

自主防災組織 マニュアル

平成26年11月 弘前市

はじめに

弘前市は青森県内でも災害の少ない地域といわれていますが、以前は、水害、土砂災害をはじめ多くの災害に見舞われてきました。

昭和33年、47年、50年、52年、記憶に新しいところでは平成25年9月の台風第18号により河川の氾濫による水害や土砂災害が発生し、多大な被害をもたらしました。その後、護岸工事、河川改修などハード面の整備が進んでいるところです。

また、平成23年3月11日に発生した東日本大震災、平成24年冬期の豪雪災害、平成24年7月の竜巻災害など、災害はいつでも起こりうるのです。

災害が大きければ大きいほど、市、消防、警察など公的機関の災害対応は必然的に分散されてしまいます。これは、災害予防、応急対策を含め、公的機関のみでは限界が生じることを意味するものです。事実、平成7年の阪神淡路大震災では、家屋等の倒壊により交通路が寸断され、消防車両等の進入すらままならない状況で、対応に苦慮するなどしており、公的機関の対応力の限界を表したものといえます。

そのときに救助された方の約8割が、自力若しくは付近の住民によって助け出されたことの調査結果があります。「自助」や「共助」による救助活動がより多くの命を救ったのです。

地域防災力を高めていくことが重要となっている今、地域の方々が集まって、お互いに協力し合いながら取り組むことが必要です。その中核となるのが「自主防災組織」であり、その果たす役割は非常に大きなものです。

私たちは災害の発生を防ぐことは出来ません。しかし、自ら、そして地域で普段から備えることにより、被害を軽減することは出来るのです。

自主防災組織の必要性

災害対策の基本的なことを定めているものに、災害対策基本法という法律があります。国、県、市町村、防災関係機関は、この法律に基づき防災対策を行うこととなります。

この法律では、防災対策について、国、県、市町村がその主体であることを規定しており、予防、応急対策、復旧・復興については行政が責任を負うことになっています。

しかし、多くの大規模災害時には、国、県、市町村及び防災関係機関による対応、いわゆる「公助」のみの対応では限界が生じることもあり、迅速な応急対策が難しい場面も想定されます。そのときに、いつ来るかわからない「公助」対応を待っているままでは、被害は拡大するばかりです。そのような時こそ、自分のことは自分で守る「自助」と、自分たちの地域は自分たちで守る「共助」が重要になります。

地域で協力し合う体制・活動である「共助」は、自主防災組織がその中心的な役割を果たすこととなります。

自主防災組織は、まさに「地域の助け合い」であり、災害対応や被害の軽減に大きな役割を果たすものです。また、自主防災組織を通じて、失われがちな地域の連帯感を再認識する役割も併せ持つことから、まさに「自主防災組織」は非常に重要な組織であると言えます。

まとめ

- 大規模災害が発生すると、市、消防、警察などの防災関係機関だけでは被害の拡大を防止することが困難
- 防災に対する自分自身や地域の主体的な姿勢が重要

自主防災組織とは

自主防災組織とは「自分のことは自分で守る」「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識、自覚、そして住民同士の連帯感に基づいて自主的に結成する組織であり、災害への備えや、被害を減らすための活動を行います。

これは、災害対策基本法にも「住民の隣保共同（隣り近所の家々や人々がそれぞれの分担をしながら力・心を合わせて助け合うこと）の精神に基づく自発的な防災組織」として規定されています。

自主防災組織は「共助」の中核に位置づけられるものであり、「共助」＝「自主防災組織」といっても過言ではないものです。

まとめ

- ・「自分の命は自分で守る」「自分たちの地域は自分たちで守る」意識を持つ
- ・指示を待つのではなく、地域が自ら考えて行動する

自主防災組織の役割

自主防災組織は、大規模な災害が発生した際に、組織（地域住民）が迅速・的確に行動し、災害による被害を少なくするために、日頃から地域の点検や危険個所の把握、地域住民への防災知識の普及・啓発、防災訓練の実施、防災資機材の整備などを行い、地域で災害に備えるための主体的な役割を持ちます。

また、実際に災害が発生した場合には、情報の収集を行い、住民に迅速、正確に伝えたり、初期消火活動、救助・救出活動、避難誘導、地域内の要配慮者への対応、避難所の運営（市職員との連携）など多くの、そして非常に重要な役割を担っています。

まとめ

- ・ 平常時
危険個所の把握、防災訓練の実施、防災知識の普及・啓発など に努める
- ・ 災害時
情報収集、住民への情報伝達、初期消火活動、救助・救出活動、避難誘導、避難所運営など に努める

組織の結成

地域の住民に強制的な参加を求めると、活動が自発的・継続的にできなくなることが想定されます。

まずは、一人でも多くの住民が防災に対する関心をもてるように「地域で共に安心・安全な暮らしを守る意識」の啓発に努め、市や消防機関などと協力しながら活動への関心を持ってもらうための情報提供や参加してもらうためのきっかけづくりをすることが大切になります。

町会長や役員で自主防災組織の結成を考えるときに、次のことを検討しましょう。

- ①組織の形：重複型→町会と自主防災組織が同じ。
 下部組織型→現在の町会等の組織内に防災部門を置く。
 別組織型→町会とは全く別の組織を新たに立ち上げる。

タイプ	重複型	下部組織型	別組織型
		町会役員が自主防災組織役員を兼ねる	町会長の下に町会組織の一部門として自主防災部門を設置
長所	<ul style="list-style-type: none"> ・組織づくりが容易 ・住民にとって組織の仕組みが分かりやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ・組織づくりが容易 ・町会長以外の役員の負担が軽い ・経験が蓄積され専門性が高まる ・活動の独自性が発揮できる 	<ul style="list-style-type: none"> ・町会長を含む役員全体の負担が軽い ・経験が蓄積され専門性が高まる ・活動の独自性が発揮できる
短所	<ul style="list-style-type: none"> ・町会役員の負担が重い ・役員の交代により活動方針等が変わりやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ・新たに人選をする必要がある ・役員の交代により活動方針等が変わりやすい 	町会に「町会長」と「自主防災組織の長」が存在することで災害時における混乱の可能性

- ②役員の人選：組織の形や編成が決定した後は、会長、副会長、班長などの役員の人選を行います。役員、特に班長については防災活動の経験がある人が望ましく、総会までに最終的な候補者を立てておく必要があります。
- ③規約案の作成：自主防災組織の活動を円滑に行うために、組織の位置付けや体系、役割分担などを明確にした規約（ルール）の作成が必要になります。規約は、組織の目的、事業内容などを明らかにするとともに、役員を選任や任務、会議開催、防災計画の策定について定めるものです。
- ④班編成：組織の検討段階で同時に検討されるべき事項となります。組織編成に当たっては、活動班を編成し、班長を定め、班編成や組織の規模や地域の実情により異なることから、必要最低限の班編成から徐々に進めることも必要です。（昼間の体制、夜間の体制などの考慮も必要）
- ⑤-1 防災計画案の作成：
 せっかくの組織も、災害が発生した際に、その場しのぎの活動では力を発揮することができません。どのような活動を行っていくのかしっかりと計画する必要があります。

⑤ー2 活動目標の設定・活動計画の作成：

活動は継続的に行うことが重要であり、中・長期的な活動目標を設定し、目標に向けた計画を立てることが必要となります。活動目標の設定にあたっては、組織の構成員の防災に関する知識等の習得につれ、実際の活動を通じて少しずつレベルを上げていき、これに応じて目標を修正していきます。

⑥ 収支見込：活動に要する経費について収支の見込みをたてます。住民の自発的な組織であることから、自主財源（町会費等）を基本としています。

まとめ

- 地域の住民が自発的・継続的に参加すること
- リーダーの存在、一人ひとりの自覚
- 規約はわかりやすく明確に作成すること
- 班編成は、組織の規模や地域の実情に合わせ、地域に必要な最低限の班編成から徐々に編成を充実させることも有効
- 地域活動であり、継続的な活動が必要なことから、全体会議においてしっかり議論し、同意を得ることが大事。

自主防災組織の活動

1 平常時（日常）の活動

平常時（日常）の活動は、いざ災害が発生した時に、組織が効果的な行動をすることができるようにするためのものであり、防災知識の普及・啓発、危険個所の把握、防災訓練、要配慮者への取り組みなどがあります。

1) 防災知識の普及・啓発

地域住民が防災に関する知識を身に付けておくことは、災害が発生した際の防災活動をスムーズに進めることもできることから、非常に重要なことです。あらゆる機会を捉えて普及・啓発に取り組み、住民が防災知識を学べる環境を作ることが大切です。

また、各家庭においても、家具等の転倒防止や食料、飲料水の備蓄などに取り組み必要があります。

2) 地域における危険個所の把握

自分たちの住む地域にどのような危険個所があるかどんな人が住んでいるかを把握することが非常に重要となります。市で配布した「地区別カルテ」やハザードマップを参考に、危険個所や建物の状況などを盛り込んだ地域独自マップを作成することで災害時に役立つばかりか、被害の軽減にもつながります。

たとえば・・・

- ・地域内の危険物（ガソリンスタンド、タンク施設）集積地域、延焼拡大が危惧されるような住宅密集地、土砂災害危険区域、道路沿いのブロック塀などの把握。
- ・高齢者や障がい者などの要配慮者の把握。 など・・・



地域マップの作成では

避難先の条件、避難先、避難ルート、避難の際に注意すべき箇所、避難手段、避難開始のタイミングなどを検討し、マップの取りまとめを行う。

3) 防災訓練

災害が発生したときに、マニュアルを見ながら対応するわけではありません。緊急事態のときには、落ち着いて的確に行動するように普段から繰り返し訓練を行い、「発生した災害に役立てる」「防災知識を活かせる」動きを身に染みつかせること大事になります。

訓練は、概ね以下のように分けられます。

○個別訓練

<情報収集・伝達訓練>

・地域内の被災状況、災害危険個所の巡回結果及び避難の状況等の情報を正確かつ迅速に収集。また、収集した情報を市や関係機関などに報告し共有する訓練。

・住民から収集した情報を担当班が整理し、自主防災組織の本部へ報告するとともに、防災関係機関の指示等を正確かつ迅速に地域住民へも伝達する訓練。

<初期消火訓練>

消火器・消火バケツ、可搬式小型動力ポンプ等により消火するなど、消火用資機材の使用方法及び消火技術を習熟する。

<救出・救護訓練>

はしご、ロープ、ジャッキなどの救出用資機材の使用法や負傷者等の応急手当、救護所への連絡、搬送方法等についての習熟訓練。

<避難・誘導訓練>

避難誘導訓練を中心として、組織ぐるみで避難の要領を把握し、避難所まで迅速かつ安全に避難できるようにするほか、地区内の避難状況の把握方法や要配慮者の避難行動支援の機能状況についても訓練を通して確認しておく。

<給食・給水訓練>

避難者の人数を把握し、炊飯装置などの限られた資機材を有効に活用して食料や飲料水を確保する方法等のほか、効率的に配分する方法についても習得する訓練。

<避難所運営訓練>

居住スペースや共有スペースの確保など、避難者を受け入れる際の実際に各班・係が分担する活動訓練を行う。

○総合訓練

上記の個別訓練を一連の動きの中で連携を取りながら実施する訓練。

○図上訓練

災害へのイメージトレーニングとして、災害に対する地域や自らの意識に足りないものへの「気づき」となり、その後の「行動」に繋がる訓練。

参 考

○避難所づくりのポイント

- ①年齢別・性別等の把握
- ②集団生活に適した環境づくり
- ③トイレや更衣室等における安心・安全の確保
- ④乳幼児や妊産婦等への配慮
- ⑤支援物資の仕分けと管理
- ⑥心のケアの場の設置
- ⑦男女がともに支え合い、責任を分かち合って避難所を運営

4) 防災資機材の整備・点検

自主防災組織が災害時にそれぞれの役割のもと、迅速に活動するためには、必要な資機材等を整えておく必要があります。資機材は定期的、計画的に整備・点検し、いつでも活用できるようにしておく必要があります。

区 分	品 目
救助・障害物除去用具	バール、ジャッキ、折り畳みはしご、のこぎり、スコップ、ロープ、チェーンソー、投光器、ペンチ（鉄線ばさみ）、その他救助活動に必要な資機材
情報伝達用具	メガホン、トランシーバー、携帯用ラジオ
消火用具	消火器、消火器格納箱、バケツ、砂袋、可搬型小型動力ポンプ、その他消火活動に必要な資機材
救護用具	担架、救急セット、毛布、ビニールシート、簡易ベット、簡易トイレ、炊飯機器、その他救護活動に必要な資機材
避難用具	ライト、発電機、リヤカー、警笛、その他避難活動等に必要な資機材等
給食・給水用具	鍋、コンロ、給水タンク、ガスボンベ、炊飯装置、その他
その他	ヘルメット、雨衣、長靴、ブルーシート、防災資機材保管庫、その他防災活動に必要な資機材

まとめ

いつでも活用できるように点検を怠らないこと。

5) 要配慮者対策

要配慮者とは、高齢者や障がい者、子ども、妊婦などの災害時に避難に時間を要したり、対応に特別な配慮や支援を要する方のほか、外国人や観光客など地理に詳しくない方をいいます。

これらの方は災害時に被害に遭う傾向が強く、平常時から災害時を見据えた環境、体制づくりが必要となっています。

まとめ

災害から要配慮者を守る取組みを平常時から、家庭内、地域において取り組んでいく必要があります。

6) 関係機関との連携

○消防団との連携：消防団は、市の非常備の消防機関です。消防団員は、他に本業を持ちながら非常勤特別職の地方公務員として「自らの地域は自らで守る」という郷土愛護精神に基づき、消

防・防災活動を行っています。

消防団は、火災発生時には初期消火や残火処理などを行っているほか、大規模災害時には住民の避難支援や災害防御などを、武力攻撃事態等の場合は避難住民の誘導などを行うことになっています。

そのような災害等の発生時には、消防団は管轄区域全域で活動しなければならないため、地域の防災活動に携わることは困難です。

そのため、災害時における自主防災組織の主体的な活動が、地域の安心・安全の確保にとって重要です。

まとめ

消防団は管轄区全域で活動しなければならないため、災害時の地域の安心・安全を確保するための主役となるのが自主防災組織です。

- ・ 平常時での連携→消防団による防災に対する知識・技術の向上などに関するアドバイス
- ・ 災害時での連携→自主防災組織と消防団が連携した消防・救助活動の展開

○様々な団体との連携：自主防災組織の活動では、自主防災組織同士の連携のほか、消防団、学校、防災士会、県や市町村の社会福祉協議会など、地域の様々な団体と連携し、活動の活性化を図り、防災をはじめとする地域の安心・安全を確保する取組を進めていくことが求められています。

その際、各団体の活動の特徴を踏まえ、それぞれの得意分野で補完し合う活動を心掛けることが必要です。お互いに良きパートナーとなれるよう、日頃から情報交換をするなどの関係づくりを行い、地域における繋がり、結びつきを広げていくことが重要です。

また、地域の様々な団体と連携を図ることで、これまで実施困難であった活動であっても、多様な方法による取組が可能となることで解決することが期待されます。

まとめ


様々な団体との連携により、地域防災力の向上を図ることが効果的です。

2 災害時の活動

1) 地震災害時の活動

地震災害時における初動対応については、自分自身及び家族の安全確保を第一に考え、地域の実情に応じて活動を実施します。

以下、活動例を示します。

	災害時の状況	自主防災組織に期待される活動や役割
発 災 前	 災害発生	<ul style="list-style-type: none"> ・防災知識の普及 ・防災訓練の実施 ・防災資機材の整備 ・災害危険箇所、要配慮者の把握・事前対策
発 災 直 後		<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身と家族の安全確保 ・近隣での助け合い（出火防止、初期消火、救出等） ・迅速な避難誘導
数 時 間 後	<p>地域で救援活動にあたる人も含めて、大部分の人が被災者であり、生命の危機・生活環境との破壊に対して、自助・共助が中心</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・安否確認や被害についての情報収集 ・初期消火活動、延焼防止 ・救出活動、負傷者の手当て・搬送 ・住民の避難誘導活動 ・要配慮者の安否確認、避難支援
数 日 後	<ul style="list-style-type: none"> ・行政や公的機関による緊急対応。 ・地域住民と自主防災組織は、初動対応となる消火、避難、救出・救護、給食・給水等を実施する時期。 ・外部から様々な支援活動、支援物資等が入り始める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所運営 ・自治体及び関係機関への情報伝達 ・他団体等への協力要請 ・物資配分、物資需要の把握 ・炊き出し等の給食・給水活動 ・防疫対策、し尿処理 ・避難中の地域の自警 ・要配慮者等への配慮 ・ボランティア活動

①情報収集及び伝達

地震災害時に適切に対応するためには、災害情報の正確かつ迅速な収集と伝達が必要不可欠です。そのため、市や消防機関などと住民との間で災害情報の伝達システムを構築する必要があります。

市や消防機関などからの情報を自主防災組織が住民に伝達し、逆に地域の被害状況や住民の避難状況などを自主防災組織で収集し、市や消防機関などに報告できるように、「情報班」において区域を分け、伝達や収集の責任者を明確にする必要があります。

災害時には電気や電話、インターネット回線が不通になる可能性があることから情報収集と伝達システムを確立しておくことを考慮しなければなりません。

②避難

地震災害時の避難行動において、自主防災組織が担うべき役割は、避難誘導と避難所開設・運営の大きく2つがあります。

その際に注意しなければならないのは、災害が発生した時期や時間帯、被害の状況、火災発生時の風向きなどによって、安全な避難場所や避難経路が異なるため、正確な情報の把握が必要です。

ア 避難誘導

日頃から市や消防機関などと協議し、地域で避難訓練を重ねることなどにより、綿密な避難計画を作り住民への周知徹底しておくことが大切です。

また、避難の際には、自主防災組織が中心となり、隣り近所で声を掛け合うとともに、要配慮者の方への声掛けや避難支援を行うことが重要です。

イ 避難所の開設・運営など

避難所は、災害の直前・直後において、住民の生命の安全を確保する避難施設として、さらに災害の規模や被害の状況に応じて、一定期間生活する施設として重要な役割を果たすものです。

したがって、災害発生後に避難所を開設する際は、市が指定した施設の安全が確認されたのち、一時避難場所から避難した人を受け入れ、支援することが重要です。

分野・項目		避難所の機能	考慮すべき事項
安全 ・ 生活等	安全の確保	災害発生の直前又は直後において、安全な施設に迅速かつ確実に避難者を受け入れ、避難者の生命・身体を守る。	
	食料・生活・物資の提供	食料や飲料水の供給、被服・寝具等を提供する。	・必要な物資等が均等にいきわたるように配慮する。
	生活場所の提供	家屋の損壊やライフラインの途絶等により、自宅での生活が困難になった避難者に対し、一定期間にわたって生活の場を提供する。	季節や期間に応じて、暑さ・寒さ対策や炊事、洗濯等のための設備のほかプライバシーや男女のニーズの違いへの配慮が必要となる。
保健、医療、衛生	健康の確保	避難者の傷病を治療する救護機能と健康相談等の保健医療サービスを提供する。	避難の長期化に伴い、心のケア等が重要となる。
	トイレ等の衛生的な環境の提供	避難者が生活を送る上で必要となるトイレ、風呂・シャワー、ごみ処理等衛生的な生活環境を維持する。	避難者の生活が続く限り、継続していく必要がある。

情報、コミュニティ	情報の提供・交換・収集	避難者に対し、災害情報や安否情報、支援情報等を提供するとともに、避難者同士が安否の確認や情報交換を行う。 避難者の安否や被災状況、要望等に関する情報を収集し、行政等外部へ発信する。	時間の経過とともに必要とされる情報は変化することに留意する必要がある。
コミュニティ	コミュニティの維持・形成	互いに励まし合い、助け合いながら生活できるように避難者同士のコミュニティを形成する。	避難の長期化と共に重要性が高まるため、避難所のルールや良好な関係を維持できるよう調整に努める。

③初期消火

地震による火災を防ぐためには、各家庭の出火防止が一番ですが、発生直後の対応として、自主防災組織は初期消火活動にあたる必要があります。

ア 初期消火

大規模な地震発生時の消防機関の活動は、以下の状況により通常の火災に比べて制限されます。

- ・ 建物の倒壊や地割れ、停止車両等による消防車の通行不能道路の発生
- ・ 火災の同時多発
- ・ 水道管切損による消火栓の使用不能 など

したがって、万が一出火した場合に自主防災組織が中心となって行う初期消火は、延焼防止となります。

④救出・救護

地震が発生すると、救急車の出動要請の集中により119番が「話中」であったり、建物の倒壊や落下物等により通行不能や道路混雑などで思うように活動ができなかった事例もあります。自主防災組織は、倒壊建物やがれきの下敷きになった人の救出にあたるほか、負傷者には応急手当等を行い病院へ搬送するなどの支援が求められますが、二次災害の発生防止に十分留意する必要があります。

⑤給食・給水

地震により、停電、断水、ガスの供給停止に加えて、食料や飲料水、生活用水が不足することが予想されます。そのため、自主防災組織は、避難所等での安心・安全な生活支援として、食料や飲料水、救援物資の配分を行うほか、炊き出しを行う必要があります。

炊き出しを行う際は、衛生面に十分配慮し、食中毒などの二次災害を出さないように心掛ける必要があります。また、給食・給水にあたっては、要配慮者、自宅で避難生活を送っても調理ができずに食事を求めて避難所へ来る人、帰宅困難者となった地域外の人などがいることを認識し、柔軟で適切な対応が求められます。

さらに、自分で水や食事を取りに来ることができない人、アレルギー体質の人など、様々な事情を抱えている人へ配慮するとともに、高齢者や病人、


乳幼児など、一般の防災備蓄食品が合わない場合もあるため、できるだけその人に合わせたメニューを考える必要があります。

2) 風水害時の活動

地震災害時と同様に風水害時においても、時期に応じた的確な活動が重要です。

予測が難しい地震とは違い、風水害はある程度の予測と時間的余裕があることから、被害を軽減するために早期に情報伝達や避難行動等をとることが必要となります。

以下、活動例を示します。

	災害時の状況	自主防災組織に期待される活動や役割
災害発生前	ラジオ、テレビなどの気象情報に注意し、避難情報や避難勧告・指示に備えて行動する。また、地域の災害状況に注意する	※早期の情報伝達・事前行動が必要 ※土砂災害の前兆現象などに注意し、異常があれば自主避難するとともに、市に通報する。 <ul style="list-style-type: none"> ・住民への避難の呼びかけ ・土のう積み等、被害を抑える行動 ・要配慮者の避難支援
災害発生直後	 早期に避難を完了し、避難所等での安否確認等を実施する時期である。また、状況に応じて、水防活動、救出・救護活動を実施する。	※被害を抑えるための行動と避難所運営 <ul style="list-style-type: none"> ・水防活動 ・安否確認及び被害についての情報収集 ・救出活動 ・負傷者の手当・搬送 ・避難所運営

①情報収集及び伝達

洪水・土砂災害では、災害発生の切迫性が現れる前に、いかに迅速に避難を開始できるかが重要となるため、正確な情報収集・伝達が必要となります。

特に、避難準備情報や避難勧告・指示の情報は、防災行政無線や広報車の音声か雨音でかき消されるなどして住民に伝わらない場合もあります。そのため、窓を開けるなどして住民が自ら情報を取得することに加え、自主防災組織が早めに情報を住民に伝える必要があります。

②避難及び避難所運営

洪水・土砂災害時の避難及び避難所運営については、それぞれの地域で様々な状況が想定されるため、地域の降雨・浸水の状況や被害に関する情報を正確に把握し、自宅の構造や浸水状況に応じた避難、安全な避難経路での避難、避難所開設などにおいて適切な行動が求められます。

また、避難行動は、計画された避難所等に避難することが必ずしも適切ではなく、素早く安全に避難するために場合によって自宅や隣接建物の2階等に避難することが適切な場合もあります。

避難に関する情報のうち「避難準備情報」とは、災害発生の危険性が高まった時に、市が発令する避難勧告等の情報の一つです。従来の「避難勧告」より前の段階で「人的被害の発生の可能性がある」と判断された時点で発令され、避難に時間を要する高齢者や障がい者等に避難開始を、その他の人たちに避難準備を求めるものです。

発令情報	発令の状況	住民に求める行動
避難準備情報	<ul style="list-style-type: none"> 要配慮者等、特に避難行動に時間を要する方が避難行動を開始しなければならない段階。 人的被害の発生する可能性が高まった状況。 	<ul style="list-style-type: none"> 要配慮者等、特に避難行動に時間の要する方は、計画された避難所等への避難行動を開始。 それ以外の方は、家族等との連絡、非常用持出品の用意等、避難準備を開始。
避難勧告	<ul style="list-style-type: none"> 通常の避難行動ができる方が避難行動を開始しなければならない段階。 人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況。 	通常の避難行動ができる方は、計画された避難所等への避難行動を開始。
避難指示	<ul style="list-style-type: none"> 前兆現象の発生や切迫した状況から、人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況。 堤防の隣接地等、地域の特性等から人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況。 人的被害の発生した状況。 	<ul style="list-style-type: none"> 避難勧告等の発令後で避難中の方は、避難行動を直ちに完了。 避難していない方は、直ちに避難行動に移るとともに、その時間がない場合は生命を守る最低限の行動。

大きなまとめ

- このマニュアルはあくまで標準的なものです。すべてに当てはまる訳ではありません。その地域によって、また、その組織の状況によってできる事できない事があります。
- 訓練などの活動をとおして気づく点もでてきます。

まずできることから少しずつ
積み重ねていきましょう！

<参考>

○警報・注意報発表基準一覧表

(発表官署 青森県地方気象台)

警報	大雨(浸水害) (土砂災害)	雨量基準 土壌雨量指数基準	平地:40mm/h 平地以外:45mm/h 95
	洪水	雨量基準	平地:40mm/h 平地以外:45mm/h
	暴風	平均風速	18m/s
	暴風雪	平均風速	18m/s 雪を伴う
	大雪	降雪の深さ	平地:12時間降雪の深さ35cm 山沿い:12時間降雪の深さ50cm
注意報	大雨	雨量基準 土壌雨量指数基準	25mm/h 57
	洪水	雨量基準	25mm/h
	強風	平均風速	13m/s
	風雪	平均風速	13m/s 雪を伴う
	大雪	降雪の深さ	平地:12時間降雪の深さ15cm 山沿い:12時間降雪の深さ25cm
	雷	落雷等により被害が予想される場合	
	融雪	融雪により被害が予想される場合	
	濃霧	視程	100m
	乾燥	実効湿度67%、このほか県内気象官署の風速、最小湿度などを考慮	
	なだれ	①山沿いで24時間降雪の深さが40cm以上 ②積雪が50cm以上で、日平均気温5℃以上の日が継続	
	低温	夏期:最高・最低・平均気温のいずれかが平年より4~5℃以上低い日 が数日以上続くとき 冬期:最低気温が-8℃以下のとき (ただし前日の最高気温が-3℃以下、又は0℃以下が2日以上継続)	
	霜	早霜、晩霜期におおむね最低気温2℃以下 (早霜期は農作物の生育を考慮し実施)	
	着氷・着雪	大雪注意報の条件下で気温が-2℃より高い場合	
記録的短時間大雨情報	1時間雨量	90mm	

○自主防災組織活動チェックリスト

(静岡県危機管理部作成から一部抜粋)

1 地域の被害想定や危険度の検証

(1) 地域の状況把握

<地域の危険箇所>

- がけ崩れの危険性がある場所及び土砂が広がる範囲はどこか
- 倒壊の可能性のあるブロック等の塀や電柱、街灯、煙突、大木はないか
- 落下しそうな屋外看板等はないか
- 高層建築物のガラスが落下した際に飛散しそうなところと範囲はどれくらいか
- 河川の堤防で老朽化している、または脆弱なところ(施設)はないか
- ため池の護岸や堤防で老朽化している箇所や溢水しやすいところはないか
- マンホールや貯水槽の蓋は割れていないか、また外れやすくなっていないか
- 河川や堰などに張り出したような道路や歩道はないか
- 危険物や化学薬品等を扱っている事業所はないか
- 危険動物や大型動物を飼っている施設や事業所はないか

<地震による被害想定>

- 想定される最大震度はどれくらいか
- 想定される液状化の危険性はどれくらいか
- 想定される延焼火災の発生可能性はどれくらいか

<地域の特性・地質>

- 地域を流れる河川の河床よりも低いところはあるか
- 埋立地や湿地、沼地(かつてはそうであったところ)はないか
- 土地が埋没しそうなところはないか

(2) 基本活動

<組織づくり>

- 自主防災組織として災害時に機能する体制になっているか(連絡体制、班の役割の把握等)
- 組織の長、役員(災害時の活動を指揮できる人)は一定人数はいるか
- 防災リーダー、指導者(防災に関する知識を有し、防災活動を指導できる人)はいるか
- 防災活動ごとに班構成ができていますか

＜情報提供・コミュニケーション＞

- 住民が正しい防災知識を有し、積極的に防災活動に参加しているか
- 地域住民に正確で分かりやすい防災情報を提供しているか
- 女性や高齢者、障害のある人の意見が地域防災活動に反映されているか
- 防災に限らず、地域住民の交流が深まるような行事が行われているか

＜防災訓練＞

- 定期的に防災訓練を実施しているか（多くの住民が参加できる工夫がされているか）
- 防災訓練の実施にあたっては、市や有識者、指導者、専門的な技能を有している人材と連携しているか、または、助言などの協力を得ているか
- 過去の訓練を検証し、適宜、見直しや新たな訓練手法の導入を心掛けているか
- 役員、班員は定期的に情報交換や訓練を行っているか

＜防災計画・各種台帳等＞

- がけ崩れ、延焼火災などの災害別に避難計画を策定しているか
- 過去の被害実績や土地利用などを踏まえた防災マップを作成しているか
- 各種の台帳（組織台帳、世帯台帳、人材台帳、要配慮者台帳など）を整備しているか

2 防災対策の検証

(1) 自主防災組織の災害対策本部

- 自主防災組織の災害対策本部（以下「自主防本部」）はいつ誰がどこに開設するのか決まっているか
- 自主防本部や各般の行動マニュアル（行動の段取り）はできているか
- 自主防本部で使用する防災用品は保管しているか
- 自主防本部での情報通信体制は確保されているか
- 災害時の地域内情報をどのように収集するのか、方法は決まっているのか
- 地域の被災状況を自主防本部に伝達する仕組みはできているのか
- 自主防本部は地域の災害対応を住民に的確に指示できるか

(2) がけ崩れからの避難体制

＜危険区域や避難地の表示＞

- がけ崩れ危険予想地域において、土砂崩れの区域（ハザード）が日頃から住民に周知されているか
- がけ崩れ危険予想地域において、危険個所を示す標識や表示が数多く設置されているか
- がけ崩れ危険予想地域において、避難場所を示す標識や表示がなされているか

＜避難のための備え＞

- 地域住民の具体的な避難計画（避難対象者、避難先、避難ルート、避難所要時間設定、避難先での対応内容などの事前準備）はできているか
- 地震の際に落橋しそうな橋を避難ルートに含む場合、落橋した場合を想定した避難計画を立てているか
- 河川やため池などの堤防上の道が避難ルートに含まれていないか
- がけ崩れから避難する際、率先避難者はいるか、率先避難をする役割の人を決めているか

（３）防災倉庫、防災資機材、防災用品

- 防災倉庫は安全な場所に設置されているか
- 防災倉庫の鍵は複数の人が常時使用できる管理体制になっているか
- 防災倉庫の資機材は、実際に地域で起きる災害を時系列で想定して配置しているか
- 防災用品や水・食料の使用期限、消費期限を確認して、適宜、更新しているか（管理台帳やチェックリストで正確に管理しているか）
- 非常食を摂るとき飲用水を備えているか
- 防災倉庫の利用にあたり、停電時の夜間に利用する場合に備え、扉を開けたらすぐのところに懐中電灯や非常電源による灯りを用意しているか
- 非常食の缶詰はプルトップタイプか、そうでない場合には缶切りはあるか
- 懐中電灯には、取り換え用の電池と電球を備えているか
- 防災用品は夏用・冬用、地震発生の季節を考慮して備蓄しているか
- 実際に災害があった場合に、防災倉庫及び使用中（使用済）の資機材や防災用品を管理する役割の人は決めているか

（４）初期消火、延焼火災対応

- 役員及び住民は地域内の消防水利の場所を把握しているか
- 消防水利の蓋をあける工具等は保管してあるか、保管場所から常時取り出すことはできるか
- 消防可搬ポンプのホースは消火栓に接続できるか
- 消防可搬ポンプや非常用発電機の燃料はあるか
- 消火用バケツを用意する場合、くみ上げる水利の位置や状態を考慮しているか。また、くみ上げるためのロープを用意してあるか
- 地域で使用できる共用の消火器を各地に配置しているか
- 延焼火災から避難する際、率先避難をする役割の人を決めているか
- 延焼火災に備え、一次避難場所、広域避難場所の標識・表示は設置されているか

(5) 救出救助、応急救護

- 建物倒壊時の被災者救出用の道具や工具はあるか
- 建物倒壊時の被災者救出用の道具や工具の運搬方法は準備できているか
- 負傷者の搬送先、搬送方法は決まっているか、準備できているか
- 負傷者の応急救護用の防災用品はあるか
- 住民レベルのトリアージや心肺蘇生法を的確にできるか
- 地域で使用できる共用のAED（自動体外式除細動器）は配置されているか、配置されている場所を知っているか
- 最寄りの救護病院や救護所（開設場所）を知っているか

(6) 避難所の開設、運営

- 避難生活計画書は作成、整備されているか
- 避難所や救護所の場所は、地域住民の誰もが知っているか
- 避難所や救護所で使用する防災資機材や防災用品を備蓄してあるか、保管状況は良好か
- 避難所の受付場所や管理運営方針は決まっているか
- 避難所の屋内・屋外ごとに使用目的別エリアを決めてあるか
- 避難所の入所ルール（入所の順序、入所後のルール）は決まっているか
- 避難所の運営スタッフはいるのか、市、管理者（主に学校）、災害ボランティアとの連携はできるか
- 災害ボランティアとの調整役はいるか、または、円滑に調整できるか
- 電気や水道、ガスの供給が止まっても非常食の炊き出しはできるか
- 配給用の食器類はあるか、衛生的な配給はできるか
- 全国からの支援物資の分配をどのように行うのか準備はできているか

(7) 被災後の住民生活支援

- 被災後も在宅で暮らす人の状況を把握する体制はできているか（誰が状況を把握するのか、どの班が担当するのか）
- 被災後も在宅で暮らす人の生活・物資支援はできるのか
- 被災後の防犯活動を具体的に考えているか
- 被災後のし尿や廃棄物、一定規模のガレキの処分を具体的に考えているか

○避難所のルール（例）

1 避難所全体のルール

※避難所の共通のルールとなります。必要に応じて避難所運営委員会で見直すこととなります。

- 避難所は、避難所運営委員会及び避難者が主体となって運営します。
- 避難所の開設は、水道・ガスなどのライフラインが復旧する頃までを目途とします。
- 避難者は、世帯（家族）単位で登録を行ってください。
避難所を退所するときは、転居先を連絡してください。
犬・猫など動物類は決められた場所で飼育していただくようお願いします。
- 居住スペースは土足禁止とし、脱いだ靴は各自で保管してください。
- 施設管理や避難者全員のために必要となる部屋には避難できません。被害があつて危険な部屋も同様に避難できません。
「立入禁止」「使用禁止」「利用上の注意」等の張り紙の内容には必ず従ってください。
衛生の面から、定期的に生活スペースを移動しますので、ご協力ください。
- 食料・物資等は、原則として全員に公平に提供できるようになってから配布します。
不足する場合は、子ども、妊産婦、高齢者、障がい者の方々に優先して配布します。
食料・物資は、個人ではなく、居住組を決めて居住組ごとに配布します。
在宅被災者については、原則として避難所に受け取りに来てください。
粉ミルク・おかゆ・紙おむつなどの要望は、個別に対応しますので、担当者に申し出てください。
- 喫煙は、所定の場所以外では禁止します。

2 共同生活上のルール

区 分	内 容
生活時間	<ul style="list-style-type: none"> • 起床時間： 時 分 • 消灯時間： 時 分 ※廊下は転倒したままとし、体育館などは照明を落とします。 ※その他、施設管理上必要となる部屋は点灯したままとします。 • 食事時間 朝食： 時 分 <li style="padding-left: 2em;">昼食： 時 分 <li style="padding-left: 2em;">夕食： 時 分 ※食料の配布は、居住組単位で行います。 • 放送時間： 時で終了します。 • 電話受信：午前 時から午後 時まで ※放送で呼び出しを行い、伝言を渡します。
清掃	<ul style="list-style-type: none"> • 世帯単位の割当スペースについては、原則として世帯ごとに責任を持って清掃してください。 • 世帯スペース間の通路など、居住組単位で共用する部分については、相互に協力して清掃してください。 • 避難所全体で使用する共用部分については、衛生班の指示に従って、避難者全員で協力して実施します。 • トイレについては、使用ルールを厳守し、環境美化に協力してください。
洗濯	<ul style="list-style-type: none"> • 洗濯は原則として、世帯単位で行ってください。 • 洗濯機や物干し場など、避難者全員で使用するものについては、各人の良識に基づいて使用し、長時間の占有を避け、他人に迷惑にならないようにしてください。
ごみ処理	<ul style="list-style-type: none"> • 世帯ごとに発生したごみは、原則として、それぞれの世帯が共有のごみ捨て場に搬入してください。 • 共同作業で発生したごみは、その作業を担当した人たちが責任を持って捨ててください。 • ごみの分別を行ってください。
プライバシーの保護	<ul style="list-style-type: none"> • 居住スペース及び世帯スペースは、一般の「家」同様、みだらに立ち入ったり覗いたりしないようにしてください。 • 居室内での個人のテレビ・ラジオは、周囲の迷惑にならないよう、使用する場合には、イヤホンを使用してください。 • 携帯電話は、居住スペースではマナーモードにし、特に夜間は居室内で使用しないでください。

3 トイレ使用ルール

1) 施設のトイレを使用する場合（水を確保して使用している場合）

- トイレトペーパーを使用した場合、詰まる可能性がありますので、便器に流さず、備え付けのごみ箱に捨ててください。
捨てた後は、必ずふたを閉めてください。
- トイレを使用したら、ポリバケツに汲み置きしてある水（流し用）を使用し、流してください。
- 皆さんが使用するトイレですので、清潔な使用を心掛けましょう。
- ポリバケツに汲み置きしている水は、手洗いには使用しないでください。
手洗いは、手洗い場に備え付けてある水（手洗い用）を使用してください。
大勢が使用する水ですので、節水に心掛けましょう。
- 水汲みやトイレ掃除は、避難者全員で当番制で行います。
居住組ごとに当番を割り振りますので、当番表を確認して、協力して行いましょう。
水がなくなりそうな場合は、当番に関わらず、気づいた人たちで協力して水汲みを行いましょう。

2) 簡易組立てトイレを使用する場合

- 使用する際は、中に人がいないか一声声をかけて確認しましょう。
- トイレを使用する際は、使用していることが分かるよう、入り口に「使用中」の札をしてから入りましょう。
- 和式のトイレの上板（便器にまたがる部分）は、2人以上が乗って使用しないでください。介添えが必要な方は、洋式のトイレを使用してください。
- 洋式のトイレは、足の不自由な方や介添えが必要な方が優先的に使用するものですので、それ以外の方は和式のトイレの使用を優先してください。
- 使用後は、便器のそばにあるレバーを回して、排せつ物をならしてください。
- 皆さんが使用するトイレですので、清潔な使用を心掛けましょう。
- 汲み取り業者の手配が必要なトイレですので、排せつ物が溜まってきたら、気づいた人が衛生班に報告してください。

4 火気使用のルール

- 避難所で火気を使用するスペースは、原則として〇〇室と屋外の△△とします。居住スペースでの火気の使用は行わないでください。個人のカセットコンロを使用する際も〇〇室で使用してください。火気を使用する際は、消火バケツや消火器を用意して使用してください。
- 夜間（ 時以降）は、避難所内で火気を使用しないでください。使用する必要がある場合は、総務班に申し出てください。
- ストープの周りには、燃えるものを置かないでください。
- 避難所の居住スペースは禁煙です。
（〇〇を喫煙スペースとしていますので、そこをお願いします。きちんと消火し、吸い殻入れに捨ててください。ポイ捨ては絶対に行わないでください。）
- 吸い殻入れの処理は、喫煙者が協力して実施しましょう。吸い殻を捨てる際も火の気がないか確認してから捨てましょう。

5 夜間の警備体制について

- 夜間は共有部分は消灯せず、〇時に居住スペースのみ消灯しますので、ご協力ください。
- 夜間は不審者の侵入を防止するために、〇〇の入口と〇〇の入口以外を施錠しますので、ご協力ください。緊急時には他の入り口も開放しますが、あわてず指示に従って行動してください。
- 夜間は避難所受付に当直者を配置し、また、防火防犯のために避難所内の巡回を行いますので、緊急時や何かあった際には、そちらまで一声かけてください。
- 当直は交代制で行います。皆さんの協力を得ながら行いますので、ご協力ください。

6 食料配付のルール・伝達文

- 食料・物資・水などは公平に分配します。
- 数量が不足する物資などは、子ども、妊産婦、高齢者・障がい者、大人の順に配布します。
- 物資の配布は、各居住組の方にお渡ししますので、各組で分配するようにしてください。
- 物資などは、原則毎日〇〇時頃に、場所は△△で食料・物資班が配布しますので、秩序を守って食料・物資班の指示に従い受け取ってください。
- 配布する物資などの内容や数量は、その都度放送で皆さんに伝達します。
- 各自必要な物資などは、避難所運営委員会の食料・物資班に連絡してください。

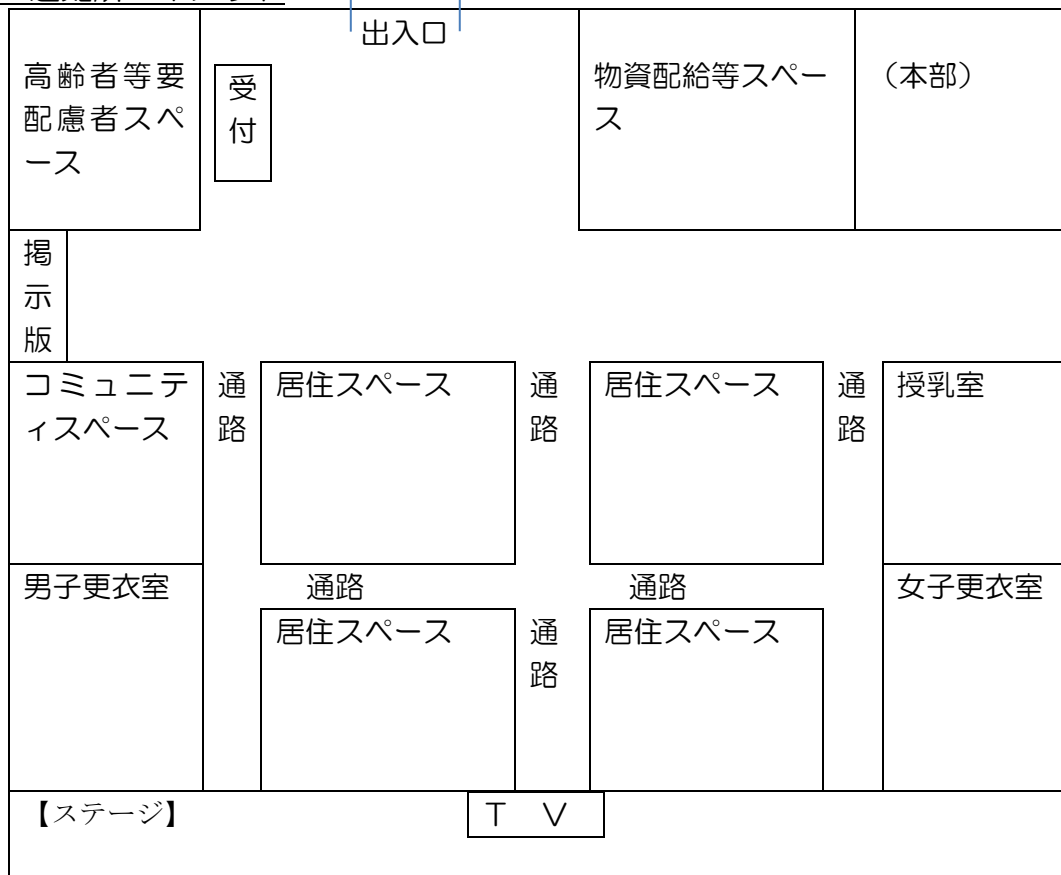
7 ペット飼育のルール

※避難所では多くの方が共同生活を送っています。

ペットの飼い主さんは、次のことを守って避難所生活を送ってください。

- ペットは、指定された場所で、必ずゲージに入れるかリードにより繋ぎとめて飼育してください。
- 飼育場所や施設は、飼い主が常に清潔にし、必要に応じて消毒を行ってください。
- ペットの苦情及び危害防止に努めてください。
- ペットの排便等は、飼い主の管理のもと、指定された場所で排便させ、後片付けを必ず行ってください。
- 食事を与える時間を決めて、その都度きれいに片づけてください。
- ノミ・ダニ等の発生防止等の衛生管理、健康管理に努めてください。
- 運動やブラッシングは、必ず屋外で行ってください。
- 飼育困難な場合は、衛生班に相談してください。
- 他の避難者との間でトラブルが生じた場合は、速やかに衛生班へ届け出てください。

8 避難所レイアウト



弘前市経営戦略部防災安全課

〒036-8551 弘前市大字上白銀町1-1

[TEL:0172-40-7107](tel:0172-40-7107)

FAX:0172-35-7956