



# 進化系防災訓練 「防災コミュニティラボ」の実装 —つながりを生み出し、防災力を育む挑戦—

東京都世田谷区 駒澤大学教授 内海 麻利



全国で行われる防災訓練は、近年、少子高齢化を背景に参加率の低下や形骸化が課題となっています。東京都世田谷区上馬地区で実施した調査では、地域のつながりの希薄化に加え、防災訓練が住民同士の交流や主体的な学びの場として十分に機能していない実態が明らかになりました。こうした状況を踏まえ、大学と地域が協働して新たな防災訓練の形を模索したのが「防災コミュニティラボ」です。

その背景には、自治体の先進的な取組があります。世田谷区は令和4年度、「世田谷地域『地域交流ラボ』」事業を創設し、地域と大学の連携を制度化しました。駒澤大学も立地校として地域貢献を担うべく、内海ゼミが「楽しく体と頭を動かしながら人と人の絆を深め、防災を学ぶ場」の創出に取り組みしました。これが進化系防災訓練「防災コミュニティラボ」の出発点です。

## 1 大学生が創り出す 新しい防災のかたち

活動は地域の現状調査から始まりました。町会の方々の協力を得て515世帯、大学生から146人のアンケートを回収。結果は、若年層の参加不足と「顔見知りが少なく活動しづらい」という声が示すように、知識の欠如よりも人のつながりの希薄化が主たる課題であることを示しました。この分析を受け、大学生たちは世田谷区、消防署、町会、小学校、NPO、企業<sup>i</sup>が協働し、試行錯誤を重ねながら訓練の仕組みを設計。この議論と実践を繰り返す過程こそが、地域と大学を結ぶ信頼の基盤となりました。

## 2 会場に生まれた笑顔と熱気

令和5年度から3年間にわたり実施している

「防災コミュニティラボ」は、従来の訓練にはない創意と工夫に満ちています。

- ・体を使って楽しく災害対応を学ぶ「防災競技」
- ・非常食の機能を体験的に味わう「非常食試食会」
- ・双六で遊び防災を身につける「防災スゴロク」
- ・防災知識を共に確認できる「防災クイズ」

子どもから高齢者まで幅広い世代が参加し、互いに声をかけ合いながら学び合う光景が広がりました。訓練は、地域全体がつながる「交流の場」へと着実に進化しつつあります。

## 3 データが示す確かな成果

イベント後に実施したアンケート調査では、「人とのつながりを感じた」「楽しかった」「従来の防災訓練より満足」「次回も参加したい」といった項目が、令和5年度から7年度の3年間を通じていずれも90%を大きく上回りました<sup>ii</sup>。とくに令和7年度には、小学生約90名を対象とした調査で「この体験をきっかけに、家族で防災の話をしてみたいと思った」との回答が94.7%に達し、家庭内での防災意識の波及効果が確認されました。これらの結果は、単なるイベントの成功を示すものではありません。調査—構想—企画—実装—評価という一連のプロセスが、地域と大学、そして世代を超えた連携を段階的に深化させたことを示しています。

## 4 大学生にとっての学びと成長

このプロセスを担った学生にとっても、本取組は実践的な学びの場でした。防災知識に加え、地域との協働や合意形成を体験的に学び、「地域に貢献する自分」という意識が確かな形で芽生えました。これらの経験は、将来、地域



令和7年度のパフレット



令和7年度の防災競技



令和7年度の防災スゴロク



令和6年度の非常食試食会

防災を担う人材の成長を支える礎となります。

## 5 多様な連携が生んだ力

この成果を支えたのは、多様な主体の協働です。世田谷区と駒澤大学を中心に、町会、消防署、小学校、商店街、NPO、企業が連携し、それぞれの知恵を出し合いました。こうした連携を通じて共有された「防災は一人ではできない」「交流と連携が不可欠である」という共通認識こそ、本プロジェクト最大の成果です。

## 6 未来への展望

令和6年度には小学校との連携を拡充し、授業と連動したイベントへと展開しました。今後は地域での若年層の参加を広げ、防災教育を次世代へ継承していくことをめざします。この取り組みの枠組みは他地域にも応用可能であり、「楽しくつながる防災訓練」としての可能性を秘めています。

「防災は、人と人の心を結ぶことから始まる。」世田谷発のこの挑戦は、地域防災の未来を切り拓く実践となりました。進化系防災訓練「防災コミュニティラボ」が示した新たな方

式——「学び」＋「楽しさ」＋「つながり」。  
この三つが重なるとき、防災は訓練を超え、地域を支える力へと確かな形で変わります<sup>iii</sup>。

- i 世田谷区世田谷総合支所地域振興課、世田谷区上馬まちづくりセンター、世田谷消防署、駒沢親和会（世田谷区上馬地区町会）、駒沢小学校、NPO法人まちこらば、株式会社ピコトン、江崎グリコ株式会社、アスト株式会社、尾西食品株式会社、駒澤大学社会連携センターなど
- ii 令和7年度には、「楽しかった」「勉強になった」「次回も参加したい」という項目でほぼ100%という高い評価を得ることができました。
- iii 「防災コミュニティラボ」は、令和7年度東京消防庁「第22回地域の防火防災功労賞」優良賞を受賞しました。また、大学生や地域も協力して作成された『防災スゴロク』（株式会社ピコトン）が、一般社団法人災害防止研究所主催の「防災グッズ大賞2025」においてアイデア賞を受賞しました。

<https://www.city.setagaya.lg.jp/02072/29170.html#p1>

<https://www.komazawa-u.ac.jp/news/research/2025/1110-18069.html>

[https://workshop.picoton.com/wp\\_news/2025/10/24/](https://workshop.picoton.com/wp_news/2025/10/24/)