

2011年度版

# 避難訓練編

これだけは知っておいてほしい！  
防災マニュアル

《障害福祉事業所用》



保土ヶ谷区地域自立支援協議会  
防災部会 防災訓練分科会

〈監修〉 防災・生活安全 我聞塾 主宰 佐藤 栄一

## はじめに

保土ケ谷区地域自立支援協議会防災部会防災訓練分科会（以下、訓練分科会）では、作業所や施設、事業所、グループホーム、ケアホーム等での防災に対する取組みの検討を行ってきました。

その中で、「防災と言っても何から取り組んでいいかわからない。」「災害備蓄を用意したいが、何から揃えればいいのか・・・」などの意見が多数挙がってきました。

そこで、訓練分科会では、防災に対して何から取り組んでいいかわからない事業所などに、まずは、防災に対する取組みの初めの一歩として防災訓練を実施して頂くための参考として、この「これだけは知っておいてほしい！災害マニュアル防災訓練編」を作成しました。

各事業所の方は、このマニュアルを基に、是非、防災訓練を実施してみてください。また、訓練を実施した事により気づいた点などがありましたら、訓練分科会までお知らせ下さい。

## 目次

1. 訓練前の準備をしよう！	・・・	P 1
2. 訓練当日の想定をしよう！	・・・	P 2
3. 訓練の流れを決めよう！	・・・	P 2
4. 参加者一覧表を作ろう！	・・・	P 3
5. 防災訓練を実施しての感想		
・利用者の感想	・・・	P 4
・スタッフの感想	・・・	P 5
6. 避難訓練協力連絡先一覧	・・・	P 6

# 1、訓練前の準備をしよう！

## <ポイント!!>

ここからは、実際に防災訓練を実施する為の手順を説明します。これは、ほんの一例なので各事業所等で実施する時は、自由にアレンジして下さい。

### ① 防災会議を開こう！！

大地震の時各事業所のスタッフが慌てずに行動するには、普段から災害時の事を話し合い、正しい知識を身につけておく事がとても大切です。

例えば、日々の活動中に大地震が起きたら一番初めに何をすればいいのか？避難場所はどこに行けばいいのか？などをスタッフ間で確認して下さい。

また、この時にどんな防災訓練を行うかの骨格を決めておくといいでしょう。尚、避難の流れについては「これだけは知っておいて欲しい！災害マニュアル備蓄編」を参考にして下さい。

### ② 通所者や利用者と一緒に防災会議を開こう！！

スタッフ間で防災会議を開いた後は、通所者や利用者と一緒に防災訓練の内容について話し合いを行いましょう。

この時、防災訓練のイメージが湧かない場合は実際に防災訓練を行った事がある事業所等の通所者や利用者、スタッフに話をして頂くことをおすすめします。

### ③ 地域の皆さんに参加してもらおう！！

訓練分科会で検討を通じて明確になってきたのは、地域との関係なくして各事業所等の安全はないということです。

なんでもない日常のつながりが結局いざというときには最も有効だということ。この過去の災害の教訓を生かす為にも、地域の方に防災訓練に参加して頂きましょう。

また、地域の皆さんに障害の事を理解して頂く為の方法の一つとしてセーフティネット横浜で作成した「知的障害や自閉症のある方への支援 ー避難場所編ー」（通称、\*出前講座）を開催する事をおすすめします。

※出前講座に関するお問い合わせは、保土ヶ谷区社会福祉協議会まで

### ④ 訓練に必要な物を揃えよう！

訓練の内容によりますが必要なものはある程度、事前に各事業所等で揃えておきましょう。

また、「これだけは知っておいて欲しい！災害マニュアル備蓄編」も参考にして下さい。

### ⑤ 専門家を呼ぼう！！

訓練を行う際には、近隣の消防署の署員さんなどに来て頂きましょう。訓練中にいろいろなアドバイスが頂けます。

## 2. 訓練当日の想定をしよう！

### <ポイント!!>

この想定を考えることによってどんな訓練を行うかがほぼ決まると思います。当日の参加者や協力者、災害発生時間の想定、地震の規模などは、各事業所で話し合っ決めていきましょう。

### 当日の想定例

20××年×月×日、平日、天候は晴れて、北北西の風が毎秒6メートル。時間は午前11時過ぎ、神奈川県直下のフィリピン海プレート境界面を震源とするマグニチュード7クラス（M7.0以上の規模の地震を大地震と呼ぶ）の横浜市直下型地震（神奈川県東部地震）が発生し保土ヶ谷区上星川付近でも震度6強が記録された。（横浜市直下型地震は近々発生が予想され横浜市では市の中心部の被害が大きいと予測される。）〇〇〇で活動していた利用者、関係者は、大地震の揺れがおさまった後、ひとまず近くの広くて安全な場所に避難した。その後、〇〇〇の安全を確認したが電気・ガス・水道はストップしてしまった。このような状況の中でどのような避難生活がおくれるのか・・・

## 3. 訓練の流れを決めよう！！

### <ポイント!!>

ここからは上記の想定をもとに訓練の流れを各事業所で話し合い決めてみましょう。流れの例を挙げますので参考にしてください。一つ一つの行動を「なぜ行うのか」理由を考えながら取り組んでいきましょう。

### 訓練の流れの例

- ① 地震発生・・・阪神淡路大震災の時は3分間の揺れでした。
- ② 安否確認・・・一人ひとりに声をかけましょう。室内にいる全ての方が把握できる名簿のようなものがあると便利です。
- ③ 応急手当・・・いざという時のためにも、事前に消防署などから教わりみんなで練習をしておきましょう。最低限の救急用具を揃えておくといざという時に便利です。
- ④ 避難経路確保・・・実際の災害時はガラスの破片等が散らばる可能性があります。そこで、訓練時は模擬としてアクリル板の破片などを室内にばらまいてみると、より、現実的です。
- ⑤ いっとき避難場所へ・・・訓練前に確認しておきましょう。
- ⑥ 事業所へ戻る・・・事業所のある建物に倒壊の恐れがなければ、安全確認の上戻りましょう。
- ⑦ 昼食準備・・・ライフラインの復旧の目処が立たないなかでどのような食事を取るか？各事業所などで話し合ってください。また、「これだけは知ってほしい！災害マニュアル 備蓄編」も参考にしてください。
- ⑧ 反省会、総評・・・訓練をして気づいた事や協力者から教えて頂いたことなどを皆で出し合い次回の訓練へ繋げて行きましょう。

## 4. 参加者一覧を作ろう！

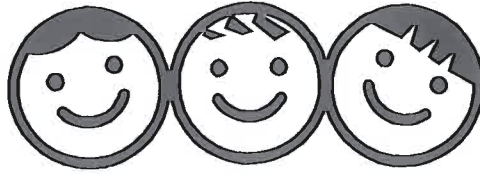
<ポイント!!>

当日の訓練を行うにあたっては、役割分担をし、次のような名簿を作成して実施すると分かりやすいです。

防災訓練参加者一覧表(例)

	名前	所属	集合時間	当日の役割	昼食	当日持参物	参加手段
1		事業所 所長		リーダー	○		
2		事業所 職員		支援者	○		
3		スタッフ		支援者	○		
4		スタッフ		支援者	○		
5		利用者		被災者	○		
6		利用者		被災者	○		
7		利用者		被災者	○		
8		利用者		被災者	○		
9		利用者		被災者	○		
10		利用者		被災者	○		
11		利用者		被災者	○		
12		利用者		被災者	○		
13		利用者		被災者	○		
14		利用者		被災者	○		
15		利用者		被災者	○		
16		利用者		被災者	○		
17		利用者		被災者	○		
18		利用者		被災者	○		
19		民生委員		見学者	○		現地集合
20		民生委員		見学者	○		現地集合
21		民生委員		見学者	○		現地集合
22		消防署	10:30～	アドバイザー・総評	△		現地集合
23		区役所	10:30～	外部対応	×		車で移動
24		訓練分科会スタッフ	10:30～	記録係	×		現地集合
25		訓練分科会スタッフ	10:30～	電気・音・破片(1F) カレー	×		現地集合
26		訓練分科会スタッフ	10:30～	電気・音・破片(2F) カレー	×		車で移動
27		訓練分科会スタッフ	10:30～	タイムキーパー	×	ストップウォッチ、ラジカセ	現地集合
28		訓練分科会スタッフ	10:30～	ビデオ撮影	×		車で移動
29		訓練分科会スタッフ	10:30～	全体統括	×	破片、地震の音、ビデオ、ラジカセ(予備)	車で移動
30		区社会福祉協議会	10:30～	デジカメ	△		現地集合
31							
32							
33							

## 防災訓練を実施しての感想



### 利用者の感想

- ・よく売っているレトルトごはんを用意しておけば時間も短縮できる。
- ・炊飯袋を使用し、ご飯を炊いたが、お米を量ったり、水を入れたりも大変だった。
- ・実際に地震が起きた時に机の下に避難して、どの程度ケガを予防できるか分からない。
- ・防災頭巾などがあると安心できる。
- ・3分間の揺れは長かった。いつまで続くのだろうと思った。
- ・外に出る時にすぐに履けるものを身近に用意しておくべきだと思う。
- ・けが人対応をしていると避難袋を取りに行く余裕がなかった。実際にはトイレ中や休んでいることもあるので、いろいろな場面を想定しておく必要があった。
- ・テーブル（会議用長机）の下に避難したが、テーブルが動きやすいので足を押えておく必要がある。
- ・今のうちから「災害伝言ダイヤル」の練習をしたり、家族と話し合っておく必要があると思った。



## ケアホーム職員の感想

このほぼ一年間を通して防災訓練に参加したり、また私の属する施設で防災訓練を実施したりと様々な会議に参加をして、防災について考える機会がありました。

当初、防災訓練などは災害という非日常な事態に備えるための法律的な義務として実施する程度のもなどと考えていたのですが、それが少し違うということに気がついてきました。

例えば非常食というものがあります。私の所属している施設にも三年間保存の効くカンパンや水が備蓄されています。これを防災訓練の際に実際にみんなと食べてみました。確かにこれらは食べられますが、例えば三日間同じものを食べろといわれると現実的にはかなり無理がありました。また緊急避難時には散乱するガラスや割れた皿、倒れた家財道具の中を避難するとなると日常生活の中で使っているスリッパではやはり心元ないのです。野外でも使える甲を覆った履物ができれば欲しいです。また緊急照明器具も大型ライトは施設には備えてありますが、これが必要な時にすぐ取りにいけるのか、また電池が切れていないのかとなると大いに心配になります。

つまりこうした私たちが日常生活で使っているものと緊急災害時に必要なものとの落差が防災についての経験や議論を重ねる間に気になってきたのです。

確かに地震や火災などの災害に遭遇するのは非日常的なことではあります。しかし災害は日常の裏表です。これが日常生活とあまりにかけ離れた事態とだけ考え、遊離してしまうのであれば、それこそが問題なのでしょう。

以前防災訓練にさいして避難用のヘルメットか防災頭巾を与えたいと考え探しました。あるにはあったのですが、これらはかなり高額で全員に備えるのは無理だと判断しました。また実際これを皆に与えても、緊急避難時以外にまず使い道はないと思います。それならば厚手のフェイスタオルかバスタオルを頭に巻くか、火事なら口鼻を覆って逃げる方が現実的ですし、避難先でも別の使い道があります。

また普段、ビニールのゴミ袋を持ち歩いていれば、緊急にはレインコート代わりにになると教えてもらいました。またコンビニのビニール袋は手袋代わりになりますし、ペットボトルを持ち歩いていれば、水筒代わりになります。緊急避難品や防災設備があるから安心というのではない。こうした日常生活の中でこそ、防災について考え備えるように心がける。いつも災害時に備える態度や気持ちこそが、防災訓練を実施する本来の意味なのだとようやく分ってきました。

そのためには出来るだけ多くの訓練と講習で経験を重ねる。経験を重ねるにはやはり皆が参加して楽しくなるような内容でなくてははいけないと思っています。

## 6. 避難訓練協力連絡先一覧

<ポイント!!>

普段から協力していただける方の連絡先を確認し、記入しておきましょう!!

### ① 消防署（または、近くの消防出張所）

<区の消防署>

・ ( ) 消防署 予防課 TEL ( )  
FAX ( )

<近隣の消防出張所>

・ ( ) 消防出張所 TEL ( )  
FAX ( )

### ② 自治会、町内会など

・ ( ) 自治会・町内会 担当 ( )  
・ ( ) 自治会・町内会 担当 ( )

### ③ 地域の民生委員や協力者など

・ お名前 ( ) TEL ( )  
FAX ( )

・ お名前 ( ) TEL ( )  
FAX ( )

### ④ 区社会福祉協議会

・ ( ) 区社会福祉協議会  
TEL ( ) FAX ( )

### ⑤ 福祉保健センター（区役所内）

・ ( ) 区福祉保健センター 高齢・障害支援課  
TEL ( ) FAX ( )

### ⑥ その他（関係者など）

・ お名前 ( ) TEL ( )  
FAX ( )

・ お名前 ( ) TEL ( )  
FAX ( )