

令和4年度  
改訂版

# 自主防災活動の手引き

～自分の命は自分で守り、自分たちの地域は自分たちで守る～

平成29年3月

安曇野市区長会

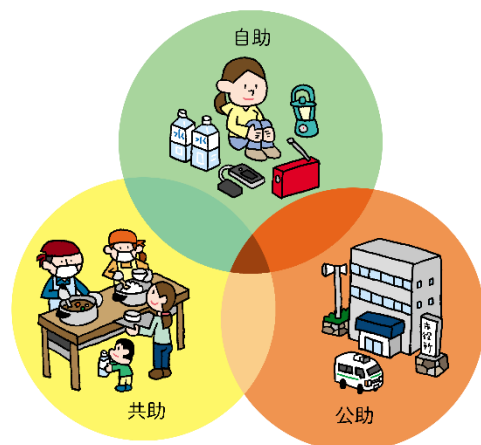
はじめに

安曇野市区長会では、平成 27 年度、山村武彦先生（防災システム研究所）をお招きし「自助、近助、共助でつくる災害に強い安全・安心のまち」と題した防災研修会を開催しました。

この研修会で、「公助」に加え、私たちは、自分の命を守る「自助」、隣近所で助け合う「近助」、迅速救助の「共助」、この三助の連携が大事だということを学びました。

このことを受け、平成 28 年度安曇野市区長会専門部会 防災（安全・安心）部会①では、地域全体で取り組む災害に備える「安全・安心の組織づくり」に向けて検討してきました。

安曇野市では、市内全区に自主防災組織が結成されています。本書は、地域において自主防災活動を行うすべての人に利用していただくため、安曇野市危機管理課の指導・監修を得て、防災（安全・安心）部会①を中心に、手引きとしてまとめたものです。



「コミュニティ・マニュアル（防災編）」とあわせて活用し、安全・安心な地域づくりの一助にいただければ幸いです。



## 内容

第1章 自主防災組織.....	1
1-1 自主防災組織とは.....	1
1-2 期待される自主防災組織.....	2
1-3 基本的な班編成・役割.....	3
第2章 平常時の防災活動.....	4
2-1 防災知識の広報・啓発.....	4
2-2 地域防災マップの作成.....	5
(1) 人を知る.....	5
(2) 地理の把握.....	5
(3) 社会的条件の把握.....	5
(4) 防災上の危険個所の把握.....	5
(5) 防災に必要な事項の把握.....	6
2-3 防災訓練.....	6
(1) 個別訓練.....	7
(2) 総合訓練.....	9
(3) 体験イベント型訓練.....	9
(4) 図上訓練 (DIG).....	9
(5) 避難所運営ゲーム (HUG).....	10
2-4 災害時の要配慮者支援.....	11
(1) 地区内の要配慮者を把握.....	12
(2) 情報伝達、避難行動、避難生活の支援.....	12
(3) 地域のコミュニケーション.....	12
(4) 要配慮者の訓練参加.....	13
2-5 防災資機材等の整備.....	13
2-6 民間事業者との協力体制.....	14
第3章 地震災害時の活動.....	15

3-1	時系列による地震災害時の活動.....	15
3-2	情報の収集と伝達.....	16
(1)	災害時の情報収集.....	16
(2)	情報伝達手段.....	17
3-3	出火防止、初期消火.....	18
(1)	消火の方法.....	18
(2)	消火活動の手順.....	19
3-4	救出・救護.....	19
(1)	活動の内容.....	20
(2)	活動の手順.....	20
3-5	避難誘導と安否確認.....	21
(1)	活動の内容.....	21
(2)	活動の方法等.....	21
3-6	給食・給水.....	22
(1)	活動の内容.....	22
(2)	活動の方法等.....	22
第4章	風水害時の防災活動.....	23
4-1	風水害時の活動.....	23
4-2	情報の収集及び伝達.....	24
4-3	避難情報の種別.....	25
第5章	指定避難所の開設・運営等.....	28
5-1	指定避難所の運営.....	28
第6章	自主防災組織間の連携.....	29
6-1	自主防災組織間の連携の効果.....	29
(1)	通常時の連携.....	30
(2)	災害時の連携.....	30
6-2	地域自主防災会議の開催.....	30
(1)	地域自主防災会議により個々の組織を盛り上げる.....	30
(2)	つながる自主防災組織、広がる防災.....	31
(3)	地域自主防災会議の効果.....	31

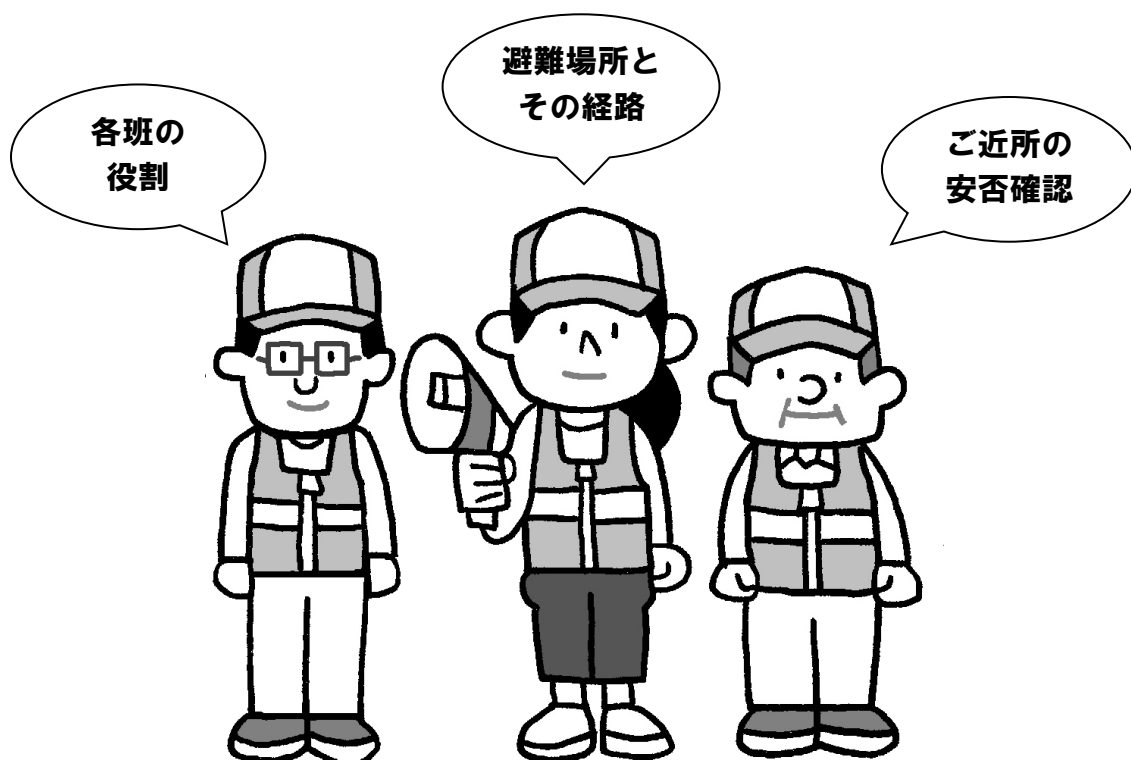
# 第1章 自主防災組織

## 1-1 自主防災組織とは・・・

地震、風水害等の災害を未然に防止することはできませんが、日頃から「自分の命は自分で守り、自分たちの地域は自分たちで守る」という自覚を持ち活動すれば、被害の軽減につながるはずです。

災害時の個人や家族だけの対応にはおのずと限界があり、普段から生活環境を共有している隣近所の人たちが協力し合いながら、自主的に防災活動に携わることが必要となります。

災害発生時はもちろん、日ごろから地域住民が一緒になって防災活動に取り組むための組織、これが「自主防災組織」です。



## 1-2 期待される自主防災組織

阪神・淡路大震災（1995年）では、火災や家屋の倒壊等により多くの犠牲者が出ましたが、その一方で地域住民による消火活動や、救助活動により被害が軽減され、倒壊家屋から多くの人たちが救出されました。

これは、倒壊建物や障害物が道路をふさいで消防隊の現場到着が遅れたり、到着できなかつたりしたとき、住民の皆さんが自主的に活動されたからです。

長野県神城断層地震（2014年）でも、倒壊した家屋の下敷きになる人が相次ぎましたが、住民同士の助け合いによって奇跡的に一人の犠牲者も出ませんでした。



白馬村では、各地区の区長を頂点としたピラミッド型の安否確認システムが構築されており、高齢者らの安否確認に役立ったのです。地域の「共助」が被害拡大を防いだ面もあり、隣近所の皆さんによる自主防災組織の活動（「近助」とも言われています）はますます重要視されています。

今後の自主防災活動は、災害時だけでなく、普段から声をかけ合い、顔の見える関係を築きながら、地域の安全・安心な日常生活が送れるコミュニティを作り上げることが重要となります。

また、地域の企業や団体とも連携、協力し合う関係を築くことも重要です。

### 1-3 基本的な班編成・役割

自主防災組織を結成して活動を進めていくには、組織をまとめる自主防災会長を中心に、構成員となる一人ひとりの仕事の分担を明確にして、組織を編成する必要があります。

編成にあたっては、まず活動班を編成し、班ごとにそれぞれの役割を決めておきます。

編成班名	日常の役割	災害時の役割
本部 (総務班)	組織の編成 各班の運営指導 活動方針の企画等 訓練計画の作成 災害資機材備蓄計画	市の災害対策本部との連絡調整 各班の調整及び指導 衛生管理(トイレ等)
情報班	防火・防災意識の普及高揚 地域防災マップの作成 情報収集・伝達訓練	災害情報の伝達 被害状況の把握 防災機関等との緊急連絡
消火班	家庭への安全対策呼びかけ 初期消火の協力体制づくり 消火訓練	消火態勢の確立 近隣事業所との連携 消防機関への協力
救出・救護班	救助資機材の整備 救出救護訓練 応急手当講習会	負傷者等の把握 応急救出救助活動 医療機関等への搬送
避難誘導班	避難場所・避難経路等周知 災害時の要配慮者の把握 避難誘導訓練	避難経路の安全確認 避難誘導 避難場所における混乱防止
給食・給水班	水、食料等の備蓄計画 給水・食料拠点等の把握 炊出し訓練	給食物資等の調達 救援物資の配給 炊出し

※組織と役割の例

## 第2章 平常時の防災活動

自主防災組織の活動としては、災害時に効果的な活動ができるように、自主防災会長や防災リーダーを中心に、訓練や資機材の整備など災害への備えを行い、地域住民が防災に関する正しい知識を持ち、各家庭で災害に対する備えをすること、そして自主防災組織の活動に積極的な参加をするように促すことが重要となります。

### 2-1 防災知識の広報・啓発

自主防災組織の活動において、住民の皆さんが防災に関する知識を習得できるようにするためには、あらゆる機会をとらえて普及・啓発に取り組む必要があります。

そのためには、次のような活動が効果的です。

- ア 広報紙・パンフレットの作成、配布
- イ 地域の会合や行事、イベントなどの中で、防災意識を高める機会をつくる。
- ウ 出前講座を活用した学習会等の開催
- エ 講演会、研修会への参加



## 2-2 地域防災マップの作成

地域内の危険個所を把握しておくことにより、防災に対する意識を高めることにつながります。

防災の基本は、誰が住んでいるのか、自分たちの住む地域にどのような危険があるのかを知ることから始まります。

### (1) 人を知る

地区や隣組（常会）の構成、加えて、資機材の所有者や保管場所、技術者、技能者、ボランティア経験者などの人材の把握も重要です。

### (2) 地理の把握

住んでいるところの地形、地質、災害の歴史などを把握しておきます。

### (3) 社会的条件の把握

食料、生活必需品の店舗、市役所・支所をはじめとする官公庁建物、医院、病院の位置を確認します。

### (4) 防災上の危険個所の把握

狭くゆとりがない道路、交通量の多い道路、倒壊のおそれがある橋梁、家屋、ブロック塀、自動販売機等の危険因子を把握します。



## (5) 防災に必要な事項の把握

指定緊急避難場所、指定避難所、医療救護所、福祉避難所の位置、そこまでの経路を把握します。

移動する経路は、前項で述べた危険個所の位置などを把握したうえで設定する必要があります。

### 2-3 防災訓練

災害発生時に迅速かつ正確に行動するためには、自主防災組織ごとに策定する「防災計画」や「自主避難計画」に基づく日ごろからの訓練が大切です。

代表的な防災訓練として、個別訓練、総合訓練、体験イベント型訓練及び図上訓練があります。

このほか、「誰でも・どこでも・気軽に・簡単に」行う事が出来る訓練としてシェイクアウト訓練があります。

この訓練は、地震の際の安全確保行動である『命を守る動作』を約1分ほどの短時間で行い、行動の習慣化を狙うものです。

#### ◎命を守る動作



## (1) 個別訓練

個別訓練には、情報収集・伝達訓練、消火訓練、救出・救護訓練、避難・誘導訓練、給食・給水訓練、応急手当訓練等があります。訓練は、各班の知識、技術の習得のため、マンネリと捉えることなく、繰り返して行う必要があります。

### ア 情報収集・伝達訓練

情報収集は、「情報班」が中心となり地域の被災状況、災害危険個所の巡視結果及び避難の状況等を正確かつ迅速に収集し、本部（総務班）に報告します。また、情報を整理し住民に正確に伝達します。

### イ 消火訓練

消火器、バケツ、消火栓を使用した消火方法、技術の習得をします。



また、火災から身を守る方法、地域ぐるみの出火防止等に努めるための知識を学びます。

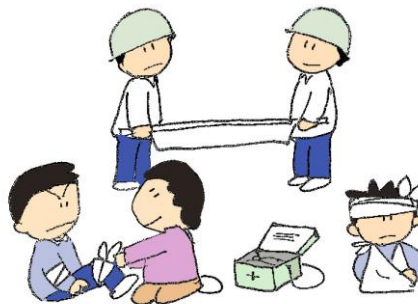
### ウ 救出・救護訓練

はしご、ロープ、バール、自動車用ジャッキ、チェーンソー等を使用した救出方法を学び、災害時に対応できるようにしておきます。



## エ 応急手当訓練

負傷者に対する応急手当の方法、搬送方法、AEDの使用方法等について知識の習得に努めます。



## オ 避難・誘導訓練

組織ぐるみで避難する場合は、避難経路を利用して指定緊急避難場所まで迅速かつ安全に避難できるようにします。

誘導にあたって避難誘導班員は、避難者の前後に立ち誘導するとともに、負傷者や病人、高齢者に十分配慮した誘導に努める必要があります。

## カ 給食・給水訓練

大規模な災害が発生すると電気、ガス、水道等の供給が停止し、飲料水、食料の不足が予想されます。



そのため、各家庭において最低3日分、できれば1週間分の食料等の備蓄が推奨されています。

自主防災組織としても必要な資機材の備蓄をしておくことが望まれます。

また、衛生管理、救援物資の公平な配布方法等についても検討しておく必要があります。

## (2) 総合訓練

総合訓練は、個別訓練を複数組み合わせ、同時またはローテーションにより全員が参加して行う訓練です。

各班相互の連携のもと、想定に基づき実施します。

## (3) 体験イベント型訓練

防災と直接には関係しないイベント等において、災害時に役立つ基礎知識の習熟や災害疑似体験といったプログラムを取り入れることにより、防災を意識せずに災害対応能力を高めることができます。たとえば、地区の「子ども会育成会」や、学校・地域の皆さんの協力を得て、「キャンプ」、「運動会」等の行事に防災の要素を取り入れる方法もあります。

## (4) 図上訓練(DIG)

災害図上訓練は、地図を用いて地域で大きな災害が発生して大きな被害が発生する事態を想定する訓練です。

大きな地図を参加者が囲み、透明なシートを地図にかぶせ、ペンで危険箇所や災害現場等の状況、事態を記入していきます。

事前に危険箇所など起こりうる被害を予想すると同時に、災害時の避難経路や避難場所の確認など、減災のためのシミュレーションを行うことができます。

また、子どもから大人までがゲーム感覚で参加することができ、地図に向き合った参加者全員が、それぞれの立場で災害への対応

などを記入し、話し合い、経験を共有することができます。

図上訓練の特徴は、以下のとおりです。

ア 準備が簡単で、費用負担が少なくてすむ。

イ 災害や参加者の立場に応じて自由にアレンジできる。

ウ 地図への書き込みで地域の弱点、被害の状況をイメージできる。

エ 自分の地域の再発見ができる。

オ 全員参加型の防災訓練ができる。

カ やらされている訓練の感覚がすくない。

## (5) 避難所運営ゲーム(HUG)

### ア ゲームの概要

避難者の年齢、性別、国籍やそれぞれが抱える事情が書かれたカードを、避難所に見立てた平面図に適切に配置していくことや、避難所で起こる様々な出来事にどう対処していくかなど、避難所運営を疑似体験するゲームです。

### イ ゲームの目的

- ① 心と頭を使って、楽しく避難所の運営を学ぶことができます。
- ② 普段から地域住民が「心地よく過ごせる避難所づくり」のため、どんな活動が求められるのかを考えるキッカケとすることが出来ます。

## ウ ゲームの内容

- ① カードを避難所に見立て、避難所（学校・公共の公民館）の体育館や講堂に適切に配置、入所する。
- ② 避難所で起こる様々な出来事（イベント）に避難所の運営者として、どのように対処するかを考え決定する。

## エ ゲームを体験しておくメリット

最寄りの避難所施設について、避難者のスペース配分や、資機材の配置などの「配置図」を事前に作成しておくことで、災害時にそのまま活用でき、万が一の災害発生にもあわてることなく対応できる。

## 2-4 災害時の要配慮者支援

災害が発生したとき最も大きな被害を受けやすいのは、高齢者、子ども、障がいのある方、妊婦、外国の方等何らかの手助けと配慮が必要な人たちです。

平成 25 年 6 月の災害対策基本法の改正から、これまで使われていた「災害時要援護者」というかわりに、高齢者、障がい者、乳幼児その他の特に配慮を要する人を「要配慮者」といい、そのうち、災害が発生し、又は災害が発生するおそれがある場合に自ら避難することが困難な者で、その円滑かつ迅速な避難のため特に支援を要するものを「避難行動要支援者」とよぶことになりました。

安曇野市では、災害に弱い立場にある人たちに、地域が一丸となって支援の手を差し伸べ、災害から守るために「災害時住民支え合いマップ」の作成を、社会福祉協議会と連携して各地区にお願いし

ています。

### (1) 地区内の要配慮者を把握

災害時に要配慮者の安否確認、避難支援が迅速確実に行えるよう、地域ごとに所在などを把握しておく必要があります。



そのためには、日ごろから顔の見える関係をつくり、状況を知る隣組長、民生児童委員、社会福祉協議会、介護従事者などと連携を図るなど、支援体制の構築が必要となります。

### (2) 情報伝達、避難行動、避難生活の支援

災害に関係する情報が確実に伝達されるよう配慮が必要です。

聴覚障がいのある方、視覚障がいのある方にも確実に情報が伝わるように、複数の手段を確保しておくことも大切なことです。

また、避難した場所では要配慮者が、少しでも生活しやすい福祉避難スペースを提供することが大切になります。

### (3) 地域のコミュニケーション

日ごろから隣近所が中心となり、「声かけ」など普段の付き合いの中でコミュニケーションを図りながら、要配慮者の方の支援活動をしていくことが大切です。プライバシーや個人情報に配慮して、隣近所、地域単位で支援体制を考えておく必要があります。

安曇野市「コミュニティ・マニュアル」（安曇野市区長会）で、



日常の防災のための地域コミュニティのあり方などを紹介しています。参考にしましょう。

#### (4) 要配慮者の訓練参加

災害時に普段どおりに活動できるようにするためには、日ごろからの地域のつながりが重要です。要配慮者の皆さんに対して、情報が正確に伝わるか、避難誘導に関してはどんな支障があるのか、要配慮者の立場に立って考えていく必要があります。

要配慮者やその家族の方に積極的に訓練参加していただき、意見や要望を聞き入れて防災体制の改善につなげることも必要です。

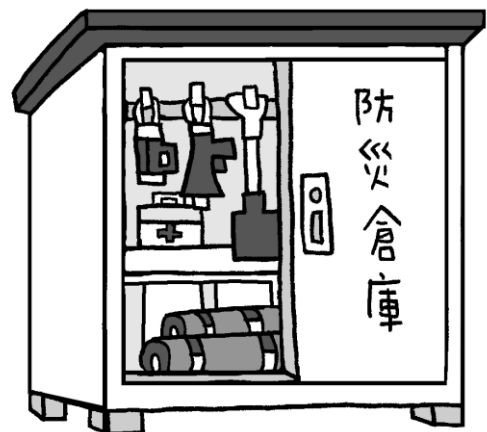
### 2-5 防災資機材等の整備

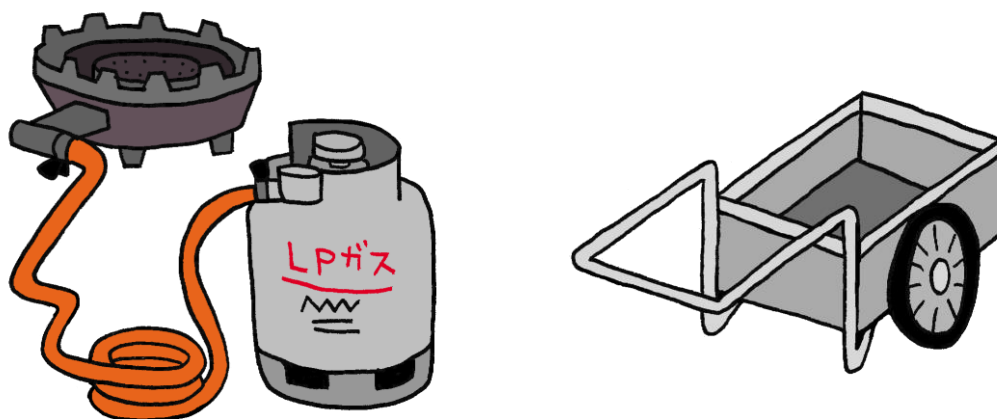
自主防災組織が防災資機材等の整備をするにあたって、何をどのくらい備えるべきか悩むところです。

地域の実情や組織の規模などを考慮して、計画的に資機材等の整備を進めます。

資機材の保管、管理にあたっては、地域の消防団員とも協力して定期点検を実施し、発電機やポンプなどを

常時使用できる状態に保ち、機器の操作にも熟達しておきましょう。





## 2-6 民間事業者との協力体制

必要に応じて、地域内の事業者等と災害時における避難所等施設利用や物資の提供等に関して協定締結を行い、協力体制を整えます。

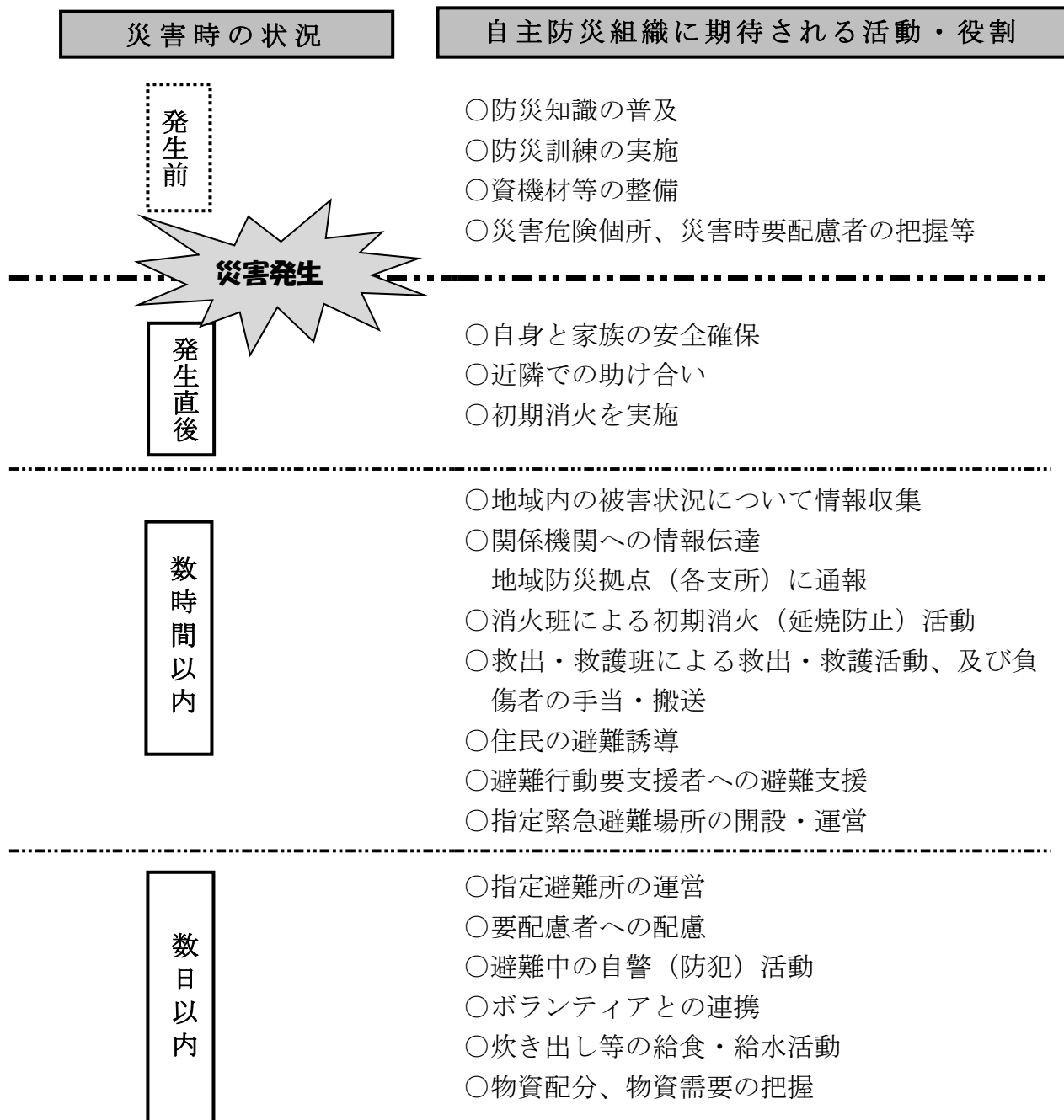


### 第3章 地震災害時の活動

地震災害は、災害発生からの時間の推移に応じた的確な活動が求められます。

自主防災組織として、地震災害時にどう活動すればよいのか、時間の経過とともに想定される状況をシミュレーションし、活動しなければなりません。

#### 3-1 時系列による地震災害時の活動



### 3-2 情報の収集と伝達

災害により被害が発生した場合、的確な応急対策をとるために、地域の被害状況や火災発生の状況を迅速に取りまとめ、地域防災拠点（各支所）へ報告します。

また、市災害対策本部や消防局からの災害情報および指示を、正確かつ迅速に住民に伝えることが必要です。

#### (1) 災害時の情報収集

情報班が中心となって、各地区の住民の皆さんから聴取したり自ら確認して、被害状況や火災発生状況などの情報を入手します。入手した情報は、内容や収集(発生)時間、処理経過等を記録し、報告ができるようにまとめます。

ア 情報班は、人的被害、火災、土砂災害・がけ崩れの状況及び建物、道路、橋梁、水道、電気、交通機関等ライフラインの状況を把握します。

イ 情報班は、地域における被害の状況を把握したら、本部（総務班）と情報を共有します。

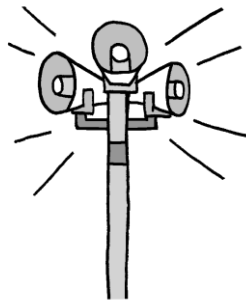
ウ 自主防災組織は、収集された情報を地域防災拠点（各支所）に報告するとともに、救援・救助などの要請を行います。

被害がない場合であっても、災害の全体像をつかむために重要な情報となりますので、必ず報告します。

エ デマによるパニックが起こらないよう住民に正確な情報を伝え、落ち着いた対応を呼び掛けます。

## (2) 情報伝達手段

市からの情報は防災行政無線やメール配信サービス、緊急告知機能付き防災ラジオ、緊急速報メール、市ホームページ、市ツイッター、市の広報車、消防団車両などにより行われますが、地区内においては、情報班員や隣組等の組織を使い、住民に確実に伝達できる方法をとります。



防災行政無線



消防車等広報車



ハンドマイク等による直接伝達

### 3-3 出火防止、初期消火

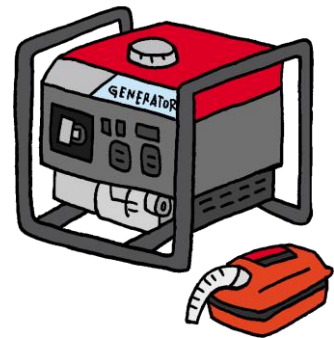
地震による火災の発生を防ぐためには、各家庭における出火防止対策が一番重要となりますが、いざ火災が発生した場合は、周囲に火災発生を知らせ、隣近所、消火班と協力して初期消火活動にあたります。

消火班の行う初期消火活動は、火災の延焼防止を目的としているので、無理をしないように注意します。

消防署や消防団が到着したら指示に従って、できる限りの協力を行います。

#### (1) 消火の方法

- ア 消火器による消火
- イ バケツリレーによる消火
- ウ 消火栓やエンジンポンプによる消火



## (2) 消火活動の手順

《地震発生》	揺れが収まったら、素早く火の始末
《初期消火》	消火器等を使って家族みんなで消火活動
《火災拡大》	消火器、バケツリレー等による初期消火活動 消防団、自主防災組織、隣近所の皆さんと協力して消火活動
《延焼拡大》	消防団、消防署による消火活動
《避難・他班の応援》	自主防災会長等の指示に従って、他班の応援、避難準備

### 3-4 救出・救護

過去の大地震を見ると、家屋の倒壊、家具の転倒、落下物等により、多数の要救助者や負傷者が、複数の場所で同時に発生しています。消防等の防災関係機関だけでは十分な対応ができません。

消防等が救助してくれるまで待つわけにはいかないのです。隣近所が協力し合い、救出・救護活動を開始します。

また、各地域の保健センターに医療救護所が設置されたら、負傷者の状態に応じて搬送します。

## (1) 活動の内容

### ア 隣人の安否確認

家屋等の下敷きになっていないか、大きな声で呼びかけるなどして確認します。

### イ 自主防災会による救出

人力、資機材を活用した救出、救護活動を実施します。

## (2) 活動の手順

### — 救出・救護活動の手順 —

#### 《家屋等の倒壊》

隣人等の安否を確認します。

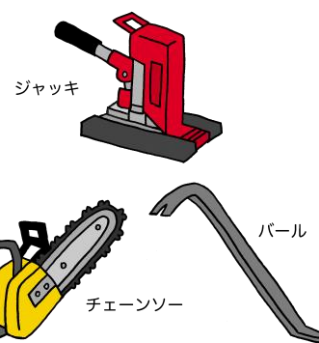
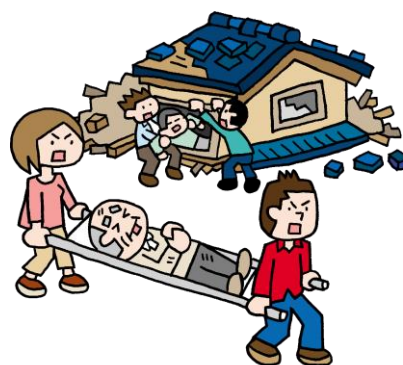
#### 《要救助者発見》

大きな声で居場所を確認します。

救出救護班を組織して(なるべく多くの人を集める)、バール、ジャッキなど資機材を活用して救出します。

#### 《救出・救護》

医療救護所（各保健センター）へ搬送します。





### 3-5 避難誘導と安否確認

災害時における避難行動において避難誘導班が担うべき役割には、安否確認と避難誘導活動があります。

#### (1) 活動の内容

ア 隣組単位で避難できる計画を作成し、地域で安全な避難場所まで安全に避難できるようにします。

イ 避難経路は、災害の状況により変化します。市や防災関係機関から正確な情報を入手し安全に留意しながら誘導しますが、必ずしも、指定緊急避難場所へ避難しなければならないというものではありません。

#### (2) 活動の方法等

ア 避難誘導班や隣組長が中心となって、隣組単位で住民の安否確認をします。

イ あらかじめ決められた集合場所から安全な経路を通過して避難誘導します。

ウ 避難誘導班長は、自主避難者の避難場所、人数等を本部（総務班）に報告し、本部（総務班）は、地域防災拠点（各支所）に報告します。

### 3-6 給食・給水

要配慮者や自宅・公園等で避難生活を送っている人、観光客、帰宅困難者の人数を把握し、飲料水と食料を確保します。場合によっては、市災害対策本部等に必要量を要請します。

#### (1) 活動の内容

飲料水、食料は数に余裕をもって調達し、避難住民に配布します。

#### (2) 活動の方法等

ア 給食・給水班が中心となって、飲料水、食料を確保し避難住民に均等に配布します。

イ 自分で食事を受取りに来られない人や高齢者、病人、乳幼児などに配慮した食料の調達、配布を行います。

ウ 炊き出しを行うときは、衛生面に十分留意して、食中毒など感染症に最大限の注意を払います。

## 第4章 風水害時の防災活動

風水害などの災害は、地震災害のように突然起きることが少なく、発生するまでには、ある程度の時間的余裕があります。早期に情報伝達や避難行動をとることにより、被害を最小限にすることができます。

風水害時の活動内容については、次のような事前行動が必要です。

### 4-1 風水害時の活動

災害時の状況

自主防災組織に期待される活動・役割

発生前

ラジオ・テレビなどの気象情報に注意し、高齢者等避難、避難指示等に備えて行動する。また、地域の災害状況(水位・土砂災害の前兆現象)に注意する。

- 早期の情報収集・情報伝達・事前行動が必要
- 土砂災害等の前兆現象があれば、自主避難を開始して市役所(TEL 71-2000)に通報
- 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
- 災害時要配慮者の避難支援

災害発生

- 自身と家族の安全確保
- 近隣での助け合い

早期に避難を完了し避難場所において安否確認を実施する。また、状況に応じて水防活動、救出・救護等の活動を行う。

発生直後

- 指定緊急避難場所の開設・運営
- 水防活動
- 安否確認や被害情報収集
- 救出・救護活動
- 負傷者の手当・搬送
- 住民の避難誘導活動

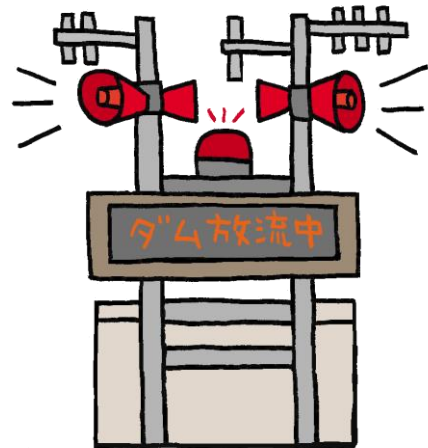
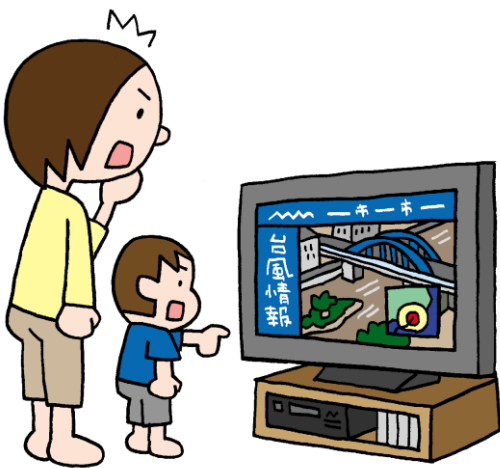
避難誘導・避難所運営

- 指定避難所運営協力
- 住民及び関係機関への情報伝達
- 避難住民への広報・情報伝達
- 災害時要配慮者への配慮
- 災害ボランティアとの連携

4-2 情報の収集及び伝達

風水害では、災害発生の前兆現象をいち早く察知して、いかに早く避難を開始できるかがカギとなるため、正確な情報収集が重要となります。

大雨や洪水、台風のような情報は、テレビやラジオなどの正確な情報を得るようにしましょう。



このほか、災害時の情報収集及び情報手段については、「第3章 地震災害時の活動 3-2 情報の収集と伝達」を参照。

#### 4-3 避難情報の種別

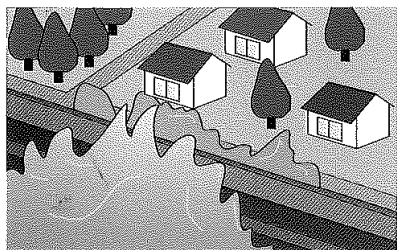
市長が発令する避難情報には、高齢者等避難、避難指示、緊急安全確保の3種類があります。

	発令時の状況	住民に求める行動
高齢者等避難	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であり、人的被害の発生する可能性が高まった状況をいいます。	<p>お年寄りの方、体の不自由な方、小さな子供がいらっしゃる方など、避難に時間のかかる方と、その避難を支援する方は、避難を開始して下さい。</p> <p>なお、避難場所への避難が困難な場合は、近くの安全な場所に避難して下さい。</p> <p>それ以外の方については、気象情報に注意し、危険だと思ったら早めに避難をしてください。</p>

避難指示	<p>災害が発生するおそれが高い状況です。災害リスクの高い場所にいる方は、災害が発生する前までに、指定緊急避難場所や安全な場所にある親戚・知人宅、ホテルや旅館などへの立退き避難を完了しなければならない段階です。</p>	<p>速やかに危険な場所から全員避難してください。外が危険な場合は、屋内のより安全なところに避難して下さい。</p>
------	---	--

緊急安全確保	<p>災害が発生又は、切迫している状況において発令され、「立退き避難」を中心とした避難行動から、直ちに命の安全を確保する行動に変容するよう促す情報です。</p> <p>ただし、本情報は市から必ず発令されるものではありません。</p>	<p>未だ危険な場所にいる方は、命の危険が迫っています。直ちに安全を確保してください。今いる場所よりも安全な場所へ直ちに避難してください。</p>
--------	--	---

### 河川の水によるはん濫（洪水はん濫）

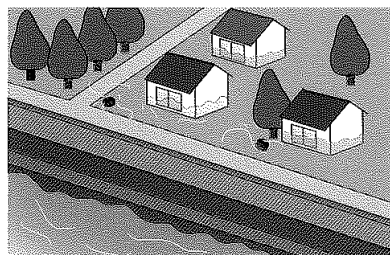


増水した河川の水が堤防の高さを越えて街中にあふれ出します。



堤防に水が過度に浸み込んだり、堤防が河川の流れにより侵食されて(削られて)堤防が決壊し水があふれ出します。

### 河川に排水できない水によるはん濫（内水はん濫）



街中の雨水排水能力を上回る降雨により側溝等から水があふれ出します。



本川の水位が上がり、支川に逆流した水により街中へあふれ出します。

## 第5章 指定避難所の開設・運営等

指定避難所は、災害により住宅に被害を受けた場合において、被災者が一定期間生活する施設で、施設の被災状況などにより市が判断し開設します。

### 5-1 指定避難所の運営

指定避難所の運営は、阪神・淡路大震災以降、数々の災害時の教訓から、市が主体となって避難所運営を行う事は難しく、円滑な運営には、地域住民の皆さんが主体的に関わっていただくことが必要であることがわかりました。従って、避難所運営においては、避難者による自主運営を原則とします。

また、避難生活を円滑に行うため、できるだけ早期に「避難所運営委員会」を設立することが望ましく、避難者自身が避難所運営に携わることにより、避難所が避難者にとって秩序の取れた生活拠点として機能させます。

詳しくは「指定避難所運営マニュアル」をご覧ください。



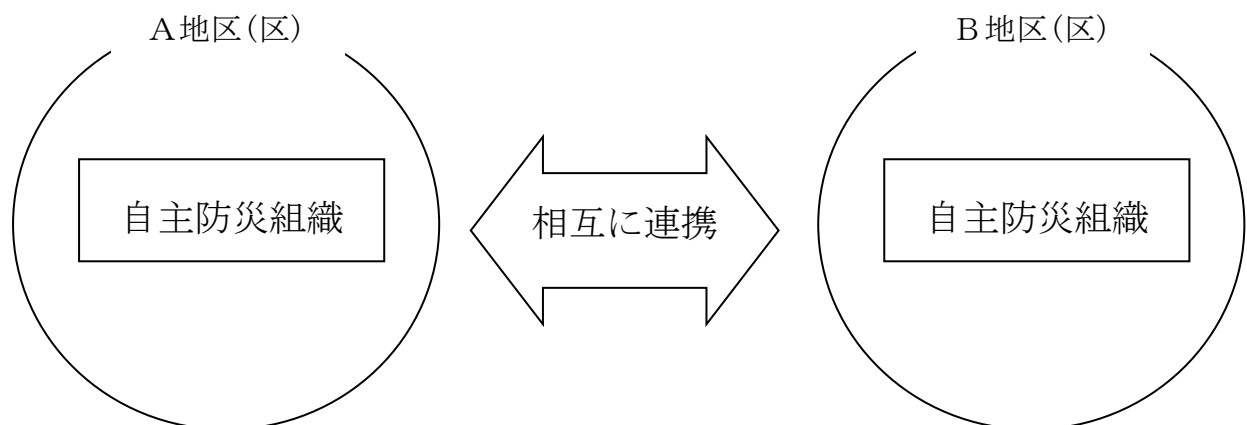
## 第6章 自主防災組織間の連携

自主防災組織は、防災活動が効果的に行える身近な防災組織として結成されていますが、大規模災害発生時には被害が広範囲におよぶことが予想されるため、身近な地域での防災活動に加え、近隣の自主防災組織と連携可能な協力体制を築いておく必要があります。

### 6-1 自主防災組織間の連携の効果

普段から近隣の自主防災組織との応援協力体制や、地域の自主防災組織間における情報・人的交流や防災まちづくりの協働実施など、友好的な関係を築いておく必要があります、こうした組織間の連携が、大規模災害発生時の効果的な防災活動につながると期待されています。

各自主防災組織のそれぞれの長所や短所を補い合い、地域間の防災意識、防災活動にみられる格差の解消などにも効果があります。



## (1) 通常時の連携

- ア 活動における情報交換（交流、会合など）
- イ 災害時応援協力体制の構築
- ウ 合同訓練
- エ 避難所運営の役割分担・体制づくり
- オ 資機材等の情報共有・活用など

## (2) 災害時の連携

- ア 相互に協力した活動の展開
- イ 避難場所の提供
- ウ 避難所の共同運営

## 6-2 地域自主防災会議の開催

組織間の連携を高め、近隣の自主防災組織同士が一体となって地域防災力の向上を図ることを目的として、さらに、他の組織がどんな活動をしているのか情報共有を図るために、「地域自主防災会議」を開催します。

### (1) 地域自主防災会議により個々の組織を盛り上げる

安曇野市と友好都市提携をしている埼玉県三郷市では、地域自主防災会議の開催により、組織同士の交流が活発になり、互いの

活動内容や資機材の使い勝手などの情報交換がしやすくなったそうです。

また、連携を取っている地区では、組織の技術が向上するなど、個々の自主防災組織の活動にも良い影響を及ぼしているそうです。

## (2) つながる自主防災組織、広がる防災

和歌山県那智勝浦町では、山間部で災害による地区全体の孤立、沿岸部では津波被害が想定されています。

災害発生時には、お互いに食料等の援助を求めなければならないことから、地域自主防災会議で、万一いずれかの地域で災害が発生した場合は、救援・救助の要請があれば、町を通じて支援する体制が整備されています。

## (3) 地域自主防災会議の効果

地域自主防災会議の設置により、お互いの自主防災組織の状況が共有され、組織間の連携体制が構築できることから、防災活動の活性化に大きな効果をもたらします。

## 緊急時の連絡先

### 安曇野市役所 71-2000

(代表電話番号ですので、各支所へつないでほしい時はお伝え下さい)

安曇野警察署	72-0110	松本広域消防局	25-0119
		梓川消防署	78-2090
安曇野建設事務所	72-8880	豊科消防署	72-3145
犀川砂防事務所	62-3257	穂高消防署	82-3262
		明科消防署	62-2992

## 自主防災活動の手引き

平成29年3月21日 初刷発行

令和5年3月14日 改訂

編集発行 安曇野市区長会

安曇野市豊科6000番地

TEL 0263-71-2000

FAX 0263-72-3176