

普段から備えと訓練を怠らず、自分の命と財産は自分で守り

いざという時は、互いに協力し合って凌ぐ

地区防災計画策定 ガイドライン

このガイドラインから自地区・自
地域の計画をつくれます。

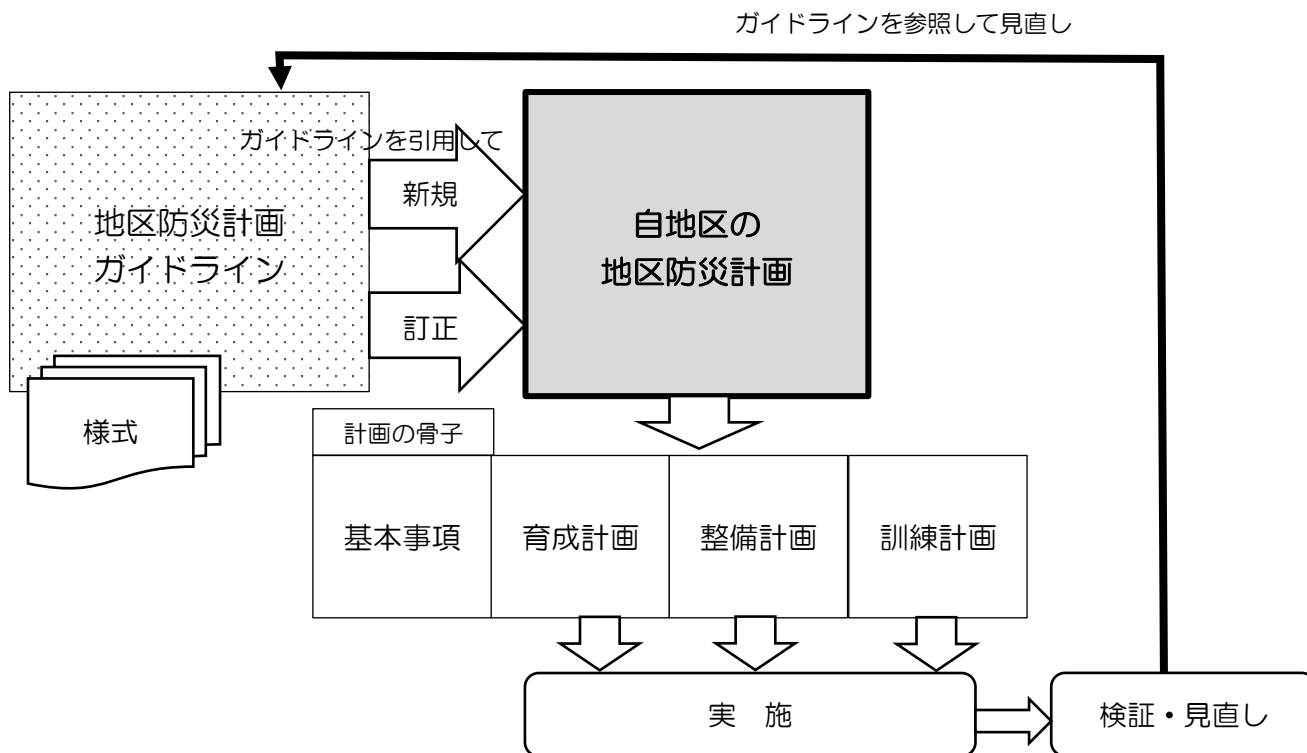


北 杜 市

計画策定ガイドラインとは・・・

ガイドラインは手引書です。

地区事情を踏まえ、ガイドラインの解説と事例を参考に「基本事項」、「育成計画」、「整備計画」、「訓練計画」の項目を作り上げます。それらを実施し、不備な点はガイドラインを参考に地区防災計画を追加・訂正します。



もくじ

計画策定のガイドラインとは・・・ 1

もくじ

第1章 地区防災計画の基本事項（記入例有）

- 1 地域防災計画とは
- 2 計画の前提
- 3 計画策定上の関連用語
- 4 基本事項
- 5 基本計画
- 6 その他の整備計画

第2章 地区訓練計画

- 1 防災訓練の種類
- 2 自主訓練の前提
- 3 自主訓練内容例
- 4 関連資料を使用した訓練の例

関連資料

第1章 地区防災計画の基本事項（記入例有）

1 地区防災計画とは

日本は自然災害の多い国です。平成30年間の自然災害では多くの貴重な命と財産が失われ、私たちは、それらを教訓に改めて自然災害へのきちんとした対策の必要性を強く感じています。

つまり、大規模自然災害では公的機関（行政、消防、警察、病院、学校等）も被災することから、「自分の命と財産は自分で守る（＝自助力）」ことと、自分が助かったならば「互いに助け合ってしばらく凌ぐ（共助力）」ことが防災・減災対策の大原則となります。

そこで、このような力が各家庭内や地区内・地域内で高まるよう、北杜市は防災政策の一環として、地区・地域の事情に適した防災計画を策定し、平常時からの効果的な整備や訓練を図るものです。

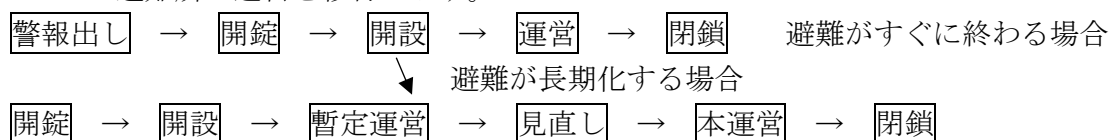
2 計画の前提

（1）避難施設の利用

原則、避難施設は「施設利用合意書」と「避難所運営マニュアル市民編」を参考に市民が自主運営しますが、「施設利用合意書」未作成の避難施設では、「避難所運営マニュアル（特定地区総合防災訓練未実施用）」で、避難した市民が主体となって開設し、運営し、閉鎖します。

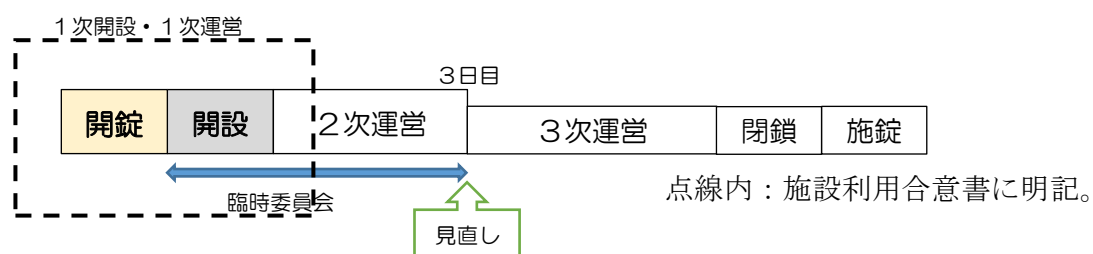
自然災害は、地震のように突然に起きる突発性災害と、大雨や大雪のように予報が出る警告性災害に大別されます。この災害種で、避難施設の最初の運営に違いがあります。

警告性災害・・・原則、市が指定避難所を開錠・開設（受付）し、市民の運営委員会に指定避難所の運営を移行します。



突発性災害・・・原則、その施設に避難した市民が開錠し、開設から閉鎖を行います。

指定避難所においては、発災直後から避難生活が長期化した場合に至るまで、時間の経過とともに対応すべき課題が変化するため、各段階に分けた対応を図ります。



避難施設を開錠、開設して暫定運営に入りますが、大規模自然災害等の発災で避難者の避難生活が長期化する場合は、開設して3日目に施設の利用を見直し、新たな運営に移行して最後に閉鎖・施錠します。

(2) 基本計画の構成

- ① 地区防災計画のソフト整備
計画の目的を達成するための主要事項です。
- ② 地区防災計画のハード整備
生命維持、とりあえずの生活、応急的な生活のための整備を図ります。
- ③ 持続可能な訓練計画
いざというときに成果が出るよう、計画に沿った繰り返しの訓練。

(3) 計画策定

- あくまでも自分たちでつくる、自分たちの地区（地域）の計画です。
- 最初から完璧な計画を求めず、整備や訓練を通して段階的に見直すことを前提とします。
- 地区には、高齢化や地形的特徴等の諸事情があります。計画づくりはそれらを考慮したもので、他地区の計画を踏襲するものではありません。
- 区民にわかりやすく、誰もが納得できて、皆が参加できる計画とします。

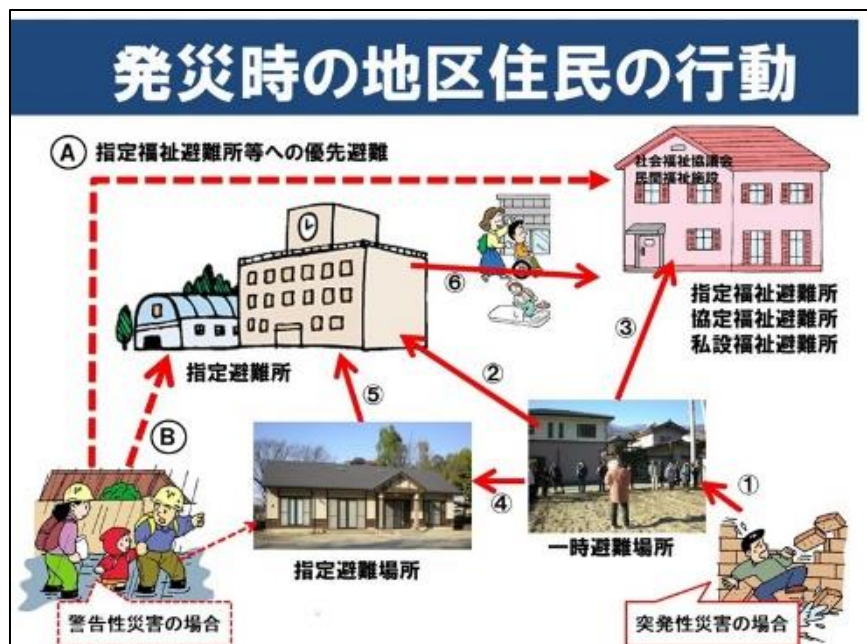
3 計画策定上の関連用語

- **地区と地域**：地区は行政区。地域は地区と等しいか、または複数の地区の連合組織。
- **小地区**：地区の最小単位の組または班の呼称。
- **想定事態**：地理的・地形的特徴や昨今の異常気象等から起こり得る災害の事態。
- **突発性災害**：突然に起きる大地震、竜巻、火山噴火による自然災害。
- **警告性災害**：注意報や警報が発令される、大雨、大雪等による自然災害。
- **初動規定**：発災直後にとるべき行動に関する規定。家庭内、小地区内、地区・地域等がある。
- **要配慮者**：避難行動が速やかにできない高齢者、乳幼児、病人、要介護者等の総称。
- **避難行動要支援者**：要配慮者のうち、避難時に支援が必要な人。
- **避難行動要支援者名簿**：避難行動要支援者の名簿で、住所、氏名、生年月日、電話番号、支援を必要とする理由が明記されている。この名簿の公表に同意した者は、行政区長、民生児童委員、峡北消防本部、北杜警察署へ公表している。
- **地区タイムライン**：警告性災害で、区民が避難するタイミングを時系列で捉えたもの。
- **地域減災リーダー**：北杜市で育成した防災・減災の知識と技能を有する公式認定者。
- **備蓄品**：緊急事態を想定した家庭内や地区内で備えておきたい物品。
- **減災マップ**：大地震を想定し、みんなで歩いて地区の安全性をビジュアル化した地図。
- **緊急時持出品**：避難時に家庭内から持ち出したい物品。
- **地域防災計画**：北杜市が作成している法定計画。
- **防災対策**：北杜市地域防災計画に従い、発災後を重視した公助の責務。
- **減災対策**：住民や事業所が、平常時を重視した命や財産を守るための自主対策。

4 基本事項

(1) 区民の避難経路

災害種別の避難経路は下図ようになります。



災害種別	対象区民	最初の避難先
警告性災害	避難行動要支援者とその付添者	一時避難所・指定福祉避難所 家族で決めた安全な場所 ㉠
	その他の区民	一時避難所・指定避難所 家族で決めた安全な場所 ㉡
突発性災害	指定避難所が近い区民	指定避難所
	指定避難場所に近い区民	指定避難場所
	その他の区民	一時避難場所 一時避難所

➡ は、状況に応じた移動先。

(2) 区民の避難先

※ 避難先は、家族で話し合っておき、分散避難も考えておきましょう。

避難先	避難先の機能	名 称	備 考
いっどき 一時避難場所 いっどき 一時避難所	班や組で決めた広場、集会場、公民館分館	〇〇〇公民館分館	
指定避難場所	北杜市地域防災計画に定められた校庭やグラウンド	〇〇〇学校校庭 〇〇〇グラウンド	
指定避難所	北杜市地域防災計画に定められた避難生活のできる施設	〇〇〇〇学校	
指定福祉避難所	北杜市地域防災計画に定めた要配慮者向けの施設。	〇〇〇〇	
協定福祉避難所	市が協定を結んだ民間福祉施設等	〇〇〇〇	受入れ 不可能の 場合あり
私設福祉避難所	地区や地域で任意に定めた要配慮者向けの施設	〇〇〇〇	
家族で決めた 安全な場所	安全な親せき宅や知人宅・友人宅・ホテルなど	〇〇〇〇	分散避難

(3) 地区の想定事態

① 想定事態とは

地理的・地形的特徴や昨今の異常気象から、この地区で起こり得る災害をいいます。

災害を、突然に起きる大地震や竜巻や火山噴火等の「突発性災害」と、避難に時間的余裕があり行政から警報の出る大雨や大雪等の「警告性災害」に分けて捉えます。

② 地区の想定事態

災害種	想定事態	規 模	状 況
突発性災害	大地震	震度6強	家屋倒壊、死傷者あり
	火山噴火	降灰1メートル	農作物全滅
警告性災害	河川氾濫	堤防決壊	家屋流失
	土石流	裏山崩落	家屋倒壊
	大雪	1メートル	倒木、帰宅困難車両大量

【参考】 本計画内で多くの事態を想定すると、整備に大きな負担（人的、予算的）がかかり、訓練も難しくなります。

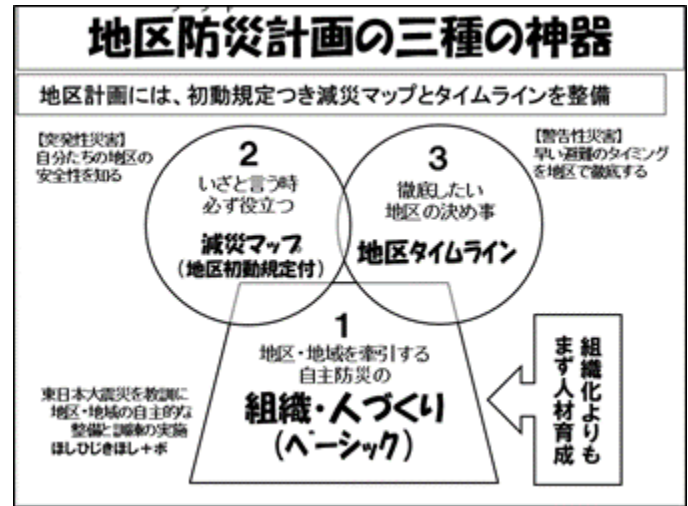
災害種別に主たる事態を1つあげ、その他の災害では、本計画書に示す想定事態の応用で対処するよう考えます。

5 基本計画

5-1 人材育成と組織化

(1) 人材育成

「自分たちの命と財産は、自分たちで守る」を原則とした「地区防災計画」は、行政の防災政策と整合させて策定しますが、行政区や地域の事情を見極め、平常時にその整備と訓練を持続させることで、いざという時に成果が出ます。そのためには、防災・減災に関する知識と技能を有する人材を地区内に育成することが望まれます。



① 人材育成計画

北杜市では、地区内・地域内の減災力向上を目的とした人材育成を行っています。

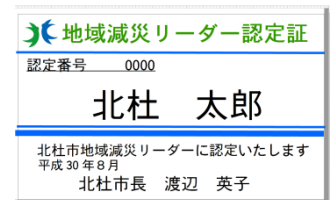
市の公式認定制度ですので、地区ではその機会を活用した計画的な人材育成を図りましょう。

【地域減災リーダー受講科目】

	科 目	内 容
1	減災基礎	平成の災害の教訓、防災・減災に関する基礎知識
2	家庭の減災	家庭内の整備（ソフト&ハード）と訓練
3	地域の減災	地区・地域内の整備（ソフト&ハード）と訓練
4	避難所開設と運営	指定避難所の開設と運営。ミニワークショップあり
5	普通救命基礎	救命の基礎知識、AEDの使用法・体験



育成研修の様子



公式認定証

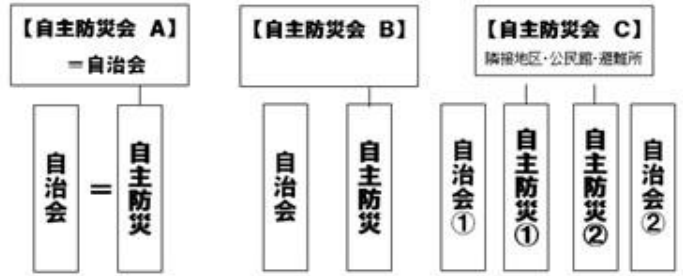
② 人材育成計画と履歴

計画的に地域減災リーダーの育成を図りましょう。

年 度	育成計画人数	地域減災リーダー認定者数			
		男 性	女 性	合 計	累 計
20〇〇年以前	—	16	3	19	19
20〇〇年	20	8	7	15	34
20〇〇年	20	9	4	13	47
20〇〇年					
20〇〇年					
20〇〇年					
20〇〇年					

【参考】育成者の名簿は個人情報なので別管理とします。

自主防災会の編成例



(2) 機能する自主防災組織づくり

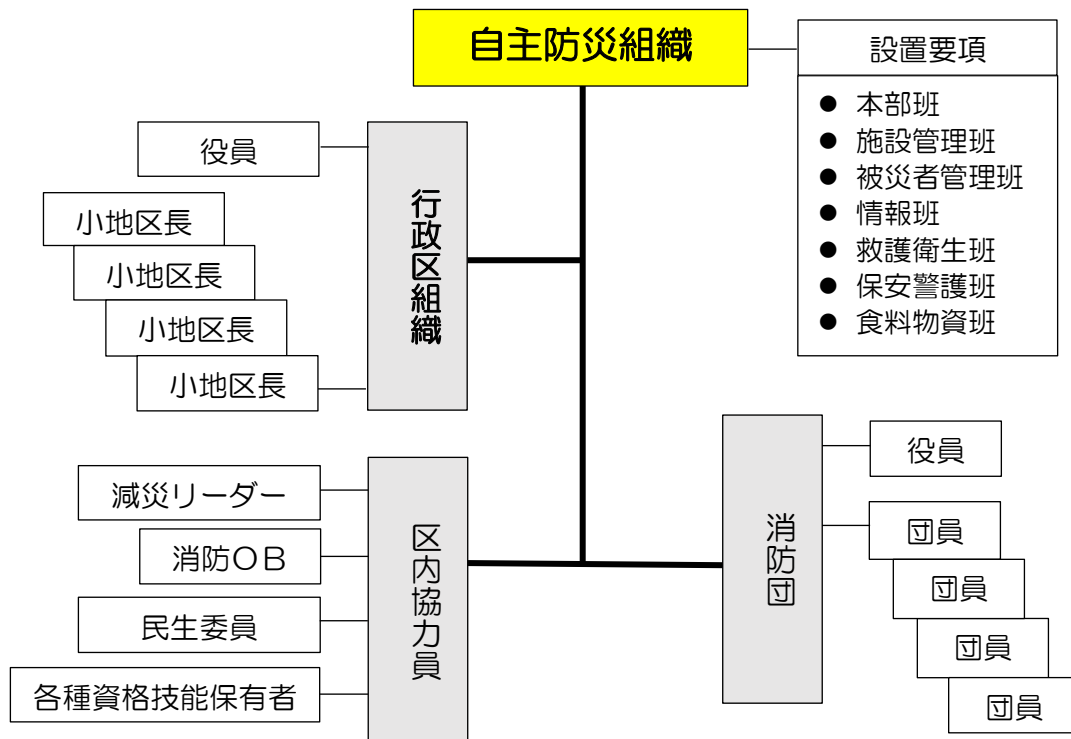
① 自主防災組織のパターン

自主防災組織化には地区事情等から 3 パターンあり、いずれにもメリット、デメリットがあります。

パターン	組織を編成する内容	メリットとデメリット
A パターン	行政区等がそのまま自主防災会を編成する場合	地区内に新たな組織化はいらないが、役員任期が短期なため、整備や訓練が持続できない。
B パターン	行政区等とは別に地区内の単独組織として編成する場合	独自で計画的に整備と訓練ができ、専門性も高まるが、持続するための人材不足が起きる。
C パターン	複数の自治会が一つの自主防災会を編成する場合	総合的な減災力が高まり、役割の分散化ができるが、整備と訓練の合意形成に時間を要す。
留意点	今後、地区事情（高齢化や集合住宅地区等）から、C パターンのような協働組織の編成が増加すると思われる。その場合、役員選出、経費分担、整備計画等への合意が上手くいかず、結局、元の単独に戻すケースもみられる。	

② 自主防災組織と地区体制

自主防災組織の主たる任務は、整備や訓練を計画することで、その実施には地区や地域の協力が必要となります。そのため、平常時に体制を整えておきます。



③ 自主防災組織の設置要項例

自主防災組織の設置要項例は、別紙様式10にあります。

5-2 減災マップと初動規定

みんなで自地区を歩いてみて、自分たちでつくる、自分たちのマップです。必要な情報が記載され、各家庭に配布して普段から確認しておきます。また、訓練で活用して地区内で徹底を図り、段階的に見直します。

(1) 突発性災害での減災マップ（想定事態：大地震）

マップは小地区（組または班）別に作成します。

区内全戸に配布し、初動規定や整備品、緊急時持出品等を訓練で徹底させます。



【減災マップの整備履歴】

履 歴	実施年月日	参加人数	区内配布枚数
新規作成	2000年0月0日	132人（内高校生以下14人）	128部、公民館1セット
改 定			
改 定			

(2) 減災マップ内の小地区初動規定

小地区（組または班）ごとの初動規定を盛り込みます。

小地区名	場所名	初動規定	備 考
〇〇組	〇〇〇〇	タイプA	電柱あり
〇〇組	□□□□	タイプB	
〇〇組			
〇〇組			

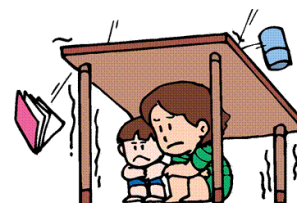
3 整備計画

初動規定（例）

① 小地区別初動規定 小地区（組または班）ごとの初動規定を整備します。

【〇〇区〇〇班 初動規定】 タイプA

- 大地震の場合、落ち着いて一時避難場所（〇〇〇〇）に向います。
- 台風や豪雨や大雪などでは警報（準備、勧告、指示）が出た場合、早めに、決められた避難先に避難しましょう。
- 高齢者を優先的に避難させましょう。
- 大地震の場合、無理をしないよう避難する前に
 - ① ガスの元栓を閉めます。
 - ② 電気のブレーカーを落とします。
 - ③ 非常時持出品を持って避難します。
 ※ 台風などの場合は③を持参しましょう
- 避難は原則徒歩です。
- 避難行動では、立ち止まらない、戻らない、ことを徹底しましょう。
- 一時避難場所（所）では、班長（組長）の指示に従い、集団行動します。



タイプBの小地域初動規定例

【〇〇区〇〇班 初動規定】 タイプB

1 大地震の場合の初動

- ① まず、それぞれの身の安全を確保します。
- ② 揺れがおさまってから、落ち着いて一時避難場所（〇〇〇〇）に向います。
- ③ 大地震の場合、避難する前に以下の対応をします。ただし、無理をしないこと。
 - ☆ ガスの元栓を閉めます。
 - ☆ 電気のブレーカーを落とします。
 - ☆ 非常時持出品を持って避難します。
 ※ 台風などの場合は③を持参しましょう



2 避難行動

- ① 避難は原則徒歩です。
- ② 避難行動では、立ち止まらない、戻らない、ことを徹底しましょう。
- ③ 一時避難場所では、班長さんの指示に従い、集団行動します。

3 台風や豪雨や大雪などの場合の初動

- ① 避難情報が発令された場合、非常持ち出し品、毛布などを持参し避難しましょう。
- ② 高齢者を優先的に避難させましょう。

(3) 減災マップ内の地区初動規定

地区全体に定める初動規定の例です。まずはこの規定を訓練で徹底し、段階的に見直します。
小地区が「組」の場合の例示です。

1. 発災したらまず自身の身の安全を確保し、落ち着いて行動しましょう。
2. 用意してある緊急時持出品（リュックサック等）を持ち、速やかに組ごと指定した一時避難場所（所）に向いましょう。
3. 家族内に要配慮者（介護認定者、高齢者、病人、障がい者、乳幼児等）がいる場合は、日ごろから安全な場所を確保しておき、避難方法も決めておきます。
4. 一人ひとり、自分の飲み水（500mlのペットボトル）は持って避難しましょう。
5. 組の住民でまとまり、周囲の安全を確認しながら指定避難場所に向います。
6. 原則として徒歩で避難します。
7. 避難の途中で救助を求めている人を発見した場合、二次災害防止のため救助要請をします。
8. 避難場所の受付に、組ごとにまとめた避難者名簿を提出します。
9. ペットは避難先の施設内には入れません。ゲージに入れて持参し、外での飼育となります。
10. 要配慮者、ケガ人、妊婦以外は一時、公民館の外で待機となります。
11. 健常者は本部班の指示に従い、積極的に共助活動に参加しましょう。
12. すべて避難所本部班の指示に従い、勝手な行動は厳禁です。

(4) 減災マップ内の作り方

マップの作成は、出前塾を活用し以下の手順で作成します。

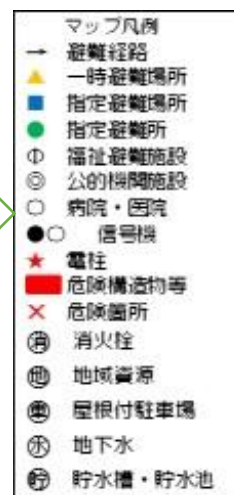
- ① マップの作り方を理解し、自地区の白地図や備品を用意します。（注1）
- ② 小地区ごとに、一時避難場所から指定避難場所までの避難ルートを確認します。（注2）
- ③ 小地区民が一緒に、フィールド調査カードを持って、その避難ルートを調査します。
- ④ 調査結果をマップ上に落とし込みます。
- ⑤ 小地区ごとに初動規定を決めます。
- ⑥ 小地区ごとのマップデータを作成し、印刷します。

（注1）白地図は、プロットという敷地の形が分かるもので、個人名の記載のない、知的財産権のないものを使います。ゼンリンの地図等は許可なく使用できません。（下図参考）

（注2）マップづくりを機会に、一時避難場所の安全性を再確認します。また、指定避難所や指定避難場所の周辺の小地区は、経路を歩く必要はありません。



このような情報を調査します。



5-3 地区タイムライン

(1) 警告性災害でのタイムライン

① 地域の減災対策

平成は国内で頻繁に大規模自然災害が起き、それらの教訓から、減災対策として「避難行動を促す地区のタイムライン（時系列）」の整備が有効的であります。

地震は突然に起きますが、大雨や大雪（警告性災害）では、避難に時間的余裕があります。状況変化に沿った手順により「みんなの命を守れる」よう、地域の減災力を高めましょう。

② 公助の責務と課題

行政は、地域防災計画内に「行政のタイムライン」（図1）を明記し、警告性災害への避難警報を早めに、明るいうちに出し、避難行動を支援します。

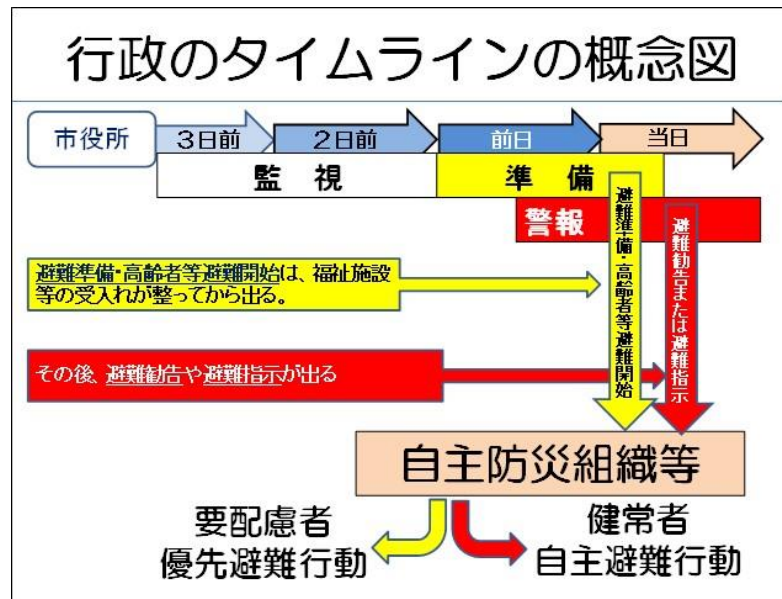


図1：行政のタイムラインの概念図

③ 地区（自助と共助）のタイムラインの確立との責務と課題

地区内には、迅速な避難行動のできない要配慮者や、「その時は助けてほしい」と意思表示して名簿化された避難行動要支援者（以下、「要支援者」という。）がいます。そこで地区は「避難行動要支援者対応規定」（別紙様式6）を作成し、共助の支援体制（図2）を整え、要支援者を優先避難させることで、残りの住民が避難の準備に入り、避難勧告または避難指示で速やかに避難するタイムライン（図3）を確立します。具体的には、

A) 避難準備情報が出ると思われる前日の対応

- (ア) 要支援者とその同居者に、避難の準備をしておくよう連絡します。（別紙様式8）
- (イ) 独居者には、名簿上の連絡先に、緊急避難は地区で対応する旨を伝えます。

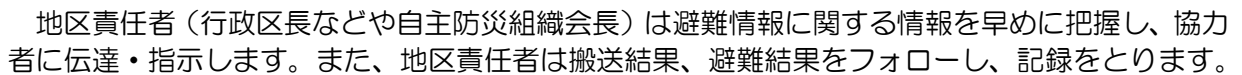
B) 避難準備情報が出た直後の対応

- (ア) 要支援者を、地区内で協力して登録された避難先に搬送します。
- (イ) 搬送した要支援者の連絡先に、地区で避難させた旨を伝えます。
また、A)－(イ)で、「本人が自力で避難する」や「家族が迎えに来る」といった場合は、避難先や家族等に確認をとります。
- (ウ) その他の居住者に、避難の準備をしておくよう促します。

C) 避難勧告または避難指示が出た場合の対応

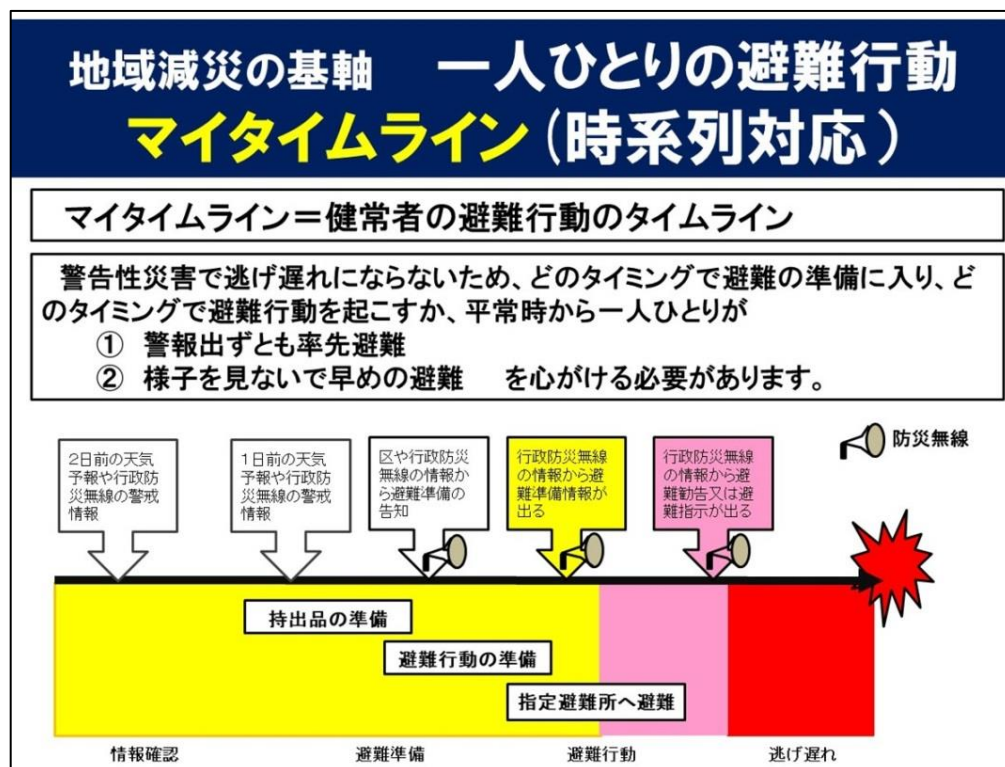
- (ア) 避難先を伝えて、速やかな避難を促します。
- (イ) 重要なのは、A)－(ア)、B)－(ウ)で地区民の顔を見て対応することです。

地区内で、役員・班長・組長、消防団員等の協力者で支援体制を編成しますが、避難行動要支援者名簿は個人情報なので、コピーして使うことはできません。そこで、以下の5項目が明記された2次の支援マップをつくります。



【図4】マイタイムライン

地区で対応する避難行動要支援者以外の要配慮者、健常者には、警告性災害では早めに自主避難するよう啓発の機会や訓練を通して一人ひとりの意識を高めます。



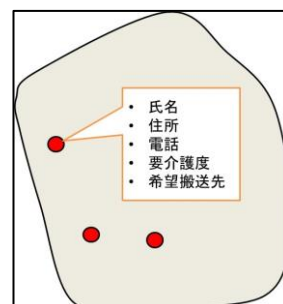
④ タイムラインの整備表

【タイムラインの整備履歴】

種 別	整備機能	整備機能の解説
地区タイムライン	避難行動要支援者対応規定 別紙様式6	避難行動要支援者名簿に記載ある要支援者を、地区としてどう対応するかの規定を整備します。
	支援協力員体制	地区内の協力者の体制を整備します。
	支援マップ	要支援者の住所や氏名等5項目を協力者に開示するマップを整備します。
	避難行動要支援者への 確認書 別紙様式7	いざという時に可能な範囲で支援する旨を、要支援者またはその家族に確認する資料を整備します。
	避難準備連絡文 別紙様式8	避難準備情報が出される事態の時、要支援者に避難の準備を促す資料を整備します。
マイタイムライン	啓発履歴	地区民を対象に、避難のタイミングや地区タイムラインの啓発を行います。
タイムライン履歴	警告性災害のタイムラインに関する計画や実施の履歴を記録します。	

⑤ 支援マップの作り方

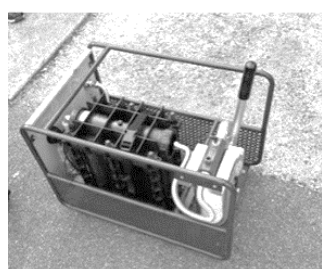
- 地区のラフな地図を用意します。
- 避難行動要支援者名簿に記載ある要支援者に対し、確認書を（別紙様式7）提示して基本5項目の明記の了解をとります。
- 了解を得た要支援者の情報を、用意したマップ上に明記します。
- 出来上がったマップを、協力者に配布します。



6 その他の整備計画

家庭はもとより、地区内の一時避難所や指定避難所に求められる備蓄の「適切な種類と量」は、地区内で調達できないものを調査し、備蓄計画を立て整備しましょう。

(1) 地区のハード整備品例



【地域内の緊急用備蓄品ベスト30】	
飲料水	簡易トイレ(ビニール・紙)
優先電話	掲示板
ラップ	包帯
シーツ(新品)	ストーブ
テント	ブルーシート
投光器	扇風機
三角巾	防寒シート
毛布	段ボール
発電機	燃料(ガソ、灯・プロパン)
炊事用具	ビニール袋・ゴミ袋
筆記用具	ライター
ビニールテープ	セロ・ガムテープ
割り箸	椀・皿(発泡)
飲料水タンク	椅子・テーブル
ペット飼料	拡声器

【救出用具ベスト12】		
ヘルメット	軍手	丸太
バール	ジャッキ	のこぎり
ロープ	梯子	つるはし
スコップ	板(副子用)	懐中電灯



神の手



(2) 自主防災組織の整備品例

種 類	用 途	備 蓄 品 (一例)	一部は用途で併用される
(ア) 生命の維持に必要なもの	飲料水	ペットボトル飲料水、非常用保存水、給水パック	
	食料	アルファ米、非常食、缶詰、乾パン、氷砂糖、食塩、飴	
	寒さ対策物	暖房器具、発電機、燃料、段ボール、衣類、布団、毛布	
	暑さ対策物	扇風機、送風機、団扇・扇子	、カイロ
	乳幼児用品	粉ミルク、哺乳瓶、煮沸器、おむつ	
(イ) とりあえずの生活に必要なもの	飲食用備品	箸、椀、皿、紙コップ、ラップ、スプーン、可燃・不燃ゴミ袋、鍋、やかん、カセットコンロ・ガス	
	トイレ用品	排使用ポリ袋、小使用ポリ袋、凝固剤、消臭剤、輪ゴム、段ボール箱、アルコール消毒液、男性用小便器、トイレットペーパー、タンク式簡易トイレ	
	衛生用品	生理用品、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ、石鹸、	
	感染症予防	除菌スプレー(消毒液)、マスク	
(ウ) 応急的な措置に必要なもの	救出用具	手袋、 <u>ジャッキ</u> 、 <u>バール</u> 、 <u>のこぎり</u> 、スコップ、担架、チェーンソー、丸太、懐中電灯、ヘルメット、梯子、リヤカー、防煙・防塵マスク、ロープ	
	医薬品	包帯、副子、消毒液、胃腸薬、頭痛薬、ビタミン剤、風邪薬、ハンドクリーム、ばんそうこう、体温計	
	その他	電池、充電器、ラジオ、拡声器、投光器、テント、ブルーシート、ガムテープ、紐、カッター、鋏、マッチ、蠟燭	

【参考】地区内で調達できないものを備蓄しておきましょう。

(3) 備蓄規定・調達規定の例

備蓄規定	① 地区の備蓄は「防災関連財産管理台帳（様式9）」で管理します。 ② 道路や橋梁の破壊等で、地区内の指定避難場所から指定避難所に移動できない事態を想定した備蓄となります。 ③ 原則として3日間を凌ぐ量を適切量とみなします。 ④ 経年劣化や消費期限のあるものは過剰な量を備蓄せず、訓練等で使用して定期的に新しい物品と入れ替えます。 ⑤ 地区内や周辺地域から調達できるもの（共助物資）は、普段に、その調達の仕組みをつくります。 ⑥ 「ジャッキ、バール、のこぎり」は神の手とも呼ばれ、救出行為に有効な道具として準備します。		
備蓄品	種 別	品名・最大備蓄量	入替のタイミング
	飲料水	ペットボトル 2ℓ×36本	年に12本 3年回転
		ペットボトル 500ml×24本入 6箱	年に2箱 3年回転
	非常食	アルファ米 150食分	年に1/3 3年回転
	燃 料	灯油 36ℓ	・燃料は1年毎 ・除菌スプレーは指定期間
		ガソリン 40ℓ	
	季節対策	毛布 50枚	
		灯油ストーブ 4台	
	扇風機 5台		
	団扇 150枚		
発電機	電灯用 2台 他用 2台		
感染症対策	マスク 地区人数×3枚 消毒液 地区人数×50ml		
調達規定	① 外部から支援物資が届くまでは地区民で協力して調達し、凌ぎます。 ② 緊急時の物資調達のため、あらかじめ地区内の各戸（提供者）から、緊急時に提供できる品、数量、格納場所を調査しておきます。 ③ 物資の調達は原則、提供者の確認をとった上での利用となります。 調査段階で提供の意思があっても、無断利用は禁止です。 ④ 調達結果は、地区と提供者にその記録を残します。 ⑤ 復旧・復興後、余剰があれば記録をもとに提供者に戻します。 また、調達の結果を地区民に周知します。		

第2章 地区訓練計画

1 防災訓練の種類

訓練の種類	訓練の概要	訓練の主体・内容・成果・実施
小地区自主訓練	一時避難場所までの訓練	主体：小地区 内容：従初動規定、安否・持出品確認 成果：初動規定の徹底 実施：任意
地区自主訓練	指定避難場所までの自主訓練	主体：地区 内容：従地域初動規定、訓練目的別 成果：目的の検証と普及 実施：年1回
特定地区総合防災訓練	指定避難所を使った暫定訓練	主体：行政＋指定避難所利用の地区連合 内容：開設、要配慮者優先、研修他 成果：施設利用合意書 作成 実施：1回限り
特定地区フォローアップ訓練	指定避難所を使った自主訓練	主体：指定避難所利用の地区連合 内容：開設、要配慮者優先、研修他 成果：施設利用合意書 見直し 実施：4年に1度

【参考】特定地区は、施設利用合意書に基づいた地区連合の開設訓練となります。

2 自主訓練の前提

- 訓練計画立案者は、多様な訓練内容から目的を明確にします。
- 消費期限の迫った備蓄品の消費を考慮した訓練を考えます。
- 実施後、「今日の訓練はよかった」と区民から言われる訓練を計画します。
- 事前に区民に告知し、区民総参加で実施します。
- 訓練後は反省会で、訓練結果を検証します。
- 訓練計画、実施記録（写真や映像）、検証記録を残します。
- 自主訓練の場合、事前に北杜市役所、消防署、警察署等に計画書を提出しておきます。

3 自主訓練内容例

訓練名称	訓練内容	準備品等
情報収集・伝達	小地区別避難状況調査・災害対策本部への伝達	調査票・報告書
要請	北杜市災害対策本部への要請	水や物資の要請
要配慮者優先	施設内への要配慮者優先避難（付添も一緒）	「案内」場所
要支援者搬送	指定福祉避難所への搬送	受入側連携
毛布搬送	毛布を使った病人・ケガ人搬送訓練	毛布
安否確認	災害用伝言ダイヤル171	各自モバイル機器
AED	一次救命措置	消防署に依頼
通電火災防止	漏電ブレーカーの作動チェック	消火器
緊急時持出品	緊急時持出品の持出しと内容チェック	各家庭、小地区単位
炊き出し	非常食の炊き出し	アルファ米
その他	「ほしひじきほし」班別強化、トイレ凝固剤、炊き出し中の研修、グッズづくり、家族・親子訓練、荒天・夜間時間帯	

【参考】複数の訓練内容を組み合わせも可能です。

4 関連資料を使用した訓練の例

情報の収集や伝達、記録等も普段に訓練しておかないと、いざという時に使えません。
以下の様式を使う訓練も計画します。

- 別紙様式1 避難状況報告書
北杜市災害対策本部に連絡する地区単位の避難状況の記録票
- 別紙様式2 食料依頼票
北杜市災害対策本部に連絡する、指定避難所または指定避難場所位の食料依頼票
- 別紙様式3 物資依頼票
北杜市災害対策本部に連絡する、指定避難所または指定避難場所位の物資依頼票
- 別紙様式4 地区別状況調査票
地区単位の避難状況、被災状況を聞き取りや記録する用紙
- 別紙様式6 避難行動要支援者対応規定
地区内の避難行動要支援者におつ対応するかの規定
- 別紙様式7 避難行動要支援者への確認書
地区内の避難行動要支援者とその家族に、マップ化する旨の了解を得る書面
- 別紙様式8 避難行動要支援者への連絡文
地区内の避難行動要支援者とその家族に、避難の準備を促す書面
- 別紙様式9 自主訓練計画書
地区内の自主的な訓練を計画・記録する用紙



小地区集合訓練（一時避難場所）



地区訓練（指定避難場所）



目的別訓練（炊き出し）



総合防災訓練（指定避難所）

5 自主訓練計画書（記入例）

別紙様式8

〇〇町□□地区 自主防災訓練計画					
今回の訓練の目的		地区初動規定の徹底と、指定避難所での要配慮者優先利用、他			
区民への告知		8月初旬 地区回覧			
今年度 実施要項	実施日・曜日	20 年 月 日 （ 曜日）			
	実施時間	午前 8 時 00 分 ～ 午前 10 時 00 分			
	実施場所	公民館			
	想定事態 訓練プログラム	想定事態：震度6強の大地震 建物倒壊あり プログラム：午前8時 防災無線でサイレンと放送 区民一斉避難開始 徒歩 午前8時30分 点呼、班別情報収集 午前8時40分 中で研修 炊き出し開始 午前9時40分 研修終了、非常食試食 午前10時00分 責任者講評、解散			
	参加者数	人（内、要配慮者 人）			
	訓練責任者	本部班長：北杜太郎（自主防災会長）			
	責任者補助	本部班サブ：山梨次郎、明野三郎、須玉四朗			
	訓練班責任者	施設管理班	高根五郎		
		被災者管理班	長坂六郎		
		情報班	大泉七郎		
		救護衛生班	小淵沢八重子		
保安警護班		白州九郎			
食料物資班		武川十子			
計画立案者	自主防災会役員、消防部長、各班長				
反省会 予定日時場所	10月1日（木）午後7時～ 公民館予定				
昨年度 実施要項	目 的	地区初動規定の徹底、安否確認、情報収集伝達他			
	実施日・曜日	20 年9月1日 （ 曜日）			
	実施時間	午前8時00分 ～ 午前9時30分			
	実施場所	公民館			
	想定事態 訓練プログラム	想定事態：震度6強の大地震 建物倒壊あり プログラム：午前8時 防災行政無線子局でサイレンと放送 飲料水、緊急時持出品を持って一斉避難開始			
	参加者数	232人（内、要配慮者21人）			
	訓練責任者	本部班長：北杜太郎（自主防災会長）			
	責任者補助	本部班サブ：山梨次郎、明野三郎、須玉四朗			
	訓練班責任者	施設管理班	高根五郎		
		被災者管理班	長坂六郎		
		情報班	大泉七郎		
救護衛生班		小淵沢八重子			
保安警護班		白州九郎			
食料物資班		武川十子			
計画立案者	自主防災会役員、消防部長、各班長				
反省会・課題	10月11日（金）午後7時～ 公民館 まだ警報を出す前に避難する人多し、飲料水持参76%				

関連資料

第 1 報は避難所開設後わかる範囲ですぐに報告
第 報避難状況報告書

報告先

《北杜市災害対策本部連絡先》

TEL : 42-1323

FAX : 42-1122

項 目		記 入 欄		
報告情報	① 避難所開設日時	月 日 (曜日) □午前 □午後 時 分		
	② 避難所または避難場所			
	③ 連絡者(発信者)名			
	④ 市本部(受信者)名			
避難情報	⑤ 避難者数	人	⑥ 避難世帯数	世帯
	⑦ 避難者の内ケガ人	重症 人・(状況) 軽傷 人		
	⑧ 避難者の内要配慮者	人	⑨ 死亡者数	人
周辺状況	⑩ 避難所の安全確認	□未確認 □安全 □要注意 □危険 (状況)		
	⑪ 火災情報	□あり(□延焼 □大火 □小火)状況() □なし		
	⑫ ライフラインの状況	□断水 □停電 □ガス停止 □電話不通 □その他()		
	⑬ 土砂崩れ	□あり(状況) □なし		
	⑭ 道路状況	□通行可能 □渋滞 □片側通行 □通行止 (状況)		
	⑮ 家屋倒壊	□あり(□全壊 □半壊) □なし		
	⑯ 構造物倒壊	□あり() □なし		
	⑰ その他			
要請項目	⑱ 人命救助	□必要(状況) □不要 □不明		
	⑲ 食糧・水	□避難者用 食 □在宅被災者用 食		
	⑳ 寒さ対策			
	㉑ 暑さ対策			
	㉒ その他			

伝票 No. _____

食 料 依 頼 票

避難所	避難所名(住所) 北杜市	
	発注依頼者(氏名)	TEL FAX
	依頼食数(避難者用) 食 (在宅被災者用) 食	
	計 食 (柔らかい食事 食) 水 2 杯 本	
その他の依頼内容		
災害対策本部	受信者名	本部食料担当 本票受取者名
	避難者用 食 (柔らかい食事 食) 水 2 杯 本 在宅被災者用 食 計 食	
	発注業者	TEL FAX
	配送業者	TEL FAX
	到着確認時間 月 日 □午前・□午後 時 分	処理担当者

- ・本部は、FAXで依頼を行うことを原則とする
- ・FAXでの依頼を行うことができない場合は、直接、市災害対策本部へ届け必ず控えを残す
- ・避難所の市担当者は、受領時にその旨を市災害対策本部へ連絡する
- ・避難者用の中には、市担当者、施設管理者の人数も含めるものとする

伝票 No. _____

物資依頼票

①	発信日時 月 日 時 分			②	発注先業者名	
	避難所名				FAX TEL	
	避難所住所				票No. 票枚数(枚)	
	発注依頼者 (役職名) FAX TEL				受付日時 月 日 () □午前 □午後 時 分	
					本部受信者名 FAX TEL	
	品 名	サイズなど	数 量	単 位	備考	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
・ 1 行につき 1 品、サイズ毎に記入し、数量はダースなどキリのよい数で注文 ・ 性別などの識別は、「サイズなど」欄に記入してください						個口合計

- ・ 食料物資班の人はこの伝票に記入し、市担当者に配達・注文を要請
 ・ 総務班は、原則として FAX で依頼を行ってください。FAX が使えない場合は、必ず控えを残しておいてください。食料物資班は、受領時に「物資管理簿」に記入してください

③	出荷日時 月 日 () □午前 □午後 時 分	④		
	配達者名 FAX TEL		避難所	
	お届け日時 月 日 () □午前 □午後 時 分		受領サイン	

年 月 日 時現在

指定避難所名 _____

避難地区名 _____ 記録者名 _____

地区の責任者またはその代理人は、毎日、避難所内にいる状況を報告してください。

項番 6 以降は、全体的な状況を報告してください。

項目番号	状況調査項目	
1	総避難者数	_____人（大体でよい）
2	内、要配慮者数	_____人
3	内、ケガ人数	_____人 ケガの状況
4	内、乳幼児数	_____人 足りない乳幼児用品
5	内、病人数	_____人 具合の程度
6	飲料水充足度	1. 充足 2. 不足
7	食料充足度	1. 充足 2. 不足
8	寒さ状況	1. 厳しい 2. まだ我慢できる
9	暑さ状況	1. 厳しい 2. まだ我慢できる
10	睡眠	1. 不眠 2. 寝不足
11	疲労	1. 蓄積 2. 中程度 3. 軽度
12	ペット数	犬 _____匹 猫 _____匹
特記事項		

〇〇地区 避難行動要支援者対応規定 (案)

以下に、地区内の避難行動要支援者に関わる規定を定める。

1. 避難行動要支援者名簿とは

自然災害等の発生に際し、「自分は速やかに避難行動ができないので、その時は助けてほしい」と意思表示した区民（以下、「要支援者」という）の名簿である。

避難行動要支援者制度を利用した方を避難行動要支援者名簿（以下、「名簿」という）として区長や民生委員、峡北消防本部、北杜警察署に渡される。

2. 名簿の扱い

- ① 紛失しないよう、また、個人情報が入り漏洩しないよう厳重に保管すること。
- ② コピー厳禁。第三者に開示してはならない。
- ③ 新たな名簿を受け取る時、古い名簿は市役所に返却すること。

3. 名簿を管理する区の支援体制

名簿を単に保管していたのでは、いざという時に要支援者への支援ができない。

そこで地区（以下、「区」という）では、以下の条件下で要支援者を支援する。

（1）災害種別の限定

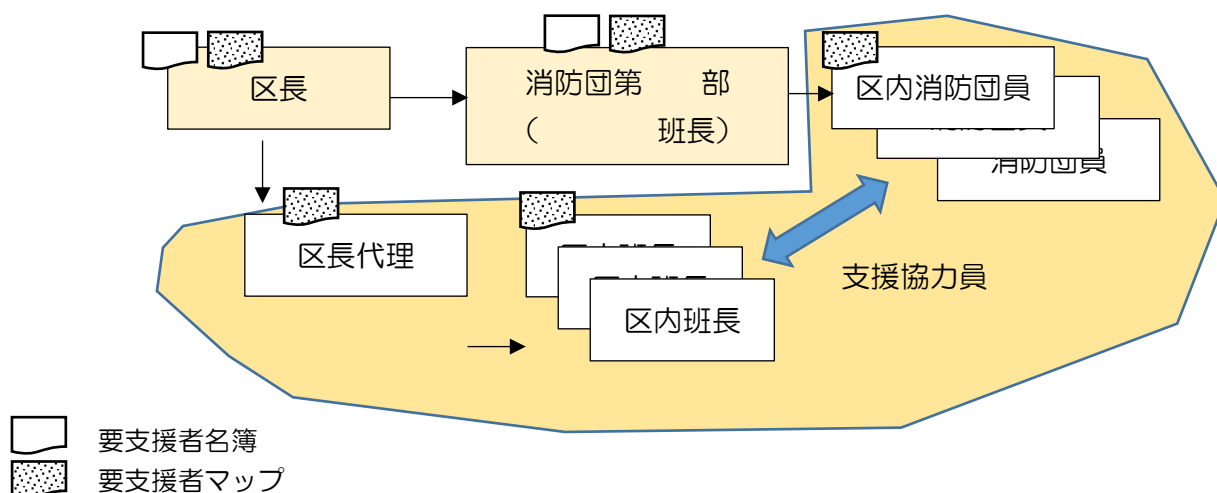
大雨や大雪等の気象に関する災害に限り、事前に市から出される避難準備・高齢者等避難開始の避難情報の発令されたとき、区をあげて可能な範囲で要支援者を支援する。

（2）地震での対応

（1）とは異なる突発性の地震では、一般区民も被災するため、区では発災後の可能な範囲での支援となる。

（3）区の支援体制

区長・班長・組長と消防団員が中心となり、区内に支援協力員を構成する。



(4) 区での名簿の運用と訓練計画

- ① 新名簿を受け取った後、区長と消防団第 部長（班長）は区内の要支援者宅を訪問し、緊急時の区への対応の説明を行い、以下の要配慮者情報を確認する。

【確認5項目】氏名、住所、電話番号、要介護状態、希望搬送先

- ② その後、区長と消防団第 部長（班長）は区内のマップ上に要支援者の居宅にマークし、要支援者情報を記す。

- ③ ②で作成したマップを印刷し、支援協力員に配布して説明する。

- ④ 区長と消防団第 部長（班長）は年に 1 回以上、要支援者の避難訓練を計画し、実施する。

訓練に実際の要支援者を参画させる必要はなく、見立てた要支援者でも構わない。

要支援者マップ例 →



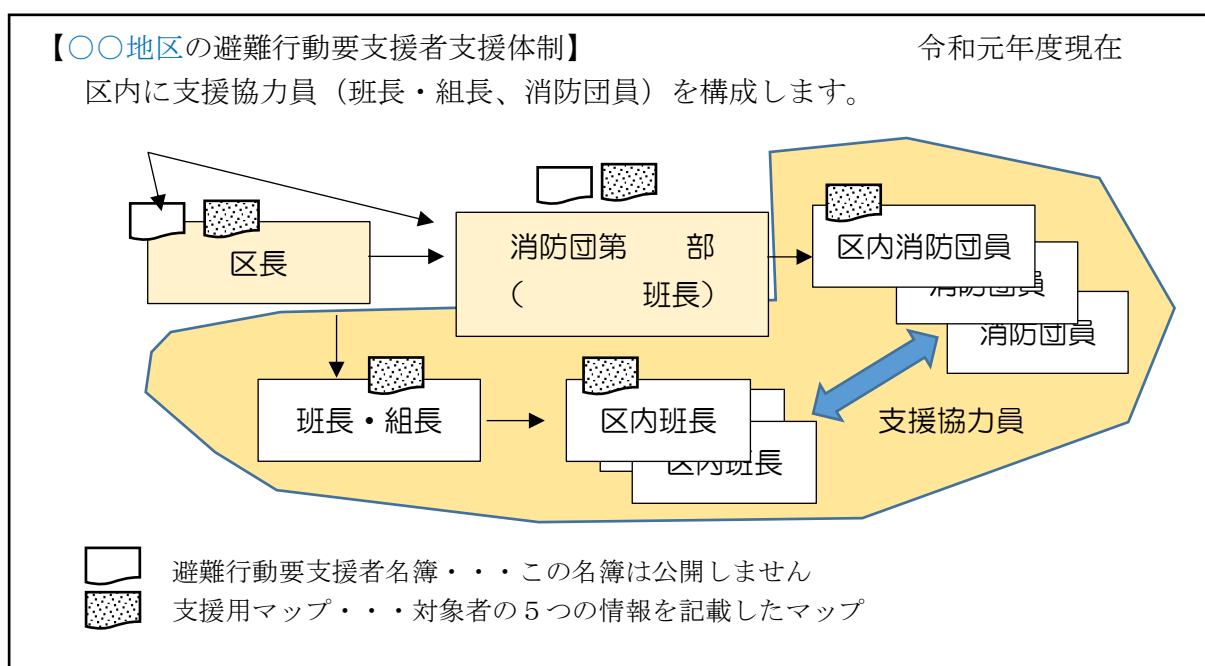
様

〇〇地区 避難行動要支援者への確認書

〇〇地区

この度、「避難行動要支援者名簿」を、区長、民生委員のが受け取り、その名簿に、あなた様のお名前がありました。

〇〇地区では令和元年度より、大地震以外の大型台風や大雪などが予想され、北杜市役所から「避難準備情報」が発令された場合、あなた様を可能な限り区民で協力して安全な施設に搬送できるよう、下図の支援体制を定めております。
(地震では、みんなが被災するため事後対応となります)



あなた様の普段の居場所の分かる支援用マップを作成し、支援協力員で共有する必要があることから、以下の5点について、あなた様の情報を、支援協力員のみに開示したく、ご理解をお願い申し上げます。

- 希望搬送先・・・個別に確認させていただきます。

- 市の指定避難所（ ）
- 市の指定福祉避難所（ ）
- 安全な親族宅・親せき宅(名称・住所：)

いざという時には、この情報をもとに支援協力員が早めにお伺いします。
そのため、緊急時に持参するものは普段からご用意ください。

〇〇地区 避難行動要支援者対策

避難準備連絡文（例）

〇〇 〇〇様

台風19号は10月12日（土曜日）に
北杜市へ最接近する予報です。

いざという時には、早めに地区で安全な施設にお送りします
ので、避難できる準備をしておいてください。

【準備品】 普段に飲んでいる薬、お薬手帳
下着類、着替え、タオル
などを、まとめておいてください。

【行き先】 避難行動要支援者確認書に掲載してある避難先を記入



なお、ご自身や、ご家族によって事前に避難される場合は、
必ず区長（班長）まで連絡してください。

■■■区長（班長）

□□□□

☎ 98-7654

〇〇町□□地区 自主防災訓練計画			
今回の訓練の目的			
区民への告知			
今年度 実施要項	実施日・曜日	令和 年 月 日 (曜日)	
	実施時間	午前 時 分 ～ 午前 時 分	
	実施場所		
	想定事態 訓練プログラム	想定事態： プログラム：	
	参加者数	人 (内、要配慮者 人)	
	訓練責任者	本部班長：	
	責任者補助	本部班サブ：	
	訓練班責任者	施設管理班	
		被災者管理班	
		情報班	
		救護衛生班	
		保安警護班	
食料物資班			
計画立案者			
反省会 予定日時場所	月 日 () 午後 時～ 予定		
昨年度 実施要項	目 的		
	実施日・曜日	令和 年 月 日 (曜日)	
	実施時間	午前 時 分 ～ 午前 時 分	
	実施場所		
	想定事態 訓練プログラム		
	参加者数	人 (内、要配慮者 人)	
	訓練責任者	本部班長：	
	責任者補助	本部班サブ：	
	訓練班責任者	施設管理班	
		被災者管理班	
		情報班	
		救護衛生班	
保安警護班			
食料物資班			
計画立案者			
反省会・課題			

別紙様式 9 防災関連財産管理台帳

[illegible]

自主防災組織設置要項（案）

（目的）

第1条 住民の隣保協同の精神に基づく自主的な自助活動・共助活動を行うことにより、起こりえる災害や事故（以下「想定事態」という。）による、被害の防止及び軽減を図ること（以下、「減災」という。）を目的に、■■■■■■■■■■自主防災組織（以下「組織」という。）を設置する。

（会の編成）

第2条 本会は、以下の地区で編成する。

（1）■■■■■■地区

（2）■■■■■■地区

（事務局）

第3条 本会の事務局は、■■■■■■公民館に置く。

（事業）

第4条 本会は、第1条の目的を達成するため、次の事業を行う。

- （1）家庭や地域の減災に関する知識の習得。
- （2）家庭における減災力向上への自主的な取り組み。
- （3）地域における減災力向上への自主的な取り組み。
 - ① 起こりうる想定事態の予防に関する整備の実施。
 - ② 起こりうる想定事態の予防に関する訓練の計画と実施。
 - ③ 想定事態の発生直後からの対策に関すること。
- （4）公的機関の防災政策に準じた取り組み。
- （5）その他、組織の目的を達成するために必要な事項。

（会員）

第5条 組織は、第2条にある地区内の全世帯をもって構成する。

（役員）

第6条 組織に次の役員を置く。役員の半数以上を北杜市が公式認定した地域減災リーダーで構成。

- （1）会 長 1人
- （2）副会長 2人
- （3）防災班長
 - ① 本部班長 1人以上
 - ② 情報班長 1人以上
 - ③ 施設管理班長 1人以上
 - ④ 被災者管理班長 1人以上
 - ⑤ 救護衛生班長 1人以上
 - ⑥ 食料物資班長 1人以上
 - ⑦ 保安警備班長 1人以上

（4）監事 2人

2 役員は、会員の互選による。

3 役員の任期は、5年とする。但し、再任することができる。

（役員の任務）

第7条 会長は、組織を代表して会務を総括し、平時の整備や訓練を計画して実施するとともに、発災直前・発災時における応急活動の指揮命令を担う。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故ある時はその職務を行う。

3 防災班長は、平時の整備や訓練において役割を確認し、また、発災直前・発災後における避難行動、指定避難所の開設及び運営にあたる。

4 監事は、会の会計を監査する。

（会議）

第8条 組織は、総会及び役員会を開催する。

（総会）

第9条 総会は、全会員をもって構成する。

2 総会は、毎年1回開催する。ただし特に必要のあるときは、臨時に開催することができる。

小規模組織では、兼任可。

- 3 総会は、会長が招集する。
- 4 総会は次の事項を審議する。
 - (1) 規約の改正に関する事。
 - (2) 事業計画に関する事。
 - (3) 予算及び決算に関する事。
 - (4) その他、総会が特に必要と認めた事。
- 5 総会は、その付議事項の一部を役員会に委任することができる。
(役員会)

第10条 役員会は、会長・副会長及び防災班長によって構成する。

- 2 役員会は、次の事項を審議し実施する。
 - (1) 総会に提出すべき案件。
 - (2) 総会より委任された事項。
 - (3) その他、役員会が特に必要と認めた事。
- (会費)

第11条 組織の会費は、総会の議決を経て別に定める。

(経費)

第12条 組織の運営に関する経費は、会費その他の収入をもってこれに充てる。

(会計年度)

第13条 会計年度は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わる。

(会計監査)

第14条 会計監査は、毎年1回監事が行う。ただし、必要がある場合は、臨時に行うことができる。

- 2 監事は、会計監査の結果を総会に報告しなければならない。

附 則

この規約は、 年 月 日から実施する。

(ア) 生命の維持に必要なもの

品 名	規 格	単 位	数 量	備蓄量	入替のタイミング
飲料水 ペットボトル	2ℓ	12 本	10 箱	120 本	訓練時 1/3
飲料水 ペットボトル	500ml	20 本	10 箱	200 本	訓練時 1/3

(イ) とりあえずの生活に必要なもの

品 名	規 格	単 位	数 量	備蓄量	入替のタイミング
ラップ	10m	本	2	2 本	
割り箸	100 本	袋	3	30 本	
発泡椀	20 個	袋	20	400 個	
紙コップ	50 個	袋	4	200 個	

(ウ) 応急的な措置に必要なもの

品 名	規 格	単 位	数 量	備蓄量	入替のタイミング
電池	単 3	10 本	10 箱	100 本	
電池	単 2	10 本	10 箱	100 本	
拡声器	1	台	1	1 台	
トイレ凝固剤				100 袋	

□□区 小地区自主防災訓練 実施報告書

以下の訓練を実施しましたので、報告いたします。

小地区名：□□区第2班

実施日・天候：令和2年5月16日（日曜日） 晴れ

時間：午前9時～9時30分 1時間

実施内容：大地震を想定し、以下を実施しました。

- ① 一時避難場所への集合
- ② 安否確認
- ③ 緊急時持出品
- ④ ブレーカーの遮断確認

参加者数：39名

よかった点：全戸が参加した。

課題：ハンドマイクのサイレンが聞えない家があった。

写真

緊急時連絡先

【公的機関】

機 関	連 絡 先	備 考
北杜市災害対策本部	0 5 5 1 - 4 2 - 1 3 2 3	消防防災課
北杜警察署		
峡北消防本部		
病 院		
北杜市社会福祉協議会	0 5 5 1 - 4 7 - 5 2 0 2	
近隣避難所		

【運営委員会】

名 称	氏 名	連絡先	備 考
運営委員長			
副委員長			
副委員長			
本部班長			
施設管理班長			
被災者管理班長			
情報班長			
救護衛生班長			
保安警護班長			
食料物資班長			

【計画策定・改定履歴】

令和 年月策定	