

令和6年度 池尻・三宿地区防災塾 実施報告書

世田谷総合支所地域振興課
池尻まちづくりセンター

(1) 実施日

令和7年1月26日（日曜日）午前10時～12時

(2) 会場

池尻区民集会所地下1階 第1会議室

(3) 講師

国土舘大学 防災・救急救助総合研究所 浅倉 大地 氏

(4) 参加人数：39人

内 訳：一般参加6名、町会・自治会12名、関係団体12名、
NPO1名、あんしんすこやかセンター職員1名、区職員7名

参加団体：管内7町会・自治会、三宿つくしんぼホーム、
日赤奉仕団池尻分団、民生委員・児童委員、食糧学院、
世田谷消防団第1分団、世田谷ボランティア協会、
池尻あんしんすこやかセンター、
池尻小学校PTA、多聞小学校、多聞小学校PTA

(5) テーマ

「被災すること、支援すること～防災ゲームをとおして～」

(6) 実施内容

①開 会（10：00～10：05）

②講師紹介（10：05～10：07）

③講 義（10：07～10：45）

能登半島地震における災害ボランティア活動報告、世田谷区内の災害ボランティア運営の実態についての講義を行った。

④防災ゲーム（10：45～11：19）

災害ボランティアのマッチングゲーム（グループで話し合いながら、被災者の依頼（ニーズ）と当日派遣されたボランティアを結びつけるゲーム）を行った。

【5分休憩】

⑤各班の発表、講師による講評（11：24～12：00）

⑥閉 会（12：00）

(7) 成果物

①開会～②講師紹介



③講義



④防災ゲーム



⑤各班の発表



令和6年度 池尻・三宿地区防災塾 「被災すること、支援すること」

2025年1月26日（日）10：00～12：00

国土舘大学 防災・救急救助総合研究所
浅倉 大地

1

今後の日本・東京
で何が起こるか

～南海トラフ地震～

～首都直下地震～

の被害想定や発生確率を見てみましょう。



2

南海トラフ地震

- 海溝型地震（数十年～数百年周期）
 - * 内陸型地震（数千年～数万年周期）能登半島地震はこっち。
- M8クラスの地震
- 同じエリアで100～200年の周期でこれまで発生している。
- 最後の地震は1946年なので、既に76年経過している。
- 関東～九州の広い範囲で震度7～震度6弱
- 太平洋沿岸各地で津波の発生

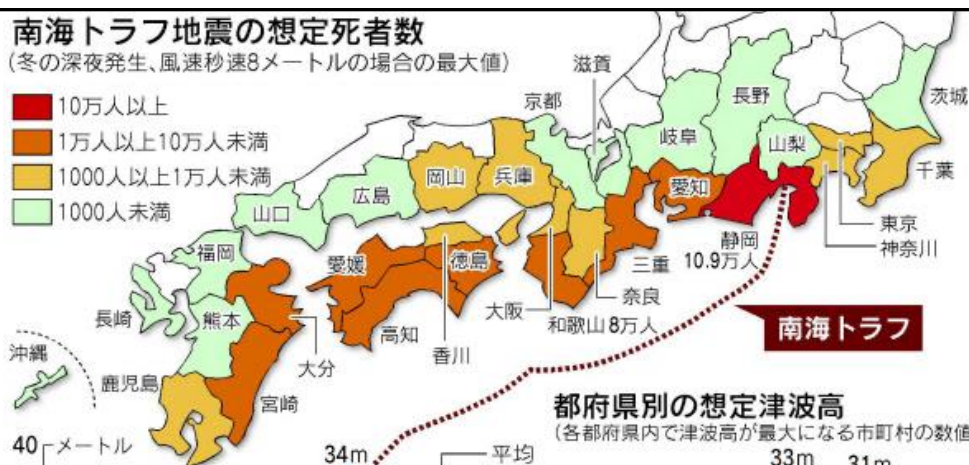


3

南海トラフ地震の想定死者数

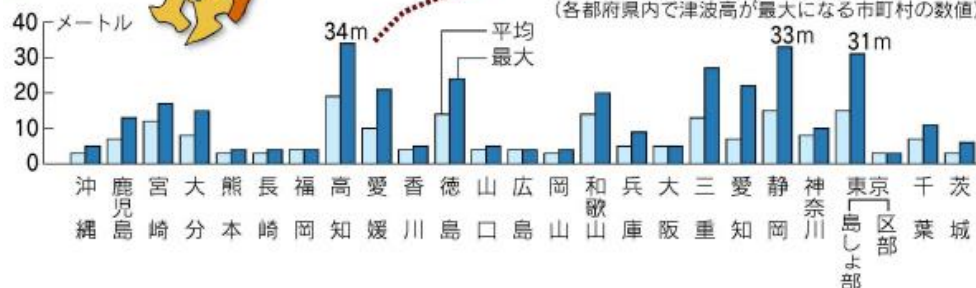
(冬の深夜発生、風速秒速8メートルの場合の最大値)

- 10万人以上
- 1万人以上10万人未満
- 1000人以上1万人未満
- 1000人未満



都府県別の想定津波高

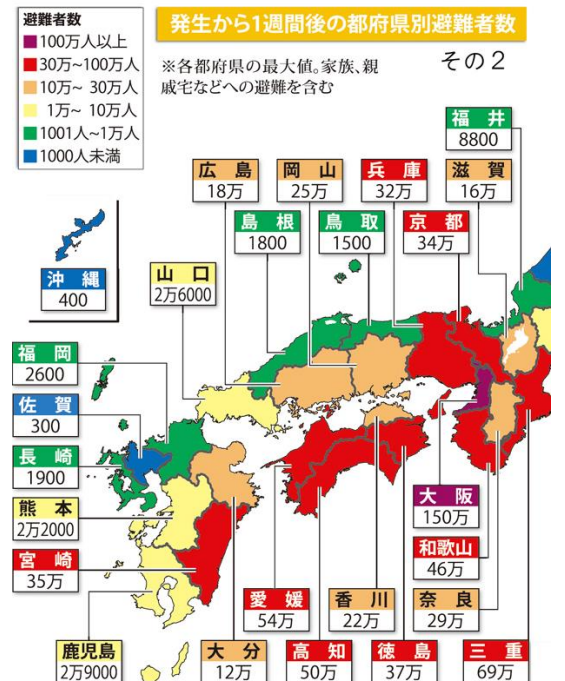
(各都府県内で津波高が最大になる市町村の数値)



4

南海トラフ地震 (2025年1月時点)

- 政府の地震調査委員会は15日、国内で可能性のある地震の最新の発生確率を公表した。
- 南海トラフで今後30年以内にマグニチュード8～9級の地震が発生する確率を、前年の「70～80%」から「80%程度」に引き上げた。



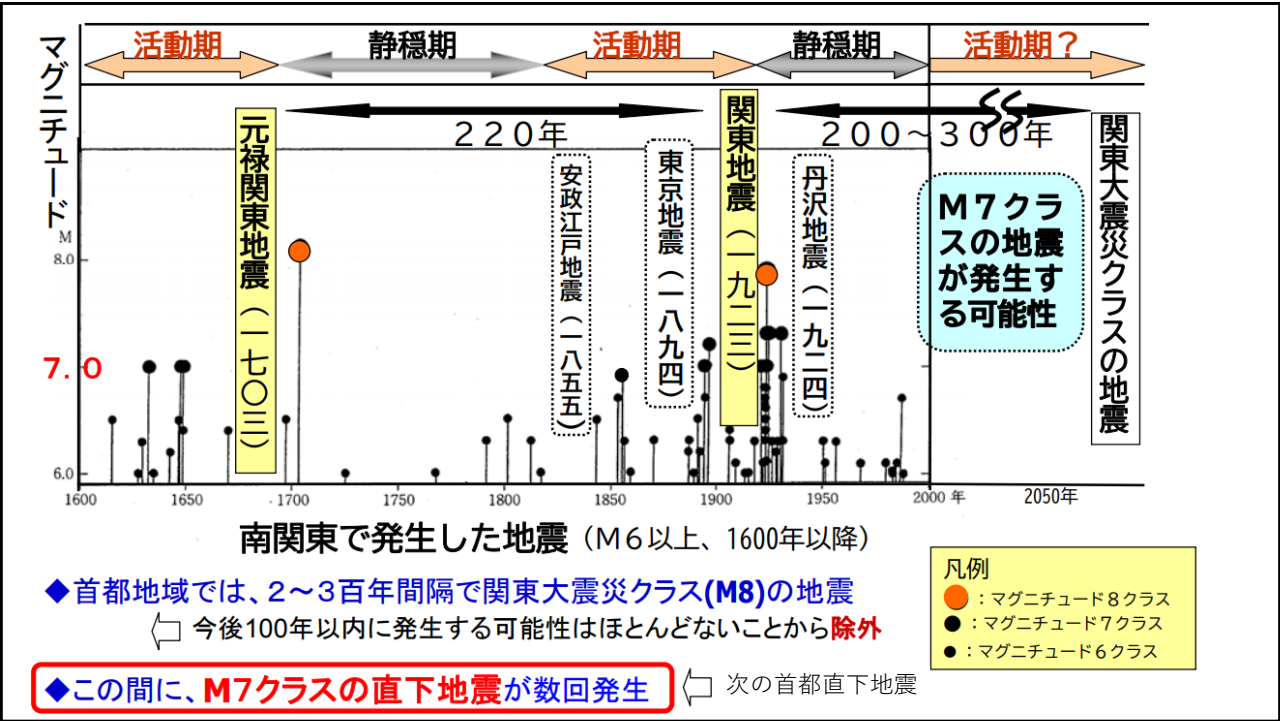
5

首都直下地震

- M7クラスの地震
- 今後30年間に南関東でM7クラスの地震が発生する確率は70%
- 死者2万3千人
- 怪我人12万3千人
- 要救助者7万2千人
- 避難者720万人
- 経済被害95兆円
→ 国の年間予算に匹敵



6



7

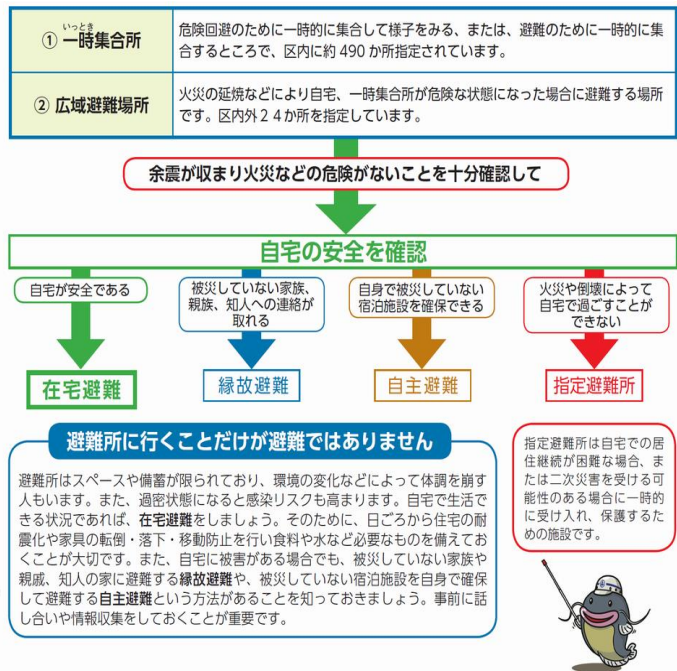
首都直下型地震における 世田谷区の被害想定		東京都全体	世田谷区
建物全壊棟数*		194,431棟	25,757棟
*：原因別建物全壊棟数の合計＋建物倒壊を含まない焼失棟数	うち火災	118,734棟 (約61%)	19,989棟 (約78%)
死者数		6,148人	645人
	うち火災	2,482人 (約40%)	398人 (約62%)
	うち建物被害	3,209人 (約52%)	212人 (約33%)
避難者		2,993,713人	252,237人
都内滞留者		15,836,955人	768,014人
帰宅困難者		4,151,327人	116,697人

8

避難の考え方

- 特に都市部では在宅避難が推奨されている。
- 世田谷区の避難所：95か所（区立小中学校等）
- 1人畳1畳計算で全体で173,329人が避難できる。
- 世田谷区の想定避難生活者数151,290人(1d)
168,224人(1w)
52,374人(1m)

発災1日～1週間は
入りぎらないか
入れてもぎゅうぎゅう



9

1/4 金沢市 震災がつなぐネットワーク 松山氏提供



10

2024年1月24日 七尾市道の駅のトイレ

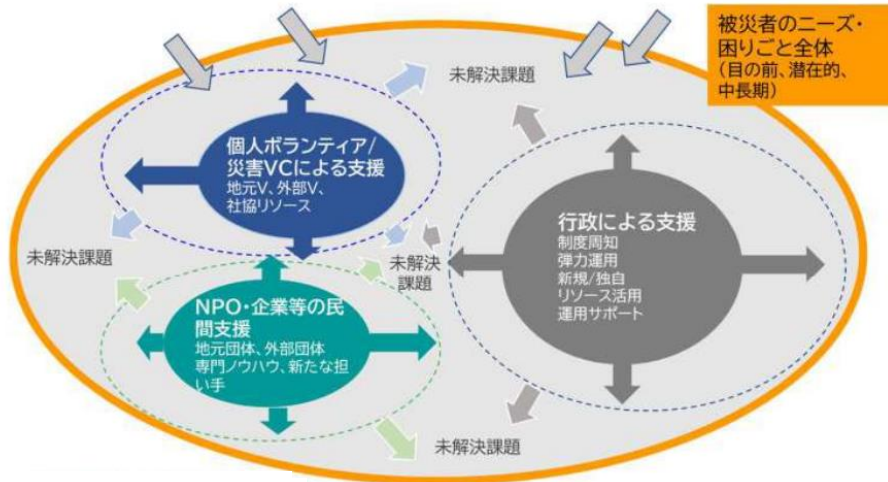


11

特に東京の様な都市部では
「自分の身は自分で守る。」
「自分の生活は自分で守る。」
がベーシックになりつつある。

12

近年の被災者支援は“公”だけでなく“民”も担っている



引用：JVOAD被災者支援コーディネーションガイドライン

13

◆ 災害ボランティアがなぜ必要なのか

- 自宅の片づけは、自分・家族でやるしかない
→いくら作業をしても片付かない：絶望感、喪失感
- 学校は休校、会社は休み
→学校はどうなるのか、収入はどうなるのか…
生活再建の不安と沢山の手続きではかどらない

- ◎ 災害ボランティアはチームで活動し、様々な得意を持った人がいる
- ◎ 力仕事以外にも、被災者の必要に応じた活動が可能
- ◎ 大勢で活動することで短時間で片づけられる

地域の支援



避難所の支援



14

◆ 災害ボランティアセンターの役割

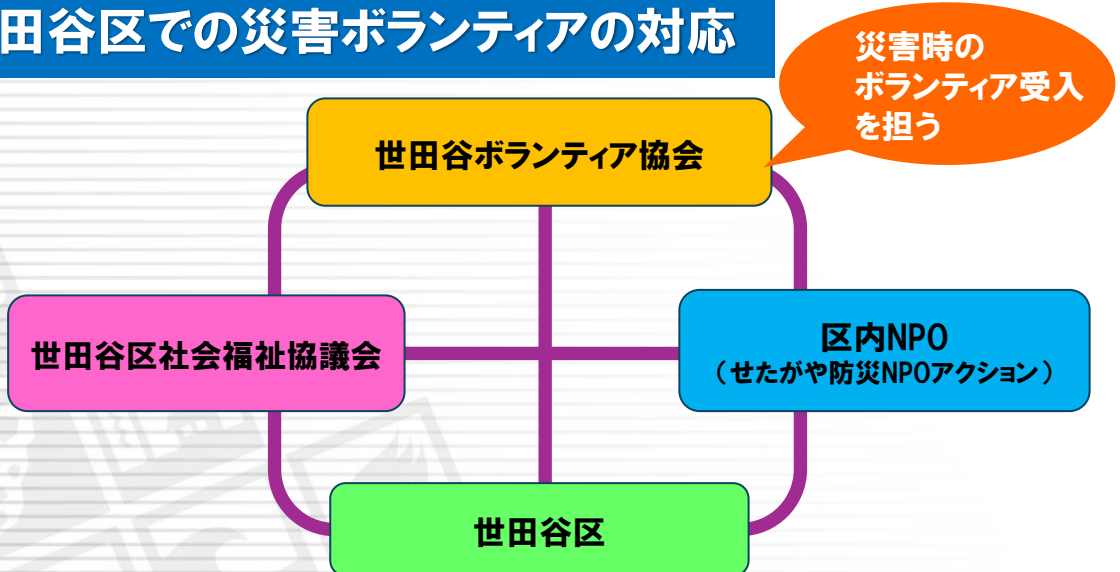
災害ボランティアセンター

つなぐ

- **災害ボランティア:被災者・被災地を支援する**
災害ボランティアを受け付ける
災害ボランティアがスムーズに活動しやすい状態を作る
ボランティアに情報発信をし、来やすくする
- **被災者:ボランティアの力を借りて、1日も早く生活を立て直す**
被災者が安心してボランティアを受け入れられるようにする
被災者に情報発信をし、支援を受けやすくする
被災者の困りごとをしっかりと把握する

15

世田谷区での災害ボランティアの対応



16

世田谷方式

●世田谷区では「世田谷方式」という形で、災害ボランティア受入をしている。

(特徴1)災害ボランティアセンターを**常設**で、**民間に委託**している。

(特徴2)本部・マッチングセンターとサテライトという**3種類**の**拠点**を設置。

(特徴3)**マッチングセンター**は5つの地域にある**5つの大学**に設置。

(特徴4)サテライトは**指定避難所**と同じ**小中学校**などに併設し、避難所と連携を図る

(特徴5)災害ボランティアコーディネーターは**地元有志**を募って養成す

17

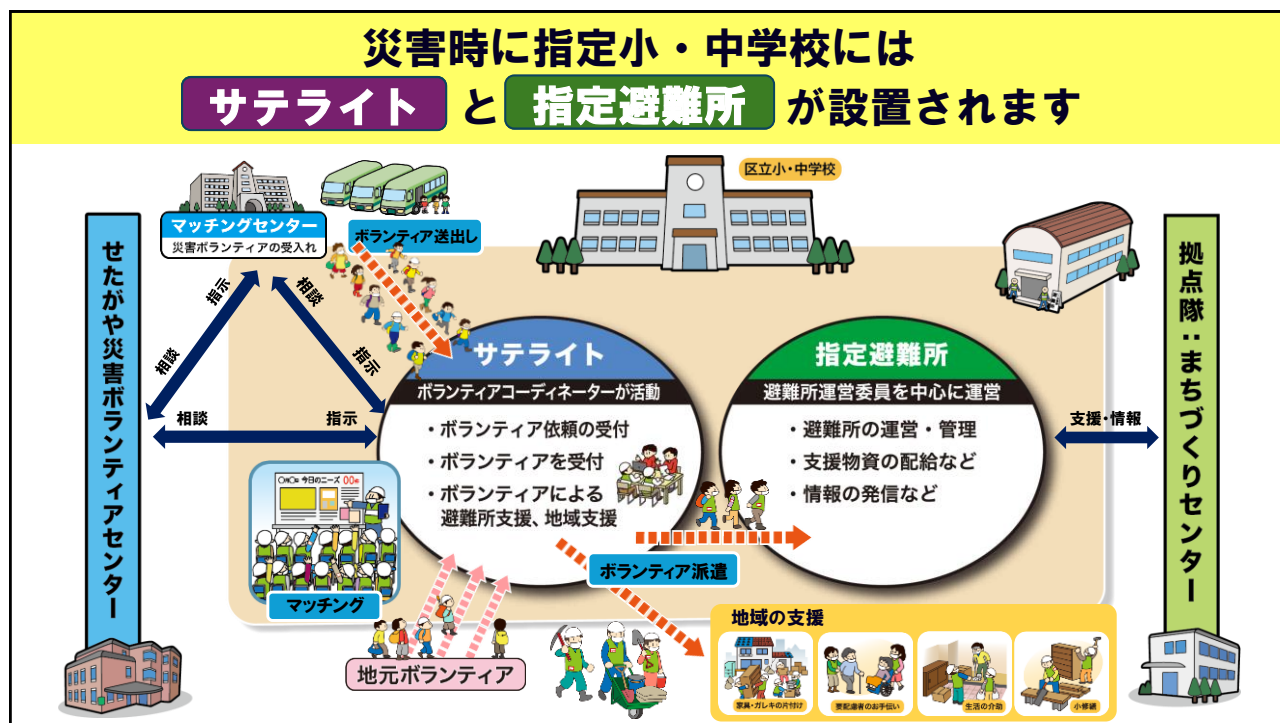
マッチングセンター（5地域）

マッチングセンター：

多数のボランティアの受入れを可能にするため、区内の五大学の施設を借りて、ボランティアを受付ける。



18



19

今、求められているのは

- ・社協・ボランティア協会とともに、
地元関係者、外部支援者による

「協働型災害ボランティアセンター」

としての体制強化

- ・潜在的にボランティアをしたい・してほしい人への周知
- ・今日はマッチングゲームを通して、
「被災するとこういうことに困るんだ。」
「私でも役に立てるかも。」という契機にしていただければと思います。
- ・今後必ず来る大災害の際にお役立ていただければ幸いです。

20

マッチングゲームVer1.1とは

- 災害時に災害ボランティアセンターに届く被災者からの様々なニーズ（困りごと）と、その日に活動に来たボランティアとを結びつけ、グルーピングをしていくカードゲーム。
- 私が作ったゲームなので、最後に色々なご意見をお聞かせてください。



21

ゲームの設定 テーブルごとに配っているもの

- 発生した災害は地震と大雨による水害
- ライフラインの被害は地区・場所による
- 皆さんは災害V Cの運営者です。
- マッチング班に割り当てられたので責任をもってあたってください。
- 設定MAP
- ニーズ受付票 5 枚
- ボランティアカード



22



23

見本					フェーズ1			国士舘大学防災総研 マッチングゲームVer1.0 ワークシート	
No.	ニーズ	行ってもらうボランティアさん				ニーズ表から読み取った注意点		マッチングで留意した点	
1-A	地震による家屋内被害								
1-B	地震による屋根被害								
1-C	避難所への支援								
1-D	神社の敷地内清掃								
1-E	集合住宅の水害対応								

24

ニーズ受付票の読み方

注意点を付箋に書いて、ワークシートに貼って
いこう。

- 依頼内容はなにか。被災状況を想像する。
- どんな注意をボランティアがすべきか。センター運営側として伝えるべきか。
- 備考欄に書かれていることから読み取れることに何があるか。
- 依頼者が置かれている状況はどうか。

25

マッチングのポイント

留意点を付箋に書いて、ワークシートに貼って
いこう。

- 何に考慮、配慮をして、マッチングをしたのか。
- 何を優先したのか、何を後回しにしたのか。
- ボランティアに何をやらせて良いか、ダメか（安全面、技術面）

26

フェーズ1

- 今日は発災から3日目、災害ボランティアセンター活動初日
- 今日届いているニーズは5件
- ボランティアさんは22名来てくれました。
- 皆さんは災害V C運営者でマッチング班担当です。
- これから5件のニーズと22名のボランティアをマッチングしてもらいます。

27

学生による災害ボランティア活動

2011年～2024年

学生派遣人数 **計790名**



2018年
平成30年7月豪雨 岡山県 愛媛県

2016年4月
熊本地震

2018年5月
島根県西部地震

2011年3月
東日本大震災 岩手・宮城・福島県

2024年1月 能登半島地震

2022年10月 台風15号 静岡県

私たちは被災地で即戦力として活躍できる学生を育て、全国で発生する災害に貢献できる人材を数多く育てたいと考えています。被災者に寄り添い、災害に適切に対応できる人材を育成するためには、災害現場を体験することが欠かせないと考えています。被災された方の救援だけでなく、学びを得ることが出来る活動として、今後も活動を続けていく予定です。

災害現場でボランティア活動を行うことは、
本学の教育理念の一つである【誠意：真心と慈悲の心で、世のため、人のために尽くす】とも一致しています。

連携機関：国土館大学同窓会、JVOAD（全国災害ボランティア支援団体ネットワーク）

国土館大学 防災・救急救助総合研究所

28

学生による石川県七尾市での災害ボランティア活動

2/19-23：1陣 2/28-3/2：2陣 3/4-7：3陣 8/10-14：4陣

学生派遣人数 **計91名**

倒れた、倒れそうなブロック塀の撤去



斜めになったブロック塀は被災者の心理的負担に

災害廃棄物の分別



地震災害によって出た災害廃棄物を11種類に分別



夏休みの子どもたち向けの「こども緑日」イベント開催



また住める日か来る事を信じて少しでも早く片付けを！

専門学校の復旧



被災した学生・教職員のお力に少しでもなれるように

国土大学 防災・救急救助総合研究所

29

せたがや災害ボランティアセンター Setagaya Disaster Volunteer Center

被災情報収集と街頭募金

1月～3月

能登半島地震被災地支援について各活動を企画立案、ボランティア派遣募金チラシを制作、配布
街頭募金活動を計6日間、11回実施
世田谷ボランティアセンター、4ビューロー、および協力店舗等で募金箱の設置を行う

収支報告

街頭募金／2～3月で11回実施、参加者数延81名 合計598,739円
振込等による寄付／2月～8月間 162,000円
募金箱による寄付／2月～8月間 366,465円(協会に直接頂いた寄付を含む)

合計 1,168,043円

助成金

日本財団／ 1,000,000円
赤い羽根共同募金／ 520,000円



令和6年能登半島地震被災地支援ボランティア派遣募金



世田谷から被災地へのボランティア派遣にみなさまの支援をお願いします！

活動募集 1/21②・28② ●二子玉川駅前店 ●世田谷ボランティアセンター
●ボランティアビューロー
※12:00～14:00 ●三軒茶屋駅前店 ●(金・土・日・祝・祭日)

社会福祉法人世田谷ボランティア協会

世田谷ボランティアセンター TEL 03-5713-5101 https://setagaya-bv.org/

30

現地調査と災害ボランティア派遣

現地調査

1月・2月に七尾市能登半島各地での実地調査を行う。
1月／珠洲市 2月／輪島市、七尾市、穴水町

災害ボランティア派遣

穴水町災害ボランティアセンターの依頼によりボランティア派遣を実施。

- ・10人乗りワゴン車で世田谷から現地まで移動
- ・現地協力者宅に宿泊、2泊3日(うち車中泊1日)



【実施回数】

3月 1回(3/15～3/18)
4月 1回(4/12～4/14)
5月 2回(5/10～5/12、5/24～26)
6月 2回(6/14～16、6/28～30)
7月 1回(7/26～7/28)

【参加者数】

3月 9名
4月 10名
5月 20名
6月 20名
7月 10名

3～8月合計

7回 延べ69名活動

穴水町災害ボランティアセンター運営支援

実施内容

穴水町社協からの依頼を受け、穴水町災害ボランティアセンター運営の為にコーディネーター派遣を実施。

毎週末金～日の3日間活動(木曜移動日)とし、3名ずつ派遣しマッチング業務を中心にサポートを行う。

【実施回数】

5月 3回 (5/17～5/19、5/24～26、5/31～6/2)
6月 4回 (6/7～6/9、6/14～16、6/21～6/23、6/28～6/30)
7月 4回 (7/5～7/7、7/11～7/14、7/18～7/21、7/26～7/28)
8月 2回 (8/9～8/11、8/23～8/25、)
9月 2回 (9/6～7、9/13～14)



5～9月 合計

15回 延べ39名活動

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）								
日 付 令和7年1月26日 地 区 池尻								
1-1) ご自身について（性別）								
	①男性	②女性	③未記入等					
数	15	12	1					
1-2) ご自身について（年齢）								
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
数	0	0	3	2	8	8	5	1
1-3) ご自身について（職業）								
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他
数	6	2	2	6	2	5	3	1
2 今まで参加した「防災塾」にすべて○をつけてください。								
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前					
数	16	10	2					
3 「防災塾」に参加して、地域防災について意見交換ができたと思いますか。								
	①十分できた	②ややできた	③どちらとも言えない	④あまりできなかった	⑤まったくできなかった			
数	11	14	2	0	0			
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。								
・時間がたりなかった。								
・知らない事がいっぱい有った。だいぶ為になった。								
・短い時間の中では、初めて会う方々と十分できたと思います。継続的に、地域との交流をはかっていく事の重要性を実感しました。								
5 「地区防災計画」をご存じでしたか。								
	①知っている (今回参加したことで知った)	②知らない						
数	15	13						
6 「地区防災計画」の内容を理解できますか。								
	①理解できる	②理解できない	③どちらともいえない					
数	21	1	4					
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。								
8 「防災塾」に参加して、学んだことや気づいたこと、すべて○をつけてください。								
	数		数					
①どのような災害が起こりうるかわかった。	20	⑤災害時の地域の課題が具体化された。	19					
②被害の程度が予想できた。	15	⑥様々な方のアイデアが集まった。	22					
③災害時に自らがとるべき行動がわかった。	18	⑦参加した方と関係性を作ることができた。	15					
④住民の目線から課題と対策を検討することを学んだ。	18							
9 今後の希望する「防災塾」の進め方に、すべて○をつけてください。								
	数		数					
①ワークショップ形式	18	⑥行政職員による防災対策に関する説明	8					
②テーマ別に関わる関係者だけが集まって議論	5	⑦防災専門の先生や被災を経験した人を招いた防災講演	14					
③コアメンバーが集まって議論	3	⑧地域の課題と対策について、地区住民から広く意見がもらえる会合	8					
④防災まちあるきや安否確認訓練など体を動かす体験	12	⑨その他（参加者での意見交換）	2					
⑤他地区の防災活動の事例紹介	11							

10 地区防災において実施したいこと、すべて○をつけてください。					
	数			数	
①危険箇所や地域資源の発見と整理	19		④防災のルールづくりや担当決め	13	
②防災マップ作成	13		⑤地域課題への対策	15	
③協力者への声かけ、防災対策に関する話し合い	17		⑥避難訓練、消火訓練等（実践）	16	
<その他>事前の勉強会					
11 来年度も「防災塾」に参加したいと思いますか。					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数	12	15	0	0	0
12 「防災塾」のご意見、ご感想をご記入ください。					
・ゲームをととして色々想像できた。					
・マッチングは他のケースでもやってみたい。（マッチングの）優先順位をもっと詳しく知りたい。					
・様々な知識を専門の先生に教えて頂き、来月の小学校の訓練に備えられて良かったです。					
・地域防災活動がとても大切だと思いました。ボランティア活動に参加してみたいと思いました。					
・自分の頭で考えた事と、浅倉先生からのアドバイスで、色々な気づきがありました。					
・私は他の地域で町会活動をしています。避難所開設の準備は、町会が中心となり、世田谷のようにボランティアセンターの活動がしっかりしている と思い、感心しました。					
・興味深く参加できました。ボランティアコーディネーターのワークショップは初めてでした。					
・今回学んだことを実際の場面で生かしていきたいです。					
・このような機会は、大切だと思いました。いろいろな年代子ども～大人と一緒にできるといいと思いました。					

防災塾 実施報告書

世田谷総合支所地域振興課

太子堂まちづくりセンター

(1) 実施日 令和7年1月18日(土曜日) 午前9時30分～11時30分

(2) 場所 三茶しゃれなあと スワン・ビーナス

(3) 参加人数 49人

(4) テーマ

今日からはじめる「ぼうさい」のヒント

(5) 実施内容

①職員説明

- ・ 本日の防災塾について
- ・ 世田谷区における地区防災計画について
- ・ 令和7年度地区防災計画改定について

②能登半島被災地ボランティア体験談

- ・ ボランティア活動の楽しさについて
- ・ 能登半島でのボランティアの支援内容について
- ・ 共助が大切であり、自助があってこそその共助であること

③講師講義と意見交換

- ・ 発災後のトイレのはなし
- ・ 備蓄品をどうそろえるか
- ・ マイ備蓄品リストを考える

(6) 成果物

講義や演習の様子





意見交換の様子



避難所の備蓄食料はビスケットと水のみだが、備蓄の食品はかならずしもそこまで日持ちする必要があるという例示として講師より防災プレゼント



防災塾アンケート用紙（とりまとめ）								
					日 付		R7.1.18	
					地 区		太子堂	
1-1) ご自身について（性別）								
	①男性	②女性	③未記入等					
数	15	12	3					
1-2) ご自身について（年齢）								
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
数	0	0	1	0	1	7	12	6
1-3) ご自身について（職業）								
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他
数	3	0	0	4	5	6	10	0
2 今まで参加した防災塾の開催年度について								
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前					
数	16	12	11					
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。								
	①十分できている	②ややできている	③どちらとも言えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない			
数	3	18	4	3	1			
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。								
【時間が足りない】 時間が不十分なうえ講演が主で話し合う時間がない、皆さんと話す時間が足りなかった、もう少し時間と話し合いが必要、できていないから、意見交換は時間がなくあまりできなかった、時間不足、話を聞けばかりで同じテーブルの方と話し合う時間はほとんどなかったの、時間が短い 【話し合いが有意義だった】 最後のワークの時間で有意義な会話をできました、楽しく勉強できました、話し合いの中からヒントをもらった、継続して実施していることで意識を継続して持ち続けられる、色々な方と意見の交換ができたことが大事であると認識しました、備蓄の分散、備蓄品を一度試してみるものの必要性を自覚した 【その他】 防災塾の開催回数が増えている								
5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。								
	①知っていた	②知らなかった（今回参加したことで知った）						
数	18	9						
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。								
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった					
数	5	22	1					
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。								
①参加前から理解していた 理解していたから、普段から地域の防災に関心がある、普段から防災に関心を持っている ②参加したことで理解できた 京先生のお話が分かりやすかった こどもの頃学校で行っていた訓練の意識と今現在の避難の意義が大きく違う。親からの何かあったらまず自分を守れ、から始まっていてその後が大切なことを知った。 地区の屋間の方が夜間より人口が多いことを知った 今まで知らなかったことを考えることのきっかけになりました ③理解できなかった 少し話があちらこちらに行っている感じが、すみません								
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと								
		数				数		
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。	13	⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。	7					
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	13	⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。	10					
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。	16	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	10					
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。	21							

9 今後の希望する「防災塾」の進め方について					
	数		数		
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論	11	⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明	4		
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論	5	⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演	8		
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論	1	⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合	6		
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験	7	⑨その他（マーケットなど家族や子どもたちがいる場でやるべき、時間が足りない）	2		
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介	4				
10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと					
	数		数		
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理	13	④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め	4		
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成	7	⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加	3		
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声かけと対策方法に関する話し合い	3	⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるかを動かした検証（実践）	6		
＜その他＞ふれあい広場でもっとカジュアルに体験・学べる催しをやりたいです、意識の向上					
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数	12	5	0	0	0
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。					
とても勉強になりました。自分でそなえが足りないことがよくわかり、実行しなくてはと思いました。京先生のお話が、望みを暗くなく日常を変えていく、というのが少しわかりました。ありがとうございました。最初に言われた通り時間が足りなかった感じ。もっとゆっくり聞きたかった。広い世代で災害や防災対策ができる企画があるとよい（若い世代（現役世代）と一緒に参加できるものがよい）継続していくことが大事であると思います 非常に参考になりました					

防災塾 実施報告書

世田谷総合支所地域振興課
若林まちづくりセンター

(1) 実施日 令和6年10月17日(木曜日) 午前9時30分～10時30分

(2) 場所 若林まちづくりセンター 3階活動フロア

(3) 参加人数 23人

(4) テーマ

「避難行動要支援者安否確認訓練 報告会」

(5) 実施内容

①報告会

令和6年9月1日(日)に実施した避難行動要支援者安否確認訓練について、訓練のこれまでの経緯や今年度からの新たな取り組み、訓練概要について説明後、訓練結果のバンダナ掲示率等を、丁目ごとに集計し報告した。また、地区防災計画について、令和7年修正予定の取組方針の案を報告した。

②意見交換

来年度に向け、訓練参加者を中心に感想・改善点等を共有した。

内容(抜粋)

- ・事前に対象者と顔合わせをする等、周知方法を見直すことで掲示率の向上に繋がると感じた。
- ・町会加入者が減ってきており、災害時に町会主体で見回りができるか不安。マンションの場合、マンション組合の理事や役員に支援をお願いすることはできないか。
- ・特にマンションの場合は、掲示場所を指定することで確認しやすくなると思った。
- ・災害時、速やかに安否確認を行うためには、事前に情報を地図等に落とし込んで持っている必要がある。できれば町会倉庫に入れておきたい。

(6) 成果物

別紙写真参照

令和6年度 若林地区防災塾 成果物



地域振興課長挨拶



報告会



意見交換

令和6年度防災塾 「避難行動要支援者安否確認訓練 報告会」

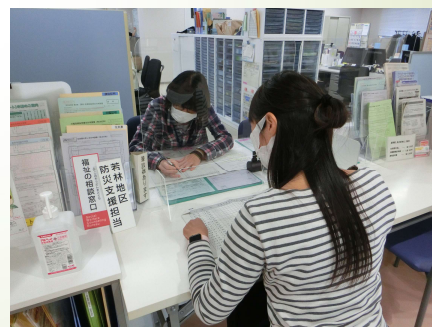


若林地区キャラクター
わかゆちゃん

避難行動要支援者安否確認訓練について

地区防災計画に基づき、災害時において、避難行動要支援者の安否確認を着実に進めるため、平成29年度より避難行動要支援者安否確認訓練を実施している。主にこれまでは、架空のデータを対象者と想定した、問い合わせ・報告訓練を実施してきた。

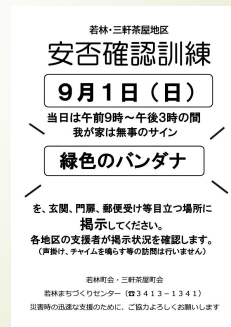
氏名	性別	年齢	住所	電話番号	連絡先	備考
1 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
2 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
3 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
4 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
5 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
6 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
7 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
8 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
9 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
10 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
11 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
12 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
13 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
14 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
15 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
16 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
17 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
18 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
19 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認
20 田中 一郎	男	75	〒111-0001 東京都台東区	03-1234-5678	自宅	在宅確認



避難行動要支援者安否確認訓練について

令和6年度は、町会でバンダナを購入し、対象者へ配布した。災害時は自宅の前に、支援が不要な場合は緑、必要な場合は赤のバンダナを掲示していただくよう依頼し、安否確認の訪問時の負担軽減を図った。

今回は、対象者に緑のバンダナを掲示していただき、バンダナの掲示確認訓練を実施した。



令和6年度 避難行動要支援者安否確認訓練

日 時 令和6年9月1日（日）午前9時～午後3時

参 加 者 バンダナ掲示：避難行動要支援者や家族の方
 掲示確認：名簿管理責任者、支援協力員、
 民生委員・児童委員

オブザーバー：まちづくりセンター・あんしんすこやか
 センター・社会福祉協議会職員

訓練内容 避難行動要支援者に緑のバンダナを玄関などに掲示
 していただき、町会等の訓練参加者で各コースに分
 かれバンダナ掲示を屋外から確認した。



実施結果

若林1丁目（名簿管理者：月村様、支援担当者：11名）

対象件数 18件

揭示件数 4件

未揭示件数 12件

オートロック式マンション 2件

揭示率：約22%

実施結果

若林2丁目（名簿管理者：富嶋様、支援担当者：4名）

対象件数 9件

揭示件数 4件

未揭示件数 4件

オートロック式マンション 1件

揭示率：約44%

実施結果

若林3丁目（名簿管理者：田中様、支援担当者：3名）

対象件数 13件

揭示件数 5件

未揭示件数 6件

オートロック式マンション 2件

揭示率：約38%

実施結果

若林4丁目（名簿管理者：長谷川様、支援担当者：6名）

対象件数 32件

揭示件数 12件

未揭示件数 16件

オートロック式マンション 4件

揭示率：約38%

実施結果

若林5丁目（名簿管理者：廣瀬様、支援担当者：6名）

対象件数 16件

揭示件数 8件

未揭示件数 5件

オートロック式マンション 3件

揭示率：約50%

実施結果

三軒茶屋1丁目（名簿管理者：石綿様、支援担当者：1名）

対象件数 18件

揭示件数 9件

未揭示件数 8件

オートロック式マンション 1件

揭示率：約50%

実施結果

三軒茶屋2丁目（名簿管理者：石綿様、支援担当者：1名）

対象件数 25件

揭示件数 9件

未揭示件数 7件

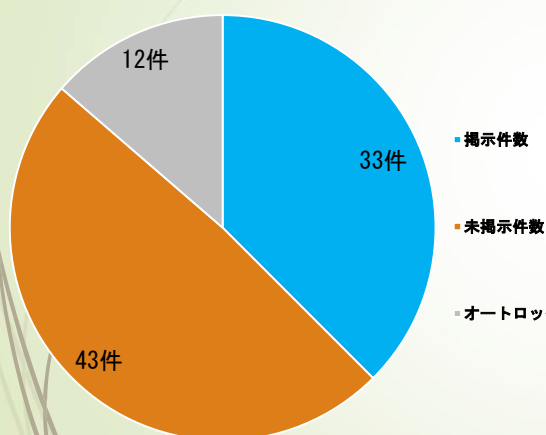
オートロック式マンション 8件

居住地不明 1件

揭示率：約36%

実施結果まとめ（若林地区）

若林地区結果



若林地区 **揭示率：約38%**

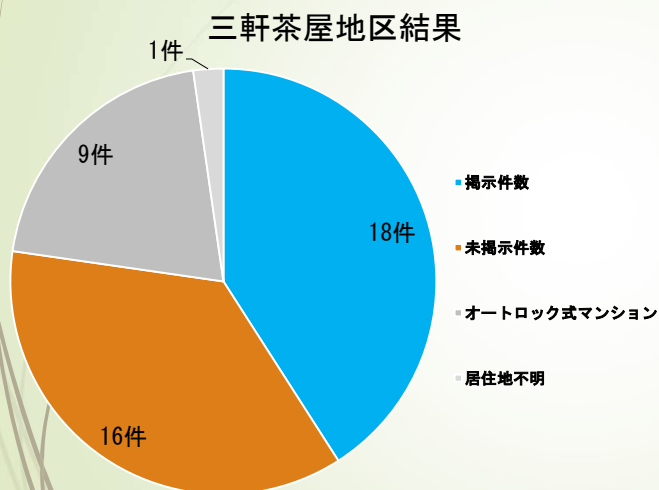
対象件数 88件

揭示件数 33件

未揭示件数 43件

オートロック式マンション 12件

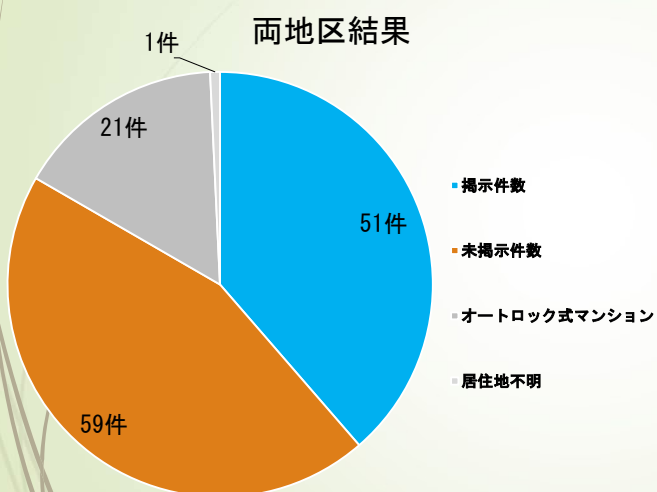
実施結果まとめ（三軒茶屋地区）



三軒茶屋地区 揭示率：約42%

対象件数	43件
揭示件数	18件
未揭示件数	15件
オートロック式マンション	9件
居住地不明	1件

実施結果まとめ（両地区合計）



両地区合計 揭示率：約39%

対象件数	131件
揭示件数	51件
未揭示件数	59件
オートロック式マンション	21件
居住地不明	1件

感想・意見まとめ

- ・ 事前に顔合わせをすることで掲示率が上がると思うので、来年度は事前訪問を実施したい。
- ・ マンションの場合はバンダナの掲示場所を指定した方が良かった。
- ・ バンダナが2つあるのは、混乱のもとになるのではないかと。
- ・ 実施する曜日を変えたい。
- ・ 実際は、災害時に離れた場所に見に行く余裕がないと思った。
- ・ 掲示が少なかったため、お知らせ方法を工夫した方が良かったと感じた（声掛けをするなど）。
- ・ お知らせ配布時、訓練の必要性について中々納得してくれない方がいた。
- ・ 次回は事前に対象者住所を確認し、ルートを決めることで時間短縮をしたい。

来年度に向けた意見交換

若林・三軒茶屋地区防災計画

取組の 方針

平成28年策定

- ・一時集合所の見直し
- ・集合住宅用防災マニュアルの作成
- ・災害時要援護者の安否確認
- ・避難所に避難しない避難生活について

令和3年修正

- ・避難行動要支援者の安否確認
- ・在宅避難のすすめ

令和7年修正（案）

- ・在宅避難の啓発・支援の強化
- ・集合住宅への働きかけ
- ・避難行動要支援者支援活動の推進
- ・防災の担い手の発掘・連携強化

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）									
日 付 令和6年10月29日 地 区 若林地区									
1-1) ご自身について（性別）									
	①男性	②女性	③未記入等						
数	8	1	1						
1-2) ご自身について（年齢）									
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	
数	0	0	0	0	2	1	3	3	
1-3) ご自身について（職業）									
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他	
数	0	0	0	4	2	1	2	1	
2 今まで参加した防災塾の開催年度について									
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前						
数	3	2	6						
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。									
	①十分できている	②ややできている	③どちらとも言えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない				
数	1	8	0	0	0				
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・この訓練を初めて知った。・議論の時間がもう少しあると良かった。									
・メンバーが限定されていたので内容の濃い話ができ、もう少し時間があたら良かった。									
・広範囲になる大災害に理論、訓練が効果があるか不安、ハードの安全に加え、人と人との助け合いのため、近隣コミュニティで対応する訓練も必要か。									
・まだまだ課題の深化が十分とはいえない。									
5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。									
	①知っていた	②知らなかった（今回参加したことで知った）							
数	8	1							
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。									
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった						
数	6	4	0						
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・訓練報告を受けて理解できたから。・行政からの啓発が進んでいるから。									
・災害時、自分自身の行動には不安がある。・周知徹底すべきである。									
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと									
	数		数						
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。	2	⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。	3						
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	1	⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。	4						
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。	3	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	4						
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。	6								
9 今後の希望する「防災塾」の進め方について									
	数		数						
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論	4	⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明	3						
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論	2	⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演	1						
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論	1	⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合	1						
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験	2	⑨その他（							
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介	2	）							

10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと					
	数			数	
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理	3		④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め	1	
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成	2		⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加	2	
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声かけと対策方法に関する話し合い	3		⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるか体を動かした検証（実践）	1	
＜その他＞					
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数	3	2	0	0	0
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。					
・若林2丁目に住んでいるが、避難所は太子堂小学校にアサインされているため、このようなアクティビティは初めて。良い訓練だと思いました。					

(1) 実施日 令和6年11月30日(土曜日) 午前9時～正午

(2) 場 所 上町まちづくりセンター3階活動フロアー

(3) 参加人数 33名

【参加者内訳】

上町地区指定避難所運営委員 17名

上町地区身近なまちづくり推進協議会 防災対策部会員 8名

上町あんしんすこやかセンター職員 2名

世田谷区職員 6名(うち上町地区まちづくり支援職員2名)

(4) 目 的

「発災後、72時間は地区の力で乗り切る」を目標に上町地区の防災力向上を図る

(5) 実施内容

● 1部 講義、グループワーク等(2時間)

テーマ「避難所を守るために私たちができること」

① 講義

指定避難所の概要や令和6年能登半島地震での避難所運営等について学ぶ講義を行った

② グループワーク、発表

参加者を8グループに分け、各グループで合意形成を図るためのゲームを行った

③ 質疑応答

● 2部 地区防災計画修正案に関する議論(50分)

① 説明

上町地区防災計画「上町地区の課題と取り組み」の修正案について説明を行った

② 意見交換

修正案に基づき今後の具体的な取り組みについて意見交換を行った

(6) 成果物(写真、講義資料、アンケート用紙(とりまとめ))

当日写真

・ 講義の様子



・ グループワーク作成物





避難所を守るために
私たちができること

指定避難所

能登地震での避難所運営

72時間

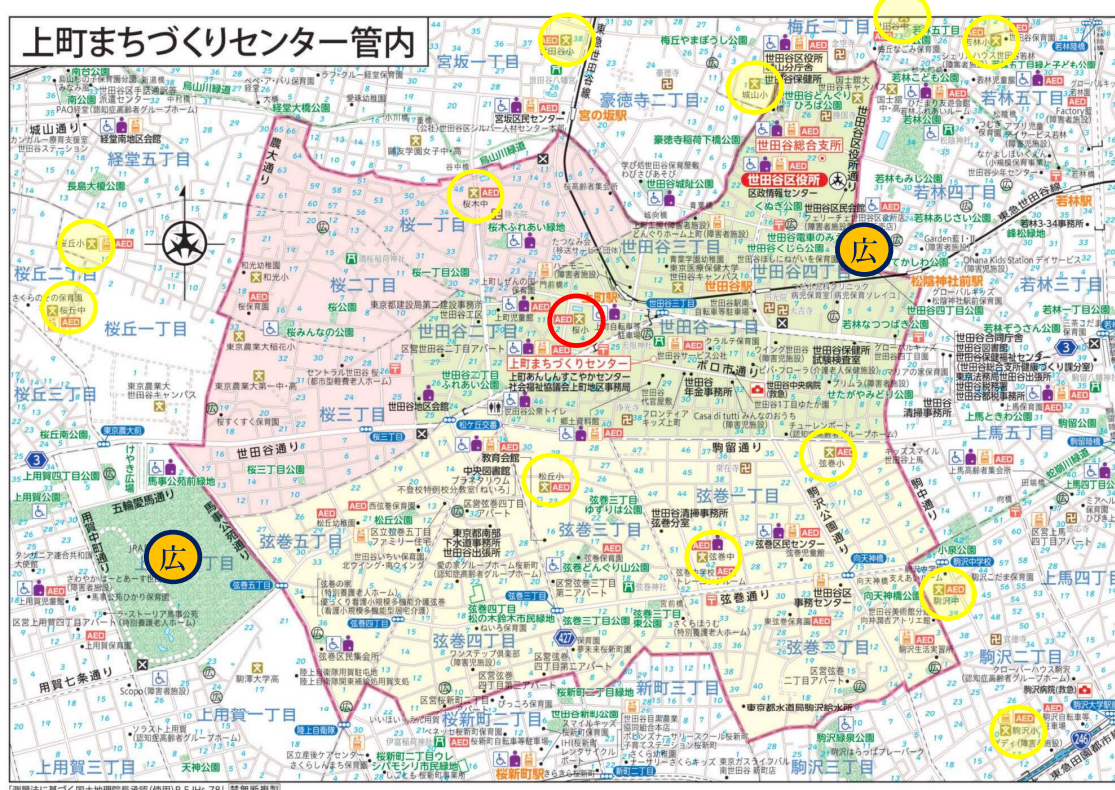
避難所を守る

私たちができること

目次

指定避難所

- 災害対策基本法（第四十九条の七）
- 東京都震災対策条例
- 世田谷区災害対策条例
- 世田谷区地域防災計画
- 上町地区防災計画
- 避難所運営マニュアル



指定避難所	所在地	対象区域	避難所運営主体 (町会・自治会別)
桜小学校（医）	世田谷2丁目4番15号	世田谷1丁目17～48番（16番の一部） 世田谷2丁目1～31番（29番の一部を除く） 世田谷3丁目1～13番 弦巻5丁目16番	世田谷2丁目町会 世田谷上町町会
弦巻小学校	弦巻1丁目9番18号	世田谷1丁目1～15番（16番の一部） 世田谷3丁目14～26番 世田谷4丁目全域 弦巻1丁目9番 上馬5丁目19～22番、26番	世田谷東町会 弦巻町会 上馬・駒沢明和会
松丘小学校	弦巻3丁目23番12号	弦巻3丁目23番の一部 弦巻4丁目全域 弦巻5丁目1～15番、17～36番 桜2丁目1～3番、桜3丁目全域	松丘町会 弦巻町会
桜木中学校	桜1丁目48番15号	世田谷2丁目29番の一部、32番 桜1丁目全域 桜2丁目4～22番	桜町会
弦巻中学校	弦巻1丁目42番22号	弦巻1丁目全域（9番を除く） 弦巻2丁目全域 弦巻3丁目全域（23の一部を除く）	弦巻町会

① 一時集合所	危険回避のために一時的に集合して様子を見る、または、避難のために一時的に集合するところで、区内に約 490 か所指定されています。
② 広域避難場所	火災の延焼などにより自宅、一時集合所が危険な状態になった場合に避難する場所です。区内外 24 か所を指定しています。

余震が収まり火災などの危険がないことを十分確認して

自宅の安全を確認



避難所に行くことだけが避難ではありません

避難所はスペースや備蓄に限られており、環境の変化などによって体調を崩す人もいます。また、過密状態になると感染リスクも高まります。自宅で生活できる状況であれば、在宅避難をしましょう。そのために、日ごろから住宅の耐震化や家具の転倒・落下・移動防止を行い食料や水など必要なものを備えておくことが大切です。また、自宅に被害がある場合でも、被災していない家族や親戚、知人の家に避難する縁故避難や、被災していない宿泊施設を自身で確保して避難する自主避難という方法があることを知っておきましょう。事前に話し合いや情報収集をしておくことが重要です。

指定避難所は自宅での居住継続が困難な場合、または二次災害を受ける可能性のある場合に一時的に受け入れ、保護するための施設です。



指定避難所

- いつ
- どこに
- 誰が
- 何を
- 何のために
- どうやって

		世田谷区 (R6.1)	上町地区	弦巻中学校
人口		918,141	53,874	14,068
避難者数		252,337		
避難生活者数	発災1日後	151,290		
	発災4日～1週間後	168,224		
	発災1か月後	52,374		

能登半島地震

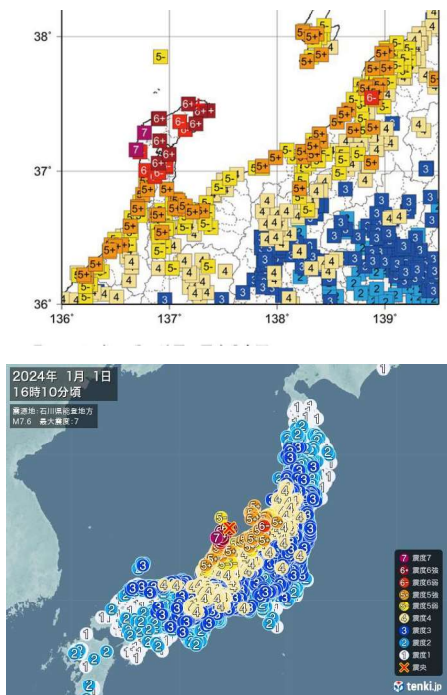
発生：令和6年1月1日16時10分

場所：石川県能登地方（北緯37.5度、東経137.3度）

規模：マグニチュード7.6（暫定値）

深さ：16km（暫定値）

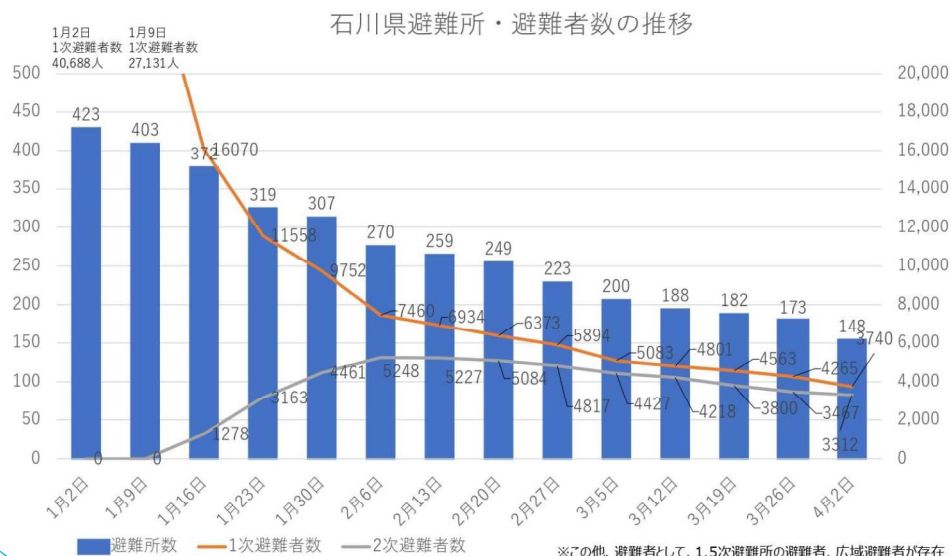




- 震度 7
石川県 志賀町
- 震度 6 強
石川県 七尾市、輪島市、珠洲市、穴水町
- 震度 6 弱
石川県 中能登町・能登町 **新潟県** 長岡市
- 震度 5 強
石川県 金沢市、小松市、加賀市、羽咋市、かほく市、能美市、宝達志水町
新潟県 新潟中央区、新潟南区、新潟西区、新潟西蒲区、三条市、柏崎市、見附市、燕市、糸魚川市、妙高市、上越市、佐渡市、南魚沼市、阿賀町、刈羽村
富山県 富山市、高岡市、氷見市、小矢部市、南砺市、射水市、舟橋村
福井県 あわら市

避難所の開設状況

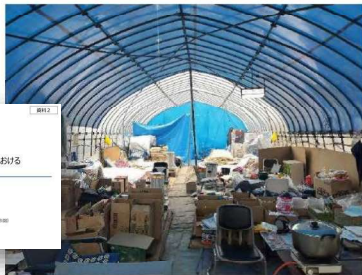
- 1次避難所の避難者数は、発災直後の1月2日に最大の40,688人に達し、4月9日時点で3,351人となっている。
- また、被災者の命と健康を守るため、環境の整ったホテル・旅館等への2次避難を実施。1月8日に石川総合スポーツセンター・メインアリーナを1.5次避難所として開設。1月9日には、2次避難施設へ移動するための受付窓口を開設。最大5,275人（2月16日）がホテル・旅館等の2次避難所に避難。



内閣府 令和6年能登半島地震における避難所運営の状況

自主避難所への支援

- 能登半島地震では、指定避難所以外に、いわゆる自主避難所が多く開設された。
- 自主避難所に対しても自治体職員や自衛隊、保健師等が巡回して支援にあたったほか、自治体が導入しているアンケートフォーム等を活用した状況把握が行われた。
- 一方で、避難者の把握や物資管理の面で、自治体等が自主避難所の支援を行うに当たっての情報を得るのが困難なケースがあった。



自主避難所（ピニールハウス）（珠洲市）

自主避難所（生涯学習センター）（珠洲市）

避難所運営に関する職員報告レポート（概要）

	状況把握	運営体制	福祉・生活環境	2次避難
国	×各機関が把握している孤立集落の状況や各避難所の情報が一元的に集約されていなかった。 ○システムの活用により、関係者間で迅速に課題を共有することが可能となった事例も見られた。 □関係機関で各避難所等の情報を集約・共有する仕組みが必要。	○避難所運営に大規模な対口支援が行われた。 ×県やJVOADとともに、NPO等が持つ避難所運営の知見の活用を促したが、実際に連携が進んだ自治体は一部に限られた。 □NPO等の存在をあらかじめ周知しておく必要。	○DMATやDWATなどにより医療福祉支援が行われた。 ×福祉避難所について、職員の被災等により、人手不足等の課題が見られた。 ×断水を伴う長期間の避難生活において、食事、風呂、トイレ、洗濯、就寝環境といった生活環境全般に課題が見られた。	○2次避難を大規模に実施し、避難所の混雑回避、孤立集落の避難の促進等が図られた。 ×当初、避難先のマッチングや輸送手段の確保に混乱が見られた等により、避難者の不安につながった。
自治体	×避難者の要望を詳細に把握するまでに時間を要した事例が見られた。 ○高齢者の健康状態等の把握を、対応経験を有するNPOと連携して実施した事例が見られた。 ○アプリを活用して各避難所のニーズを効率的に把握した事例が見られた。 □避難者の要望を細かく把握し共有できる仕組みが必要。 ×在宅避難者や車中泊者を含めた避難者や避難所の状況の体系的な把握が困難だった。 □避難所の状況を体系的に把握する手法の整理が必要。	○対口支援職員が避難所運営を行い、被災市町の業務負担の軽減が図られた。 ○避難者が避難所運営に積極的に参画した事例も見られた。 ×自主運営に向けた効率的な避難所運営について、ノウハウがなく手探りとなった。 □運営ノウハウや関連制度の習熟、自主運営を促す取組が必要。 ×女性向け物資の管理や男女共同参画の視点での運営が行き届いていない事例が見られた。 □多様な者に配慮した避難所運営手法について更なる周知が必要。	○栄養士がメニューの監修を行い、栄養面に配慮した炊き出しが行われた事例が見られた。 ○断水の状況下でも、循環型浄水システムの導入やランドリーカーの稼働により、シャワーの利用や洗濯が可能となった事例が見られた。 ×仮設トイレについて、バリアフリーや衛生面、夜間使用等の観点から、課題が見られた。 ○ラップ式簡易トイレ、トイレカーなど、衛生的でバリアフリーなトイレ環境が整備された事例も見られた。 ×段ボールベッド、段ボールハウス、パーティション、テント等の物資が支援されたが、必ずしも活用されなかった事例が見られた。 ○衛星インターネットの活用により、通信環境が確保された事例が見られた。 □物資の備蓄や関係機関等の連携体制の構築など、平時からの備えについて、整理が必要。	×当初、避難の長期化に伴い、2次避難者の受入施設に延長を要請する等の調整が生じた。 ○高齢の2次避難者が多いことを踏まえ、WEBだけでなく、広報誌の郵送などにより情報提供した事例が見られた。 ×2次避難者が避難先で孤立がちとなった事例が見られた。 □広域で避難した者の情報の把握・共有のための体制整備が必要。 ○インフラ復旧の見込みや、みなし仮設、各種支援制度について説明会を実施し、2次避難者の今後の生活再建に向けた支援が行われた。 □円滑に取組を行えるよう、制度上の位置づけやマニュアルについて整理する等が必要。
他	○NPOが、避難所を巡回し、罹災証明の申請などの支援を受けるための手続きについて被災者の相談に対応した事例が見られた。	○NPOが、炊き出し支援等の避難所支援に係る調整を効果的に果たした事例が見られた。 □平時からNPO等と連携体制を構築しておく必要。		

○：評価すべき点、×：改善すべき点、□：提案、アイデア

× 自主運営に向けた効率的な避難所運営について、ノウハウがなく手探りとなった

○避難者が避難所運営に積極的に参画した事例も見られた。

○対口支援職員が避難所運営を行い、被災市町の業務負担の軽減が図られた。

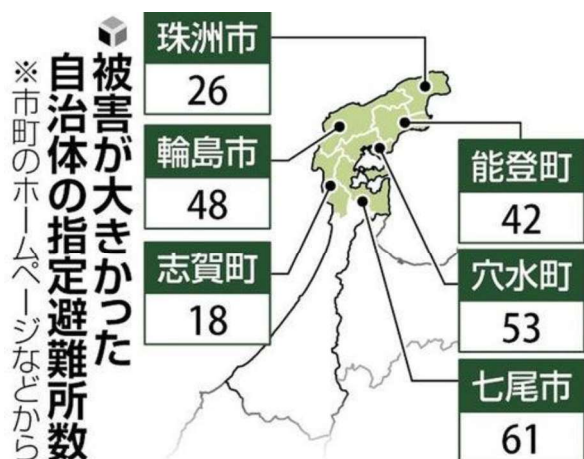
□運営ノウハウや関連制度の習熟、自主運営を促す取組が必要

×女性向け物資の管理や男女共同参画の視点での運営が行き届いていない事例が見られた

□多様な者に配慮した避難所運営手法について更なる周知が必要。●

提供されるはずの段ボールベッド、協定通りには届かず雑魚寝...自治体任せの避難所運営見直しを

読売新聞 2024/01/19

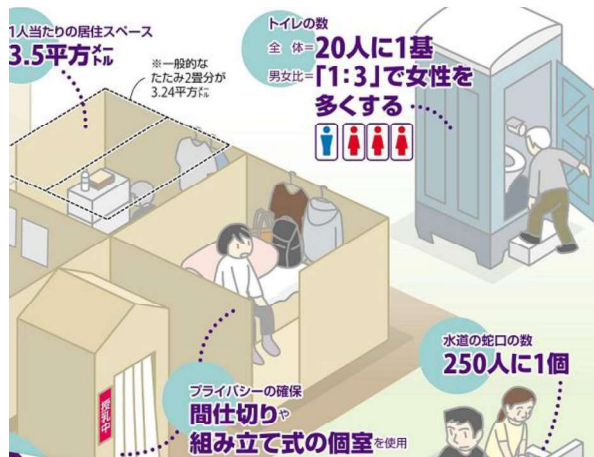


■ 石川県輪島市の指定避難所の一つ、市庁舎「門前総合支所」では7日夜、約20人が1階ロビーに段ボールやマットを敷き、毛布にくるまって寝ていた。女性（82）がつぶやいた。「雑魚寝は体にこたえる。いつまで耐えられるか」

■ 県は、災害時に「段ボールベッド」を提供してもらう協定を名古屋市の業界団体と結んでいた。だが、輪島市や珠洲市など被害の大きい6市町の指定避難所248か所には、発生から1週間がたっても、この団体からは供給されなかった。

避難所収容、想定に差 自治体間で3倍差

毎日新聞 2024/3/4



輪島、1人畳1枚分

- 能登半島地震で被災した自治体が事前に想定していた避難者1人あたりの指定避難所のスペースに、自治体間で3倍近い差があることが毎日新聞の調べで判明した。
- 国際基準に満たないケースがほとんどで、全国的に見ても多くの自治体がスペースの確保に課題を抱えている。
- 被災者が体育館などに身を寄せ合い雑魚寝する光景は、国内外の専門家から「難民キャンプより劣悪」と批判されてきた。

輪島と珠洲、市民の4割避難か 能登半島地震、被害甚大、

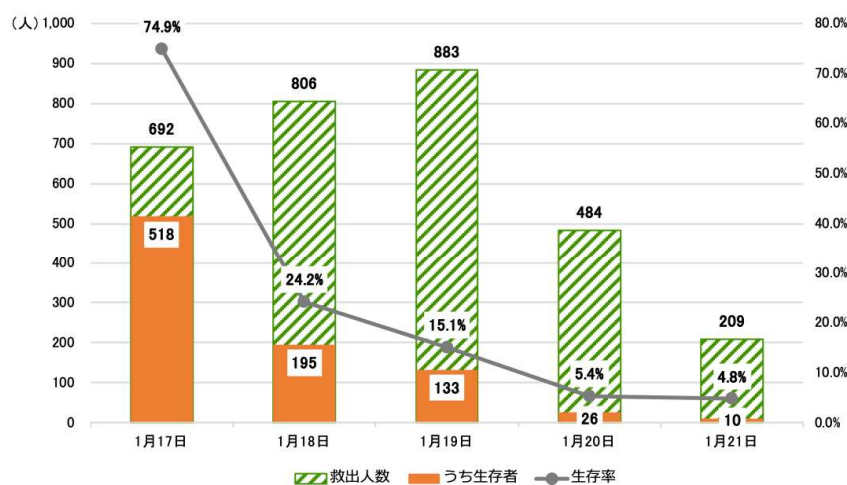
共同通信 2024/01/13



- 能登半島地震で甚大な被害が生じた石川県輪島市と珠洲市に関し、それぞれ市民の4割超が避難生活を余儀なくされている可能性があることが共同通信の集計で分かった。
- 輪島市のホームページによると2023年12月1日時点の人口は2万3192人。市が設置の避難所に9524人が滞在。避難割合は41%。
- 珠洲市のホームページによると2023年11月30日時点の人口は1万2610人。市設置の避難所に5319人が滞在。避難割合は42%。

7 2 時間

- 「・・・の壁」 「黄金の・・・」
- 人命救助
- 生命活動
- 避難所



人命救助

- 阪神淡路大震災
- 国土交通省
近畿地方整備局
- 救出者の生存率
- 1日目 75%
- 2日目 24%
- 3日目 15%
- 4日目 5%



避難所を守る

- 避難所開設準備の必要性の判断
- 避難所の開設準備
- 避難者の受け入れ

1. 避難所運営本部の自動参集

地震発生 震度：
安全確保 自分、家族、近隣
参集 携行品、徒歩

2. 避難所開設準備の必要性の判断

参集（集合）場所、
参集確認 本部長、運営委員

避難所開設準備 の必要性の判断

大地震が発生したら
私たち避難所運営委員
はどのように行動
するか。



1. 避難所の開門
2. 地域本部拠点隊への状況報告
3. 校内施設の安全点検応急措置の実施
4. 避難者への協力の呼びかけ
5. トイレの準備
6. 避難所区分の明示
7. 放送設備でのアナウンス
8. 地域本部拠点隊との連絡手段の確認
と状況報告

避難所の 開設準備

避難所開設の判断
をした後、避難者を
入場させる前に私た
ちがしておくこと。



1. 避難者の誘導と部屋割り
2. 避難者カードの保管
3. -1 救護スペースの設置と応急救護
3. -2 医療救護所の設置支援
4. 避難者受入状況報告と提供用情報交換
5. 案内受付等の設置・避難者への情報提供
6. 避難者が受け入れ限度を超えた場合の措置
7. 避難所運営本部の組織化と避難所運営本部会議の開催
8. 水・食料の提供

避難者の受け入れ

避難所開設し避難者を校内に受け入れる際、私たちが行うこと。

私たちが出来ること

- 避難所の目的は何か
- 私たちの役割
- 72時間では終わらない



強いチームをつくる

ゲームのルール

- ・このゲームは成績を競うことが目的ではありません
- ・多数決での議論ではなく、「自分の意見を伝える」「相手の意見を受け入れる」ことに重点を置き、全員が納得できる結論に至ることを目的としています。
- ・合意が得られるように自分の意見を伝えられたかチームで納得して答えを導き出せたかが重要です。

問題発生！

01

あなたは宇宙船に乗って月面に着陸しようとしている宇宙飛行士です。

02

月面には母船が待っていますが、機械の故障で母船から200km離れた所に不時着してしまいました。

03

搭載していた機械の多くも破損してしまい、使えそうなものは15アイテムしかありません。

04

この15アイテムの中で最も生存に必要なものは何か、最も必要なものを1として1～15番までの優先順位をつけてください。

使用できる15個のアイテム

- | | |
|-------------------|----------------|
| ① パラシュート | ⑨ 月面用の星座表 |
| ② ソーラー発電式の携帯用ヒーター | ⑩ 自動的に膨らむ救命ボート |
| ③ 箱に入ったマッチ | ⑪ 方位磁石 |
| ④ 宇宙食 | ⑫ 水19リットル |
| ⑤ 15mのナイロン製ロープ | ⑬ 照明弾 |
| ⑥ 45口径ピストル×2丁 | ⑭ 注射器の入った救急箱 |
| ⑦ 粉ミルク×1ケース | ⑮ 太陽電池のFM送受信機 |
| ⑧ 酸素ボンベ×2本 | |

自己ワーク(10分)

順位	アイテム名	得点	順位	アイテム名	得点
1			9		
2			10		
3			11		
4			12		
5			13		
6			14		
7			15		
8			合計得点		

グループワーク(15分)

- 全員の考えを持ち寄ってアイテムの順位を決める
- 理由を付箋に書いて貼る
- 多数決ではなく、話し合いによって納得できる答えを導き出す

答え合わせ(10分)

- 模範解答の順位とグループで付けた順位の差を集計する
- 模範解答順位－グループ順位

$$\text{模範解答(1位)} - \text{グループ(3位)} = -2$$

振り返り(10分)・発表(2分)

- 合計得点
- 「一人ひとりが意見を言えたか」
- 「全員が納得できる答えを出せたか」
- 意見を合わせることへの感想

模範解答

- ① 酸素ボンベ×2本
酸素の無い宇宙で生存するためには最も重要です。
- ② 水19リットル
宇宙服を着ていると発汗が多いため水分補給が必要です。
- ③ 月面用の星座表
現在地を確認し、進む方向を決めるために必要です。
- ④ 宇宙食
食糧があればしばらくは生き延びられます。
- ⑤ 太陽電池の FM 送受信機
母船との交信時に役立ちます（近距離でのみ使用可能）。
- ⑥ 15mのナイロン製ロープ
負傷者を縛る、崖の高さを測る時に使えます。
- ⑦ 注射器の入った救急箱
宇宙服の特殊孔からビタミン剤や薬を注入できます。
- ⑧ パラシュート
物を運ぶ時や日よけに使用できます。
- ⑨ 自動的に膨らむ救命ボート
運搬、日よけ、ガスが推進力になります。
- ⑩ 照明弾
母船が見えた時に避難信号を送れます。
- ⑪ 45口径ピストル×2丁
発射の振動が推進力となります。
- ⑫ 粉ミルク×1ケース
宇宙食と重複します。使うには水が必要です。
- ⑬ ソーラー発電式の携帯用ヒーター
月の温かさがあるので、陽が当たらないときのみ有効です。
- ⑭ 方位磁石
月では磁気が無いので意味がありません。
- ⑮ 箱に入ったマッチ
酸素が無い宇宙では使えません。

防災塾 第2部

世田谷地域防災計画

上町地区防災計画「上町地区の課題と取り組み」の修正案
について

第2部の実施内容

- 1 上町地区防災計画「上町地区の課題と取り組み」の修正案について
あらためてその内容を確認する。
- 2 上記の修正案に基づく今後の具体的な取り組みについて、意見交換を
する。

地区防災計画とは？

- 地区防災計画は、区市町村の一定の地区内の居住者等が共同して行う防災訓練、防災活動に必要な物資及び資材の備蓄、災害が発生した場合における相互支援など地区居住者等による防災活動に関する計画です。
- 区では、地区防災計画策定の支援を目指し、まちづくりセンターの管轄区域を単位とする各地区で防災塾を実施しています。

⇒今回令和2年度に修正した地区防災計画を更新することとなりました。

1 上町地区防災計画「上町地区の課題と取り組み」の修正案について

- (1) 上町地区の特性について
- (2) 上町地区の課題と取り組み修正案について
- (3) 修正案に対する意見

2 「上町地区の課題と取り組み」修正案に基づく 今後の具体的な取り組みについて

(1) 自助について

(2) 共助について

(3) その他

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）									
日付 令和6年11月30日 地区 上町地区									
1-1) ご自身について（性別）									
	①男性	②女性	③未記入等						
数	10	15	3						
1-2) ご自身について（年齢）									
	①10代	②20代	③30代	④40代	⑤50代	⑥60代	⑦70代	⑧80代以上	⑨未記入等
数	0	0	2	2	9	6	7	0	2
1-3) ご自身について（職業）									
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他	⑨未記入等
数	4	2	1	2	10	3	4	1	1
2 今まで参加した防災塾の開催年度について									
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前	④未記入等					
数	13	9	7	1					
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。									
	①十分にできている	②ややできている	③どちらとも思えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない	⑥未記入等			
数	4	19	2	2	0	1			
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。（設問3で回答された選択肢）									
・各避難所運営委員会から代表して数名が参加しているので、十分と言って良いとは思わないから(②) ・初めて会った方とも意見交換ができたから(②) ・新しい気付きについて感想を伝え合うだけで学びがあるし、参加者同士が親しくなれたから(②) ・各避難所運営委員会の課題を共有できたから(②) ・意見を言う人は良いが、そうでない人の意見を引き出すのが難しいから(②) ・今後の取り組みについてはもう少し時間が欲しいと感じたから(②) ・直接的に各自自治体の抱える問題点を話し合うには至っていないから(④) ・実際に避難所運営に携わっている人の悩みを話せる場がなかったから(②)									
5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。									
	①知っていた	②知らなかった（今回参加したことで知った）	③未記入等						
数	17	9	2						
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。									
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった						
数	10	17	1						
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・避難所運営に携わり学んだから(①) ・知らない内容を知ることができたから(②) ・まだまだ理解しきれないことがあるから(②) ・今までは詳細について理解できていなかったから(②) ・100%の理解ではないが、少しは理解できたから(②) ・より理解が深まったから(②)									
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと									
	数		数						
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。	13	⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。	9						
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	18	⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。	8						
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。	19	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	11						
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。	15								
9 今後の希望する「防災塾」の進め方について									
	数		数						
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論	18	⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明	8						
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論	5	⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演	16						
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論	4	⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合	10						
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験	12	⑨その他（ ）							
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介	13								
10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと									
	数		数						
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理	12	④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め	5						
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成	5	⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加	5						
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声かけと対策方法に関する話し合い	10	⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるか体を動かした検証（実践）	10						
<その他>									
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。									
	①継続して参加したい	②割合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない	⑥未記入等			
数	13	11	3			1			
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。									
・避難所運営委員として発災後避難所を守れるか課題と不安が湧いた ・より多くの人が参加できるラフ会を開催してほしい ・産休、育休中の方へ防災についての啓もうを強化すべき ・合意形成の過程が大事ということを再認識できた ・ワークショップの話し合いでは自分の意見を伝えていくという意味では有意義なものだったが、世の中はちゃんと物事をいえる人たちだけではないので、そういった人たちのことも考えていかなければならないと感じた ・防災意識がより高まった									

令和6年度 経堂地区防災塾 報告書

世田谷総合支所地域振興課
経堂まちづくりセンター

- (1) 実施日 令和6年9月28日(土曜日) 10時～12時
- (2) 場所 桜丘区民センター別館桜丘ホール
- (3) 参加人数 36人
- (4) テーマ
「能登半島地震を踏まえて今備えること」
- (5) 実施内容
 - ①「経堂地区防災計画について」説明(10分)
経堂まちづくりセンター防災担当係長 花石 係長
 - ②講義「能登半島地震を踏まえて今備えること」(70分)
せたがや防災NPOアクション 宮崎猛志 先生
 - ③質疑応答(15分)
- (6) 成果物
別紙「防災塾(経堂)2024. PDF」参照
- (7) アンケート
別紙「アンケート集計表」参照

6年度 防災塾

『能登半島地震を踏まえて今備えるべきこと』
～世田谷での在宅避難を考えて～

せたがや防災NPOアクション

©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

せたがや防災NPOアクション

せたがや防災NPOアクション

区内のNPO団体が、平時より顔の見える関係を築くとともに、発災時においてNPO団体同士の連携が図られるよう、ネットワーク化することを目的に、2014年5月に発足しました。ひっ迫する首都直下地震、激甚化する台風に備え、地域のみなさまとともに、私たちのまちを、災害に強い世田谷をめざし、一緒に活動する仲間を増やしていきたいと考えています。

- 活動テーマごとの分科会の実施－運営
- 全体会の企画・立案・実施
- 訓練（図上演習、情報連絡訓練）の実施
- 区内・区外の支援団体との関係づくり
- 防災塾、イベント・訓練等、地域の方との連携関係づくり
- 4者（区、社協、ボラ協、NPO）による連携体制への協力

○能登半島地震

～写真で見る能登半島地震の現場～

～現地の支援活動から見てきたこと～

○“在宅避難”ができるための備え

○“在宅避難”の質のための備え

©2024 せたがや防災NPOアクション 無断転載禁止

【能登半島地震 現場の写真】

【連携団体資料】

【ほかの災害との状況の違い】

●能登半島地震

…能登半島全体が被災。半島のため、支援ルートが南から北上の一方向のみ。道路被害で半島全体が孤立状態に。津波と隆起で港湾海底地図が変化し、船舶による輸送支援も難しく。

●東日本大震災

…山間部や、西側隣県が被災していない。東方ルート複数での支援ができた。

●熊本地震

…九州の中心に位置しており、全方向からの支援が入れた。

【初動期の支援活動】

- ・炊き出し→5月いっぱいまで
- ・避難所環境整備、足湯→傾聴→健康増進センターチームに伝達

※通信環境

- ・衛星Wi-Fi、移動（船上）基地局など、早期配備

※正月

- ・安否確認が容易、担い手もいた→結果、地域内確認、避難所での情報共有→移送につながった。
- ・食材、米など“無意識ローリングストック”あり。

※衛生

- ・高機能仮設トイレ→段差が課題、結局避難所のトイレに袋をかけて。
- ・断水＝生活用水の枯渇
- ・WOTAの水循環型手洗いスタンド等の設置

※物資

- ・自衛隊による水、食料、新聞、灯油など毎日→御用聞きも。
- ・1月末にはカップ麺や保存食、水が大量に保管状態



能登半島地震の全体像について

せたがや防災NPOアクション

【避難生活、住まいの、今後の課題】

●在宅避難者

…ライフライン（特に水）の回復→避難生活全般の環境改善

●仮設住宅、避難所避難者

…コミュニティーづくり（自治会）、自立の促進と福祉、共助による寄り添い。

▽支援活動の強化↔立地・環境、インフラ整備が進まない。
↔関心の低下

▽関連死、孤独死の防止↔サロン、訪問活動といった、寄り添いや生きが
いづくりの担い手（運営者）不足

▼まちづくりと集落の看取り→担い手と生業環境の確保
→過疎化・高齢化の加速

○能登半島地震

○“在宅避難”ができるための備え
～地震の揺れから自宅を守る～

○“在宅避難”の質のための備え

©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

皆さんにとっての避難所のイメージ

せたがや防災NPOアクション



皆さんにとっての避難所のイメージ

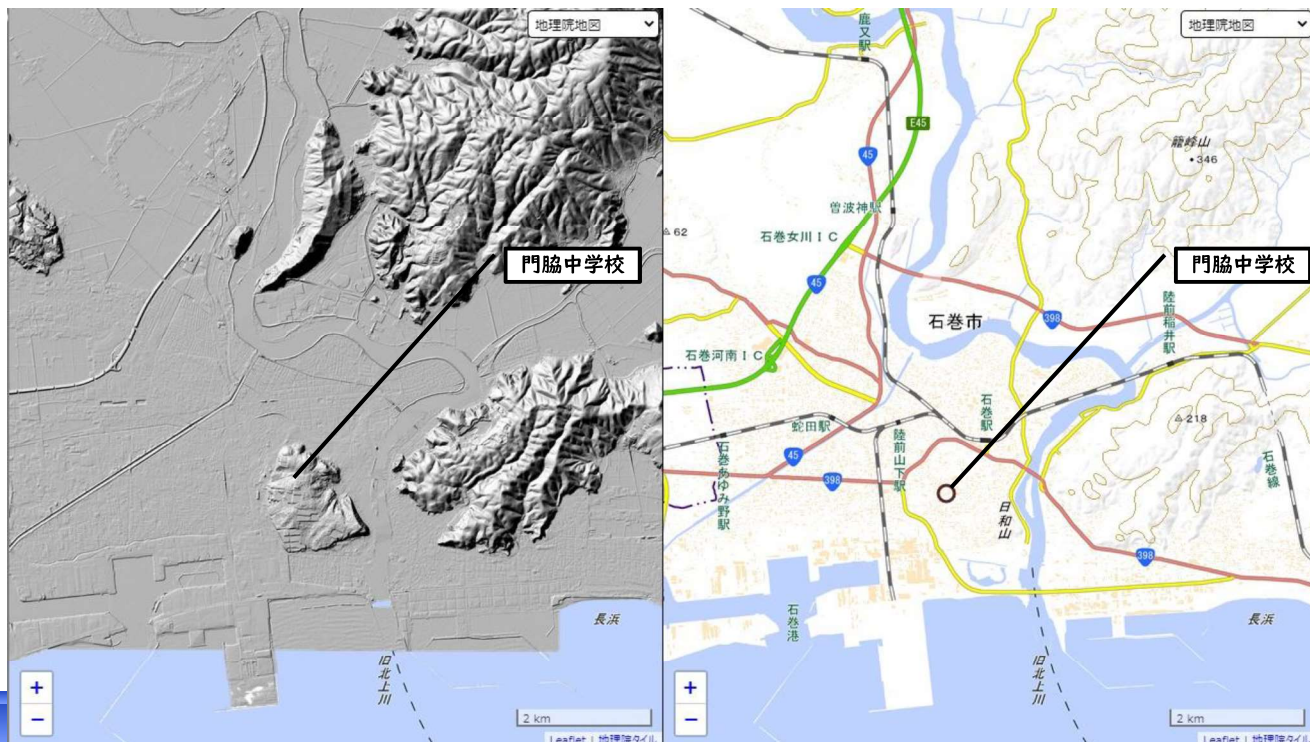
せたがや防災NPOアクション

ここで皆さんに質問です。

この、石巻市立門脇中学校は、市内の高台にあります。

海沿いの方々が多く避難されていますが、学校周辺の方はほとんどいません。

【どうしてでしょうか？】



皆さんにとっての避難所のイメージ

せたがや防災NPOアクション

停電、断水していたとしても、

「津波で家が流されていない方は、在宅での避難生活を選択しています」

みなさんは、家が無事でも、この写真のような体育館でも、

避難所に入れてくれと言いますか？



皆さんにとっての避難所のイメージ

せたがや防災NPOアクション



写真提供:神戸市



皆さんにとっての避難所のイメージ

せたがや防災NPOアクション

1995年 阪神大震災

○避難人数（ピーク時）：316,678人

住家被害：全壊104,906棟、半壊144,274棟

全半壊合計249,180棟（約46万世帯）、一部損壊390,506棟

*震災直前の1995年（平成7年）1月1日の神戸市の推計人口

152万0365人

*一部損壊（＋半壊世帯の一部）→どこで避難生活？

『避難行動』と『避難生活』 この違いを意識しましょう！

【地震の場合】

家の周りはどうなっているの？・・・一時集合場所
火事が起きて延焼が始まっている！・・・広域避難場所
自宅が壊れて生活できない！・・・公設避難所

ここまでが『避難行動』
ここからが『避難生活』

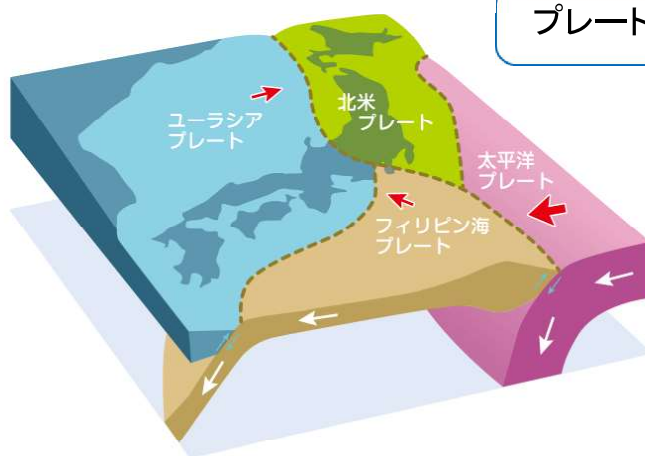
どこで『避難生活』を送りますか？
自宅 or 避難所 or ???

©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

なぜ、首都直下地震？

せたがや防災NPOアクション

「首都直下地震」は、政府の地震調査委員会が今後30年以内に70%の確率で起きると予測している、M7程度の大地震です。

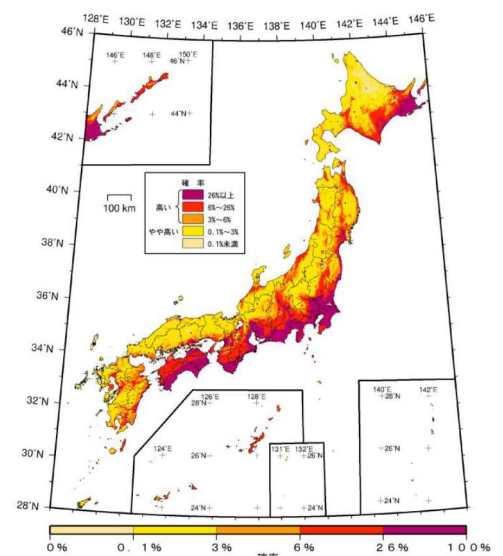


プレートテクトニクス

検索

長期評価 地震

検索



異なる震源の複数の地震
が想定されている。

首都圏何処でも震度6強以上の可能性あり。

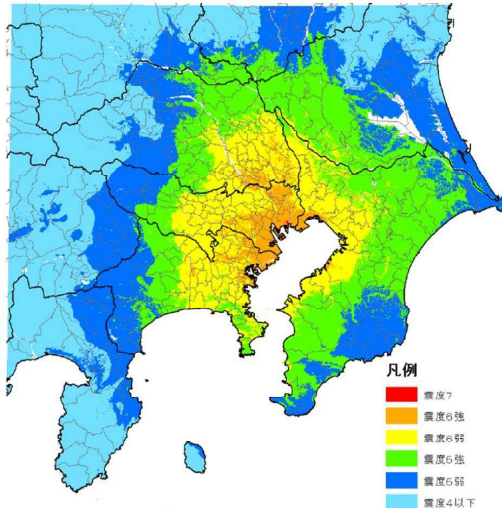
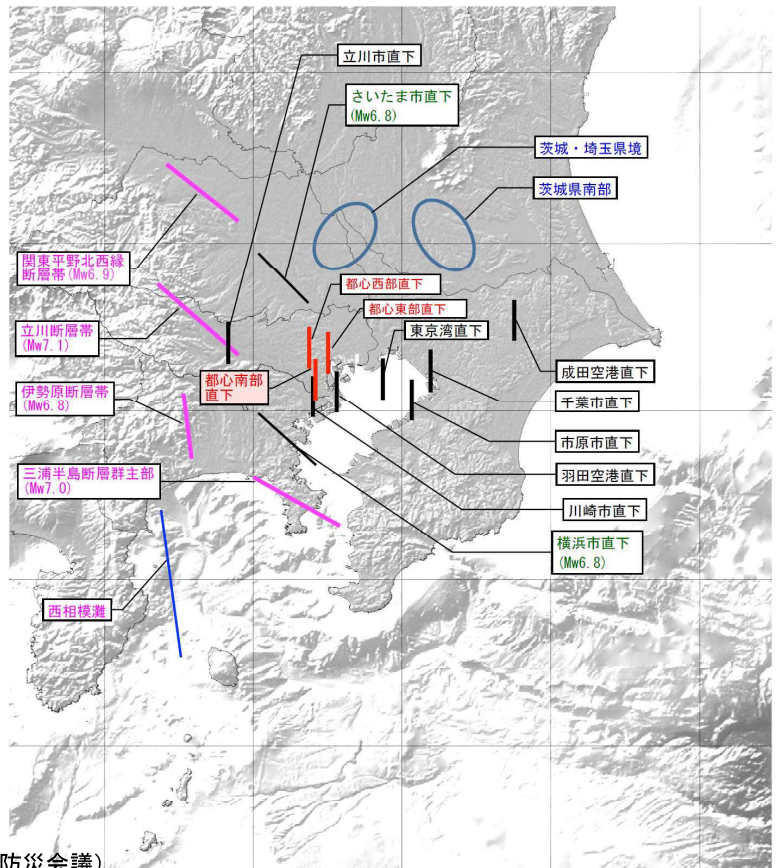


図 震度分布（都心南部直下地震）

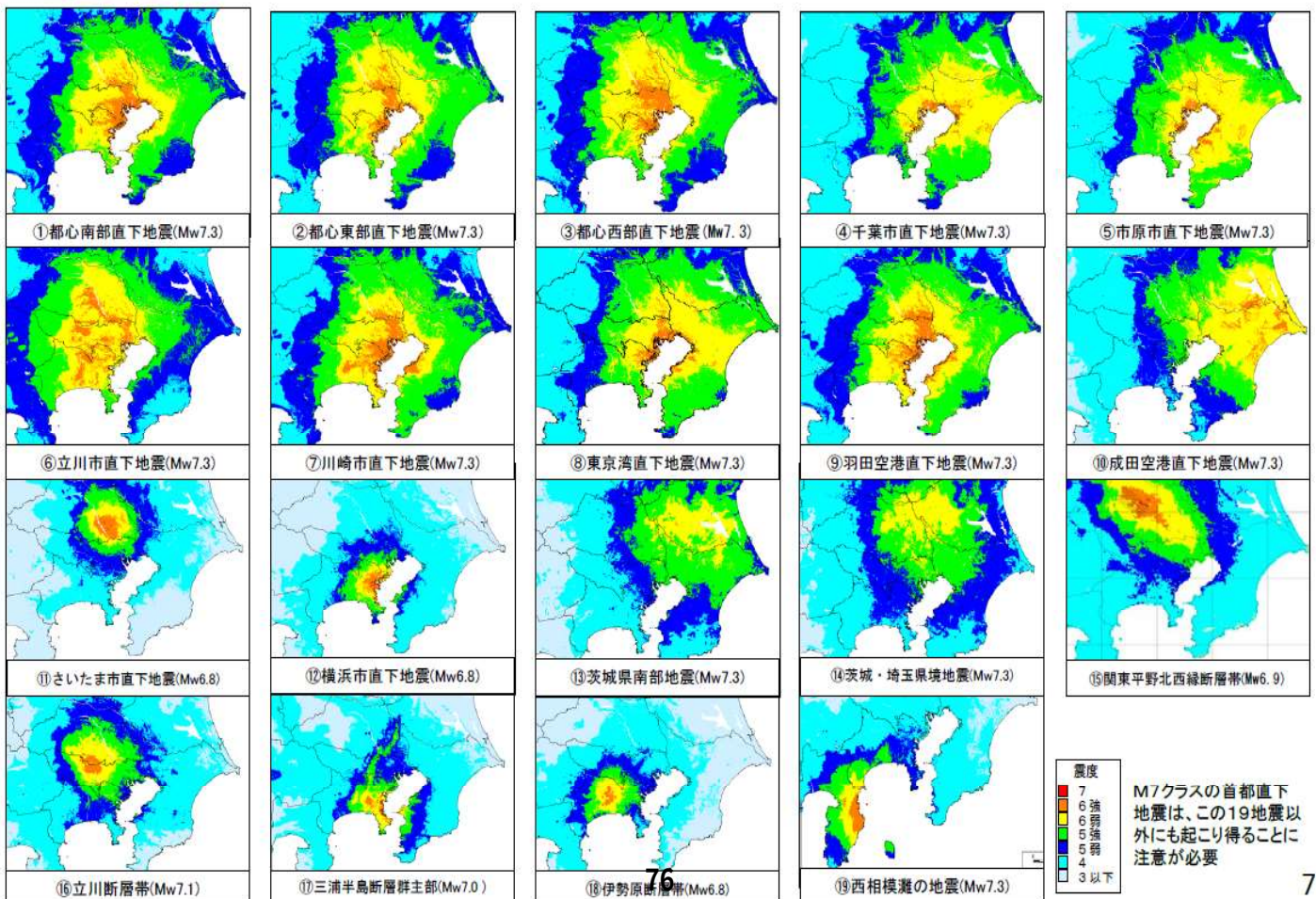
（出典：中央防災会議）

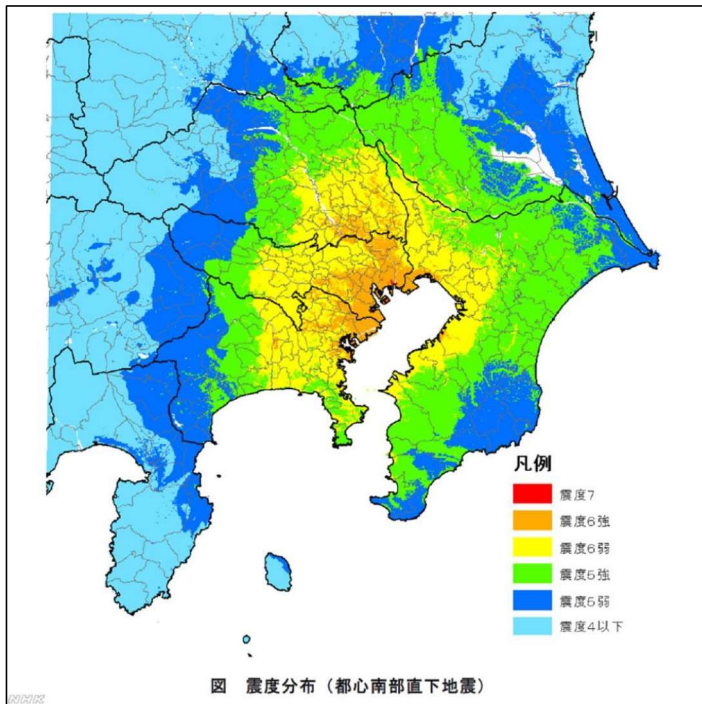


©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

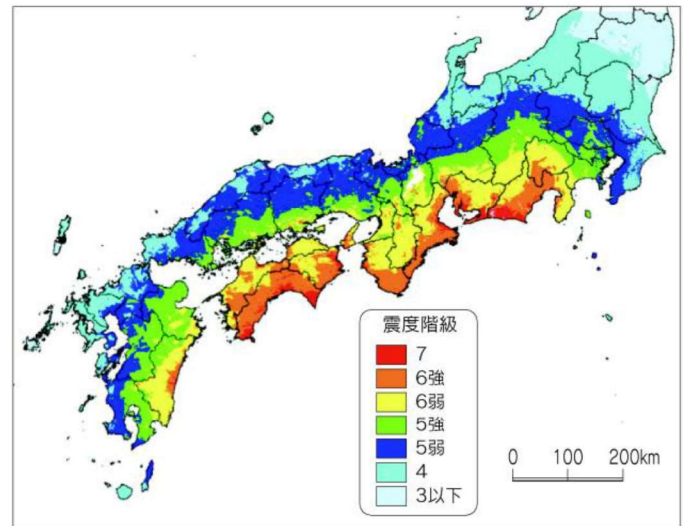
首都直下地震（M7クラス、19地震）の震度分布

活断層等、地震発生メカニズムから発生場所を特定できる地震（7地震）の他、都心や主な周辺都市等、被害を受ける側から発生場所を特定し設定（12地震）





都心南部
(M7.3)の震度分布



南海トラフ
(M9.0)の震度分布

©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

あなたの心配事は何ですか？

せたがや防災NPOアクション

例えば、首都直下地震 皆さんはどんなことが心配ですか？



避難所ってどこ？



家族の安否確認はどうすればいいの？

さあ、どうしよう！

“家族構成や生活習慣で、「困りごと」は変わります”

持病の治療の途中なのに・

スマホが使えない！



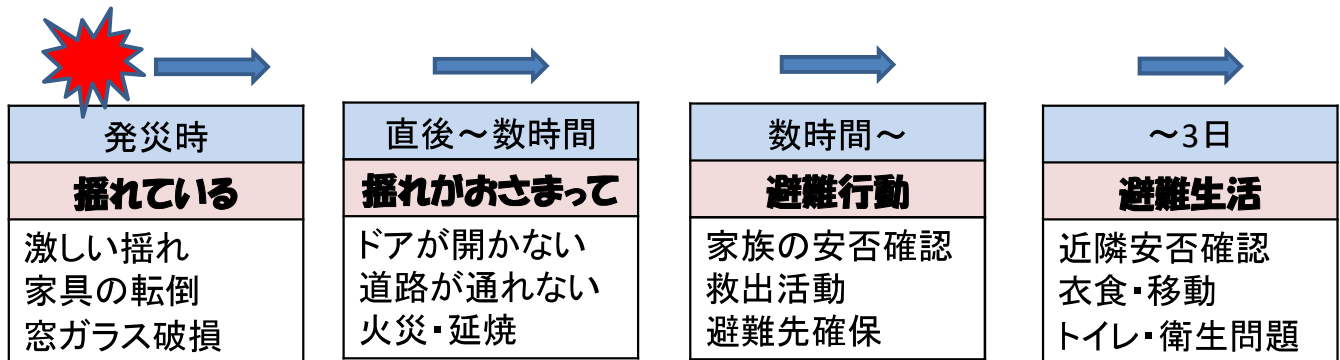
眼鏡が壊れちゃった！

お金下ろしてない！生活費どうしよう・・・



皆さんは、どこまで「具体的」にイメージしていますか？

大切なのは、「正しく恐れる」ことです。



個人(家族)として、地域(近所)として、
それぞれの「困りごと」が、どの時点で一番問題になるのか？
その環境でどの程度対応できそうか？
それが備えの「優先順位」を決めることにつながります

地震対策(自助)の優先順位

1位 建物の耐震化

2位 家具の転倒防止

- ・避難経路の確保

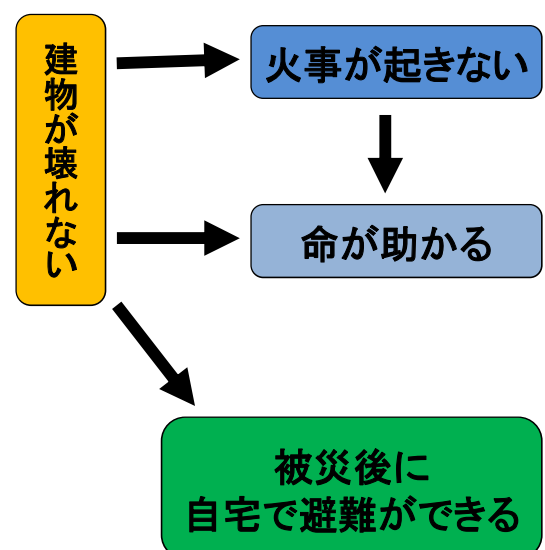
3位 脱出、救出、安否確認

- ・緊急脱出用具の常備
- ・救助、工作、脱出、救急用具の準備
- ・家族含め、安否確認方法

4位 停電、断水への備え

- ・最低限の水、食糧
- ・生活用品の備え（個人、季節によって相違）

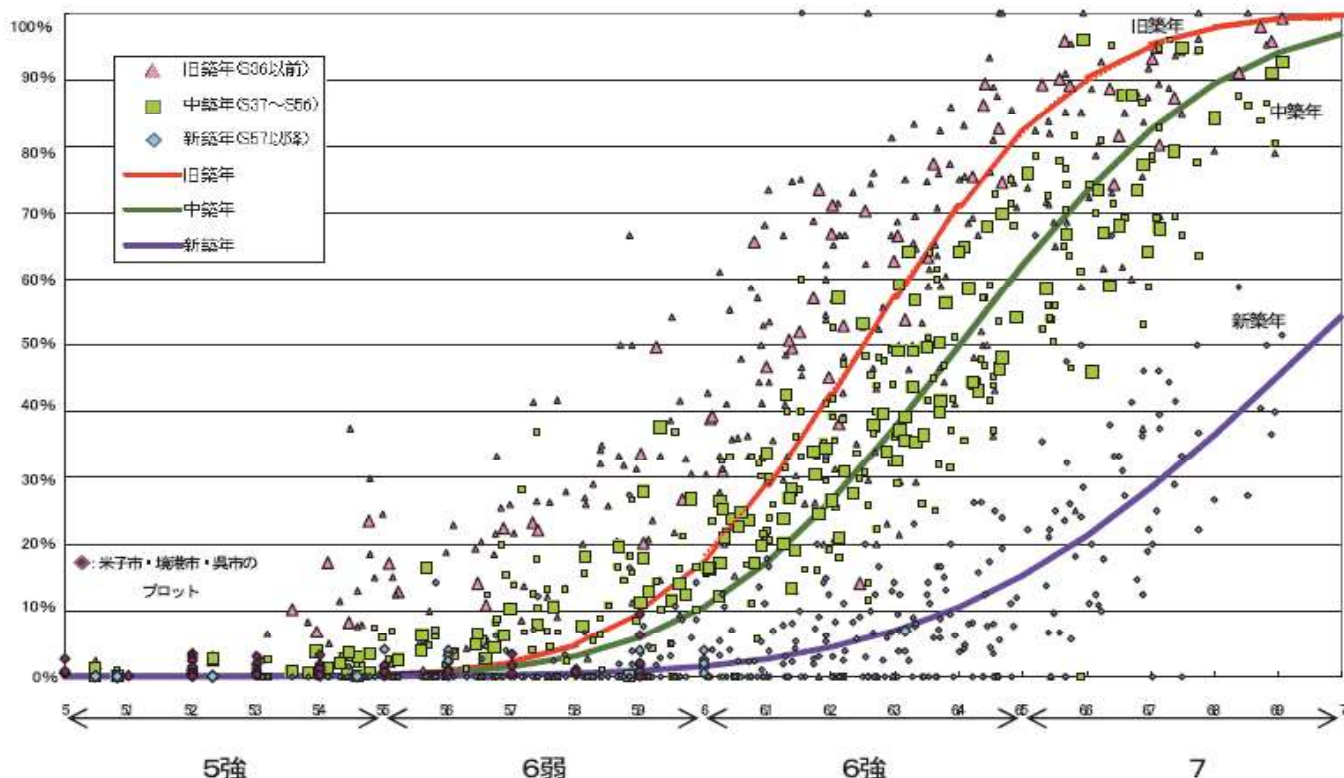
5位 避難生活の質の担保に対する備え



阪神大震災時の全壊率（木造）

せたがや防災NPOアクション

図表1-2(1) 木造建築物の全壊率テーブル



まずは【耐震診断】 ※区に相談

せたがや防災NPOアクション

木造住宅の耐震化支援事業
(一戸建ての住宅・長屋・共同住宅・兼用住宅・併用住宅)

あなたの家の耐震診断・耐震化を支援します!

制度の概要
昭和56年(1981年)5月31日以前に着工した、木造住宅について、無料での耐震診断士派遣や補強設計・改修工事、建替え、除却工事に要する費用の一部を助成する制度です。
※申請受付の締め切りの詳細は、区のホームページをご確認ください
※申請の状況により、締め切り前でも事業が打ち切られる場合があります

問い合わせ先(耐震相談窓口)
世田谷区 防災街づくり担当
防災街づくり課 耐震促進担当
〒158-0094 世田谷区玉川1-20-1
☎ 03-6432-7177 ☎ 03-6432-7987

詳しくは区のホームページをご覧ください

世田谷区 R5-4

非木造建築物の耐震化支援事業

あなたの建物の耐震化を支援します

耐震診断
補強計画・設計
耐震改修工事

制度の概要
昭和56年(1981年)5月31日以前に着工した建物について、耐震診断・補強設計・耐震改修工事に要する費用の一部を助成する制度です。

問い合わせ先(耐震相談窓口)
世田谷区 防災街づくり担当
防災街づくり課 耐震促進担当
〒158-0094 世田谷区玉川1-20-1
☎ 03-6432-7177 ☎ 03-6432-7987

詳しくは区のホームページをご覧ください

世田谷区 R5-1

【家具転倒防止実験動画】

©2024 せたがや防災NPOアクション 無断転載禁止



激しい足下からの揺れ＝自助

せたがや防災NPOアクション



転倒防止
粘着マット



家具転倒防止
L字金具



家具転倒防止伸縮棒

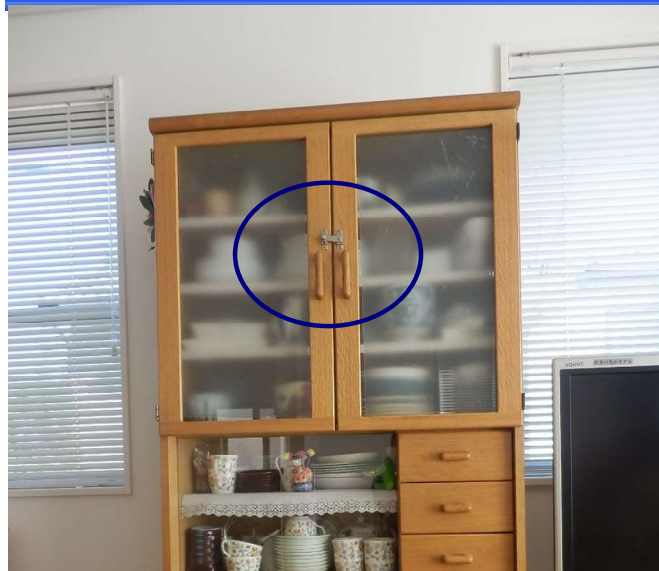


家具転倒防止
プレート

©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

激しい足下からの揺れ＝自助

せたがや防災NPOアクション



扉ひらき防止
ストッパー

耐震ラッチ



多用途簡単ロック



使用例 81

滑り止めシート ↓



☆火事の原因・・・建物倒壊、家具の散乱、**通電火災**

- ・電気は勝手に戻るので、つけっぱなしで避難すると危険！
- ・ブレーカーを下げて避難するか、**感震ブレーカー**をつける。



©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止



震動を感知して自動切断。



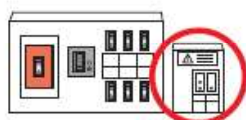
電気火災対策には、**感震ブレーカー**が効果的です。

「**感震ブレーカー**」は、地震発生時に設定値以上の揺れを感知したときに、ブレーカーやコンセントなどの電気を自動的に止める器具です。感震ブレーカーの設置は、不在時やブレーカーを切って避難する余裕がない場合に電気火災を防止する有効な手段です。

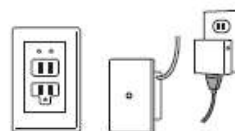
主な感震ブレーカーの種類



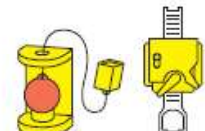
分電盤タイプ(内蔵型)



分電盤タイプ(後付型)



コンセントタイプ



簡易タイプ

☆ガスは自動で止まるんです！

- ・マイコンメーター付きのガスメータなので、震度5程度以上の揺れで自動で止まります。
- ・地震だ！火を消せ！は古いです。
- ・地震だコンロには近づくな！が正解！



©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

せたがや防災NPOアクション

せたがや防災NPOアクション

○能登半島地震3月以降の状況

○“在宅避難”ができるための備え

○“在宅避難”の質のための備え

～“質”と“負担感”のバランスを意識した備えを～

【ライフラインの途絶】

▽電力：3日目ぐらいから徐々に復旧、直後の不通より、計画停電の可能性が負荷大
エレベーターの再稼働確認は長期化

▽ガス：3日目ぐらいから徐々に復旧、ただしブロックごとに長期化の可能性

▽上水道：3日目ぐらいから徐々に復旧、ただし本管被害の場合長期化（1か月近く）

▽下水道：水道復旧してもトイレ使用不可は続く、特に集合住宅は時間がかかる。

※以上のことから、3日目～1週間ごろが最も避難所避難者、分散避難者が増えると想定される

首都直下地震 東京都 被害想定

検索

現在位置：トップページ＞東京都の取組・対応
＞東京都の取組＞地震被害想定
＞首都直下地震等による東京の被害想定

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/taisaku/torikumi/1000902/1021571.html>



©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

家庭に必要な、実践的な備蓄物品とは？

せたがや防災NPOアクション

【生活用水＞飲料水】

◆家庭に常備している「飲料水」が大体どれくらいあるかチェック。



▼足りない分を備蓄用保存水で。（近くに給水施設がある場合は減らしてOK）

▼ペットボトルに水を入れて、凍らせておくと便利（冷凍庫が大きい家庭の場合）

◆生活用水の確保場所のチェック。（給水拠点、震災対策用井戸など）



▼不安な場合、ポリタンクで庭先orベランダ備蓄。

▼風呂桶活用は条件次第。原則戸建て、浴室が1階の場合のみ。

▼日常生活で階段の上り下りが許容できるのは5階まで。

家庭に必要な、実践的な備蓄物品とは？

せたがや防災NPOアクション

【家庭内備蓄の確認→ローリングストック】

【ローリングストック】

▼水→飲料水

▼甘味

▼ご褒美的な物も

例：高級缶詰、スイーツ缶など

ローリングストック

①まとめて購入する。
・追加で購入する。



【卓上ガスコンロ、燃料】

ボンベ7年、コンロ10年



【アイラップ】

耐熱120℃、耐冷-30℃

※油ものNG



©2024 せたがや防災NPOアクション 無断転載禁止

家庭に必要な、実践的な備蓄物品とは？

せたがや防災NPOアクション

【避難生活の質を意識して】

【栄養バランス】

▼ビタミン剤、サプリメント、栄養補助食品

▼乾燥野菜



【トイレ】

▼においの漏れない袋

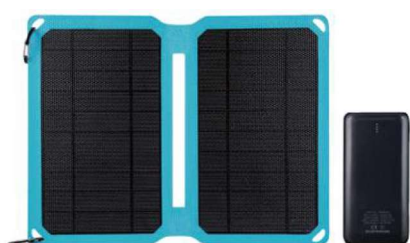


BOS 非常用トイレセットは
「すぐに使えて臭わない」
携帯トイレです



【計画停電対策】

▼モバイルバッテリー



【衛生】

▼消毒薬はノロウィルスに効くタイプ。

▼清拭用のシート。

▼下着、靴下の替えは多めに。

【公式情報】

世田谷区危機管理部 X

検索

世田谷区防災ポータルサイト

検索



世田谷区災害・防犯情報メール配信サービ

検索

bousai.setagaya-city@setagaya-city.ktaiwork.jp



左QRコード対応の携帯電話をご利用の場合、左の図からアドレスを読み取ることができます。

【（やっぱり）ラジオ、TV、ケーブルテレビ】



©2024 せたがや防災NPOアクション 無断転載禁止

支援物資、情報の流れ、不安の解消

せたがや防災NPOアクション

【情報収集、困りごと相談は、避難所へ】

【まちセンとつながれる】

- ▼特に、初動期においては「区」→「まちセン」→「避難所」に情報が下りる。
- ▼紙ベース→掲示板掲載が主な形
- ▼避難所に「スマホ充電ステーション」設置
- ▼災害用電話設置
- ▼サテライト設置（災害VC出先機関＝ボランティア依頼先）
- ▼医療、福祉の相談窓口設置（可能性大）
- ▼救援物資の中継場所

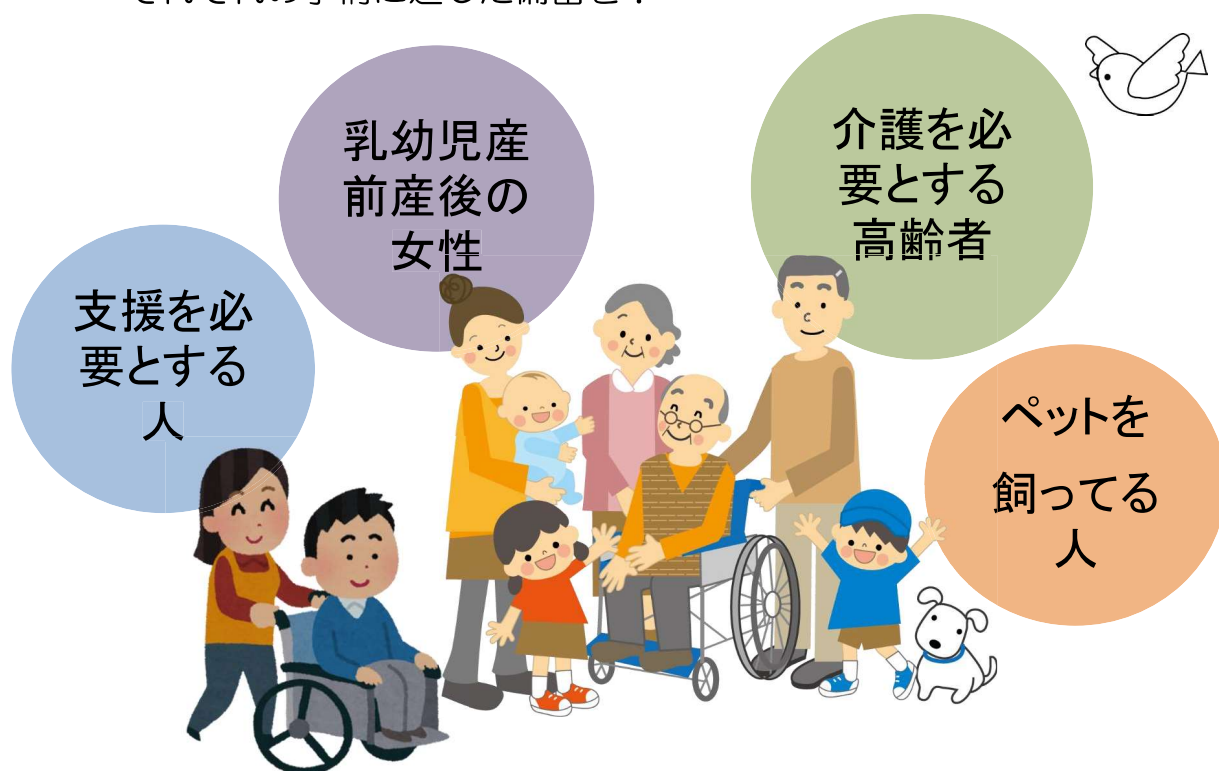
【在宅避難が心配な要支援者こそ避難所避難】

- ▼医療、介護、福祉サポートが必要な方の集中サポート←関連死防止活動
- ▼安否確認ルートの依頼（まちセン〈拠点隊〉集約作業）←関連死防止活動

家庭に必要な、実践的な備蓄物品とは？

せたがや防災NPOアクション

それぞれの事情に適した備蓄を！



©2024 せたがや防災NPOアクション 無断転載禁止

家庭に必要な、実践的な備蓄物品とは？

せたがや防災NPOアクション

それぞれの事情に適した備蓄を！



【選択肢を持つこと】

【在宅避難と分散避難】

「自主避難」・・・指定避難所以外の場所（自治会館、サロン場所、名主・庄屋）

「縁故避難」・・・友人、知人、親戚（短期が前提、風呂の貸し借りだけでも）

「疎開避難」・・・友人、知人、親戚（拠点を移すくらい長期を視野）

「車中避難」・・・場所選び含めて時限的、不活発病に注意

「庭先避難」・・・自宅敷地が広い場合の小屋、シェルターとして。



©2024 セタがや防災NPOアクション 無断転載禁止

被災生活者支援拠点を支援する

せたがや防災NPOアクション

避難所・被災者支援拠点の運営にかかわる方々、外部支援を頼ってください。

「誰が、何に困っているか」という個人情報はいりません。

「どんなことに困っている人が、何人くらい、いつまでにどれだけ増え・減りそうか」というニーズ情報をください。

世田谷が被災したときの外部支援団体の窓口は
「せたがや防災NPOアクション」が担います。

拠点は、世田谷線山下駅隣接の「たまでんカフェ山下」
電話番号：03-5426-3737 FAX：03-5426-3738
（平時はFAX 専用、発災時は電話回線としても使用）

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）									
					日 付		2024.9.28		
					地 区		経堂		
1-1) ご自身について（性別）									
	①男性	②女性	③未記入等						
数	12	15	9						
1-2) ご自身について（年齢）									
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	
数	0	5	1	1	2	7	9	2	
1-3) ご自身について（職業）									
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他	
数	2	2	2	2	2	4	5	9	
2 今まで参加した防災塾の開催年度について									
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前						
数	14	9	6						
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。									
	①十分できている	②ややできている	③どちらとも言えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない				
数	5	7	5	6	1				
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・意見交換の場がなかったのでどちらとも言えない。									
・今年度は昨年度と違って話し合い形式ではなかったのが有益だった。経堂地区の取り組みの流れを知ることができた。									
・町会内で防災に関して活発に話し合い、訓練も行っているため。									
・集合住宅への周知が足りないように感じる。									
・他地域の様子や行政の様子など少しずつ知ることができた。									
・実際にあった事例の話を聞けてイメージができた。									
・今まで防災について深く考えたことがなかったのでどこまで理解していればいいのかわかりませんでした。今回十分にいい話が聞けた。									
・町会と民生委員、地元NPOの連携ができていない。									
・宮崎先生のお話を受け身で聞くだけだったのでどちらとも言えない。									
・家具の転倒防止や食品のストックなどを行っているため。									
・課題を設定して議論してないので、意見交換をするためにもっと十分な時間を取る必要があると思う。									
・能登半島地震から考えられる地震への対策や事実などを詳しく知ることができた。									
・能登の現地状況を踏まえて、世田谷で同様の状況が発生した際の想定など都市部へのフィードバックがなされていた。									
・こういった会を開催してくれることはとてもいいことだと思いますが、高齢の方が多く若い世代に情報が行き届いていないと思う。									
・グループワークをした方がより参加者の理解が深まるのではないかと感じた。									
・議論する機会がなかったのが残念だった。									
・防災塾に参加して緊急対策など学び、今後具体的に取り組みたい。									
・経堂地区防災計画で地域防災について知ることができた。防災塾講演で能登半島自身の教訓を学ぶことができた。									
・防災塾の内容に問題があるとは思わないが、意見交換や議論を行うことを中心に据えてた会であれば参加者の理解が深まるように感じた。									
・時間の制約があることは理解しているが、もっと時間を取って防災の話を聞いてみたいと思った。									

5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。			
	①知っていた	②知らなかった (今回参加したことで知った)	
数	18	10	
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。			
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった
数	5	21	1
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。			
・存在は知っていたが内容についてはよく知らなかったため、今回の防災塾の説明を通して学ぶことができた。			
・大雑把には知っていたが、計画の細かい内容については今回初めて知ることができた。			
・町会の防災部長、区の女性防災コーディネーター、消費生活課区民講師として情報を得やすい立場にいるため。			
・改めてイメージと危機感を持つことができた。			
・防災計画があるらしいということは何となく聞いたことがありましたが、今回参加したことで理解できました。			
・毎年参加しているので理解している。			
・世田谷区防災ポータルサイトが開設されていたことは知らなかった。町会でも周知したいと思う。			
・地区防災計画については存じ上げていたが、参加することでより深く理解できた。			
・住民の参画や、災害時の各種対応に関する活動主体はどこになるのか知っておくこと等が重要だと感じたため。			
・現状を知り、これからの対策を知ることができたため。			
・地区防災計画についての説明にもっと時間を充てられるとよかったと思う。また資料の字をもう少し大きくしてもらえると見やすさから深い理解につながるのではないかと感じた。			
・今回の地区防災計画の説明を受け、自分が所属している町会でも周知したい。			
・防災計画の説明が理解できた。			
・日頃、情報収集、発信につとめているので理解できた。			
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと			
	数		数
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。	16	⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。	9
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	16	⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。	6
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。	21	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	3
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。	16		
9 今後の希望する「防災塾」の進め方について			
	数		数
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論	9	⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明	11
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論	4	⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演	11
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論	2	⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合	6
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験	8	⑨その他（地域にどんな団体があるのか知りたい）	1
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介	10		

10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと					
	数			数	
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理	13		④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め	10	
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成	9		⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加	10	
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声かけと対策方法に関する話し合い	12		⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるか体を動かした検証（実践）	6	
＜その他＞HUG、防災マップ作成、スタンドパイプの位置の確認・使い方、					
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数	15	7	1		
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。					
・話が具体的でわかりやすかった。自分事として考えるヒントが多かった。					
・地域の課題別の防災マップの見本があれば見せてほしい。					
・区職員あいさつの時間をもう少し短縮し、防災の話をしていただく時間に充てても良かったと思う。宮崎先生の話がわかりやすかった。					
・学校（笹原小学校）と連携した町会との防災訓練をもっと実施したい。					
・貴重な講義をありがとうございました。					
・防災から離れた質問かもしれないが、①災害により亡くなった方の遺体を発見した場合はどのようにしたらいいのか、②観光中に被災した場合に地域の方から冷遇されてしまう事例はあるのか。					
・トレーラートイレが世田谷にもあったらいいなと思った。					
・せたがや防災NPOアクション宮崎先生、有意義なお話をありがとうございました。					
・具体的な災害時の課題、ウィークポイントを学べる講演で非常に勉強になりました。地域の中でどのように対応して行くか、本日学んだことを活かして検討して行きたいと思いました。町会に入っていない人等、相談先が周囲におらず、孤立してしまう人が生まれないよう日頃からつながりを作っていくことが重要だと学びました。					

防災塾 実施報告

世田谷総合支所地域振興課
下馬まちづくりセンター

- (1) 実施日 令和6年11月23日(土曜日) 午前10時～11時45分
- (2) 場所 下馬区民集会所
- (3) 参加人数 49名
(町会・自治会29名、地域団体15名、一般参加者(公募)5名)
- (4) テーマ 発災後72時間は地区の力で乗り切る
- (5) 実施内容
- ①開会挨拶
下馬地区町会自治会連合会会長 田嶋 宏
世田谷総合支所地域振興課長 前島 正輝
 - ②講演
テーマ：「能登半島地震に学ぶ、避難生活と、過去の災害における、避難所運営の実際」
講師：せたがや防災NPOアクション 宮崎 猛志 氏
 - ③質疑応答
- (6) 成果物
- ・写真
 - ・アンケート



講習会の様子①



講習会の様子②

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）									
日付 令和6年11月23日 地区 下馬									
1-1) ご自身について（性別）									
	①男性	②女性	③未記入等						
数	28	16	1						
1-2) ご自身について（年齢）									
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	
数	0	1	1	1	13	4	18	6	
1-3) ご自身について（職業）									
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他	
数	6	3	7	3	5	4	16	0	
2 今まで参加した防災塾の開催年度について									
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前						
数	15	18	15						
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。									
	①十分できている	②ややできている	③どちらとも言えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない				
数	12	19	8	6	0				
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・意見交換、議論の時間が足りない。・個別の周知の機会が作れない。・地域では、防災に関して理解に温度差があり意見交換できてない。									
・宮崎講師の講話が何度聞いても勉強になる。・聞きたいことがたくさんあったが、時間不足。・理解がまとまらない。									
・質疑応答が活発だったため。・不安等について、質疑応答で理解した方が多かったと思う。・質疑時間を増やして意見交換をしたい。									
・気づきがあるため、有意義と思っている。・参加者が少なく固定化している。・最新の情報を知ることができた。未知数が多く実際どうなるかわからない。									
5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。									
	①知っていた	②知らなかった（今回参加したことで知った）							
数	35	10							
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。									
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった						
数	11	29	5						
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
・資料で大体理解できた。・理解でなく知っているだけ。・初めて参加し、知らなかった下馬地区の情報など他地区と比較したいと感じた。機会が多かった。									
・在宅避難の重要性が常に変化進展している。・直近の情報を集める。・毎回出ているため、説明により理解が深まった。・知らないことが多かった。									
・計画に触れることが少ない。・具体的なことがわかった。・防災部会員のため。・少しは進んでいると安心した。・情報だけでは不十分。・まだ読んでいない。									
・震災場所により被害の状況、復旧の状況が理解できた。									
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと									
	数		数						
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。	20	⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。	14						
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	15	⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。	4						
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。	30	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	10						
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。	33								
9 今後の希望する「防災塾」の進め方について									
	数		数						
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論	16	⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明	10						
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論	8	⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演	16						
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論	6	⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合	5						
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験	8	⑨その他（若い人を受講に誘う）	1						
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介	11								

10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと					
	数			数	
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理	15		④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め	7	
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成	11		⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加	4	
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声かけと対策方法に関する話し合い	12		⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるか体を動かした検証（実践）	10	
＜その他＞日頃からの地域コミュニティづくり、マンション等への働きかけをしたい。					
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数	24	9	1	2	0
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。					
・2回目の参加だが、前回に続き宮崎講師の実態に即した説明が非常に良かったと思った。また参加したい。					
・宮崎講師の実体験を伺うことができて非常に勉強になった。・能登半島地震の状態がよく分かった。					
・年2回くらいの開催を望む（リーダー→高齢化⇒協力者を拡大⇒当事者意識共有）。次世代への継ぎの人材育成を進めたい。					
・目黒区との連携は？むしろ目黒区の方が近いが、受け入れてくれるのか？					
・大変良い内容が多くの人に聞かせてほしい。・今後も続けて欲しい。・下馬地区の防災に対する考え方等がわかった。					
・防災塾について、教えていただく時間がありがたいので、引き続き開催してほしい。・色々わかることも多かった。					
・参加者の顔ぶれを見ると高齢者が多い。もっと若い人と関係団体の参加が必要だと思う。・大変参考になった。町会への周知を行いたい。					

防災塾 実施報告書

世田谷総合支所地域振興課

上馬まちづくりセンター

- (1) 実施日 令和6年9月28日(土曜日)午後2時～4時
※当初8月31日(土曜日)の開催であったが、台風10号接近に伴う雨風の影響を考慮し、順延して実施した。
- (2) 場 所 上馬まちづくりセンター2階活動フロアー
- (3) 参加人数 36人
- (4) テー マ 発災時の在宅避難への備え
- (5) 実施内容 ①講話
・日本の発災の状況
・被災地の現状
・在宅避難の必要性
・地震動予測地図について
②防災啓発DVD視聴
・防災リュック、防災ベストの紹介
③防災グッズ・非常食について
④質疑応答
- (6) 成果物



防災塾アンケート用紙（とりまとめ）									
日付 令和6年9月28日 地区 上馬									
1-1) ご自身について（性別）									
	①男性	②女性	③未記入等						
数	5	21	3						
1-2) ご自身について（年齢）									
	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	
数	0	0	0	2	4	1	12	7	
1-3) ご自身について（職業）									
	①会社員	②公務員	③団体職員	④自営業	⑤パート・アルバイト	⑥専業主婦（主夫）	⑦無職	⑧その他	
数	3	2	1	2	2	9	8	2	
2 今まで参加した防災塾の開催年度について									
	①今回が初めて	②昨年度	③2年以上前						
数	19	4	6						
3 防災塾に参加して、地域防災について十分な意見交換や議論ができたと思いますか。 ※設問として聞いていない									
	①十分できている	②ややできている	③どちらとも言えない	④あまりできていない	⑤まったくできていない				
数									
4 設問3の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
5 自分の地区の「地区防災計画」をご存じでしたか。									
	①知っていた	②知らなかった（今回参加したことで知った）							
数	9	19							
6 「防災塾」に参加して、「地区防災計画」の内容を理解できましたか。 ※設問として聞いていない									
	①参加前から理解していた	②参加したことで理解できた	③理解できなかった						
数									
7 設問6の選択肢を選んだ理由をご記入ください。									
8 防災塾に参加して学んだことや気づいたこと ※設問として聞いていない									
	数		数						
①自分の地域でどのような災害が起こりうるかわかった。		⑤災害時の地域の課題が、地区住民の視点から具体化された。							
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。		⑥地区のいろんな方のアイデアが集まって、自分たちでできる災害対策が講じられた。							
③災害時に自らがとるべき避難行動を理解することができた。		⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。							
④地域防災の考え方（住民の目線から課題と対策を検討する）を学ぶことができた。									
9 今後の希望する「防災塾」の進め方について ※設問として聞いていない									
	数		数						
①今までと同じく、ワークショップ形式のグループで議論		⑥行政の防災担当者により防災対策の実態に関する詳しい説明							
②課題や対策のテーマ別に関わる関係者だけがそれぞれ集まって具体的に議論		⑦防災専門の先生や被災対応経験者を招いた防災の工夫や事例に関する防災講演							
③よりコアな少数のメンバーが集まって地区全体の課題と対策をより具体的に議論		⑧地域の課題と対策について、いろんな地区住民から広く意見がもらえる会合							
④防災まちあるきや安否確認訓練などの体を動かす体験		⑨その他（							
⑤課題と対策のアイデアに関する他地区の防災活動の事例紹介		）							

10 「地区防災計画」の今後の見直し・検証において、重点的に実施したいと思うこと ※設問として聞いていない					
	数			数	
①地域の課題に対し、防災まちあるきを通じた危険箇所や地域資源の発見と整理			④検討した対策の実現に向け、地区全体の具体的なルールづくりや担当決め		
②初期消火や要配慮者支援等の地域の課題別の防災マップ作成			⑤計画に記載している課題と対策に加え、より多くの住民視点からの課題と対策の追加		
③検討した対策の実現に向け、協力関係者への声がけと対策方法に関する話し合い			⑥避難訓練、消火訓練等、災害時の対策が実現できるか体を動かした検証（実践）		
<その他>					
11 「防災塾」に継続して参加したいと思いますか。 ※設問として聞いていない					
	①継続して参加したい	②都合がつけば参加したい	③どちらとも言えない	④あまり参加したくない	⑤まったく参加したくない
数					
12 「防災塾」のご感想や「災害対策や地区防災計画」に関するご意見・ご要望など、自由にご記入ください。					
とても参考になったので、また開催していただきたい					
大変参考になりました					
質問形式は良かったと思います					
今後もこういった会を開催して欲しい					
また是非テーマを絞ってお願いします。避難場所の実際、備蓄品等					
大変参考になりました。次回またこのような機会があればお話し伺いたいと思います。ありがとうございました。					
とても具体的に細やかなお話しで、とても良かった。いざという時の対策、用具について勉強になった。					
少しずつ防災に関するものを揃えたいと思いますが、のんびりしている場合ではないですね。早速揃えます。					
地域の防災の取組みのことを知りたい					
参加して良かったです					
時間は90分ぐらいが妥当ではないか？					
小さなケガ等の用意（消毒薬）は非常にためになった。					
その都度新しい情報を提供していただけると嬉しいです。					
「災害は忘れたころにやってくる」ではなく忘れるからおこる！毎年、最低でも1回実施をお願いしたい！					
今年8月台風が上陸するかもしれないという時近所のスーパーの品物があっという間になくなりました。その前に用意が必要。身に沁みました。					
今後是非参加させていただければと思っています。					