

令和6年度長野県自主防災リーダー研修会
実施報告書

令和7年1月25日(土)

一般財団法人日本防火・防災協会

長 野 県

信州大学教育学部防災教育研究センター

目 次

研修会実施概要	1
研修会日程	9
研修会受講者名簿	10

研修会資料

1) 令和6年度長野県自主防災リーダー研修会次第	11
2) 避難所開設初動リーフレット	12
3) ワークシート	13

アンケート

研修会アンケート結果	14
------------	----

参 考

研修会掲載記事	19
---------	----

研修会実施概要

長野県において開催した、令和6年度長野県自主防災組織リーダー研修会の概要について報告します。

1 目的

災害発生時において、被害の防止、軽減を図るには、自主防災組織や民間企業等による初期活動が重要である。

これら多様な主体に対する日頃のそなえの必要性を普及するため、防災に関する実践的な知識と技術を有し、地域における防災活動等の中心的役割を担う人材を育成する講座を開催し、防災力の強化を図るとともに本県における防災体制の充実を図り地域防災力の強化に資することを目的とする。

2 主催

長野県／一般財団法人日本防火・防災協会／信州大学防災教育研究センター

3 後援

総務省消防庁／信州大学地域防災減災センター

4 実施日時

令和7年1月25日（土）10時00分から 16時00分 まで

5 参加者

- ・自主防災組織リーダー
- ・自主防災アドバイザー
- ・防災士 など 計35名

6 研修日程

9ページのとおり

7 研修結果の概要

(1) 事前学習編

県内での避難所開設の当事者の声や他地域での取組事例について、受講申込者へオンライン配信。

また災害時のトイレに関する問題についても、話題提供として同じく動画配信を実施。

【オンライン配信動画】

令和6年度 長野県自主防災リーダー研修会 事前学習編

事前学習動画① 「長野市立豊野西小学校校長先生の体験談」



<https://map.shinshu-bousai.jp/map/archive/detail.jsp?i=01-005-001253>



【動画解説】

令和元年東日本台風当時、避難所となった学校の校長先生の体験談です。
避難所となった学校では、地区内外からの多くの避難者に対して、4人体制で開設・初期運営が行われました。校長先生のお話から、当時の運営側の状況、避難者の状況、避難所としての学校の状況等について学ぶことができます。

事前学習動画② 「松本市元原町会の活動事例」



<https://www.youtube.com/watch?v=b5uXcg6k1R0&t=2730s>



【動画解説】

松本市元原町会は信州大学教育学部附属松本小学校が指定避難所となっており、住民・学校・行政・企業・大学が連携した地域防災活動を展開しています。
指定避難所である学校に「災害配慮トイレ」が設置されており、町会では企業による災害時のトイレ課題に関する学習、「避難所開設初動リーフレット」の作成、訓練の実施を行っています。
元原町会の事例から、地域と学校が連携した地域防災について学ぶことが出来ます。

その他

その他以下のサイトから、災害体験インタビュー動画についても閲覧することが可能です。ぜひ事前にご覧ください。

“猪の満水”令和元年東日本台風災害デジタルアーカイブ
<https://chikuma-archive.shinshu-bousai.jp/>



神城断層地震震災アーカイブ
<https://kamishiro.shinshu-bousai.jp/>



事前学習動画 「断水時の一時的なトイレの流し方」 (提供：LIXIL)



【URL】 <https://www.youtube.com/embed/kXxc7BdmXzY>

事前学習動画 「災害時配慮トイレ(レジリエンストイレ)洗浄動画」(提供：LIXIL)



【URL】 <https://x.lixil.com/watch/6275007549001>

(2) 実践編

事前学習編を踏まえたうえでモデルとなる小学校で、体験型の講座を実施。

ア 導入

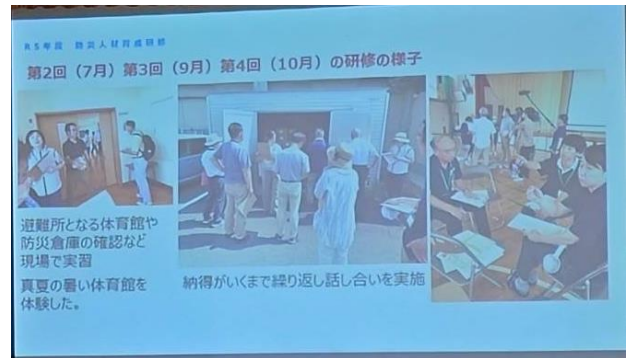
(ア) 本研修会の目的について、信州大学教育学部・廣内教授より説明。これまでの災害を例に、発災初期には行政職員も被災し、避難所の開設には時間を要すること、そのためには地域の自助・共助として備えをしておくことの大切さを説明。

発災からの4つのフェーズ「事前の備え」「避難行動・誘導」「避難所開設」「避難所初期運営」の内、本研修会では「避難所開設」を実施。



(イ) 先行事例発表～長野市松代地区の取組～

長野県と信州大学とで行っている防災人材育成モデル事業で実際に、地域住民による避難所の開設や初期運営についてのルール作り等を行っている長野市松代復興応援実行委員会の西澤氏より、これまでの地域での取り組みや、実際にやってみた感想、課題等を受講者に発表。



(ウ) 話題提供「災害時のトイレ問題について」

株式会社LIXILより、災害時のトイレ問題について説明。これまでの災害で実際に起きたトイレにおける事例や、能登半島地震での支援での状況を発表。

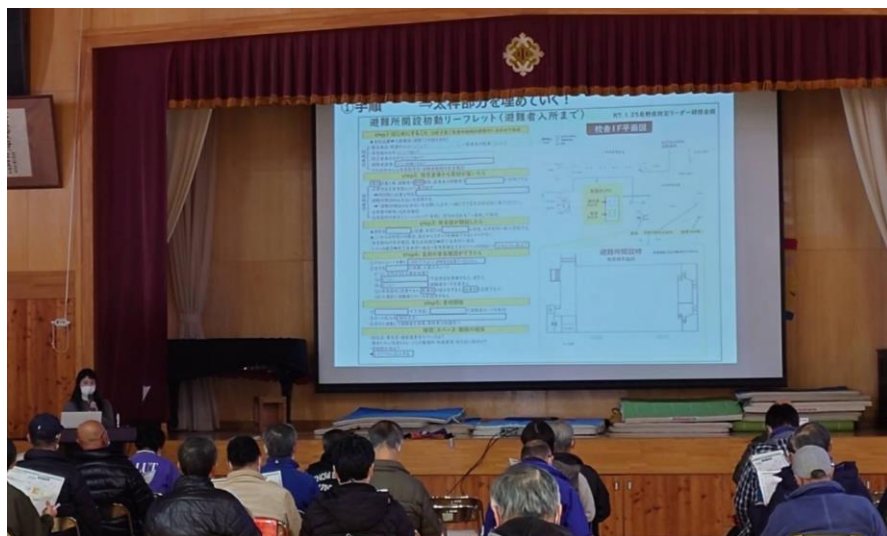


イ 体験型講座

(ア) 避難所開設初動リーフレット作成体験

参加者を3グループに分け、会場の小学校を仮定の避難所として想定し、地域で避難所の開設を行うに当たって事前に確認しておくべきこと、必要なルール作りについて検討し、話し合いの結果をリーフレットに落とし込みを行った。

【リーフレット作成の手順について説明】



【各班での話し合い】



【リーフレット作成にあたり物資や学校設備等を実際に確認】



(イ) 避難所開設のロールプレイング

実際に作成してみたリーフレットを基に、各班で避難所の開設にあたるロールプレイングを実施。受付やブルーシート、仮設トイレの設置場所等、各班ごとに様々な検討がなされた。

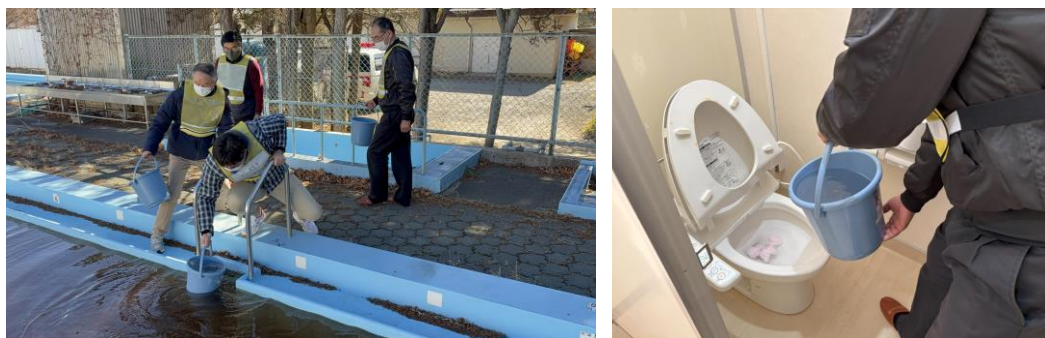
【各班での避難所開設ロールプレイング】



(ウ) トイレ体験

災害時に断水したことを想定し、通常のトイレと信州大学附属松本小学校に設置されている「災害時配慮トイレ（レジリエンストイレ）」を使い、プールの水を使って流す体験を実施。参加者からは実際に流してみる体験は初めてで、とても貴重な体験になったという声もあった。

【通常のトイレでの体験】



【災害時配慮者トイレ（レジリエンストイレ）体験】



ウ 意見交換会

リーフレット作成体験や避難所開設のロールプレイングを通じ、各班で課題に感じたことや、自身の地域でルール作りをする際に参考になる点、他の班の運営で参考になる点等、意見交換を実施。最後に各班で話し合われた内容の全体共有を行った。

研修会日程

令和7年1月25日（土） 信州大学附属松本小学校 体育館

時間	内容																								
9:30	○受付																								
10:00	○開会 ○主催者挨拶 ○本研修会の目的について （長野県危機管理防災課）																								
10:05 ～10:35	○導入 <ul style="list-style-type: none"> ・研修会の進め方について （信州大学教育学部防災教育研究センター） ・先行事例発表 ～長野市松代地区の取組～ （松代復興応援実行委員会 西澤 敏江） ・話題提供「災害時のトイレ問題について」 （株式会社LIXIL） 																								
10:35 ～15:20	○体験型講座 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">時間割</th> <th style="text-align: center;">A班</th> <th style="text-align: center;">B班</th> <th style="text-align: center;">C班</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">10:35～12:05</td> <td colspan="3" style="text-align: center;">避難所開設初動 リーフレット作成体験</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">12:05～13:05</td> <td colspan="3" style="text-align: center;">＜昼休憩＞</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">13:05～13:50</td> <td style="text-align: center;">避難所開設</td> <td style="text-align: center;">避難者役</td> <td style="text-align: center;">トイレ体験</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">13:50～14:35</td> <td style="text-align: center;">トイレ体験</td> <td style="text-align: center;">避難所開設</td> <td style="text-align: center;">避難者役</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">14:35～15:20</td> <td style="text-align: center;">避難者役</td> <td style="text-align: center;">トイレ体験</td> <td style="text-align: center;">避難所開設</td> </tr> </tbody> </table>	時間割	A班	B班	C班	10:35～12:05	避難所開設初動 リーフレット作成体験			12:05～13:05	＜昼休憩＞			13:05～13:50	避難所開設	避難者役	トイレ体験	13:50～14:35	トイレ体験	避難所開設	避難者役	14:35～15:20	避難者役	トイレ体験	避難所開設
時間割	A班	B班	C班																						
10:35～12:05	避難所開設初動 リーフレット作成体験																								
12:05～13:05	＜昼休憩＞																								
13:05～13:50	避難所開設	避難者役	トイレ体験																						
13:50～14:35	トイレ体験	避難所開設	避難者役																						
14:35～15:20	避難者役	トイレ体験	避難所開設																						
15:20 ～15:50	○意見交換会																								
15:50 ～16:00	○講評 （長野県NPOセンター 古越 武彦）																								
16:00	○終了																								

研修会資料

令和6年度 長野県自主防災リーダー研修会 「地域住民主体による避難所の開設について」 開催次第

日時：令和7年1月25日（土）10時00分から 16時00分 まで

場所：信州大学教育学部附属松本小学校 体育館

目標：避難所開設初動リーフレットの作成・訓練等の体験を通して住民主体による避難所開設スキルを身につけ、各地域での活動に活かす

スケジュール：

10：00～10：35 導入（座学）

- 1 長野県 冒頭説明（5分）
- 2 信州大学 研修会の進め方（5分）
- 3 長野市松代地区（松代復興応援実行委員会）先行事例発表（15分）
- 4 株式会社LIXIL 話題提供「災害時のトイレ問題」（10分）

10：35～12：05 体験型講座①避難所開設初動リーフレット作成体験

12：05～13：05 昼休憩

13：05～15：20 体験型講座②避難所開設初動訓練・トイレ体験

	A班	B班	C班
13:05～13:50	避難所開設	避難者役	トイレ体験
13:50～14:35	トイレ体験	避難所開設	避難者役
14:35～15:20	避難者役	トイレ体験	避難所開設

15：20～15：50 意見交換会（グループ内討議）

15：50～16：00 講評

16：00 閉会

終了後、アンケートにご協力ください

【回答URL】 <https://forms.office.com/r/dKXint52q7>



共催：長野県 / 信州大学教育学部防災教育研究センター / 一般財団法人 日本防火・防災協会

後援：総務省消防庁 / 信州大学地域防災減災センター

避難所開設初動リーフレット(避難者入所まで)

R7.1.25長野県防災リーダー研修会版

step1:はじめにすること ※終了後ご自身の地域の避難所に合わせて作成

★本部設置⇒人員確保・調整(この指とまれ)

- 緊急車両・物資の入口:どこに? ,一般車両の駐車:どこに?
- 体育館のカギ:どこに?誰が?
- 防災倉庫のカギ:どこに?誰が?
- 避難者誘導:どこに待機させる?
- それ以外の人は体育館周辺・避難者動線の安全確認

同時進行

step2: 防災倉庫から資材が届いたら

- 掲示設置と車、避難者の動線確保。誘導者は避難者を に待機させる
- 必要物品を体育館入口へ運び出す
- ⇒開設期に必要な物品
- ⇒避難所開設のお手伝いを依頼する
- ⇒「避難所開設のお手伝いをお願いします。一緒にできる方は受付前に来てください」
- 手順書の配布・流れを確認
- 危険箇所の表示(コーン・ロープ・看板)、受付の流れを「→看板」で案内

同時進行

step3: 体育館が開錠したら

- ★本部を に設置。本部には を用意。必ず本部に数人常駐する。
- ★ここからは時間との勝負。各区からスタッフを確保できるとやりやすい
- 体育館内の安全確認、電気系統確認⇒終了後本部へ連絡
- トイレの確認⇒終了後本部へ報告(使用準備完了までトイレの閉鎖)⇒ どのように表示?

step4: 各所の安全確認ができたなら

- ①ブルシートを敷く:何枚?どのように避難者を配置?⇒図に記入
 - ②受付を に設置・人員スタンバイ
- どこに?どのような人員が必要?
- (a)どこに: :下足袋を準備する人、渡す人
 - (b)どこに: :避難者カードを渡す人
 - (c)体育館内:誘導する人、配置図の掲示をする人、 を設置する人
 - (d)入場前に避難者にルールを説明する人

step5: 受付開始

- ① で下足袋、 で避難者カードを配付
- ③カード記入後 回収方法:
- ④受付と連動して避難者を誘導。傷病者は救護室へ

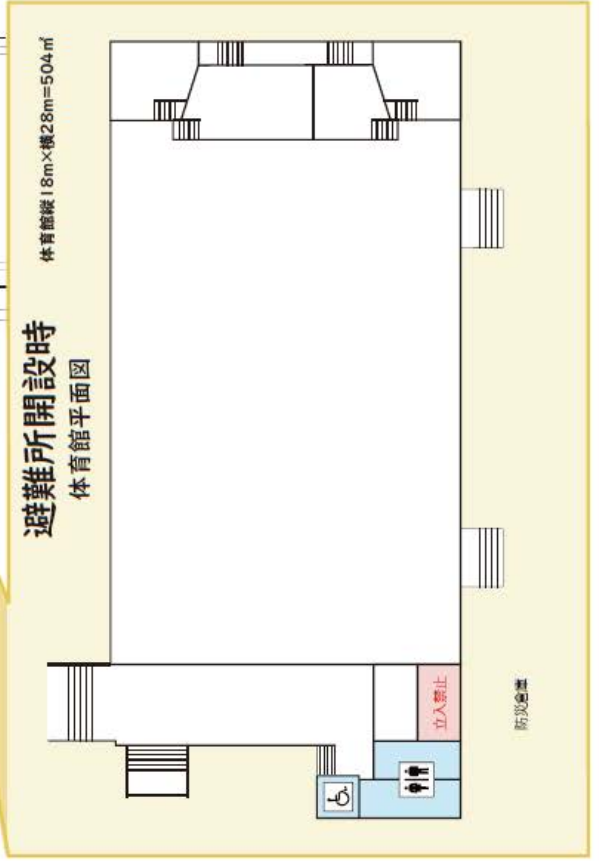
確認:スペース・動線の確保

- 授乳室・更衣室・要配慮者用スペースは?
- 簡易トイレ/仮設トイレ・ゴミ収集場所・物資置場・炊き出し場所は?
- 情報掲示板は?
- ⇒レイアウトに記入する

校舎1F平面図



避難所開設時 体育館平面図



1. レイアウト

	①	②	③
課題	<p>様々な導線</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運営者間で共有すべき人やモノの流れをどうするか ・緊急車両、一般車両、避難者待機場所、物資… 	<p>要配慮者のスペースは？ どこに設置し何を準備しておく？</p> <p>例) 体調不良者、授乳室、更衣室など</p>	<p>掲示はどこに何を設置する？</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受付、トイレ、ごみ、物資…
対応策			
準備すべきもの			

2. 本部の体制

	①	②	③
課題	<p>本部役員の作戦会議、リーダーの作戦会議</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いつ・どこで・どのように行うか 	<p>情報共有の方法は？</p> <p>役員間、避難者それぞれ</p>	<p>様々な属性の避難者への声掛け</p> <p>何を準備しておけばスムーズに声掛けが出来るか</p>
対応策			
準備すべきもの			

Q 6. 避難所開設にあたってどこに課題があると思いますか？

Q 7. 研修全体の満足度はどれくらいですか？あなたの感想にもっとも近いものを選んでください。

①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満

その理由をご記入下さい。

Q 8. その他、ご意見・ご感想等がありましたら、ご記入下さい。

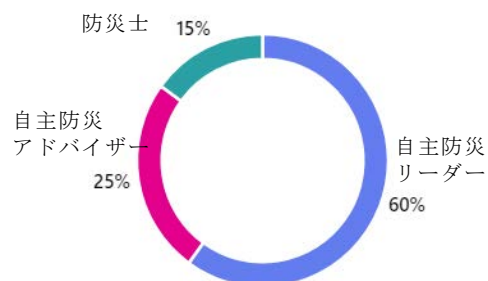
2 アンケート結果

(1) 回答数 20件

(2) 集計結果

ア 回答者属性

自主防災リーダー	12
自主防災アドバイザー	5
防災士	3



イ 研修会の満足度

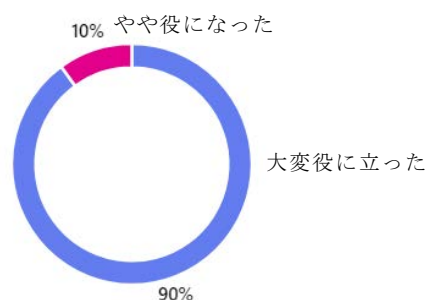
Q 1 「研修会全体を通じて、研修内容は理解できましたか？」

はい	19
どちらともいえない	1
いいえ	0



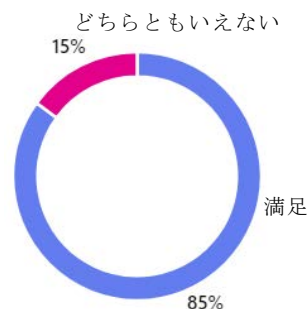
Q 2 「本研修は、役に立ちましたか？」

大変役に立った	18
やや役になった	2
ふつう	0
あまり役立たなかった	0



Q 3 「研修会の形式（オンラインでの事前研修・体験型研修）や、運営方法はいかがでしたか？」

満足	17
どちらともいえない	3
不満	0

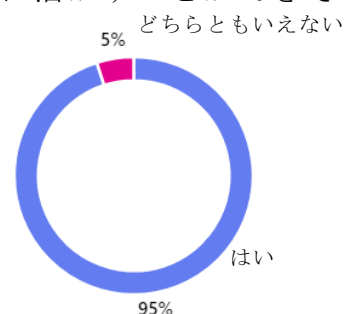


～頂いたご意見～

- ・体験型研修は大変よかった。
- ・事前のLIXILの動画は、体験できるので不要だった。
- ・班の人数が少ない方がやや良いと思う。

Q 4 「今回の研修をご自身の今後の自主防災活動に活かすことができそうですか？」

はい	19
どちらともいえない	1
いいえ	0



Q 5 「今後の自主防災活動において、取組んでみたいこと（検討している事）を具体的にご記入ください（自由意見）。」

- ・自治会役員は1年交代が多いので、どなたが役員になっても行動できるようなアクションカードの作成をしたい。
- ・防災備品の整理。避難訓練等とても参考になりました。
- ・避難所の設営訓練や研修会を実施したい。
- ・タイムラインの作成。
- ・自助を促す広報活動、お祭りなどでアルファ米等の避難時の食の体験会。
- ・地区の自主防災計画書を地区のコンセンサスを得て作りたい。
- ・地元自治会に合わせた避難所開設の普及活動と体制やマニュアルの整備

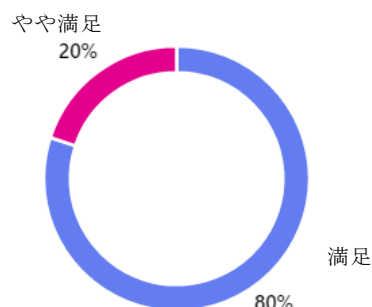
Q 6 「避難所開設にあたってどこに課題があると思いますか（自由意見）？」

- ・絶対的な準備不足。スペースの確保、人員の把握など。
- ・避難所での開設訓練を市や社協、区、学校、住民等で実施することと思います。
- ・防災・減災の取り組みを推進していくためのリーダーが少ない、育てていないことが一番の課題であると思います。
- ・リーフレット等のマニュアルは、避難所ごとに合わせたものを作成しないといけない。
- ・地区住民にノウハウが無い。避難所に初期開設キットは必須なのに準備されていない。
- ・各区での組織、訓練は行なっているが、集めた避難所開設運営のことをやってない。
- ・防災士もしています。地元の地区防災計画の作成を進めてきています。その一環として避難所開設、運営を捉えています。わが町は、行政と

防災士または自主防災組織との連携に、課題があると思っています。

Q 7 「研修全体の満足度はどれくらいですか？あなたの感想にもっとも近いものを選んでください。」

満足	16
やや満足	4
やや不満	0
不満	0



Q 8 「その他、ご意見・ご感想等がありましたら、ご記入下さい。」

- ・ 県内各地でこのような避難所研修が必要だと思います。
- ・ 県が信州大学と組んで前向きに推進していることは、とてもありがたいと思っています。今日のご発表の中で、下水道について能登の地震では98%、熊本地震でも97%か大丈夫だったという情報は、今後トイレ問題に取り組む上で「排泄物を流せる」という点で非常に有用です。行政の耐震対策への不安がだいぶ解消されました。「生活水の確保」をこれからは、もっと考えていきたいと思っています。
- ・ 自分は災害現場でのボランティア活動に参加経験もなく、防災士など資格もない。レベルの高過ぎる研修会に迷い込んだ感じでした。しかし参加者の次々出てくるアイデアの発想が豊富で驚かされました。今後の地区の防災訓練に活かしていきたいおと思いました。今後も色々な機会に参加していきます。

【信濃毎日新聞 令和7年1月26日（日）朝刊】



簡易ベッドの組み立てを体験する参加者ら

災害時 冷静に対応できるよう

県と信州大(本部・松本市)などは25日、県内の自主防災組織のリーダーが避難所開設などを体験する研修会を、松本市の同大付属松本小学校体育館で行った。参加者36人は3グループに分かれ、避難者の誘導法や、声かけの仕方を確認した。

参加者は午前中、避難所の開設手順や必要な物品、簡易ベッドの配置案などを議論。午後は実際に避難所の開設作業を体験した。高齢者は避難所の受付近く、赤ちゃんを同伴している人は臨時の授乳室

自主防災組織のリーダー 松本で体験型研修

近くなど、それぞれの特徴に合わせて避難者役を誘導。けがの有無を聞いたり、毛布や水などを配布し「大丈夫ですからね」と声をかけたりした。防災士の平栗友子さん(45)「高森町IIは、やるべきことが多くて焦ったとしつつ『経験を生かし災害時は冷静に対処したい』と話した。」

研修会は、地域の自主防災組織の活性化などを目的に毎年開催。例年は座学のみだったが、今年は参加者の要望を受けて体験型の研修を初めて取り入れた。

避難所開設 住民が学ぶ

災害時に住民主体の初期活動を進めるための「県自主防災リーダー研修会」が25日、松本市の信州大学付属松本小学校を会場に開かれた。県と信大教育学部防災教育研究センター、日本防火・防災協会が共催し、例年は座学だった研修会を初めて体験型にして実施した。発災直後から住民が自ら能動的に動き、迅速な避難所開設を実現しようと、必要な視点や手順を学び合った。

全県の自主防災アドバイザーや自主防災リーダー、防災士ら約50人が活動した。県中部を震源とする最大震度6強の地震が週末に発生、電気やガス、水道が寸断されたとの想定で、避難所開設の手引きを作った。指定避難所の開錠や安全確



避難所開設に必要な手順を確認し合う参加者たち

自主防災リーダー 松本で研修会 初の体験型

認、動線の確保や受付の開始といった流れをまとめ、避難所内のレイアウトを图示した。あらかじめ準備しておく物品を確認したほか、初動訓練にも取り組み、課題を洗い出した。

同センターによると、行政職員に限られ、支援が行き渡るには時間も要する中、発災直後の避難所開設や初期運営には住民主体の対応が不可欠になる。自治会役員が数年で交代することを考えると、防災の中心的な役割を担う人材を口頭から地域で育成する必要もあるという。廣内大助センター長は「自発的であるということが大切。意識ある住民が立ち上がり、行政などと柔軟に連携することで命や安全を守ってほしい」と話していた。（有賀文香）