

令和7年度

シニア災害ボランティア シンポジウム

報告書

令和8年3月 一般財団法人地域社会ライフプラン協会

この報告書は、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して作成しました。

令和7年度 シニア災害ボランティアシンポジウム
目次（開催日順・敬称略）

和歌山県 5

令和7年度シニア災害ボランティアシンポジウム in 和歌山

開催日：令和7年7月26日（土）10時00分～12時00分

会場：有田市文化福祉センター 大会議室

参加人数：130名

プログラム：

◎基調講演

演題 「災害に強い地域づくり～自助・共助の在り方について～」

講師 阿部 由紀

一般社団法人 BIG UP 石巻 代表理事

◎対談

「石川県珠洲市で住民が向き合った被災地のリアル」

阿部 由紀／一般社団法人 BIG UP 石巻 代表理事

神徳 宏紀／社会福祉法人珠洲市社会福祉協議会 主事

島根県 21

令和7年度島根県防災安全講演会

開催日：令和7年11月9日（日）9時30分～12時00分

会場：隠岐の島町立隠岐島文化会館

参加人数：現地43名、オンライン9名 計52名

プログラム：

◎講演1

演題 「避難所生活を支える多様な主体について」

講師 宗片 恵美子

NPO 法人イコールネット仙台 常務理事

◎講演2

演題 「高齢者等の被害軽減に備えておきたい自主防災組織の知恵と工夫
～高齢化する自主防災組織が、個別避難計画の作成に取り組むには～」

講師 伊永 勉

一般社団法人 ADI 災害研究所 理事長

阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター 友の会 会長

秋 田 県 33

令和7年度災害ボランティアセミナー in 秋田

開催日：令和7年11月10日（月）13時30分～15時50分

会場：秋田県庁第二庁舎 8階大会議室

参加人数：68名

プログラム：

◎講演1

演 題 「みんなで高める地域防災力～災害に強い地域コミュニティの作り方～」

講 師 鍵屋 一

跡見学園女子大学観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授

◎講演2

演 題 「災害多発時代の災害ボランティア
～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～」

講 師 李 仁鉄

NPO 法人にいがた災害ボランティアネットワーク 理事長

福 岡 県 45

令和7年度福岡県防災講演会

開催日：令和7年12月10日（水）13時30分～16時00分

会場：福岡県吉塚合同庁舎 803会議室

参加人数：123名

プログラム：

◎講演1

演 題 「防災気象情報を活用し気象災害から身を守る」

講 師 草場 渡

福岡管区気象台 気象防災情報調整官

◎講演2

演 題 「みんなで高める地域防災力～災害に強い地域コミュニティの作り方～」

講 師 鍵屋 一

跡見学園女子大学 観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授

（一社）福祉防災コミュニティ協会 代表理事

令和7年度災害ボランティアセミナー in とちぎ

開 催 日：令和7年12月10日（水）13時30分～16時00分

会 場：栃木県総合文化センター ギャラリー棟3階 特別会議室

参加人数：48名

プログラム：

◎講演

演 題 「誰にでもできることがある！災害ボランティアのすすめ」

講 師 栗田 暢之

認定 NPO 法人レスキューストックヤード代表理事

認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVOAD）代表
理事

◎ワークショップ

「被災者からのメールに私たちができること」

進 行 栗田 暢之

認定 NPO 法人レスキューストックヤード代表理事

認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVOAD）代表
理事

岐 阜 県 69

令和7年度災害ボランティアシンポジウム in 岐阜

開催日：令和8年1月29日（木）13時00分～15時30分

会場：岐阜県庁1階 ミナモホール

参加人数：87名

プログラム：

◎講演

演 題 「力仕事だけではない！災害ボランティアのすそ野を広げよう」

講 師 栗田 暢之

認定NPO 法人レスキューストックヤード 代表理事

◎パネルディスカッション

「令和6年能登半島地震における多彩なボランティア活動」

パネリスト

小峠 辰男／高山市民防災研究会 副会長

水野 範子／本巣市社会福祉協議会 地域福祉課長

中根 陸人／中部学院大学人間福祉学部 3年生

コメンテーター

小山 真紀／清流の国ぎふ防災・減災センター 副センター長

コーディネーター

栗田 暢之／認定NPO 法人レスキューストックヤード 代表理事

新 潟 県 83

自主防災シンポジウム 2026in 佐渡

開催日：令和8年1月31日（土）13時30分～16時00分

会場：金井コミュニティセンター

参加人数：130名

プログラム：

◎講演

演 題 「地域の防災をステップアップ みんなで取り組む地区防災計画」

講 師 磯打 千雅子

香川大学 四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構 准教授

◎講演

演 題 「災害多発時代の災害ボランティア

～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～」

講 師 李 仁鉄

特定非営利活動法人にいがた災害ボランティアネットワーク 理事長

和歌山県

令和7年度

シニア災害ボランティアシンポジウム in 和歌山

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催 ※対談時、神徳氏のみオンライン参加
- ・開催日：令和7年7月26日（土）10時00分～12時00分
- ・会場：有田市文化福祉センター 大会議室
- ・参加人数：130名
- ・主催：和歌山県、社会福祉法人有田市社会福祉協議会、
一般社団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：公益財団法人和歌山県市町村振興協会

参加費
無料

令和7年度

災害 ボランティア シンポジウム

いざという時、
地域を守るのは
“あなた”かもしれない

in和歌山

能登半島地震から学ぶ 自助・共助の可能性

日時

令和7年7月26日(土) 10:00~12:00 (9:30開場)

会場

有田市文化福祉センター 大会議室
(有田市箕島27)

プログラム

手話通訳・要約筆記 

9:30

開場

10:00

開会・主催者挨拶

10:05

第一部 基調講演

災害に強い地域づくり

～自助・共助の在り方について～

10:55

休憩

11:05

第二部 対談(オンライン)

石川県珠洲市で住民が
向きあった被災地のリアル

11:55

閉会挨拶

主催 一般財団法人地域社会ライフプラン協会 / 和歌山県 / 社会福祉法人有田市社会福祉協議会

後援 公益財団法人和歌山県市町村振興協会

※このシンポジウムは、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

◎開会挨拶

和歌山県環境生活部生活局長 横畑 和幸

和歌山県環境生活部生活局長の横畑と申します。

本日はお忙しい中、シニア災害ボランティアシンポジウム in 和歌山に、多くの皆様方にご参加いただきまして誠にありがとうございます。開会にあたりまして、一言ご挨拶申し上げます。

近年、全国各地で大規模な災害が頻発しており、昨年1月には能登半島地震で多くの尊い人命が失われ、家屋やインフラ設備等にも甚大な被害が発生しました。

最近では、鹿児島県のトカラ列島近海で地震活動が活発になっており、悪石島最大震度6弱の地震を観測するなど、島外への避難を余儀なくされた住民の方もいらっしゃいます。本件におきましては、南海トラフ地震の発生が想定される地域である大規模地震や津波による被害が懸念されています。

また、紀伊半島は地域的に雨が多い地域でもあり、平成23年の紀伊半島大水害では多くの尊い人命が犠牲になるなど甚大な被害が発生しました。

最近では、一昨年の台風2号および梅雨前線による大雨により、大規模かつ広範囲にわたる被害が発生しました。これらの災害につきまして、多くの災害ボランティアの方々のきめ細やかな支援が早期の復旧復興に繋がっており、災害ボランティアが果たす役割は非常に重要となっております。

本日のシンポジウムは豊富な人生経験や専門的知識を有するシニア世代を始めとした幅広い世代の方々に、被災時に一人でも多くのご支援をいただけるよう、一般社団法人地域社会ライフプラン協会様、社会福祉法人有田市社会福祉協議会様との共催で開催させていただきました。

第1部では、一般社団法人BIG UP 石巻の阿部様から「災害に強い地域づくり～自助・共助の在り方について～」と題してご講演をいただきます。

第2部では阿部様と社会福祉法人珠洲市社会福祉協議会の神徳様に「石川県珠洲市で住民が向き合った被災地のリアル」と題してご対談いただきます。皆様には本日のシンポジウムを通して、災害ボランティアへの理解をより一層深めていただきますとともに、日頃の活動やこれまでの経験を生かして、いざというときにご自身で何ができるかということを改めてお考えいただく機会になりましたら幸いです。本日はどうぞよろしくお願いいたします。

◎基調講演

「災害に強い地域づくり～自助・共助の在り方について～」

一般社団法人 BIG UP 石巻 代表理事 阿部 由紀氏

皆さん、こんにちは。今日は初めての和歌山県にお招きいただき、誠にありがとうございます。私は宮城県石巻市の出身で、漁師の家の4代目として生まれました。水産高校から青森の短期大学に進み、保育士の資格を取得後、平成元年から令和4年まで33年間、石巻市社会福祉協議会に勤務し、東日本大震災時には災害ボランティアセンターの担当者として従事しました。現在は一般社団法人 BIG UP 石巻の代表理事として、能登半島地震以降、石川県珠洲市を中心に被災された方への支援事業を行っています。



阿部 由紀氏

1. 東日本大震災の経験から

私の故郷は人口6,000人ほどの小さな町でしたが、平成の大合併で石巻市と合併し、17万人の町になりました。合併時に最初に思ったことは、宮城県沖地震がもうすぐ来るというのに、何も準備をしていないということでした。当時は30年以内に80%の確率で宮城県沖地震が起きて、津波が来るという想定でした。震災前、私は祖母から聞いたチリ地震津波の話や、奥尻島、スマトラ島の地震津波を分析し、自分の町に入る津波は10メートルを超えるだろうと予測していました。5メートルの想定でしたから、倍くらいになるだろうと。しかし実際の東日本大震災では、私の町は最大で18メートルの津波に襲われ、役所の3階部分まで飲み込まれました。屋上に逃げた職員と障害者施設の人たちは、あと津波が1メートル高かったら飲み込まれるというギリギリのところでした。

2. 地域の知識が生死を分けた

山一つ隔てた大川小学校では、児童と先生が多く亡くなりました。一方、私の地域の小学校では、学校にいた児童・生徒は全員助かりました。なぜ助かったかという点、地域の人々が「津波がもうすぐ来るから、裏山に逃げないとダメだ」と児童・生徒を押し上げたからです。大川地区は津波が来たことがない地域で、住民も「学校に逃げればいい」と学校に避難してきていました。そうすると先生たちも安心してしまいます。地域住民が高いレベルの知識を持っていると、学校も地域も助かる確率が上がるということがいえると思います。石巻市社会福祉協議会の障害者施設は前日に避難訓練をしていました。隣のグループホームの職員と利用者は全員亡くなっていますが、私のところは誰一人亡くなっていません。日頃からの訓練と、なぜそういうことをするのかという理由をはっきりと、みんなで話し合っていることが重要です。

3. 能登半島地震の現実

能登半島地震は、正月という特殊な状況で発生しました。地元の方々は「正月でよかった」とおっしゃっ

ていました。普段は金沢や大阪に出ている息子や娘たちが孫を連れて帰省していて、一緒に避難できたからです。

しかし、被害は深刻で、特に仮設住宅の建設が大きな問題となっています。輪島市では3,800戸の仮設住宅が必要ですが、平らな土地に建てられるのは1,200戸のみ。8月末完成予定だったものが、11月まで完成しませんでした。1月1日に被災して、11月まで落ち着く場所がないのです。

また、通水率が90%まで復旧したという報道がありますが、これは道路までの本管が直っただけで、家に引き込む水道管は修理できておらず、家の蛇口をひねっても水は出ません。個人宅の配管修理は半年以上先まで予約で埋まっている状況です。

4. 自助・共助の実際

能登で指定避難所にたどり着けなかった人たちの様子をお伝えします。お父さんたちは単管パイプを組み立て、ブルーシートを巻いて、ポータブルトイレと凝固剤で女性用のトイレを建物の裏側に作っていました。井戸水がどこで出るか知っていて、その水を煮沸し、発電機でお湯を沸かしていました。お母さんたちは畑から提供された野菜や米で、おいしい炊き出しをしていました。行政にお願いして仮設トイレがすぐ届くと思ったら大間違いです。役所や大きい避難所には届きますが、自主避難所には届きません。行政も手が回らないのが現実です。だから自助・共助の在り方が非常に大事になります。

また、パンやドーナツなどの菓子パンがすぐ届くようになりますが、それをずっと食べ続けることは難しいです。やはり、「ご飯が食べたい」「おにぎりの方がいい」という声が上がります。食の栄養的な部分からすれば、自主避難所の方が良かったという面もありました。

5. 被災者のニーズと受援力

被災者のニーズは多面的です。災害ゴミの片付けや家屋の復旧といった目に見える物理的被害だけでなく、目に見えにくい心理的被害も深刻です。被災者は怖い、不安、焦り、寂しい、分からないといった気持ちを抱えています。被災者の中には支援を「拒む」方もいます。「大丈夫ですか」と聞かれて、本当は困っていても「大丈夫です」と答えてしまいます。頭が真っ白になっているときの一番楽な答えが「はい」なのです。周りへの遠慮、自分のことは自分ですという教え、福祉は強い人が弱い人を助けるものだという先入観などが影響しています。

これを「受援力」と言いますが、日本の場合は極端に低くなっています。助けたいという心はあるが、助けられることに抵抗を感じる国民性があります。

ボランティアが被災者のニーズを把握する際、よそ者が個人に「支援は要りますか」と聞いても断られてしまいます。そこで地元の方が「どこそこの誰々が困っています」と見つけ、気付いてあげる役割が必要になります。顔見知りの方が「片付けはできているか」「食事はできているか」「罹災証明書はもらったか」など具体的に聞いて、困っていそうであれば「ボランティアさんをお願いしてくる」とつないであげることが重要です。

6. 災害「時」のボランティア活動

私は「災害ボランティア」ではなく、災害「時」のボランティアという言い方をしています。災害時のボ

ランティア活動を考える上で大切なことは、普段からの地域活動、福祉活動、ボランティア活動です。日頃から地域のつながりを作っておくことが、災害時の効果的な支援につながります。災害時でも普段と同じく自分の得意分野をどう役立てるかを考えて実行すればよいのです。

特に和歌山県のような半島部では、大規模災害発生時に孤立しやすく、外部からの支援が届くまでに時間がかかる可能性があります。最初の1週間から2週間は地元の中で支え合うことが必要となります。皆さん自身が無事であること、そして地域の中で助け合いの関係を築いておくことが重要です。外部のNPOが2週間後に入ってきて、地理が分からず効率的に動けません。普段から社会福祉活動をしている皆さんが、ボランティアの手配や困りごとの吸い上げをしていただければ、災害ボランティア活動が円滑に動けるようになります。

7. 備えについて考える

大地震と豪雨災害への対応として、家の耐震化と家具の固定は基本ですが、どこに行けば安心なのか、家族内で話をしていますか。私は高校生だった息子に津波の時の避難場所を伝えていなかったことを後悔しています。息子は津波が来るエリアにいた時、私の電話での指示で鉄骨の建物の2階に逃げ、ギリギリで助かりました。非常持ち出し袋も重要ですが、実際には押し入れの奥にしまってしまう方が多いです。玄関やベッドサイド、靴と一緒に置いておくべきものです。1分2分の差が命取りになることを、私たちは東日本大震災で体験しました。

備蓄は3日分と言われますが、1週間は必要です。更に、隣の人に分けることも考えると、余計に持つしておくことが大事になります。地域の交友関係も重要で、区長さんが地域の人々の特技や仕事を把握していると、災害時に大きな力になります。

8. これからの社会と私たちの役割

2050年には社会保障制度が肩車型になり、一人が一人を支える仕組みになります。私たちは年を取っても働く側に回る必要があります。私は孫世代に迷惑をかけないためにも、現役を引退する気はありません。

災害時には、高齢者や障がい者、母子家庭など特色がある人たちを見守ることが重要ですが、地域のおばあちゃんたちが「あの人が、最近仕事を辞めてほっとしている」「最近酒ばかり飲んでいる」と気になる人を見つけることがあります。そういう人を見つけた時に、専門機関に相談する仕組み作りが大事になります。

地域防災計画をしっかりと読み、社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを運営することが明記されているか確認することも重要です。計画にないものは実行できないので、行政と社会福祉協議会が連携して住民支援をしていく体制を確立する必要があります。

9. 最後に

全国では毎年必ず豪雨災害があり、南海トラフ地震などの大災害も想定されています。更に、活断層による直下型地震は各地で起きる可能性があります。子や孫世代に今からやれる人がバトンをつないでいけたらと心から強く思っています。「誰かがやってくれるだろう」ではなく、「私がやる」「私たちがやる」と読み替えていかないといけない時代です。できる人は出しゃばってやってほしい。やれる力を持っている人

が、みんなで持ち寄って小さな集団をたくさん作っていくことが、これから一番大事なところになります。皆さん一人一人の力が、この有田市においても相当な力になり得ると思います。

ぜひ社会福祉協議会にその思いを伝えてください。災害と向き合いながら生きていく中で、今後のバトンをどうつないでいくかが非常に重要です。

◎対談

「石川県珠洲市で住民が向き合った被災地のリアル」

一般社団法人 BIG UP 石巻 代表理事 阿部 由紀氏

社会福祉法人珠洲市社会福祉協議会 主事 神徳 宏紀氏

神徳氏：

珠洲市社会福祉協議会総務管理課、珠洲ささえ愛センター主事の神徳宏紀と申します。能登半島の最先端、石川県珠洲市生まれです。2014年より金沢市の商社に勤務し、2017年に珠洲市に戻り、社会福祉協議会に入職しました。地元消防団にも入団し、日頃から防災に関わってきました。2022年の地震時に災害ボランティアセンターを、2023年と2024年の地震、豪雨災害時は災害ボランティアセンターと珠洲ささえ愛センターにて住民の生活再建支援を担当しています。



神徳 宏紀氏

まず、珠洲市の被災状況についてご説明します。死者・行方不明者は102名、最大避難者数は人口の約6割にあたる7,895名に上りました。住家被害は全壊が4,798棟、半壊が638棟、一部損壊を含めると被災率は9割を超える壊滅的な被害でした。珠洲市は2022年6月、2023年5月にも大きな地震に見舞われており、度重なる被災で地域全体が疲弊していました。

1月2日に災害ボランティアセンターを立ち上げましたが、実際に一般ボランティアを受入れできるようになったのは約1か月後の2月からでした。なぜこれほど時間がかかったのか。まず、職員体制の問題がありました。発災前70人いた職員のうち、2週間で出勤できたのはわずか1割程度。多くの職員自身が被災者となり、家族を失った職員、自宅を失った職員もいました。

道路状況も深刻でした。道路が寸断され、金沢から珠洲まで通常なら2時間半程度の道のりが、当時は12時間以上かかってしまうような状況でした。ボランティアの方が来られても活動場所まで移動できない。更にインフラの問題も大きく、仮設トイレが設置できていない中で、携帯トイレを利用していましたが、その回収すらままならない状況でした。

ボランティアの方が来られても駐車場がない。宿泊できる場所は避難所になっていて、自衛隊の方が中心で使用していました。食事の提供もできない、ガソリンスタンドも機能していない。電気の復旧にも時間がかかり、まさに受入れ態勢が整わない状況が続きました。

そんな中、1月7日に第1回珠洲市災害NPO等連絡会議を開催しました。狭い部屋に25団体が集まり、どういった支援ができるか、珠洲市内の被害状況はどうか、避難所がどこに開設されているか、情報共有を行いました。行政ですら避難所の情報を把握できていない状況でした。その際、私たちの事務局長が立ち上がり、涙を流しながら「助けてください」と絞り出すように一言だけ言いました。それだけ珠洲市が置かれた状況は深刻でした。

外部支援団体の皆様には、初動対応として様々な活動を担っていただきました。NPOの方々も重機を使って人命救助、捜索活動を警察と連携しながら実施しました。行政も社会福祉協議会もマンパワーが足りず、市内での在宅避難者向けの炊き出し、仮設住宅での炊き出し、避難所での炊き出し、自主避難所で住民が独自に立ち上げた避難所での炊き出しなど、すべての調整をNPOの方々にお願しました。学校給食が始まるまでフォローしていただき、3月頃まで徹底的に「命をつなぐ」活動を行っていただきました。

道路啓開という活動もありました。緊急車両が通れるようにするため、津波や地震で倒壊した建物で車両が通れない道を、行政から依頼を受けて重機を使って道を開く活動です。社会福祉協議会としては、こういった重機の燃料費用を補填する形で活動をサポートしました。

現在は生活支援連携会議という形で、ボランティアセンター、ささえ愛センター、行政、様々な外部支援団体と連携しながら会議を行っています。住民の方々の生活課題、ボランティアセンターで抱えている課題を共有し、必要なものは行政に挙げて、制度として対応できる範囲でフォローしてもらう体制を作っています。

石川県内でも珠洲市は外部支援との連携を特に色濃くしています。それは令和5年の地震でのつながりが大きく関わってきました。実際、今回登壇されている阿部さんも、令和5年の地震の際に関わりを持ち、そのご縁で能登半島地震発災後すぐに珠洲市に入ってくださいました。

重要なのは「受援力」です。私たち自身や社会福祉協議会という組織でできることには限界があります。自分ができないから「できません」というのではなく、自分の限界を支援の限界にせず、自治体や地域の住民の方々と協力しながら、もう少し被災された住民の方にフォローができる支援を考える。更にNPOなどの外部支援団体のお力をお借りしながら、それぞれの団体の特色ある活動を連携すると、最も大きな支援の輪になります。

この外部支援の方々の力をいかにうまく受け入れるか。私たちはよく「助けられ上手」「助け上手」という言葉で表現しています。地域や社会福祉協議会だけでできることは限られていますが、民間の方々、NPOの方々、外部支援の方々のお力をお借りしながらフォローすることで、大きな輪で住民の方に支援をする。これが私たちの対応でした。

阿部氏：

まずお聞きしたいのは、自分自身も被災者という危険な状況からのスタートだったと思いますが、それでも災害支援のイメージを持てたのは、過去の地震での経験があったからでしょうか。

神徳氏：

様々な団体がどういったことができるかは、以前の被災経験からなんとなくのイメージはありました。ただ、実際にボランティアセンターを立ち上げても本当に混沌としていて、言葉を選ばずに言えば、生きるか死ぬか、どうやって生き延びていくか、という状況でした。

阿部氏：

住民の方々からボランティアセンターを動かしてほしいという要望はあったのですか。

神徳氏：

どちらかというと住民からの要望というよりも、皆さんが倒壊した家屋を前にして、それどころではないという印象でした。当時は外部からの外圧が本当にすごくて、「なぜボランティアを受け入れないのか」というところへの対応が一番我々としても難しかったです。一方で、住民からは雨漏りをしているから何とかしてほしいとか、一般のボランティアさんでは対応できないような案件は当初からあって、そういったところは外部支援の団体さんからお力をお借りしながら対応をしていました。

阿部氏：

皆さんがまず生きるか死ぬかという局面になった時に、片付けてほしいという思いはあっても、実際に住んでいない、避難されて空き家になっている状態でどんどん手伝ってほしいという声を上げることも難しかったですよね。勝手に入れれば不法侵入になってしまいますし。

神徳氏：

そういったことも含めて、ボランティアセンターを立ち上げるまでの準備が本当に大変でした。

阿部氏：

珠洲市社会福祉協議会さんがすごく苦勞されたのは、ボランティアセンターの運営がすごく忙しい時期にもかかわらず、「珠洲ささえ愛センター」という住民が避難した後の生活を支えるための情報収集や精神的なケアも行わなければならなかった。震災でうつになっている方も多かったと聞いています。二足のわらじを履かなければならなかった職員の心情はどうだったのでしょうか。

神徳氏：

家族を失ったり、自宅を失ったりした職員もいて、そういった中でボランティアセンターをやることに対して、「こんな時に仕事なんて」というような職員もやっぱりいたと思います。そういった中で、阿部さんも含めて外部支援の方々に入ってもらうなど、全国からの社会福祉協議会の応援派遣の方々が来てくれました。職員間でも被災レベルが違います。自宅は無事ですが水道が通っていない私みたいな人間もいれば、ご家族を亡くされた方もいる。そういった中で、職員間では話し合いが難しいようなことも、外部から来ていただいた方だからこそ、ちょっとポロッと本音を言えるなど、愚痴ではないですが少しガス抜きをしていただいたということもありました。例えば阿部さんが来られたら、普段介護デイサービスをやっている職員が笑顔になったりしました。組織として、一人一人の心情になかなか寄り添いきれなかった部分も正直あったと思います。その中で、様々な方に支えてもらったというのが、我々としても本当にありがたかったと思います。

阿部氏：

余震も多い中で、大型ダンプが通るたびに家が崩れていった家もあります。そういった中で支援活動するのは本当にきつく、危険と隣り合わせですね。

神徳氏：

そういった部分に関しては皆が素人です。社会福祉協議会がそういった片付けボランティアセンターをやるというのは、技術系の今まで経験をかなりなされてきた方々、NPOの皆さんのご意見などをいただきながらでないといけません。

阿部氏：

道路も寸断されている中、マスコミは切り貼りを皆さんに伝える。今だとドローンで撮った写真だったり映像だったりするわけですが、本当は車で行けていないところまで撮られてしまっている。それを見た外部の方から「手助けが必要なんじゃないか」という問合せやバッシングが多かったと聞いています。

神徳氏：

現場に行っている者としては、それがいたたまれなかったという思いがあります。

阿部氏：

少し落ち着いてきた時に、連携とか協働とか、住民同士がどのぐらい助け合って、被災されなかった住民がボランティアセンターや助け合いセンターを運営する側に回ってもらえるかということは大変になると思います。神徳さんのところは被災率が9割を超えている尋常ではない被害ですが、今、珠洲市でも市民の方々が何名かボランティアセンターにいらっしゃいます。

神徳氏：

アルバイトの方や、ボランティアで地域の方々がボランティアセンターを運営していくという形です。社会福祉協議会職員ももちろんボランティアセンターにいて、そういった地域の方々にもご参加いただいています。例えば現地の調査、被災された家屋の調査の時には、やはり地元の方が入ったほうが住民も安心されます。外部支援の方々が来た時にうまくコミュニケーションがとれなかったということもあるので、地域でボランティアセンターをやっていくということが本当に大事だと思います。

阿部氏：

例えば大規模災害、南海トラフ地震などが起きたときに、外部支援の方々が自分の市町村に入ってくるかというそうではなくて、誰も来ないという可能性もきっとあり得ますよね。

神徳氏：

そういう時に地域でいかに自分の地域を守っていくか、対応していくかということが非常に重要なのかと思います。私たちは災害を機にそういったつながりができた市町村ではあるものの、平時からつながりを密に持っておくと、仮に災害が起きた時により強固なつながりを持って地域を守っていけるのではないかと思います。

阿部氏：

私も石巻市で震災後、住民の皆さんに研修という形で説明しています。「東日本大震災では外部からいろいろ助けてもらったけれども、これから起きる災害については助けてもらえないかもしれない。同時多発的なことが起きた時には、その当該市町村で何とかしていかなければならない」と言っています。

資機材の管理・保管、土地の地名を知っている皆さんが案内係になる、ボランティアの受付など、住民参加型でのボランティアセンターの在り方というのは、今後どこでも必要になります。

例えば技術的なことが必要な場合、業者さんがどのくらい町にいらっしゃるか。石巻市の場合は、JC（青年会議所）の皆さんや業者の皆さんと連携していこうという動きがありました。「何かやることはあるか」と業者さんから提案をいただいて、それでNPOの皆さんとつなげて活動していくという流れになったかと思っています。

神徳氏：

珠洲市内の業者さんは当時、動けていなかったというのが実態としてありました。ただ、外部の全国のJC（青年会議所）さんであったり、商工会さんであったり、様々な方々がお手伝いに入っていたり、また民間企業さんから人を派遣していただいたりとか、そういったお手伝いをいただきました。地元企業は被災によって廃業をされたところが非常に多いです。なかなか地元企業が動ききれなかった部分もあったのかなと感じます。

阿部氏：

石川県知事の「ボランティアは来ないで」という発言について、現場としてはどう感じましたか。

神徳氏：

私個人としては、あの時点では正しかったのではないかと感じています。なぜかというと、本当に交通麻痺を起こしていて、救急車も通れない。そこで個人の車で乗り入れをされて、そこで事故が起きてしまったり、パンクしてしまったり。ガソリンも限られている状況でした。

あとは私どものボランティアセンターは基本的に駐車場がない。ボランティアセンターで70台の車を確保していて、行政の建物の敷地なので一般住民の方も入れられる場所になります。他に駐車場を確保すればという話もありましたが、避難所になってしまったり、仮設住宅の用地にされてしまったり、住民の方の生活のために使われている。広く空いていた場所も、地盤沈下が起きて車が乗り入れできるような状況でなかったりして、なかなかボランティアさんの受入れは当初難しかったです。

阿部氏：

私も神徳さん同様、当時の発言は正しかったと思います。現場を見ない人は好き勝手言いますが、救急車が止まっているのです。助けに来た被災者のお子さんたちの車も横行します。洗濯をするために珠洲から金沢まで行くのに8時間かかります。帰りも8時間です。1泊2日の洗濯になります。当時はそういう時期で、人はたくさんいても駐車スペースもない、トイレもない、食べるものもない。被害が起きた時に流通・物流が悪くなるということです。有田市でもそれは起こり得ると思います。ガソリンも1台2,000円分しか入

れてもらえないとか、そういった状況が続きます。当たり前にあるものがなくなるという瞬間が来ます。

知事の発言は、最初は正しかったと思いますが、どこかでオープンにするやり方が必要だったと思います。石川県独自の文化をまず知ることが大事で、県がボランティア基金を持って県が仕切りをしています。ボランティアセンターも県庁にあります。珍しい方式です。そこでお金を出して必要な物品を買ったり、ボランティアバスの調整をしたりというのは石川県独特なのです。そういう歴史的な背景もあるということを理解していただければと思います。

質問者：

和歌山県のボランティアバスで3月に伺いましたが、効率を考えるとなぜダンプなどの重機がないのかと思いました。福井県のレンタル屋さんとか建設業者さんに頼めば貸してくれると思うのですが。また、JC（青年会議所）のDX対応がすごいと感じましたが、具体的にどうやっているのでしょうか。

神徳氏：

実は車両の確保が本当に困難で、最終的に車両70台くらい確保できました。これまでの日本の災害の中で一番車両を確保していたボランティアセンターだと思います。当初は、レンタカー屋さんで車を借りて金沢から来てくださいと言うと、「被災地には貸さない」と言われたそうです。車がないと何もできない、移動もできないような土地なのですが、被災地に配車をしてくださる場所は正直なかったというのがありました。

JC（青年会議所）については、被災してすぐに中央組織に連絡がいき、若い人たちがたくさん来てくれました。

DXについては、以前の地震の際から珠洲市独自に様々な取組をされていて、kintoneというシステムを入れています。ボランティアさんの受付や活動報告書のデジタル化、2次元バーコードを読み取れば地図が出てナビまでしてくれるなど、いろいろと工夫をされています。珠洲市が先駆けとなり、現在では石川県全域で使われるようになりました。ただ、こういったシステムは属人的になりがちなので、誰でも使いやすいシステムを組むように準備を進めているところですが、課題もまだまだあるというのが正直なところですが。

阿部氏：

ボランティアセンターというのは、阪神・淡路大震災から30年経って、東日本大震災、西日本豪雨と反省と振り返りを繰り返してきました。今あるボランティアセンターは効率化されていますが、安全性、熱中症問題など、ハードルが高くなって、幅が狭まってしまった。東日本大震災の頃、石巻市には1日最低で400人、最高で2,600人のボランティアさんが来てくれました。その時の安全管理などほぼありませんでした。それが現実です。今は様々な制約、留意事項ができて、活動も午前2時間、午後2時間という制限がある。あくまでボランティア活動だからという理由で。それでは納得できないボランティアさんもたくさんいて、神徳さんたちのようなところに苦情として入ってきます。我々が仲裁に入るというのも役割として担わせてもらっている部分です。

最後に、和歌山県の皆さんに伝えたいことがあります。まず自分の命を守ること。避難誘導している消防団員や民生委員が亡くなるというのはもったいない、大変痛ましい。珠洲市でも津波があった地域では

30人以上の方が亡くなっています。痛ましい命が失われているのが現状としてまだまだ続いています。

今後も減災とか、そういった部分で皆さんの地域力というものが問われる瞬間がもう間近なのかもしれません。皆さんのお命を大事にしながらも、後の世代のためにも、今が踏ん張り時なのかもしれません。私たちが宮城で頑張りますし、ぜひ皆さんも有田の地で頑張ってくださいと思います。この有田地方の皆さんで一丸となって、という形もひとつ考えていってほしいです。

神徳氏：

皆さんの中で何かしら組織に属されている方もおられるかもしれません。民生委員さんであったり、消防団であったり、区長会に入られたり。そういった方々が、実際にボランティアセンターに限らず、避難所も含めて、ご自身が被災した時に何ができるのか、何をすべきなのかというところを考えていただければと思います。ただ、必ず無理だけはされないように。本当に被災した時に災害支援をやっていくというのは、やれる人がやれる時にやっていくという前提で考えていただければありがたいです。私も常々お話ししているのが、自分が被災したなどという時にはまずは家族、ご自身のご家庭を優先していただいてよいので、無理しないでくださいということです。

皆様も災害というものに関心があって、今回この会場に見えられている方が大勢いらっしゃると思いますが、そこで前のめりになりすぎずに、ご自身が被災した時は無理をせず、自分が少し動けるなどという時に何ができるのかと考えていただければ、非常にありがたいと感じております。



◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 常務理事 棚橋 裕之氏

一般財団法人地域社会ライフプラン協会常務理事の棚橋でございます。

本日は、何かとご多忙のところ、また連日、からだに堪える猛暑が続いている中、大勢の県民の皆様へ「令和7年度シニア災害ボランティアシンポジウム in 和歌山」にご参加をいただき、厚く御礼を申し上げます。

私ども地域社会ライフプラン協会では、各都道府県のご協力をいただきながら、こうしたシンポジウムを、東日本大震災の翌年の平成24年（2012年）から全国各地で開催しております。今回の和歌山県有田市でのシンポジウムで76回目を迎えました。

さて、本日は、一般社団法人BIG UP 石巻代表理事でいらっしゃいます阿部由紀様に、「災害に強い地域づくり～住民同士の助け合い～」と題してご講演をいただきました。東日本大震災発災後の社協でのいろいろなご経験、更に昨年1月1日に起きました能登半島地震後の珠洲市でのボランティアでの経験を踏まえてご講演いただきました。私が印象に残ったのは、自助ということです。

自助とは自分を助けることですが、まずなによりも災害を自分ごととして考えなければならないということ強く思いました。なかなか経験する前は、他人ごとと捉えてしまいがちですが、いざ経験すると大変さを身にしみて感じますので、やはり「自助の気構え」が重要です。

自分がそういう場面に出会った際に何ができるか、あらかじめ何をしておくべきか、ということを考えておくこと。それから地域社会の見守り、人のことを気遣うことの重要性についてご報告をいただきました。会場の皆様もじっくりと聞いておられたと存じます。

本日もご参加の皆様のお住まいの地域が、壊滅的な災害に見舞われてしまった場合の復興や、あるいは地域力向上の手だてを考える際に役立つ、とても示唆に富むお話を伺うことができました。

後半、第2部の社会福祉法人珠洲市社会福祉協議会主事の神徳宏紀様とのオンラインでの対談では、「石川県珠洲市で住民が向きあった被災地のリアル」というテーマで、その際の住民の皆様との直面した困難ですとか、あるいはそれらをどうやって乗り越えていったのかということの詳細にお話をいただきました。最後にお話をされました、受援力という言葉がキーワードになっておりました。

ボランティアといっても、地域によってはすぐには来られないということがあります。そういった場合の、受援力をどのように高めていくかということをも改めて考えさせられました。貴重な体験談をお聞かせくださいましたお二人に心より御礼を申し上げます。

最後になりますが、今回のシンポジウム開催にお骨折りをいただきました、和歌山県、並びに有田市社会福祉協議会の関係者の皆様へ、この場をお借りいたしまして深く感謝申し上げます。本日のシンポジウムが、みんなで力を合わせて大規模自然災害がもたらす深刻なダメージを克服するためには、常日頃からのような備えをしておくべきか、また被災者に寄り添い、個々のニーズに応えられる体制をどう構築するかといった様々な課題を解決していくうえでの糸口となり、更に、こちら和歌山県におけるシニアの方を始めとする災害ボランティア活動の普及発展の一助となることを祈念いたしまして、閉会の挨拶とさせていただきます。

本日は本当にありがとうございました。

島根県

令和7年度 島根県防災安全講演会

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催・オンライン視聴
- ・開催日：令和7年11月9日（日）9時30分～12時00分
- ・会場：隠岐の島町立隠岐島文化会館
- ・参加人数：現地43名、オンライン9名 計52名
- ・主催：島根県、隠岐の島町、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：公益財団法人 島根県市町村振興協会

参加
無料

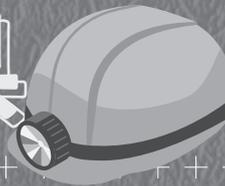
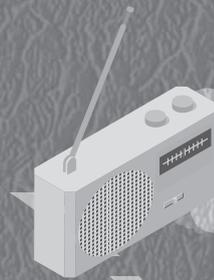


S H I M A N E

令和7年度

定員100名程度
駐車場あり

島根県



防災安全



講演会



開催
場所

隠岐の島町立隠岐島文化会館
島根県隠岐郡隠岐の島町西町吉田の二、2番地

開催日時

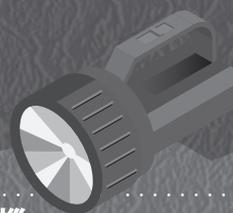
令和7年

11/9日

9:30~12:00 開場9:00

プログラム

- ◇ 09:00 開場
- ◇ 09:30 開会・主催者挨拶
- ◇ 09:40 講演1 避難所生活を支える多様な主体について
NPO法人イコールネット仙台 常務理事 宗片 恵美子 氏
- ◇ 10:40 休憩
- ◇ 10:50 講演2 高齢者等の被害軽減に備えておきたい
自主防災組織の知恵と工夫
~高齢化する自主防災組織が、個別避難計画の作成に取り組むには~
一般社団法人ADI災害研究所 理事長
阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター 友の会 会長 伊永 勉 氏
- ◇ 11:50 閉会挨拶
- ◇ 12:00 閉会



WEB視聴も対応

現地にお越しできない場合には、
Zoom配信による視聴も可能です。

主催

島根県・隠岐の島町・
一般財団法人地域社会ライフプラン協会

後援 / 公益財団法人 島根県市町村振興協会

この講演会は、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

◎開会挨拶

島根県防災部防災危機管理課 課長補佐 世良 敬一郎

皆様おはようございます。島根県防災部防災危機管理課の世良と申します。

令和7年度島根県防災安全講演会の開会に当たりまして、主催者として一言ご挨拶申し上げます。

本日はお忙しい中、自治会や自主防災組織の方など多くの皆様にご参加いただき、誠にありがとうございます。本日の講演会は、一般財団法人地域社会ライフプラン協会様のご支援をいただきまして地域の事情に明るく、また幅広い経験・知識をお持ちのシニア層の方々に地域防災の担い手として、その能力を広く地域に還元していただくことを目的としまして、全国で開催されておりますシニア災害ボランティアシンポジウムの一環として、開催するものでございます。

さて、島根県におきましても昨年の7月には大雨によりまして、出雲市の日御碕地区で道路が崩落するなど、大きな被害に見舞われたところですが。こうした災害から身を守るためには、まず皆さんお一人一人によります「自助」、自分の身は自分で守る、また「共助」、近所や地域で助け合うという取組が大切でございます。

阪神・淡路大震災のケースでは、倒壊した家屋の下から救出された方の約8割の方が、近隣の方々によって救出をされ、残りの2割の方々が消防や警察、あるいは自衛隊などによる救出であったと言われております。災害に強い地域づくりを進めるためには、地域における災害ボランティア活動・防災活動を推進していく必要があります。また、令和3年5月の災害対策基本法改正によりまして、市町村の努力義務となった避難行動要支援者についての個別避難計画の策定促進に向けて、行政と自主防災組織、民生委員、福祉事業者等が協力して取組を進めていく必要があります。

本日の講演では、講演1としまして、NPO法人イコールネット仙台常務理事の宗片恵美子様から、「避難所生活における多様な主体について」、そして、講演2として、一般社団法人ADI災害研究所理事長、また、阪神・淡路大震災記念人と防災未来センター友の会会長の伊永勉様から、「高齢者等の被害軽減に備えておきたい自主防災組織の知恵と工夫」についてご講演をいただくこととしております。

宗片様、伊永様には、お忙しい中、本日の講演をお引き受けいただきまして大変ありがとうございます。

それでは、本日の講演会が、皆様にとりまして日頃の取組の一助となるとともに、地域の防災意識の高揚、防災力の一層の向上につながる機会となりますことを祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。本日は、どうぞよろしく願いいたします。

◎講演 1

「避難所生活を支える多様な主体について」

NPO 法人イコールネット仙台 常務理事 宗片 恵美子氏

本日は「避難所生活を支える多様な主体について」というテーマでお話しさせていただきます。私たちの団体は「男女共同参画」をテーマに、生活の全てに関わる活動を行っています。特に2011年の東日本大震災を経験して以降は、防災・減災において男女が協力して進めることの必要性を痛感し、そのための活動に力を入れています。本日はその経過や、震災の教訓から得た避難所運営の在り方についてお話しさせていただきます。



宗片 恵美子氏

1. 東日本大震災の現実と事前の調査

2011年3月11日午後2時46分、東日本大震災が発生しました。スライドでお見せしている写真は私の友人の自宅です。津波の被害というのは、建物を根こそぎえぐり取り、通り抜けていくほどのすさまじいものです。学校のすぐ前に川があるような地域では、もうそこには自宅を再建できないため、別の土地を探して生活を再開せざるを得ないという厳しい現実がありました。

実は震災前の2008年（阪神・淡路大震災の教訓を踏まえた時期）に、私たちは仙台市内の女性を対象に「災害時における女性のニーズ調査」を行っていました。まだ震災が起きていない時期でしたが、そこでは女性たちが抱える様々な不安や心配が明らかになっていました。しかし、それが十分に生かされないまま、2011年の東日本大震災を迎えてしまったのです。その結果、調査で危惧されていた不安が、実際の避難所や仮設住宅で次々と現実の問題となって現れました。

2. 避難所支援から見えた「声なき声」と深刻な課題

震災直後から私たちは避難所や仮設住宅での支援活動や調査に入りましたが、そこには山積する課題がありました。

まず、避難所の運営リーダーの多くは男性でした。そのため、女性たちの切実な声やニーズが運営側に届かないという現実がありました。

避難所の環境も過酷でした。プライベート空間が全く確保されず、仕切りもなければ、更衣室も授乳室もありません。そのような無防備な環境下では、残念ながら性暴力などの問題も発生しました。また、避難所での食事作りは、被災した女性たちが担うことが多く、調理室に缶詰状態で朝昼晩の食事を作り続けるという過重な負担もありました。しかし、そうした苦境にあっても、女性たちはなかなか声を上げることができなかったのです。

仕事の問題も深刻でした。子どもや高齢者を連れて避難している女性たちは、保育所も介護施設も被

災して再開しないため、預け先がなく仕事に行けません。その結果、仕事を辞めざるを得ない、退職せざるを得ないという悲痛な訴えが私たちに寄せられました。物資に関しても、女性に必要な下着や化粧品、衛生用品などが届きにくい状況でした。ただ、これに関しては全国の女性たちから支援物資を送っていただき、大変助けられました。

また、私たちは「洗濯ボランティア」を行いました。多くの避難所は学校の体育館などですが、そこには洗濯機がありません。着替えもなく不衛生な状態が続く中、私たちは洗濯物をお預かりし、メンバーの自宅で洗濯をしてお届けするという活動に取り組みました。

3. 長期化する影響と「被災者は支援者」という視点

東日本大震災から5年後、当時の被災女性たちに再度インタビューを行いました。当初40名いた協力者のうち、5年後に回答してくださった人は20名でした。半数の方が体調を崩していたのです。災害の影響はその時だけのものではなく、5年経ってもこれだけ多くの女性が心身に不調を抱えているという現実があります。これは女性に限らず、避難所運営や地域の再建に奔走した女性たちも同様に大変な思いをされています。

避難所生活についての調査では、「女性リーダーがいてほしかった」という声が圧倒的でした。健康上のデリケートな問題や女性特有の物資については、男性リーダーにはどうしても相談しづらいためです。やはり、リーダーには男性と女性、両方がしっかりと配置されることが必要不可欠です。

一方で、強調しておきたいことは、女性は決して守られるだけの「弱者」ではないということです。私たちの調査によると、被災した女性の6割以上が、物資の支援や隣近所の安否確認、避難所運営のサポートなど、何らかの支援活動に従事していました。女性たち自身も「被災者は支援者」であり、地域の防災を担う重要な主体であるという認識を持つことが大切です。

4. 地域防災の実践と女性リーダー育成

私たちは地域に入り、それぞれの地域性に合った防災計画作りや、防災訓練の見直しを提案してきました。

沿岸部と内陸部では災害の特徴が異なります。そのため、それぞれの地域に合わせた計画が必要です。訓練についても、従来の避難訓練や炊き出し訓練だけでなく、例えば、夏休みに子どもたちと一緒に夜間の避難訓練を行ったり、津波を想定した実践的な訓練を行ったりと、地域の人たちと一緒に内容を見直してきました。こうした取組を女性たちが主体的に担っていけるよう、「女性のための防災リーダー養成講座」を3年間にわたり実施しました。全5回の講座は休んではいけないという厳しいもので、修了後は必ず地域で実践するという約束で行いました。その結果、100名を超える女性防災リーダーが誕生し、東日本大震災から14年たった現在も、それぞれの地域で熱心に活動してくれています。

5. 「安心・安全な避難所」をつくるワークショップ

特に力を入れているのが、避難所の設計図や模型を作るワークショップです。中学生なども巻き込み、「この地域にどんな人が暮らしているか」「その人たちが避難してきた時にどんな困り事を抱えるか」を具体的にシミュレーションします。

例えば、あるワークショップに参加された聴覚障がいを持つ高齢の男性は、ご自身が聴覚障がいであることが地域で認知されていなかったため、避難所で大きな声を出してしまい、周囲に迷惑をかけてしまったという辛い経験を話してくださいました。障がいといっても、必要な支援は一人一人違います。そうしたことを地域の中で共有し、日常的に支え合う関係を作っていくことが重要です。

ワークショップでは、様々な立場の人の困難を想像します。視覚障がいの方、乳幼児、妊産婦、外国人、性的マイノリティの方など、多様な人々が避難してきます。「複数の赤ちゃんが泣いていて不快に思う人もいれば、申し訳なさで辛くなる母親もいる」「入れ歯を流されてしまい、普通のご飯が食べられない高齢者がいる」「アレルギーを持つ子どもが、配給されたものを食べられない」といった、現実起こり得る具体的な問題を書き出し、それに対してどのような支援や配慮が必要かをみんなで考えます。

6. トイレ問題とスフィア基準

避難所で特に深刻かつ重要なのが「トイレ問題」です。トイレが汚いという衛生面の問題だけでなく、そこで性暴力などの犯罪が起きる危険性もあります。私たちは中学生と一緒に、ダンボールやテントを使って実際にトイレを作る活動も行いました。自分たちの手で作る過程に関わることで、妊婦さんや障がいのある方、高齢者にとって使いやすいトイレとは何かを考えるきっかけになります。

安心・安全なトイレのためには、男女別々の離れた場所に設置することが重要です。また、「スフィア基準」という世界的な人道支援の基準をご存じでしょうか。この基準では、避難施設のトイレの数は、女性用は男性用の3倍必要であるとされています。女性はトイレにかかる時間が長いため、それだけの数を準備しておく必要があります。夜間照明や鍵の設置はもちろん、性的マイノリティの方などのために「多目的トイレ」の設置も必須です。今は多くの学校に多目的トイレがありますが、災害時にもそれが使えるような準備が必要です。

7. 運営体制のルール化と感染症対策

感染症対策の観点からも、避難所の雑魚寝状態は避けるべきです。パーテーションやテント、ダンボールベッドなどを活用し、適切な距離とプライベート空間を確保することが、暴力の防止や心の安定にもつながります。

避難所の運営体制については、管理責任者を男女共同配置とし、多様な立場の人（介護・介助関係者、障害者、学生など）を運営メンバーに加えるべきです。

運営のルール作りも重要です。食事作りが女性に偏らないよう、「できる人がやる」というルールにすること。そして、生理用品や下着などの女性用品は、必ず女性担当者が配布すること。男性からそういった物資を受け取るのは、女性にとって決して気持ちの良いものではありません。こうした配慮は、災害が起きてから考えるのではなく、平時からルールとして決めておく必要があります。

8. 次世代への継承と「日常の関係性」

私たちは、次世代を担う中学生に向けて「中学生がつくる防災宣言」や避難所の設計図作りを行ってもらっています。彼らは大変熱心で、「誰でも安心思いやりの避難所」「お年寄りや車いすの人に配慮した施設」といった素晴らしいタイトルと内容の設計図を作ってくれました。小学生や中学生であっても、

地域の一員として立派に防災を考えることができます。年齢や性別を超えて、一人一人が防災の主体として関わっていくことが重要です。

熊本地震の際、益城町の益城中央小学校の避難所では、吉村静代さんという女性がリーダーとなり、自主的に仲間を集めて素晴らしい避難所運営を行いました。私たちが現地でお会いして大変感動しました。このように、女性がリーダーシップを発揮することで変わる避難所の姿があります。

最後に改めて申し上げたいことは、防災は災害が起きた時のためだけではないということです。「日常にある関係性」が、災害時にはそのまま反映されます。普段から地域の中にどのような人がいて、どのような支援が必要かを知っておくこと、そして挨拶や声かけができる関係を作っておくことが、最も重要な備えとなります。

今日のお話が、皆さんのこれからの防災の取組の一助となれば幸いです。

【質疑応答】

質問者：

町内会の集会所を避難所として考えていますが、限られたスペースです。乳幼児の泣き声があった際、周囲への配慮が難しかったのですが、狭いスペースでどう対応・仕切りをすればよいでしょうか。地域の集会所では限界があります。

宗片氏：

もし公共施設でいくつか部屋があるなら、「子育て中の人のための部屋」などを事前に決めておくのはどうでしょうか。

質問者：

地域の集会所では人も多く、スペースも限られていて区切るのが難しいのです。

宗片氏：

可能であれば、事前に簡易な仕切りだけでも準備しておき、「この部分は高齢者のため」「ここは子育て中の人のため」とゾーニングをする。そして泣き声などはお互い様として我慢するしかない部分もありますが、重要なことは、その母親が「辛くてその場にいられない」と追い詰められる状況をつくらないことです。近所の家を借りて一時的に過ごしてもらうなどの方法も含め、町内会で「こういう時はどうしようか」と事前に話し合っておくことが大切です。災害時にいきなり考えるのではなく、地域の中で「あそこには赤ちゃんがいる」「あの方は障がいを持った」といったことを普段から認識し、話合いの場を持っておくことこそが、日常の防災ではないでしょうか。

◎講演 2

「高齢者等の被害軽減に備えておきたい自主防災組織の知恵と工夫～高齢化する自主防災組織が、個別避難計画の作成に取り組むには～」

一般社団法人 ADI 災害研究所 理事長

阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター 友の会 会長 伊永 勉氏

本日は「自主防災」をテーマに、特に高齢化が進む地域で、いかに実践的な備えを行うか、具体的な知恵と工夫についてお話しします。

1. 能登半島地震の教訓

まず、今年（2024年）の元旦に起きた能登半島地震の教訓からお話しします。

一つ目は「集落の孤立」です。土砂災害で道路が寸断され、支援が届かない状況が起きました。普段から迂回路を確保することや、防災行政無線だけでなく「衛星携帯電話」を公民館などに配備し、孤立しても連絡が取れる手段を持つことが重要です。二

つ目は「高齢者問題」です。犠牲者の多くが高齢者でした。公的な避難所だけでなく、地域の中で一時的に身を寄せられる場所を確保すること、そして「個別避難計画」の策定が急務です。三つ目は「情報の空白」です。今回、NHKが行方不明者名簿を公開しましたが、そこには行政が把握していない「無届け転出者（住民票を残したまま都会へ出ている若者など）」が約360名もいました。こうした人々を把握できるのは、地域の自治会や近隣住民だけです。災害時に「あの家の子は今東京にいる」といった情報を提供できる地域の力が求められています。



伊永 勉氏

2. 隠岐の島町の現状とリスク

隠岐の島町のデータを見ますと、高齢化率が40%を超えています。これは全国平均（約29%）を大きく上回る数字です。過去の災害データを見ても、東日本大震災では死者の7割、能登半島地震では8割が高齢者でした。更に、「老老介護」の状態にある地域も多いのではないのでしょうか。福岡のとある集落では、最年少が66歳という状況でした。そうした地域では、日常的に「生きてるか?」と声を掛け合うことが当たり前で、あえて計画を作らなくても共助ができています。しかし、国としては、それをできるだけ「個別避難計画」という形にして残してほしいと求めています。

3. 「自助」と「共助」の考え方

私は長年の経験からこう考えています。「自助」とは災害に先手を打ち、自分と家族が生き残ること。「共助」とはやってきた災害を迎え撃ち、地域で助け合って生き延びることです。自助の例として、岩手県釜

石市の事例があります。下校中の子どもたちが緊急時に飛び込める「津波避難の家」や商店を決めておき、実際に多くの子どもが助かりました。共助の例としては、高知県黒潮町の事例があります。南海トラフ地震で34メートルの津波が来るとされる町ですが、寝たきりの方が自力で玄関まで這って出てこられるよう、廊下の家具を一切撤去するといった対策を各家庭で行いました。玄関先まで出てくれば地域の人たちが担いで逃げるという約束事を決め、「自分たちも死ぬかもしれない」という危機感の中で究極の共助を作り上げました。

4. 情報発信と「受援力（じゅえんりょく）」

自主防災組織の皆さんにまず変えていただきたいことは、「情報を待つ」姿勢です。日本の悪い習慣として、警報や避難指示が出るのを家でじっと待つ傾向があります。しかし、役場の職員や消防団だけで地域全ての異変を把握するのは不可能です。「裏山から水が吹き出した」「マンホールが浮いている」「異臭がする」といった前兆現象に気付けるのは、そこに住む皆さんだけです。皆さんが率先して行政に通報することで、避難指示の判断を早め、地域を守ることにつながります。

また、避難所の開設についても工夫が必要です。災害時には役場の職員が来られないこともあります。そんな時、誰でも避難所を開けられるよう「アクションカード（指示書）」を用意してください。「鍵はここにある」「まずは安全確認をする」「シートを敷く」といった手順が書いてあれば、最初に到着したのが小学生であっても避難所の準備ができます。

そして、地域に備えてほしいのが「受援力（支援を受ける力）」です。過去の災害では、全国から善意の物資が届いたものの、現場が混乱していて配れず、大量の物資を腐らせてしまった事例があります。私も阪神・淡路大震災の際、おにぎり10万個を廃棄せざるを得ない経験をしました。必要なことは、「自分たちで何ができて、何ができないか」を明確にすることです。「発電機がないから電気は作れない」「この作業ができる専門家がない」といった「できないこと」をはっきりさせ、行政やボランティアセンターに具体的なSOSを出してください。「今、これが必要だ」と具体的に言える力が、適切な支援を引き寄せます。

5. 「個別避難計画」の作成と実践的な訓練

現在、法律で「避難行動要支援者」の名簿作成が進められていますが、肝心の「個別避難計画（誰がどう助けるか）」の作成は全国的に難航しています。「責任が持てない」と尻込みしてしまうからです。そこで自主防災組織にお願いしたいのは、まず本人と家族に「自分たちで計画を作る」よう促し、そのお手伝いをしてあげることです。最初から全てを地域が背負うのではなく、まずは家族で考えてもらうプロセスが重要です。

具体的には、自主防災組織の役員さんがお宅を訪問し、一緒にハザードマップを見ながらリスクを教えるところから始めます。「あなたの家は土砂崩れの危険区域に入っていますよ」「ここは浸水する可能性がありますよ」と、自宅にどんな危険があるかを本人と家族にしっかりと理解してもらいます。そのうえで、どう行動するかを一緒に考えます。必ずしも避難所へ行くことだけが避難ではありません。もし浸水のリスクだけであれば、無理に外へ出るよりも、家の2階へ上がる「垂直避難」の方が安全な場合もあります。それぞれの家の状況に合わせて、「避難所へ行くべきか」、それとも「在宅で上の階に逃げるだけで助

かるか」を判断してあげてください。

次に、役割分担を書き出します。避難行動をとるに当たって、「家族だけでどこまでできるか」を整理し、どうしても手が足りない部分について「近所には何を手伝ってほしいか」を明確にします。ここで非常に重要なことは、ご本人や家族に誤解を与えないことです。個別避難計画は、あくまでも「本人が助かるために必要なことを整理した計画」であり、「計画を作ったから待っていれば必ず誰かが助けに来てくれる」という「契約書」ではありません。災害時には支援者自身も被災する可能性があり、絶対の約束はできないことを丁寧に伝え、理解してもらう必要があります。

また、既にデイサービスなどを利用している方であれば、災害時は無理に避難所へ行かず、なじみのある施設へ「緊急ショートステイ」をする方が安全で安心な場合もあります。そうした選択肢も検討してください。

計画を作ったら、それで終わりにせず、必ず「訓練」を行ってください。それも、健常者が代役をするのではなく、実際の要支援者本人に参加してもらうことが極めて重要です。実際にやってみると、多くの気づきがあります。

とある地域では、寝たきりの方がストレッチャーで訓練に参加しました。5人がかりで大変な作業でしたが、ご本人は「この町に住んでいてよかった」と涙し、参加した住民も「いざという時、どう体に触れたらいいか」「どれだけ人手が必要か」を肌で学ぶことができました。また、別の地域では、訓練を通じて「車いすで避難する予定の道に倒壊しそうな空き家がある」ことが判明しました。がれきで車いすが通れないなら「おんぶ」で逃げるしかない。そこで、役場が全世帯に「おんぶひも」を配布したという事例（和歌山県）もあります。机上の計画だけでなく、実際に動いてみることでしか見えない課題と解決策があります。ぜひ、本人を巻き込んだ実践的な訓練に挑戦してください。

6. 在宅避難者への支援とローリングストック

避難所に行かず、在宅で我慢している被災者への支援も忘れてはいけません。過去の災害では被災者の9割が在宅避難者でした。安否確認や物資の配達など、地域での見守りが必要です。最後に「ローリングストック」のお願いです。特別な非常食ではなく、普段食べ慣れているレトルト食品や缶詰を「多めに」買っておくこと。例えば赤ちゃんの粉ミルクなら、残り1缶になってから買うのではなく、常に2缶予備がある状態を保つ。これを日常に取り入れてください。

【質疑応答】

質問者 1:

私たちの地区では「防災隊」の他に、「縁づくりの会」で見守りをしたり、「暮らし応援隊」で困りごとを助けたり、「メンズサロン」で食事会をしたりしています。先生のお話を聞いて、こうした日常的な活動こそが防災になっていると確信しました。

伊永氏:

その通りです。素晴らしい取組ですので、ぜひ続けてください。一つ付け加えるなら、「要援護者を作らない活動」も意識してください。サロン活動や体操などで健康を保ち、災害時に人の手を借りなくても済

む元気なお年寄りを増やすこと。これが一番の防災になります。

質問者 2:

私の地区では防災訓練が一度も行われていません。お話を聞いて恐ろしくなりました。これから取り組みたいと思います。

伊永氏:

いきなり地域全体で組織を作るのは難しいものです。まずは、お隣近所 3 軒だけで、あるいは家族だけでもいいので「避難散歩」をしてみてください。実際に避難所まで歩いてみて、危ない場所を確認する。そこから始めて、「あの人たち何やってるの?」と周囲に関心を持たせることがきっかけになります。

質問者 3:

人口 70 人、平均年齢 70 歳の地区です。海と山に挟まれた危険な場所で、指定避難所も危険区域内にあります。財政難で新たな避難所も作れず、資機材の置場也没有。どうすればよいでしょうか。

伊永氏:

資機材については、倉庫がなければ「分散備蓄」として、各家庭で分けて保管する方法があります。避難所については深刻な問題ですが、もし安全な避難所への移動が困難な要支援者がいる場合、災害が起きる前に「緊急ショートステイ」や「入院」といった形で、早めに安全な施設へ移動させる判断も必要です。地域住民だけでは助けられない命があります。「助けに行っても共倒れになる」ことを防ぐためにも、どこまでが地域で可能か、限界を含めて徹底的に話し合う必要があります。冷たいようですが、無理なものは無理と割り切り、行政や専門機関に早めに頼むという判断も、重要な防災の知恵です。

◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 理事長 和田 裕生

皆様、こんにちは。私は、一般財団法人地域社会ライフプラン協会の和田と申します。

本日は、大勢の皆様に「島根県防災安全講演会」にご参加いただきまして、厚く御礼申し上げます。

皆様もご存じの通り、地域の防災活動におきましては、その地域の方々の日頃からの備えや主体的な取組が大切でございます。その際、災害への日々の備えも、発生した場合の実際の対応も、現実に即した具体的なものであることが求められていると思います。だからこそ、災害現場での様々な活動の実体験に裏打ちされた知見に基づく教訓や知恵、取組といったことを日頃から聴き、自分のこととしていくことが大切であると思っています。

こうしたことから、島根県、隠岐の島町、私ども地域社会ライフプラン協会の共催によりまして、公益財団法人島根県市町村振興協会のご後援もいただきながら、本日、この防災安全講演会を開催させていただいた次第でございます。

本日はNPO 法人イコールネット仙台の常務理事でいらっしゃる宗片恵美子様と、一般社団法人 ADI 災害研究所理事長、阪神・淡路大震災記念人と防災未来センター友の会会長でいらっしゃる伊永勉様にご講演をいただきました。

長年にわたっての災害現場での活動と、そうした実践活動に裏打ちをされました問題提起、研究・啓発活動に取り組んでこられました宗片様、伊永様の本日のお話と、それぞれのお話の後にございました皆様との質疑応答を拝聴いたしておりまして、本日のこの講演会が、地域の防災活動についての皆様の視野と関心を更に広げ、深め、地域社会の担い手でもございます皆様の今日からの様々な取組の一助となれば、これに過ぎるものはございません。

結びに、本日のセミナーの開催にご尽力をいただきました、島根県、隠岐の島町の関係者の皆様方に深く感謝を申し上げます。令和7年も残すところ2か月になりましたが、大きな災害等のないことを、そして、ご参加いただいた皆様のご健勝を心からお祈り申し上げまして、閉会の挨拶とさせていただきます。

本日は、誠にありがとうございました。

秋田県

令和7年度

災害ボランティアセミナー in 秋田

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催
- ・開催日：令和7年11月10日（月）13時30分～15時50分
- ・会場：秋田県庁第二庁舎 8階大会議室
- ・参加人数：68名
- ・主催：秋田県、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：秋田県社会福祉協議会、公益財団法人秋田県市町村振興協会

・参加費・
無料!
定員**100**名

災害

ボランティア in 秋田 セミナー

令和 **11.10** MON
7年 月

13:30 ▶ 15:50 13:00開場

会場 秋田県庁第二庁舎 8階大会議室

主催/秋田県・一般財団法人地域社会ライフプラン協会
後援/秋田県社会福祉協議会・公益財団法人秋田市町村振興協会

プログラム

- 13:00 開場
- 13:30 開会・主催者挨拶
- 13:40 講演1
- 14:40 休憩
- 14:50 講演2
- 15:50 閉会

講演

1

「みんなで高める地域防災力」

～災害に強い地域コミュニティのつくり方～

跡見学園女子大学
観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授 **鍵屋 一氏**

講演

2

「災害多発時代の災害ボランティア」

～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～

NPO法人にいがた
災害ボランティアネットワーク 理事長 **李 仁鉄氏**

◎開会挨拶

秋田県健康福祉部地域・家庭福祉課長 佐藤 行輝

秋田県健康福祉部地域・家庭福祉課長の佐藤でございます。本日はご多忙の折、本セミナーにご参加いただき誠にありがとうございます。また、本日の開催にあたり、共催いただきました一般財団法人地域社会ライフプラン協会様をはじめ、ご尽力いただいた関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

さて、近年全国各地で大規模な災害が頻発しております。本県におきましても、令和4年度から4年続けて県内各地で大雨被害に見舞われ、その都度多くのボランティアの方にご支援をいただきまして改めて共助の重要性を実感した次第でございます。

また、近年多発する災害の教訓を踏まえ、災害対策基本法の改正によりまして、災害救助法の救助の種類に「福祉サービスの提供」がこの度追加されました。被災者への福祉的支援の充実がこのように全体で強化されております。

このような状況のもと秋田県では、災害発生時に支援を要する避難者への対応から、被災者の生活再建支援までの福祉的支援を相互的・効果的に行うため、平時からその体制整備や調整業務を行う「秋田県災害福祉支援センター」を秋田県社会福祉協議会に設置しております。秋田県災害福祉支援センターでは、災害ボランティアセンターの立ち上げ支援や、災害派遣福祉チームいわゆる「DWAT」の活動支援など福祉活動支援の中核的な役割を担い、誰一人取り残さない支援の実現を目指しております。

本日のセミナーでは、災害福祉支援のあり方、そして地域全体での防災力を高めるための知見を高めただけのように「みんなで高める地域防災力～災害に強い地域コミュニティのつくり方～」 「災害多発時代の災害ボランティア～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～」という二つのテーマを中心に、講師の方にお話をさせていただきます。

個人としての感想にとどまらず、地域全体として災害に強くなるための仕組みと共助の重要性を考え、安全かつ効果的に活動するための心構えと知識を皆様に身に付けていただき、今後の更なる地域防災力向上につながる知見を得ていただければ幸いです。

結びになりますが、本セミナーが皆様にとって有意義なものとなり、今後の災害に強い地域づくりに貢献できます事を祈念いたしまして、開催のご挨拶とさせていただきます。

本日はどうぞよろしくお願いたします。

◎講演 1

「みんなで高める地域防災力

～災害に強い地域コミュニティのつくり方～

跡見学園女子大学観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授 鍵屋 一氏

皆さん、こんにちは。鍵屋一です。まずは体操から始めましょう。左手をグーで上に、右手をパーで胸に。これを交互に入れ替えます。……見事にバラバラですね（笑）。できない理由は二つ。「やったことがないから」と「急いだから」です。災害も同じで、経験がないことを急いでやろうとしてもできません。だからこそ、事前の知識と訓練が命を守る鍵になります。秋田県では今、クマの被害が深刻ですね。危機管理の原則（予測・予防・対応・復旧）で考えると、クマは出没予測が難しく、予防も対応も困難、そして命は「復旧」できません。つまり「出会わないこと」が最大の防御です。災害も同様に、危険な場所に近づかない、早く逃げるといった原則が重要になります。



鍵屋 一氏

1. 能登半島地震の教訓と「トイレ」の重要性

今年（2024年）の元旦に起きた能登半島地震では、多くの尊い命が失われました。死因の多くは建物の倒壊による圧死と、その後の災害関連死です。つまり、防災の最優先課題は「住宅の耐震化」「避難支援」「高齢者等の避難生活支援」の三つに尽きます。

被災地で何が不足したか。発災直後の金沢市のスーパーでは、水を入れるポリタンク、カセットコンロとボンベ、紙皿・紙コップ、そしてブルーシートなどが売り切れました。停電や断水への備えとして、これらは必須です。中でも特に強調したいのが「トイレ」です。被災地のトイレはすぐに水が流れなくなり、汚物であふれかえります。そうすると、人はトイレに行くのを我慢するために、水分や食事を控えてしまいます。これが命取りになります。脱水症状、免疫力低下による感染症、誤嚥性肺炎、エコノミークラス症候群。これらは全てトイレの我慢から始まります。実際に能登では、避難先のビニールハウスでトイレが使えず、外の畑に行こうとして転倒し、低体温症で亡くなった高齢者もいます。トイレの備えは「不便の解消」ではなく「命を守る対策」です。しかし、携帯トイレを十分に備蓄している家庭は僅か4%しかありません。ぜひ今日から備えてください。

2. 「正常化の偏見」と「二人称の防災」

なぜ人は備えないのか。それは「自分は大丈夫」と思い込む「正常化の偏見」があるからです。ここでシミュレーションしてみましょう。今、大地震が起きたらどうしますか。まず「地震だ！身を守れ！」と叫び、安全な場所（机の下など）へ移動し、ダンゴムシのようにしゃがんで頭を守る。揺れが収まったら、火の始末をし、隣近所に「けがはないか。火事は。」と声をかける。ここまで具体的にイメージできている人

は少ないものです。

正常化の偏見を乗り越えるために、片田敏孝先生（群馬大学名誉教授）が提唱する「二人称の防災」という考え方があります。「あなたが死ぬよ（一人称）」と言われても人は動きません。「多くの人が亡くなりました（三人称）」と言われても他人事です。しかし、「津波が来たら、あなたの大切なお母さんが逃げ遅れてしまうかもしれない。その時、あなたは母を見捨てて逃げられますか？」と問われたらどうでしょう。愛する人を守るため、そして自分自身が後悔という地獄を味わわないために、家具を固定し、避難の準備をする。これが「二人称の防災」です。

3. 避難支援の鍵は「福祉」と「近所」

東日本大震災の際、自力で逃げられなかった人を誰が助けたか。調査によると、1位は家族、2位は近所・友人、そして3位が「福祉関係者」でした。福祉の力が災害時の命綱になることが証明されています。ハザードマップと昔からの神社仏閣の位置を見比べてみてください。驚くほど一致しています。先人たちは津波や水害が来ない安全な場所に祈りの場を設け、そこを避難の目印にしてきました。現代の科学と先人の知恵、両方を生かして逃げる場所を決めてください。

避難のタイミングは「警戒レベル3（高齢者等避難）」です。ここで動けば、渋滞に巻き込まれず、車で安全に逃げることができます。しかし、高齢者や障がい者など「逃げられない人」がいます。この人たちを守るのが「個別避難計画」です。「いつ、どこに、誰と、どうやって」逃げるかをあらかじめ決めておく計画です。

4. 支援者がいなくてもできる「つなぐ」支援

「地域に支援者がいない」「負担が重い」という声をよく聞きます。しかし、支援とは「おんぶして逃げる」ことだけではありません。ここで会場の県職員、小林さんと内藤さんに協力してもらいましょう。（シミュレーション：小林さんが将来83歳の寝たきり老人になった想定）水害が迫る中、寝たきりの小林爺ちゃんはどうするか。近所の人が駆けつけて背負って逃げるのは大変です。でも、もし近所の人「小林さんの家は危ないから、消防団に連絡しよう」と電話一本入れてくれていればどうでしょう。それだけで助かる確率は格段に上がります。直接助けられなくても、「誰かに連絡する」「つなぐ」だけで立派な支援者になれるのです。

5. 訓練は「楽しく」やる～「ひなんさんぽ」と和菓子～

事前に防災・減災計画を作ったら、次は訓練です。データでも、訓練に参加した経験がある人は、本番でも逃げる確率が約2倍高いことが分かっています。酒田市の訓練では、95歳の夫と86歳の妻という老夫婦が参加しました。訓練では大変な思いをして避難場所まで行きましたが、その1年後、本当の津波警報が出た際、お二人は実際に逃げて命を守りました。「訓練であれだけやったんだから」という経験と周囲の目が、行動を後押ししたのです。

ただ、訓練は大変でつまらないと思われがちです。そこで提案したいのが、岡崎市などが実践している「ひなんさんぽ」です。「訓練」と構えず、「天気の良い日に避難所まで散歩してみよう」と呼びかける。これなら気軽に参加でき、おしゃべりしながら地域の危険箇所も確認できます。そして訓練の後は、必ず「振

り返り」をしてください。その時の必需品は、乾パンではなく「おいしい和菓子」です。甘いものを食べながら怒る人はいません。和やかな雰囲気です。「あそこが危なかったね」「次はこうしよう」と話し合い、その場で個別避難計画を書いてしまうのです。

6. 個別避難計画は「仲間っこ」の証

私の故郷、男鹿市の個別避難計画は素晴らしいです。カラー刷りで見やすく、「一人で玄関まで出られますか?」というシンプルな問いから始まります。難しい病名などは要りません。玄関まで出られれば迎へに行くし、出られなければ鍵を壊してでも助け出す、という判断ができればいいのです。この計画を作るプロセスこそが重要です。個別避難計画を作ることで、当事者、地域住民、福祉専門職、行政がつながります。個別避難計画は、支援者が弱者を助けてあげるための計画ではありません。平時も災害時も、お互いに支え合える「地域共生社会」を作るための手段です。要支援者も支援者も、一緒に良い地域を作る「仲間っこ」なのです。

7. 価値向上型の防災と「ファイト!」

アメリカの研究（「孤独なボウリング」）では、地域活動への参加率が高い地域ほど、治安が良く、経済格差が少なく、健康で幸せな人が多いという結果が出ています。防災活動を通じて「ご近所力」を高めることは、災害に強くなるだけでなく、普段の暮らしを豊かにすることにも直結します。また、ハーバード大学の75年間にわたる追跡調査でも、人の幸福と健康を決める唯一の要因は「良い人間関係」であると結論付けられています。防災をきっかけに、地域で声を掛け合い、良い人間関係を作っていく。これが「価値向上型」の防災です。

最後に、中島みゆきの「ファイト!」を贈ります。「ファイト!闘う君の唄を闘わないやつらが笑うだろう」「ファイト!冷たい水の中をふるえながらのぼっていけ」防災に取り組む皆さんは、時に孤独を感じたり、理解されず笑われたりすることもあるかもしれませんが、それでも、皆さんの活動が確実に誰かの命を守り、地域を良くしています。どうか胸を張って、それぞれの現場で頑張ってください。私も応援しています。ご清聴ありがとうございました。

【質疑応答】

質問者：

私の地域では、福祉課主導で「個別避難計画」の作成が進んでいますが、一方で地区全体としてどう逃げるかという「地区防災計画」の議論が後回しになっているように感じます。両者のバランスはどう考えればよいでしょうか。

鍵屋氏：

大変重要な視点です。「地区防災計画」は、地域全体でどう逃げるか、避難所をどう運営するかという全体のルールを決めるものです。一方で「個別避難計画」は、その中で特に逃げ遅れるリスクが高い人について、誰がどう声をかけるかという具体策（解像度を高めたもの）です。どちらから着手しても構いませんが、目指すゴールは同じ「誰一人取り残さず助かること」です。高齢者だけが助かって若い

人が逃げ遅れては意味がありませんし、逆もまた然りです。理想的には両輪を進めるべきですが、入りやすいところから始めて、最終的に全員が助かる仕組みにつなげていただければと思います。ぜひ、福祉と防災が連携して進めてください。

◎講演 2

「災害多発時代の災害ボランティア

～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～」

NPO 法人にいがた災害ボランティアネットワーク 理事長 李 仁鉄氏

私は最初から防災の専門家だったわけではありません。2004年、新潟県三条市で「7.13 水害」に遭い、自分自身が被災者になったところからスタートしました。それまでは「災害なんて起きないだろう」ではなく、「災害のこと自体を考えたことがない」人生でした。しかし、実際に被災し、その3か月後には新潟県中越地震が起き、ボランティアとして活動を始め、気が付けばこれがライフワークになっていました。



李 仁鉄氏

1. 「波」と「津波」は別物～正常化の偏見を超えて～

まず、基本的な認識の話をさせてください。皆さんは「波」と「津波」の違いを正しくイメージできていますか？「波」というのは、葛飾北斎の絵のように、水面が盛り上がり、ザッとバーンと落ちるものです。水の量は限定的です。一方、「津波」は違います。後ろからずっと水が押し寄せてくる、いわば「動く海」そのものです。深さ30センチの津波でも、大人が足をすくわれ、流されてしまう威力があります。名前が似ているからといって「波の大きいやつ」だと思ってやり過ごそうとすると、命を落とします。秋田県も日本海中部地震で津波被害を経験しています。また、進学や就職で海沿いに住む可能性もあります。防災教育では、今住んでいる場所のリスクだけでなく、そうした知識も伝えていく必要があります。

2. 災害ボランティアセンターの誕生と進化

新潟で初めて「災害ボランティアセンター」が立ち上がったのは、2004年の水害の時でした。当時はまだノウハウがなく、阪神・淡路大震災を経験した県外の支援者に助けられて設置しました。三条市ではピーク時に1日1,700人のボランティアが駆けつけました。これは当時としては記録的な数でしたが、近年の西日本豪雨や台風19号（長野）などでは、1日2,500人～3,000人規模になることもあります。

災害の種類によって、ボランティアの動きも変わります。「水害」は、水が引いた後に一気に人海戦術で泥をかき出す作業が中心です。これは機械ではできない、人の手が必要な作業です。一方、「地震」は、家財の整理や貴重品の取り出しなど、細かい作業が多くなります。大人数で押し寄せるよりも、少人数で息の長い支援が必要になることが多いのです。

3. 「泥かきセンター」で終わらせない～ニーズの多様性～

かつて災害ボランティアセンターは、力仕事ばかりをあっせんすることから、やゆして「泥かきセンター」と呼ばれることがありました。しかし、被災者の困りごとは泥かきだけではありません。被災者のニーズ（困

りごと) は一人一人違います。例えば、同じ「家の片付け」でも、「家具は安物だし保険も出るから、全部捨てて早く片付けてほしい」という方もいれば、「思い出のアルバムや手紙があるから、泥だらけでも捨てないでほしい」という方もいます。

私は過去に痛い失敗をしました。あるお宅の片付けで、泥だらけの黒いビニール袋を「捨てるかどうか判断するもの」として分けておいたのですが、翌日来た別のボランティアさんが「泥だらけのゴミ」だと勘違いして捨ててしまったのです。トラックで運ばれた後で、もう取り返しがつきません。私の引継ぎミスで、かけがえのない思い出を奪ってしまいました。被災された方が何を大切に、どう復旧したいのか。その「声」を丁寧に聞くコーディネートがなければ、良かれと思った支援が新たな傷を作ることさえあるのです。

4. 「助けて」と言えない人たち～受援力の壁～

実は、「助けてください」と声を上げられる人は、まだマシな方です。一番心配なのは、「自分たちは大丈夫です」「人の世話にはなりたくない」と言って、支援を拒んでしまう人たちです。これを「受援力(支援を受ける力)」の課題と言います。秋田の水害の際、私も地域を回って「お手伝いしましょうか?」と声をかけましたが、「家の中は見られたくない」「いいです」と断られ続けました。食い下がって「お名前は?」「どこ行くの?」と聞いたら、横にいた社会福祉協議会の人に「李さん、ナンパしてる不審者みたいでしたよ」と言われました(笑)。確かにそうなんです。被災して不安な時に、どこの誰とも知らない、名前に「李」なんてつく外国人のような男がいきなり来ても、警戒するのは当たり前です。

ここで重要なのが、地元のつながりです。私のような「よそ者」が言ってもダメでも、顔なじみの自治会長さんや民生委員さんが、「あそこのボランティアは大丈夫だから頼みなよ」「私が電話してあげるわ」と言ってくれば、「じゃあお願いしようかな」となる。「助けて」と言えない人の背中を押し、支援につなぐ役割。これこそが、地域をよく知る皆さんにしかできない、最も重要なボランティア活動の一つです。

5. 多様なボランティアの形～技術と特技を生かす～

災害ボランティアというと、「ヘルメットをかぶって泥まみれ」というイメージが強いかもしれませんが、それだけではありません。例えば、糸魚川大火の時。火災現場のがれきの中から「思い出の品」を探すボランティアを行いました。ある高齢女性が「夫との結婚指輪を探したい」と勇気を出して依頼してくれました。すすだらけになって探した結果、奇跡的に指輪が見つかりました。そのニュースが流れると、「実は私もヒスイの印鑑を探してほしかった」と次々に依頼が来ました。皆、遠慮していたのです。また、「あらいぐま」という活動もあります。泥につかった写真を洗浄し、乾燥させて持ち主に返すボランティアです。これなら現地に行かなくてもできます。お坊さんのボランティア団体は、「行茶(ぎょうちゃ)」という作法を応用して、避難所でお茶を振る舞いながら被災者の話に耳を傾ける「傾聴ボランティア」を行っています。

企業のスキルを生かしたボランティアも増えています。能登半島地震では、トヨタの社員さんが「飛沫防止のスクリーンを作りたいが物資がない」という現場で、廃材の単管パイプを溶接して見事な枠組みを作ってくれました。「40年溶接やってましたから」と。パナソニックの方は、膨大な会議の議事録データを分析し、「この言葉とこの言葉がよく出ている」「トイレの問題が解決されていない傾向がある」と、可視化してくれました。普段の仕事や特技が、被災地では魔法のような力になるのです。

6. まとめ～あなたにできる関わり方～

今日お集まりの皆さんに伝えたいのは、災害ボランティアには「多様な関わりしろ」があるということです。もちろん、現場で汗を流すのも素晴らしい活動です。でも、体力に自信がなくても大丈夫です。ボランティアセンターの受付や電話対応、広報、スタッフの賄い作り。車の運転が得意なら資材運び。パソコンが得意ならデータ入力。そして何より、平常時から地域で顔の見える関係を作っておき、いざという時に「助けを求められない人」と「支援」をつなぐ役割。これは、地元の皆さんにしかできない、かけがえのないボランティアです。

「私には何ができるだろう?」と迷ったら、ぜひボランティアセンターに来て、「私は普段こういうことをしています」と伝えてください。コーディネーターが適材適所を考え、あなたの力を必ず被災地のために生かします。災害多発時代ですが、こうして知恵と力を持ち寄れば、乗り越えていけると信じています。

【質疑応答】

質問者 1:

秋田で災害が発生した場合、災害ボランティアセンターはどのように動き出すのでしょうか?

李氏:

秋田での過去の事例ですと、災害発生から安全が確保された後、おおよそ3日から1週間程度のタイミングで設置されることが多いです。各市町村の社会福祉協議会が主体となり、水に浸かっていない安全な場所や空き施設を探して設置します。臨時で立ち上がる支援センターというイメージです。秋田は災害経験を重ねていることもあり、社会福祉協議会の方々の動きも年々迅速になり、歴戦のメンバーがそろってきています。

質問者 2:

今日のお話を聞いて胸がいっぱいになりました。私のように体力がない人間でも、何かできることがあるかもしれないと希望が持てました。

李氏:

ありがとうございます。まさにその通りです。例えば、18年前の能登半島地震では、社会福祉協議会の局長さんが慣れないマスコミ対応に追われて体調を崩してしまったことがありました。もし、普段から人前で話すことや広報に慣れている方がいれば、「センター長補佐」や「広報担当」としてメディア対応を引き受けるだけでも、運営側はものすごく助かります。また、SNSでの発信や、動画のナレーションなど、現代ならではのニーズもあります。

◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 常務理事 棚橋 裕之

皆さんこんにちは。一般財団法人地域社会ライフプラン協会の常務理事の棚橋でございます。

本日は何かとご多忙のところ大勢の県民の皆様に「災害ボランティアセミナー in 秋田」にご参加をいただきまして、厚く御礼申し上げます。

私ども、地域社会ライフプラン協会は今日のようなシニア災害ボランティアシンポジウムというものを、東日本大震災の翌年（2012年）から各都道府県のご協力をいただきながら全国各地で開催をいたしております。今回のこの秋田市でのセミナーで78回目を迎えております。

さて、本日は初めに跡見学園女子大学観光コミュニティ学部まちづくり学科の教授でいらっしゃいます、鍵屋様に「みんなで高める地域防災力」と題してご講演をいただきました。本日、こちらにご参加の皆様がお住まいになっておられる地域が将来、壊滅的な自然災害に見舞われてしまった場合、重要となります地域防災力の向上ということにつきまして、まさに一人一人の人命に関わる重大な問題を考える際に役立つ、とても示唆に富むお話を伺うことができたと思います。

個別避難計画のお話ですとか、あるいは訓練の重要性、そして最終的にはお話がございましたご近所力、人間関係、こういうまさに地域社会の基本・根本にかかわる課題について、大変有益なお話を伺うことができました。

二番目に、特定非営利法人にいがた災害ボランティアネットワーク理事長でいらっしゃいます、李仁鉄様には「災害多発時代の災害ボランティア」と題してご講演をいただきました。自己紹介がございました通り、20年以上にわたる数多くの災害ボランティア活動のご経験を踏まえて、まさに打ちひしがれた被災者の方一人一人に寄り添って共に復旧作業でボランティア活動をしていく際の心がけるべき不可欠なポイントを非常に具体的に実例をもってご教示をいただきました。お忙しい中、遠路はるばるお越しいただきました講師のお二人に心より御礼申し上げます。

最後になりますが、今回のセミナー開催にお骨折りをいただきました、秋田県並びに秋田県社会福祉協議会、公益財団法人秋田県市町村振興協会の関係者の皆様がこの場をお借りしまして、厚く御礼申し上げます。本日のセミナーが我々日本人としては避けられない大規模自然災害が地域社会にもたらす深刻な損失をみんなで力を合わせて乗り越えるために、常日頃からどのような備えや対応をすべきか、また被災者一人一人に寄り添って多様なニーズに最大限応えられる体制をどう構築していくかといった課題を、一つ一つ解決していく上での糸口を与え、更には秋田県におきます、シニアの方をはじめとする災害ボランティア活動の普及・発展の一助となることを切に願ひまして、閉会のご挨拶とさせていただきます。本日は誠にありがとうございました。

福岡県

令和7年度 福岡県防災講演会

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催 ※講演2の鍵屋氏のみオンライン参加
- ・開催日：令和7年12月10日（水）13時30分～16時00分
- ・会場：福岡県吉塚合同庁舎 803会議室
- ・参加人数：123名
- ・主催：福岡県、福岡管区气象台、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：公益財団法人福岡県市町村振興協会

定員240名

令和7年度

参加
無料

福岡県

防災

講演会

福岡県吉塚合同庁舎 803会議室

開催日時

12.10

WED
水

13:30 ▶ 16:00

13:00
受付開始

プログラム & 講演内容

| 13:00 ... 開場

| 13:30 ... 開会・主催者挨拶

| 13:40 ... 講演 1

| 14:40 ... 休憩

| 14:50 ... 講演 2

| 15:50 ... 閉会挨拶

・ 講演 1 ・

防災気象情報を活用し
気象災害から身を守る

草場 渡(くさばわたる)氏

● 福岡管区気象台 気象防災情報調整官

・ 講演 2 ・

みんなで高める地域防災力
～災害に強い地域コミュニティの作り方～

鍵屋 一(かぎやはじめ)氏

● 跡見学園女子大学
観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授
● (一社)福祉防災コミュニティ協会 代表理事

主催 福岡県、福岡管区気象台、一般財団法人地域社会ライフプラン協会 後援:福岡県市町村振興協会

※この講演会は、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

◎開会挨拶

福岡県防災危機管理局 消防防災指導課長 中村 智弘

皆さんこんにちは。福岡県消防防災指導課長の中村でございます。令和7年度福岡県防災講演会を開催するにあたりまして、主催者を代表してご挨拶を申し上げます。

本日は大変お忙しい中、本講演会にご参加いただきまして誠にありがとうございます。

さて、近年全国各地で大規模な災害が多発しております。本県におきましても、今年8月の大雨によりまして、大きな被害が発生いたしました。現在も県や被災自治体では、復旧・復興に向け全力で取り組んでいるところであります。災害時には、高齢者や障害をお持ちの方など避難に支援を要する方、いわゆる避難行動要支援者が被災するケースが大変多くなっており、要支援者の安全・安心を高めるための取組を強化することが、急務となっております。令和3年に災害対策基本法が改正されまして、要支援者の円滑かつ迅速な避難をはかるため、避難先や避難経路それから避難を支援する方など、こういったことを記載した個別避難計画の作成が、市町村の努力義務とされたところでございます。このため県では、個別避難計画作成を促進するための様々な事業を実施し、計画作成の取組を支援しているところでございます。この個別避難計画を作成するにあたりましては、避難支援者の確保が大きな課題となっております。地域で互いに支え合う・助け合う、共助の意識をしっかりとっていただくことが大変重要でございます。

本日この講演会にご参加の皆様をはじめ、地域住民の方々にも幅広く共助の必要性について、十分ご理解をいただきますようよろしくお願い申し上げます。

本日の講演会では、福岡管区気象台気象防災情報調整官の草場様、それから跡見学園女子大学観光コミュニティ学部教授の鍵屋様から、防災気象情報の読み解き方や地域防災力の向上などについてご講演をいただきます。お忙しいところ、講師をお受けいただきました草場様と鍵屋様にはこの場をお借りして御礼を申し上げます、ありがとうございます。

結びに、本日の講演会が皆様にとりまして実り多いものとなることを、祈念いたしましてご挨拶とさせていただきます。本日は最後までどうぞ、よろしくお願いいたします。

◎講演 1

「防災気象情報を活用し気象災害から身を守る」

福岡管区気象台 気象防災情報調整官 草場 渡氏

1. 自分のこととして捉える

本日はありがとうございます。「安心・安全」そして「共助の意識・必要性」が問われています。毎年のように各地で大雨災害が発生し、被災者が出ています。安全な場所に避難する行動ができずに被災された方の中には、自分の命を守る意識があれば救えた命もあったのではないかと感じています。

気象台は様々な防災気象情報を発表しています。情報を「知る」だけでなく「行動」につなげていただくという観点でお聞きください。

被災地の映像をお示しします。右上は大分県日田市の崖崩れ、左側は久留米市田主丸の土石流です。一気に土砂が流れ落ち、家屋を流してしまいました。もしこの光景が自分の住んでいる街で起きたらどうするか。自分事として考えながら見ていただきたいと思います。こうなる前にまず安全な場所に避難することが大切です。



草場 渡氏

左下は熊本県球磨川の氾濫です。「浸水害なら上の階に逃げればいい」という思いもあるかもしれませんが、垂直避難にも限度があります。早めに安全な場所へ避難することが重要です。どこでも土砂崩れや浸水、河川の氾濫が発生し得るという意識を持って生活していただきたいと思います。

そのためにも「自分の住んでいる街の災害リスクを知ること」、そして「避難する勇気を持つこと」が大切です。避難のタイミングを判断するためには、気象台が発表する防災気象情報を確認し、行動につなげていただきたいと思います。

本日は「災害のリスクを知る」「近年の気象災害」「防災気象情報の活用」の三つについてお話しします。

2. 災害のリスクを知る

まず「ハザードマップ」についてです。皆様はハザードマップの存在はご存じかと思います。ただし、先日大学生を対象にアンケートを取った結果では、「ハザードマップは知っている」という人の中でも、避難所や具体的なリスクまで把握している人は2割にも満たないという状況でした。全国的な調査でも、しっかり把握している人は約25%です。ぜひハザードマップの中身をしっかりと確認し、地域の方々にもその内容を広めていただきたいと思います。

次に、大雨によってどのような災害が発生するのかを理解することも重要です。気象台では主に「土砂災害」「浸水害」「洪水災害」の3つを対象に注意報や警報を発表しています。

「土砂災害」は、一瞬にして崖が崩れたり、溪流から土砂が一気に流れ込んだりすることが怖い点です。

流木なども一緒に流れ込むことで被害が拡大し、人的被害のうち約 6 割が死者・行方不明者になるという非常に恐ろしい災害です。崖の上や下、溪流付近などは常にリスクがあることを踏まえて生活してください。

「浸水害」については、雨が降れば水は低いところへ流れます。アンダーパスや地下室などは浸水の危険が高い場所です。また、側溝やマンホールから水があふれると、どこに溝があるのか分からなくなるため非常に危険です。

「洪水災害」は命の危険を及ぼす氾濫です。山間部の幅の狭い谷底平野などでは、氾濫流や河岸浸食によって家屋が流失することがあります。平成 29 年の九州北部豪雨での朝倉市の写真では、家があった場所が完全に削り取られています。自分が生活している場所にどのようなリスクがあるのかを、常に頭に入れておいてください。

3. 防災気象情報の理解度と警戒レベル

気象台が発信する防災気象情報を住民の安全に生かしていただきたいのですが、理解度が低いという現状があります。災害時に住民がとるべき行動として示されている「5 段階の警戒レベル」をご存じの方は半分を超えるくらいですが、気象台が土砂災害や洪水などの危険度を地図上で示す、危険度分布「キキクル」の認知度はそれより低い状況です。ある大学生へのアンケートでも、警戒レベルの認知度は 16%、キキクルは 10 人に 1 人という結果でした。

気象台では多くの防災気象情報を発表していますが、どの警戒レベルに相当しているのか分かりにくく、避難行動につながらないという課題があります。そのため来年（2026 年）からは名称を変更し、よりシンプルで分かりやすく伝える方向で進めています。

警戒レベルは、平成 30 年 7 月豪雨（西日本豪雨）の教訓を踏まえて整理されました。あの豪雨では 250 名を超える犠牲者が出ましたが、避難情報や防災気象情報が避難行動に結びつかなかったという反省がありました。警戒レベルが示す、色と数字、行動をしっかりと覚えてください。

警戒レベル 2（黄色）は気象状況が悪化している段階です。警戒レベル 3（赤色）は「高齢者等避難」で、高齢の方や避難に時間のかかる方は、この段階で危険な場所から避難してください。警戒レベル 4（紫色）は「避難指示」で、危険な場所から全員避難してください。ここが一番重要です。警戒レベル 5（黒色）は「緊急安全確保」で、既に命の危険が迫っている状況ですので、ここまで待つはいけません。必ず「警戒レベル 4（紫）までに全員避難する」ということを徹底してください。

「キキクル」については、佐賀地方気象台が作成した紹介動画があります。キキクルは災害の危険度を示すもので、土砂キキクルと浸水キキクルは格子ごと、洪水キキクルは河川ごとに色で危険度を地図上に示しています。レベル 4 相当の「紫色」が広範囲に広がり、その中心付近には災害切迫を示すレベル 5 相当の「黒色」が出現することが見て取れます。自分自身の居場所の色だけでなく、周辺の色の変化も確認して、避難行動の補助資料として利用していただきたいと思います。

4. 近年の気象災害（地球温暖化と大雨の傾向）

皆様も実感されているとおり、今年の夏も記録的な高温となり、地球温暖化によって気温上昇が続いています。日本の年平均気温は 100 年前に比べて約 1.4 度の割合で上昇し、猛暑日や熱帯夜も増加して

います。

雨の状況についてですが、「日降水量 300 ミリ以上の大雨の年間日数」を見ると、50 年前と比べて約 2 倍に増えています。日降水量 300 ミリというのは、福岡市の 7 月の月降水量の平年の値に相当します。梅雨末期の 1 か月分の雨がたった 1 日で降ってしまうということです。気温が 1 度上がれば、大気中の水蒸気量は約 7%増加します。地球温暖化によって水蒸気量が増え、それが大雨の増加につながっているのです。

九州での主な気象災害を振り返ります。平成 29 年 7 月の九州北部豪雨で、福岡県では初めて大雨特別警報を発表しました。それ以降、5 年連続で特別警報を発表する状況となり、令和 5 年までで計 6 回発表しています。これは全国でも最多です。九州全体で見ると、9 年連続でどこかで大雨特別警報が出ている状況です。これらの事例全てにおいて「線状降水帯」が発生し、大雨の危険度が高まって特別警報に至っています。

令和 5 年 7 月 10 日の事例（久留米市の土石流）を見ると、未明から朝にかけて 1 時間に 80 ミリを超える猛烈な雨が連続して降り、多いところでは 600 ミリ前後の雨量となりました。このとき、気象台は前日 16 時に大雨注意報、翌日 0 時 34 分に大雨警報、4 時に土砂災害警戒情報（レベル 4 相当）、4 時 50 分に線状降水帯発生情報、7 時 30 分に大雨特別警報（レベル 5 相当）を発表し、9 時 30 分に土石流が発生しました。

もし皆さんが土砂災害警戒区域にお住まいだったら、どのタイミングで避難しますか？九州大学の先生が現地ではアヒリング調査を行ったところ、ほとんどの方が「9 時 30 分の土石流発生のタイミングで避難しようと思った」と答えたそうです。朝 4 時に警戒レベル 4 相当の情報が発表された時点では多くの住民は就寝中で、自治体は避難情報を発令し、消防も対応を開始していたと思われそうですが、住民の多くは情報に気付いていませんでした。特別警報が出ても土石流が起きるまでは避難行動に移らなかったという現実があったそうです。「寝る前に携帯電話を確認できるようにしておく」「安全な場所で寝る」といった心構えを持ってもらうための普及啓発が、まだまだ必要だと実感しています。

今年 8 月にも、宗像市や福津市を中心に 600 ミリを超える大雨があり、線状降水帯が発生しました。この事例では雨のピークが 2 回あり、2 回目のピークの際に避難しようとして、増水した河川に流されて亡くなられた方がいます。やはり、市町村が発令する避難情報や、キキクルの危険度の高まりを早い段階で確認し早めに避難行動をとることが命を守るうえで非常に重要です。※避難所へ行くことだけが避難ではない、垂直避難などの意識も必要。

5. 防災気象情報の活用（災害から身を守るための具体策）

気象台では、過去の災害の教訓を踏まえて新しい情報を運用してきました。現在は災害リスクに直結する指数を用いて警報や注意報の基準を設けています。

気象台は段階的に情報を発表します。早期注意情報（レベル 1 相当）は 5 日前から発表し、心構えを高める段階です。注意報はレベル 2 相当、警報はレベル 3 相当、土砂災害警戒情報・氾濫危険情報はレベル 4 相当、特別警報・氾濫発生情報はレベル 5 相当です。特に線状降水帯については「半日前の予測情報」を発表していますので、その情報が出た場合は心構えを一段高めてください。

ここで重要なお知らせです。2026 年 5 月下旬頃から、防災気象情報の名称や体系が大きく変わります。

現在の情報は名称がバラバラで分かりにくいという指摘がありました。これを整理し、気象災害を大雨、河川氾濫、土砂災害、高潮の四つに整理します。レベル4の名称として「危険警報」を新設し、情報の頭に警戒レベルをつけます。例えば「レベル4 大雨危険警報」「レベル4 氾濫危険警報」のようになります。これにより「レベル4だから全員避難だ」と直感的に分かるように変更していく予定です。

警戒レベルごとの行動を整理しますと、レベル1で心構えを高め、レベル2で避難場所や経路の確認、レベル3で高齢者など避難に時間のかかる方は避難を開始、レベル4で危険な場所から全員避難です。レベル5は既に災害が発生している状況で、避難所への移動がかえって危険な場合は、建物のうへの階や崖から離れた部屋など、その場で少しでも安全な場所で命を守る行動をとってください。

災害リスクを知り、ハザードマップを確認し、家族や地域で話し合ってください。そして「レベル4で全員避難」を決断する勇気を持ってください。气象台としても、皆様が行動につなげられるよう、情報の改善や普及啓発に努めてまいります。ご清聴ありがとうございました。

【質疑応答】

質問者1:

今年度、線状降水帯の情報が多く発表されていますが、適中率が低いと聞いています。発表されたら避難すべきでしょうか？また自治体の対応はどうなっているのか？

草場氏:

線状降水帯の半日前予測については、当初は九州北部といった広いエリアでの発表でしたが、昨年からは府県単位で発表しています。適中率の想定は25%で、今年の実績は全国で約14%、九州では約33%となっており、まだ高いとは言えません。今後も技術の向上に取り組んでいきます。線状降水帯の予測情報が発表された段階で「心構えを一段高める」という意識を持っていただければと思います。また、自治体によって対応が異なりますが、「心構えを高めて準備をする」というスタンスで、いつでも避難所を開設できる体制を取る形が多いようです。

質問者2:

警戒レベル4で「全員避難」とのことですが、安全な場所にいる場合は避難しなくていいのですよね？

草場氏:

そのとおりです。土砂災害警戒区域や浸水想定区域など、危険な場所にいる方は避難してください。マンションの上層階やリスクのない場所にいる方は避難する必要はありません。

質問者3:

「安全な場所にいる人は無理に避難しなくていい」ということも、もっと伝えていくべきではないでしょうか。夜中に無理に避難所に行くことで高齢者が大変な思いをすることもあります。

草場氏：

おっしゃるとおりです。我々も「命を守る行動」「安全な場所にいるならその場に留まる」という呼びかけはしています。避難所に行くことだけが避難ではありません。外への移動がかえって危険な場合には在宅避難も含めた適切な行動を取ることが重要です。更に啓発を進めていく必要があると認識しています。ご指摘ありがとうございます。

◎講演 2

「みんなで高める地域防災力

～災害に強い地域コミュニティの作り方～」

跡見学園女子大学 観光コミュニティ学部まちづくり学科 教授

(一社) 福祉防災コミュニティ協会 代表理事 鍵屋 一氏

1. マルチタスクの難しさを体感する

発熱とインフルエンザにかかってしまいまして、画面越しでお話をさせていただけます。申し訳ございません。

では、私の話は体操から始めることにします。右手をグーで上に上げてください。左手をパーで胸に当ててください。今度は反対で、「ポン、ポン」と入れ替えます。だんだん速くしていきますよ。どうでしょうか、できますか？

もう一つやってみます。右手は「グー」を出します。左手は、それに対して「じゃんけんで負けて」ください。いつも右手が勝つ「後出しじゃんけん」ですね。「グー・チョキ・パー、グー・チョキ・パー」……どうでしたか?できないですね。

できなくて構いません。「できない」ということが分かっていた良かった部分です。できない理由は二つあります。一つは「やったことがないから」。もう一つは「急いだから」です。ゆっくりやればできる簡単なことも、急ぐとできなくなるということを体感していただきました。

大災害というのは、ほとんどの人にとって初めての経験です。役所の人にとっても初めてです。それなのに急がないと命に関わります。「やったことないのに急がなくてはいけない」。そうすると失敗が多くなります。

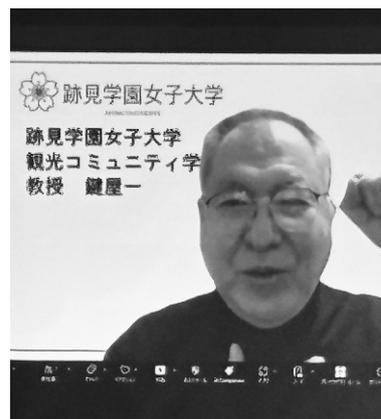
ではどうすればいいのか。一つは研修で知識をつけ、訓練で実践力を高めることです。しかし本番では難しいことも起きます。その時、大失敗しないために「一人で決めない」ということを覚えておいてください。危ないと思ったら、必ず人に相談する。これがすごく大事です。小さい失敗は修正できますが、大失敗だけはしてはいけません。みんなで相談して進めることが重要です。

2. 秋田の文化と「ナマハゲ」の役割

私は秋田県の男鹿というところの出身でして、今日は少し秋田弁でお話ししようかと思っています。日本は南北に長いですから、秋田と福岡では文化も言葉も違います。例えば標準語の「はい」は、秋田では「んだ」と言います。「はい、はい」は軽いですが、「んだ、んだ」は重みのある言葉なのです。

さて、福岡にはないものがあります。「ナマハゲ」です。なぜ「ナマハゲ」というか分かりますか?冬に囲炉裏にあたってばかりいると、手足に「ナモミ(火型)」という低温火傷ができます。それを「剥ぐ」から「ナモミ剥ぎ」→「ナマハゲ」になったと言われています。「怠け心を剥ぐ」戒めの存在なのです。

このナマハゲ、実は防災にも関係があります。ナマハゲは大晦日の夜、子どものいる家に「泣く子はいねがー!」と入ってきます。子どもは怖くて泣きますが、ここで父親が「ナマハゲさん、この子は今年いい



鍵屋 一氏

子でしたよ」と子どもどもをかばうのです。そうするとナマハゲは「そうか、いい子だったんだな」と帰っていきます。これは親父の威厳を示す演出効果もあるわけです。

ところが少子化で子どもがいなくなると、ナマハゲさんも困ってしまい、今度は独居老人や高齢者の家を回るようになりました。「じいさん、ばあさん、まめ（元気）だか?」「介護保険は申請しているか?」なんて会話をするわけです。

ナマハゲの中身は、地域の若い衆や消防団、役所の職員だったりします。彼らは「ナマハゲ台帳」というものを持っていて、どの家に誰が住んでいるか、健康状態はどうかを把握しています。もし災害が起きたら、津波が来るぞと言われたとき、ナマハゲ役をやっていた人たちが「あその家は足が悪いから助けに行こう」となるわけです。これが現代の「個別避難計画」の原型とも言えます。

昔のような濃密な人間関係があれば、自然と助け合えます。しかし今は都市化が進み、隣近所のつながりが薄くなっています。だからこそ意識的に「個別避難計画」を作らなければなりません。「いつ」「どこへ」「誰と」「どうやって」逃げるのか。これを事前に決めておくことが重要です。

3. 能登半島地震の教訓とトイレ問題

次に能登半島地震のお話をします。能登半島地震の死因の多くは、住宅倒壊とその後の関連死です。住宅の耐震化、津波からの避難、そして高齢者の避難生活支援が最重要な政策となります。耐震化が進んでいなければ、家そのものが凶器になってしまいます。

避難生活で最も深刻だったのが「トイレ」と「寒さ」です。私は1月14日に行きましたが、気温は14度でした。食事はカップ麺や菓子パンかないかです。小麦アレルギーの人や糖尿病の人は食べられません。

トイレについては、断水しているので水洗トイレは使えません。仮設トイレが来るまでは便器にゴミ袋を被せて用を足すか、屋外でするしかありません。不衛生なトイレには行きたくない。そうすると人は水分や食事を控えるようになります。水分を控えると脱水症状になり、血栓ができやすくなります（エコノミークラス症候群）。免疫力も下がります。そこにインフルエンザやコロナが入ってくれば、あっという間に感染症が広がります。「トイレが使えない」ということは、単に不便だけでなく、命に関わる問題なのです。

関連死の公表資料を見ると、「避難所のトイレが使用できないため、水分を控え、体調を崩して死亡」といった事例が実際にあります。悲しいことですが、これが今の日本の防災の現実です。皆さん、災害用トイレの備蓄はしていますか? 1日5回分×最低3日分、できれば7日分が必要です。水や食料だけでなく、必ずトイレの備蓄をしてください。

4. 「正常化の偏見」と「避難のスイッチ」

ここで少し考えてみてください。「今、大地震が発生しました」。皆さんは何をしますか? 30秒ほど考えて、頭の中でシミュレーションしてみてください。

いかがでしたか? では「自分が怪我をした場合」を想定した方はいますか? あるいは「自分が死んでしまった場合」を。ほとんどいませんよね。これが「正常化の偏見」です。根拠もないのに「自分だけは大丈夫」と思い込んでしまう心の働きです。防災に関心の高い皆様でさえそうですから、一般の方はなおさらです。自然災害そのものも怖いですが、一番の敵は「まあ、なんとかなる」という我々の心の

中にあります。

5. 訓練は「楽しく」やる ～「ひなんさんぽ」と和菓子～

事前に防災・減災計画を作ったら、次は訓練です。データでも、訓練に参加した経験がある人は、本番でも逃げる確率が約2倍高いことが分かっています。酒田市の訓練では、95歳の夫と86歳の妻という老夫婦が参加しました。訓練では大変な思いをして避難場所まで行きましたが、その1年後、本当の津波警報が出た際、お二人は実際に逃げて命を守りました。「訓練であれだけやったんだから」という経験と周囲の目が、行動を後押ししたのです。

ただ、訓練は大変で詰まらないと思われがちです。そこで提案したいのが、岡崎市などが実践している「ひなんさんぽ」です。「訓練」と構えず、「天気の良い日に避難所まで散歩してみよう」と呼びかける。これなら気軽に参加でき、おしゃべりしながら地域の危険箇所も確認できます。そして訓練の後は、必ず「振り返り」をしてください。その時の必需品は、乾パンではなく「おいしい和菓子」です。甘いものを食べながら怒る人はいません。和やかな雰囲気です。「あそこが危なかったね」「次はこうしよう」と話し合い、その場で個別避難計画を書いてしまうのです。

6. 個別避難計画は「仲間っこ」の証

私の故郷、男鹿市の個別避難計画は素晴らしいです。カラー刷りで見やすく、「一人で玄関まで出られますか?」というシンプルな問いから始まります。難しい病名などは要りません。玄関まで出られれば迎えに行くし、出られなければ鍵を壊してでも助け出す、という判断ができればいいのです。この計画を作るプロセスこそが重要です。計画を作ることで、当事者、地域住民、福祉専門職、行政がつながります。個別避難計画は、支援者が弱者を助けてあげるための計画ではありません。平時も災害時も、お互いに支え合える「地域共生社会」を作るための手段です。要支援者も支援者も、一緒に良い地域を作る「仲間っこ」なのです。

7. 価値向上型の防災と「ファイト!」

アメリカの研究（「孤独なボウリング」）では、地域活動への参加率が高い地域ほど、治安が良く、経済格差が少なく、健康で幸せな人が多いという結果が出ています。防災活動を通じて「ご近所力」を高めることは、災害に強くなるだけでなく、普段の暮らしを豊かにすることにも直結します。また、ハーバード大学の75年間にわたる追跡調査でも、人の幸福と健康を決める唯一の要因は「良い人間関係」であると結論付けられています。防災をきっかけに、地域で声を掛け合い、良い人間関係を作っていく。これが「価値向上型」の防災です。

最後に、中島みゆきの「ファイト!」を贈ります。「ファイト!闘う君の唄を 闘わないやつらが笑うだろう」「ファイト!冷たい水の中を ふるえながらのぼっていけ」自治体のトップであるみなさまが率先して取り組むことで、きっと強い地域ができるのだと思います。

今日は現地に行けず申し訳ありませんでした。ご清聴ありがとうございました。

（質疑応答は時間の都合でアンケートに代替）

◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 理事長 和田 裕生

皆様、こんにちは。私は、一般財団法人地域社会ライフプラン協会の和田と申します。

本日は、大勢の皆様に「福岡県防災講演会」にご参加いただきまして、厚く御礼申し上げます。

はじめに、12月8日、午後11時15分頃、青森県の東北沖で発生し最大震度6弱を観測した地震により被災をされた皆様にお見舞いを申し上げます。この地震に関連いたしまして気象庁は、国の基本計画等に定められている後発地震への注意を促す情報を発表する基準を満たしているとして、12月9日午前2時に「北海道・三陸沖後発地震注意情報」を発表しています。大変な日々が続いていることと拝察いたしておりますが、被災地の皆様に平穏な日々が戻りますことを祈るものです。

皆様もご存じの通り、地域の防災活動におきましては、その地域の方々の日頃からの備えや主体的な取組が大切であると思います。その際、災害への日々の備えも、発生した場合の実際の対応も、現実に即した具体的なものであることが求められていると思います。だからこそ、災害に関わる様々な活動の実体験に裏打ちされた知見に基づく教訓や知恵、取組といったことを日頃から聴き、自分のこととしていくことが大切になるものと思っています。

こうしたことから本日、福岡県、福岡管区气象台、私ども地域社会ライフプラン協会の共催により、福岡県市町村振興協会のご後援もいただきながら、この防災講演会を開催させていただいた次第でございます。

本日は福岡管区气象台気象防災情報調整官でいらっしゃる草場渡様と、跡見学園女子大学観光コミュニティ学部まちづくり学科教授・一般社団法人福祉防災コミュニティ協会代表理事でいらっしゃる鍵屋一様にご講演をいただきました。

本日の講演会が、地域の防災活動についての皆様の視野と関心を更に広げ、深め、地域社会の担い手でもございます皆様の、今日からの取組の一助となれば、これに過ぎるものはないと思っております。

結びに、本日のセミナーの開催にご尽力をいただきました、福岡県、福岡管区气象台の関係者の皆様方に深く感謝を申し上げます。

令和7年も残すところ3週間余りとなり年の瀬も近づいてまいりましたが、年の瀬も新しい年も大きな災害等のない穏やかな日々となりますことを、そして、ご参加いただいた皆様のご健勝を心からお祈り申し上げます、閉会の挨拶とさせていただきます。

本日は誠にありがとうございました。

栃木県

令和7年度

災害ボランティアセミナー in とちぎ

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催
- ・開催日：令和7年12月10日（水）13時30分～16時00分
- ・会場：栃木県総合文化センター ギャラリー棟3階 特別会議室
- ・参加人数：48名
- ・主催：栃木県、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・共催：社会福祉法人栃木県社会福祉協議会
- ・後援：公益財団法人栃木県市町村振興協会



令和7年度

災害ボランティア セミナー in とちぎ

日時

12月10日 水

13:30 - 16:00 (開場 13:00)

会場

栃木県総合文化センター
ギャラリー棟3階
特別会議室(宇都宮市本町1-8)

参加
無料

プログラム



13:00 開場

13:30 開会 / 主催者挨拶

13:40 講演(グループワーク含む)

15:50 閉会挨拶

16:00 終了

講師紹介

くりた のぶゆき
栗田 暢之氏

認定NPO法人レスキューストックヤード代表理事
認定NPO法人全国災害ボランティア
支援団体ネットワーク(JVOAD)代表理事



演題 /

誰にでもできることがある! 災害ボランティアのすすめ

災害ボランティアと聞くと、「力仕事」をイメージしていませんか。実際の災害現場では、被災者にちょっと一息ついていただくサロンのような場づくり、子どもの一時預かり、高齢者の話し相手、外国人やペットの対応など、様々です。ワークでは、実際に水害に見舞われた方からのお手紙をもとに、「自分にできること」を考え、参加者間で意見交換します。

主催 | 栃木県・一般財団法人地域社会ライフプラン協会

共催 | 社会福祉法人栃木県社会福祉協議会 後援 | 公益財団法人栃木県市町村振興協会

※このセミナーは、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

問合せ先 栃木県 生活文化スポーツ部 県民協働推進課 Tel : 028-623-3422

◎開会挨拶

栃木県生活文化スポーツ部次長兼県民協働推進課長 松本 正

皆様こんにちは。栃木県生活文化スポーツ部次長兼県民協働推進課長の松本と申します。

本日は年末の大変お忙しい中、本セミナーにご参加をいただきまして誠にありがとうございます。開会にあたりまして、一言ご挨拶を申し上げます。

ご参加の皆様には、日頃よりボランティア活動をはじめといたします本県の社会貢献活動や防災行政の推進につきまして、ご理解とご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

さて、近年の気候変動等によりまして自然災害は頻発・激甚化しており、被災地では多くの尊い人命が失われ、家屋や公共施設等にも甚大な被害が生じております。

また、一昨日の青森、岩手方面の地震におきましてはマグニチュード7.5の規模を記録し、その後、後発地震注意情報が発表されるなど依然緊張が続いているものと認識しております。そのような中、被災地では公的機関の復旧活動だけではなく、災害ボランティアの方々によるきめ細やかな支援活動が行われるなど、被災地支援における災害ボランティアの活動は重要かつ、不可欠となっております。

これまで栃木県は災害の少ない県と言われておりましたが、近年では令和元年の東日本台風により甚大な被害が発生するなど、普段から県民一人一人が防災・減災への高い意識を持って、また地域共助の取組を継続していくことが大変重要であると考えております。

本セミナーは、一般財団法人地域社会ライフプラン協会様との共催により、県民の皆様が災害ボランティアの役割や、可能性を身近に感じるきっかけとしていただくことを目的に開催するもので、本日は認定NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク代表理事の栗田暢之様から「誰にでもできることがある災害ボランティアのすすめ」と題しましてご講演をいただきます。

本日のセミナーによりまして、皆様の災害ボランティアの理解が更に深まって、今後の活動における一助となることをご期待申し上げまして開会の挨拶とさせていただきます。本日はどうぞよろしく願いいたします。

◎講演

「誰にでもできることがある！災害ボランティアのすすめ」

認定 NPO 法人レスキューストックヤード代表理事

認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク(JVOAD)代表理事

栗田 暢之氏

皆さん、こんにちは。レスキューストックヤード代表の栗田です。1995年阪神・淡路大震災で当時勤務していた大学の学生らと支援活動に携わったことを契機に、これまで50か所以上の被災現場に携わってきました。今年は阪神・淡路大震災から30年という節目の年です。その震災を原点に活動を始め、当時30歳だった私も60歳になりました。阪神・淡路大震災が「ボランティア元年」と呼ばれたのはご存じかと思いますが、その3年後の1998年に那須町で水害があり、全国で初めて水害のボランティアセンターが立ち上がりました。水害ボランティアセンターの原点は栃木にあると言っても過言ではありません。



栗田 暢之氏

30年前、まさかこんなに毎年災害があるとは思いませんでした。地球温暖化や地震活動期の影響で、毎年大きな災害に見舞われています。しかし、そのたびに多くの方々が被災現場に携わるようになりました。東日本大震災では推計4,000団体のNPOと150万人のボランティアが活動しました。ただ、バラバラに活動すると支援の「もれ」や「むら」が生じます。ある避難所には物資が集中し、別の避難所には何も届かない。こうした課題を解消するため、2016年に「JVOAD（全国災害ボランティア支援団体ネットワーク）」を立ちあげ、私が代表理事を兼務しております。レスキューストックヤードが現場の「虫の目」、JVOADが全体を俯瞰する「鳥の目」という役割分担です。

1. 阪神・淡路大震災とボランティア元年

阪神・淡路大震災では全国から138万人のボランティアが駆けつけ、炊き出し、物資提供、がれきの撤去、高齢者・障害者支援、子どもの遊び相手など様々な活動を行いました。修羅場と化した現場で公的支援が行き渡らない中、多くのボランティアが希望の光となり「ボランティア元年」と呼ばれました。それまでボランティアは福祉分野の慰問活動や手話通訳が中心でしたが、災害ボランティアは誰でも参加でき、概念を大きく変えました。

私も当時は大学職員で、学生たちと被災地に入りました。ある日、神戸市立盲学校から炊き出し依頼がありました。「やりましょう」となった時、学生は「まず何が食べたいか聞きに行きましょう」と言いました。以前、被災者から「豚汁はおいしいけど3日連続なの」と言われた経験があり、支援する側の都合ではなく相手の希望を聞くべきだと気づいていたのです。アンケート1位は「焼き肉」。学生たちは被災地の店から材料を購入し、「お金を落とすことも復興支援だ」と言いました。当日、焼き肉を振る舞うと「五

臓六腑に染み渡る」「被災地でこんな美味しいもん初めて食った」と感謝されました。

しかし、私が申し上げたいのはそれだけではありません。食後のコーヒータイムで、住民とボランティアが自然と輪になりました。その中から被災者の本音が出てくるのです。「余震が怖い」「閉じ込められたが光が差して助かった」「これからどう暮らせばいいか絶望だ」。学生は何もしてあげられませんが、話を聞いて一緒に頷き、泣く。被災者はほんの少しであっても、お腹だけでなく、心も満たされたのではないのでしょうか。こうした人の心まで染み入る支援こそ、ボランティアの原点だと思います。

2. 避難所の食事情と炊き出しの意義

避難所は大体どこもすし詰めで設備は劣悪です。硬い床、冷暖房なし、風呂なし、トイレも少ない。災害救助法で食品供給は定められていますが、災害直後は行政もすぐには配れません。能登半島地震では初日は物資が届かず、翌日届いたのはアルファ化米と水1本を家族で一つずつ。お湯も沸かせず冷たいまま極寒の中で食べました。段ボールの奪い合いが起きたのは、床が冷たくて座っていられなかったからです。

その後もずっと3食パンが続いたりしました。おにぎりは賞味期限が1日で届けにくく、正月で製造業者も販売店も対応できません。やがて弁当が来ても冷たいまま寝ているスペースで食べる状態でした。だからこそボランティアが温かい食事を出したことが本当に喜ばれたのです。単に届けるだけでなく、避難所に食堂を作り、みんなでおしゃべりしながら食べる空間を作る。行政と連携して環境を良くしていくことができたのも、ボランティアのアイデアでした。

3. なぜボランティアが必要なのか

例えば1メートル20センチの浸水被害に遭ったとします。家財は水浸し、風呂には泥が詰まり、全てが散乱している状態です。「自助・共助・公助」と言いますが、少子高齢化で地域の助け合いは難しくなっています。奥能登は高齢化率50%超、都会では地域の希薄化が進んでいます。3年前の静岡市の水害では、発災から2週間たっても手つかずの家が何軒もありました。

行政が一軒一軒の掃除や個別対応をするのは難しく、私有地には手を出せません。よそから来てくれるボランティアは自助・共助の限界や公助の隙間を埋め、官民の両輪で動くことが大切です。

4. ボランティアの3原則と悪徳業者

ボランティアには「自主性」「社会性」「無償性」の3原則があります。したい人がする、政治・宗教活動ではない、見返りを求めない。この原則があるから安心が担保できます。

しかし現場では悪徳業者が入ることがあります。ボランティアだと名乗り、「ブルーシートを張ってあげる」と言い、後で「シート代20万円」と請求する手口です。能登の被災地では防災無線で「悪徳業者に気をつけてください」と放送していました。お金を請求されても払わず、ボランティアがお金を請求することはない、という基本概念を、社会全体にもっと広く伝えていく必要があります。

5. ボランティアセンターの成り立ち

阪神・淡路大震災時は今のようなセンターがなく、災害現場に来て活動場所が分からず帰る人が多

くいました。「ここに集合」と旗を揚げる発想で生まれたのがボランティアセンターです。

当初は「誰がやるのか」でひともんちゃくありました。社会福祉協議会（社協）が最初から「やります」と言ったわけではなく、「社協しかないな」という雰囲気になっていったのです。2004年に台風10個が上陸し、新潟県中越地震も起きた年、被災した70以上の市町村社協が全てセンターを立ちあげました。法律上の義務ではなく、地元住民が苦しんでいる時に無視できないという社協の深い自覚によるものです。

6. ボランティアセンターの運営

朝9時にボランティアが集まり、オリエンテーションと受付を行います。ニーズは「泥かき10人」「家財搬出10人」「保育ボランティア」など様々で、「これならできると選びます。「普段やっていないことは避ける」が鉄則です。マッチング後はグループを作り、詳細な情報を聞き、資機材を借りて現場へ。午後3～4時頃に帰り、報告書を書いてその日は終了、そして被災地の状況が落ち着くまで、連日続いていきます。

運営側にも様々な役割があります。2000年東海豪雨水害では名古屋青年会議所が910万円分の資機材を調達、名古屋市は市営バスを出し、放置自転車を開放し、生協やスーパーが差し入れをくれました。災害ボランティアセンターは社協だけのものではなく、地域の協働があると充実します。また、ボランティアの報告から福祉的課題が見つかり、専門職の訪問支援につながることもあります。

7. 東日本大震災とJVOADの設立

東日本大震災では多くのNPOやボランティアが駆けつけましたが、正直バラバラでした。社協のボランティアセンターは192か所も立ち上がりましたが、パンク状態でした。石巻市では1日最大2,500人が来て受付だけで半日かかりました。行政や企業等、様々なセクターを含め、全体を調整する機能がなかったのです。今後は、「もれ」や「むら」がない支援をめざし、JVOADが設立されました。

8. 一般ボランティアと専門NPOの役割

一般ボランティアと専門NPOでは役割が異なります。床下の泥出しは、最近の住宅はフローリングで点検口がないことも多く、専門技術を持ったNPOが床をカットして泥を出し消毒します。災害ボランティアセンターでは「できません」ではなく「できるNPOにつなぎますね」と言えれば可能性が広がります。

制度の知識も重要です。「半壊」以上なら応急修理制度で70万円強の修理費が出ますが、壊れた家電には使えない、仮設住宅に入ると使えないなどのルールがあります。ボランティアやNPOが間に入って説明し、コーディネートすることで生活再建につながります。

重機で思い出の品を取り出す活動もあり、一番のリクエストは「お位牌」です。「ご先祖様を置いて逃げてきた」と気に病む方が多いのです。子ども支援では、津波被害の地域で「この人形も流されました」という遊び方をしている子がいましたが、心の傷を吐き出すプロセスなので止めてはいけなそうです。一般ボランティアと専門NPOの両輪が大切です。

9. 能登半島地震と避難所環境

能登半島地震ではJVOADとして県庁に入り調整を行いました。避難所環境改善も急務で、「TKB(ト

イレ・キッチン・ベッド)」を「スフィア基準」に沿って整えることが重要です。

トイレでは「便袋方式」を徹底しました。便器にビニール袋を二重にかぶせ、凝固剤を入れ、用を足したら1枚目の袋だけ捨てる方式です。スフィア基準では男女比1対3とされ、女性が安心できる環境が重要です。暗い場所に仮設トイレを置くと性被害リスクも高まります。

段ボールベッドも有効です。床にすぐに寝るとほこりを吸い込み、冷たく、高齢者が起き上がるのが大変です。段ボールベッドなら高さがあるので自分で起き上がってトイレに行くことができ、自立した生活を守れます。

10. 終わりに

阪神・淡路大震災から30年、ボランティアも進化し、今は「連携」と「コーディネート」が重要な時代です。「これなら自分にもできそうだ」と思うことが一つでもあれば幸いです。全てができる人はいません。専門的なことは専門家に任せればよい。ですが、皆さん一人一人にできることは必ずあります。

◎ワークショップ

「被災者からのメールに私たちができること」

認定 NPO 法人レスキューストックヤード代表理事

認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク(JVOAD)代表理事

栗田 暢之氏

1. ワークショップの進め方

今回のお題は「私のところに被災者からメールが来た」という設定です。まずメール（Aさんの事例）を黙読していただき、「この方の困りごととは何か」を書き出します。そのうえで、困りごとに対して「私ができること」「私の所属などに呼びかけてできること」「それ以外の応援を求めるべきこと」に分類して整理していただきます。

進め方としては、困りごと（ニーズ）を赤い付箋に、「私ができること」を黄色い付箋に、「私の所属でできること」は緑色の付箋に書いてください。「私の所属」とは、ボランティアグループ、職場、町内会、婦人会など何でも構いません。例えば「炊き出しをやりようと思ったら、自分は食材くらい提供できるけれど、資機材がない。でもうちの会社に相談したら持っているのではないか」といったイメージです。それ以外の応援を求めるべきことは別の色の付箋に書いてください。

一人で5枚も10枚も書く必要はありません。1か2か、頑張って3～4かぐらい考えていただければと思います。出された意見について、一つか二つのテーマに絞り、できれば「応援を求めること」まで行くように整理して進行してください。

2. グループ発表

【グループ1の発表】

参加者（グループ1）：

私たちの班では大きく二つの課題が出ました。一つが「住宅の被害」に関する困りごと、もう一つが「避難所でのプライバシーや持病の心配、ストレス」といった困りごとです。これに対して、私たちが個人でできることには限界があるという話になりました。私たちはプロではないので、直接できることは少ないかもしれません。ただ、このメンバーの中には防災士や日赤の奉仕団の方がいらっしゃいますので、組織としての力は大きいものがあります。避難者の困っているニーズを一つ一つくみ上げ、「どの組織に伝えれば解決できるか」という知識を持っているので、そこにしっかり伝えてあげることで被災者の困りごとを解決に導く。それが私たちにできることではないか、というのがこの班の結論です。

栗田氏：

防災士さんや日赤の方がいらっしゃるの、コーディネーションとしていろんなところの橋渡し役ができるのではないかとのことですね。「住宅系」と「避難所系」という二つの大きなくくりで整理していただきました。

【グループ2の発表】

参加者（グループ2）：

住宅系の話でいくと、「泥かき」や「床下の清掃」などは私たちが個人としてもできることではないかという話が出ました。所属という点では、ボランティア募集や寄付集め、知り合いを通じた炊き出しの依頼などができるのではないかという意見がありました。避難所の方の話も結構出ていまして、「マスコミ対応のルール化」を避難所の運営者に求めたり、「仮設住宅の情報」を掲示板のような形で作ってほしいと提案したり、洗濯機の設置を働きかけたり、パーティーでプライバシーを守るといったことができるのではないかと。また、支援制度の情報は、みんなが持ち帰って自分で見られるようにチラシの形で配布してもらえよう設計したらいいのではないかと、といった話が出ました。

栗田氏：

大きな寄付集めや炊き出しの紹介など、つながりを活用すれば支援につながれますし、細かなチラシを作るといった配慮もできるということですね。素晴らしい視点です。

【グループ3の発表】

参加者（グループ3）：

私たちのところでは、困りごと・ニーズとして「プライバシー空間の確保」と「ストレスがたまる」ということで話し合いました。私たちができることとしては、「話し相手になって情報を聞いてあげる」ということです。所属への呼びかけとしては、話し相手をたくさん集めること。それ以外の応援で求めることについては、聞いたこと（ニーズ）を運営側に伝えて配慮を求めること、そして話を聞いてあげるための「談話室」の設置を求める、というところで話し合いました。

栗田氏：

「話を聞いてあげるだけでもいいのではないかと」「聞くことが重要だ」という視点は非常に重要です。そして聞いたことを運営側にちゃんと伝えて、「避難所にもう少し談話室や休憩できるスペースを作ったらどうですか?」とアドバイスができる。これはなかなかのもので、プロの視点ですね。

【グループ4の発表】

参加者（グループ4）：

このメールから細かく困りごとを拾い上げた形になりますが、この方の困りごととしては「生活再建の道筋」「お風呂に入りたい」「情報が欲しい」「住宅の補修」「洗濯」「癒やしが欲しい」といったことがあります。関係機関につなげるという意見も出ましたが、自分ができることとしては、職場などにカセットコンロや発電機があれば、それを使ってお湯を沸かし、体を拭くようなお手伝いができるのかな、ということが挙がりました。メールの内容が多岐にわたり、最後に「愚痴」という言葉も出てきていることから、「愚痴を聞く（傾聴）」は誰にでもできるのではないかと、という意見も最後に出てきました。

3. 社会福祉協議会からのコメント

柳田氏（栃木県社会福祉協議会）：

災害ボランティアというと、どうしても家財の片付けや泥かきなど力が必要なイメージがあるかと思いますが、例えばボランティアセンターでよく話があるのが「物の整理」です。水害で被災された方の大切な家財が泥まみれになっていて、その整理や片付けは女性の方が得意だったりします。重いものの持ち運びは男性にお願いするなど、センターの運営の中でよくある話です。泥かきだけがボランティアではなく、いろんなことができます。逆に言うと、「自分の生活の中で得意分野は何かな?」と考えていただくことがボランティア活動につながります。

極端な話、募金もボランティア活動です。栃木県内で水害があった時、川を挟んだこちら側は泥まみれで困っているのに、川の向こうでは観光を楽しんでいる方がいるという変わった光景を見たことがあります。募金を通じて「県内でどういう災害が起こっているのか」という関心を持っていただくことも一つのボランティアです。そういった意識を持って日頃から生活していただくことも、一つの支援につながると考えています。

4. まとめ

栗田氏：

この被災者からのメールを受けて、二つの視点があると思います。一つは、短期ですぐに対応しなければいけないところと、中長期にわたって対応が必要な状況があるという視点。もう一つは、困っているのはこの人だけではなく、この地域全体がこういう状態になっているということです。

私たちレスキューストックヤードが実際にやった事例では、被災した集落の公民館をお借りして、町内会長さんにお話し、「いつでも誰でも休憩できる場所」を作りました。夏の暑い時期だったのでかき氷を出したり、地域の女性会の皆さんが「私たちも何か手伝いたい」とおっしゃって昼食の炊き出しを出したりしました。すると、押し車を引いたおばあちゃんがお弁当を取りに来るのです。「食の力」はすごいなと思いました。何もなかったら来ない人も、チラシを個別に配布して「お昼ご飯をみんなで食べましょう」と呼びかけると来てくださいます。

そういう「場」を作る。そして、その場を作ったうえで、被災された方の生の声をしっかり聞いて、ボランティアができることとできないこと、行政にもちゃんと伝えなければならないことを整理する。罹災証明は取ったか、健康面はどうか、家の再建の道筋は見えているか。そうしたことがしっかりその人に伝わらないといけませんので、行政へのつながりも非常に重要です。短期的なところから中長期のところにつないでいき、できるだけ地元を巻き込んで地元が主体でやっていただくと長続きます。

皆さんのボランティアの裾野の広がりという意味では、お互い話すことによって「あ、こんな考え方もあったのか」と広がったのではないかと思います。これを機会に、栃木はもとより、どこかで災害があった場合には、積極的に皆様方の力を発揮していただくことをお願いいたします。



◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 常務理事 棚橋 裕之

皆様こんにちは。一般財団法人地域社会ライフプラン協会の棚橋でございます。

本日は、年の暮れの何かとご多忙のことと存じますが、そうした中、大勢の県民の皆様「令和7年度災害ボランティアセミナー in とちぎ」にご参加をいただきまして、厚く御礼を申し上げます。

私共地域社会ライフプラン協会では、今日のようなシンポジウムを東日本大震災が起きた翌年、2012年から各都道府県のご協力をいただいて全国各地で開催をいたしております。こちらの宇都宮市での、この災害ボランティアセミナーでちょうど80回目を迎えることとなりました。

さて、本日は認定NPO法人レスキューストックヤード代表理事並びに、認定NPO法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク代表理事でいらっしゃいます、栗田暢之様に「誰にでもできることがある!災害ボランティアのすすめ」と題してご講演をいただきました。栗田様はこれまで、数多くの被災地で支援活動に取り組んでこられたご経験から、大規模自然災害に見舞われた地域の厳しい実情、そして生活の基盤を奪われてしまった被災者の方々の窮状・悩み・苦しみ・困りごとをよくご存じでございます。と同時に災害ボランティアの皆さんの活躍と、そしてボランティアの方が直面する課題、そしてそれを解決する上での関係諸機関の情報共有・連携のあるべき姿ということについても、精通しておられます。

本日のご講演では、グループワークの時間も企画していただきまして、私たち一人一人が被災地で人様のお役に立てることが必ずあるんだということ、そして多面的できめ細やかなボランティア活動が重要であるということについて、改めて認識を深めることができました。長時間にわたりまして、分かりやすく腹落ちのお話をしていただきまして、栗田様には心より御礼を申し上げます。ありがとうございました。

最後になりますが、今回のセミナー開催にお骨折りいただきました、栃木県並びに栃木県社会福祉協議会、栃木県市町村振興協会の関係者の皆様にご場をお借りいたしまして、深く感謝申し上げます。そして本日のセミナーが、こちら栃木県各市町村におきまして、いざ大規模な自然災害が起きた時に少しでも被害を少なくし、なるべく早期に復旧・復興を成し遂げるために、どういう備えをしておくのがいいかとかこういったことをみんなで考え行動を起こすこと、そして栃木県におけるシニアの方をはじめとする災害ボランティア活動のますますの発展の一助となることを、切に念願をいたしまして閉会のご挨拶とさせていただきます。誠にありがとうございました。

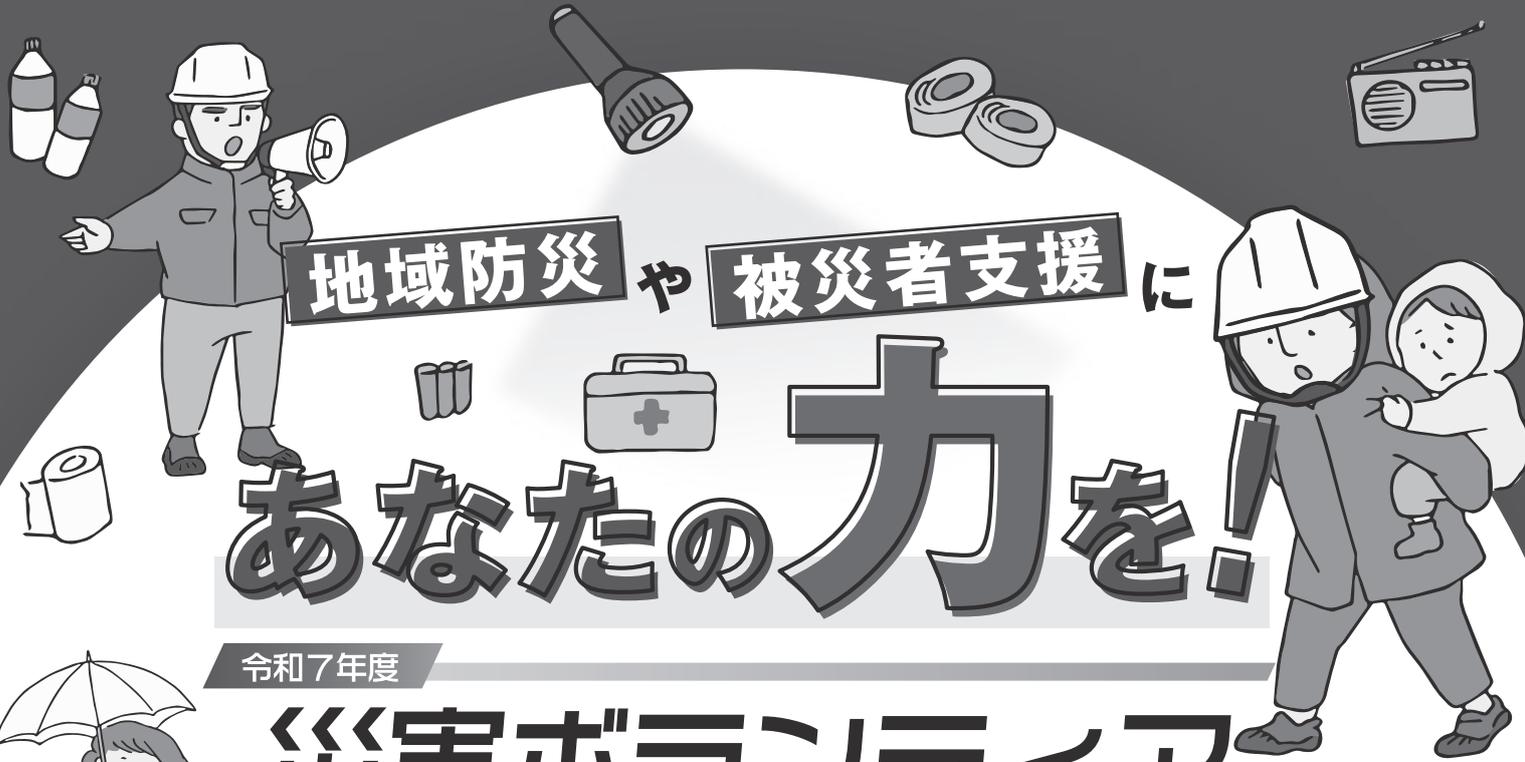
岐阜県

令和7年度

災害ボランティアシンポジウム in 岐阜

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催
- ・開催日：令和8年1月29日（木）13時00分～15時30分
- ・会場：岐阜県庁1階 ミナモホール
- ・参加人数：87名
- ・主催：岐阜県、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：公益財団法人岐阜県市町村振興協会



地域防災 や 被災者支援 に

あなたの力を!

令和7年度

災害ボランティア シンポジウム

in 岐阜

開催日時 令和8年 1月29日(木) 13:00▶15:30

会場

岐阜県庁1階
ミナモホール

〒500-8570 岐阜県岐阜市藪田南2丁目1番1号

定員

参加費無料/
先着 150名

講演

力仕事だけではない!
災害ボランティアの
すそ野を広げよう

30分

認定NPO法人
レスキューストックヤード
代表理事

講師 栗田 暢之氏



パネルディスカッション

令和6年能登半島地震における
多彩なボランティア活動

100分

パネリスト

- 小峠 辰男氏 高山市民防災研究会副会長
- 水野 範子氏 本巣市社会福祉協議会地域福祉課長
- 中根 陸人氏 中部学院大学人間福祉学部3年生

コメンテーター

- 小山 真紀氏 清流の国ぎふ防災・減災センター副センター長

コーディネーター

栗田 暢之氏

プログラム

12:30	13:00	13:05	13:35	13:45	15:25
開場	開会主催者挨拶	講演	休憩	パネルディスカッション	閉会挨拶

主催

岐阜県・一般財団法人地域社会ライフプラン協会

後援

公益財団法人岐阜県市町村振興協会

※このシンポジウムは、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

◎開会・主催者挨拶

岐阜県健康福祉部次長 関谷 英治

皆さんこんにちは。岐阜県健康福祉部の関谷と申します。本日は、小雪の舞う大変寒い中、「令和7年度災害ボランティアシンポジウム in 岐阜」に大変多くの皆様にご参加いただき、誠にありがとうございます。

また、日頃より本県の防災及び福祉行政の推進に格別のご理解とご協力をいただいておりますこと、この場をお借りしまして、重ねて御礼を申し上げます。

さて、令和6年に発生した能登半島地震や奥能登豪雨、更に今年度に入りましては9月の静岡県牧之原市で発生いたしました竜巻被害などの復興支援に際しては、現在まで多くのボランティアにご活躍いただいております。

このように、頻発化・激甚化する大規模災害において、ボランティアの存在はますます重要なものになっています。

本県においては、平成30年7月豪雨や令和2年7月豪雨の際に、多くのボランティアの方々に被災者支援活動を行っていただき、早期の復旧復興につながったところですが、この先、南海トラフ地震や頻発する豪雨災害などが発生した際には、更に多くのボランティアにご協力いただくことが想定されます。

このため、県では、支援活動が必要となる災害が発生した際に、ボランティアの皆様方が最大限の力を発揮していただけるよう、関係団体等と連携してボランティア団体の受入れ調整などを行う体制づくりの検討を進めているところです。

こうした中、本日のシンポジウムは、幅広い世代の方に、被災時に一人でも多くのご支援をいただけるよう、一般財団法人地域社会ライフプラン協会様との共催で開催をさせていただいております。

本日ご登壇される方には、能登地域において、NPO法人、市民団体、社会福祉協議会、学生それぞれのお立場から、実際に取り組まれた支援活動についてお話をいただきます。

被災時には様々な支援ニーズが出てまいります。皆様には、本シンポジウムにより、災害時のボランティア活動へのご理解をより深めていただき、日頃の活動やこれまでの経験を生かして、「自分には何ができるか」ということを考えていただく機会としていただけると幸いです。

最後になりますが、認定NPO法人レスキューストックヤードの栗田様、パネリストの皆様方をはじめ、開催に向けご尽力いただいた関係者の方々に感謝を申し上げ、挨拶とさせていただきます。本日は短い時間ですが、どうぞよろしく願いいたします。

◎講演

「力仕事だけではない！ 災害ボランティアのすそ野を広げよう」

認定 NPO 法人レスキューストックヤード 代表理事 栗田 暢之氏

1. ボランティアの原則と災害支援における追加の視点

AIにボランティアの定義を尋ねると、「自主性・自発性」、「社会性・連帯性」、「無償性・無給性」、「創造性・先駆性」という四つの原則が示されます。一般的には三原則と言われることが多いのですが、自分の意思で活動し、見返りを求めず、社会課題の解決に取り組むという基本姿勢に加え、自分たちの特性を生かして創造的に活動することも重要だという点には同感です。

ただし災害ボランティアの世界では、ここにさらに三つの原則を加える必要があります。一つ目は「被災者本位」です。ボランティアは「してあげる」という気持ちがあるかもしれませんが、自分がしたいことをするのではなく、相手が求めていることに応えなければ、単なるお節介になってしまいます。

二つ目は「地元主体」です。被災現場は地元で起きる以上、外部支援者が中心になっては本末転倒です。外部の支援者はいずれ帰るのですから、そこに住む人たちが主体となって意思決定していかなければ、支援が途切れた途端に立ち行かなくなります。

三つ目は「協働」です。それぞれのボランティアやNPOが独自に支援を行うだけでは「やっただけ」で終わってしまい、支援の漏れやムラが生じます。官と民がきちんと連携し、根本的な課題解決を目指す姿勢が不可欠です。



栗田 暢之氏

2. 一人一人の生の声に向き合うことの大切さ

50か所以上の被災現場に携わってきた経験から言えることは、被災地と一口に言っても、被災者一人一人が抱える状況は異なるということです。その違いに丁寧に向き合う姿勢がなければなりません。

災害というのは突然、人々に最悪の困難をもたらします。最悪とは何かといえば、大事な人を失うことです。能登半島地震でも700名以上の方が犠牲になりました。人が亡くなるだけでなく、大事な家がなくなる、大事なものを全部失う、焼けてしまう、流されてしまう。そうした人生の一大事に直面した方々が「助けて」と声を上げたとき、周りの多くの者が「私はこれならできます」と手を挙げる。そんな社会にしていきたいと思っています。

一つの災害に何千人、何万人というボランティアが被災地を訪れる日本社会の良い習慣が定着しています。引き続きボランティアの火を絶対に消してはいけません。被災地の現実を誰かのせいにするのではなく、「自分には何ができるか」を考えながら現場に行くことがまずは重要です。

3. 社会福祉協議会とボランティアセンターの役割

その受け皿として、現在は社会福祉協議会がボランティアセンターを立ち上げ、多くのボランティアを受け入れる仕組みができてきました。法律で定められているわけではありませんが、それぞれの社協が深い自覚のもと、自分たちの地域で災害が起きたときに背を向けるのではなく、真正面から飛び込んで頑張ってきた歴史があります。当たり前のように存在するボランティアセンターですが、それは決して当たり前ではありません。

あえて注文をつけるとするならば、現場で何に困っているのかのニーズをしっかり把握し、見極めながら運営をしていくことが必要だということです。日本は水害が多いため、災害ボランティアといえば泥かきというイメージがついてしまいがちですが、困りごとは泥かきだけではありません。「私は力仕事ができないから行けない」という声があるのはもったいないことです。

現場で何が起きているかの把握は、やはり地元の方々が重要です。我々のような外部の人間が突然訪れて「何かお困りですか」と聞いても、警戒されてしまいます。地元の社協と一緒に動くからこそ、信頼関係が生まれて話を聞かせてもらえるのです。だから「地元主体」が大切なのです。

4. 「泥だけを見るな、人を見ろ」という心構え

ボランティアに対しても言うておきたいことがあります。泥との戦いのような場面はありますが、「泥だけを見るな、人を見ろ」ということです。泥を片付けることが目的ではなく、泥を片付けてほしい人の気持ちに立ってお手伝いをしているのだという意識が必要です。泥に紛れた思い出の品物を、泥と一緒に捨ててしまったということも過去にはありました。どれだけ汚れていても、それは被災者にとっては大切な品かもしれません。人を見てちゃんと仕事をしなければなりません。

ボランティアセンターの運営支援者についても同様です。受付やオリエンテーション、資機材の貸し出しといった運営業務に追われ、一度も被災者と話をしないまま帰ってしまう人もいます。運営支援者であっても、被災された方がどんな心境にあるのか、フェーズに応じて日々変化していきますが、これらを受け止められるセンターであってほしいと思います。

また、被災時の社協はボランティアセンターの運営だけをやっているわけではありません。ここの理解を広げ、市町村やボランティアの方々が運営にも携われるような姿がこれから必要なのだと思います。

5. 足湯ボランティアを通じて聞こえてくる声

被災者のニーズを聞き取る方法として、私たちは「足湯ボランティア」を実践しています。「何かお困りですか」と聞いても、何に困っているか分からないという方も多いです。足湯に浸かってリラックスすると、いろいろなことを話してくれます。

能登半島地震の被災者からは「神も仏も希望もない。いつ死んでもいい」「長生きして損した」といった言葉が聞かれました。昭和、平成、令和と日本を支えてきた方々が、人生の最終楽章でこのような思いを抱えています。長生きしてよかったと言ってもらえるよう、どうケアしていくかが問われています。

避難所生活では「パーティションが欲しいと言っても聞いてもらえなかった」「男性が窓口で生理用品を配っており受け取れなかった」「アレルギー対応食が手に入らず体調を崩した」といった声も上がりました。こうした声は待っていても聞こえてきません。聞きに行くからこそ分かることがあります。

6. 官民連携による課題解決と継続的な支援

聞き取った内容は、町や社協と共有のうえ定期的に協議し、官民連携で課題解決に取り組みます。避難所の問題は管理者である市町村とよく相談して改善を求め、例えばアレルギー対応のような個別案件はケース検討会議につなげます。ボランティアは被災者に近い距離にいますので、こうした生の声を聞き、しかるべきところにつなぐ役割もあると考えています。

私たちは現在も穴水町で拠点を設け、毎週金曜出発・日曜戻りのボランティア便を130便以上出しています。足湯や戸別訪問のほか、遊びや落語、音楽をはじめそれぞれの得意分野や持ち込企画など多様な活動を展開して盛り上がっています。また、現地に行くだけがボランティアではなく、募金活動や物資の提供、お土産を届けるといった形でも支援はできます。そのうち被災者である地元住民が主体となってボランティアにかかわっていく光景も見られています。

災害ボランティアは決して力仕事だけではありません。被災者で困っていない人はいませんし、困りごとは一人一人異なります。多様なニーズに応えるためには、老若男女問わず多種多様なボランティアが必要です。被災地全体を俯瞰しながら官民連携により課題解決を目指していく。興味のある方はぜひ奥能登と一緒に来ていただきたいと思います。

◎パネルディスカッション

「令和6年能登半島地震における多彩なボランティア活動」

パネリスト：

小峠 辰男氏（高山市民防災研究会 副会長）

水野 範子氏（本巢市社会福祉協議会 地域福祉課長）

中根 陸人氏（中部学院大学人間福祉学部 3年生）

コメンテーター：

小山 真紀氏（清流の国ぎふ防災・減災センター 副センター長）

コーディネーター：

栗田 暢之氏（認定 NPO 法人レスキューストックヤード 代表理事）

1. 導入

栗田：

ここからはパネルディスカッションとして進めていきます。能登半島地震を取り上げ、老若男女様々な立場のゲストを迎えることができました。それぞれからどのようなボランティア活動をされてきたのかを伺い、後半では活動を通じて大切にしたいと思ったことや課題を深掘りしていきたいと思います。



栗田 暢之氏

2. 小峠辰男氏の発表「シニアで広がる災害ボランティアの力」

小峠：

高山から来ました。私たちのようなシニアでも災害ボランティアができるということを、穴水の仮設住宅での活動を通じてお伝えしたいと思います。

私が所属する高山市民防災研究会は、防災教室や家具の固定の仕方、非常持ち出し袋の普及活動などを行い、災害に強いまちづくりを目指しています。会員の年齢は20代から70代で、2015年8月から活動を続けています。私自身は70歳をとうに過ぎた立派なシニアです。

内閣府のデータによると、ボランティア活動をしたことがある人の割合は60代、70代が多くなっています。参加理由は「社会の役に立ちたい」が多く、私たちは「みんなの笑顔を見たい」という思いで活動しています。シニアには参加の妨げとなる要因が少なく、時間はいくらでもあります。毎日が日曜日ですから。

私たちの組織でできることを考えました。力仕事は無理ですし、行って迷惑をかけるのは避けたいです。



小峠 辰男氏

そこで、仮設住宅の住人から困りごとや相談ごとを聞き出せないかと考えました。仮設住宅にはエアコンがありますが、急いで建てるのでほこりだらけになっています。エアコンのフィルターを掃除するという名目で家の中に入れてもらい、そこで住人と話をするという方法を思いつきました。

レスキューストックヤードに相談したところ、穴水で活動しているということで、高速道路の災害支援割引を利用して向かいました。活動は1回につき6人か9人で、三人一組という形です。2人が作業をしている間、1人は話を聞きます。趣味の話で盛り上がる事が多く、折り紙などがあると喜んで話をしてくれます。

傾聴の内容としては、ほとんどの方が家をなくして大変だという話をされました。子どものところに避難していたが心が痛かったのも、仮設の方が楽だという声もありました。皆さんから「来ていただいてうれしかった」「ありがとうございました」という言葉をたくさんいただきました。

シニアだからできるボランティアがあります。無理をせずにできますし、優しさと経験が誰かの力になります。長年培ってきた経験や知識を活かして社会に貢献できるのがシニアのボランティアだと思います。

栗田：

仮設住宅は仕様が最低限で、エアコンも一番安いものです。また、仕様が一人一人の暮らしに合っていないところに課題があり、行政よりも民間が少し手直してあげる方が早いです。エアコンに目をつけて、いろいろなお話をさせていただいたことは本当に助かったと思います。

3. 水野範子氏の発表「本巢市社協とボランティア・市民の活動」

水野：

本巢市社会福祉協議会の水野です。本巢市社協とボランティア、市民が能登半島地震後にどのような活動をしてきたかを紹介させていただきます。

本巢市には「つなぐ会」という災害時に駆けつけるボランティア団体があります。阪神淡路大震災の時に集結し、東日本大震災の時に再集結しました。メンバーは学校の先生、建築士、保育士、自営業の方など幅広く、年齢は60代から80代です。

2024年1月1日の能登半島地震発生直後、メンバーから「今までの経験を生かしたい」「救援物資の収集や配送に協力したい」という声が続々と上がりました。社協とつなぐ会が中心となって声をかけたところ、僅か1日でたくさんの物資が集まりました。

その後、つなぐ会のメンバーは年を重ねて体を動かすボランティアは難しくなったため、後方支援をしていこうということになりました。本巢市社協としても、背伸びせずにできることに取り組むこととしました。

支援金集めの背景には、ボランティア活動には資金が必要という経験があります。被災地に行ける人は現地で活動し、行けない人は支援金でボランティア活動を支えるという考え方です。職員と一緒に牛乳パックで募金箱を作り、市内のふれあいサロン、福祉事業所、飲食店などに配布しました。約50団体と多くの市民が協力してくださり、コンサートでは14万658円の募金が集まりました。



水野 範子氏

ある時、つなぐ会の市川代表から、やはり被災地へ行きたいという強い思いが湧いてきました。つなぐ会以外の人に声をかけてみたところ、防災士や地域で活躍している女性9名が集まりました。これが「能登女子会」の誕生です。

栗田さんに相談して穴水町の「ボラまち亭」につないでもらいました。活動内容は、仮設住宅での交流やお茶会、七夕のイベント、必要な物資を届けること、穴水町でお買物や食事をして地元の売上げを支援することとしました。被災地を訪れて思ったことは、必要としているものを細く長く支援していくこと、寄り添うこと、忘れないということでした。

ある時、市民が「お米を能登に届けてほしい」と来訪されました。栗田さんに相談すると「精米して3合ずつ分けてもらえたと助かる」とのことでした。能登女子会に声をかけ、180キロを手分けして精米し、3合ずつの袋詰め作業を行いました。社協から地域のボランティア、老人クラブ、民生委員へと声をかけ、20名ほどで作業しました。初めて参加された方からは「これくらいなら私もできるから、いつでも声をかけて」という言葉をいただきました。

震災から1年が経ち、風化を防ぐため、社協で物産展を開催しました。能登から直接購入して販売したところ、全て完売しました。このように社協とボランティア団体、市民が連携して応援の輪を細く長く広げています。

栗田：

できないところからスタートして、何ができるのだろうかと考え、歩きながら考えて今の形になったのですね。「背伸びせずに」というのがいいですね。毎週の「お裾分けコーナー」には1か月に1,000人以上が訪れました。一つ一つの思いの集積が最終的に被災者支援につながりました。

水野：

皆さんの思いを社協がきちんと声を拾っていくことが大事だと思ったので、やらせていただきました。

4. 中根陸人氏の発表「災害ボランティアを経験して」

中根：

中部学院大学人間福祉学部3年の中根陸人です。大学主催の能登半島災害ボランティアに登録し、去年3月8日に1泊2日で能登半島へ行きました。また、下呂市での避難生活支援リーダー・サポーター研修、岐阜市での災害ボランティアセンター立ち上げ訓練、大垣市での実地訓練にも参加しました。

1日目は金沢市の崎浦公民館で、町内会長や被災者の方、社協の方々約20名とマジックショーやレクリエーションで交流しました。地震から1年以上が経過し、復旧が進んでいるのではないかと想像していましたが、同年9月に豪雨での被害もあり、まだ大変な状況が続いていることを知りました。

2日目は珠洲市に向かいました。被災者から「道路は迂回を強いられる箇所が多い」と聞いていま



中根 陸人氏

たが、実際に移動してみると道路がひび割れている箇所が多く、迂回を余儀なくされました。災害ボランティアセンターでは作業の注意事項や必要物品の確認を行い、壁には小中学生からの応援メッセージが多く飾られていました。

11時30分から、津波で被害を受けた場所の側溝の泥かき作業を行いました。蓋は重いため二人作業で行い、他のボランティア団体の方から作業のコツを教わりました。休憩後は豪雨で被害を受けた場所の作業を行いました。水を含んだ泥はすくうのに苦戦し、あまり作業が進まず悔しさが残りました。

実際に被害を目の当たりにして、想像していたよりも復旧が進んでいないことに衝撃を受けました。このような被害を見て、自分の地域が被害を受けたときのことを想像し、ハザードマップの確認など後悔のない行動ができるようにしたいと考えました。

今回の活動がきっかけとなり、各種研修や訓練に積極的に参加するようになりました。参加する際は必ず友人に声をかけ、今年1月には友人とこれらの取組について大学で講義を行い、広めることができました。これからも災害ボランティアに参加した際には、友人と情報共有を行ったり、報告を行う機会を設けていただき、災害について興味をもつ人が増えるように活動していきたいと思います。

栗田：

側溝の掃除は本来行政がやるべきですが、工事業者も手いっぱい、雨が降るたびに山から土砂が流れてきて悲鳴を上げています。地域の力も余力がないので、ボランティアにやってもらうしかありません。中途半端だったとおっしゃいましたが、ずっと役に立っています。

5. 小山真紀氏のコメント

小山：

3人の方のお話を聞いて、三つ思ったことがあります。

一つ目は、実際に現地に行ってみないと分からないことがたくさんあるということです。復旧や復興について外から言われることと、現場の実情は大きく違います。

二つ目は、このような人がいることがとても大事だということです。現地に入り、帰ってきた後は自分たちの地域の災害対応力の向上にもつながります。被災地支援は被災者だけでなく、自分の地域をより良くすることにもつながります。

三つ目は、災害支援のNPOや被災地に伴走している団体とつながれる機会があることの素晴らしさです。被災後に本当に大切なのは、生活を取り戻し、日々の暮らしを少しずつ豊かにしていくための、細く長い支援です。その役割を担っているのが、現場に根ざして活動を続けている災害支援のNPOや伴走団体です。そうした団体とつながり、力を借りながら支援を続けていける場がここにあることは、本当に素晴らしいことだと感じます。



小山 真紀氏

栗田：

つないでつないでという連携プレーが大事です。小峠さん、水野さん、中根さんの思いが原点であり、

それを上手につないでいくことが重要だと改めて感じました。

6. 活動を通じて学んだこと・課題

小峠：

私は実はボランティアという言葉が好きではなかったのですが、現場の方々といろいろな話をする中で、ボランティアが好きになりました。同じところに通い続けることが大事だと思いました。最初は変な顔をされましたが、今では「お待ちしております」と言われるようになりました。

栗田：

ボランティアを楽しんでされているところがいいです。眉間にしわを寄せて「大変でしたね」と言われるよりも、普通の会話の中で「ありがとうね」という見返りを求めない気持ちが安心感につながったのでしょう。

水野：

支援を通じて大切にしたいことは、「できることを、できる人がやる」ということです。被災地に行くだけがボランティアではなく、誰でもできることはたくさんあります。勇気を持って声をかけてみる、広めていく。仲間が仲間をつなげてくれました。

被災地で折り紙や作業をしながらだと心がほぐれたのか、皆さんよくお話をしてくださいました。「崩れた家を見て心が折れる、足が折れる方がマシだった」とか、「息子のところに行っても話すことがなく辛かった、仮設に帰ってきてほっとした」というお話を聞きました。こういったお話を私たちが伝えていくことが大事な役割になります。

「これくらいなら」という言葉がとても大事で、人と人をつなぐことが社協の役割だと思いました。普段のつながりを大切に、地域のネットワークを市民と一緒に継続して作っていくことが大事です。

栗田：

息子のところに身を寄せたけれども水が合わなくて仮設に帰ってきたという話は、地元ではなかなか口にできないものです。地域の外の人だったからこそ、自由に語ることができたのだと思います。地域のつながりが大切であることは言うまでもありませんが、同時に、よそ者が果たす役割もとても大きいと感じています。

能登のために何かできるのではないかと、という小さな思いの集まりが、いつのまにか大きな力となり、能登のことが「自分ごと」、更には自分の地域のことへと変わっていく。その積み重ねが能登への支援を継続させ、結果として自分たちの地域をより良くしていくことにつながるのだと思います。

中根：

このボランティアを通して三つのことを学びました。一つ目は「現地に行ってみないと分からないことが多い」ということです。復旧がほとんど終わっているのではないかと想像していましたが、現地では壊れた道路や建物がそのまま残っていました。

二つ目は「若者だからできる支援がある」ということです。側溝の作業は体力が必要で、珠洲市の65歳以上の割合は50%を超えており、体力のある大学生だからこそできた作業でした。

三つ目は「若者は発信力を持っている」ということです。SNSを多く使う私たちは、経験を発信して参

加の輪を広げる役割があります。活動を行って終わりではなく、次の活動に生かしたり仲間を増やしたりすることの良さを理解できました。

栗田：

あれから2年が経ち、支援はどんどん右肩下がりになっていく中で、若い力でもっとお年寄りを支えてほしいです。小峠さんたちのシニアグループと中根さんの大学生グループと一緒にいくと、お互いの得意をもっと発揮できるのではないのでしょうか。

7. クロストーク「キーワードと今後に向けて」

小山：

今日の話から重要だと思ったキーワードは、「やりたいことをやる」ということ、「行ってみないと分からない」ことがたくさんあるということ、そして「伝える」「つなげる」「つながる」ということです。

小峠：

私の経験から言うと、まず「きっかけ」がないとできません。きっかけがあって、相談する人を知り、方法を見つけることが大事です。行けば絶対に満足感、充実感が得られます。以前のボランティアで泥出しをしたとき、ここに堤を積み水が流れていくというアイデアが出ました。シニアはそういう引き出しをいっぱい持っているのだから、行けば必ず役に立ちます。あまり無理していると後に必ず出てくるので、そういうのは若い人に任せます。僕らはゆるゆるやっています。

水野：

「楽しい」というところが大事です。ボランティアと一緒にいったことで「また何かできることを一緒にやっとうね」という前向きな方向に変わってきました。メンバーから仲間になったこともうれしかったです。

デイサービスの高齢者事業所に募金箱を渡したら、コーヒーの100円などの小銭を入れてくださいました。それこそ「これくらい」です。仲間が仲間をつなげてくれて、募金が大きな金額になりました。栗田さんとのつながりがあったから、必要なものを確認しながら届けることができ、寄り添った支援ができていたと思います。また研修会を続けていくことで、参加者の関心を高めてその中で何かを見つけていただくきっかけになればいいなと思います。

栗田：

肩肘張らずにボランティアするという名目の中に、おいしいものを食べるという楽しみがあってもいいです。肩の力を抜いて、無理せずに、楽しみながら充実を得ることが大事です。

中根：

私は「伝える」というところを大切に思いました。大学生は4年生の後は卒業してしまいます。自分の世代だけでなく下の世代にも伝えていかないと、大学でその活動が続きません。先生が伝えるのと学生が伝えるのではイメージも違うので、自分たちが本当に行ったことを伝えていかないといいと思います。

8. 岐阜県民へのメッセージ

小峠：

シニアでもできることがいっぱいあります。ぜひシニアの方もいろいろな活動をして、何かあったときにすぐできるように頑張りましょう。

水野：

現地に対する支援をしたいと思った時点で、既にボランティアをされていると思います。自分に合った活動、できる活動を考えてみてください。「これくらいなら私も」という「これくらい」がとても大事なことだと思います。一人で悩まずに、社協もお手伝いをさせていただき、一緒に手を取り合いながら頑張っていきたいです。

中根：

今回の経験を通して、行動することの大切さを学びました。岐阜県に住んでいる自分にとって、能登半島地震はどこか遠い出来事に感じていましたが、実際に現地に行ってみて、特別な場所で起こることではないと学びました。ぜひ自分にできることから一歩を踏み出してほしいと思います。

9. 閉会

栗田：

これからもお互い無理なく緩やかに、そしていろいろな人とつながりながら継続していくことが大切だと思います。災害ボランティアというと災害発生後の一瞬のことだけを指しがちですが、これからの復興期の方がはるかに時間はかかります。時折思い出していただきながら、行ける方は一緒に活動していく。それが地元の防災にも結びつくということをしっかりリンクさせ、ボランティアの連鎖をますます広げていければと思います。本日はどうもありがとうございました。

◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 常務理事 棚橋 裕之

皆様こんにちは。一般財団法人地域社会ライフプラン協会常務理事の棚橋でございます。

本日は、何かとご多忙のところを、大勢の県民の皆様「令和7年度災害ボランティアシンポジウム in 岐阜」にご参加をいただきまして、厚く御礼を申し上げます。

私ども地域社会ライフプラン協会では、今日のような災害ボランティアに関するシンポジウムを東日本大震災の翌年、平成24年から各都道府県のご協力をいただきながら、全国各地で開催しており、こちら岐阜市でのシンポジウムで81回目を迎えました。

東日本大震災以来、10年余り経つわけですが、この間にも大地震や夏場の豪雨災害が頻発しており、我が国のどの地域においても、防災のための備えや被災した場合のボランティア活動の重要性がますます高まっている時代を迎えています。

本日は認定NPO法人レスキューストックヤード代表理事でいらっしゃいます栗田暢之様に、「力仕事だけではない!災害ボランティアのすそ野を広げよう」と題してご講演をいただきました。大規模自然災害により甚大な被害を受けた地域では、やるべきことが山積しております。また、思いもよらぬ災難に遭遇して、簡単には癒えそうにない心の傷を負った被災者のお一人お一人に寄り添い、ケアをすることはきめ細かい配慮が必要でございます。災害ボランティアの皆様には多様なニーズを汲み取り、臨機応変に活動されるということで、被災地に無くてはならない存在となっていることがよく分かりました。

続くパネルディスカッションでは「令和6年能登半島地震における多彩なボランティア活動」というテーマで、小峠辰男様、水野範子様、中根陸人様、小山真紀様、そして栗田様の5名の方々に、一昨年の元日に発生した大地震後の現地での災害ボランティア活動の状況を詳しくご披露いただき、そこから得られた成果と教訓について議論を深めていただきました。栗田様をはじめご登壇いただきました皆様方に心より御礼を申し上げます。

最後になりますが、今回のシンポジウム開催にお骨折りをいただきました、岐阜県並びに公益財団法人岐阜県市町村振興協会の関係者の皆様、この場をお借りいたしまして深く感謝申し上げます。そして、岐阜県下各市町村において、この先、大規模な自然災害が発生したときに、少しでも被害を少なく、なるべく早期に復旧復興を果たし、被災された方々が希望を取り戻せるように、本日のシンポジウムが、地域防災のための物心両面の備えをたゆまず怠らないとの気運を醸成すること。そして岐阜県におきますシニアの方をはじめとする災害ボランティア活動の普及・発展の一助となることをお願いいたしまして、閉会の挨拶とさせていただきます。

本日は誠にありがとうございました。

新潟県

自主防災シンポジウム 2026in 佐渡

◆開催概要

- ・開催方法：会場開催 ※開会挨拶時、新潟県のみオンライン参加
- ・開催日：令和8年1月31日（土）13時30分～16時00分
- ・会場：金井コミュニティセンター
- ・参加人数：130名
- ・主催：佐渡市、新潟県、一般財団法人地域社会ライフプラン協会
- ・後援：公益財団法人新潟県市町村振興協会

参加
無料
.....
定員120名

自主防災 シンポジウム

2026 in 佐渡

開催場所

新潟県佐渡市千種240
金井コミュニティ
センター

開催日程・時間

令和8年 1.31 SAT
13:30 > 16:00

プログラム

13:00 開場 >> 13:30 開会挨拶 >> 13:40 講演1 >> 14:40 休憩 >> 14:50 講演2 >> 15:50 閉会挨拶

講演
1

地域の防災をステップアップ
みんなで取り組む地区防災計画

香川大学 四国危機管理教育・研究・
地域連携推進機構 准教授

いそうち ちかこ
磯打 千雅子氏



講演
2

災害多発時代の災害ボランティア
~本当に役立つ支援のために、今知るべきこと~

特定非営利活動法人にいがた災害
ボランティアネットワーク理事長

り じんてつ
李 仁鉄氏



主催

佐渡市・新潟県・一般財団法人地域社会ライフプラン協会 後援:公益財団法人新潟県市町村振興協会

※このシンポジウムは、自治宝くじの市町村振興事業として、一般財団法人全国市町村振興協会の助成金を活用して開催しています。

◎開会挨拶

新潟県防災局防災企画課長 堀川 健一

皆様、日頃より大変お世話になっております。新潟県防災局 防災企画課長の堀川でございます。本日は、大雪対応のため現地に伺うことが叶わず、オンラインでのご挨拶となりますことを、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。開会にあたり、主催者を代表して一言ご挨拶申し上げます。

本日はお忙しい中、「自主防災シンポジウム 2026in 佐渡」にご参加いただき、誠にありがとうございます。

また、皆様には、日頃から新潟県の防災行政の推進に多大なるご理解・ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

今回のシンポジウムは、一般財団法人地域社会ライフプラン協会のご支援をいただき、県と佐渡市、協会の共催で開催するもので、「自助・共助の重要性及び、地区防災計画の必要性を再認識し、地域防災活動の主体的な取組を推進すること」を目的にしております。

ご存じのとおり、2年前、令和6年1月1日の能登半島地震では、石川県を中心に、大きな被害に見舞われました。本県においても、長岡市で最大震度6弱を記録したほか、津波や大規模な液状化現象の発生、土砂崩れによる国道の閉鎖等、平成19年の中越沖地震以来の広域的な被害に見舞われました。

県としても地震から得た教訓を踏まえ、防災対策を進めているところでありますが、いざ災害が起こった場合、災害に対応していくためには、行政だけでなく、地域住民の皆様やNPO、企業の皆様など、あらゆる主体の力を結集することが重要だと考えております。

本日の講演では、香川大学准教授の磯打様から、「地域の防災をステップアップ みんなで取り組む地区防災計画」について。また、にいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李様から、「災害多発時代の災害ボランティア」についてご講演をいただきます。

いずれのご講演も、今後の防災・減災の取組を考える上で大変示唆に富む内容であります。本日のシンポジウムが、皆様にとって、今後の災害に強い地域づくりに向けた取組の一助となりますことを祈念いたしまして、私からの挨拶とさせていただきます。本日はどうぞよろしく願いいたします。

◎講演

「地域の防災をステップアップ みんなで取り組む地区防災計画」

香川大学 四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構 准教授
磯打 千雅子氏

本日は、「地域の防災をステップアップみんなで取り組む地区防災計画」というタイトルでお話しさせていただきます。事前に市役所の方に伺ったところ、佐渡の皆さんは最近、かなり急激に取組が進んでいらっしゃるとのこと。そこから更にステップアップするためのヒント、そして「みんなで取り組む」とは具体的にどういうことなのかをお伝えできればと思います。

1. 気象の「極端化」と日本の居住リスク

まずは現状の認識から入りましょう。最近の気象状況を表すキーワード、それは「極端」です。データを見てみますと、1時間に50ミリ以上の「強い雨」が降る頻度は、40年前と比較しておおむね2倍に増えています。たった40年、皆さんの人生経験の中で、雨の降り方が2倍も変わってしまったということです。地震についても同様です。「今後30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率」を示した地図を見ると、日本全国どこも色が塗られていない場所はありません。濃い赤色の地域はもちろん、色が薄い地域であっても可能性はゼロではない。私たちはこの国に暮らしている限り、災害への備えを避けて通ることはできないのです。

ここで、日本の国土について少し考えてみましょう。「日本の国土全体のうち、人が住むことができる平野は何割ぐらいあると思いますか？」答えは、僅か「3割」です。北海道と九州を足したぐらいの面積に、私たち日本人はぎゅっと集まって暮らしています。

では、その狭い3割の中で、「災害の危険がある場所に住んでいる人はどれくらいいるでしょうか」。答えは「7割」です。人口の7割の方が、既に「危ない」と分かっている場所に住んでいます。ここ新潟県に絞ってみても、県民の50%が災害リスクのある場所に居住しています。ちなみに、私の住む岡山の倉敷市は西日本豪雨災害がありましたが、岡山県全体では70%、私の職場がある香川県や四国全体では95%前後が危険な場所に住んでいます。「うちは大丈夫だろう」「佐渡は平和だから」と思いたいところですが、数字を見ると、私たちは日常的にリスクと隣り合わせで生活していることが分かります。

2. 防災は「地域づくり」の万能ツール

では、なぜ今「地区防災計画」なのでしょう。防災には「誰もが関係する」という強みがあります。例えば、まちづくりで「お祭りをしよう」とか「高齢者と子どもの交流会をしよう」と呼びかけても、「私は賑やかなのは苦手」「うちは子どもがいないから」と関心を持ってもらえないことがあります。しかし、「災



磯打 千雅子氏

害に備えて何とかしよう」と言われて、「私には関係ない」と言いきれない人は、このリスクの高い日本にはいません。だからこそ、防災は地域の人々にお声掛けができる「万能なテーマ」なんです。防災をきっかけにすることで、担い手が固定化していた地域の活動に新しい人が入ってきたり、活動の輪が広がったりする。防災は地域づくりのきっかけにも、目的にもなるのです。

3. 地区防災計画の大事なポイント

地区防災計画では自助・共助・公助の三つの連携を大切にしています。地域、家庭、行政がそれぞれの強みを出し合って、地域全体を強くしていこうという考えです。

このあと三つの視点でお話します。一つ目は、「制度」についてです。地区防災計画の制度は、地域の連携を目的としています。その中で、どうやったらたくさんの方々を巻き込めるかが大事なポイントとなります。二つ目は、「文書」についてです。地区防災計画書という文書を作るのは、関係者を巻き込むという連携のためです。紙に残すことで配布をし、皆で同じ情報を共有することができます。三つ目は、「取組」についてです。日頃からの付き合いや、顔の見える関係を大切にすること、これも地区防災計画にとってとても重要なポイントになります。

4. 制度としての地区防災計画～ボトムアップ型の仕組み～

この「地区防災計画」というのは、東日本大震災の教訓を踏まえて作られた制度です。これまでの日本の防災は、国、都道府県、市町村が計画を作る「上からの指示（トップダウン）」が中心でした。しかし、東日本大震災の時のように、役場そのものが被災したり、職員の方が犠牲になったりする状況では、行政だけに頼ることはできません。地域に暮らす私たちが、自分たちで計画を立てる必要があるのです。

この制度の最大の特徴は、私たちが作った計画を市町村の地域防災計画に「位置づけてもらう」という点です。ただ、誤解していただきたいくないのは、これは「避難所を作ってほしい」などの行政への陳情や要望書ではありません。「私たちは地域でこういう活動をしています」ということを行政に伝え、平時や災害時お互いの強みを生かして連携するための「情報共有」であり、そのための「共通言語」として計画書を作成するのです。現在、全国で2,727地区の計画が既に反映されており、7,701地区で策定に向けた活動が進んでいます。新潟県内でも206の地域で活動が進行しており、佐渡の皆さんもその大きな流れの中にいらっしゃいます。

5. 計画書の作り方～決まりはありません～

「計画書」と聞くと難しく感じるかもしれませんが、決まった形式はありません。例えば、岩手県の大槌町安渡（あんど）地区。ここは震災で人口の1割にあたる約200名の方が亡くなった地域です。残された皆さんは、亡くなった方が「いつ、どこで、なぜ亡くなったのか」を徹底的に調査し、その教訓をもとに「みんなで助かるための避難ルール」を作り、計画書にまとめました。また、陸前高田市の事例では、避難場所などを記した地図を中心に据えた、僅か4ページのシンプルな計画書を作成しています。高知県では、津波後の「事前復興計画」を盛り込んでいる地域もあります。地域の皆さんが「これを知っておきたい」「これを共有したい」と思うものを文書にすれば、それが立派な地区防災計画書になります。

6. 取組事例①：岡山県津山市城西地区～楽しみながら継続する～

具体的な取組事例を二つご紹介しましょう。まず、岡山県の津山市城西（じょうさい）地区です。ここは人口 5,000 人ほどの中山間地域で、もともと寺社巡りなどのまちづくりが盛んでしたが、そこに防災を上乗せして活動を始めました。最初は住民約 100 人が集まって意見交換を行い、「クロスロード・ゲーム」というカードゲームで災害時の判断を学んだり、地図を使って「川が氾濫しそうな場所」や「土砂崩れが起きそうな場所」を確認したりしました。また、15 ある町内会ごとに「農地があって野菜がある」「学校があって避難所になりやすい」といった強み・弱みを出し合いました。

特に素晴らしかったのが「街歩き」です。夏休みに子どもたちも一緒に歩いて点検を行ったところ、最後に公民館で子どもたちが「楽しかった!」と叫んでくれたのです。その声に大人が「自分たちは良いことをやっている」と勇気づけられ、活動が加速しました。作成した防災マップも、手書きのものをそのまま使うのではなく、地元の工業高校のデザイン科の生徒さんに清書してもらいました。得意な人に役割をお願いすることで、上手に関係者を巻き込んでいます。

避難所運営訓練でも工夫がありました。以前は「9 時に集合」と決めていましたが、コロナ禍を機に「いつ来ても、いつ帰ってもいい」というブース形式のスタンプラリーに変えたのです。すると、各家庭の都合に合わせて参加できるため、かえって参加者が増えました。できた計画書は、役員が交代する際の「引継ぎ書」や「教科書」として使われ、活動が途切れることなく続いています。

7. 取組事例②：倉敷市真備町川辺地区～おせっかいの仕組み化～

もう一つは、西日本豪雨で被災した倉敷市真備町の川辺（かわべ）地区です。ここは地区全体が水没し、住民全員が一時地区外へ避難しました。一度コミュニティがバラバラになり、誰がどこにいるかわからない状態から、地域を取り戻すために立ち上がった地域です。

ここで行われているのが「黄色いタスキ大作戦」です。災害時に「無事です」と書いた黄色いタスキを玄関に掲げるルールです。これ、「避難しました」ではなく「無事です」と書いてあるのがポイントです。「避難しました」だと「今この家は留守です」と宣言しているようなもので、室外機が盗まれるなどの防犯上の心配があるためです。そして、この取組の本当の狙いは、安否確認そのものよりも、「ご近所同士の声かけ」にあります。被災当時、「もっと近所の人に声をかけて一緒に逃げればよかった」と後悔された方がたくさんいました。だからこそ、タスキがかかっている家に「タスキ出てないけど、大丈夫?何か困ってない?」と近所の人が声をかけに行く、いわば「おせっかいを焼くための正当な理由」を作ったのです。毎年 6 月に行われる訓練には、全世帯の 65%以上が参加しています。布を結ぶだけという手軽さと、誰でも参加できる仕組みが定着の理由でしょう。

避難所訓練では、子どもたちに「なんでもします係」や、帰る人にハイタッチをする「ハイタッチ係」などのゼッケンをつけて役割を持たせたりして誰もが参加できる工夫がされています。

また、岡山県矢掛町では地元の鉄工所の食堂を避難所として借りる協定を結んだり、多様な連携が進んでいます。

8. 結びと質疑応答

最後に少し宣伝になりますが、能登半島地震の支援のために『キーワードで学ぶ防災福祉入門』と

いう本を作りました。利益は全て被災地に寄付されますので、ご興味があればぜひご覧ください。

【質疑応答】

質問者（海岸沿いの集落・区長）：

一点目は、計画を作った後の「継続とレベルアップ」についてです。作るまでは勢いでいけますが、その後どうやってモチベーションを保ち、活動を続けていけばよいでしょうか。二点目は、「迅速な安否確認」についてです。津波避難を優先していますが、避難後の安否確認で、電話連絡は現実的ではないと感じています。LINE グループの実験も始めていますが、全世帯が入るのは難しく、良い方法があれば教えてください。

磯打氏：

まず、一点目の「継続」について、コツは三つあると感じています。一つ目は、城西地区のように「1年間のスケジュールを決めてルーチン化する」ことです。11月は訓練、3月は研修、といったように最初から決めてしまうことで、一過性のイベントで終わらせず、生活の一部に組み込んでいくことができます。二つ目は、「外の力を上手に使う」ことです。私のような研究者やNPO、行政の方など、外部の人に来てもらうことで、新しい風が入り、マンネリを防ぐことができます。三つ目は、「仲間を増やす」ことです。特定のリーダーや役員だけに負担が偏ると続きません。企業や学校など、お互いの得意を出し合える仲間を増やし、無理なく続けられる体制を作ることが大切です。

次に二点目の「安否確認」についてですが、やはり「ITツールの活用」がこれからの鍵になります。電話や訪問だけではどうしても限界があります。今、区長さんがLINEグループに取り組みられているのは非常に素晴らしいことです。自治体向けの安否確認アプリや、一般的なツールもいろいろ出ています。私自身、町内会の班長をした時に、紙の回覧板をLINEに変えた経験がありますが、最初は導入に時間がかかっても、一度定着すれば確実性が増します。皆さんがスマートフォンを持っている時代ですので、ITを使って素早く情報を集める仕組みは、ぜひ諦めずに進めていただきたいポイントです。

◎講演

「災害多発時代の災害ボランティア

～本当に役立つ支援のために、今知るべきこと～」

特定非営利活動法人にいがた災害ボランティアネットワーク 理事長 李仁鉄氏

本日は、磯打先生の平常時の備えのお話を受けまして、実際に災害が起きた後、3日後、1週間後といった時間の経過とともに、地域で何が起こるのか、そこでボランティアとどう関わっていくべきかについてお話いたします。

今日、私はジェットfoilで佐渡へ参りましたが、海は少々荒れておりました。新潟市内は雪が少なかったのですが、佐渡が防波堤の役割を果たしてくれている、「佐渡バリア」などよく言われます。しかし、もし災害時に港が被害を受けたり、東日本大震災の時のように漂着物で海が埋め尽くされたりすれば、孤立する可能性もあります。佐渡の地理的特性を考えますと、島内での助け合いは非常に重要になります。



李仁鉄氏

1. 「まさか」は突然訪れる～日常と災害のギャップ～

さて、私が住んでおりました三条市では、2004年に「7.13水害」が発生しました。当時、旧三条市の人口約8万5千人のうち、「自分の家が水害に遭う」と予測していた人は、おそらく一人もいなかったでしょう。私もその一人です。アパートの1階で1.8メートルの浸水被害に遭い、家財道具を全て失いました。唯一助かったのは、皮肉なことに高い棚の上に片付けていたガスストーブ1台だけでした。災害は数十年、あるいは百年に一度の頻度でしか来ません。ですから、日々の暮らしの中で常に危機感を持つことは難しいものです。しかし、一度発生すれば甚大な被害をもたらします。「まさか自分が」という意識を、「いつか必ず来る」という意識に変えておく必要があります。

2. 避難所生活の過酷さと「想像力」

少し時間を進めて、発災後の避難所生活について想像してみましょう。皆様にお尋ねします。お風呂に入れない生活、何日までなら我慢できますか? 「1週間我慢できる」という方はいらっしゃいますか。……会場を見渡しても、手はほとんど挙がりませんね。冬場ならまだしも、夏場であれば3日でも限界でしょう。では、寝る環境はどうでしょうか。板張りの床の上で、毛布1枚だけで寝る生活を一晩でも耐えられますか。もし自信があるという方がいらっしゃいましたら、今夜ご自宅のフローリングで、毛布1枚で寝てください。おそらく体が痛くて眠れず、翌朝にはベッドや布団のありがたみが身に染みるはずですよ。私は普段、良いベッドで寝ている都会っ子ですので(笑)、車中泊の準備は入念にしています。避難所生活というのは、それほど過酷なものなのです。

3. 自分の身は自分で守る～ハザードマップと持ち出し袋～

公的な支援、いわゆる「公助」が本格的に機能し始めるまでには時間がかかります。それまでの間、自分の命を守るのは自分自身です。皆様は、市から配布されたハザードマップを「眺めて」終わりにしてはいませんか? 「きれいに印刷されているな」と見るだけでは不十分です。しっかりと「読んで」いただきたいのです。ご自宅から避難所までのルート、実際にペンで線を引いて確認してください。ただし、地図上に定規で引いたような一直線を引いてはいけません。それは空を飛べる人だけがができる移動方法です。必ず「道路沿い」に線を引いてください。そして重要なのは、土砂崩れや浸水の危険がある「危ない場所」を避けてルートを設定することです。人間はパニックになると、無意識に「いつもの道」を通ろうとしてしまいます。その道が危険箇所であった場合、自ら被害に飛び込むことになりかねません。だからこそ、安全な迂回路を事前にシミュレーションしておく必要があるのです。

また、「非常持ち出し袋」の中身についても見直してください。食料や水は避難所でもいずれ配給されますが、「他人と交換できないもの」は自分で持っていくしかありません。例えば、私にとっては「痛み止め」が必須です。昨年末にぎっくり腰になりまして、これがないと動けません。避難所で「痛み止めをください」と言っても、すぐには手に入りません。また、持病のお薬も重要です。高齢者の方に「なんの薬を飲んでますか?」と聞くと、「白い丸い薬」と答えられることがよくあります。しかし、世の中の薬の大半は白い丸い形をしています。おくすり手帳や現物がなければ、医師も処方できません。アレルギー対応食やペット用品なども同様です。自分にとって代わりのきかないものは、行政に頼るのではなく、自分で備えてください。

4. 避難支援の現実～「おんぶ」ではなく「関係性」～

次に、災害時の「避難支援」について考えます。テレビのニュース映像などで、自衛隊員や消防隊員が高齢者をおんぶして濁流の中を避難させる姿をご覧になったことがあると思います。あのような活動こそが避難支援だというイメージをお持ちではないでしょうか。しかし、現実の地域社会で、住民同士が全ての人をおんぶして逃げることは物理的に不可能です。高齢化が進む中で、誰が誰を背負うのでしょうか。

ここで一つ、場面を想像してみてください。発災直後、ご両親が仕事で不在の家に、小学生のお子さんが一人取り残されているとします。大きな揺れで家の中はぐちゃぐちゃ、お子さんは恐怖で泣いています。そこに、私のようなヒゲ面の大柄な男が、「私は防災の専門家です。助けに来ましたよ」とズカズカ上がり込んでいって、その子の手を握ろうとしたらどうなるでしょうか。おそらく、その子は怖がって逃げてしまうでしょう。私からすれば善意の救助ですが、その子にとっては不審者でしかありません。あとで「避難時に事案発生」として報告されかねません。しかし、これが近所の顔なじみの方だったらどうでしょう。「〇〇ちゃん、大丈夫?おじちゃんと一緒に逃げよう」と声をかけたら、その子は安心して手を握り返してくれるはずです。

いざという時に本当に人を助けるのは、プロの技術や体力ではありません。「顔を知っている」「名前を知っている」という、日頃の「関係性」なのです。特に、障がいのある方や高齢者の方にとって、見知らぬ人に体を預けるのは大きなストレスです。「あの人なら安心だ」と思える関係が地域にあるかどうか、生死を分けるのです。

5. 災害ボランティアの多様性～泥かきだけが支援ではない～

地域の力が及ばない時、頼りになるのが外部からの「災害ボランティア」です。ここでまた、皆様に質問です。「災害ボランティア」と聞いて、どのような姿を思い浮かべますか？ ヘルメットをかぶり、泥まみれになって作業をする姿をイメージされる方が多いと思います。では、この会場の中で「私、明日からこの作業に参加できます」という方はいらっしゃいますか？ やはりほとんど手は挙がりませんね。皆様を責めているわけではありません。これが現実です。確かに、水害後の泥出しは人海戦術が必要です。床下の泥をかき出す作業は、どんなに技術が進歩しても機械化できず、人の手でやるしかありません。コメリに行っても「全自動泥出し機」なんて売っていません。

しかし、今日私が皆様にお伝えしたいのは、災害ボランティアの活動は「力仕事だけではない」ということです。実際には、もっと多様な関わり方があります。例えば、2004年の新潟県中越地震やその後の災害でも、様々なボランティアが活躍しました。ある避難所では、ボランティアがコーヒーやかき水を振る舞いました。避難所のお弁当は、どうしても揚げ物中心で茶色いものが多くなりがちです。そんな時、色とりどりのかき氷や、淹れたてのコーヒーの香りは、被災者の心をほっと和ませます。

また、ある親子の事例をご紹介します。九州の豪雨災害の際、小学4年生の女の子がお母さんと一緒にボランティアセンターに来てくれました。「ニュースを見て、どうしても手伝いたい」と言うのです。もちろん、危険な泥出し現場には行かせられません。そこで、センターの受付でタオルや水を渡す係をお願いしました。すると、殺気立っていたセンターの雰囲気が一変しました。強面の男性ボランティアも、その子から「いってらっしゃい」と水を手渡されると、目尻を下げて「ありがとう、頑張ってくるよ」と笑顔になるのです。彼女は最強のスタッフでした。そのほかにも、軽トラックの運転という役割があります。被災地の狭い路地には大型ダンプが入れないため、軽トラックが活躍します。しかし、最近はオートマ限定免許の方が多く、マニュアル車の軽トラックを運転できる人が不足しています。ここで、昔取った杵柄でマニュアル運転ができるシニア世代がヒーローになることもあるのです。

6. 「声なき声」を拾う～地域のつなぎ役として～

最後に、地域のリーダーである皆様に、最も重要な役割についてお話します。災害ボランティアセンターが開設されると、チラシなどで周知を行いますが、それだけでは支援が届かない人々があります。村上市の水害の際、センターへの依頼電話がパタリと止まった時期がありました。被災家屋はまだたくさんあるはずなのに、なぜか。それは、「電話ができる人」からの依頼が一巡し、「電話ができない人」「声を上げられない人」が取り残されていたからです。携帯電話が水没してしまった人、チラシの「090」から始まる携帯番号を見て「詐欺ではないか」と警戒した高齢者、ショックで何をしていたか分からず茫然としている人。そうした方々は、自分から「助けて」とは言えません。

そこで、地域の皆様の出番です。皆様のような顔なじみの方が、「おめえさんとこ、なじらね？(どうですか?)」と、地域の言葉で声をかけてあげてください。「知らない人のチラシには電話できないけれど、〇〇さんが言うなら」と心を開いてくれる方が必ずいます。以前、山古志村(現・長岡市)の区長さんがおっしゃっていました。「よそ者のボランティアが家に入るのには恥ずかしい、怖い」と拒否していた高齢者も、区長さんが「俺と一緒にいてやるから」と仲介することで、ようやく支援を受け入れたそうです。

皆様にお伝えしたいのは、困っている人の情報を拾い上げることです。そして、それを皆様だけで解

決しようと抱え込まないでください。「分かった、俺がボランティアセンターに伝えてやるわ」と言って、専門のスタッフにつないでください。佐渡市では、社会福祉協議会のスタッフがセンターを運営します。顔を覚えておいてください。彼らは信頼できるプロフェッショナルです。「餅は餅屋」という言葉があります。力仕事や専門的な支援はボランティアや我々に任せていただき、地域の皆様は、近所だからこそできる「声かけ」と「つなぎ役」に徹してください。そうやって役割分担をすることが、無理なく地域を守り、本当に役立つ支援を実現する鍵となるのです。

◎閉会挨拶

一般財団法人地域社会ライフプラン協会 理事長 和田 裕生

私は一般財団法人地域社会ライフプラン協会の和田と申します。本日は、大勢の皆様にご参加いただきまして、厚く御礼申し上げます。

皆様もご存じの通り、また本日のお話にもありましたように、地域の防災活動におきましては、その地域の方々の日頃からの主体的な取組が大切であると考えております。そこで地域における主体的な防災活動のきっかけの一つとしていただくべく、佐渡市と新潟県、そして私ども地域社会ライフプラン協会が共催で、公益財団法人新潟県市町村振興協会のご後援もいただきながら、本日、このシンポジウムを開催させていただきました。

本日は香川大学准教授の磯打千雅子様とにいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李仁鉄様にご講演をいただきました。本日のお話が地域の防災活動や災害対応についての皆様の関心を更に深め、地域社会の担い手でもいらっしゃる皆様の様々な形での取組の一助となればこれに過ぎるものはございません。

結びに、本日のセミナーの開催にお骨折りをいただきました佐渡市、新潟県の関係者の皆様方に厚く御礼を申し上げます。

令和8年も明日からは2月になるなど、月日の足取りには大変早いものがございますが、ここのところの雪の降り方にはなかなか厳しいものがあるとうかがっております。

そのような冬のさなかではございますが、本年が大きな災害等のない穏やかな年になりますこと、そしてご参加いただきました皆様のご健勝を心からお祈り申し上げまして、閉会の挨拶とさせていただきます。本日は誠にありがとうございました。

