

第2回 拠点避難区防災会

令和7年度

総合防災訓練について

日時 令和7年9月28日（日）

午前8時 訓練開始（防災無線、ほっとHOTメール等）

- ・シェイクアウト訓練（しゃがむ・かくれる・じっとする）
- ・安否確認訓練（点呼、黄色いタオル、結ネット等）
- ・避難行動要支援者避難訓練
- ・一時的避難場所での独自訓練（備蓄品の点検など）

午前9時 拠点避難所開設運営訓練

- ・避難所の開設・運営訓練
- ・備蓄品の確認
- ・各種体験訓練 など

※拠点避難所での訓練の開始時間や内容は、各避難所で任意に決定する。

総合防災訓練について

拠点避難所開設運営訓練

避難訓練

参加者は自由参加とし、町内会での訓練後に徒歩で拠点避難所まで集団で移動する。

避難所開設訓練

迅速に開設できるように、開設マニュアルに基づき、到着が早かった町内会が避難所開設を行う。

各種体験訓練

各拠点避難所で、事前に決定した内容に基づいて訓練を実施する。

総合防災訓練（町内会・自主防災組織）

4

- ・ 防災訓練参加の呼びかけ（実施案内（別紙）を加工し使用）
- ・ 安否確認の実施（黄色いタオル・結ネット）
- ・ 避難行動要支援者避難支援訓練
- ・ 備蓄品確認
- ・ 炊き出し訓練 等

総合防災訓練（家庭）

- ・シェイクアウト訓練（しゃがむ、かくれる、じっとする）
- ・黄色いタオルの掲出（結ネットでの報告）
- ・防災訓練の参加
- ・「7」番通信訓練
- ・家庭内防災会議
- ・非常用備蓄品の確認

保存版

災害が発生したら・・・

災害はいつやってくるかわかりません。もしもの時にできる備えをしておきましょう
まずは自分や家族の身を守ることを最優先し（自助）、その後、近所で困っている方がいれば助けに行きましょう。（共助）

地震の場合

地震はいつ、どこで発生するか分かりません。地震が発生した時に備え、どのように行動すればよいのか考えておくことが、もしもの時に自分の身を守ります。

家にいるときは、揺れが収まるまで机などの下に隠れて自分の身を守ります。もし、揺れが大きく机の下などに移動できない場合はその場で小さくかがみ頭を守ります。

外にいるときは、ブロック塀や自動販売機など倒れてきそうな物の近から離れます。また、看板やガラスなど、落ちてくるものに注意し、狭い道などは逃げ場がなくなるので通れません。

水害の場合

大雨などの水害は地震とは違い、事前に対策することが可能です。気象情報や市などからの情報に留意し、自宅2階への垂直避難の検討など事前にできる備えをしておきましょう。

●大雨や台風が近づいてきたとき

- ・むやみに外に出ず、川などの危険な場所には近寄らない。
- ・ハザードマップを確認し、家が危険な場所にある場合は早めの避難を検討する。
- ・あらかじめ家族などの連絡手段を確認しておく。

●日ごろからもしもの時に備え、水害の時の避難情報を確認しておきましょう。

警戒レベル	とるべき行動	避難情報
5	命を守る！	緊急安全確保
4	危険な場所から全員避難！	避難指示
3	危険な場所から高齢者等は避難！	高齢者等避難
2	避難行動の確認	—
1	災害への心構えを高める	—

※'5'の表は水害の発生が予測されるときに、その危険度を5段階で示したものです。
※'避難情報'は市が発令します。

緊急時の避難先

災害時、自宅での生活が困難な場合や、不安な場合は避難所へ躊躇せず避難してください。もしもの時、慌てず避難できるように、避難先を事前に確認しておきましょう。

地震：自宅 → 災害発生！ → 一時的避難場所（ ） → 必要に応じて → 拠点避難所（ ）

水害：自宅 → 高齢者など避難に時間がかかる場合 → 自主避難所（ ） → 避難指示 → 避難所（ ） ※避難所は避難指示が発令された場合

一時的避難場所：災害直後に安全確保のため避難し、安否確認などを行う場所
拠点避難所：自宅の倒壊や一人での生活が難しい場合などに避難生活を送る場所
自主避難所：高齢者など避難に時間がかかる場合や一人でも自宅にいるのが不安な場合に自主的に避難する場所（食料や毛布は各自が持参します）
※自主避難所は開設するまでは避難することができません。

●非常用持出品を確認しましょう（例）

避難所では食料などの物資がすぐに行き渡らないこともあります。
以下の例を参考に非常用持ち出し袋にまとめて、玄関などにおきましょう。

【非常用持ち出し品（例）】

□スマートフォンや携帯電話	□携帯ラジオ	□生活用品（毎日使う物）	□携帯トイレ
□モバイルバッテリー	□乾電池	□非常食	□身分証明書、健康保険証
□懐中電灯、ヘッドライト	□常備薬	□水	□お金（小銭を多めに）
□ヘルメット	□通報・印鑑	□マスク、消毒液、体温計	□

災害時及び訓練時の安否確認について

スムーズな安否確認→迅速な搜索、救助

○黄色いタオル

住 民：世帯全員が無事であることを確認できたら、
黄色いタオルを玄関やポストに掲げる

班 長 等：各家庭を見回り、タオルが出ていない（安否が不明）
家だけ訪問して安否確認をする。

（インターフォン越しでの確認等）

役 員：班長等から報告を受けて、不明者等を集計する。

R6実績：50町内会5,652世帯で実施

○結ネット

住 民：通知が来たらアプリを起動して
「異常なし」、「連絡要」、「至急支援要」から
現状を選択して報告する。

役 員：各住民の報告は同アプリで一覧表で確認して集計する。

R6実績：28町内会1,771世帯で実施



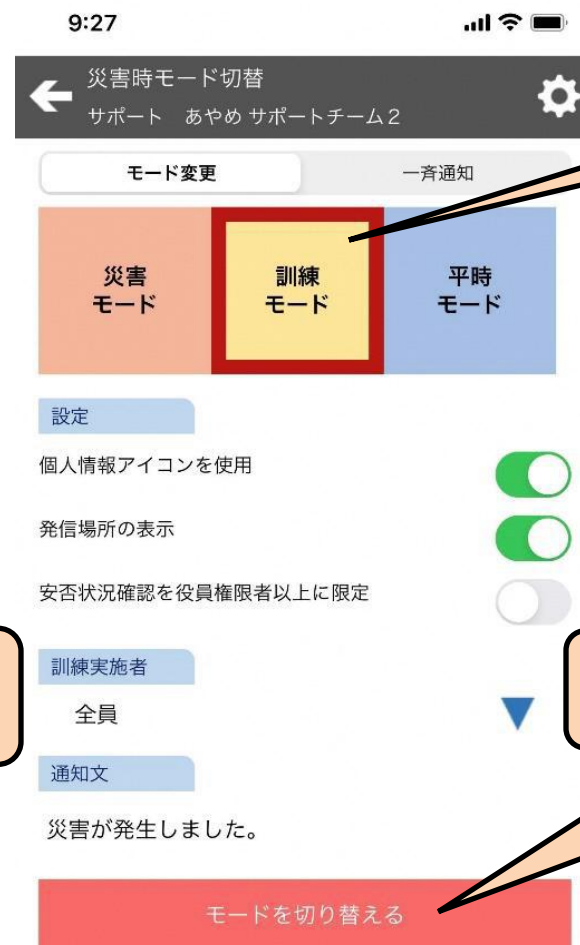
結ネットによる安否確認

結ネットによる安否確認を実施する場合には、「訓練モード」を活用して、安否確認訓練を実施してください。



①「設定」

②「災害時モード」



③「訓練モード」

④設定

「個人アイコンを使用」OFF
「発信場所表示」OFF
「安否情報確認を役員権限者以上に限定」ON

⑤「モードを切り替える」

拠点避難所訓練（過去5年の実績）①

○防災士が中心となって実施した訓練

- 1.炊き出し訓練
- 2.防災倉庫の備蓄品の確認
- 3.段ボール間仕切り、ベッドの組立、組立式トイレの設置
- 4.カセットガスの発電機の操作



○消防署協力のもと実施した訓練

- 5.救命救急、応急手当講習
- 6.消防車両の展示及び消火器体験
- 7.給水訓練（給水車もしくは水槽を使った訓練）
- 8.消防車両の展示



拠点避難所訓練（過去5年の実績）②

○県防災アドバイザーに依頼して実施した訓練

- 9.非常時のトイレ（洋式）の使い方講座
- 10.家具の固定の講座
- 11.身近なものを使った災害対策講座（新聞紙以外でタオルとか）
- 12.給水訓練（給水車もしくは水槽を使った訓練）※市職員対応



○災害協定先協力のもと実施した訓練

- 13.防災グッズの展示や体験
- 14.漏電、ブレーカー操作の模擬体験、感震ブレーカーの体験
- 15.電力供給車両の展示
- 16.発電機等のレンタル機材の展示



総合防災訓練について（検討事項）

- ・参加者（自由、町内会役員及び防災士など）
- ・参加者数（各町内会 名程度 ※防災士除く）
- ・時間（訓練開始 ： 終了予定 ： ）
- ・開設者（到着の早い町内会、防災士など）
- ・訓練内容・時間
- ・訓練当日に使用する物品について
長机（ 台）、段ボール間仕切り（ セット）、
簡易テント（青色）（ セット）、組立トイレ様式（ セット）
簡易トイレ（ セット） その他（ ）



総合防災訓練の実施状況報告について

9月28日（日）の総合防災訓練当日に各町内会で実施した訓練の参加人数、安否確認状況（黄色いタオル、結ネット）などをご回答いただきますようお願いいたします。

提出期限：10月5日（日）

提出方法：後日、本日参加いただいた町内会長（または本日出席の方）にメールを送信します。
メール本文内に報告サイトへつながるアドレスを掲載しますので、期限までに報告をお願いします。