

自主防災力向上のための

出前講座参考資料

1. 自主防災組織がなぜ必要か

自助と共助が生命を守る

住民に「自助と共助」がなぜ重要なのかを知ってもらうために、講座のタイトルに「自助と共助」の言葉を使う。

場合によっては、「自助・共助と公助の役割」とも表現できます。

自助が生き残りの要であり、共助が生き延びる要であることを知ってもらうことと、そのための自主防災の役割を理解してもらう目的の講座であることを説明。

現在の地域防災体制の不安

常備消防 約15万7千人

消防団 約88万9千人

自主防災組織

地域防災の中核だった
200万人いた消防団が88万人に激減

消防団員の高齢化

消防団員のサラリーマン化

大規模災害の多発

消防団協力事業所表示制度

現在全国市町村に、2,206事業所

話の前提として、

現在の日本では地域内にある防災の専門組織（消防団）が手薄になっていることから、多発する災害に対して常設消防だけではまかないきれないことを説明し、将来のために、企業や事業所を交えての官民の連携が大切な時代となっていることを説明。

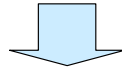
大規模災害に襲われたとき

市民にしてほしいこと

- ・自分の力で**生き残る**
- ・地域の**共助**で**生き延びる**

被災地内共助が必要な理由

- ・公共施設も職員も被災者になる可能性
- ・公助の出動体制には時間がかかる
- ・復旧・復興が公助の最大の責任



共助は公助の不足を補う

講座の目的である「共助」の意味をわかってもらうため、阪神大震災等を例にして、市役所の建物も壊れ、職員も負傷して仕事に就けないことが起こることを説明。

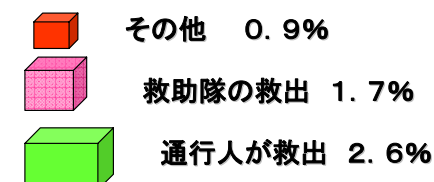
西宮市では、震災3日を過ぎても職員の半数が出勤できなくて、市役所も6階から8階までが壊れて使えなくなり、救援から復旧に至る業務に支障が出たことを紹介。

公助が計画通りに動けなくなることを説明して、最低3日間は自分と家族の力で生き残ることと、近所での助け合いで生き延びることの意味を知ってもらう。

阪神・淡路大震災における住民の防災活動

(日本火災学会「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より)

生き埋めや閉じ込められた人の救出



**98%が
自助と共助で
助かった**

隣人・友人が救出 28.1%

家族が救出 31.9%

自力で脱出 34.9%

**救出の最大要因は早さ
その日の生存率は80%
4日目の生存率は5%**

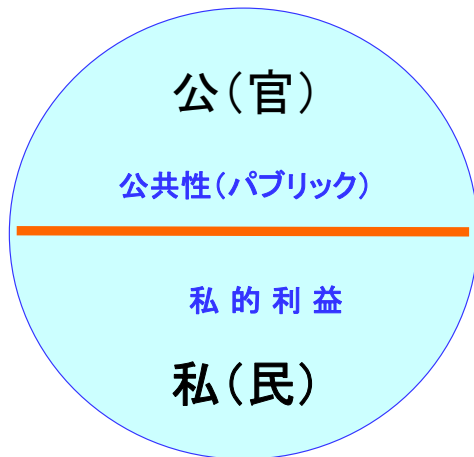
生命に係わる具体的な事例として、阪神大震災では、亡くなられた方は6,434人だったが、生き埋めなどから脱出できた人は約16万人以上となっています。ではなぜそれだけの多くの方が助かったのかが、この図でわかります。

消防や警察のレスキュー、さらに自衛隊など公的な救助隊が来るには時間がかかることから、生命のあるうちに助けだせるのは、自分で這い出すか、家族や近所で助けてもらう以外にありません。生命を助けるには、自助と共助が圧倒的な力であり、それは、時間との勝負なのです。

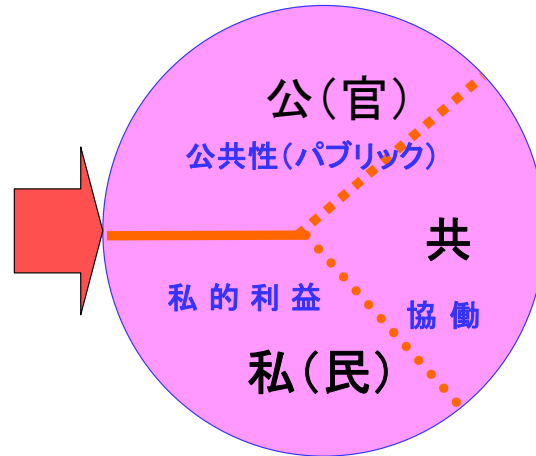
生命を守るには、自助と共助がいかに大切かを理解してもらえます。

震災から教わった公共の精神

阪神大震災前の
世の中



阪神大震災後の
世の中



今までの社会は個人的か全体的なことばかりが多かったが、阪神大震災を経験して、いかに皆の助け合いが大切なのがわかった。これからは、公・共・自という3つの組み合わせで、安心・安全なまちづくりをする時代です。

自治会や自主防災組織が、なぜ重要なのかは、災害への備えだけでなく、日常からのコミュニケーションを育てることは、地域の共助によることがわかります。

自然災害は止められない
災害に対しては

先手を打つか！

迎え撃つか！

自然災害は止めることができません。災害に強い地域を作るには、まず自助を強くすることで、それが災害に「先手を打つ」ことです。そして、先手を打つ準備ができたなら、災害を迎え撃つ力を育てることです。

自分と家族にできる災害への備えと、近所で力を合わせる行動を確実に実行し、子どもたちに伝えておきましょう。

住民にとっての対策

先手を打つ⇒自助の備え

- 自宅の耐震補強
- 家具の固定
- 水や食糧の備蓄
- 非常持ち出し袋を作る
- 家族の連絡先を決めておく
- 避難路・避難所を知っておく
- 室外機を水に浸からない高さに置く

しかし、家庭の備えだけでいいのか？

これが自主防災最初のポイントです。

将来起こると予測されている、東南海・南海地震のような大きな地震災害が起こると、太平洋側一帯が被災地となり、自分の町のことでも手一杯になると考えられます。そのため阪神大震災で経験したように、たくさんのボランティアが駆けつけてくれるとは限りません。公的な救助も時間がかかると思ったほうが良いでしょう。

だからこそ、自分と家族は自分たちで守ることが最重要となります。事前にできることをしておきましょう。

※参考に、備蓄物資とは家の中で停電や断水時に過ごせる物資のことで、非常持ち出しとは、避難所などに行くときにもって出る物資です。その意味を分けて考えてください。

例えば、非常持ち出し用の水が10リットルのポリタンクでは重くて動けません。外に出るときは500ミリ以下の小さなペットボトルを数本持っていくほうが便利です。1本ずつ飲む時間を決めておけば、空になったボトルは捨てていけます。

迎え撃つ⇒自主防災組織の強化

発災時の生き残り和生活再建は、近隣
共助なくしては進まない。

共助

自主防災の役割

**ひと・もの・金・場所・知恵・技術
の集り**

誰にでもできる災害ボランティア

リーダーの高齢化は悩みではない！

まず、災害時の助け合い（ボランティア活動）は誰でも参加できることなのです。地域に潜在する能力を活かすことが災害に強い地域づくりになります。

例えば、労力が提供できる人は、水汲み、荷物運び、炊き出し、清掃など避難所や在宅被災者に直接係わる作業があります。

地域で、ボール、ジャッキ、リヤカー、チェーンソー、フォークリフトなどの機材を提供できるお店や事業所もあります。

義援金とは別に、ボランティア作業にもお金が必要です。募金箱を作ってボランティアへの支援金も集めましょう。

阪神大震災では、指定避難所に入りきれない避難者を、自発的な市民が自宅や会社を近所に提供して数万人の人が一時避難できました。

おばあちゃんの知恵袋のように、若者が知らない知恵や技術を教えてくれるのも大変役立ちます。

自主防災の高齢化は問題ではありません。リーダーが高齢だからこそ、地域に詳しく人脈も豊富であり、官民の連携も図りやすくなります。これからは、地域内の中学生と仲良くなることや、地域の企業との交流を深め、地域に潜在する能力を活かせる準備をしておきましょう。

被災地の中で 自主防災組織にしてほしいこと

- ・ 被災者の直接支援
災害ボランティアとしての活動
- ・ 被災地の地域支援
自治体・町会としての活動町会
- ・ 被災地行政の補完
自治会役員、防災リーダーとしての活動

自主防災組織こそが市民の安全を守る要になります。しかし、その活動は、多方面にわたっており、それぞれの目的に応じた人や物資・資機材の割り当てを考えてください。

避難所に行って避難者の面倒を見ることや、在宅で不自由な生活をしている被災者を手伝えることなど、直接被災者に接することが一番多いボランティア活動でしょう。

しかし、公道から一步入った道のガレキをどけたり、詰まった溝を掃除したりして、地域の環境や衛生面に協力することも必要です。

行政の補完とは、仕事を変わりにするのではなく、役所が復旧作業に専念できるよう、市民で雑用を代行するということです。

自分の町は自分たちで守り、再生しましょう。

市民のボランティア活動だから出来ること

役所に限界があるとき

公平・平等が通用しないとき

⇒行政が復旧に専念できる環境づくり

⇒市民だから許される「効果優先」

⇒民間同士だから出来る「ゴメン」

市民による公共への直接参加とは

『心の税金』

市役所にとって、一番の業務は、早い復興です。

そのためには、役所の業務を遅らせるような雑用は、市民の共助で処理できるようにしましょう。

公的機関は常に公平・平等という原則があることから、物資が足りないとか、人数が足りないなどの問題に、困ってしまいます。

そんなときこそ自主防災の出番です。民間だからこそできる「効果の優先」を第一にした行動を考えてください。

阪神大震災のときに、リンゴが5000個届きました。このリンゴを4万人もの避難者に配ることで市役所が困っていたので、ボランティア本部が全部配ることにしました。大阪府社協は、2000個のリンゴを持ち帰り、ジュースにして高齢者に配り、YMCAは女子大生が子どもたちを集めて遊びながらリンゴを剥いて配りました。リンゴの当たらない大人で文句を言った人はいませんでした。これが効果的に配られた例です。

被害軽減のための日常からの連携例

保存版
生野区
東中川連合 防災マップ

町会で独自に作った地図には、災害時に何かの協力をしてくれる企業や事業所の場所と名前が書かれている



災害発生時に資材等を提供していただける協力企業

新今里1北町会	(株)北田建設
(株)アール	村上工務
新今里1南町会	(株)コリアンコーポレーション
(株)住友ビル	(株)マニの設備
(株)共同サービス	(株)大地建設
中西工務	(株)西野工務
(株)西野工務	(株)西野工務
新今里2南町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
新今里3北町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
新今里3南町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
新今里4南町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
新今里5南町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設
中川東1町会	(株)大和建設
(株)大和建設	(株)大和建設

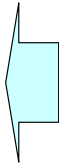
自主防災力の強化に欠かせないこととして、地域内の企業・事業所の持つ潜在力の活かすという説明をしました。

このマップは、大阪市内のある町会で実施している例ですが、町会の方々が、地域内の事業所を訪問し、災害時に役だつものの提供を呼びかけ、その結果を地図に書き込んで住民に配布しました。

特に、ボールやジャッキ、フォークリフトなどの提供できる事業所の実名と場所を書き込んでいます。

その後、数個の事業所から追加の申し込みがあり、地域内での意識が高まっています。

-  **公園 一時避難場所**
中川西公園
-  **収容避難場所**
中川小学校・大池中学校
-  **公園 指定避難場所**
以外の公園
中川南・中川・西の川
-  **地域会館**
・中川老人憩いの家
・中川西会館
-  **防火水槽・プール**
-  **消火器設置場所**
-  **可搬式ポンプ**
-  **公衆電話**
-  **病院・診療所**
-  **薬局・接骨院**
-  **「AED」設置場所**
-  **フォークリフト**
-  **資機材・大工道具**
ジャッキ・ノコ・バール
シャベル・ハシゴなど
-  **発電機**
-  **コンビニ、スーパー**



地図に描かれている資機材や施設などの内容



中川防災マップ

中川連合振興町会
平成21年

避難(他隣)発生時、避難時の心得・お願い

- 避難する際は、避難経路(道路や河川)を確認し、安全なルートで避難してください。
- 避難する際は、持ち物(貴重品・現金)は最小限にとどめ、避難時に持ち出す必要はありません。
- 避難する際は、避難先(指定避難場所)を確認し、避難先での注意事項(避難時の行動)を確認してください。
- 避難する際は、避難先(指定避難場所)を確認し、避難先での注意事項(避難時の行動)を確認してください。



中川連合振興町会の連絡先

町会名	住所	電話番号
中川連合振興町会	〒771-8502 中川町1-1-1	0771-852111

2. 安全な早い避難の促し

台風を軽視してはいけない

最近の風水害

・外水はん濫

河川の水が堤防のない場所や堤防から越水により、堤内地へ氾濫すること。

※堤防の川側を堤外

・内水はん濫

雨が都市部や農地など河川以外の場所で排水不良により溢れ、堤内地が浸水すること。

※堤防の人のいる側を堤内

風水害への備えを話すに当たって、まず「外水氾らん」と、「内水氾らん」の説明が必要です。

また、堤外と堤内の意味を間違っている人もいます。

最近の水害での避難率

災害名	避難率
長崎豪雨(1982年)	13%
東海豪雨(2000年)	44%
台風6号・北上川(2002年)	18%
新潟・福島豪雨(2004年)	見附市 19% 三条市 23% 中之島町36%
台風23号豊岡水害(2004年)	33%

<http://www.bousai.go.jp/jishin/chubou/suigai/index.html>

台風等の場合に、なかなか避難する人が少ないことを説明。

避難情報の種類

台風や大雨などで災害が大きくなると思われるときに、市役所から市民のみなさんへの避難の呼びかけ(発令)には、次の通り3つの種類がありますので、その違いを知っておいてください。

情報の種類	発令される状況	市民のみなさんにしてもらうこと
避難準備情報	人的被害発生の可能性が高まったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・要援護者の方や避難に時間がかかる人は、避難を開始してください。 ・一般市民の皆さんは、浸水への予防や避難の準備をしてください。
避難勧告	人的被害発生の可能性が明らかに高まったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・通常の避難行動がとれる人は、避難所等への避難を開始してください。
避難指示	人的被害の危険性が高まったとき 人的被害が発生したとき	<ul style="list-style-type: none"> ・すべての市民は直ちに避難を完了してください。

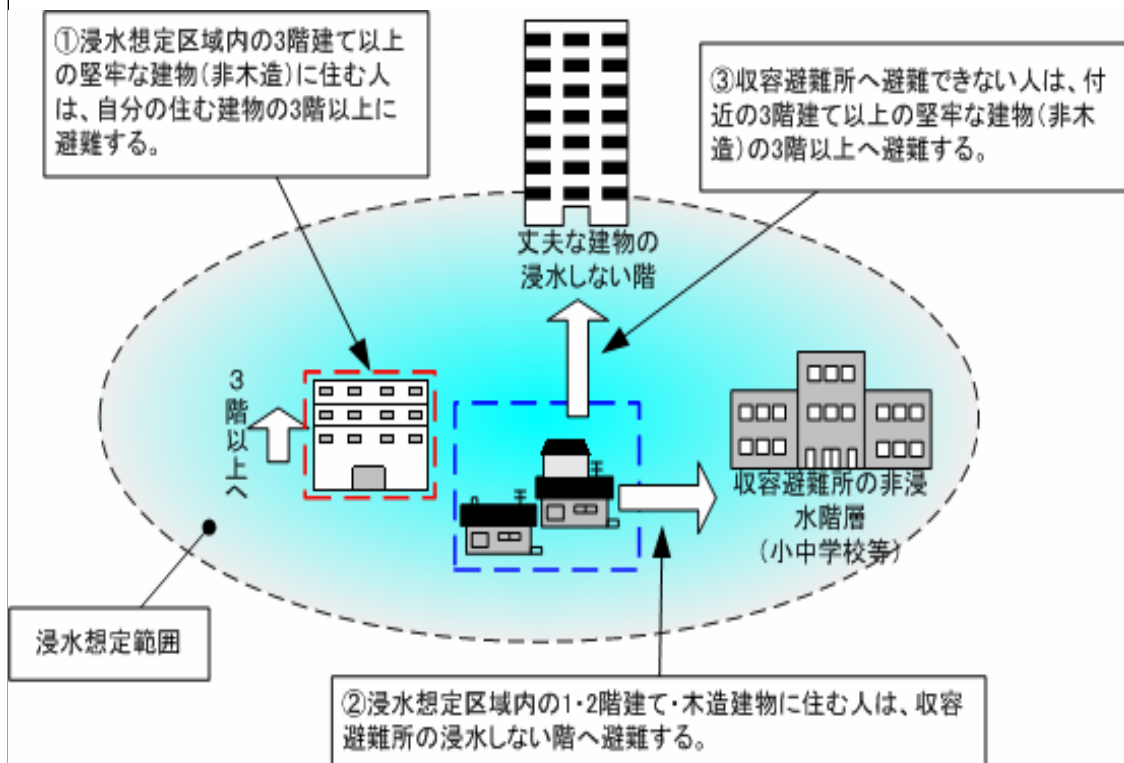
避難を知らせる方法には3つの段階があることを解説。

特に避難準備情報が、高齢者や障害者など自力で避難が困難な人のために早く出されることで、近所で助け合って、安全な時間内に避難をすることを説明。

また、風速15mを超えると外を歩くのは危険なため、暴風圏内に入る前に出される避難勧告で避難することを説明。

避難指示はめったに出ませんが、そのときに自分の勝手な行動で避難しない場合は、救助隊も暴風雨の中を出動できないことから、危ない目にあってもどうしようもないことを知っておいてください。

どこへ避難すればいいの？＝水害のとき



これは、平成16年度の東南海・南海地震津波等対策検討委員会で、検討しました洪水避難の基本方針です。

淀川のような大河川の氾濫では、浸水の被害が百万人を超えるという大規模な想定です。

従って、津波避難のように、浸水想定範囲から出るというのは非常に困難です。

このようなことから、図に示すような、避難の方針を想定します。

まず、図の左上に四角囲みで描いていますが、①浸水想定範囲内の3階建て以上の堅牢な建物(非木造)にお住まいの方は、自分の住む建物の3階以上に避難する。

そして、図の下の四角囲みに示していますが、②浸水想定区域内の1・2階建て、木造建物に住む方は、小中学校等収容避難所の浸水しない階層に避難する。

また、時間的余裕がなく、収容避難所へ避難できない方は付近の丈夫な建物の浸水しない階層に避難してください。

なぜ、すぐに避難しないのでしょうか？

1. 正常化の偏見

自分は大丈夫だとの思いと、風水害の避難勧告では、「生命までなくすことはない」との思いから、家や家具など財産の心配が気になり放置して逃げにくい。

2. 情報のダブルバインド（二重のしぼり）

「堤防が破堤する可能性があるので、早めの避難をしてください」とメッセージを出しても、住民は、「情報は行政が出すもの」というメタメッセージを持っているから、「行政の指示を待っていれば良い」と、自己判断で避難しない習慣がついている。

メッセージ(表の表現)と、メタメッセージ(裏の表現)の矛盾と葛藤に私たちは縛られています。

なぜ、避難する人が少ないのかの分析です。

「正常化の偏見」は群馬大の片田教授の説明と、「情報のダブルバインド」は京大の矢守教授が解説したものです。

日本人的な行動といわれていますが、まずは「率先市民」づくりがもっとも有効な解決方法といえます。

ダブルバインドの例

例えば、大学生になって東京でひとり暮らしの男の子に、母親が「いつまでも親を頼らず自立しなさい」といつも言っているのですが、その男の子が一切連絡を取ってこずに、自分で一生懸命自立しようとする、母親は不安になることがあります。

その原因は、母親の「自立しなさい」というメッセージには、その裏側に「いつもは母に頼られている」というメタメッセージが隠れていて、母親でしか味わえない矛盾に満足しているからです。

避難の促し対策 例

情報に縛られない市民の率先行動への期待

- ・これからは、全員攻撃・全員守備・全員センサーという社会を構築が求められる。
- ・行政や気象台から提供される情報を待つのではなく、住民が自ら率先して行動する力をもつこと。
- ・住民側も情報提供に参加し、「近隣の出来事を通報する」、「近所に避難を呼びかける」、「雲の動き、風や雨の状態、浸水、異常現象等を携帯電話のカメラで画像を送る」など、率先して情報提供者になることが望まれる。

率先市民という言葉がキーワードです。

市民側が情報は行政が出してくれるものと考えているのが日本では大半です。

しかし、現在は情報の社会です。市民からも情報は発信できます。

お天気のウエザーニュース社では、すでに数万人の「ゲリラ豪雨隊員」が全国に誕生しており、雲や風、雨の状況を写メールで報告することが広がっています。実際にその結果、ゲルラ豪雨を予測して、避難につながった事実があります。

情報を待つのではなく、自分からも市役所や消防署に伝えるという習慣をつけ、みんなで共有できるようにしましょう。

また、避難というのは人の様子を見るのではなく、まず自分が先頭になって行動を起こすことが大切です。避難を決めた人は、大声で周りに目立つように避難を始めてください。人の動きを見ている周りの人を引っ張って行ってください。

3. 天気予報の見方

台風や洪水被害に備えて、まず天気予報の見方を知ってきましょう。

天気予報の「夜遅く」って いつのこと？

① 21時～24時

② 24時～03時

③ 03時～06時

22

出できればクイズ形式で参加者に答えさせましょう。

消極的な場合は、①②③のいずれかに手を上げさせましょう。

お天気の時間

00時	03時	06時	09時	12時	15時	18時	21時	00時
未 明	明 け 方	朝	昼 前	昼 過 ぎ	夕 方	夜 の は じ め 頃		夜 遅 く

23

天気予報の基礎として、一日の時間の表現を知っておくことが大切です。

「夜の初め頃」は、昔「夜半」といっていました。

昼ご飯が12時を過ぎてからなのは、「昼過ぎ」だからです。

「大気の状態が不安定」 って、どれが正しい？

- ① 上空に強い寒気が流入
- ② 地表に暖かく湿った空気
- ③ 強い日差しで気温が上昇

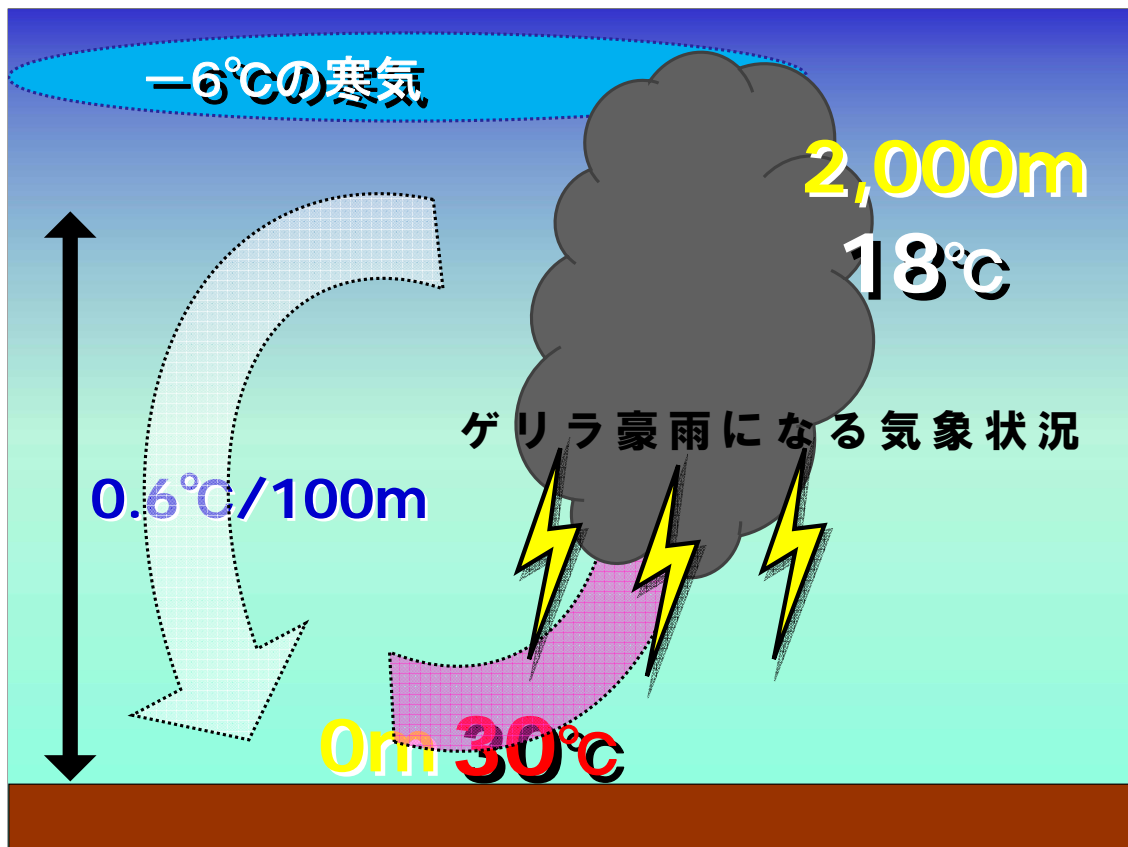
24

これもクイズ形式で答えてもらいましょう。

全部が正解になると答えた人がいれば、ほめてあげましょう。

①か②と答える人が多いです。

大気的不安定は、上空と地表の温度差があればできるということです。



夏のある日を想定した図です。

地面が30度の夏日になりました。気温は10メートル上がると0.6度ずつ低くなります。そこで、上級2000メートルは18度になっていることがわかります。

ところが、その上空に大陸からマイナス6度という強烈な寒気が入り込んできたとしたら、この急激な温度差で積乱雲が発達し、雷を伴った雨が急に落ちてきます。これが狭い地域に集中することでゲリラ豪雨となります。2年前に神戸を襲って都賀川で犠牲者が出た雨はこのようにできたのです。

雨の降る量を6畳の部屋に例えると



(約9.8m²)

この雨水が
低地へと
一度に流れ
ていく

10ミリの雨

…1斗缶 6本弱

50ミリの雨

…ドラム缶 2本半

80ミリの雨

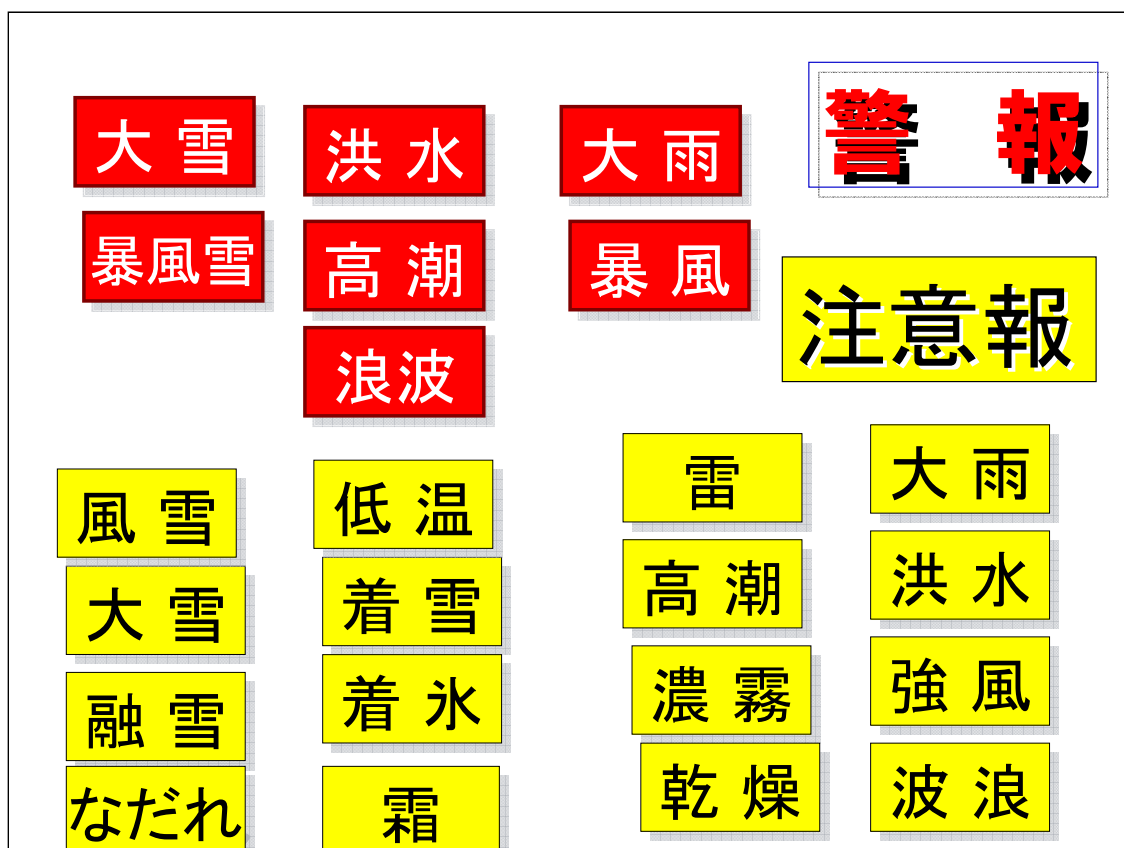
…ワゴン車 1台弱

26

雨の怖さをわかりやすくするための図です。

例えば、時間に関係なく、80ミリの雨が降ると、6畳の部屋にワゴン車1台分(約7.8キロℓ)の雨が溜まるということなのです。

これが1時間で振ると大量の雨が流れ出すことになり、ゲリラ豪雨の恐ろしさがわかります。



警報が発表されると、多くの場合避難の情報が市役所から出される
 と思って、避難の準備をし始めてください。

また、避難勧告等が出た後、台風がそれることもあるので、情報の
 空振りでも文句を言わないでください。