

市民の防災

〈事例集〉



市民の防災 〈事例集〉

2021年4月30日発行

自分たちのまちは自分たちで守ろう

編集 あびこ市民活動ステーション、我孫子SL災害ボランティアネットワーク
発行 あびこ市民活動ステーション（指定管理者㈱東京ドームファシリティーズ）
我孫子市本町3-1-2 けやきプラザ10階 電話 04-7165-4370
HPアドレス <https://abikosks.org/> ←ここからダウンロードできます

自分たちのまちは自分たちで守ろう

市民の防災

〈事例集〉



自分たちのまちは自分たちで守ろう

I N D E X

はじめに	1
第1章 防災における中間支援組織	2
1-1 「我孫子SL災害ボランティアネットワーク」を知っていますか？ コラム：我孫子SLネットの活動の想い	3 5
1-2 あびこ市民活動ステーションの地域防災事業への取り組み コラム：HUGってなあに？	6 12
第2章 町会・自治会、まちづくり協議会・地域会議の取り組み事例	13
2-1 布佐平和台自治会の防災	14
2-2 東我孫子区自治会 コラム：使っていないものは手放そう	17 18
2-3 天王台北地区5自治会合同の防災訓練（地域会議）	19
2-4 つくし野南自治会の防災活動について	21
2-5 つくし野西自治会の自主防災活動	23
2-6 久寺家地区6自治会合同防災訓練（地域会議）	26
第3章 市民による多様な取り組み事例	30
3-1 出前SL防災塾を新木野「ふらりえ」で実践中	31
3-2 障がい者福祉施設の防災への取り組み	39
3-3 白山おやじの会防災キャンプ コラム：白山おやじの会の立ち上げと防災キャンプ	42 45
3-4 「はじめの一步講座」総括から「防災講座」への進展へ コラム：防災講座を始めたきっかけ	46 50
おわりに	51
巻末参考資料	52
執筆者一覧	61

はじめに

防災は、一人一人の心の中にあります、大自然の巨大災害から自分の命を守りたい、愛しい家族を守りたい、それが防災なのです。「自分は災害に遭わない」とか「その時はその時だ」と自己暗示をしていませんか？ 災害は起こってからでは間に合わないのです。自分の命は自分でしか守れません。

防災は、目的が同じでも、住民数や一戸建て住宅・マンション・アパート等によってやり方が異なります。みなさんの地域では、防災を特定の役員だけに任せたり、組織の年間計画だから、我孫子市からの指導があるからと言って形ばかりの防災訓練を毎年実施していませんか。

近年、地球温暖化の影響か、予想もつかない大規模災害が発生する傾向にあります。幸いにして我孫子地区は死者が出るような災害を受けておりません。だからと言って今後も災害はないとは限りません。地震・台風被害は、時と場所を選びません、日頃の備えが必要なのです。

防災は、一人ひとりが防災組織の一員となり、何らかの役割を持ち行動することが必要だと思います。そうする事で個々の防災意識も高まり、「自分の命は自分で守り」、守られた命で「ご近所の命を助ける」ことが出来ます。このような人を思う気持ちとそこから生まれる関係が、自助・近助・共助の防災活動の目標ではないでしょうか。

この小冊子は、あびこ市民活動ステーションの呼びかけにより、市民の目線による防災事例集を作成したいと考え編集しました。我孫子SL災害ボランティアネットワークの会員が自分の所属する自治会の防災講習や防災訓練を実施してきた中で、みなさんの参考になる事についてまとめました。また、他の自治会や市民活動団体が行う防災訓練・防災講座を支援したことにより防災意識を高めることが出来た事例を掲載しました。本冊子をお手に取ってくださったみなさんの防災の在り方を見つめ直すきっかけにさせていただきたいと思います。

我孫子SL災害ボランティアネットワーク代表
河上 徹夫

第1章

防災における中間支援組織

- 1-1 「我孫子SL災害ボランティアネットワーク」を知っていますか?
- 1-2 あびこ市民活動ステーションの地域防災事業への取り組み

1-1 「我孫子SL災害ボランティアネットワーク」を知っていますか?

「災害救援ボランティア推進委員会」は、阪神・淡路大震災の教訓「救出救助活動等の遅れ」により数多くの死者を出したことの反省を踏まえて、1995（平成7）年に設立されました。その後、地域ごとにネットワークされ、「千葉県SL災害ボランティアネットワーク」、「我孫子SL災害ボランティアネットワーク（以下、我孫子SLネットと省略）」と組織化され活動をしている団体です。

この団体の活動方針は、災害時には、自らの判断によって、すぐに必要な活動を近隣の人とともに開始し、一人でも多くの命を救い、被害を最小限度に食い止める活動を行います。平時の活動は、自治会の講習会や市内で行われるイベントを通して、大規模災害に備えるため、皆さま一人一人が「わが身、わが命は自分で守る」ことの大切さを知っていただき、災害への備えや救出活動の技術、避難への知識等の普及や訓練指導を実施しています。

我孫子SLネットは、防災講習会でハザードマップを基に我孫子市の立地条件「利根川と手賀沼に挟まれ、中央部だけが固い地盤で回りは液状化しやすい軟弱な地盤、海拔は、3～20m程度(手賀沼は3m)、銚子から約100km」などから予測される災害の危険性を知っていただき、災害への備えを訴えています。また、救出救助・応急手当・避難・炊飯・トイレ等の訓練指導を実施しています。我孫子市の防災会・自治会等にその存在をあまり知られていないためか、依頼は限られています。この活動事例集を見ていただき、防災指導のことならどのような事でもご相談いただければ協力いたします。

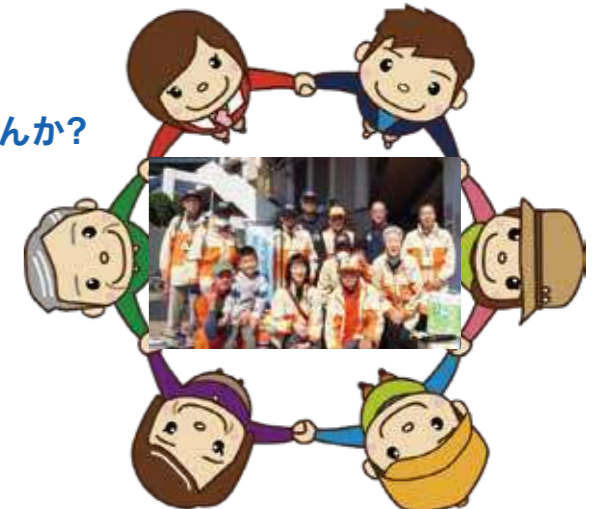
今後益々、我孫子市を襲う災害は増えると思われれます。今から備えましょう、「自分の命は、自分で守る」近所の行動力を。我孫子SLネットは、ボランティア団体ですので気軽にご相談して下さい。

次に、「災害に備えた仲間づくり」についてお話しします。

「災害救援ボランティア推進委員会」では、毎年11月頃「災害救援ボランティア養成講座」を中央学院大学内で実施をしています。我孫子市でも防災担当育成を目的に、この講座の受講料を半額程度負担しています。皆様の自治会でも、ぜひ数多くの受講者を作っていただきたいと思います。現在、自治会の役員は、1年交代が多く、防災指導の継続性が途切れてしまうのが現況です。防災力の向上は、毎年計画を作り継続して行うことで、実践に生かせる行動力がつきます。そして防災の輪を自治会の皆さんの心の中に浸透させることができます。

最後に、「災害は、備える事で命が助かります」
私たちの仲間入りをして災害のない街づくりをしませんか?

問い合わせ先（高橋）
TEL 04-7165-4370
もしくは 080-8161-5831
メール abikoslnet@gmail.com



我孫子SL災害ボランティアネットの組織形態

『災害救援ボランティア推進委員会』の歴史

- ・ 1995/1/17： 阪神淡路大地震の発災
 - ・ 1995/7/17： 「…推進委員会」の設立
 - ・ 事務局を、日本法制学会内に設置
- 目的：「大地震等の大規模災害に備えて、災害救援を希望する人たちのための講座を行い、災害救援ボランティアを日常的に教育訓練し、地域防災に貢献していくこと」

『災害救援ボランティア推進委員会』の活動

1. 災害救援ボランティア講座の開催及び開催協力
2. 災害時におけるボランティアの自主的活動の支援
3. 災害救援ボランティアの研究及び防災教育
4. その他、目的を達成するために必要な活動

活動の評価

- ・ 2004年：「防災まちづくり大賞 総務大臣賞」
- ・ 2004年：「防災功労者 内閣総理大臣賞」
- ・ 2007年：「災害救援ボランティア育成に貢献」神奈川県知事賞
- ・ 2008年：「災害救援ボランティア育成に貢献」千葉県知事賞

災害救援 ボランティア 養成講座

(SL=セーフティーリーダー)の養成

『公益社団法人 SL災害ボランティアネット・千葉 (通称:千葉県SLネットワーク)を発足

- ・ 2014年3月 発足
 - ・ 11地区ネットにて活動中
- 《千葉中央、船橋、市川・浦安、北総、松戸・柏、我孫子、流山・野田、印旛、内房、南総、千葉東部》

組織

東京都地区、神奈川県地区、千葉県地区、埼玉県地区、その他の地域

SLとしての活動組織

『災害救援ボランティア千葉県ネットワーク』
2007/2/4設立

(我孫子市内)

我孫子SL災害ボランティアネットワークの活動

- ・ 2カ月に1回の定例会実施 (情報連絡・研修会等)
- ・ 9都県市の総合防災訓練等への参加
- ・ 我孫子市が行う我孫子市総合防災訓練への参加
- ・ 千葉県SLネットワークが行う研修会等への参加
- ・ SL養成講座への協力 (コロナ感染防止の観点から2020年度(我孫子)は中止)
- ・ 地域に対して
 - 我孫子市自主防災組織連絡協議会常任理事への協力
 - 地域の自主防災訓練への協力を実施
 - 各地区における社会福祉協議会の防災訓練等への協力

コラム 我孫子SLネットの活動の想い

私たちは、1.個人のカ(スキル)を高める事、2.団体活動としてのカ(スキル)を高める事、3.その時に、それぞれが必要に応じて、最大限のカを発揮できるようにとの想いで活動をしています。

具体的には、1.個人のカ(スキル)を高めるためには、主に資料による読み込みや色々なところへ出向き研修等に参加したり、色々な方との話し合い等を行い、もちろん活動への参加もします。自主的に予定を調整し、自らのカ(潜在力)のアップのために(災害が発生し)パニックになりそうになった時でも、落ち着いて考え、行動が出来るようにするため自分のレベルを少しでも高め、高めていくことを一つの目標として、少しずつ活動をしています。

2.団体活動としてのスキルを高めるためには、SLの仲間や、地元・地域の自主防災会や町内会・自治会などの活動を踏まえ、また趣味の仲間や、仕事の仲間や、家族との連携の絆を大事にしながら、身近な目標をもって、日ごろより予定を調整を行い、一歩一歩共同作業を進めています。

私たちの定例会での研修会(勉強会)等の主な内容を次に示します。もし興味の出た方は、一緒にSL(セーフティーリーダー)になって頂き、その時に向かって走り出そうではありませんか

主な項目

- ①救出救護訓練から、出血時の効果的な止血方法の材料について
- ②地震に遭い、ボランティアなどの活動時におけるアスベストの危険性からの保護について何が有効か(…防塵マスクやN95マスク等)の理由等
- ③避難所運営について、今何が一番求められているか等
- ④必要な水の量と種類について(3ℓ/1日)…⇒体重60kgの大人?
例：…90kgの方は4.5ℓ/1日…等
- ⑤必要なトイレペーパーの数量(必要な物量等)
例：一人の使用量等…1か月程度の量を保存要す
- ⑥コロナ禍の中の避難所の考え方と行動はどうするのか?

北見英司



1-2 あびこ市民活動ステーションの地域防災事業への取り組み

<地域防災事業に取り組む目的>

このところ、大地震・集中豪雨による被害など、大きな災害が頻発するようになっていきました。「防災によるまちづくり」、あるいは「ボランティアによる災害救援」は市民活動（注1）として取り組むべき重要な課題です。あびこ市民活動ステーション（注2）では、防災は幅広い年代層が関心を持ち、どの地区にも共通する市民ニーズの高いテーマであると考え、2019（平成31）年度から「地域防災事業」という柱を立て取り組むことにしました。

事業を行うに当たり、市のコミュニティづくりの基盤である「まちづくり協議会」と連携したいと考えました。そこでまずは、同じビル内の近隣センターを管理・運営している「我孫子南まちづくり協議会」（以下、南まちづくり協議会と省略）に相談し、共催で行うことを了解いただきました。もう1か所、別の地区でも行いたいと考え、市民活動ステーションから離れた地区として「新木地区まちづくり協議会」に相談し、共催してもらえることになりました。

市民活動団体の連合組織である「あびこ市民活動ネットワーク」は、数年前から「地域活動はじめの一步講座」として防災講座を行っており、豊富なプログラムや講師情報を持っているということなので、協働で行わせていただくことにしました。

実施に際しては、我孫子SLネットに講師や講座運営の支援をお願いし、打ち合わせの段階から関わってもらい、内容や進め方を相談しながら行いました。

防災の基本は「自分の命は自分で守ること」（自助）ではありますが、近隣のつながりが減災や災害時の支えにつながります。本事業では、自助を基本に、「共助」の体制づくりのために多様な組織と連携しながら、地域防災事業を進めるための一步として行うことができました。

具体的にはどのような内容で行ったのか、以下、2つのまちづくり協議会との防災講座の概要を紹介します。

<実施内容>

（1）南まちづくり協議会との共催講座

①地域防災自助力・近助力向上基礎講座

南まちづくり協議会とは、講座を2回行いました。

1回目は、2019（平成31）年6月に町会・自治会を対象に、「地域防災自助力・近助力向上基礎講座」というタイトルで行いました。まちづくり協議会から町会・自治会に呼びかけて行う防災講座は初めてということなので、まずは基礎的で日常生活に応用可能な内容にすることにしました。

実施日時や内容は、図1の通りです。

図1 地域防災自助力・近助力向上基礎講座の概要

我孫子南まちづくり協議会・あびこ市民活動ステーション・あびこ市民活動ネットワーク共催

地域防災自助力・近助力向上基礎講座

■日時 2019年6月8日（土）13:30～16:00

■場所 我孫子南近隣センター9階ホール

■内容

1. 講話（40分）

「一人一人の連鎖が地域を守る」講師：高野甲子雄さん
（元東京消防庁レスキュー隊、我孫子SLネット）

2. 実習（60分）

(1) 新聞紙の使い方について 講師：島藤 紘子さん（あびこ市民活動ネットワーク）
(2) ダンボールトイレの作り方 講師：我孫子SLネットメンバー

3. グループワーク（40分） 話し合いと発表

4. 質問タイム

講師・我孫子南まちづくり協議会・あびこ市民活動ネットワークと話し合いながら、①講話、②実技、③話し合いという三部構成に決めました。講話で防災知識を吸収し、実技で実践力を養い、グループで話し合うことで内容をふりかえりながら、学んだことを定着させるという形になっています。座学で終わると耳を通過してしまう知識も、からだを動かすことや他の参加者と話し合うことで忘れにくくなるものと考え、このような構成にしました。

講話は、我孫子SLネットのメンバーである高野氏に、「危機意識を高め、自助の重要性を認識するような内容」にしてほしいと依頼しました。

実技は、身近にある材料が使えるものがよいと考え、あびこ市民活動ネットワークのメンバーから新聞紙の使い方を教わりました。また、習ってすぐ使える段ボールトイレの作り方や工夫を我孫子SLネットから学びました。

話し合いの時には、参加者を8つのグループに分け、各グループに1人の進行役を置きました。進行役は、南まちづくり協議会の役員、あびこ市民活動ネットワーク、あびこ市民活動ステーション、南我孫子SLネットが担当しました。



すぐに役立つ段ボールトイレ作り



8班に分かれグループワークを行う

実施結果ですが、参加者は60人（申込者49人、関係者11人）でした。南まちづくり協議会圏内には36の町会・自治会がありますが、うち15町会・自治会（42%）と約半数から参加者があったことが成果でした。事前に全町会・自治会に「災害に備えてどんな準備をしているのか」アンケートを行い、36パーセントの町会・自治会が「準備なし」と回答していることを把握していたので、日ごろからの取り組みが必要なことを示すために本講座を行った意義がありました。

以下に、参加者からの感想の一部を紹介します。

- ・基礎的な内容でよかった。実践的でもあった。
- ・自分の身を守ることを今までは市がやってくれると思っていたが、まず自分で、自助の大切さがわかった。
- ・自助：近助：公助の割合7：2：1におどろいた。自分のことは自分で守らなくてはならない。
- ・近所づきあいが大事、顔見知りでないと助けてもらえない。
- ・防災倉庫の鍵を誰が開けるのか、普段から考えておきたい。
- ・民生委員など地域の各組織の連帯が必要。

②防災キャンプ

南まちづくり協議会との防災講座の2回目は、「白山おやじの会」主催の防災キャンプ（9月21日（土）13：30～9月22日（日）8：30実施）に協力しました。あびこ市民活動ネットワーク、我孫子SLネットも加わり、一緒に企画・運営しました。詳細については、本冊子の第3章に書かれていますので、そちらをご参照ください。

この防災キャンプは、学校・保護者・町会・自治会・市民活動団体が一緒に行ったことで、未就学児からシニアまで多世代が参加し、防災意識を高めることにつながりました。また、災害時に避難所になる学校を使って行ったことから、実践的な知識が身についたという意義がありました。

（2）新木地区まちづくり協議会との共催講座

新木地区まちづくり協議会では、数年前に地域会議のテーマに防災を取り上げ基本的な学習は行っているとのことだったので、次に必要なこととして避難所訓練を行うことになりました。我孫子SLネットに相談したところ、HUG（ハグ）がわかりやすく、誰でもが参加しやすいのではないかということになりました。HUGとは、静岡県が開発したカードゲーム（Hinajo Unei Game）で、紙上で避難所運営をシュミレーションできます。

2019（平成31）年7月に実施したところ、参加できなかった人からの要望があり12月にも行いました。実施概要は、図2、図3の通りです。

図2 地域防災自助力・近助力向上 避難所運営訓練

■日時	2019年7月6日（土）10：00～12：00
■場所	新木近隣センター ホール
■講師	高野 甲子雄さん （元東京消防庁レスキュー隊、我孫子市SLネット）
■主催	新木地区まちづくり協議会、あびこ市民活動ステーション、あびこ市民活動ネットワーク
■目的	災害時に役立つ知識や手法を具体的に学ぶこと、特に災害時に重要な役割を担う避難所について学び、いざという時には地域住民が自主的に動き、避難所も開設、運営できるようにすることを目標に講座を実施する。
■内容	10:00 開会 10:00～10:05 あいさつ 10:05～11:35 HUG開始・今日の目的とHUGルール説明（20分）・HUG実施（40分） ・検討・発表・まとめ（30分） 11:35～12:00 防災食の試食とアンケート記入（25分） 12:00 閉会

図3 実践に生きる避難所訓練

■日時	2019年12月14日（土）9：30～12：00
■会場	新木近隣センター ホール
■内容	9:30 開会 9:30～9:35 あいさつ 9:35～10:00 今日の目的とHUGルール説明（25分） 10:00～11:15 HUG実施（75分） 11:15～11:45 検討・まとめ・アンケート記入（30分） 11:45 閉会、片付け

HUGの進行については、ファシリテーターの高野氏に委ねました。当日の会場設営等の運営面については、講師・新木地区まちづくり協議会・あびこ市民活動ネットワークと話し合いながら決めました。

当日は、5～6人ずつの班に分かれ、各班に我孫子SLネットのメンバーが入り、進行を支援しました。

HUGでは、模造紙上に避難所となる体育館を設定し、その中を区分けし、避難してきた人（性別・年齢・国籍・それぞれの事情などが書かれたカード）を適切な位置に配置していきます。グループの1人が読み役となり、早いスピードで読んでいきます。カードに書かれた条件を聞きながら、「高齢者は入口付近がいいだろうか」、「小さい子どものいる家族は他の迷惑にならないような位置にしようか」など、読み手以外の人達でふさわしい位置にカードを配置していきます。その間、ファシリテーターが「イベント」と声をかけ、「外国人の観光客が大勢避難してきました」、「校庭に車を止めようとしている人がいます」など、不測の事態を伝えるので、そちらへの対応もしなくてはなりません。これらがかなりのスピードで行われ、参加者は少なからず混乱状態のうちに終わります。そして終了後には、適切に配置できたか、何がむずかしかったかなどの検討を行い、避難所とはどういうところなのかを想像できるようになります。



ファシリテーターの高野さん



カード（避難者）の読み役



カードを模造紙上の体育館に配置する



HUGを体験した後に発表し参加者間で共有する



防災食の試食も実施



我孫子SLネットには女性や若いメンバーも参加

参加者は、1回目の7月9日は40人（町会・自治会等、新木地区参加者29人、事務局5人、我孫子SL ネット6人）でした。もう少し町会・自治会関係者の参加があってもよかったのではなかという反省があり、もう1回同じ内容でやることになりました。2回目の12月14日は57人（町会・自治会等、新木地区参加者43人、事務局5人、我孫子SL ネット9人）と前回以上に町会・自治会関係者が増加しました。また、新木地区の参加者の約半数が両回とも参加しており、同じ訓練でも複数回体験する必要性を参加者が感じていたことがわかりました。終了後に参加者にアンケートを行いました。 「大いに参考になった」という人が80%を超えていました。自由記述による感想の一部を以下に紹介します。

【1回目参加者】

- ・もしもの時に、事前に流れを把握できて良かったと思います。
- ・今回のような実践的な講座が必要。
- ・現実の運営は難しいことがよくわかった。
- ・このような会は1回のみでなく、何回かを経験しないと実際に使えるようにはならないと感じました。

【2回目参加者】

- ・初期対応の大切さを改めて考えさせられました。
- ・ゲーム形式で実際のあわただしさを味わう事ができて良かった。プログラムが良く考えられていて素晴らしい!!

- ・非常に参考になりました。定期的実施してほしい。
- ・前回の経験を半分忘れていました。繰り返し実施することが必要と思った。
- ・避難者中で、民生委員を本部付にして活動して頂いた（両親及び3歳の女の子1名で避難所に来たので対応させた）。

参加者からの課題として挙げられたのは、かなりのスピードで行うので、事前にHUGの備品について、進め方について説明してほしいという点です。しかしながら、とまどいや不慣れさは実際の避難所で私達が遭遇するものでしょうから、あわただしく感じたことは必要な経験だったと思います。また、小学校での実地訓練をしたいという参加者からの要望が複数出されました。

<企画者にとっての実施成果と課題>

南まちづくり協議会および新木地区まちづくり協議会と共催で行った防災講座は、他の地区でも参考になるようなプログラムになったと思います。1つは、これから防災訓練に取り組む地区に参考になる基礎的で実践的なプログラムの見本として、もう1つは避難所運営訓練の入り口としてのHUGプログラムの一例として。HUGは同じ年に2回行ったことで、プログラムの改善を行うことができました。また、我孫子南および新木地区の両管区内の町会・自治会関係者、民生委員、地区社会福祉協議会の人達と、地域防災について意見交換できたことが成果でした。

共助を進めるためには、居住する地区内で顔が繋がることが重要ですが、このような講座に参加することで、地域に知り合いを増やすきっかけになると思います。

課題としては、参加するのは町会・自治会で防災を担当している人、役職を担っている人が多く、一般の人の参加率が低いということです。また、60歳以上のシニアの参加者がほとんどを占め、災害時に地元にいることが予想される小さな子どもがいる家庭や中学生などが参加しないということです。今後は、多世代が参加してみたいと思うような防災訓練のプログラムを企画することを考えたいと思います。

注1 市民が自発的に行う地域課題解決に向けた活動

注2 あびこ市民活動ステーションは、2006（平成18）年に市民活動・市民事業を促進・支援することを目的に、我孫子市によって設置された公共施設である。2014（平成26）年4月からは指定管理者制度が導入され、民間組織が運営を担うようになった。2017（平成29）年度からは、株式会社東京ドームファシリテーズが指定管理者となり、2025（令和7）年3月まで運営する予定である。

コラム HUGってなあに?

(静岡県地震防災センターHP より)

日本は、世界有数の地震国であり、いつどこで大地震が発生しても不思議ではありません。大地震が発生した場合、家屋の倒壊や津波、火災、山・がけ崩れなどにより、被災した多くの人々が避難所での生活を強いられることになります。

もし、あなたが避難所の運営をしなければならない立場になったとき、最初の段階で殺到する人々や出来事にどう対応すれば良いのでしょうか。

避難所HUG は、避難所運営を皆で考えるためのひとつのアプローチとして静岡県が開発したものです。避難者の年齢や性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを、避難所の体育館や教室に見立てた平面図にどれだけ適切に配置できるか、また避難所で起こる様々な出来事にどう対応していくかを模擬体験するゲームです。

プレイヤーは、このゲームを通して災害時要援護者への配慮をしながら部屋割りを考え、また炊き出し場や仮設トイレの配置などの生活空間の確保、視察や取材対応といった出来事に対して、思いのままに意見を出しあったり、話し合ったりしながらゲーム感覚で避難所の運営を学ぶことができます。

HUG は、H (hinanzyo 避難所)、U (unei 運営)、G (game ゲーム) の頭文字を取ったもので、英語で「抱きしめる」という意味です。

避難者を優しく受け入れる避難所のイメージと重ね合わせて名付けました。



第2章

町会・自治会、まちづくり協議会 地域会議の取り組み事例

- 2-1 布佐平和台自治会の防災
- 2-2 東我孫子区自治会
- 2-3 天王台北地区5自治会合同の防災訓練
- 2-4 つくし野南自治会の防災活動について
- 2-5 つくし野西自治会の自主防災活動
- 2-6 久寺家地区6自治会合同防災訓練



2-1 布佐平和台自治会の防災

布佐平和台自治会は、右の図を見て判る通り災害が発生した場合、自治会が情報収集、救出活動をするのに最悪な状況にあります。そのため、災害対策本部の下に9か所に地区支部を置き、支部を拠点に災害発生時の安否確認・救出救助活動が出来る体制を整えました。

安否確認結果や被害状況を無線で防災本部へ連絡し、敏速な対応ができるよう訓練を実施しています。

各支部には、防災倉庫を設置し防災資機材を備え、理事2名・防災委員・防災スタッフで災害発生時の初度体制を図っています。

総合防災訓練

年1回実施し、**全世帯参加型**です。各世帯に事前に訓練方法と世帯安否確認表を配布し、更に回覧で訓練の参加を連絡します。訓練当日、各家庭は地震発生時刻になると、シェイクアウトを実施し、その後班長宅に事前に配られた「世帯安否確認表」を持って班長に状況を報告する。班長は、班員全部の安否確認が済むと地区支部に行き、班の安否確認報告をします。以下、次の流れ図のように訓練を実施しています。



シェイクアウト 各家庭で実施



班長の安否確認 159か所の班で実施



地区支部に報告 9か所で実施
地区支部の状況を本部に報告

無線連絡



災害対策本部の状況

総合防災訓練の流れ

全世帯参加(1,424世帯)

9個の地区支部で同時に実施

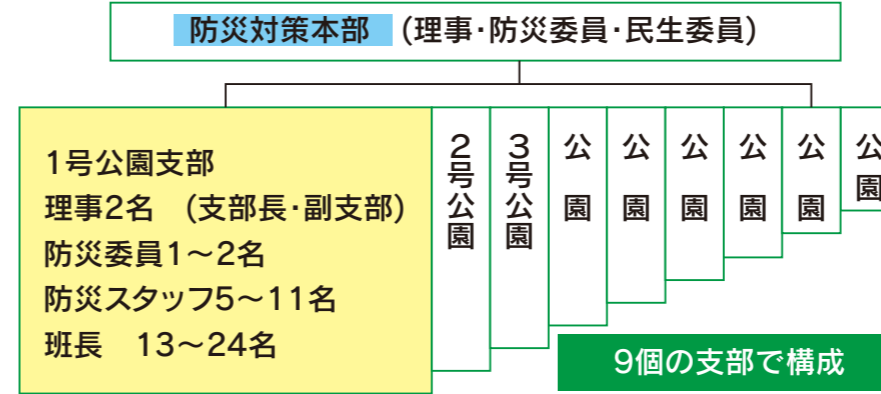
防災対策本部は9個支部の状況を把握し、適切な対応処置を指示します。



布佐平和台自治会の概要

東西約2km、南北約400m
布佐平和台2丁目～7丁目 戸数:1,444世帯
住民数:約3,129人(2020.12.1現在)

防災組織の概要



防災委員(15名)

防災委員は、防災に関する業務を委嘱された理事会の支援組織です。任期は2年ですが長く継続を依頼し、任期1年の理事を支えて、防災活動を円滑に進めています。

防災スタッフ(76名)

防災スタッフは、防災事業に協力することを申し出た会員からなっています。

防災組織の状況

理事会(22名)・班長(153名)
支援組織
防災委員(15名)
防災スタッフ(76名)
(内 災害救援ボランティア養成講座受講者12人)
合計 266名



発電機の取り扱い

年間防災計画

月	事業計画	月	事業計画
4月	新理事防災講習会 防災倉庫申し送り点検 前期班長の防災講習会	10月	後期班長の防災講習会
5月	防災委員会・発電機点検	11月	平和台祭防災展示 総合防災訓練
6月	会員対象防災講習会	12月	防災倉庫点検
7月	防災委員会・防災倉庫点検	1月	防災委員会
8月	無線訓練 防災講習会(会員対象)	2月	応急救護訓練・防災倉庫点検 (発電機燃料交換)
9月	防災倉庫点検	3月	防災委員会・防災センター研修

※上記以外に防災分科会で避難所マニュアル・風水害マニュアル・要援護者支援マニュアル等の検討会を実施しています。

※防災倉庫点検時には、**防災倉庫資機材の取り扱い方の訓練を実施**しています。

※訓練状況



炊き出し訓練

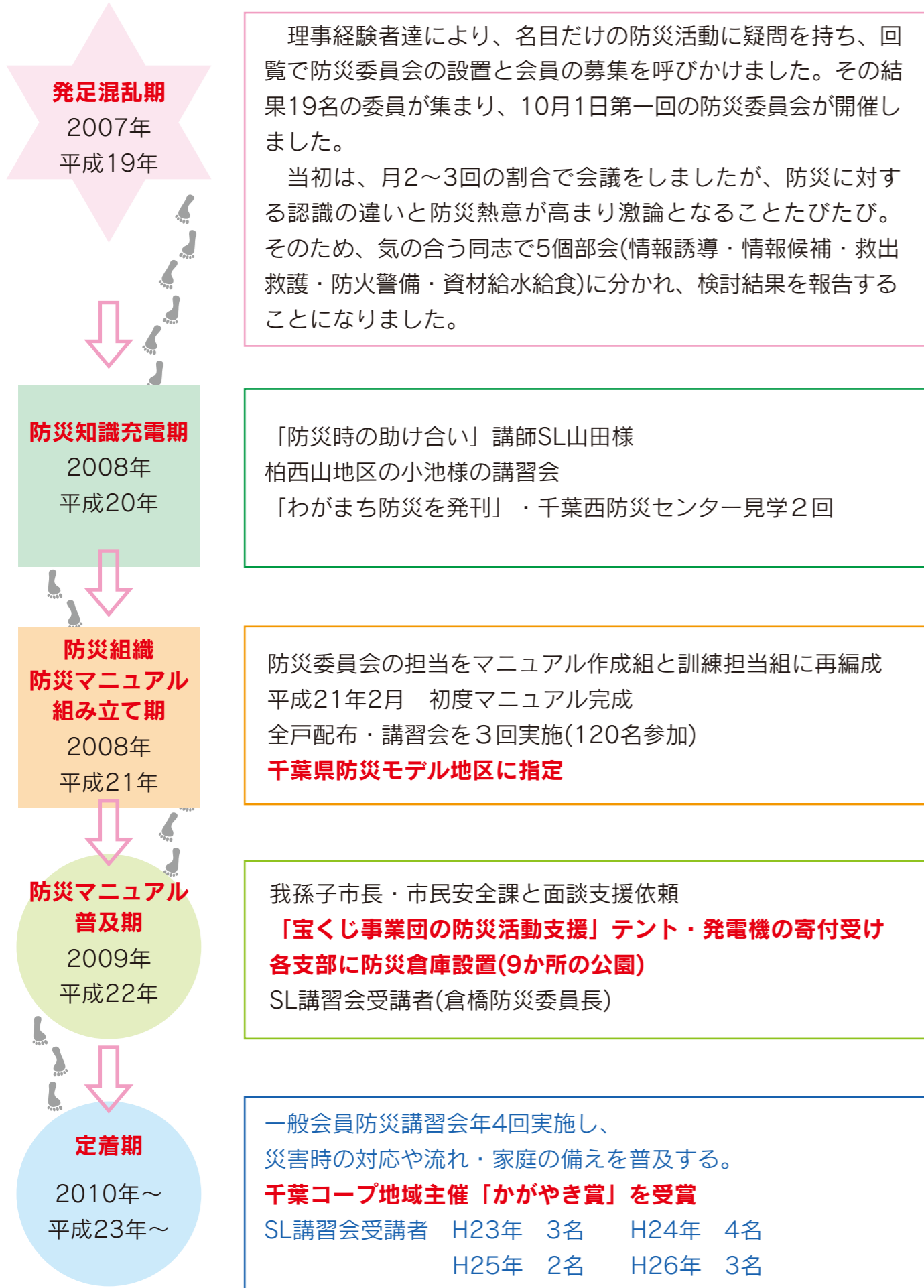


小学生に防災資機材の展示説明



コロナ感染対策をした安否確認

布佐平和台自治会防災活動の足あと



2-2 東我孫子区自治会 防災訓練に参加することが大事!!

平成25年(2013年)、東我孫子区防災会として新自主防災会を立ち上げました。それまでも自治会には、防災会らしきものはありました。ほとんどの参加者が自治会役員・班長だけで、消火訓練、炊き出し、担架の組み立てや防災倉庫内の様子を見て終わり。ほとんどの時間は、災害用炊き出しの試食という目的がはっきりしていないものでした。

毎年交代する自治会役員中心の訓練では、長期的展望を立てられないのは無理のないことです。それに疑問を感じ、この地域に合った防災チームを作ろうとしました。まず、始めたのが歴代の自治会役員名簿を作成し、その方々に新しい防災会を立ち上げる会議に参加していただき、主旨を説明しました。また、主だった方々の家に直接お願いにも行きました。2011年の東日本大震災の影響もあり、皆様からいろいろなご意見が出て非常に参考になりました。そして、防災専門チームを立ち上げ、13名の防災チーム員が誕生しました。この時参加していただいた方々には、感謝の言葉しかありません。

あれから8年がたちました。その間、防災チーム員の皆様と多種多様な防災訓練を実施して来ました。やって来たことが、少しでも自治会会員の方々に防災の参考になるならば嬉しい限りです。令和2年度は新型コロナの影響で防災訓練は中止しましたが、自治会防災で一番大事な安否確認だけは実施いたしました。新型コロナの影響下で密にならずに何が実施出来るのか、相談し、決まったのが「黄色いハンカチ」ならぬ「黄色いバンダナ」でした。これを7ブロックごとに分けて、班長さんの方々に1日かけてチーム員が説明しました。当日、班長の皆様に「黄色のバンダナ」が掲示してあるかないかチェックしていただき、7か所の場所で防災チーム員に報告いただき、防災無線で災害対策本部に連絡しました。その結果が、948世帯中80%の757世帯が掲示してくださいました。80%の方々ですよ！感激です。しかし、20%の方々が未参加です。私の意見ですが、90%以上で大成功と言えると思います。



安否確認集計中



災害対策本部



今までの防災訓練の参加者数は、一番多い時でも約200名～300名で、それに比べれば嬉しい数値でした。参加しやすい訓練だったこともあると思います。

これからの防災チームの活動としては、例年開催している種々の近隣自治会との合同防災訓練は地道に続けて行き、一番大事な安否確認訓練は、①「黄色のバンダナ」掲示 ②自治会員1人1人が集合場所への避難参加の二つを毎年飽きずに続けて行くことが大事と思っています。いざ、災害が起きた時に必ず役に立つと考えます。

現在我々防災会(防災チーム)はSLメンバーを増やすべく「災害援助ボランティア講座」の受講を推奨しています。この講座は我孫子市の助成講座なので、受講料の補助を受けることができます。加えて防災会も助成し、受講者には負担の無いようにしています。その甲斐あって現在20名の防災チーム員中、半分の10名が我孫子SLネットのメンバーになりました。

これからもSLメンバーを増やし、防災チーム全員がSL資格者になるよう受講者への助成を続けて参ります。



心肺蘇生法



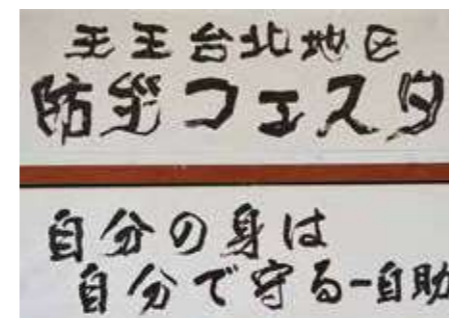
搬送訓練

2-3 天王台北地区5 自治会合同の防災訓練(地域会議)

天王台北地区では、柴崎・柴崎台・青山・南青山・青山台の5つの自治会で合同の防災訓練を行っています。複数の自治会が連携して行う防災訓練の一例として、天王台北地区まちづくり協議会会長の須藤守さんから話をうかがいました。

天王台北地区では防災訓練を行う以前から、5自治会で「ふれあい夏祭」を一緒にやっていたので、地域会議で防災をテーマにしようということになった時に、5自治会で合同訓練をやろうとすぐに決まりました。年2回行いますが、1回は6月に、我孫子第三小学校の引き取り訓練と一緒にを行っています。防災訓練は人が集まりにくいので、小学校の引き取り訓練と一緒にやれば人が集まるのではないかと考え、このようなやり方になりました。保護者には、授業参観の後、お子さんと一緒にグラウンドに寄ってもらいます。グラウンドには消防車、煙体験車と呼び、市から防災備蓄品のサンプルをもらって展示したりします。この訓練には商店会にも参加してもらい、防災の必要性を多くの人に知ってもらう機会になっています。

もう1回は、平成30(2018)年からですが、近隣センターを会場に「防災フェスタ」を行っています。地域会議で開催内容を検討し、セミナー・体験・展示という構成にしました。子ども連れの人などにも来てほしいので、土曜日に開催しています。



看板



展示の説明



救出訓練の様子

平成31(2019)年の内容は、図1の通りです。この地区では洪水の心配があるので、テーマを「洪水と地震」にし、我孫子SLネットにも協力いただきました。セミナーは、「利根川の洪水対策」について、国土交通省利根川下流河川事務所の職員に話してもらい、我孫子市役所市民安全課からは天王台地区のハザードマップを解説してもらいました。体験は、AED、三角巾の使い方、簡易トイレの作り方を行いました。展示では、100円ショップで買えるような防災グッズを展示したり、避難に最低限必要なものを示しました。防災を身近に感じてもらうよう工夫した結果、100人以上の方に参加してもらうことができました。



ロープの使い方



100円ショップで買える防災グッズ



1人3日分の食料

コラム 使ってないものは手放そう



ものが多いと

- ・危ない場所がたくさん
- ・防災に無駄がでる
- ・掃除が大変
- ・ものをよく失くす
- ・自由に模様替え出来ない



ものが少ないと

- ・安全に過ごせる
- ・防災も低コスト
- ・掃除が楽
- ・さがしものがすぐ見つかる
- ・気分に合わせて模様替えできる



このコラムでは、防災に取り組みたいけど「時間が無い」、「お金が無い」、「場所が無い」といった悩みにお答えできる方法を紹介します。

みなさんの家には、もったいなくて着ていない服、読まずにしまってある本など、ずっと使っていないものはありませんか。あつたら思い切って手放してみましょう。ものを減らすと、ものが倒れたり、壊れたりすることが減ります。また、ものを減らした分だけ洋服ダンスや本棚などの収納もいらなくなるので、揺れに備えた家具の固定をしなくて済みます。

我孫子市は台風や大雨の被害が多いので、ものが少なければ浸水被害も少しで済みます。

空いた時間に取組み、手放すだけなのでお金もかかりません。場所に余裕もできます。いいな、と思ったら家族や近所の人みんなで取り組んでみてください。

小川直哉

図1 第2回 天王台北地区防災フェスタ

開催日時：平成31(2019)年11月18日(日) 10:00~15:00
会場：天王台北近隣センター
テーマ：洪水と地震
主催：天王台北地区地域会議
(自治会：青山区・青山台・柴崎区・柴崎台・南青山、天王台北地区まちづくり協議会、天王台地区社会福祉協議会、我孫子第三小学校、天王台北口商店会)
協力：我孫子市、我孫子SLネット
内容：■セミナー「利根川の洪水対策」
勝俣 猛氏(国土交通省利根川下流河川事務所地域防災調整官)
「天王台のハザードマップを解説!」
我孫子市役所市民安全課
「家庭の防災 発災前に情報を集める」
山家祥文氏(天王台北まちづくり協議会会長、事業継続コンサルタント)
■体験 親子で体験! AED&三角巾(消防署)簡易トイレの作り方
■展示 あびこハザードマップ拡大版 家庭で備える3日分の食料
被災者の声から用意したもの

一口に5自治会連携といっても、アパートやマンションが多く、自治会加入者は3分の1程度のところもあれば、一戸建てが多く古くからの住民が多い地域もあり、一緒に防災訓練をやるには、なかなかむずかしい点があります。7~8年行うことで協力を得られるようになった地域もあり、最初はむずかしいと思っても継続が重要だと思います。

天王台北地区では、地域会議の事務局をまちづくり協議会が担っているため、防災に取り組む際に、地区内の全自治会に働きかけやすいという利点があります。地域課題の解決は、単独の自治会でやるより近くの自治会と取り組むのが効果的だと思います。

他方、地域会議として行う際には、住民それぞれの考えを尊重すると意見がまとまりにくいという難しさもあります。たとえばごみ置き場にしても、自分達のところに置きたくないがごみ置き場は必要だということになり、なかなか決まりません。自分には関係ないと言われないよう、防災、高齢者の見守り、子どものことなど、できるだけ共通の関心テーマを設けるようにしています。



2-4 つくし野南自治会の防災活動について

(1) つくし野南自治会の防災組織が出来るまでの経過

2013(平成25)年、我孫子SLネットの方が自治会長になりました。

それまで防災については何もなかった自治会でしたが、一年の行事が終わった後で、その方が中心になり体制作りを行いました。自治会の役員を防災会の役員に振り当て、規約も近隣自治会の防災関係資料を参考にして作成し、市に提出し設立しました。

2014(平成26)年、ほとんど活動は出来ませんでした。

2015(平成27)年~2017(平成29)年、この3年間は、防災に詳しい人・やる気のある人が集まり勉強しました。

2018(平成30)年~自治会規約、防災規約を見直し新しい制度で再スタートしました。

(2) 防災組織の概要

つくし野南自治会では、発足時から自治会の役員は輪番制で、毎年15班から1人ずつ出て15人が決まります。その内10人が自治会の役員、5人が自主防災組織の役員(情報班・消火班・救出救護班・避難誘導班・給食給水班)を担当します。本部長は情報班を兼ね、自治会の副会長が防災会の副本部長を兼ねます(兼ねる事で自治会と防災会の連絡が密になります)。また、役員、幹事(班長・副班長)はボランティア保険に加入します。

(3) 今までの活動実施内容

*年2回(5月消防署に指導依頼・11月我孫子SLネットに指導依頼)の防災訓練実施

*西部防災センター見学(10月)

*必要に応じた講演(昨年は市民安全課によるハザードマップ説明)

*非常時における家族との連絡方法

NTT災害伝言ダイヤル 録音171-1- 再生171-2-

待ち合わせ場所と避難場所、ルートの確認 その他

*『東京防災』の本を全戸に配布

*避難ルートの確認、危険個所のチェック

*要支援者アンケート実施(2019年は要配慮者並びにお助け隊アンケート実施)

市が要配慮者とする年齢より若い方の希望があったり、身体の変化は突如襲ってくる事もあり、近隣で見守る必要性を強く感じます。

*AEDの設置施設一覧表

*消火栓17ヶ所・防火水槽3ヶ所の設置場所確認(消火器は設置していない)

*安否確認訓練・毎年9月1日10時頃までに、支援の必要のない家庭は玄関に配布済

の黄色いリボンを結ぶ。班長はそのリボンの出ていない家だけ安否確認をし、集会所の避難誘導班に報告する。集計結果は、月次報告で全会員に報告します。

*炊き出し訓練（火をおこすところから試食まで）

*防災減災用品の有利購買 感知器（煙式感知器・熱式感知器）

消火器(ABC粉末蓄圧式) (3K・1.2K・1.0K)

(4) 防災活動を継続するための基本的な考え方

この活動が有効なのか、何が出来るのか、と性急な結論を求めるのではなく訓練、学習、討論を通じて考える契機とする事が大事と考えます。また日頃から取り組む事で、いざという時に共助の力が発揮出来ます。多様な近隣の関係づくりや自治会内の組織作りを進める事が大切です。



発災時



消火器



救出



AED



トイレ



担架

2-5 つくし野西自治会の自主防災活動

(1) 自治会役員が行う活動としてスタート

つくし野西自治会では、1999（平成11）年8月1日、自治会役員の兼務組織として自主防災会を設立しました。そして、市より防災倉庫をはじめとする各種防災資器材を支給していただきました。しかし、その活動は年数とともに鈍化。平成18年度初頭には、防災担当役員のみが専任となる状態になっていました。

(2) 自治会員の意見を問うアンケート実施

自治会役員会にて、組織的な自主防災活動についての話し合いが行われ、2006（平成18）年6月、自治会員の意見を問うために「自主防災活動の賛否についてのアンケート調査」を実施。その結果、「自主防災活動の必要性」に対する多数の賛同がありました。

(3) 自主防災会設立準備委員会の設置

同年7月、自治会役員と有志による「自主防災会設立準備委員会」を設置し、当自治会に適した自主防災活動と組織作りについて協議を重ねていきました。

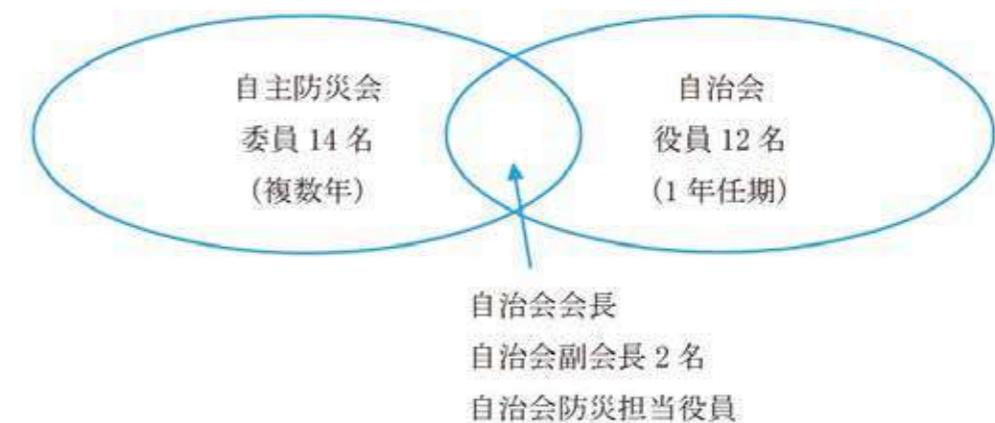
11月には、自治会の現状を知るため「自主防災活動に関わる会員の実態調査」も実施しました。

(4) 自主防災会の承認

2007（平成19）年3月、総会において「つくし野西自治会自主防災会」が承認され、新たな活動を開始していきます。

(5) 防災委員の構成

自主防災会の中心となる委員は複数年、活動に携わっています。この点が、つくし野西自治会の特徴であり、メリットです。これにより、防災知識やノウハウを積み重ねることができます。そして、自治会の会長、副会長2名、防災担当役員の4名にも自主防災委員をお願いしています。これらの役員は1年で交代です。自治会から参加される委員が毎年交替することにより、新しい風が入ってきています。



(6) 防災会の構成 防災スタッフ

つくし野西自治会自主防災会は、中心となる防災委員とともに、防災スタッフによる活動体制を確立しています。防災スタッフは、情報、救護、避難に関する活動を行います。

(7) 防災会の構成 班長・前班長による安否確認

自治会班長には、班内会員の安否確認活動をお願いしています。班長不在時には、前年度班長をお願いしています。

(8) 防災会の構成 声かけ体制

声かけ希望者アンケートを実施し、希望者に災害時の声かけができるような体制を作っています。

(9) 防災会の構成 全体として

つくし野西自治会は240世帯ほどの自治会です。にもかかわらず、防災委員、防災スタッフ、班長・前班長、声かけ担当を合わせると（兼務ありですが）100名以上で自主防災会を構成しています。班長・前班長は毎年交代しますので、その交代が10年続けば、自治会のほとんどの方が防災活動を経験することになるかと思えます。



(10) 防災マニュアルの発行

2009（平成21）年1月には、「自主防災活動マニュアル」を自治会全世帯に配布しました。このマニュアルが防災活動の基盤となっています。

(11) 年度の活動

自治会全体として、春に防災総会・防災講話、秋に安否確認・防災訓練を行っています。その際には、我孫子SLネットにサポートしてもらっています。防災訓練の炊き出しは、美味しいと評判です。お子さん向けに、焼きマシュマロも用意したりしています。

防災委員は、2か月ごとに定例会をもち、課題の検討、防災情報の共有などを行っています。

その他、防災便りの発行、普通救命講習会・西部防災センター見学会の開催、帰宅困難時の体験訓練として、つくし野から柏駅まで歩いてみたこともあります。いつも楽しいのが、つくし野西自治会の行事です。



(12) 今後の展望

今、SNSやインターネットを使った情報収集と情報共有は大切です。一方、自治会の皆さんの中にはそういったものを使えない方も少なくありません。自治会内に防災情報を流す際はSNSを使うことも有効ですし、また、ドアをノックしての連絡など、複合的な手段を活用して、どなたも取りこぼすことのないような防災活動をしていきたいと考えています。

(13) 顔の見える関係から

私たちの自主防災活動は、自治会の皆様のご理解ご協力のもとに成り立っています。自治会員の皆様にはいつも感謝しています。近所同士、顔の見える関係から、一緒に地域を守ろうという共助の関係を始め、深めていけたらと思っています。

2-6 久寺家地区6 自治会合同防災訓練（地域会議）

1. 自治会単独開催から合同防災訓練へ

防災では自助だけでなく、地域での共助が大きな力になります。久寺家地区でも自治会ごとに長年前例や経験によって防災訓練に取り組んできました。しかし、近年の災害の多様化、大規模化や発生頻度の増加を目の当たりにして、久寺家地区地域会議でも、同地域の実態を踏まえた上で私たちのいのちを、そして郷土をどうやって守ったら良いのか見直そうという問題意識が強くなりました。

そこで、2019年秋、まず地域会議事務局の3人が「災害救援ボランティア推進委員会」が主催する「災害救援ボランティア講座」（3日間）に参加し必要な基礎知識を学んだ上で、久寺家地区における防災訓練の実態を把握し、市内外の先進的な防災事例を研究し、久寺家地区における「防災共助」の取り組み案を地域会議に提案しました。

久寺家地区地域会議では、このような問題提起を踏まえ、且つ下記の諸理由から、6自治会会長と地域住民有志、そして地域会議事務局から成る「防災共助研究会」を設立し、6自治会と連携しつつ、久寺家地区6自治会合同防災訓練を2020年11月15日に実施すべく、計画立案と詳細な工程表作成に取り組みました。

- ① 任期1年の各自治会ごとでは、防災訓練の内容を見直したり、工夫する時間的・人的余裕がない
- ② 災害は突然、多様、且つ広域で発生し、自治会単独での防災活動では効果に限界がある
- ③ 久寺家地区6自治会はそれぞれ地域特性があり、災害によっては相互共助効果が高まる
- ④ 専門家による防災ノウハウや指導を受けるには、単独よりも合同でやる方が費用対効果が大きい



2. 合同防災訓練における防災共助研究会の位置づけと役割

研究会の活動は6自治会と連携して合同防災訓練 計画を立案するだけでなく、訓練に関わる多数の諸団体との打合わせや支援内容の調整に多くの時間を要しました。



(1) 6自治会への周知活動

- ① 防災研修会 7/12：班長対象
- ② 事前準備会 9/13：班長対象
- ③ 『防災だより』 3回発行：全世帯対象に配布
- ④ 消防分団広報 11/15：全域を消防車で広報

(2) 支援を頂く諸団体との調整

(3) 必要資材の借用調達と返還

(4) 訓練の役割分担

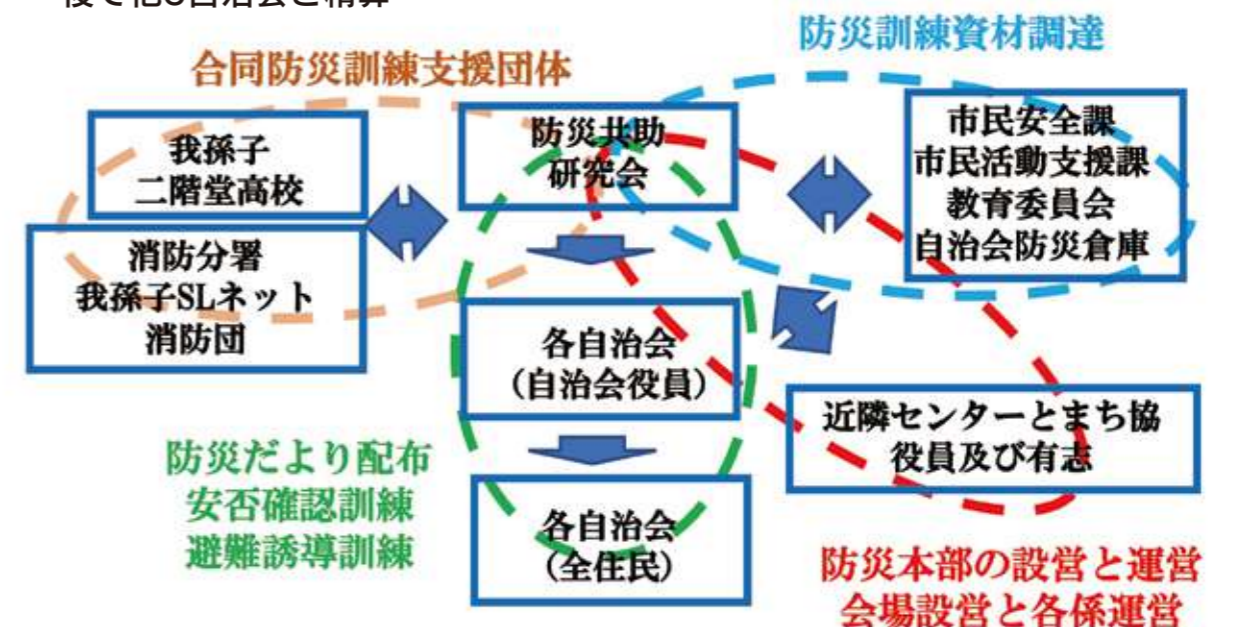
- ① 自治会（班単位）
 - ・ 安否確認訓練実施
 - ・ 避難誘導訓練実施
- ② 防災共助研究会+6自治会
 - ・ 防災本部の運営
 - ・ 個別減災訓練実施



(5) 本部運営のサポート：久寺家まちづくり協議会（まち協）、自治会有志

(6) 合同防災訓練関係費用支払：久寺家三菱自治会が立替を行い、

後で他5自治会と精算

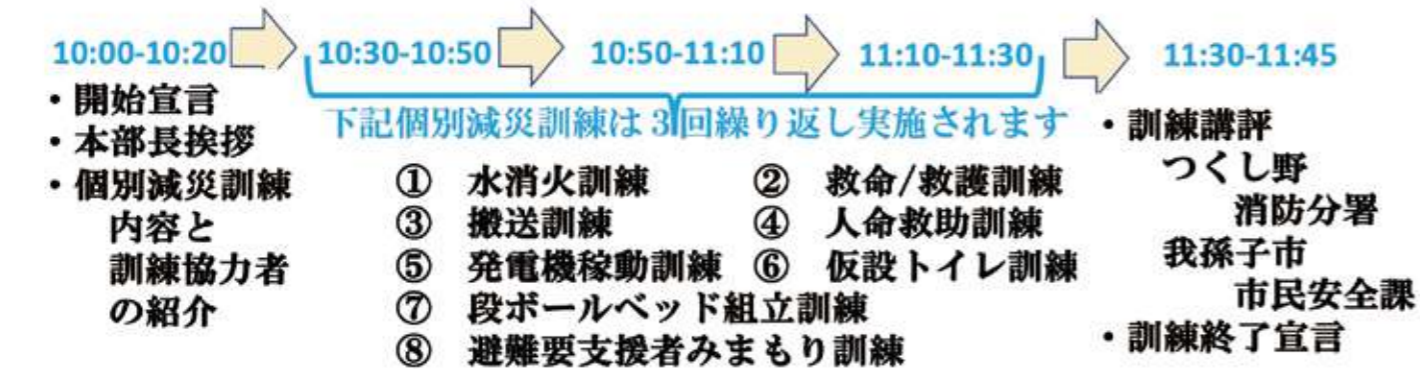


3. 2020年11月15日6自治会合同防災訓練の実施内容

<全体のタイムライン>



<二階堂高校校庭での合同防災訓練のタイムライン>



<6自治会合同訓練の参加実績まとめ>

自治会名	世帯数	班数	カード掲 示世帯数	安否確認訓練(人)	合同防災訓練(人)
久寺家自治会	162	18	117	64	41
久寺家三菱自治会	303	17	238	220	165
久寺家二丁目自治会	185	13	108	135	76
久寺家マンション自治会	96	12	51	27	13
土谷津町会	68	11	58	43	14
日新自治会	39	3	34	33	22
みんなのひろば「風」	-	-	-	12	12
防災本部&協力団体	-	-	-	-	49
総合計	853	74	606	534	392

4. 2020年度の6自治会合同防災訓練を振り返って

久寺家地区6自治会では長らく消火訓練と救護訓練主体の防災訓練でしたので、自ら訓練を計画実施するのは初めて体験でした。今回は地震災害を想定し、市民安全課やつくし野消防分署、我孫子SLネットなど多くのみなさんからのご支援を得て、合同防災訓練を準備、コロナ禍対策も工夫して、多くの住民に参加頂くことができました。

2021年度では、研究会組織から6自治会協議会組織への移行、水害を想定し新たな切り口での合同防災訓練を計画、実施に向けて取り組んでいく予定です。

