

## 1 日常における活動

自主防災組織における日常の活動としては、災害時に効果的な活動ができるよう、訓練、備蓄等の必要な災害への備えを行うこと、そして、地域住民が防災に関する正しい知識を共有し、各家庭で災害に備え、自主防災組織の活動への積極的な参加を促すことが重要です。

活動の実施にあたっては、「日常の活動がいざというときに役立つ」という実効性にもとづき、防災をはじめとする地域の安心・安全な暮らしを守るための活動を、自分たちの日常生活の中でどのように組み込めるのかを念頭に置きながら活動を計画し、継続的に取り組むことが望まれます。

### 《活動の留意点》

- 各々の家庭において、火を出さないこと、家や塀等の倒壊を防ぎ安全性を確保すること等、各個人及び各家庭での防災対策（自助）が基本となる。
- 自主防災組織の役割分担、活動内容等について理解しておくこと。
- 一時的ではなく、継続して実施すること。

### ◎効果的な防災活動を行うために…

活動を行う際には、どういった方針で進めるのかを役員会等でよく話し合い、明確にしておきましょう。事前に以下のような項目について準備をしておくこと、より効果的な活動が実施できます。

#### （1）防災活動計画を策定する際のポイント

- ① 何を目的とする活動か
- ② いつ、どこで行うか
- ③ 参加人数はどのくらいか
- ④ 資機材、経費は何が必要か
- ⑤ 関係団体との調整は必要か
- ⑥ 活動を行うための役割分担はできているか

※活動の日時を決めるときには、多くの人に参加できるように、また、活動がマンネリ化しないように、イベント的な要素を取り入れるなど、少しでも参加しやすくなるような工夫をしましょう。  
(運動会やお祭り、清掃など、町内会の行事に防災活動を組み込むなど)

#### （2）活動の実施を周知

活動の内容や日時、場所等を書いたチラシを作成し、配布・回覧して周知しましょう。

### 2 主な活動の種類

#### (1) 防災知識の広報、啓発

##### ①地域ぐるみでの防災意識の醸成

地域で想定される災害について考え、必要な防災対策などについて話し合きましょう。

##### 《参考》 活動の方法

- あらゆる会合の機会をとらえ、話し合う機会を増やす。
- 市や防災関係機関が開催する講演会や研修会へ参加する。
- 地域における過去の災害事例、災害体験を調べる。
- 防災知識に関するチラシやパンフレットを作成する。



わが家の安心安全ガイドブックなどを活用しましょう ↑

##### ②家庭内の防災対策の普及・啓発

家庭内の防災対策も大切です。非常持出品の準備や耐震対策など、各家庭においても災害に対する備えが実践されるよう普及・啓発を図りましょう。

##### 《参考》 家庭内の安全対策の例

- 防災用品、非常持出品・非常備蓄品等の準備
- 家具等の転倒・落下防止
- 建物の耐震診断
- 初期消火などの住宅防火対策 など

#### (2) 防災点検

自分たちの暮らしている地域を知っておくことは、防災活動上大切なことです。

がけ地や看板、ブロック塀、ガラスの落下など危険と思われる場所、集会所、コンビニエンスストア、病院など災害発生時に役立つ施設、公園や避難場所がどこにあるかなど、防災の視点で地域を点検しましょう。



災害時には、あらかじめ決めておいた避難経路に問題が生じることもあります。その時の状況に応じて臨機応変に対応できるよう、避難経路や避難場所を複数想定しておきましょう。

### (3) 避難行動要支援者の支援

災害時に大きな影響を受けやすいのは避難行動要支援者です。いざという時には、近所の方の支援が最も効果を発揮します。

#### ①地区内の避難行動要支援者の把握

民生委員と連携して、地域の避難行動要支援者の居住地や健康状態、必要とされる支援の内容について確認しましょう。

#### ②避難行動要支援者への支援方法の整理

災害時に「誰が、誰を、どのように避難支援するか」について、

- ・ 避難支援者や支援にあたる自主防災組織の班
- ・ 避難する場所や避難経路
- ・ 避難の方法やタイミング などについて、あらかじめ整理しておきましょう。

#### 避難行動要支援者の特性

- ① 災害の危険を察知することが困難である。
- ② 危険が迫っていても助けを求めることが困難である。
- ③ 危険を知らせる情報(避難情報など)を受け取ることが困難である。
- ④ 危険を知らせる情報が送られてきても、それに対応して行動することが困難である。



#### 避難行動要支援者支援のポイント

- **誘導の基本**  
周囲の状況や避難の指示などを伝えて安全な場所へ誘導しましょう。
- **寝たきり高齢者の場合**  
ひとりでの支援が難しい場合は、隣近所や町内会・自主防災組織などで協力し、担架や毛布などを使って避難を手伝いましょう。
- **目の不自由な人の場合**
  - 誘導する人のひじの少し上をつかんでもらいます。その際、誘導する人は、白杖の邪魔にならないように気をつけましょう。
  - 階段などの段差がある場合は、階段の直前でいったん止まり、段差があることと、上りか下りかを伝えます。誘導する人が一段先を歩くようにし、上りきったり、下りきったりしたときも、そのことを伝えましょう。
  - 危険な場所がある場合は、その状況を具体的に伝え、一番安全な方法で誘導しましょう。
- **車いすの介助のポイント**
  - 上り坂のときは進行方向に前向き、下り坂のときは進行方向に後ろ向きになって進みます。ひとりでの介助が無理なときは数人で力を合わせます。
  - 段差を上がるときは、ステッピングバーを踏み、ハンドグリップを押し下げ、前輪を段の上ののせてから、後輪を段の上上げます。
  - 段差を下りるときは、後ろ向きになって、まず後輪を下ろし、次に前輪を浮かせながら後ろに引き、前輪をゆっくり下ろします。





上がります



下がります

## 2. 活動編

### (4) 防災マップづくり

防災点検や避難行動要支援者の支援に関する活動で得られた情報を「防災マップ」として整理しておくこと、実際の災害時に大いに役立つほか、地域住民とともに作成し情報を共有することによって、地域の防災意識の向上にもつながります。

《参考》 防災マップにまとめておきたい情報の例

- 避難場所や避難経路
- 土砂災害警戒区域や浸水想定区域などの危険区域
- 防災点検で発見した危険箇所（劣化したブロック塀など）
- 避難行動要支援者の居住地
- 消火器や消火栓など地域の消防水利
- 医療・介護機関 など