

自主防災組織

防災訓練マニュアル



瑞穂市

令和8年4月

目 次

No. 1	情報班	情報収集訓練	・ ・ ・ 1
No. 2	情報班	情報伝達訓練	・ ・ ・ 2
No. 3	避難誘導班 要配慮者班	避難誘導訓練	・ ・ ・ 3
No. 4	消火班	初期消火訓練	・ ・ ・ 4
No. 5	救出救護班	救出訓練	・ ・ ・ 5
No. 6	救出救護班	救護訓練	・ ・ ・ 6
No. 7	給食給水班	給食給水訓練	・ ・ ・ 8
No. 8		災害図上訓練	・ ・ ・ 9

はじめに

平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災、令和 6 年 1 月 1 日に発生した能登半島地震は、私たち誰もが「安全・安心」な生活について改めて考えさせられました。ここ最近でも、私たちが予想もしない災害が日本各地を襲っています。

瑞穂市で最も心配される災害は、水害と地震です。大きな被害をもたらした水害では、昭和 35 年 8 月の台風による洪水、昭和 36 年 6 月の梅雨前線豪雨、そして昭和 51 年 9 月 12 日の台風 17 号と豪雨があります。この 9.12 水害では、瑞穂市のほぼ全地域が水につきり、深いところでは 2m を越え、6 日以上浸水した地域もあります。

また、地震では、明治 24 年に本巣市根尾を震源にマグニチュード 8 の世界最大級の内陸直下型地震が起きています。多くの死傷者や家屋等の被害で壊滅状態に近かったとされています。


瑞穂市では水害対策として、国、県による河川改修工事や排水機場の整備を進めています。また、こうした風水害や地震など大災害に備えて、全自治会において、自主防災組織を作っていただくようお願いをしております。

災害発生時に少しでも被害を軽減するために、自主防災組織や小学校区による防災訓練が、より市民主体で、実効性のあるものになるようマニュアルを作成しました。地域における自主防災活動が、一層充実され、万一の被災を最小限に抑え、災害に強いまちづくりの一助として活用していただければ幸いです。

令和 8 年 4 月



<用語解説>	
用語	解 説
要配慮者	高齢者、障がい者、特別な医療を必要とする在宅療養者、外国人、乳幼児など、防災上配慮を要する者。
避難行動要支援者	要配慮者のうち、災害発生時に自ら避難することが困難な者であって、円滑かつ迅速な避難の確保を図るために特に支援を要するもの。瑞穂市では、以下の方を名簿登録の対象者としています。 <ul style="list-style-type: none">・ 65 歳以上でひとり暮らしの方・ 65 歳以上の方のみで構成されている世帯の方・ 要介護認定 3～5 を受けている方・ 身体障害者手帳 1・2 級を受けている方・ 療育手帳をお持ちの方で、その障がいの程度が最重度又は重度の方・ 精神障害者保健福祉手帳 1・2 級をお持ちの方


No. 1	情報班		
訓練項目	情報収集訓練		
訓練目的	自主防災組織内の発災に伴う被害状況（死傷者の状況、建物、道路及び河川等の被害等）、火災発生状況等の情報を収集し、市対策本部（市役所）へ報告する。		
報告の相手	市災害対策本部（市役所） TEL 058-327-4130 FAX 058-327-7414		
	担 当	行 動	留意事項
①	情報班長	情報班員に被災状況収集の指示を出す。	（１） 班長の指示がなくても、班員は自分の担当地域の状況を収集する。 （２） 隣近所の状況をお互いに伝達し班員に早く知らせる。
②	情報班員	現場の状況を把握する。	（１） いつ、誰（何）が、どこで、どうして、どのようになっているか。 （２） （１）をメモにとる。 （３） 必要に応じて写真を撮る
③	情報班員	・情報班長へ収集した情報を伝える。	（１） 記録した情報を整理し、報告する。 （２） 必要に応じて写真等でも報告する。
④	情報班長	・情報を記録し、整理して、市災害対策本部に連絡する。	（１） 記録には、伝達時間、伝達事項、伝達の相手等記録する。 （２） 電話等ができない場合、使者をもって報告することも考える。
⑤	情報班員	・地域の状況を地域で決まった掲示板等に貼る。	・整理した内容を、分かりやすく表示する。
【ポイント】 ①早く正確に。 <ul style="list-style-type: none"> ・詳しい状況がわからない場合、概要のみでも市災害対策本部へ連絡する。 ・以後、時期に応じた報告・定期的な報告をする。 ・できるだけ確認を行い、正しい情報を流す。 ②情報の一元化、報告担当者を決める。			
【防災資機材】 携帯ラジオ、拡声器、掲示板、腕章、筆記用具、クリップボード、報告用紙等			
【その他必要なもの】 自転車、オートバイ、アマチュア無線			

No. 2	情報班		
訓練項目	情報伝達訓練		
訓練目的	市災害対策本部等の防災機関の情報や、ラジオやテレビから得た情報を正確・迅速に住民に伝達する。		
	担当	行動	留意事項
①	市災害対策本部	市民や情報班長に情報を流す。 防災行政無線、広報車、みずほ市民メール、エリアメール、市ホームページ等	
②	情報班長	わかりやすい伝達文にして、情報班員に渡す。	<ul style="list-style-type: none"> ・文章を作成する。 ・メモを渡す。
③	情報班員	担当地域へ拡声器等で知らせる。	<ul style="list-style-type: none"> ・電話、メール、チラシ、掲示板、回覧板等。 ・伝達経路をあらかじめ定めておき、順に伝達する。 ・要配慮者への伝達に十分配慮する。
<p>【ポイント】</p> <p>早く正確に伝達する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・情報源の確認をする。 ・復唱する。 ・メモで伝える。 ・情報源のはっきりしない情報（デマ、風評）に注意する。 			
			
【防災資機材】 携帯ラジオ、拡声器、掲示板、腕章、筆記用具等			
【その他必要なもの】 自転車、オートバイ、アマチュア無線			

No. 3	避難誘導班・要配慮者班	
訓練項目	避難誘導・要配慮者搬送訓練	
訓練目的	<p>地震等による建物の倒壊・損傷、洪水、火災等により、地域住民に危険が及ぶ場合、安全な場所への避難が必要になります。</p> <p>状況に応じて、集団で安全な避難経路により避難します。</p> <p>安全な服装で、非常持ち出し袋を携帯します。</p> <p>地域の要配慮者を把握し、一人ひとりをいかに、安全な方法で安全な場所へ搬送する方法を確認します。</p>	
使用機材	避難誘導	自主防災組織の旗、プラカード、強力なライト、拡声器、三角巾、救急医療品、警笛、ビニールシート、毛布等
	要配慮者搬送	誘導ロープ、リヤカー、車いす、担架等
訓練項目	行 動	
避難誘導要領 (避難誘導班)	<p>①情報班による避難勧告等の伝達をする。</p> <p>②避難開始前に、ガスの元栓の閉鎖をする。 (その他、電気のブレーカーの遮断等を行う)</p> <p>③集合場所到着後、人員を確認する。</p> <p>④避難の状況を市対策本部に報告する。</p> <p>⑤避難者がはぐれないようにロープを使って移動する。</p> <p>⑥塀や家屋等の倒壊、落下物、足元等に注意し、安全な避難経路をとるようにする。</p> <p>⑦避難所に到着次第、人数の確認を行い、受付をするよう促す。</p>	
要配慮者搬送要領 (要配慮者班)	<p>①集合場所到着後、要配慮者の状況を確認する。</p> <p>②不明者があれば手分けして安否の確認をする。</p> <p>③班長の指示に従い、高齢者、身体の不自由な人、子ども、負傷者等を助け合いながら行動する。</p> <p>④寝たきりや身体の不自由な方には、車いすやリヤカーを使用する。</p>	
日頃からの確認事項	<p>①災害によって、自主防災組織で、最初に集まる安全な一時(いつとき)集合場所を必ず決めておく。</p> <p>②集合場所と集合場所から指定避難場所までの災害状況に応じた避難経路を決めておく。</p> <p>③地域の要配慮者を把握し、リストにまとめる。</p> <p>④要配慮者一人ひとりの避難方法等支援する内容をまとめる。</p>	

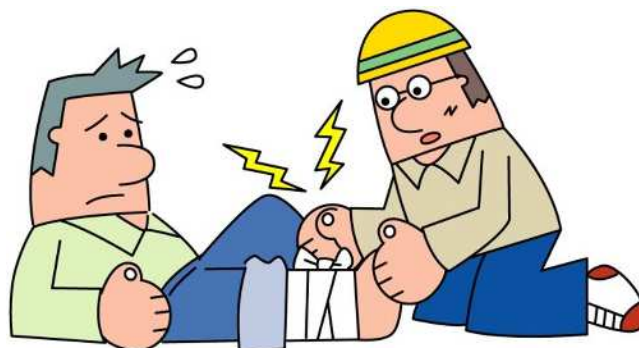


No. 4	消火班	
訓練項目	初期消火訓練	
訓練目的	隣近所で助け合って火災を広げないようにする。	
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて初期消火をする。(①早く知らせる②早く消火する③早く逃げる) ・大声で「火事だ!」と隣近所の応援を求める。 ・すぐに119番をする。(ただし、大地震の場合は、消防署の手が回らない場合がある) ・消火器やバケツを持って駆けつける。 	
訓練項目	行 動	留意事項
消火器	<ol style="list-style-type: none"> ①安全ピンを抜く。 ②ホースを火元に向ける。 ③レバーを強く握る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・火炎に正対しないよう低い姿勢をとる。 ・天井に着火しないようにする。
バケツリレー	<ol style="list-style-type: none"> ①参加者を集める。 ②2列に並び中継をする。 ③風上から近づき、安全距離2～3m離れて、火勢を抑えるように注水する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自然水利(水路、河川、池、プール)を確保する。 ・農業用の揚水機を活用する。 
消火栓	<ol style="list-style-type: none"> ①ホースをつなぐ。 ②筒先をつける。 ③バルブを開ける。 <p>(急に水圧がかかると、筒先を持っている人が振り飛ばされます。筒先を持っている人と確認を取り合いながら、ゆっくりと開いていきましょう。)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・日頃からホース、筒先、消火栓開閉ハンドル等を点検する。 ・消火員(筒先)2名、補助員、機械員、連絡員、指揮者を配置する。 ・大地震の場合、断水により使用できない場合がある。 ・消防署、消防団が到着したら速やかに水利を明け渡す。
可搬ポンプ	<ol style="list-style-type: none"> ①ホースをつなぐ。 ②筒先をつける。 ③ポンプを稼働させ、吸水、放水を実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・日頃からホース、筒先、ポンプ等を点検する。 ・消火員(筒先)2名、補助員、機械員、連絡員、指揮者を配置する。 ・大地震の場合、消火栓や防火井戸が使用できない場合がある。 ・自然水利を活用する。 ・消防署、消防団が到着したら速やかに水利を明け渡す。

No. 5	救出救護班
訓練項目	救出訓練
訓練目的	大規模な地震災害時に、家屋の倒壊、家具等の下敷き、落下物等により多数の負傷者が発生すると予想されるため、迅速な救出活動が必要です。
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・防災資機材の日頃からの調達と手入れ ・防災資機材の正しい使用方法の確認
防災資機材	<p>(救助用) のこぎり (木工用、鉄工用)、バール、ハンマー、斧、自動車用ジャッキ、ロープ、はしご、ペンチ、ボルトクリッパー、モンキーレンチ、自家発電機、投光器、コードリール、硬い角材、2～3mの鉄パイプ、バケツ、毛布、消火器具、一輪車、リヤカー、拡声器等</p> <p>(自分用) 軍手、懐中電灯、ヘルメット、防塵めがね、マスク、安全靴</p> <p>(被災者用) ビニールシート、シーツ、毛布</p> <p>(注) 家庭等で不要となった工具や資機材を集める。 地域の企業等の協力を得る。</p>
救助順序	<ol style="list-style-type: none"> ①自分の安全を確認する。 ②家族、隣人の安否の確認をする。 ③負傷者等救出を要する人の確認をする。 ④周囲の人の応援を求める。 ⑤防災資機材で救出を図る。 ⑥被災者の状況を把握し、救助隊に引き継ぐ。 
救助方法	<ol style="list-style-type: none"> ①安全の確保をする。ガスの元栓を閉める。ブレーカーを落とす。声を掛け合いながら力を合わせる。 ②この原理の活用、角材の利用、自動車用ジャッキ等を活用する。 ジャッキを使用する場合、堅固なものを台座に使用する。合板等であて板をする。 ③持ち上げた空間が崩れないよう角材を入れる。角材がない場合、堅固なものを入れる。 ④はしごを使用する場合は2人で持つ。ロープを腰や両脇から肩で交差させる等、安全に配慮する。 ⑤土砂等を掻き出す場合、バケツやたんすの引き出し、毛布等を活用する。 ⑥車やロープの活用も考える。 ⑦要救助者の体に傷をつけないこと。要救助者の近くでは手作業で行う。 ⑧消火器やバケツ等を用意する。 (被災者へ) ・声をかけ安心感を与える。 ・タオルや毛布等で目隠しをする。 ・作業の途中にも状況に応じ、声をかけながら実施する。

No. 6	救出救護班											
訓練項目	救護訓練											
訓練目的	大規模な地震災害時には、多数の傷病者が予想されます。応急手当や安全な場所に搬送します。 自主防災組織内に医療等関係者がいれば助言を受けましょう。											
救命講習に参加しよう	瑞穂市は、火災や救急等の常備消防業務を岐阜市に委託しています。 岐阜市消防本部が実施する救命講習に参加しましょう。 ・瑞穂消防署で開催する救命講習 日曜救命講習 毎月第3日曜日 9:00～12:00（普通救命講習） 夜間救命講習 毎月第1金曜日 19:00～20:30（救急入門コース） 上記以外の日程でも概ね10人以上の団体であれば別に申し込みができます。 申込先：瑞穂消防署 TEL 058-327-0119・FAX 058-327-0126 岐阜市消防本部のホームページには、救命講習の案内やテキスト等も掲載しています。											
人が倒れていたら	①周囲の安全を確認する。 ②大声で応援を呼ぶ。119番へ通報する。AEDの依頼をする。 ③呼吸をみる。（呼吸があれば、様子を見ながら救急隊の到着を待つ。） ④呼吸なし。口腔の異物は無いか確認する。 <table style="margin-left: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding-right: 10px;">(ア)胸骨圧迫（心臓マッサージ）</td> <td rowspan="3" style="font-size: 3em; vertical-align: middle;">}</td> <td rowspan="3" style="vertical-align: middle;">(ア)から(ウ)を絶え間なく繰り返す。</td> </tr> <tr> <td style="padding-right: 10px;">深さ 大人 少なくとも5cm 小児 胸の厚さの1/3</td> </tr> <tr> <td style="padding-right: 10px;">テンポ 100～120回/分</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="padding-top: 10px;">(イ)気道確保</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="padding-top: 10px;">(ウ)（技術と意志があれば）人工呼吸</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">AEDの使用 （注意）熱中症の場合を除き、衣服、毛布等で身体を包み保温する。 やむを得ず動かすときは、骨折等の可能性もあるので慎重に行う。</p>	(ア)胸骨圧迫（心臓マッサージ）	}	(ア)から(ウ)を絶え間なく繰り返す。	深さ 大人 少なくとも5cm 小児 胸の厚さの1/3	テンポ 100～120回/分	(イ)気道確保			(ウ)（技術と意志があれば）人工呼吸		
(ア)胸骨圧迫（心臓マッサージ）	}	(ア)から(ウ)を絶え間なく繰り返す。										
深さ 大人 少なくとも5cm 小児 胸の厚さの1/3												
テンポ 100～120回/分												
(イ)気道確保												
(ウ)（技術と意志があれば）人工呼吸												
出血時の止血法	出血部位を確認し、きれいなハンカチ、ガーゼ、タオル等を重ねて傷口にあて、その上を手で圧迫する。感染防止のため、できるだけビニールの手袋や袋を使用する。											
骨折固定法	そえ木をあて三角巾等で固定する。 週刊誌、ダンボール、ものさし、杖、毛布、風呂敷、シーツ等利用する。 （注意）・大出血が認められるときは、まず応急手当を優先する。 ・骨折部分には触れない。 ・固定は骨折している部分の上下で行う。											

打撲・ねん挫	<ul style="list-style-type: none"> ・結び目は骨折部分の上にならないようにする。 ・患部を冷水で冷やす。(20分以上は避ける。) ・足首等は三角巾等を使って固定する。
傷の応急手当	<ul style="list-style-type: none"> ・傷口が汚れているときは速やかに水道水等で洗い流す。 ・ガーゼや包帯で、傷の保護と細菌の進入を防ぐ。 ・部位によっては三角巾等を活用する。
応急担架にて負傷者を搬送	<p>物干し竿、毛布、上着・トレーナー数枚、シーツ、畳等を活用する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足を先にし、水平になるように運ぶ。 ・原則3人1組。1名は横に付き負傷者の状態に注意する。 ・担架を持ち上げるときは、腰を落とし、掛け声で静かに持ち上げる。 <p>(毛布と棒を利用した応急担架)</p> <ol style="list-style-type: none"> ①毛布を広げて3分の1の所に棒を置く。 ②その棒を包むように、毛布を折り返します。 ③折り返された毛布の端に、もう1本の棒を置き、その棒を折り込むように残りの毛布を折り返す。
防災資機材	<p>上記以外に タオル、車いす、ビニールシート、拡声器、ロープ、リヤカー等</p>



(参考)	<p>閉じ込めの対応</p> <p>重量物の下敷き等により、脚や体幹部が長時間圧迫されると、これらを取り除いた後に、損傷を受けた筋繊維から毒素が流れ出し、ショックや腎不全を起こすことがあります(クラッシュシンドローム)。</p> <p>この場合、多くの給水(スポーツドリンク)、保温、励まし及び勇気付けが必要となります。</p> <p>とにかく病院へ搬送することを考えましょう。</p>
------	---

No. 7	給食給水班
訓練項目	給食給水訓練 ①救援物資の配分をする。 ②市から提供された飲料水、水道・井戸等により確保された飲料水による給水活動を行う。 ③炊き出し等による給食活動を行う。
使用機材	テント、テーブル、釜、飯ごう、米、お碗、割り箸、うちわ、まな板、包丁、まき、簡易コンロ、かまど、災害用コンロ、ブロック、調理用セット、食器セット、ポリタンク、調理材料、調味料、プロパンガス（ガス会社へご相談ください）等
訓練項目	行 動
救援物資配布訓練	①情報班による情報により、班又は組単位で配布計画を作成する。 ②班又は組の代表者に配布する。
給水訓練	①地域内の井戸水等飲料水が確保できる場所を調査、確保しておく。 ②給水拠点を決め、飲料水の確保方法を検討しておく。
炊き出し訓練	①手洗い、調理器具の洗浄を行う。 ②かまど（コンロ）の組み立て、炊き出しの燃料（プロパンガス、薪・炭）の確保をする。 ③調理を行い、給食活動をする。
	

No. 8	災害図上訓練(DIG)
訓練内容	地域で大きな災害を想定し、地図の書き込みを通し、参加者全員が主体的にかつ積極的に災害の対応策を考える。
訓練目的	<p>①まち（地域）を知る 自分の住んでいる地域の特性を知る。</p> <p>②人を知る 自主防災組織内に、色々な知識を持っておられる方の力を結集すると同時に、要配慮者の所在が把握でき、地域の連帯感が生まれます。</p> <p>③災害を知る 地域で起こる災害をより具体的にイメージします。</p>
準備するもの	地図、文房具等（瑞穂市役所の市民協働安全課までお尋ねください。）
訓練要領	行 動
	<p>◎ 「地震」「風水害」等の災害想定をする。</p> <p>◎ 10人程度のグループに分け、グループリーダーや発表者等役割を決める。</p> <p>①地域の「地理の確認」をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自宅の確認 <p>②街の構造やつくりを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 国道・県道・市道等幅広い道路 ・ 消防車等緊急車両が入れない狭い道路 ・ 鉄道等の公共交通機関 ・ 一時集合場所、広場、公園、お寺、神社、空き地 ・ 水路、用水、河川等自然水利 ・ ビル、マンション（鉄筋コンクリート造）等延焼防止になりそうな建物（地震）、3階建て以上の建物（水害） <p>③災害の理解をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 水害 過去の災害及び起こりうる災害 ・ 地震 過去の災害及び想定 (ハザードマップ等を参考にする。) <p>④被害箇所、危険箇所を把握する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 危険物の貯蔵庫、ブロック塀、石垣、広告物、古い建物、自販機等 <p>⑤要配慮者を把握する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 要配慮者を支援する者の決定 ・ 要配慮者一人ひとりの避難時の支援・配慮内容等をまとめる。 <p>⑥地域の「人的、物的防災資源の確認」をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 市役所、消防署、警察、医療機関、公民館、ヘリポート等

- ・防災施設（一時集合場所、指定避難所、指定緊急避難場所、防災倉庫、消火栓、防火井戸、防火水槽、自然水利等）
 - ・コンビニ、日用販売店、公衆電話
 - ・自治会長、自主防災リーダー、消防・自衛隊職員のOB、医療関係者等
- ⑦災害に応じた避難経路を確認する。
- ⑧災害や防災体制について確認をする。
- ⑨災害体制の見直しをする。

