた講演を通じ今後より良い形として地域防災力向上に役立てたい。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>1. 語り部の自己紹介 語り部として登壇したのは、東日本大震災において「釜石の奇跡」と報道された釜石東中学校の元教諭である。現在は千葉県に移住し、被災の経験を活かした防災活動を展開。特に、「防災×農業」の視点から、災害時に避難拠点として活用できる菜園を運営しながら、防災教育の普及に努めている。</p> <p>2. 担当地区について 岩手県釜石市は、東日本大震災で大きな津波被害を受けた地域の一つである。沿岸部に位置し、過去にも明治三陸地震(1896年)や昭和三陸地震(1933年)による津波被害を経験している。市内には津波の到達地点を示す石碑が点在し、防災教育の教材としても活用されてきた。</p> <p>(2) あの日のこと 東日本大震災が発生した2011年3月11日、釜石東中学校では放課後の時間帯であり、生徒も教員も校外外に散らばっていた。通常の避難訓練では、全員が一斉に避難行動をとるが、この日は生徒それぞれがバラバラの場所にいたため、従来の訓練とは異なる状況であった。しかし、数年前から地域全体で防災教育に取り組んできた成果が発揮され、生徒たちは訓練通りに自主的に避難を開始。さらに、その姿が周囲の大人や地域住民の避難行動を誘発し、結果的に多くの命が救われた。 津波到達までの約30分弱の間に、生徒たちは何度も「より高い場所へ」と判断し、次々に避難場所を変更。結果として、釜石東中学校の生徒のほぼ全員が無事に避難を完了した。この一連の行動が「釜石の奇跡」と報道されたが、実際には、奇跡ではなく、防災訓練の積み重ねと防災意識の高さによる成果だった。</p> <p>(3) その後のこと 避難所生活では、生徒たちを保護者と引き合わせる(実際の引き渡しではなく、生存確認ができる状態になる)までに約1週間を要した。避難所の環境は劣悪であり、プライバシー確保や感染症対策も不十分で、トイレの数も不足していた。 そのような状況の中、教頭が発した「避難してきた私たちはお客様ではない」という言葉が大きな意味を持った。この言葉により、教職員や生徒たちは「助けられる側」ではなく「助ける側」としての意識を持ち、避難所の運営や支援活動に積極的に関わるようになった。こうした主体的な行動が、避難所の環境改善に繋がった。</p> <p>(4) まとめ</p> <p>1. 防災教育の重要性 釜石市では、総合学習の時間を活用して防災教育を行ってきた。特に、地域住民とのフィールドワークを通じて、過去の津波被害の歴史や津波の到達地点を示す石碑を見学し、学びを深めた。その結果、津波発生時に、生徒たちはハザードマップよりも高い場所へ逃げるという選択をとることができた。このように、地域の歴史や知識を学ぶことは、災害時の適切な行動につながる。</p> <p>2. 防災教育の地域へのフィードバック 事前に行ったアンケートでは、「地震があっても避難しない」と答えた住民が一定数存在してい</p>

た。しかし、生徒たちが学んだ防災知識を劇にして老人ホームで披露したり、防災展示を作成することで、地域住民にも防災意識を広めることができた。さらに、避難の際には生徒たちが率先して「逃げろ！」と叫びながら避難したことにより、もともと避難するつもりがなかった住民も巻き込まれ、多くの方が命を守ることができた。

この経験から、「助けられる人から助ける人へ」という意識を持つことの重要性を学んだ。まずは自分が助かるために動くことが、結果として他者を助けることにつながるのである。

### 3. 防災計画を積極的に読む

自治体が策定している防災計画は、多くの住民にとって身近なものではない。しかし、災害発生時には、その内容が生死を分ける指針となる。普段から防災計画に目を通し、自分が住む地域のリスクや避難経路を把握しておくことが重要である。

### 4. 災害時の心理的变化

災害に遭うと、心理状態は以下の4つの段階を経て変化することが知られている。

- ・茫然自失期: 災害直後、何が起きたのか理解できず、呆然とする。
- ・ハネムーン期: 助かった安堵感から、周囲と助け合う気持ちが高まる。
- ・幻滅期: 支援が思うように進まず、不満やストレスが蓄積する。
- ・再建期: 状況を受け入れ、少しずつ日常生活を取り戻していく。

この変化を事前に知っておくだけで、自分自身や周囲の人がどの段階にいるのかを客観的に判断し、適切な対応を取ることができる。

### 5. 「防災×趣味」の考え方

釜石東中学校の元教諭である講演者は、千葉県に移住後、防災に貢献できる菜園を運営している。井戸を掘り、避難者が一時的に滞在できる場所として整備するなど、趣味を活かしながら地域の防災力向上に取り組んでいる。このように、自分の好きなことと防災を掛け合わせることで、無理なく防災活動を続けることができる。

### (5) 総括

「釜石の奇跡」と呼ばれた避難行動は、決して奇跡ではなく、事前の教育と意識の醸成によって成し得たものであった。防災は「他人事」ではなく「自分事」として考えることが重要であり、その意識が周囲の人々の命を守る行動へとつながる。

防災計画を積極的に学び、災害発生時の心理変化を理解し、趣味と防災を結びつけながら、自分ができる防災の形を見つけていくことが求められる。そして、何よりも「自分が率先して動くこと」が、地域全体の防災力を高める第一歩となるのである。



開催地より

地域による繋がりの重要性を改めて強く感じ、その土地に長く暮らす方から学んだ過去の災害履歴や地理的特性を理解することの大切さや学んだ知識や経験を世代にとらわれず地域全体を巻き込んで広く共有していくことの重要性を今後の防災活動や出前講座にて広く共有を図っていききたいと思う。

開催地名	茨城県 つくばみらい市
開催日時	令和7年2月11日(火)10:00~11:30
開催場所	きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館
語り部	平澤 つぎ子(千葉県旭市)
参加者	つくばみらい市民 159名
開催経緯	大規模災害時に実際に避難所や地域での災害対応を経験した方の経験談を聞くことにより、「自助」「共助」の重要性や、地域における自主防災組織の重要性等の普及につなげたいという目的から、本講演会を開催した。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>1. 自己紹介</p> <p>東日本大震災当時、千葉県旭市の避難所において、避難所運営の補助、避難者への食事提供、環境衛生管理、心のケアなど多岐にわたる活動に携わった。現在は、旭市赤十字社の活動を通じて、地域の防災意識向上に尽力している。災害時の経験を基に、避難所運営の課題や防災の重要性を伝えるため、各地で講演活動を行っている。</p> <p>2. 担当地域について</p> <p>つくばみらい市を訪れた際、その街の規模や高台があることなど、旭市と似ている点が多いと感じた。地域の防災対策を考える上で、過去の災害の教訓を活かし、それぞれの地域特性に適した準備が重要である。</p> <p>日本における自然災害は多岐にわたり、大雨・台風、雪害、火山噴火、地震、氾濫・洪水、高潮・津波、土砂災害などが挙げられる。特に土砂災害には、土石流・地滑り・崖崩れがあり、発生前には特有の前兆現象が見られることが多い。</p> <p>千葉県では、2019年10月の台風19号により甚大な被害が発生。暴風による家屋の損壊に加え、ブルーシートでの応急処置中に再び雨台風が襲来し、さらなる被害を引き起こした。大地震では、家具の倒壊や飛散による「圧死」が多発することが分かっており、阪神・淡路大震災、熊本地震、能登半島地震でも同様の傾向が見られた。こうした災害に備えるためには、防災知識を得るだけでなく、それを即行動に移すことが重要である。</p> <p>(2) あの日のこと(東日本大震災当日の旭市の動き)</p> <p>2011年3月11日、14時46分に三陸沖でマグニチュード9.0の巨大地震が発生。その後、15時15分には茨城県沖でマグニチュード7.6の地震が続いた。</p> <p>最初の揺れが発生した時、私はスーパーで買い物を終え、車のエンジンをかけたところだった。最初は自分が車を動かした振動かと思ったが、周囲を見渡すと、荷物を持った人々が地面に伏せていた。自宅に戻ると、友人と庭で話をしていたが、突如として友人宅の母屋の瓦が物置の屋根に落下し、その衝撃で物置が倒壊した。また、庭の大きな石が液状化現象により地中に沈んでいくのを目の当たりにした。</p> <p>1. 津波の襲来</p> <p>地震発生後、津波警報が発令され、消防車が避難を呼びかけながら市内を巡回した。しかし、その消防車は津波に巻き込まれた。後日、その隊員から話を聞いたが、「消防車の上によじ登り、津波が引くのを待った」とのことで、必死の思いで泳いで帰還したという。</p> <p>旭市には「遠浅なので津波は来ない」という言い伝えがあった。そのため、多くの若い住民は一度避難した後、家の様子を見に戻り、結果として大津波に巻き込まれた。この津波により、市内で14名の命が奪われた。</p> <p>2. 道路の寸断と避難所の開設</p> <p>地震の影響で、市内の道路はひび割れ、めちゃくちゃな状態となった。大地震発生時には、車を道の端に駐車し、キーをつけたまま車検証を持って逃げるのが重要である。これは、救助車両が通行できるようにするためだ。</p> <p>震災当時、市役所の総務課の職員4名が避難所運営のために尽力し、市民約3,000人が避難所を利用した。</p> <p>(3) その後のこと(避難所生活での課題)</p> <p>避難所生活では、数多くの課題が発生した。</p>

	<p>1. 環境の厳しさ 避難所にはプライバシーの確保が難しく、トイレの数も圧倒的に不足していた。特に、女性や高齢者にとっては、着替えの場所がないことが大きな問題だった。赤ちゃんの泣き声や、他人のいびき・寝相が気になることで精神的なストレスも蓄積されていった。</p> <p>2. 食事の課題 当時、赤十字の活動に携わっていたため、避難所での食事提供にも関わった。早朝5時には「おにぎりを作るように」との指示があった。照明のない調理場で、熱々のご飯を素手で握り続ける作業は過酷であり、「まだ足りない！」と怒鳴る声が響く中、無心で作業を続けた。高齢者にとっては、支給される食事が脂っこく、食べられないこともあった。災害時の食事は限られたものでありながら、個々の健康状態に配慮する必要がある。</p> <p>3. 福祉避難所の必要性 避難所では、車椅子利用者、要介護者、ストーマ(人工肛門)利用者の対応が課題となった。東日本大震災以降、福祉避難所の整備が進められたが、今後もさらなる対応強化が求められる。</p> <p>(4) まとめ 阪神・淡路大震災では、救出された人の80%が地元住民によるものだった。また、過去の災害救出事例では、「自力34%・家族31%・地域32%」とされており、「自助」と「共助」の重要性が明確になっている。</p> <p>1. 自助 防災力向上のためには、まず「自助」が不可欠である。日頃からの防災対策として、以下を徹底する必要がある。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家具の固定</li> <li>・非常持ち出し品の準備</li> <li>・避難経路の確認</li> </ul> <p>2. 共助 地域の防災訓練への参加、防災食の試食、AED体験などを通じ、地域住民の防災意識を高めることが重要である。</p> <p>3. 公助の限界 災害発生直後は、行政の支援(公助)がすぐには期待できない。道路の寸断や行政機関の被災により、救援が遅れる可能性が高いため、「自助」と「共助」を強化し、地域防災力を向上させることが求められる。</p> <p>「自助」と「共助」が整えば、地域全体の防災力は確実に強化できる。過去の教訓を活かし、一人ひとりが主体的に備えることが、地域の安全を支える鍵となる。</p>
開催地より	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>東日本大震災時の被災地での活動内容等をお話いただき、大変勉強になった。本講演会で学んだ内容を自主防災組織の支援や出前講座などで活かし、地域防災力を強化していきたい。</p>

開催地名	山梨県 上野原市
開催日時	令和7年2月11日(火)10:00~11:30
開催場所	上野原市文化ホール
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	120名(市の防災リーダー、区長、教員、職員など)
開催経緯	本市では、以前防災講演会を開催していたが、ここ5年ほど開催をしていなかった。そのような状況で、防災意識向上プロジェクトは経費がほとんどかからず、市民の更なる防災意識向上を図れることなどから開催へと至った。
内容	<p>■ はじめに</p> <p>講演者は東日本大震災発生当時、茨城県日立市久慈中学校の校長として避難所対応にあたった。その後も地域の防災活動に積極的に取り組み、現在は久慈学区のコミュニティ推進会の会長として、防災をはじめとした様々な分野で活躍している。</p> <p>東日本大震災を経験したことで、事前の備えや地域のつながりの重要性を改めて認識し、防災意識の向上に努めている。特に、避難所運営において、学校や地域の役割がどのように機能するかが鍵となる。</p> <p>■ あの日のこと</p> <p>○津波による被害と避難所の状況</p> <p>震災当日、津波は町を乗り越えて押し寄せ、日立市内の多くの建物が床上浸水の被害を受けた。水位は膝ほどの高さに達し、道路は水で覆われ、まるで川のような状態となった。特に港町では被害が深刻で、日立港では約1,400台もの車両が燃える大規模火災が発生した。その後の残骸の片付けも容易ではなかった。</p> <p>震災発生直後、学校では「教室待機」の指示が出されていたが、余震が続き、安全確保のためにすぐに避難開始の判断が求められた。校舎の耐震性にも不安があったが、事前の防災訓練が功を奏し、初動対応は比較的スムーズに進んだ。避難者の車は校庭に入れることになり、教員の半数が駐車場整備にあたり、どの車もすぐに出られるように配置を行った。</p> <p>大津波警報が発令された後、市内では270件の床上浸水が発生した。津波は海水だけでなく、海の底のヘドロを巻き上げながら押し寄せたため、波が引いた後には約20cmの泥が街中に残り、乾燥すると埃が舞い上がるほどの状況になった。こうした影響で、車が自由に動かせなくなるなどの二次被害も発生した。</p> <p>○避難所の運営と課題</p> <p>避難所には当初、毛布や水、食料などの備蓄が一切なかった。防災無線を通じて断水の情報が伝えられたが、学校にはプールがなかったため、市内のプールまで水を汲みに行く必要があった。避難者は1,000人を超え、電源車が運び込まれてストーブを設置したが、地上の電波塔がいくつか壊れており、携帯電話が繋がらない状況が続いた。そのため、家族と避難場所を決めておくことの重要性を痛感した。</p> <p>学校に備蓄がなかったため、リアカーを使って周囲の家庭を回り、毛布を提供してもらうことにした。しかし、数に限りがあったため、高齢者や乳幼児を優先的に配布し、それでも不足する分については中高生の発案で「整理券」を配布することにした。子どもたちの機転の利いた発想が、物資の公平な分配につながった。</p> <p>また、避難者の食事を確保するため、港町の住民と協力し、タコを茹でるために使う大釜を校庭に運び込み、3月11日の夕方から炊き出しを開始した。食材は地域の飲食店から提供され、パン、新潟から炊いた米、さらには近所のケーキ屋からケーキが届けられるなど、地域の助け合いの精神が強く表れた。</p> <p>一方で、トイレ問題は深刻だった。断水が続き、トイレが詰まり始めたため、中高生が自主的に詰まりを取り除く作業を行い、避難所の衛生環境を守る役割を担った。また、飲み水を配る際には学生が率先して作業にあたり、小さな子どもたちにはミルク用のお湯も準備された。</p> <p>避難生活が続く中で、中高生たちは小さな子どもに読み聞かせを行い、精神的なケアをする姿も見られた。震災から4日後には行政が本格的な支援に入り、避難所での学生のボランティア活動は一区切りを迎えた。</p>

■ その後のこと

震災後、久慈中学校の避難所での様子が学校の道徳の教科書に掲載された。これを機に、地域や学校では事前の備えがいかに重要かを改めて認識し、避難訓練の強化が進められた。学校の役割として、「生徒を確実に保護者に引き渡すこと」「避難所の設営を行うこと」が明確にマニュアル化され、緊急時の対応がよりスムーズにできる体制が整えられた。

また、久慈学区の自主防災組織の活動も見直され、それまで10月に開催していた防災訓練を、台風シーズン前に実施するよう変更した。さらに、防災意識をより多くの人に広めるために、楽しめる要素を取り入れた「靴作りワークショップ」や、「防災街歩き」を企画し、地域の危険箇所を点検しながら、マップに記録してホームページに掲載する取り組みも始まった。

■ まとめ

日頃から災害を想定し、備えておくことの重要性が改めて浮き彫りとなった。特に、防災無線の活用が有効であったこと、そして学生が自主的に避難所運営に関わることで、円滑な運営につながったことは大きな学びとなった。

避難所運営は、防災担当者や自治体職員だけが担うものではなく、動ける人が積極的に関与することが求められる。そして、普段から地域と学校が協力し合い、信頼関係を築いておくことが、いざという時の大きな支えとなる。

最終的に、防災とは「より良い街づくり」に直結するものであり、災害時の備えを通じて、地域全体がより安全で住みやすい環境を目指すことが大切である。



開催地より

本講演は東日本大震災時に校長を務めていた石川様によるものであったが、大規模災害時には教員の力が必ず必要であること、また、普段からの地域の繋がりが災害対応にも有効であることを実感した。

開催地名	宮崎県 木城町
開催日時	令和7年2月12日(水)13:10~14:40
開催場所	木城町役場 3階大会議室
語り部	蔵原 正敏(熊本県宇城市)
参加者	木城町役場職員 36名
開催経緯	本町では、大きな災害の被災経験がないために、職員の危機意識が低く、防災業務を他人事として捉えているように感じており、それぞれの防災事務分野における対応促進が図れていない状況であった。そこで被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>(1)開会挨拶</p> <p>2024年2月12日、木城町にて防災研修会が開催された。本研修の目的は、職員一人ひとりの防災意識を向上させ、町全体の防災力を高めることである。防災は危機管理係だけの役割ではなく、すべての職員が自身の業務に関連する防災対策を意識する必要がある。本研修を契機に、防災の視点を業務に取り入れることが求められた。</p> <p>本研修は、消防庁の防災意識向上プロジェクトの派遣事業を活用し、熊本県宇城市より語り部を講師に迎えた。語り部は平成28年の熊本地震時に危機管理課長を務め、実際の災害対応に携わった経験を持つ。現在は再任用職員として勤務しており、本研修では自治体職員としての実体験をもとに、大規模災害対応の課題と教訓について講演を行った。</p> <p>(2)講演:「熊本地震の教訓と自治体の対応」</p> <p>◇(1)熊本地震の発生と初動対応</p> <p>平成28年4月14日21時26分、熊本地震が発生した。宇城市では震度6弱を記録し、その後も余震が続いた。4月16日1時25分には本震とされる震度7の地震が発生し、被害がさらに拡大した。</p> <p>地震発生直後、市役所では防災行政無線を通じて住民に安全確保を呼びかけ、消防団や消防署・警察と連携し、救助要請の確認を行った。発災後1時間足らずで第1回災害対策本部を開き、避難所の開設を最優先課題として対応した。地震発生から約1時間後には最初の避難所を開設し、市内11か所の避難所運営を開始した。</p> <p>◇(2)避難所運営の課題と対策</p> <p>地震直後、避難所の開設が進められたが、避難者数は急増し、運営が困難となった。最初は11か所で945人の避難者を受け入れたが、本震後には避難所を20か所に増設し、最終的に1万1000人以上が避難する状況となった。</p> <p>職員の負担も大きく、1か所の避難所に2名の職員を配置し、3交代制で運営を行った。食料や水の確保が課題となり、災害協定を結んでいた地元スーパーも被災し、物資の供給が困難になった。そこで、別のスーパーや製パン工場と連携し、食料の確保に努めたが、それでも十分な供給には至らなかった。</p> <p>◇(3)罹災証明の発行と行政対応</p> <p>地震後、住宅被害の確認が急務となり、罹災証明の発行業務が開始された。証明書交付受付には多くの住民が訪れ、初日は長時間の待機が発生した。これにより、住民の不満が高まり、対応策として翌日には発行ブースを増設し、対応にあたった。また、途中から整理券を取得後、一旦帰宅するなど外出方式をとり、防災行政無線やホームページなどを活用し、交付状況を住民に案内することで、混乱を最小限に抑えた。</p> <p>また、他自治体の応援職員を活用し、申請受付・証明書交付や被害認定調査の業務を分担した。さらに、調査対象地域を区分し、同じ地域内で効率的に確認を進めることで、業務の迅速化を図った。</p> <p>◇(4)消防団の活躍と地域の支え</p> <p>地震発生後、消防団は昼夜を問わず活動し、地域内の防火・防犯活動や避難所支援を行った。火災防止のための巡回も行い、結果として3か月間火災ゼロであった。地震後の犯罪発生もほぼゼロに抑えられ、地域住民の協力と防犯意識の高さが発揮された。</p> <p>また、消防団をはじめとした住民の自主的な支援活動も活発であり、要支援者の確認や物資配布がスムーズに行われた。防災訓練の重要性が改めて認識される結果となった。</p>

	<p>(3)まとめ  熊本地震の経験を通じて、自治体職員の初動対応の重要性が強調された。特に、以下の点が重要な教訓として挙げられた。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.避難所運営の効率化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 物資の確保、職員の配置、住民への情報提供の仕組みを事前に整備する。</li> </ul> </li> <li>2.罹災証明発行の迅速化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 受付体制の強化、被災者支援システムの導入、情報共有の工夫を行う。</li> </ul> </li> <li>3.消防団・地域住民との連携 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 訓練を通じた協力体制の確立が、災害対応の迅速化につながる。</li> </ul> </li> <li>4.職員の健康管理 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 長期的な災害対応には、交代で休暇を取り、持続可能な業務体制を構築する。</li> </ul> </li> </ol> <p>最後に、語り部は「地震災害の対応は長期戦であり、職員の心身の負担を考慮した体制づくりが不可欠」と述べ、今後の防災対策への意識向上を呼びかけた。  本研修を通じて、木城町の防災力向上に向けた具体的な取り組みが求められることが再確認され、閉会となった。</p> 
開催地より	<p>実災害を体験している語り部の体験談から改めて、避難を継続すること大切さについて痛感した。此度の講話を今後の防災活動や出前講座に活かしていきたいと思う。</p>

開催地名	埼玉県 鴻巣市
開催日時	令和7年2月15日(土)14:00~16:00
開催場所	鴻巣市文化センタークリアこうのす 小ホール
語り部	澤畠 博(千葉県四街道市)
参加者	鴻巣市 自治会長143名
開催経緯	本市では令和元年東日本台風で初となる避難指示を発令したが、その後大規模な災害が発生していない現状である。そのため、市内各自治会において防災意識が低下しており、共助力に不安が見られるほか、公助への期待が強まりすぎている。よって防災意識の向上のため開催した。
内容	<p>(1) はじめに 自己紹介 講演者は、15年前から四街道市の危機管理官として防災対策に従事している。「市民のために私は働く」「住民のために私は働く」という信念のもと、土日や時間外を問わず、防災活動に取り組んできた。 自衛隊に15年間勤務した後、浦安市の危機管理官として東日本大震災に対応。その後、東京の防災危機管理コンサルタントとしての研究員経験を経て、現在の職務に就いた。</p> <p>担当地域について 鴻巣市は埼玉県中央部に位置し、荒川や元荒川など複数の河川が縦断する地域である。市内は、大宮台地や河川沿いの低地が広がる平坦な地形で、海拔は13メートルから28メートルの範囲にある。しかし、この地域の地下には関東平野北西縁活断層帯が存在し、大地震のリスクが指摘されている。</p> <p>これまでに、平成23年の東日本大震災、令和元年の東日本台風などの大規模災害を経験したが、幸いにも人的被害はなかった。現在、市の地域防災計画では、「災害発生を前提とした防災対策」を掲げ、平時からの自助・共助・公助の連携強化を推進している。</p> <p>(2) 令和6年能登半島地震の被害と教訓 地震発生の背景 令和6年1月1日16時10分頃、能登半島地震が発生。マグニチュード7.6、震源の深さ約16キロで、阪神淡路大震災(M7.3)を上回る規模だった。震源地は石川県珠洲市で、今まで知られていなかった断層が動いたとされている。</p> <p>国内には約2,000の活断層が存在するとされるが、多くは地下に埋もれており、実際の活動が地表に現れることは少ない。鴻巣市の地下にも活断層があるが、どこでどのような動きが起こるかは予測が難しい。このため、今回の地震のように「想定外の断層」が動く可能性を常に考慮しなければならない。</p> <p>また、国の地震発生予測地図では、能登半島は地震発生リスクが低い地域とされていた。対照的に、鴻巣市は地震発生の可能性が非常に高い地域とされている。今回の地震は、直下型地震が「どこでも発生し得る」ことを改めて示した。</p> <p>地震発生の予兆 能登半島では過去3年間にわたり群発地震が続いていた。群発地震は大規模地震の前兆である可能性が指摘されており、特にスロースリップ現象(断層がゆっくりずれる現象)が観測されていた。かつてはスロースリップは大地震には繋がらないと考えられていたが、東日本大震災でも同様の現象が確認されており、現在では前兆とみなされるようになってきている。</p> <p>令和4年6月と令和5年5月に、比較的大きな地震が発生していたにもかかわらず、石川県では「これ以上の大地震は来ない」との油断があった。結果として、耐震化の遅れや共助の整備不足を招き、被害の拡大を許してしまった。</p> <p>被害の状況 この地震では、建物倒壊、山の斜面崩壊、津波の襲来、火災の発生といった複合的な被害が発生した。特に、ライフラインの途絶(電気・水道・交通)によって、多数の孤立集落が発生し、救助活動が困難を極めた。</p> <p>石川県が発表した人的被害は死者504人、うち276人が災害関連死であった。これは「本来なら助かるはずだった命」が、避難環境や支援の遅れによって失われたことを意味している。</p>

	<p>(3) その後のこと(避難所生活)</p> <p>避難所運営の課題と対策</p> <p>避難所の運営は、事前の準備が不可欠である。</p> <p>特に、以下のような課題が発生するため、早急な対応が求められる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・雑魚寝状態の改善(プライバシーの確保)</li> <li>・トイレ問題と衛生管理(感染症対策、女性や高齢者への配慮)</li> <li>・水・食糧・寝具の確保(迅速な物資支援)</li> <li>・障害者・病人・高齢者への対応(災害弱者のケア)</li> <li>・生活ルールの確立と防犯対策(犯罪防止)</li> </ul> <p>特に、避難所のトイレ問題は重要であり、衛生管理が不十分だと感染症の発生、食事や水分摂取の抑制による健康被害、心理的不安の増加に繋がる。</p> <p>能登半島地震では、災害関連死の54.8%が避難所で発生した。これは、避難所の環境整備が適切に行われなかったことが大きな要因である。</p> <p>(4) まとめ</p> <p>首都直下型地震への備え</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・南関東では今後30年の間にM7クラスの地震が発生する確率は70%</li> <li>・南海トラフ地震の発生確率は80%に引き上げられている</li> <li>・鴻巣市でも大規模地震のリスクが高いとされている</li> </ul> <p>風水害への備え</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・奥能登豪雨では1時間に100mmを超える集中豪雨が発生</li> <li>・線状降水帯が発生すると、大規模な河川氾濫や土砂災害のリスクが高まる</li> <li>・近年の台風は進路の不確実性が増し、対策が困難になっている</li> </ul> <p>自助・共助・公助の重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市役所だけでは対応できないため、自治会や地域の共助が不可欠</li> <li>・災害発生後、外部支援が届くまでの「72時間」は自助・共助が最も重要</li> <li>・避難所運営には、公助と共助の協力が必要</li> </ul> <p>「備えが救える命を増やす」という意識を持ち、一人ひとりが主体的に防災対策を実践することが求められる。</p> <div data-bbox="395 1308 1326 1615"> </div>
開催地より	<p>講演後、各自治会からの問い合わせや、職員出前講座の申し込みが増加したため、大きな効果があったと考えられる。語り部の方とは講演内容の調整等多くの場面で相談に乗っていただいた。今後も市民の防災意識の向上に努めたい。</p>

開催地名	埼玉県 鶴ヶ島市
開催日時	令和7年2月15日(土)10:30~12:00
開催場所	鶴ヶ島市女性センター「ハーモニー」
語り部	近藤 恒史(千葉県茂原市)
参加者	自治会員、自主防災組織役員、関係機関等 144名
開催経緯	本市は、過去に大きな災害を経験したことがなく、災害に対する危機意識が低い傾向にある。また、一人暮らしの高齢者や障害者も増えている中、地域からも隣近所との交友が少ないという声も上がっている状況である。このような中、本市の自主防災組織の組織率が埼玉県内の平均92%に対して、66%と大きく下回っており、自主防災組織の設立に向けた、地域住民の意識改革が必要となっている。
内容	<p>(1) はじめに 語り部の自己紹介 本講演の語り部は元陸上自衛隊員であり、在職中にさまざまな災害対応に従事した経験を持つ。東日本大震災や熊本地震、令和元年台風19号(牧之原)など、多くの大規模災害の現場で活動し、その中で得た知見をもとに、災害時の対応や防災の重要性について語る。 担当地区について 語り部自身も、東日本大震災と熊本地震で被災経験を持つ。また、令和元年の台風19号では牧之原での被災を経験し、被災者としての立場と自衛隊員としての立場の両面から、防災の現場を見てきた。</p> <p>(2) あの日のこと 語り部は、自衛隊員として活動した被災地の状況を、写真を交えながら説明した。東日本大震災や熊本地震など、それぞれの災害での現場対応の実態について詳しく語られた。 ただし、今回の講演地である鶴ヶ島市は内陸部にあり津波のリスクがないため、津波に関する詳細な説明は割愛された。その代わりに、内陸部における地震や風水害のリスク、そしてそれらへの対応について重点的に話された。</p> <p>(3) その後のこと 昨年1月1日に発生した能登半島地震では、語り部自身も支援活動のために珠洲市を訪れた。支援活動中は、すべて自身で用意した食料や水を持参し、現地での生活も自己完結する形で対応した。 この経験から、「被災地では外部からの支援物資や食料がすぐには届かない」という現実を改めて実感。最低でも3日間(可能なら1週間)の備蓄が必要であることを強調した。 また、現地での支援活動を通じて、被災地では行政機関や公助の対応がすぐに行き届かないことが多く、初動は住民同士の共助に頼らざるを得ない状況があると述べた。</p> <p>(4) まとめ 鶴ヶ島市の防災リスクと対策 鶴ヶ島市の災害リスクについて、配布資料をもとに解説が行われた。 特に、市の人口に対して消防職員の数には限りがあり、災害時にすべての住民を迅速に救助することは難しい。このため、いざという時に最も頼りになるのは、自分自身と近隣住民の助け合い(共助)である。 また、災害時には、自治体の防災リーダーが迅速かつ的確な判断を下すことが求められる。そのため、平時から防災対策の方針を明確にし、リーダーがどのような対応を取るべきかを共有しておくことが重要であると語られた。 自助と共助の必要性 講演を通じて、次のようなポイントが強調された。 1.個人レベルの備え(自助) ○最低3日間、可能なら1週間分の食料・水を備蓄する ○非常用持ち出し袋を準備し、すぐに避難できるようにする ○家の耐震補強や家具の固定を行い、室内の安全対策を進める</p>

	<p>2.近隣住民との助け合い(共助)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○自治会や自主防災組織を活用し、近隣住民と防災訓練を実施する</li> <li>○高齢者や障害のある人など、支援が必要な人を事前に把握しておく</li> <li>○災害時の連絡手段を確認し、安否確認のルールを決めておく</li> </ul> <p>3.リーダーシップと判断力</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○防災リーダーが迅速に方向性を決め、的確な指示を出すことが重要</li> <li>○災害時にはパニックにならず、冷静に行動できるよう訓練を重ねる</li> <li>○行政と地域の連携を強化し、避難所運営や救援活動をスムーズに行えるよう準備する</li> </ul> <p>「頼れるのは自分自身とご近所さん」</p> <p>この言葉を胸に刻み、個々人が防災意識を高め、日頃からの備えを徹底することが、いざという時に生き延びるための鍵となる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
開催地より	<p>実際の被災地の様子や経験談をもとに地域の防災対策についてお話しいただき、自助・共助の役割の重要性を再確認できた。</p> <p>参加者からは、「地域のつながりの大切さを改めて実感した」「市内の災害リスクについてお話しいただき勉強になった」という意見が多くあった。本日の講演を踏まえて、地域住民へのさらなる啓発と自主防災組織の設立促進に向けて努めていきたい。</p>

開催地名	京都府 八幡市
開催日時	令和7年2月15日(土)13:00~15:00
開催場所	八幡市文化センター4階小ホール
語り部	山田 修生(宮城県仙台市)
参加者	八幡市民等 計166名
開催経緯	本市では、自主防災組織の高齢化が顕著であり、後進の育成が進んでいないことや、近年市内で大規模な災害が発生していないため、市民一人ひとりが被災するイメージを持ちづらいことが課題である。そのため、防災講演会を開催し、語り部の方に災害の体験談を踏まえて、災害の教訓や備え等についてお話をいただき、市民の防災意識の向上を図ってきたい。
内容	<p>(1) はじめに 自己紹介 講演者は、東日本大震災において自宅が被災し、自らも被災者でありながら、地域住民の避難誘導や安否確認、避難所の開設・運営、支援物資の確保・配布などの調整を行った。また、被災者生活再建支援員としての活動も実施した。 防災・減災の活動に取り組み始めたのは、昭和53年に発生した宮城沖地震がきっかけであり、それ以降46年にわたり、地震・風水害・噴火などの自然災害に対応するための活動を続けている。さらに、令和6年1月1日に発生した能登半島地震以前にも、全国各地で防災講演会を実施し、六水町や富山市などで防災セミナーを開催。震災災害やバックビルディング現象(連続した豪雨による災害)の対応・対策について、情報共有を行ってきた。</p> <p>(2) 自然災害の怖さ 1.南海トラフ地震 南海トラフ地震は、四国から静岡にかけての広範囲で発生すると予測されている。昭和19年(1944年)と昭和21年(1946年)に発生した地震は、南海トラフの一部が割れた状態で起こったものであり、完全な規模での地震は未だ発生していない。 2.宮城沖地震(昭和53年) この地震では、小学生が倒壊したブロック塀の下敷きになり犠牲となった。これを契機に、国は自然災害への対策を強化し、各地で自主防災組織が立ち上がる動きが加速した。現在では、全国で約1400の自主防災組織が結成されている。 3.能登半島地震 最大震度7を記録し、日本中に揺れをもたらした。特徴的なのは、地下水がマグマの熱によって上昇し、地震を引き起こしたという点である。 4.東日本大震災 東日本大震災は、「千年に一度の地震」とも言われる規模で発生した。同様の地震は、約1100年前の貞観地震にも記録されている。世界最大級の地震はインドネシアのスマトラ島沖地震(M9.1)だが、東日本大震災(M9.0)は、それに次ぐ規模であった。地震により、約10万平方キロの地盤が沈下し、その面積は京都府21個分、首都圏の7県以上に相当する。 東日本大震災では、3月9日午前M8.3の地震が発生し、翌10日にもM6.8の地震が発生していた。さらに1カ月後の4月7日にはM7.2の余震が起こり、すでに家屋や崖が脆くなっていた地域でさらなる被害をもたらした。日本では、南海トラフ地震に関する臨時情報が昨年発表されており、今後10年間で約1万4000回の余震が発生すると予測されている。</p> <p>(3) 東日本大震災の日のこと 1. 体験談(山田さんのケース) 震災当日は、自宅におり、最初の震度3~4の揺れでは特に危機感を感じなかった。しかし、その後の揺れは突然強まり、縦揺れ・横揺れ・斜め揺れが同時に発生し、立っていることもできないほどだった。冷蔵庫は倒れ、中の物が飛び出し、テレビも吹き飛ばされた。何度も続く揺れに、「このまま死ぬかもしれない」と強い恐怖を感じたという。 震災の講演を続けてきた立場でありながら、実際の地震では何もできず、「何のための防災活動だったのか」と自責の念に駆られた。また、津波のレクチャーをしていた地域がすべて津波に襲われた事実にも、無力感を覚えたという。 2. 地震発生時のマンション住民の避難誘導 自主防災組織や自治会では、毎年、住民と相談しながら避難訓練を実施していた。しかし、実際の災害は、深夜や悪天候の中で発生する可能性があり、その際にどのように命を守るかが重要となる。震災当日、80世帯が住むマンションが全壊したが、当時の自主防災組織の男性はほとんどが仕事で不在だった。そのため、避難誘導に尽力したのは、副支部のメンバーや民生委員などの女性役員であった。こうした経験からも、防災活動において女性の役割がいかに重要であるかが分かる。</p>

避難誘導の際、住民たちは動揺し、何をもち出せばいいのか分からない状況だった。ハンドマイクを使い、「懐中電灯と携帯電話を持って1階の広場に集合するように」と指示を出し、大声で避難を促した。こうした場面では、指示を出せるリーダーの存在が極めて重要である。

#### (4) 津波の脅威と対応

新築の一軒家が津波によって50mも流されるなど、津波の破壊力は想像を絶するものであった。津波が発生した際には、以下のような対応を取ることが推奨される。

- ・夜間でもすぐに避難できるよう、外出用の服を着て就寝する
- ・枕元に靴を置き、ガラス片などから足を守る
- ・非常用持ち出し品を常備し、すぐに持ち出せるようにする
- ・室内に安全な避難スペースを確保し、家具の転倒防止を行う

#### (5) 避難所での課題と対応策

- ・避難所が被災して利用できない場合
  - 事前に代替の避難先を想定しておく
- ・車中泊をする避難者への支援が不足
  - 食料配布が避難所中心であり、車中泊の人への配慮が不足していた
- ・トイレの問題
  - プールの水を活用するなど、柔軟な対応が求められる
- ・自主防災組織の活動
  - 学生が積極的にトイレ設置や備品管理を担当する場面も見られた
- ・TKB48の重要性(トイレ・キッチン・ベッド)
  - これらを48時間以内に確保することが、避難生活の質を左右する

#### (6) まとめ

災害時には、すべての住民が被災者となる。まずは「自分と家族の命を守ること」が最優先であり、そのための備えが不可欠である。また、特に高齢者や女性がどこまで自主的に動けるのかを把握し、支援が必要な場合には、事前の準備を行っておくことが重要である。防災の知識や経験は決して無駄にはならず、身につけたことは必ず活かされる。今後もスキルアップを続け、訓練を通じて地域防災力を高めていくことが求められる。



開催地より

実災害を体験している語り部の体験談から改めて、避難を継続すること大切さについて痛感した。此度の講話を今後の防災活動や出前講座に活かしていきたいと思う。

開催地名	大阪府 吹田市
開催日時	令和7年2月15日(土)13:40~15:00
開催場所	吹田市役所高層棟3階災害対応オペレーションルーム
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	45名
開催経緯	防災に関する講義や実技指導等を実施することで個人の防災知識・技術の習得を促進し、講習修了者が中心となって各地域における防災意識の啓発・防災活動を活性化させることにより、自主防災組織等の拡大と充実を図り、もって地域防災力の向上に努めることを目的とし、開催いたしました。
内容	<p>(1) はじめに 自己紹介 講演者は、地域防災の取り組みを長年続けており、仙台市地域防災リーダー(SBL)として活動している。具体的には、安全マップの作成や要支援者名簿の管理などを行い、地域防災の基盤強化に尽力してきた。東日本大震災後には、防災減災部長として活動を継続し、仙台市独自の防災講習カリキュラムを学び、SBLの資格を取得した。また、平成27年3月17日に仙台で開催された国連防災世界会議において、地域防災の取り組みについてパネリストとして発表し、仙台市国土強靱化地域計画アドバイザーとして行政に助言を行うなど、多方面で活動を展開している。</p> <p>担当地区 講演者が担当するのは仙台市宮城野区福住町である。この地域は仙台市の北東部に位置し、七北田川と梅田川に挟まれた新興住宅地である。仙台市立高砂小学校区に属し、過去には台風や豪雨による水害被害を度々受けてきた。現在、人口は約1500人、町内会加入世帯は427世帯となっている。東日本大震災時には、七北田川を津波が遡上し、瓦礫とともに町の近くまで押し寄せた。2003年には自主防災組織が発足し、防災体制の強化が図られるようになった。</p> <p>(2) あの日のこと 過去の災害経験 1978年に発生した宮城県沖地震では、当時の建物の耐震性が不十分だったため、多くの人々が倒壊したブロック塀の下敷きになった。この経験から、「地震発生時にはブロック塀には近づかない」という意識が地域で定着するようになった。</p> <p>その後、仙台市では1986年に2日間で400ミリ以上の大雨が降り、大規模な水害が発生した。この時、自主防災組織がなかったため、住民は避難所という概念すら知らず、対応に混乱が生じた。自治会長が腰まで水に浸かりながらメガホンで「高砂小学校に避難してください」と呼びかけたが、体育館も浸水し、2階に取り残された住民が多数発生した。また、約200台の車両が浸水し、水が引いた後の復旧作業が困難を極めた。</p> <p>さらに、復旧作業中には「ボランティア」と称する不審な業者が金銭を要求したり、干していた家具が盗まれる事件も発生。こうした経験から、「自分たちの身は自分たちで守る」という意識が強まり、2003年に自主防災組織が発足した。当時の危機管理室の防災アドバイザーに協力を依頼し、マニュアルを作成した。</p> <p>東日本大震災の発生 2011年3月11日、午後2時46分に東日本大震災が発生。直後にライフラインがすべてストップし、町は混乱に陥った。しかし、地域では中学生との防災訓練を日頃から行っていたため、多くの中学生が自主的に避難所の運営を手伝うために集会場へ駆けつけ、「手伝えることはありませんか？」と声をかけてきた。</p> <p>当時、講演者は防災部に名前を連ねていたが、想像を絶する混乱の中で、避難所運営の大変さを身をもって実感した。特に避難所では、女性の視点と力が不可欠であることを痛感した。避難所の運営は基本的に男性が中心となっていたが、2000人近くの避難者が殺到し、支援物資の管理や生活環境の調整が混乱を極めた。</p> <p>震災後、仙台市の避難所は約1カ月で閉鎖され、3カ月後には仮設住宅への移動が完了した。しかし、震災が大規模であればあるほど、公助には限界があり、自助・共助の重要性を改めて認</p>

識することとなった。日頃の取り組みや訓練が、災害時にそのまま生きることを痛感した。

### (3) 震災後の取り組み

2015年に仙台で開催された国連防災世界会議では、女性防災リーダー(SBL)として登壇し、地域防災の取り組みについて発表を行った。女性が地域防災の中核を担うことで、子どもや高齢者に対して、わかりやすく、楽しく、優しい防災を伝えられることを強調した。

仙台市では地域防災の知識を持つ人材を育成するため、SBL(仙台市地域防災リーダー)養成講座が毎年開催されるようになった。

学校と地域、行政が連携し、実際の訓練を行うことが大切である。例えば、小学生や中学生が地域の人と一緒に防災訓練を実施し、テント設営や避難経路の確認を行うことで、実践的な防災力を身につける。また、LGBTQや外国人避難者の受け入れ体制も前向きに検討している。

避難所は決してホテルではなく、最低限の備えは各自が用意しておくべきであるという考え方を広めるため、啓発活動も行っている。さらに、在宅避難者の物資支援についても自治体と連携し、課題解決を図っている。

### (4) まとめ

- ・震災の規模が大きくなるほど、公助には限界がある。
- ・自助・共助の取り組みが何よりも重要である。
- ・日常の訓練と取り組みが災害時にそのまま役立つ。
- ・避難所で最も困るのはトイレ問題。食料よりも簡易トイレの備蓄が必要。
- ・学校、地域、行政が連携して実践的な訓練を行うことが重要。
- ・女性の視点や配慮が求められる場面が多く、多様な視点を取り入れた防災計画が必要。
- ・「自助7割、共助2割、公助1割」という意識を持ち、行政に依存せず、自らの命を守る準備を整えておくことが大切である。

このように、防災は「やっておいてよかった」と思える準備が何よりも重要であり、日頃からの取り組みが地域の安全につながる。



開催地より

経験に基づく避難所問題点や当時の状況、女性の視点のお話から、改めて地域防災の重要性を認識した。主催の職員にとっても、公務員としての視点以外の災害に対する考え方や実体験から得た知見を新たに学べた。

開催地名	広島県 広島市安芸区
開催日時	令和7年2月15日(土)10:00~11:45
開催場所	安芸区民文化センター
語り部	菊池 健一(宮城県仙台市)
参加者	自主防災会連合会 80名
開催経緯	本市においては、人的被害を含む大規模災害が頻発しており、安芸区においても平成30年7月豪雨災害にて甚大な被害を受けた。 しかし、5年以上が経過し、地域住民の防災意識も軽薄化が見られる中、改めて災害時における地域自主防災組織等が担うべき役割や、日ごろから地域が行う自主防災活動について、他自治体の取組等を踏まえ広く周知してほしいとの声があり開催した。
内容	<p>(1) はじめに 講演者は、東日本大震災の経験をもとに、避難所運営や防災対策についての知見を広めるために広島へ来訪した。この講演では、実際の震災経験を通じて学んだ避難所の現状や、リーダーの役割、地域防災の課題についてお話する。</p> <p>(2) 講義内容</p> <p>1. 現場判断の重要性 災害が発生した際には、迅速な判断と的確な指示が求められる。避難所のリーダーとなる人は、即座に状況を把握し、適切な対応をする必要がある。しかし、日頃から訓練をしていなければ、実際の現場での的確な行動を取ることは難しい。そのため、防災訓練を定期的を実施し、自主防災組織を整備することが重要である。どんな小さな訓練でも、災害時に活かせる知識や経験となるため、地域全体で防災意識を高めていくことが求められる。</p> <p>2. 過去の大地震とその教訓 1978年に発生した宮城県沖地震では、ブロック塀が倒壊し、18人が亡くなる被害が発生した。この災害をきっかけに、建築基準法が改正され、ブロック塀の安全基準が厳格化された。2003年には宮城県北部地震が発生し、震度6強の揺れが1日に3回も続いた。さらに2011年には東日本大震災が発生し、甚大な被害をもたらした。このように、大規模な地震は繰り返し発生しており、その都度、新たな教訓が得られている。過去の震災の記録を学び、それを防災対策に活かすことが大切である。</p> <p>3. 東日本大震災の映像と津波の恐ろしさ 講演では、実際に撮影された震災時の映像を紹介した。震度6強の揺れが4分間続く様子が記録されており、その激しさを目の当たりにすることができる。また、津波の被害は沿岸部だけにとどまらず、川を遡上し、内陸17kmにある陸前高田市でも甚大な影響を及ぼした。津波の力は非常に強く、巨大なテトラポットを転がすほどの威力があり、防波堤も簡単に崩壊してしまう。このため、津波が発生した際には、防波堤の高さに頼るのではなく、迅速に高台へ避難することが命を守る鍵となる。</p> <p>4. 避難所でのリーダーの姿勢 震災直後、多くの住民が避難を始めたが、中には避難を拒む人もいた。講演者は、一人暮らしの高齢女性を避難所へ連れて行こうとしたが、彼女は家に残ることを選び、避難を拒んだ。さらに、避難を手助けしようとした住民に対して、家の貴重品を探そう指示していた。しかし、そうしているうちに津波が迫ってくる可能性があったため、強引に避難を促した。結果として、この女性は命を守ることができ、後日感謝の言葉とともに大根を持って訪れたという。この経験からも分かるように、避難所のリーダーは時に強い意志を持ち、人命を最優先に行動しなければならない。</p> <p>5. 避難所の実態と課題 避難所では、生活環境が大きく変わり、多くの課題が生じる。まず、仮設トイレは常に混雑し、衛生環境が悪化しやすい。また、ペットを連れている人や持病を抱えている人の対応も問題とな</p>

る。寝るスペースは狭く、プライバシーが確保されないため、いびきや子供の泣き声が気になり、ストレスを感じる人も多い。さらに、食料を持っている人が周囲の目を気にして隠れて食事をするなど、精神的な負担も大きい。

避難所の運営には、女性の視点が不可欠である。現在は、行政が防災組織の役員を決める際に、必ず女性を含めるよう指導している。これは、避難所での生活が男性だけでは把握しきれない問題を多く抱えているためである。避難所運営に女性が関わることで、プライバシーや衛生面の課題をより適切に対応できるようになる。

#### 6. まとめ

東日本大震災の経験から学ぶべきことは多い。まず、行政、町内会、民生委員との連携を強化することが重要である。避難訓練も、決まった時間を実施するだけでなく、夜間や悪天候の状況を想定した訓練を行うべきである。また、避難所運営の訓練も重要であり、実際に避難所の設営や運営をシミュレーションすることで、リーダーとしての役割を担う人材を育成する必要がある。

地域の防災力を高めるためには、普段からの人間関係の構築も欠かせない。防災をきっかけに町内会の活動に参加し、顔の見える関係を築くことで、いざという時に助け合える環境を整えることができる。最も大切なのは、自助・共助の精神を持つこと。まず自分自身が助かる行動をとることが、結果として他者を助けることにつながる。日頃の備えと訓練が、生死を分ける重要な要素となることを忘れてはならない。

この講演を通じて、「防災は自分の命を守るためのもの」であり、「地域全体の安全を支える鍵」であることを再認識し、今後の防災活動に活かしてほしい。



開催地より

迅速な判断、指示は日頃の訓練無しでは到底できないという事を痛感したとともに、映像やスライドにてご説明いただくことでより身近に災害の恐ろしさを改めて理解できた講演であった。

開催地名	愛媛県 鬼北町
開催日時	令和7年2月15日(土)9:30~10:30
開催場所	広見体育センター
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	自主防災組織会長、防災士等 65人
開催経緯	当町は、山間部に位置し、南海トラフ地震想定では、震度6強(一部震度7)を想定された地域であり、谷間に集落が密集し急傾斜地も多く存在しているため、危険箇所が多い。そのような状況で、被災地からの実体験を交えた講和を受けることで、地域の防災意識の向上を促したい。
内容	<p>(1) はじめに 自己紹介 講演者は、平成23年3月11日に発生した東日本大震災当時、茨城県日立市立久慈中学校の校長として、2,000人以上の避難者の受け入れを経験した。その後も自主防災組織の会長として、地域の防災活動を牽引し、共助の実践や後継者育成に尽力している。</p> <p>(2) 東日本大震災の体験談 地震発生時の状況 地震発生直後、ハザードマップで危険とされていた場所に、まさに津波が到達した。水は常に高いところから低いところへと流れるため、ハザードマップの通りに被害が発生することを実感した。久慈町では270軒が床下浸水し、水というよりもヘドロ混じりの泥水が流れ込み、水が引いた後も20cm以上の厚さのヘドロが町中に堆積した。 さらに、津波の影響で病院の地下に水が流れ込み、設備が使用不能となった。このため、病院は後に別の場所へ移転を余儀なくされた。また、津波により1,400台の車両が海水でショートし、引火して燃え上がるという大規模な火災が発生した。 校舎内では、地震発生時に校長と数名の教員は職員室にいたが、生徒は卒業式の2日後であり、一部の生徒が不在だった。地震の揺れがあまりに激しく、電気も止まっていたため、校内放送を利用せずに、大声で「教室待機」の命令を出した。結果的に、校舎の構造が単純だったため、声による指示でも迅速に対応できた。 また、職員室に置いてあったテレビは地震対策の固定ベルトで固定されていたにもかかわらず、倒れそうになったため、そばにあった刺股(さすまた)で支えながら対応した。避難命令を出すタイミングは非常に難しく判断に迷ったが、校舎の耐震性に不安を感じ、意を決してグラウンドへの避難命令を発した。 驚くべきことに、生徒たちは真剣に静かに行動し、避難訓練の半分の時間で全員がグラウンドへ移動することができた。避難後、学校の周囲には避難してきた住民の車が多数停車しており、グラウンドへの駐車誘導が急務となった。そこで、全教員の半数を車両誘導に配置し、どの車もすぐに移動できるように整備した。幸運にも、4カ月前に開催された「関東甲信越ブロック防災大会」での研修が役立ち、混乱を最小限に抑えることができた。</p> <p>・避難所としての活動 本来、地震でガラス窓が割れる可能性があったため、避難住民を校舎内に入れたくなかった。しかし、カーテンを活用して飛散防止対策を施し、安全を確保した。 避難所運営の初期段階では、居住地が高台にある生徒は帰宅させ、低地に住んでいる生徒は学校に留める判断をした。物資が不足していたため、役場の支所に毛布を求めに行ったが、70枚しか確保できなかった。さらに、断水も発生したため、傘立てや他の容器を活用して水を確保した。建設業者から提供された発電装置を利用して照明や暖房を確保し、テーブルタップを集めて携帯電話の充電ができる環境を整えた。しかし、通信回線が混雑しており、ようやく連絡が取れるようになったのは4時間後で、そのときに「全員無事」というショートメールを受け取ることができた。 寒さ対策としては、灯油や毛布を周辺住民から提供してもらったが、それでも足りなかった。そこで、避難所にいた子どもたちが「毛布引換券」を自作し、混乱を防ぎながら公平に分配する工夫をした。 近隣のスーパーからは、「冷蔵庫が壊れたので」と食料を提供してもらえたため、震災当日の夜</p>

には炊き出しを実施することができた。避難者の車の誘導と整備を適切に行ったことで、食糧の運搬がスムーズに行われた。

翌日には生徒の引き渡しを実施され、教員たちも4時間ごとのローテーションを組み、避難所運営と帰宅を両立できる体制を確立した。

#### ・生徒の活躍

全国からの安否確認の電話が殺到する中、最初は教員が対応していたが、その後生徒たちが自主的に対応し、避難所内で人探しや掲示板の作成を行った。また、被災2日目からは自衛隊とともに炊き出しを手伝い、トイレの水の管理も担当した。

被災3日後には飲み水の配給が開始されたが、5リットルの水を得るために7時間並ぶ必要があり、脱水症状で倒れる人もいた。このとき、生徒たちはお盆に水を汲んで提供し、体調不良者のサポートを行った。

被災4日後には行政が本格的に避難所運営に入り、学生ボランティアは解散となった。その後、久慈中学校の生徒の活動は小学5年生の道徳の教科書にも掲載されることとなった。

#### (3) 震災後の活動

地域の防災意識を向上させるため、「防災まち歩き」を定期的実施し、地域の危険箇所を点検して「久慈コム」というホームページ上に防災マップとしてまとめている。さらに、「コミュニティ・プラン」を策定し、住民の意見を反映させながら、地域の防災対策を強化している。

#### (4) まとめ

1. 避難者の車両を適切に誘導・整備することで、配給車の入構など後の対応がスムーズになる。
2. 災害時の通信障害を想定し、携帯が繋がらない状況にも対応できるよう準備が必要。
3. 飲料水の確保が重要であり、井戸水などの備蓄を考慮すること。
4. 女性視点での防災対策が不可欠であり、本・下着・ミルクなどの準備が求められる。
5. 生徒・教員・地域が連携し、避難所運営を支えたことが成功の要因であった。みんなで協力する意識が防災の鍵となる。



開催地より

講師から、東日本大震災の時の避難所運営の状況等をお聞きし、改めて、発災前の防災対策が重要であるか再認識した。今回の講演を今後の防災活動等に活かしていきたいと思う。

開催地名	沖縄県 宮古島市
開催日時	令和7年2月15日(土)15:00~16:30
開催場所	宮古島市役所2階大ホール
語り部	兼弘 誠(熊本県熊本市)
参加者	教職員、市議会議員、自主防災組織、市行政連絡員、社会福祉協議会、地域住民など 80名
開催経緯	R6.4. 3台湾東部沖地震に伴う津波警報を機に市民の防災意識の高まりを感じており、より身近な課題として自主防災組織の設立・育成や大規模災害時の避難所運営にテーマを絞り、熊本地震の際、自主防災組織として避難所運営を経験した黒髪校区4町内自治会 自主防災クラブによる講演を実施。
内容	<p>(1)開会挨拶</p> <p>2024年2月15日、宮古島市にて防災講演会が開催された。本講演会は、総務省消防庁の「防災意識向上プロジェクト」の一環として実施され、地域住民の防災意識向上を目的としている。講演会の冒頭、宮古島市総務部長の与那覇氏が主催者を代表して挨拶を行い、昨年4月3日に発生した台湾東北部地震による津波警報を機に、宮古島市の防災意識が高まったことを背景に本講演会が企画されたことを説明した。また、市として自主防災組織の設立・育成支援を行っており、地域防災力の向上に向けた取り組みを進めていることが報告された。</p> <p>(2)講演:「熊本地震から学ぶ避難所運営と自主防災組織の役割」</p> <p>○講師紹介 今回の講師は、黒上校区第4町内自治会自主防災クラブの副会長であり、防災士としても活動する小野寺氏と兼弘氏である。両氏は熊本地震の際に避難所運営に携わった経験を持ち、実践的な防災活動の重要性について講演を行った。</p> <p>○熊本地震の被災体験と避難所運営の課題 平成28年4月14日と16日に発生した熊本地震では、多くの避難所が開設されたが、当初は十分な支援体制が整っていなかった。特に、避難所の開設直後は市の職員が不足しており、地域の自主防災組織が主導する形で運営が進められた。 避難所の受け入れ人数が急増し、駐車場の確保、物資の配布、衛生管理が大きな課題となった。また、高齢者や要支援者への対応が遅れるケースもあり、福祉避難所の整備の必要性が指摘された。 特に問題となったのがトイレの不足と衛生状態の悪化であり、和式トイレしかない避難所では高齢者が利用しづらい状況が続いた。そのため、後の防災対策として、避難所には洋式トイレや段ボールベッドの設置が推奨された。</p> <p>○地域防災の重要性と自主防災組織の役割 熊本地震を通じて、地域住民同士の助け合い(共助)の重要性が再認識された。日頃の顔の見える関係が、災害時の迅速な対応につながるため、定期的な防災訓練や地域交流が不可欠であると述べられた。 また、自治会活動として、以下の取り組みが紹介された。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・資源ごみの回収を通じた防災資金の確保</li> <li>・子どもたちの防災教育の推進</li> <li>・防災拠点の整備</li> </ul> <p>これらの活動を通じ、地域全体で防災意識を高める取り組みが進められている。</p> <p>(3)質疑応答</p> <p>講演後の質疑応答では、以下のような質問が寄せられた。</p> <p>Q1. 休日に災害が発生した際、誰が避難所を開けるのか？ 施設管理者や学校の職員が不在の場合、市の職員が対応するが、それでも間に合わない場合は自主防災組織が支援する体制を整えることが重要である。</p> <p>Q2. 福祉避難所の運営と高齢者・単身者の避難について 高齢者や要支援者は、一般の避難所では十分な対応ができないため、福祉避難所の整備が必要である。また、近隣住民との連携を深めることで、避難時の支援をスムーズに行うことができる。</p>

(4)まとめ

熊本地震の経験をもとに、避難所運営の課題や地域防災の重要性が改めて認識された。特に、以下のポイントが強調された。

・避難所の運営体制の整備

避難所の環境整備が行き届いていないと、被災者の健康や生活の質が大きく損なわれる。特に、高齢者や要支援者にとっては、トイレの使いやすさや寝床の環境が重要であり、洋式トイレの整備や段ボールベッドの導入が必要とされた。また、物資管理の効率化、衛生管理の徹底、避難所運営スタッフの事前研修など、自治体が計画的に取り組むべき課題が多い。

・共助の重要性

災害時には行政の対応が追いつかず、地域住民同士の協力(共助)が生存率を高める鍵となる。熊本地震の際には、顔の見える関係がある地域では助け合いがスムーズに進んだが、普段からの交流が不足している地域では、避難所運営の混乱や支援の遅れが目立った。そのため、地域ごとの防災訓練の充実や、近隣住民との関係強化が不可欠である。

・事前準備の徹底

災害はいつ発生するかかわからず、行政の支援が届くまでの時間を考えると、個人や家庭での備えが不可欠である。特に、3日分の備蓄(食料・水・生活用品)、避難ルートの確認、地域防災計画の周知など、日常的に準備を進めておくことが求められる。さらに、地域の自主防災組織が主導して、防災グッズの点検や避難場所の確認を定期的に行うことで、いざという時の混乱を最小限に抑えられる。

最後に、小野寺氏と兼弘氏は、「自助・共助・公助のバランスを意識し、地域全体で防災力を高めることが重要である」と述べ、本講演を締めくくった。防災対策は特定の人だけが取り組むものではなく、住民一人ひとりが防災意識を持ち、積極的に関わるのが重要である。

本講演会を通じて、宮古島市における防災対策のさらなる充実が求められることが確認され、今後の地域防災の方向性についても意識を共有する機会となった。今後、行政だけでなく住民が主体的に防災に取り組み、日常生活の中で防災力を高めることが期待される。



開催地より

講演内容が分かりやすく、来場者アンケートでも評価が良かったので、自主防災組織の設立や避難所運営への理解が進み、災害に強いまちづくりへと繋がっていくことを期待している。

開催地名	富山県 高岡市
開催日時	令和7年2月16日(日)13:30~15:00
開催場所	ふくおか総合文化センター
語り部	松本 佐一(新潟県村上市)
参加者	191人
開催経緯	とやま呉西圏域6市(高岡市、射水市、氷見市、砺波市、小矢部市、南砺市)は、令和6年能登半島地震で大きな被害を受けたが、当地域は被災経験が乏しく、大規模災害を前に自主防災組織や防災士が十分機能したとは言い難い状況であった。このため、災害時の自主防災組織の活動や防災士等との連携について実体験を交えた話を聞く機会を設けた。
内容	<p>【地域防災の取り組みと水害への備え～令和4年水害の教訓～】</p> <p>(1) はじめに</p> <p>① 自己紹介 私は昭和27年11月4日生まれ(72歳)で、中学3年生の時に羽越水害を経験しました。令和3年度から4年度にかけて小岩内区長を務め、現在は小岩内区の評議員として地域の防災活動に携わっています。</p> <p>② 小岩内の地域特性 小岩内は新潟県村上市の南部に位置し、一級河川荒川の北岸にある集落です。背後には薬師山がそびえ、その麓を7本の川や沢が流れています。令和4年8月時点での世帯数は36、人口113人と、小規模ながら自然に囲まれた地域です。</p> <p>(2) 令和4年水害の発生</p> <p>① 避難指示の発令 令和4年8月3日、村上市は神林地域に避難指示を発令しました。 これを受け、集落放送や消防団が一軒ずつ訪問し、住民に避難を呼びかけました。しかし、放送を聞いていない人や寝ている人がいる可能性もあったため、そうした家には再度直接訪問し、呼びかけを強化しました。私は自ら数件の家を回り、激しい雨音にかき消されないよう、戸を強くノックし、大声で叫んで住民の安全を確保しました。</p> <p>② 2次避難の決断 既に公会堂(公民館)に避難していた住民もいましたが、公会堂が大沢川の近くに位置し危険と判断したため、より安全な高台へと2次避難を行いました。車いすの方を含め、避難には苦勞しましたが、命を守るためには必要な決断でした。</p> <p>③ 大規模な土石流の発生 8月4日未明、大量の流木を含む大規模な土石流が発生しました。この時、私は55年前の羽越水害と同じ「匂い」を感じ、直感的に土石流が起きたことを確信しました。 公会堂付近の住居が押し流され、集落全体が大きな被害を受けましたが、住民に犠牲者は出ませんでした。 しかし、36世帯のうち7棟が全壊し、甚大な被害となりました。</p> <p>(3) 避難生活と復興支援</p> <p>① 長期間の避難生活 避難指示は令和4年8月3日21:30から令和5年10月1日9:00までの約1年2ヶ月間に及び、多くの住民が仮設住宅での生活を余儀なくされました。 令和4年9月13日には仮設住宅への入居が始まりましたが、避難生活では生活環境や支援体制に関する苦情も多く寄せられ、時には直接関係のない内容の相談も受けました。</p> <p>② 全国からの支援とボランティアの活躍 復興・復旧に向けては、全国からの支援が寄せられました。特にボランティアの力が大きく、100人以上の重機ボランティアや新潟市内の高校生ボランティアが活動し、地域の再建に尽力してくれました。この支援には感謝の気持ちしかありません。</p> <p>③ 地域住民との交流と再生 令和5年10月22日、避難指示が解除された後、初めての収穫祭を住民と共に開催しました。</p>

この祭りを通じて、住民同士のコミュニケーションを深めることができ、地域の一体感が再び生まれました。

こうした住民間の絆こそが、災害時や復興時において最も重要なものだと実感しました。

#### (4) 災害から学ぶ教訓と今後の防災対策

##### ① 過去の経験を活かした防災訓練

羽越水害の経験を活かし、以下のような防災訓練を実施しています。

- ・声かけ訓練(避難が必要な人への呼びかけ)
- ・避難ルートの再確認(土砂災害の危険性を考慮)
- ・避難者の安否確認(誰がどこに避難したかの情報共有)

このような取り組みにより、令和4年の水害でも犠牲者を出さずに済みました。

しかし、住民の避難先が把握しづらく、安否確認に時間がかかったという課題がありました。そこで、災害後により迅速に安否確認ができるよう、連絡体制の整備を進めました。

##### ② 「自助」の意識を高める

災害時には「公助」に頼ることが難しい場合が多いため、「自助」の意識を高めることが何よりも重要です。

特に、土砂災害が発生しやすい地域では最も危険であり、住民全体でこの危機意識を共有し、日頃から備えることが大切です。

#### (5) まとめ

- 1.過去の災害の経験を活かし、防災訓練を実施することが重要。
- 2.避難時の声かけ、避難ルートの確認、安否確認の徹底が必要。
- 3.災害時の課題を振り返り、より迅速な連絡体制を整えることが重要。
- 4.「自助」の意識を高め、地域全体で危機管理意識を持つことが必要。
- 5.ボランティアや支援者への感謝の気持ちを忘れず、地域のつながりを大切にする。
- 6.災害後の地域再生には、住民同士の交流が不可欠。

今後も「自分の命は自分で守る」という意識を持ち、地域全体で防災・減災の取り組みを進めていきます。



開催地より

語り部の講演から、地域の災害特性に応じた事前の備えや、災害時の自主防災組織や防災士等が連携した活動の重要性を学んだ。自主防災組織や防災士に対し、地域の災害特性等を踏まえた実践的な防災訓練の実施や、自主防災組織、防災士等の日頃からの連携を働き掛けていきたい。

開催地名	福井県 福井市
開催日時	令和7年2月16日(日)9:30~11:00
開催場所	福井県福井市 福井県自治会館 2階多目的ホール
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	自主防災組織連絡協議会役員等、嶺北他市町の防災関係者 63名
開催経緯	<p>本市は、終戦直後の福井地震、九頭竜川堤防決壊をはじめ、豪雪や福井豪雨など、これまでにさまざまな災害が発生したが、その都度乗り越えてきた。しかしながら、福井地震の発生から約80年、福井豪雨から約20年が経過しており、その間大きな災害は発生しておらず、被災経験のある住民の減少や防災意識の希薄化、若年層への災害伝承、防災部門への女性の参画が課題となっている。</p> <p>そのため、今回の東日本大震災の語り部による講演により、自主防災組織リーダー等による効果的で実践的な自主防災活動を推進し、地域防災力を高めることを目的とする。</p>
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>① 自己紹介 私は宮城県仙台市宮城野区福住町に住み、防災活動に取り組んでいます。本日は、これまでの経験をもとに、地域防災の取り組みと「自助・共助」の重要性についてお話ししたいと思います。</p> <p>② 宮城県仙台市福住町について 福住町では、地震や津波に備えたハザードマップを作成し、小学校・中学校・高校、さらには災害拠点病院の位置を明記することで、防災意識の向上に努めてきました。 過去の災害を通じて、「自分たちの町は自分たちで守る」という合言葉が生まれ、行政に頼るだけでなく、地域力を活かした防災対策の必要性が認識されるようになりました。2003年には自主防災組織が発足し、まずは住民の名簿作成や要支援者リストの整備から取り組みを開始しました。 さらに、「何をすればよいのか？」という課題に対処するため、災害支援ボランティア活動を実施し、災害時の相互協力協定を締結しました。このような取り組みが「福住町方式」と呼ばれるようになり、現在も試行錯誤を重ねながら進めています。</p> <p>(2) あの日のこと(台風・豪雨被害、東日本大震災の状況)</p> <p>① 昭和61年の台風被害 福住町では、昭和61年8月5日の台風災害で、全戸が床上・床下浸水の被害を受けました。この経験から、防災意識が向上し、地域の防災活動が活発化しました。</p> <p>② 東日本大震災での被害 2011年3月11日、14時46分に発生した東日本大震災では、福住町の状況が一変しました。近くの小学校周辺では、津波によって流されてきた家屋や瓦礫が堆積し、町全体が壊滅的な被害を受けました。 防災訓練の成果 日頃からの防災訓練が功を奏し、避難所運営はスムーズに開始されました。集会所には110名、小学校には約2,000名の避難者が集まりましたが、訓練を通じて身につけた対応力により、要支援者の安否確認も迅速に行うことができました。 想定外の課題 しかし、名簿の保管場所が損壊し、安否確認用のPCも故障したため、普段できていたことがスムーズにはいかないという現実と直面しました。ライフラインが停止し、多くの人々が厳しい避難生活を余儀なくされました。 避難所での問題点 ・収容人数500人の避難所に、帰宅困難者を含めて2,000人が避難 ・仮設トイレは屋外にあり、高齢者は姿勢を保つことが困難だった ・赤ちゃんを抱えた母親にはミルクがあったが、お湯が不足していた ・避難所運営委員のほとんどが男性であり、女性目線の対応が不足していた この経験から、女性の視点を取り入れた防災活動の必要性を強く感じ、現在の防災活動に繋がる大きなきっかけとなりました。 避難所での卒業式 震災から1週間後には、避難所となった小学校で、地域住民と役員の協力により手作りの卒業式が実施されました。これは、厳しい避難生活の中でも、子どもたちに前向き</p>

	<p>な記憶を残すための大切な取り組みとなりました。</p> <p>(3) その後のこと</p> <p>① 東日本大震災から学んだこと 東日本大震災では、公助(行政支援)の限界が明らかになり、自助・共助の取り組みがより重要であることを痛感しました。 また、災害時には女性の視点を取り入れた防災・減災の対策が不可欠であり、避難所の運営方法を改善する必要があると強く感じました。 その後、仙台市では「仙台市地域防災リーダー(SBL)」の養成が始まり、私はその資格を取得しました。地域の町内会長や小中高校の校長と情報を共有し、年2回のバックアップ講座を実施しながら、SBL通信やSBLラジオを活用した情報発信を行っています。</p> <p>② 福住町の防災・減災の取り組み 福住町では「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに、防災訓練を毎年実施しています。特に、小中学校と連携した防災教育を進めており、防災街歩きや防火訓練などを授業の一環として取り入れています。 また、夏祭りと連携し、防災訓練を実施することで、若者が参加しやすい環境を整備し、防災意識の向上に努めています。</p> <p>(4) まとめ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 避難所運営マニュアルには女性の参画が必要であり、それぞれの地域に合ったマニュアルを作成することが重要である。</li> <li>2. 災害時にはまず「自分自身の命を守ること」が最優先であり、逃げ道の確保を忘れない。</li> <li>3. 防災グッズの準備は必須であり、食料や水、簡易トイレなどを備えておくことが重要。</li> <li>4. 在宅避難・分散避難の選択肢を考え、事前に備えておく。</li> <li>5. できるだけ行政に頼らず、地域の力で対応できる防災力を築く。</li> <li>6. 自分の住む地域の災害リスクを理解し、住民同士のコミュニケーションを深めておく。</li> <li>7. 子どもと大人、地域と学校が一体となった防災活動を継続することが大切。</li> <li>8. 人と人とのつながりを大切にし、命を守る意識を持つことが防災・減災につながる。</li> </ol> <p>「防災とは、人と人が助け合うこと。今日の学びが、明日の命を守る。」 この意識を胸に、一人ひとりが防災意識を高め、地域全体で災害に備えていくことが求められます。</p> <div data-bbox="405 1375 1222 1675"> </div>
開催地より	<p>参加者からは、防災における女性参画の重要性をあらためて認識したという意見が多かった。また、女性の参画を促すやり方も大変参考になった。今後も、研修等を通じて、自主防災組織など連携を図りながら地域防災力の向上を図りたい。</p>

開催地名	愛知県 犬山市
開催日時	令和7年2月16日(日)10:00~11:30
開催場所	犬山市民文化会館
語り部	平山 和哉(福島県いわき市)
参加者	114名(市消防団員66名、市消防職員10名、市民38名)
開催経緯	犬山市では南海トラフ地震の発生が危惧されている中、地域と密着した地域防災力の要である消防団員数の減少が課題となっています。過去に地震等の大きな災害に被災したこともないため、大規模地震災害の実体験に基づく講演を聞く機会を設け、市民の防災意識向上と消防団員の確保を目的とし開催しました。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>① 自己紹介</p> <p>私は福島県いわき市の小名浜消防署副署長、消防司令長として防災・救助活動に携わっており、震災当時は消防指令課で119番通報の対応を救急救命士として行いました。いわき市は東日本大震災で震度6強を観測し、8メートルを超える津波に襲われ、死者468名を出しました。この震災から14年が経過しようとしていますが、改めて当時の状況を振り返り、防災意識を高めることの重要性についてお話ししたいと思います。</p> <p>② いわき市の特徴</p> <p>いわき市は昭和41年に14市町村が合併して誕生し、現在の人口は約33万人で東北地方で2番目に多い都市です。市の東側はすべて太平洋に面し、湾岸線は南北60km以上に及びます。気候は比較的温暖で、冬でも雪がほとんど降りません。</p> <p>(2) あの日のこと</p> <p>① いわき市における被害の概要</p> <p>震災当日、いわき市では震度6強を観測し、津波は体育館の屋根ほどの高さにまで達しました。第一波よりも第二波・第三波が大きく、特に満潮と重なった第八波が最も高かったとされています。</p> <p>亡くなった方のほとんどは65歳以上であり、20歳未満の犠牲者は15人でした。震災発生時は、日本で最も長い190秒の揺れを観測しました。当時、震度4程度の地震が1週間ほど続いていたため、津波注意報を出す準備やブリーフィングを行っていました。</p> <p>揺れの最中は通報がほとんどありませんでしたが、揺れが収まった瞬間に通報が一斉に入り、深夜まで対応が続きました。内容は、水道管の破裂、ブロック塀の倒壊、道路の陥没、橋の崩落、津波で車が流された、火災の発生など、多岐にわたりました。津波の引き波で、瓦礫や家屋が次々と海へ流されていきました。</p> <p>亡くなった方の9割は津波の犠牲者であり、消防団は捜索活動や避難所運営に奔走しました。</p> <p>② 災害対応と活動</p> <p>1. 火災対応</p> <p>震災当日に7件の火災が発生し、津波の被害を含めると合計で16件の建物火災が発生しました。停電からの復旧時にブレーカーを上げた際に出火したケースがあり、地震後の火災対策の必要性を痛感しました。</p> <p>最も大きな火災は、鎮火までに16時間を要し、数十棟の建物が焼失しました。被害拡大の要因として、以下の点が挙げられます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・瓦礫や船舶が道を塞ぎ、通常5分で到着できる場所に30分以上かかった</li> <li>・断水により消火栓が使えず、川や海から水を確保する必要があったが、津波の影響で水位が変動し安定した送水が困難だった</li> <li>・倒壊家屋や散乱した瓦礫がホースを切断し、消火活動を妨げた</li> <li>・津波警報が発令されるたびに消防隊が撤退を繰り返したため、消火活動が遅れた</li> </ul> <p>2. 救出活動</p> <p>静岡県からの消防隊や消防団の応援により、約100名の生存者を救出しました。津波で流された車両や倒壊家屋の下敷きになった住民の救助が相次ぎました。</p> <p>発災2日目以降、断水により13万世帯が最大1ヶ月間水道を使用できない状況となり、給水車</p>

	<p>や入浴サービスの支援を受けました。さらに、広域搬送により東京都や富山県の医療機関へ44件の患者搬送が行われました。</p> <p>スーパーなどの物流が途絶え、支援物資が届いたのは発災3日目以降でした。避難所では、消防団が中心となり避難所運営の支援を行いました。東京消防庁のハイパーレスキュー隊も駆けつけました。</p> <p>ガソリンが不足し、移動手段が制限される中、捜索活動が続きました。「もうダメかもしれないけれど、せめて見つけてあげたい」という遺族の声に応えることができず、非常に悔しい思いをしました。そこで、せめて遺族の気持ちを慰めようと、遺品(アルバムやランドセル)を玄関先に置くことを行いました。翌日にはそれらがなくなり、代わりに感謝の手紙が置かれていたことが印象的でした。</p> <p>(3) 災害に備えて</p> <p>震災から1ヶ月後、再び震度6弱の直下型地震が発生し、土砂崩れや道路の陥没が発生しました。この経験から、いわき市は「逃げ遅れゼロ」「災害死ゼロ」を目標に掲げ、以下の備えを推奨しています。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自家用車の燃料を常に満タンにしておく(ガソリンスタンドが被災すると給油ができなくなるため)</li> <li>2. ハザードマップを事前に確認し、避難経路を把握する</li> <li>3. 防災情報を積極的に収集する(携帯電話が使えなくなった際のために、防災ラジオを活用)</li> <li>4. 早めの避難を心がける(発災直後は自助・共助が最も重要)</li> </ol> <p>(4) まとめ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 地震後の火災対策を強化することが必要である</li> <li>2. 「逃げ遅れゼロ」「災害死ゼロ」を目指し、迅速な避難を徹底する</li> <li>3. 生きる希望を決して捨てず、前向きな行動を心がける</li> <li>4. 自分自身の判断と行動が、自分の命を守ることにつながる</li> </ol> <p>災害はいつ起こるかわかりません。しかし、備えと意識を持つことで、多くの命を守ることができます。本日の学びを生かし、一人ひとりが防災に向けた取り組みを実践していきましょう。</p> <div data-bbox="411 1279 1398 1556" data-label="Image"> </div>
開催地より	<p>東日本大震災の実体験を写真や動画を使用し、非常に分かりやすく講演していただきました、犬山市でもいずれ起こる大規模災害に備え、平時から備えておくことの重要性を痛感いたしました。</p>

開催地名	京都府 宇治田原町
開催日時	令和7年2月16日(日)10:00~11:30
開催場所	宇治田原総合文化センター 研修室1
語り部	京 英次郎(宮城県仙台市)
参加者	宇治田原町民 50名
開催経緯	次のような課題がある本町で、自主防災組織、避難所運営等を内容とする講演を依頼。前回開催の令和4年度(本事業を活用)同様、東日本大震災等で被災経験を交えた講演を期待した。①奈良盆地東縁断層帯地震や南海トラフ地震発生による大規模被害②過去の地震で大規模被害を免れ危機意識が低下③土砂災害警戒区域が点在し、大規模地震による土砂災害の発生。
内容	<p>【災害から命を守るには、時間もお金もかかりません！】</p> <p>(1) はじめに ① 自己紹介 私は昭和26年生れ、宮城県仙台市出身で仙台市消防局に41年間勤務し、宮城県沖地震や東日本大震災を経験しました。東日本大震災では青葉消防署で対応にあたりました。平成15年6月から全国で初めての仙台市地震防災アドバイザーとなり、NHK仙台「てれまさむね」に2年間レギュラー出演し、FM仙台「モーニングウェーブ」の防災コーナーに3年間出演しました。加えて、東北福祉大学の特任講師として防災に関する講義を担当し、仙台市内の市民センターや消防団、婦人防火クラブなどでも年間約300回、累計900回以上の講演を行ってきました。現在は災害伝承語り部として活動し、防災意識の普及に努めています。</p> <p>(2) 東日本大震災が起きて ①震災以前 1978年の宮城県沖地震(M7.4)が発生して、28人が亡くなり仙台市では1万人以上がけがをしました。その再来が叫ばれていた平成15年5月26日に仙台市で震度5の地震が発生しましたが、市民は十分な対策をしていませんでした。そこで、地震対策を呼び掛ける仙台市地震防災アドバイザーが誕生し「自分の身は自分で守る」呼びかけをしました。 ②震災の規模と影響 東日本大震災では約2万人が亡くなりました。震災の直後は、次々と余震が発生し、多くの公共機関が機能なくなりました。 けが人が多数発生すると思い消防署に簡易ベッドを準備しましたが、利用したのは近隣の元気な方々でした。102万人の仙台市でけが人は3000人いませんでした。これは、地震が来ると思っていた市民の初動対応があったことも要因だと思いました。</p> <p>(3) 「てんでんこ」という言葉 東北地方では古くから、「てんでんこ」という防災の教訓があります。これは、「津波が来たら、自宅に家族がいても戻らず、それぞれがすぐに高台へ逃げる」という意味を持ちます。 災害時には「薄情だ」と言われるくらいの行動が必要です。 「自分の命を守ることができなければ、他の人の命も守れない」という考えが大切なのです。</p> <p>(4) 「地震発生時の行動パターン」が大事！命を守る行動!! 「地震が起きたら何を守る？」答えは一つ、命です。誰の、自分の命です。地震はいつどこで起こるか分かりません。対策は、いつ地震が起きても大丈夫にすることです。予知もコントロールもできません。守り有るのみ、「備えが大切」です。地震発生から時間の経過により、大切なこと・やるべきことが変わってきます。揺れている間の1分前後はお互いに自助です。誰も助けられません。けが無く自分で命を守ること。そして、揺れが収まったら共助、周りの確認や火の始末です。</p> <p>(5) あなたの普段の生活を見直してみよう ① 「便利な生活」が防災意識を低下させる 普段、私たちは「便利な生活」に慣れすぎているため、いざ災害が起きたときに適応できません。 例えば、カーナビを使うことが当たり前になり、地図を読む力が低下しています。 ライフラインが止まった時に、どれだけ対応できるかを考えてみてください。 ② 避難所で何が起きたか (ア) 普段からの節約意識</p>

避難所で直ぐに無くなったのがトイレトーパーでした。節約する意識もなく、普段の家での生活の場所が移っただけでした。これからは、災害時の生活を意識して普段の生活の中での節約を実行することが大切です。例えばトイレトーパー使用時20センチぐらい節約するとかです。一日2メートルで一ヶ月だとロール1個、さらに×家族数分の節約です。

(イ)女性視点の避難所運営

避難所運営に男性リーダーが多く、届く物資も高齢者向けの下着・肌着が多く、日に日に若い女性は元気や活気がなくなってきました。それに気づき改善したのは、応援の女性防災リーダーでした。地域の避難所運営に是非若い人や女性を加えることが重要です。

(6) 災害時に向けて意識してほしいこと

- ・避難所は、ホテルではありません。非常持ち出し袋を持参するなど手ぶらではいけない。避難者同士協力して避難生活できるように共助を高める。
  - ・普段の生活に防災意識を取り入れる  
食事後ティッシュ等で口を拭いたら食器も拭く、二度活用。小さなコップ等で水を飲み節水訓練など。小さな工夫を習慣にする。
  - ・避難スイッチは早く入れる  
津波の警報が出たら、直ちに高台に避難  
津波注意報だって直ぐに避難（30センチの津波でも転べば起き上がれない）
  - ・寝転んで防災（地震対策はイメージトレーニングから）  
今、あなたは寝ています。地震発生！物が落ちて来る・倒れて来るイメージがある時は、そこから地震対策を始めましょう。
  - ・地震対策は、他の災害時にも役に立つ
- いろいろと考えた地震対策は、これからの災害に臨機応変に対応出来る力となります。

(7) まとめ

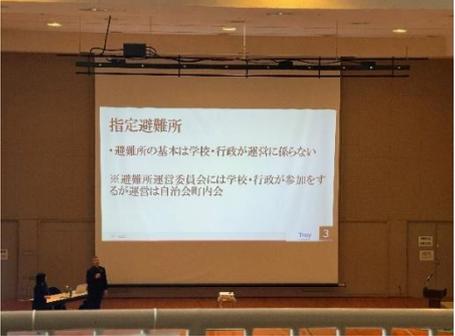
東日本大震災では多くの方が命を落としました。しかし、今生きている私たちは、これからの命を守ることができるのです。  
「他人の命より、まずは自分の命を守る」ことが大切です。  
自分が助かってこそ、初めて他人を助けることができるのです。  
防災は難しいことではありません。  
日常生活の中に少しずつ防災の意識を取り入れ、無理なく継続することが大切です。  
これからは、防災のイベントだけでなく、あらゆるイベントを防災の視点で考え行くことが、生活に密着した防災を身につけていくことになると思います。日々の生活を見直し、「災害から命を守る備え」をしていきましょう。



開催地より

東日本大震災で被災された経験等を交えながら、被災時、他人を守るためにもまずは自分の身を守ること、発災時の具体的な行動イメージを普段から持つことの大切さなど、防災・減災の心構えについて講演され、参加者は講師の問いかけに対し、○×を表示しながら熱心に耳を傾けた。

開催地名	大阪府 四條畷市
開催日時	令和7年2月16日(日)10:00~11:30
開催場所	四條畷市立市民総合体育館
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	四條畷市民(自主防災組織、消防団員等を含む) 100名
開催経緯	災害の少ない本市においては災害伝承が少なく、市民に災害の備えや防災活動の意識を高めてもらうかが課題である。そのため、例年、災害伝承語り部など講師をお招きし、講演会を実施している。被災地での実体験等を交えた講話を通じて、参加者の災害に対する当事者意識の向上等を図りたいと考えている。
内容	<p>(1)はじめに(防災の基本)</p> <p>災害との共存を考えていかなければならない。その為にも災害を考えて行動し、危機感を持ち、そして想定以上の備えをすることが大切である。まずは家庭で出来るところから始めて欲しい。住宅・外壁の耐震、室内の点検、備蓄品の準備等。比較的、忘れがちなのが外壁である。過去に倒れたブロック塀で小学生が亡くなる事件もあった。そして自助・公助で出来ないことを、共助・地域全体で防災を行っていく必要がある。</p> <p>(2)共助・地域防災</p> <p>大地震が起こると避難所が必要となるが、避難所にも種類がある。特に「一時避難場所」「地域指定避難所」が地域防災において大切である。</p> <p>一時避難場所は学区内の各町内会で自由に決めており、公園などが設定される。震度5強になったらまずは一時避難所に集合し、地域の安否確認を行う。一時避難場所で安否確認を行っている間に、地域指定避難所の安全性確認を行っておく。</p> <p>地域指定避難所は小中学校(一部の高校)に設定している。26項目のたたき台(離乳室・更衣室・遺体安置場所設置など)があり、小中学校に配布されている。災害を発生してからでなく、事前に落とし込んでいく。</p> <p>また、福祉避難所も高齢者施設・医療福祉施設などと協定を結ぶことによって、ケアマネジャーと協力し、要支援者の状況などが把握できる。また普段使っている送迎用車なども災害時にうまく活用できることが多い。避難所は自宅で生活できない方が利用する。その為、避難所の役割、優先順位を明確化する事はとても重要である。</p> <p>(3)地域防災へのアドバイス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災マップ</li> </ul> <p>防災マップはカラーで印字し、A3サイズにラミネート加工することに意味がある。ラミネート加工する事で折り曲げることが出来ない。そして油性ペンで書いても消せることができる。またA4の資料・チラシ等が多いので、A3サイズだと紛れ込まないメリットがある。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災マニュアル</li> </ul> <p>文字を大きめに(18ポイント)設定する。また防災の事に関して回覧板は使わない。回覧板は町内会員しか見ないので、必ず各家庭にポスティングしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災訓練</li> </ul> <p>昼の防災訓練だけでなく、夜の防災訓練も行うこと。そして小中高校生は必ず役割を与える。逆に会社勤務されている方は避難所活動に役割を与えなかった。これは東日本大震災の経験を活かしている。沿岸部は津波で会社自体も流されてしまったが、内陸部は会社の後片付けで、地域に居なかった方が多かった。その教訓もあり、会社勤務の方には役割を持たせないようにしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・防災用品</li> </ul> <p>市からの助成金はないので、繰越金から防災費を計上している。平鍋はお湯が沸きやすい(寸胴はNG)ので便利だし、在宅介護用トイレは非常に助かった。サランラップもお皿が洗えない時に便利、また発泡トレイもお皿替わりになる。あとポリタンクがなくてもゴミ袋と段ボールさえあれば代用として使える。それとお風呂の残り湯も断水への備えの為、洗ったら直ぐに水・お湯を張って、浴槽は空にしない習慣をお勧めする。</p> <p>最後にこの6つは枕元に置いて欲しい。①靴下②厚底スニーカー③携帯ラジオ(イヤホン付けた</p>

	<p>まま)④防犯ブザー⑤ヘッドライト⑥フード付き雨具</p> <p>(4)最後に(地域防災活動を継続していくためには) 町内会・自治会・学校などと連携し、地域全体で取り組むことが鍵となる。特に子供は地域活動の起爆剤となり、想像以上の活躍をしてくれる。全体で進んでいくことに難しい部分もあると思うが、町内会長・自治会長がリーダーシップを取って、地域防災を行っていただきたい。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
開催地より	<p>今回、住民主体の避難所運営のテーマでご講演いただき、被災地での実体験に基づいた、自助・共助の重要性や日頃からの備えの必要性は参加者に臨場感を持って伝わったと考えております。行政の立場からも今後の防災訓練や出前講座に活かしていければと思います。</p>

開催地名	東京都 小金井市
開催日時	令和7年2月18日(火)19:00~20:30
開催場所	小金井市市民会館「萌え木ホール」
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	36名(22団体)
開催経緯	<p>当市では、市内自主防災組織(31組織)を対象とした防災講習会を毎年実施している。自主防災組織の現状として、若い世代を含めた地域住民同士の連携や活動を継続していくための仕組みづくり(役割分担や負担軽減の工夫)が課題となっている背景も踏まえ、今年度は関心が高まっている避難所運営をテーマとした経験談を通じて、各組織の今後の活動に繋げていただくことを目的として開催した。</p>
内容	<p>(1) はじめに 本プロジェクトでは、東日本大震災時に茨城県日立市久慈中学校の校長として避難所対応を行った語り部が、自身の経験をもとに講演を実施した。現在も久慈学区のコミュニティ推進会の会長として、防災をはじめとした様々な地域活動に取り組んでいる。今回の講演では、震災当時の避難所運営の実態や、日頃の備えの重要性について具体的な事例を交えながら語られた。</p> <p>(2) あの日のこと 津波発生と避難所の対応 東日本大震災では、津波が町を越えて押し寄せ、大規模な被害をもたらした。震災当時、語り部は久慈中学校の校長として避難所の運営にあたった。震災前は津波の襲来を具体的に想定しておらず、防災意識が十分ではなかったと語る。しかし、実際に津波が発生すると、日立港では約1,400台の車両が燃える大規模火災が発生し、町全体が壊滅的な被害を受けた。 震災発生時、久慈中学校では、揺れが続く中で「教室待機」とのアナウンスを出したが、その後も揺れが続いたため、避難開始のアナウンスが遅れた。校舎の耐震性も不安視される中、避難者の車両を校庭に受け入れる決断をし、教員の半数を駐車場の整理にあてた。これにより、車の出入りがスムーズに行われ、避難所全体の秩序が保たれた。事前の防災訓練で類似の訓練を行っていたことが、この対応の成功につながった。 その後、大津波警報が発令され、町の270世帯が床上浸水の被害を受けた。津波は単なる海水ではなく、海底のヘドロを含んだ泥水となって町に押し寄せ、波が引いた後には20cm以上の泥が堆積し、乾燥すると大量の粉塵が舞った。これにより、車両の移動が困難となり、復旧作業にも影響を及ぼした。 避難所には毛布や水、食料の備蓄が一切なく、防災無線で断水の情報が流れると、学校のプールがないため、市のプールに水を汲みに行く必要があった。明るい時間帯には、中学生が中心となりテントを設営し、1000人以上の避難者を受け入れた。電源車が運び込まれ、ストーブや携帯の充電が可能となったが、電波塔が損傷していたため、携帯電話の通信は途絶えていた。家族間での安否確認の手段が限られていたため、事前に避難場所を決めておくことの重要性が痛感された。</p> <p>避難所での生活と住民の協力 避難所では、必要物資の不足が深刻であった。そのため、学校のリアカーを利用して地域の家庭から毛布を集め、高齢者や子どもを優先して配布した。しかし、供給が追いつかず、中高生が発案し、毛布を公平に配るための整理券を配布する工夫を行った。このような子どもたちの柔軟な対応が、避難所運営の助けとなった。 さらに、港町の特性を活かし、地域の人々と協力して、大釜を校庭に運び込み、震災当日の夕方から炊き出しを開始した。近隣の飲食店や住民から刻んだ野菜や食料品が提供され、新潟からは炊いた米が届けられるなど、助け合いの精神が随所に見られた。学生たちも積極的に配膳を担当し、避難所の食料供給を支えた。 また、学校では生徒の安否確認を徹底し、確実に親へ引き渡す体制を整えた。安否確認の電話がひっきりなしにかかる中で、教員が電話対応を行い、無線で体育館に情報を伝え、学生が呼び出しを担当した。安否確認が取れなかった場合は、掲示板に情報を掲示する対応も実施された。</p>

トイレ問題も深刻で、断水により詰まりが発生したが、中高生が自主的にトイレの詰まりを取り除き、避難所の環境維持に貢献した。さらに、避難所では中高生が小さな子どもたちに読み聞かせをする姿も見られ、避難者同士の交流が生まれていた。  
震災発生から4日後には行政が支援に入り、学生のボランティア活動は終了した。

### (3) その後の取り組み

震災後、久慈中学校の避難所運営の様子は道徳の教科書に掲載されるなど、全国的に注目された。語り部は、災害発生前の事前の想定がいかに重要であるかを改めて実感し、その後も地域で防災活動を推進している。

久慈町では、地域と学校の協力体制が強固だったことが、避難所運営の成功につながった。そのため、防災訓練を従来の10月開催から台風シーズン前へと変更し、実践的な訓練を行うようになった。特に、防災訓練をより多くの人に参加してもらうため、靴作りワークショップを取り入れるなど、楽しみながら学べる工夫を凝らしている。また、防災街歩きを実施し、マンホールの隆起など危険箇所を点検し、マップにまとめてHPに掲載する活動も進めている。

### (4) まとめ

防災は、日頃から災害を想定し、具体的な行動計画を立てておくことが重要である。震災時には、防災無線が大きな役割を果たし、事前の情報共有の重要性が再認識された。また、避難所運営においては、学生が自主的に参加し、役割を担うことで、より円滑に運営できることが明らかとなった。

避難所運営は、地域の防災部だけでなく、動ける人が積極的に関与することが求められる。そして、日頃から地域と学校が良好な関係を築き、住民同士が協力し合うことが、いざという時に強い街づくりにつながる。防災は、単なる準備ではなく、地域の結束を高める活動でもある。これからも地域と共に、より良い防災体制の構築に努めていくことが大切である。



開催地より

災害特性の違い(津波被害)はあったものの、被災後の避難所生活とその運営という点では、共通する内容であったため大変勉強になった。特に、避難所運営はもちろん平時からの学校と地域との関わり方や体制づくり等についてお話しいただいたことで、参加者の防災意識向上に繋がったと感じる。

開催地名	長崎県 島原市
開催日時	令和7年2月19日(水)19:00~20:30
開催場所	島原市有明総合文化会館
語り部	大内 幸子(宮城県仙台市)
参加者	250人
開催経緯	本市では現在、自主防災組織の再編を推進しているが、住民の意識が思うように高まって行かない。また、近年大きな災害が起こっていないため、住民の災害に対する「自分事」としての危機感を持つことが難しい状況であるという課題を抱えている。災害に向けた日頃からの取り組みについて先進地の状況を伺い、自分たちの地域の活動の参考としたい。
内容	<p>(1)開会挨拶 2024年2月19日、島原市にて防災講演会が開催された。講演会の冒頭、島原市市民安全課の佐藤氏が司会進行を務め、開会の挨拶を行った。続いて、島原市長の古川龍三郎氏が登壇し、昨年1月1日に発生した能登半島地震を例に挙げながら、災害時の地域コミュニティの重要性について言及した。 市長は、能登半島では震災後も復興が進んでいない現状に触れ、特に人口減少と高齢化が進む地域では災害後の復興がより困難であることを強調した。島原市も過去に大規模な噴火災害を経験しており、地域住民が日頃から顔の見える関係を築くことが、災害時の避難や復興に大きく寄与すると述べた。</p> <p>(2)講演:「東日本大震災の教訓と地域防災」 ○講師紹介 講師は、仙台市宮城野区福住町の町内会副会長であり、防災・減災部長を務める大内幸子氏である。大内氏は東日本大震災の被災経験を基に、地域防災の重要性や避難所運営の課題について講演を行った。 ○東日本大震災の教訓 大内氏は、東日本大震災発生当時の状況について振り返り、南海トラフ巨大地震の発生確率が30年以内に70%とされている点にも触れ、「災害は遠い未来の話ではなく、今すぐに備えるべき課題である」と強調した。 ○地域防災の取り組み 福住町では、1986年の台風14号による水害をきっかけに自主防災組織が設立された。当時、町内の全世帯が床上床下浸水し、避難所も浸水する事態となった。この経験から、「行政に頼らず地域で助け合う」ことを目的に、自主防災組織が活動を開始した。 具体的な取り組みとしては、以下が挙げられた。 ・安否確認名簿の作成 住民全員の名簿を作成し、毎年更新。災害時に誰がどこに避難するかを事前に把握する。 ・地域防災訓練の実施 毎年11月に町全体で防災訓練を行い、避難ルートや対応方法を確認する。 ・防災協定の締結 他地域の自治体や企業と協力し、物資支援や避難所運営の連携を強化する。 ○避難所運営と多様性への対応 東日本大震災後、多くの避難所では男性中心になりがちな運営が行われたため、女性や高齢者、障害者のニーズが十分に考慮されていなかった。この経験を踏まえ、以下の取り組みを進めている。 ・女性の視点を取り入れた避難所運営 授乳スペースの設置、トイレの改良、プライバシー確保のためのパーティションの導入など、女性や子どもが安心できる環境を整える。 ・子ども・高齢者の支援 地域住民が協力し、要支援者の安否確認を行う体制を構築する。 ・防災教育の推進 小・中学校での防災授業や、若者を対象としたリーダーシップ研修を実施する。</p>

	<p>(3)まとめ</p> <p>大内氏は、地域防災において最も重要なのは「自助・共助・公助」のバランスであると述べた。特に、行政の対応には限界があるため、住民同士の助け合い(共助)が生存率を高める鍵となる。また、防災は「特別なものではなく、日常の延長」と捉えるべきであり、防災訓練や地域活動を通じて、普段から助け合いの意識を持つことが重要であると締めくくった。</p> <p>本講演会を通じて、島原市における地域防災のさらなる強化が求められることが確認され、閉会となった。</p> 
開催地より	<p>講師のお話を受け、今後次のことへの取り組みを強化したい。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・町内会等の地域コミュニティ未加入者を取り込んだ平時からつながる防災への取り組み</li> <li>・防災減災に対する女性の活躍、多様な人材の参画</li> </ul>

開催地名	岐阜県 海津市
開催日時	令和7年2月21日(金)10:00~11:30
開催場所	岐阜県海津市 総合福祉会館ひまわり2階研修室
語り部	澤畠 博 (千葉県四街道市)
参加者	海津市役所職員(40名)
開催経緯	本市は、地理的な要因から地震・水害・液状化被害等の災害リスクが高い場所に位置している。しかし、幸いにも伊勢湾台風以降、大きな水害がなく、堤防の強化や樋門等の耐震化が進められていることもあり、災害リスクに対する意識が高まっているとは言えない状況である。職員の意識も同様であり、職員の防災意識の高揚が課題となっている。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>① 自己紹介 本研修では、千葉県四街道市の現役市役所職員(危機管理監)・部長が登壇し、防災に関する知見を共有した。講師は元自衛官であり、退職後は浦安市の危機管理監を務め、その後、東京のコンサルティング会社で活動。豊富な資格を持ち、現在も防災分野において自治体職員として活躍している。</p> <p>② 海津市について 海津市は歴史的に洪水に苦しんできた地域であり、現在も水害のリスクに晒されている。また、地震に関しては、過去に濃尾地震(M8.0)をはじめとする大きな被害を経験しており、南海トラフ巨大地震や養老-桑名-四日市断層帯地震の発生に備えている。さらに、海津市は地盤の広域液状化が発生しやすい地域とされており、その対策が急務となっている。</p> <p>(2) あの日のこと</p> <p>① 平成23年東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)における浦安市の被害と教訓 浦安市は昭和40年以降に東京湾の埋立地として造成された町であり、地下水位が高く、長周期地震動により液状化が発生しやすい脆弱な地盤を有している。そのため、東日本大震災(M9.0・M7.7)の影響で全国の液状化被害の約1/3(8,700棟)が浦安市に集中した。主な液状化被害としては、地盤沈下、建物の傾斜、地盤の側方流動、構造物の浮き上がり、地下空洞化などが発生し、具体的な被害状況は以下の通りであった。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・液状化発生面積:約86%</li> <li>・住家被害:約9,000棟(一部損壊以上)</li> <li>・噴出土砂量:約75,000m<sup>3</sup></li> <li>・地盤沈下量:30cm~90cm</li> <li>・上水道被害:約42%</li> <li>・下水道被害:約15%</li> <li>・ガス供給停止世帯:約12%</li> <li>・停電世帯数:約3%</li> </ul> <p>震災対応の課題と教訓</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.避難所の運営 ○避難者と避難所直行職員の間でトラブルが多発し、平時からの避難所運営体制の整備と広報の重要性が明らかになった。</li> <li>2.災害対策本部の運営 ○市長を中心とした指揮体制は機能したが、職員間の活動理解が不十分であり、平時からの設置・運営訓練の必要性が浮き彫りになった。</li> <li>3.市民対応 ○震災直後の問い合わせや窓口でのトラブルが多発したため、市民目線の情報発信が不可欠であると学んだ。</li> <li>4.給水所の設置 ○早期に給水所設置要望が殺到したことから、事前の備蓄計画や病院の断水対策の必要性確認された。</li> <li>5.トイレ問題 ○下水道の破損により排水が機能せず、トイレ問題が深刻化。災害時のトイレ計画を事前に検討することが重要であるとされた。</li> <li>6.被害認定調査 ○市職員のみで対応するのは困難であり、応急危険度判定士・住家被害認定士の育成や応援協定の締結の必要性が認識された。</li> <li>7.ボランティア受入体制 ○準備不足の中で災害ボランティアセンターを開設し、大混乱に陥った。社協を中心に受入準備や訓練を実施することが不可欠であると分かった。</li> </ol>

	<p>8.市民への情報発信  ○発信の遅れが不信感につながり、市民目線の情報提供が市役所の信頼確保につながると学んだ。</p> <p>② 令和6年能登半島地震と奥能登豪雨の教訓  今回の地震は、国が想定していなかった未知の断層が動いたことで発生したものであり、今後も全国のどこでも同様の直下型地震が発生する可能性がある。</p> <p>主な教訓として、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大地震の後は余震が続くため、二次災害のリスクが高まる。</li> <li>・避難所運営には事前準備と地域コミュニティの強化が不可欠。</li> <li>・トイレ問題の深刻化による感染症発生や体調不良者の増加。</li> <li>・災害関連死を防ぐために、避難所環境の整備が最も重要。</li> </ul> <p>また、奥能登地域では、地震に加えて豪雨による「複合災害」が発生した。近年、台風の進路予測が困難になっており、ゆっくりとした速度で迷走することで被害が拡大する傾向がある。さらに、南海トラフ巨大地震が発生した場合には、富士山噴火が引き起こされる可能性も指摘されており、災害の連鎖を想定した対策が必要である。</p> <p>(3) その後のこと  震災後の浦安市では、液状化対策や避難所体制の整備を進め、「自助・共助・公助の連携による災害に強いまちづくり」が進められている。</p> <p>(4) まとめ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.気象環境が悪化し、風水害と震災の複合被害が発生する時代になった。今後はこれを想定して備えることが不可欠である。</li> <li>2.日本列島は地震活動期に突入しており、南海トラフ巨大地震や養老-桑名-四日市断層帯地震の発生が迫っている。</li> <li>3.近い将来、全職員が初めての大災害に遭遇することになる。その際、「まさか自分が被災するとは思わなかった」とならないように、平時からの備えを進める必要がある。</li> <li>4.避難所は被災者支援の最前線となる。自治会や市民と連携し、開設・運営の準備を強化することが重要である。</li> <li>5.私たちは「大震災の時代」に生きている。平時の備えこそが、いざという時に命を守る鍵となる。</li> </ol> <p>本研修を通じて、災害への備えの重要性を再確認し、今後の防災対策の強化につなげていくことが求められる。</p> <div data-bbox="416 1294 847 1619"> </div> <div data-bbox="858 1294 1289 1619"> </div>
開催地より	<p>液状化被害等の貴重な体験談をもとに分かりやすくご説明いただき、参加者も改めて防災意識の必要性を認識できたと思う。今後は、海津市の災害リスクに合った防災対策、防災訓練等を行い、市の防災力向上につなげていきたい。</p>

開催地名	東京都 八王子市
開催日時	令和7年2月22日(土)10:00~11:30
開催場所	八王子市役所本庁舎8階 801・802会議室
語り部	松井 憲(広島県広島市安佐南区)
参加者	八王子市民 150名(八王子市役所職員 5名)
開催経緯	本市では、地域住民の防災・減災の意識向上を図るため、自主防災組織の結成や、地域防災リーダーの育成事業、防災講座等を継続的に行っており、地域住民の防災に対する意識向上や避難所運営についても意識向上が感じられるが、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会が少ないことから、自分自身に置き換えることが課題となっているため、本講習を実施した。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>本プロジェクトでは、平成26年8月20日に発生した広島豪雨土砂災害を経験した語り部が、自身の被災体験をもとに、防災意識の重要性について講演を行った。語り部は、当時自治会の副会長を務めており、自らも被災しながら地域の搜索活動や復旧活動に携わった。現在は、令和5年9月に開館した広島市豪雨災害伝承館の副館長として、防災教育や展示説明などを通じて、災害の記憶を次世代へ伝える活動を行っている。</p> <p>(2) あの日のこと</p> <p>平成26年8月19日夜から20日明け方にかけて、広島市では1時間あたり87ミリ、24時間で247ミリという観測史上最大の集中豪雨が発生した。安佐南区及び安佐北区では大規模な土石流が発生し、建物被害は全壊179棟、半壊217棟を含め計4749棟に及んだ。また、消防や警察、自衛隊による救助活動が昼夜を問わず行われたものの、災害関連死3名を含む77名が犠牲となり、69名の負傷者が出た。</p> <p>語り部は、当時の状況を詳細に振り返った。深夜0時頃、激しい雨音で目が覚め、床下収納にあった重い物が浮き上がるほどの浸水が確認された。さらに、車の警笛やハザードランプが点滅し、遠くからは鈍い音が響いていた。外に出ると、母屋と離れの通路がまるで川ようになっており、家が流されるのではないかとという恐怖に襲われた。状況が分からない暗闇の中で異臭を感じ、直感的に危険を察知したものの、まさか自宅が床下浸水しているとは考えが及ばなかったという。</p> <p>また、実家の屋根には近隣住民が避難しており、玄関には70センチの泥と60センチの水が溜まっていた。この状況下で避難所へ移動するのは危険と判断し、レスキュー隊の誘導のもと2階のベランダから救助された。その後も、土砂に埋もれる感覚に襲われることがあり、精神的な負担が続いた。震災後の生活再建の過程は特に困難を極め、被災者の心身への影響が長く続いたことを痛感したという。</p> <p>語り部は、自らの体験をさらに詳しく振り返り、災害発生時の身体的・心理的な影響についても言及した。雨が降り始めたのは0時半頃であり、トタン屋根に叩きつける雨音が響いていた。普段は鳥の鳴き声や新聞配達のパイクの音が聞こえる時間帯になっても、外は異様な静寂に包まれていた。そして、崩れた土砂の中から木々が引きちぎられ、独特の爽やかな香りが漂っていた。これまで経験したことのない状況に、恐怖と不安が募っていった。</p> <p>ヘリコプターの救助がなかなか到着せず、不安が募る中、自衛隊の姿を見たときには「ようやく助かる」という安堵の気持ちが湧き上がった。玄関先には膝上まで土砂が詰まり、体当たりをしながらようやく扉を開けたが、外に出ると足が泥に沈み、通常であれば15秒ほどで移動できる距離に15分かかった。何とか避難したのは、発災から約10時間後のことだった。語り部は、「災害は一瞬で生活を奪うものであり、被災後の生活は心身共に過酷なものである」と強調した。</p> <p>(3) その後のこと</p> <p>災害発生後、語り部の自宅周辺には毎日土砂が堆積し、最終的には1メートルもの厚さに達した。家に戻ることができたのは発災から10日後であり、その時点でも行方不明者の搜索が続いていた。直径4メートルほどの巨大な岩の下に人が埋まっている可能性があったため、重機を使って岩を割り、網のついたブルドーザーで土砂をふるいにかける作業が24時間態勢で行われていた。作業の合間に何かが見つかった際には作業音が止まり、その瞬間に誰かが発見さ</p>

れたのだと理解せざるを得なかったという。このような状況が続いたため、現在でも工事の音を聞くと、当時の記憶がフラッシュバックすることがあると語った。

また、被災者の精神的影響は長く続く。別の被災者の中には、「災害後の腐葉土のような匂いが洗濯物に付くのではないか」と不安を感じ、屋外で洗濯物を干せなくなった人もいる。さらに、インフラ整備の進展に伴い、住民の立ち退きが進み、地域によっては自治体の3分の1の世帯が流出した。その結果、長年築かれてきた地域のコミュニケーションが希薄になり、高齢者が孤立するケースが増え、認知機能の低下も指摘されるようになった。被災地のハード面の復興は進んでも、被災者の心のケアは今なお大きな課題として残っている。

(4) まとめ

防災の意識を高めるには、地域の防災リーダーとの連携が欠かせない。語り部は、毎月の勉強会を実施し、年間4～5回にわたり小学校高学年を対象とした防災授業を行っている。授業では、架空の地図を用いた避難計画の策定や、段ボールベッドの組み立て実技を取り入れ、児童の防災意識向上に努めている。また、公民館では、親子で通学路の防災マップを作成し、安全なルートを考える取り組みを行っている。

防災意識の向上には、日常生活の中でのシミュレーションが重要である。地域イベントの一環として防災訓練を実施することで参加率を向上させる工夫も求められる。特に消防車の展示は子どもたちが集まりやすく、その保護者も関心を持つきっかけとなる。また、行政がキッチンカーを誘致することで地域住民との関係構築にもつながる。

災害後の心のケアの重要性も指摘された。被災者の中には長年トラウマに苦しむ人も多く、地域でのサロンや茶話会を開催し、コミュニケーションを取る場を設けることが求められる。家族を守るためには、平時からの準備が欠かせない。災害が発生した際に、どこへ避難するのか、どのような手段を用いるのかを事前に決めておくことで、避難の意識が変わる。



開催地より

広島市豪雨災害を経験された語り部から、発災後の捜索活動や地域住民の心のケアの対応についての具体的な話が聞けたことを活かしていきたいと思います。本日の講演を受けて本市では、市民への自助・共助の推進と防災意識の向上に努めていきたい。

開催地名	神奈川県 逗子市
開催日時	令和7年2月22日(土)10:00~11:30
開催場所	逗子市役所5階会議室
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	逗子市民 45名(会場聴講33名、オンライン聴講12名) ※逗子市防災安全課職員8名
開催経緯	昨年1月1日に「令和6年能登半島地震」が発生した。また同年8月には「南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)」が発表された。この巨大地震が30年以内に発生する確率も70~80%であったものが、本年1月には80%程度にまで引き上げられた。このような今こそ、過去の大震災の経験談を直接聞く機会を設け、市民の防災意識向上、ひいては地域防災力の向上を図りたい。
内容	<p>(1)はじめに  久慈学区コミュニティ推進会の会長として、「一人の犠牲者も出さないこと」をスローガンに、地域行事を通じた学校や住民との連携強化に努めている。東日本大震災では久慈中学校の校長として、2000人以上の市民を受け入れ、避難所運営を指揮した経験を持つ。</p> <p>近年、日立市では災害に強い市役所を建設したものの、一昨年の台風13号では水没し、大きな被害を受けた。この時はレベル3の警報を待たず、いきなりレベル4の警報が発令されるほどの降水量となった。日立市は比較的災害が少なく、河川の氾濫もほとんどなかったが、このときは内水氾濫により道路を伝って水が溢れ、市内各地が浸水する事態となった。</p> <p>東日本大震災の際、茨城県は元々災害が少なかったことから、避難所の備蓄がほぼない状態だった。行政の援助が届くまでに3~4日を要したことを踏まえ、事前の備えの重要性を改めて考える必要がある。現在では防潮堤の設置、水防対策の強化、避難所の備蓄充実などが進んでいるが、それでも「非常時に何が起こるかわからない」ことを常に念頭に置いてほしい。</p> <p>(2)日立市久慈町とその特徴  日立市久慈町は、日立港の一部に位置し、観光地としてはひたち海浜公園や映画「君の名は」の聖地とされる大甕神社がある。また、日産自動車の積出港やメルセデスベンツの受入港としても知られている。しかし、3キロ圏内には東海第二原発やLNGガス基地があるため、災害時には特に注意が必要な地域でもある。</p> <p>(3)東日本大震災の被害と避難所運営  ◇ 津波の被害  当時、津波はハザードマップ通りに侵入し、家や車、漁船などを押し流した。水が引いた後も、海底のヘドロが道路に残り、歩行すら困難な状態だった。日立港では車両1400台が炎上し、大規模な火災も発生した。海水は電気を通すため、バッテリーが燃えやすく、海水に浸かった車が爆発する事故も起こった。</p> ◇ 避難所開設と混乱 震災が発生したのは卒業式の2日後で、帰りの会の最中だった。地震の揺れが長く続いたため、避難開始の号令を出すタイミングが難しかった。築40年の校舎の耐震性を考慮し、揺れが少し収まった時点で避難を開始。生徒たちは危機感を覚え、普段の避難訓練の半分の時間で静かに避難を完了した。 <p>その後、学校には避難者の車が殺到。駐車場整理を徹底し、緊急車両や物資搬入経路を確保した。体育館にはシートを敷く余裕もなく、人々を収容。避難所に指定されていたものの、備蓄がほぼない状態で、支所から毛布70枚を確保し、校内のあらゆる容器に水を貯めた。明るいうちにテントを張り、本部を設置。気が付けば、体育館に1500人、校庭に500人の計2000人以上が避難していた。</p> <p>(4)避難所での生活と助け合い  ◇ 資源の確保と分配  地域の防災倉庫にはほとんど備蓄がなかったため、リアカーで近隣を回り、毛布の提供を依頼した。返却できないと伝えても、多くの住民が提供してくれた。しかし、すぐに配布し尽くし、整理券を配ることで混乱を防ぐ工夫をした。</p> <p>携帯が不通だったため、学校には全国から安否確認の電話が殺到。職員3人が常駐し、体育館</p>

との連携を取りながら伝言板を活用し、避難者の家族との連絡を支援した。  
 また、目の不自由な避難者がパニックにならないよう、保健室や校長室に誘導するなどの配慮を行った。女性避難者からの提案で、幼児や高齢者のために図書館の本を持ち込み、紙おむつも準備したことで、避難所のストレス軽減につながった。

◇ 食料と炊き出し

飲食店などから野菜や食品が届き、調理器具の提供も相次いだ。近隣住民だけでなく、新潟県から炊かれた白米も届けられ、地域全体で協力しながら炊き出しが始まった。

◇ 子供たちの貢献

避難所では常に人手不足だったが、中高生が積極的に手伝い、運営が円滑に進んだ。特にトイレの管理では、タンクの水が流れなくなったため、子供たちが夜間も手動で水を汲み続け、「ここは任せてください」と率先して行動した。

子供たちの笑顔が避難者の心の支えとなり、感謝の言葉が多く寄せられた。学校のホワイトボードには感謝のメッセージが残され、避難所での貢献が地元新聞や道徳の教科書にも掲載されるほど評価された。

(5)久慈区コミュニティの防災活動

東日本大震災の経験を生かし、久慈コミュニティでは以下の防災活動を推進している。

- ・マイタイムラインの作成:各家庭が災害時取るべき行動を具体的に計画
- ・防災訓練の実施:台風シーズン前に地域ぐるみの訓練を行う
- ・災害時のレシピ紹介:非常食を活用した調理法を紹介
- ・小学生対象の防災講座:子供のうちから防災意識を高める教育を実施

また、新たなコミュニティプランの策定に向けて、地域住民にアンケートを実施し、運動会や祭りの行事を増やしている。その理由は、子供から大人までがコミュニティに積極的に関わり、地域と学校の協力関係を築くことが、非常時の連携強化につながると確信しているためである。

(6)まとめ

東日本大震災での経験を踏まえ、事前の備えと地域のつながりが、災害時の生存率を大きく左右することを再認識する必要がある。災害はいつ発生するかわからないが、日頃からの訓練と地域の協力があれば、被害を最小限に抑えられる。「一人の犠牲者も出さないために」、地域全体で防災意識を高めていくことが求められている。



開催地より

久慈中学校の生徒たちが自発的に避難所の運営を行っている姿は市民及び職員に強い感動を与えた。語り部に話していただいた内容を、避難所運営の実例として当市の避難所準備に活かすとともに、今後も市民に対し自助、共助の重要性について啓発していく。

開催地名	愛媛県 四国中央市
開催日時	令和7年2月22日(土)10:00~11:30
開催場所	四国中央市消防防災センター3階 大会議室
語り部	大谷 慶一(福島県いわき市)
参加者	100名(市内自主防災組織、市防災士ネットワーク会員、市職員)
開催経緯	当市では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、各地区の自主防災組織を中心に防災・減災に対する取り組みを進めているが、過去に地震による大きな被害が発生していないこともあり、住民の災害への意識は低い傾向にあるため。
内容	<p>(1)はじめに 本プロジェクトでは、2011年の東日本大震災を経験した語り部が、自身の被災体験をもとに震災の教訓と防災意識向上の重要性について講演を行った。語り部は震災の翌年から、福島県いわき市が主催する「スタディツアー」に参加し、被災者としての体験を伝える活動を続けている。</p> <p>講演では、災害発生時に迅速な避難行動を取るために重要な「避難スイッチ」という概念を提唱し、日常生活の中で災害時の行動をイメージするトレーニングの必要性について語られた。これにより、実際に災害が発生した際に、迷うことなく命を守る行動ができるようになることを目指している。</p> <p>(2)震災の経験から学ぶ 津波の恐ろしさ 語り部は、東日本大震災において目の当たりにした津波の破壊力について、具体的な事例を交えて説明した。津波に飲み込まれた自動車のバッテリーがショートし、潮水の中で発火するという衝撃的な現象が確認された。水中にもかかわらず火が消えず、異様な光景が広がったという。</p> <p>また、津波は海岸だけでなく、河川の氾濫という形でも被害をもたらすことがある。いわき市では、全長2km・川幅4mの川が氾濫し、数百軒の住宅が浸水し、1名が犠牲となった。このように、一見すると安全そうに見える場所でも、災害時には予想を超える被害が発生することを改めて認識しなければならない。</p> <p>(3)震災の体験談 ① 地震発生直後 語り部の自宅は海岸から約200mの距離にあった。地震の揺れは約3分間続き、周囲の状況を確認すると、隣家の屋根瓦はすべて剥がれ落ち、自宅の2階の壁には40cm幅の亀裂が生じていた。道路には瓦礫が散乱し、混乱の中で泣き叫ぶ小学生たちの姿を目撃した。</p> <p>その後、学校が再開された際、学校側へ抗議の電話を入れた。しかし、8年後になって、その小学生のうち2名が津波によって命を落としていたことを知り、大きな衝撃を受けたという。</p> <p>② 津波襲来の瞬間 ラジオでは、津波警報の情報が次々と更新され、当初の3mという予測は6m、10mと修正されていった。実際の津波の高さは9mに達し、想定をはるかに超える規模となった。</p> <p>語り部は海の様子を確認するため、防潮堤へ向かった。午後3時13分、防潮堤に到着すると、海の色が異様なまでに黒く濁っているのを目撃し、ただならぬ異変を感じ取った。すぐさま自宅へ戻るため全力で走った。そして、3時27分、ついに津波が襲来した。家族と共に神社の石段を駆け上がる途中、背後には黒い水の壁が迫っていた。わずかな時間差が生死を分け、一瞬の判断と行動が、奇跡的な生還につながった。</p> <p>③ 生還までの14分間 津波が押し寄せたその瞬間、語り部は恐怖と混乱の中で必死に逃げた。しかし、その間の記憶は曖昧であり、津波に巻き込まれた人々の叫び声すら思い出せないほどだった。今では、当時の記憶を断片的に思い出しながら、周囲の証言をもとに語り部活動を続けている。</p> <p>④ 生死を分けた瞬時の判断 語り部は、「生き残るために最も重要なのは、瞬時の判断である」と強調した。</p> <p>まず、海の異変を目の当たりにした瞬間、直感的に「大波が来る」と理解したという。自宅へ戻</p>

る途中、周囲の人々に「逃げろ！」と声をかけたが、どこに逃げればよいかわからず動けなくなっている人もいた。もし指定された避難所である小学校へ向かっていたら、助からなかった可能性が高い。その場で、より高い場所である神社の石段へ向かう決断を下したことが、生死を分ける結果となった。

また、自宅に戻った際、92歳の高齢女性を背負おうとしたが、数歩歩いただけで落としてしまった。奥さんと77歳の女性が助けようとしたが、迫りくる津波の危機に「手を離せ！」と叫び、一心不乱に神社へと走った。振り返ると、津波が家々を巻き込みながら迫っていた。この瞬時の判断がなければ、全員が犠牲になっていた可能性が高い。

#### (4)まとめ

二度と同じ悲劇を繰り返さないために

語り部は、震災で犠牲になった116人について、「誰のせいでもなく、彼ら自身の過信や判断の遅れが招いた結果だった」と述べた。人は「避難しろ」と言われると、避難しなくてもよい理由を探してしまう傾向があり、「本当に津波が来るのか？」という疑念が逃げ遅れの要因となる。

災害発生時に「避難スイッチ」を押すために

災害時に即座に避難するためには、日常生活の中でのイメージトレーニングが重要である。例えば、「今この場所で地震が起きたらどう動くか」「津波警報が出たらどこへ逃げるか」「家族とはどこで合流するか」など、様々なシナリオを普段から考えておくことで、実際の災害時に迷うことなく行動できるようになる。また、家族や友人と防災について話し合うことで、より実践的な防災意識を高めることができる。

#### (5)最後に

災害が発生してから考えるのではなく、事前に備えることが何よりも重要である。防災意識を持ち、いざという時に迷わず避難することが、命を守るための最も効果的な方法である。「避難するかどうか」ではなく、「どのように確実に避難するか」を考えることが求められる。事前の準備と意識があれば、避難スイッチは誰でも押すことができる。

本講演が、参加者の防災意識向上につながることを願い、語り部は引き続き震災の教訓を伝え続ける。



開催地より

実際に被災された経験、また人命救助を行った経験に基づくお話を聞き、今まで映像や文献でしか見聞きしたことのない大災害の悲惨な状況を知ることができた。

来る大災害に備え、今後の防災業務や住民全体の防災意識向上に努めていきたい。

開催地名	山梨県 甲府市
開催日時	令和7年2月23日(日)14:00~16:00
開催場所	甲府市総合市民会館
語り部	石川 善憲(茨城県日立市)
参加者	甲府市民 258名
開催経緯	本市では、地震や風水害による被災経験が少ないことから、災害時に共助の中心として活動していただく防災リーダーに対し、防災に関する研修会を開催し、防災リーダーの活動や心構えなどをフォローアップする必要がある。そこで、災害体験をふまえた避難所運営に関する講演の機会を設け、地域防災力の向上を図りたいと考え、本講演会の開催に至った。
内容	<p>大規模災害の体験談・教訓と避難所運営の実態について</p> <p>(1)はじめに</p> <p>① 自己紹介</p> <p>本講演では、東日本大震災当時、茨城県日立市立久慈中学校の校長を務め、避難所運営に携わった語り部が、自身の経験を基に災害時の対応や避難所運営の実態について語った。現在は、茨城県日立市久慈学区コミュニティ会長として、地域防災活動に従事している。</p> <p>② 担当地域について</p> <p>久慈地区は日立市と水戸市の上に位置し、東海村の原子力発電所から3キロ圏内にある。このため、住民の防災意識は比較的高い地域であった。</p> <p>港の近くには関東一円をカバーするガスの基地があり、また日産の埠頭には常時数千台の車両が駐車されている。久慈町の津波ハザードマップでは、100%の確率で被害が想定されており、実際に津波の影響を大きく受けた。</p> <p>地域住民は事前にハザードマップを確認し、自身が住んでいる地域のリスクを把握することが重要である。</p> <p>(2)あの日のこと — 東日本大震災と避難所の運営</p> <p>① 津波の襲来</p> <p>2011年3月11日、東日本大震災が発生し、日立市の久慈地区も大きな被害を受けた。津波は港の埠頭を完全に乗り越えて町に押し寄せた。一度潮が引いた後、再び強烈な波が襲いかかり、繰り返し襲来した。どの波が最も大きいのか予測できないのが津波の特徴である。</p> <p>② 地震発生時の対応</p> <p>地震が発生したのは帰りの会の時間で、卒業式が終わった直後だったため、生徒の数は通常よりも少なかった。</p> <p>教室では担任が生徒と共にいたが、職員室にはわずか数名しかおらず、突然の揺れに学校全体が対応を迫られた。</p> <p>「ゴーッ」という地響きのような音と共に激しい揺れが続き、電気が途絶えた。避難が難しいと判断し、ハンドマイクを使って生徒に教室待機を指示。その後、揺れが収まった段階で避難を開始した。</p> <p>③ 避難所としての学校開放</p> <p>間もなく、校庭の周囲に避難者の車が殺到したため、校門を開放し、車両を中に誘導した。駐車場係を配置し、走行動線を確保したことで、大きな混乱を防ぐことができた。</p> <p>この迅速な対応により、避難所としての学校の機能がスムーズに機能し始めた。</p> <p>(3)避難所生活と運営の実態</p> <p>① 避難者の受け入れと環境整備</p> <p>その後、津波が襲来し、270軒が床上浸水し、町は大混乱となった。</p> <p>市内の道路には、乗り捨てられた車や段差による障害物が多数発生し、交通が麻痺した。</p> <p>学校には2000人以上が避難し、立錐の余地もない状態となった。</p> <p>避難所の運営には、久慈学区コミュニティが大きな役割を果たした。</p> <p>・物資の確保</p> <p>近くの支所から毛布70枚を確保し、避難者に配布した。</p> <p>また、防災無線で断水の情報が伝えられたため、体育館に大量の水を備蓄した。</p> <p>・避難所の環境整備</p> <p>暗くなる前に子どもたちがテントの設営を手伝い、自主的に環境整備に貢献した。</p> <p>また、ストーブの配置や携帯電話の充電スペースの設置も行い、できる限りの快適な環境を整えた。</p> <p>② 食料の確保と炊き出し</p> <p>震災翌日からは、近隣の食料品店やスーパーから物資が届き、避難所では地域の協力のもと炊き出しが開始された。</p>

	<p>特に、鮮魚店の大釜を活用して炊き出しを行い、温かい食事を提供することができた。また、中学生や高校生が運搬や配膳を手伝い、避難所運営に積極的に関わった。</p> <p>③ 衛生環境の課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トイレの管理 2000人以上が使用するトイレはすぐに詰まり、大きな問題となった。しかし、中学生・高校生が自主的に清掃を担当し、交代で管理を続けた。ある生徒は「ここは私たちが守ります」と申し出てくれた。その献身的な姿勢には、教職員や避難者も感謝の意を示した。</li> <li>・給水所の運営 最大7時間半並ばないと水を確保できない状況であったが、中学生が紙コップに水を汲み、長時間並ぶ避難者に提供するなど、支援活動を行った。</li> </ul> <p>(4) 震災後の教訓と地域防災の強化</p> <p>震災後、久慈学区では地域防災の強化を進め、以下の取り組みを実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難訓練の強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○避難訓練の時間を様々に変更し、実際の災害に即した実施を試みた。</li> <li>○子どもたちの引き渡し訓練と同時に、避難所開設の訓練も行い、学校の防災マニュアルに組み込んだ。</li> </ul> </li> <li>・地域コミュニティの活性化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○日立市の秋祭りで、地域住民と学校が連携してイベントを実施。</li> <li>○町と学校が協力する機会を増やすことで、災害時の助け合いの基盤を築いた。</li> </ul> </li> <li>・情報発信の強化 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ホームページを活用し、地域防災に関する情報を発信。</li> <li>○アンケート調査を実施し、地域の意識向上に努めた。</li> </ul> </li> </ul> <p>(5) まとめ</p> <p>本講演を通じて、東日本大震災の教訓と、地域コミュニティの重要性が改めて強調された。「普段から顔見知りになっていないと、いざという時に助け合いができない」という考えのもと、地域住民同士のつながりを強化することが、今後の防災対策の鍵となる。</p> <div data-bbox="400 1160 1350 1473"> </div>
開催地より	<p>実災害を体験している語り部の体験談を聞くことにより、あらためて実災害の恐ろしさや、避難所運営の実態について理解することができた。講演内容を今後の防災訓練や研修会に活かしていきたいと考えている。</p>

開催地名	岡山県 瀬戸内市
開催日時	令和7年2月26日(水)10:00~11:30
開催場所	ゆめトピア長船 1F健康スタジオ
語り部	草 貴子(宮城県仙台市)
参加者	瀬戸内市民 30名
開催経緯	過去の大規模災害においては、避難所での生活や、復旧・復興に向けての取り組みのなかで、女性の意見が十分に反映されず、女性と男性のニーズの違いなどが配慮されないといった課題が生じている。語り部から被災地での実体験を聴くとともに、日ごろから「女性の視点」を取り入れた地域防災活動を展開したいと考え、本事業に応募し、「女性視点の防災講演会」を開催した。
内容	<p>(1)はじめに 本プロジェクトでは、2011年の東日本大震災で被災し、避難所運営に携わった語り部が、震災時の経験や避難所運営の課題、地域防災の重要性について講演を行った。 語り部のプロフィール 講師は草 貴子氏で、震災当時、仙台市泉区の市名坂東町内会の町内会長として避難者支援活動を展開し、市名坂小学校避難所運営委員会で女性コーディネーター部門を設置した。現在は、消防庁語り部ボランティア、市名坂小学校区避難所運営委員会事務局長など、多岐にわたる地域活動に従事している。 市名坂東町内会について 仙台市泉区の副都心地域に位置し、186世帯が加入している。世帯主の多くが単身赴任や共働き世帯であることから、女性役員9名による町内会組織を発足し、「受け身の防災ではなく、女性が主体的に防災力を身につけること」を目標に掲げた。設立2年目には銀行からローンを組んで集会所を建設し、仙台市初の女性役員による集会所建設を実現した。集会所は、災害時の避難所としての機能を備え、オール電化設備や障害者対応トイレの整備、鍋や卓上コンロ、使い捨て食器、子供用の絵本やおもちゃなどを備蓄した。</p> <p>(2)あの日のこと 東日本大震災(2011年3月11日) 午後2時46分、買い物中に震災に遭遇。その後、町内会長として避難所の集会所で活動を開始し、100名以上の避難者を受け入れた。会員・非会員の区別なく対応し、避難者同士の交流を促進するためコーヒータイムの設定など、コミュニティ形成に配慮した運営を行った。また、消防分団や学校教員とも連携し、地域全体で支え合う体制を構築した。 避難所での課題 ・生活環境の変化に伴うストレス 避難所では、普段通りの生活ができず、互いに思いやることの大切さを実感した。 ・ごみの問題 震災直後は整理されていたごみ捨て場が、次第に震災とは関係のないごみであふれ、管理が困難になった。</p> <p>(3)震災後の取り組み 地域防災の強化 震災後、地域の防災意識向上を目的に、次のような取り組みを行った。 1.おもちゃ図書館「ずんだっこ」の設立 ○子育て世代への支援を目的に、3名で運営を開始。 2.避難所運営委員会の設立(2013年) ○市名坂小学校区避難所運営委員会を発足し、行政に頼るのではなく、住民主体での防災体制を確立。 ○運営委員は総務情報広報班、食糧物資班、救護衛生班、女性コーディネーターの6部門で構成。 3.女性コーディネーターの設置 ○主婦の視点を活かした避難所運営を推進。 ○排泄の問題(特に高齢者・女性)や日常の困りごと(ペットボトルの蓋が開けられない等)に対</p>

応。  
 避難所運営の工夫  
 ・役割の明確化  
 運営委員80名全員がビブスを着用し、避難者が相談しやすい環境を整備。  
 ・多言語対応  
 避難所入口には、日本語・英語・中国語で避難所の基本ルール(5か条)を掲示。  
 ・コロナ禍の対応  
 2.4mの間隔を確保し、避難所収容人数を700名から70名に制限。プライバシー保護のためパーティションを設置。

(4)地元・女川町の被災状況  
 震災直後、ラジオで女川町の壊滅的な被害を知った。人口1万人のうち1,000人が犠牲となり、19メートルの津波で町は消滅。避難所では助け合いがある一方で、物資の独占やトラブルも発生。消防署員は6日間不眠不休で救助活動を続けた。  
 復興が進む一方で、町の風景は変わり、「故郷を失った」と感じる住民も多い。また、支援物資の中には使用できない衣類が大量に届くなど、支援の在り方にも課題があった。

(5)震災後の教訓  
 避難時の必需品  
 ・メガネ・入れ歯・常備薬・お薬手帳のコピー(財布に携帯)  
 ・現金(特に小銭)  
 ・ハンドクリーム(手指消毒の影響で荒れるため)  
 ・養生テープ(持ち物識別用)  
 防災訓練の工夫  
 ・地域の祭りと組み合わせて実施し、参加率を向上。  
 ・高齢者向けには敬老会との併催など、参加しやすい工夫を実施。  
 ・キャッシュレス決済に頼らず、小額紙幣やコインを備蓄する重要性を強調。

(6)まとめ  
 震災の経験をもとに、防災・減災には平時からの地域コミュニティの構築が不可欠であることを強調。避難所運営にはきめ細かな配慮が必要であり、特に女性・高齢者の視点を取り入れることの重要性が改めて認識された。



開催地より

災害時に行政、地域住民、施設管理者等が円滑に連携できるよう、平常時から顔の見える関係づくりを行う場を設定したい。また、地域において女性の視点を取り入れた活動が展開されるよう、啓発や担い手育成に取り組みたい。

開催地名	沖縄県 浦添市
開催日時	令和7年2月27日(木)15:30~17:00
開催場所	浦添市中央公民館
語り部	大峪 やす子(三重県紀宝町)
参加者	50名
開催経緯	本市では、継続的に自治会加入率の促進、自主防災組織の結成促進に向けた各種施策を打ち出してきたものの、依然として自主防災組織結成率が低迷しているため、自主防災組織設立を果たすことができた他市町村の経験や教訓等を拝聴し、自治会に対しては結成に必要なイメージの付与や不安の払拭等、自主防災組織に対しては防災訓練等の参考のため応募・開催致しました。
内容	<p>(1)講師紹介 本講演の講師は、三重県紀宝町津本地区自主防災会の大峪康子氏である。津本地区自主防災会は、2011年の紀伊半島大水害を契機に設立され、定期的な防災訓練や炊き出し訓練を通じて地域防災力の向上に努めてきた。その活動は高く評価され、2022年度には「防災まちづくり大賞」を受賞している。</p> <p>(2)紀伊半島大水害の被災状況と教訓 2011年8月30日、奈良県・和歌山県・三重県を中心に記録的な豪雨が発生し、熊野川周辺では観測不能ほどの水位上昇が起こった。特に津本地区では、ダムの放流と河川氾濫が重なり、多くの住宅が浸水し、住民が屋根の上で救助を待つ状況に陥った。 地震と異なり、水害は進行が比較的緩やかであるが、住民の判断によって避難の成否が分かれる。当時、行政が避難を呼びかけても、「まだ大丈夫」と考えて自宅にとどまり、結果として避難のタイミングを逃した住民が多かった。こうした経験から、「避難の判断は早めに行うこと」「行政の指示を待たずに自主的に避難すること」の重要性が強調された。</p> <p>(3)自主防災組織の役割と取り組み 津本地区自主防災会は、災害後の復興を機に、住民主体の防災対策を強化し、以下のような活動を継続している。 ・避難所運営訓練 高齢者や障がい者を優先的に受け入れる仕組みを整え、スムーズな受け入れ体制を確立する。 ・防災備蓄の充実 一般的な食料・水の備蓄に加え、乳幼児や高齢者向けの衛生用品の備蓄を確保する。 ・防災教育の推進 小学生から高齢者まで参加可能な防災訓練を実施し、防災意識の向上を図る。 ・地域の防災ネットワーク構築 住民同士が助け合う「共助」の意識を育む取り組みを推進する。 特に、避難所運営訓練では、プライバシーを確保するためのパーティションの設置や、授乳スペースの確保など、より実践的な対策が進められている。また、「避難所に頼るだけでなく、親戚宅や車中泊を活用する分散避難の重要性」についても議論され、住民の選択肢を増やす取り組みが進められている。</p> <p>(4)災害対応の工夫と課題 熊本地震の際の経験をもとに、自主防災組織がどのように対応すべきかが紹介された。特に、住民一人ひとりが役割を持ち、速やかに行動できるよう、事前のシミュレーションが必要であることが強調された。 また、住民の中には、身体が不自由な方や要支援者も多く含まれており、これらの方々をどのように避難させるかが大きな課題となっている。現在、津本地区では、事前に要支援者の名簿を作成し、隣近所で助け合う仕組みを導入している。この取り組みは、実際の災害時において有効に機能しており、住民の防災意識向上にもつながっている。</p> <p>(5)質疑応答 講演後、参加者から避難所運営や地域防災の具体的な取り組みについて、多くの質問が寄せら</p>

	<p>れた。</p> <p>Q.「休日に災害が発生した際、誰が避難所を開けるのか？」  → 施設管理者や自治体職員が不在の場合でも、地域の自主防災会が鍵を管理し、迅速に避難所を開設できる体制を整えることが望ましい。</p> <p>Q.「避難所の運営にはどのような準備が必要か？」  → 高齢者や障がい者のための対応マニュアルを作成し、受け入れ態勢を整えておくことが重要。また、備蓄品の管理方法や、避難所の役割分担を明確にしておくことも必要である。</p> <p>Q.「水害時の避難判断についての基準は？」  → 住民が自主的に避難できるよう、早めに警戒レベルを発表し、個々の判断力を養うことが重要である。水位の変化を観察し、基準を設けて避難の決断を下すことが求められる。</p> <p>(6)まとめ  講演を通じて、災害時の「自助」「共助」「公助」のバランスの重要性が改めて認識された。特に、地域防災力を高めるためには、個人の意識改革だけでなく、住民同士の協力や自治体との連携が不可欠であることが強調された。</p> <p>・早期避難の徹底  近年の水害では、避難指示が出たにもかかわらず、「まだ大丈夫だろう」と考え、避難が遅れた住民が多かった。この「正常性バイアス」による判断ミスが、多くの命を危険に晒したことが指摘された。避難は「命を守るための最優先事項」であり、警報や避難指示を待たず、状況を見極めて早めに行動を起こす意識が求められる。地域住民が避難の必要性を理解し、「災害時には、迷わず避難する」という意識を共有することが重要である。</p> <p>・避難所運営の工夫と充実  避難所は、一時的な避難場所ではあるが、長期化するケースも少なくない。そのため、避難生活が快適に送れる環境を整備することが求められる。特に、高齢者や障がい者、乳幼児を抱える家庭のニーズに対応できる避難所の整備が重要である。プライバシー確保のためのパーティションの設置や、女性や子ども向けの専用スペースの確保、適切なトイレ設備の導入など、避難所環境の向上を進めることが必要とされた。</p> <p>最後に、大峪氏は「防災とは特別なことではなく、日常生活の一部として取り組むべきものである」と述べ、防災意識を高めるために地域全体での協力が不可欠であることを強調した。本講演会を通じて、糸満市における地域防災のさらなる強化が求められることが確認され、閉会となった。</p> 
開催地より	<p>結成した自主防災組織の防災活動を停滞させないためには、幅広い年齢層特に子供の参画を中心としたイベントの企画を継続的に行い、より楽しく、より有意義に、飽きさせない活動の継続が大切であることを確認することができました。</p>

開催地名	沖縄県 糸満市
開催日時	令和7年2月28日(金)10:00~11:30
開催場所	糸満市役所 3階 大会議室(3-c会議室)
語り部	大峪 やす子(三重県紀宝町)
参加者	合計26名(自主防災組織8名、消防団3名、市職員8名、市議会議員3名、関係機関4名)
開催経緯	本市では、自主防災組織の結成率が低く、新規結成率も鈍化している現状があり、また、沿岸部に位置する本市において、日頃から市民及び市職員の防災に対する意識付けが必要だが、未だ十分になされておらず、危機管理に関して課題がある。そこで被災地からの実体験を交えた講話について、被災地での活動等実体験の話を通じて直接聞く機会を設け、地域防災力の向上の参考としたい。
内容	<p>(1)講師紹介 本講演の講師は、三重県紀宝町津本地区自主防災会の大峪康子氏である。同防災会は、2011年の紀伊半島大水害を契機に設立され、防災訓練や炊き出し訓練を定期的実施するなど、地域防災力の向上に努めてきた。防災活動の功績が評価され、2022年度には「防災まちづくり大賞」を受賞している。</p> <p>(2)紀伊半島大水害の被災状況と教訓 2011年8月30日、奈良県・和歌山県・三重県を中心に記録的な豪雨が発生し、熊野川周辺では河川氾濫が相次いだ。特に津本地区では、ダムの放流と河川氾濫が重なり、多くの住宅が浸水し、住民が屋根の上で救助を待つ事態となった。 地震と異なり、水害は進行が比較的緩やかであるが、住民の判断によって避難の成否が分かれる。実際に、避難の呼びかけがあっても「まだ大丈夫」と判断し、結果的に避難のタイミングを逃した住民が多かった。こうした経験から、「避難の判断は早めに行うこと」「行政の指示を待たずに自主的に避難を開始すること」の重要性が強調された。</p> <p>(3)自主防災組織の役割と取り組み 津本地区自主防災会は、紀伊半島大水害を契機に、住民主体の防災対策を強化し、以下のような活動を継続している。 ・避難所運営訓練 高齢者や障がい者を優先的に受け入れる仕組みを整え、スムーズな受け入れ体制を確立する。 ・防災備蓄の充実 一般的な食料・水の備蓄に加え、乳幼児や高齢者向けの衛生用品の備蓄を確保する。 ・防災教育の推進 小学生から高齢者まで参加可能な防災訓練を実施し、防災意識の向上を図る。 ・地域の防災ネットワーク構築 住民同士が助け合う「共助」の意識を育む取り組みを推進する。 特に、避難所運営訓練では、プライバシーを確保するためのパーティションの設置や、授乳スペースの確保など、より実践的な対策が進められている。また、「避難所に頼るだけでなく、親戚宅や車中泊を活用する分散避難の重要性」についても議論され、住民の選択肢を増やす取り組みが進められている。</p> <p>(4)災害対応の工夫と課題 熊本地震の際の経験をもとに、自主防災組織がどのように対応すべきかが紹介された。特に、住民一人ひとりが役割を持ち、速やかに行動できるよう、事前のシミュレーションが必要であることが強調された。 また、住民の中には、身体が不自由な方や要支援者も多く含まれており、これらの方々をどのように避難させるかが大きな課題となっている。現在、津本地区では、事前に要支援者の名簿を作成し、隣近所で助け合う仕組みを導入している。この取り組みは、実際の災害時において有効に機能しており、住民の防災意識向上にもつながっている。</p>

	<p>(5) 質疑応答</p> <p>講演後、参加者から避難所運営や地域防災の具体的な取り組みについて、多くの質問が寄せられた。</p> <p>Q.「休日に災害が発生した際、誰が避難所を開けるのか？」</p> <p>→ 施設管理者や自治体職員が不在の場合でも、地域の自主防災会が鍵を管理し、迅速に避難所を開設できる体制を整えることが望ましい。</p> <p>Q.「避難所の運営にはどのような準備が必要か？」</p> <p>→ 高齢者や障がい者のための対応マニュアルを作成し、受け入れ態勢を整えておくことが重要。また、備蓄品の管理方法や、避難所の役割分担を明確にしておくことも必要である。</p> <p>Q.「水害時の避難判断についての基準は？」</p> <p>→ 住民が自主的に避難できるよう、早めに警戒レベルを発表し、個々の判断力を養うことが重要である。水位の変化を観察し、基準を設けて避難の決断を下すことが求められる。</p> <p>(6)まとめ</p> <p>講演を通じて、災害時の「自助」「共助」「公助」のバランスの重要性が改めて認識された。特に、地域防災力を高めるためには、個人の意識改革だけでなく、住民同士の協力や自治体との連携が不可欠であることが強調された。</p> <p>・早期避難の徹底</p> <p>近年の水害では、避難指示が出たにもかかわらず、「まだ大丈夫だろう」と考え、避難が遅れた住民が多かった。この「正常性バイアス」による判断ミスが、多くの命を危険に晒したことが指摘された。避難は「命を守るための最優先事項」であり、警報や避難指示を待たず、状況を見極めて早めに行動を起こす意識が求められる。地域住民が避難の必要性を理解し、「災害時には、迷わず避難する」という意識を共有することが重要である。</p> <p>・避難所運営の工夫と充実</p> <p>避難所は、一時的な避難場所ではあるが、長期化するケースも少なくない。そのため、避難生活が快適に送れる環境を整備することが求められる。特に、高齢者や障がい者、乳幼児を抱える家庭のニーズに対応できる避難所の整備が重要である。プライバシー確保のためのパーティションの設置や、女性や子ども向けの専用スペースの確保、適切なトイレ設備の導入など、避難所環境の向上を進めることが必要とされた。</p> <p>最後に、大峪氏は「防災とは特別なことではなく、日常生活の一部として取り組むべきものである」と述べ、防災意識を高めるために地域全体での協力が不可欠であることを強調した。本講演会を通じて、糸満市における地域防災のさらなる強化が求められることが確認され、閉会となった。</p> 
開催地より	<p>災害に対する心構えや平時での訓練方法、災害が起きた時の行動など、実災害を体験している語り部の体験談から改めて、「自助」「公助」はもとより、地域における、自主防災組織の大切さを学んだ。本日の講演を今後の防災活動や自主防災組織の活動に活かしていきたいと思う。</p>

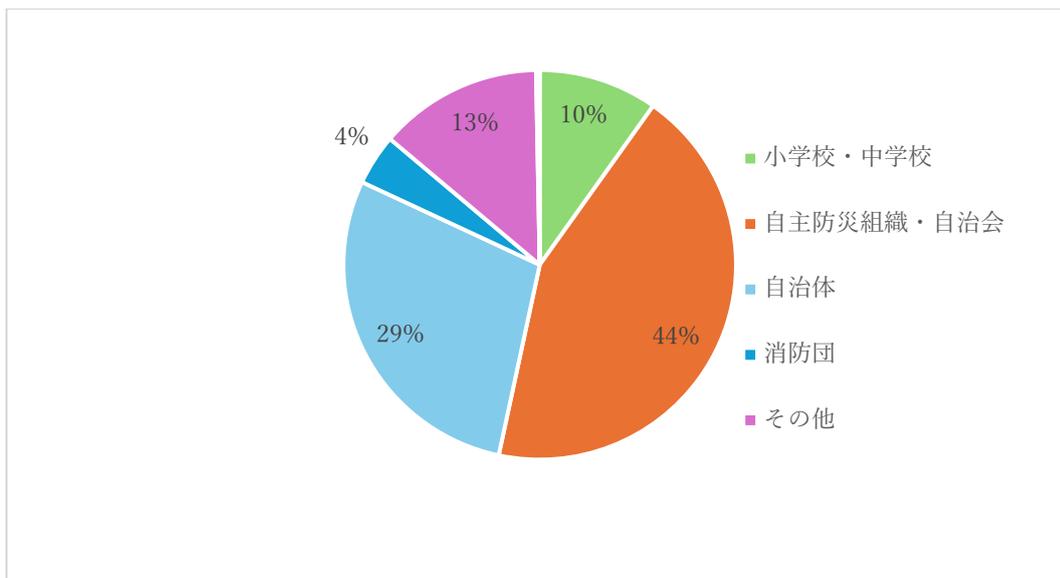


# 「防災意識向上プロジェクト」調査集計結果表

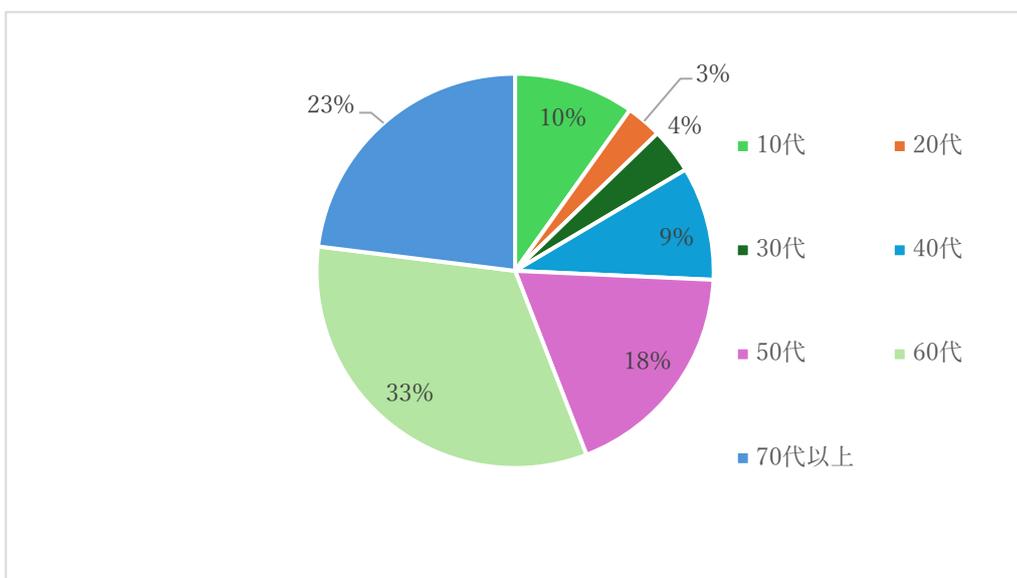
開催地	合算
開催日	令和6年7月5日～令和7年2月28日
回収枚数	999枚

## <1> あなた自身のことについて

### 【所属する組織】

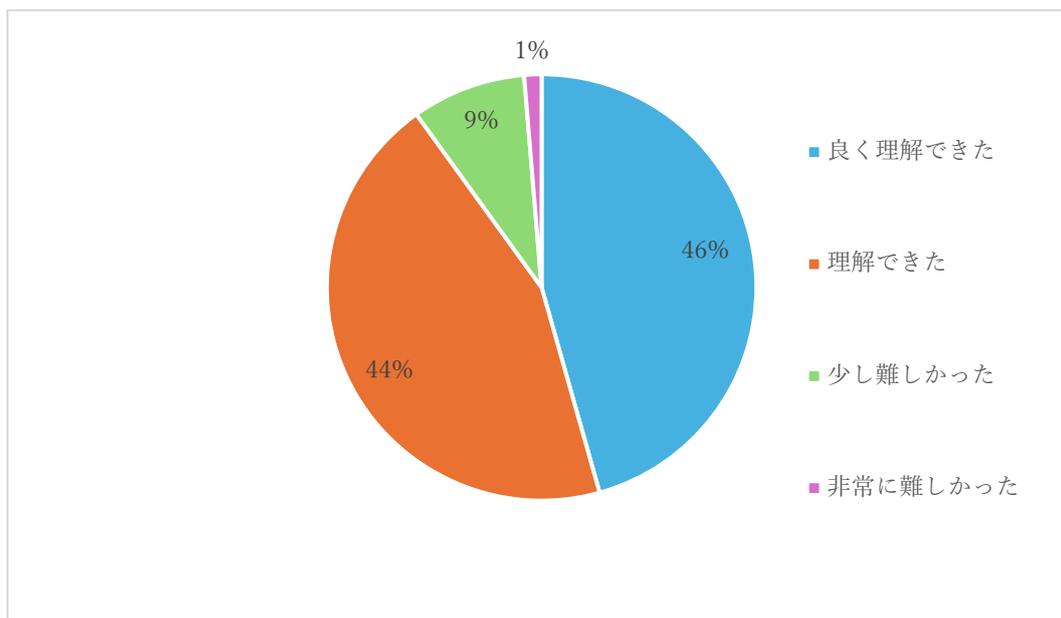


### 【年齢】



## <2> 講演内容について

### 【(1) 内容は理解できましたか】



### 【理由】

#### ① 良く理解できた

- ・実体験をもとに○×質問をうまく取り入れたので、自分の経験に置き換えて考えることができたのが良かった。
- ・お話が分かりやすく実際の体験やものにより自分も体験した様に思えた。
- ・経験や地域の背景などをふまえて話して下さったので、とても分かりやすかった。
- ・実情の可視化で放送ではされなかった内容、対応が聞けた。減災と共助に付いての知見を得らえた。
- ・避難所の運営について、避難者である中学生が大人と協力して活動した事や対応する優先順位などが主に参考になった。
- ・自治体職員として心配な部分について経験者から聞くことができた。
- ・体験談から災害時、動ける人が率先して協力体制を整えることが重要であることが理解できた。

#### ② 理解できた

- ・現実的な事例をもとに、説明されていた点が理解しやすかった。
- ・発災からの現場の様子が目に浮かびました。街の置かれている環境の部分は想像できるようになった。
- ・講師の方の経験値からの話が多くあったから理解できた。
- ・丁寧な説明と、初動体制の大切さが分かった。

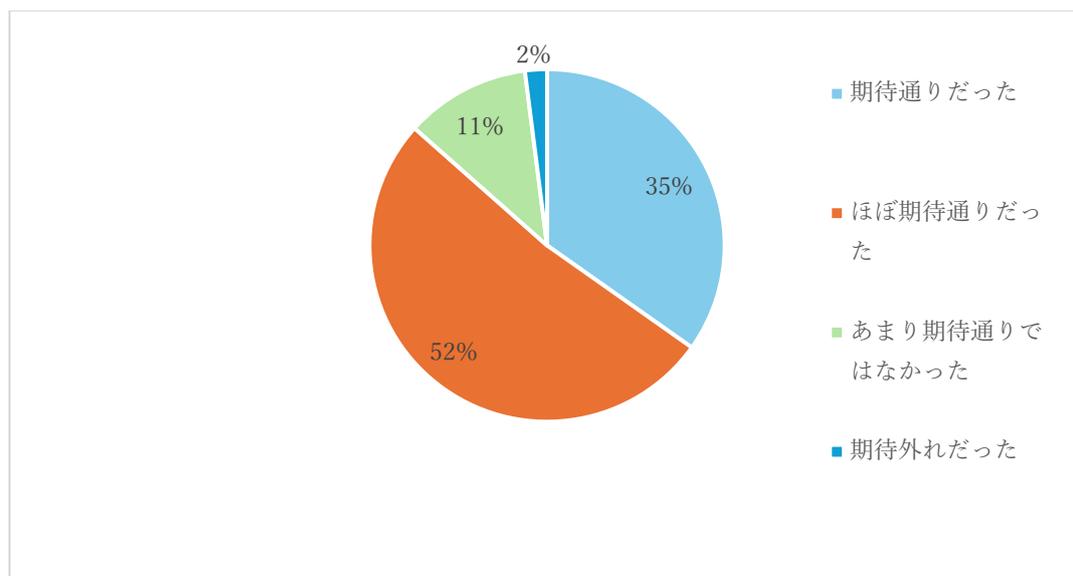
#### ③ 少し難しかった

- ・各自の防災意識ではなく、組織の話と感じた。
- ・災害の避難所生活の大変さは報道されたが、なかなか実感に繋がらないため、防災に感心を持ってもらえず、自治会離れが進んでいるように感じた。
- ・時間に対して情報量が少し多いように感じた。

#### ④ 非常に難しかった

- ・内容にまとまりがなく、何のための時間か分からなくなってしまった。情報量が多いと感じた。
- ・各自の防災意識ではなく、組織の話と感じた。

## 【(2) 講演の内容は理解できましたか】



### 【理由】

#### ① 期待通りだった

- ・大内さんの講演を受講できて本当に良かったです。地域防災の重要性を改めて認識できた。
- ・被災時、学生が率先して活動していたこと、それにより地域の皆さんも励まされ笑顔になれたこと。みんなで乗り越えたことがよく分かった。
- ・中学校の校長の立場で、学校が避難所となる場合（建物だけの提供ではなく、運営も関わる）それぞれの立場で協力する事が必要であると再認識した。
- ・各被災地に実際に赴き、被災者に直接接し地元負担を掛けない準備（装備）を万全に整えて挑むなど、被災応援の心がまえを知ることが出来た。
- ・大勢の力が合わされば『協力』の漢字が成り立つ。この資金的なことを実践された体験談は素晴らしいことだと思った。
- ・震災発生時のエピソードに涙しながらも、そこから見える課題などについても理解できた。

#### ② ほぼ期待通りだった

- ・地域により色々やり方があると思いますが私達の地域でやれる事は何か考えさせられた。
- ・皆さんに防災の危機意識を高める方法論。防災訓練の意義について、参考になった。
- ・主に地震による津波被害からの体験談ではあったが、津波注意報が想定されない地域に於いても避難所運営には共通するものがあり、実体験から学ぶものがあった。
- ・学校としての取組はとても素晴らしいと感じました。地域との関わりをもう少し話してもらえたらありがたかった。

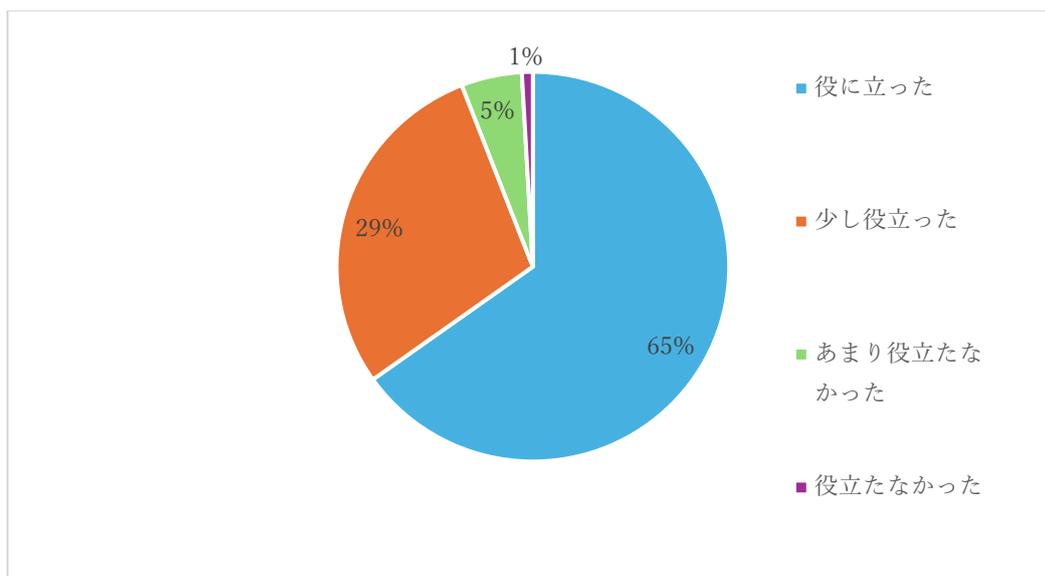
#### ③ あまり期待通りではなかった

- ・高齢者世帯や障害者など日常生活弱者などの避難対応を聞きたかった。自主防災会の訓練、行政や自治会、企業、団体との協定内容などの取り組み方を知りたかった。
- ・自主防災隊員の活動内容をもう少し具体的に指導して欲しかった。

#### ④ 期待外れだった

- ・自主防災組織について具体的な論点整理を期待していた。
- ・自主防災組織の内容、運営に乏しかった。

### 【(3) この講演の内容は、あなたの学習に役立ちましたか】



#### 【理由】

##### ① 役に立った

- ・地域防災に女性の声を届ける必要性を感じていて、この講演をきっかけに動こうと思った。
- ・団体の防災担当として、防災減災について具体的な話を聞けたので良かった。
- ・今後、中学生には防災訓練で実施する避難、消火などの訓練以外にも、避難所の活動について説明する事が必要ではないかと思った。
- ・大災害では公助は期待できない。町内会未加入者など問題がある事がわかった。
- ・自治会の担当者は高齢化現象にあり若い力を活用するためのコミュニティ活動の重要性と方法のヒントを得ることができた。
- ・自治会で見直し、若い方の防災に対する興味や積極的な参加を継続してほしいと思った。

##### ② 少し役に立った

- ・この講演内容が全てとは思いません。地域独自の不可能な問題があります。本市の場合、やや考えが先走りしているようでもあり動きが追いついていない事に気が付いた。
- ・行政機関に勤めている人も発災時には、当事者であり、自分の家族を守った上で出勤する必要性を感じた。
- ・災害に備えるにあたり今まで以上に何を準備し 何を最優先するか考える機会になった。
- ・避難所運営は、マンホールトイレとか教室を利用するなど、充実している例を聞いた。車で来る人が多くてその対策は、参考になった。
- ・自治会員人数は把握しているが、家族や男女や障害のある人やペットを飼っている人の把握が必要だと思った。

##### ③ あまり役立たなかった

- ・自主防災組織の必要性は理解したが、具体的にどのように組織づくり、対応内容などを教えてほしかった。成功例、失敗例なども教えて欲しかった。
- ・講演内容はすでに知り得ている内容だった。自主防災組織の参加者の高齢化と市内の防災士の状況が見てとれたのは良かった。
- ・もう少し身近な人達の声が聞きたかった。

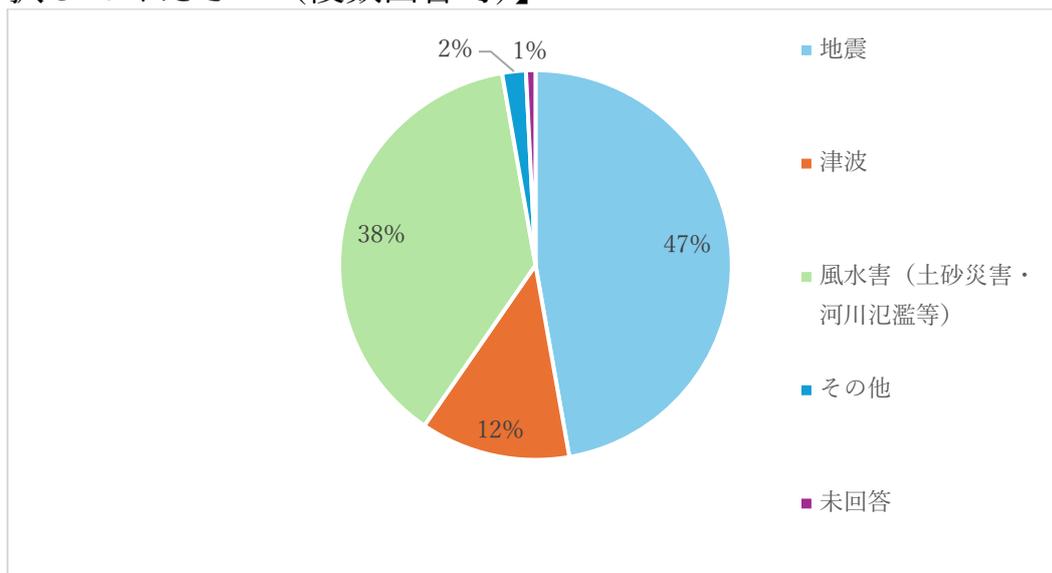
##### ④ 役に立たなかった

- ・地域会館や避難場所へ、高齢者等の避難など詳しく聞きたかった。
- ・避難所運営に役立つ情報が得られなかった。

#### 【(4) 今回の講演を聞いて、印象に残った話やこれからやってみたいと思った防災の準備を自由に記入してください】

- ・月に1回「防災」を設け「トレーニング」を実施したいと思った。
- ・準備の大切さ！！ 自助100%大切さ！！を知った。
- ・地震の大きさやメカニズムなどが理解できました。自主防災組織については、行政や地域との協力対応が不可欠であり、普段の訓練が大切であることを知った。
- ・地域内には工業団地があり、地域住民による自主防災組織のテリトリーからは外れていると考えられた。市外からの労働者も多い。また、地域の自主防災組織がそもそも機能している様子が全く感じられない。取り組まなければならない事は無限にあると考えた。
- ・いろいろな立場で様々な課題・目標が見つかった。自分自身、家庭の備え、顔の見える地域づくり、そして、女性の意識向上、できることからやってみたいと思った。
- ・今回の講演を聞いて、団体だけでなく個人としても会社としても防災減災について真剣に考えていきたいと思った。
- ・地域コミュニティの中で、定年後の活動として捉えるのではなく、学生、主婦、避難所に避難したそれぞれの人が、それぞれの立場で避難所運営していく事が重要であると思った。
- ・被災地の現状をスライドで見て惨状を肌で感じ、災害が無いからと漫然と過ごすこと無く、万が一の場合に自分が果たせる役割に付いて真剣に考えておかなければと感じた。
- ・自治会の高齢化に伴う災害対策を若い方と話し合う場が必要と思った。
- ・町会主催の避難所運営訓練に子どもの協力、支援を得ることに注力したいと思った。
- ・自主的に子どもたちや地域の人が支え合ったことは、日頃からの取組や地域性なのかもしれないけど、災害時には大切なことだと思った。
- ・「続けるためには楽しめる内容にすること」「子供を上手に巻き込むこと」が大いに役に立ちそうだと感じた。これを応用したいと思った。
- ・避難所の運営で、中学生の協力を得た活動について取り組んでみたいと思った。過去にテレビを見て知っていたので、学校と事前にどんな事が出来るか話し合いが必要と思った。
- ・地元自治会会員の防災意識の醸成に努力されている方法を、自らの自治会でも取り入れて、会員の当事者意識を高めていきたい。また、女性の目線を取り入れるためにも、女性の参加を促して、リーダーとして参画していただける環境を整えたいと思った。
- ・初動が大切だということと、みんなの協力がなかったら避難所の運営ができないこと。日頃から災害を想定して行動することが重要だと思った。
- ・避難所の滞在体験を地域で行うこと。全てにおいて便利な生活を送り、個々の自由が認められる現在なので、制限ある環境を体験する機会が必要と思った。
- ・備蓄、ローリング消費、地震保険に入る、節約生活の習慣づけ、家族での話し合いが必要だと思った。
- ・今後南海トラフ地震の発生を考え、消防団の訓練などに震災発生時の倒壊家屋からの救出方法などを訓練していきたいと感じた。
- ・自治会員に防災訓練をもっと行い、災害発生した時に対応できるようにしたいと思った。
- ・地域のつながりをするため子ども達が集まるイベント等を実施することで、大人達を誘い、防災の意識高揚に繋げる努力をしようと思った。
- ・地域コミュニティの活性化の方法として祭りやスポーツなどを活用したいと思った。

【(5) あなた自身が今後学びたいと考える災害の知識について、以下の番号から選択してください（複数回答可）】



#### ① 地震

- ・予測できない怖さがある。自分自身の避難に加え、地域の声かけなども、果たして実際できるのか、かなり不安だ。今回のような経験に基づいた講演はとてもありがたかった。
- ・近隣、地区内でのコミュニケーションが取りにくい昨今、身近に可能性のある災害として考えられるから気になった。
- ・予測できない怖さがある。自分自身の避難に加え、地域の声かけなども、果たして実際できるのか、かなり不安に感じた。今回のような経験に基づいた講演はとてもありがたかった。
- ・予知、予測する事が不可能だから、怖さを感じた。
- ・日本各地で頻繁に起きる地震。何時私の住む地域で発生するか分からないから学びたいと思った。

#### ① 津波

- ・海と隣り合わせの生活であるため、津波の知識が必要なため気になった。
- ・身近に障がい者の一人暮らしの方がいらっしゃいますが、災害時にどのように避難するのか本人やご家族と話し合える機会をつくって貰いたいと思った。
- ・今後複雑多様化する災害に早く対応するために様々な災害を考えて訓練していかなければいけないと思った。
- ・自主防災会の連携について、発災直後とその後で役割が変わるので、その点について知りたいと思った。

#### ③ 風水害（土砂災害・河川氾濫等）

- ・河川が氾濫して洪水被害にあった地域に住んでいるため知りたいと思った。
- ・開発が進む中、洪水が危惧される。自治体の災害未然防止の取り組みを聴きたい。森が減ることで大規模災害になることを知った。次の世代に負荷をかけないようにしたいと思った。
- ・線状降水帯の発生による災害が増加しているから知りたいと思った。
- ・津波に流された実体験や、復旧復興に関わった方のご意見は、意外と聞く機会が限られていたので、詳しく聞けて大変良かった。

#### ④ その他

- ・避難所が災害時に大丈夫なのか？と感じた。運営は地域住民で本当に出来るのか不安に思った。
- ・例えば八潮市の道路陥没で避難所生活をしている人の現状が知りたかった。

## 【(6) 其他のご意見などがあれば自由に記入してください】

- ・各地域で防災訓練をされていると思いますが、各地域の人達が集まってどんな訓練をされているか話し合いの場が欲しいと思った。
- ・マンション（集合住宅）の防災をテーマにしたものが聞きたい。
- ・自主防災会の連携について、発災直後とその後で役割が変わるので、その点について知りたい。
- ・災害避難時の住民の安否確認をしやすい方法について先進例があれば体験談を聴講したい。
- ・発災後にどのように行動するとよいかは、防災訓練や防災セミナー等で知識として身につけていないといけない。子どもたちにしっかり伝えていかないといけないと思った。
- ・津波に流された実体験や、復旧復興に関わった方のご意見は、意外と聞く機会が限られていたので、詳しく聞けて大変良かった。
- ・災害が、いつおこるか分からないことを頭の片隅においていつでも対応できる準備して、生活を送ろうと思った。
- ・実体験を含めた現場で活躍されている講演者の視線で語られた内容は臨場感があり、自助、共助の大切さを再確認できた。
- ・学校、教育施設等の管理者・責任者向けの講演会を開催して欲しいと思った。
- ・今日の講師が話していたように、次世代層への防災意識の教育を少しでも多く取られたほうが良いのではと考えた。
- ・講演会の資料データを配布し、より多くの職員にも内容を知ってもらえば有意義だと思った。
- ・訓練が重要とともに災害が起きないまちづくりの大切さも感じた。今回の講演によると災害があった川の付け替え工事の話が50年前からあったとのことでしたので各都市も災害が起りやすい場所をなくす取組みをぜひお願いしたいと思った。
- ・『避難所運営』というテーマでの講演でしたが、こんな様子であった。という運営報告ではなく、普段からの防災訓練の仕方や頻度。問題点の内容や改善方法等を知りたかった。
- ・避難所ボランティアで活躍された講師の話は、勉強になった。特に市民目線での気づきとして、炊き出し現場の重い雰囲気や、避難所での些細な事でトラブルがおきる状況など、職員として避難所運営をする上では心得ておかなければと感じた。
- ・体験を綴った資料は興味深い内容だった。防災において興味、知識がある参加者なので、ポイントを絞った内容を掘り下げて話していただけても良かった。
- ・災害対応について、体験談を教えていただけて少しイメージができた。まだまだ、想像できない部分が多いので、できれば、避難訓練のように災害時対応訓練のようなものを実施して欲しいと思った。
- ・実際に起きた災害の例を聞き、まさかのときに適切な意志決定、行動選択、臨機応変の重要性を感じた。どうしても正常性バイアスが働いてしまう中、いろいろなことを想定して考えて動いていかなければならないと思った。
- ・もっともっと若い人と子供達を含めた人達にも災害についての学びの場所を考えて欲しいと思った。
- ・自治会関係者はシニア世代、これからは背負ってゆく次世代に期待したい。学生時代に防災学習の機会が増えると良いと思った。
- ・防災リーダー研修を受けた後、地区や自治会内に中心になるリーダーを作り横の繋がりを強化しないと災害時、素早い行動が出来ないように思った。
- ・災害時は役所職員も被災し、先頭たつて避難所開設、運営ができないかもしれないことを知った。各町内会の判断で避難所開設に踏み切った場合の訓練が必要なのかもと感じた。
- ・自治体で活躍する防災会（団体）や自治会（自主防災組織）の日常活動を紹介して欲しいと思った。



---

---

# 令和6年度 防災意識向上プロジェクト報告書

令和7年 3月

総務省 消防庁

---

---