

1. 訓練の目的

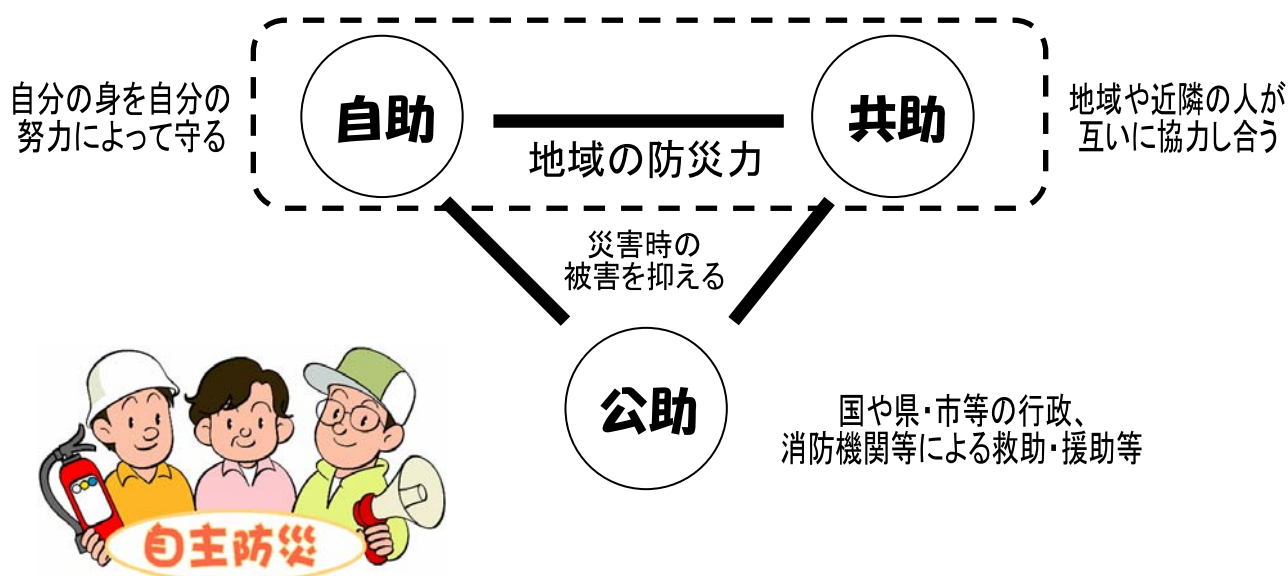
住民が安心・安全に暮らすため、その生命、身体及び財産を災害から守る防災対策は、行政上最も重要な施策の一つです。

ひとたび大規模な災害が発生したときには、被害の拡大を防ぐため、国や県、市は全力で対応しますが、防災関係機関の対応（公助）だけでは限界があります。

早期に実効性のある対策をとることが難しい場合や行政自身も被害を受けていることが考えられるため、住民一人ひとりが、自分の身を自分の努力によって守る（自助）とともに、普段から顔を合わせている地域や近隣の人々が集まって、互いに協力し合いながら、防災活動に組織的に取り組むこと（共助）が必要です。そして、「自助」「共助」「公助」が有機的に繋がることにより、被害の軽減を図ることができます。

特に地域で協力し合う体制や活動（共助）は、自主防災組織が担うべき活動の中核です。

そして、自主防災組織の運営については、住民の自発的な活動であるため、訓練においても自発的な計画・活動が必要であり、地域の実情に即した訓練を実施し、地域の防災力の向上を図ることで、いざというときに備えます。



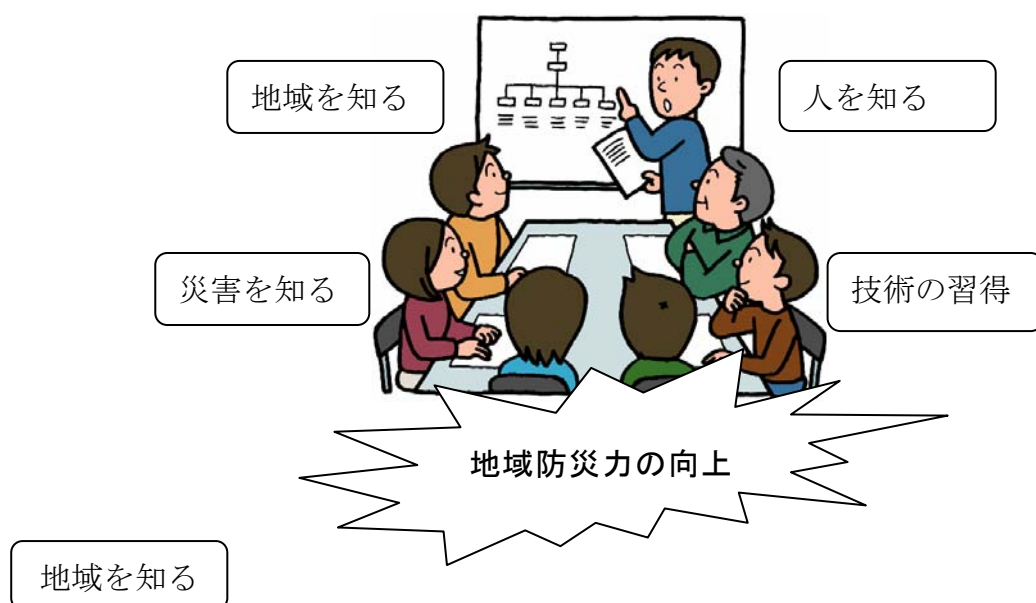
「自助・共助」を理解し訓練に臨む

災害が発生した際は、第一に「自らの生命は自ら守る」という自己責任による自助の考え方、第二に地域における助け合いによって「自分たちのまちは自分たちで守る」という共助の考え方が欠かせません。

共助の考えから地域コミュニティ活動の一環として町内会・自治会を基礎とした自主的な防災組織が、地震や火災、水害などの災害に対し、自分たちのまちを守る活動を行なうことができるよう、様々な訓練を行う必要があります。

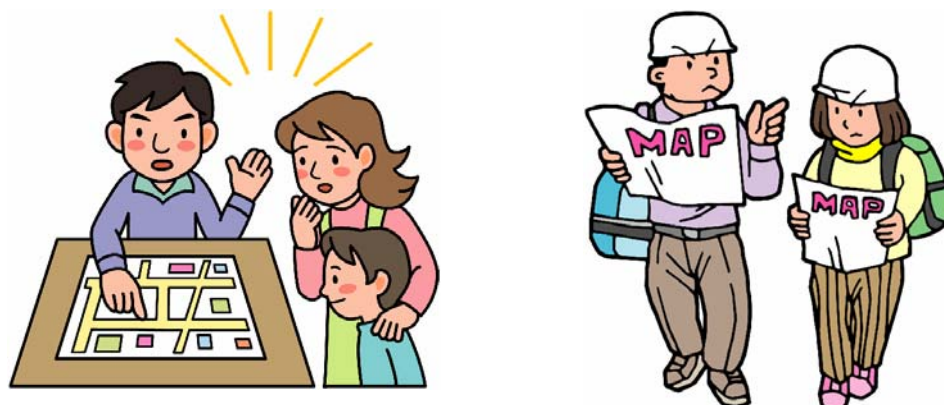
2. 訓練の方針

災害・防災の正しい知識を習得することから始まり、地域の危険箇所等、市民の皆様が住んでいる場所について把握し、災害時に対応・行動できるように、各種訓練を行います。訓練を行う上で、こういった方針で訓練を進めるのかを役員会等でよく話し合い、明確にする必要があります。いきなり訓練を実施するのではなく、事前に以下のような項目について準備をしておくと、より効果的な訓練が実施できます。



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。

防災の視点で地域を見たり、地域防災地図の作成や見直しを行い、皆さんの住んでいる生活空間を防災の視点から点検を行い、がけ地や看板、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、といったことなどを把握します。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。避難経路や避難場所は複数用意しておき、その状況を適切に判断して、もっとも安全な選択をします。



災害を知る

地震・津波・風水害その他の災害に関して、発生メカニズム等についての知識を習得し、災害と被害の関係について知り、さらには、過去の災害事例についても知り、問題点を検討するきっかけをつくります。



人を知る

地域にどのような人がどのような時間帯に存在し、どの程度の活動が可能かを知っておくことが重要です。また、お年寄りや身体の不自由な方など災害時に支援が必要な人（※災害時要援護者）、救援活動ができる人もチェックしておきましょう。



『災害時要援護者とは』

「災害時要援護者」とは、災害に対処するにあたって何らかの障害等により、援護を必要とする人々を意味し、具体的には「心身障害者」や「傷病者」をはじめ体力的に衰えのある「高齢者」、また「乳幼児」や日本語の理解が充分でない「外国人」さらに一時的なハンディキャップを負う者として「妊産婦」や当該地域の地理にうとい「旅行者」などが考えられます。

一方、健康な人でも、高齢者になったとき、あるいは災害発生時に負傷することで、災害時要援護者となる可能性があることを住民全員で認識することが重要です。

技術の習得

防災に関するパンフレットの作成による意識啓発や、訓練や講習会等がある場合は、積極的に参加し一人ひとりが防災について正しい知識と技能を身につけます。

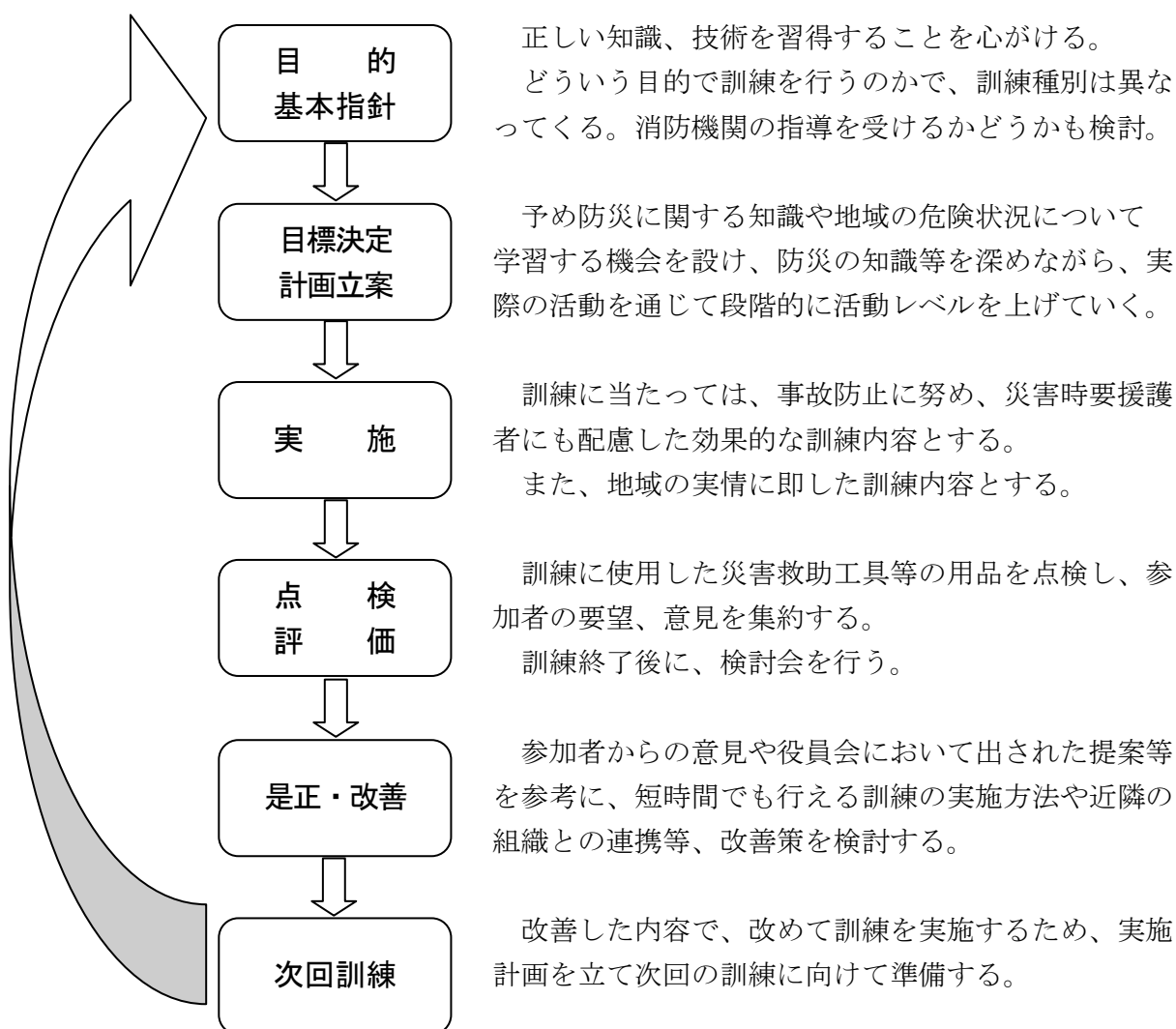


3. 訓練の流れ

訓練を実施するに当たり、計画的に行うことが求められます。

一人でも多くの住民が参加できる日時を設定するのはもちろん、場所についても地域の人がよく知っており、かつ十分な広さと安全性が確保された場所を選びましょう。路地裏等で実施する場合には、車両が通行しない路地を選び、交通事故等の未然防止に努めましょう。

また、訓練を行うに当たって、動きやすい服装や資機材の事前点検、訓練内容によっては天候にも注意が必要です。参加者の体調管理も含め、事故防止に努め、けがのないように行いましょう。



継続的な訓練の実施が必要！

4. 訓練の種別

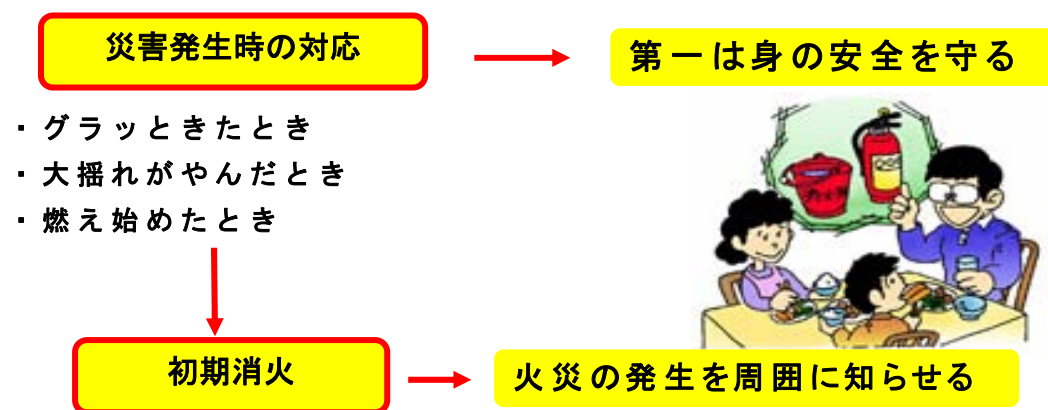
① 初期消火訓練

大規模災害時に、最も被害を拡大させるものの一つとして火災があります。

火災の拡大を防ぐためには、初期消火活動が欠かせません。いったん燃え広がると大規模な火災へとつながる恐れがあるので、基本的には火を出さないことが大切です。

もし火が出た場合、家庭・地域で初期のうちに完全に消し止めることができる技能を習得しましょう。

「地震発生を想定した消火のポイント」



○消火器取扱訓練

消火器の取り扱いについては、その性能を十分に理解した上で、どのような火災に対して有効であるのか、またその操作要領について習得する必要があります。

○消火器以外の消火方法

火元別消火訓練：油なべ、石油ストーブ、衣類、電気製品、風呂場、カーテン、ふすま



近隣・自主防災組織での消火

○バケツリレーでの消火訓練

バケツリレーのグループ作り(20名程度)

人は背中合わせに2列に並びバケツ中継

風上より近づき、安全距離2～3mをみて、注水位置を確認し、火勢を抑えるよう注水



○可搬ポンプでの消火訓練

操作訓練及び各隊員の訓練

- ・ 消火員（筒先） 2名
- ・ 補助員 1名
- ・ 機械員 1名
- ・ 連絡員 1名
- ・ 指揮者 1名

② 避難訓練

地震等による建物の倒壊・損傷、津波や洪水、大規模な火災により、地域住民の生命・身体に危険が及ぶ場合は、直ちに安全な場所への避難が必要になります。

また、火災、地震、津波、水害など災害の種類によって避難方法が異なります。

そして、災害時要援護者の避難支援も必要であり、地域の全員が事前にしっかりと避難訓練をしておくことが大切です。地区によっては、津波被害を少なくするための陸閘（りっこう）・水門の閉鎖訓練も必要です。

災害種別の決定



「訓練における注意点」

- ①避難勧告の伝達
- ②避難者の人数確認・災害時要援護者の状況把握
- ③安全な避難方法の訓練
- ④一時避難所から収容施設への避難時の役割分担
- ⑤事前準備として避難経路の確認



③ 救出・救護訓練

大規模地震災害時には、家具の下敷き、落下物により多数の負傷者が発生する恐れがあり、迅速な救出活動が必要となります。このことを踏まえ、災害時には多数の負傷者が出ることも想定し、応急手当の方法や倒壊家屋の下敷きになった人の救出方法などを習得し、訓練しましょう。

被災者の救出活動の流れ

『個人・近隣の方で』

自分の安全を確認したら、家族・隣人の確認をする。
負傷者等の居場所の情報を集める。大きな声で叫び反応を見る。
居場所がわかったら救出のための人を集める。
のこぎり・ハンマー・バール・ジャッキ・ロープなどの資機材で救出する。

『自主防災組織で』

市より貸与されている資機材等を使用して救出する。
被災者の埋没位置、数を正確に把握し救助隊への引き継ぎを確実に行う。

個人・近隣で準備できる救出用資器材

家庭にあるもの

手袋

懐中電灯

シーツ・毛布

備えておくと便利なもの

ペンチ

スコップ

ヘルメット

防塵メガネ

防塵マスク

厚底くつ



自動車用ジャッキ

倒壊した梁や積み重なった家具など重い障害物を持ち上げるのに活用できる。
(自動車用は約2tまで持ち上げられる。)

のこぎり

作業の妨げになるものを切断。一般的に片刃タイプで折りたたみ可能なものが使用しやすいと言われている。

ボール

転倒・落下した障害物をてこの原理で持ち上げたり、先端部を使って障害物の破壊、ドア等のこじ開けなどに活用する。

ハンマー

ドアや家具など、障害物を破壊する。

ロープ

危険箇所の表示、避難時にははぐれないためにロープで移動するなど。

< 救護訓練 >

災害時には、多数の傷病者が予想されるが、このことに対して自主防災組織の救護活動として、応急手当や安全な場所への搬送が求められる。これらの方法等を習得するために訓練を行う。

応急手当



心肺蘇生法



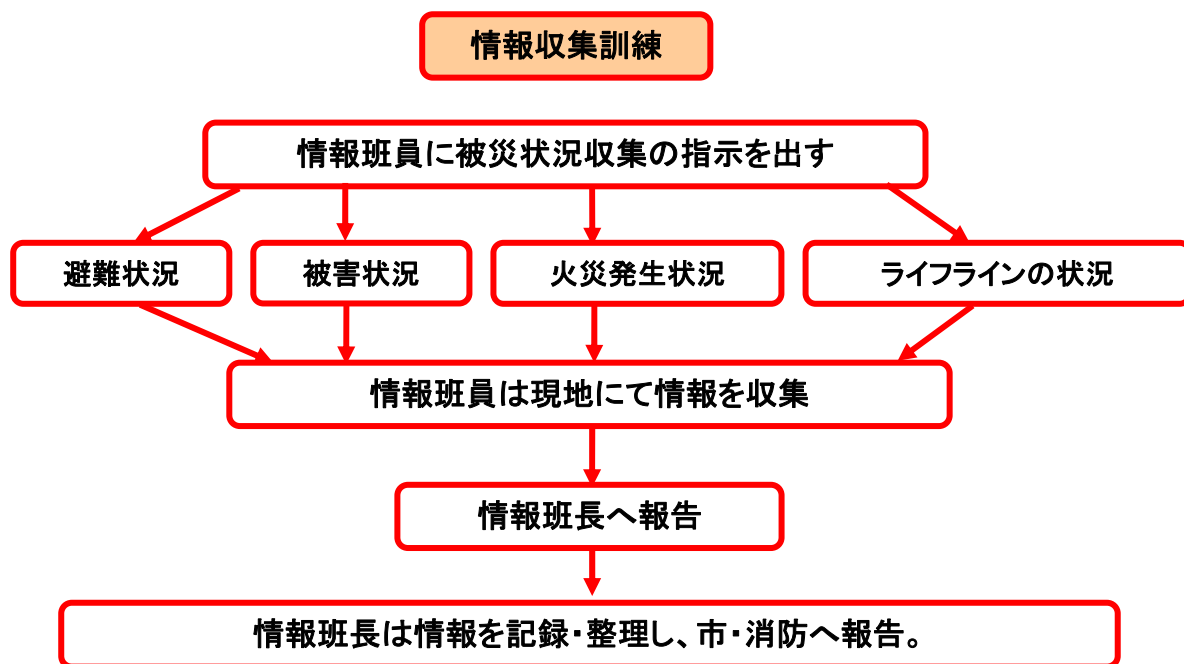
救護



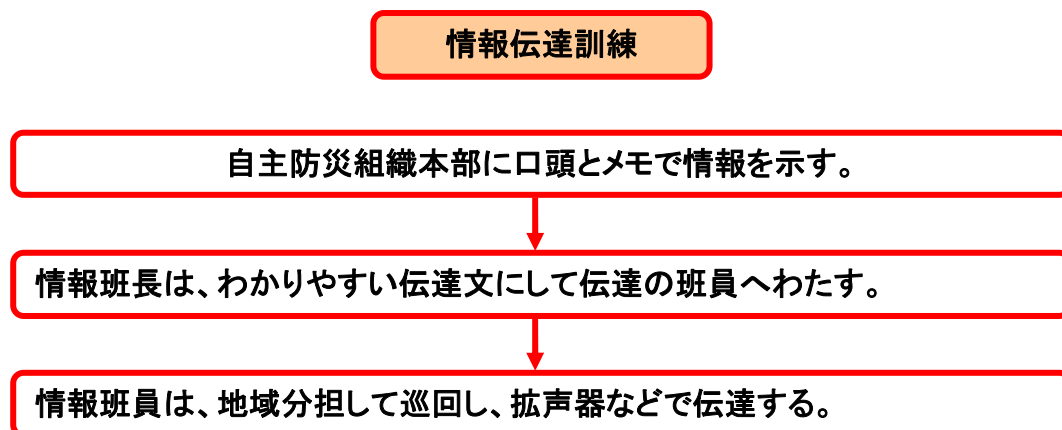
④ 情報収集・伝達訓練

災害時は情報が錯綜（さくそう）します。正確で迅速な情報収集・伝達活動が欠かせません。

いざという時に災害対策本部などの防災関係機関や地域住民との情報のやり取りができるよう伝達方法について習得しましょう。



~~~~~



##### 情報伝達訓練の留意点

- ・伝達は簡単な言葉で行う。
- ・口頭のみではなくメモ程度の文章も準備する。
- ・各世帯への伝達を効率的に行うため、伝達経路をあらかじめ決めておく。
- ・視聴覚等に障害のある方、外国人への伝達は十分配慮する。

## ⑤ 炊き出し（給食・給水）訓練

被災後の食料と水の確保や配給方法について訓練します。避難所での給食、給水活動をスムーズに行うために、大鍋などの資材を確保するとともに、非常用食料の調理法などについても習得しましょう。

### 炊き出し訓練事例

**準備物** 釜・飯ごう・大鍋・米・みそ・割り箸・うちわ・まき・コンロ等

#### 給食・給水班を構成する

衛生面に注意（手洗い・頭巾着用）  
婦人会などを中心として、子どもも加える

↓  
テントを張り、テーブルを用意

↓  
おにぎり・みそしるなどを作る



#### 『活動例』

- ・釜や飯ごう、大鍋などを使用した炊き出しの方法を覚える。
  - 被災後の衛生状態の悪い中で、大勢の人に配給することを考え手や調理器具の洗浄をしっかりと行う。
- ・公的機関などからの救援物資の配給計画を立てる。
  - 救援物資の受け入れと配給をスムーズに行えるよう、配給計画を作成する。
  - 町内会などの班単位の代表者に配給し、混乱を防ぐ。
- ・給水拠点や給水方法を決めておく。
  - 事前に給水車による給水拠点を決めておく。
  - 地域内の井戸などの飲料水を確保できる場所も調査しておく。



## ⑥ 防災資機材の取り扱い訓練

西条市から自主防災組織に対し、貸与されている災害救助工具セットの説明及び取扱いについて、訓練を行います。

消防職員の指導等により、使い方を学ぶことで家や身近にあるものを活用した救出・救護訓練等につなげていくことが重要です。

### 防災資機材一覧

バール

パイプ柄丸ショベル

油圧ジャッキ

ハンマーツルハシ

ワイヤーロープ

万能斧

荷締機

ボルトクリッパー

四ツ折り担架

標識ロープ

木工鋸

かませ木

鉄工鋸

ハンマー

サイレン付メガホン

モンキーレンチ・タガネ・ミニカッター・金バサミ・レンジャー手袋  
防塵マスク・防塵メガネ・テープ その他



### 資機材を利用した救出訓練事例

場面設定：廃材やベニヤを利用して、倒壊した建物の屋根を作成

幅4m、高さ3m程の屋根を作る。

中に生存者のいることを示す。(人形)

救出にあたっては、倒壊建物の中にいる人に声をかけ、安心感を与える。

ジャッキなどを使って持ち上げる。(斧やバールで屋根を壊す。)

### 訓練内容

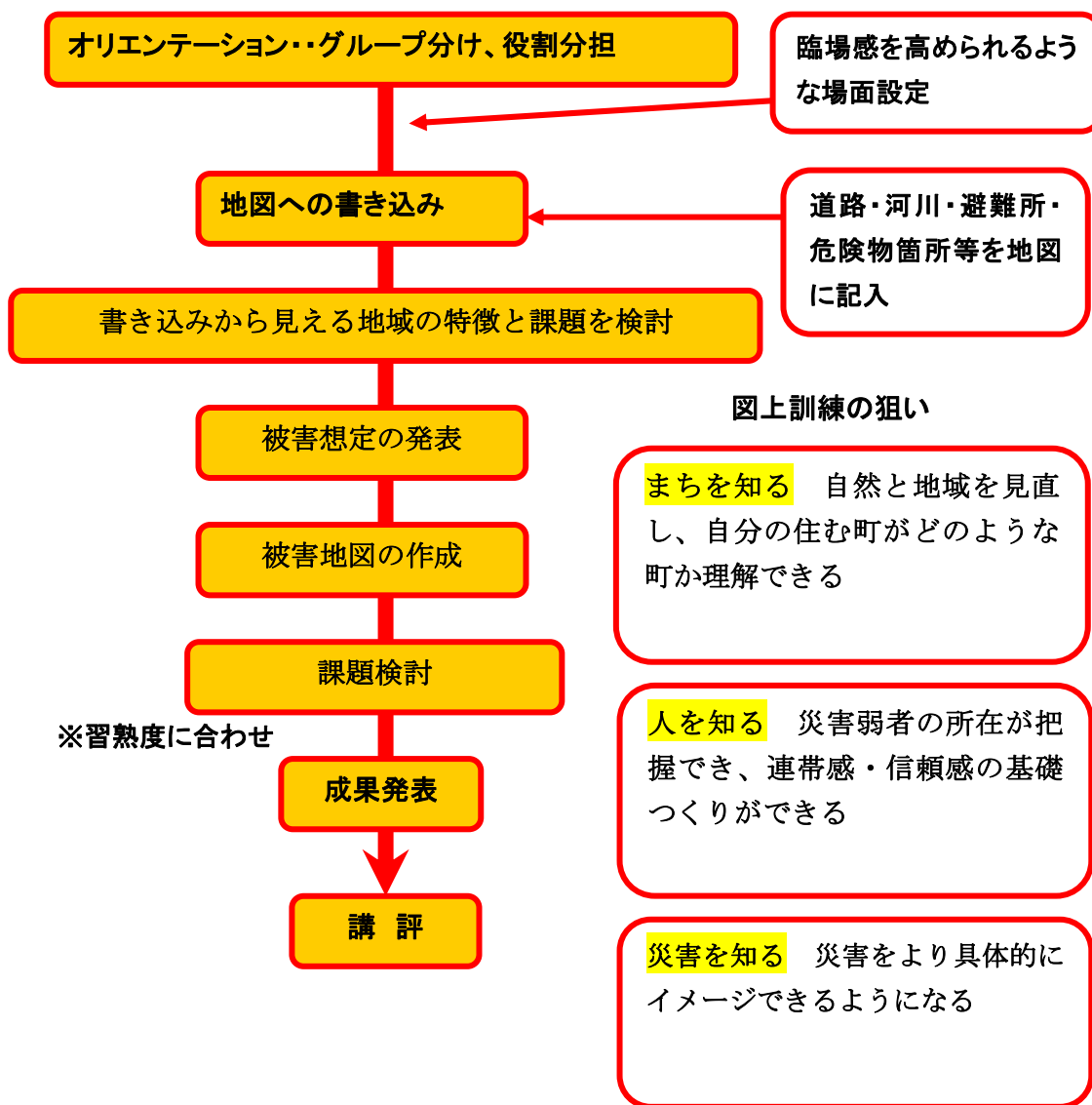
瓦葺き・・・大バールや斧で瓦を引き剥がし、斧を使い野地板をたる木にそって切断する。

トタン葺き・・・鉄板の接続部分近くにバールを入れて引き剥がし、野地板をたる木にそって切断する。

スレート葺き・・・斧の背部で叩き割って除去し、野地板をたる木にそって切断する。

## ⑦ 図上訓練（D I G）

災害図上訓練では、地域で大きな災害が発生した場合を想定し、地図への書き込みを通して、参加者全員が主体的にかつ積極的に災害の対応策を考えましょう。



## ⑧ 避難所運営訓練

災害時の避難所の運営は自主防災組織の重要な役割のひとつです。避難所生活が長期にわたる場合には、適切なルールに基づいて、できるだけストレスが少なくなるよう事前に訓練などを通して、運営方法について検討しておく必要があります。

避難所の開設は、施設管理者と協議し、避難所スペースと非避難所スペースを明確に区分する必要があります。さらに、避難所スペースをみんなが使う共有部分と各世帯の生活の場としての居住部分に分けます。

### 避難所の開設

市指定の避難場所は、市職員によって開設されることが多いですが、万が一の場合には、住民自らが避難所を開設することも考えておく必要があります。



### 避難所施設の点検

避難所に入る前には、被害箇所や余震等で危険が及ぶ可能性がある箇所を点検する必要があります。

### 避難者名簿の作成

避難者については、その地域の人を把握している自治会や自主防災組織が、避難状況を把握し、名簿を作成します。



### 部屋割り（施設の使い方）

本部室、物資置き場、倉庫、配給所、調理室、医務室、談話室、面会室、更衣室、食堂、学習室、ボランティアルーム、情報掲示板、受付、仮設電話、テレビ、パソコン、ペット置き場、洗濯場・物干し場、仮設トイレ、ゴミ置き場、喫煙等の場所決めを行う。また、居住空間や通路、立ち入り禁止区域等についても施設と相談して決めます。

### 避難所生活ルールを作成

多くの住民が、厳しい避難所環境の中で、より快適な共同生活を送るためには、最小限の生活ルールを定め、避難者全員で守ることが必要です。

生活の時間（起床、消灯、食事、清掃）、生活の基本（貴重品の管理、土足厳禁、飲酒、退所、コンセントの使用等）、場所を決めて行うこと（喫煙、携帯電話の使用、見舞客の対応、ペット管理等）、水や物資の管理、トイレの管理、ゴミ処理等についてルールを決めます。



### 『ポイント』

- ・あくまでも避難所の運営主体は、避難者自身であることを忘れない。
- ・運営を円滑に行うため事前に運営計画を作成しておく。
- ・運営計画の柱は、組織、生活のルール、部屋の使い方である。
- ・高齢者や障害者等の要援護者に対しては、特に注意を払ってあげる。
- ・共同生活の場となる避難所には、様々な人が様々な事情で避難しているということと、普段と同じ生活ができないことを十分に認識しておく。

## 5. 訓練実施上の注意事項

- (1) 基礎知識・技術の習得からはじめ、習熟度に応じて応用動作が取れるようステップアップしていく訓練を行いましょう。
- (2) 訓練終了後に検討会を行い、内容を見直して必要な改善を行いましょう。
- (3) 訓練想定を参加者に具体的に示し、実際に即した訓練を行いましょう。
- (4) 災害時要援護者に配慮した効果的な活動となるよう訓練内容を設定しましょう。
- (5) 参加者が積極的に楽しく参加できるような工夫に配慮しましょう。
- (6) 訓練にあたっては、事故防止に努めましょう。

- ア 消火訓練や救出・救護訓練は、危険を伴うので、消防職員の指導を受けましょう。
- イ 訓練を始める前に、必ず事故防止について参加者に注意をし、訓練で使用する資機材については、操作方法、危険性などについて事前に説明しましょう。
- ウ 服装は訓練に適したものとし、軍手、ヘルメット（防災頭巾）を着用しましょう。
- エ 防災訓練中には整理整頓に気をつけ、事故防止に万全の注意を払い、万一事故が発生した場合はけが人の救護を最優先にするなど、適切な措置をとりましょう。
- オ 防災訓練中に誤ってけがをした場合に備え、西条市では防火防災訓練災害補償等共済制度に加入しています。

- (7) 独自で訓練ができない場合は、消防署へ相談し指導を依頼しましょう。

- ア 東・西消防署へ所定の申請書等（資料3）で依頼すると、消防署員が来て訓練を指導してくれます。
- イ 事前に日程や場所、訓練の内容について相談してみましょう。
  - ・東消防署 TEL 0897-55-0119
  - ・西消防署 TEL 0898-68-0119



### （補償の対象となる場合）

- ・消防機関へ実施の旨を報告して行った防火・防災訓練に自主防災組織、民間防火組織、町内会等が参加したとき。
- ・自主防災組織、民間防火組織、町内会等が自主的に行う防火・防災訓練で、事前に「訓練申請書」が提出されたもの。