

甲府市総合防災訓練

地区会場訓練マニュアル

～ 人を知る 地域を知る 災害を知る ～

危機管理室
防 災 課

平成25年4月

目 次

- 1 -

| | | |
|---|---------------------|-------|
| 1 | 目的 | 3 |
| 2 | 訓練実施日時 | 3 |
| | (1) 実施日時 | 3 |
| | (2) 実施場所 | 3 |
| 3 | 想定及び方針 | 3 |
| | (1) 想定 | 3 |
| | (2) 方針 | 3 |
| | ア 人を知る | 4 |
| | イ 地域を知る | 4 |
| | ウ 災害を知る | 4 |
| | エ 技術の習得 | 4 |
| 4 | 訓練計画の作成と改善 | 4 |
| | (1) 基本指針 | 4 |
| | (2) 目標設定・計画立案と作成 | 4 |
| | (3) 訓練の実施 | 5 |
| | (4) 点検・評価 | 5 |
| | (5) 是正・改善 | 5 |
| | (6) 次回訓練 | 5 |
| 5 | 訓練項目 | 6 |
| | (1) 避難訓練 | 6 |
| | (2) 初期消火訓練 | 6 |
| | ア 消火器を使用した消火訓練 | 7 |
| | イ バケツを使用した消火訓練 | 8 |
| | ウ 消火栓を使用した消火訓練 | 9 |
| | (3) 救出・救護訓練 | 10～12 |
| | (4) 情報収集・伝達訓練 | 13 |
| | (5) 炊き出し(給食・給水)訓練 | 13 |
| | ア 炊き出し訓練 | 13 |
| | イ 飲料水確保訓練 | 13 |
| | (6) 防災資機材の取扱い(点検)訓練 | 13 |
| | (7) 避難所運営訓練 | 14 |
| | (8) 学校と連携した訓練 | 14 |
| | 地区訓練会場フロー | 15 |

1 目的

この訓練は、東海地震の発生に備え、地域が一体となった訓練を通じ、地域住民の防災知識と防災技術を習熟し、被災時の対応能力の向上を図るとともに、公共機関と有事相互体制を確立し、避難所の円滑かつ効率的な運営と、災害発生時の迅速な救護活動等により死傷者の発生を防止し、被害を軽減させることを目的とする。

「自助・共助」を理解し訓練に臨む

住民が安心・安全に暮らすため、その生命、身体及び財産を災害から守る防災対策は、行政上最も重要な施策の一つです。

ひとたび大規模な災害が発生したときには、被害の拡大を防ぐため、国や県、市は全力で対応しますが、防災関係機関の対応（公助）だけでは十分ではありません。

早期に実効性のある対策をとることが難しい場合や、行政自身も被害を受けていることが考えられるため、住民一人ひとりが、自分の身を自分の努力によって守る（自助）とともに、普段から顔を合わせている近隣や地域の人々が集まって、互いに協力し合い防災活動を組織的に取り組むこと（共助）が不可欠です。結果、「自助」「共助」「公助」が有機的に繋がることによって、被害の軽減を図ることができます。

特に、地域での協力体制や活動（共助）は、自主防災組織が担うべき活動の中核であり、自主防災組織の運営は、住民の自発的な活動であるため、地域の実情に即した訓練を自発的に計画し実施することで、地域の防災力の向上が図れます。

2 訓練実施日

- (1) 実施日 毎年8月の最終日曜日
- (2) 実施場所 指定避難所（60ヶ所）

3 想定及び方針

(1) 想定

駿河トラフを震源とするマグニチュード8.0の東海地震が発生し、甲府市では震度6弱の観測を想定した訓練を実施する。

(2) 方針

災害や防災の正しい知識を習得することから始まり、地域の危険箇所等について把握し、災害時に迅速に対応できるように各種訓練を実施します。訓練を実施する上で、方針を役員会等でよく話し合い、事前に次のような項目について準備をしておくことにより効果的な訓練が実施できます。

ア 人を知る

地域にどのような人がどのような時間帯に存在し、どの程度の活動が可能かを把握することが重要です。また、高齢者や身体の不自由な方など災害時に支援が必要な災害時要援護者に対し、支援ができる体制づくりを話し合っておきましょう。

※『災害時要援護者』

「災害時要援護者」とは、災害時に必要な情報を迅速かつ的確に把握出来ない又は安全な場所に避難することができない等、災害時の一連の行動を取るのに支援を要する人を言います。(例：高齢者、障害者、外国人、乳幼児、妊産婦等)

イ 地域を知る

自分たちの暮らしている地域を知っておくことは、防災活動上重要です。

皆さんの住んでいる生活環境を防災の視点で点検を行い、崖地や看板、ガラスの落下など危険と思われる場所、また公民館、コンビニエンスストア、病院など災害発生時に活用できる施設、さらに公園や避難場所の所在等を把握し、地域防災地図の作成や見直しを行います。

災害時は、各地区の避難地（身の安全を確保できる公園等）や避難所（避難生活を送る学校の体育館など）、またあらかじめ決めておいた避難経路が使用できないこともあります。避難地や避難経路は複数設定しておき、災害状況を適切に判断して、最も安全な選択をします。

ウ 災害を知る

地震・風水害その他の災害に関して、発生メカニズム等について知識を習得することで、災害対応能力がより高まります。また、過去の災害事例について協議し、問題点を検討しましょう。

エ 技術の習得

防災に関するリーフレット等を作成し、住民に配布する事による意識啓発や、訓練や講習会等を積極的に開催し、住民一人ひとりが防災について正しい知識と技能を習得しましょう。

4 訓練計画の作成と改善

(1) 基本指針

実災害を想定した訓練を実施することで、実際に避難に要する時間、救出・救護及び消火に対する技術や知識、炊き出し等の要領を確認し、地域の実情に即した訓練計画を作成します。災害に対する正しい知識や技術を習得し、各種災害に的確に対応出来るようにしましょう。訓練項目により内容が異なってきますので、消防機関や防災課の指導を受けることも検討しましょう。

(2) 目標決定・計画立案と作成

防災に関する知識や地域の危険状況について学習する機会を設け、防災の知識等を深めるとともに、段階的に訓練レベルを上げていく計画を立案して作成しましょう。

(3) 訓練の実施

訓練を実施する時は、事故防止に努め、災害時要援護者とその家族などの支援者にも積極的に参加を促し、地域の実情に即した効果的な訓練を行いましょ

(4) 点検・評価

日頃から災害救助資機材等の点検整備を行いましょ。また、訓練終了後は、事後検証会を開催し、参加者から課題や意見、要望等を集約しておきましょ。

(5) 是正・改善

参加者から集約した課題や意見、要望等を役員会等で協議し、訓練計画等を改善して実災害に備えましょ。また、近隣地区との連携等も検討しましょ。

(6) 次回訓練

改善した訓練計画等をもとに、改めて訓練を実施もしくは次回の訓練に向けて準備しましょ。



継続的な訓練実施を心掛けましょ

5 訓練項目

(1) 避難訓練

地震等による建物の倒壊や損傷及び大規模な火災等により、地域住民の生命・身体

に危険が及ぶ場合は、直ちに安全な場所への避難が必要です。その際、安全な避難を第一に考え、日頃から避難経路を検討し、状況に応じて避難経路を選択しましょう。

また、避難地、避難所を地域住民に周知しておきましょう。

なお、災害時要援護者の避難支援をする体制を定め、実践に即した避難訓練を実施することも必要です。

①避難する時期

- ・自分が危険と判断したとき
- ・行政機関から避難勧告、避難指示があったとき
- ・自主防災組織から避難指示があったとき

②避難地、避難所の確認

③避難要領

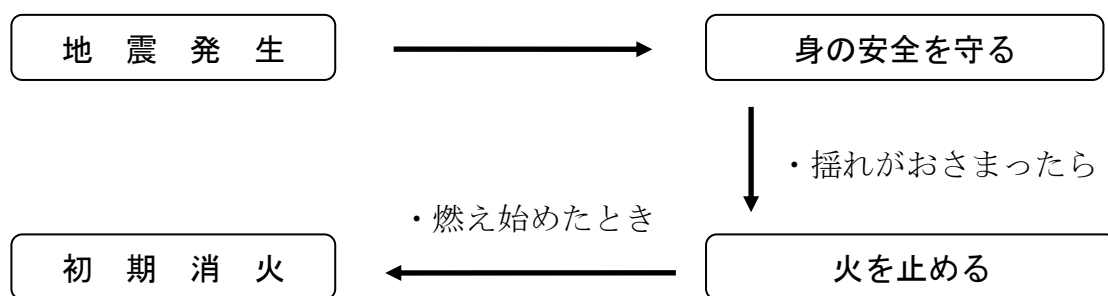
- ・避難経路上の危険箇所を把握し、安全な経路を選択する
- ・災害時要援護者の避難状況を把握し、必要な支援体制をとる
- ・自家用車での避難を避ける

(2) 初期消火訓練

震災時に、最も被害を拡大させるものの一つに火災があります。火災の拡大を防ぐためには、初期消火活動は欠かせません。一旦燃え広がると大規模火災へとつながる恐れがあるので、揺れを感じたらまず身を守り、揺れがおさまったらすぐ火を止めましょう。

消火器、バケツなどの消火器具や消火栓の使用方法を習得し、初期のうちに完全に消し止めましょう。

【地震発生を想定した消火のポイント】



ア 消火器を使用した消火訓練

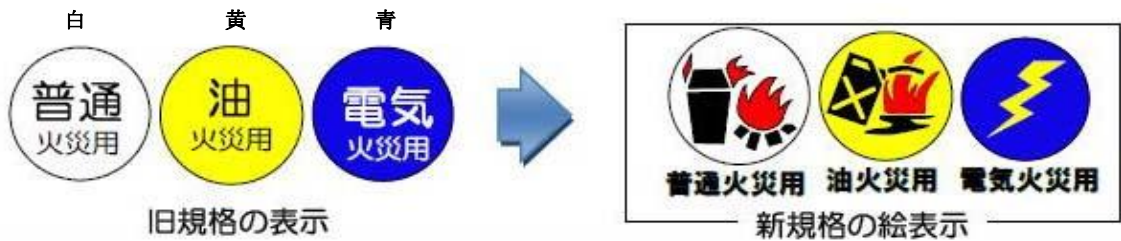
消火器は、粉末系、水系、ガス系等の種類に分けられ、それぞれ火災の種類に対応しています。消火器の特性や性能を十分に理解し、操作要領を習得しましょう。

なお、炎が天井にとどく又は天井に燃え移った時点で消火器による初期消火はで

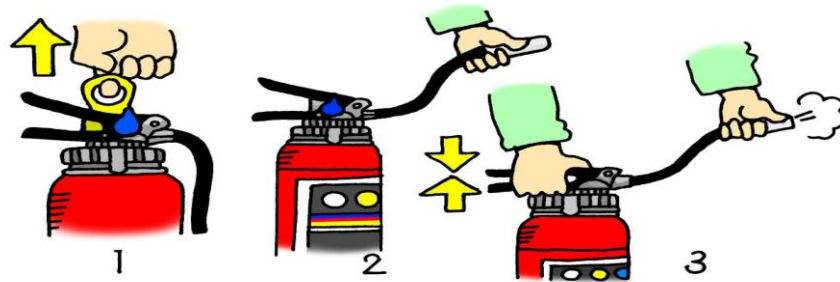
きないと判断し、速やかに中止して避難してください。

表示ラベル

※適応する火災の種類を表示しているラベルが変わりました。



消火器の使い方



①火元近くまで運び
安全栓を引き抜く

②ホースをはずし
火元に向ける

③消火器を立て上から
レバーを強く握る

消火器使用時の留意事項

- ・大きな声で周囲の人に火災を知らせ、消火器を火元近くまで運ぶ
- ・炎や煙に惑わされず、ほうきで掃くように左右にかけながら徐々に近づく
- ・油火災で火元に直接放射すると、油が吹き出るので間接的に放射する
- ・布団が燃えると、火源が奥に潜むので表面を消した後しっかり水に浸けこむ



イ バケツを使用した消火訓練

消火器や消火栓が近くにない場合や、消火器具が不足している場合は、バケツによる消火があります。また、住民と協力したバケツリレーは効果的な消火方法のひとつです。



バケツリレーによる消火方法

- ①グループを作る（20人程度）
- ②背中合わせに2列に並ぶ
- ③風上より近づく
- ④安全距離を確保する（2～3m）
- ⑤注水位置を確認し注水する

三角バケツの使い方

安全距離範囲



①キャップをはずし、両足を開いて腰を落とす。



②前に押し出すような気持ちで

1回目はやや下に向けて投水する。



③2回目からは火元の上の方から数回に分けて投水する。

※貯蔵水量は7ℓです。数回（5～6回）に分け水がかげられる構造になっています。

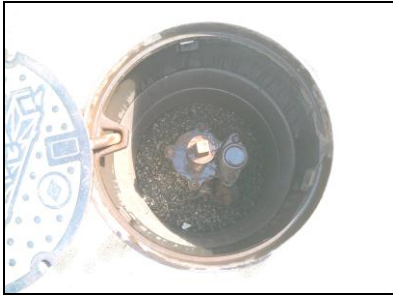
消火以外にも災害時の飲料水供給タンクとしても活用できます。

ウ 消火栓を使用した消火訓練

道路等に設置されている消火栓の付近に消火栓器具格納箱が設置されています。

消火栓は、水道管に直接接続されており、水圧も確保され初期消火に大きな効果をもたらします。（※本市は、昭和54年から消火栓器具格納箱設置事業を行っています。）

消火栓器具取扱い要領



①消火栓蓋を開ける



②スタンドパイプを接続する



③時計回りにしっかりねじ込む



④メス金具付近を右足で踏み、オス金具を両手で持ち延ばす



⑤スタンドパイプに接続する



⑥ホースを搬送する



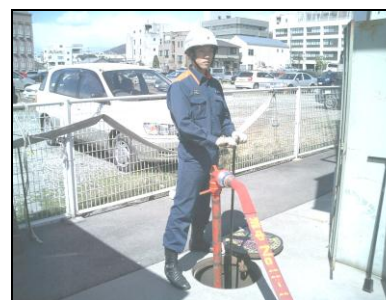
⑦ホースを接続し延長する



⑧管そを接続する



⑨大箱ねじ廻しを差し込む



⑩時計の反対周りに開ける



⑪火元に放水する（放水体勢）

(3) 救出・救護訓練

震災時には、倒壊家屋や家具の下敷き、また落下物により多数の負傷者が発生する恐れがあり、迅速な救出・救護活動が必要となりますので、救出方法や応急手当の方法を習得しましょう。

救出訓練

『個人・近隣の方々に』

- ・自分の安全を確認したら、家族・隣人の確認をする
- ・負傷者の居場所等の情報を収集し、大声で叫び倒壊家屋内からの反応を見る
- ・確認できたら救出するために人を集める
- ・のこぎり・ハンマー・バール・ジャッキ・ロープなどの資機材を活用する

『自主防災組織で』

- ・所有する防災資機材等を使用して救出する
- ・救出困難なときは防災関係機関へ要請(連絡)し、被災者数及び家屋の倒壊による埋没位置を正確に把握し、情報提供する

自動車用ジャッキ (パンタグラフジャッキ、油圧ジャッキ等)

倒壊した梁や積み重なった家具など重い障害物を持ち上げる場合に活用します。
(器具に許容能力が表示されているので、確認後使用する。)



のこぎり

作業の妨げになる木材類の切断に活用します。一般的に片刃タイプ
可能なものが活用しやすい。

バール

転倒・落下した障害物を、てこの原理を用いて除去する。また先
害物の破壊やドアのこじ開け等に活用します。



ハンマー

窓や家具など、活動の障害となるときに活用します。

ロープ

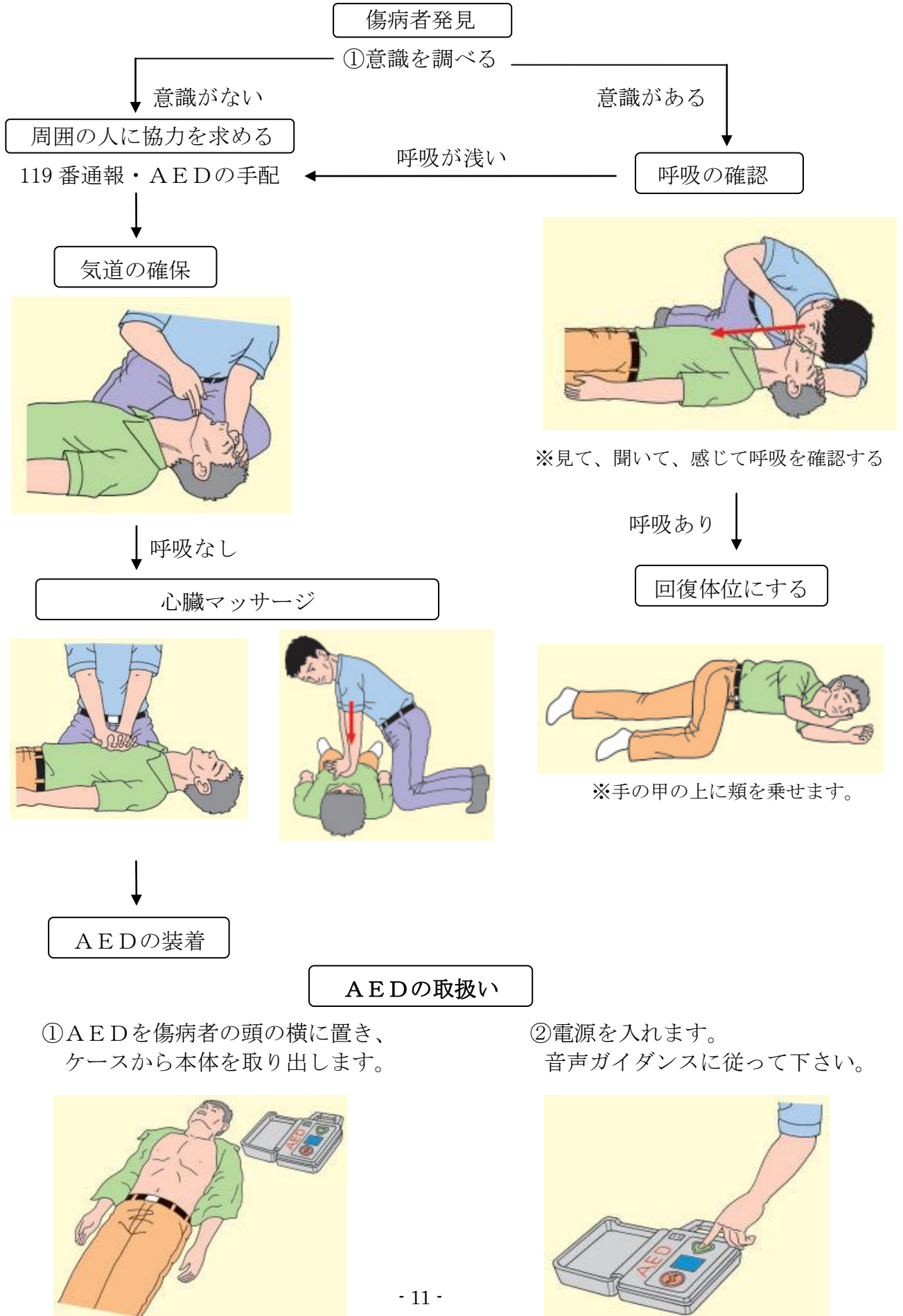
危険箇所の表示や、避難場所への移動の際にはぐれないために活用します。

救護訓練

災害時は、多数の傷病者の発生が予想され、自主防災組織の救護活動として、心肺蘇生、応急手当、安全な場所への搬送等が求められます。

救命講習会等を活用して、AEDの使用方法、心肺蘇生法、応急手当、搬送方法を習得しましょう。

AEDを用いた心肺蘇生の流れ



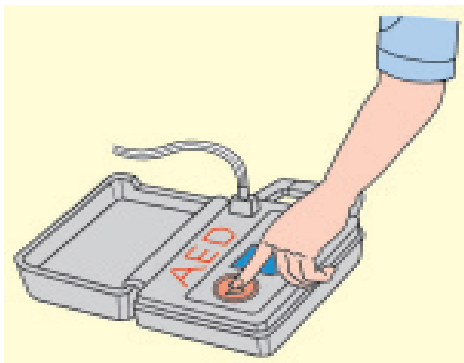
③パットを装着します。
ネックレス等は外して下さい。



④解析します。注：負傷者に触ると正確に解析できません。



⑥心肺蘇生の再開
2分後に④を再度行います。



※1 電気ショックを実行する時、傷病者に触れていると感電しますので、傷病者から離れるか、絶対触れないで下さい。

(4) 情報収集・伝達訓練

災害時は情報が錯綜(さくそう)し、混乱を招く恐れがありますので、確実な情報収集に努めましょう。

指定避難所が行政機関との情報連絡の窓口になっている事から、自主防災組織の責任者は、住民と行政機関の中継となり、最新情報を住民へ伝達し、住民の被災状況、避難状況、負傷者の情報、ライフライン等の状況を災害対策本部等に報告することに努めます。

※甲府市からの情報は、防災行政用無線放送、防災・防犯メールマガジン、ホームページ、FM甲府、CATV等から配信します。

(5) 炊き出し(給食・給水)訓練

避難所での給食、給水活動をスムーズに行うために、食料と水を確保するとともに、大鍋などの資材を確保し、非常用食料の調理及び配給方法について習得しましょう。

ア 炊き出し訓練

地区に備えてある炊き出し用資材(炊飯セット)を使用し、炊き出し訓練をしましょう。

イ 飲料水確保訓練

小中学校の避難所に設置してある非常用貯水槽(飲料水兼用型)及びプールの水を浄化する緊急時用浄水機の操作方法を習得し、飲料水を確保しましょう。

※詳細は、各関係機材保管倉庫の取扱説明書をご参照ください。

(6) 防災資機材の取扱い(点検)訓練

防災資機材の取り扱いについて訓練を実施する。

取り扱い方法を習得することで、迅速で安全な取り扱いが可能となり、資機材を応用して活用できるようになります。

防災資機材一覧(例)

- ・ バール・スコップ・ハンマー・つるはし・油圧ジャッキ・ワイヤーロープ
- ・ のこぎり ・ ボルトクリッパー・万能斧・かませ木・ハンマー・金切バサミ
- ・ 標識ロープ ・ サイレン付メガホン・四ツ折り担架・モンキーレンチ・タガネ
- ・ ミニカッター ・ レンジャー手袋・防塵マスク・防塵メガネ・テープ・その他

(7) 避難所運営訓練

災害時の避難所の運営は、自主防災組織の重要な役割のひとつです。

避難所生活は長期にわたることも予想されるので、ルールを設定しできるだけストレスが少なくなる運営方法を検討しておきましょう。

特に、避難所スペースは、みんなが使う共有部分と、各世帯の生活の場として使用する専有部分を明確に区分けし、女性に配慮した運営も心がけてください。

なお、震度5弱以上の場合は、各地区の地域連絡員(本市職員)が指定避難所の開設準備を行いますので、各地区の避難所運営委員は指定避難所に参集してください。

※詳細は、避難所運営マニュアルをご参照ください。

(8) 学校と連携した訓練

学校は、地域と連携した防災の取り組みの必要性を認識しています。

防災訓練への参加を促し、児童・生徒の防災意識の高揚を図り、また、避難所として校舎の使用について確認するなど、学校と地域が密接に連携した計画を作成しましょう。

地区会場訓練フロー

| 時間 | 項目 | 訓練内容 | 担当、注意事項等 |
|------|-----------------------|--|--|
| 7:55 | 防災行政用無線放送 「緊急地震速報」 | 身体防護訓練 | 落下物などから身を守る行動を取る（机の下にもぐるなど） |
| 8:00 | 防災行政用無線放送 「避難指示」 | 避難開始 | |
| | 避難誘導訓練 | <ul style="list-style-type: none">各自治会長は避難地への避難を指示各組長は、組員の安否確認避難誘導班等は一時避難地への避難誘導 | <ul style="list-style-type: none">消防団は各地域を巡視災害時要援護者の安否確認と避難支援 |
| | 人員報告 | <ul style="list-style-type: none">各自治会長は避難所運営委員長又は地区連合会長に避難人員及び被災状況の報告 | |

| | | | |
|-----------|----------------|---|----------------------------------|
| | | ・避難所運営委員長又は地区連合会長は地域連絡員に避難人員及び被災状況の報告 | |
| | 情報伝達訓練 | 指定避難所の開設準備及び災害対策本部への避難人員及び被災状況の報告 | 地域連絡員による通信（手段；防災行政用無線機、イエデンワ等） |
| 個別訓練（校庭） | | | |
| | 初期消火訓練 | 1. 消火器を使用した消火訓練 2. バケツを使用した消火訓練 3. 消火栓を使用した消火訓練 | 消防団による指導 |
| | 飲料水確保訓練 | 1. 非常用貯水槽の取扱い訓練 2. 緊急時用浄水機の取扱い訓練（プールの水の浄水） | 地域連絡員、消防団による指導 ※ 配備されている場所に限る |
| | 防災資機材の確認 | 防災倉庫内の防災資機材の確認 | 参加者全員 |
| 個別訓練（体育館） | | | |
| | 避難所運営訓練 | 避難所運営委員会による避難所の開設訓練 | 避難所運営委員又は地域連絡員による説明 |
| | 避難所で使用する資機材の確認 | 間仕切り組立て訓練 テント付組立てトイレの組立訓練 | 地域連絡員、施設管理班、衛生班及び防災リーダーにより実施 |
| | 救護訓練 | AEDを使用した心肺蘇生、応急処置の実施 | 救護班、防災リーダーにより実施 |
| | 炊き出し訓練（給食） | 非常食（アルファ米）を使用した炊き出し訓練 | 食料・物資班により実施 |
| 消防団による訓練 | | | |
| | 消火訓練（校庭） | 消防車・可搬式ポンプによる放水訓練 | 消防団により実施 |
| | 閉会式・撤収 | | |