

令和7年度 第二回 社会貢献活動推進連絡会議

災害時に備えた地域との コミュニティづくり



障害防災情報提供
複数の講演会参加者
への共通情報提供

前 国立障害者リハビリテーションセンター研究所
NPO 支援技術開発機構(ATDO) 研究顧問
南池袋二三四町会災害準備プロジェクト部長
長野保健医療大学 特任教授

北村弥生
ykita3100@gmail.com

2026年1月28日 14:00～15:00

このデータは所属法人内での共有は歓迎しますが、それ以外での共有の際には、著者までご連絡ください。日進月歩の分野なので新規情報に更新させていただきます。公的機関からの引用は、引用をつけてお使いください。

今日の参加者

- ykita3100@gmail.com ご質問は遠慮なく、どうぞ(災害時にも)

【職種】

福祉事業所

(高齢27、社協23、障害13, 児童11)

【地域】埼玉県

・清水宣明著 「保育施設の災害対応ガイドブック」 中日新聞社2024
1540円

事前質問

- ①BCPの訓練は、施設内訓練のみでいいのか、地域連携を含めた実施訓練が必要となるのか → 地域連携がBCPでは求められています。少しずつ広げるとよいです。
- ②高齢者や子育て世帯など属性の違う住民を巻き込むために、具体的な方法がありますか？ → 防災さんぽ。訓練でも役割分担する。事業所に協力依頼。
- ③子どもの施設の場合、小さい子供たちを限られた大人で避難させるには大変なことも多く、未就学児には、まだ言葉で伝えても難しいため、日ごろの備えとして何をしておく必要がありますか。→ 理解でなく怖がらせない、安心、慣れるのための準備と考える。近隣事業所・学校に協力を依頼。
- ④気軽にできる防災訓練はありますか？ → パワーワーク、防災まちあるき。
- ⑤災害はいつ発生するかわかりませんが、災害訓練は日中、夜間(夕方以降など)いつやったほうが良いなどありますか→ 原理としては、頻度の長いタイミングから始める。夜間、活動中、食事中、散歩中、休憩時間、延長保育時、水浴び中など。非常勤職員の役割、時間外勤務・保育以外の勤務の謝金。

理念として、お伝えしたいこと

1. 災害時には平時に準備していたことしかできない

→ 悔やまずに、次の教訓に

→ 準備が大事。できないことがあっても仕方ないことを、まず、知っておく。

・障害者は「迷惑をかける存在」ではなく、地域の準備を率先して行うための「防災資源」：近隣に準備の手伝いを頼むことに遠慮はいらない。

・平時の10倍になる作業量(鍵屋一)を「準備で解決しておく」3, 「外部支援・どうしたらいいかわからないこと」4, 「災害発生時に自分ですること」3に分けておく。

理念として、お伝えしたいこと・続

2. 災害時に名刺交換では遅い

→連携も平時から継続して(いろいろな機会に災害を話題にする)

色々なお知らせを、心をこめて地域に届ける(事業所の広報誌を利用者・職員が手渡し、配送。話題にどう関わってほしいかの提案を一筆添えて送ると、異動の返事がもらえる。年度末に「異動される場合は、後任のご紹介をいただきたい」と書き添える。)

3. 楽しく実践 (「逃げないと大変！」でなく、「安心できるので逃げる」「空振りではなく素振り(矢守)」)

- ・一部だけ切り出し、短時間で実施する(一部職員・一部利用者のみ・机上訓練)
- ・レクリエーションと組み合わせる(散歩、遠足、運動会、食事会等:移動、点呼)
- ・(気の置けない)他の組織と合同で訓練する・手伝い(記録撮影から)に来てもらう
- ・記録して、振り返り(次の目標)、蓄積する(マンネリ化しない):全員に役割分担する
- ・少しずつでも継続する

※ 今日の研修が、少しでも被害を減らすきっかけになれば幸いです

地域連携訓練のひとつの方法

◆「災害時の地域連携」訓練として、「他事業所と一緒にの会議」「地域でのイベント」で名刺交換＆災害準備についての情報交換を行う。「災害時の連携」訓練になる。平時からの知り合い(連絡先を知っている人)が災害時には役立ちます。名刺・情報を事業所の実績として記録・共有します。

◆名刺交換のためには、名刺・事業所の簡単なパンフレット・災害準備状況の簡単なメモがあると便利なので、持ち歩きます。声掛けは、自宅・職場のエレベータで練習。

・災害時に使えるメールアドレス、携帯電話番号を事業所として統一できれば、それを書き込みます。

◆「地域でのイベント(最寄りの避難所での自治体・町会の防災訓練:情報入手)」「防災イベント」への参加に、事業所として時間給・参加費補助・代休等を調整し、参加職員から他の職員への当日資料の提供・報告会も「事業所の研修」としてカウントします。職員が全員あつまりにくい場合は、配布資料とミニ報告メモを全職員に配布し「研修」とします。感想や質問をgoogle formや目安箱等で求めて、さらに課題を共有し解決方法を探ります。

今日のテーマ

1. 「訓練」「地域との連携」をBCPでは書かされるが、実際に、
どうしていいかわからない
2. 平時の業務だけでも手一杯なのに、災害時の準備まで手がまわらない。人員不足で災害時に、どこまでできるか、期待されるか。

1. 「訓練」「地域との連携」をBCPでは書かされたが、実際に、どうしていいかわからない

- (1) その前に・・・被災リスクを確認し事業所内で周知する(床上、床下浸水リスクありますか?)
- (2) まずは、直接死者を出さないこと(出てしまったらどうするか)
- (3) 建物損傷への対策
- (4) 地域の防災活動に参加してみる(顔つなぎをする、事前に町会、民生委員会、社協・自立支援協議会のイベント・会議で手がかりを作る)
- (5) 施設の防火防災訓練に、外部支援者候補に参加してもらう
近隣施設の防火防災訓練に見学・手伝いに行く。
- (6) 「防災施設内あるき」・「防災まちあるき」をする(職員2～3人から)

(1) 被災リスクを確認し、事業所内で周知する


- 国交省: 重ねるハザードマップ(自治体ごとの防災マップ)
<https://disaportal.gsi.go.jp/maps/>
- 防災科研: J-SISマップ <https://www.j-shis.bosai.go.jp>
- 「都道府県名・市町村名」と「ハザードマップ」でネット検索



埼玉県川越市大字平塚新田

この付近では、最悪の場合、洪水による浸水が発生してその深さが5メートルから10メートルになることが想定されています。
水害発生のおそれがある場合には、浸水が想定されない場所へ**早期に立退き避難**することが必要です。
ただし、想定される浸水の深さより高い場所に住んでいる場合、浸水が解消するまで我慢でき、水や食料などの備えが十分であれば**屋内で安全を確保**することも可能です。
避難場所や避難経路などについてはお住まいの地域のハザードマップをご確認ください。

川越市のハザードマップを見る

 選択した地点とその周辺で最も危険な災害リスク情報を表示しています。また、掲載情報は今後更新される可能性があります。詳細は**注意事項**をご確認ください。

20m～



10～20m

5.0～10m

2階の屋根以上
が浸水する

3.0～5.0m

2階部分まで
浸水する程度

0.5～3.0m

1階天井まで
浸水する程度

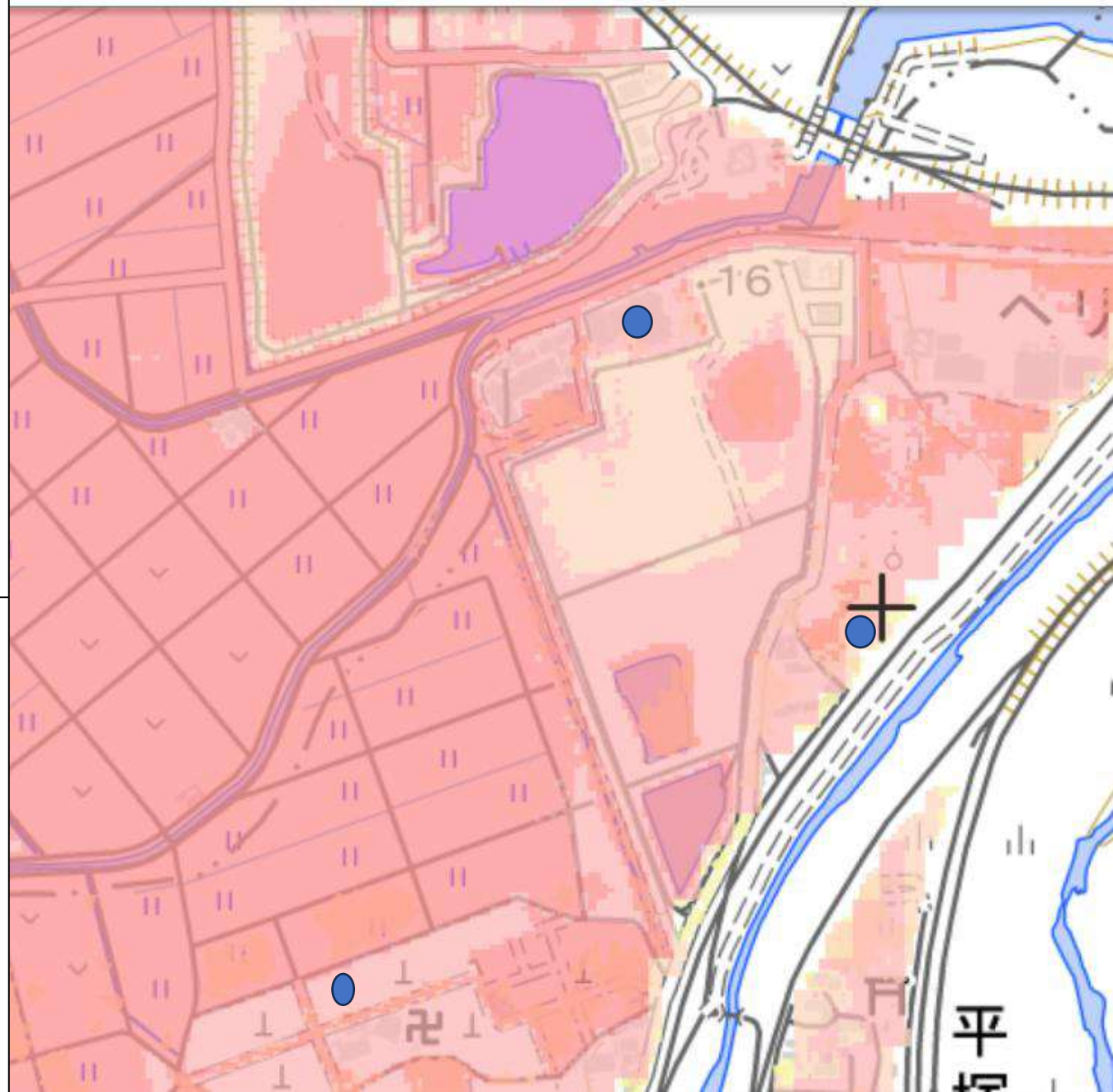
0.0～0.5m

大人の膝まで
つかる程度



重ねるハザードマップ

 川越市平塚新田201-2



床下・床上浸水リスクがあったら

- エアコン・給湯器等の室外機をリスク高よりも高い位置に移動する
 - ・改築の際に変更する
 - ・災害ボランティアの活用ができないか社協に相談）。
- コンセント位置をリスク高よりも高くする。
- ブレーカーを予報時刻前に切る。ブレーカーを1階とそれ以外で分配しておく。停電時の対策を計画しておく。（例：冷蔵庫、入所施設では冷暖房、その他：思いつく物があれば・・・）

大規模地震の被害想定と過去の大規模地震の被害

	南海トラフ		首都直下		東日本大震災	阪神淡路大震災	関東大震災
	2012(L2)	2003(L1)	2013	2005	2011	1995	1923
マグニチュード	M9.0	M8.7	M7.3	M7.3	M9.0	M7.3	M7.9
死者/行方不明者	80,000～320,000	24,000	5,000～22,500	11,000	19,294	6,434	105,000
負傷者	257,000～623,000	300,000	90,000～120,000	240,000	6,100	44,000	-
建物倒壊	627,000～1,356,000	450,000		200,000	126,500	105,000	109,000
建物焼失	50,000～750,000	90,000	38,000～412,000	650,000	-	7,400	212,000
避難者(最大)	----	6,000,000	7,200,000	7,500,000	480,000	320,000	780000*
直接被害額(兆円)	220	81	95	112	17	10	0.055
当時の国家予算(兆円)	-	-	92.6	82.1	92	73	0.014

(林春男.大規模災害に立ち向かい人口減少時代の防災のありかた.GITA-JAPAN第35回コンファランス 公開資料を改変):ニーズを満たす供給が間に合うか厳しい

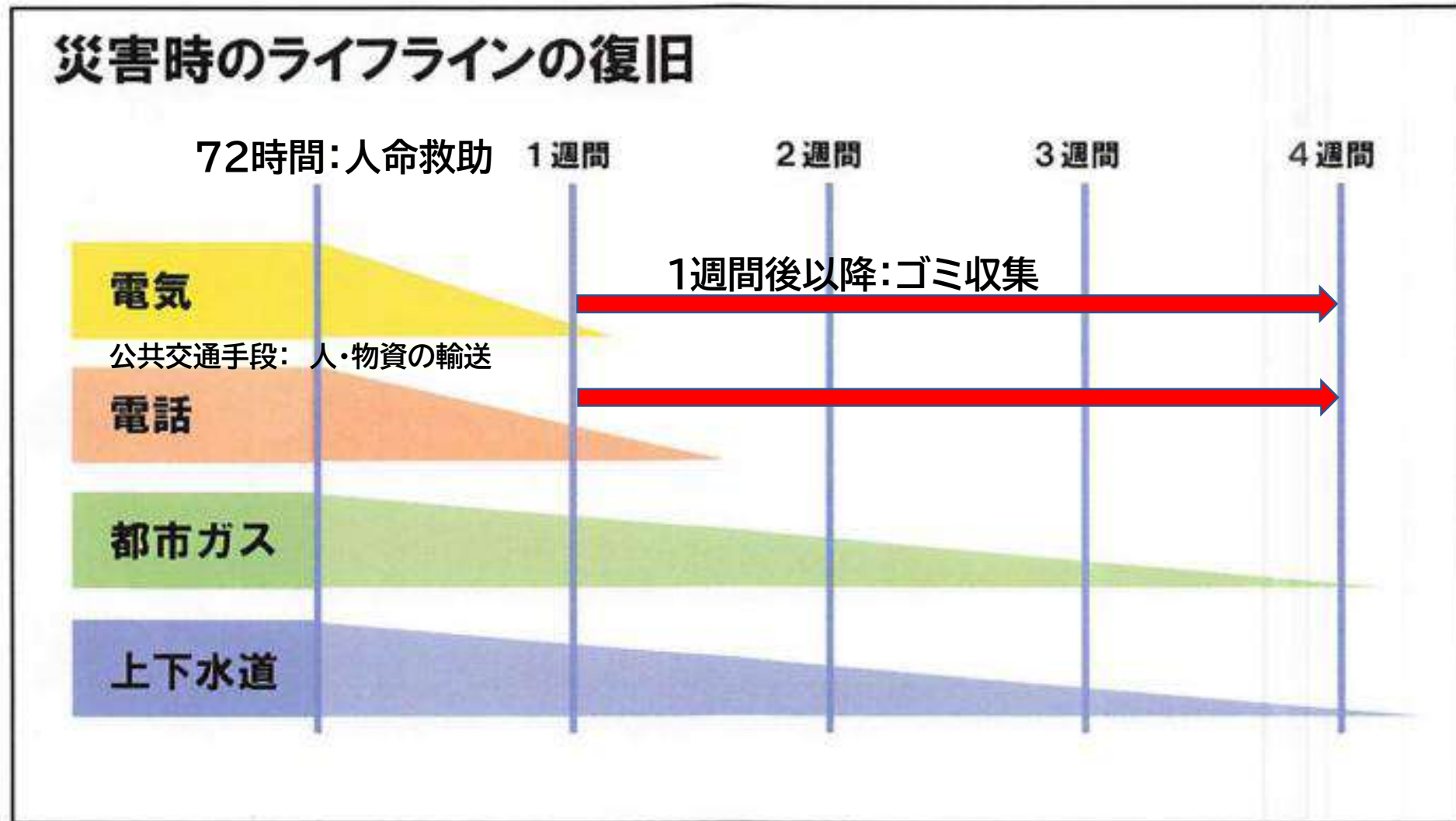
支援の需要と共有

- 首都直下型地震は、これまでに経験したことがないほど、多様で甚大な被害
- 「資源をどこから得て、どう対応できるか」は、全ての分野で見込みが得られていない。人的資源は不足すると推測される。
- 新たに既存サービスを必要とするようになった人(今まで、ギリギリ我慢していた人)に対して、サービス量を簡単には増やせない。
→ インフォーマル・サービス(近隣の善意?)の活用に期待?
(年末休暇中のサービス補填と似ている)

首都直下型
地震では、国
道16号以南
は被害が大
きい見込み



過去の被災経験から予想されること



【2022.5.25:直下地震等による東京の被害想定】全5ページほど、
 ・能登半島地震の経過をニュースで見る、
 ・自治体の公式LINEに登録する

・停電でレジが止まるから店舗は閉店

・埼玉県は被害は少ないはずだが、「物流が止まる」「外部支援者は素通りまたは中継地点として使う」ことが課題

※ 被害の様相は一つの想定として作成したものであり、実際の災害時に、記載した被害の様相どおり発生するものではないことに留意が必要

身の回りで起こり得る災害シナリオと被害の様相① ～首都直下地震が発生すると…（インフラ・ライフラインの復旧に向けた動き）～								
被災者を取りまく様相		電力	上水道	下水道	ガス	通信	鉄道	道路
発災直後～1日後 3日後 1週間後 1か月後	発災後当面の間は、ライフライン寸断等、被災生活に大きな支障 ▼液状化地域では、住宅の傾斜など、 継続的な居住や日常生活が困難化 ▼ 長周期地震動により、想定されていない本棚等が転倒したり、家具、ピアノ、コピー機等が大きく移動し、人に衝突 ▼本や食器、窓ガラス等が飛散し、ストーブ等の火気器具が転倒 ▼停電で住宅のエレベーターが停止	▼広範囲で 停電が発生 ▼広い地域で計画停電が実施される可能性	▼ 断水が発生 	▼ 下水利用が制限 ▼排水管等の修理が終了するまで、集合住宅では、水道供給が再開してもトイレ利用が不可	▼一般家庭で使用される低圧ガスは、 安全措置が作動し、広域的に供給が停止 ▼各家庭でも、震度5弱程度以上で自動遮断	▼音声通信やパケット通信の利用に支障 ▼輻輳により音声通話はつながりにくくなる ▼メール、SNS等の 大幅な遅延等が発生 ▼携帯基地局電源の枯渇により 不通エリア拡大 の可能性 ▼音声通信もパケット通信も利用困難が継続	▼点検や被災等で、都内のJR在来線、私鉄、地下鉄が 運行停止  ▼新幹線も運行停止し、都外からの来街者の多くが帰宅困難	▼高速道路及び主要一般道において、交通規制が実施され、 一般車両の通行が規制 ▼ 環状七号線の内側方向への流入禁止等 の交通規制が実施 ▼ガソリンスタンドは当給油不能が長蛇の列
	▼ライフライン停止等により、 空調やトイレ等が利用できない状態が継続 ▼品切れにより 飲食料等生活必需品の確保が困難化	▼徐々に停電が減少 	▼断水の復旧は限定的 	▼一部地域で下水利用が困難な状況が継続 ▼排水管等の修理が終了するまで、集合住宅では、水道供給が再開してもトイレ利用が不可	▼ 低圧ガス管路の安全点検や復旧作業が終了せず、一部の利用者への供給停止が継続 	▼順次、通信が回復 ▼通信設備の被害状況によっては、電話やインターネット等通信が長期間に渡り不通となる可能性	▼復旧完了区間から順次運行が再開するが 多くの区間で運行停止が継続 ▼橋脚などの 大規模被害や線路閉塞、車両脱線等が発生した場合、復旧まで1か月以上の期間が必要となる可能性	▼高速道路や主要道路で 交通規制が継続 ▼通行可能な道路において、鉄道等の運休継続で車両利用が増え、慢性的な渋滞が継続
	▼ライフラインの状況により 空調やトイレ等の一部が利用できない状態が継続 ▼電力が復旧しても、保守業者による点検が終了するまでは、エレベーターが使用できないため、 復旧が長期化する可能性 ▼過剰な購買や買占めにより 生活必需品の品薄状態が継続 ▼自宅の再建や修繕を望んでも、 業者や職人等の確保が困難	▼発電所の停止など、電力供給量が不足し、電力需要が抑制されない場合などは、 計画停電が継続する可能性 ▼建物倒壊や焼失など復旧困難エリアを除き、安全点検の終了や管路の復旧により、 多くの地域で供給が再開	▼断水・濁水は 段階的に解消 されるが、浄水施設等の被災による断水は継続 ▼断水は概ね解消するが、浄水施設等が被災した場合、断水が長期化する可能性	▼多くの地域で 利用制限解消 ▼排水管等の修理が終了するまで、集合住宅では、水道供給が再開してもトイレ利用が不可	▼安全点検の終了や管路の復旧により、建物倒壊や焼失など復旧困難エリアを除き、 多くの地域で供給が再開	▼通信設備の被害状況によっては、電話やインターネット等通信が長期間に渡り不通となる可能性	▼復旧完了区間から順次運行が再開するが 多くの区間で運行停止が継続 ▼橋脚などの 大規模被害や線路閉塞、車両脱線等が発生した場合、復旧まで1か月以上の期間が必要となる可能性	▼高速道路や直轄国道等の主要路線は 段階的に交通規制解除 ▼その他道路では 段階的に閉塞や交通規制が継続する可能性 ▼土砂災害等により道路が寸断された場合、復旧までは数か月以上を要する可能性 ▼羽田空港等は、徐々に一般利用客の輸送を再開

◆ 発災後当面の間は、ライフラインや公共交通機関など、身の回りの生活環境に大きな支障が生じるとともに、被害が甚大な場合は、その復旧が長期化するおそれ

最大クラス地震における
被害様相の横断的整理

中央防災会議 防災対策実行会議
南海トラフ巨大地震対策検討ワーキンググループ

・旅行者、
・企業
・山間部
等

南海トラフ地震が発生したとき、どこの地域でも起こり得る私たちの身の周りで起こること ー災害時『誰にでも起こり得る』シナリオ

被災者を取りまく様相

初動段階
(発生後72時間)

・揺れ、液状化、津波、市街地火災等によって**多数の建物被害**が発生する。
・建物被害や津波浸水に伴って、多数の死傷者・要救助者が発生するとともに、自宅外への**避難者も多数発生**する。
・震災後当面の間は多くのライフライン・交通インフラが被害を受けることで、避難者や帰宅困難者の発生、医療機能への支障、物資不足、企業の事業継続困難等、**幅広い影響**が生じる。

電力

・広域で停電が発生する。
・空調設備やエレベーターが停止し、**ビル等の使用が困難**となる。
・スマートフォンや電子機器の**充電ができない状況**に陥る。

情報通信

・音声電話やパケット通信ができなくなり、**安否確認が困難**となる。
・通信回線が輻輳し、被災**情報等の入手も困難**となる。
・電子決済機能に影響が生じる。

ライフライン

上水道

・管路被害や浄水場被害により**断水し、風呂やトイレが使用できなくなる**。
・給水車が派遣されるものの、給水可能な範囲は限定的となる。

下水道

・管路被害や処理場被害により、**トイレが流せない状況**が発生する。

ガス

・都市ガスは振動に応じて**自動的に供給が停止**される。

交通インフラ

道路

・道路設備の損傷、液状化、土砂災害等で**通行止め**が発生する。
・停電により信号が停止する。
・建物倒壊による**道路閉塞や大渋滞**が発生し、消防・救命活動に支障をきたす。

鉄道

・新幹線・在来線共に広域にわたり**運転を見合わせ、大量の帰宅困難者**が発生する。

港湾・空港

・揺れにより岸壁に被害が発生し、津波により設備や航路に被害が発生することで**機能を停止**する。
・揺れ被害確認のため、**空港が閉鎖**される。

応急段階
(1週間)

・ライフライン・交通インフラの被害による支障が継続する。ライフライン被害が長期化することで、**自宅外へ避難する人も増加**する。
・各ライフラインも対策を実施しているものの、電力が回復しない限り稼働できない設備も多く、**非常用発電機の燃料が切れた場合は支障が拡大・長期化**する。
・劣悪な環境での避難生活を送る人や、遠距離の避難を強いられた人、必要な医療・生活支援を受けられなかった人等から**災害関連死**が生じる。

・電力の融通が実施されるが、需要を満たすことは困難であり、**節電要請や大規模な計画停電**が実施される。

・燃料枯渇により基地局や中継局の非常用電源が切れ、**通信や放送が困難**となる。
・人口の集中するエリアの一部で、代替手段による機能回復が図られる。

・被害の無かった浄水場において、**燃料枯渇**により非常用電源が切れた場合、断水被害が増加する。

・被害の無かった処理場において、**燃料枯渇**により非常用電源が切れた場合、機能支障が拡大する。
・携帯用トイレ等が不足し、**衛生状態が悪化**する。

・安全点検や復旧作業により、徐々にガス停止が解消される。

・高速道路や直轄国道で仮復旧が進められる。
・津波浸水地域に侵入できないほか、迂回路も渋滞することで、**物流・人流が滞る**。

・鉄道輸送が停滞し、内陸部等燃料を鉄道貨物輸送に頼っている地域で**燃料不足**が発生する。

・被害状況や復旧状況により、救急・救命活動、物資・人員輸送の拠点として使用される場合もある。
・拠点となる空港への航空便は、他空港へ代替運航となる。

緊急復旧段階
(1ヶ月)

・ライフライン・交通インフラの応急復旧が徐々に進むものの、計画停電の影響や、施工業者の不足等により、**機能支障が継続**する。
・自宅に建物被害があった人や、津波により地区全体が被害を受けた人を中心に、多数の人が自宅外への避難を継続し、遠隔地の親戚・知人宅等への**広域的な避難**も生じる。
・劣悪な環境での避難生活を送る人や、遠距離の避難を強いられた人、必要な医療・生活支援を受けられなかった人等の**災害関連死**が増加していく。

・徐々に停電解消が進むものの、引き続き節電要請や計画停電も実施される。

・徐々に不通エリアが解消に向かう。
・計画停電により一時的な影響を受けるエリアも発生する。

・管路が徐々に復旧され、断水が解消に向かう。
・宅地内配管が被害を受けた場合、**施工業者に依頼が殺到し、復旧が進まない**。

・管路が徐々に復旧され、機能支障が解消に向かう。
・宅地内の排水設備が被害を受けた場合、**施工業者に依頼が殺到し、復旧が進まない**。

・港湾が被害を受けた場合、LNGの輸入が困難となり、**ガスが不足**する。
・都市ガス使用の節約の取組の要請や大口需要家等への**需要抑制の協力の要請等**が実施される。

・高速道路や直轄国道で、一般車両も含めた通行が可能になるが、一部**規制も残る**。
・計画停電等により、信号停止等の影響を受ける地域も発生する。

・被害の軽微な地域では復旧が進む。

・航路再開、港湾施設の復旧、荷役作業の体制の確保等を順次実施する。
・民間機の暫定的な運航が再開される。

本格復旧段階
(1ヶ月)

・ライフライン・交通インフラの機能支障は多くの地域で解消されるものの、**大きな被害を受けた場所では復旧に時間を要する**。自宅建物に被害がなかった住民であっても、**避難が長期化**する。
・膨大な建物が被害を受け、建物の解体や災害廃棄物の処理等も長期化する。市街地・地域の**復旧・復興にも長い時間を要する**。
・生産活動の低下や物流寸断等が長期化した場合、日本全体の経済活動の低下が長期化し、**我が国の国際競争力の低下**につながる。

・多くの地域で停電が解消する。

・多くの地域で不通が解消する。

・多くの地域で断水が解消されるが、**被害の大きかった地域では断水が続く**。

・多くの地域で機能支障が解消されるが、**被害の大きかった地域では機能支障が続く**。

・多くの地域でガスの供給が再開されるが、**被害の大きかった地域ではガス供給停止が続く**。

・地盤変位や大規模な土砂崩れ等、**大きな被害を受けた道路については復旧が進まない**。

・津波被害や大規模な土砂崩れを受けた路線では復旧が進まない。

(2)まず、事業所内で直接死者・重症者を出さない

- あなたが直接支援者なら、まず、毎年度初めに、今の環境・今の利用者に危険そうな人の対策を考える…心配だが何が起こるかわからない環境・利用者には優先順位を決めておいて2名で巡回する。
- あなたが直接支援者でない場合は、必要性を関係事業所に、伝える。

- 建物の耐震性、
- 大きな備品・家具の固定：消防点検
埼玉県防災士会に防災訓練への立ち合い・環境チェックを依頼
- ガラス飛散防止フィルム貼り付け
- エレベータ閉じ込め対策（初動行動の周知、エレベータ会社に相談）
- 防火防災設備の点検（各部屋から最も近い消火器・消火栓の位置確認）
- 天井・配管に損傷・危険がないか（外から見えれば業者から修繕見積）
- ドアが開かなくなる家具転倒はないか
- トイレに閉じこもった利用者がいたときのトイレドアの開け方確認
→ 危険があったら対策案を検討（予算申請、上層機関への伝達）

もし、死者・重症者が出たら

- 家族への連絡方法を検討しておく(日中つながるメール、LINE:つながらなければ6時間おきに連絡)
- 時系列の記録をとる(遺族の「放っておかれた」という不安を払拭)
- 指定病院への移動(運搬方法:協力者、布担架、おんぶ紐)、静かな場所(放置ではなく、シーツなどかける)
- 重症(骨が見えるような骨折、意識不明、止まらない出血、頭部の打撲)、軽症(職員は救命救急講座を受講しておく)
- 手順書を作成し、平時から全職員が確認しておく、上職に相談(含:家族の死亡・重症の連絡の場合)
- 大川小学校第一回保護者説明会 → 学校防災計画、防災訓練をしていなかったことが最高裁で市が敗訴の理由とされた。

①校長はなぜ翌日から探索しなかったのか?(17日?)

②「(保護者)こっちの立場だったら、なんと言うのか」に対して、市長が「(自分の子どもが被害に遭ったら、自分は市長として)天命(と、思う)」と言った。事実経過の説明・親の立場(気持ち)を理解することを親は求めた。

・イ 安全確保義務を遺漏なく履行するために必要とされる知識及び経験は、釜谷地区の地域住民が有していた平均的な知識及び経験よりも遙かに高いレベルのものでなければならず・・

→埼玉県学校防災マニュアル(R7:102p)、東京都学校危機管理マニュアル(R7:190p)は改定された。

【最低限】 → 命を守る避難場所、経路、方法、訓練

- ・教室内のテレビ、棚、キャスターを固定している。重量がある場合は台の固定
- ・児童生徒の防災リュックを預かっている(教室または宿泊予定場所の近く)
- ・避難の際、教員が持ち出す非常用袋を教室に準備している(出席簿、引き渡しカード、ホイッスル、ヘッドランプ)
- ・隣接2～3教室の連携



和歌山県新宮市みくまの特別支援学校のセーフティゾーン



ヘルプカード(災害時に使用)を兼ねた生徒証

ヘルプカード
私のことをここに記録しています

災害・緊急時
あなたの
支援を
お願いします

生徒証明書 番号 _____

下記の者は、本校の生徒であることを証明する

平成 29 年度 部 第 学年

氏名 _____ (歳)

生年月日 _____ 生

住所 _____

平成29年4月1日 発行

和歌山県新宮市峰伏13番26号

和歌山県立みくまの支援学校

校長 榎本 幸夫

☎0735-31-6101

表紙・裏表紙

<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">家族の集合場所・連絡先</td> </tr> <tr> <td style="width: 70%;">名前(ふりがな)</td> <td style="width: 30%;">血液型</td> </tr> <tr> <td>みんなからの呼ばれ方</td> <td>型</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="height: 40px;">家族の名前 連絡先</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="height: 60px;">①助けてもらいたいこと ②苦手なこと ③好きなこと ④安心してほしいこと ⑤体にかかわってほしいこと</td> </tr> </table>	家族の集合場所・連絡先		名前(ふりがな)	血液型	みんなからの呼ばれ方	型	家族の名前 連絡先		①助けてもらいたいこと ②苦手なこと ③好きなこと ④安心してほしいこと ⑤体にかかわってほしいこと		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;">からだのこと</td> <td style="width: 60%;">病名</td> </tr> <tr> <td>かかりつけ医</td> <td>Dr.</td> </tr> <tr> <td>連絡先</td> <td></td> </tr> <tr> <td>お薬(回数)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>アレルギー</td> <td>ある・ない 種類</td> </tr> <tr> <td>食べてはいけない物</td> <td></td> </tr> <tr> <td>好きな食べ物</td> <td></td> </tr> <tr> <td>嫌いな食べ物</td> <td></td> </tr> <tr> <td>その他</td> <td></td> </tr> </table>	からだのこと	病名	かかりつけ医	Dr.	連絡先		お薬(回数)		アレルギー	ある・ない 種類	食べてはいけない物		好きな食べ物		嫌いな食べ物		その他	
家族の集合場所・連絡先																													
名前(ふりがな)	血液型																												
みんなからの呼ばれ方	型																												
家族の名前 連絡先																													
①助けてもらいたいこと ②苦手なこと ③好きなこと ④安心してほしいこと ⑤体にかかわってほしいこと																													
からだのこと	病名																												
かかりつけ医	Dr.																												
連絡先																													
お薬(回数)																													
アレルギー	ある・ない 種類																												
食べてはいけない物																													
好きな食べ物																													
嫌いな食べ物																													
その他																													

家族の集合場所・みんなからの呼ばれ方・家族の連絡先・助けてもらいたいこと・苦手なこと・好きなこと・安心してほしいこと・体のかかわってほしいこと・体のこと・かかりつけ医・連絡先・お薬・アレルギー・食べてはいけない物・好きな食べ物・嫌いな食べ物・その他

- ・自分の名前が言えるか？
- ・助けてほしい、困っているが言えるか？
- (示せるか？)

訓練の教材

和歌山県新宮市みくまの特別支援学校

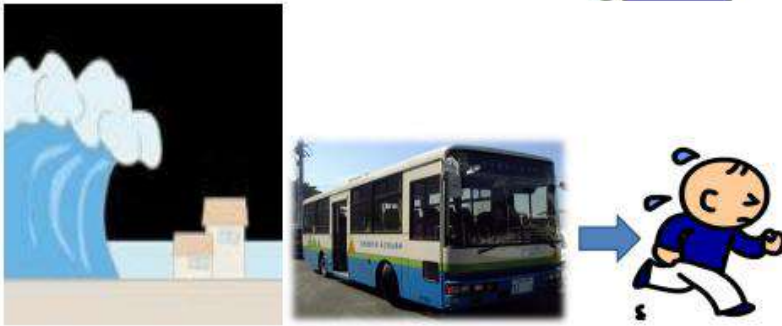
児童生徒事前学習用スライド①

すくーるばす ひなんくんれん
スクールバス避難訓練



児童生徒事前学習用スライド②

ひなん しかた し
避難の仕方を知ろう



児童生徒事前学習用スライド③

スクールバスで じしんが おきたら...

① ^{した}下を向いて ^む手で ^{あたま}頭を ^{まも}る。



② ^{しーとべると}シートベルトを ^{はず}す



③ ^{つうろ}通路に ^で出る



④ ^{たか}高いところに ^に逃げる



⑤ ^{あつ}みんなで ^あ集まる



児童生徒事前学習用スライド④

じしん
地震です！



2023@YayoiKitamura
photo in - 13539552

児童生徒事前学習用スライド⑤

ゆれが とまるまで

① ^{した}下を向いて ^むみくまじろポーズを ^する



児童生徒事前学習用スライド⑥

ゆれが とまったら

② ^{しーとべると}シートベルトを ^{はず}す



児童生徒事前学習用スライド⑥

つう で
③通路に 出る



児童生徒事前学習用スライド⑧

あつ
⑤みんなで 集まる



児童生徒事前学習用スライド⑫

ひなんくんれん よてい
避難訓練の予定



かいじょいん はなし なか
①介助員さんの話(バスの中)



ひなんくんれん
②避難訓練



こうちょう せんせい はなし
③校長先生の話



児童生徒事前学習用スライド⑦

たか に
④高いところに 逃げる



つなみひなん
津波避難ビル
シンボルマーク



このマークの ところに
にげよう!!

児童生徒事前学習用スライド⑨

いつするの?
くしもとコース



月曜口	火曜口	水曜口	木曜口	金曜口	土曜口	日曜口
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

児童生徒事前学習用スライド⑬

じぶんの みのまもりかた を
べんきょうして「こわさ」「ふあん」を
ふっとばそう!



和歌山県新宮市みくまの特別支援学校

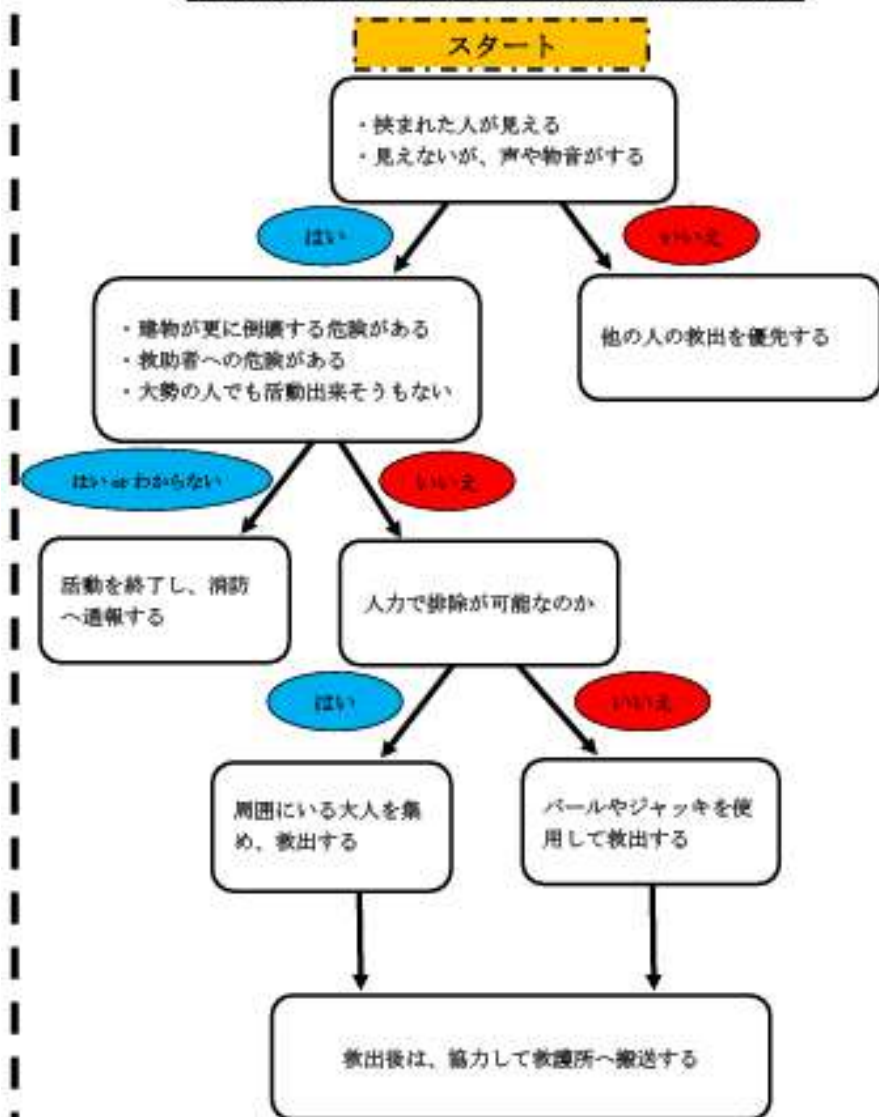
「重量物排除救助方法 令和6年3月 袋井消防署」

<https://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/material/files/group/10/juuryoubutuhaijo.pdf>

			
救出の種類			
排除可能な重さ ※記載は資機材や個人により 差があります。	人力	てこ	ジャッキ
	個人差があるため無理をして上げるようなことはしないようにして下さい。	約 100 キロ程度であれば排除可能	約 1 t (ジャッキにより耐荷重は変わります。)
必要な道具	なし	バール、あて木	ジャッキ、あて木

活動フローチャート

建物倒壊等で重量物に負傷者が挟まっている場合



① ブロック・角材・本（支点やあて木に使用）

② バール・風管パイプ

※ 2 ページ目に詳細あり

③ バンダグラフジャッキ・油圧ジャッキ

※ 3 ページ目に詳細あり

(3)建物損傷への対策

- 立ち入り禁止表示
(トラテープ、トラロープ、マジック、養生テープ、他には?)
- 修繕業者連絡先リスト
- 自分で治すための工具
- 救助するための工具(ジャッキ、ボール、長い棒、支柱にする角材)



写真は、CAINZ防災ブックより転載

火事対策

・消火設備の配置(後述)と使用方法の確認

天ぷら鍋、カーテン、くずかご、
ゴミ箱などから始まる初期消火に
も効果的とされるフイックガード。

初期消火は
2分がカギです



簡易消火具フイックガード

TEL 03-65050001 980円

14664241735410251

初期消火に
役立ちます

ココが違う！

- ①消火薬剤を
使用しないので
掃除がラク。
- ②使用回数がないから
いつでも使える。
- ③容量で効果が異なる。

火消シート

サイズ:約1.0×1.0m
材質:グラスファイバー
(耐熱温度約550℃)
ポリエステル
強化ビニール樹脂

使用方をチェック

TEL 03-65050002 980円

146643497509006401

1 紐を両手で握り
下方方向に引く

引出しの場合
は
ケースから
引き出す

2 紐を握ったまま
左右に広げる

3 火元に
そっと
覆い
被せる

4 火の勢いが弱まった
ら
ガス栓を閉め、
油温が下がるまで
そのままにしておく

有害な煙から身を守る

避難する時は、
煙を思ひ、
もう片方の手を
壁などに沿わせ、
口鼻を保護しながら
避難しましょう。

スモーク
シャットアウト

本体サイズ:約90×50cm

TEL 03-65050006

JAN 450906614206097

158円

1 床から取り出し、一瞬
してフットを上げる

2 フットが広がったら、フ
ットを両手で持ち、上下
に揺って中にいるべくと
くごんの吸殻を入れる。

3 フットを顔から取り、
前にけり、片手で両端を
つまむ。そのまま、しっか
り壁に押し当て、空気を
逃さないようにする。

足元保護

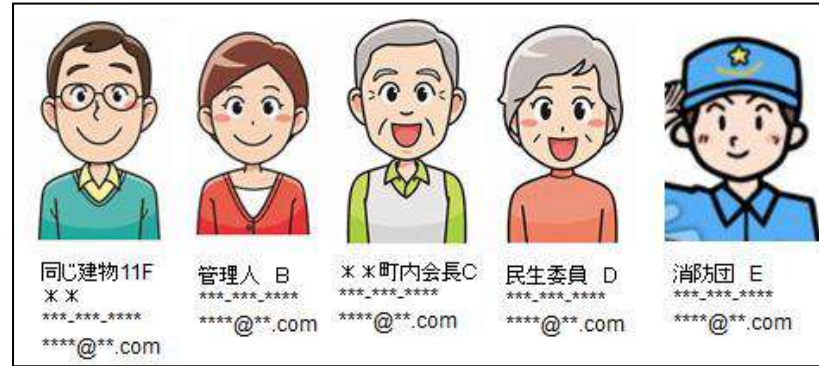
<p>災害時の 歩行に</p>	<p>危険な現場での足元を守ります。 踏み抜き防止。 独自の特殊構造による防滑性。</p>	<p>地震や火災の非常時でも安心。 ガラス片から足を守る 防災スリッパ。</p>		
<p>ハサミで 切れる。 サイズ 調整簡単。</p>		<p>フットレスキュー Mサイズ 適応サイズ:19~23cm 品番 65070018 JAN:4582325630025</p> <p>Lサイズ 適応サイズ:24~28cm 品番 65070019 JAN:4582325630040</p> <p>各 980円</p>	 <p>ストロング スリッパ YZ-S5-L 品番 65070020 JAN:4583771353907</p> <p>1,380円</p>	<p>洗える防災スリッパ 足まもりっぱ 22.5~24.5cm 品番 65070021 JAN:4589133903253</p> <p>2,180円</p>

(4)地域の防災活動に参加する

- 職員1人からでもよい
 - 自治体防災危機管理課、最寄り町会(自治体経由)、自治体社協に年間の予定(昨年の実施日)を確認する:折々に広報誌、地域の掲示板をチェックする。
 - 防災イベントでなく、お祭り等でよい。事業所として町会員・賛助会員になる。
 - 自治体の災害ボランティアに登録する(研修に参加できる)
 - DWATに隊員として登録する(研修に参加できる)
 - 県の訓練やイベントに参加する
 - 彩の国会議(中間支援組織)のイベントに参加する(1/24PM、2/6-7杉戸他)
- ★(7再掲)研修への派遣職員から他の職員への当日資料の提供・報告会も「事業所の研修」としてカウントします。職員が全員あつまりにくい場合は、配布資料とミニ報告メモを全職員に配布し「研修」とします。コメントをgoogle formや目安箱等で求めて出席としたり、獲得知識を確認するのもよいと思います。
- 土日の研修には、手当あるいは代休扱いをする

地域訓練への利用者参加例：挨拶ゲーム

職員は名刺交換の場として参加する



令和元年度 OO市地域防災訓練 OO地区 参加のしおり	
日時：8月31日（土曜日）8：30～10：45 場所：所沢市立OO小学校 集合：学園生宿舎前 8：15 （OOは小学校に7：30には到着予定） 持ち物：帽子、水筒（ペットボトル500cc）、上履きがある とよいが・・・、汗拭きタオル、扇、扇子がバックに入れる 参加者： OO事業所・支援者チーム（OO町） OO所長、OO職員、OO理事長 グループホーム：利用者5名、職員1名 OO利用者 ____名 ボランティア学生 2名 相談支援専門員 2名 OO（自立支援協議会 当事者委員） 市役所職員2名、消防署職員、消防団職員 町内会長8名、民生委員など OO地区（8町会）の居住者約430名	
スケジュール	
8:00	各町会で集合所などに集合 ※ 暑い利用者：体育館の涼しいところでスロープを出して もらうが、その辺の人に持ち上げてもらう
8:45	開会式（体育館）OO町の旗に並んでください ① AED訓練 ② 三島市・市役所訓練
9:30	防災訓練開始、放水車と水の量を確認はどの位の量で 体験してみてください
9:40	校庭で、 ① 放水車、放水車、放水車、放水車（放水車） の体験と見学 ※ いくつかの訓練が同時進行で行われるので、開 会のあるところを見学します。
9:50	体育館と校庭の両方から（トイレ・シャワー）
10:30	校庭で、町内会ごとに並び、旗を掲げます。 消防車・放水車は、放水車の列に 消防、町内会長（OO市役所前で待機）、消防

2016:事前交流会で会った6名中5名が声をかけた

2018:挨拶ゲーム、事前交流会参加者・避難所運営者の顔写真をカードに貼り、同行援護支援者に探してもらって、挨拶をする←「私は見えないので声をかけてください」

2019:精神障害通所事業所利用者「防災訓練のしおり」の中に写真も貼り込んだ

町内会に事前連絡(2019)

- ① 知らない人ばかりで緊張するので、町内会長さんの写真を撮らせてください。カードに貼った写真を見ながら、当日、ご挨拶してみたいと思います。お忙しいところ、すみません。
- ② 挨拶がぎこちないかもしれませんが、よろしく！
→ 「町会長から挨拶してくれて、参加しやすかった」

(5)施設の防火防災訓練に、外部支援者候補に参加してもらう(人数制限をつけてもよい)

- 記録(時間付き写真)・駐車場整理・受付・備品の組み立て・トイレ掃除・配布・片付け
- 最寄り町会(自治体経由)、民生委員、育成委員、自治体社協、埼玉県防災士会、埼玉県DWAT、商店、NPO

(注意)部外者は、福祉事業所・利用者について興味津々なので、事前に説明資料や説明機会を、事後振り返り会を提供するとよい。的外れな指摘もあると思うが、長い目で理解し合う。

- 頼りになりそうな人には、事業所の防災協力者等、なにかしらのボランティア役割を依頼して、定常的に行事に招待する(学校の運営委員、評議員)。その人自身が災害時に手伝えなくても、外部支援者への仕事の出し方を職員が学ぶことができる。

(6-1)防災施設内あるき：配置図に書込む

- 事業所内の防火防災設備を確認する
- 各部屋から一番近い消火器はどこか？(全部の部屋にあるとベスト)
- 各部屋から一番近い火災報知器はどこか？
- 大声でどこまで聞こえるか？(火事などを知らせるのに)
- 各部屋の危険な備品などは何か？
- 各部屋の出入り口は家具が倒れてふさがれないか？
- 各部屋の安全な場所はどこか？

(6-2)防災まちあるき：地図にチェックしながら

- 最寄りの避難所あるいは避難するのに適した場所まで歩く
複数の道順、所要時間を計測
- 途中の危険個所はどこか？
信号(停電するかもしれない)、自動販売機など倒れそうな物
看板など落ちてきそうな物、古い家屋・建築物、倒れそうな塀
- 途中に防火防災設備はあるか？
街頭消火器、消火栓、防災井戸、消火水槽、公園
- 災害時に役立ちそうな店等を探す。スーパー、百貨、薬屋、診療所、弁護士事務所等

(注意)

- 個人の家の危険を大きな声で話さない。例:「この塀、倒れそうで危ないわね」
 - 各自の地図にメモ・写メして、帰ってきてから情報共有。
 - 歩き始める前に、地図を見て、経路と予測をする。
 - 最初は、職員1人からでもよい。歩きながら、おしゃべり(交流)するのも大事。
 - 少人数でもよい。
 - 1グループ5～6人までが話しやすい。
 - 地域の人(中高のクラブ、事業所職員を含む)を誘うのもよい。地域の人とは最初に自己紹介をする。
 - 避難所の体育館・トイレを確認(ほかの機会でも)
- ※ 事前資料案の整形を地区内の高校ボランティア部(新設)に依頼し、当日も参加してもらった。

防災まちあるき 東京都総合防災訓練で、ここ数年、実施

- 8月末から9月初めの日曜日午後
- 幹事自治体社協主催（東京ボランティア・市民活動センターらアクションプランメンバー組織が協力）
- 会場近くの福祉事業所、ボランティアに声掛け
 - 自治体社協で実施（例：豊島区）
- 民生委員、留学生で準備委員会
 - 事業所を中心とした地区の核となる人で準備

障がいのある人も
ない人も
一緒に

障がい者防災 について考える

「あきらめない、あきらめさせない」

ためのヒント

2026.2.28 土

防災まちあるき

飯田橋周辺を実際に歩きます

2026.3.12 木

勉強会

災害対応の事例から考えます

※各プログラムの詳細は裏面をご覧ください

会場 飯田橋セントラルプラザ
12階会議室

定員 60名 (応募者多数の場合、
抽選にて決定)

参加費

1,000円

※2/28、3/12併せての参加費となります。2/28、3/12どちらか一方の参加でも、
参加費1,000円を頂きます。

※参加費は銀行振込にて事前にご入金ください。難しい方は、申込時のフォームにて
その旨をお伝えください。別途対応を検討いたします。

※介助者の参加費は不要です。

※キャンセルの場合も参加費の返金はいりません。ご了承ください。

申込

2/10 (火)

対象

障がい当事者（障がい分野問わず）やその家族、地域のボランティア団体、居場所団体、
子ども食堂、福祉施設・事業者、生活協同組合、青年会議所、労働組合、宗教団体、
当事者団体、自治会・町会、大学や学校関係者、企業関係者、
被災者支援に関わるNPO・NGO団体、都内区市町村行政職員、
社会福祉協議会・ボランティアセンター職員など

こちらのQRコードからお申込みください▶

※申込情報は裏面下段の企画団体内で共有させていただきます



〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1

飯田橋セントラルプラザ12階

【JR】JR総武線・飯田橋駅に隣接する「飯田橋セントラルプラザ」
の12階です。

【地下鉄】地下鉄「B2b」出口より飯田橋セントラルプラザ1階に
直結しています。高層用エレベーターで12階までお上がり下さい。



- 当事者と一緒に、ご参加ください。
- 東京防災ウーマンセミナー(オンデマンド約8コマ)
 - 防災コーディネーターセミナー(オンデマンド8コマ+オンラインGW?)
 - 地域防災リーダーセミナー