

防災塾 実施報告書

砧総合支所地域振興課
祖師谷まちづくりセンター

- 1 実施日 令和6年3月16日(土)午前10時～正午
- 2 場所 祖師谷区民集会所第1会議室
- 3 参加人数 34名
町会・自治会関係7名、商店街関係2名、日赤祖師谷分団1名、社会福祉協議会2名、身近なまちづくり推進協議会防災部会員8名、祖師谷あんしんすこやかセンター職員1名、祖師谷児童館1名、避難所運営委員7名、その他5名
- 4 テーマ
在宅避難～その準備と課題
- 5 実施内容
 - (1) 開会挨拶 砧総合支所地域振興課長 田村 朋章
 - (2) 講演
講師：社会福祉法人 世田谷ボランティア協会 理事長 横山 康博 氏
在宅避難～その準備と課題
 - ・在宅避難の一般的な話
 - ・在宅避難に向けての準備
(建物の耐震化・不燃化、転倒防止器具の取付、備蓄品)
 - ・在宅避難における課題
 - (3) グループワーク、質疑応答、発表
 - ・在宅避難で気になること
 - ・今日の講話を聞いて「気づいたこと」「知ったこと」「心配」「疑問」など
 - (4) 閉会挨拶 祖師谷まちづくりセンター所長事務取扱 副参事 皆川 健一
砧総合支所長 畝目 晴彦
- 6 成果物
 - (1) 当日の写真
 - (2) 講演資料
 - (3) アンケート集計表

< 防災塾の様子 >



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

2024年3月16日(土)
祖師谷地区防災塾

きぬた はなこ

① ▲ ③

▲

② ▲

◀ ①なまえ

◀ ②所属

◀ ③気になること

名立てにご記入をお願いいたします

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

2024年3月16日(土)
祖師谷地区防災塾

在宅避難・その準備と課題

社会福祉法人 世田谷ボランティア協会
せたがや災害ボランティアセンター

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

5強

【震度5強】

- 物につかまらないうつろくことが難しい。
- 揺れている食器棚や本で落ちるものが多い。
- 固定していない家具が倒れることがある。
- 壊壊されているアブリックが倒れることがある。

災害を想像してみよう

6強

【震度6強】

- 揺れがひどく、歩くことができない。
- 倒壊している建物の破片が飛び出し、命を奪われることがある。
- 耐震性の低い建物は壊れる。
- 大きな建物が倒壊し、大規模な被害をもたらすことがある。

(住まいの形にいち「耐震性と震度」のイラストを見れば一目瞭然。コレはヤバイ！震度7はこんな感じ！)

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

直下型地震と被害想定

直下型地震と被害想定

都心南部直下地震【M7.3】世田谷区想定

ゆれ等による全壊棟数	6,464棟
焼失棟数(倒壊建物含まず)	19,293棟
避難人口	252,337人
避難生活者数	168,224人

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

避難所のイメージって？



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

世田谷区の減災目標

- 1 死者の減
- 2 避難者の減
- 3 建築物被害の減

- 建物の耐震化
- 家具類の転倒防止等防止対策の推進
- 感震ブレーカーの設置促進
- 避難所のトイレの整備
- 住宅、建築物の不燃化

在宅避難の一般的な話

1 在宅避難の意味

発災時に自宅を離れずに暮らして、
生活再建を目指すこと



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

2 在宅避難のプラス面(優位性)はどこに

○避難所生活と比べると・・・

- ・住み慣れた自宅で家族と暮らすことができる。
- ・生活環境・プライバシーが守られた生活ができる。
- ・感染症等のリスクが少ない。



○遠隔避難と比べると・・・

- ・避難のための移動の苦労や新しい生活拠点を見つける負担がない。
- ・今までどおりのコミュニティの中で、復興を目指すことができる。
- ・日常の衣類、生活用品そして備蓄品を活用することができる。

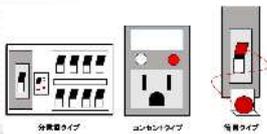
→ **ストレスが比較的に少なく、早期の生活再建につながる。**

3 在宅避難を可能にする条件

(1) 建物自体が存続し、安全であること

自宅建物の耐震性を知っておこう

- 建築時期
- 屋根の重さ
- 開口部
- 耐震補強
- 火を出さないための感震ブレーカー
- 延焼の防止



(東海村「地震による火災を防ぐ感震ブレーカーについて」より)

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

(2) 安心して眠れるスペースがあること

平時からの空間設計

寝室には余計な家具、ガラス使用家具を置かない



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

建物の耐震化・不燃化

<建築基準法>

1981年(宮城県沖地震後)耐震基準に関する建築基準法の改定

2017年(熊本地震後)新耐震木造住宅に対する検証法の公表

1950年 旧耐震基準制定

1981年(旧) 新耐震基準改定

2000年(新) 現行耐震基準改定

旧耐震基準の住宅

耐震性に乏しく、
大地震時(震度7程度)の
危険性が高い

大地震で倒壊する
危険性が高い

新耐震基準の住宅

新耐震基準ではあるが、
2000年新耐震基準を満たしていない
要素がある

要注意

現行耐震基準の住宅

基礎形状、型の配置バランス規定、
柱の引き抜き対策
などもなされている

おおむね安心

高 ← リフォームの必要性 → 低

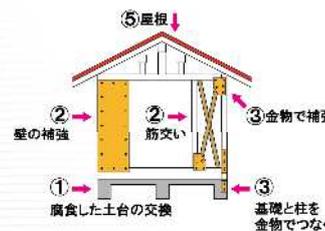
参照:日本木造住宅耐震補強事業者協同組合HP

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

耐震補強

改修工事の優先順位は以下になります。

- ①土台や柱の劣化・腐食箇所の交換
- ②筋交いや面材による壁の補強
- ③耐震金具による基礎・接合部の補強
- ④外壁や基礎部分のひび割れの補強
- ⑤屋根の葺き替えによる軽量化



区の助成制度

世田谷区は1981年以前の
旧耐震の木造住宅に対して
耐震補強工事を推奨しています。



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

室内の備え

地震による負傷者の30~50%は家具類の転倒・落下・移動が原因

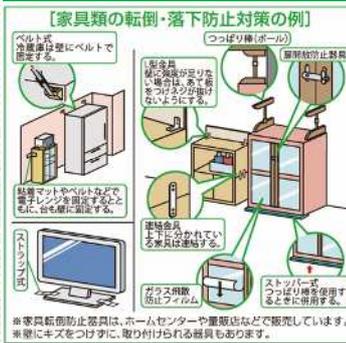
室内の安全が確保されなければ在宅避難は出来ません。

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



転倒防止器具の取付

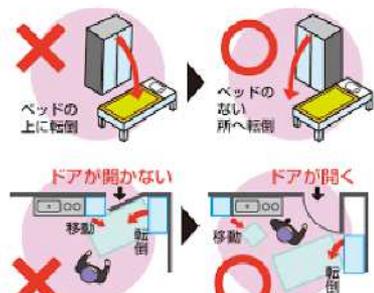
せたがや災害ボランティアセンター Setagaya Disaster Volunteer Center



(住まいのアトリエ 井上一級建築士事務所HPより)

家具の配置による被災の軽減

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



(東村山消防署「家具類の転倒・落下・移動防止をしよう」より)

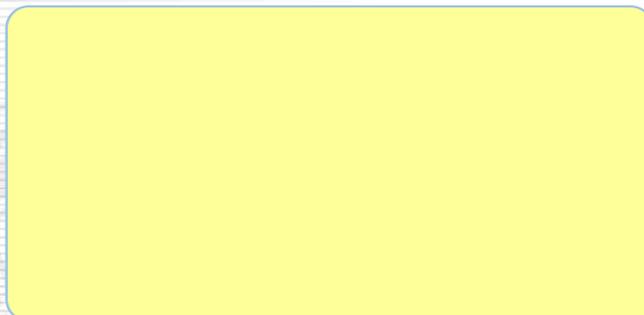
区の補助制度



【家具類転倒防止器具の取付支援】

あなたの住まいの問題点は？

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



(3) 災害時の生活必需物資があること

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

《絶対に必要なもの》



《有用性が高く、あれば大助かりのもの》

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



※冬場のことも考えると寝袋があると便利

あなたにとって欠かせないものは



食料の備え

なぜ、食糧備蓄が必要なの？

- 東日本大地震の時、スーパーで食料調達できたのは**発災後、数日経ってから**
- 熊本地震の時、**多くのスーパーが営業中止**。9日経っても約2割のスーパーが営業を再開できなかった
- 避難所にある食糧備蓄は**避難者の1日3食分のみ**
- 発災日に避難所に届いた食料の**ほとんどは他地区住民の協力による炊き出しのおにぎり**

備蓄食品の選び方

(農林水産省 講演用資料より)

日頃から、栄養バランスや使い勝手を考え、各家庭に合った食品を選ぶことが大切です。

- 1 家庭にある食品をチェックしましょう。
- 2 栄養バランスを考え、家族の人数や好みに応じた備蓄内容・量を決定。
- 3 足りないものを買います。
- 4 賞味期限が切れる前に消費し、消費したものは買います。

■ 災害直後は炭水化物ばかりになりがち
 → たんぱく質をとるためには缶詰がおすすめ

■ 便秘・口内炎など体調不良を起こしやすい
 → ビタミン、ミネラル、食物繊維をとるための野菜を常備

おすすめの備蓄食品

日頃から、栄養バランスや使い勝手を考えて各家庭に合った食品を選ぶことが大切。

主菜

肉や魚・大豆製品・卵などのたんぱく質を多く含む、食事のメインになるおかず



副菜

野菜の漬物やサラダ、汁物など。主食、主菜で不足しがちなビタミン・ミネラル・食物繊維の供給源



おすすめの備蓄食品

主食

ごはん・パン・そば・うどんなど、エネルギー源となるもの



果物

果物やフルーツの加工品など、ビタミン・ミネラルを補うもの



おすすめの備蓄食品

時には非常食だけでなく、好みの味やお菓子などもそろえて楽しみをつくりましょう。

牛乳・乳製品



菓子・嗜好品



調味料



その他



昔ながらの保存食を見直そう

わが国では、厳しい冬など食料が不足する時期に備え、保存食という形で、地域や家庭で独自の保存食の備蓄が根付いてきており、こうした食品の活用もアイデアのひとつです。



氷もち



干しタケノコ



漬物

※写真は福岡県東郷町の「干しタケノコ」

※写真は長野県北部（北信）の「漬物」

食べる機能(かむ・飲み込む)が弱くなった方の備え

食べる機能が弱くなった方のいる家庭では**レトルト**などの**介護食品**を備えましょう。**ユニバーサルデザインフード**の表示が目印です。

食べ物を飲み込む時にむせる事が多くなった方向けには**とろみ調整食品**を備えておきましょう。



高齢者の備え

高齢者がいる家庭では、やわらかいおかゆ、インスタントみそ汁など、**食べ慣れた食品**があると安心です。また、**おいしいと思うレトルト食品などを見つけて備えておく**ことも大切です。**栄養補助食品**も準備しておくといでしょう。



慢性疾患の方の備え

糖尿病、脂質異常症、高尿酸血症、痛風などの代謝性疾患の方や高血圧の方の備えは、一般の方と共通した備えで献立を工夫しましょう。

腎臓病の方は、低たんぱくの食品、低カリウムの加工食品など、普段の食事に取り入れている**特殊食品を多めに買い置きし、少なくとも2週間分を備え**ましょう。常に一定のストックを残しながら買い足すようにしましょう。



身の回りにある物の活用

古新聞の活用法

災害時にとても便利な新聞紙。除湿や脱臭、容器など使い道は多岐にわたります。1か月分程度の古新聞をストックすると良いでしょう。

- 生ごみの水分除去
- 見た目・ニオイ対策
- 掃除に使える
- 防寒着に
- 帽子やスリッパに
- クッションに



(4) 衛生的に排泄ができる環境があること

トイレ空間

※トイレ空間が使えないときは、段ボール箱を利用した代用便座を作る。



自宅での災害用トイレの作り方

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



新聞紙は
消臭剤の代わり
にもなりますよ



(TBS NEWS DIG「まだ間に合う防災の準備」被災時に備える物は？100均の商品で作れる「災害用トイレ」
国際災害レスキューースが解説)より)

トイレ使用の可否

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

使用する前に以下の事を確認しましょう。

- 1 断水していないか？
- 2 配管（敷地内）の損傷はないか？
- 3 本管の損傷はないか？

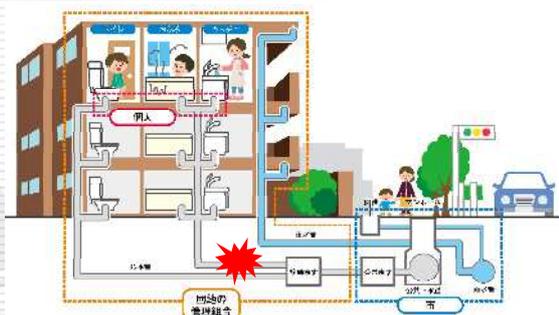
排水管に異常があるか分からない間は
簡易トイレを使いましょう。



配管の破損と対策 ※集合住宅の場合

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

建物の排水系統図(提供:全国管洗浄協会)



在宅避難の落とし穴

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

- 1 在宅避難という言葉だけで安心してしまい、
何とかなると思いこんで備えを怠ったままでいると...
- 2 在宅避難自体の過酷さを忘れていると...
- 3 在宅避難できない場合の対策を怠ってしまうと...
- 4 不適切な在宅避難をしていると...



どのように在宅避難生活を送るか

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

1 安全な在宅避難

要所を補強して危険のない生活空間を確保
危険物の片づけ
防犯対策

2 衛生的な在宅避難

できるだけ片付けと清掃を進める
排泄方法与排泄物の処理
手指消毒
災害ごみの片づけ



どのように在宅避難生活を送るか

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

3 自律的・健康的な在宅避難

日々のタイムスケジュール
適度の運動

4 生活再建を目指す在宅避難

生活再建のために必要なことを整理する
生活再建に向けた行程表を考える

5 孤立せず、ストレスや不安の少ない在宅避難

できるだけ毎日外へ出て様子を確認
近所との声掛け
親族・友人との連絡を欠かさない



どのように在宅避難生活を送るか

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

6 情報のある在宅避難

正しい情報を得る努力
近所や友人との情報交換
分からないことは尋ね、知っていることは伝える。
避難所に行った場合の防災の準備 被災時に備える物は？100
情報整理ノートの活用 災害用トイレ 国際災害レスキュー
ケースが解説

7 物資が届く避難生活

受取りのための手続き
受取り場所、方法



8 ボランティア支援のある避難生活

世田谷区でのボランティア受入れ・派遣の仕組みを知る
遠慮なくボランティア支援を要請する

在宅避難で関連死しないために

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

○関連死の実態を知ろう

○関連死につながる要因を知ろう

水分の摂取不足	精神的不安
食料不足	排泄の抑制
栄養不足	運動不足(生活不活発)
睡眠不足・不眠症	持病の軽視



○いつ関連死？ 被災から1~2か月で増えていき4~5年は続く

在宅避難で関連死しないために

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

○認知機能の低下、身体機能(特に歩行能力)の低下に注意しよう

○計画を立てて、規則正しい生活を送ろう

○あきらめずに、時間をかけて復興を目指す生活を送ろう

○人とのつながり、ふれあいを大切に



高齢者の在宅避難

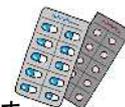
せたがや災害ボランティアセンター Setagaya Disaster Volunteer Center

1 陥りやすいこと

低栄養、水分不足に注意
運動不足、睡眠不足に注意
持病の増悪に注意
体調変化、身体機能の低下に注意
喪失感、無気力化に注意
認知機能の低下に注意

2 心がけること

・常用薬の服用 ・体を動かす
・家の中に閉じこもらず、外に出る
・毎日、誰かと話す ・親族と連絡を取る
・生活再建の計画を考える
・考えたことや情報をノートに書いて整理する
・生活日記をつける



マンション生活と在宅避難

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

1 管理会社と事前に協議・確認しておきたいこと

- ・発災時の管理業務体制の確認、協定
- ・上下水配管の損傷調査についての確認、協定
- ・共用部分や各戸の修繕体制についての確認、協定
- ・各種の情報提供体制についての確認、協定



マンション生活と在宅避難

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

2 発災時について管理組合で決めておきたいこと

- ・共助活動のチーム編成と責任者の決定
- ・安否確認、避難確認の方法
- ・ごみの取扱い、ごみ出しについてのルール
- ・その他の被災生活ルールの決定

3 平時の周知活動、訓練



ご清聴ありがとうございました

グループワーク

発 表

お疲れさまでした！
アンケートにご協力ください。

防災塾アンケート用紙（とりまとめ）													
<table border="1"> <tr> <td>日付</td> <td>令和6年3月16日</td> </tr> <tr> <td>地区</td> <td>祖師谷地区</td> </tr> </table>										日付	令和6年3月16日	地区	祖師谷地区
日付	令和6年3月16日												
地区	祖師谷地区												
1-1) ご自身について（性別）													
	①男性	②女性	③未記入等										
数	20	9	5										
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			1		2	6	14	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	5	1	0	4	2	8	7	2					
2 今まで参加した防災塾の開催年度について													
	①令和元年度（平成31年度）以前	②令和2年度	③令和3年度	④令和4年度									
数	7	6	7	9									
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	4	13	6	2	0								
4 上記の「3」の理由をご自由にご記入ください。													
<ul style="list-style-type: none"> ・ほかの方々の意見や疑問点について、参考になった。・十分に消化できていない・考える項目が多すぎて議論しきれない。 ・同グループ内で意見の共有ができた。・いろいろな考えや意見が聞けた。・不足している部分を確認している。 ・議論する中で支援が必要な方へのマニュアルはどうなっているかなど疑問点がいくつかできた。 ・意見交換や議論をしても想像の域をでないので十分とは思わない。 ・在宅避難と避難所、避難所に行けない人の連携がわからなかった。・勉強になり、新たな情報も得られたため。 ・新しい情報が少ない。 													
5 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。		7	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。		8								
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。		4	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。		14	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。		8								
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											
6 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		10	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		14								
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		15								
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		8								
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		10	⑨その他（・もっと区や都の理解・支援を考えてほしい。 ・必要であり、最小限の整備があること。 ・助成金等防災支援の情報		3								
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		15											

7 東日本大震災の経験を踏まえ、平成25年の災害対策基本法の改正に伴い、「地区防災計画制度」が創設されました。本制度の内容をご存じですか。					
	数			数	
①地区防災計画作成のガイドラインを読んだことがある。	7		④言葉は聞いたことがあるが詳しくは知らない。	10	
②他所の地区で作成された地区防災計画を読んだことがある。	5		⑤全く知らない。	2	
③防災塾で説明を聞いたことがあり、ある程度は知っている。	5				
8 今まで「防災塾」で皆様が議論した内容は、「地区防災計画」として取りまとめられ、平成29年3月に世田谷区のホームページに公開されていますが、ご存知でしたか。					
	①知っていた	②知らなかった			
数	6	18			
9 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	8		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	8	
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	10		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	7	
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	9		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）	8	
<その他>/					
・祖師谷地区の被害想定・各家に消火器装備を呼びかけてほしい。					
	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	14	11			
11 「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。					
・多くの参加者を確保するための対策を、グループワークでそれぞれの地域の取り組みや暑さ寒さの対策の重要性を認識した。					
・毎月の防災塾の開校を希望する。・初期消火のための消火器の取り扱いについて・今後もぜひ続けてほしい。					
・行政の管轄のまちセンと避難所を担当するまちセンが異なるため、祖師谷地区の防災計画を知りえない。・行政として対応してもらいたい。					
・普段できない防災の話ができて良かった。いざというときに忘れてしまい、準備してきたことが役立つかどうか心配である。					
・いろいろな方の意見や防災対策について、知ることができて参考になることが多かった。もう少し時間があればよかった。					
・様々なことを確認する機会となり、皆で継続的に話し合うことは大切だと思う。					
・質問コーナーがグループワークの発表の中に含まれていたことがわからなかった。わかりやすい進行をお願いしたい。					

防災塾 実施報告書

砧総合支所地域振興課
成城まちづくりセンター

(1) 実施日 令和6年1月24日(水曜日) 14:20～16:30

(2) 場所 成城ホール

(3) 参加人数 31人

(4) テーマ

東京防災学習セミナー「近年の災害から学ぶ」

成城地区合同避難所運営委員会

目的

近年発生した災害の教訓や被災者・支援者の体験談を学び、地区の防災に関わるメンバー同士の意見交換を通じて、地区全体の防災力向上につなげる。

(5) 実施内容

1 開会

2 挨拶

(1) 成城地区区民防災会議 会長 岩波 桂三

(2) 砧総合支所地域振興課 課長 田村 朋章

3 東京防災学習セミナー「近年の災害から学ぶ」

講師 吉高 美帆 氏(防災士、「自分でやる防災 研究・普及所」事務局長)

- ・被災者・支援者の体験談から大震災のリアルを知り、特に大事なトイレ、ゴミ、食料について、避難所生活の課題や問題点を知ること、マニュアル作成や日頃の備えの重要性を学ぶ。

4 成城地区防災リーフレット

「その時どうする！？みんなで助かる生き残り大作戦！！」

- ・防災リーフレットの目的、進捗状況の説明。

- 5 事前対策について
 - ・「成城地区区民防災活動図」をもとに、在宅避難推奨のための普及啓発等について説明。
- 6 直後対策について
 - ・成城自治会災害プロジェクトチームの活動状況報告。
- 7 事後対策について（報告）
 - ・各避難所運営委員会の今年度活動状況報告。
- 8 グループディスカッション
 - ・参加者（避難所運営委員、防災活動団体）が、総務・情報、避難所、救護・衛生、給食・物資、防災活動団体の5班に分かれ、情報共有や意見交換を行い、発表した。
- 9 成城消防署
 - ・成城における緊急時の火災、消火活動について説明
- 10 閉会



防災塾アンケート用紙（とりまとめ）										
								日付	令和6年1月24日	
								地区	成城	
1-1) ご自身について（性別）		1-2) ご自身について（年齢）								
	①男性	②女性	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
数	2	14			1	1	3	5	2	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	⑦無職	⑧その他		
数	2				3	11	3			
2 今まで参加した防災塾の開催年度について										
	①令和元年度（平成31年度）以前		②令和2年度	③令和3年度	④令和4年度					
数	3		2	4	9					
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	4	4	2						
4 上記の「3」の理由をご自由にご記入ください。										
<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域に根付いた活動などがよくわかりました。 ・ 自分では気が付いていなかったことをグループ内で気づきがありとてもよかった ・ 他の団体の取り組みも分かり、顔もつながったため、連携につながった（？）と思います。 ・ 最後のディスカッションがもう少しあったほうがよかった。 ・ 時間が少なかった。 ・ 講師の先生のお話がリアルでためになりました。 ・ 時間の制約や課題の提供が少なかったため議論はあまりできてないと感じた。 										
5 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。		11	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。	4						
②自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。		9	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						
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。		8	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	5						
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。		10								
6 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		10	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	7						
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	10						
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	3						
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		4	⑨その他（ 給水栓の場所、水の出し方などを実際に体験したい。 ）							
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		7								

7 地区防災計画制度がつけられたが、本制度の内容はご存知ですか。					
	数		数		
①地区防災計画作成のガイドラインを読んだことがある。	5		④言葉は聞いたことがあるが詳しくは知らない。	3	
②他所の地区で作成された地区防災計画を読んだことがある。	3		⑤全く知らない。	4	
③防災塾で説明を聞いたことがあり、ある程度は知っている。	3				
8 平成29年3月より、地区防災計画を区HPに掲載していますが、ご存知ですか。					
	①知っていた	②知らなかった			
数	3	12			
9 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	6		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	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	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）	5	
10 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	8	6			
11 「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。					
<ul style="list-style-type: none"> よりリアルに準備の意識が高まりました。 とても活発で頼もしい印象を持ちました。皆さん、意識が高く取り組まれている成城地区は素晴らしいと思いました。成城地区のマニュアルが区で共有されてもよいのではと思いました。 成城地区にはスタンドパイプはないのですか？ほかの自治体ではその訓練をする機会があるようなのですが、成城では聞かないので。 防災塾で学んだことを、より多くの地域住民にも共有していただけるような方法を考えてほしい。 震災時に家庭内でまずすべきことをそれぞれ確認、実践できるように。 					

防災塾 実施報告書

砧総合支所地域振興課
船橋まちづくりセンター

- (1) 実施日 令和6年2月17日(土曜日)午後1時～3時
- (2) 場所 船橋まちづくりセンター 活動フロアー1
- (3) 参加人数 31人(区民21人、スタッフ10人(講師含む))
- (4) テーマ

在宅避難、避難所のあり方、地区防災計画の見直し

- (5) 実施内容

開会あいさつ

砧総合支所地域振興課長 田村 朋章

講話

講師 世田谷防災 NPO アクション 代表 宮崎 猛志 氏

- ・能登半島地震の現状
- ・在宅避難と避難所の違い
- ・在宅避難をするための備え
- ・避難所運営の課題
- ・避難所から被災生活者支援拠点へ

グループディスカッション/ワークショップ

- ・船橋地区の防災計画と在宅避難について
- ・各グループ発表/講評
- ・質疑応答

全体講評

成城消防署千歳出張所 所長 近藤 由紀夫

アンケート記入

(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2月17日		
				地区		船橋		
1-1) ご自身について（性別）								
	①男性	②女性	③未記入等					
数	5	10	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	1	4	4	7	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	3	0	1	4	3	5	1	1
2 今まで参加した防災塾の開催年度について								
	①令和元年度（平成31年度）以前	②令和2年度	③令和3年度	④令和4年度				
数	3	3	5	7				
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	15	1	2	0			
4 上記の「3」の理由をご自由にご記入ください。								
・行政に対する要望・課題が出たが、直ちに結論に至らなかった。今後の課題として、行政と連携を進めていきたい。								
・講義の内容がよくわかりました。・貴重な意見交換や情報共有ができた。・町の方の意見を色々聞け、助かる。								
・もっとじっくり話し合いたかった。・時間が少なかった。・意見交換までいかなかった。								
・グループの発表を聞いたり、話したりでいろいろな場面が起こりうることに気が付いた。								
・貴重な意見交換や情報共有ができた。								
5 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。	8					
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。	2					
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	⑦参加した地域のいろんな方と関係性が作られた。	5					
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。	11							
6 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	6	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	1	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	9					
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	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	5	⑨その他（	0					
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	6	）						

7 地区防災計画制度がつくられたが、本制度の内容はご存知ですか。					
	数			数	
①地区防災計画作成のガイドラインを読んだことがある。	3		④言葉は聞いたことがあるが詳しくは知らない。	2	
②他所の地区で作成された地区防災計画を読んだことがある。	2		⑤全く知らない。	3	
③防災塾で説明を聞いたことがあり、ある程度は知っている。	6				
8 平成29年3月より、地区防災計画を区HPに掲載していますが、ご存知ですか。					
	①知っていた	②知らなかった			
数	6	8			
9 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	5		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	3	
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	8		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	8	
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	7		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）	4	
<その他>					
10 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	10	6	0	0	0
11 「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。					
・本日、参加させて頂いて勉強になり、大変よかったです。・とても良い学びの時間となりました。					
・「マネージャー」と「プレイヤー」としての立ち位置を混乱して考えがちだったので、講師のまとめは自分にとって有難かった。					
・以前、避難所の小学校での、ベット、病気の人などの部屋の割り振りを話し合った事があるが、その後、実際の運営では、どうしていったら良いのかの話を聞いてみたい。					
・有益な会なので、継続してもらいたい。					

防災塾 実施報告書

砧総合支所地域振興課
喜多見まちづくりセンター

(1) 実施日 令和5年7月28日(金曜日)午前10時～11時30分

(2) 場所 喜多見東地区会館 第1・2会議室

(3) 参加人数 40名

一般	31名
成城消防署	1名
喜多見あんしんすこやかセンター	2名
砧総合支所地域振興・防災	2名
砧総合支所保健福祉課	1名
喜多見まちづくりセンター	3名

(4) テーマ

風水害に備えよう！～あなたの身を守るために～

(5) 実施内容

開会挨拶(あんしんすこやかセンター 浜山 亜希子)

防災講話

講師：成城消防署 警防課 地域防災担当係長 伊豫田 彰悟

- ・世田谷区の水害発生状況について
- ・避難に関する情報と避難行動
- ・事前対策(土嚢設置、マイタイムラインの作成)

防災講話

講師：喜多見まちづくりセンター 所長 宮戸 達彦

- ・水害時に避難する場所
- ・水害時の情報入手
- ・浸水被害にあってしまったら

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5年7月28日
										地区	喜多見
1-1) ご自身について（性別）											
	①男性	②女性	③未記入等								
数	6	25	0								
1-2) ご自身について（年齢）											
	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	未記入	
数	2					5	4	7	12	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	1		1	1	3	12	8	5			
2 今まで参加した防災塾の開催年度について											
	①令和元年度（平成31年度）以前	②令和2年度	③令和3年度	④令和4年度							
数	1	0	0	1							
3 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。	15		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。	4					
②	自分の地域でどの程度の被害が発生するかわかった。	12		⑥	地区のいろいろ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。	2					
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いろな方と関係性が作られた。	1					
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。	12									
4 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	3		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	13					
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	10					
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	3		⑧	地域の課題と対策について、いろいろな地区住民から広く意見がもらえる会合	4					
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（	0					
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	9	）								
5 地区防災計画制度がつけられたが、本制度の内容はご存知ですか。											
		数			数						
①	地区防災計画作成のガイドラインを読んだことがある。	2		④	言葉は聞いたことがあるが詳しくは知らない。	12					
②	他所の地区で作成された地区防災計画を読んだことがある。	2		⑤	全く知らない。	11					
③	防災塾で説明を聞いたことがあり、ある程度は知っている。	3									
6 平成29年3月より、地区防災計画を区HPに掲載していますが、ご存知ですか。											
	①知っていた	②知らなかった									
数	1	25									

7 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	7		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	3	
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	4		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>なし					
8 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	7	19	1	0	0
9 「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。					
<ul style="list-style-type: none"> ・地域（町会・自治会）など高齢化している。若い人、中学生以上、40代くらいの人々に関する講座を希望。 ・必ずと言っていいほど大雨の時に私道や公道が冠水します。昔から排水溝を開けて防いでいます。昔は消防に電話していたのですが、、、 ・いつ来るかわからない災害に備える知識をつけるのは大切と思った。ハザードマップが見にくいと思う。土砂災害のように番地まで入っている方がいいと思う。土砂のみで全区域の災害情報冊子が見やすいと思うが、他市区の情報もあるといいなど。土囊ステーションは浸水地区にはもっとあるべきかと思う。 ・大変参考になり、防災の事柄により注意しながら生活したいと思う。 ・初めての参加です。防災をこれから学んでいきたいです。 ・楽しかった（8歳の子） ・今後の起こりうる災害に対して意識を高く持ちたいと思い、参加しました。土囊にブルーシートを使うことのメリットが大変勉強になりました。しかし、せっかくの講習会があまりに駆け足でもったいないと思いました。途中休憩をはさんでもう少し時間を取ってもらえたらいいと思いました。 ・よくわかりました。機会あるごとにこのような講座を計画してほしい。 ・他人事とは思わず「知識」「情報収集」「準備」「行動確認（マイタイムライン）」が大切と思いました。 ・よくわかりました。機会あるごとにこのような講座を計画してほしい。 					

防災塾 実施報告書

砧総合支所地域振興課
砧まちづくりセンター

(1) 実施日 令和5年9月24日(日曜日)午前10時~午後4時

(2) 場所 都立砧公園ねむの木広場

(3) 参加人数

一般 2,000名(砧公園への来場者)

区職員、日赤奉仕団砧分団、成城消防団第五分団 30名

(4) テーマ

防災フェスタ in 砧公園

防災知識の裾野を広げるべく防災訓練への参加を意図していない幅広い世代への防災知識と地区防災計画等の普及啓発を目的とし、砧公園の来園者に広く防災の普及啓発を行う。

(5) 実施内容

コーナー名	実施団体
子ども向け防災屋台「きみのはじめてやってみよう！」	砧まちづくりセンター
防災体験による防災知識の普及啓発	地域振興課地域振興・防災
「ペットの防災」普及啓発	砧まちづくりセンター
「防災カレー」炊き出し体験	日赤奉仕団砧分団

本事業は毎年砧まちづくりセンターと東京都公園協会砧公園サービスセンターで実施している「防災フェスタ in 砧公園」の一環として実施する。

各コーナーでの実施内容と結果

子ども向け防災屋台「きみのはじめてやってみよう！」

- ・災害時に必要なことにも関わらず、時代の変化により子どもが経験したことのない以下の内容を体験してもらう。主に3つの体験をしてもらった。

マッチでろうソクに火をつける

ろうソクを目にすることはあっても実際には使ったことがないという子どもがほとんどであった。体験では、炎が怖く断念する子や臆せず火を着ける子など様々な反応が見られた。火を着けるコツを掴み何度もチャレンジする子どももいた。

灯油ポンプで水を移し替える

灯油ストーブに馴染みがない子どもが多く、灯油は何に使用するものなのか保護者と話しながら体験していた。

成城消防団第五分団による応急救護、AED講習

訓練人形を使用して子ども向けに特化した応急救護やAEDの使い方を学び、実際に心臓マッサージ等の体験を行った。

防災体験による防災知識の普及啓発

- ・地震体験車や消火器操作体験、煙中避難訓練等の防災体験ができるブースを用意し、実際に体験してもらいながら防災知識や防災意識の向上を図った。他にも法人格砧町自治会が災害時に使用できる携帯トイレの普及啓発を実施した。吸収剤に色がつくよう工夫が施され、子ども達は楽しみながら災害時について学んでいた。

「ペットの防災」普及啓発

- ・近年水災等が多く発生していることから区民が避難所を利用する可能性が増えることが予想されている。世田谷保健所からパネル等の教材を借用・展示し、災害時のペットの取り扱いや日頃からのしつけの大切さについて、災害時ペット危機管理士の資格を持つ区職員が説明するとともに、問い合わせへの対応を行った。砧公園内ということもあり、ペットの散歩をしていた多くの方に興味をお持ちいただき盛況だった。

「防災カレー」炊き出し体験

- ・アルファ化米と温めなくても食べられる防災カレーを使用し炊き出しを行った。お湯を沸かす際に砧公園に備え付けのかまどベンチを利用し、災害時を想定した手順で調理を行うことで、災害時の行動へのイメージと意識をより高めることができた。調理したカレーを来場者に配布することで防災意識の啓発にもなった。

(6) まとめ

防災フェスタの一環として防災塾を設け、様々な体験をしてもらうとともに来場者に地区防災計画書や備蓄物品を配布することで防災意識の啓発を行った。防災塾をきっかけに砧地区の多くの方に地区防災計画について知ってもらうことができた。

また、日頃から防災意識を持つことの重要性や今後災害が起こった際により快適な避難生活を送るための手段を幅広い世代の区民に伝えることができた。これにより、参加した区民が地域に住む他の人にも防災塾の内容を伝えることや防災に対する新たなアイデア等が寄せられることが期待され、防災塾の目的である「地区防災計画のブラッシュアップ」も達成できたと考えている。

