

2024年度

愛知県

自主防災組織リーダー研修会

実施報告書



あいち防災キャラクター
防災ナマズン

一般財団法人日本防火・防災協会
愛知県

2024 年度愛知県自主防災組織リーダー研修会実施要綱

1 目的

地域の防災リーダーに対し、主として自主防災組織の活性化を目的とした研修を行い、研修の成果を各地区の自主防災組織の活動へ反映させることにより、地域防災力の向上を図る。

2 共催

一般財団法人日本防火・防災協会、愛知県

3 後援

総務省消防庁

4 日程及び会場

12月20日（金） 9：05～16：40

ウインクあいち9階 会議室907

名古屋市中村区名駅4丁目4-38（名古屋駅から徒歩約5分）

5 参加対象者・人数

- ・現に自主防災組織の指導的立場にある者、若しくはその補佐的立場にある者、又は今後自主防災組織を結成しようとする団体の構成員であること。
- ・各市町村から推薦された者（定員54名）

6 研修内容

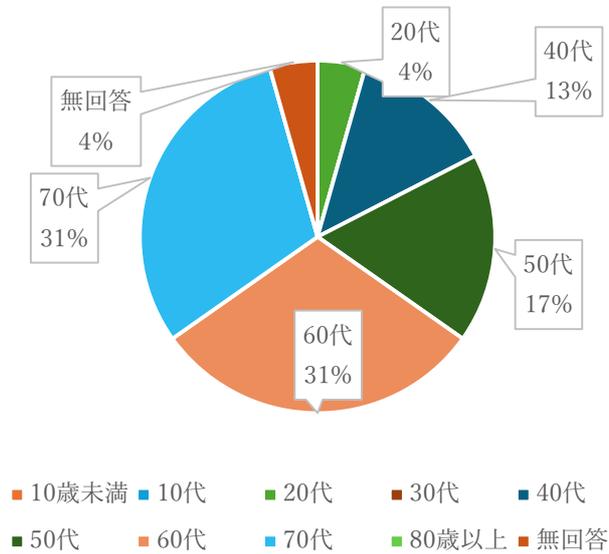
日程	講義名	講師
9:05～9:15	会場受付	
9:15～9:20	挨拶	愛知県防災安全局防災部防災危機管理課 課長補佐 大野 幸嗣
9:20～10:20	講演 「誰もが安心して過ごせる避難所づくり」	名古屋大学減災連携研究センター 特任准教授 木作 尚子
10:30～12:30	ワークショップ 「クロスロードゲーム」	防災ボラネット守山 代表 鷲見 修
12:30～13:30	昼休憩	
13:30～14:10	講演 「地域防災の新しいカタチ～女性ならではの防災 ママかきつばたの活動事例～」	防災ママかきつばた 代表 高木 香津恵
14:20～15:20	ワークショップ 「避難所の開設・運営」	愛知県防災安全局防災部防災危機管理課
15:30～16:30	ワークショップ 「要配慮者の地域ぐるみでの支援体制」	
16:30～16:40	事務連絡	

7 受講費用

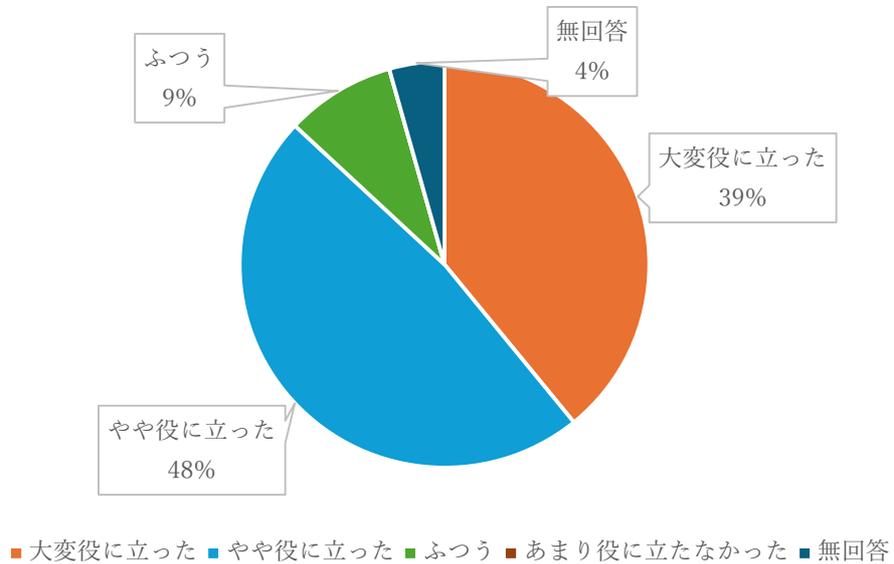
無料（会場までの交通費及び昼食費は各自負担）

アンケート回答結果

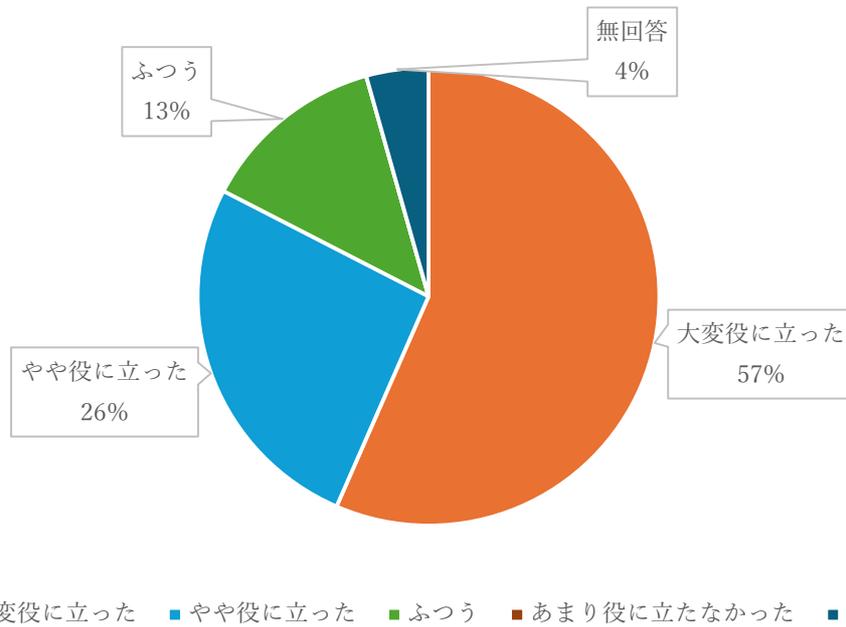
1 あなたの年齢を教えてください。



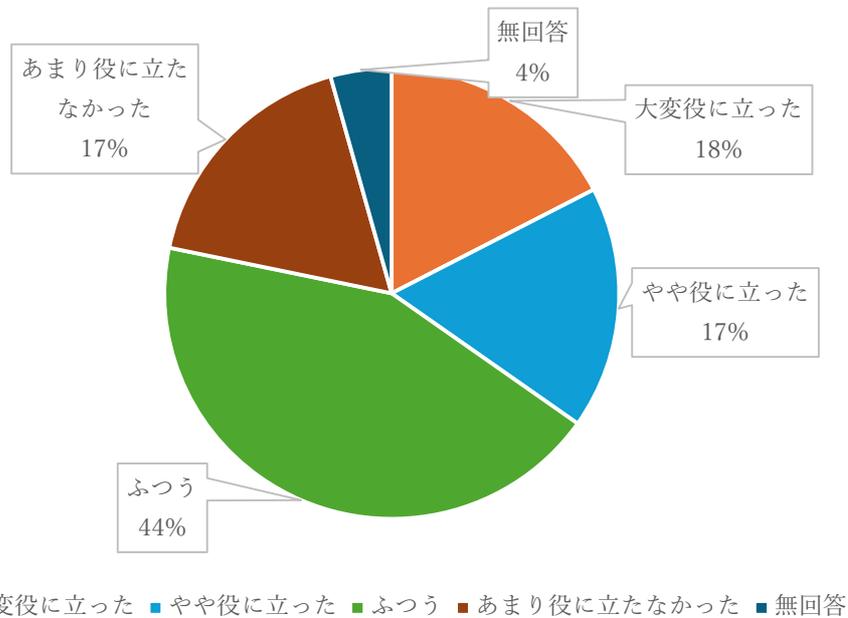
2 講演「誰もが安心して過ごせる避難所づくり」について



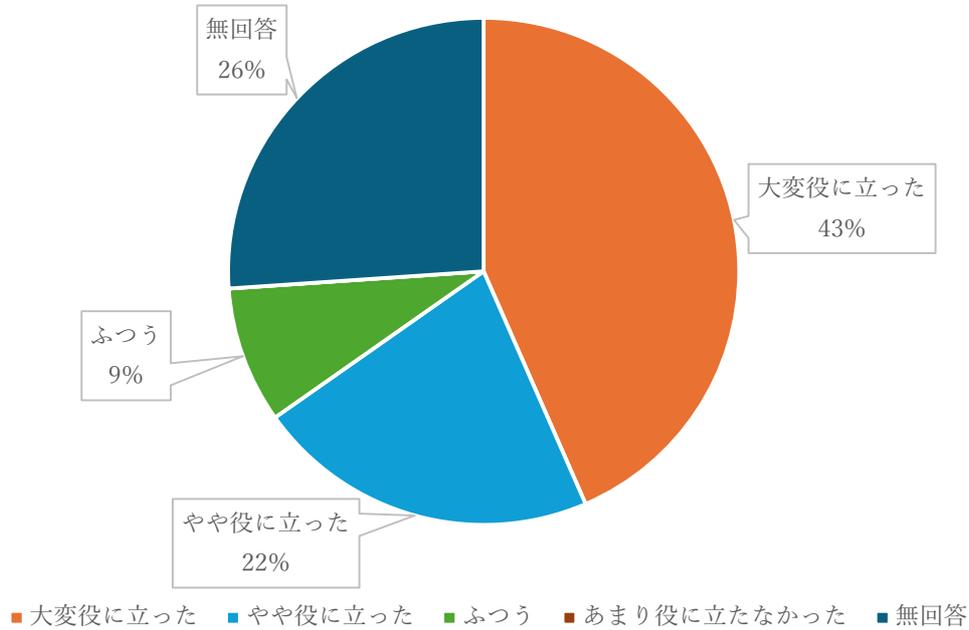
3 ワークショップ「クロスロードゲーム」について



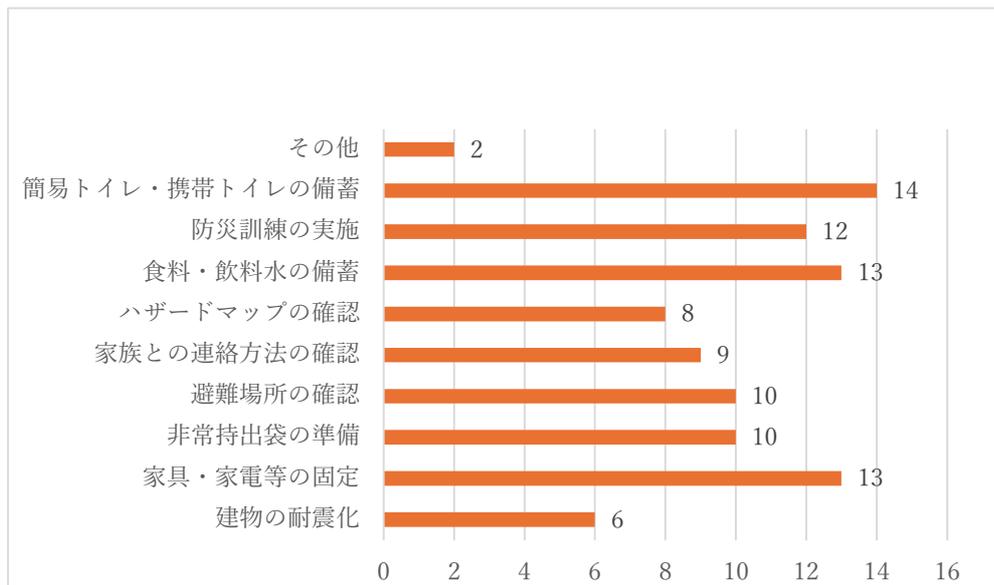
4 講演「地域防災の新しいカタチ～女性ならではの防災ママかきつばたの活躍事例～」について



5 ワークショップ「避難所の開設、運営」、「要配慮者の地域ぐるみでの支援体制」について



6 防災・減災について、所属する自主防災組織等において、今後、指導していきたい項目を教えてください（複数回答可）。



※その他：ローリングストック、パッククッキング
周知をうながしているが、繰り返しの啓発を行う。

(全回答列举)

7 貴団体における自主防災組織運営上の課題がありましたら、ぜひ御記入ください。

・防災にやっとなかなか重い腰を上げたところです。自主防災組織を立ち上げようとしても、必要ないと立ち上げにはまだまだ時間を要するようです。今年度、初めて防災費が計上されているのを知りました。住んでいる地区では、町自治体で個別で動いているので、地区全体での運営は難しいと思います。

・豊橋に子育て世代の自主防災組織があるのかもどうかも不明。なければ作る必要があるが、どう作るべきかもわからない。

・高齢化

・避難所に避難するにあたって、区民優先という意識がとても強い。そのため、区に加入していないと、助けるのは後回しでいいという意識がとても根強く心配である。自治会に入る方は高齢者が多く、実際に動くことができる青年代は区に加入していないことが多いため、実際の運営がままならない気がしている。

・個人情報と言って、協力してくれない人の対応

・自主防災組織が形だけである。継続していない。

・避難所で起こる問題と対策

・団員の高齢化が進み、新規会員をどのように募集したらよいか。

・住民の安全ボケがあり、防災に対する意識が低い。

・マンションなので、近所づきあいが希薄。役員が1年で代わってしまう。

・人材の担い手が不足しております。人材の育成を行いたい。

・ありがとうございました。

・自立防災リーダーの高齢化

・まだ要支援者のことができてないので、来年度はそちらに重点を入れたい。

・ボランティア団体では、高齢者が多く、50～60代のメンバー増加をどうPR・活動すればよいか。また、女性メンバーの増加も課題です(男性が多い)。

・地域の高齢化による(支援する側要支援者)人員不足。

・高齢者が多く、自主防災員が集まらない。

・自分事としてとらえる工夫。

・共助としての大切さはとても分かるが、近年、「隣近所の助け合い、自治会」への未加入・退会が多い。県や市など、公の立場から、自治会加入の必要性を広く周知してほしい。

(全回答列举)

8 本研修について印象に残ったカリキュラム、御意見、御感想などございましたら、ぜひ御記入ください。

- ・「クロスロードゲーム」がとても良かったです。色々な考え方、意見交換ができて良かったです。避難所開設・運営・要配慮者の支援等、いろいろ考えることが多く、話し合いが必要だと思いました。
- ・意見交換の時間がたくさんあったのがよかった。
- ・クロスロードゲーム、初めてのゲームで人それぞれ考え方の違いがあり、避難所運営においてもマニュアルだけでなく、様々な視点で判断が必要と思った。「正確（正解？）はない！」
- ・クロスロードゲームを通して、正解のない問題に対して、対応する方法・手段を日ごろから意識していくということが必要だと感じました。
- ・女性ならではの防災ママかきつばたの活動事例は参考になった。
- ・要配慮者の対応、勉強になりました。
- ・ディスカッションは、それぞれの方の考え方が分かり、本当に勉強になります。自主防災の方にも、もっと学んでほしいです。
- ・「誰もが安心して過ごせる避難所づくり」など、とてもためになった研修会でした。
- ・クロスロードゲームを介して、グループの人たちの考え方が聞いてよかったです。自分では気づかない点も多々あり、参考になった。
- ・ワークショップで様々な人の意見が聞けた。
- ・研修の内容には充実感がありますが、女性にとっては終了時間が遅く、家に帰宅するのに暗い。もう1時間早く終わっていただきたいです。
- ・ありがとうございます。
- ・意見の違い、思いの違いがあるなか、方針・方向性を探る体験がおもしろかった。
- ・会場に来てビックリ、女性の多いのに。
- ・楽しく防災を学ぶことができました。ありがとうございます。
- ・ワークショップでは、同じテーマでも、色々な考え・対応の仕方があることがわかって良かったです。

研修概要

① 講演「誰もが安心して過ごせる避難所づくり」

講師：名古屋大学減災連携研究センター 特任准教授 木作尚子

具体的な避難所生活での問題点等、分かりやすく例示しながら講義をしていただきました。避難所での生活の工夫として利用されているパーテーションについて、プライバシーの確保となる反面、他人に見えにくい故の犯罪（性犯罪・窃盗等）が起こる問題点を指摘していただき、女性視点に立った避難所づくりについて学ぶことができました。



② ワークショップ「クロスロードゲーム」

講師：防災ボラネット守山 代表 鷺見 修

災害対応において必ずしも正解があるとは限らないことを、ゲームを通してグループ内で意見交換を活発に行いました。女性の受講者が多かったこともあり、女性ならではの意見が数多く出ていました。



③ 講演「地域防災の新しいカタチ～女性ならではの防災ママかきつばたの活動事例～」

講師：防災ママかきつばた 代表 高木 香津恵

子育てママとして「防災ママかきつばた」の防災活動実施内容、女性ならではの防災対策を中心とした講義を聴講しました。その中で、実際に市民活動として防災啓発を行っていくなかで、経験談を踏まえ、具体的に苦労した話などを伺うことができました。



④ ワークショップ「避難所の開設・運営」、「要配慮者の地域ぐるみでの支援体制」

講師：愛知県防災安全局防災部防災危機管理課 松林紀子

消防庁地域防災室作成の自主防災組織のリーダー育成研修プログラム「避難所の運営を円滑に進めるには」を教材として、ワークショップを実施しました。避難所開設・運営、要配慮者に対する支援体制等に関する問題点をグループ内で話し合った後、その内容について発表を行い、受講者全員で情報共有を行いました。



誰もが安心して過ごせる避難所づくり

2024年12月20日

名古屋大学減災連携研究センター

きさく なおこ
木作 尚子

【考えてみてください】

あなたは「**避難所の物資配布担当**」です

- ・ 約100人の近隣住民が避難所（小学校体育館）に避難しています。
- ・ 避難所に届いた物資は体育館の舞台に集められています。
- ・ 生理用品が100個届いたのですが、どのように配布しますか？

outline

- 健康を悪化させない
- 皆で運営する避難所づくり



健康を悪化させない

健康が悪化しないように気をつける

健康とは（日本WHO協会訳）

「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。」

災害



自然・社会環境



■肉体的…体調への影響

■精神的…精神活動への影響

落ち着かない
不安が大きい

■社会的…生活への障害

生活環境の変化
社会環境の変化
システムの停止

避難所



避難所の様子 1995年 阪神・淡路大震災

避難所



避難所の様子 2016年 熊本地震

熊本地震での災害関連死

原因	人数	割合
地震のショック、余震への恐怖による肉体的・精神的負担	112	40.0%
避難所等生活の肉体的・精神的負担	81	28.9%
医療機関の機能停止等（転院を含む）による初期治療の遅れ（既往症の悪化及び疾病の発症を含む）	46	16.4%
電気、ガス、水道等の途絶による肉体的・精神的負担	14	5.0%
社会福祉施設等の介護機能の低下	9	3.2%
交通事情等による治療の遅れ	2	0.7%
多量の塵灰の吸引	1	0.4%
救助・救護活動の激務	0	0.0%
その他（倒壊した家屋による外傷など）	15	5.4%
合計	280	

【出典】内閣府：災害関連死事例集（増補版）、令和3年4月（令和5年5月増補）

この避難所の衛生環境・生活環境には、どこに問題がありそう？



良くない例



自治会長

うちの地域はみんな顔見知り。みんな普段から布団で寝てる。間仕切りも段ボールベッドもいらん！！

ベッドがあれば立ち上がりやすいのに・・・



周りの目が気になる・・・



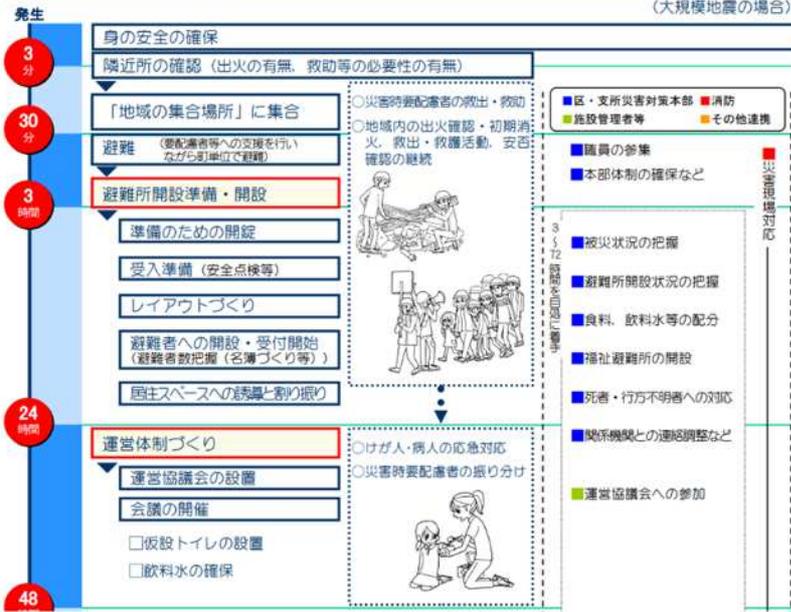
こうならないように、みんなが協力して避難所運営できる環境を平時から整えておくことが大切

 ポイント

皆で運営する避難所づくり

地域住民による 災害発生～避難所開設・運営・撤収の流れ

(大規模地震の場合)

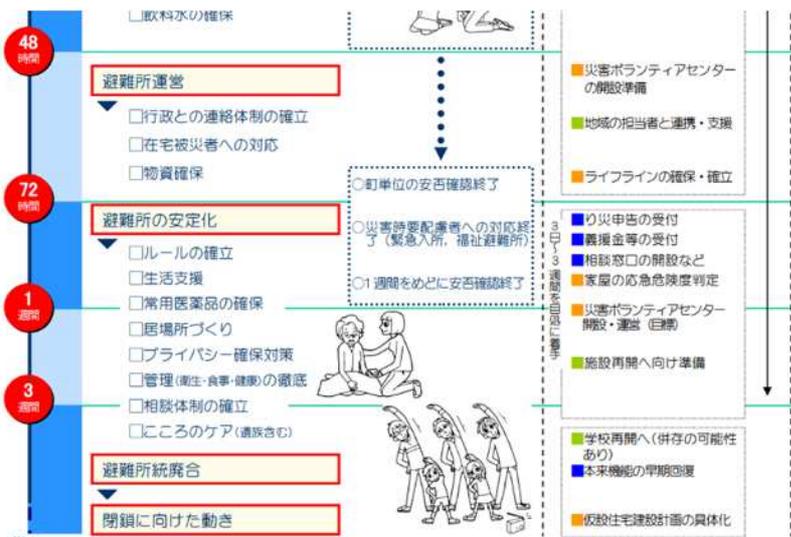


✓ 失見当から如何に早く回復するか
⇒ 日ごろからの想定・訓練

✓ みんなで自主運営を行う仕掛け
⇒ 子どもや女性の意見も反映
⇒ それぞれができることは何かを考えるきっかけづくり

【引用】京都市行政局防災危機管理室
「京都市避難所運営マニュアル【概要版】」
(平成24年10月発行)

↓ 次のページに続く ↓



✓ プライベートスペースの確立
= 移動してもらいにくい
※レイアウト変更、要配慮者の移送などが難しくなる
✓ 災害関連死の防止策

京都市印刷物第 243092 号 京都市行政局防災危機管理室
平成 24 年 10 月発行 〒604-0931 京都市中京区神小路通河原町西入榎木町 450 番地の 2
TEL 075-212-6792 FAX 075-212-6790

【引用】京都市行政局防災危機管理室
「京都市避難所運営マニュアル【概要版】」
(平成24年10月発行)

避難所での工夫（スペースについて）

- 通路と避難口
- 食堂
- コミュニケーション
- キッズ
- 勉強
- 避難所外避難者への支援
(車中泊、在宅)
- 個別の居住スペース
(高齢者、障害者、赤ちゃん、
小さい子、妊産婦、感染症)

EXIT



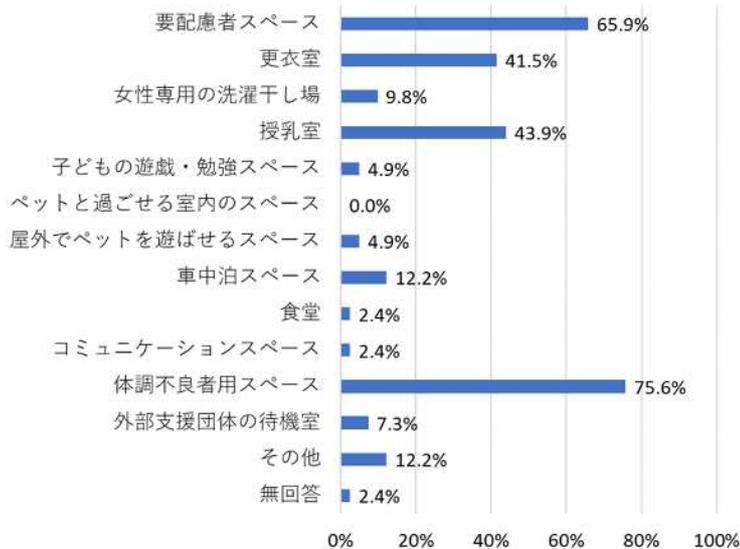
- 着替え
- 授乳
- ペット
- 物資
- 洗濯物干し



指定避難所について（兵庫県内市町への調査（2021））

指定避難所内に下記のスペースの設置を予定されていますか。

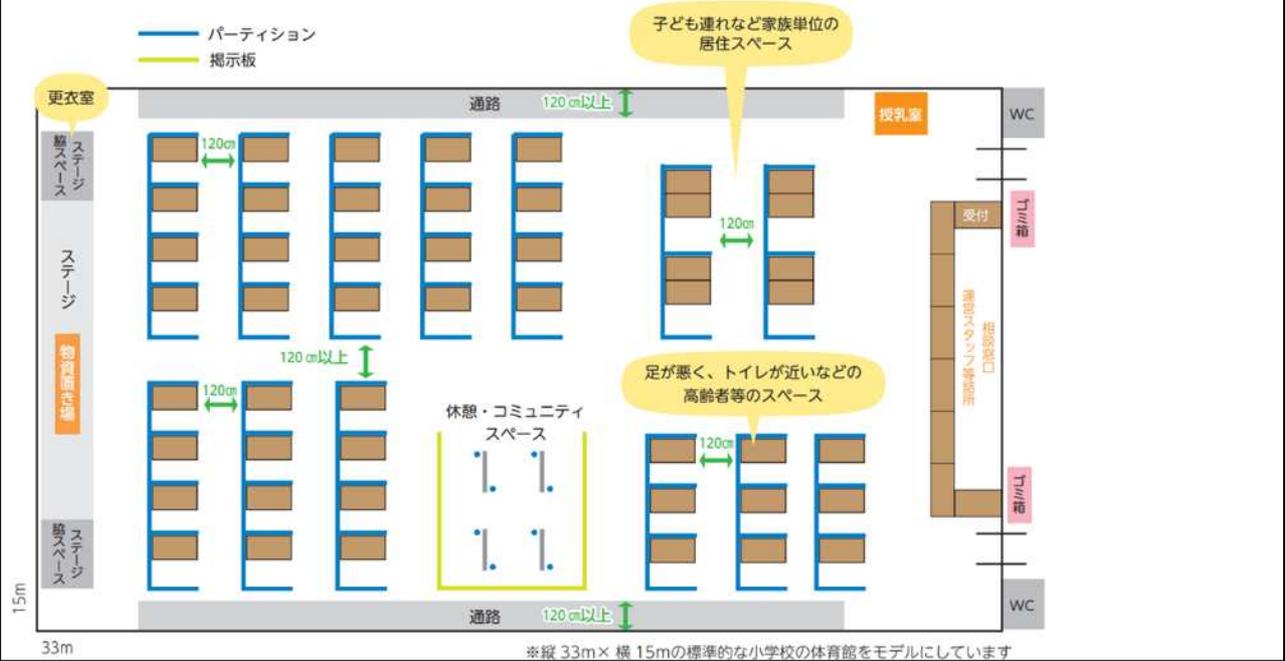
(複数回答、N=41)



調査手法	郵送
調査対象	兵庫県内41市町
調査期間	2021年10月～1月
回収数	41市町 (回収率100%)

体育館レイアウト例

【引用】JVOAD避難生活改善に関する専門委員会
 新型コロナウイルス 避難生活お役立ちサポートブック第4版（2021年5月26日発行）



段ボールベッドの導入



段ボールベッドのメリット

- 土埃を吸わなくなり、せき症状を改善
- 床の冷気を通さない
- 区画が形成される（通路の確保）
- 足を伸ばせる（1人当たり面積の確保）
- 固くなく、寝心地がいい
- 立ち上がりやすい
- 寝たきりを予防
- エコノミークラス症候群の予防
- 高血圧症の予防



デメリット

- 湿気に弱い
- 保管に場所をとる
- 備蓄に向かない
- 人によっては硬く感じる
- 可燃性のものは火災に要注意

パーティションで避難生活の工夫

坂茂 紙の避難所用間仕切システム

岡山県真備町 藪小学校体育館



出典：兵庫県立大学湯井恵美子氏 研修資料

→プライバシーの確保

避難所では・・・

- 避難所の運営は誰がする？
 - 支援物資や食料の配給など、自治体内にある避難所全体の統括は行政の仕事
 - 一つ一つの避難所の運営を行政職員が行うと、ほかの重要業務（平常業務と災害対応業務）ができなくなる
 - しかし避難者だけの運営も難しい（複数の自治会が集まる小学校体育館避難所、そもそも高齢化により自治会の体力がない）
 - ボランティア団体にも協力してもらい、避難者、行政、ボランティアの協働で運営する（重要なのはバランス）
- （北海道厚真町では、青森県が避難所運営を担当。大阪府茨木市では、自主防災組織が府や市の職員と連携して避難所運営を実施）



避難所の2つの機能

①避難生活の場所

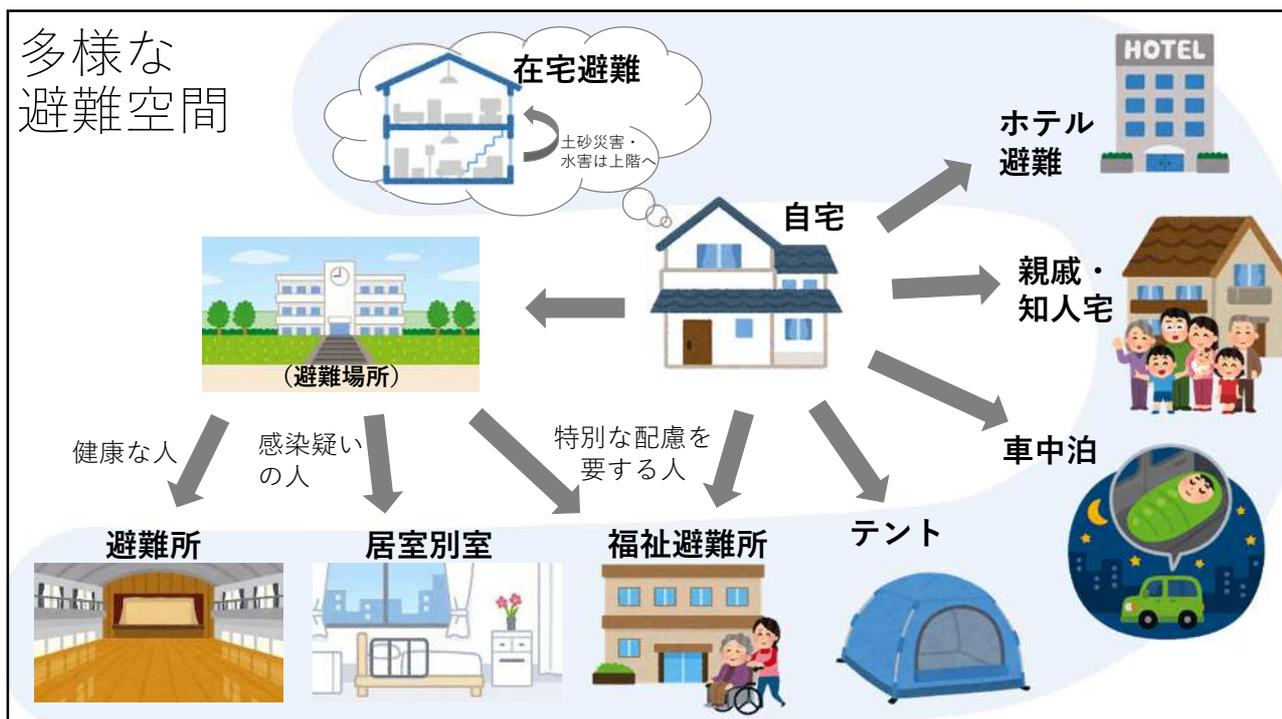
- 居住場所（体育館・普通教室・特別教室）
- 要配慮者（高齢者・障害者・乳幼児・妊産婦・外国人）のための福祉スペース
- 避難所環境を整備し、関連死を防ぐ。



②地域の支援拠点

- 物資・情報・風呂・トイレなど必要なものがそろう場所
- 避難所避難者だけでなく、近隣の自宅避難者や車中泊の避難者も物資や食料が必要で取りに来る





最後に

• 「命を守る」ということ
災害関連死を出さない。

• 「生活の場」ということ
避難所は自分たちの仮の住処。
積極的な自主運営を。

• 健康を悪化させない

- ✓健康とは肉体的にも精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること
- ✓健康が悪化しないように生活環境・衛生環境を整える

• 皆で運営する避難所づくり

- ✓避難所に必要なスペースを検討する
- ✓避難所は避難生活の場であり、地域の支援拠点でもある

地域防災の新しいカタチ ～女性ならではの防災ママかきつばたの活動事例～

zoomオンライン対応! 防災講座・講演・読み聞かせ・イベント出展・商品開発・各種相談

お気軽にお問い合わせください

毎日に防災をプラス

子育てママのための
備えのきっかけとこれから
をお手伝いします

愛知・オンライン
全国で講座開催!

あなたのママだからできることー 知って、備えて、子どもを守る!

防災ママ
かきつばた

本日の内容



私が地域活動20年、防災活動9年を続けて、
活動が継続できない5つの壁を乗り越え、少しずつ取り組み、
家族や周りまで防災をすすめるきっかけになれた
市民活動としての防災啓発ロードマップと
お伝えします!



防災ママかきつばた 代表 防災士 高木 香津恵



2009年奈良県立大学地域経済学科卒業後、同志社大学大学院総合政策科学研究科中退。

学生時代から産官学連携のまちづくりに携わり続けている。

2016年「防災ママかきつばた」設立後、防災士・防災備蓄収納1級プランナー・防災共育管理士など取得。

2021年「中部の未来創造大賞」（国土交通省主催）優秀賞を受賞。日本テレビ「スッキリ」などメディア掲載多数。

Instagramなど7つの媒体でWEB発信し、のべ約2万フォロワー。

【執筆・掲載協力】

- ・「親子防災絵本ちきゅうくんのくしゃみ」制作
- ・「在宅避難で役立つ食まわりの知恵から日頃の備えまでクックパッド防災レシピBOOK」（扶桑社）
- ・「臨床助産ケア 8月号」（日総研出版）
- ・「防災」4回連載（東京連合防火協会）
- ・「女性防災リレーコラム」（防災教育推進協会）ほか多数

防災できない5つの壁

今やらなくていい（**後回し**の壁）

お金がかかる（**費用**の壁）

めんどくさい（**手間**の壁）

情報が多すぎる（**選択**の壁）

時間がない（**時間**の壁）



vision

おやこの防災文化で、
ひと・地域・社会を
もっと笑顔に。

防災は生活の土台・生きる力です。

親子の防災文化をつくることで
みんながどんな時でも生き抜き、
助け合い、笑顔で生活できる社会をつくります。

今と未来の命を守り、みんなが築いてきた社会を
もっと笑顔に、輝く未来に繋いでいきます。



防災ママかきつばたIきっかけ

社会貢献活動と防災～ライフステージによって変化した活動～



大学生・院生

「まちづくり」との出会い
学びと実践を経験



就職・結婚

「まちづくり」を
ライフワークに

● 京都で学生×地域でフリーペーパー制作・イベント企画を学生NPOで行った。防災訓練にも参加し、コミュニティづくりの大切さを実感。



妊産婦

社会貢献活動を再始動

● 京都→愛知に引越しをしても、愛知のフリーペーパーの制作に携わり、地域のあたたかさを感じた。東日本大震災では募金活動を行う。



乳幼児子育て

防災ママかきつばたを
設立し、学びながら発信

● 愛知でも社会貢献活動を開始。子育てサークルの立ち上げ、子育て座談会の開催や子育て目線でフリーペーパーを作成等を行う。



小学生子育て

乳幼児だけではなく、小中高・シニアの方へも防災啓発へ

● 防災の必要性を感じ、自分と同じ子育て中のママたちに伝えるため、防災講座や講演会を開催。防災士等の取得も同時期に始め、取得へ。

● 防災を広げる活動へ家庭の防災力も高まり、地域密着×オンラインで広くおやこ防災の大切さを発信し、2万人以上に伝える。

情報発信 : 各媒体に合わせて情報を発信

アメブロ	Instagram	Twitter		4,447
				2,904
Facebook		COOKPAD		1,607
	YouTube			1,719
				6,954
				のべ17,631
				フォロワー

講師活動 : 対象者に合わせて内容をカスタム

★対面・オンライン・配信

地域で起きる災害、過去の災害、失敗したこと、やってよかったこと、私たち自身が備えていること、携帯トイレの使い方、防災クッキング、絵本の読み聞かせなどを盛り込み、のべ2万人以上に伝えました。



知立市子育て支援センター・東浦町子育て支援センター・東海市ボランティアセンター・知立市内町内会・豊田市内町内会・大府市ボランティアセンター・知立市（防災講演会）・みよし市（防災講演会）・福井県（防災講演会オンライン）・愛知県歯科医師会・各市町村子育て支援団体やサークル・愛知県助産師会・HDC神戸・東郷町児童館・滋賀県大津市子育てサークル・三重県桑名市ファミリーサポートセンター・三重県・愛知県内のハウジングセンター・サーラ住宅・知立西小学校・知立中学校・知立高校・岡崎市自主防災会・コープあいち・名古屋市内生涯学習センターなど（敬称略） 多い時で毎月10回～講師活動をしています。リピーター様も多いです。

主催企画 : 対象者に合わせて巻き込み開催



★自主企画・講演会誘致など
現在は、ライブ配信も行う
★子育てママが参加しやすい環境



開催するときには、
託児グループ、防災ボランティア、
専門家の方、地元企業のみなさんと
一緒に連携して開催してきました。



毎回満席で、
防災企画ながら、
子育てママに人気！

主催企画 : 対象者に合わせて巻き込み開催



2024年8月28日(水)には、
刈谷市民ボランティア活動センターで
「防災カードゲーム体験cafe～避難所サバイバル～」



を開催。
子ども×大人×
大学生のみなさん
と交流しました！



楽しい!!
もう1回!!

啓発品開発：対象者に合わせて巻き込み作成



★作って終わりにしない

★時間がかかっても、他団体を巻き込むことで広がり繋がり生まれる

- ・ おえかきパン缶は障がい者支援に。
- ・ 絵本は地域の20以上の団体・個人に協力していただき、1年以上かけて作成しました。



啓発品開発：対象者に合わせて巻き込み作成



2024年8月24日(土)には、東浦町総合ボランティアセンターなないろで「キラキラ保冷剤づくり」を開催しました。

携帯トイレの凝固剤を使い、携帯トイレの使い方体験×熱中症対策を楽しく活用できる方法で伝えています。



nanairo
東浦町総合ボランティアセンター
なないろ
10周年特別企画

なないろフェスタ
楽しいイベント盛りだくさん!
入場無料

日時 8月24日(土) 13:00~17:00

会場 ●東浦町総合ボランティアセンターなないろ
●緒川コミュニティセンター

楽しいブースいろいろ! パフォーマンスもあるよ!
東浦町、刈谷市、知立市、高浜市のボランティア・市民活動団体が集結! 食べ物・グッズの販売や活動紹介を行います。 人形劇やマジック、音楽の演奏を楽しめます。一緒に歌ったり踊ったり、護身術や太極拳の体験もできますよ!

スタンプラリー 「つながるねっと」スタンプラリー会場内に隠されたクイズ+情報サイト「つながるねっと」にアクセスしてスタンプを集め、巨大ガチャガチャにチャレンジしよう! (先着300名)

グリーンラン 特別オープン! 認定NPO法人絆さんに協力いただき、地域の緑のグループ・ランが特別オープン! 時間/12時~17時

問い合わせ/ボランティアセンターなないろ TEL・FAX 0562-51-7697



啓発品開発：対象者に合わせて巻き込み作成



2024年11月30日（土）には、半田市赤レンガ倉庫で「キラキラ保冷剤づくり」を活かした「クリスマスセンサーバッグ」開催しました。



感触が
夢中になる！

携帯トイレの凝固剤を使い、携帯トイレの使い方体験×災害時の心のケアを楽しく活用できる方法で伝えています。



協働・学習①：成長・未来を実現するため



初企画で市長にあいさつにきてもらいました



知立市防災講演会で登壇させていただきました



絵本をつくったときにもあいさつにきました



知立市で開催するときには市の職員さんに毎回協力をしてもらいました



知立市総合防災訓練に出展



★知立市（高木在住地域）
★突撃⇒信頼関係を積み重ねた

思い切って、相談したり、お互いにできることはないかと話し合うことが大切です。

2021年中部の未来創造大賞優秀賞受賞

市民から初の知立市防災会議委員になりました！



協働・学習②：成長・未来を実現するため



知立市ボランティアセンター
交流会



- ・豊橋市立地適正化計画改定検討委員
- ・刈谷市共存・協働のまちづくり委員
- ・知立市防災会議委員
- ・知立市&刈谷市のハザードマップ改定に携わる
- ・知立市立地適正化計画改定検討委員
- ・刈谷市ボランティアセンター登録
- ・知立市ボランティアセンター登録
- ・大府市ボランティアセンター登録
- ・豊田市ボランティアセンター登録 など

★2021年中部の未来創造大賞優秀賞受賞（国土交通省）



大阪市津波高潮ステーション



時間さえあれば、防災を学べる講座・講演会に参加したり、県内外の防災施設で体験したり、防災の本を読んだり、毎日防災の情報を収集しています。

※防災士資格、関連資格取得、講座・交通費費用は、団体に負担して、ママたちの知識向上に努めています。現在、防災士・看護師・管理栄養士・気象予報士・整理収納アドバイザー・保育士など専門家ママが在籍。

協働・学習（紹介①）：愛知県へ



2024年9月6日（金）は、『大村知事と語る会』に参加。活動紹介と親子防災の大切さをお伝えすることができました！

（2024年テーマ「災害に強い安全安心なあいちを目指して」 YouTubeで配信されています）



協働・学習（紹介②）：最近の内部研修



2024年10月31日（木）には、日赤愛知災害管理センターを見学！災害時の医療・災害に強い建築について学びました。来年春休みに、子どもと一緒に参加できる企画を予定しています。



防災ママかきつばたメンバーのそれぞれの活躍①

- ・ 寄付だけではなく現地にボランティアへ
- ・ 家庭でも防災を取り組み、家庭の防災力向上



防災ママかきつばたメンバーのそれぞれの活躍②



- ・ 防災士など防災知識向上
- ・ 地域防災に取り組むママ増
 - マンション防災
 - 自治会防災
 - メディア出演 など



防災ママかきつばた年間活動回数

6 5 6 回 (2016年3月～2019年12月まで累計)

+

7 3 7 回 (2020年1月～2022年12月まで累計)

+

2 1 2 回 (2023年) + **2 9 5 回** (2024年)

8年間で1,900回

※講師活動・主催活動のほか、他団体主催のセミナー受講・打ち合わせ等も含む
※情報発信回数は除く (ほぼ毎日発信しているため)

10,071人以上

(2016年3月~2020年12月まで)

+

9,394人 (2021年1月~2023年12月まで)

+

4,145人 (2024年12月まで)

8年間で23,610人以上

※対面・オンラインでの防災講座・講演、イベント出展での啓発人数
※オンラインでの情報発信リーチ数は除く

🌸 **メディア掲載** : より多くの人に届けるために

反響が
大きかった!



2022年6月21日
日本テレビ「スッキリ」C



2024年9月9日
名古屋テレビ「ドデスカ!」
親子防災のポイント3つ



2016年6月4日 初掲載!
知立くらしのニュース



2024年8月15日テレビ朝日「スーパーJチャンネル」



2024年9月1日 ウイズコープ



2018年3月 絵本発行
各報道で多数出演・掲載へ

中日新聞・朝日新聞・読売新聞・知立くらしのニュース・刈谷ホームニュース・プロパンブタンニュース・北海道新聞・東京新聞・綾部新聞・京都新聞・ケーブルテレビキャッチネットワーク (かなりの回数出演 & 再放送) 「KATCHITIME30」「防災特番」など・NHK「まるっと」「ほっとイブニング」「おはよう日本」など・日本テレビ「OHA4」「スッキリ」・東海テレビ「みんなのニュース4e」など・愛知テレビ・名古屋テレビ・中京テレビ・Pitch FM・NHK (ラジオ)・teniteo (子育てフリーペーパー)・防災かわら版・「防災」・東海市子育て情報・ぼらっち・ボラみみ・サンキュ! (女性誌) など多数



メディア掲載 : より多くの人に届けるために



「防災講演会あいち」
12月15日(日)名古屋市鯉城ホール
約400名が来場して下さいました!

防災・・・ : より多くの人に届けるために



内閣府主催「ぼうさいこくたい2024」@熊本 2024年10月19日・20日両日出展

今年の熊本も出展がし、6年連続出展しています。
〇〇といえば〇〇さんと、「思い出してもらえ」団体や人になることを目指しています。
社会にも人にもインパクトを与えることができる人に少しずつ積み重ねていくことで、活動は自然とひろがっていきます。ご縁に感謝です。

市民活動できない5つの壁



- 時間がない (時間の壁)
- お金がない (資金の壁)
- 専門知識がない (知識の壁)
- 仲間がいない (仲間の壁)
- 機会がない (機会の壁)

活動開始2016年当初

- 時間なし
- お金なし
- 知識なし
- 仲間なし
- 機会なし

子どもが3歳

複数団体活動

パート主婦

防災知識0ゼロ

京都から引っ越し
地元じゃない

ただの住民・子育てママ



活動開始から1年

- 時間なし
- 資金獲得
- 知識向上
- 仲間増えた
- 機会作った

子どもが入園

パート主婦

複数団体活動

スポンサー・
助成金・講師料

知識がある人を先生に
学びながら行動

子育てサークル
口コミ・声かけ

講座主催・プレスリリース
⇒全国放送



活動開始から2年～現在（8年）

- 時間でできた
- 資金獲得
- 防災士・専門家
- 仲間増えた
- 機会舞い込む

子どもが小学生

活動経験を
活かして自営業へ

助成金がなくても
活動費を賄える

複数団体活動

資格取得を支援

連絡がくる

講師や協力依頼・ライブ・
全国紙や全国放送



Before

After

ひとりで動く限界

- ・時間がかかる
- ・学ぶばかりで伝えられない
- ・助成金も申請できない
- ・目標達成するためにはひとりではできない
- ・自分自身、苦手なことも多い



おやこ
防災

団体として
活動を継続

防災啓発のスピードと認知が向上

- ・みんなで分担で時間ができる
- ・伝えることが学びの定着
- ・助成金等も活用できる
- ・機会が舞い込んでくる
- ・それぞれ個性を活かして活躍
- ・メディア掲載と開催実績で社会的信用を作れる



目標設定×チーム化×社会貢献

現在地と目標を設定し、自分の得意を活かし、連携することによって活動が広がる

STEP 1

課題発見・リサーチ（現状の把握）・ゴール設定

心の底から、解決したいものが見つかったら、とことん調べる
ゴールを設定したら、あとは行くだけ。手立ては無限にある

STEP 2

仲間を集める

ひとりで行動する良さもありますが、仲間がいることでできることのほうが多い

STEP 3

地域でつながる・地域を巻き込む

課題への解決策のヒントを得られる・活動がしやすくなる

STEP 4

活動資金の調達

まちづくり経験のノウハウ（助成金の活用・スポンサー集め）
収入の柱を増やしていく

STEP 5

社会にインパクトを与える（PR）

活動しても発信しないと、やってないのと同じこと
直接対面しなくても、気づいてもらえる

STEP 6

活動を重ねる

「力になりたい人のため」改善しながら、行動を絶対に止めない

STEP 7

活動を広げる・共感される発信を継続する

ゴール達成していくため、個人・団体の規模を少しずつ広げる

知って調べて、行動して、継続する

STEP
01

いてもたってもいられない課題を発見し、現状を分析して、理想の未来を設定する

気持ちの言語化

リサーチ

ヒアリング

現状分析

問題を課題化

目標の言語化

先進事例調査

使命を言語化

STEP
02

理想の未来実現のために、準備し、行動する

情報発信

仲間を集める

地域の繋がり

企画発案・実行

広報PR

資金調達

事業化

振り返り

STEP
03

活動を継続し、活動の規模を大きくしていく

2の継続

新事業

収益の柱増

数値目標

仕組み化

時代に合わせる

防災ロードマップ|活動の課題



●広報力を高めたい

共働き家庭（ワーママ）がほとんどのため、限られた時間で、それぞれ出来ることを行っているため、より効果的な広報力を持ち、より多くの防災啓発活動の機会をもちたい

●繋がりを持ち続けたい

地域の繋がり、横の繋がりを持ち、人と人との繋がりを大切にしていき、平常時も災害時も助け合える関係性をつくりたい

着るもの

■ 女性は女性らしい色の服をきていると
犯罪にまきこまれやすい → ×



避難所に入る際、女性らしい色の服をきていると、犯罪にまきこまれやすいとされています。避難所では、女性らしい色の服をきていると、犯罪にまきこまれやすいとされています。避難所では、女性らしい色の服をきていると、犯罪にまきこまれやすいとされています。

**避難所・避難先では
困っている女性や子どもを狙った
性被害・性暴力、DVなどが増加します**

自分を大切にしてください
単独行動はしないようにしましょう！
性的な露がせやいたすらなど
被害をうけたら相談を！

周囲の目と支えがたよりです
見ないふり・聞かないふりをせず
助け合いましょう

ストレスをためず
不安な気持ちも声
に出しましょう

相談先

熊本市DV相談専用電話 ☎096-344-3322	区役所福祉課
性暴力被害者のためのサポートセンター ゆあさいどくまもと ☎096-386-5555	中央区 ☎096-328-2301
熊本県女性相談センター (DV相談) ☎096-381-7110	西 区 ☎096-329-5403
熊本県女性総合相談室 ☎096-355-2223	南 区 ☎096-357-4129
熊本県警察本部レディース 110 番 ☎0120-8343-81 ☎096-384-1254	北 区 ☎096-272-1118

女性子ども男性、
どんな人でも、ど
んな服装でも、被
害者になる可能性
があります。

常日頃から防犯対
策が大切です！

食べること

■ みんなが食べれるかどうかわかるように
→アレルギーや宗教上



寝ること

■ 避難所は屋根と床だけがあると思って、
衣食住は自分で持っていく

- ・ 男女別更衣室の設置
- ・ 女性用物干し場の設置
 - ・ 女性専用スペースの設置
 - ・ 乳幼児世帯スペースの設置
 - ・ 男女分け隔てない役割分担を



女子更衣室(段ボールカーテン)
(朝倉市の事例)

女性専用物干し場
(熊本市の事例)

トイレのこと

- トイレの備えをしておこう
- トイレトペーパーや生理用品など1~2カ月分は用意をしよう
- 避難所運営では、まずトイレを確保。
女性専用トイレを多めに、生理用品の配布は女性が望ましい、性被害防止のポスターを活用



赤ちゃん

- 授乳・ミルク
- おむつ交換
- 安心していただけるスペース
- ミルク・おむつ交換は男性がすることもありますので、共有スペースも必要



更衣室・授乳室（ドーム型）
（熊本市の事例）



母子相談事業

https://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/pdf/guidelene_01.pdf

子ども

- 子どもが安心できるスペース
- 勉強できるスペース
- 遊べるスペース
- 託児スペース
- 親子ともに心のケア

1.5次避難所（いしかわ総合スポーツセンター）のキッズスペース



出典：内閣府

<https://www.bousai.go.jp/kaigirep/hakusho/r06/photo/ph066.html>

障がい(発達障がい)

災害時の発達障害児・者支援について

被災地における、発達障害のある人やご家族の生活には、発達障害を知らない人には理解しにくいさまざまな困難があります。そんなとき、発達障害児・者への対応について少しでも理解して対応できると、本人も周囲のみんなも助かります。

対応のコツ

★ 発達障害のある人は、見た目では障害があるようには見えませんが、対応にはコツが必要です。コツの探し方：家族など本人の状態をよくわかっている人にかかり方を確認しましょう。

こんな場合は…

■変化が苦手な場合が多いので、不安から奇妙な行動をしたり、働きかけに強い抵抗を示すことがあります。

■感覚刺激

過敏：周囲が想像する以上に過敏なため、大勢の人がいる環境が苦痛で避難所の中に入れないことがあります。
鈍感：治療が必要なのに平気な顔をしていることもあります。

■話しこぼしを聞き取るのが苦手だったり、困っていることを伝えられないことがあります。

■見通しの立たないことに強い不安を示します。学校や職場などの休み、停電、テレビ番組の変更などで不安になります。

■危険な行為がわからないため、地盤のゆるいところなど危ない場所に行ってしまうたり、医療機器を触ってしまうことがあります。

このように対応…

●してほしいことを具体的に、おだやかな声で指示します。
例：○：「このシート（場所）に座ってください。」
×：「そっちへ行ってはダメ」
●スケジュールや場所の変更等を具体的に伝えます。
例1：○：「OO（予定）はありません。口をします。」
×：「強引に手を引く」
例2：○：「OOは口（場所）にあります。」
×：「ここにはない」とだけ言う

●居場所を配慮します。
例：部屋の角や別室、テントの使用など、個別空間の保証

●健康状態を工夫してチェックします。
例：ケガの有無など、本人の報告や訴えだけでなく、身体状況をひと通りよく見る。

●説明の仕方を工夫します。
例：文字や絵、実物を使って目に見える形で説明する
一斉放送だけでなく、個別に声をかける
簡潔に具体的に話しかける
例：○：お母さんはどこですか？
×：何が困っていませんか？

●安定したリズムで日常が送れるように、当面の日課の提案や、空いた時間を過ごす活動の提示が必要です。
例：○：筆記具と紙、パズル、図鑑、ゲーム等の提供
○：チラシ配りや清掃などの簡単な作業の割り当て
×：何もしないで待たせる

●ほかに興味のある遊びや手伝いに誘う。
●行ってはいけないところや触ってはいけない物がはっきりとわかるように「×」などの印をあらかじめ付ける。

<https://www.mhlw.go.jp/content/12200000/001186936.pdf>

外国人

- コミュニケーションボード・多言語指差しボードの活用
- 言葉だけではなく、絵で



<https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/yubisashi.html>

虫の目

深く、細部にわたってさまざまな視点から物事を見る目



(例) ハザードマップで家の周りで何が起きるかを知る・実際に歩いてみる

鳥の目

目先にとらわれず、高い位置から全体を見渡す俯瞰する目



(例) 県全体でハザードマップを見てどんな影響があるかを考える

魚の目

過去・現在・未来の時代の変化や歴史の流れを見る目



(例) 今までの災害を振り返って、なにが起きてきたかを調べてみる

コウモリの目

当たり前の世界を、別の角度から見る目、固定概念を疑う目



(例) 本当にこの避難ルートは適切か? この防災グッズは実際に備えて使えるものなのか?

あらゆる視点で防災・家庭のことを考える

女性ならではの防災

①避難所を使うには
と使えない

②避難所に
を増やしていくことが先決

エビングハウスの忘却曲線：1時間後には 忘れていている



図-1

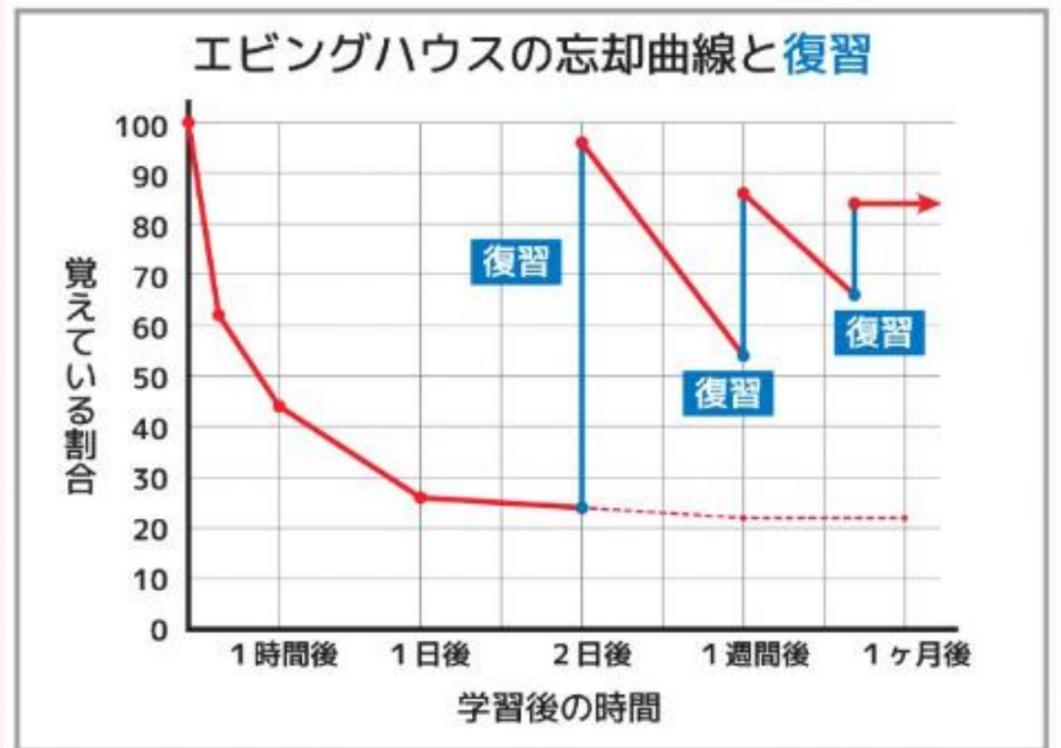


図-2

<https://yoshin-zemi.com/blog/tk-2/>

■ 目標設定×チーム化×社会貢献

■ 壁は乗り越えたり、うまく付き合うことができる

■ さまざまな視点からみることが大切

■ どんなときでも「思いやり」「尊重」し合う

どんな小さなことでも
はじめることが
命を守る防災に
つながっていきます

お願いします！ぜひ繋がってください

LINE 公式アカウント



防災ママ
かきつばた

プレゼントやここだけの情報も！
イベント・講座の先行予約も！

ID: @674xrvhw 友だち追加する



LINEで1対1でメッセージのやりとりができます
友達追加で、
各SNSのリンク取得できます



<https://www.facebook.com/kazue.tk/>

Facebookの
高木の個人ページです
チェックが遅いですが、
こちらでもやりとりできます



講座のご依頼や
コラボ、ご質問
などもお気軽に
ご連絡ください



ご清聴ありがとうございました 
このご縁を大切に⁴していきたいです

ワークショップ①



避難所の運営を円滑に進めるには

避難所開設・運営の流れと 発生する課題

学習目標と内容

●学習目標

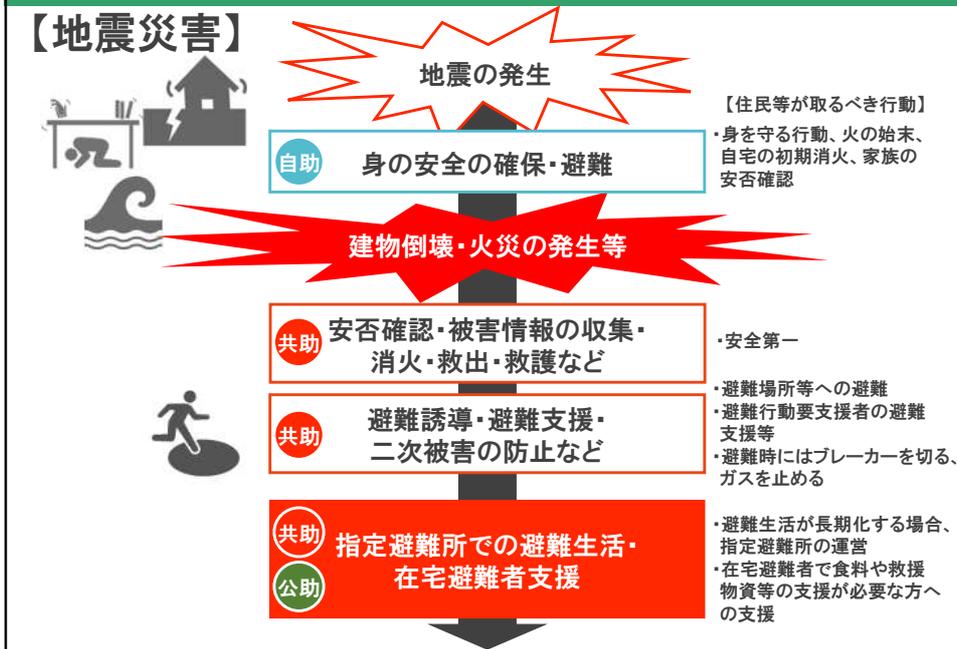
避難所を開設、運営するために最低限必要な知識
やその課題と対策を理解する

- 災害時にとるべき行動
- 避難所の開設・運営

1. 災害時にとるべき行動



災害発生前後にとるべき行動(主に自助・共助)



避難をする場所について

「避難所」と「避難場所」の役割の違いを理解しましょう

指定緊急避難場所

「火災が迫っている」、「建物が倒壊しそう」といった状況のとき、
いのちを守るために一時的に避難する安全な場所のこと

指定避難所

大地震の揺れ等で自宅が倒壊・焼失等をしてしまい、
生活する場所がなくなってしまった方が、一定期間の生活を
 送る施設のこと

なお、避難者の状況によっては福祉避難所に移送することがある

※福祉避難所
 指定避難所では避難生活が困難な、高齢者や障害者、妊婦など、災害時に援護が必要な人たち(要援護者)に配慮した市町村指定の避難施設。福祉避難所は必要に応じて開設される(はじめから福祉避難所が指定避難所として開設されるのではない)。

1. 災害時にとるべき行動

- まとめ -

- 災害時にとるべき行動、避難所と避難場所の役割の違いを理解し、適切な行動をとりましょう

2. 避難所の開設・運営

○避難所運営の担い手

避難所生活の「質の向上」のため、自主防災組織等が中心となり、市区町村と協力して運営を行いましょ

過去の災害では、自治体職員が避難所対応で手一杯になり、他の災害対応業務の実施に支障が生じた

●自主防災組織等

避難所運営の**中心的役割を担うことが期待されている**(各業務の主担当、女性の参画が重要)

●市区町村からの派遣職員

災害対策本部との情報収集・伝達
ボランティアの調整

●避難者

避難所運営への自主的な協力

●施設管理者

施設管理・維持



避難所の開設・運営の流れ

避難所は、使用可否の判断の後、開設決定の判断がされてから、運営されます

避難所としての使用可否の判断

- | | |
|-------------|---|
| ① 避難所施設の開錠 | 【主に行政】(市区町村の開錠担当者や施設管理者) |
| ② 施設内外の安全点検 | ● 施設を開錠後、施設の安全確認を行う
● 市区町村の災害対策本部と連携し、開設の可否を判断する |
| ③ 避難所の開設決定 | |
| ④ 避難者の受け入れ | ● スペースの確保・避難者の誘導・受け入れ |
| ⑤ 避難者の把握 | ● 避難者名簿の作成 |
| ⑥ 備蓄物資の配布 | ● 避難者の状況を把握し、備蓄物資を配布 |
| ⑦ 運営の本格化 | ● 運営体制の確立・避難所機能の確保(トイレ・スペース等)
● 生活ルールの設定・多様な被災者への対応・健康管理・衛生管理など質の向上
● 在宅避難者への物資・情報等の提供
● 災害ボランティアを活用した運営 |

協力
行政
自主防災組織等
避難者

※上記の役割は参考であり、自治体等により異なります。

10

大規模災害時の避難所状況



写真:内閣府ホームページ



写真:国土交通省「震災伝承館」



写真:内閣府「熊本地震保健士派遣記録」



写真:内閣府「熊本地震保健士派遣記録」

ワークショップ

避難所では、大勢の方々が
過ごすことや被災状況により、
様々なことが起こります
避難所で起こる困りごとを
イメージしてみましょう

避難所の空間の確保

避難所利用者が生活する場所には、様々な空間が必要になります

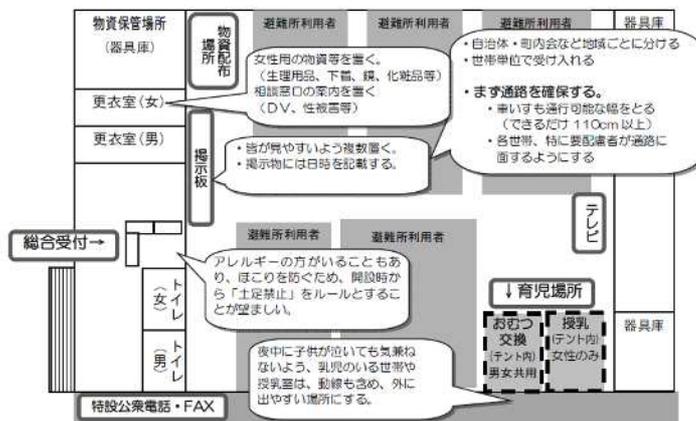


図. 避難所レイアウト例(避難所利用者が生活する場所)

参考: 東京都「避難所管理運営の指針 ダイジェスト版」

避難所の空間の確保

避難所利用者が生活する場所には、様々な空間が必要になります



図. 避難所レイアウト例(避難所利用者が生活する場所)

参考: 東京都「避難所管理運営の指針 ダイジェスト版」



避難者名簿の作成

避難生活開始後、世帯ごとに詳細な名簿を作成しましょう

避難者名簿の活用

- どのような人が避難しているか把握し、**避難者の特性に応じた支援を実施**するために活用
- 避難者の人数や状況を把握して、**物資等(水・食料・生活必需品等)を配布する**
- 避難者の職能や特技等を把握して、**避難所運営に積極的に協力してもらう人を確保する**

ポイント

- きめ細やかな支援を実現するため、**名簿にはできるだけ細かく記載**してもらおう(氏名、生年月日、性別、住所、支援の必要性の有無等(健康状態、保育・介護の要否など)、職能・特技など)
- **個人情報のため、情報管理を徹底する**
- 受け入れ時は、代表者氏名や人数、配慮が必要かななどを把握する

避難者名簿の項目例

避難者名簿の活用を踏まえ、あらかじめ避難名簿の様式を整えておきましょう

避難者名簿の項目例

入所年月日	自宅の被害状況
氏名(世帯主、家族)	特に配慮が必要なこと
年齢(世帯主、家族)	運営に協力できること (特技・免許等)
性別(世帯主、家族)	安否確認への対応 (公開・非公開)
住所	自家用車の駐車の有無 (自家用車の情報)
電話番号	ペットの状況(同伴希望等)

共助

身近な支援を必要とする要配慮者への心くばりを

一人暮らしや寝たきりなどの高齢者、障害を有する方は、地域の支援が必要です。災害時の情報把握や避難、生活の確保が的確、迅速に行いにくい立場に置かれています。**日頃から声掛けなどを行い、顔の見える関係を築き、地域で助け合える環境をつくっておきましょう。**

高齢者・傷病者

- 援助が必要なときは、複数の人で対応する。
- 急を要するときは、ひもなどで背負い安全な場所まで避難する。



肢体の不自由な人

- 車いすは、階段では必ず2人以上、できれば3~4人で援助する。
- 上がるときは前向きに、下がるときは後ろ向きにして恐怖感を与えないように。
- とっさの脱出、避難の際に要支援者1人に対して、支援者が2人以上いるとは限らない。ひもなどで、背負い、支援者の両手は自由がさくようにする。



耳が不自由な人

- 話をするときはまっすぐ顔を向け、口はなるべく大きく動かして話す。
- 筆談(筆記法)は手のひらに指先で文字を書くやり方でもよい。



目の不自由な人

- 杖や杖を持った手をひっぱったり、後ろから押ししたりしない。
- 半歩前に立ち、ひじの上を軽く持ってもらい、ゆっくり歩く。
- 方向や目の前の障害物の位置などは、時計の文字盤の位置を想定して伝える。



17

共助

身近な支援を必要とする要配慮者への心くばりを

災害時、聞こえないことによるリスクとは？

- サイレンや音が聞こえず、周りの状況がつかめない。
- 被災したとき、呼びかけの音が聞こえず、助けを求めるのが困難。

⇒ 隣近所の支えあいが重要！ 助け合って避難を！



18

共助

身近な支援を必要とする要配慮者への心くばりを

○避難所での放送に気づかず、孤立したり支援が受けられない。

2011年の東日本大震災では、障害手帳を持つ人の死亡率は、全住民の死亡率の2倍に上っており、2016年の熊本地震、2024年の能登半島地震でも、多くの障害者や高齢者に必要な支援が届きづらい状況が課題となっています。
(NHK調べ)

⇒視覚的でわかりやすい情報提供を！



コミュニケーションボード



災害時配慮者支援用バンダナ
(小牧市)



19

避難生活上のルールの設定と周知

知らない方と共同生活を送るためには、ルールを設けて
共通認識を持つことが大切です

避難所生活に必要なルール(例)

●避難所全体共通のルール記載項目(例)

避難所の運営主体/避難者名簿登録/土足の可否/部屋の使用可否/食料配布/喫煙等

●共同生活上のルール(例)

生活時間(起床・消灯・食事・放送等)/清掃/洗濯/ごみ処理/プライバシーの保護等

●その他必要とされるルール(例)

トイレの使用(使用時・清掃時)/火気使用/夜間の警備体制について/ペットの飼育等

※人間関係づくりの必要性

避難生活の心身の健康には人間関係づくりも必要です。人と人のつながりが強い方と比較して、つながりが弱い方は、睡眠障害及び心理的苦痛のリスクが約5倍高くなる可能性が示唆されている

参考:東京法規出版「いのちと健康を守る 避難所づくりに活かす18の視点」

20

避難所生活上の課題の発生

避難所は様々な人達との集団生活のため、色々な課題が発生し、その対応が必要となります

共通の課題

- **生活空間に制限が生じる**
プライバシーの確保が難しい、ライフライン(トイレ・浴室など)が使えないなど
- **衛生環境が著しく悪化する**
トイレ環境の悪化、清掃が行き届かないなど
- **健康問題が生じる**
エコノミークラス症候群、生活不活発病、感染症など
- **個別対応に限界がある**
配慮が必要な方への対応、ペットへの対応など
- **女性・くらし目線の配慮が行き届かない**
女性特有に配慮すべきことへの対応、性別固定役割、DV被害など

日頃から課題への対応を考えておきましょう。地域の状況を踏まえて、必要な取り決めを作るなどの取組みを進めましょう。

21

在宅避難の実態と課題

指定避難所に避難している方以外にも、様々な理由で在宅避難している避難者もいます

避難の実態 (熊本地震)

- 様々な理由で**指定避難所に来られない被災者が多くいた**
- 地元福祉団体(地域包括支援センターなど)、応援保健師、民間団体と共同し、在宅避難者の把握に努めた事で、支援につながった

在宅避難などの課題 (熊本地震)

- 余震も多く、風雨にさらされた損壊家屋に居住を続け非常に危険な状況の方もいた
- 被災者の自発的行動がない場合、適切な支援及び把握が非常に困難だった

22

避難所以外の避難者への対応(在宅避難者など)

避難所の物資・情報・人的支援は、避難所生活者と避難所以外の生活者に等しく配分する必要があります

対応の基本

- ・ 避難所への届け出の呼びかけや状況の聞き取りにより避難所以外で生活する避難者の状況を把握する
- ・ 避難者自ら避難所へ物資・情報などを受け取りに来てもらうよう周知する

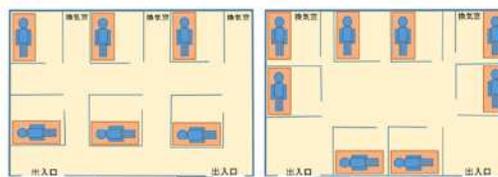
留意点

- ・ 自ら避難所へ向かうのが難しい方に対しては、配達などを検討する
- ・ エコノミークラス症候群などによる災害関連死の予防啓発を行う
- ・ 避難所以外の避難者への支援に関する理解を浸透させる

23

感染症対策に配慮した避難所運営

3つの密(密閉・密集・密接)を避ける対応が必要です



毎日の健康管理

参考:内閣府「新型コロナウイルス感染症対策に配慮した避難所運営のポイント(第2版)」

24

2. 避難所の開設・運営 - まとめ -

- 避難所運営の中心的役割を担うために、安全確認やルールの設定等の必要性を理解しましょう

まとめ

- 災害時にとるべき行動、避難所と避難場所の役割の違いを理解し、適切な行動をとりましょう
- 避難所運営の中心的役割を担うために、安全確認やルールの設定等の必要性を理解しましょう

ワークショップ②



避難所の運営を円滑に進めるには

要配慮者への支援と
災害ボランティアの受入

学習目標と内容

●学習目標

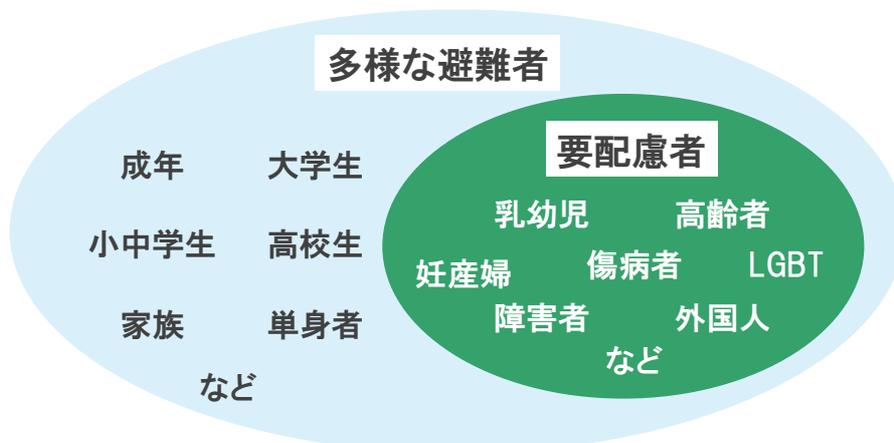
避難所を円滑に運営するために必要な要配慮者への支援や災害ボランティアの受入について理解する

- 要配慮者の地域ぐるみでの支援体制
- 災害ボランティアの受入、被災地への応援協力

1. 要配慮者の地域ぐるみでの支援体制

多様な避難者と要配慮者とは

避難所には様々な避難者がおり、その中でも特に配慮を要する「要配慮者」がいます



要配慮者への支援の必要

- これまでの災害では・・・
高齢者などを中心に、逃げ遅れによって被災したり、過酷な避難所生活で病気にかかったりした
- このような**要配慮者**への避難の支援や避難所生活での配慮などは、その人の身近な存在である隣近所同士で助け合うことが基本
- 平常時に地域で支援体制をつくっておくことが必要

参考：内閣府防災「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針(令和3年5月改定)」

5

避難行動要支援者とは

要配慮者

高齢者、障害者、難病患者、乳幼児、妊産婦、外国人、LGBTなど特に配慮を要する者

避難行動要支援者

要配慮者のうち、災害時等に自ら避難することが難しく、特に支援が必要な者
(介護が必要な高齢者や一定程度の障害を持つ方など)



災害時の避難支援

避難支援等関係者

避難行動要支援者の避難支援等に関係する者

参考：内閣府防災「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針(令和3年5月改定)」

6

避難行動要支援者名簿とは

避難行動要支援者名簿

平成25年の災害対策基本法の改正より、災害時に自ら避難することが困難な高齢者や障害者等の避難行動要支援者について、避難行動要支援者名簿を作成することが市町村の義務となった。



令和3年5月、避難行動要支援者ごとの「個別避難計画」の作成が市町村の**努力義務**となった。

避難行動要支援者名簿は個人情報の取り扱いに注意が必要ですが、全国的に活用が進んでいます。

参考:「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針(令和3年5月改定)」

7

【実例】 避難行動要支援者名簿情報の提供方法(横浜市)

個人情報の取り扱いに注意し、避難支援等関係者へ名簿情報を提供する必要があります。

※提供方法の一例

- ・同意方式
個人情報提供に対し、同意をした要援護者の情報を記載
- ・情報共有方式
個人情報の提供を望まない方は「拒否」の意思表示をし、「拒否」の意思表示をしていない要援護者の情報を記載
- ・手上げ方式
要援護者名簿への登録・支援の希望を取り、登録・支援を希望者した要援護者の情報を記載

参考:内閣府防災「避難行動要支援者の避難行動に関する取組指針」、横浜市「共助による災害時要援護者支援の活動事例集」

8

避難行動要支援者に対する避難支援者選定方法

集約された情報は、避難行動要支援者の範囲について整理し、**支援対象を明確にする必要**があります。
また、事前に避難支援等関係者を指定しておく取り組みも迅速な避難に繋がります。

※避難支援者の選定方法の一例

- ・東京都文京区(文京区避難行動要支援者避難支援プラン(全体計画))
原則、要支援1人に対し、2名以上の安否確認者を配する
- ・神奈川県平塚市(平塚市避難行動要支援者避難支援指針)
避難支援者は、マッチング方式やチームディフェンス方式(※1)を参考に、二つの方法を併用することなども含め、地域の実情に即し選出する
- ・富山県富山市(富山市避難行動要支援者支援マニュアル)
地域支援者は、できるだけ近所の方でかつ複数の方を選定するのが望ましい

※1 マッチング方式とは、避難行動要支援者に対して、1~2人程度の避難支援者を決める方式
チームディフェンス方式とは、自治会(自主防災組織)の組等の複数のメンバーで避難支援を行う方式

参考:内閣府防災「避難行動要支援者の避難行動に関する取組指針」、東京都文京区、神奈川県平塚市、富山県

9

【実例】避難行動要支援者の取組・・・救急医療情報キット(茨城県笠間市)

救急医療情報キットとは？

自宅で急に具合が悪くなり緊急通報した際に、既往症や服薬状況などを伝えられない場合があります。

その様な際に、駆け付けた救急隊員などが迅速に対応できるよう、医療情報や緊急連絡先などを記入した救急情報用紙と保険証・診察券・薬剤情報提供書の写しなどを入れて冷蔵庫に保管しておくものです。



参考:内閣府「避難行動要支援者の避難行動支援に関する取組指針」、笠間市

10

要配慮者の方が
避難生活において
どんなことに困るのか
考えてみましょう

11

1. 要配慮者の地域ぐるみでの支援体制 - まとめ -

- 要配慮者それぞれの事情にあわせて必要な配慮や支援を行うことが必要です

12

2. 災害ボランティアの受入、被災地への応援協力

様々な活動を支援するボランティア

災害ボランティアは、被災地で多様な支援活動を行い、活躍しています

- 活動例**
- 避難所でのお手伝い(炊き出し、洗濯など)
 - 話し相手、子どもの遊び相手、託児代行
 - 水害の際の泥出し
 - 暮らしに必要な情報の提供支援、家の片付け
 - ペットの世話
 - 暮らしのお手伝い(買い物、家事手伝いなど)
 - 配食サービス、生活物資等の配布
 - 交流機会づくり、イベント開催
 - 暮らしの再建のための専門家の相談会
 - 復興期における地域おこしのお手伝いなど



避難所での定置の様子(新潟県刈谷村)
写真提供: 菅原志保



水害周辺の配だしをしている様子(徳井県)
写真提供: 藤本浩介



家屋内外の片付けをしている様子(宮城県)



現場に到着したボランティアバスの様子
写真提供: 特定非営利活動法人みやぎ被災市民会議

参考:内閣府「地域の「受援力」を高めるために(<http://www.bousai.go.jp/kyoiku/pdf/juenryoku.pdf>)」

2. 災害ボランティアの受入、 被災地への応援協力 - まとめ -

- 災害ボランティアによる活動は重要であり、
平時からボランティアを受け入れるための
ニーズを把握することが重要です

17

まとめ

- 要配慮者それぞれの事情にあわせて
必要な配慮や支援を行うことが必要です
- 災害ボランティアによる活動は重要であり、
平時からボランティアを受け入れるための
ニーズを把握することが重要です

18

ワークショップ②【参考資料】



避難所の運営を円滑に進めるには

要配慮者への支援と
災害ボランティアの受入

災害時における要配慮者が抱える困難の例

災害時に要配慮者は様々な困難を抱えることになります

要配慮者	対応の実態
避難所で生活している 高齢者	冬のような寒さから体力が著しく低下したり、環境の激変で認知症状が悪化した方がいた
身体に障害を持つ方	目や耳が不自由な方は情報を得にくい。車いす等の方はトイレに行くのも大変だった
小さな子供がいる家庭	意見をなかなか言いづらいついていたため、目安箱などを設置して配慮した
服薬のある方	薬をいつどのくらい飲むのか、どこの病院に通院しているのかなどを把握し対応することが大変だった
外国人の避難者	言語の違いから、間違ったニュアンスで伝わってしまうことがあった

参考：社会福祉法人東京都社会福祉協議会「東日本大震災 高齢者、障害者、子どもを支えた人たち」
参考：社会福祉法人東京都社会福祉協議会「『災害に強い福祉』要配慮者支援活動事例集」

2

車いすの避難者への対応

避難所で困ること

- 避難所内の移動やトイレが難しい場合がある
- 床面に座ることが難しい場合がある
- 脊髄を損傷している人は、感覚が無い上に体温調節が難しい場合がある

対応方法と連携・協力先(例)

- 居住スペースの通路側にスペースを確保し、移動距離を短くする
- トイレなどの介助は、未経験者や力が十分でない人が行うと事故につながる恐れがあるため、家族や経験者の協力を得ることが重要
- 避難生活が長期化する場合、福祉避難所への移送やホームヘルパー、介護福祉士、介護支援専門員などと連携・協力する

参考:京都府「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

3

乳幼児を持つ保護者への対応

避難所で困ること

- プライバシーを守れる場所が必要(授乳室、おむつ交換室)
- 哺乳瓶の消毒が困難な場合がある
- 乳児のための必需品不足(粉ミルク、おむつ、おしりふきなど)

対応方法と連携・協力先(例)

- 授乳スペースやおむつ交換スペース等を確保する
- 哺乳瓶の煮沸消毒や薬液消毒ができないときは、使い捨ての紙コップなどを活用して少しずつ飲ませる(硬水は避ける)
- おむつが無い場合は、タオルを代用する
- 避難生活が長期化する場合、医療機関関係者、保健師、保育士などと連携・協力する

参考:京都府「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

4

日本語が話せない外国人への対応

避難所で困ること

- 言葉の壁で情報が得られないため、ルールの理解など**意思疎通が難しい**
- **宗教や習慣の違い**で誤解が生じることがある

対応方法と連携・協力先(例)

- スマートフォンなどの翻訳機能を活用する
- やさしい日本語やボディランゲージを活用し情報提供する
- 看板や張り紙はイラストや図を中心に分かりやすく表示する
- 宗教上食べられない食材などを本人に確認して対応する
- 通訳ができる方(避難者、ボランティアなど)や日本語が理解できる外国人の避難者などと協力・連携する

参考:京都市「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

5

視覚障害者の避難者への対応

避難所で困ること

- **視覚による状況判断ができない**為、避難所内での各所への移動が困難
- 掲示物や案内板などから**情報収集することができない**

対応方法と連携・協力先(例)

- 壁伝いにトイレなどに行くことができるような居住スペースの確保
- 順路に手すりなどを設け、移動経路上に障害物を置かない
- 放送等による情報伝達
- 驚かせることのないよう、正面から話しかける配慮
- 点字タイプライターの手配
- パソコンなどで読上機能を使えるように資料のテキスト形式データを用意

参考:京都市「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

6

聴覚障害者の避難者への対応

避難所で困ること

- 音声による情報が伝わらない
- 外見からは障害があることが分からない
- コミュニケーションがとりづらい為、ストレスを抱えやすい

対応方法と連携・協力先(例)

- 手話通訳者などの確保
- 必要な情報は、リーフレットなどの印刷物や書き物によって伝達
- 積極的なコミュニケーションをとるよう配慮する
- 支援者の識別表示(帽子・ジャンパー等)を用意
- 「手話通訳・要約筆記が必要な人はいますか」などの張り紙を用意

参考:京都市「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

7

(参考)知的障害者の避難者への対応

避難所で困ること

- 外見からは障害の有無が判断しにくい
- 不安になり、パニックになる場合がある
- 集団生活のペースやルールについていけない場合がある

対応方法と連携・協力先(例)

- 家族等と一緒に生活できるような安心できる環境が何より大切
- 本人が伝えたいことをゆっくりと聞き、「ゆっくり」「ていねいに」「くりかえし」など「わかりやすい言葉」で接する
- できるだけ一人にしないように努める
- パニックをおこす前に騒がしい場所から静養室などの落ち着ける場所に対応する
- 医療機関などと連携し、薬等が入手できる支援体制を構築

参考:京都市「福祉避難コーナー設置ガイドライン」

8

要配慮者ごとの配慮のポイント

要配慮者のそれぞれの特性に応じた、配慮や支援が必要になります

困りごとを抱える方	困りごと	必要な配慮/支援(例)
肢体不自由者	避難所を安全に利用できない等	介助者や支援者の確保等
難病患者	特殊機器/受診を要する等	常時使用する医療機器や薬の調達等
視覚障害者	目視による状況把握ができない等	手すりの設置、障害物の撤去等
聴覚障害者	音声による情報が伝わらない等	印刷物で伝達、手話通訳者の確保等
高齢者	体調を崩しやすい等	優先的な安否確認と避難誘導等
妊産婦や乳幼児	素早い行動ができない、授乳等	介助者や支援者の確保等
外国人	コミュニケーションが困難等	ピクトグラムの活用、通訳の確保等
LGBT	トイレ・物資(衣類等)が男女別	多目的トイレの準備、サイズ別で分類

9

配慮が必要な方への対応

配慮が必要な方には、健康状態や困っていることなど、本人や家族から丁寧に話を聞き、必要な支援を行いましょう

配慮が必要な方への対応

● まずヒアリングを実施

ヒアリング後に実施

- 段差の解消や外国語による避難所内情報の提供など、環境整備の検討
- 避難者同士の見守り体制の確保(家族や支援者が一時的に離れることができるような配慮)

専門的な介護・医療・支援などが必要となる場合(例)

- 福祉避難所や病院への移動を検討する
- 要配慮者の状況を詳しく引き継げるよう、避難所での聞き取り記録の整理
- 福祉避難所等への移動手段について、福祉タクシーや施設の車の利用などの検討・確保



参考:東京都「避難所管理運営の指針 解説版」

10

【参考】 要配慮者への支援の取組

■聴覚障害者の視点に立った防災対策

(豊橋手話通訳学習者の会・豊橋手話ネットワーク:愛知県 豊橋市)

- 地域の防災訓練に参加を続けてきた経験を基に、避難所で行われる情報発信やコミュニケーション場面を想定し、「**避難所でのお知らせ絵カード**」等を制作。
- 「避難所でのお知らせ絵カード」等は、**聴覚障害者**だけでなく、**日本語の分からない方や大声が制限される状況**に対しても**有効**



避難所でのお知らせ絵カード



薬に関する絵カード

参考:総務省消防庁「第25回防災まちづくり大賞 受賞事例集」

11

【参考】 身体障害者補助犬への対応について

- 身体障害者補助犬(盲導犬、介助犬及び聴導犬)は、「身体障害者補助犬法」に基づき訓練・認定された犬のことで、ペットとは異なり、同法に基づく対応が必要になります。
- このため、原則として、身体障害者と身体障害者補助犬を分離せず福祉避難所等で受け入れるべきとされていることに留意する必要があります。

- 平時から地域の方々に、災害時には避難者の方々に、身体障害者補助犬に対する理解を求めてください。また、災害時に備えて、避難所での受け入れ訓練などを実施することも大切です。
- アレルギー等がある方などに対しては、避難所内の生活圏を離す、別室を用意するなどの配慮が必要となる場合があります。

盲導犬:視覚障害のある人が街なかを安全に歩けるようにサポートする。
介助犬:肢体不自由のある人の日常生活動作をサポートする。
聴導犬:聴覚障害のある人に生活の中の必要な音を知らせ、音源まで誘導する。

(出典:「人とペットの災害対策ガイドライン」(環境省))



12

災害時における外国人対応

災害時における多言語での情報提供や避難支援等に活用可能な各種ツールがあります。
あらかじめダウンロードして、積極的に活用しましょう。

情報提供・支援ツールの例	ツールの概要
災害時多言語支援シート等	災害時に避難所や公共交通機関等で活用できる外国人向けの情報提供(支援)ツール。やさしい日本語を含む多言語に対応し、HPから誰でも簡単操作で活用可能。
多言語音声翻訳ツール (VoiceTra等)	話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリ。「VoiceTra」や、「VoiceTra」の多言語翻訳技術を活用した様々な民間企業の製品・サービスが提供されている。
Safety tips	日本国内における緊急地震速報、津波警報、気象特別警報等を多言語かつプッシュ型で通知できる災害時情報提供アプリ。

それぞれの概要は次スライド以降の「【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール」に掲載

13

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール①

ー ツール例：災害時多言語表示シートー

自治体国際化協会作成資料



災害時多言語表示シート：災害時に避難所や公共交通機関等で掲示する情報掲示シート

- ▶ クリアホームページから誰でも簡単操作で活用可能
- ▶ やさしい日本語を含む13言語対応
(※) 英語、ロシア語、スペイン語、ポルトガル語、中国語（簡体字・繁体字（別個に選択可能））、韓国・朝鮮語、タガログ語、ベトナム語、インドネシア語、タイ語、ミャンマー語、ネパール語
- ▶ 2019年度に交通情報など訪日旅行者支援関連文例、気象情報文例も追加
- ▶ 全396文例（避難所内施設表示案内、医療、水道、トイレ、風呂、利用時間表示、電話関係、工、配給、ライフライン復旧、交通情報、地震・気象情報、役所からの通知、規則事項、呼びかけ、訓練など）

災害時多言語表示シートSAMPLE

（飲料水・食料・毛布）があります。

（Drinking water/ food/ blankets） available .

Có [(nước uống / thực phẩm / chăn mền)]

有（饮用水・食物・毛毯）

（သောက်စရာရေ၊ အစားအစာ၊ စင်္ကြံများရှိသည်）

【文例】
施設 避難所、受付、救護所、ボランティア受付
表題 案内、最新情報、生活の注意 外国語の情報があります 通訳がいます
避難所 無料で利用できます お祈りできるスペースがあります
医療 医師がいます 応急処置ができます
水道 この水は飲めません
トイレ このトイレは使えません
入浴 入浴時間： ～～
電話 ここで携帯電話の充電ができます
工 燃えるごみ、粗大ごみ
配給 家族に 個です 食べるものは 時 分に配ります
地域情報 ガスの使える地域 以下の場所に入浴ができます
規則 靴をここで脱いでください 火気厳禁 消灯時刻
交通情報 交通が止まっています 現在、大橋に渡れています
気象 ～から避難勧告が出されました 大雨（土砂災害） 台風 高潮

14

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール①

自治体国際化協会作成資料



ー ツール例：多言語指さしボード、災害時外国人支援用ピクトグラム ー

○ 多言語指さしボード

- ▶ 災害時に避難所等に避難してきた外国人と“とりあえず”のコミュニケーションが出来るツール
- ▶ やさしい日本語を含む14言語対応
- ▶ 避難者登録カードへの記入誘導に対応

多言語指さしボード (サンプル)



○ 災害時外国人支援用ピクトグラム

& 食材の絵文字 (FOOD PICT) (R4年度改訂)

- ▶ ピクトグラムに日本語・やさしい日本語・英語での表示文を付記したツールと、食材の絵文字を使用した食べられないものチェックシート

ピクトグラム (サンプル)



15

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール②

多言語音声翻訳アプリ
VoiceTra

話した内容を外国語に翻訳
31言語に対応!

旅行案内に最適!

音声翻訳・翻訳・音声合成 技術を活用した 多言語音声翻訳アプリです。

多言語音声翻訳アプリ VoiceTra は、話しかけたことを翻訳します。ダウンロード・ご利用は、すべて無料*です。

翻訳の仕組み

音声データの取得

翻訳できる言語 (31言語)

アプリのダウンロードはこちら

App Store からダウンロード

Google Play からダウンロード

VoiceTra サービス

<https://voicetra.nict.go.jp/>

Facebookページ @VoiceTra.Support

<https://www.facebook.com/VoiceTra.Support/>

(出典) <https://voicetra.nict.go.jp/> 16

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール②

「VoiceTra」の多言語翻訳技術を活用した民間企業の製品・サービス

<ご利用対象> <提供形態>
 法人向け 個人向け 端末 アプリ・ソフトウェア

音声翻訳サービス

<ul style="list-style-type: none"> ●「POCKETALK S」 ポケトーク(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「VoiceBiz® UCDisplay」 TOPPAN(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「TransDisplay」 VM-FI (台湾, 台北) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「Fairy I/O® Tumbler T-01」 Fairy Devices(株)
<ul style="list-style-type: none"> ●「eTalk 5 みらいPFモデル」 RemoSpace(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「医療通訳タブレット MELON」 コニカミノルタ(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「ハイブリッド式多言語通訳サービス KOTOBAL」 コニカミノルタ(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「ポケトーク」アプリ版 ポケトーク(株)
<ul style="list-style-type: none"> ●「ポケトーク同時通訳」 ポケトーク(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「SmaLingualシリーズ 多言語音声翻訳サービス」 (株) IP DREAM, スマートカルチャー ゲートウェイ(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「VoiceBiz®」 TOPPAN(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「RemoteVoice®」 TOPPAN(株)
<ul style="list-style-type: none"> ●「mimi® 音声翻訳 powered by NICT」 Fairy Devices(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「Fujitsu Software LiveTalk」 富士通(株) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「BRIDGE マルチ通訳アプリ」 (株) BRIDGE MULTILINGUAL SOLUTIONS 	<ul style="list-style-type: none"> ●「eTalkSAPP みらいPFモデル」 RemoSpace(株)

(出典) https://gcp.nict.go.jp/news/flyer_business_GCP.pdf 17

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール③

—災害時情報提供アプリ「Safety tips」—



機能

- ・自然災害の多い日本において訪日外国人旅行者が安心して旅行できるよう、平成26年10月から提供を開始した観光庁監修の外国人旅行者向け災害時情報提供アプリ。
- ・日本国内における緊急地震速報、津波警報、気象特別警報等をプッシュ型で通知できる他、周囲の状況に照らした避難行動を示した対応フローチャートや周りの人から情報を取るためのコミュニケーションカード、災害時に必要な情報を収集できるリンク集等を提供。

■対応言語：14か国語15言語

日本語・英語・中国語(簡体字/繁体字)・韓国語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム語・タイ語・インドネシア語・タガログ語・ネパール語・クメール語・ビルマ語・モンゴル語

■アプリ利用料：無料

■プッシュ通知される情報

緊急地震速報、津波警報、気象警報、噴火速報、台風情報、熱中症情報、国民保護情報、避難情報



言語はアプリ内設定ボタンで選択可能 地震発生時の周辺震度も表示 災害発生箇所と現在地の見える化 災害情報の履歴も表示 対応フローチャート リンク先

【参考】災害時の外国人への情報提供・災害対応支援ツール③

－災害時情報提供アプリ「Safety tips」－



天気予報

気象情報・台風情報

「気象情報」内の「台風情報」にて、気象庁が発表している台風情報の確認が可能

避難情報

- ・過去1ヶ月分、ユーザーが予め登録した地点（自動地点設定をしている場合は現在地）を表示
- ・避難所情報（外部アプリ）へは、ページ下部にリンクを掲載

緊急連絡先情報

- ・110番、119番の利用上の注意点とワンクリックダイヤル
- ・利用者の登録した母国情報に応じた大使館へのワンクリックダイヤル

警報等の発表状況

外国人受入可能な医療機関情報

各都道府県の外国人受入可能な医療機関情報を提供

交通機関情報

事前学習

各種警報についての解説

リンク先一覧

- ・NHK WORLD-JAPAN・大使館情報
- ・交通機関情報・医療機関情報
- ・無料公衆無線LAN情報・気象庁サイト
- ・日本政府観光局サイト・政府ポータルサイト
- ・音声翻訳アプリ「VoiceTra」紹介
- ・災害関連ニュースポータルサイト

対応言語 **トップ画面**

日本語、英語、中国語（簡体字/繁体字）、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、フィリピン語、ネパール語、クメール語、ビルマ語、モンゴル語