

令和8年度 駿河区防災基礎研修

令和8年7月1日 駿河区役所3階 大会議室
7月8日 Youtube限定配信

駿河区役所地域総務課 地域防災係 作成



全体次第

- 1 研修の目的・狙い
- 2 自助のすすめ【地震編】
- 3 自助のすすめ【津波編】
- 4 自助のすすめ【風水害編】
- 5 // 【ハザードマップの見方編】
- 6 自主防災組織の役割
- 7 避難行動要支援者制度について



全体次第

1 研修の目的・狙い

- 2 自助のすすめ【地震編】
- 3 自助のすすめ【津波編】
- 4 自助のすすめ【風水害編】
- 5 // 【ハザードマップの見方編】
- 6 自主防災組織の役割
- 7 避難行動要支援者制度について





防災のことって
正直難しい…！

曖昧な防災知識

静岡出身の方は、子どもの頃から「静岡はいつ東海地震が起きてもおかしくない」と言われて育ち、小学校や中学校でも当たり前のように避難訓練や防災学習をしていると思います。

一方、過去の災害経験から、いろいろなことが見直され、変わっていることが多いものの、曖昧なままになっている方が多いのではないのでしょうか。

南海トラフ地震…？
東海地震と違うの？

地震が起きたら
まずは避難所？

グラッときたら
ガスを止める？

東海地震は
予知できる？



防災備蓄は3日分？

線状降水帯？

警戒レベル？

訓練内容は
時代にあっている？

研修のきっかけ

こうした背景もあってか、4～5月頃にかけて「新たに自治会の会長（防災担当）になったがよく分からない」という方が窓口によく見えます。

『ご自身の役割に熱心に取り組んでいただき有難い』と思う一方、窓口に来られず、「分からない」がそのままになっている方も多いのでは・・・？というのがこの研修のきっかけです。



アンケート調査結果

令和7年度に行った自主防災組織の実態調査アンケートでは、「防災訓練の良いやり方や好事例を教えてほしい」が66.4%、次いで「防災知識習得の研修を実施してほしい」が52.7%でした。

防災訓練の好事例集などもありますが、まずは『実災害においてどういう状況が発生し、自主防災会としてどう対応するのか』を整理することが重要と考え、本日の研修実施に至ります。

駿河区自主防災組織実態調査アンケート集計結果

資料7

【単位】自主防災会別 結果概要（速報値）

令和7年度に行ったアンケート調査について、ご協力いただきありがとうございました。簡易な集計で恐れ入りますが、アンケートの集計結果をお送りしますので参考になさってください。このアンケート結果を受け、令和8年度は、単位自主防災会向けの防災基礎研修を実施します。【資料1参照】
※回答いただいた数値をそのまま集計しています。割合は、当該設問の回答数を分母としています。

I 回答状況

回答数（令和8年3月31日時点）

157 / 226 （ 69.5% ）

II 防災知識

設問	回答数	知っている	知らない
問4 避難所と緊急避難場所（避難地）の違いは知っていますか。	156	138（88.5%）	18（11.5%）
問5 大規模災害発生時は、在宅避難が原則であることを知っていますか。	157	134（85.4%）	23（14.6%）
問6 避難所は、原則、建物の安全確認（応急危険度判定など）が終わらないと開設されないことを知っていますか。	151	124（79.0%）	33（21.0%）
問7 避難所の運営は、原則“避難者”が行うことを知っていますか。	156	110（70.5%）	46（29.5%）
問8 地震火災の半数以上が電気関係（特に通電火災）が原因であることを知っていますか。	156	124（79.5%）	32（20.5%）
問9 住民はどの避難所・避難場所に避難しても良いことを知っていますか。	156	124（79.5%）	32（20.5%）
問10 大規模地震発生後、電気は約1週間、水道・トイレは約1か月強、電話は約2週間使用できない可能性が高いことを知っていますか。	155	127（81.9%）	28（18.1%）
問11 各家庭の備蓄は「7日分」が推奨されていることを知っていますか。	155	148（95.5%）	7（4.5%）

【傾向】（II 防災知識 問4～11）

『問6 避難所の運営主体が原則“避難者”であること』については「知っている」割合が約79%でしたが、その他の項目については「知っている」割合が約80%以上と比較的高い傾向がありました。

この研修のゴール

本日の研修のゴールは、次のように設定しています。

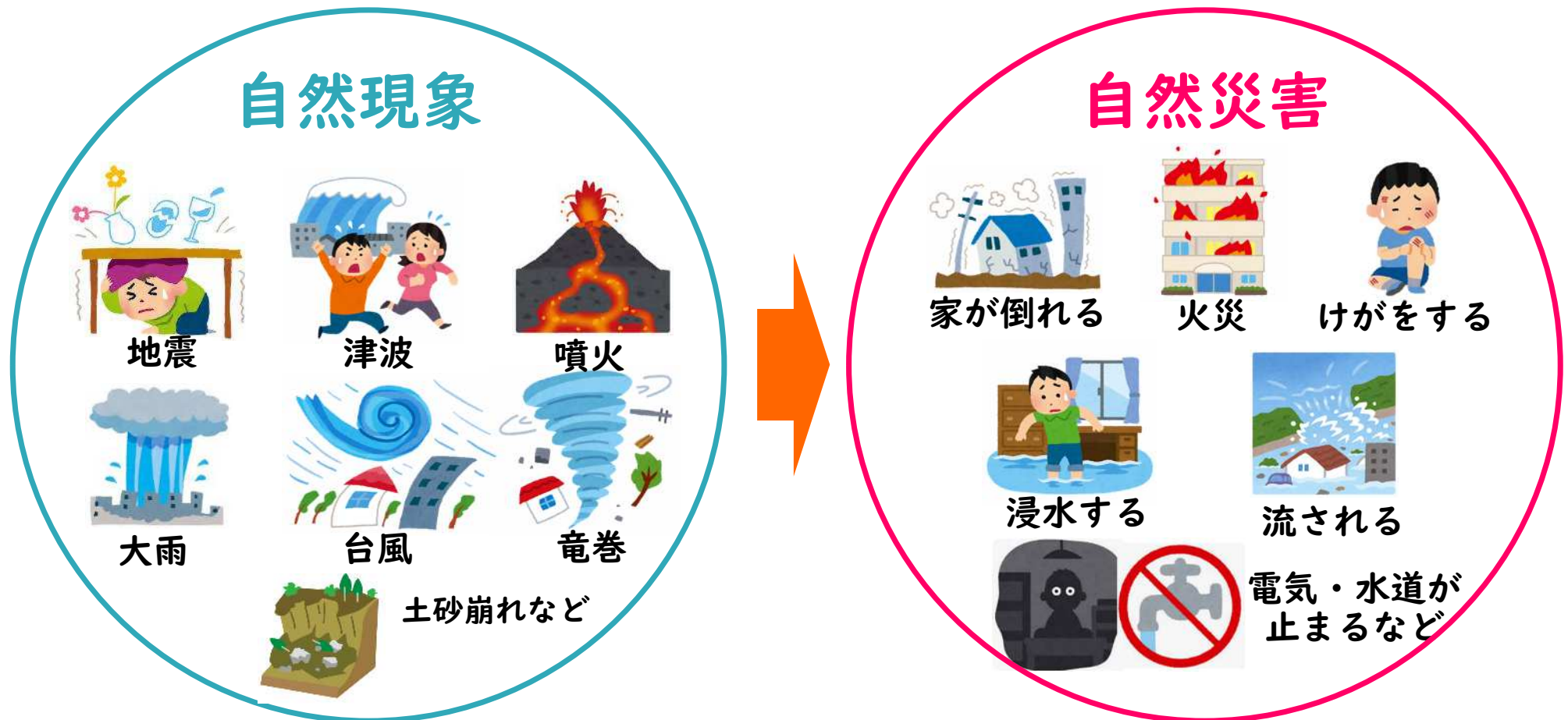
- ☑ 地震の概要と南海トラフ巨大地震で想定される被害を理解する
- ☑ 津波の概要と南海トラフ巨大地震で想定される被害を理解する
- ☑ 風水害の概要と想定される被害を理解する
- ☑ 各災害の基本的な対策・避難行動を理解する
- ☑ 自主防災組織に求められる基本的な役割を理解する



なぜ
「自助のすすめ」
なのか

自然災害とは

自然災害と聞いてどんなものか思い浮かびますか？



自然現象によって生じる被害⇒自然災害

自然現象と自然災害の違い

自然現象と自然災害には大きな違いがあります。

自然現象は防げない。自然災害（被害）は防げる。

自然現象は、人間ではコントロールできませんので、発生そのものを止めたり、減らしたりすることはできません。

しかし、自然災害（被害）は、きちんと対策したり、適切な避難行動をとることによって、防いだり、減らしたりすることができます。

これを『防災』と言います。（減災と言ったりもします）

自助・共助・公助

防災の重要な考え方に自助・共助・公助があります。

自助…自ら助ける（自分と家族は自分で助ける）

共助…共に助ける（自分の地域は地域の皆で助ける）

公助…公の力で助ける（消防や自衛隊、市役所などが助ける）

火事を例にすると



火事を発生させない、
出火したら消火器など
で自分で消す（**自助**）



地域住民で協力して消
す（**共助**）



消防車を呼んで消してもら
う（**公助**）

まず大切なのは『自助』

自助・共助・公助はどれも大切ですが、特に大規模な災害では、まずは『自助』が非常に重要になります。

なぜ自助が大切なのかを、火事を例にお話しします。



普段（平時）の場合

普通の時（平時）に火事が発生しても、119番に電話をすればすぐに消防車が駆けつけ、消火してくれます。

⇒ **公助**が大活躍！



※生成AIで作成した架空の街

大地震が発生すると・・・

市内各地で火事が発生

- ① 電話が繋がらない
- ② つながっても人も車も足りず出動できない
- ③ 出動できても道や橋が壊れて辿り着けない

⇒ **公助**が期待できない・・・
自助・共助で消すしかない。



※生成AIで作成した架空の街

自助なくして共助なし

消防車が来られないため、自分や地域のみんなで協力して消火するしかありませんが、バケツリレーで消火をしようとした場合、**最低でも10人くらい**は人が必要です。

しかし、ここで協力する**“地域のみんな”**も当然被災者です。自分たちも被災する中、**自分や家族が無事でないと、周りを助けることはできません。**



自分が助かる⇒地域を助ける

火事に限らず、救助活動やけが人の手当・搬送など、何をするにも『助けが必要な人』より『助ける人』が圧倒的に多くないと、共助は成り立ちません。

このため、自助は、自分が助かるだけでなく、地域全体を助けることにつながります。

みんなが自助を
しっかりやってない場合



助けが必要な人が
多い



助ける人が
少ない

みんなが自助を
しっかりやった場合



助けが必要な人が
少ない



助ける人が
多い

自助⇒共助⇒公助につながる

「公助」についても同様です。災害時は、人命救助や早期復旧に向けて市職員も総力を上げて対応しますが、提供できる支援には限りがあり、それを大幅に超えると本来できた支援すらできなくなってしまいます。※ちなみに市職員は市民の1%未満(約6,000人)

みんなが自助を
しっかりやってない場合



避難者が殺到し収集がつかなくなっている避難所の様子(イメージイラスト)

みんなが自助を
しっかりやった場合



避難者が落ち着いて避難している避難所の様子(イメージイラスト)

自助とは

自助って具体的に何したらいいの？

⇒適切な防災対策・避難行動をとる

適切な防災対策・避難行動をとるにはどうしたらいいの？

- ① 自宅や地域の災害リスクを知る
- ② 災害発生時にどういう避難行動をとるべきかを考え、事前に備える。

自助のすすめ

このため、市政出前講座でも「自助が大事ですよ」と繰り返しお伝えしており、今年度、出前講座の公開資料として「自助のすすめ」を作成・公表しました。

市HP『駿河区の防災情報』に掲載

前置きが長くなりましたが、本日はこの資料を元にお話をさせていただきます。



長時間の研修
となりますが、
よろしくお願いします。

