

# 自主防災組織 避難訓練手順書

## 令和6年度 三原市

この手順書は、自主防災組織が地域で避難訓練を行う際の手順と必要な様式を参考にしていただくために作成したものです。

近年の異常気象や南海トラフ巨大地震の発生のおそれなど、地域での避難訓練の重要性が高まっている中、地域で避難訓練を実施していただくことで、自主防災組織の活動の活性化と、地域の防災力の向上を目的としています。

「避難訓練をしてみたいけど、どうすればいいか分からない」 「いつも同じ訓練をしているけど、違うこともしてみたい」と思われている自主防災組織の役員さんや地域防災リーダーさんにぜひ活用していただきたいと思います。

あくまでも参考ですので、地域の実情に合わせて訓練や様式の内容等を変更したり、手順を省略してください。わからないことや不安なことがあれば、市や三原市自主防災組織連絡協議会がサポートしますので、お気軽にご連絡ください。

### 目次

- 手順① 訓練までの年間スケジュールを立てましょう。
- 手順② 訓練の概要を決めましょう。
- 手順③ 訓練当日のスケジュール、役割分担、準備物を決めましょう。
- 手順④ 訓練の詳細、シナリオを決めましょう。
- 手順⑤ 町内に周知しましょう・補助金を申請しましょう。
- 手順⑥ 訓練をしたら振り返りましょう。
- 手順⑦ 町内に訓練の報告をしましょう・補助金の実績報告をしましょう。

こんな訓練もあります① 津波避難モデル訓練

こんな訓練もあります② 自主防災組織の活動事例

こんな訓練もあります③ 避難訓練を充実させるために

連携機関（市危機管理課、消防署、三原市防災ネットワーク）

●手順書はホームページに掲載しています。様式もダウンロードできます！



ID番号検索

ID:177417で検索



ホームページのQRコード

## 手順① 訓練までの年間スケジュールを立てましょう。

→別紙1のとおり

次表を参考に、訓練の年間スケジュールを年度当初に立てましょう。

予算が伴う場合は、総会で承認を得る必要がある場合もあります。町内会や自主防災組織の規則に基づいて準備しましょう。

手順	時期	項目	内容
一	4~5月	計画・予算案の承認	総会において訓練計画・予算案を提案
②	訓練の4か月前	訓練の概要決定	訓練内容、想定災害、訓練実施場所（避難場所）、訓練対象者、依頼連携機関を決定
③	訓練の3か月前	訓練の内容決定	訓練当日のスケジュール、役割分担、準備物を決定
④	訓練の2か月前	訓練の詳細決定	連携機関と調整後の訓練詳細、シナリオを決定
⑤	訓練の1か月前	町内周知 補助金申請	町内回覧などで訓練を周知 市に補助金を申請（対象物品購入前に）
⑥	訓練	訓練・振り返り	できるだけ多くの方に参加してもらえるよう、地域行事（運動会、夏祭り、盆踊り、秋祭り、町内一斉清掃作業、クリスマス会、とんど等）に合わせて実施することも可能です。行事の開会時間に合わせて避難訓練を取り入れてみましょう。訓練後は振り返りをしましょう。
⑦	訓練後	町内報告 補助金実績報告	町内回覧などで訓練終了を報告 補助金の実績報告を市に提出
一	2~3月	決算報告の準備	次期総会に提出する決算報告、次年度の訓練計画・予算案を作成

## 手順② 訓練の概要を決めましょう。（訓練の4か月前）

→別紙2のとおり

いつ、どこで、誰が、どんな訓練を、どの災害を想定して（地震、津波、大雨など）、何を目的に行うかを決めましょう。地域の行事に合わせて実施すると、地域の皆さんも集まりやすくなります。

### 手順③ 訓練当日のスケジュール、役割分担、準備物を決めましょう。

(訓練の 3 か月前)

→別紙3のとおり

訓練当日の大まかな内容とスケジュール、役割分担、必要な準備物を決めましょう。大まかな内容とスケジュールが決まれば、連携機関も決まりますので、連携機関に連絡し、協力可能かどうか確認しましょう。

### 手順④ 訓練の詳細、シナリオを決めましょう。 (訓練の 2 か月前)

→別紙4のとおり

訓練の詳細を詰めていきます。シナリオがあると役員間でもイメージが分かりやすく共有できますし、役員が交代しても次年度以降の訓練の準備もスムーズになります。

### 手順⑤ 町内に周知しましょう・補助金を申請しましょう。 (訓練の 1 か月前)

- ・町内周知→別紙「回覧」のとおり
- ・補助金申請→購入予定店での見積やインターネットの通販サイトから予定額を見積もりましょう。補助金は上限 15,000 円（千円未満は自主防災組織のご負担）です。

### 手順⑥ 訓練をしたら振り返りましょう。

- ・役員での振り返り→別紙5のとおり
- ・参加者へのアンケート→別紙「参加者アンケート」のとおり

振り返りやアンケート結果を次年度以降の訓練に活かしましょう。少しずつでも改善を積み重ねて、もしものときに備えましょう。振り返りの内容は、市にも提出してください（様式は問いません。）。

### 手順⑦ 町内に訓練の報告をしましょう・補助金の実績報告をしましょう。

- ・町内報告回覧→別紙6のとおり
- ・補助金実績報告→実際に購入したものの請求書や領収書をもって実績報告をしましょう。審査後に指定口座に補助金を振り込みます。

●補助金の申請・実績報告様式がダウンロードできます！記入例も掲載！



ID番号検索  
51676  
ID: 51676で検索



ホームページの QR コード

## こんな訓練もあります① 津波避難モデル訓練

→概要は別紙7のとおり

南海トラフ巨大地震を想定した津波避難のモデル訓練をご紹介します。津波浸水想定区域内の地域の訓練として参考にしてください。なお、シナリオやチラシの参考は市ホームページに掲載しています。

## こんな訓練もあります② 自主防災組織の活動事例

市内の自主防災組織が行っている活動を市ホームページでご紹介しています。組織の活動の参考にしてください。実際に見学に行きたい、話を聞いてみたいと思ったら危機管理課にご連絡ください。

### ●市内組織の活動事例を掲載しています！活動事例も隨時募集中！

三原市 MIHARA  
フリーワードでさがす  
Google 検索  
ID番号検索 178188

広報 Public Relations みはら  
ふるさと納税 イベント  
ID番号検索 178188

ID番号検索  
178188

ID:178188で検索

ホームページの QR コード

## こんな訓練もあります③ 避難訓練を充実させるために

地域によっては毎年同じ訓練をしているのでマンネリ化しているという話も聞きます。いつもの避難訓練に次の訓練を加えることで地域の防災力を高めていきませんか？詳細については危機管理課へご相談ください。

- 段ボールベッド組立訓練
- 炊き出し訓練
- AED救命講習
- 消火器訓練
- 個人の避難行動計画（マイ・タイムライン）作成
- 住民参加型の訓練

（避難所運営ゲーム（HUG）、クロスロードゲーム、なまずの学校、地図を使った災害イメージ訓練（DIG）、防災ぬりえなど）

## 連携機関

### ●市（危機管理課）

#### ①備蓄食料、水の提供

賞味期限間近のものを提供します。自主防災組織に対して年1回照会します。受渡時期や必要数等希望に添えないことがありますので、あらかじめご了承ください。

#### ②段ボールベッド、簡易トイレの貸出

いざというときのために市が備蓄している段ボールベッドや簡易トイレの組立訓練に活用してください。（マニュアル付き）

### **③防災資機材の貸出**

発電機や防災かまど等を貸し出します。訓練で活用してください。燃料代はご負担いただることになります。

**【問い合わせ】 危機管理課地域防災係**

TEL:0848-67-6165 E-mail:shiminseikatsu@city.mihara.hiroshima.jp

## **●消防署(三原消防署・三原西消防署)**

### **①消火器訓練**

水消火器を使用した初期消火訓練です。

### **②AED 救命講習**

訓練用 AED を使用した救命講習です。

**【問い合わせ】 三原消防署 TEL:0848-64-5928**

**三原西消防署 TEL:0848-86-2119**

※危機管理課の防災講話と一緒に実施を希望する場合は、危機管理課へお問い合わせください。

## **●三原市防災ネットワーク**

市内 12 の防災関連団体で構成し、市民生活の「安全・安心」確保に向け、地域の防災力向上を図っている団体です。日頃から構成団体間で情報交換及び緊密な連携を進め、平時には防災啓発活動等の開催を、災害時には各専門知識を活かした支援活動を実施しています。

«構成団体»

### **①三原市自主防災組織連絡協議会**

市内の自主防災組織が相互連携して、防災・減災に向けた活動を図るとともに、未設立地域における自主防災組織の設立促進も行っています。

### **②三原市ボランティア連絡協議会**

旧1市3町のボランティア連絡協議会が結集し、各地域で行っていた活動を継承しつつ、全市的に実施するものは、各地域が連携・協力して運営を行っています。

### **③三原市赤十字奉仕団**

三原ボランティア連絡協議会に加入している各団体で構成し、災害時には災害ボランティアセンターや避難所などの災害支援活動を行っています。

### **④三原市社会福祉協議会**

市民相互の交流機会を支援すること、災害をはじめ様々なボランティア

活動の推進や行政及び関係機関との連携を通じて、市民相互の「支えあいの地域づくり」を推進しています。

#### ⑤三原市ボランティア・市民活動サポートセンター

ボランティア団体・当事者団体・NPO法人等の活動情報の発信、活動の需給調整、各種講座の開催をはじめ、市民活動団体間の連携体制づくりに取り組んでいます。

#### ⑥三原市福祉のまちづくり推進協議会

障害のある人をはじめ、生活のしづらさを抱えた人たちが一人の市民として、その人らしく地域で暮らすことができる福祉のまちづくりを推進しています。

#### ⑦三原市防災土ネットワーク

平時は地域及び市民に対して、防災・減災の啓発活動を行い、災害時は災害状況の把握・行政や各支援団体との調整・避難所運営・被災者支援活動を行います。

#### ⑧三原アレルギーの会ひだまり

アレルギー児とその家族、関心を持って下さる方々と活動しています。アレルギー理解に向け、地域の方々と普段からの繋がりを大切に交流しています。

#### ⑨株式会社MCA T

市内の河川を監視するカメラを設置し、河川水位情報を放送するなど、地域に密着した防災情報の発信に努めています。

#### ⑩株式会社FMみはら

災害時における緊急情報伝達はもちろん、平常時の防災・防犯情報を円滑に周知する三原のみんなのラジオ局「フォーライフレディオ FMみはら」です。

#### ⑪三原市消防本部（予防課）

#### ⑫三原市（危機管理課）

**【問い合わせ】 危機管理課（三原市防災ネットワーク事務局）**

TEL:0848-67-6165 E-mail:shiminseikatsu@city.mihara.hiroshima.jp