北から南から

# 車中泊避難所の可能性について
## ～全国初の車中泊避難所の取り組みで見えてきた課題～

高知県高知市 さんすい防災研究所
高知防災プロジェクト代表　山﨑 水紀夫

## 1 車中泊避難所取り組みの背景ときっかけ

私はこれまで26の災害で被災地支援を行いましたが、現場で感じたのは「体育館避難所では被災者の健康は守れない」。災害関連死の原因の多くは「避難所などにおける生活の肉体的・精神的疲労」とされ、温度・湿度管理が困難な体育館避難所に大きな原因があると言えるでしょう。エコノミークラス症候群のリスクを軽減できれば体育館より車中泊が「よりましである」と考え取り組みを始めました。表１の車中泊と体育館の比較ワークをお試しください（表１）。

2020年６月に全国初の車中泊避難所受入訓練を当団体主催で高知県日高村にて実施。その後も研修講師として各地で啓発を行い、2022年１月に高知県いの町が全国初と言われる自治体主催の車中泊に特化した受け入れ訓練を実施。研修企画と講師を務めました。その後、車中泊避難所の取り組みは全国にも広がり県レベルでは新潟県、群馬県での研修アドバイスと講師として関わることができました（表２）。

表２　車中泊避難所研修の様子：高知県日高村

１．「車中泊避難」と「体育館避難」あなたが感じる快適度（安心度）をあなた自身の主観で５点評価してください。

| 項目 | 車中泊避難 | 体育館避難 | 備考・特記事項 |
|---|---|---|---|
| ①プライバシーの確保 | | | |
| ②温度・湿度の管理 | | | |
| ③音（生活音等を出す、出される） | | | |
| ④光（夜間照明等） | | | |
| ⑤寝心地 | | | |
| ⑥衛生面（感染症対策） | | | |
| ⑦防犯 | | | |
| ⑧支援物資・情報等支援の受けやすさ | | | |
| ⑨健康の維持 | | | |
| ⑩安心感・快適性（ストレス） | | | |
| その他（　　） | | | |
| その他（　　） | | | |
| その他（　　） | | | |
| その他（　　） | | | |
| 合計点数 | | | |

５：とても快適・安心　４：やや快適・安心　３普通　２：やや不快・不安
１：すごく不快・不安

※1.　３日以上の避難生活が続くとして考えてください
2.　体育館は段ボールベッド、間仕切りあり。車中泊は仮設トイレありの条件で評価してください
3.　その他には①～⑩以外の項目があれば記入してください。例：におい、など。
4.　グループワークでは①～⑩の各項目で個人ワークの点を合算して記入してください

表１　車中泊と体育館との避難生活比較ワーク

## 2 車中泊避難所を検討すべき理由

検討すべき理由は６つ。①災害対応の基本は多様な選択肢：体育館以外にも車中泊を含めた分散避難の検討が必要です。②体育館とのリスク比較（表１）：研修では９割以上が車中泊と回答しています。③南海トラフ地震臨時情報（警戒）発令時：津波想定地区の住民は車に荷物を満載して避難し、車中泊避難者が大量に出ます。④車中泊希望者の増加：熊本地震、能登半島地震と車中泊避難者は増加傾向。危険だから推奨しないではなく、現実を直視し安全な車中泊を検討するべきです。⑤体育館と比較してコスト・運用面で優れている：体育館のベッド、間仕切りなどの設備と運搬リスクを考えると、車中泊避難所は駐車スペースと仮設トイレ、給水設備があれば設置可能で極めて安価で設置も簡単です。⑥自治体の避難所指定が必要：避難所にはトイレ

と給水設備が必須です。実証実験では車中泊避難所は生活スペースであり、就寝時は車内空間を広く保持するため、荷物は衣装ケース等にいれ外置きする必要があります。検証では障害用スペース（横幅3.5m）程度の広さが必要であり、この広さを自己責任で確保させるとトラブルとなるため自治体が避難所として管理する必要があります（表３）。

表３　車中泊避難所のゾーニング例

## 3 エコノミークラス症候群対策

エコノミークラス症候群のリスクが車中泊避難所設置の大きな妨げになっていますが、個人で対策が可能な病気でもあります。①水分補給、②足の運動（上にあげる）、③換気（外気導入モードで３分）、④着圧ストッキング、⑤寝返り可能な広さなど。車中泊者を集約した方が対策チラシの配布や巡回支援が可能になりリスクは大幅に軽減されると考えます。

## 4 車中泊避難所のその他留意点

①言葉の整理：緊急避難の車使用は自動車避難、避難生活は車中泊避難と使い分ける必要があります。②ガソリンが給油できる状況下でのみ開設。③収容台数を遥かに上回る車が殺到することの想定と対策。④通常の避難所でも車中泊専用エリアを設ける。また場所が離れていても近隣の避難所のサテライトの位置づけで機能を分散させず自治体の負担を増やさない。

## 5 取り組みと成果

2020年に全国初の車中泊避難所受入訓練を実施し、その後、県内外を問わず研修講師として参加し取組は徐々に全国に広まってきました。内閣府防災や内閣官房の広報紙等にも紹介され、本年はジャパンレジリエンスアワード2024において準グランプリを受賞しました（表４）。また内閣府も車中泊避難者への支援検討が必要との方針を示しました（注）。自治体は車中泊避難希望者は増加傾向との現実を直視し、多様な避難生活（分散避難）の選択肢の一つとして車中泊避難所を検討すべき時期にきていると考えます。

（注）詳細は「避難生活の環境変化に対応した支援の実施に関する検討会」で検索ください。
URL　https://www.bousai.go.jp/kaigirep/kentokai/hinanseikatsu/pdf/torimatome_gaiyo.pdf

※取り組みは緊急避難で車を使用する自動車避難は含んでいません。

表４　ジャパンレジリエンスアワード2024受賞概要